



Özel'den olay sonrası ilk açıklama

HABER MERKEZİ
YUMRUKLU saldırısına uğrayan CHP Genel Başkanı Özgür Özel, olay sonrası basın mensuplarına açıklama yaptı. Özel, bir süredir tehditler aldığını belirtti. >> SAYFA 5'te

CHP Genel Başkanı Özel'e yumruklu saldırı



ANKARA (AA)- CHP Genel Başkanı Özgür Özel, TBMM Başkanvekili ve DEM Parti İstanbul Milletvekili Sırrı Süreyya Önder için Atatürk Kültür Merkezi'nde (AKM) düzenlenen anma töreninin ardından 1 kişinin yumruklu saldırısına uğradı. Önder için düzenlenen töreninin ardından AKM'den ayrılan Özel, bu sırada yanına yaklaşan bir saldırgan tarafından yumruklandı. CHP Genel Başkanı Özel, korumalar eşliğinde ve güvenlik önlemleri altında alandan ayrıldı. >> SAYFA 5'te

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.

5 MAYIS 2025 PAZARTESİ

Yıl: 50 - Sayı: 17332 • Fiyatı: 5 TL

www.sonsoz.com.tr



“ATATÜRK'ün tarım üssü göz göre göre eridi”

“ATATÜRK, ÇİFTLİĞİ KENDİ BİRİKİMİYLE SATIN ALDI”

ANKARA (AA)- Atatürk Orman Çiftliği'nin (AOÇ) kuruluşunun 100. yılı dolayısıyla açıklama yapan TMMOB Ziraat Mühendisleri Odası Başkanı Baki Remzi Suiçmez, çiftliğin yalnızca bir tarım mirası değil, aynı zamanda Cumhuriyet'in modernleşme ve kalkınma ideallerinin somut bir ürünü olduğunu belirtti.

SUIÇMEZ, “Atatürk Orman Çiftliği'ni korumak; Atatürk ilke ve devrimlerini, hukuk devletini ve Cumhuriyet'i korumaktır.” dedi. AOÇ'nin zamanla büyük ölçüde küçüldüğünü, tarımsal, eğitimsel ve kamusal işlevlerinin zedelandığını belirten Suiçmez, çiftliğin yeniden tarım üssü olarak değerlendirilmesi gerektiğini vurguladı. >> HABERİ 8. SAYFADA



Baki Remzi SUIÇMEZ
TMMOB Ziraat Mühendisleri Odası Başkanı



Tahıl sektörünün paydaşları Ankara'da buluşacak

ANKARA (AA)- Hububat Tedarikçileri Derneği'nce (HUBUDER) düzenlenen “10. Uluslararası 2025 Hasadına Doğru Türkiye ve Dünyada Tahıl Konferansı” 8-9 Mayıs'ta, Ankara'da gerçekleştirilecek. >> HABERİ 8. SAYFADA

Türk lirasını destekleyecek yeni adımlar devreye girdi



İSTANBUL (AA)- Ekonomi yönetimi, Türk lirasını destekleyecek yeni adımları devreye aldı. >> HABERİ 6. SAYFADA



Peçenek Mesire Alanı'na ziyaretçi akını

HABER MERKEZİ
HAVALARIN ısınmasıyla birlikte yeniden hizmete açılan Peçenek Mesire Alanı, ziyaretçi akınına uğradı. Gürültüden ve stresten uzak bir gün geçirmek isteyen Ankaralıları, soluğu Peçenek

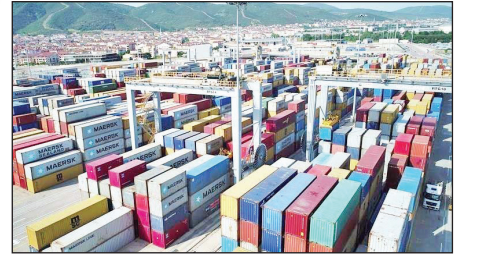
Mesire Alanı'nda aldı. Altındağ'da özlem sona erdi. Peçenek Mesire Alanı doldu taşı. Kış aylarında kapalı olan Peçenek Mesire Alanı, bahar aylarının gelmesiyle birlikte yeniden hizmete açıldı. >> HABERİ 4. SAYFADA

Ata Çiftliği Başkentlileri bekliyor

HABER MERKEZİ
ANKARA Büyükşehir Belediye Başkanı Mansur Yavaş'ın “Bozkırda Yeşilin Hikayesi” sloganıyla duyurduğu Türkiye'nin en büyük tarım kampüsü ve rekreasyon alanı BAKAP, yeni adıyla ATA Çiftliği Başkentlileri bekliyor. >> HABERİ 4. SAYFADA



Başkentten ihracat 4 ayda 4,6 milyar dolara ulaştı



ANKARA (AA)- Ankara'dan bu yılın ocak-nisan döneminde yapılan ihracat, geçen yılın aynı dönemine göre yüzde 19,4 artarak 4 milyar 568 milyon 4 bin dolara yükseldi. >> HABERİ 6'da



Mazhar Eylem ŞİMŞEK

Sayfa 2'de



Oktay TAŞ

Sayfa 4'te



Davut KÖKSÖY

Sayfa 6'da



Ankara Büyükşehir Belediye Meclisi gençlere emanet edildi

HABER MERKEZİ
ANKARA Büyükşehir Belediyesi (ABB), “Belediye Meclisi Simülasyonu”na ev sahipliği yaptı. Dört gün sürecek etkinlikte 150 üniversite öğrencisi, Ankara'nın sorunlarını tartışıp

çözüm önerileri geliştirecek. MAYA Genç Düşünce Platformu iş birliğiyle düzenlenen “Ankara Belediye Meclisi Simülasyonu”, Türkiye'nin farklı üniversitelerinden 150 öğrenciyi bir araya getirdi. >> HABERİ 4. SAYFADA



Türk Sanat Müziği Topluluğu'ndan unutulmaz bahar konseri

HABER MERKEZİ
ETİMESGUT Belediyesi Etisem Türk Sanat Müziği Toplulukları, Korkut Ata Kongre ve Kültür Merkezi'nde baharın coşkusuyla müzikle taçlandırmak adına özel bir konserle sanatseverlerle buluştu. >> HABERİ 3. SAYFADA



Murat Sururi ÖZBÜLBÜL

Sayfa 3'te



Şakir İPEK

Sayfa 5'te



TBMM Başkanlığı seçim süreci başlıyor

S. 5'te

EMEKCİ
GÖZÜYLE

**Mazhar
Eylem ŞİMŞEK**

Barajı Kim Koydu?

AKP iktidarı döneminde fırlayan fiyat enflasyonları ile birlikte, siyasi partiler enflasyonu da ayyuka çıkıttı. Şu anda toplam 154 parti bulunuyor. Önüne gelen her grup yada her yapı parti kuruyor. Bu engeli aşmak için seçim barajı koydular.

Seçim barajını kim koydu?

Siyasi güç sahipleri koydu.

Yani siyaseti, ülke, ulus ve devlet yönetimi olarak görmeyen güç sahipleri “seçim barajını” koydular.

Başka bir deyişle “En iyi saldırı savunmadan iyidir!” mantığını siyasete alet edenler koydu...

“Ekonomik, mali, sosyal, siyasal yaşamı, hak ve özgürlükleri engelleyen kuralları yıkacağım...” diyenler, 12 Eylül 1980 darbe karşıtlığı uygulamalarını ortadan kaldırmadılar...

Yüzde 10 seçim barajı masalı o gün bu bugün anlatılıyor...

“Darbeye karşıyım” lafını kullananlar, 1923'te Atatürk ve arkadaşlarının kurduğu Cumhuriyeti “90 yılın reklamı” ilan ediyorlar.

Teokratik devlet düzeni ideolojisini kime faydasının olduğunu anlamayan toplumsal bir kitle yaratmak için “özgürlüğe ve bağımsızlığa” baraj koydular...

Cumhuriyet ordusunu geniş ölçüde tasfiye etmek bir baraj değil mi?

Medyayı, üniversiteleri, kamu kurum ve kuruluşlarını, yargıyı, esnafı, işçileri, çiftçileri, öğrencileri, eğitim ve öğretimi tutsak almak sizce bir erk barajı değil mi?

Hem darbe ticareti yaparak toplumu korkutmak, öte yandan 1980 Kenan Evren darbe anayasasını ve onun koyduğu yüzde 10 seçim barajını kullanmaktan geri durmak ne anlama geliyor?

12 Eylül 1980 darbelerinin siyasal yaşama getirdikleri seçimlere yüzde 10 barajı, tepe tepe kullanmak “seçimlerde oy kapsı” olmuyor mu?

Diktatörlük gidişine “dur” diyen demokratik kitle eylemlerini “darbe hazırlığı ilan etmek” toplumun özgürlük ve demokrasi haklarına baraj koymak oluyor...

Bu noktaya gelmişken size AKP iktidarının unutulmaz çıkmaz sokağından söz etmek istiyorum.

O tarihte “17 ve 27 Aralık 2013 rüşvet ve yolsuzluk” savlarını yargıya taşınmasını engellemek, delil olarak hazırlanan 34 klasörü 11'e düşürmek sizce baraj olmuyor mu?

Siyaset kurumları 12 Eylül 1980 askeri darbesinin mirası üzerine oturmayı koydukları barajlarla sürdüremezlerdi.

Ama kendileri iktidarın vazgeçilmezi sayanlar o barajlarını sürdürdüler.

Ama darbeye karşı olduklarını kamuoyuna durmadan açıklamak yetmez.

Bu miraslardan vazgeçip seçimlerdeki “yüzde 10 barajın” hemen kaldırılması gerekirdi.

Ama geçmiş tarihlerde yüzde 10 barajını kaldırmayanlar, daha sonra bu barajı aşağıya çekmek için zemin hazırlıyorlardı.

Yüzde 10 barajı kaldırmayanlar, her kim olursa olsun aslında 12 Eylül 1980 darbesini savunuyor konumuna düşüyorlardı...

Bunu da demokrasi diye yutturuyorlardı. Adını ne koymuşlardı?

“İleri demokrasi!”...

İleri demokrasilerde yargıya ve AYM'ne saldırılar olmazdı.

Anayasa Mahkemesi'ni “darbe ürünü kurum” ilan etmek barajlarla sınır çizmek olurdu.

“Darbe ürünü kurumlar siyasete dizayn veremezler” lafı askıda kalırdı.

Yüzde 10 seçim barajı “hak ihlalinin” ta kendisidir. İşin püf noktası bence budur...

Bel sağlığınız için 40 dakikadan fazla sabit oturmayın



İSTANBUL, (DHA)- BEL ağrısı toplumda en yaygın ağrı tipleri arasında ilk sıralarda yer alıyor. Özellikle ofis çalışanları, uzun süre oturarak ve ayakta kalarak çalışanlar ile gün içinde çok hareket etmeyen kişiler bel ağrısı ve bel sorunları ile karşı karşıya kalıyor. Bel sağlığını korumak için bu konuda bilinçli olmak ve bazı önemli noktalara dikkat etmek büyük önem taşıyor. Bel sağlığı konusunda farkındalık oluşturmak için Memorial Bahçelievler Hastanesi'nde 'Bel Okulu' etkinliği gerçekleştirildi. Etkinliğe katılan Omurga Cerrahisi Uzmanı Prof. Dr. Mehmet Aydoğan, “Bu özel programda bel ağrısının sebepleri, anatomisi, bununla nasıl mücadele etmemiz gerektiği, yaşamınızda neleri değiştirerek bunun üstesinden gelebileceğimizi öğretmeye çalışıyoruz. Bel sağlığınız için 40 dakikadan fazla sabit oturma” dedi. Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü'nden Uzm. Dr. Özge Yıldırım da oturma ve duruşa dikkat edilmesi gerektiğini vurgulayarak “Mutlaka omuzlar dik ve karın kasları kasılı olması çok önemli. Kolların ve omuzların önde olması gerekir. Kendimizi gevşek bırakmamız gerekiyor” diye konuştu.

Memorial Bahçelievler Hastanesi'nde 'Bel Okulu' etkinliği düzenlendi. Memorial İleri Omurga Merkezi tarafından düzenlenen etkinlikte Omurga Cerrahisi Uzmanı Prof. Dr. Mehmet Aydoğan, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı Prof. Dr. Ümit Dinçer ile Uzm. Dr. Özge Yıldırım sunumlarıyla katılımcılara bilgi verdi. Günlük yaşamda dikkat edilmesi gerekenler, ev ve ofis egzersizleri ile ergonomi önerilerinin aktarıldığı oturumlarda, katılımcılar bel sağlığı hakkında bilgilendirildi. Etkinliğe hastalar da katılarak yaşadıkları süreçleri anlattı.

AYDOĞAN: BEL AĞRISI TOPLUMDA ÇOK YÜKSEK OLAN HASTALIK

Omurga Cerrahisi Uzmanı Prof. Dr. Mehmet Aydoğan, “Bel ağrısı toplumda uzun süredir çok yüksek olan bir hastalık tipi. Özellikle pandemi sonrası değişen yaşam koşulları, daha çok oturan, spor yapmayan, egzersizden uzak yaşam stili nedeniyle bel ağrısının arttığını

düşünüyorum. Aslında ciddi bir durum. Vücutta bir yer ağrıyorsa mutlaka bir alarm göstergesi veriyor. Orada işlerin yolunda gitmediğini gösteriyor demektir. Ameliyat gereksinimi gibi noktalara kadar gidebilir. Özellikle bel ağrısı bacağı yayılıyorsa, gece ağrısı oluyorsa, kilo kaybı yaşıyorsa, ateş varsa biraz dikkat etmek lazım. Hekime başvurmak gerekiyor. İşiniz ofis işi ise, oturuyorsanız mutlaka ergonomik bir koltukta oturmanız gerekiyor. Öğün uzun süre oturup çalışmamız gerekiyorsa birtakım oturma pozisyonlarımız var. Dik oturmak, 40 dakikadan fazla oturmayacağımız bir düzen getirmek gerekir. Hatta uzun süre aynı pozisyonunda çalışmayıp, ofiste bir takım egzersiz programları çalışmamız gerekiyor” dedi.

YILDA 2-3 BEL AĞRISI ATAĞI VÜCUDUN ALARMIDIR

Bel ağrısının iş gücü kaybına ve sağlık sorunlarına neden olduğunu belirten Aydoğan, “Bu konuda bir farkındalık oluşturup bunun önüne geçmek amacıyla bu programı düzenledik. Memorial İleri Omurga Merkezi olarak düzenleyip belli aralıklarla da tekrarlayarak vatandaşlarımıza bir farkındalık oluşturmayı amaçlıyoruz. Öğün bel ağrısı yaşıyorsanız ve yılda 2-3 tane atak geçiriyorsanız artık vücut alarm veriyor demektir. Bu yaşam tarzınızda birtakım şeyleri değiştirmeniz gerektiğini size işaret ediyor. Bel ağrısının sebepleri, anatomisi, bununla nasıl mücadele etmeniz gerektiği, yaşamınızda neleri değiştirerek bunun üstesinden gelebileceğinizi burada öğretmeye çalışıyoruz” diye konuştu.

YILDIRM: AYNI POZİSYONDA OTURMAK BEL SAĞLIĞINI OLUMSUZ ETKİLİYOR

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü'nden Uzm. Dr. Özge Yıldırım da oturma ve duruşa dikkat edilmesi gerektiğini vurgulayarak “Mutlaka omuzlar dik ve karın kasları kasılı olması çok önemli. Kolların ve omuzların önde olması gerekir. Kendimizi gevşek bırakmamız lazım. Otururken belimizi destekle oturmamız gerekiyor. Online çalışma pandemi sonrası çok yaygınlaştı. Hep aynı pozisyonunda oturmak bel sağlığını ciddi anlamda olumsuz etkiliyor. Bunlara dikkat etmek lazım. Hayatımıza mutlaka hareket katmamız lazım. Hepimizin mümkün olduğunca yürüyüş ve karın kaslarını kuvvetlendirmeye yönelik egzersizler yapmamız gerekiyor. Omurga

sağlığı için çok çok önemli. Çünkü en sık bel ağrısı sebebi kasların uygunsuz kullanımı” ifadelerini kullandı.

DİNÇER: NASIL YÖNETEBİLECEĞİMİZİ İYİ BİLMEMİZ GEREKİYOR

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı Prof. Dr. Ümit Dinçer, “Bel ağrısı toplumdaki her birey için son derece önemlidir. Bel ağrısını nasıl yönetebileceğimizi iyi bilmemiz gerekiyor. Tedavi etmenin en basit yöntemi ona karşı korunaklı olunması. Dolayısıyla uygun egzersizler yapmak, iş yaşamında ne gibi adımlar atmalıyız, ne gibi uygulamalar yapmalıyız bunları bilmek gerekir. Ağrılarla ilgili uyanık olmak gerekiyor. Eğer basit ağrı kesicilerin ve uygulamaların geçmiyorsa o zaman bir fizik tedavi rehabilitasyon uzmanını karşısına geçmek gerekir. Sonrasında yapılacak olan değerlendirmelerde ağrınızın neden kaynaklandığını tespit edildikten sonra da fizik tedaviye başvurabilirsiniz” dedi.

“AYAĞIMI KALDIRMAYACAK DURUMA GELDİM”

Etkinliğe katılan 56 yaşındaki Yıldırım Yıldırım ise bel ağrısının 10 yıl önce başladığını belirterek “Araba bagajına eşya taşırken belimde bir şey hissettim. O zaman ağrı kesici ve fizik tedaviyle devam ettim. Fakat her seferinde doğru hareket etmediğim ve bazı yanlış hareketlerimden dolayı yılda bir fizik tedavi süreçlerini yaşadım. O süreçte artık ayağımı çok zor kaldırdığımı hissettim. Daha sonra Mehmet Aydoğan hocamla tanıştım. Operasyonu geçirdiğim süreçte hem hastanede olsun hem de hocam olsun bana çok büyük desteklerde bulundu. Bu faydalı bilgilerle daha kaliteli yaşamaya devam ediyorum” dedi.

“FELÇ RİSKİNDEN DÖNDÜM”

47 yaşındaki Fatih Temur da yıllardır oturarak çalıştığı için bel ağrısı yaşadığını belirtti. Aynı zamanda sırt fıtığı yaşayan Temur, “Geçen yıl bel ağrısı ve uyuşmayla şikayetlerim başladı. MR çekildiğinde ise omurliğimin kopmak üzere olduğunu ve felç riskimin olduğunu anlattılar. Herhangi bir tedavinin olamayacağı bir an önce ameliyatla bunun halledilmesi gerektiğini söylediler. Yolumuz Mehmet Aydoğan hocamla keşişti. Kendisi de bu konuda çok bilgili olduğu için tavsiyeleri üzerine ameliyata karar verdik. Uzun ve zorlu bir süreçten sonra normal bir hale döndük. Sırt fıtığının ise çok nadir görülen bir vaka olduğunu söylediler. Kireçlenmenin yanı sıra sinirdeki zayıflamayla bunun operasyondan çekilebileceği anlatıldı. Hızlı bir şekilde karar verdik. Sağlığımızı kavuştuk” diye konuştu.

Diş sıkma alışkanlığı olan çocuklarda nelere dikkat edilmeli?

HABER MERKEZİ

Diş sıkma alışkanlığı, yetişkinlerde olduğu gibi, çocukların da çoğu zaman farkında olmadan, günlük stresli aktiviteleri sırasında veya normal fonksiyonlar dışında çalıştırdıkları çene ve çiğneme kaslarının, çene eklemine yaptırdığı kuvvetli hareketler sonucu oluşur. Önlem alınmadığı takdirde küçük yaşlarda geçici sorunlara yol açabileceği gibi ilerleyen yaşlarda kompleks tedaviler gerektiren eklem hastalıklarına da sebebiyet verebileceğini aktaran Çocuk Diş Hekimliği Uzmanı Dt. Nurgül Demir “Yetişkinlerde bile diş sıkma alışkanlığını kontrol altına almak veya kalıcı bir tedavi önerisi sunabilmek henüz mümkün değilken, çocuklarda izlenmesi gereken yol hakkında doğru adımlar atmak gerekir.” dedi. “Çocukların aktif spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeveynlerden ilk ayrılışlarla birlikte kış veya yeni bir okula adaptasyon süreçleri, ebeveynlerle yaşanan iletişim problemleri veya ev ortamında yaşanan huzursuzluklar artık çok küçük yaşlardan itibaren hastalarımızı brüksizm yani diş sıkma alışkanlığı tanıf spor hayatları, sınav dönemlerindeki yarış maratonları, okullardaki akran zorbalığı, ebeve

Bozkırda yeşilin hikayesi: Ata Çiftliği Başkentlileri bekliyor



HABER MERKEZİ

ANKARA Büyükşehir Belediye Başkanı Mansur Yavaş'ın 'Bozkırda Yeşilin Hikayesi' sloganıyla duyurduğu Türkiye'nin en büyük tarım kampüsü ve rekreasyon alanı BAKAP, yeni adıyla ATA Çiftliği Başkentlileri bekliyor.

ABB'nin 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı etkinliklerine ev sahipliği yapan Gölbaşı İlçesi Karaoğlan Mahallesi'ndeki dev yeşil alan, bahar aylarının da etkisini yavaş yavaş göstermeye başlamasıyla birlikte Başkentlilerin doğayla iç içe bir gün geçirmek için tercih ettiği noktalardan biri haline geldi.

23 NİSAN HAFTASINDA 35 BİN VATANDAŞ GİRİŞ YAPTI
3,5 milyon metrekare-

lik alana kurulan tarım kampüsü ve rekreasyon alanının ATA Çiftliği adını almasının ardından ilk misafirleri de ABB'nin 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'na özel olarak düzenlediği 23 Nisan Şenlikleri'ne katılan Başkentli minikler ve aileleri oldu.

23 Nisan haftasında ATA Çiftliği'ne 5 bin araçla yaklaşık 35 bin vatandaş giriş yaptı.

VİZYON PROJE MİSAFİRLERİNİ BEKLİYOR

Binlerce vatandaşın ağırlama kapasitesi olan ATA Çiftliği; 3,5 milyon metrekarelik bir alana kuruldu. Kampüs içerisinde; süs ve peyzaj bitkileri, çim alanlar, biyolojik göletler, rengarenk bitkiler, aromatik meyveler, seralar, üretim alanları, etkinlik alanları ve spor sahalarıyla her



hafta sonu Ankaralıları ağırlamayı bekliyor.

Yıllarca betona boğulmuş bir kentin doğayla buluştuğu ATA Çiftliği'nde; bir lavanta bahçesinin yanı sıra arpa/buğday saman balyası üretim alanı, silajlık mısır üretim alanı, yonca balyası üretim alanı, çörekotu üretim alanı, sebze üretim alanı, tıbbi aromatik bitki üretim alanı hizmet veriyor.

Vatandaşların sevdikleriyle birlikte güzel anılar biriktirebileceği alanda; ahudududan alıça, armuttan aronyaya, ayvadan bademe, biberiyeden bögürtlene, cevizden duta, elmadan eriğe, ıhlamurdan kayısıya, kızıldaktan kiraza, kuşburnudan nektarin, şeftali, üzüm, vişne ve yabanmersinine kadar



çeşit çeşit meyve ağacı bulunuyor.

SPOR VE KAMP TUTKUNLARI UNUTULMADI

3 etaptan oluşan ATA Çiftliği'nde; piknik alanının yanı sıra çadır kamp alanı, karavan tutkunları için bir alan ve glamping bulunuyor.

Ayrıca spor tutkunları için yürüyüş ve bisiklet yolunun yanı sıra tenis, voleybol, plaj voleybolu, basketbol ve futbol olmak üzere birçok spor sahası ile yoga meditasyon alanları yapıldı.



DOĞA İLE İÇ İÇE FESTİVAL ALANI, EĞİTİM SERALARI...

Başkentte tarımın gelişmesi amacıyla birçok projeyi hayata geçiren Ankara Büyükşehir Belediyesi; alana bir de tarım kütüphanesi kurdu. Kütüphanenin yanı sıra sera, mini hayvanat bahçesi, doğal çocuk oyun alanı, festival alanı, mini go-kart alanı, konferans salonu, at çiftliği, arhane, tarım akademisi, aktar ve keçi üretim tesisi bulunacak.

“Vatandaşın kurban kesimi kolaylaştırılmalı”

HABER MERKEZİ

KURBAN Bayramı öncesinde özellikle büyükşehirlerde artan nüfus göz önünde bulundurularak modern ve hijyenik kurban kesim alanlarının yaygınlaştırılması gerektiğini belirten TESK Genel Başkanı Bendevi Palandöken, "Kurban Bayramı artık yaklaşıyor. Bazı şehirlerde kurban çadırları kurulmaya başlayacak. Burada önemli olan ise kurban kesiminde dikkat edilmesi gereken hususların, hem yerel yönetimler hem de hijyen açısından sağlık kontrolleriyle veteriner hekimler tarafından yapılan hayvanların satışıyla ilgili tedbirlerin alınmasıdır. Kurban yerleri daha kontrollü gibi görünse de hijyen açısından orada çalışacak, işlemi yapacak acemi kasaplar gerçekten vatandaşlara eziyet çektirebiliyor. Bu önemli bir konu. Kurban vebcesini yerine getirecek olanlar için etlerin düzgün şekilde parçalanıp dağıtımındaki sorunların giderilmesi için tedbirlerin alınması gerekli" dedi.

“KURBAN KESİMİNDE PROFESYONEL KASAPLAR YER ALMALI”

Geçtiğimiz yıl ülkemizde yaklaşık 850 bin büyükbaş, 2,8 milyon ise küçükbaş kurban kesiminin gerçekleştiğini söyleyen Türkiye Esnaf ve Sanatkarları Konfederasyonu (TESK) Genel Başkanı Bendevi Palandöken, "Bu yıl kurban sayısında geçen yıla benzer bir beklleyiş var. Bu sebeple hem hijyen kontrollerinin sağlanması hem de vatandaşların rahatlıkla bu ibadeti yerine getirebileceği alanların hazırlanması gerekiyor. Bu bağlamda bazı şehirlerimizde randevu sistemleri mevcut. Ancak vatandaşlar bu durumdan rahatsız olabiliyorlar, sabah akşam orada beklemek zorunda kalıyorlar. Aynı şekilde, etlerin parçalanması veya sokaklarda 'ben kasabım' diyenlerin hijyen kurlarına uygun olmayan şekilde



Bendevi PALANDÖKEN
TESK Genel Başkanı

hayvan kesmesi hem deriyi ziyan edebiliyor hem de hayvanlara eziyet edebiliyor. Dolayısıyla bu işlerin profesyonelce yapılması gerekiyor. Mümkünse kurban kesimi yapılacak merkezlerde modern ekipmanlarla kesim yapılmasını sağlayacak tedbirlerin alınması da önemli. Bu tedbirler olmadıkça zaman zaman insanları kendi imkanlarıyla bahçelerinde kesim yapmak zorunda kalabiliyorlar. Sokak kasaplarına sertifikası olmayan, hijyen kurlarına uymayan kişilerin para kazanmak amacıyla hayatlarında hiç bıçak kullanmamışken 'ben kasabım' demeleri ise çok büyük risk taşımaktadır. Aynı şekilde parçalama işlemi için gerekli masa ve bıçaklar gibi çeşitli ekipmanlar da mevcut değil" diye konuştu.

“BELEDİYELER RANDEVULU KESİM SİSTEMLERİNİ YAYGINLAŞTIRMALI”

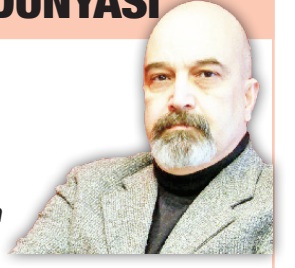
Yerel yönetimlerin kurban kesimini hizmet olarak yapması gerektiğini ifade eden Palandöken, "Kurban Bayramı yaklaşır-

ken vatandaşlarımız ibadetlerini bir an önce yerine getirme gayreti içinde oluyor. Ancak bayram ziyaretleri, yoğunluk ve plansızlık nedeniyle zaman zaman hayvanlara eziyet edilmesi gibi olumsuz durumlarla karşılaşyoruz. Kurban fiyatlarının oldukça yüksek olduğu bu dönemde, etlerin israf olmaması adına kesim işlemlerine azami dikkat gösterilmesi gerekiyor. Kesim alanlarının hazırlanmasında en önemli sorumluluk yerel yönetimlere düşüyor. Bu alanlarda su temini, caraskal sistemleri gibi temel ihtiyaçların eksiksiz olması büyük önem taşıyor. Temennimiz, bu bayramda bu tür sorunlarla karşılaşmamamızdır. Vatandaşların otarabileceği alanların oluşturulması, kesim alanlarının temiz tutulması ve sağlık personelinin hazır bulunması da oldukça önemlidir. Kurban kesiminin serifikalı ve işin ehli kişilerce yapılması, hem hayvanların gereksiz acı çekmesini önler hem de sağlık ve hijyen açısından güvence sağlar. Bu süreçte hem vatandaşlarımızın, hem hayvanların hem de kesimi gerçekleştiren kişilerin yaşayabileceği sıkıntıların en aza indirilmesi için gerekli tüm tedbirlerin alınması gerekir. İnşallah bu Kurban Bayramı'nda 'et zayı oldu' gibi olumsuz söylemlerle karşılaşmayız. Şimdiden herkesin Kurban Bayramı'nın hayırlara vesile olmasını diliyorum" şeklinde konuştu.

EKONOMİ VE EKOLOJİ DÜNYASI

Murat Sururi ÖZBÜLBÜL

mozbulbul@yahoo.com



İktidar Sarhoşluğu

Geçenlerde İslamcı yazar Abdurrahman Dilipak bir X paylaşımında "Alkol bütün kötülüklerin anasıdır. İnsanın aklını başından alır. İnsan hayvanlaşabilir. Alkol serbest olmalı değil mi?" Diye sormuş...

Her ne kadar Kuran'da alkol bir suç, hatta kesin bir yasak olarak yer alıp cezaı bir yaptırıma tabi olmasa da hemen hemen her İslamcı şiddetli bir şekilde alkole düşmandır. Keşke İslamcılar alkol içmeye ve domuz eti yemeye düşman oldukları kadar hak yemeye, hukuksuzluk yapmaya da düşman olsalar da ülkemizde yaşanan büyük haksızlık ve hukuksuzluklar yaşanmamış olsaydı.

Aslında bende tam günümüzde yaşananlar ile ilgili olarak iktidar sarhoşluğu ya da iktidar bağımlılığı hakkında bir makale yazmayı düşünüyorum bu paylaşım da beni tetikledi hadi yazayım dedim.

Alkol ve sair insanı sarhoş eden daha da kötüsü bağımlılık yapan kimyasallar elbette hem insan ve hem de toplum için kötü etkileri olan şeylerdir. İnsanı ve toplumun hem sağlığını ve hem de toplumsal ilişkilerini olumsuz yönde etkileyen bu kimyasallar en temelde içi ayrırabiliriz: Sentetik ya da doğal uyuşturucular, tütün vb ürünler ve elbette alkol.

Bu kimyasallar ister içilerek, ister dumanı solunarak, ister yutulurken ve isterse de damardan zerk edilerek kullanılsın insanı sarhoş eder, uyuşturur, bilincini bulanıklaştırır ve hatta en azından bir süreliğine bilinci tamamen kapatabilir. İstisnasız bunların hepsi de çok ciddi bir kimyasal bağımlılık yaparak insanların sağlığına, ekonomisine ve toplumsal ilişkilerine zarar verir.

Amma ve lakin hiçbir uyuşturucu madde insanı ve toplumu iktidar sarhoşluğu kadar kötü etkilemez hiçbir uyuşturucu madde insan ve topluma iktidar bağımlılığı kadar kötü etkilemez.

Tarihe bakın göreceğiniz en büyük kötülükler hep birilerinin iktidara gelmek ya da iktidarda kalmak için yaptığı eylemlerden kaynaklanır.

Bu manada Abdurrahman Dilipak'ın sözünü "İktidar bütün kötülüklerin anasıdır. İnsanın aklını başından alır. İnsan hayvanlaşabilir. İktidar tutkusu serbest olmalı değil mi?" Diye kullanmak yanlış olmayacaktır değil mi?

Sadece Hitler, Mussolini, Franko, Stalin ve Pol-Pot gibi diktatörler değil geçmişte iktidara gelmek için babasını zehirletip, kardeşlerini boğduran padişahlar, taht kavgalarında birbirini kesen Krallar, Çarlar ya da İmparatorlar gibi monarklar da da iktidar uğrunda hangi vahşetlere imza atıldığının örnekleridir.

19. yüzyılda yaşamış olan İngiliz tarihçi ve politikacı John Dalberg-Acton'a ait "Güç yozlaştırır; mutlak güç, mutlaka yozlaştırır. Büyük insanlar, her zaman kötü insanlardır..." Sözünü hiç aklımdan çıkarmam.

Meşhur bir reklamda kullanılan "kontrolstiz güç güç değildir" sloganını da hiç unutmam.

Burada tarihte iktidar sarhoşluğu ve bu sarhoşluğun yarattığı felaketler ile ilgili bir sürü örnek sıralayarak sizleri sıkamak istemiyorum zaten merak edip ufak bir googllama yaparsanız sizde bunların hepsine ulaşabilirsiniz.

Bir insan ya ad toplum hiç uyuşturucu, bağımlılık yapıcı kimyasal kullanmadan da var olabilir amma ve lakin ne yazık ki iktidar olmadan toplumsal hayatı organize ederek devam ettirmek mümkün değildir. Bu yüzden iktidarı yok etmek mümkün değildir ama sınırlamak kontrol altında tutmak her daim mümkündür.

Sonuç olarak asıl önemli olan iktidar sarhoşluğunun oluşmasını ve bunun topluma zarar vermesini nasıl engelleriz sorusuna yanıt bulabilmektir.

Bu sorunun cevabı da aslında belli; insanların tarih boyunca zorba hükümdarlar ile mücadele etmiş ve en sonunda halk egemenliğine dayalı anayasal düzenler yani demokrasileri kurmuş. Bu şekilde gücün güç ile elde edilip ölene kadar elde tutulduğu mutlakı monarşi olarak adlandırılan düzen tarihe karışmış, bu düzenin yerini anayasal demokrasiler ya da anayasal meşrutı monarşiler almıştır.

Anayasal düzenlerin ortak özelliği; iktidar gücünün nicelik, nitelik ve süre olarak kısıtlanmasıdır. Bu anayasal bir düzende iktidar olan kişi asla ve kat'a iktidarı ölene kadar elinde tutamaz, iktidar gücünü sınırsızca ve keyfi olarak kullanamaz anlamına gelmektedir.

Bir çok anayasal düzende seçilmiş tiranların ortaya çıkmasını engelleyecek dönem sınırlamaları, yürütme, yasama ve yargı erkleri arasında kesin ayrılık ile denge ve denetleme mekanizmaları tam da bu yüzden oluşturulmuştur.

Eğer bu mekanizma ve kurlar doğru çalışmazsa iktidar olan kişi kesin kes bir iktidar sarhoşluğuna yakalanacak ve hem kendine ve hem de topluma büyük zarar verecektir. Böyle kişiler iktidardan yoksun kalmamak, koltuktan kalkmamak iktidarlarnı korumak için her türlü kötülüğü yapacak sonuçta kendi iktidarına zarar verebilecek ya da alternatif olabilecek her kişi ya da kurumunu ihanet ile suçlayarak etkisiz hale getirmeye ve hatta yok etmeye çalışacaktır.

Böyle bir kaotik iktidar mücadelesi ise toplumun tüm enerjisini tüketerek çağın gerisinde kalmasına yol açarak kalkınmasını engelleyecektir.

İşte tam da bu yüzden ben "İktidar tüm kötülüklerin anasıdır tekelleşmesi, tiranlaşması ve en nihayetinde bağımlılık yapması mutlak surette engellenmelidir." Diyorum.



Türk Sanat Müziği Topluluğu'ndan unutulmaz bahar konseri

HABER MERKEZİ

ETİMESGUT Belediyesi Etisem Türk Sanat Müziği Toplulukları, Korkut Ata Kongre ve Kültür Merkez'i'nde baharın coşkusunu müzikle taçlandırmak adına özel bir konserle sanatseverlerle buluştu.

Şef Bahar Baştaş Özdemir'in yönetiminde düzenlenen "Bahar Konseri", sanatseverlerin yoğun ilgiyle karşılandı. Konser programı, klasik Türk Sanat Müziği repertuarının seçkin eserlerinden oluştu. Usta yorumlar, zarif sahne düzeni ve topluluğun titiz çalışmaları sayesinde konser, adeta bir sanat ziyafetine dönüştü.

Gecenin mimarı olan Şef Bahar Baştaş Özdemir, konserin sonunda yaptığı kısa konuşmada, emeği geçen tüm sanatçılara ve destek veren seyircilere teşekkür ederek, "Türk Sanat Müziği'ni yaşatmak ve her yaştan insana sevdirmek amacıyla çıktığımız bu yolda, birlikte müzik yapmanın ve paylaşmanın mutluluğunu yaşıyoruz. Bu anlamda bizlere destek olan Etimesgut Belediye Başkanımız Sayın Erdal Beşikçioğlu'na teşekkürlerimizi sunuyoruz" dedi.

SONSÖZ

GÜNLÜK SİYASİ GAZETE

web: www.sonsoz.com.tr * e-mail:sonsozgazetesi06@gmail.com

Yıl: 50

Sayı: 17332

5 MAYIS 2025

PAZARTESİ

SONSÖZ Gazetecilik Matbaacılık Reklamcılık İnş. San. ve Tic. Ltd. Şti. Adına İmtiyaz Sahibi: **Abdi PEHLİVAN**

Tüzel Kişi Temsilcisi : Bahar Pehlivan YEDİER

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü : M. Ümit KARAKÜLAH

İstihbarat Şefi: Suat ÖZER

Sayfa Sekreteri : Birsen 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

Kemalettin TANGAL

(0544) 397 92 51

Sivas Temsilcisi

Yurdal EPSİLELİ

(0546) 889 58 58

MERKEZ:

İvedik OSB Mah. 1341 Cad. Matbaacılar Sitesi No:58 Yenimahalle/ANKARA

Tel: (0312) 312 12 82-310 51 88

Faks: (0312) 310 69 70

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 Dışı Yazılara Ücret Ödenmez.

Gazete Basım Tarihi: 4 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, Feshname vb. ilanların st/cm: **185 TL + KDV**

Arşiv gazete bedeli 30 TL'dir

ÖZETLE



Oktay
TAŞ

Ev Gençliği

Ülkemizde derin bir ekonomik bunalım yaşanırken, bunun bir diğer yansıması olan işsizlik rakamları da olumsuz sinyaller vermeye devam ediyor. Bu temel sorunumuza ilişkin görüşlerimizi paylaşmadan önce, işsizlik nedir, nasıl tanımlanıyor öncelikle bunun bir tespitini yapalım.

İşsizlik, bir kişinin aktif olarak iş aradığı ancak iş bulamadığı durumu ifade ediyor. İşsizlik, bir ülkede ekonomik sağlığın temel ölçütü olarak kabul ediliyor. İşsizliğin en sık kullanılan ölçütü ise işsizlik oranı olarak değerlendiriliyor. Bu oran, işsiz kişi sayısının işgücündeki kişi sayısına bölünmesiyle hesaplanıyor.

Günümüzde işsizliğin tanımları da çeşitlenmiş durumda. Ancak bizim burada üzerinde duracağımız iki temel kavram bulunuyor. Hesaplamalarda bu iki temel tanım kıstas olarak kabul ediliyor.

Bunlardan ilki, geniş tanımlı işsizlik olarak biliniyor. Geniş tanımlı işsizlik, yalnızca iş arayanları değil, çalışmaya hazır olup çeşitli nedenlerle iş aramayanları da kapsayan bir ölçüm çeşidi.

Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) kullanıldığı dar tanımlı işsizlik ise sadece "son dört hafta içinde aktif olarak iş arayan ve iki hafta içinde çalışmaya başlayabilecek" kişileri kapsayan bir değerlendirme olarak biliniyor.

Bu genel değerlendirmeden sonra gelelim geçtiğimiz günlerde açıklanan işsizlik rakamlarına.

TÜİK'in dar tanımlı verilerine göre Mart 2025'te işsiz sayısının 2,8 milyona, işsizlik oranının ise yüzde 7,9'a düşmüş. Sendikaların esas aldığı geniş tanımlı işsizlik durumunda bunun tam tersi bir durum yaşanıyor. Geniş tanımlı işsizlik, yani iş bulma umudunu yitirip iş aramayanların dahil edildiği grubu kapsayanların oranı yüzde 28,8'e, toplam işsiz sayısının da 11,7 milyona ulaştığına dikkat çekiliyor. Geniş tanımlı işsizlik rakamı sadece son bir yılda 2 milyon 182 bin kişi artmış.

Burada özellikle bir noktaya dikkat çekmekte yarar var. İşsizliğin önemli bir kısmını genç işsizlerimiz oluşturuyor. İkinci sırada ise istihdam dışında kalan kadınlarımızın sayısı oluşturuyor.

TÜİK verilerine göre genç işsizliğimizin oranı yüzde 15,1'e yükselmiş. Devrimci İşçi Sendikaları Konfederasyonu (DİSK) Araştırma merkezi verilerine göre ise her üç gençten biri işsiz yani yüzde 30'lara yakın bir orandan söz ediliyor.

Nitekim son yıllarda dilimize yerleşen deyimle "ev genci" tanımlaması boş bir kavram değil. Araştırmaların ortaya çıkardığı çok çarpıcı bir sonuç var. Ülkemizde 15-29 yaş grubuna giren 4 milyon 678 bin "ev gencimiz var. Bunlar ne yazık ki, ne işte ne de eğitimde yer alıyorlar. Bunlar yüzde 25,7 gibi oldukça yüksek bir orana ulaşmış durumdalar.

Araştırmacı İnan Mutlu'ya göre, Romanya'da bu oran yüzde 18,4 Litvanya'da yüzde 17,5, İtalya'da yüzde 15,2, Sırbistan'da yüzde 14,8, Estonya'da yüzde 13,7, Yunanistan'da yüzde 13,5 şeklinde. Listeye dikkat edilirse, ülkemizle aynı kategoride bulunan İtalya ve Yunanistan'la bile aramızda derin bir uçurum var.

Genç işsizliğin ülkemizin önünde bulunan tam anlamıyla bir "beka" sorunu. Veriler, gelecek günler için karamsar bir tablo çiziyor. Beş milyona yaklaşan, işsiz ve eğitim dışında bulunan gençlerimize, bir de aldıkları eğitim dışında istihdam edilenleri eklediğimizde ortaya çok daha vahim bir tablo çıkıyor. Öğretmen, mimar, sağlık elemanı, mühendisi gibi kendi meslek branşları dışında kasiyerlik, reyon görevlisi ya da inşaatlarda amelelik yapan gençlerimizin sayısı da azımsanmayacak boyutlarda. Yani "örtülü işsizlik" alarm veriyor.

Özete;

Yıllardır genç nüfusumuzun varlığıyla övünüp durduk. Şimdi gelip duvara dayandık. Bugün eğitimde olan ya da evinde oturan milyonlarca gencimize iş ve aş sağlamak zorundayız. Ortalama her yıl 750-800 bin gencimizi istihdam etmek, onlara iyi bir gelecek sunmak gibi mecburiyetimiz var. Aksi halde, bu gençler geleceklerini başka ülkelerde aramak ve kurmak zorunda kalmaya devam edeceklerdir.

Burada, bahsettiğimiz rakamların her biri bir hayat demek. Geleceğe büyük umutlarla bakan gençlerimizin hayallerini yok etmek asla affedilmeyecek bir durumdur. Ailelerinin büyük umutlarla yetiştirdikleri, eğitim aldıkları gençlerin önünü açmak, onlara iş imkanları sağlamak devletin temel görevlerinden biridir.

Unutmayalım, gençlerimiz, çocuklarımız geleceğimizin teminatıdır.

Ankara Büyükşehir Belediye Meclisi gençlere emanet edildi

■ HABER MERKEZİ

ANKARA Büyükşehir Belediyesi (ABB), "Belediye Meclis Simülasyonu"na ev sahipliği yaptı. Dört gün sürecek etkinlikte 150 üniversite öğrencisi, Ankara'nın sorunlarını tartışıp çözüm önerileri geliştirecek.

ABB, gençlerin yerel yönetim süreçlerine katılımını teşvik etmek amacıyla önemli bir etkinliğe ev sahipliği yaptı. MAYA Genç Düşünce Platformu iş birliğiyle düzenlenen "Ankara Belediye Meclis Simülasyonu", Türkiye'nin farklı üniversitelerinden 150 öğrenciyi bir araya getirdi.

Simülasyon kapsamında ABB Meclis Başkan Vekili Ertan Işık, Meclis Başkanlığı görevini dört günlüğüne MAYA Genç Düşünce Platformu Üniversiteler Komisyon Başkanı Harun Reşit Öcal'a devretti. Programa ABB Başkanvekili Faruk Köylüoğlu ve MAYA Genç Düşünce Platformu Genel Başkanı Av. Mustafa Uzunçakmak da katıldı.

KOMİSYON

ÇALIŞMALARIYLA BAŞLADI

Etkinliğin ilk gününde katılımcılar belirlenen partilere dağıtıldı ve Meclis'te görevlerini bu partilerin görüşleri doğrultusunda yerine getirmeye başladılar. Meclis üyeleri, komisyonlara katılarak şehrin gelişimi ve iyileştirilmesi için öneriler hazırladı. Bu önergeler divana sunuldu ve oylamadan geçirildi. Program kapsamında simülasyonun işleyişine ilişkin kısa bilgilendirme yapıldı, ardından parti genel başkanları, başkanvekilleri ve grup sözcüleri seçildi. Parti genel başkanları Genel Kurul'da 3 dakikalık konuşmalar yaparak görüşlerini açıkladı. Komisyonlara dağıtılan üyeler, önergeleri tartışmak üzere çalışmalarına başladı.



KÖYLÜOĞLU: "ANKARA İÇİN ORTAK AKIL ARAYIŞINIZ ÇOK KIYMETLİ"

ABB Başkan Vekili Faruk Köylüoğlu, "Ulu Önder Atatürk'ün bizlere emanet ettiği gençlere Başkanımız Mansur Yavaş ve vekili Ertan Işık Meclis'i birkaç günlüğüne emanet ediyor. Ortak akıl ile Ankara'mız için neler yapılabileceğine dönük kafa yoracaksınız. Bunu bir görev bilip burada bulunmanız çok kıymetli" diye konuştu.

ERTAN IŞIK: "BU TOPLULUK İSTİSNA BİR TOPLULUK"

ABB Meclis Başkanvekili Ertan Işık da yaptığı konuşmada, "Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün emanet ettiği bu pırlıl gençliğe Ankara'nın daha yaşanılabilir bir kent olması için duyarlılık gösterip, kendileri sorumlu olarak, Ankara'nın meseleleri için fahri olarak, gönüllü olarak bu tür çalışmalara, ortak akla hizmet ettikleri için ayrı ayrı teşekkür ediyorum. Bizim buraya şahsi ve kişisel bir mesele olmadan Ankara'nın ve memleketin meselelerini kendine dert edinmiş bu topluluk, bize gelen istisna bir topluluktur. Böyle bir inisiyatif aldığınız için hepinizi tebrik ediyorum" dedi.

ATLAR İÇİN TALAŞ VE SAP MAL ALIM

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:2025/494102
1-İdarenin a) Adı:KARA HARP OKULU MİLLİ SAVUNMA BAKANLIĞI MSB BAĞLILARI
b) Adresi: KARA HARP OKULU KOMUTANLIĞI DEVLET MAHALLESİ 06420 BAKANLIKLAR ÇANKAYA/ANKARA
c) Telefon ve faks numarası: 3124175190 - 3124183226
ç) İhale dokümanının görülebileceği ve e-imza kullanılarak indirilebileceği internet sayfası: <https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/>
2-İhale konusu mal alımın a) Adı: ATLAR İÇİN TALAŞ VE SAP
b) Niteliği, türü ve miktarı: 1.000.000 KG ATLAR İÇİN ALTLIK TALAŞ VE 90.000 KG ATLAR İÇİN ALTLIK SAP ALIM "İHTİYAÇ LİSTESİNDE" BELİRTİLEN ÖZELLİKLERDE OLACAKTIR. Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.
c) Yapılacağı/teslim edileceği yer: Kara Harp Okulu Komutanlığı Taşınır (Tüketim) Mal Saymanlığı/ Bakanlıklar-Ankara
ç) Süresi/teslim tarihi: "İHTİYAÇ LİTESİNDE" BELİRTİLEN TARİHLERE UYGUN OLARAK TESLİM EDİLECEKTİR.
d) İşe başlama tarihi: Sözleşmenin imzalanmasını takip eden günden itibaren
3-İhalenin a) İhale (son teklif verme) tarih ve saati:13.06.2025 - 10:30
b) İhale komisyonunun toplantı yeri (e-tekliflerin açılacağı adres) :MSÜ Kara Harp Okulu İhale Komisyon Başkanlığı Devlet Mahallesi Süleyman Emin Caddesi (Kirazlıdere Mevkii) 06420-Bakanlıklar- Çankaya/Ankara
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.
4.1.2. 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 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: İdare tarafından mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin kriter belirtilmemiştir.
5. Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.
6. İhale yerli ve yabancı tüm isteklilere açıktır.
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, kısmi teklif verilebilir.
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 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.trde

(Basın-2216517)

Peçenek Mesire Alanı'na ziyaretçi akını

■ HABER MERKEZİ

HAVALARIN ısınmasıyla birlikte yeniden hizmete açılan Peçenek Mesire Alanı, ziyaretçi akınına uğradı. Gürültüden ve stresten uzak bir gün geçirmek isteyen Ankaralılar, soluğu Peçenek Mesire Alanı'nda aldı.

Altındağ'da özlem sona erdi... Peçenek Mesire Alanı doldu taşı. Kiş aylarında kapalı olan Peçenek Mesire Alanı, bahar aylarının gelmesiyle birlikte yeniden hizmete açıldı. Güneşli havayı fırsat bilen Ankaralılar, soluğu Peçenek Mesire Alanı'nda aldı. Peçenek Mesire Alanı, açıldığı ilk hafta sonunda tam 2 bin 500 ziyaretçiyi ağırlarken, hafta boyunca bu sayıya 1000 kişi daha eklendi. Açıldığı ilk hafta 3 bin 500 kişinin giriş yaptığı mesire alanı, vatandaşlardan büyük beğeni topladı. Mesire alanının keyfini ise en çok çocuklar çıkardı. Oyun parkları, futbol, basketbol ve voleybol sahalılarında oynayan çocuklar, arkadaşlarıyla birlikte gönüllerince eğlendi.

"AÇILDIĞI İLK HAFTA 3 BİN 500 KİŞİ GİRİŞ YAPTI"

Yeniden hizmete açılan Peçenek Mesire Alanı'nın vatandaşlar tarafından özlemle beklendiğini ve açılır açılmaz büyük ilgi gördü-ğünü belirten Altındağ Belediye Başkanı Dr. Veysel Tiryaki, "Peçenek Mesire Alanı, piknik ve doğaseverler tarafından Ankara'da sıklıkla tercih edilen bir adres... Mevsim koşullarından dolayı bir süredir kapalı olan Mesire Alanımızı havaların ısınmasıyla birlikte yeniden hizmete açtık. Vatandaşlarımızdan da ne zaman açacağımızı dair çok fazla soru geliyordu. Tahmin ettiğimiz gibi, yeniden açılmasının ardından ziyaretçi akınına uğradı. Hafta sonu tam 2 bin 500 ziyaretçiyi ağırladık. Hafta içinde de gelenler oldu. Bu sayı daha da arttı. 1 haftada toplam 3 bin 500 kişi, baharın tadını çıkarmak için mesire alanımızı tercih etti. Mesire Alanımız yeniden çocuklarımızın kahkahalarıyla renklendi" dedi.

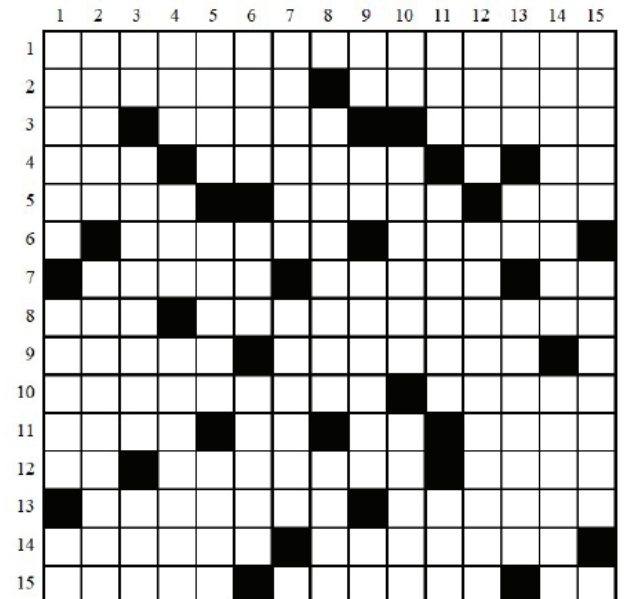
KARE BULMACA (TDK Güzel Türkçe Bulmacası)

SOLDAN SAĞA: 1. Akla yakın olmamak veya birbirini tutmamak... 2. Pembeye çalan beyaz tüylü, kanatlan gri renkli, alt gagasında deriden bir kesesi olan iri kuş, kaşıkçı kuşu... Birbirini karışıkli sevmeye, sevimse, aşıktaşlık (eski)... 3. Rütbesiz asker, nefer... Din kurallarına aykırı olan, dinî bakımdan yasak olan, helle karşıtı... Geniş gövdeli, dar boğazlı, emzikli veya emziksiz olabilen, toprak, cam, metal vb. maddelerden yapılan su kabı... 4. Kuvvet, kudret (eski)... Düzeltme... Kemiklerin toparlak ucu... 5. Züppe... On ağısı, on kenarı olan çokgen... Düşünce... 6. Kötü, sevimsiz (argo)... Polonya dili... 7. Bir, tek (eski)... Her vakit, sürekli olarak... Rubidyum elementinin simgesi... 8. Ölü gömülen yer, gömüt, mezar, kabir, mezar, makber (eski)... Bir bölümü kesilerek kullanılan söz... 9. Mercek... Bir durum veya olayın duyular yolu ile insan üzerinde bıraktığı etki, intiba, imaj... 10. Rastlanmak işi... Hastalıklar (eski)... 11. Temel düşünce, temel inanç, umde, unsur, prensip... Dek, değin, kadar, beri vb. edatlarla birlikte kullanılarak bir fiilin, bir hareketin, bir yerin, bir şeyin başladığı veya sona erdiği noktayı, zaman ve uzaklık bakımından

abartmalı bir biçimde anlatan bir söz... Gam dizisinde re ile fa arasındaki ses ve bu sesi gösteren nota işareti... Yıl... 12. Galyum elementinin simgesi... Boksta büyük kolla aşağıdan yukarıya doğru çeneye atılan yumruk... Yarattırılmış bütün canlılar (eski)... 13. En yüksek askerî rütbe... Doğu Hindistan'da yetişen bir bitki... 14. Yabancı ülkelere kaçınıp özgürlükten yoksun bırakılan, alınıp satılabilen, her konuda efendisinin isteklerine bağlı bulunan genç kadın, halayık (eski)... Birtakım getir götür işleri... 15. Çöl bölgelerinde, kurak bölgelerde yaşayan bir sürüngen türü... Bir mülk kaça satın alınmışsa o mülke o para ile sahip olma, şufa... Zirkonyum elementinin simgesi... **YUKARIDAN AŞAĞIYA:** 1. İpeğe benzer, ipek gibi... Amerika'da yaşayan, genellikle yavrularını sırtında taşıyan keseli hayvanlardan bir tür sıçan... Sezyum elementinin simgesi... 2. Ülker yıldızı (eski)... Vida ile tutturmak (araski)... 3. Kolum bilekten parmak uçlarına kadar olan, tutmaya ve iş yapmaya yarayan bölümü... Roman özelliği olan... İran'dan geçerek Kuzey Hindistan'a yerleşen halk veya bu halktan olan kimse... 4. Hindistan'ın Pencap bölgesinde ya-

şayan bir topluluk... Eşik olarak kesilmiş kenar (eski)... Gliserinin stearik asit esteri... 5. Kiraya verilerek gelir getiren ev, dükkân, tarla, bağ vb. mülk, akaret (eski)... Bel denilen tarım aracı... Uydu... 6. Parça, kısım (eski)... Tanıttırılmaz... Bir elçilige bağlı uzman, elçilik uzmanı... 7. Girdap... Büyük zoka... 8. Monatçılık... Boy... 9. İlaç, merhem (halk ağzı)... Ruentgeniyum elementinin imgesi... Aklamak işi, ibr... "Ey, hey" anlamlarında bir seslenme sözü... 10. Lütseyum elementinin simgesi... Kadın hükümdar (eski)... Bir ülkeye başka ülkelere mal getirme veya satın alma... 11. Satranç oyununda taraflardan birinin yenilgisi... Ne çeşit, ne türlü... Herhangi bir kuvvet alanında, belli bir düzlemin belli bir bölümünden geçtiği varsayılan güç çizgileri, seyelan... 12. Cinsiyet... Yumuşak huylu ve doğru (kimse)... 13. Emme, emerek içine çekme, söğürme (eski)... Herhangi bir durumun, cismin veya alanın sınırları arasında bulunan bir yer, dâhil... İmrenme işi... 14. Dış deri... Çözümleme... 15. Buyruk, resmî kâğıt, ferman (eski)... Benzemek işi...

BULMACININ ÇÖZÜMÜ 6. SAYFADA



TBMM Başkanlığı seçim süreci başlıyor

TBMM (AA)- TBMM Başkanı Numan Kurtulmuş'un görev süresinin dolması nedeniyle 28. Dönem ikinci devre başkanlık seçimi için süreç 28 Mayıs'ta başlayacak. AA muhabirinin aldığı bilgiye göre, Başkanlık için bir yasama döneminde 2 seçim yapılıyor. İlk seçilenin görev süresi 2 yıl, ikinci devre için seçilenin görev süresi ise o yasama döneminin sonuna kadar devam ediyor.

Buna göre, TBMM Başkanı Numan Kurtulmuş'un görev süresinin sona ereceği 7 Haziran'dan 10 gün öncesine denk gelen 28

Mayıs'ta 28. Dönem ikinci devre başkanlık seçimi için süreç başlayacak. Adaylar, 28 Mayıs'tan itibaren 5 gün içinde TBMM Başkanlığına bildirilecek. Bu sürecin ardından TBMM Genel Kurulu, 5 gün içerisinde toplanarak gizli oyla seçim yapacak.

Kurban Bayramı tatili dolayısıyla TBMM Başkanı seçiminin 3 veya 4 Haziran'da yapılması planlanıyor. Meclis Başkanı seçiminin birinci ve ikinci turlarında üye tam sayısının üçte iki çoğunluğu olan 400 oy, üçüncü turda ise salt çoğunluk olan 301 oy

aranacak. Üçüncü oylamada da salt çoğunluğun sağlanamaması halinde en çok oy alan iki aday için dördüncü oylama yapılacak ve bu oylamada en fazla oy alan üye TBMM Başkanı seçilmiş olacak.

MECLİS BAŞKANLARI TBMM Başkanlığını bugüne kadar 30 milletvekili üstlendi. 28. Dönem ikinci devre için Numan Kurtulmuş'un dışında birinin seçilmesi halinde, bu kişi 31. TBMM Başkanı olacak. İlk TBMM Başkanı ve Cumhuriyet'in kurucusu Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ten

bu yana görev yapan başkanlar arasında en uzun süre görevde kalan Mustafa Abdülhalik Renda oldu. İlk kez 1935'te başkan seçilen Renda, 1946'ya kadar kesintisiz yeniden seçilerek 11 yıl görev yaptı. En kısa süre görev yapan TBMM Başkanı ise 2 ay 1 haftalık göreviyle İsmet Sezgin oldu. En fazla TBMM Başkanı çıkaran il İstanbul oldu. Seçim çevresi İstanbul olan Ali Fethi Okyar, Kazım Karabekir, Feruh Bozbeyli, İsmail Kahraman ve Numan Kurtulmuş TBMM Başkanlığı görevini üstlendi.

AİLE VE EĞİTİM REHBERİ KÖŞESİ

Şakir İPEK

Uzman Psikolojik Danışman ve Aile Danışmanı
sakiripek@akilciyasam.com.tr



Yalan Söyleyen Çocuğa Nasıl Davranılmalı?

Çocukların zaman zaman gerçeği çarpıttığını ya da tamamen farklı bir hikâye anlattığını görmek ebeveynler için endişe verici olabilir. Ancak çocuklarda yalan söyleme davranışı genellikle bir problemden çok, belirli bir gelişimsel sürecin parçası veya çevresel etkileşimlerin bir sonucudur. **Önemli olan, ebeveynlerin bu duruma nasıl yaklaştığıdır.**

1. Öncelikle Yalanın Nedenini Anlamaya Çalışın

Çocuğunuzun yalan söyleme sebebini anlamadan doğrudan onu suçlamak veya cezalandırmak, sorunun çözümüne yardımcı olmaz. Çocuklar farklı nedenlerle yalan söyleyebilir.

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 koruma: Arkadaşlarını ya da kardeşlerini zor bir durumda 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 davranış model alabilirler.

Geride bıraktığımız haftalarda çocukların gelişim dönemleri (yaşları) ve yalan davranışlarının anlamları hakkında bir yazı kaleme almıştım. Fikir sahibi olmak için oradan da yararlanabilirsiniz. **Çocuğunuzu vargılamadan önce, hangi sebeple yalan söylediğini anlamaya çalışın.**

2. Sakin Kalın ve Tepkinizi Kontrol Edin

Çocuğunuzun yalan söylediğini fark ettiğinizde hemen sert bir tepki vermek yerine, durumu sakince değerlendirin. **Öfkeli veya tehditkâr bir yaklaşım sergilerseniz, çocuğunuz bir daha dürüst olmaktan çekinebilir.** Bunun yerine, güven veren bir dille konuşmaya çalışın.

- Yanlış Tepki: "Bana nasıl yalan söylersin? Çok büyük bir hata yaptın!"

- Doğru Tepki: "Bu söylediklerinin doğru olmadığını düşünüyorum. Bana gerçekten ne olduğunu anlatır mısın?"

3. Cezalandırmak Yerine Doğal Sonuçlarla Karşılaştırm

Yalan söyleyen çocuğu hemen cezalandırmak, onun daha çok yalan söylemesine neden olabilir. Çünkü çocuk cezadan kaçınmak için gerçeği saklamayı öğrenir. Bunun yerine, yalanın doğal sonuçlarıyla yüzleşmesine izin verin.

Örneğin, ödevini yaptığını söyleyen ama aslında yapmayan bir çocuk, öğretmeni fark ettiğinde sorumluluk almayı öğrenir. Bu durumda ebeveyn olarak yapmanız gereken, öğretmeniyle iletişim kurup çocuğun bu deneyimden ders çıkarmasını sağlamaktır.

4. Güvenli Bir İletişim Ortamı Oluşturun

Çocuklar, yanlış bir şey yaptıklarında dahi dürüst olabilmelidir. Eğer bir çocuk, yalan söylediğinde ebeveyni tarafından sert bir şekilde eleştirilirse, bir sonraki sefere de gerçeği saklamaya çalışacaktır.

Bunun yerine, çocuğunuzun dürüst olmasını teşvik eden bir aile ortamı oluşturun.

- Dürüst olduğu zaman onu takdir edin.

- Dürüstlükle ilgili olumlu örnekler gösterin.

- Onu suçlamadan ve utandırmadan konuşmasına fırsat tanıyın.

5. Yalanı Ortaya Çıkarmaya Çalışmak Yerine Doğruyu Teşvik Edin

Bir çocuk yalan söylediğinde hemen "Beni kandırıyorsun!" diyerek onu sıkıştırmak yerine, doğruyu söylemesi için bir fırsat verin.

- Yanlış Yaklaşım: "Sen bana yalan mı söylüyorsun? Söylediklerin hiç inandırıcı değil!"

- Doğru Yaklaşım: "Sence burada en doğru olan ne? Gerçekten olanı bana anlatabilir misin?"

Çocuk, vargılanmadan konuşabileceğini hissettiğinde, gerçeği söylemeye daha yatkın olacaktır.

6. Rol Model Olun

Çocuklar, ebeveynlerinin davranışlarını örnek alarak kendi yaşamlarını düzenlerler, öğrenirler. Eğer bir anne veya baba küçük yalanlar söylüyorsa (örneğin, telefonda "Evde değilim de" demek), çocuk da yalan söylemeyi normal bir davranış olarak görebilir.

- Dürüstlük konusunda çocuğunuza iyi bir örnek olun

- Küçük de olsa yalan söylemekten kaçının.

- Yanlış bir şey yaptığınızda, çocuğunuza dürüst olun ve bunu kabul ettiğinizi gösterin.

- Dürüstlüğü sadece ödülle teşvik etmeyin; içsel bir değer olarak öğrettiğinizden emin olun.

7. Hikâyeler ve Oyunlarla Dürüstlük Kavramını Pekiştirin

Özellikle küçük yaş gruplarında, hikâyeler ve oyunlar çocukların dürüstlük kavramını anlamalarına yardımcı olabilir. Yalan söylemenin sonuçlarını anlatan hikâyeler okumak veya empati kurmalarını sağlayan oyunlar oynamak, onların dürüstlüğü içselleştirmelerine yardımcı olur.

Önerilen Hikâyeler:

- Pinokyo

- "Kurt Geldi!" diyen çoban hikâyesi

- Gerçek arkadaşlık ve güven temalı çocuk kitapları (çocuğun yaşına uygun kitaplar tercih edilmeli)

8. Çocuğunuzu Küçük Düşürmeyin ve Damgalamayın

Bir çocuk yalan söylediğinde ona "yalancı" etiketi yapıştırmak, onun kendini böyle görmesine neden olabilir. Bir hata yaptı diye çocuğunuzu sürekli yalan söyleyen biri gibi görmek ve göstermek, onun güvenini sarsabilir.

Bunun yerine, davranışı düzeltmeye odaklanın ve çocuğunuzun dürüstlük konusunda gelişebileceğine dair ona güven verin.

- Yanlış Tepki: "Sen hep yalan söylüyorsun!"

- Doğru Tepki: "Bazen doğruyu söylemek zor olabilir ama ben sana güveniyorum ve doğruyu söyleyebileceğini biliyorum."

Sonuç Olarak: Yalanın Arkasında Yatan Mesajı Anlayın

Yalan söyleyen bir çocuğa yaklaşımınız, onun ilerleyen yıllarda nasıl bir karakter geliştireceğini belirleyebilir. Önemli olan, çocuğunuzu korkutarak değil, anlayarak ve ona doğru yolu göstererek dürüstlüğü benimsemesini sağlamaktır.

Unutmayın:

1. Çocuğunuzun neden yalan söylediğini anlamaya çalışın.

2. Öfkeli ve yargılayıcı olmaktan kaçının.

3. Dürüstlüğü teşvik eden bir aile ortamı oluşturun.

4. Çocuğunuza rol model olun.

5. Yalan yerine doğruyu söylemenin değerini anlatın.

Çocuklar, sevindiklerini ve kabul edildiklerini hissettiklerinde, dürüst olmaya daha yatkın olurlar. Onların doğruları söyleyebileceği bir güven ortamı yaratmak, hem kısa vadede hem de uzun vadede etkili çözüm olacaktır.

T.C. KEÇİÖREN BELEDİYE BAŞKANLIĞI İmar ve Şehircilik Müdürlüğü İLAN

Aşağıda konusu ve mevkii belirtilen imar planına ait onama işlemleri tamamlanarak Müdürlüğümüz ilan panosunda 29.04.2025 tarihinden itibaren 1 ay süre ile gözetimi-mizde askıya çıkartılmıştır.

KONUSU	MEVKİİ	ONAY TARİHİ
90749 Ada 1 Parsele İlişkin 1/1000 Ölçekli Uygulama İmar Planı Değişikliği	Gümüşdere Mahallesi	Keçiören Belediye Meclisi'nin 02.12.2024 tarih ve 592 sayılı kararı, Ankara Büyükşehir Belediye Meclisi'nin 11.03.2025 tarih ve 418 sayılı kararı

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de

(Basın-2216578)

GIDA ÜRÜNLERİ SATIN ALINACAKTIR SOSYAL GÜVENLİK KURUMU BAŞKANLIĞI DESTEK HİZMETLERİ DAİRE BAŞKANLIĞI

56 kalem Yaş Sebze ve Meyve alımı 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: 2025/618688

1-İdarenin

a) Adı: SOSYAL GÜVENLİK KURUMU BAŞKANLIĞI DESTEK HİZMETLERİ DAİRE BAŞKANLIĞI

b) Adresi: Ziyabey Caddesi No:6 06520 Balgat- ÇANKAYA/ANKARA

c) Telefon ve faks numarası: 3122077840 - 3122078162

ç) İhale dokümanının görülebileceği ve e-imza kullanılarak indirilebileceği

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

2-İhale konusu mal alımın

a) Adı: 56 kalem Yaş Sebze ve Meyve alımı

b) Niteliği, türü ve miktarı: 56 Kalem Yaş Sebze ve Meyve Alımı- Mal Alımı Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.

c) Yapılacağı/teslim edileceği yer: T.C. Sosyal Güvenlik Kurumu Destek Hizmetleri Daire Başkanlığının 1-Mithatpaşa Cad. No: 7 Sıhhiye-Çankaya/ANKARA, 2- Ziyabey Cad. No: 6 Balgat-Çankaya/ANKARA, 3-Cevizlidere Cad. No: 14 Balgat-Çankaya/Ankara adreslerindeki tablodot ambar ve mutfaklarına teslim edilecektir.

ç) Süresi/teslim tarihi: 01.07.2025 - 31.12.2025 tarihleri arasında İdarenin talebine göre 08.30 - 12.00 saatleri arasında ve sipariş edilen miktarda olacaktır.

d) İşe başlama tarihi: 01.07.2025

3-İhalenin

a) İhale (son teklif verme) tarih ve saati: 27.05.2025 - 10:30

b) İhale komisyonunun toplantı yeri (e-tekliflerin açılacağı adres): T.C. Sosyal Güvenlik Kurumu Başkanlığı Ziya Bey Caddesi No:6 Balgat / ANKARA (Zemin Kat No:18) adresinde bulunan Gülten ALTUNDAL Toplantı 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 bilgiler:

İşletme Kayıt Belgesi

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 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:

İdare tarafından mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin kriter belirtilmemiştir.

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, 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 verebilecektir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekli ile birim fiyat 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 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-2216319)

CHP Genel Başkanı Özel'e yumruklu saldırı



ANKARA (AA)- CHP Genel Başkanı Özgür Özel, TBMM Başkanvekili ve DEM Parti İstanbul Milletvekili Sırrı Süreyya Önder için Atatürk Kültür Merkezi'nde (AKM) düzenlenen anma töreninin ardından 1 kişinin yumruklu saldırısına uğradı.

Önder için düzenlenen törenin ardından AKM'den ayrılan Özel, bu sırada yanına yaklaşan bir saldırgan tarafından yumruklandı. CHP Genel Başkanı Özel, korumalar eşliğinde ve güvenlik önlemleri altında alandan ayrıldı. Polis ekiplerince gözaltına alınan şüphelinin S.T. (66) olduğu öğrenildi. Beyoğlu İlçe Emniyet Müdürlüğüne götürülen şüphelinin, buradaki işlemleri başladı.

İstanbul Cumhuriyet Başsavcılığına konuya ilişkin yapılan açıklamada, "CHP Genel Başkanı Özgür Özel'in bugün darbedilmesiyle ilgili soruşturma başlatılmış olup, eylemi gerçekleştiren şahıs yakalanarak gözaltına alınmıştır. Ayrıntılı soruşturma devam etmektedir. Gelişmelerden bilgi verilecektir." ifadeleri kullanıldı. Şüpheliyle ilgili yapılan sorgulamada, 2004 yılında Hatay'm İskenderun ilçesinde iki çocuğunu öldürmek, bir çocuğunu da yaralamaktan sabıkasının olduğu belirlendi. Şüphelinin herhangi bir siyasi parti ve örgütle bağlantısı olmadığı, ilk belirlemelere göre akıl sağlığına ilişkin de bir bulguya rastlanmadığı öğrenildi.

ERDOĞAN'DAN ÖZEL'E GEÇMİŞ OLSUN TELEFONU

Cumhurbaşkanlığı İletişim Başkanı Fahrettin Altun, Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın, yumruklu saldırıya uğrayan CHP Genel Başkanı Özgür Özel'i telefonla arayarak, geçmiş olsun dileklerini iletmiş olduğunu bildirdi. Altun, sosyal medya hesabından yaptığı açıklamada, "Cumhurbaşkanımız Sayın Recep Tayyip Erdoğan, bugün İstanbul'da çirkin bir saldırıya uğrayan CHP Genel Başkanı Sayın Özgür Özel'i telefonla arayarak geçmiş olsun temennilerini ifade etmiş, olayın tüm yönleriyle açığa çıkarılması için süreci yakından takip ettiğini belirtmişlerdir." bilgisini paylaştı.

Özel'den olay sonrası ilk açıklama

■ **HABER MERKEZİ**

YUMRUKLU saldırıya uğrayan CHP Genel Başkanı Özgür Özel, olay sonrası basın mensuplarına açıklama yaptı. Özel, bir süredir tehditler aldığını belirterek şu ifadeleri kullandı:

"Hepimiz evimizdeyken Gezi'de kepçenin önüne ilk Sırrı abi atlamıştı. Eğer Sırrı Süreyya Önder orada olmasaydı o uğurladığımız AKM yerinde AVM olacaktı. Bugün Ceren'in babasına vedasını ağlamamak için gırtlığıma tutarak dinledim. Tüm siyasetçilerin cezaevinde değil dışarda olması gereken bir süreçte böyle bir saldırı oldu. Bir süredir tehditler alıyoruz. Arayıp bu saldırıyı kınadılar. Siyaset kurumuna yapılmış bir saldırı olarak görüyorum. Arkasından ne çıkarsa çıksın, sivil siyaseti kucaklamak, birlikte çalışmak mecburiyetindeyiz. Ben bu saldırıyı siyaset kurumuna yapılmış bir saldırı olarak görüyorum. Kutuplaşmanın kimseye bir faydası yok. Hiç kimseye kırınglılık ve küskünlüğüm yok."

Etnospor Kültür Festivali 22-25 Mayıs'ta yapılacak

ANKARA (AA) - Dünya Etnospor Birliği Başkanı Bilal Erdoğan, geleneksel sporların görünürlüğünü ve yaygınlaşmasını artırmak için çalışmalarla hızla devam ettiklerini belirterek Etnospor Kültür Festivali'ni 22-25 Mayıs'ta yine İstanbul'da düzenleyeceklerini söyledi.

Türkiye Geleneksel Spor Dalları Federasyonunun Geleneksel Oyunlar Tırn'ının, 6 Şubat 2023'teki depremlerden etkilenen illere uğurlanması töreninde basın mensuplarının sorularını yanıtlayan Bilal Erdoğan, "Dünya Etnospor Birliği olarak her yıl iki büyük etkinlik düzenliyoruz, birisi Etnospor Forumu, birisi de Etnospor Kültür Festivali. Etnospor Forumu'nu bir yıl Türkiye'de yapıyoruz diğer yıl da başka bir ülkede yapıyoruz. Almatı'da, Bakü'de yapmıştık şimdi 7'incisini St. Petersburg'da yaptık. Etnospor Kültür Festivali'ni her sene İstanbul'da yapıyoruz, 22-25 Mayıs'ta yine İstanbul'da yapacağız." diye konuştu.

Türk devletleri öncülüğünde 2 yılda bir organize edilen Dünya Göçebe Oyunları'na da önem verdiklerini dile getiren Bilal Erdoğan, "Dünya Göçebe Oyunları'nın da organizasyon ortağıyız, dolayısıyla bu etkinlikler için adeta omurgasını oluşturuyor. Önümüzdeki dönemde Dünya Etnospor Birliği olarak dört yılda bir yapılacak dünyanın bütün kıtalarının daha dengeli temsiliinin merkeze alınacağı bir etnospor organizasyonu planlıyoruz. Bunun 2026 yılından sonra ilkinin olabileceğini öngörüyoruz henüz işin sistematiğini, mekanizmalarını çalışıyoruz, hangi ülkede ve ne zaman olacağı, hangi branşların olacağı, bunlar ilerleyen dönemde belli olacak. Üye ülke sayısı her geçen yıl artıyor, etkinliklerin kapsamaları işbirliklerin boyutları her geçen gün daha da güçleniyor. Rusya'da da bunlar konuşuldu, katılımcı ülkeler geleneksel sporların dünyadaki geleceğini konuştu." ifadelerini kullandı.

Dört yılda bir yapılacak bu etnospor organizasyonu ile ilgili ülkelerin spor bakanlıklarının olumlu



tepiklerini aldıklarını aktaran Erdoğan, "Ümit ediyorum ki gerçekten dünyada bütün geleneksel sporların yaşatılması ve yaygınlaşması anlamında daha merkezde yer alabilmesi, daha görünür hale getirilmesiyle ilgili bu çalışmaların sonuçlarını görmeye devam edeceğiz." dedi.

Milli okçu Mete Gazoz'un 2020'de olimpiyat, 2023'te dünya şampiyonluğuna, 2024'te de Avrupa şampiyonluğuna ulaşmasının başta okçuluk olmak üzere geleneksel sporlara ilgiyi artırdığının belirtilmesi üzerine Bilal Erdoğan, şu değerlendirmelerde bulundu:

"Organik bir şekilde bunu başarıyoruz hem gerçekten bizim olimpiç okçulukta başan düzeyi arttıkça geleneksel okçulukta da bunlar böyle bir birini destekleyerek götürüyor. Aynı şeyi güreşlerde de görüyoruz, yağlı güreşe de her yıl artan inanılmaz bir teveccüh var. Güreşte de yeniden bir çıkış tren-

dini yakalamakta olduğumuzu görüyoruz. Dolayısıyla geleneksel sporlarla olimpiç sporlar arasında aslında bir sinerjiden bahsedilebilir, bazı geleneksel spor branşları olimpiç branş olmak için lobi yapıyor, öyle çalışmalar da var. Geleneksel sporun kendi içinde de sürdürülebilir yapılar, profesyonel kurumsal yapılar kurarak geleceğe yürümesi için her yıl üstüne koyarak güzel neticeler alması için çalışmalarımıza devam ediyoruz."

Geleneksel Spor Dalları Federasyonunun depremlerden etkilenen illere gönderdiği Geleneksel Oyunlar Tırn'ının önemli bir proje olduğuna dikkati çeken Erdoğan, şöyle devam etti:

"Anadolu'da tırın gittiği bazı yerlerde çocukların bu oyunları ilk defa gördüklerini görüyoruz. Bir şekilde bu oyunları oynama fırsatı bulamamışlar, okullarının bahçesine götürdüğümüz zaman çocuklar mangala ile mas güreşiyle ilk defa tanışıyor. Ondan sonra hayatının devamında bu sporlara karşı alıcılarını açmış oluyor. O da bu işin alt yapısını güçlendirme anlamında çok güzel sonuç veriyor, inşallah tırların da sayısı artar daha çok çocuğa bu sporları, bu oyunları götürmeyi başarabiliriz."

Federasyonun tesislerinde yüzlerce çocuğun katıldığı geleneksel oyunlar şenliğini de gezen Bilal Erdoğan, sohbet ettiği çocuklarla satsal etkinliklere katıldı, hatıra fotoğrafı çekti.

Yaz spor okulunda keşfedilen atıcının hedefi dünya ve olimpiyat şampiyonluğu



KÜTAHYA (AA) - Kütahya'da Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'nün düzenlediği yaz spor okullarında atıcılık antrenörü tarafından keşfedilen, katıldığı birçok müsabaka ve şampiyonada çeşitli dereceleri elde eden milli sporcu Hatice Yel, dünya ve olimpiyat şampiyonluğu hedefliyor.

Ortaokul son sınıf öğrencisiyken yaz spor okullarına katılan ve burada atıcılık antrenörü Kübra Koçak Şahin ile tanışan Yel, antrenörünün yönlendirmesiyle antrenmanlara başladı.

Katıldığı ikinci müsabakasından milli takıma seçilen Yel, 2023'te Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü'ne de birincilikle yerleşti.

Okul ve antrenmanlarını birlikte yürüten Yel, AA muhabirine, atıcılık sporunu çok sevdiğini söyledi.

Ocak ayında Mersin'in Erdemli ilçesinde düzenlenen Havalı Silahlar Türkiye Şampiyonası'na katılan ve 10 metre havalı tüfek genç kadınlar kategorisinde yurt dışı baraj puanını geçerek sıralamada Türkiye birincisi, finalde de Türkiye ikincisi olan Yel, şunları kaydetti:

"Atıcılık sporuna merak ederek başladım. Antrenörümle tanıştıktan sonra onunla çalışmalara başladık. Milli takıma seçildikten sonra da hem bireysel hem de takım olarak birçok dünya ve Avrupa dereceleri elde ettik. Aynı zamanda Türkiye şampiyonluğu ve final rekortmenliği derecem de bulunuyor."

Hedeflerine ilişkin değerlendirmede bulunan milli sporcu, "Hedefimden mayıs ayında Almanya'da düzenlenecek Dünya Kupası Şampiyonası'nda şampiyon olmak. Yine ABD'nin Los Angeles

kentinde 2028'de düzenlenecek Yaz Olimpiyatları katılıp, orada derece almak istiyorum. Ardından da dünya ve Avrupa şampiyonlukları var. Oralarda da ülkeme madalya kazandırmayı hedefliyorum." diye konuştu.

YUSUF DİKEÇ MOTİVASYONUNU ARTIRDI
Hatice Yel, Paris 2024 Olimpiyat Oyunları'nda takım arkadaşı Şevval İlayda Tarhan ile Türkiye'ye 10 metre havalı tabanca karışık takım mücadelesinde gümüş madalya kazandıran Yusuf Dikeç'in spor yaşantısında motivasyonunu artırdığının altını çizdi.

Dikeç'i örnek aldığını ifade eden Yel, "Yusuf Dikeç, hem branşımızın önünü açtı hem de motivasyonumuzu artırdı. Biz de aynı şekilde dereceleri almak istiyoruz. Bunun için de çalışıyoruz." diye konuştu.

Yel'in antrenörü Kübra Koçak Şahin de sporcusunun atıcılıkta yetenekli ve istekli olduğuna değinerek, "Müsabakalara çok ciddi şekilde hazırlanıyoruz. Antrenmanlarımız da en iyi performansı sağlayabilecek şekilde yapıyoruz. Hedefimiz, olimpiyatlar. Biz de ülkemizi en iyi şekilde temsil etmek, bayrağımızı dalgalandırmak istiyoruz." ifadelerini kullandı.

Kütahya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü Bülent Küçük de Kütahya'da sporculara her türlü desteği vermeye devam edeceklerini vurguladı.

Tebriz Traktör, şampiyonluğunu ilan etti



İSTANBUL(AA) - İran'da Türklerin en büyük ve en fazla taraftarı olan takımı Tebriz Traktör, İran 1. Futbol Ligi'nde (Pers Gulf Pro Lig) bitime 2 hafta şampiyonluğunu garantiledi. Tebriz ekibi, ligin 28. haftasında Kazvin temsilcisi Shams Azar'a konuk oldu. Hirvat teknik adam

Dragan Skocic'in çalıştırdığı Traktör, sahadan 4-0 galip ayrılarak puanını 64 puana yükseltti. Traktör, en yakın takipçisi Sepehan'ın sahasında Gol Gohar'a 2-1 kaybetmesiyle bitime 2 hafta kala şampiyonluğu garantiledi. Tebriz Traktör, tarihinde ilk kez Pers Gulf Pro Lig'de şampiyonluğa ulaştı.

İHALE İPTAL İLANI KARAYOLU İŞLERİ YAPTIRILACAKTIR YENİMAHALLE BELEDİYESİ FEN İŞLERİ MÜDÜRLÜĞÜ

KARAYOLU İŞLERİ YAPTIRILACAKTIR ihalesi, 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 16 ncı maddesine göre iptal edilmiştir.

İhale Kayıt Numarası: 2025/541831

1- İdarenin

a) Adresi: İstanbul Yolu 8. Km. Macunköy Girişi 204. Cadde No:16 06374

YENİMAHALLE/ANKARA

b) Telefon ve faks numarası: 3123973606 - 3123976546

c) Elektronik posta adresi: fenisleri@yenimahalle.bel.tr

2-İptal edilen ihalenin ilanının yayımlandığı

a) Kamu İhale Bülteninin tarih ve sayısı: 16.04.2025 - 5346

b) Gazetenin adı ve tarihi (yayımlanmış ise): SONSÖZ ve gazeteilksayfa.com (WEB) - 16.04.2025

3- İhale İptal Tarihi: 30.04.2025

4- İptal nedeni veya nedenleri: İhale İlanı ile İlgili Eksiklik veya Hatalardan Dolayı

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de (Basın-2217408)

GÖRÜNTÜLEME SİSTEMİ SATIN ALINACAKTIR ACİL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ SAĞLIK BAKANLIĞI BAKAN YARDIMCILIKLARI

2025 Yılı Sağlık Afet Koordinasyon Merkezi (SAKOM) Birimi Görüntüleme Sistemi Alımı 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: 2025/603399

1-İdarenin

a) Adı: ACİL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ SAĞLIK BAKANLIĞI BAKAN YARDIMCILIKLARI

b) Adresi: Üniveristeler mah. Dumlupınar Bulvarı 6001. cad. No:9 Kat;4 06434 Bilkent

ÇANKAYA/ANKARA

c) Telefon ve faks numarası: 3125851342 - 3124343585

ç) İhale dokümanının görülebileceği ve e-imza kullanılarak indirilebileceği

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

2-İhale konusu mal alımın

a) Adı: 2025 Yılı Sağlık Afet Koordinasyon Merkezi (SAKOM) Birimi Görüntüleme Sistemi Alımı

b) Niteliği, türü ve miktarı: Led Panel Video Görüntüleme Sistemli 1 Adet 75' Dokunmatik Ekran 2 Adet

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

c) Yapılacağı/teslim edileceği yer: Acil Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü Giriş Kat SAKOM BİRİMİ/ Üniversiteler Mahallesi Şehit Mehmet Bayraktar Caddesi No:3

Çankaya/Ankara

ç) Süresi/teslim tarihi: Ürün/ürünler sözleşme imzalandıktan sonra en geç 60 takvim

günü içinde teslim edilecektir.

d) İşe başlama tarihi: Sözleşmenin imzalandığı tarih işe başlama tarihidir.

3-İhalenin

a) İhale (son teklif verme) tarih ve saati: 28.05.2025 - 11:30

b) İhale komisyonunun toplantı yeri (e-tekliflerin açılacağı adres): Acil Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü 1. kat Üniversiteler Mahallesi Şehit Mehmet Bayraktar Caddesi No:3

Çankaya/Ankara

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.

4.1.2. 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 belirlenmiştir.

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

4.3.1. Satış sonrası servis, bakım ve onarıma ilişkin belgeler:

Garanti Belgesi

4.3.2.

4.3.2.1. Standartla ilişkin belgelere ait bilgiler:

ISO Belgesi

4.3.3. Tedarik edilecek malların katalogları, broşürleri, fotoğraflarına ilişkin bilgiler ile teknik şartnameye cevapları ve açıklamaları:

Broşür

Katalog

Teknik Şartnameye Cevaplar ve Açıklamalar

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

6. İhale yerli ve yabancı tüm isteklilere açık olup yerli malı teklif eden istekliye ihalenin DOKUNMATİK EKRAN kısmında %15(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, kısmi teklif verilebilir.

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 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-2217022)



“Atatürk Orman Çiftliği’ni korumak, Cumhuriyet’i korumaktır”

ZİRAAT MÜHENDİSLERİ ODASI BAŞKANI BAKİ REMZİ SUIÇMEZ, KURULUŞUNUN 100. YILI DOLAYISIYLA ATATÜRK ORMAN ÇİFTLİĞİ’NİN YALNIZCA BİR TARIM ALANI DEĞİL, CUMHURİYET’İN BİLİMSEL TARIM, EĞİTİM, PLANLI KENTLEŞME VE KALKINMA VİZYONUNUN SİMGESİ OLDUĞUNU VURGULADI. “ATATÜRK ORMAN ÇİFTLİĞİNİ KORUMAK, CUMHURİYET’İ KORUMAKTIR” DEDİ.

ATATÜRK Orman Çiftliği’nin (AOÇ) kuruluşunun 100. yılı dolayısıyla açıklama yapan TMMOB Ziraat Mühendisleri Odası Başkanı Baki Remzi Suiçmez, çiftliğin yalnızca bir tarım mirası değil, aynı zamanda Cumhuriyet’in modernleşme ve kalkınma ideallerinin somut bir ürünü olduğunu belirtti.



GONCA GÜLLÜ KONAŞ

Suiçmez, “Atatürk Orman Çiftliği’ni korumak; Atatürk ilke ve devrimlerini, hukuk devletini ve Cumhuriyet’i korumaktır.” dedi. AOÇ’nin zamanla büyük ölçüde küçüldüğünü, tarımsal, eğitsel ve kamusal işlevlerinin zedelendiğini belirten Suiçmez, çiftliğin yeniden tarım üssü olarak değerlendirilmesi gerektiğini vurguladı.

“ATATÜRK, ÇİFTLİĞİ KENDİ BİRİKİMİYLE SATIN ALDI”

Suiçmez, çiftliğin kuruluş tarihine dikkat çekerek, “5 Mayıs 2025 tarihi Atatürk Orman Çiftliği’nin kuruluşunun yüzüncü yıl dönüm tarihi. 5 Mayıs 1925 tarihinde ulusal önderimiz Mustafa Kemal Atatürk tarafından kendi birikimleriyle satın alınan ve üzerinde çiftlik kurulan araziler, Atatürk’ün vasiyeti sonucu 11 Haziran 1937 yılında hazineye bağışlandı.” dedi.

“CUMHURİYET, TARIMI BİLİMLE BULUŞTURDU”

Cumhuriyet’in tarıma ve kalkınmaya yaklaşımını anlatan Suiçmez, “Osmanlı’dan il-

kel bir tarımsal yapı devralan Türkiye Cumhuriyeti, bir yandan ekonomide kendi kendine yeterli olmayı, diğer yandan da Türk tarımını modernleştirmeyi ve tarıma dayalı sanayiye geliştirmeyi hedefledi. Bu hedef doğrultusunda çağdaş kentleşmeyi sağlamak için bir dizi politika yaşama geçirildi. Bu kapsamda Atatürk Orman Çiftliği, Cumhuriyet’in tarıma, eğitime ve kentleşmeye yönelik planlama bakış açısının somut bir örneğidir.” ifadelerini kullandı.

AOÇ’nin kuruluş amaçlarına da değinen Suiçmez, “Tarımı bilimle buluşturmak, Ankaralı’yı güzel bir mekâna kavuşturmak temel amaçlardan biriydi.” diye konuştu.

“AOÇ ARAZİLERİNİN YÜZDE 70’İ KAYBEDİLDİ”

Atatürk’ün vasiyetinde yer alan Ankara dışındaki arazilerle birlikte AOÇ’nin toplam büyüklüğünün 154 bin 729 dekar olduğunu dikkat çeken Suiçmez, bu alanın büyük ölçüde daraldığını söyledi: “AOÇ arazisinin 102 bin dekar olduğu kayıtlarda var. Ancak gerek kamu kuruluşlarının, gerekse özel sektörün müdahaleleriyle ve özellikle 1950’li yıllardaki gecekondulaşma, traktörleşme ve göç süreçleriyle çiftliğin arazisi küçüldü. Gazi Mahallesi’nden Türk Traktör ve Şeker Fabrikası’na kadar birçok kamu ve özel yapı kuruldu. Devlet Denetleme Kurulu’nun 1989 raporuna göre AOÇ arazisi 33 bin dekar civarına geriledi. 2000’li yıllarda ise bu rakam daha da düştü. Bugün

Atatürk Orman Çiftliği’nin yaklaşık yüzde 70’ini maalesef kaybettik.”

“ZİRAAT EĞİTİMİNİN TEMEL TAŞIYDI”

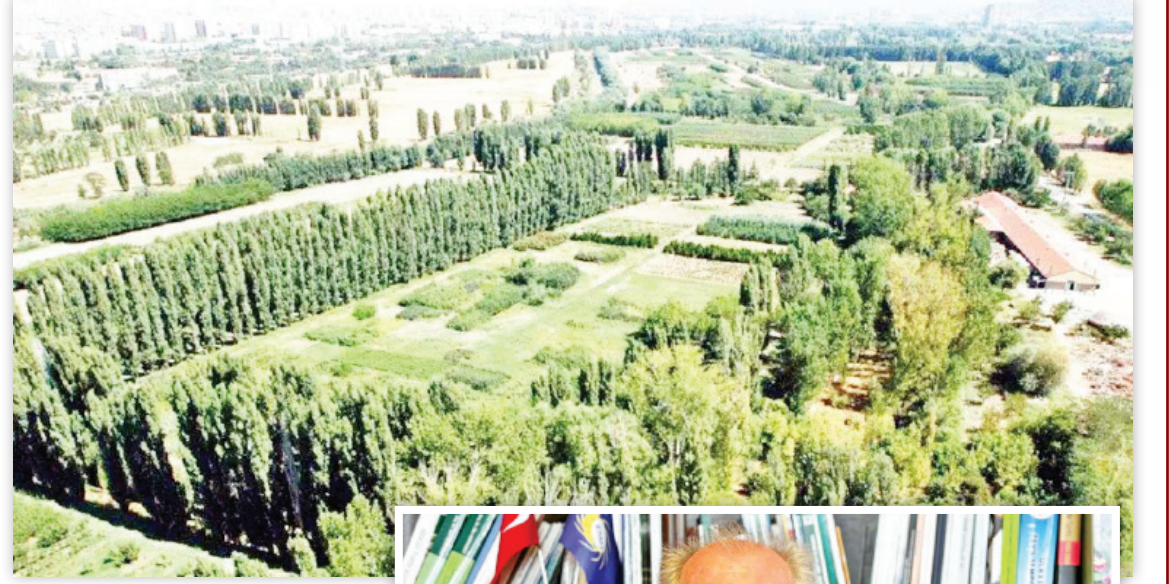
AOÇ’nin yalnızca bir tarım alanı değil, aynı zamanda eğitim merkezi olduğunu vurgulayan Suiçmez, “Atatürk Orman Çiftliği, o dönemde ziraat eğitimini yeniden yapılandıran Yüksek Ziraat Enstitüsü’nün uygulama alanıydı. Öğrenciler burada staj yapıyor, ardından fakülte eğitimini tamamlıyordu. Bu enstitü daha sonra ülkemizin kurucu fakültelerinden biri olan Ankara Üniversitesi Ziraat Fakültesi’ne dönüştü.” dedi.

“SANAYİLEŞMEYE VE KOOPERATİFÇİLİĞE ÖNCÜLÜK ETTİ”

AOÇ’nin çevre ilçelerdeki çiftçiler için bir kooperatifçilik modeli sunduğunu da ifade eden Suiçmez, “Kooperatif ürünlerini AOÇ üzerinden değerlendirme anlamında önemli bir modeldi. Ayrıca süt, meyve suyu ve şarap fabrikalarıyla tarıma dayalı sanayileşmeye öncülük etti. Ancak 2000’li yıllardan sonra ideolojik yaklaşımlar nedeniyle şarap fabrikası kapatıldı, süt fabrikasının durumu ise belirsiz. Elimizde kala kala maalesef sadece AOÇ dondurması kaldı” diye konuştu.

“ATATÜRK ORMAN ÇİFTLİĞİ, KENTSEL TARIMIN ÖNCÜSÜDÜR”

Pandemi, savaş ve deprem gibi krizlerin tedarik zincirlerini kırıdığı bir dönemde kent-



sel tarımın önem kazandığını belirten Suiçmez, “Eğer dünya ve Türkiye bugün kentsel tarımı konuşuyorsa, yüz yıl öncesinden en iyi örneklerden biri Atatürk Orman Çiftliği’dir. Ankara’nın en çukur yerinde kentsel tarım alanı kadar, kentsel nefes alınabilecek çok geniş bir yeşil alan bırakılması, nasıl bir öngörü olduğunun göstergesidir. Ama biz Atatürk’ün bu mirasını koruyamadık.” dedi.

“ANKAPARK, AOÇ’NİN BAĞRINA SAPLANAN HANÇERDİR”

AOÇ arazilerinin zamanla parçalanarak yok edildiğini belirten Suiçmez, “Atatürk Orman Çiftliği’ni hayvanat bahçesiyle hatırlardık. Hayvanat bahçesi yok artık. Yerine milyarlarca liranın gömüldüğü Ankapark kuruldu. Ankapark, Atatürk Orman Çiftliği’nin içinde bir hançerdir. Ankapark’ı kuranların mutlaka yargılanması gerekir.” ifadelerini kullandı.

“SARAY, VASİYETE AYKIRIDIR”

Atatürk Orman Çiftliği’nin aynı zamanda bir yönetim modeli olduğunu dile getiren Suiçmez, “Cumhurbaşkanlarının Çankaya Köşkü’nde ülkeyi yönettiği ortamda bugün AOÇ arazisi üzerine inşa edilmiş bir saray yerleşkesi bulunuyor. Mekanı TMMOB’a bağlı odalar olarak defalarca yargıya taşındık. Mimarlar, şehir plancıları, çevre mühendisleri, harita ve



Baki Remzi SUIÇMEZ
TMMOB Ziraat Mühendisleri Odası Başkanı

kadastro mühendisleriyle birlikte hukuki mücadelemizi sürdürüyoruz.” dedi.

“AOÇ’YI TARIM ÜSSÜNE DÖNÜŞTÜRMELİYİZ”

Suiçmez, mevcut Atatürk Orman Çiftliği arazilerinin tarım üssü olarak yeniden planlanabileceğini belirterek, “Tarım yapılabilir mi? Evet. Ülkeyi yönetenlerin bakış açısı değişirse, mevcut araziler çağdaş tarıma yönelik projelerle değerlendirilebilir. Çevredeki ovalar ve ilçelerdeki çiftçilerle modern tarım uygulamaları geliştirilebilir. AOÇ’yi korumak bize göre Cumhuriyet’i korumaktır.” diye konuştu.

“BEŞTEPE MİLLET BAHÇESİ ADI, MİRASI SİLME GİRİŞİMİDİR”

“Adı üstünde Atatürk Orman Çiftliği’nin, bugün Beştepe Millet Bahçesi gibi isimlerle silinmeye çalışıldığı bir ortadayız” diyen Suiçmez, çiftliğin vasiyetine uygun planlanması-

nın bir zorunluluk olduğunu belirtti: “AOÇ mutlaka korunmalı, geliştirilmelidir. Bu, Atatürk ilke ve devrimlerini yaşama geçirmek açısından da büyük önem taşır.”

“İLKELERİNİ NASIL KORUYACAĞIZ?”

Sözlerini Uğur Mumcu’nun bir sözyle tamamlayan Suiçmez, “İlkelere kadar inme ne gerek var? Daha bizler Atatürk’ün çiftliğini bile koruyamamışız. İlkelerini nasıl koruyacağız?” dedi.

TMMOB Ziraat Mühendisleri Odası olarak çiftliğin korunması mücadelesine devam edeceklerini belirten Suiçmez, “Odamız 70. yılını kutlarken, Atatürk Orman Çiftliği’nin 100. yılında ve sonrasında korunması, geliştirilmesi mücadelesinde hukuksal, toplumsal ve siyasal her türlü katkıyı vererek bu önemli mirasın gelecek kuşaklara ulaştırılmasını sağlayacağız. AOÇ’yi hep birlikte korumak hepimizin görevidir.” dedi.



Tahıl sektörünün paydaşları Ankara’da bir araya gelecek

“10. Uluslararası 2025 Hasadına Doğru Türkiye ve Dünyada Tahıl Konferansı”, 8-9 Mayıs tarihlerinde Ankara’da yapılacaktır.



ANKARA (AA)- Hububat Tedarikçileri Derneğince (HUBUDER) düzenlenen “10. Uluslararası 2025 Hasadına Doğru Türkiye ve Dünyada Tahıl Konferansı” 8-9 Mayıs’ta, Ankara’da gerçekleştirilecek.

Demekten yapılan açıklamaya göre konferans, Türkiye’nin ve dünyanın önde gelen tahıl ticareti temsilcilerini, uzmanlarını ve karar vericilerini bir araya getirecek.

Konferansta, uluslararası tahıl piyasalarında güncel durum, 2025 yılı üretim tahminleri, hasat öncesinde yurt içi tahıl piyasalarında beklentiler, Türkiye ve Küresel ekonomideki son gelişmeler, Türkiye’de üretim planlaması, sözleşmeli üretim ve destekleme politikaları gibi konular ele alınacak.

Yurt içinden ve dışından sektör profesyonelleri, akademisyenler ve karar vericilerin, en güncel veriler ve saha analizleri eşliğinde tahıl piyasalarına dair görüşlerini paylaşacağı konferansla tahıl üretimi ve ticareti, un ve yem sanayi-

si konularında sektöre ışık tutacak stratejilerin geliştirilmesine katkı sağlanması hedefleniyor.

Konferansla ilgili ayrıntılara “https://www.hubuder.org.tr/” adresinden ulaşılabilir.

