



Mehtap Şafak'tan Azerbaycan çıkarması

YAZAR ve Aile-İlişki Danışmanı Mehtap Şafak, Azerbaycan Sağlık Bakanlığı (Azerbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyi) tarafından düzenlenen uluslararası konferansta konuşmacı olarak yer alacak. >> SAYFA 4



M. UMUR
KARAKULAK

“Ankara’da engellilere güvenli yaşam alanı yok”



KAMU Personel Derneği Engelliler Birim Başkanı Turan Albay, engelli bireylerin hem günlük yaşamda hem de afet durumlarında sistem dışında kaldığını vurguladı. Engellilere yönelik hizmetlerin bireysel inisiyatiflerle sınırlı olduğunu belirten Albay, “Ankara gibi bir şehirde bile engellilerin güvenli yaşayabileceği bir bölge gösterilemiyor” dedi. Kurumsal süreklilik eksikliği, koordinasyon yoksunluğu ve zihinsel dönüşüm ihtiyacına dikkat çeken Albay, “Bu bir imtihandır, ama birlikte aşamayacağımız hiçbir engel yok.” mesajını verdi. >> SAYFA 8’DE



GONCA GÜLLÜ
KONAŞ

Gazetemizi Sosyal Medya Hesaplarımızdan Takip Edebilirsiniz

Sonsöz Gazetesi
sonsoz.gazetesi
Sonsoz_Ankara
www.sonsoz.com.tr
youtube.com/c/SonsozGazetesi06



**YENİLENEN VE
GÜÇLENEN KADROMUZLA
BAŞKENT ANKARA’NIN
NABZINI TUTMAYA
DEVAM EDİYORUZ**

SONSÖZ

50 YAŞINDA

Sonsöz Sizin

Sonsöz Türkiye'nin tüm sorunlarını özgür ve özerk yayınlayan, vatandaşın haber alma hakkı çerçevesinde gerçekleri yazan ve son sözün vatandaşın olduğu ilkesini savunan günlük siyasi gazetedir.

19 MAYIS 2025 PAZARTESİ

Yıl: 50 - Sayı: 17344 • Fiyatı: 5 TL
www.sonsoz.com.tr



19 MAYIS ATATÜRK'Ü ANMA GENÇLİK VE SPOR BAYRAMI KUTLU OLSUN



Hipertansiyon, kalp ve damar hastalıklarına davetiye çıkarıyor



İSTANBUL,(DHA)- KONTROL altına alınmayan hipertansiyonun ciddi sağlık sorunlarına yol açabileceğine dikkat çeken Kardiyoloji Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Ekmekci, "Hipertansiyon kalp krizi, kalp yetmezliği ve kalp büyümesi riskini artırır. Yüksek basınç atardamarlara zarar verebilir ve felce yol açabilir. Zamanla böbrek fonksiyonunu da zayıflatır ve böbrek yetmezliğine neden olabilir. Kalp sağlığına uygun bir diyet uygulamak ve akıllı yaşam tarzı seçimleri yapmak hipertansiyon risklerini önemli ölçüde azaltır" dedi. VM Medical Park Pendik Hastanesi Kardiyoloji Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Ekmekci, 17 Mayıs Dünya Hipertansiyon Günü dolayısıyla, yüksek tansiyonu olan birçok kişinin, tehlikeli seviyelere ulaşana kadar semptomlar yaşamaması nedeniyle halk arasında 'sessiz katil' olarak tanınan hipertansiyon hastalığı hakkında bilgilendirmeye bulundu.

Hipertansiyonun ne olduğundan bahseden Prof. Dr. Ekmekci, "Hipertansiyon, yaygın olarak yüksek tansiyon olarak bilinir, kanın atardamar duvarlarına uyguladığı kuvvetin sürekli olarak çok yüksek olduğu bir durumdur. Zamanla, bu artan basınç kalp ve damar hastalıkları, felç, erken bunama ve böbrek sorunları gibi ciddi sağlık sorunlarına yol açabilir. Oysa hipertansiyon, dünyada öngörülebilir ancak tedavi edilmeyen ölüm nedenleri içerisinde bir numaralı risk faktörüdür" diye konuştu.

‘TÜRKİYE’DE 20 MİLYON KİŞİDE HİPERTANSİYON VAR’

Türkiye’de yaklaşık 20 milyon hipertansiyon hastası olduğunun düşünüldüğünü söyleyen Prof. Dr. Ekmekci, "Bu kişilerin yarısı tansiyon hastası olduğunu bilmemektedir. Kalan kişilerin yarısı ise tansiyon sorunu olduğunu bilmesine rağmen çoğunlukla 'bir şey hissetmedikleri' için tedavi olmamaktadır. Kalanların da yarısı ilaç tedavileri kullanmalarına rağmen hedef tansiyon değerlerine ulaşamamaktadır. Bu da tüm tansiyon hastaları içinde yalnızca yüzde 10-15 civarı hastanın yeteri kadar tedavi olduğunu göstermektedir. Tedavi edilebilen bir hastalık için bu çok acı bir tablo olarak karşımızda durmaktadır" diye konuştu.

‘GENETİK YATKINLIK RİSKİ ARTIRILABİLİR’

Prof. Dr. Ekmekci, hipertansiyonun en yaygın nedenlerini şu şekilde sıraladı: "Genetik etki: Ailenizde yüksek tansiyon varsa, riskiniz daha yüksektir. "Sağlıksız beslenme: Aşırı tuz, işlenmiş gıdalar ve doymuş yağlar hipertansiyona katkıda bulunur. "Fiziksel aktivite eksikliği: Hareketsiz bir yaşam tarzı kalbi ve kan damarlarını zayıflatır. "Aşırı kilo: Aşırı kilolu olmak kalbe ekstra yük bindirir. "Sigara ve alkol: Tütün ve aşırı alkol alımı kan damarlarını daraltır ve kan basıncını yükseltir. "Kronik stres: Uzun süreli stres yüksek kan basıncına yol açabilir. "Tıbbi durumlar: Diyabet, böbrek hastalığı ve hormonal bozukluklar ikincil hipertansiyona neden olabilir."

‘BAŞ DÖNMESİ VE SERSEMİK GÖRÜLEBİLİR’

Prof. Dr. Ekmekci, yüksek tansiyonu olan birçok kişinin, tehlikeli seviyelere ulaşana kadar semptomlar yaşamadığını belirtti. Prof. Dr. Ekmekci, semptomlar ortaya çıktığında görülecek şikâyetleri şöyle sıraladı:

- "Baş ağrıları, özellikle sabahları,
- "Baş dönmesi veya sersemlik,
- "Bulanık görme veya göme zorluğu,
- "Göğüs ağrısı veya düzensiz kalp atışları,
- "Nefes darlığı,
- "Burun kanamaları (şiddetli vakalarda),
- "Yorgunluk veya kafa karışıklığı."

‘CİDDİ HASTALIKLARA NEDEN OLABİLİR’

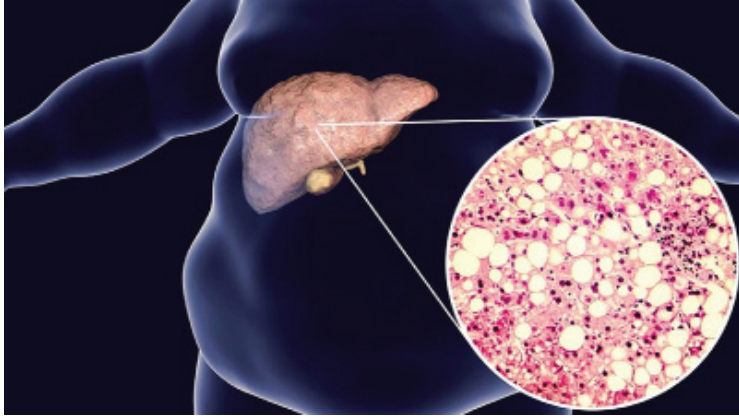
Prof. Dr. Ekmekci, kontrol altına alınmayan hipertansiyonun tetikleyebileceği hastalıkları ise şöyle paylaştı:

- "Kalp hastalığı: Kalp krizi, kalp yetmezliği ve kalp büyümesi riskini artırır.
- "İnme: Yüksek basınç atardamarlara zarar verebilir ve felce yol açabilir.
- "Böbrek hastalığı: Zamanla böbrek fonksiyonunu zayıflatır ve böbrek yetmezliğine neden olabilir.
- "Göz hasarı: Retinadaki kan damarlarına zarar vererek görme sorunlarına yol açabilir.
- "Demans ve bilişsel gerileme: Beyne giden kan akışını azaltarak demans riskini artırabilir.
- "Anevrizma ve aort diseksiyonu: Zayıflamış atardamarlar şişebilir ve potansiyel olarak yırtılabilir.
- "Periferik arter hastalığı: Dolaşımı azaltır ve bacak ağrısına veya komplikasyonlara yol açabilir."

HİPERTANSİYONDAN KORUNMA YOLLARI

Hipertansiyondan korunma yollarını anlatan Prof. Dr. Ekmekci, "Hipertansiyon tedavi edilebilir bir hastalıktır, genellikle yaşam tarzı değişiklikleriyle önenebilir veya yönetilebilir. Sağlıklı beslenmeye özen gösterilmelidir. Besin açısından zengin yiyecekler tüketmek ve aşırı tuz ve sağlıksız yağlardan kaçınmak gerekir. Düzenli egzersiz uygulanabilir. Aktif kalmak kalbi güçlendirir ve dolaşımı iyileştirir. Sağlıklı bir kiloyu korumak kalp üzerindeki baskıyı azaltır. Stres yönetimi önemlidir.

Karaciğer yağlanması günümüzün hastalığıdır



İSTANBUL, (DHA)- KARACİĞER yağlanmasının, günümüzde hızla yaygınlaşan önemli bir sağlık sorunu haline geldiğini söyleyen Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Yılmaz Bilgiç, "Karaciğer yağlanması günümüzün hastalığıdır. Son yıllarda şişmanlık yani obezitenin artması, sağlıksız beslenme alışkanlıkları, hareketsiz yaşam tarzı ve alkol tüketiminin artması bu sorunun temel sebepleri arasındadır" dedi.

Medipol Acıbadem Bölge Hastanesi'nden Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Yılmaz Bilgiç, karaciğer yağlanmasının sebeplerini ve risklerini anlattı.

‘SON 30-40 YILDA KARACİĞER YAĞLANMASININ GİDEREK ARTIYOR’

Prof. Dr. Bilgiç, karaciğer yağlanmasının günümüzün en önemli sağlık problemlerinden biri haline geldiğini belirtti. Son 30-40 yılda karaciğer yağlanmasının giderek arttığına dikkat çeken Bilgiç, bu artışın temel nedenleri hakkında şunları söyledi:

"Karaciğer yağlanması günümüzün hastalığıdır. Son yıllarda şişmanlık yani obezitenin artması, sağlıksız beslenme alışkanlıkları, hareketsiz yaşam tarzı ve alkol tüketiminin artması bu sorunun temel sebepleri arasındadır. Obezitenin artması, karaciğer yağlanması vakalarını da beraberinde getirmektedir."

‘ÜÇ FARKLI YAĞLANMA TİPİ BULUNUYOR’

Karaciğer yağlanmasının üç ana başlık altında incelendiğini belirten Prof. Dr. Bilgiç, "Birincisi, Non-alkolik karaciğer yağlanmasıdır. Bu tür yağlanma genellikle obezite ve diyabet hastalarında görülür. Ancak genetik yatkınlık nedeniyle zayıf bireylerde de ortaya

çıkabilir. İkinci olarak alkolik karaciğer yağlanması gelir. Alkolün uzun süreli ve düzenli olarak tüketilmesi sonucu ortaya çıkar. Üçüncüsü ise metabolik karaciğer yağlanmasıdır. Bu yağlanma, bazı hastalıklarla birlikte gelişen metabolik sendromun bir parçasıdır" diye konuştu.

‘KARACİĞER YAĞLANMASI BELİRTİ VERMEDEN İLERLEYEBİLİYOR’

Karaciğer yağlanmasının belirti vermeden de ilerleyebileceğine değinen Prof. Dr. Bilgiç, bu durumun özellikle yüksek risk taşıyan bireylerde daha tehlikeli olduğunu ifade etti. Prof. Dr. Bilgiç, "Karaciğer yağlanması bazen hiçbir belirti vermeden ilerleyebilir. Hastalar genellikle sağ üst kadranda dolgunluk ve ağır hissiyle bize başvururlar. Ancak birçok vakada yapılan kan testlerinde veya başka nedenlerle çekilen ultrasonografide rastlantısal olarak tespit edilir. En riskli gruplar ise diyabet, alkol tüketimi ve obezitenin bir arada görüldüğü bireylerdir" dedi.

‘KARACİĞER YAĞLANMASI ÜÇ EVREDE İNCELENİR’

Karaciğer yağlanmasının ultrasonografi ile değerlendirildiğini belirten Prof. Dr. Yılmaz "Ultrasonografi de karaciğer yağlanması üç evrede incelenir: Steatoz 1 (S1), Steatoz 2 (S2) ve Steatoz 3 (S3). En ileri evre S3 olarak tanımlanır. Ayrıca karaciğerin sertliğini ve yağ miktarını ölçmek için Fibroscan'da verilen bir cihaz kullanıyoruz. Bu cihaz yardımıyla karaciğer yağlanması kantitatif olarak değerlendirilmektedir" diye konuştu.

‘YAĞLANMA KARACİĞER YETMEZLİĞİNE DÖNÜŞEBİLİR’

Son yıllarda karaciğer yağlanmasının karaciğer sirozu ve yetmezliğinin en önemli sebeplerinden biri haline geldiğini ifade eden Prof. Dr. Bilgiç, "25 yıldır hekimlik yapıyorum. Eskiden karaciğer sirozunun en sık sebebi hepatit B ve C iken, günümüzde karaciğer yağlanması bu hastalıkların yerini almaktadır. Bu da gösteriyor ki, sağlıklı yaşam alışkanlıklarının benimsenmesi karaciğer sağlığını korumada kritik rol oynamaktadır" diye konuştu.

Aşılanmamış her 10 çocuktan 9’u kızamığa yakalanıyor

İSTANBUL, (DHA)- SON yıllarda dünya genelinde kızamık vakalarının artış gösterdiğini söyleyen Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Güzel, bu durumun aşısız çocuklar için büyük risk oluşturduğunu ifade etti. Prof. Güzel, virüsün çevrede saatlerce canlı kalabildiğini belirterek, "Aşılanmamış her 10 çocuktan 9’u kızamığa yakalanıyor. Koruyuculuğu yüzde 97 olan aşı, bu hastalıktan korunmada en güçlü silahıdır" dedi.

Medipol Bahçelievler Hastanesi'nden Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Güzel, Amerika ve Avrupa'da vaka sayılarının ciddi şekilde yükseldiğine belirterek kızamık virüsünün solunum yoluyla bulaştığını ve çevrede 2 saate kadar canlı kalabildiğini söyledi. Özellikle aşısız çocuklarda bulaş riskinin çok yüksek olduğunu altını çizen Prof. Dr. Güzel, koruyuculuğu yüzde 97’ye ulaşan kızamık aşısının ihmal edilmemesi gerektiğini söyledi.

Kızamığın yüksek ateş, öksürük, burun akıntısı, gözlerde kızamıklık ve vücutta döküntü ile kendini gösterdiğini belirten Prof. Dr. Ahmet Güzel, "Özellikle baş kısmından başlayıp gövdeye doğru yayılan döküntülerle karakterize bir hastalıktır.

Ağız içinde beyaz, gri noktalar da gözlenebilir. Bu bulgularla karşılaşıldığında hemen hekime başvurulmalıdır" diye konuştu.

‘AŞILANMAMIŞ ÇOCUKLARDA BULAŞ ÇOK YÜKSEK’

Hastalığın bulaştırıcılığının, çocuklarda belirtiler ortaya çıkmadan 4 gün önce başladığını söyleyen Prof. Dr. Güzel, "Döküntüler başladıktan sonraki 4 gün boyunca da bulaştırıcılık devam ediyor. Bu nedenle bu dönemlerde kızamık şüphesi olan çocukların izole edilmesi çok önemli. Kızamığın spesifik bir tedavisi yoktur, en önemli koruyucu yöntem aşıdır" ifadelerini kullandı.

‘CİDDİ ENFEKSİYONLARA VE NÖROLOJİK SORUNLARA YOL AÇABİLİR’

Kızamığın sadece döküntüyle sınırlı bir hastalık olmadığını vurgulayan Prof. Dr. Güzel, "Kızamık virüsü akciğer enfeksiyonlarına, beyin dokusu tutulumuna ve bağışıklık sisteminin zayıflamasına yol açabilir. Bu da başka enfeksiyonların kolayca ortaya çıkmasına neden olur. Ayrıca bu virüs, enfekte olduktan 7-10 yıl sonra dahi ciddi nörolojik hastalıklarla kendini gösterebilir" dedi.

Dünyada her 6 çiftten biri kısırılık sorunuyla mücadele ediyor

ANKARA, (DHA)- KADIN Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Zeynep Ataman Yıldırım, kısırılık sorununun dünyada her 6 çiftten birini etkileyen yaygın bir sağlık problemi olduğunu söyleyerek, "Toplumdaki yaygın kanının aksine, infertilite yalnızca kadın kaynaklı bir problem değildir. Tüm infertilite vakalarının yaklaşık yüzde 40’ı erkek faktöründen kaynaklanmaktadır. Sperm sayısı, hareketliliği ve yapısı gibi parametreler basit bir semen analiziyle değerlendirilebilir" dedi.

Liv Hospital Ankara Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Zeynep Ataman Yıldırım, halk arasında kısırılık olarak adlandırılan 'infertilite' hakkında bilgilendirmeye bulundu. Op. Dr. Yıldırım, "Infertilite, düzenli ve korunmasız cinsel ilişkiye rağmen bir yıl boyunca gebelik elde edilememesi durumudur. Ancak bu tanım herkes için geçerli değildir. Kadın yaşı 35’in üzerindeyse, 6 ay korunmasız ilişkiye rağmen gebelik oluşmaması infertilite açısından değerlendirilmelidir. Çünkü kadın yaşı ilerledikçe yumurtalık rezervi azalmakta, yumurtaların kalitesi düşmektedir. 30 yaşından sonra doğurganlık kapasitesi azalmaya başlamaktadır. 35 yaş sonrasında bu azalma hızlanır. 40 yaşından sonra gebelik şan-



sı doğal yollarla oldukça düşer. Bu nedenle 35 yaş üstü kadınlarda zaman kaybetmeden hekime başvurmak önemlidir. Yumurtalık rezervi, hormonal değerlendirmeler ve ultrason ile basitçe ölçülebilir. Toplumda yaygın kanının aksine, infertilite yalnızca kadın kaynaklı bir problem değildir. Tüm infertilite vakalarının yaklaşık yüzde 40’ı erkek faktöründen kaynaklanmaktadır. Sperm sayısı, hareketliliği ve yapısı gibi parametreler basit bir semen analiziyle değerlendirilebilir" diye konuştu.

‘ADET DÜZENLİĞİ GEBELİĞİ ZORLAŞTIRABİLİR’

Op. Dr. Yıldırım, kısırlık şüphesi düşündüren aşığıdaki durumlardan biri varsa, bir yıl beklen-



Saç ekiminden etkili sonuç almak için 'masaj yaptırın' önerisi

İSTANBUL,(DHA) - SMİLE Hair Clinic kurucu ortaklarından Dr. Gökay Bilgin, "Saç ekimi, hastaların doğal ve kalıcı sonuçlar elde etmesini sağlayan önemli bir estetik operasyondur. Ancak, başarılı bir saç ekimi operasyonunun ardından iyileşme sürecini desteklemek ve en iyi sonuçları almak için düzenli bakım uygulamaları büyük önem taşır. Bu süreçte en etkili yöntemlerden biri de saç ekimi sonrası düzenli olarak yapılan masajdır" dedi.

Türkiye'nin saç ekimi konusunda dünya çapında en çok tercih edilen ülkelerden biri olduğunu söyleyen Dr. Bilgin, "Hastaların operasyon sonrası sürecini en iyi şekilde yönetebilmeleri için gelişmiş bakım protokolleri sunmaktadır. Düzenli masaj, saç ekimi sonrası kan dolaşımını artırarak yeni ekilen saç köklerinin daha sağlıklı bir şekilde büyümesine yardımcı olabilir" diye konuştu.

SAÇ EKİMİ SONRASI MASAJIN FAYDALARI

Dr. Bilgin, "Saç ekimi sonrası, ekilen greftlerin sağlıklı bir şekilde tutunması için saç köklerinin yeterli oksijen ve besin alması gerekir. Düzenli yapılan hafif masajlar, saç derisine kan akışını artırarak ekim yapılan bölgenin beslenmesini destekler. Operasyon sonrasında baş bölgesinde hafif ödem oluşabilir. Ödemli bölgeye dikkatli bir şekilde düşük güç ile uygulanan masaj, dokular arasındaki sıvının daha hızlı dağılmasını sağlayarak şişliklerin azalmasına yardımcı olur" ifadelerini kullandı.

Dr. Bilgin, "Masaj, saç derisini uyarak yeni çıkan saçların daha güçlü ve sağlıklı uzamasına yardımcı olur. Saç ekimi sonrası süreç, hastalar için stresli olabilir. Masaj, yalnızca fiziksel iyileşmeye değil, aynı zamanda zihinsel rahatlama da katkı sağlayarak sürecin daha konforlu geçmesini destekler. Saç ekimi sonrası masaj, dikkatli ve nazik bir şekilde yapılmalıdır. Yanlış teknikler, saç köklerine zarar verebilir ve ekim sonuçlarını olumsuz etkileyebilir" dedi.

Hastaların dikkat etmesi gerekenleri de sıralayan Dr. Bilgin, şöyle konuştu:

"Masaj için en uygun zaman: Operasyondan sonraki ilk 10 gün boyunca masajdan kaçınılmalıdır. İlk iki hafta tamamlandıktan sonra doktor önerisiyle hafif masajlara başlanabilir.

"Doğru basınç uygulaması: Masaj sırasında parmak uçları kullanılarak nazik dairesel hareketler yapılmalı, fazla baskı uygulanmamalıdır.

"Önerilen bakım yağları ve losyonlar kullanmak: Doktorun önerdiği vitamin destekli bakım yağları veya özel losyonlar kullanılarak saç derisi beslenebilir.

"Günde 5-10 dakika yeterlidir: Masajın aşırıya kaçmadan, düzenli olarak uygulanması en etkili sonucu sağlar. Bununla beraber, iyileşme sürecinden sonra bu zaman artırılabilir."

‘SAÇ EKİMİ SONRASI SÜREÇ, EN AZ OPERASYON KADAR ÖNEMLİDİR’

Dr. Gökay Bilgin, "Saç ekimi yalnızca operasyon günüyle sınırlı bir süreç değildir. Asıl önemli olan, operasyon sonrası bakımın doğru uygulanmasıdır. Hastalarımızın saç ekimi sonrası düzenli masaj yaparak kan dolaşımını artırmaları, ekilen saç köklerinin sağlıklı bir şekilde büyümesine katkı sağlar. Smile Hair Clinic olarak, her hastamızın en iyi sonuçları elde etmesi için operasyon sonrası süreçte de en iyi rehberliği sunuyoruz" diye konuştu.

meden bir kadın doğum ya da infertilite uzmanına başvurulması gerektiğini belirterek, "Kadın yaşının 35'in üzerinde olması. Düzensiz veya hiç olmayan adet döngüleri. Bilinen polikistik over sendromu (PCOS), endometriozis veya tüplerle ilgili sorunlar. Geçirilmiş pelvik enfeksiyonlar ya da ameliyatlar. Erkekten bilinen varikosel, testis travması, sperm sayısı düşüklüğü. Daha önce yaşanmış tekrarlayan düşükler. Ailede erken menopoza öyküsü. Bu durumlardan biri varsa kadın doğum ya da infertilite uzmanına başvurulması gerekir" dedi.

‘TEDAVİ KİŞİYE ÖZEL PLANLANIR’

Günümüzde infertilite tedavisinde oldukça etkili yöntemlerin mevcut olduğunu dikkat çeken Op. Dr. Yıldırım, "Adetin belirli günlerinde yapılan hormon testleri, ultrasonografik değerlendirmeler, rahim filmi (HSG) ve sperm analizi gibi basit tetkiklerle problemin kaynağı büyük oranda saptanabilir. Tedavi süreci, yumurtlama takibi, aşılama (IUI) ve tüp bebek (IVF) gibi basamaklarla kişiye özel olarak planlanır. Son olarak infertilite konusunda gecikmeden uzman görüşü almak hem zaman kazandırır hem de başarı şansını artırır. Bu, aynı zamanda çiftlerin yaşadığı psikolojik yükün hafiflemesine sağlar. Tedaviye ne kadar erken başlanırsa, başarı oranları da o kadar yüksek olur" diye konuştu.

Ostimtech'te girişimcilik sahneye çıktı

HABER MERKEZİ

OSTİM Teknik Üniversitesi, girişimcilik ekosistimine yön veren geleneksel etkinliği Pitching Day ve Demo Day ile bu yıl altıncı kez genç girişimcilere sahne sundu. Girişimcilik ve Liderlik Merkezi koordinasyonunda gerçekleştirilen etkinliğe, yenilikçi fikirler iş dünyasının önde gelen isimleriyle buluştu.

PITCHING DAY: GELECEĞİN GİRİŞİMCİLERİ SAHNE ALIYOR

Birinci sınıf öğrencilerinin "Girişimcilik Projesi" derisi kapsamında hazırladığı iş fikirleri, Meslek Yüksekokulu ve Fakülteler olmak üzere iki ayrı oturumda jüri karşısında sunuldu. Her öğrenci ekibi, 5

dakikalık sunumlarla projelerini anlattı. Etkinlik sonunda dereceye giren projeler, çeşitli ödülleri destekledi.

DEMO DAY: YATIRIMA ADAY PROJELER TANITILIYOR

İkinci, üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin katılımıyla gerçekleşecek olan Demo Day oturumunda ise daha ileri düzeydeki girişim projeleri yatırımcılara ve mentorlara sunuldu. Fikirlerin ticarileşmesi ve girişimcilik yolculuğunun bir üst seviyeye taşınması açısından büyük önem taşıyor.

Güçlü ve Deneyimli Jüri Kadrosu
Etkinlikte öğrencilerin projeleri, sektörün önde gelen isimlerinden oluşan seçkin bir jüri tarafından değerlendirildi:
• Dr. Erol Yücel – HA-



VELSAN Takım Lideri

• Dr. Şenay Özdemir – İdeal ISG & KAİSDER
• Halil Yalçın – Türkiye Bilişim Derneği Kurul Üyesi
• Emre Akgümüş – Fonprime Genel Müdürü
• Ramazan Bayram – Kuveyt Türk Portföy Yöneticisi
• Pınar Baran – İş Ban-

kası, Yönetici

• Abdullah Çörtü – OSTİM Yatırım Genel Müdürü
• Dr. Yavuz Selim Sılay – İstanbul Consulting Group
• Rifat Çetin – B-Connector, CMOO Başkanı
• Dr. Derya Çağlar – OSTİM Teknopark Müdürü
• Hüseyin Alpar – Elekt-

ronik Yüksek Mühendisi

• Gökhan Erzurumluoğlu – Türkiye Bilişim Derneği Başkan Yardımcısı
• Hasan Şenel – KOSGEB OSTİM Müdürü
• Dr. Ozan Gülhan – Melek Yatırımcı
• Necmeddin Zahid Şirin – Albaraka Portföy Uzmanı
• Eda Öz – Hise Global Kurucu Ortak
• Aysu Öztürk – Medster Kurucu & CEO
• Dr. Tamer Isır – Avukat & Girişimci
Girişimcilik kültürünü desteklemek, gençlerin yenilikçi fikirlerini görünür kılmak ve onları iş dünyasına hazırlamak amaçlanıyor. Bu etkinlik sayesinde öğrenciler sahne deneyimi kazanıp, yatırımcılarla doğrudan temas kurarak iş fikirlerini geliştirme şansı yakaladı.



Ankara İtfaiyesi 4 ayda 3 bin 202 yangına müdahale etti

ANKARA (AA) - Ankara Büyükşehir Belediyesi (ABB) İtfaiyesi yılın ilk 4 ayında 3 bin 202 yangına müdahale etti.

Ankara İtfaiyesi, yılın ilk 4 ayında 7 bin 898 olayda görev aldı. Bu olayların 3 bin 202'sini yangınlar, 3 bin 203'ünü kurtarma, 501'ini trafik kazası, 195'ini ise su baskını oluşturdu.

İtfaiye ekipleri, müdahale için çıktığı 797 olaydan 315'inin asılsız ihbar olduğunu tespit etti, 482 vakada ise ihbarın geçersiz olduğu anlaşıldıktan sonra yoldan döndü.

Yangınların 1207'si açık ateş kaynaklı çöp yangını, 352'si araç, 344'ü otluk alan, 302'si konut, 139'u iş yeri, 108'i ise baca yangını olarak kaydedildi.

İtfaiye ekipleri, 229 kişiyi asansörden, 64 kişiyi ise bayrak asarken mahsur kaldıkları yerden kurtardı. 274 intihara teşebbüs olayına müdahale eden ekipler, 94 kişinin parmağında sıkışan yüzüğü keserek çıkardı.

"YETERLİ ÖNLEM ALINMADIĞI ZAMAN YANGINLAR MEYDANA GELEBİLİYOR"

İtfaiye ekiplerinin faaliyetleri hakkında AA muhabirine değerlendirmelerde bulunan ABB İtfaiye Dairesi Başkanlığı AR-GE ve Halkla İlişkiler Amiri Fatih Güler, "Ankara İtfaiyesi 2025 yılının ilk 4 ayında 7 bin 898 olaya müdahale etmiştir. Bunun 3 bin 202'si yangın olayıdır." dedi.

Güler, bu yangınların yüzde 40'ının çöp ve konteyner, yüzde 15'inin araç, yüzde 15'inin konut, geri kalan kısmının ise çeşitli yangınlar olduğunu belirterek, "Yangınların çıkış nedeni genel olarak insan kaynaklı, aslında tedbirsizlik ve dikkatsizlik sonucu çıkıyor. Yeterli önlem alınmadığında yangın, felakete dönüşebiliyor. Özellikle söndürülmeden atılan tütün ürünleri fark edilmeden yangına yol açabiliyor. Açık ateş kaynağı zaten rüzgarla birleştiği zaman yangın kontrol dışına çıkıyor ve büyük yangınlar meydana getiriyor. Bu da büyük trajediler ve felaketlere sebep oluyor." diye konuştu.

"662 YANGIN SÖNDÜRME TANKERİ DAĞITTIK"

Açık alanda çöp yakmanın doğru olmadığını vurgulayan Güler, "Çöplerin imhası, geri dönüşüm tesislerinde yapılmalı. Ayırdığımız çöpler zaten bu tesislerde işleniyor, bizim çöp yakmamıza gerek yok." uyarısında bulundu.

Fatih Güler, yangınların yüzde 90'ının insan kaynaklı olduğunu belirterek, "Tatile ya da seyahate çıkarken evde prizde elektrikli cihaz bırakmamalıyız. Özellikle telefon şarj aletlerinin fişi çekilmeli, bulaşık makinesi gibi cihazlar tamamen kapatılmadan ev terk edilmemeli. Alınacak küçük önlemler büyük fayda sağlar." ifadelerini kullandı.

Ankara'nın kırsal bölgelerinde, köyden mahalleye dönüşen yerleşim yerlerinde çıkabilecek yangınlara erken müdahale amacıyla hayata geçirilen su tankeri projesine ilişkin bilgi veren Güler, şöyle konuştu:

"Kırsal mahallelerimize traktör milinden beslemeli, 3 ton kapasiteli ve 6 bar basınçta sahip 662 yangın söndürme tankeri dağıttık. Ekiplerimiz olay yerine ulaşana kadar ilk müdahaleyi yapabilmeleri için 1403 vatandaşına yangına müdahale eğitimi verdik. Böylece yangınlara anında müdahale edilmesini sağlamaya çalışıyoruz."

YANGIN BİLİNCİNİ ARTIRMAYA YÖNELİK EĞİTİM SEFERBERLİĞİ

Fatih Güler, yılın ilk 4 ayında 91 bin 309 kişiye yangınlarla ilgili bilinçlendirme amacıyla seminer, tatbikat ve hizmet içi gibi eğitimler verdiklerini belirterek, "Kamu kurumlarına, vatandaşlara, okullara, talep gelen her yerde eğitimlerimizi veriyoruz." diye konuştu.

Yangın merdivenlerinin, olası bir yangında tahliyenin kolay sağlanabilmesi için boş olması gerektiğine dikkati çeken Güler, "Amacına uygun kullanılması gerekiyor. Oraya ikinci el eşyalar, çiçekler gibi eşyalar koymamamız gerekiyor. Ayrıca, yangın merdiveni kapısının her zaman açık bulundurulması zorunludur. Vatandaşlarımıza buradan bir uyarıda bulunmak istiyoruz, bilinçli müdahale ve doğru tahliye hayat kurtarır." dedi.



Çankayalı Minik Mezunlar Atasının Huzurunda

HABER MERKEZİ

ÇANKAYA Belediyesi kreşlerinde eğitim alan minikler mezuniyetleri öncesi Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk'ü ebedi istirahatgahı Anıtkabir'de ziyaret etti.

Yerel yönetimler düzeyinde kaliteli ve ekonomik kreş hizmetini sunan Çankaya Belediyesi'nin kreşlerinde eğitim gören minikler, Atatürk'e sevgi ve şükranlarını sunmak için Anıtkabir'e koştu.

Cumhuriyetin kalbi Çankaya'da 15 kreşte mezuniyet sevincini yaşayan 650 çocuk eğitimleriyle birlikte Atasına şükranlarını sunarken Çankaya Belediye Başkan Yardımcısı Aydın Özsoy da minik kalpleri yalnız bırakmadı.

Çankaya Belediye Başkan Yardımcısı Aydın Özsoy ve minikler ulu önder Mustafa Kemal Atatürk'ün ebedi istirahatgahı Anıtkabir içerisinde yer alan mozoleye çelenk bıraktı.

Çankaya'nın çocukları olarak Atatürk'ün izinden bir an olsun ayrılmayacaklarının sözünü veren minikler, Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk'e olan özlemlerini dile getirdi.



Mamaklı gençlerden tarihe renkli bir bakış

HABER MERKEZİ

MAMAK Belediyesi, genç sanatçılara kapılarını açmaya devam ediyor. Hacı Bektaş-ı Veli Ortaokulu öğrencilerinin hazırladığı "Anadolu Medeniyetlerinde Kadın" temalı sulu boya sergisi, Musiki Muallim Mektebi Sergi Salonu'nda sanatseverlerle buluştu.

Mamak Belediyesi, Hacı Bektaş-ı Veli Ortaokulu öğrencilerinin "Anadolu Medeniyetlerinde Kadın" temalı sulu boya sergisine ev sahipliği yaptı. Musiki Muallim Mektebi Sergi Salonu'nda açılışı yapılan sergide, öğrencilerin 23 eseri sanatseverlerle buluştu. Öğrencilerin çalışmalarının yer aldığı sergi, bir hafta boyunca ziyarete açık kalacak. Serginin açılışına Mamak Belediye Başkan Yardımcısı Sibel Emre, Mamak İlçe Milli Eğitim Şube Müdürü Şahsenem Düzgün, Hacı Bektaş-ı Veli Ortaokulu Müdürü Hüseyin Karaca, Resim Öğretmeni Ebru Ertekin, öğretmenler ve öğrenciler katıldı.

GEÇMİŞ VE BUGÜN SANATTA BULUŞTU

Öğrencilerin emeğine ve kadının teması etrafında şekillenen sanatın diline dikkat çeken Başkan Yardımcısı Emre,



"Genç yaşta bu kadar derin bir bakış geliştirmiş olmaları, geleceğe umutla bakmamızı sağlıyor. Anadolu medeniyetleri gibi kadim bir geçmişe sahip coğrafyada, kadının izini sürmek hem kültürel hem de insani bir sorumluluktur. Öğrencilerimizi ve bu güzel çalışmaya öncülük eden öğretmenimizi yürekten kutluyorum" dedi. Serginin bir hafta boyunca ziyarete açılacağına belirten Re-

sim Öğretmeni Ebru Ertekin ise öğrencilerinin tarihe ve kültüre olan duyarlılığını sanatla ifade etme becerisinden büyük bir gurur duyduğunu ifade etti. Etkinlik, sanatseverlerin öğrencilerle sohbet etmesi ve eserleri incelemesiyle devam etti. Sergi boyunca Anadolu'nun farklı dönemlerinden kadın figürlerinin güçlü, zarif ve direngen temsilleri, renkler, desenler ve anlatım diliyle göz doldurdu.

Hurda klasik otomobilleri yenileyip, trafiğe çıkarıyor

ANKARA, (DHA)- ANKARA'nın Mamak ilçesinde Hüseyin Kaya (37), hurdaya çıkan eski otomobilleri kendine özgü yöntemlerle farklı araçların parçalarını birleştirip, yenileyerek tekrar trafiğe çıkarıyor.

Hüseyin Kaya, çocukluğunda kaporta ustası olan babasının yanında çalıştı. Daha sonra sıhhi tesisatçılık yapan Kaya, bu meslekte de el becerilerini geliştirdi. Otomobillere olan tutkusunu yitirmeyen Kaya, 5 yıl önce evinin garajını tamirhaneye çevirip, hurdaya çıkan klasik otomobilleri tamir etmeye başladı. Kaya, 4 arkadaş ile birlikte birkaç yıl içinde onlarca hurda aracı orijinaline uygun yenileyip, tekrar trafiğe çıkardı. Kaya, yurt dışında getirdiği parçalarla yenilediği araçlarla fuarlara katılıp, sosyal medya paylaşımları yapınca müşterisi de artmaya başladı. Kaya,



en son Almanya'dan kendisine ulaşan Türk işçinin getirdiği 1952 model kamyoneti yeniledi. "KENDİMİZ DE PARÇA ÜRETİYORUZ" Şimdi tesisatçılık işini bırakıp, tamamen hurda araç tamirine yönelen Kaya, "Klasik araç restorasyonuna ticari amaç gütmeyen başladım önce. Sektörde eksik olduğu için daha sonra bu bizim işimiz oldu. Restorasyon süreci 6 ay ile 1 sene arası değişebiliyor. Yakınlarımız, bu işle ilgilendiğimizi bildikleri için bir yerde bir araba gördüklerinde o hurda ara-



ci fotoğrafını ve konumunu atıyorlar. Biz de garajımıza getirdiğimiz araçlara restorasyon sürecini başlatıyoruz. Bulduğumuz parçaları aracın üstüne takabiliyoruz. Fakat kişiye özel yapılan arabalarda bir parçayı kendimiz de imal edebiliriz. Yani kişinin, müşterinin isteğine göre biz o parçayı kendi elimizde yapıp tamamıyla el işçiliğiyle kendimiz de üretebiliyoruz" dedi.

Kaya, hurda araçları tekrar çalıştırmaktan büyük keyif aldığını söyleyerek, "Müşterilerimiz de sosyal medyada sürekli

SONSÖZ Yıl: 50 Sayı: 17344 19 MAYIS 2025 PAZARTESİ GÜNLÜK SİYASİ GAZETE web: www.sonsoz.com.tr * e-mail:sonsozgazetesi06@gmail.com

SONSÖZ Gazetecilik Matbaacılık Reklamcılık İnş. San. ve Tic. Ltd. Şti. Adına İmtiyaz Sahibi: Tüzel Kişi Temsilcisi : Bahar Pehlivan YEDİER Sorumlu Yazı İşleri Müdürü : M. Umut KARAKÜLAH İstihbarat Şefi: Suat ÖZER Sayfa Sekreteri : Birsan Düzen Spor Sorumlusu: Yalçın ERCAN Hukuk Müşaviri: Av.Mehmet Necati YÜZER

İstanbul Temsilcisi Murat KENDİRLİ (0532) 521 62 17 **İzmir Danışmanı** Oğuzhan KAVAKLI (0542) 422 71 80 **Karadeniz Temsilcisi** Kemal TANGAL (0544) 397 92 51 **Sivas Temsilcisi** Yurdal EPSİLELİ (0546) 889 58 58 **MERKEZ:** İvedik OSB Mah. 1541 Cad. Matbaacılar Sitesi No:58 Yenimahalle/ANKARA Tel: (0312) 312 12 82-310 51 88 Faks: (0312) 310 60 79

HABER MERKEZİ: İvedik OSB Matbaacılar Sitesi 1341. Cadde No: 56-58 Yenimahalle/ANKARA Tel: (0312) 394 57 71 Fax: (0312) 394 57 74 **BASKI YERİ:** Uslu Matbaacılık Mustafa USLU **BASKI ADRESİ:** Zübeyde Hanım Mah. Elif Sk. No: 7/246 ALTINDAĞ / ANKARA Tel: 0546 457 74 00

Kurumsal E-Posta muhasebe@sonsoz.com.tr UETS ADRESİ: 25999-52289-81751 Dağıtım: MATA GRUP BİLİŞİM LOJİSTİK DANIŞMANLIK LTD.ŞTİ. Yayın Türü: Yerel Süreli Sözleşme Dış Yazıların Ücret Ödenmez. Gazete Basım Tarihi: 18 Mayıs 2025 Pazartesi **İLAN VE REKLAM TARİFESİ** • Renkli bütün sayfalarda st/cm: 200 TL + KDV • Siyah-Beyaz sayfalarda pazarlığa tabiidir. • Bilanço, Genel Kurul, Tüzük, Sigorta, Acentelik, Feshiname vb. ilanların st/cm: 185 TL + KDV Arşiv gazete bedeli 30 TL'dir

ÖZETLE

Oktay
TAŞ

Mukaddime ve Devlet

Son iki yazımızda, Platon'un, felsefenin klasik baş yapıtlarından biri olan Devlet adlı eserini birkaç bölümlük bir yazı dizisi halinde sizlerle paylaştık. Bugün de sizlerle yine aynı konu üzerinde insanlığa büyük bir eser bırakmış olan İbni Haldun'un Mukaddime'sinde yer alan devletle ilgili görüşlerine yer vereceğiz.

Ebu Zeyd Abdurrahman bin Muhammed bin Haldun el Hadramî veya tanınan kısa adıyla İbni Haldun, tarihin önemli isimlerinden biri olarak nitelendirilir. Küçük yaşta ilim ve fikir hayatına ilgi duyması onu başarılı bir tarihçi haline getirmiş ve birçok eser kaleme almış. 1332'de Tunus'ta dünyaya gelen İbni Haldun, modern tarih yazımının, sosyolojinin ve ekonominin öncülerinden kabul ediliyor. 14. yüzyıl düşünürü, devlet adamı ve tarihçisi olarak kabul gören Haldun, ayrıca İslam aleminde liberalizm ilkelerini kitaplarında bulunduran ilk Müslüman düşünür olarak kabul ediliyor.

İbni Haldun'un en önemli eseri ise Mukaddime'dir. Konunun uzmanları Mukaddime'yi şöyle tanımlıyorlar:

"14.yüzyıl'da bilimsel metodoloji ile kaleme alınan Mukaddime, İbni Haldun'un teorik alt yapısı ve pratik gözlemlerini dengeli şekilde bir araya getirdiği başyapıttır. Devletlerin refahı ve çöküşünü; çevresel, sosyal, ekonomik, politik ve tarihsel faktörlerin bir araya geldiği dinamik bir çerçevede tahlil eder. Kurucusu olduğu 'Umran' ilmi ile toplum refahını esas alan arz-talep, fiyat-ücret, emek-değer, üretim-tüketim ve tüm ekonomik sistemin murakabesini yapan devlet tanımıyla bütünsel bir model ortaya koymuştur. Devleti düzenleyici ve denetleyici rolü ile iktisadi hayatın önemli bir unsuru olarak işaret etmiş. Gelişmiş bir toplum ve istikrarlı refah için devletin üstlenmesi gereken rolleri örneklerle tarif etmiştir.

Yazımızın giriş kısmında da belirttiğimiz gibi Mukaddime özellikle devlet konusunda çok önemli tespitlere yer verir. Mukaddime'de "refah devleti" ve "ekonomik kalkınma" önemli bir yer tutuyor. İbni Haldun'un düşünce sisteminde asabiyet olgusu toplumların bir devlet kurmasının itici gücü olarak gösteriliyor. Burada asabiyetle neyin kast edildiğini de belirtmekte yarar var. Asabiyet, aralarında kan yakınlığı bulunan bir topluluğun bütün fertlerini birbirine bağlayan ve herhangi bir dış tehlike durumunda onları karşı koymaya sevk eden birlik ve dayanışma ruhu olarak tarif edilebilir.

İbni Haldun, devleti iktisadi hayatta karar alıcı bir mekanizma olarak görmez. Haldun'a göre, devlet, ekonomik faaliyetlerin yürütülmesi için güvenli ve adaletli bir ortamın oluşturulmasını sağlamalıdır. Devlet, toplumu iç ve dış tehlikelerden korur ve otoritesini güçlü bir askeri örgütlenmeden alır. Devletin siyasi otorite olarak sağlayacağı adil, hak ve özgürlüklerin korunduğu ortam ekonomik refahın belirleyicisidir. Devletin geliştiği ve iktisadi açıdan refahın arttığı dönemde toplumda ekonomik açıdan bir rahatlık oluşur. Bu süreci devlet iyi yönetmelidir, israftan kaçınmalıdır. Aksi halde devletin zayıflaması sonrasında çöküşü ve yıkılışı kaçınılmaz olur.

Ekonomik kalkınmaya da aynı bir önem atfeden Haldun, Mukaddime'de bu konuyu özetle şöyle anlatıyor:

"Ekonomik kalkınma süreci, sosyoekonomik ve kültürel tüm olguları bütünlükten bir refah toplumu oluşturur. Ekonomik kalkınma sürecini besleyen önemli unsurlardan bir tanesi, toplumdaki değerlerdir. Ekonomik refah artışının sağlandığı, kalkınmanın planlandığı dönemlerde toplumun ahlaki değerleri göz ardı edilmemesi gerekmektedir. Ahlaki değerlerin korunarak ekonomik faaliyetlerin yürütülmesi önemlidir. Bu değerler dikkate alınmazsa, sosyal yönü eksik ekonomik kalkınma planları ortaya çıkar."

Bu tespitte katılmamak mümkün mü?

14 yüz yıl önceden ortaya konan bu felsefi görüş günümüz dünyasına yaşananlara ne kadar çok uyuyor değil mi?

İbni Haldun, yaşadığı yüzyılın ışığında devletlerin çöküşüne neden olan gelişmeleri de beş aşamada değerlendiriyor. İlk dört aşamada kuruluşundan gelişmesine kadar olan süreç değerlendiriliyor. Son aşaması ise ibret verici. Haldun bu aşamayı israf dönemi olarak nitelendiriyor :

"...Hükümdar prens, kendi özel zevkleri için, kendi yakınlarına karşı da fazladan bir savurganlıkla, atalarının biriktirdiği hazineleri harcar. Çevresini güvenilmez, salık verilmez kişilerle kuşatır, en önemli devlet işlerini bunlara emanet eder. Ama bu yeni dostlar hiç de yetenekli kişiler değildirler, neyin kendilerine düştüğünü neyin kendi yetkilerinin dışında olduğunu bile ayırtedemezler. Üstelik hükümdar kendi kabilesinin ve öncülerinin büyük hizmetliler katını yıkmaya bakar. Bunun üzerine bunlar da ötekiler de ondan nefret ederler ve ona karşı fesat çevirmeye başlarlar. Böylece birçok askerini kaybeder, çünkü onların maaşlarıyla kendi şatafatlı masraflarını karşılar, onların görüşme istemlerini reddeder ve onlarla ilgilenmez. Böylece, öncülerinin yatırımlarını yok eder, onların yükselttikleri yapıyı yerle bir eder. Hadenâni yaşanmıştır, sürenge ve devasız bir hastalığa yakalanmıştır ve sonunda yok olur..."

Bugün, 19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramını kutluyoruz. Tesadüfe bakın ki, bugün yazımızda, Osmanlı çöküşünde bire bir yaşadığımız aşamaları, yüzlerce yıl önce yazılmış bir eserde yüz yüze yaşamak gerçekten ibret verici. Bizlere ne mutlu ki, Atatürk ve bir avuç vatansever insan üstü çabasıyla, Osmanlı'nın küllerinden yepyeni bir cumhuriyet kurma şansını elde edebildik. Kuranlardan ve yaşıtanlardan Allah bin kere razı olsun.

Mehtap Şafak'tan Azerbaycan çıkarması

YAZAR ve Danışman Mehtap Şafak, Azerbaycan'da Uluslararası Konferansa konuşmacı olarak katılacak.



Yazar ve Aile-İlişki Danışmanı Mehtap Şafak, Azerbaycan Sağlık Bakanlığı (Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyi) tarafından düzenlenen uluslararası konferansta konuşmacı olarak yer alacak.

"The Consequences of Overweight and A Healthy Lifestyle / Aşırı Kilonun Sonuçları ve Sağlıklı Yaşam" başlıklı konferans, 24 Mayıs

2025 tarihinde, 10:00–16:00 saatleri arasında Bakü, Azerbaycan'da gerçekleştirilecek.

Konferansta Mehtap Şafak, "Bedenin Açlığı, Ruhun Boşluğu"

başlıklı konuşmasıyla katılımcıların karşısına çıkacak.

Şafak, sağlıklı beslenme alışkanlıklarının yalnızca fizyolojik değil, aynı zamanda derin duygusal boşlukların bir sonucu olduğuna dikkat çekecek.

Aile yapısı, çocuklukta karşılanmayan duygusal ih-



tiyaçlar ve yetişkinlikte gelişen tatminsizlik döngüsüne değinecek olan Şafak, konuşmasında şu başlıklara odaklanacak:

• Duygusal açlık ve aşırı yeme ilişkisi

• Modern çağın "aşırılık" kültürü: aşırı görünüme arzusu, aşırı bilgi kirliliği, aşırı hareketsizlik, aşırı marka tutkusu, aşırı yemek...

• Ailelerin çocuklara dijital emzikler yerine temas,

şefkat ve anlayış sunması gerektiği

• Obezitenin ruhsal kaynakları ve çözüm yolları

Şafak, "Dünyada açlıktan ölenlerin iki katı insan obezite nedeniyle hayatını kaybediyor. Obezite sabır isteyen bir intihar şeklidir," diyerek toplumsal farkındalığın altını çizecek.

Konferans, Azerbaycan Sağlık Bakanlığı ile birlikte TƏBİB, İctimai Səhiyyə və İslahatlar Mərkəzi, Azərbaycan Dövlət Həkimləri Təkmilləşdirmə İnstitutu gibi kurumların iş birliğiyle gerçekleştirilecek.

Etimesgut'ta bahar ezgileri yankılandı

■ HABER MERKEZİ

ETİMESGUT Belediyesi Kent Konseyi Engelli Meclisi ve Kadın Meclisi ile Yurt Ezgileri Türk Halk Müziği Topluluğu'nun birlikte düzenlediği Bahar Konseri, sanatseverlere unutulmaz bir akşam yaşattı. Şef Şükrü Mutlu yönetiminde gerçekleştirilen konserin sunuculuğunu ise başarılı sunucu Yeliz Göçbak üstlendi. Etkinlik, Kent Konseyi Başkanı Ayhan Yılmaz ve sanatseverlerin yoğun bir katılımı ile Etimesgut'un kültürel kalbi olan Korkut Ata Kongre ve Kültür Merkezi'nde gerçekleşti.

“GÖNÜLLERE DOKUNAN EZGİLER, ALKIŞLARLA TAÇLANDI”

Yurt Ezgileri Türk Halk Müziği Topluluğu, Türkiye'nin dört bir yanından derlenmiş halk müziği eserlerini ustalıkla seslendirdi. Şef Şükrü Mutlu'nun titiz çalışması ve özenle hazırlanan repertuar, dinleyicilere hem duygusal hem de coşkulu anılar yaşattı. Konserde Karadeniz'in hüzünlü kemençesinden Ege'nin neşeli zeybeklerine, İç Anadolu'nun bozkır türkülerinden Doğu Anadolu'nun ezgilerine kadar çok çeşitli eserler icra edildi. Topluluğun profesyonel performansı, seyircilerden büyük beğeni topladı.

“SOSYAL KATILIMIN GÜÇLÜ MESAJI”

Konserin en dikkat çekici yönlerinden biri, Etimesgut Belediyesi Kent Konseyi Engelli ve Kadın Meclisi'nin bu organizasyonda aktif bir rol üstlenme-



si oldu. Etkinliğin amacı sadece müzik dinletisi sunmak değil, aynı zamanda toplumun her kesiminin sosyal ve kültürel hayata katılımını teşvik etmektir. Konser boyunca yapılan konuşmalarda, engelli bireylerin ve kadınların kültürel etkinliklerde daha görünür hale gelmesi gerektiği vurgulandı. Katılımcılar, birlik ve dayanışma mesajlarıyla bu anlamlı organizasyonu daha da anlamlı kıldılar.

“YELİZ GÖÇBAK'TAN AKICI SUNUM”

Gecenin sunuculuğunu üstlenen Yeliz Göçbak, akıcı ve samimi üslubuyla geceye ayrı bir

renk kattı. Hem dinleyicileri türküler hakkında bilgilendirdi hem de sanatçılarla seyirciler arasında bir köprü kurarak salonda sıcak bir atmosferin oluşmasını sağladı.

“ALKIŞLARLA SON BULAN BİR BAHAR GECESİ”

Konser, finalde tüm solistlerin sahnede birleşerek seslendirdiği "Memleketim" türküsüyle sona erdi. Salon dakikalarca alkışlarla inledi. Dinleyiciler, böylelikle anlamlı ve kaliteli bir etkinliği kendilerine sunan Etimesgut Belediyesi'ne ve emeği geçen herkese teşekkür ederek salonu ayrıldılar.



Çubuk'ta Kurban Bayramı öncesi hayvan pazarında yoğunluk yaşanıyor

ANKARA (AA) - Ankara'nın Çubuk ilçesinde, Kurban Bayramı öncesinde canlı hayvan pazarında hareketlilik yaşanıyor.

Çubuk Belediyesi Canlı Hayvan Pazarı'nda kurbanlık alışverişleri hız kazandı. Özellikle büyükbaş kurbanlıklara yoğun ilgi gösterildiği gözlemlendi.

Çubuk Belediyesi Veteriner Hekimi Yalçın Bekir Kılınç, bayramın 3. gününe kadar açık olacak pazarı kurban kesimlerinin de yapılabileceğini belirtti.

Kılınç, "Vatandaşlarımızın Kurban Bayramı'nda en çok dikkat edeceği konulardan biri, mümkün olduğu kadar hijyenik yerlerde kurbanlarını kesmelerini öneriyoruz. Bir de kesimden sonra kurban etlerini özellikle poşetlere direk koymamalıdır. Mutlaka etlerin dinlendirilmesi gerekmektedir. Kurban alırken en çok dikkat edecekleri de birincisi hayvanın besili ve sağlıklı olmasıdır." dedi.

Çorum'dan kurbanlıklarını satmak için gelen besicilerden Ali İhsan Keyvan, pazarda fiyatların uygun olduğunu savundu.

Besicilerden Ferhat Yalçın ise fiyatlardan dolayı alıcıyla satıcının anlaşmakta zorluk yaşadığını dile getirdi.



KARE BULMACA (TDK Güzel Türkçe Bulmacası)

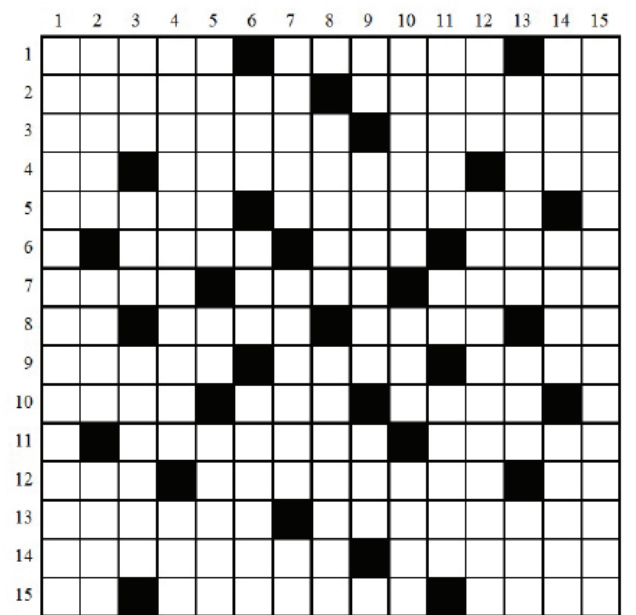
SOLDAN SAĞA: 1. Erkeklerin başında uzun ve çatalı boynuzları olan memeli hayvan... Kalabalık (halk ağzı)... 2. Te-neşir (halk ağzı)... 3. Sınır otugillerden, çiçekleri tek bir sapın ucunda başak durumunda, birçok yabancı türü bulunan ve hekimlikte kullanılan bir bitki... 4. Alışveriş, alıştık... 4. Tuh... 5. Mağazası olan veya mağaza işleten kimse... Genellikle işletmelerde kullanılan, gümmüş görünümünde ve parlaklığında olan iplik vb (eski)... 5. Ezme işini yapan (kimse veya şey)... 6. Duman rengi... 7. Bir kimse-nin, bir tüzel kişinin mülkiyeti altında bulunan, taşınır veya taşınmaz varlıkların bütünü... 8. Kütüphane ile bağlı ilçelerden biri... 7. Cemaate namaz kıldıran kimse... 9. Yemek, yiyecek (eski)... Genellikle akvaryumlarda yetişen, değişik renklerde, uzunluğu yaklaşık 5 santimetre olan bir tatlı su balığı... 8. Türk alfabesinin yirmi sekizinci harfinin adı, okunuşu... Din işlerini devlet işlerine karıştırmayan, devlet işlerini dinden ayrı tutan... Başlangıcı belli olmayan zaman, öncesizlik... 9. Sıkıntı, bezginlik, usanç, acı, yorgunluk vb. duyguların beliren bir söz... 9. Üşümek (halk ağzı)... Genellikle belli meslek adamları için yapılmış veya belli amaçlarla kurulmuş konutlar topluluğu iş, merkezi... Ne olursa olsun, hangi şartta olursa olsun, her hâlde, ille, illa ki... 10. Başkan... Satranç oyununda taraflardan birinin yenilgisi... Tuzlu ve zengin çeşnili bir tür tat-

landırıcı... 11. Çatılan örtmekte kullanılan, yan yana dizilerek suyu aşağıya geçirmeden dışarı aktıracak biçimde yapılmış, kızıl toprağın renginde, pismiş balıkcı levha... Kesme, parçalama (eski)... 12. Ölüm veya bir felaketten doğan acı ve bu acıyı belirten davranışlar, matem... Geleneğe sahip bulunmayan... Yayla atılan, ucunda sivri bir demir bulunan ince ve kısa tahta çubuk... 13. Üleşmek işi... Afallamak durumu... 14. Patladığında etrafı küçük parçalar saçan bir tür top mermisi... En azından, hiç olmazsa (eski)... 15. İyi bir nitelikte bilinip tanınmış olma durumu, şöhret, şan, nam, ad... İçine yabancı madde katılmış olan, karışık, saf olmayan... Üzüm, incir, erik vb. meyvelerin alkolle mayalanarak damıtılmasıyla elde edilen içki, aslansütü...

YUKARIDAN AŞAĞIYA: 1. Bir topluluğun duygularını dile getirmek için ana yollar ve alanlarda yürütülen yapılmış, kızıl toprağın renginde, pismiş balıkcı levha... Kesme, parçalama (eski)... 2. Usta, belli bir işte becerikli, mahir (kimse)... Kayingilden, eğer yüz kadar türü arasında, kişi yaz yapıtlarını dökmeyenleri de bulunan, kerestesi dayanıklı bir orman ağacı... Düz, açık ve geniş yer, meydan, saha... 3. Koyun tüyü... Bir işi yapma, yenne getirme (eski)... Çırpıcı... 4. Ad cümlesi... Eni geniş bir şeyle vurulduğunda çıkan ses... 5. Çoğu Türk soyundan olan ve genellikle Polonya ve Litvanya topraklarında oturan bir Slav topluluğu, Karay... Kar, süt vb.'nin rengi, beyaz... Bir arazinin, bir

kara yolunun, bir demir yolu hattının yatay doğrultuya göre yokuş olan bölümü... 6. Yollarda, toprak damlarında yerli bastırma veya tarlalarda toprağı ezmek için gezdirilen taş silindir (halk ağzı)... Hilit... Benzer, eş (halk ağzı)... 7. Savaş (eski)... Aksamak işi... Bir şeyin eksikğini tamamlamak için ona katılan parça... 8. Uzaklık durumu... Özenli... 9. Lityum elementinin simgesi... Kısırlık, verimsizlik (eski)... Zilli bir kasnağa geçirilmiş kursak zarından oluşan çalgı... 10. Anasına düşkün (çocuk) (halk ağzı)... Bir kimseyi kötüleme, yermek, yergi (eski)... Pazartesi ile çarşamba arasındaki gün... 11. Atom numarası 29 olan, ısı ve elektrikli iyi iletken, kolay dövülür ve işlenir olduğundan eski çağlardan beri türlü işlerde kullanılan, kızıl renkli element (simgesi Cu)... Türk alfabesinin yirminci harfinin adı, okunuşu... Yücelme (eski)... 12. Dingil... Tellerine vurulduğunda veya tellere yay sürüldüğünde oluşan titreşimler sayesinde ses çıkaran çalgılar, telli çalgılar... 13. Sasamak işi, tefessüh... Gemileri, farklı iki su düzeyinin birinden öbürüne aşmak için yapılmış ara havuz... Ağabey (halk ağzı)... 14. Yavaş, ağır (eski)... Genellikle kürkten, gösterişli kumaşlardan veya yün örgüden yapılmış uzun omuz atkısı... Ağaçtan yapılmış top (eski)... 15. Alametifankası olan...

BULMACININ ÇÖZÜMÜ 6. SAYFADA



Barış diplomasisinin öncülüğünü dünyada bugün Türkiye üstleniyor



GÜLHANE EAH İHTİYACI ACİL DURUM ARMATÜRÜ, YANGIN SİRENİ VE KİLİTLİ TORBA (İLAÇ POŞETİ) ALIMI

Mal alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecek olup, teklifler sadece elektronik ortamda EKAP üzerinden alınacaktır. İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:

İKN: 2025/680146

1-İdarenin

a) Adı: EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ-GÜLHANE SAĞLIK BAKANLIĞI BAKAN YARDIMCILIKLARI

b) Adresi: GN.DR.TEVFIK SAGLAM CD. 06010 ETLIK KEÇİÖREN/ANKARA

c) Telefon ve faks numarası: 3123042074 - 3123042250

ç) İhale dokümanının görülebileceği ve e-imza kullanılarak indirilebileceği

internet sayfası: <https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/>

2-İhale konusu mal alımın

a) Adı: GÜLHANE EAH İHTİYACI ACİL DURUM ARMATÜRÜ, YANGIN SİRENİ VE KİLİTLİ TORBA (İLAÇ POŞETİ) ALIMI

b) Niteliği, türü ve miktarı: GÜLHANE EAH İHTİYACI ACİL DURUM ARMATÜRÜ, YANGIN SİRENİ VE KİLİTLİ TORBA (İLAÇ POŞETİ) ALIMI

Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.

c) Yapılacağı/teslim edileceği yer: GÜLHANE EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ

ç) Süresi/teslim tarihi: Yüklenici/Yükleniciler ihale konusu ürünleri hastanenin ihtiyacına göre partiler halinde peyderpey veya tek seferde teslim edeceklerdir. Yüklenicinin teslim ettiği malzemelerin boyutlarına göre idare personelinin gösterdiği yere gösterdiği şekilde yerleştirilecek teslimat kabul buna göre yapılacaktır. Malzeme teslimatları en az 20 (yirmi) gün öncesinden idarenin siparişine müteakip istenilen miktarda istenilen tarihte teslimat yapılacaktır. Sözleşmenin imzalanmasını müteakip işe başlanacaktır.

d) İşe başlama tarihi: Sözleşme imzalanmasına müteakip işe başlanacaktır.

3-İhalenin

a) İhale (son teklif verme) tarih ve saati: 13.06.2025 - 16:00

b) İhale komisyonunun toplantı yeri (e-tekliflerin açılacağı adres): GÜLHANE EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ SATINALMA BİRİMİ İHALE SALONU

4. İhaleye katılabilme şartları ve istenilen belgeler ile yeterlik değerlendirmesinde uygulanacak kriterler:

4.1. İsteklilerin ihaleye katılabilmeleri için aşağıda sayılan belgeler ve yeterlik kriterleri ile fiyat dışı unsurlara ilişkin bilgileri e-teklifleri kapsamında beyan etmeleri gerekmektedir.

4.1.1.3. İhale konusu malın satış faaliyetinin yerine getirilebilmesi için ilgili mevzuat gereğince alınması zorunlu izin, ruhsat veya faaliyet belgesi veya belgelerine ilişkin bilgileri:

TIBBİ CİHAZ SATIŞ YETKİ BELGESİ

TİTUBB veya ÜTS kayıtları

4.1.2. Teklif vermeye yetkili olduğunu gösteren bilgiler;

4.1.2.1. Tüzel kişilerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgiler idarece EKAP'tan alınır.

4.1.3. Şekli ve içeriği İdari Şartnamede belirlenen teklif mektubu.

4.1.4. Şekli ve içeriği İdari Şartnamede belirlenen geçici teminat bilgileri.

4.1.5 İhale konusu alımın tamamı veya bir kısmı alt yüklenicilere yaptırılamaz.

4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin belgeler ve bu belgelerin taşıması gereken kriterler:

İdare tarafından ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin kriter belirtilmemiştir.

4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin belgeler ve bu belgelerin taşıması gereken kriterler:

4.3.1. Yetkili satıcılığı veya imalatçılığı gösteren belgelere ilişkin bilgiler:

a) İmalatçı ise imalatçı olduğunu gösteren belge veya belgelere ilişkin bilgiler,

b) Yetkili satıcı veya yetkili temsilci ise yetkili satıcı ya da yetkili temsilci olduğunu gösteren belge veya belgelere ilişkin bilgiler,

c) Türkiye'de serbest bölgelerde faaliyet gösteriyor ise yukarıdaki belgelerde belirtilen serbest bölge faaliyet belgesine ilişkin bilgiler.

İsteklilerin yukarıda sayılan bilgilerden, kendi durumuna uygun bilgi veya bilgileri belirten isteklilerin yeterlik bilgileri tablosu uygun kabul edilir. İsteklinin imalatçı olduğu aşağıdaki belgelerdeki bilgiler ile tevsik edilir.

İmalatçı Belgesi

Yetkili Satıcı Belgesi

4.3.2. Numune sunulması istenmektedir.

5. Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.

6. İhaleye sadece yerli istekliler katılabilecek olup yerli malı teklif eden yerli istekliye ihalenin tamamında % 15 (yüzde on beş) oranında fiyat avantajı uygulanacaktır.

7. İhale dokümanı EKAP üzerinden bedelsiz olarak görülebilir. Ancak, ihaleye teklif verecek olanların, e-imza kullanarak EKAP üzerinden ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.

8. Teklifler, EKAP üzerinden elektronik ortamda hazırlandıktan sonra, e-imza ile imzalanarak, teklife ilişkin e-anahtar ile birlikte ihale tarih ve saatine kadar EKAP üzerinden gönderilecektir.

9. İstekliler tekliflerini, her bir iş kaleminin miktarı ile bu iş kalemleri için teklif edilen birim fiyatların çarpımı sonucu bulunan toplam bedel üzerinden teklif birim fiyat şeklinde verilecektir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekli ile birim fiyat sözleşme imzalanacaktır.

10. Bu ihalede, kısmı teklif verilebilir.

11. İstekliler teklif ettikleri bedelin %3'ünden az olmamak üzere kendi belirleyecekleri tutarda geçici teminat vereceklerdir.

12. Bu ihalede elektronik eksiltme yapılacaktır.

13. Verilen tekliflerin geçerlilik süresi, ihale tarihinden itibaren 120 (YüzYirmi) takvim günüdür.

14. Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.

15. Diğer hususlar:

Teklif fiyatı ihale komisyonu tarafından aşırı düşük olarak tespit edilen isteklilerden Kanunun 38 inci maddesine göre açıklama istenecektir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr/de

(Basın-2225979)

İSTANBUL (AA)- Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, "İnsani diplomasinin sancaktarlığını bugün Türkiye yapıyor. Barış diplomasisinin öncülüğünü dünyada bugün Türkiye üstleniyor." dedi. Erdoğan, GENÇFEST'e katılan gençlere, "Türkiye Yüzyılı'na böylesine dinamik, böylesine birikimli, böylesine ahlaklı bir gençlikle adım atmadan iftihar ediyorum. Bu kutlu mücadelede sizlerle yol arkadaşlığı yapmaktan büyük bir onur, büyük bir mutluluk duyuyorum." diye seslendi. Cumhurbaşkanı Erdoğan, AK Parti Genel Merkez Gençlik Kollarınca düzenlenen "GENÇFEST: Bir Gençlik Festivali" programında yaptığı konuşmada, gençlerle İstanbul'da bir araya gelmenin bahtiyarlığını yaşadığını belirterek, programı düzenleyen AK Parti Genel Merkez Gençlik Kolları Başkanı Yusuf İbiş ve ekibini tebrik etti.

Konuşması sırasında tribünlerde açılan "Roman olur yazsam seni" ve "Kalbimin en nazlı yerinde, yerin var derinde" pankartlarını okuyan Erdoğan, "Bu romanı bir an önce yaz ama bana göndermeyi de unutma." dedi. Tribünde açılan "Banta, filtreye gerek yok biz hep netiz", "Zirveye hırsız değil, tarih yazmak gerek", "Trendler değişir, aşkımız değişmez" pankartlarını okuyan Erdoğan, festivalde sahne alan şarkıcılara da teşekkür etti.

"SİZ GENÇLER, TÜRKİYE'NİN AYDINLIK GELECEĞİNİ TEMSİL EDİYORSUNUZ"

Salonu dolduran gençlere teşekkür eden Erdoğan, "Enerjisiyle, coşkusuyla, heyecanıyla geleceğe dair ümitlerimizi yeşerten her bir gencimize şükranlarımı sunuyorum. Türkiye Yüzyılı'na böylesine dinamik, böylesine birikimli, böylesine ahlaklı bir gençlikle adım atmadan iftihar ediyorum. Bu kutlu mücadelede sizlerle yol arkadaşlığı yapmaktan büyük bir onur, büyük bir mutluluk duyuyorum." diye konuştu.



22 Mayıs "Finansal Okuryazarlık Günü" olarak kutlanacak

ANKARA (AA)- Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın imzasıyla yayımlanan genelgeyle, her yıl 22 Mayıs, "Finansal Okuryazarlık Günü" olarak kutlanacak. Resmi Gazete'de yayımlanan "Finansal Okuryazarlık Günü" konulu genelgede, finansal okuryazarlığın, yalnızca bireylerin kişisel bütçelerini yönetebilmeleri açısından değil, aynı zamanda toplumun genel refahının artırılması, finansal sistemde istikrarın sağlanması ve ülkenin ekonomik direncinin güçlendirilmesi bakımından stratejik öneme sahip olduğu belirtildi. Sermaye piyasasına yatırım kültürünün oluşturulması, mevcut ve potansiyel yatırımcıların sermaye piyasalarına olan güveninin ve farkındalığının artırılması için okul öncesi ve okul çağındaki çocuklardan gençlere, hane halkından piyasa profesyonellerine kadar belirlenmiş farklı hedef kitlelerine ihtiyaçları ve donanımları gözeticilerle, uygun iletişim kanalları aracılığıyla bilgilendirme yapılmasının önem arz ettiği vurgulanan genelgede, şunlar kaydedildi:

"Dijitalleşme ile çeşitlenen finansal ürün ve hizmetlere yönelik yatırımcıların ve finansal tüketicilerin bilgi düzeyinin artırılarak piyasa risklerine karşı korunabilmeleri ve bilinçli tercihler yaparak isabetli kararlar alabilmeleri için eğitim ve bilgilendirme faaliyetlerinin geniş kitlelere ulaştırılması elzemdir. Bu kapsamda finansal eğitimin sürekli hale getirilmesi ile finansal okuryazarlığın yaygınlaştırılması, giderek karmaşık hale gelen finansal piyasaların bilinirliğini ve farklı kesimlerin finansal piyasalara güvenli bir şekilde katılım olanağını artırarak, ekonomik kalkınmamıza da katkı sağlayacaktır."

AİLE VE EĞİTİM REHBERİ KÖŞESİ



Şakir İPEK

Uzman Psikolojik Danışman ve Aile Danışmanı

sakiripek@akilciyasam.com.tr

Okulda Yalan: Öğretmenler Neler Yapmalı?

Okul, çocukların yalnızca akademik bilgi edindikleri bir yer değil, aynı zamanda karakter gelişimlerinin şekillendiği bir ortamdır. Öğrenciler burada sosyal ilişkileri öğrenir, sorumluluk almayı deneyimler ve ahlaki değerlerle tanışır. Ancak bazı durumlarda, öğrenciler gerçeği çarpıtabilir veya doğruları söylememeyi tercih edebilirler.

1. Yalanın Sebebinin Anlamaya Çalışın

Bir öğrenci yalan söylediğinde, bu davranışın altında yatan sebebi anlamadan doğrudan disiplin cezasına yönelmek etkili bir çözüm olmaz. Çocuklar farklı nedenlerle yalan söyleyebilirler:

Korku: Sert cezalar ve eleştirilerden kaçınmak için yalan söyleyebilirler.

Dikkat çekme: İlgi görmek ve fark edilmek istedikleri için gerçeği abartabilirler.

Hayal gücü: Özellikle küçük yaşlarda gerçek ile hayali ayırt edememek yalan olarak algılanabilir.

Ödül kazanma: Maddi veya manevi bir kazanç elde etmek için gerçeği çarpıtabilirler.

Başkalarını korumak: Arkadaşlarını ya da kardeşlerini zor bir durumdan kurtarmak için yalan söyleyebilirler.

Özgüven Eksikliği: Kendilerini daha başarılı veya güçlü göstermek için gerçeği çarpıtabilirler.

Sosyal Kabul: Arkadaş grubunda kabul görmek veya ilgi çekmek amacıyla yalan söyleyebilirler.

Kaçınma: Ödev yapmadığını veya kurallara uymadığını gizlemek için yalan söyleyebilirler.

Taklit: Eğer çevresinde yalan söyleyen yetişkinler veya arkadaşlar varsa, bu davranışı model alabilirler.

Öğretmen olarak ilk adımınız, çocuğun neden yalan söylediğini anlamaya yönelik açık uçlu sorular sormak olmalıdır.

- "Bana gerçekten ne olduğunu anlatmak ister misin?"

- "Bunu söylemenin zor olduğunu biliyorum, ama birlikte bir çözüm bulabiliriz."

2. Öğrenciyi Rencide Etmeden ve Yargılamadan Konuşun

Bir öğrenci yalan söylediğinde onu sınıf önünde küçük düşürmek veya sert bir dille azarlamak, davranışı düzeltmek yerine bilakis çocukta kırılganlık ile hıncı duygusu yaratabilir. Öğrenci, bir daha yalanının ortaya çıkmasını engellemek için daha dikkatli davranmaya çalışabilir.

Bunun yerine, birebir görüşerek durumu açıklığa kavuşturmak daha etkili olacaktır. Öğrencinin, gerçeği söylemenin bir tehdit unsuru olmadığını bilmesi gerekir.

- Yanlış Yaklaşım: "Sen hep yalan söylüyorsun, artık sana güvenemem!" "Beni kandırmaya mı çalışıyorsun? Çok büyük bir hata yaptın!"

- Doğru Yaklaşım: "Sanırım burada doğru olmayan bir şeyler var. Ne düşündüğünü benimle paylaşabilir misin?" "Sana güveniyorum ve bana doğruyu söyleyebileceğini biliyorum."

3. Dürüstlüğü Özendiren Bir Sınıf Kültürü Oluşturun

Öğrenciler, dürüstlük konusunda teşvik edildiklerinde ve bunun değerli bir erdem olduğunu hissettiklerinde yalan söyleme ihtiyacı daha az hissederler.

- Öğrencilere dürüstlüğün önemini anlatan hikâyeler okuyun veya tartışmalar yapın.

- Doğruyu söyleyen öğrencileri ödüllendirin (maddi ödüller yerine daha çok manevî ödüller (sözel takdir gibi).

- Yanlış yapan ama dürüst olan öğrencilere destekleyici yaklaşarak öğrencilerin doğru söylemekle ilgili cesaretlerini artırın.

Örneğin, bir öğrenciniz, yanlışlıkla arkadaşının kalemini kırдыsa ve bunu saklamadıysa, "Gerçeği söylediğin için teşekkür ederim. Hepimiz bazen hata yapabiliriz ama dürüst olmak çok önemli." diyerek onun dürüstlüğünü pekiştirebilirsiniz.

4. Yalanın Doğal Sonuçlarıyla Yüzleşmesini Sağlayın

Öğrenciye yalan söylemenin bir ceza gerektiren suç değil, ama doğal sonuçları olduğunu öğretmek önemlidir. Eğer bir çocuk ödevini yaptığını söyleyip yapmadıysa, ona not kaybı veya öğretmeniyle birebir çalışma gibi doğal sonuçlarla yüzleşme fırsatı verilmelidir. Fırsat diyoruz çünkü bu bir deneyimdir ve öğrenme fırsatıdır.

- Yanlış Yaklaşım: "Ödevini yapmadığın için seni disipline vereceğim."

- Doğru Yaklaşım: "Ödev yapmadığını fark ettiğinde bana doğruyu söylemeni isterim. Şimdi bunu nasıl telafi edebilirsiniz?"

5. Öğrencinin Güvenini Kazanın

Eğer bir öğrenci öğretmene güvenmiyorsa, doğruyu söylemekten kaçınabilir. Onunla güvene dayalı bir ilişki kurmak, yalan söyleme eğilimini azaltacaktır.

- Öğrencinin sadece akademik başarılarıyla değil, duygusal durumu ve ilgi alanlarıyla da ilgilenin.

- Yalan söylediğinde onu cezalandırmak yerine, duygularını anlamaya çalışın.

- Küçük yalanları büyütmeden, onları dürüstlüğü yönlendirecek bir iletişim dili geliştirin.

6. Aile ile İşbirliği Yapın

Öğrencinin sık sık yalan söylediğini fark ederseniz, durumu velisiyle paylaşarak daha bütüncül bir çözüm üretebilirsiniz. Ancak bu görüşmeyi çocuğun arkasından yapıyormuş gibi hissettirmeden, açık ve yapıcı bir şekilde gerçekleştirmek önemlidir.

"Çocuğunuzun sınıfta daha dürüst olması için birlikte nasıl destek olabilirsiniz?" gibi bir yaklaşım benimsemek daha etkili olur.

7. Öğrenciyi Etiketlemeyin!

Öğrencilere "yalancı" etiketi yaptırmak, onların bu kimliği benimsemelerine yol açabilir. Bunun yerine, onların yalan söyleme davranışını değiştirmeye yönelik olumlu bir çerçeve sunun.

- Yanlış Yaklaşım: "Sen her zaman yalan söylüyorsun!" "Sana asla güvenemem!"

- Doğru Yaklaşım: "Bazen doğruyu söylemek zor olabilir, ama ben sana güveniyorum." "Senin dürüst olduğunu görmek benim için önemli."

Sonuç Olarak: Dürüstlüğü Teşvik Eden Bir Yaklaşım Benimseyin

Öğrenciler, dürüstlüğün önemini ancak onu yaşatarak öğrenebilirler. Bir öğretmen olarak, onları cezayla korkutmak yerine dürüstlüğü özendirin bir sınıf ortamı oluşturunuz gerekir.

- Yalan söyleyen bir öğrenciyi hemen cezalandırmak yerine, nedenini anlamaya çalışın.

- Onu sınıf önünde küçük düşürmeden, bireysel görüşmelerle gerçeği söylemeye teşvik edin.

- Dürüstlük kültürünü sınıf içinde hikâyeler, örnek olaylar ve olumlu pekiştirme ile destekleyin.

- Yalan söylemenin doğal sonuçlarını göstererek, öğrencinin sorumluluk almasını sağlayın.

Dürüstlüğü, cezadan kaçınmak için değil, değerli bir davranış olduğu bilincini kazandırmak en kalıcı ve etkili yöntem olacaktır.

KİTAPLAR
ARASINDADavut
KÖKSOYİSMAİL GENÇTÜRK
ya da KANSERİ
YENEBİLMEK

28 Ağustos 2023 günü başlayan hastalığım nedeniyle Kemerhisar'dan Ankara'ya dönmek zorunda kalmıştım. 26 Eylül 2023 günü kanser olduğumu öğrendim. Böylece yaklaşık 17 ay süren tedavim başladı. 11 Ocak 2024 günü Bilkent Şehir Hastanesi'nde prostat ameliyatı oldum. Lenf kanseri nedeniyle 12 Mart 2024 günü gittiğim Tıbbi Onkoloji kliniği beni Rasyasyon Onkolojisine yönlendirdi. Bazı sıkıntılar yüzünden 4 Kasım 2024 gününe kadar ışın tedavime başlanamadı. 4 Kasım'da başlayan ışın tedavim 16 Aralık 2024 günü sona erdi.

16 Aralıkta yapılan kontrolde doktorum kanserli hücrelerin ışın tedavisi sonucu etkisiz hale geldiğini ilettili. En son 13 Mart 2025 günü yapılan tahliller sonucu kanserin tamamen bittiğini öğrendim.

Şiirlerini severek okuduğum ve Öğretmen Dünyası dergisinde kitapları hakkında yazı yazdığım sevgili arkadaşım İsmail Gençtürk de uzun süre kanserle mücadele etmişti. Bir şiirinde kanseri yenebilmenin ne kadar güzel olduğunu belirtmişti. Ama ne yazık ki kanseri yenemedi ve 2001 yılında aramızdan ayrıldı. (Işıklar içinde uyusun.)

İsmail Gençtürk Ankara / Güdül'e bağlı Sor-gun köyünde 1944 yılında doğmuştur. İlkokulu köyünde bitirmiştir. Hasanoğlu Atatürk İlköğretmen Okulu'nda öğrenimi siyasal nedenlerden ötürü yarım kalmıştır. (Kendisine okuldan ayrılma nedenini sorduğumda, okul başkanı iken Fakir Baykurt'un filme alınan "Yılanların Öcü" romanını filminin okulda gösterilmesine öncülük ettiğini ve bu yüzden okuldan uzaklaştırıldığını söylemişti.) Okuldan ayrıldıktan sonra 1961-1979 yıllarında gazete ve dergilerde düzeltmenlik yapmıştır. Bir süre de memurluk ve yayıncılık yapmıştır. Şiirleri, inceleme ve yazıları 1961 yılından itibaren Çatı, İmece, Sesimiz dergilerinde ve Vatan, Ankara, Telgraf, Yeniğün, Barış gazetelerinde yayımlanmıştır. 1977 yılında Struga Şiir Festivali'ne katılmıştır.

Köy notlarına ait eseri Orman ve Orman Köyleri 1972 yılında yayımlanmıştır. Orman, orman hayatı ve orman yangınlarına karşı düşünmeye zorlayan bir eserdir. Yazın hayatına şiir türündeki eserleri ile devam etmiş, daha sonra anı ve deneme türünde de eserler vererek edebiyatımıza katkıda bulunmuştur.

Eserleri: Düz yazı :Orman ve Orman Köyleri (1972), Hasan Hüseyin Derler Adına (Anılar, Mektuplar), Emekçi Gözüyle Atatürk (İnceleme, Araştırma), Yolumuz Nereye, Sevdim Onları (Sanaatçı Dostlar), Acilde Çiçekler Açmıyor, Bitmeyen Sürgünlük (Bir Memurun Anıları), Yol Yazıları Orman Gezileri. Şiirleri: Sevdamin Kızı (1974), Kara Kelepçe (1977), Öpücük Tarlası (1979), Orman Uğultusu (1994), Çok Adresli Bir Mektup (1994) ve İnsan Harmanı (Nehir Şiir)

Gençtürk'ün yazdığı şiiri "Yaşamak" adını taşıyor ve kanser tedavisiyle ilgilenen Dr. Fikret Arpacı'ya ithaf edilmiştir. Bu şiiri sizlerle paylaşmak istiyorum.

YAŞAMAK

Doç. Dr. Fikret Arpacı'ya

Yaşamak sevgili doktor/Yaşamak ne güzel bir sanat/Yağmur yağarken cam önlerinde/Bir kahdeh rakıyla

/Yaşamak doktor/Sihirli bir bilmece bazen/Hele bizim gibi ülkelerde/Kadınlar iki büklüm

Çocuklar süt bulamazken

Yaşamak doktor/Eve balık götürmek akşamları/Bir demet de menekşe/Ve şiirler yazmak geceleri/Okumak okumak hep okumak

Kızını yolcu ederken uzağa/Azıcık sulanması gözlerinin/Evde telefon beklemek/Öpmek sınıksıkam sevdiğin kadını

Yaşamak doktor/Kalkıp harmandalı oynamak bir düşünde/Yaylalara dağlara gitmek/Geçmek o çılgın derelerden/Yürümek yağmur altında yürümek

Yaşamak doktor/Umutlu bir bekleme/Sabrın büyük güzelliğince/Ve kanser de yenilir diyebil-mek/Cümle aleme

Şiirlerini ve yazılarını severek okuduğum sevgili Gençtürk, biraz öncede belirttiğim gibi ne yazık ki kanseri yenemedi. 2001 yılında aramızdan ayrıldı. Keşke yenebilseydi kanseri. Sevgi ve özlemle anıyorum sevgili arkadaşımı.

BULMACININ ÇÖZÜMÜ

1	G	E	Y	İ	K		K	A	L	A	B	A		B	A
2	Ö	L	Ü	S	A	L	T		I	N	A	K	S	A	L
3	S	I	N	I	R	O	T	U		A	K	S	A	T	A
4	T	U		M	A	Ğ	A	Z	A	C	I		S	I	M
5	E	Z	I	C	I		L	A	K	I	R	T	I		E
6	R	E	F	Ü	M	E		M	A	L		E	M	E	T
7	I	M	A	M		T	A	A	M		P	L	A	T	I
8	Y	E		L	A		İ	K		E	Z	E	L		O
9	Ü	Ş	M	E	K		S	I	T	E		İ	L	L	A
10	R	E	I	S		M	A	T		M	I	S	O		R
11	Ü	K	I	R	E	M	I	T		T	A	K	T	I	
12	Y	A	S		A	N	A	N	E	S	I	Z		O	K
13	Ü	L	E	Ş	M	E		A	F	A	L	L	A	M	A
14	Ş	A	R	A	P	N	E	L		L	A	K	A	L	
15	Ü	N		K	A	T	K	I	L	I		R	A	K	I

Mehmetçiğin “keskin burunları” Gemlik’te eğitiliyor

BURSA (AA)- Bursa'da Gemlik Askeri Veteriner Okulu ve Eğitim Merkezi Komutanlığı bünyesindeki Köpek Üretim ve Eğitim Tabur Komutanlığında yetiştirilen köpekler, Türk Silahlı Kuvvetleri (TSK) bünyesinde görev alıyor. Askeri Veteriner Okulu ve Eğitim Merkezi, 1964 yılından beri, yurt içi ve sınır ötesi operasyonlarda Mehmetçiğin yanında görev alan özel eğitimli köpekleri yetiştiriyor.

Merkezde Akbaş, Zerdava, Belçika Malinois, Alman Çoban, Golden Retriever ve Labrador ırkları başta olmak üzere farklı cinsteki köpekler, "bomba, mayın, narkotik, ceset arama, arama kurtarma, keşif, devriye ve iz takip" branşlarının eğitim veriliyor. Zorlu eğitimlerden geçen köpekler orta-

lama 20 aylık sürecin ardından görev yerlerine sevk ediliyor. Yurt içinin yanı sıra sınır ötesi operasyonlar ile doğal afet ve arama kurtarma çalışmalarında da görev alan özel eğitimli köpekler, zorlu görevlerde Mehmetçiğe destek oluyor.

Köpek Üretim ve Eğitim Tabur Komutanlığında en iyi ırk özelliklerini gösteren damızlık köpeklerin, bilimsel veriler ve uygun eşleşmelerle çiftleştirilerek üstün özelliklere sahip yavruların yetiştirilmesi sağlanıyor. Doğumu yaklaşan gebe köpekler doğumhaneye alınarak 24 saat gözlem altında tutuluyor. Doğum sonrası anne ve yavruların sağlık durumları kontrol ediliyor.

Yavrular, yaklaşık 2 ay süreyle doğumhanede anneleriyle beraber kalarak özel gereksi-



nimleri karşılanıyor. Bu süreçte yavruların periyodik ağırlıklarını takip edilerek, ihtiyaç halinde özel bakıma alınıyor. Erken doğum veya sezaryen sonucu dünyaya gelen yavrular, yenidoğan kuvvözüne alınarak yaşam desteği sağlanıyor. Yaklaşık 60 günlükken annelerinden ayrılan, sağlıklı ve güçlü aske-

ri köpek olmalarını sağlamak için gelişimleri periyodik olarak takip edilen yavrular, 3 aylık olduklarında eğitim alacakları branşlara ayrılıyor. Yapılan testlerle fiziksel ve karakter özelliklerine uygun branşlarda görevlendirilen yavrular, yaklaşık 2 yıl sürecek zorlu eğitimlere tabi tutuluyor.

HER TÜRLÜ PATLAYICI
MADDELERİ YÜKSEK
HASSASİYETLE TESPİT
EDİYORLAR

Özellikle teröristlerle sıcak temasların yaşandığı bölgelerde kullanılan "Alman Çoban" "Labrador" ve "Belçika Malinois" ırkı köpekler, mayın ve el yapımı patlayıcılar ile bunlara bağlanmış tuzakları yüksek doğrulukla bulmalarıyla dikkati çekiyor.

Dedektörlere kıyasla "yanlış cevap verme" oranının daha düşük olduğu belirtilen bu köpekler, eğitim sırasında alana yerleştirilen mayın ve patlayıcıları tek tek tespit ederek yerlerinin bulunmasını sağlıyor. Köpek Üretim ve Eğitim Tabur Komutanlığında yetiştirilen köpekler, ipe bağlı değil, serbest arama yapabiliyor.

ETÜD PROJE HİZMETİ ALINACAKTIR
DESTEK HİZMETLERİ DAİRESİ BAŞKANLIĞI
GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI BAKAN
YARDIMCILIKLARI

TC Gençlik ve Spor Bakanlığına Ait Muhtelif Binaların Yangın Güvenliği Projelerinin ve İhale Dosyasının Hazırlanması İşi hizmet alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecek olup, teklifler sadece elektronik ortamda EKAP üzerinden alınacaktır. İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:

İKN: 2025/724663

1-İdarenin

a) Adı: DESTEK HİZMETLERİ DAİRESİ BAŞKANLIĞI GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI BAKAN YARDIMCILIKLARI

b) Adresi: Örnek Mah. Oruç Reis Cad. No:13 ALTINDAĞ/ANKARA

c) Telefon ve faks numarası: 3125966551 - 3125966599

ç) İhale dokümanının görülebileceği ve e-imza kullanılarak indirilebileceği

internet sayfası: <https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/>

2-İhale konusu hizmet alımın

a) Adı: TC Gençlik ve Spor Bakanlığına Ait Muhtelif Binaların Yangın Güvenliği Projelerinin ve İhale Dosyasının Hazırlanması İşi

b) Niteliği, türü ve miktarı: 9 adet binanın yangın güvenliği için gerekli olan projelerin ve ihale dosyasının hazırlanması

Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabılır.

c) Yapılacağı/teslim edileceği yer: Bakanlık Merkez ve Ek Binaları

ç) Süresi/teslim tarihi: İşe başlama tarihinden itibaren 240(ikiYüzKırk) gündür

d) İşe başlama tarihi: Sözleşmenin imzalandığı tarihten itibaren 10 gün içinde işe başlanacaktır.

3-İhalenin

a) İhale (son teklif verme) tarih ve saati:13.06.2025 - 12:30

b) İhale komisyonunun toplantı yeri (e-tekliflerin açılacağı adres): Gençlik ve Spor Bakanlığı Destek Hizmetleri Dairesi Başkanlığı Toplantı Salonu (B2 Kat)

4. İhaleye katılabilme şartları ve istenilen belgeler ile yeterlik değerlendirmesinde uygulanacak kriterler:

4.1. İsteklilerin ihaleye katılabilmeleri için aşağıda sayılan belgeler ve yeterlik kriterleri ile fiyat dışı unsurlara ilişkin bilgileri e-teklifleri kapsamında beyan etmeleri gerekmektedir.

4.1.1.3. İhale konusu işin yerine getirilmesi için alınması zorunlu olan ve ilgili mevzuatında o iş için özel olarak düzenlenen sicil, izin, ruhsat vb. belgeler, CFPS Sertifikası (Sertifika sahibi alt yüklenici bünyesinde çalışıyor ise) CFPS Sertifikası (Sertifika sahibi istekli bünyesinde çalışıyor ise)

4.1.2. Teklif vermeye yetkili olduğunu gösteren bilgiler;

4.1.2.1. Tüzel kişilerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgiler idarece EKAP'tan alınır.

4.1.3. Şekli ve içeriği İdari Şartnamede belirlenen teklif mektubu.

4.1.4. Şekli ve içeriği İdari Şartnamede belirlenen geçici teminat bilgileri.

4.1.5 İstekliler, ihale konusu alımın alt yüklenicilere yaptırmayı düşündükleri kısmını yeterlik bilgileri tablosunda belirteceklerdir.

4.1.6 Tüzel kişi tarafından iş deneyimini göstermek üzere sunulan belgenin, tüzel kişiliğin yarisından fazla hissesine sahip ortağına ait olması halinde, Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği veya yeminli mali müşavir ya da serbest muhasebeci mali müşavir veya noter tarafından ilk ilan tarihinden sonra düzenlenen ve düzenlendiği tarihten geriye doğru son bir yıldır kesintisiz olarak bu şartın korunduğunu gösteren belgeye ilişkin bilgiler,

4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin belgeler ve bu belgelerin taşınması gereken kriterler: İdare tarafından ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin kriter belirtilmemiştir.

4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin belgeler ve bu belgelerin taşınması gereken kriterler: 4.3.1. İş deneyimini gösteren belgelere ilişkin bilgiler:

Yapımla ilgili hizmet işlerinde son onbeş yıl içinde bedel içeren bir sözleşme kapsamında teklif edilen bedelin % 25 oranından az olmamak üzere, ihale konusu iş veya benzer işlere ilişkin iş deneyimini gösteren belgeler.

4.4. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler:

4.4.1.

Yapım işlerine ait Proje, Revizyon Projesi, Adaptasyon Projesi veya Tadilat Projesi işlemlerinden en az birine ilişkin iş deneyim belgesi

5. Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.

6. İhaleye sadece yerli istekliler katılabilecektir.

7. İhale dokümanı EKAP üzerinden bedelsiz olarak görülebilir. Ancak, ihaleye teklif verecek olanların, e-imza kullanarak EKAP üzerinden ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.

8. Teklifler, EKAP üzerinden elektronik ortamda hazırlandıktan sonra, e-imza ile imzalanarak, teklifle ilişkin e-anahat ile birlikte ihale tarih ve saatine kadar EKAP üzerinden gönderilecektir.

9. İstekliler tekliflerini, götürü bedel üzerinden vereceklerdir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekliyle toplam bedel üzerinden götürü bedel sözleşme imzalanacaktır.

10. Bu ihalede, işin tamamı için teklif verilecektir.

11. İstekliler teklif ettikleri bedelin %3'ünden az olmamak üzere kendi belirleyecekleri tutarda geçici teminat vereceklerdir.

12. Bu ihalede elektronik eksiltme yapılmayacaktır.

13. Verilen tekliflerin geçerlilik süresi, ihale tarihinden itibaren 90 (Doksan) takvim gündür.

14.Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.

15. Diğer hususlar:

İhalede Uygulanacak Sınır Değer Katsayısı (R) : Mühendislik Hizmetleri/0,73

Aşırı düşük teklif değerlendirme yöntemi : Sınır değerini altında teklif sunan isteklilerin teklifleri açıklama istenilmezsizin reddedilecektir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr/de

(Basın-2226209)

TFF Fair Play ve Sosyal Sorumluluk Ödülleri'nin mayıs ayı sahipleri belli oldu

Galatasaray 14 Yaş Altı Takımı, Trabzonspor, TUMOSAN Konyaspor, Beşiktaş ve siyah-beyazlı futbol takımının kaptanı Necip Uysal, ödüle layık görüldü.

İSTANBUL (AA) - Türkiye Futbol Federasyonu (TFF) Fair Play ve Sosyal Sorumluluk Ödülleri'nin mayıs ayı kazananları belli oldu.

Federasyonun internet sitesinde yer alan açıklamaya göre, TFF Fair Play ve Sosyal Sorumluluk Kurulunun yaptığı değerlendirme sonucunda mayıs ayı ödülleri sahiplerini buldu.

Fair Play ruhunu tüm Türkiye'ye gösteren davranışları dolayısıyla Galatasaray'ın 14 Yaş Altı Takımı, Trabzonspor, TUMOSAN Konyaspor, Beşiktaş ve siyah-beyazlı futbol takımının kaptanı Necip Uysal, ödüle layık görüldü.

Mayıs ayı TFF Fair Play ve Sosyal Sorumluluk Ödülleri ile sahipleri şöyle:

Galatasaray 14 Yaş Altı Takımı: Gelişim Ligi'nde Bursasporlu oyuncunun yerde kaldığı pozisyonda durumu fark etmeyip gol atan Galatasaray, daha sonra kaleyi boş bırakıp Bursaspor'un fileleri havalan-



dırmasına izin vermişti.

Trabzonspor: Ziraat Türkiye Kupası yarı finalinde Papara Park'ta Göztepe'yi ağırlayan Trabzonspor, bir tribününe uğradığı bıçaklı saldırı sonucu hayatını kaybeden Mattia Ahmet Minguzzi'nin ismini vermişti. Bordo-mavili takım, 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı dolayısıyla yaptığı açıklamada, "Mattia Ahmet Minguzzi adıyla ilk kez taraftarlarımızı ağırlayacak tribünümüzün ilk sesi çocuklarımızdan gelsin istedik. Hayattan koparılan evladımızın adını yaşatmak ve

onun hatırasına sahip çıkmak hepimizin görevi. Tribünümüzde çocuklarımızın coşkusuyla Mattia Ahmet'in anısını yaşatacak olmak bizim için hem onur hem de derin bir sorumluluk. Bu vesileyle tüm çocuklarımızı, bu özel günde 'Mattia Ahmet Minguzzi' tribünümüzüze davet ediyor, hep birlikte bu anlamlı günü daha da anlamlı kılmayı planlıyoruz." diyerek bu tribünü 18 yaşından küçük çocuklara ücretsiz olarak açmıştı.

TUMOSAN Konyaspor: Ziraat Türkiye Kupası yarı fi-

nalinde MEDAŞ Konya Büyükşehir Stadı'nda oynanan TUMOSAN Konyaspor-Galatasaray karşılaşması öncesi gerçekleştirilen seremoniye İsrail'in Gazze'de düzenlediği saldırılarda sakat kalan çocuklar da katılmıştı. Çocukların tişörtlerinde Filistin'de yaşanan zulme yönelik sarsıcı mesajlar yer almıştı. Konyaspor da sahaya İsrail saldırılarına tepki gösteren bir pankartla çıkmıştı.

Beşiktaş: Atakaş Hatayspor maçı sonrası rakip takımın küme düşmesi kesinleşince siyah-beyazlı futbolcular, maç sonu tribünleri meslektaşlarıyla el ele tutuşarak selamlamış ve gösterdikleri mücadeleden ötürü rakiplerini onurlandırmıştı.

Necip Uysal: Fenerbahçe-Beşiktaş derbisi sonrası siyah-beyazlı oyuncuların tribünleri selamlarken sevinçlerini abartılı yaşamamaları konusunda kaptan Necip, takım arkadaşlarını uyarmıştı.



TPFD ve futbolcular, 3. Lig'de yaş sınırı istemiyor

İSTANBUL,(DHA)- Türkiye Futbol Federasyonu (TFF) geçtiğimiz günlerde yaptığı toplantıda 3'üncü Lig'deki futbolcu uygunluğu konusunda değişikliğe gitmişti. Yeni kararlar birlikte 3'üncü Lig ekip-leri gelecek sezondan itibaren 31.12.2000 ve daha öncesinde doğmuş en fazla 5 futbolcu tescil edebilecek. TFF'nin aldığı bu kararın ardından Türkiye Profesyonel Futbolcular Demeği Başkanı Saffet Akyüz, dernek yöneticilerinden Yasin Sülün ve Ceyhun Müderrisoğlu'nun yanı sıra alt liglerde forma giyen birçok futbolcu, Türkiye Profesyonel Futbolcular Demeği'nin İstanbul'da bulunan merkezinde bir araya geldi. Demek başkanı Akyüz ve yöneticilerin yanı sıra alt liglerde forma giyen oyuncular, TFF'nin getirdiği yaş sınırının kaldırılmasını istiyor. Öte yandan 2'nci ve 3'üncü Lig'de oynanan Play-Off karşılaşmalarında da maçların ilk dakikasında futbolcular omuz omuza orta sahada poz vererek karara tepki gösterdi.

Türkiye Futbol Federasyonu'nun aldığı kararı yeniden gözden geçirmesi gerektiğine dikkat çeken Türkiye Profesyonel Futbolcular Demeği Başkanı Saffet Akyüz, "TFF'nin 3'üncü Lig'de almış olduğu yaş sınırıyla ilgili Türkiye Profesyonel Futbolcular Demeği olarak fikrimizi belirtmek amacıyla buradayız. Türkiye'nin en önemli spor karar verici kurumu Türkiye Futbol Federasyonu. Evrensel olarak bir karar alındığında uygulanabilir olması, kurumlara yararı olması ve paydaşlarla beraber bir çalışma yapılması gerektiğini düşünüyorum. Bizim demek olarak bu önergenin

içerisinde olmamız gerekiyordu. Alınan kararın Türk futbolu adına yararlı olması gerekiyor. 25 yaş üstü oyuncularla ilgili bir kısıtlama getiriliyor. Evrensel kurumlarda bu karar alınır ve bütün paydaşlara bildirilir. 5 yıl gibi bir süre olması ve futbolculara önünüzde 5 yıl var hazırlanın denilmesi gerekiyor. Biz de bunlara karşı önlem alalım. 3'üncü Lig futbolcuları yaşamsal para kazanıyor. Bir çocuk 3'üncü Lig'de oynuyorsa o bir işçidir. İyi bir işçi 80 bin TL kazanıyorsa, 3'üncü Lig'de bir futbolcu en fazla 150 bin TL kazanıyor. Oyuncunun ailesi var, 15 yıllık futbolculuk kariyeri var. 25 yaşından sonra yeni bir hayata nasıl başlayabileceğinin ne kadar zor olduğunu görebiliyoruz. 35 yaşında dışarı çıktığımızda da çok büyük zorluklar yaşıyoruz. Futbolculuk hayatımız bitmiş ve yeni bir hayat kurmamız gerekiyor. 3'üncü Lig'de gelir seviyesi az olan futbolculara 25 yaşında bir engel koyunca hayata yeniden başlayacak bir oyuncu grubuyla karşılaşıyoruz. Federasyonumuzun aldığı kararı tekrar gözden geçirmesi gerekiyor. Kulüplerin yararına olabilir. Bunu anlıyoruz. Gelir seviyesi düşük. 3'üncü Lig kulüpleriyle ilgili bir çalışma yapılıyorsa; gelirleri nasıl artırabiliriz olmalı. Saha, tesis uygunluğuyla ilgili kriterler gelebilir. Şartları sağlayabilen kulüpler 3'üncü Lig'de olsun. Bir kısıtlama getirerek, genç oyuncuları oynatarak bu başarı sağlamaz. Ortak paydada buluşup, rekabet yaratmak başarı sağlar. Kısıtlamanın olmaması gerektiğine inanıyoruz. Bu kararın revize edilmesi gerekiyor" ifadelerini kullandı.

Milli boksörler, Polonya'da 2'si altın 9 madalya kazandı

ANKARA(AA) - Milli boksörler, Polonya'da düzenlenen 2025 Feliks Stamm Dünya Boks Kupası'nda 2'si altın 9 madalya kazandı.

Türkiye Boks Federasyonunun açıklamasına göre, başkent Varşova'da düzenlenen ve dünya sıralaması puan veren turnuva-da Milli Kadın Boks Takımı, 2 altın, 2 gümüş ve 2 bronz, 6 madalyanın

sahibi oldu. Milli Erkek Boks Takımı ise 1 gümüş, 2 bronz madalya elde etti.

Kadınlarda 48 kiloda Nurse- len Yalgetekin finalde Fransa'dan Romane Moulay'i yenerek 80 kiloda Elif Güneri ise Norveç'ten Sofia Sorensen'i mağlup ederek altın madalyaya ulaştı.

Kadınlarda 70 kiloda Sema Çalışkan, +80 kiloda Şeyma Düz-

taş gümüş, 54 kiloda Nilay Yaren Cam ve 57 kiloda Esra Yıldız Kahraman, bronz madalya kazandı.

Erkeklerde ise 50 kiloda Metehan Adıgüzel gümüş madalya alırken 85 kiloda Samet Ersoy ile +90 kiloda Mücahit İlyas, bronz madalyanın sahibi oldu. Açıklamada görüşlerine yer verilen Türkiye Boks Federasyonu Başkanı Suat Hekimoğlu, "Çok önemli bir turnuvay-

dı. Dünya sıralaması için de büyük önem arz ediyordu. Türk boksunun ne kadar güçlü olduğunu Polonya'da bir kez daha gösterdik. Çok geniş kadromuz var. Bütün sporcularımızı dünyanın çeşitli yerlerinde turnuvalara gönderiyoruz. Polonya'daki başarıda emeği geçen başta antrenörlerimiz ve sporcularımız olmak üzere herkesi tebrik ediyorum." ifadelerini kullandı.

Ankara Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği İl Müdürlüğü, Başkent Milli Emlak Dairesi Başkanlığı Anıt Emlak Müdürlüğünden İhalesi Yapılacak Taşınmazlar (Kamu Konutları)

Sıra No	Dosya No	İlçe	Mahalle	Ada	Parsel	Yüzölçümü (m ²)	Arsa Payı	Kat	Bağımsız Bölüm Numarası	Proje m ² (Brüt)	Tahmini Bedeli (TL)	Geçici Teminat (TL)	İhale Tarihi	İhale Saati
1	06020112209	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	21/265	Bodrum	1	40,75	2.000.000,00	200.000,00	11.06.2025	09:00
2	06020112210	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	25/265	Bodrum	2	52,57	2.100.000,00	210.000,00	11.06.2025	09:15
3	06020112211	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	23/265	Zemin	3	45,37	2.600.000,00	260.000,00	11.06.2025	09:30
4	06020112212	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	26/265	Zemin	4	41,53	2.500.000,00	250.000,00	11.06.2025	09:45
5	06020112213	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	28/265	1	5	55,27	2.850.000,00	285.000,00	11.06.2025	10:00
6	06020112214	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	28/265	1	6	54,53	2.800.000,00	280.000,00	11.06.2025	10:15
7	06020112215	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	28/265	2	7	55,27	2.950.000,00	295.000,00	11.06.2025	10:30
8	06020112216	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	28/265	2	8	54,53	2.900.000,00	290.000,00	11.06.2025	10:45
9	06020112217	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	29/265	3	9	55,27	2.900.000,00	290.000,00	11.06.2025	11:00
10	06020112218	Çankaya	Maltepe	1182	39	265,00	29/265	3	10	54,53	2.850.000,00	285.000,00	11.06.2025	11:15
11	06020112219	Çankaya	Emek	5288	28	254,00	34/150	Zemin	1	110,27	4.400.000,00	440.000,00	11.06.2025	13:30
12	06020112220	Çankaya	Emek	5288	28	254,00	40/150	1	2	116,47	4.750.000,00	475.000,00	11.06.2025	13:45
13	06020112221	Çankaya	Emek	5288	28	254,00	42/150	2	3	116,47	4.600.000,00	460.000,00	11.06.2025	14:00
14	06020112222	Çankaya	Emek	5288	28	254,00	34/150	3	4	58,49	2.500.000,00	250.000,00	11.06.2025	14:15

Yukarıda nitelikleri belirtilen (Kamu Konutları) taşınmazlar; karşılarında belirtilen tarih ve saatinde; Ankara Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği İl Müdürlüğü, Başkent Milli Emlak Dairesi Başkanlığı, Anıt Emlak Müdürlüğünce oluşturulacak Komisyon sırasunda 2886 sayılı Kanunun 45.maddesi uyarınca açık teklif usulü ile sırasıyla ayrı ayrı satış ihalesi yapılacaktır. İhalenin yapılacağı adres: İzmir-1 Cad.No:35 Kızılay/Çankaya/ANKARA

1-İhaleye katılacak istektilerin ;

a) Geçici Teminat Bedelinin: Ankara Defterdarlığı Muhasebe Müdürlüğü veznesine veya, Ankara Defterdarlığı Muhasebe Müdürlüğü'ne ait "Türkiye Cumhuriyeti Ziraat Bankası Ankara Kamu Kurumsal Şubesinde bulunan TR 25 0001 0017 4500 0010 0064 89 İBAN'a yatırılıp, Ankara Muhasebe Müdürlüğünce Onaylı Muhasebe İşlem Fişi'ne çevrildiğine dair makbuzun, (2886 Sayılı Kanunun 26.maddesinde belirtilen değerlerden herhangi biri olabilir. Banka Teminat Mektubunun verilmesi halinde işin özelliğini belirtir, "Teminat Mektubunun Geçici, Süresiz, Limit içi olması" ve Teyit yazısı'nın da ibrazı gerekir.)

b) Gerçek kişilerin ; Yasal yerleşim yeri belgesi (İkametgah ilmuhaberi) ile arkalı-önlü nüfus cüzdanı fotokopisinin,

c) Tüzel kişilerin ; İdare merkezlerinin bulunduğu yer mahkemesinden veya siciline kayıtlı bulunduğu ticaret veya sanayi odasından yahut benzeri mesleki kuruluştan, ihalenin yapıldığı yıl içinde alınmış sicil kayıt belgesi ile tüzel kişilik adına ihaleye katılacak veya teklifte bulunacak kişilerin temsile tam yetkili olduklarını gösterir belge veya noterlikçe tasdik edilmiş vekaletname, Kamu Tüzel kişilerinin ise belirtilen şartlardan ayrı olarak tüzel kişilik adına ihaleye katılacak veya teklifte bulunacak kişilerin tüzel kişiliği temsile yetkili olduğunu belirtir belgenin, İhale saatine kadar Komisyon Başkanlığına verilmesi gerekmektedir.

2- 4706 sayılı Kanunun 7 nci maddesinin dördüncü fıkrası ile 3065 sayılı Katma Değer Vergisi Kanununun 17 nci maddesinin dördüncü fıkrasının (p) bendi gereğince, mülkiyeti Hazineye ait taşınmazların satış ve devir işlemleri ve bu işlemler sırasında düzenlenen belgeler, vergi, resim ve harçtan müstesnadır. Satışı yapılan taşınmaz, satış tarihini takip eden yıldan itibaren beş yıl süre ile emlak vergisine tâbi tutulmaz.

3- -Kat mülkiyeti veya kat irtifakı kurulan kamu konutlarından ihalenin yapıldığı tarihte; adlarına görev, sıra ve hizmet tahsisli kamu konutu tahsis edilen (şartlı tahsisler dahil) ve fiilen konutta oturanlar öncelikli alım hakkına sahiptir.

-Öncelikli alım hakkı sahibinin kamu konutunu satın almak istemediğini bildirmesi, süresi içerisinde herhangi bir bildirimde bulunmaması ya da yükümlülüklerini yerine getirmemesi halinde, en yüksek teklifi veren istekli tarafından satış bedeli peşin veya Kanunun 5 inci maddesinin birinci fıkrasında belirtilen şekilde en az dörtte biri peşin, kalanı en fazla iki yılda ve taksitlerle kanunî faizi ile birlikte ödenebilir.

-Öncelikli alım hakkı sahibinin; kamu konutunu satın almak istemesi ve süresi içerisinde satış bedelini peşin olarak ödemesi veya peşinatı ödeyerek Taksitli Satış Sözleşmesini imzalaması halinde bu durum İhalede en yüksek teklifi veren isteklisine bildirilir.

-Bedelin yetkili kredi kuruluşlarından kredi temin edilerek ödenmek istenilmesi halinde, alıcı tarafından kredi kuruluşu ile yapılan kredi sözleşmesi veya kredi açıldığına dair kredi kuruluşunun resmî yazısı verilir ve kredi kuruluşu tarafından bedel ilgili muhasebe biriminde açılacak emanet hesabına aktarılması halinde İdarece, tapu müdürlüklerine kredi kuruluşu lehine ipotek tesis edilmesi ve alıcı adına tescil işleminin yapılması hususu yazıyla bildirilir.

4- Satışa konu kamu konutlarıyla ilgili mevcut şartnameler mesai saatleri içerisinde Anıt Emlak Müdürlüğü Çankaya Servisinde görülebilir.

5- Hazine taşınmazlarının satış işlemlerinde satış bedeli üzerinden Döner Sermaye İşletmesi Müdürlüğü tarafından; 5 Milyon TL'ye kadar olan kısmı için %1 (yüzde bir), 5 Milyon TL'den 10 Milyon TL'ye kadar olan kısmı için %0.5 (binde beş), 10 milyon TL'yi aşan kısmı için %0.25 (on binde yirmi beş) oranında işlem bedeli alınacaktır.

6- Posta yolu ile verilecek tekliflerde gecikmeler kabul edilmeyecektir.

7- Komisyon İhaleyi yapıp yapmamakta serbesttir.

Ayrıca ; "Bu ihaleye ilişkin bilgiler <https://ankara.csb.gov.tr/> adresinden öğrenilebileceği gibi, Türkiye genelindeki ihale bilgileri www.milliemlak.gov.tr adresinden öğrenilebilir." (TEL: 0312- 417 71 71) İLAN OLUNUR.



“Ankara’da engelliler için güvenli bir yaşam alanı gösterilemiyor”

KAMU PERSONEL DERNEĞİ ENGELLİLER BİRİM BAŞKANI TURAN ALBAY, ANKARA’DA ENGELLİ BİREYLERİN GÜVENLE YAŞAYABİLECEĞİ BİR ALANIN DAHİ GÖSTERİLEMEDİĞİNİ BELİRTEREK, SİSTEMATİK EKSİKLİKLERE VE HİZMETLERDEKİ SÜRDÜRÜLEMEZLİĞE DİKKAT ÇEKTİ. “BELEDİYE DEĞİŞİYOR, HİZMETLER SIFIRLANIYOR,” DİYEN ALBAY, ZİHİNSEL DÖNÜŞÜM ÇAĞRISINDA BULUNDU.

KAMU Personel Derneği Engelliler Birim Başkanı Turan Albay, engel-



GONCA GÜLLÜ KONAŞ

li bireylerin hem günlük yaşamda hem de afet durumlarında sistem dışında kaldığını vurguladı. Engellilere yönelik hizmetlerin bireysel inisiyatiflerle sınırlı olduğunu belirten Albay, “Ankara gibi bir şehirde bile engellilerin güvenli yaşayabileceği bir bölge gösterilemiyor” dedi. Kurumsal süreklilik eksikliği, koordinasyon yoksunluğu ve zihinsel dönüşüm ihtiyacına dikkat çeken Albay, “Bu bir imtihandır, ama birlikte aşamayacağımız hiçbir engel yok.” mesajını verdi.

“BELEDİYE DEĞİŞİYOR, HİZMETLER SIFIRLANIYOR”

Turan Albay, Ankara’da engelli dostu uygulamaların bireysel inisiyatiflerle sınırlı kaldığını, sistematik bir hizmet mekanizması kurulmadığını ifade etti: “Bir belediye başkanı geliyor, engellilere duyarlı yaklaşıyor. Sonra biri geliyor, yapılan her şey rafa kalkıyor. Halbuki bir plan, bir izleme mekanizması olsa, bu tür değişikliklerden etkilenmeyiz. Ama şu anda Ankara’da engellilere uy-

gun yaşam alanı neresi deseniz, net cevap veremiyoruz.” dedi.

“KAFALARDAKİ DEPREM BİTMELİ”

Albay, fiziksel önlemlerin yanında zihinsel dönüşümün de önemli olduğunu vurgulayarak, “Biz kafalardaki depremi nasıl izole edebiliriz, nasıl yaşanabilir bir hale getirebiliriz?” dedi. Hazırlıksızlığın sonuçlarının ağır olduğunu ifade eden Albay, “Bugün engelli sayısı deprem gibi afetlerden sonra daha da artıyor.” şeklinde konuştu.

“ANKARA’DA ENGELLİ EN RAHAT NEREDE YAŞAYABİLİR BİLMİYORUM”

Engelli bireylerin Ankara’da bile rahatça yaşayabileceği bir alanın bulunmadığını belirten Albay, “Şimdi burada en güzel bir soru sorduk: Nerede engelli en rahat yaşayabilir? Ankara’da özellikle... Ben bu sorunun cevabını veremiyorum, verebilecek bir insanı da göremiyorum.” dedi. Albay, belediyelerdeki yönetim değişikliklerinin hizmetlerin sürdürülebilirliğini etkilediğini de dile getirdi: “Yeni bir başkan geliyor, kafa yapısında böyle bir şey olmadığı için yapılanlar bir anda

yok oluyor.”

“HATAY’DAN HER GECE TELEFONLAR GELİYOR”

Deprem bölgesindeki engellilerle sürekli iletişim halinde olduklarını aktaran Albay, “İnanır mısınız bazen telefonlar geliyor, engelli arkadaşlarım beni arıyor. Özellikle Hatay’dan insanlarımız arıyor: ‘Başkanım şöyle bir sorunuz var, ne yapabiliriz?’” dedi.

“KOORDINASYON EKSİKLİĞİ EN BÜYÜK SORUN”

Afet sonrası süreçte kurumlar arasında ciddi bir koordinasyon eksikliği olduğuna dikkat çeken Albay, “AFAD’a gidiyoruz, Afat diyor ki: ‘Bize sivil toplum örgütlerinden bir talep yok.’ Sivil topluma gidiyorsun, onlar da ‘Afet bize bir şey yapmıyor’ diyor. Yapılmak istenen çok şey var ama koordinasyon eksikliği var.” ifadelerini kullandı.

“BİZİM JAPONYA’DAN NE EKSİĞİMİZ VAR?”

Depremlere hazırlık konusunda gelişmiş ülkeleri örnek gösteren Albay, “Deprem Japonya’da da oluyor ama insanlar evine kaçıyor. Biz dışarı çıkamıyoruz. Peki bizim Japonya’dan ne eksiklerimiz var?” diye sordu. Türkiye’nin

bilgiye, tek-



nolojiye ve geleneğe sahip olduğunu vurgulayan Albay, “Mimar Sinan 600 yıl önce temelini oturması için iki yıl bekledi. Biz 21. yüzyıldayız ama hâlâ depremlerde kayıplar veriyoruz.” dedi.

“ENGELLİLİK BİR TERCİH DEĞİL”

Engelli bireylerin yaşadığı sıkıntıların altını çizen Albay, “Engellilik bir tercih değil. Bu, bizi yaratan tarafından sunulan bir imtihan. Ama bu imtihanı aşmak için yollar da sunulmuş.” ifadelerini kullandı. Toplumun her kesiminin bu yolları görmesi gerektiğini belirtti.

“GÖZ GÖRE GÖRE ÖLÜME GİDİLMEZ”

Deprem bölgelerinde üst katlarda ve güvensiz binalarda yaşayan engelli bireylerle ilgili soruya yanıt veren Albay, “Ekonomik zorluklarımız vardır, böyle bir tercihimiz yoktur. Ama göz göre göre de ölüme de gidilmez ki. Önceliklerin önüne bu güvenliği koymalarını isterim.” dedi.

“STK’LARIN ADI VAR KENDİ YOK”

Sivil toplum kuruluşlarının aktif görev almadığını savunan



Turan ALBAY
Kamu Personel Derneği Engelliler Birim Başkanı

Albay, “Bugün maalesef ülkemizde sivil toplum örgütleri pek görevlerini yapmıyorlar. Sırf adları var ama kendileri yok.” ifadelerini kullandı. Engelli bireylerin hak temelli arayışlarına sahip çıkması gerektiğini vurguladı.

“BU TEMBELLİĞİ BIRAKALIM”

Toplumda yaygın olan akıl tembelliğine değinen Albay, “Ülkemizin en büyük sorunlarından biri insanların tembel olması. Özellikle akıl tembelliğine ve aklının sadakasını vermemeye huyundan vazgeçmeliyiz.” dedi.

“BİRLİĞİMİZİ VE

DİRLİĞİMİZİ KORUYALIM”

Son olarak toplumsal dayanışmanın önemine değinen Albay, “Bir ülkemiz var, evet deprem bölgesiyiz, terör bölgesiyiz. Ama biz birliğimizi ve dirliğimizi, insanlığımızı ön planda tutar, birbirimize makul ve mantıklı bir şekilde yol gösterirsek aşılmayacak hiçbir sebep görmüyorum.” ifadelerini kullandı.

“BU BİR İMTİHANDIR”

Sözlerini “Bu bir imtihandır güzel kızım. Bu imtihanı her insana da nasip olmaz.” diyerek bitiren Albay, engellilerin güçlü bireyler olduğunu ve bu gücün farkına varılması gerektiğini vurguladı.



Prof. Dr. Kenan Araz “Sağlık Ağızda Başlar”

HABER MERKEZİ

VÜCUDUMUZUN dış dünyaya açılan kapısı olan ağız, yalnızca yeme ve konuşma işleviyle değil, aynı zamanda genel sağlığımızın başladığı nokta olmasıyla da kritik bir öneme sahiptir. Bu bilinçle hareket eden Başkent Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, hem modern sağlık hizmetleri sunmakta hem de nitelikli diş hekimleri yetiştirerek Türkiye’de örnek bir eğitim kurumu olarak öne çıkmaktadır.

Buönemli misyonu, fakültenin kurucularından ve deneyimli akademisyeni Prof. Dr. Kenan Araz, www.sonsoz.com.tr İnternet Haber Sitesi’nden Abbas Satır’a konuştu.

“DİŞ HEKİMLİĞİNE GİTMİYORUZ”



Türk Halkının %47’si yılda bir kez bile diş hekimine gitmediğini söyleyen Prof. Dr. Kenan Araz, ağız sağlığının sadece dişlerle sınırlı olmadığını ve genel sağlıkla doğrudan ilişkili olduğunu belirterek

“Dişler, hem estetik hem de fonksiyon açısından hayat ka-

litemizi doğrudan etkiler. Ancak yapılan araştırmalar, Türk halkının %47’sinin yılda bir kez bile diş hekimine gitmediğini, %12,5’inin ise hayatı boyunca hiç gitmediğini gösteriyor. Bu, toplumda ağız ve diş sağlığı bilincinin oldukça düşük olduğunu ortaya koyuyor.” diyor.

DİŞ FIRÇALAMA ALIŞKANLIĞI

Prof. Dr. Kenan Araz, ağız sağlığının temel alışkanlıklarla korunabileceğini ve yılda en az bir kez diş muayenesi yapılması gerektiğini ifade ediyor. Avrupa ülkelerinde kişi başı yıllık diş macunu tüketiminin 500 gram civarında olduğunu, Türkiye’de ise bu rakamın sadece 90 gram olduğunu belirtiyor. Ayrıca, Türkiye’de her 3,5 kişiye bir diş fırçası düştüğünü, bu durumun da hem alışkanlık hem de eğitim eksikliğine işaret ettiğini belirtiyor.

DİŞ KAYNAKLI ENFEKSİYONLAR

Prof. Dr. Araz, ağız ve diş sağlığının yalnızca lokal bir mesele olmadığını şu sözlerle anlatıyor: “Ağız, sindirim sistemimi-

zin ilk durağıdır. Çürük dişlerle yeterli çiğneme yapılamaz ve bu durum mide rahatsızlıklarına hatta obeziteye kadar birçok sağlık sorununa yol açabilir. Ayrıca diş kaynaklı enfeksiyonlar kalp, böbrek gibi hayati organları etkileyebilir.”

“AĞIZ İÇİ KANERE DİKKAT”

Ağız kanserleri konusunda da önemli uyarılarda bulunan

Araz, “Bu kanserlerin çoğunlukla dudak, yanak içi ve dil gibi bölgelerde geliştiğini ve sigara, alkol, kötü beslenme ile kronik tahrişin risk faktörleri arasında yer alıyor. Ağız içinde oluşan lezyonlar düzenli diş hekimini kontrolleri sayesinde erken aşamada tespit edilebilir. Bu da hayatı önem taşıyor.” diye uyarıda bulunuyor.

