

### Yeni Fakülte Binamız Açıldı

Fakültemizin Recep Tayyip Erdoğan Külliyesi'nde bulunan yeni binasının açılışı 9 Ekim'de gerçekleştirildi. Rektörümüz Prof. Dr. Erol Özvar'ın teşrifi ile gerçekleştirilen açılış töreninde; Fakültemiz Dekanı Prof. Dr. Ş. Güniz Küçükgülzel, Dekan Yardımcıları Prof. Dr. Bedia Kaymakçıoğlu ve Dr. Öğr. Üyesi Sevinç Şahbaz da hazır bulundu. Ayrıca, Üniversite Genel Sekreteri Murat Arısal, ECZAKDER Başkanı, TEB Eczacılık Akademisi Başkanı, genel sekreter yardımcıları, daire başkanları, senato üyeleri, meslek örgütleri temsilcileri, öğretim üyeleri, idari personel ve öğrenciler de törende yerlerini aldılar. Açılış kurdelesini; Rektörümüz, Fakülte Dekanımız ve Üniversitemiz Genel Sekreteri tarafından kesildi. Eczacılık Fakültesi için iyi dileklerde bulunan Rektörümüz Erol Özvar; yeni binanın yeni başarılarına vesile olmasını temenni etti.



### Uluslararası 5. Marmara Eczacılık Fakültesi Öğrenci Kongresi (5. MEFKO) Yapıldı



Fakültemiz ev sahipliğinde 4-6 Ekim 2019 tarihleri arasında Uluslararası 5.Marmara Eczacılık Fakültesi Öğrenci Kongresi (5.MEFKO) İstanbul pendik Green Park Otel ve Kongre Merkezi'nde gerçekleştirilmiştir.

Kongre açılışı Dekanımız Prof.Dr. Ş. Güniz Küçükgülzel'in konuşması ile başlamış, takiben Kongre Öğrenci Başkanı Fatih Yeter'in konuşmaları ile devam etmiştir. Türkiye'nin dört bir yerinden 600'e yakın eczacılık fakültesi öğrencisinin katıldığı kongrede, 18 konuşmacı 13 farklı oturumda sunum yapmışlardır.

Eczacılık ve Eczacılık Eğitiminde Sorunlar "Başkanlar-Sorular" oturumunda mesleğimizin sorunları öğrenci gözüyle değerlendirilmiş; meslek örgütü başkan ve temsilcileri ile birlikte çözüm önerileri getirilmiştir.

Kongremizin ana teması olan eczacılık Biyoteknolojisi (Mefko-Biyo) yanında, Eczacılıkta Kooperatifçilik, sektörde girişimcilik, onkoloji eczacılığı, sağlık hukuku gibi konularda birbirinden değerli konuşmacılar güncel bilgileri katılımcılarla paylaşmışlardır. Aşkın Biyokimyası sunumu öğrencilerimiz tarafından büyük ilgi görmüştür. Kongrede majistral, bitkisel çay hazırlama, klinik eczacılık, kozmetik atölyesi gibi atölye çalışmalarına yaklaşık 200 öğrenci katılmıştır. Yoga atölyesine katılan öğrencilerimiz zinde bir şekilde oturumları takip etmişlerdir.

Kongrede bilimsel komite tarafından seçilen 10 özet poster olarak sergilenmiştir.

Kongre sonuç bildirgesinin okunması ve geleneksel kongre toplu resim çekimi ile bilimsel program sona ermiştir.

Kongre sosyal programı kapsamında çeşitli kültürel gezileri ile İstanbul dışından katılan öğrencilerimiz hoşça vakit geçirmişlerdir.





### 17. Geleneksel Önlük Giydirme Töreni Yapıldı



2019-2020 Eğitim-Öğretim Yılında Fakültemize kaydolan birinci sınıf öğrencilerimiz için düzenlenen 17.Geleneksel Önlük Giydirme Töreni 9 Ekim 2019 tarihinde Recep Tayyip Erdoğan Külliyesi'ndeki Eczacılık Fakültesi Konferans Salonunda, M.Ü. Eczacılık Fakültesi Mezunları Derneği ve TEKB sponsorluğunda Üniversite Rektörümüz Prof.Dr. Erol Özvar'ın katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Tören'de Tıp ve Diş Hekimliği Fakültesi Dekan ve Dekan Yardımcıları, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü, Üniversitemiz Genel Sekreteri ve Yardımcıları, Daire Başkanları, ECZAKDER Başkanı, TEB Eczacılık Akademisi Başkanı, Meslek Örgütleri Temsilcileri, Eczacılık Fakültesi Öğretim üyeleri, idari personeli, öğrencileri ve velileri de yer almıştır. Tören, Dekanımız Prof.Dr. Ş. Güniz Küçükgülmez'in 2019-2020 Eğitim Öğretim Yılı'na yeni binamızda başlamanın mutluluğu ve gururunu ifade ederek başladığı açılış konuşması, yeni binamıza taşınmamıza desteklerinden dolayı üniversite rektörümüz Sayın Prof.Dr. Erol Özvar'a ve tüm daire başkanlarına teşekkürlerini iletmesi ile devam etmiştir. Dekanımız konuşmasında ayrıca "Akredite olmuş ve ÖSYM yerleştirmelerinde Eczacılık Fakülteleri arasında üst sıralarda yer alan Fakültemizin eğitim-öğretim, akademik faaliyetlerinden, ERASMUS, staj, fakülte dergimiz olan Journal of Research in Pharmacy'den, beyaz önlük giymenin öneminden bahsetmiştir. Üniversite Rektörümüz Prof.Dr.Erol Özvar, yeni binanın fakültemize hayırlı olması dileklerinde bulunarak, üniversitemizin Eczacılık Fakültesini tercih edip bugün mesleklerinin ilk adımı olan önlük giyen öğrencileri kutladığını belirten bir konuşma yapmıştır. Tören TEB Eczacılık Akademisi Başkanı Prof.Dr. Tayfun Uzbay'ın "Bilim ve Etik" konulu açılış dersi ile devam etmiştir. Açılış dersi sonrasında Fakültemize en yüksek ÖSYS puanı ile giren Zeynep Şimal Öztaş'a başarı belgesi rektörümüz tarafından takdim edilmiştir. Törene katılan protokol, anabilim dalı başkanları ve öğretim üyeleri mesleğe ilk adım atan öğrencilerimize önlüklerini giydirmişlerdir. Tören toplu resim çekimi ve fuaye alanında sunulan ikramlar ile sona ermiştir.



### Fakültemizde Oryantasyon ve Açılış Haftası Etkinliği



Üniversitemizde birinci sınıf öğrencilerine yönelik olarak düzenlenen “Oryantasyon Günü” ilk etkinliği kapsamında fakültemize yeni kayıt yaptırmış öğrencilerimize 2 Ekim 2019 tarihinde Recep Tayyip Erdoğan Külliyesi’ndeki Fakültemiz Amfi 1’de eğitim toplantısı düzenlenmiştir. Fakülte Dekanımız Prof.Dr. Ş. Güniz Küçükgülzel tarafından fakültemiz hakkında genel bilgiler verilmesinin ardından Fakülte Dekan Yardımcılarımız Prof.Dr. Bedia Kaymakçıoğlu ve Dr. Öğr.Üyesi Sevinç Şahbaz tarafından Fakültemizin Bölümleri ve Anabilim dalları, öğrenci ile ilgili tüm yönerge ve yönetmelikler, öğrenci değişim programları, burslar, öğrenci kulüpleri ve etkinlikleri ile ilgili bilgiler sunmuşlardır. Oryantasyon eğitiminin ilk kısmı Fakülte Sekreterimiz Turan Tuna tarafından Yüksek Öğretim Kurumları Öğrenci Disiplin Yönetmeliği hakkında bilgiler verilmesi ile sona ermiştir. “Oryantasyon Günü” ikinci etkinliği “Açılış Haftası Etkinlikleri” olarak 9 Ekim 2019 tarihinde Konferans salonu fuayene alanında gerçekleşmiştir. Fakültemiz 13 anabilim dalı öğrencilerimize, anabilim dalı faaliyetleri ve araştırma alanlarını tanıtmak amacıyla fuaye alanında bulunan masalarda yer almışlar, öğrencilerimizden gelen soruları yanıtlamışlardır. Etkinlikte Fakülte Erasmus koordinatörlüğü, Yurtlar ve Burslar Komisyonu, Mezunlar Derneği hazır bulunarak öğrencilerimize alanları ile ilgili detaylı bilgiler vermişlerdir. Öğrenci Kulüpleri de etkinlikte yer alarak kulüp tanıtımı yapmışlar ve faaliyetleri hakkında bilgilendirmede bulunmuşlardır. Aynı gün 2019-2020 Eğitim-Öğretim Yılında Fakültemize kaydolan birinci sınıf öğrencilerimiz için 17.Geleneksel Önlük Giydirme Töreni’de yapılmıştır. 17.Önlük Giydirme Töreni’ne katılan Rektörümüz Prof.Dr. Erol Özvar fuaye alanındaki tüm masaları ziyaret ederek hem anabilim dalı faaliyetleri hakkında hemde öğrenci kulüpleri hakkında detaylı bilgi almıştır.





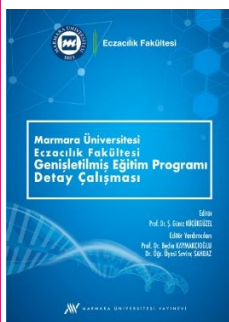
### Marmara Tercih Günleri 22-24 Temmuz 2019

Fakülte Dekanımız Prof.Dr. Ş. Güniz Küçükgül, tanıtım koordinatörümüz Dr.Öğr. Üyesi Sevgi Karakuş, koordinatörlük üyelerimiz Arş.Gör. Dr. Fatih Tok, Arş.Gör. Ceyda Ekentok ve 2. sınıf öğrencilerimiz Mustafa Abacıoğlu ve Betül Domaç'ın hazır bulunduğu "Marmara Tercih Günleri" 22-24 Temmuz 2019 tarihlerinde M.Ü. Göztepe Yerleşkesi Şehit Ömer Halisdemir Spor Salonu'nda gerçekleştirildi. Tanıtım koordinatörlüğümüz, aday öğrencilere üniversitemiz ve fakültemiz hakkında bilgi vererek tercih süreçlerine yardımcı olmaya çalıştı.

"Marmara Tercih Günleri" sosyal medyada da geniş yankı uyandırdı. Fakülte Dekanımız ve Arş.Gör. Dr. Fatih Tok Eczacılık Fakültesi binasında da aday öğrencilere ve velilerine bilgilendirme yapmışlardır.



### Fakültemiz Genişletilmiş Eğitim Programı Detay Çalışması, Marmara Üniversitesi Yayın Evi Tarafından E-kitap Haline Getirildi



Köklü geçmişi ve nitelikli akademik kadrosuyla Ulusal Çekirdek Eğitim Programını karşılayan Fakültemiz, ulusal eczacılık yetkinliklerinin yanı sıra hasta odaklı eczacılık bilgileriyle donatılmış, mesleki uygulamalarda klinik eczacılık ve farmasötik bakım felsefesini ilke edinmiş, inovatif ürün ve fikirler geliştirebilecek donanıma sahip, ilaç endüstrisi de dahil, eczacılık mesleğinin icra edildiği her alanda tercih edilen eczacılar yetiştirmek amacı ile Genişletilmiş Eğitim Programını (GEP) oluşturmuştur. GEP detaylarına tüm paydaşların ulaşması adına bu çalışma Marmara Üniversitesi Yayın Evi tarafından e-kitap haline getirilmiştir. Fakültemiz hazırladığı bu Genişletilmiş Eğitim Programı ile eczacılık mesleğine değer katacak nitelikli ve tercih edilen mezunlar yetiştirmeye devam edecektir.

### Dekanımız, Dekanlar Konseyi Toplantısına Katıldı



Dekanımız Prof. Dr. Ş. Güniz Küçükgülzel 6 Eylül 2019 tarihinde İzmir’de Ege Üniversitesi Eczacılık Fakültesi ev sahipliğinde yapılan Ecz-ÇEP2015 revizyonu, eğitim-öğretim ve lisansüstü programların değerlendirildiği Eczacılık Fakülteleri Dekanları Konseyi toplantısına katılmıştır. Toplantıda Ecz-ÇEP 2015 revizyonu oy birliği ile kabul edilmiştir.

### Dekanımız, Dekanlar Konseyi Toplantısına Katıldı



Fakülte Dekanımız Prof Dr Güniz Küçükgülzel Malatya da İnönü Üniversitesi Eczacılık Fakültesi ev sahipliği yaptığı Dekanlar konseyi toplantısına katılmıştır. Staj-Ecz-ÇEP konusunda ve ECZDEK web sayfası hakkında sunum yapmıştır

### FÖDEK Toplantılarımız Artık Yeni Binamızda



Fakültemiz Öz Değerlendirme Rapor (ÖDR) hazırlık süreci Başbüyük Yerleşkesindeki yeni binamızda devam ediyor.

### Fakültemiz Futbol Takımına Oyuncu Seçimi

Fakültemiz Futbol takımı oyuncu seçimi 30 Ekim 2019 günü Basıbüyük stadyumunda Futbol takımı sorumlusu Prof Dr İlkkay Küçükgülzel gözetiminde yapıldı.





# Fakültemizden Haberler



## M.Ü. ECZACILIK FAKÜLTESİ HABER BÜLTENİ

Temmuz 2019 – Ekim2019 Sayısı, No: 34

<http://eczacilik.marmara.edu.tr>

### Dr.Öğr. Üyesi Turgut Taşkın Marmara Üniversitesi Akademik Yayın Ödülü'nü Aldı

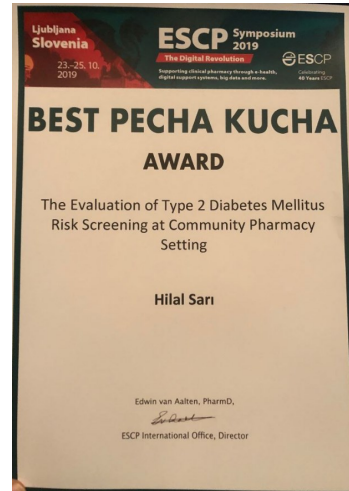
Üniversitemiz Akademik Yayın Ödülleri Töreni 24 Ekim 2019, Perşembe günü 09. 30'da Marmara Üniversitesi Göztepe Yerleşkesi Dr. İbrahim Üzümcü Konferans Salonu'nda gerçekleşti.

Fakültemiz Farmakognozi Anabilim Dalı öğretim üyesi Dr. Öğretim Üyesi Turgut Taşkın, "Sağlık Bilimleri" alanında Marmara Üniversitesi Akademik Yayın Ödülü'nü almaya layık görüldü. Öğretim Üyemize ödülü TÜBİTAK Başkanı Prof. Dr. Hasan Mandal tarafından takdim edildi. Kendisini tebrik eder, başarılarının devamını dileriz.



### Arş. Gör. Hilal Sarı'ya ESCP Kongresinde En İyi Poster Sunum Ödülü Verildi

23-25 Ekim 2019 tarihlerinde Slovenya'nın başkenti Ljubljana'da düzenlenen 48. Avrupa Klinik Eczacılık Sempozyumunda "The Evaluation of Type 2 Diabetes Mellitus Risk Screening at Community Pharmacy Setting" isimli çalışmayı sunan Klinik Eczacılık Anabilim Dalımız Araştırma Görevlisi Hilal Sarı "En İyi Tartışmalı Poster Sunumu" ödülünü almıştır. Klinik Eczacılık Anabilim Dalı Tezsiz Yüksek Lisans Öğrencisi Ecz. Leyla Aygün'ün dönem projesi kapsamında yürütülen, Prof.Dr. Mesut Sancar ve Doç.Dr. Betül Okuyan'ın da yer aldığı çalışmada tip 2 diyabet riski yüksek olan kişilerin belirlenmesinde ve erken tanı almasında eczacının olası rolü ve önemi gösterilmiştir.



### Fakültemiz Öğrencilerine Biruni Üniversitesi Eczacılık Fakültesi'nden Ödül

Biruni Üniversitesi Eczacılık Fakültesi tarafından TÜBİTAK desteği ile 11-13 Ekim 2019 tarihlerinde düzenlenen “İlaç Sanatı, Bilim ve Teknoloji Şenliği (Biruni Pharmatech)” kapsamında yapılmış olan poster yarışmasında fakültemiz öğrencileri ödül aldılar. Fakültemiz Farmakoloji Anabilim Dalı öğretim üyemiz Arş.Gör. Dr. Muhammet Emin Çam'ın proje yürütücülüğünü yaptığı ve öğrencimiz Fadime Topal'ın hazırladığı “Diyabetik Yara İyileşmesi Üzerine İki Farklı Salınım Kinetiğinde Pioglitazon Yüklü Nanofiberlerin Değerlendirilmesi: Ani Salım vs. Sürekli Salım” adlı poster birinci, Farmasötik Toksikoloji Anabilim Dalı öğretim üyemiz Prof. Dr. Türkan Yurdun desteğiyle Zeynep Nihan Şekeroğlu Törkan'ın hazırladığı “Günümüzde, Aktif Mikrobite Asimilasyonunun Yaşam Kalitesini Arttırmak, Hastalıkların Teşhis ve Tedavisindeki Potansiyeli” adlı poster ise üçüncü olmuştur. Öğrencilerimizi tebrik eder, başarılarının devamını dileriz.



### MUPSA' nın Dekanlığımıza Ziyaret



Öğrenci Kulübümüz MUPSA, danışmanları Dr.Öğr.Üyesi Hale Özçömert Çoşkun ve Araş.Gör.Dr. Aslı Türe ile birlikte yeni yönetim kadrosunu tanıtmak ve yeni eğitim öğretim döneminde yapmayı planladıkları kulüp faaliyetleri hakkında bilgilendirme yapmak amacıyla 16 Ekim 2019 tarihinde Dekanımız Prof.Dr.Ş. Güniz Küçükgülzel'i ziyaret etmişlerdir.

### Farmakademi Kulübünün Dekanlığımızı Ziyareti



Farmakademi Kulübü yeni yönetim kadrosunu tanıtmak amacıyla 15 Ekim 2019 tarihinde Dekanlığımıza bir ziyarette bulunmuştur. Dekanımız Prof. Dr. Ş. Güniz Küçükgülzel'e yeni eğitim öğretim döneminde yapmayı planladıkları kulüp faaliyetleri hakkında bilgilendirme yapmışlardır.



### Fakültemiz 2018-2019 Eğitim Dönemi Uygulama Eczanesi Stajı



Fakültemiz 2018-2019 Eğitim Dönemi Uygulama Eczanesi Stajı 24 Haziran -05 Temmuz 2019 tarihleri arasında gerçekleşmiştir. Staj kapsamında uygulama eczanemizde öğrencilerimize, yeni bir eczane açılışında “ilaç-raf dizilişi nasıl gerçekleşmeli” konusu teorik ve uygulamalı olarak anlatılmış; reçete okuma, hasta karşılama pratiklerine yer verilmiş ve hastane eczacılığı, renkli reçete konuları detaylı olarak anlatılmıştır.

Bu yıl ilk kez Havan Eczane Yazılımı'ndan Sayın Kenan Turgut ve Erkan Karagöz'ün destekleri ile Fakültemizde bilgisayarda eczane programı, yazar kasa entegrasyonu, etiket sistemleri ile ilgili 12 saatlik toplam 6 oturumdan oluşan “Etkin Eczane Yönetimi” üzerine bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Stajyer öğrencilerimize, eczanede stok yönetimi, finans yönetimi gibi konular programlar üzerinde uygulamalı olarak gösterilmiştir. Fakültemize bu desteği sağlayan Havan Eczane Yazılım ekibi adına Sayın Kenan Turgut ve Erkan Karagöz'e Dekanlığımız adına teşekkür belgeleri Dekan Yardımcımız Prof. Dr. Bedia Kaymakçıoğlu tarafından takdim edilmiştir.



### “Evde Sağlık Hizmetlerinde Akılcı İlaç Kullanımı ve Eczacının Rolü” Eğitimleri



Fakültemiz ve Kocaeli İl Sağlık Müdürlüğü arasında imzalanan “Evde Sağlık Hizmetlerinde Akılcı İlaç Kullanımı ve Eczacının Rolü Projesi”nin ilk basamağı Klinik Eczacılık Anabilim Dalı öğretim üyelerimiz Prof. Dr. Mesut Sancar ve Doç. Dr. Betül Okuyan’ın verdiği temel eğitimlerle başladı. 18 Temmuz 2019 günü gerçekleşen ilk eğitimde, evde bakım hizmetleri ekibine katılacak olan yaklaşık 20 eczacıya hasta odaklı eczacılık hizmetleri ve polifarmasiye yönelik temel bilgiler ve olgu örnekleri verildi. Eğitimin ikinci periyodu 1 Ağustos 2019 tarihinde Prof. Dr. Şule Rabuş verdiği kardiyometabolik hastalıkların güncel tedavisi ve bilgi kaynaklarına erişim konularıyla devam etmiştir. Proje kapsamında temel eğitimlerin tamamlanmasının ardından eczacılar sahaya inerek evde bakım hizmetleri kapsamında akılcı ilaç kullanımı konusunda görev almaya başlayacaklardır.



### Fakültemizde Kurban Bayramı Bayramlaşması

Fakültemiz Akademik ve İdari personeli Kurban Bayramı için bayramlaşmayı Fakültemiz prefabrik binasında gerçekleştirmiştir. Fakülte Dekanımız Prof. Dr. Ş. Güniz Küçükgülzel bayramın ülkemize hayırlı olmasını, sağlıklı ve mutlu bir bayram geçirilmesi konusunda iyi dileklerini bildirmiştir.





### Dünya Kalp Günü Etkinliği



Türk Kalp Vakfı ve Üniversitemiz Hipertansiyon ve Ateroskleroz Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından "Dünya Kalp Günü" nedeniyle 29 Eylül 2019 Pazar günü saat 13:00'de Caddebostan Kültür Merkezi'nde bir panel gerçekleştirilmiştir. Eczacılık Fakültesi öğrencimiz Ayşenur Eriman geçen yıllarda Üniversitemizde gerçekleşen Öğrenci Kalp Sağlığı Projesi kapsamındaki deneyimleri çerçevesinde üniversite gençliğinin sağlık sorunlarını ve taleplerini "Kalp sağlığı açısından nasıl bir Kadıköy hayal ediyoruz?" konuşması ile dile getirmiştir. Öğrencimizi tebrik eder, başarılarının devamını dileriz.

Bu bülten kurum içi iletişim ağının geliştirilmesi amacıyla hazırlanmıştır. Sonraki sayılarda yer almasını istediğiniz haber ve duyurularınızı Dr.Öğr. Üyesi Erkan Rayaman'a ([erayaman@marmara.edu.tr](mailto:erayaman@marmara.edu.tr)) iletebilirsiniz.

### Ajandamıza Not Alalım

- 9 KASIM "1963'DEN GELECEĞE" KURUMSAL GÜNÜMÜZ ETKİNLİĞİ 8 KASIM 2019 GÜNÜ 1967-1968-1969 YILI MEZUNLARININ MESLEKTE 50.YIL TÖRENİ İLE KUTLANACAKTIR.
- 19 KASIM 2019 PROF.DR. SEMRA ŞARDAŞ "ANTİBİYOTİKTE AKILCI KULLANIMI" AKADEMİK GELİŞİM BİRİMİ ETKİNLİĞİ
- 20 KASIM 2019 PROF.DR.EMRE DÖLEN "PERİYODİK ÇİZELGENİN 150 YILLIK ÖYKÜSÜ" ETKİNLİĞİ
- 27 KASIM 2019 FÖDEK TOPLANTISI
- 25 ARALIK 2019 YENİ YILA MERHABA ETKİNLİĞİ

### Fakültemizden Kısa Kısa...

Fakültemiz Farmasötik Teknoloji Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi, Setenay Özer evlenmiştir. Fakültemiz adına tebrik eder, mutluluklar dileriz.

Fakültemiz Farmasötik Kimya Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi, Dr. Fatih Tok evlenmiştir. Fakültemiz adına tebrik eder, mutluluklar dileriz.

Fakültemiz öğretim üyelerinden Sevgi Karakuş, Doçent ünvanı almıştır. Fakültemiz adına tebrik eder, başarılarının devamını dileriz.

Fakültemiz öğretim üyelerinden Yeşim Talman ve Elif Çalışkan Salihi, 25 Ekim 2019 tarihinde Fakültemizde yapılan Doçentlik kadrosu sözlü sınavını başarılı bir şekilde geçmişlerdir. Fakültemiz adına tebrik eder, başarılarının devamını dileriz.

Fakültemiz öğretim üyelerinden Necla Kulabaş'ın 18 Ekim 2019 tarihinde Kenan Mert adında oğlu dünyaya gelmiştir. Fakültemiz adına tebrik eder, sağlık ve mutluluklar dileriz.

Fakültemiz idari personellerinden Firdevs Özarslan Duran'ın Uras adında oğlu dünyaya gelmiştir. Fakültemiz adına tebrik eder, sağlık ve mutluluklar dileriz.

Fakültemiz idari personellerinden Ali Camcıoğlu Ağustos 2019, Mehmet Çotuk ise Eylül 2019' da emekliye ayrılmıştır. Kendilerine, bundan sonraki yaşamlarında sağlık ve mutluluklar dileriz