

BURDUR REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ AYLIK BÜLTENİ

Kasım 2023

Sayı 11

İÇERİK

Verimli Ders Çalışma
Teknikleri

Engelli Hakları

Ders Çalışırken Konsantrasyon Sorunu Yaşıyorsanız Nedenleri

- Amaçların olmayışı,
- Yanlış düşünce ve inanışlar,
- Ders çalışma,
- Planlı ve düzenli çalışmama,
- Yanlış çalışma alışkanlıkları,
- Gürültülü ortamlar,
- Aynı anda iki işi birden yapmaya çalışmak,
- Çözüm bekleyen sorunlar,
- Sağlık sorunları,
- Yetersiz beslenme,
- Yetersiz uyku,
- Kendine zaman ayıramama,

Ders çalışırken odaklanamama ve dikkat dağınıklığı çoğu öğrencinin yaşadığı ortak sorundur. Saatlerce ve sıklıkla tekrar ettikleri halde derslerde ya da sınavlarda iyi sonuç alamadıklarını söylenmektedir. Bu sorunun çözümü:

1. Bir amacınız olsun!

Yapılan her çalışmanın sonunda bir amaç olmalı, Amaçsız ders çalışmaya başlanırsa sonuca ulaşmada zorluk yaşanabilir. Kendinize hedefler belirleyin, olmak istediğiniz yeri seçin. Çalışacağınız derslerin, gireceğiniz sınavların ileride kariyer hedefinize ulaşmak için bir basamak olduğunu unutmayın.



2. Plan ve zaman yönetimi

Etkili ve doğru plan ve zaman yönetimi yaparak derslerinizde olan başarılarınızı artırabilirsiniz. Kendinize haftalık plan çıkartın, Gün içerisinde ders çalışma saatlerini belirleyin. Çalışacağınız dersleri, yapacağınız araştırmaları organize ederek ve başarılı olduğunuz konular için ayıracağınız vakti en aza indirerek eksik olduğunuz noktalar üzerinde yoğunlaşın. Kendinize haftalık olarak çıkarttığınız plan içerisinde günlük hedefler belirleyerek zaman ayarlaması yapabilirsiniz.

4-5 saatlik zaman dilimini 3 ya da 4 bölüme ayırarak, 40-50 dakikada bir 5-10 dakikada olsa kısa molalar vermek size iyi gelebilir.



**Doğru Plan ve Zaman Yönetimi
Yapmak Başarıya Gideceğiniz
Yolda Sizin Anahtarınız Olacaktır!**

3. Çalışma Alanınızı Düzenleyin

Çalışacağınız ortam ne çok sıcak ne çok soğuk, aynı zamanda havalandırması iyi olmalıdır. Düzenli bir ortamda, gözünüzün önünde dikkatimizi dağıtacak objeler ve resimlerden uzak, masada olmak şartıyla çalışmaya başlanmalıdır. Kütüphaneler gibi araştırmalarınıza hem de derslerinize yardımcı olacak kaynakların olduğu yerleri tercih edebilirsiniz.

Özet Olarak

- Derslere düzenli olarak katılmak.
- Düzenli tekrar yapmak.
- Günlük plan yapmak.
- Motive olmak.
- Uygun çalışma ortamını oluşturmak.
- Dikkat dağıtıcıları ortadan kaldırmak.
- Not tutmak.
- Kendi öğrenme stilini bulmak
- Uyku düzeninin olması ve yeteri kadar uyumak
- Zamanı verimli kullanmak
- Açken veya yemekten hemen sonra ders çalışmamak
- Sık sık mola vermek
- Tek bir işe odaklanmak
- Uyumadan önce notları gözden geçirmek.



Eğitim kafayı geliştirmek demektir, belleği doldurmak değil.

Mark Twain

Engelli Hakları

Engelli bireylerin zorlu yaşam şartlarını daha konforlu hale getirebilmek için devreye alınan 2023 engelli hakları uygulamaları 5378 sayılı Engelli Hakları Kanunuyla koruma altına alınmıştır. Yasa haricinde sosyal yardım kurum ve kuruluşları veya dernekler tarafından desteklenen bireyler engellilik oranlarına göre değerlendirilir.

“Özel gereksinimli birey kartı” sahibi engel oranı %40 ve üzerinde olan yetişkinler ve engelli raporu olan çocuklar dönemsel olarak sunulan desteklerden faydalanabilirler.

Ağır engelli bireylerin kimlik kartında yer alan “refakatli” ibaresi, hak ve indirimler konusunda belirleyicidir. Engelli hakları, yerel yönetimler tarafından verilen indirimler ve bu imkânların oranları engelli kimlik kartı, nüfus cüzdanına işlenmiş engelli bilgileri ve resmi kurumlardan alınmış sağlık kurulu raporuyla hak edilir.

Engelli Oranları Bir kişinin resmi olarak engelli sayılabilmesi için sağlık muayenesinden geçmesi gerekir. Muayene sonrasında kişiye sağlık raporu verilir ve vücudunun yüzde kaçında engel durumunun olduğu belirtilir. Buna göre sağlık raporuna göre engellilik oranları şöyledir:

- Toplamda 3 tip engelli oranı oluşturulur.
- Çalışma yeteneğini %80 oranlarında kaybeden kişiler 1. dereceden engelli olarak kabul edilir.
- Çalışma yeteneğini %60 oranlarında kaybeden kişiler 2. dereceden engelli olarak kabul edilir.
- Çalışma yeteneğini %40 oranlarında kaybeden kişiler 3. dereceden engelli olarak kabul edilir.

- Bu engellilik oranlarına göre kişilere belirli haklar sunulur. Gelir Vergisi Kanunu kapsamınca engelli hakları her yıl güncellenir.

Engelli Vatandaşların Hakları

Engelli vatandaşlar hayattan soyutlanmanın aksine çeşitli haklar ile hayata dahil olmaları için çalışmalar yürütülür. Sağlık, eğitim gibi temel ihtiyaçlar başta olmak üzere engelliler için haklar düzenlenir.

- Erken Emeklilik Hakkı Elektrik yardım Desteği
- Kurumsal Alanlarda İndirimler Toplu taşıma Desteği
- Kamusal Alanlarda İndirimler Devlet Demir Yolları İndirimi
- Engelli Aylığı Kredi Yurtlar Kurumu indirim
- Muhtaç Aylığı Devlet Tiyatroları Engelli İndirimi
- Evde Bakım Hizmeti Milli Parklar ve Tabiat Giriş İndirimi
- Gelir Vergisi İndirimi Müze ve Ören Yerlerine Giriş İndirimi
- ÖTV İndirimi Şehirler Arası Otobüs İndirimi
- Özel Araç ve Gereçlerde KDV İndirimi THY Engelli İndirimi
- MTV İndirimi İletişim Engelli İndirimi
- Emlak Vergisi İndirimi İnternet Engelli indirim
- İthal Araç ve Gereçlerde Gümrük Vergisi İndirimi EKPSH Hakkı
- Engelli Kimlik Kartı Özel Eğitim Hakları (Özel Gereksinim)
- Su İndirimi

Tüm bunlar gibi çeşitli alanlarda ortaya koyulan haklar belirli kurallar dahilinde engellilere sunulmaktadır hayat kalitelerinin artırılması sağlanır.



Engelli Aylığı

2023 engelli aylığı, Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı SYDV tarafından verilir. Bu aylığa hak kazanmak için bireyin %40 ve üzeri engeli bulunmasına ek olarak SGK güvencesi bulunmamalıdır.

SSK, BAĞ-KUR ve Emekli Sandığı kapsamına girmeyen engelli vatandaşlar muhtaçlıklarını belgelemeleri halinde maddi hak kazanabilirler. 18 yaşından büyük engelliler veya 18 yaşından küçük engelli yakını bulunanlar başvuru yaparak engelli aylığı almayı talep edebilirler. Engelli maaşı başvuruları sadece Türkiye Cumhuriyeti vatandaşlarına özeldir. Belirlenen tutar 3 aylıktır.

Muhtaç Aylığı

Muhtaçlık aylığı annesi veya babası olmayan 18 yaş altı muhtaç çocuklara %40 ve üzeri engelleri olması halinde Vakıflar Genel Müdürlüğü tarafından bağlanır. Bu hak Vakıflar Yönetmeliğine 2008 tarihinde eklenmiştir. Muhtaçlık aylığının bağlanabilmesi için;

- Kişinin sosyal güvenliği ve Herhangi bir kurumdan geliri olmamalıdır.

- Mahkeme kararıyla bakım altında ve Gelir getirici herhangi bir taşınır ya da taşınmazı bulunmamalıdır.

Muhtaç aylık miktarı yapılan incelemenin sonunda kişiye özel olarak belirlenir.

Evde Bakım Hizmeti

Evde bakım hizmeti "Ağır engelli" tanımı yapılan ve engelli sağlık kurulu raporu %50'nin üzerinde olan bireyler için verilir. Kendisine yardımcı başka bir birey olmadan kendi bakımını üstlenemeyecek engellilerin bakımını yapan kişilere evde bakım aylığı nakit olarak ödenir. Engelli bireyin sosyal güvencesi olup olmadığına bakılmaksızın ödenen aylık, bakmakla yükümlü olunan birey sayısına göre hesaplanır.



Gelir Vergisi İndirimi

Gelir vergisi indirimi maddi bir kazançtır. Vergiye tabi kazanç elde eden engelli bireyin engel oranına göre değişen hak, gelir vergisi matrahından düşülür. Vergi indirimi uygulaması sayesinde engelliler ve yakınları daha az gelir vergisi ödemekle yükümlü olur.

ÖTV İndirimi

Araç alımında ÖTV muafiyeti %90 ve üzeri engeli bulunan ve malul vatandaşlar için 0 km araç alımında uygulanır.

MTV İndirimi

Bireyin adına tescil edilen motorlu taşıtlara uygulanan MTV indirimi engellilere özgü bir muafiyettir.

Emlak Vergisi İndirimi

Engelliler için emlak vergisi indirimi belediyeler tarafından uygulanır. Engelli bireyin tek meskeni olan ve yüzölçümü 200 m²'yi geçmeyen ev için emlak vergisi alınmaz.

Engelli Kimlik Kartı

%40 ve üzeri engeli olan bireyler için dağıtılan engelli kimlik kartı başvuruları ikamet edilen yerde hizmet veren Çalışma, Sosyal Hizmetler ve Aile Bakanlığı İl Müdürlüklerine yapılabilir. Sosyal Hizmet Merkezleri tarafından da basılan kartlar engelli vatandaşlar için özel olarak kamu kurum ve kuruluşlarında sunulan hizmet ve indirimlerden yararlanma fırsatı sağlar.

