

# Twitburc

LIFE STYLE

OCAK-ŞUBAT 2023

*Elveda 2022 Hoşgeldin*

# 2023

# EMRE ALTUĞ

*"Pozitif Enerji Vermeyi  
ve Almayı Seviyorum"*

# TWİTBURC ASTROLOJİ VE YAŞAM

*Astroloji Bir Yol Haritasıdır...*

---

## 63 – 64.SAYI

**YAYINCI**

Twitburc

---

**YAYIN SAHİBİ & GENEL YAYIN  
YÖNETMENİ**

Zeynep TURAN

**YAZI İŞLERİ SORUMLUSU**

Mehmet BOZKURT

Erol ALTIKARDEŞLER

**GRAFİK TASARIM**

Arzu ŞAHİN

# İÇİNDEKİLER

NO. 63-64 | OCAK-ŞUBAT | 2023

ELVEDA 2022 HOŞGELDİN 2023	4
2023 KARAR	5-6
YENİ YIL SANA HANGİ MESAJI VERDİĞİNİ ÖĞRENMEK İSTER MİSİN?	7
EMRE ALTUĞ RÖPORTAJ	8-23
ASTRO MODA	24-29
CİLDİNİZ KIŞA HAZIR MI?	31-37
SEDEF İYBAR RÖPORTAJ	38-48
ASTRO MAGAZİN	49-60
DAİMA İLERİYE BAKMAK	61-62
2023 YILINDA BURCUNUZU NELER BEKLİYOR?	63-66
TWİTBURC PREMIUM AYRICILIĞINA SAHİP OLUN	67-68
AİLENİZLE UYUMLU MUSUNUZ?	69-71
PINAR ÇAĞLAR GENÇTÜRK RÖPORTAJ	72-76
2022'NİN EN ÇOK DİNLENENLERİ VE İZLENENLERİ	78-81
KÜLTÜR SANAT	82-86

# ELVEDA 2022 HOŞGELDİN 2023



**ZEYNEP TURAN**

Belki de yüzyılın en tuhaf yıllarından sırayla geçiyoruz. 2022 yılı geride kalırken, salgın kelimesini de tarihin tozlu sayfalarına alıp götürdü. Gündelik hayatımızda aslında belirsiz bir yıl gibi gözükse de "sıfırdan" başlayan dünyaya arkadan destek verdi. 2023 yılı tanımlanması imkansızca yakın, derin manaları içinde barındıran bir yıl olacak. Hepimizin hedeflerini değiştirecek. Önceliklerimizi belirleyecek. Kolektif etkileri barındıran bir yıl olacağı için bizden performans bekleyecek. 2023 yılı hepimizi etkileyecek. Azmi ise yıldızların içinde değişen hiyerarşi olacak. 2023 değişimini kaleme alabilmek adına geçtiğimiz Şubat ayından bu yana adım adım çalıştım. Şunu size iç rahatlığıyla belirtmek isterim ki hayat bir anda değiştirecek her şeyi.

Çünkü içinde mucizeleri barındıran sırlı aylardan geçeceğiz. Mavi gezegenimizin çehresini tamamen değiştirmeyi planlayan gezegen hareketlerine karşı durmayın! Her ne olursa olsun değişimin ve öğrenmenin peşine takılın. Sizi sizden daha iyi tanıyan var mıdır şu hayatta?

Cevabınız büyük ihtimalle "hayır" olacaktır. Hakikat şudur ki inancınızı sizden başkası bilemez. Bugüne kadar verdiğiniz emekleri düşünün, onlardan ilham alın. Kendiniz gibi olmak, özünüzle barışmak size mutlaka iyi gelecektir. 2023 yılının içinde kolektif bilinç salt korkuyu yaymak isteyen sistemin size vakit kaybettirmesine izin vermayın. Tırmanmak için harekete geçin ve hedeflerinizi belirleyin.





## İsminize Özel Zeynep Turan İmzalı “2023 KARAR” Kitabı Satışta

- Gezegen hareketleri 2023'ün seçilmiş bir yıl olduğunu iddia ediyor.
- Zelenski kendine düşen rolü tamamlayacak.
- Boğa burçları, “Son Gülen İyi Güler” diyeceksiniz.
- Türkiye, Suriye'ye genişleyecek.
- Çin'in Tayvan'ı nasıl işgal edeceğini 2023'te izleyeceğiz.
- Pasifik'te büyüyen savaş “Süper Güç” kavramını sarsıntıya uğratacak.
- 21. yüzyılın eteklerinde zorunlu göç çağı kavramını kabul edeceğiz.
- 2023 Ekim'inde dünyanın içerisinde bulunduğu ateş çemberi her geçen gün daha da genişleyecek.
- Oğlak burçları bir çağı kapatacak!
- Süveyş Kanalı'nı genişletme çalışmalarında Çin başrolde olacak.
- 1984-1998 yılları arasında doğanların gölgeli yılları bitiyor.
- Sosyal medya platformları insanlığa sınırsız alanlar açmak için etik değerlerin sınırlarını zorlayacak.
- Kova burçları! Sizin döneminiz başlıyor.
- Yeni Dünya kadın liderlerle tanışacak.
- Türkiye “Karar” alacak!

Yeni Yılın Sana Hangi Mesajı Verdiğini  
Öğrenmek İster misin?

H U Z U R İ L G İ E Ş N  
E V L İ L İ K Z A F E R  
Y Ö N E T İ C İ S İ F İ  
E Ğ L E N C E K D A Ş K  
T W İ T B U R U G Ü S Ç  
K A Z A N A N T A T İ L  
M E R A K L İ K P A R A  
D Ü Z E N Ü R H U Z U C  
K U T L A M A E P A R A  
K A Z A N Ç T E R F İ F  
İ Ş K V M U T L U L U K  
Ü R E T K E N L İ K R F  
L İ D E R K L İ A Ş K İ

Gördüğün İlk 3 Kelime  
Yeni Yılda Seninle Olsun

# EMRE ALTUĞ

Türk Pop müziğinin güçlü seslerinden, şarkılarıyla unutulmaz eserlere imza atan ve ekranların sevilen isimlerinden Emre Altuğ bu sayımızın konuklarından. Başarılı sanatçı hem kariyeri hem de kendisi ile ilgili merak edilenleri Twitburc Dergisi'ne özel olarak yanıtladı. Keyifli okumalar....





## "Gençlik Yıllarındaki Emre Altuğ'a İnanıldığından Şaşma Demek İsterdim"

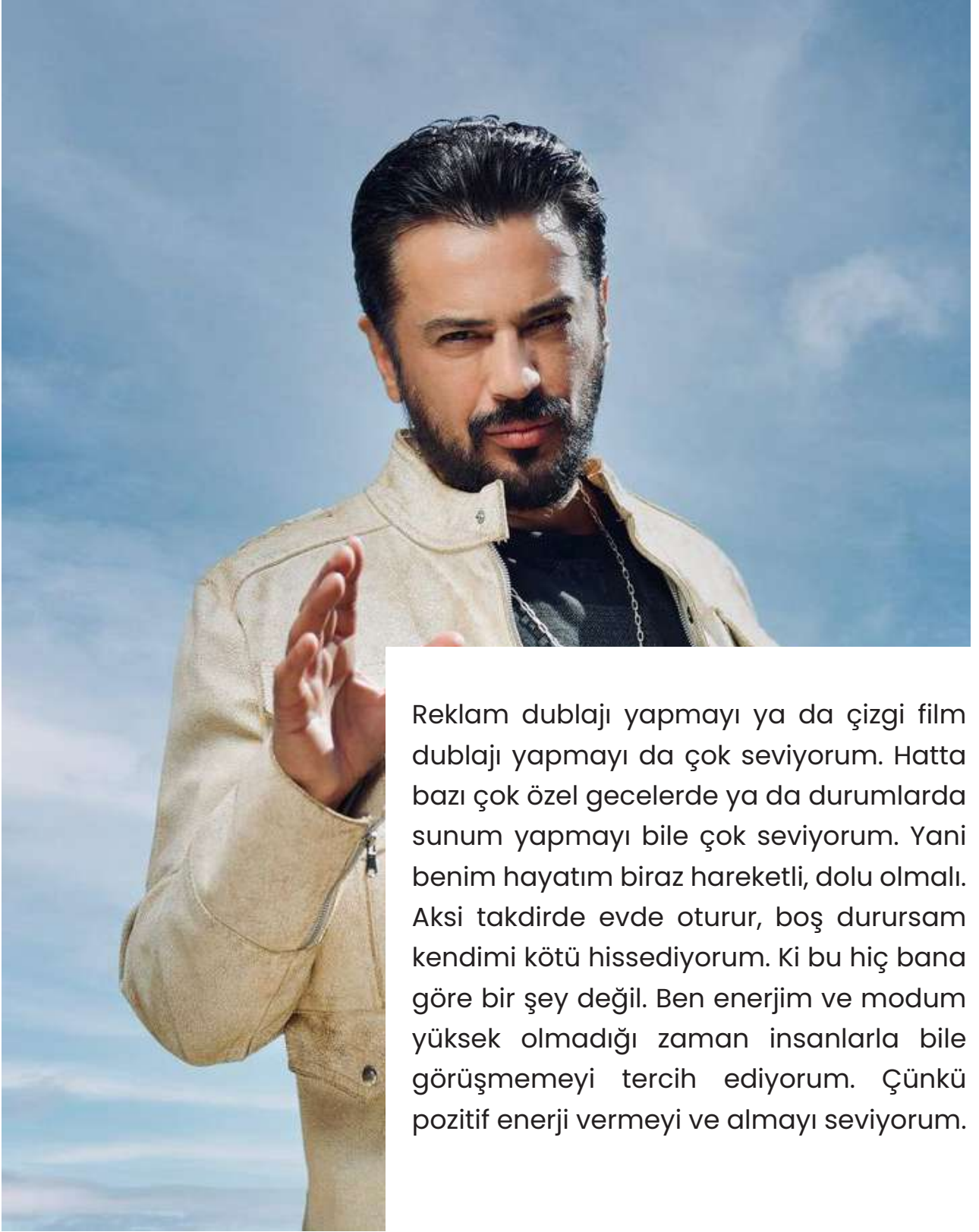


### **Gençlik yıllarındaki Emre Altuğ'a ne söylemek istersiniz?**

Gençlik yıllarındaki Emre Altuğ'a güzel bir gelecek seni bekliyor, inandığından şaşma demek isterdim. Bazı konularda da uyararak isterdim tabii. Ama belki de bu yaşın etkisiyle uyarılmam onun gelişimini engellerdi. Her insana inanma, herkes aynı olmadığı gibi iyi de olmayabiliyor. Aynı zamanda senin için olabilecekleri, senden başka kimse net göremez, düşünemez. İnsanların fikirlerini al, akıl süzgecinden geçir, kalbinin söylediğini yap derdim ama söylemesi kolay tabii :)

### **Oyunculuk mu müzisyenlik mi desek seçim yapabilir misiniz?**

Hayır, yapamam. Çünkü benim için çok zor bir soru bu. Çok zor bir seçim olur. Ben bunu iki bacak şeklinde düşünüyorum. Yani bir bacağını keseceğiz, seçim yapmak ister misin gibi bir soru. Ama şunu itiraf etmek istiyorum; bu beni zaman zaman bir tarafı ihmal etmek zorunda bıraktırdı. Çünkü işimi layıkıyla yapmak istiyorum, içime sinmesini istiyorum. Dolayısıyla iki tarafı birden aynı ağırlıkta eşit şekilde yürütemeyeceğim için bir taraf zaman zaman daha geri planda kalabiliyor. Ama her iki tarafın da beni beslediğini düşünüyorum. Bir de ben çok boş durabilen bir insan değilim. Hayatımı doldurmam lazım. Evet ana akımlarım, artemlerim müzik ve oyunculuk belki ama bunun içinde söz ve beste yazmak da var.



Reklam dublajı yapmayı ya da çizgi film dublajı yapmayı da çok seviyorum. Hatta bazı çok özel gecelerde ya da durumlarda sunum yapmayı bile çok seviyorum. Yani benim hayatım biraz hareketli, dolu olmalı. Aksi takdirde evde oturur, boş durursam kendimi kötü hissediyorum. Ki bu hiç bana göre bir şey değil. Ben enerjim ve modum yüksek olmadığı zaman insanlarla bile görüşmemeyi tercih ediyorum. Çünkü pozitif enerji vermeyi ve almayı seviyorum.

## **Müzik sektörünü, genç müzisyenleri nasıl buluyorsunuz?**

Her zaman olumlu bakmayı seçtim. Gerçekten çok yetenekli müzisyenler yetişti. Özellikle son 15-20 yıllık zaman diliminde... Çünkü ondan evvel çok sayılı müzisyen vardı. Ama son 15-20 senede çok büyük farklar oldu. Tabii pop müzik üretimi biraz zor dönemden geçiyor bence. Çok ciddi-yetli güzel şarkılar, derinlikli, içi dolu şarkılar çok fazla çıkmıyor. Bu da tabii söz bakımından daha güçlü olması sebebiyle rap müziğın daha çok ön plana çıkmasına sebep oldu. Rap müzikte de hem iyi sözler yazan hem de iyi performans çıkartan sanatçılar olmakla birlikte maalesef çok sayıda taklit duyuyorum. Biz yabancı müzikleri bu kadar taklit ediyor olsaydık, tefe koyarlardı bizi. Ama burada gerçekten iyi, özgün eser ortaya koyan isimlerin hakkını da vermek lazım. Özgün içerik ve melodi çıkartan gene çok fazla yok. Rap müzikte de aynı şekilde. Ama bir müzisyen olarak, enstrümanist olarak çok ciddi yol kat ettiğimizi düşünüyorum.





## Müzik sektörüne yeni başlayan müzisyenler için öneriniz var mı?

Sektöre yeni başlayanlara ya da başlamak isteyenlere, genç Emre Altuğ'a tavsiye ettiklerimi tavsiye ediyorum. Tabii ki fikirleri dinlesinler, çalışsınlar ve kendilerini geliştirsinler. Bu jenerasyon daha açık, kendisinden bir sonraki jenerasyonda olacağı gibi bizden daha fazla imkanlara sahipler. Kendilerini geliştirsinler. İnadıklarını yapsınlar, çekinmesinler. Bu jenerasyon, şu andaki Z Kuşağı denilen kuşak ve ardından gelen daha tehlikeli. (pozitif anlamda söylüyorum :) daha farklı bir kuşak geliyor. Ben çocuklarımdan biliyorum.) Çok özgüvenliler. Öyle olmaya da devam etsinler. İnadıklarını yapsınlar. Ama biliyorsunuz bilgisizlik ve cehalet de cesaret getirebilir. Bundan kaçınınsınlar. Mümkün merteye kendilerini geliştirmeye çalışsınlar. İnadıkları, söylemek istediklerini söylemekten ve bunları müziğe dökmekten de çekinmesinler derim. Ama herhalde işin en önemli kısmı çalışmak. Çok çalışmak.

## Hep genç görünmenizin sırrı nedir?

Photoshop değil :) onu söyleyebilirim. Tabii yaş ilerliyor. Yani değişim oluyor ancak benim şanslı bir gen durumum da söz konusu. Rahmetli annem de, şu anda 90 yaşında olan babam da her zaman yaşlılarından çok daha genç gözüktüler. Buna bağlıyorum açıkçası. Bir şey daha var. Ben içi çok büyümüş bir insan değilimdir. Yani elimden geldiğince olgunlaşmaya çalışıyorum ama açıkçası içimdeki hareketli durum, genç çocuk ya da o ruh hiç kaybolmuyor. Ben kendimi yaşlı ruh olarak görürüm ama heyecanım o kadar hızlıdır ki; hayata karşı ürettiğim, yaptığım şeylere karşı zannediyorum ki heyecanım da beni genç ve zinde tutuyor."



**Geçmişten beraber sahne paylaşma şansınız olsaydı kiminle olmak isterdiniz? Geçmişten beraber sahne paylaşma şansınız olsaydı kiminle olmak isterdiniz?**

Ben bu konuda gençliğimden beri Sting demişimdir. Belki bir gün olur. Açıkçası çok severim müziğini ve uzun yıllardır yakından takip ederim. Amatör zamanlarımda şarkılarını da söylediğim olmuştur. Tabii birçok sanatçı var karşılıklı söylemek istediğim. İnsan şarkıcı olunca onlar da sayısız oluyor ama ilk aklıma gelen Sting oluyor.

**Söylerken en çok duygulandığınız ve keyif aldığınız şarkınız hangisi?**

Yalnızca bir şarkıyı öne çıkaramam burada. Sevdiğim, söylemekten keyif aldığım bir sürü şarkı var. Tabii bunların ilk başında benim üçleme diye tabir ettiğim, "Gidecek Yerim Mi Var, Aşk-ı Kiyamet ve Neyleyim" geliyor. Bunlar benim kariyerimde de önemli şarkılar ve çok yakın bir dostumun şarkıları. Kardeşten öte dediğim, 15 - 16 yaşından beri beraber gitar çalıp, şarkı söylediğim, ilk beraber çalışmaya başladığım Yalçın Akyıldız'ın şarkılarıdır. Bir de şarkılar çok sevdiğim şarkılardır. Onları söylerken sahnede çok keyif alırım, zevk alırım, hala istekle söylerim ama sayabileceğim bir sürü daha şarkı var :)



*"Hayatım hareketli  
ve dolu dolu  
olmalı"*



## Emre Altuğ duygularıyla mı mantığıyla mı karar verir?

Valla ben buna karar veremiyorum ki :)

Mesela Şimdi karar vermeye çalıŐsam duygumla mı yoksa mantığımla mı karar vermiŐ olacağım onu da bilmiyorum. Genellikle duygularım ağır basıyor galiba. Ama tabii insanın içinde o kadar çok karmaŐa var ki; travmaları, yaŐadıkları, tecrübeleri, belki genetik kodları (sizin daha iyi bildiğiniz :)), yıldızların durumu (doğum tarihinden saatine kadar fark ettiğini syluyorsunuz) bunların hepsi karar verme sürecinde bir etken oluŐturuyordur diye dŐnuyorum. Ama ben mantık tarafına çok yakın değilimdir. Biraz daha duygusal bir yapıya sahibim. Onun için de duygularım daha fazla ağır basıyor diyebilirim. Yaptığım ya da çıkartmak istediğim Şarkıları da yle.. O Şarkı kalp arpıntılarımı biraz daha hızlandırıyor, beni heyecanlandırıyor ya da onları aranje ederken beni heyecanlandırıyor ya da yayınlıyorum.



## En güzel yaptığınız yemek hangisidir?

Ben mutfağa yemek yapmak için çok giren birisi değilimdir ama zaman zaman yaptığım olmuştur. Fırında balık ya da et yapmayı çok severim, çok da lezzetli olduğunu düşünürüm. İçine sebzelerini, sarımsağını, tuzunu, biberini ekler, fırına veririm :) yaklaşık 40 dakikada pişiyor, lezzetli de oluyor. Onu yapmayı severim bir de, basit bir tatlı olsa da kabak tatlısını çok güzel yaparım

## Oğullarınız sizden hangi özelliklerinizi almış?

Yeni jenerasyon o kadar enteresan bir jenerasyon ki ne ile uğraşsalar kafalarını verdikleri sürece başarılı olabiliyorlar. Bizden daha özgüvenliler. İkisi de kesinlikle müziğe karşı yatkın ve yetenekli. Çünkü bunu okulda gördüm. İkisi de davul çalıyor, şarkı söylüyorlar. Duyuyorum kulakları sağlam, sesleri doğru duyuyor ve doğru çıkartıyorlar. Mesela Kuzey'in yönetmen gözü iyi. Fotoğraf hatta video çekerken kardeşini yönlendirmesinden görebiliyorum. Seviyor da o yönetimi ama henüz daha görememekle birlikte ikisi için de henüz çok erken. Ama oyuncu esneklikleri var diye görüyorum. Bunları sadece benden aldıklarını zannetmiyorum. Çünkü anneleri de bu konularda yeteneklidir. Onlar da kaçırmamışlar bu yetenekleri :) Onları ne mutlu ederse onu yapsınlar tabii bu konuda baskıcı olmak ya da yönlendirmek istemem ama bana bu nasıl bir şey diye sordukları zaman onlara yardımcı olurum. Nasıl bir şey neyi iyi yaparım diye merak ediyorlar ama bunlar için daha erken. Önlerinde birkaç sene daha var.



**Reytinglerde üst sıralarda yer alarak adından sıkça söz ettiren Yalı apkını dizisi hakkında ne söylemek istersiniz?**

Yalı apkını uzun bir aradan sonra içinde olduğum ilk drama dizi. Açıkçası bu projenin içinde olmak çok mutluluk verici. Oyuncu kadrosundan ynetmenine, yapım Őirketinden ekibine herkesin son derece profesyonelce çalıştığı çok değer verdiği bir prodüksiyon Yalı apkını. Bizi izleyerek takdir eden ve Yalı apkını'nı tm diziler içinde bir numaraya taşıyan çok değerli izleyicilerimize de buradan teŐekkrlerimi sunuyorum.





# ASTRO MODA





Mavi Jenny Gold  
Jean Gmlek  
Regular Fit

349,99TL

Mavi Pskll  
Kırmızı Atkı



269,99 TL

Mavi Suni Krk  
Detaylı Kapşonlu  
Bej Mont



799,99 TL

Kürklü  
Oversize  
Palto

899,99 TL



MANNGO

Uzun Askılı  
Çanta

559,99 TL



Trendyolmilla  
Siyah Yaka Detaylı  
Body



242,99 TL

Violeta Mango  
Kadın Kahverengi  
Topuklu Deri Yarım



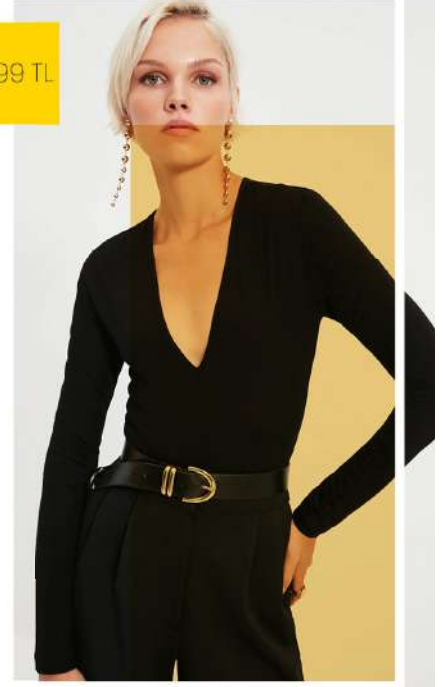
699,99 TL

Trendyolmilla  
Siyah Renk Bloklu  
Kruvaze Çitçitli Örme  
Body



146,99 TL

144,99 TL



Trendyolmilla  
Siyah Derin V Yakalı  
Body

İpekyol  
Triko Mix  
Spor Blazer

700 TL



Stradivarius  
Zincirli Kapitone  
Çapraz Askılı Çanta

399,95 TL



Stradivarius  
Kemerli Yünlü  
Kaban



1.399 TL

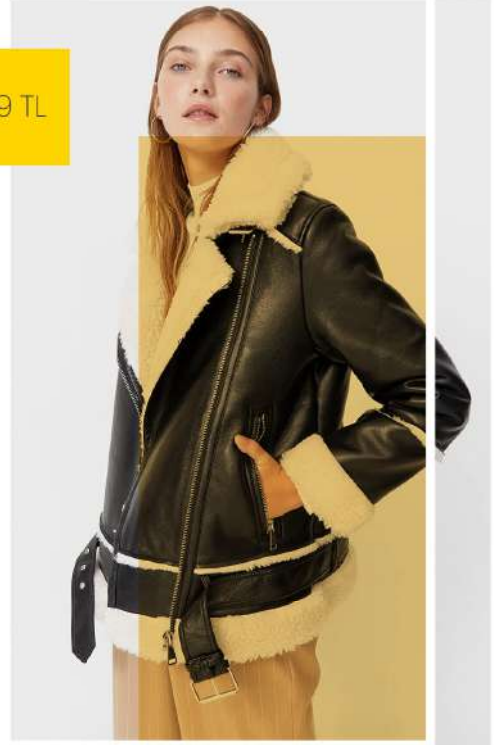
Pull & Bear Oversize  
Blazer



499,95 TL

Stradivarius  
Kontrast Suni Kürklü  
Çift Taraflı Biker  
Çeket

1.199 TL



Hotiç Siyah Kadın  
Topuklu Bot

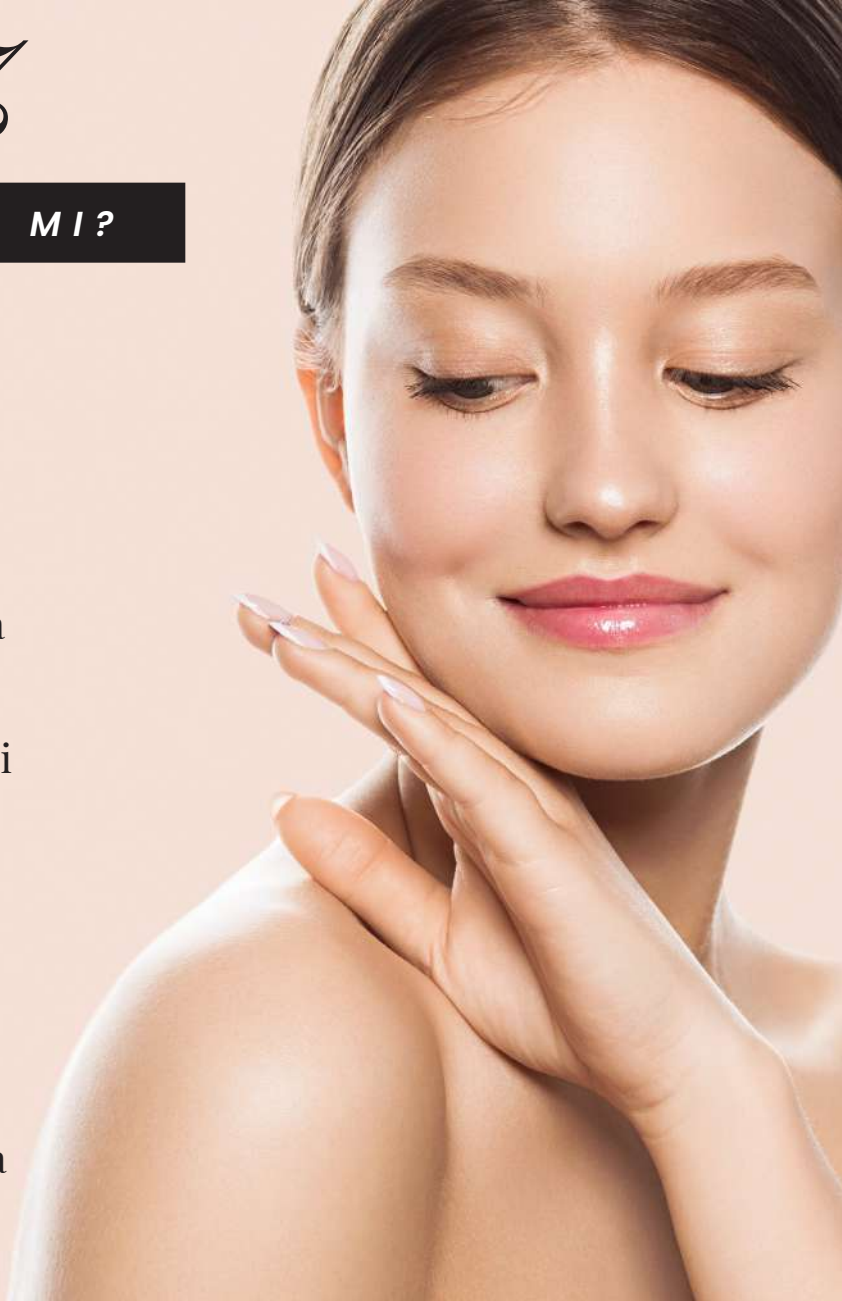
979,30 TL



# Cildiniz

KIŞA HAZIR MI?

Cildinizin dış etkenlere karşı daha hassas olduğu bir döneme girdik. Özellikle mevsim geçişinde ve yeni mevsime adaptasyon sürecinde birçok problemle karşılaşabiliriz. Her zamankinden daha kuru ve çatlamaya meyilli bir yapıya bürünebilir. Birkaç madde ile kendinizi ve cildinizi kışın koruma altına alın.



# *Beslenme ve Vitamin*



Kış aylarında biraz daha dikkatli bir bakım ister vücut. Özellikle direnci artıracak vitamin ve minerallere ihtiyaç duyarken; beslenme düzeniniz de dengede ve normal olmalı. Su tüketimine ise ara vermeden devam edin. Bol su tüketimi, mevsimine uygun sebzeler ile ihtiyacınız olan takviyeyi ihmal etmeyin.







# *Nemlendirici*

Havaların soğumasının en belirgin etkisi kuruluk ve çatlama dır. İyi bir nemlendiriciyi hiçbir zaman yanınızdan ayırmamanız gerektiği gibi bazı yardımcı ürünlerle de vücudunuzun nem dengesini korumalısınız.

## **Cilt:**

Yüzümüz soğuk havalarda kan dolaşımının yavaşlamasıyla beraber daha hassas ve dış etkenlere karşı korunmasız hale gelir.



## *Nem Maskeleri:*

Nem maskesi tek kullanımda bile gözden kaçırılmayacak kadar büyük bir etki yaratır. Özellikle gece kullanımında ertesi güne taze ve canlı bir cilt ile uyanmanızda destek olur.

- **Hyalüronik Asit**

Cildinizde ekstra bir kuruluk varsa mutlaka hyalüronik asit serumlarından kullanın. Barındırdığı nem tutma özelliği ile cildinizin su rezervlerini dolduracaktır.

# Dudak

Daha hassas ve ince bir dokuya sahip olması nedeniyle sert şartlar altında mücadelesi en zayıf olan yer dudaklardır.

## Lip Balm Kullanın

Koruyucu bir balmin düzenli kullanımında etkisi daha yoğunken, dudaklarındaki nem oranını da artırır.



## Dudak Maskeleri

Onarıcı, yeniden yapılandırıcı ve besleyici bir dudak bakım maskesinin etkilerini göz ardı etmeyin. Dudak maskesini evdeki malzemelerle de yapabilirsiniz.

# Vücut

Sadece yüz değil vücudumuzda soğuklardan etkileniyor. Öncelikle cildin nem bariyerini zayıflatmamak için çok sıcak duş almamaya özen gösterin. Duştan önce kuru fırçayla ölü derilerinizden arının. Duş esnasında yağlar ve cilt tipinize uygun sabunlar kullanın. İpek kese ve kabak lifi ölü derileri temizlerken cildinize yumuşacık bir doku kazandırır.

# Eller

Sert rüzgarlar ve soğuk bir yana içerideki kuru hava da derken cildimiz dört bir yandan kuşatma altında. Bakım mistleriyle elleriniz güçlensin! Çantanızdan hiç ayırmayacağınız cilt bakım mistleri ile ellerinizdeki nem oranını eşitleyebilirsiniz. Uykudan önce bakım yağları veya iyi bir nemlendirici kullanıp, pamuklu eldiven ile desteklerseniz uyandıığınızda yumuşacık elleriniz olur.





**Hem cildinize hem  
vücudunuza peeling yapmayı  
ve ölü derilerden arındırmayı  
ihmal etmeyin. Uygun yağ ve  
nemlendiricilerle yumuşak  
bir cilde erişebilirsiniz.**

# SEDEF İYBAR



*MUTFAĞI VE HOŞ SOHBETİYLE  
EVİNİN KAPISINI BİZLERE AÇAN  
SEDEF İYBAR, 2023 YILININ  
İLK SAYISINDA TWİTBURC  
DERGİSİNE KONUK OLUYOR.  
YEMEK KONUSUNDA KENDİSİNE  
FARKLI TARİFLER ARAYANLARIN  
İLGİYLE VE MERAKLA OKUYACAĞI,  
MUTFAĞA DAİR ÖNEMLİ  
ANEKDOTLARA ULAŞACAĞI  
RÖPORTAJIMIZ SİZLERLE.  
KEYİFLİ OKUMALAR...*

## Yemek yolculuğunuz nasıl başladı bizlere kısaca anlatır mısınız?

Merhabalar, yaklaşık 25 yıldır, muhtelif televizyonlarda programlar yapıyorum. Ancak sonrasında şöyle bir şey oldu. Son 3 yıl içerisinde; yaşadığımız bu tuhaf atmosferde boğuştuğumuz anormal mikrop yolculuğunda birdenbire başka bir kapı açıldı. Aslında mutfakta hep vardım. Ama mutfağa açılan kapının, hiç tanımadığım, hiç görmediğim insanların da evlerine ve mutfağına ulaşmanın bir yolu olduğunu fark ettim. Ve şöyle bir karar aldım; bir sabah uyandığında korkunç demoralize olmuşum. Kızım, anne olacak ve onun yanına gidemeyeceğimin haberini almıştım. Çıkışlar kapanmıştı. Ya bu kuşkular beni iyice derinlere itecek, yalnızlaştıracak belki de büsbütün bir sıkıntı oluşturacaktı ya da dağın tepesine doğru tekrar çıkmaya başlayacaktım. Ben ikinci yolu seçtim. O gün söz verdim kendime ve takipçilerime. O zaman takipçilerim, şimdiki kadar fazla değildi, belki de sayı şu anın üçte biri kadardı. Dedim ki sağlığım elverdiği müddetçe her gün birbirimize günaydın diyelim, ben burada, mutfakta olayım. Ama yemek ama tatlı ama çorba minicik de olsa bir bilgi paylaşayım. Hepimiz birbirimize uzak olsa da ben buradayım demiş olalım diye başladık yolculuğumuza.

Bütün bunlar olurken, kızım Ülker uzakta. Aramızda bir zaman farkı da var. Hani o da beni her dakika aramak zorunda kalmaz, beni görür, annem iyi diye düşünür :) Aslında biricik evladım ile kurduğum bağlantıyı herkese uzattım. Biliyorsunuz bir dönem çok fazla kapandık. Ben bu süreçte hiç ara vermedim. Çok da mutluydum. Müziğimi açtım. Bazı kişiler sonradan bununla belki biraz mizah yaptılar, "Ay Sedef alemsin, mutfakta da dans edilir mi" şeklinde ama ben böyleyim :) Çocukluk yıllarıma gidiyorum mutfakta. Annemle babam ayrılmadan önce biz Demet'le müzik seslerine uyanırdık. Çok da yüksek tonda müzik dinlerlerdi. Bu alışkanlığım benim hiç bitmedi. Demet biraz yıldırı yıllar içerisinde tabii sanat hayatı, koşuşturma derken ama ben kendimi ifade ederken; müziğin bizleri mutlu ettiğini, karamsarken de bizi o sıkıntılı atmosferden çıkardığına inanan biriyim.



## Sosyal medya üzerinden kitlelere ulaşmak nasıl bir his?

Yemek yapmak zaten benim mesleğim. Ben yemeği terapi olarak yapan birisi değilim. Birçok firma ile çalışıyorum. Geçtiğimiz 2 buçuk yıl içerisinde de bu çalışmalarım devam etti. Kimi sosyal medyada yer aldı kimi özel workshoplardı kimi de online toplantılardı. Ama hiç bitmedi, ara vermedim. Evde, mutfakta olmak zaten çalışıyorum anlamına geliyor. Üstelik bir de sosyal medyanın size getirdiği bir düstur var. Farkında olmadan, sabah kalkıyorsunuz, ben görmüyorum ama takipçilerim beni görüyor diye tatlı bir telaş var. Saat kurup hazırlanıyorum, saçlarıma fön çekiyorum. Bu bana da iyi geldi bir yerde. Zaten bir noktadan sonra çok alıştım bu düzene. Ben de tek başımayım. Neticede yemek yiyeceğim veya yaptığım yemeği bir gün sonra Demet'e ulaştırabilirim. Ya da bir başkasına.

Benim etrafım çok kalabalık. Bir gün Ezgi Mola yazdı sonrasında bir başka arkadaş, bir gün Deniz Özerman, Gonca Vuslateri, Emel Müftüoğlu, "Sedef n'olur arttıysa ver" şeklindeki mesajlar, istekler gelince çok mutlu oldum. Böyle köpürdü bu iş. Sedef, Sedef'in Yemeği, Sedef'in keki, Sedef'in ekşili köftesi... Tabii ki onların da beğenmesi ile ben de motive oldum. Ve devam etti tarifler. Sonrasında pandemi boyunca, o çok kapalı kaldığım dönemde yaptığım tariflere baktım. Hesaplarımda yer alan tarifleri numaralandırdım karışmasın diye. Çünkü arkada kalıyor ve insanlar bana tekrar tekrar soruyorlar, o yemeğin tarifini anlatır mısınız diye ben de diyorum ki; 86 numaralı tarif, böyle bir yol buldum kendime. Sonrasında sabah günaydınları başladı. Sabahları hepimize iyi geleceğine inandığım bir tane müzik seçiyorum. O müziğin hüzünlü bir parça olmamasına da dikkat ediyorum.





### **Paylaşımlarınız ya da tarifleriniz ile ilgili dikkat ettiğiniz hususlar var mı?**

Kitlık demeyeceğim ama muazzam bir dar dönemden geçiyoruz. Hem etrafım hem ülkemiz hem de seyirci kaldığımız bütün dünyada bu durum böyle. Zaten takipçilerim de beni çok iyi bilir. Hani küçük bir lokanta beni davet etmişse o şefi onurlandırmak için onu paylaşırım. Ama 4-5 saat sonra sayfamdan kaldırım. Ana sayfaya ise hiç koymam. Yapmadığım bir şeyin tarifini bana sorarlar ve cevap veremezsem diye ana sayfamda paylaşmam. Bir kavram karmaşası olacak yani bunu Sedef mi yapmış yoksa bir başkası mı yapmış diye. Ben ana sayfamı "Sedefçe" yani "Sedef'in Instagram Mutfağı" olarak kullanan biriyim. Bir de ara ara kendimi koyuyorum. Hatırlatmak amaçlı. Bu yemekleri yapan Sedef abla, Sedef teyze kimdir diye hatırlatmak için... Tabii ki çok sevdiğim, bağlı olduğum ve herkesin de çok sevdiğini bildiğim ve onur duyduğum bir adet güneşimiz, Demet Akbağ var ailemizde. Dolayısıyla ara ara Demet'i duyururum, ara ara yemeklerimi Demet'in mutfağında pişiririm, bazen o bana misafir gelir, böyle bir müthiş bir bağ da var aramızda.

## Yemeklerinizdeki maksat, mana ya da amaç nedir?

Herkesin yemeği zarif bir Şekilde sunacağına, sunabileceğine inanıyorum. Bunun için de illa ki okullu olmanız, Őef olmanız gerekmiyor. Tabii ki meslek olarak onu tercih ediyorsanız, okumanız lazım o ayrı bir konu ama komedi gibi güldürmek gibi çok komik olmak için herhangi bir yerden mezun olmak gerekmez. Bazen hiç beklemediğiniz birisine çok glebilirsiniz. Ben doğaalamanın sıcaklığından yanayım. Anne mutfağının ve tabii ki Türk mutfağının benim için bir B planı yok onu da hemen söyleyeyim :) nk; Türk mutfağı belki de %10'u bile keŐfedilmemiŐ bir mutfak. Ben oyle görüyorum. Muazzam bir mutfak. Pilav diyorsunuz bin tane tarif geliyor. Köfte diyorsunuz 500 tane tarif geliyor. Her bir evde piŐirilen aŐurenin, ezogelin orbasının tadı başka güzel. Dolayısıyla ben ille de Türk mutfağı ille de anne mutfağı diyorum. Damağımın sevdiği, istediği bir yemek oluyor benim. Mesleği gereği farklı Őeflerin farklı tariflerini dinlesem de inanın yalnızca işim olduğu için yapıyorum. Bunlar benim severek tercih edeceğim Şeyler değil. Bana bir nohut pilav, patlıcanlı pilav ya da bir elde açma ispanaklı börek getirin kendimden geçerim zaten. Dolayısıyla ben bizim mutfağı çok seviyorum. Babaannemden alıŐık olduğum, ona ben anne mutfağı diyorum o mutfağı çok seviyorum, bıkmadan usanmadan da bu mutfağın anlatıcısı olacağım, tabii sağlığım el verdiği müddetçe.

## *"İlle de Türk Mutfağı"*



## Yemeklerinizi Yaparken Özellikle Dikkat Ettiğiniz Bir Nokta Var Mı?

Kızım ve eski eşim sebebiyle bu laktozsuz yemek yapmaya alıştım. Çok yüksek reaksiyon veriyor kızımın vücudu. Son dönemde de glütensiz besinler ve çölyak hastalıkları da eklendi. Ben bu işe çok alışkınım. Bir kez daha üzerine basa basa söyleyeyim. Ben değilim. Benim yememem lazım diye sakındığım, kendimi uzak tuttuğum bir gıda maddesi yok. Bu bakımdan şanslıyım. Ama arkadaşlarım ve yakın arkadaşlarımın maalesef bir kısmında var. Ve ara ara da onlar için kek yaparım, onlara ekmek gönderirim ama bu sağlıklı beslenme çatısı altında çok şey giriyor işin içine.

Organik tarafında ise hiç değilim. İnanmıyorum çünkü. Her şeyin başına bir organik koyarak organik olduğunu hiç düşünmüyorum. Çok kalabalığız. Bu kadar çok kalabalığa yetişebilecek, marketlerde gördüğünüz yazılanlar kadar organik bir gıdanın üretilmediği kanaatindeyim. Yani umarım bir gün, birisi beni ters yönde ikna eder. O zaman ben de size farklı bir bilgi geçerim. Fakat şu anda buna inanan birisi değilim. Şuna inanıyorum; doğru tarım diye bir şey var. Benim de burada İstanbul'a çok yakın Çatalca'da ve Beykoz'un dışında tanıdığım, arkadaşlarımın tarla veya bağ evi gibi yerleri var. Sapanca'da olan var. Orhaniye'de olan var. Onlardan mütemadiyen bana bir şeyler gelir. Bu bakımdan benim mutfağım şanslı bir mutfak. Ben onlardan gelen domatesleri, ayvaları, şeftalileri mürdüm eriklerini pişiririm. Bazen kek bazen de marmelat yaparak onlara geri yollarım. Şekeri minimize ettim. Önceleri sifıra indirmiştım bir televizyon kanalında yemek anlatırken. Daha sonrasında baktım ki dünya o kadar çok stresli o kadar çok acılarla dolu ki; hikâyeler o kadar sert gelmeye başladı ki; "Sedef ne yapıyorsun" dedim kendi kendime. Yani 50 gram şekerle mi millet hayatına son verecek. Bu stresi kaldır mutfağından. Sen bir şey anlatacaksan anlat ama iki yolunu da anlat. Yani şeker koyarsanız bu kadar kullanın ama bunun yerine geçebilecek, hurma özü var, bal ısınmadan kullanılabiliriyorsa bal da var şu da var buraya geçtim. Şimdilerde ise haftada bir ya da iki gün kendime böyle bir hovardalık günü diyorum, ben ona hovardalık yemeği diyorum. Onu da zaten yazarken belirtiyorum. Özellikle de kalabalık ailelerde sıcacık tarçınlı bir kek kokusunun, bir elma pişmişinin çok insana iyi geleceğini düşünüyorum. Ben bununla yaşadığım, bütün işim gücüm bu olduğu için mi bana böyle geliyor bilmiyorum ama çoğu insana iyi geldiğini düşünüyorum. Yani çok kızgın bir hâl varken bir evden içeriye girmişsiniz, şahane bir elmalı tart kokusu veya limonlu kek kokusu sarmış evi, bir esnersiniz, yumuşarsınız diye düşünüyorum. Dolayısıyla ona böyle hovardalık günleri diyorum. Börek ya da kek yiyeceksem onu haftada iki gün akşam üstü 5 gibi saatlere koyuyorum.



## Kendinizi Nasıl Dengeliyorsunuz?

Bu kadar çok mutfakta olmak, sık sık yemek anlatıp, tarif verip de tadına bakmadan olmaz. Nasıl koruyabiliyorum kendimi dersek; şöyle yapıyorum, egzersizi hiç ihmal etmiyorum. Yani ister adım sayın ister başka bir şey... neyi yapabiliyorsanız. Üstüne basa basa söylüyorum sıfır maliyetle yapılabilecek o kadar çok şey var ki. Bunu pandemide gördük... Evinde televizyonu hatta elinde telefonu olan herkesin yapabileceği birçok şey var. Çünkü egzersiz programlarını indirmek mümkün, işte sehpa ile bir tane lastik ile neler yapılabileceğini yerli yabancı birçok spor hocası anlattı. Artık bu uygulamalara ulaşmak çok daha kolay. Bence bunun hiç özrü yok. Yapamıyorum çünkü param yok, spor kulübüne falan gitmeniz gerekmiyor. Ben de gitmedim.

## Beslenme Konusunda Diyetin Yeri Sizce Ne Kadar Önemli?

Yediklerimizi yakmanın veya kilo kontrolünün diyetle olabileceğine ben hiç inanmıyorum. Beslenme uzmanları elbette ki hep olmalı, onlara bazı şeyleri hep danışmalıyız ya da onları hep takip etmeliyiz. Çoğu benim de çok yakın arkadaşım. İçlerinden bir tanesi benim için çok özel, Taylan Kümeli. Ben dinliyorum. Her anlattığını dikkatle dinliyorum. Sabah gözümü açıyorum, ne anlatıyor diye bakıyorum. Yanı sıra Berrin Yiğit'e de bakarım muhakkak. Keza Osman Müftüoğlu'nu da iyice dinlerim. Ama 2020'den sonra, Amerika bunu başlattı, diyetisyene gitmek, diyet ile kilo vermek; eğer muazzam bir kilodaysanız, obez sınırına yakınsanız buna evet.

Ama onun dışındaki bizler için 40 beden ile 38 arasında mücadele veren ve bir türlü kazanamayanlardansanız; (ben de o bölümdeyim :)) o vakit buna gerek yok inanın. Hareketi artırmanız gerekiyor. Daha çok hareket ile biraz daha fazla miktarda yemek yiyebilir, hayatı da kendimize zehir etmemiş oluruz diye düşünmekteyim.

### **En Sevdiğiniz veya Yapmaktan Hoşlandığınız Yemek?**

Nohut ve pilav ikilisine ben bayılıyorum. Onu söyleyelim. Çikolatasız da olmaz gibi. Bir ikili daha var hepimizin çok sevdiği hatta 3'lü de diyebiliriz. Simit, peynir ve çay 3'lüsü. Çok meşhur bir mozaik pastam var. Sedef senin gibi olmuyor cümlesini çok duydum ve bu cümle beni çok şımartır ve mutlu eder. Aşurem var meşhur, çok severim çocukluğundan beri benim kadar aşure seven, yapılırken seyretmeyi seven yemeyi ve dağıtmayı seven, meraklı biri var mıdır? Belki vardır ama ben gerçekten çok çok seven taraftayım.

### **Mutfakta Olmazsa Olmaz Dediğiniz?**

Kesinlikle zeytinyağı ve otlar. Ot bizim mutfağımızı zenginleştiriyor. Taze soğan, nane, dere otu, maydanoz, tere, roka, biberiye kısacası say say bitmez. Ve tabii ki baharatlar... muazzam zengin...

### **Sosyal Medyada Yazılan Yorumlar, Gelen Mesajlar Sizi Olumsuz Etkiliyor Mu?**

Öyle bir şey yok ama bir kere oldu. Buna iki diyemeyeceğim. Belki bir kere bir ürün paylaşmışımdır. Zaten beni takip edenler çok iyi bilir ki ben o ürün ile pek yemek yapmam. Ama bizim de bu işi devam ettirebilmemiz için benimle birlikte çalışan ekip için mutfağın sürekli hazır ol da beklemesi gerekiyor. Bunun için bir yandan da kazanç kapısı gerekiyor. Bazı şeylere bu kadar keskin ve kızgın yaklaşmasak diyorum. Benim biraz anlayamadığım taraf burası yani. Yazılan iki tane cümle ile kırılıp, dağılacak halimiz yok ama biraz anlamakta güçlük çekiyorum. Toleransı kaybettik. İşin algı boyutuna çekilmesi, beni birazcık üzüyor.

## **Dünya mutfağından gezdiğiniz yerler var mı, kendinize yeni rotalar oluşturuyor musunuz?**

Dünyanın belli köşelerinde veya belli şehirlerinde o kadar fazla risk ihtimali taşıyan yerler var ki ben bıraktım artık. Neden vazgeçtin dersenez; onu yeme, bunu yeme, böyle dakikalarca kendinden bahseden arkadaşlarımı ben birazcık azad ettim. Belki hissediyorlardır ya da hissetmişlerdir. Çünkü onlarla inanın seyahatte çok güç oluyor. Siz de kendinizi çok kötü hissediyorsunuz onlar da. Sabah yandaki fırından buram buram bir börek, çörek kokusu veya kruvasan kokusu geliyor. Benim işim bu olduğu için ben onun tadına bakmak istiyorum. Yanımdaki kişinin ise programına uymayabiliyor. Bu da benim mesleğim için zor oluyor. Daha farklı neler yapılıyor, ben mutfağımda nelerin tadını değiştirebilirim diye anlamak için... Bu yüzden de tadına bakmak durumundayım. Benim gibi rahat rahat tadına bakıp, o kısacık 3 4 günlük seyahatte konu etmeyen arkadaşlarımla son derece keyifli ve konforlu seyahat ediyorum.

## **Son sorumuz herhangi bir dileğiniz var mıdır?**

Benim dileğim, sosyal medyaya koyduğum bir fotoğrafa, ah keşke ben de bunu yapsam, alsam diye iç geçirmeden herkesin bir mutfak standardının olması. Bir ortak müşterekte bulunmalıyız. Mutfaklar da göz yaşı olmamalı en azından. Diğer her şey lüks olabilir ama insanın çocuğunun canını çektiği yemeği pişiremiyor olması gerçekten sıkıntılı bir durum. Çocukluk yıllarıma gidiyorum. Biz de 3 kardeş-tik. O dönemde de bu sıkıntılar hep vardı. 80 öncesini çok iyi hatırlıyorum. Buradan çok da olayı dramatize etmeyeyim. Herkesin pişirebileceği bir mutfak düzeneği olsun istiyorum. Ve şunu da eklemek istiyorum bitirmeden. Annelerin yaptıkları yemekleri çocuklarına video kaydına aldirmalarını istiyorum. İlk denemede sonuç belki şık olmayabilir, istedikleri gibi olmayabilir. Ama bu iş koşu gibi ve koştukça açılırsınız. Dans etmek gibi. Bu iş yaparak, mutfakta kalarak zaten öğrenilen, bilgi arttırılan bir iş.

Son olarak ne olur çocuklarınızı fast food veya her ne diyorsanız telefonla yemek söyleme alışkanlığından kurtarın. Bir de aile ortamında aynı anda sofraya oturmak. Günde bir öğün bile olsa gayret koyun. Hatta haftanın 2 ya da 3 günü için gayret koyun. Herkes dilediği saatte tepsiyi alıp, kenara çekilmesin. Çünkü özellikle Türk sofralarında çokça şey paylaşılır ve çokça problem çözüm bulur. Bana yer verdiğiniz için çok teşekkür ederim.

*"Türk Sofralarında Çokça Şey Paylaşılır Ve Çokça Problem Çözüm Bulur".*



# ASTRO

# MAGAZİN

2023 yılı ünlü isimler için birbirinden önemli süreçleri beraberinde getiriyor. Kimileri önemli kararlar alacak, kimileri eski popülaritesini yeniden kazanmak isteyecek. Dolayısıyla bu yıl özellikle de Akdeniz kıyılarımızda Hollywood yıldızlarını bolca göreceğiz. Aynı zamanda dünyaca ünlü bu yıldızların ülkemizin bazı şehirlerine çekimler için gelmesi o bölgeleri devasa setlere çevirebilir. 2023 yılının gezegen hareketleri ülkemizin genç ve yetenekli oyuncularını uluslararası projelerde göreceğimizin de altını çiziyor.



## Aleyna Tilki

2023 yılında hem kendisi hem de aşk hayatı oldukça konuşulacak. Kendisi gibi ünlü bir isimle birlikte olması magazin bültenlerini meşgul edecek. Troll hesaplardan sosyal medyada yaş eleştirileri alabilir.

## Serenay Sarıkaya



Yeniay ve Yengeç Dönencesinde doğmuş Sarıkaya'nın aşk hayatında yüzü gülecek mi? 2023'ün Mayıs ayına kadar ilişkilerle ilgili iddialı adımlar atacak. Kendisi gibi oyuncu olan birisi ile gündeme gelebilir. Projeleriyle yeniden ulusal kanallarda ve dijital platformlarda rüzgar gibi esecek.



## Afra Saraçoğlu

Yetenekli ve güzel oyuncu Afra Saraçoğlu'nun ilişkiler konusunda git gelli bir durumu olabilir. Sevgilisi ile ortak projelerde yer alacak olsa da 2023 yılında kafası karışacak. Dizideki partnerinin özel hayatının deşifre olması Afra'yı tuhaf bir aşk üçgeninin içine itebilir. Günün sonunda çok farklı bir ilişki ile yoluna devam edecek.



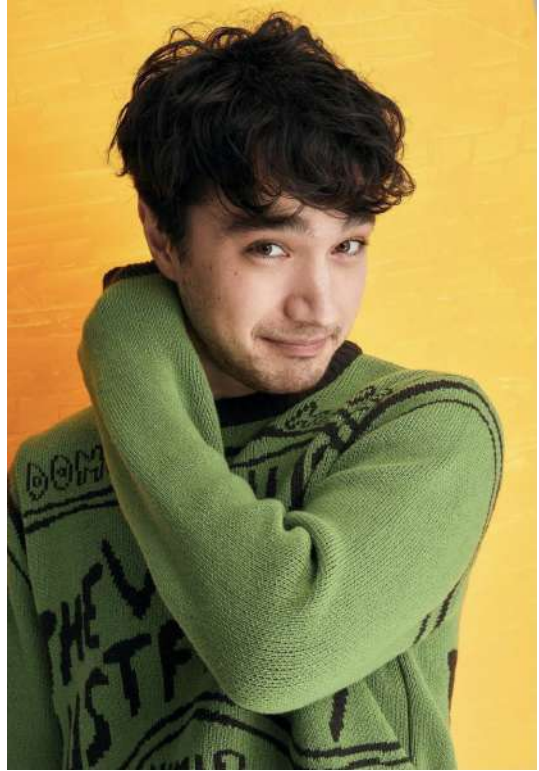
## Mert Ramazan Demir

Genç oyuncunun hem özel hayatı hem de sosyal medyadaki konuşmaları içinde bulunduğu dizilerden daha çok gündeme oturabilir. Aşk hayatına magazin kulisleri daha çok kafa yoracak.

## Mert Yazıcıoğlu

Başarılı oyuncunun ilişkisinden yüzü gülse de bir takım dedikodu kazanları onun da kafasını karıştıracak. Ekran önünde olduğu yeni projede Afra ile ekranı paylaşabilir. Yılın sonuna doğru ilişkisinde yaşayabileceği çatlaklar Mert Yazıcıoğlu'na iddialı bir karar aldırabilir.





## Miray Daner

Genç isim yeni projeler ile gündeme gelirken, özel hayatında içinden çıkamadığı günlere doğru yürüyor olabilir.

## Burak Dakak

Popülaritesini arttıracak. Canını sıkacak bazı magazinsel olaylarla da karşı karşıya kalabilir.

## Nilperi Şahinkaya

Güzeller güzeli Nilperi'nin aynı anda birkaç projede yer alacak olması onu 2023'ün kazançlı isimlerinden birisi yapacak. Ancak geçmişten gelen bazı olaylar onun özel hayatında farklı bir yol izlemesine ön ayak olacak.

## Burak Tozkoparan

Kendini ön plana çıkaracak yetenekli oyuncu, ülkede sevilen projelerin aranan isimlerinden birisi olabilir. Set aşkları ile de gündemden düşmeyecek.

## Rihanna

Yıldızını parlatacak Barbados'lu sanatçı, evliliği ve çocuğu ile daha çok gündemde olacak. Eski günlerdeki gibi büyük projelerin ilk akla gelen isimlerinden birisi olacak. Asap Rocky ile olan ilişkisinde 2023 yılı özelinde bazı çalkantılar yaşayabilir.





## Jennifer Lopez – Ben Affleck

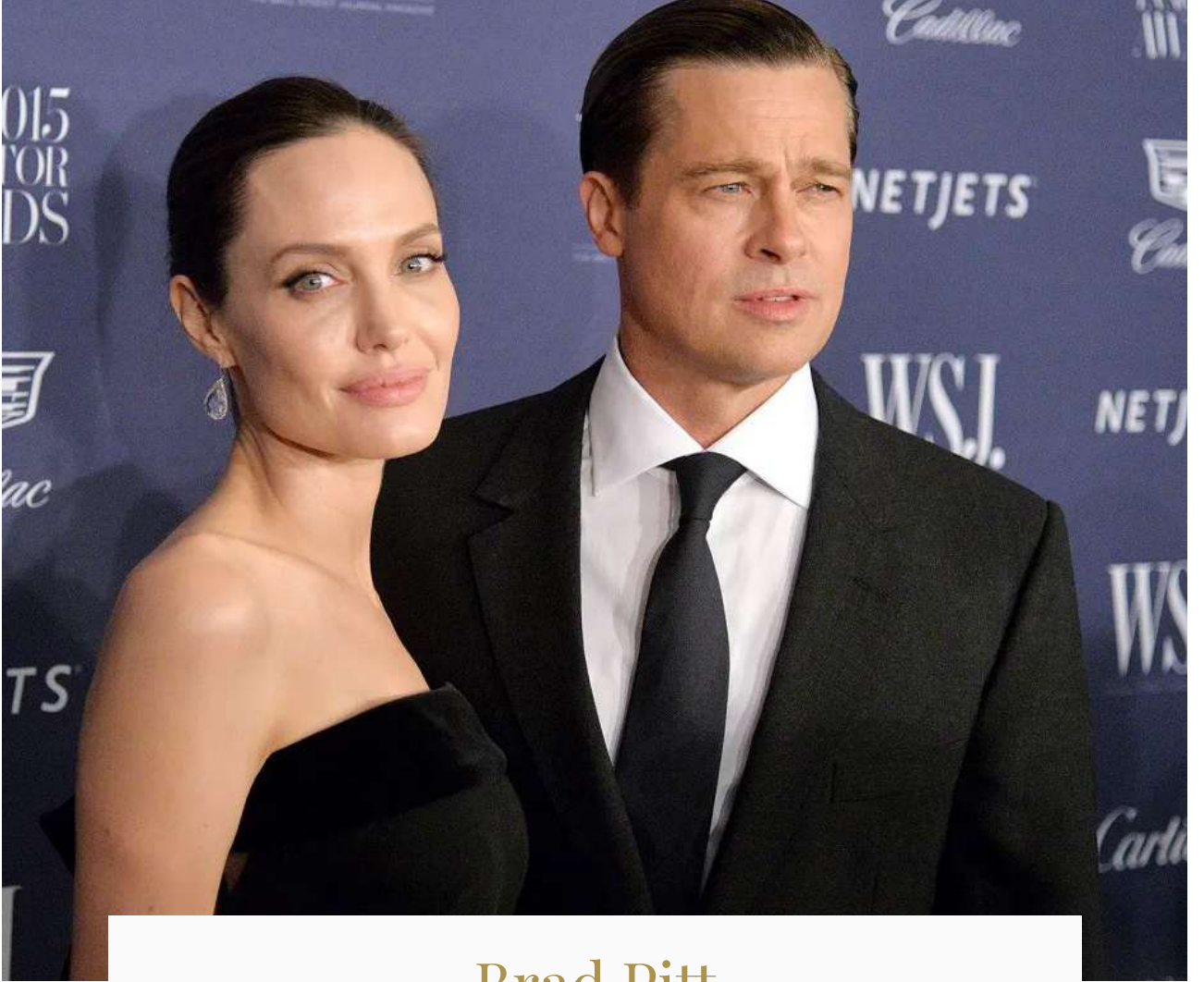


Sürpriz bir gelişmeyle yeniden bir araya gelen bu ikilinin ilişkisi de 2023 yılında önemli bir sınavdan geçecek. JLo'nun Affleck'i kalbinden çıkarması ve yakışıklı oyuncunun özel hayatıyla ilgili serzenişleri 2023'ün sarsıcı kulislerini beraberinde getirebilir.

## Tom Holland – Zendaya

Ekranların ışık saçan ikilisi yeniden aynı projede boy gösterebilir. İlişkilerindeki hız dur durak bilmezken evliliğe doğru yürümeleri şaşırtmayacak.





## Brad Pitt Angelina Jolie

Yılan hikayesine dönen bu ilişkinin üzerindeki kara bulutlar 2023 yılında kademeli bir şekilde dağılabilir.

## Elon Musk

Çılgın milyarder, yaptığı işlerin yanı sıra özel hayatındaki perde arkası gündemiyle de adından söz ettirecek. Başka bir evlilik, kamuoyunun bilmediği bir çocuğu konusu da konuşulanlar arasında yer alabilir.



---

# Daima İleri Bakmak

---

## Hayatı boyunca ileriye bakmaktan yorulmayanlara...

Geçmişten sıyrılmak bu yılın genlerinde var.

Özellikle de önemli kararlar almak...

Güçlü olmanın özünde alınan tüm yaralara rağmen adım atmaktan vazgeçmemek yatar.

Ne güzeldir ilerlemek, ilerlerken öğrenmek ve öğretmek.

Belki de durmaktır bizi derin yüzleşmelere iten.

Duranın işi sadece kendi zihninin çekmecelerini karıştırmaktır. Yoktur başka meşgalesi

Kalbe dokunan anları değerli kılan, müstesna detayları fersah fersah ileriye taşımaktır.

Bir bakış, bir gülüş, bir dokunuş, bir his... İşte bunların hepsi ileriye bakmakla sirayet eder yüreklerimize.

Halbuki geriye bakarak yürünemeyeceğini hepimiz biliyoruz. Ama bir yandan da bakmadan edemiyoruz.

Artık bu düzene son diyeceğimiz bir süreçteyiz.

Daima ileriye bakmak bize amaç verir, amaçlar yaşamın temelidir.

Unutmamak gerekir ki, dün tarih, yarın gizem, yaşadığımız gün ise bize bir armağandır...



2023 YILINDA  
BURCUNUZU  
NELER  
BEKLIYOR?





### **KOÇ BURCU**

Yeni bir yıla adım atarken önceliğiniz garantici adımlar atmak olacak. 2023 yılı her ne kadar yoğun dönemlerin kapısını aralasa da isimsiz fısıltılardan sıyrılacak, "ne istediğimi biliyorum" moduna hızlı bir geçiş yapacaksınız. Aklınızdaki her detayı çözmek için de çaba sarf edeceksiniz. Yıllar sonra Güneş Tutulmasını misafir edecek burcunuz, yeni ve güçlü başlangıçları da beraberinde getirecek.



### **BOĞA BURCU**

İyisiyle, kötüsüyle 2022 yılını ardınızda bırakıyorsunuz sevgili Boğa burçları. 2023 yılı özel hayatınızdaki problemleri geride bırakacağınızı işaret ediyor. Geçmişin size getirdiği en önemli kazanım, tecrübe ve deneyimler olduğunu kanıksayacaksınız. 2023 yılının ilk 6 ayında gözlemci yanınızı itina ile ortaya çıkaracaksınız. Ekim ayında yaşanacak Ay Tutulması ile beraber attığınız cesur adımların meyvelerini de toplayacaksınız.



### **İKİZLER BURCU**

2023 yılı başlıyor. Çözümüne kavuşturamadığınız ve uzun zamandır sizinle devam eden konuların teker teker ortadan kalktığına şahitlik edeceksiniz. Çevrenizden gelecek eleştirilere ise kulak asmayacak ve öz benliğinize sıkı sıkıya sarılacaksınız. Burcunuzda devam eden Mars Retrosu, sizi yeni yılın ilk günlerinde de etkilemeye devam edecek. Retronun sona ermesiyle birlikte yorgunluklarınızın da yavaş yavaş dağıldığını fark edeceksiniz.



### **YENGEÇ BURCU**

Güçlü kelimesinin anlamının yalnızca fiziksel bir kavramdan ibaret olmadığını daha iyi anlayacağınız bir yıla giriş yapacaksınız sevgili Yengeç burçları. Sizi eleştirmek isteyen kişilere en iyi cevabı çalışmalarınızla, projelerinizle vereceksiniz. Yeraltı gezegeni Plüton, ilişki evinizden uzaklaşırken, aşk hayatınızda durağan giden günler yerini hareketli günlere bırakacak.





### ASLAN BURCU

Değişim kelimesinin ruhunuza sirayet edeceği yılın adı 2023. Dış görünüşünüzden tutun da evinizle ilgili ufak detaylara kadar amansız bir dönüşüme kucak açacaksınız. Lider ruhunuz sayesinde daha fazla kişiye sorumluluk verecek ve çevrenizi yönlendireceksiniz. Yılın üçüncü ayından itibaren Plüton kısa süreliğine de olsa 7. Evinizde misafir olacak. Ruhunuzu sıkıştıran baskılara da dur diyeceksiniz.



### BAŞAK BURCU

Sürprizlere alışmakta zorlanmayacağınız bir yıla merhaba diyeceksiniz. 2023 yılında karşınıza çıkacak fırsatlar, zaman zaman sizi kararsızlığa itecek olsa da endişelenmeden yolunuza devam edeceksiniz. Yaptığınız ya da yapacağınız hatalardan ders almasını bilecek ve hedefe doğru yürüyen tavrınızdan bir an olsun ödün vermeyeceksiniz. Öğreten gezegenin karşıt burcunuza taşınması, aşk hayatınızdaki kırgınlıkları da iyileştirecek.



### TERAZİ BURCU

2023 yılında burcunuz birçok tutulmaya ev sahipliği yapacak. Ertelemediğiniz, sonra dediğiniz her konu için yeni bir sayfa açma fırsatını da elde edeceksiniz bu sayede. Belki kariyerinizde belki de yaşam alanınızda değişiklik yapmak için doğru zamanların geldiğini de hissedeceksiniz. Bir an olsun yerinizde durmayacaksınız. Özellikle Haziran ayı sizin için önemli günlerin yaşanacağını işaret ediyor sevgili Teraziler.



### AKREP BURCU

Duyularınızın ve düşüncelerinizin anlam kazanacağı, ne istediğinin bilincinde olduğunuz bir yıla adım atıyorsunuz. Girişimlerinizin sonuç bulacak olması bu yıl için sizi fazlasıyla motive edecek. Yöntem ve metotlarınız çevrenizin dilinden düşmeyecek. Son 2 buçuk yıldır burcunuzda misafir ettiğiniz tutulmalar artık sona eriyor. Duyularınızı açık bir şekilde dile getirmek kendinizi iyi hissetmenizi de sağlayacak.



### YAY BURCU

Duygularınıza vurduğunuz kilitlerin ortadan kalkacağı 2023 yılına merhaba diyorsunuz. Kendinizi kötü hissetmenize sebep olan kişileri hayatınızdan çıkarma konusunda da tereddüt yaşamayacaksınız. Pratik zekânız ve teori planlama konusunda antrenmanlı olan zihniniz size kolaylık sağlayacak. Mücadele gezegeni Mars'ın 2023 yılında burcunuzdaki hareketiyle yılın sonundaki gelişmelere yüksek tepkiler verebilirsiniz, dikkat!



### OĞLAK BURCU

2023 yılında beklenmedik olaylarla karşılaşan burçların başında siz geleceksiniz sevgili Oğlak burçları. Yılın ilk yarısı boyunca iddialı kararlar almaktan çekinmeyeceksiniz. Yerinde saymak bu yıl size göre olmayacak. Hayatınızda devrim yapacaksınız. Burcunuz 2023 yılının hem başında hem de sonunda retroya ev sahipliği yapacak. Yeraltı gezegeninin de burcunuzdaki hareketini tamamlaması, "hamdım, yandım, piştim!" sözünü size söyletecek.



### KOVA BURCU

Kendinizden önce hep bir başkasını düşündünüz, kendinizi ertelediniz. Ama 2023 yılı itibariyle bu durumu tersine çevireceksiniz. Hayatınızın merkezinde sizden başkası olmayacak. Yönetilen değil, yöneten olacaksınız. Yeni insanlarla tanışma fırsatı yakalamak size yeni bakış açıları da kazandıracak. Ayrıca bu sene burcunuzda Plüton'a da ev sahipliği yapacaksınız sevgili Kovalar.



### BALIK BURCU

Denedin, olmadı, vazgeçtin. Belki de yeniden başlama fırsatını bir türlü kendinde bulamadın. Bu yüzden de yeni başlangıçlara hep sırtını çevirdin. Artık bu durum değişiyor. Yılın başından sonuna kadar yaşayacaklarınız kendinizi bambaşka birisi gibi hissetmenizi sağlayacak. Burcunuz, öğreten gezegene yaklaşık iki buçuk yıl boyunca ev sahipliği yaparken, olgunlaşacaksınız. Yılın sonunda birçok noktada "iyi ki" kelimesini sarf edeceksiniz.

# Twitburc Premium

Üyelik Ayrıcalığına Sahip Olun!



Twitburc Premium üyelik ile birlikte  
Twitburc.com.tr ve Twitburc App'lerinde  
sizleri neler bekliyor?

✓ **Detaylı Haftalık Burç Yorumları**

Standart kullanıcılara oranla çok daha uzun haftalık yorumla birlikte sizlerle ve hafta boyunca dikkat etmeniz gerekenler...

✓ **Detaylı Aylık Burç Yorumları**

Standart kullanıcılardan çok daha uzun bir burç yorumuna ulaşma imkanına sahip olacaksınız. Bunun yanı sıra ay boyunca Ay'ın burcunuzda konuk olacağı günler ve bu günlere özel yapabileceğiniz, üstlenebileceğiniz sorumluluklar. Ve Ay Boşlukta takvimi. Ay'ın boşluk-taki hali zaman zaman beklenmedik aksilikleri de beraberinde getirmekte. İşte siz Ay boyunca bu günleri bilecek ve tedbirlerinizi önceden alabileceksiniz.

✓ **Yıllık Burç Yorumları**

Bütün bir yılın yorumlarını önceden okumak istemez misiniz? Astroloji severlerin her zaman merakla beklediği yorumların başında gelen yıllık burç yorumları, premium kullanıcılara özel olarak sunulmakta...

✓ **Sınırsız Sayıda Serbest İçeriklere Sahip Podcast**

Zeynep Turan'ın sesinden gerek ekonomi gerek sağlık gerekse de çocuklarınız ile ilgili merak ettiğiniz soruların yanıtlarını bulacağınız podcastlere erişim hakkına sahip olacaksınız. İster evde ister işte isterseniz de yolculuk sırasında gökyüzüne dair ipuçları Twitburc Premium Üyelikte!





## Ailenizle Uyumlu Musunuz

Aile toplumun en küçük yapı taşıdır. Bu yapı taşın dengelerini kimi zaman ebeveynler kimi zaman da çocuklar değiştirebilir. Bu testimizde sizlere ailenizle aranızdaki uyumu analize dökmeyi vadediyoruz. İşaretlediğiniz şıklara dikkat edin...

1. Sırlarımı en çok annemle paylaşıyorum

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

2. Babamla bir konu konuşmaya çekinirim

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

3. Kardeşlerimle sürekli olarak tartışma içindeyizdir

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

4. Anne ve babam isteklerime hemen karşılık verir.

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

5. Oda Düzenime ailem tarafından daima müdahale edilir.

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

6. Mutfakta vakit geçirmekten hoşlanırım.

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

7. Ortak yapılan planları severim.

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

8. Boş zamanlarında ailemle otururum.

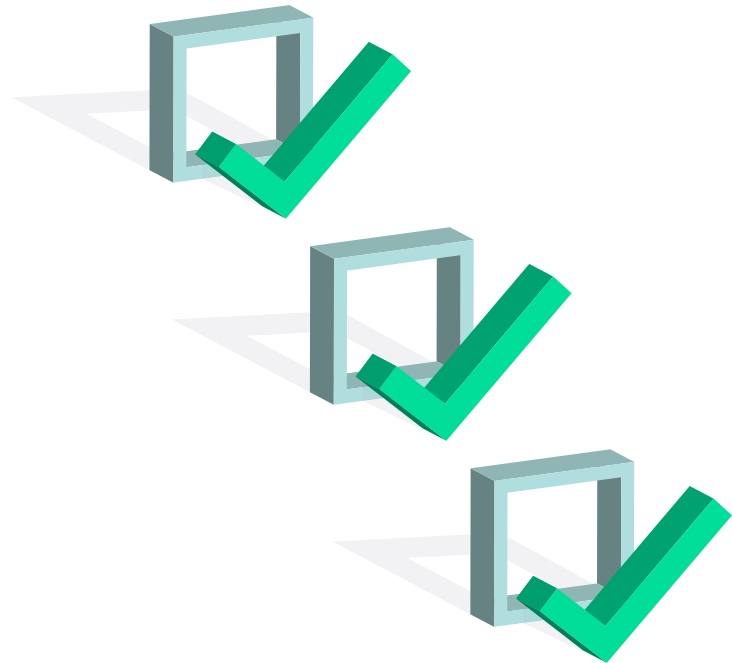
- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

9. Arkadaşlarımı ailemle rahatlıkla tanıştırebilirim.

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç

10. Annem ve babam arasındaki küslüklerde araya yumuşatmak için devreye girerim.

- a. Her Zaman
- b. Bazen
- c. Hiç



## **Eğer A'lar Çoğunluktaysa,**

### **Siz Tam Bir Aile Neferisiniz**

Ailenizle gerek planlar yapmak gerekse onların içinde bulunduğu sorunları çözmeniz adına sürekli olarak iletişim halindedesiniz. Bu yakınlık kimi zaman bazı tartışmalara yol açsa da ailenizle olan ilişkiniz size motivasyon katan değerlerden bir tanesi. Onların kararları ve görüşlerini hayatınıza uyarlamak size güç veren detaylardan bir tanesi.

## **Eğer B'ler Çoğunluktaysa,**

### **İletişim Dengedir**

Siz hem kendinizi ifade edebilen hem de her detayı paylaşmayan birisiniz. İletişim tecrübelerinizi ailevi olayların içerisinde kullanabilmeniz en büyük sebeplerinden birisi daha önceden yaşamış olduğunuz iletişim kopuklukları olabilir. Halen ailenizle yaşıyorsanız, onların sizin yaşamınıza müdahil olmasına izin vermeyen bir yapınız olduğunu bu sonuca göre dile getirebiliriz.

## **Eğer C'ler Çoğunluktaysa,**

### **Sabır ve Aksiyon Arasındaki İnce Çizgi**

Yaşamınızdaki dinamiklere ailenizin çokça yorum yaptığı ve sizin kendinizi bildiğiniz alanlarda bile sürekli olarak onların müdahalesini sezdiğiniz sonucu ortaya çıkıyor. Ne kadar ailenizle sürtüşmeleriniz olsa da kendinizi en doğru bu şekilde ifade edebildiğinizi düşünüyorsunuz. Çizgilerinizi çekmeyi bilen iddialı tavrınız ailenizle olan uyumunuzun inişli çıkışlı bir grafikte olduğunu gözler önüne seriyor. Keskin çıkışlarınızın bir sebebi var...

---

# PINAR ÇAĞLAR GENÇTÜRK

---

*Ekranların sevilen dizisi Yargı oyuncularından Pınar Çağlar Gençtürk bu sayımızın konuklarından. Yer aldığı projelerde kendisinden her zaman bahsettiren Pınar Çağlar'ı daha yakından tanımaya ne dersiniz?*





---

*"Keşke Demektense, İyi Ki Böyle  
Olmuş Demeyi Tercih Ederim"*



**3 kelimedede Pınar Çağlar Gençtürk.**

Bu soruya cevap vermek zor tabii ki ama kısaca; eğlenmeyi seven, genel olarak sabırlı, duruma göre tez canlı, merhametli olmayı önemseyen, hakkaniyetli biriyim diyebilirim.

**Güne onsuz başlamam dediğiniz bir davranışınız varsa bizimle paylaşabilir misiniz?**

Davranış değil belki ama her gün uyandığımda şükrederim.

**İnsan ilişkilerinizde olmazsa olmazınız nelerdir?**

Manipülatif olmayan, duyarlı, saygılı, eğlenceli insanlarla daha iyi anlaşırım. Karşımdakinin başka insanlara karşı davranışlarına dikkat ederim. Mizah duygusu olan insanları severim.

**Hayatınızda keşke dediğiniz anlar oldu mu?**

Eğer bir şey olmuyorsa gerçekten olmaması gerekiyordur. Ya da daha iyi bir şey olacaktır. O yüzden keşke demektense, iyi ki böyle olmuş demeyi tercih ederim.



---

## *"Merak Bitince Aşk Da Biter"*

### **Hayalinizdeki mesleği yapıyor musunuz? Eğer oyuncu olmasaydınız, hangi mesleği yapardınız?**

Oyunculuk zaten istemeden yapılabilecek bir şey değil. Tabii ki en çok istediğim mesleği yapıyorum. Oyuncu olmasaydım yine sanatın bir koluyla uğraşırdım herhalde.

### **En büyük hayalinizi bizimle paylaşabilir misiniz?**

Her şeyin "en" i biraz fazla geliyor bana. O yüzden en büyük hayalim diye bir şey yok benim için. Sağlıklı olmak, sevdiklerimle iyi vakit geçirmek, huzurlu bir hayat, anın kıymetini bilmek daha değerli bence. Ama illa bir hayal gerçekleşecekse tüm çocuklar gülsün, mutlu olsun isterim.

### **Pınar Çağlar Gençtürk aşkın tanımını nasıl yapar?**

Bence kesinlikle merak. Karşındaki insanın her şeyini, ne yaptığını, düşüncelerini, hislerini hatta ne yiyip, içtiğini merak etmek. Bu merak bitince aşk da biter bana göre.

### **Kendinizde değiştirmek istediğiniz bir özelliğiniz olsaydı, bu ne olurdu?**

Çoğu zaman kontrolü elimde tutmaya çalışıyorum ve bu yorucu olabiliyor. Bazı konularda biraz daha esnek olabilmeyi isterdim.



## AstroDanışmanlık

Zeynep Turan astrolojik koç olarak üç başlık altında danışmanlık vermektedir. İster soru sorabilir, ister bireysel danışmanlık alabilir, istersen de ikili ilişki yorumun ile ilgili detaylara ulaşabilirsin.





## 2022'NİN EN ÇOK DİNLENENLERİ VE İZLENENLERİ

Yine bir yılı ardımızda bıraktık. Yeni bir yıl, yeni bir macera ve yeni deneyimler... Hepsi 2023'ün içinde gizli. Durum böyleyken geçtiğimiz yılın kritiğini yapmadan olmaz. Şimdi gelin Spotify ve Netflix verilerine göre 2022'nin Enlerine göz atalım.

### EN ÇOK NELER DİNLENDİ?

#### *2022'nin En Çok Dinlenen Sanatçıları Türkiye*

1. UZI
2. Cakal
3. Ezhel
4. Lvbel C5
5. Sefo

#### *2022'nin En Çok Dinlenen Şarkıları Türkiye*

1. KÖFN – Bi'Tek Ben Anlarım
2. UZI – ARASAN DA
3. Cakal – İmdat
4. UZI – PAPAZZI
5. Güneş – Suçlarımdan Biri

#### *2022'nin En Çok Dinlenen Sanatçıları Dünya*

1. Bad Bunny
2. Taylor Swift
3. The Weeknd
4. Drake
5. Ed Sheeran

#### *2022'nin En Çok Dinlenen Şarkıları Dünya*

1. Harry Styles – As It Was
2. Glass Animals – Heat waves
3. The Kid Laroi & Justin Bieber – STAY
4. Bad Bunny, Chencho Corleone – Me Porto Bonito
5. Bad Bunny – Titi Me Pregunto

# EN ÇOK NELER İZLENDİ?

## *2022'de En Çok İzlenen Diziler Türkiye*

1. Wednesday
2. Sıcak Kafa
3. 1899
4. Harry ve Meghan
5. Ateşböceği Yolu

## *2022'de En Çok İzlenen Filmler Türkiye*

1. Esrarengiz Canavar
2. Lady Chatterley'nin Sevgilisi
3. Pinokyo
4. Benim Adım İntikam
5. Yüzücüler

## *2022'de En Çok İzlenen Diziler Dünya*

1. Stranger Things
2. Manifest
3. Inventing Anna
4. Dahmer – Monster: The Jeffrey Dahmer Story
5. Bridgerton

## *2022'de En Çok İzlenen Filmler Dünya*

1. The Tinder Swindler
2. The Adam Project
3. The Sea Beast
4. Don't Look Up
5. The Gray Man

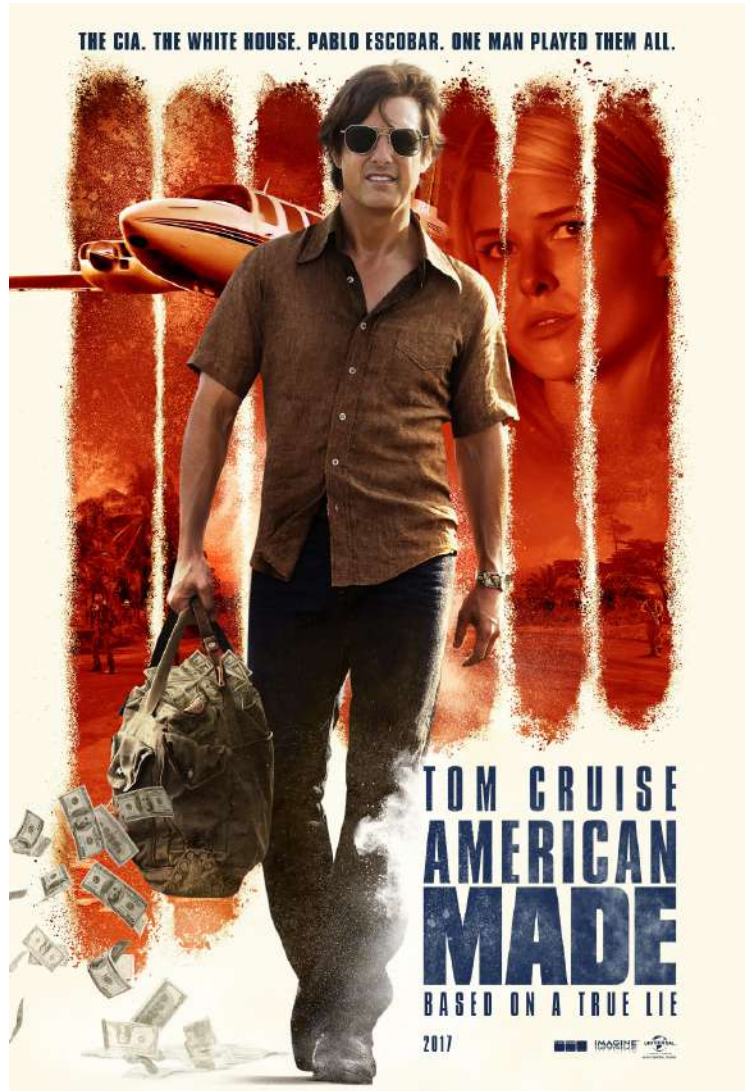


A black smartphone is shown from a top-down perspective, lying on a silver laptop keyboard. The phone's screen is white and displays the word "NETFLIX" in a bold, red, sans-serif font. The phone has a black bezel and three capacitive touch buttons (square, triangle, and circle) at the bottom. The laptop keyboard is partially visible, showing keys for "Q", "A", "S", "Z", "Y", "X", "#", and "Alt". The background is a mix of red and brown surfaces.

**NETFLIX**

# American Made (Kaçakçı) 2017

Hafta sonunuzu aksiyon dolu bir Tom Cruise filmi ile doldurmak istiyorsanız. American Made tam olarak aradığınız film. Polisiye, macera temalarını barındıran bu yapım ABD'nin daha önce yaşadığı bir olaydan esinlenerek beyazperdeye uyarlanmış. Filmin konusuna şöyle bir bakacak olursak; 80'li yıllarda Kolombiya'nın en bilinen suçlusu olan Pablo Escobar için pilotluk ve tehlikeli madde kaçakçılığı yapan Barry Seal aynı zamanda da Amerika İstihbaratı olan CIA için de çifte ajanlık yapmaktadır. Amerika tarihindeki en büyük operasyonları yürüten Barry, bir yandan özel hayatındaki sorunları çözmenin derdinde bir yandan da zengin olmanın planlarını yapmaktadır. Filmin kurgusu birçok izleyici şaşırtan türden. Seyir zevki yüksek ve aksiyonu dinmeyen bir yapım olan American



Made, eleştirmenlerden de geçer not almayı başaran bir yapım olarak öne çıkmakta. Filmin yönetmen koltuğunda başarılı yönetmen Doug Liman oturuyor. Filmin senaryosu ise Gary Spinelli'ye emanet. American Made'ın oyuncu kadrosu ise şöyle; Tom Cruise, Sarah Wright, Domnhall Gleeson, E. Roger Mitchell, Jesse Plemons ve Caleb Landry Jones.

# Wednesday (2022)

Şimdiki dizimiz Netflix'te epey popüler olan ve ülkemizde de oldukça sevilen bir dizi olan Wednesday. Geçtiğimiz yıl yayınlanan ABD yapımı bu dizi sürükleyiciliği ve içindeki gizem öğeleriyle izleyicilerin oldukça beğenisini topladı. Dizinin konusuna gelecek olursak; Kendi akranlarına göre zeki, ukala, farklı ve soğukkanlı davranan birisi olan Wednesday Addams, Nevermore Akademisi'nde yeni bir serüvene başlarken aynı zamanda kendine yeni düşmanlar da edinmekten geri durmaz. Wednesday'ın Akademi günleri bir yandan çalkantılı geçerken kendini bir anda yaşanan birtakım cinayetleri araştırırken bulur. Yaşadığı kasabadaki suçları ustalıkla araştıran ve geçmişle yüzleşen Wednesday, hikâyenin merkezinde olan karakterimiz. Dizi bir yandan gençlik dizisi öğeleri bir yandan da dedektiflik teması ile izleyenleri ekrana kilitlemeyi vad ediyor. Dizideki beklenmedik senaryo dokunuşları ve finali sizleri ikinci sezonu beklemek için sabırsız bir ruh haline sürükleyecek. Dizi içerisindeki karakterlerin farklı bir tonda ele alınışı



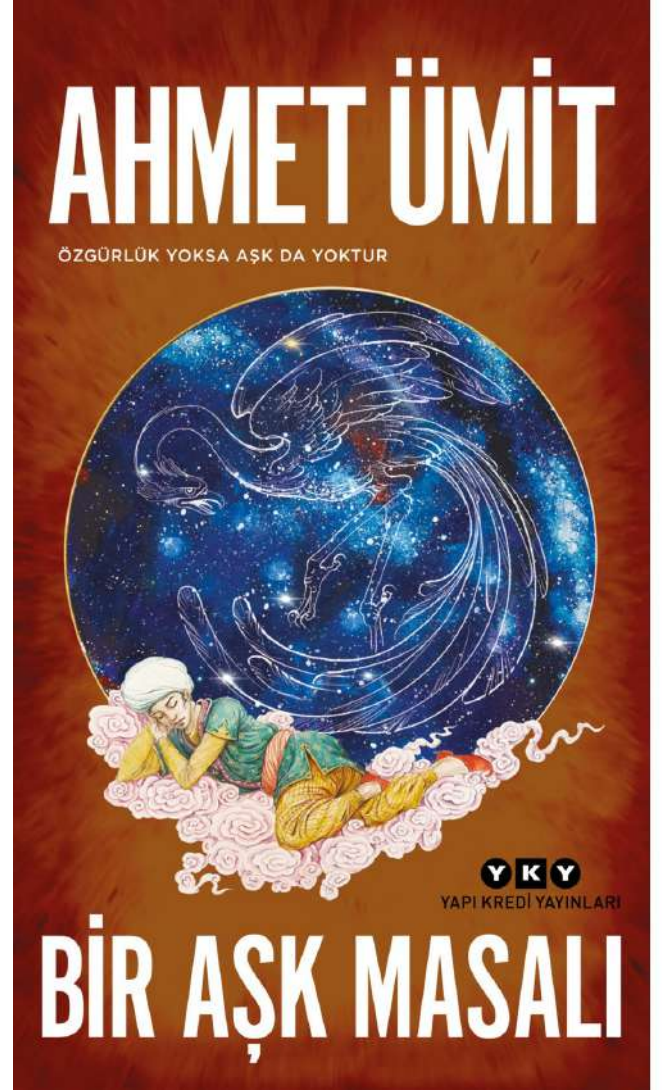
ve kurgunun akıcılığı dizi hakkında sürpriz bozan (spoiler) duysanız bile heyecanınızı azaltmıyor. Tahmin edilemez sahnelerle heyecanı daima yüksek tutan bu diziyeye şans vermenizi öneriyoruz.

Dizinin yaratıcıları Alfred Gough ve Miles Millar çok özgün bir iş ortaya çıkarmış. Oyuncu kadrosu ise; Jenna Ortega, Gwendoline Christie, Riki Lindhome, Jaime McShane, Percy Hynes-White, Joy Sunday ve Christina Ricci'den oluşmakta.

# Ahmet Ümit Bir Aşk Masalı

ÖZGÜRLÜK YOKSA AŞK DA YOKTUR  
Asla sevdiğin insanın gardiyanı olma...  
Bir varmış bir yokmuş, dünyada acayıplikler çokmuş. Bir gece beş farklı ülkede, beş prens aynı rüyayı görmüşler: Bir genç kız, kadim bir kent alacakaranlık sokaklarında ışıktan bir güzellik halinde dolaşıyormuş. İşte o kızı gördükten sonra, artık ne eski hayatları kalmış ne de eski hakikatleri. Ahmet Ümit'ten insanlığın en yüce duygusu olan aşkın doğasına dair bir hikâyat.

Bir Aşk Masalı, beş prensin sevda uğruna revan oldukları bir yol ve hal macerası. Kaf Dağı'ndan ıssız çöllere, ücra hanlardan savaşçı kabilelerin çadırlarına, devlerden deniz kızlarına, balinalardan devasa yılanlara, cümle tabiatın ve mahlukatın geçiş yaptığı bir hayal perdesi.



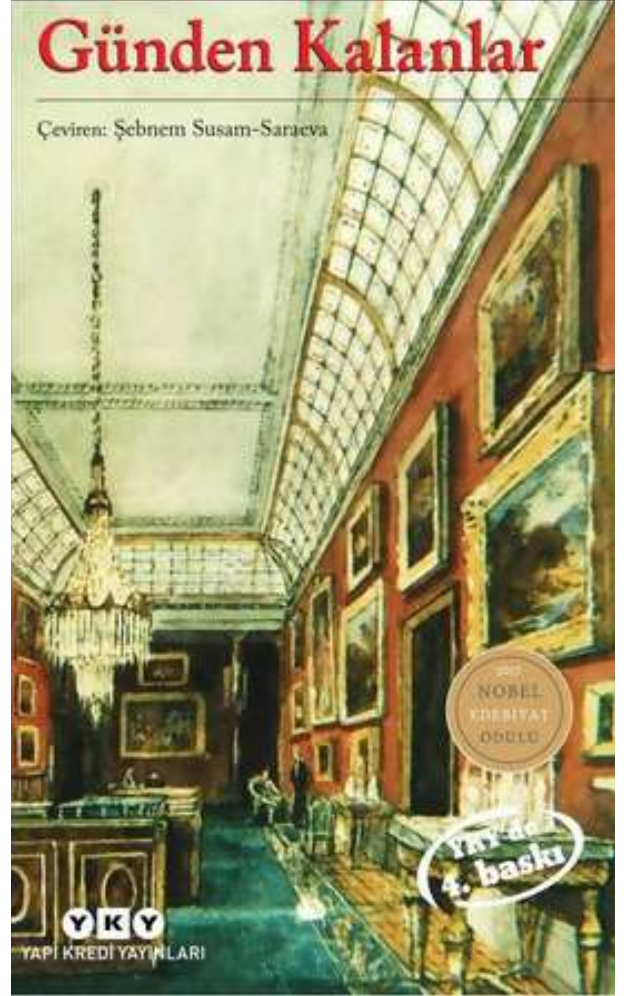
“Yolculukların en çilelisi aşk için yapılandır. Ve zorluk ne kadar artarsa aşk o kadar kıymete biner, o kadar anlam kazanır, o kadar vazgeçilmez bir hal alır...”

# Günden Kalanlar

## Kazuo Ishiguro

Bir roman düşünün ki asıl anlattığı, tek bir satırında dahi geçmeyen duygular, umutlar, hayal kırıklıkları, özlemler olsun. Kazuo Ishiguro'nun benzersiz tarzını en iyi ortaya koyduğu eserlerinden biri olan Günden Kalanlar böyle bir roman...

İngiliz malikânelerinin ihtişamını yitirdiği dönemin son büyük başuşaklarından biridir Stevens. Amerikalı yeni işverenin arzuladığı düzeni kurmak için birlikte çalıştığı eski kâhyayı ziyaret etmeye karar verir ve İngiliz taşrasında bir yolculuğa çıkar. Yol boyunca karşılaştığı manzaraların ve insanların yarattığı izlenimler anılarıyla ve mesleğinin gereklerine dair düşünceleriyle birleşerek, özenle bastırıldığı duygularını ortaya sererken, hayatını idealleri uğruna harcayan Stevens basmakalıp fikirleri ve saplantılarıyla okurun kalbini fetheden eşsiz bir kahramana dönüşür.



# Muhteşem İkili

*Başrollerinde Ediz Hun ve Selma Güneri'nin yer aldığı "MUHTEŞEM İKİLİ" Fişekhane'de sizlerle buluşuyor.*

Yılların değiştiremediği tek şey belki de Aşk'tır! Engin ve Meltem bir zamanların en ünlü Yeşilçam, kabare ve televizyon oyuncularındandır. Sahne birliktelikleri evlilikle sonuçlanmış fakat bir süre sonra hem oyuncu hem evlilik ilişkileri bitmiştir. Aradan geçen 10 yılın ardından birbirlerinin isimlerine bile tahammül edemeyecek noktaya gelmişlerdir. İkisile ayrı ayrı görüşmeyi sürdüren Engin'in yeğeni Savaş'a çalıştığı televizyon kanalından eski meşhur oyuncuları bir araya getirmekle ilgili bir program verildiğinde kahkaha



dolu bir süreç başlar. Acaba Savaş birbirine dayanamayan bu ikiliyi bir araya getirmeyi başarabilecek mi? Yeşilçam'ın ünlü yıldızları Ediz Hun ve Selma Güneri'nin rol aldığı Muhteşem İkili seyircileri keyifli bir Romantik Komediye sürüklüyor.

**Yazan:** Savaş Özdemir

**Yöneten:** Atilla Şendil