

“Çalışanların hakkının yenilmesine asla rıza göstermeyiz”

MARDİN (AA)- Mardin’de ‘Ulusal Adil Geçiş Stratejisi ve Eylem Planı Toplantısı’na katılan Adalet Bakanı Akın Gürlek, “Yakından takip ettiğim hususlardan biri de çalışan emekçilerimizin mağdur olmaması için kanunlarımızla sağlanan güvencelerin uygulamaya yansımasıdır. Bu güvenceler, mahkemelerimizin kanunlar çerçevesinde yürüttüğü yargılama faaliyetlerinde somut olarak karşılık bulunmaktadır. Hatta bu konuda işverenlerden, davaların sonuçlarına ilişkin olarak, ‘Çalışan kesime ayrımcılık yapıyorsunuz’ şeklinde eleştiriler bile alıyoruz” şeklinde konuştu. >> HABERİ 6. SAYFADA

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

Gazililer 100.yaşında ATA’nın huzurunda



CUMHURİYETİMİZİN kurucusu Büyük Önder Mustafa Kemal Atatürk’ün öngörüsüyle, Anadolu’nun yoksul çocuklarını öğretmen olarak yetiştirmek ve ülkemizi aydınlatmak amacıyla kurulan Gazi Eğitim Enstitüsü’nün kuruluşunun 100. yılı kutlanıyor. >> HABERİ 4. SAYFADA



M. UMUT KARAKÜLAH

SONSÖZ

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.

7 KASIM 2026 CUMARTESİ
Yıl: 51 - Sayı: 17796 • Fiyatı: 7 TL
www.sonsoz.com.tr



Terörsüz Türkiye’yi eninde sonunda başaracağız

MALATYA (AA)- Türkiye Büyük Millet Meclisi (TBMM) Başkanı Numan Kurtulmuş, Terörsüz Türkiye süreci konusunda, “Cumhuriyet tarihimizin en ağır meselesi buydu, ikinci asrının da en önemli projesi bu olacaktır. Eninde sonunda başaracağız.” dedi. >> HABERİ 5. SAYFADA



2006’nın 9 ayında 49 milyon 132 bin ziyaretçi ağırladık

ANKARA (AA)- Kültür ve Turizm Bakanı Mehmet Nuri Ersoy, Türkiye’ye bu yılın Ocak-Eylül döneminde 49 milyon 132 bin ziyaretçi geldiğini belirtti. TBMM Plan ve Bütçe Komisyonunda, Kültür ve Turizm Bakanlığının 2027 yılı bütçesinin görüşmelerine başlandı. >> SAYFA 6

“Oruç Reis sismik gemimiz şu anda Pakistan açıklarına doğru yolda”



İSTANBUL (AA)- Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar, İstanbul Finans Merkezi’ndeki Enerji Piyasaları İşletme AŞ’de uluslararası basın kuruluşları ve yabancı dilde yayın yapan medya organlarının temsilcileriyle bir araya geldi. >> SAYFA 5’te

‘Girişimcilik ve İnsan Odaklı Liderlik’ JCI Ankara, organizasyonuyla başkentte masaya yatırıldı:

Güven, İş Birliği ve İnsan Odaklı Liderlik





SONSÖZ GAZETESİ ÖZEL HABER

SÜMER TAŞKIRAN

JCI ANKARA’NIN ULUSAL VE ULUSLARARASI ÇALIŞMALARI ANLATILDI

GENÇ Liderler ve Girişimciler Derneği (JCI) Ankara Şubesi, gençlerin liderlik ve girişimcilik yetkinliklerini geliştirmeye yönelik çalışmalarını sürdürüyor. “Değişen dünyaya liderler yetiştiriyoruz” vizyonuyla faaliyet gösteren JCI Ankara, ekim ayı kapsamında gerçekleştirdiği “Her Ay Bir Arada” buluşmasında uluslararası fırsatlardan takım yönetimine, yetenek gelişiminden kurum kültürüne kadar birçok önemli konuyu gündeme taşıdı.

ANKARA Garaj X TEKMER’de düzenlenen etkinlik, JCI Ankara Başkanı Dr. Begüm Erikçi ve Asbaşkanı Av. Berkay Akan’ın açılış konuşmaları ve derneğin 2026 yılı faaliyetlerine ilişkin değerlendirmeleriyle başladı. Açılış bölümünde JCI Ankara’nın yıl boyunca gerçekleştirdiği çalışmalar katılımcılarla paylaşıldı. JCI Berlin ile Almanya’da düzenlenen 30. Yıl Twinning Kutlaması, Girişimcilik ve Liderlik Zirvesi (GLZ’26), JCI Türkiye Güz Zirvesi ve Cumhuriyetimizin 103. Yıl Balosu, öne çıkan organizasyonlar arasında yer aldı. >> HABERİ 8’de

Keçiören ile Haymana arasında kardeş belediye protokolü imzalandı

■ HABER MERKEZİ

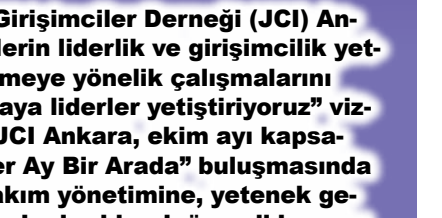
KEÇİÖREN Belediyesi ile Haymana Belediyesi arasında kültürel, sosyal ve kurumsal iş birliğini geliştirmek amacıyla kardeş belediye protokolü imzalandı. >> HABERİ 3. SAYFADA

COP31 için 27 bin 957 personel görevlendirildi

Ankara’dan 10 kadın kooperatifi Almanya’daki programa katılıyor



ANKARA (AA)- Ankara’nın farklı ilçelerinde faaliyet gösteren 10 kadın kooperatifi, Bridge4Future Erasmus+ Projesi kapsamında Almanya’da düzenlenen uluslararası programa katılıyor. >> HABERİ 3. SAYFADA



Yüzde 50 hibeli 15 bin tonluk mısır silajı kırsaldaki yetiştiriciye can suyu oluyor

■ HABER MERKEZİ

ANKARA Büyükşehir Belediyesi, Kalecikli 31 üreticinin 4 bin dekarlık arazide yetiştirdiği mısırlardan elde edilen silajları Başkentli yetiştiricilere ulaştırmaya başladı. >> HABERİ 3’te



İrem EKEN

Sayfa 6’da



Cengiz ÖZER

Sayfa 2’de

“Her ince ses bir bozukluk değildir”



SONSÖZ GAZETESİ ÖZEL HABER

GONCAGÜL KONAŞ

ERGENLİK döneminde yaşanan hormonal ve anatomik değişimlerle birlikte sesin de değişmesi beklenirken bazı bireylerde konuşma sesi yetişkinlik döneminde de tiz kalabiliyor. Mutasyonel falsetto (puberfoni) olarak adlandırılan bu durumun değerlendirilmesinde sesin yalnızca ince olmasının yeterli olmadığını belirten Dil ve Konuşma Terapisti Seray Çelik, tanı sürecinden ses terapisine, sosyal yaşama etkilerinden ailelerin yaklaşımına kadar merak edilen konulara ilişkin açıklamalarda bulundu. >> HABERİ 8. SAYFADA



Burs ve öğrenim kredisi başvuru sonuçları açıklandı

ANKARA (DHA)- Gençlik ve Spor Bakanı Osman Aşkın Bak, 2026-20207 eğitim öğretim dönemi burs ve öğrenim kredisi başvuru sonuçlarının açıklandığını duyurdu. >> HABERİ 3. SAYFADA



Volkan ÖZTUNA

Sayfa 5’te



Burçin GÜLBENK

Sayfa 4’te

Karagöl Tabiat Parkı sonbahar renkleriyle ziyaretçilerini ağırlıyor



ANKARA (AA)- Çubuk Karagöl Tabiat Parkı, sonbaharın son günlerinde sarı, kırmızı ve kahverenginin farklı tonlarına bürünen doğasıyla ziyaretçilerin ilgisini çekiyor. >> S.3

GEÇMİŞTEN GELECEĞE



Cengiz ÖZER
(E. Basın Müşaviri)

‘Hz. Yusuf’ Dizi Filmi ve Düşündürdükleri

Dinsel konuları, siyaset ve ticaret malzemesi yapan hiç bir oluşumun içerisinde bulunmadım ve bundan sonra da bulunmayacağım; ancak, İbrahimi dinlerin taraflarının, binlerce yıldan beri birbirlerine düşmanlık beslemelerinin ve halen çatışmaların ve savaşların içerisinde sürükleniyor olmalarının nedelerini hep aradım ve aramaya, sorgulamaya devam edeceğim. Bu yüzden dinsel yapılanmaların ve oluşumların tarihsel süreçlerini anlatan mitolojileri, efsaneleri, kitapları, filmleri ve dizileri mümkün olduğu kadar izlmeye gayret ediyorum.

Kanal 7 televizyonunda her yıl olduğu gibi bu yıl da tekrarlanan, akşamları saat ondan sonra ekrana getirilen ve yaklaşık bir ay kadar süren Hz. Yusuf dizisini, bu yıl da baştan sona eksiksiz izlemeye çalıştım. Yıllardır tekrar tekrar izlediğim Hz. Yusuf dizisi, son yıllarda içerisinden geçtiğimiz olağanüstü gelişmelerden kaynaklanıyor olmalı ki, bu kez çok daha fazla dikkatimi çekti, kafamı karıştırdı.

İlk gençlik yıllarımda Leyla ile Mecnun, Kerem ile Aslı, Ferhat ile Şirin, Arzu ile Kamber gibi bir çok aşk masalının kitaplarını okumuş, bazılarının filmlerini izlemiştim, Yusuf ile Züleyha’nın ise sadece adını duymuştum. Önceleri onun da diğerleri gibi sadece bir aşk masalı olduğunu sanıyordum; Hz. Yusuf dizisini izlerken, mucizelerle dolu büyük bir aşk serüveni içerisinde semavi dinleri, onların peygamberlerinin zorluklar içerisinde geçen yaşamlarını, aynı dönemlerde Firavunların ülkesi Mısır’da hüküm süren olağanüstü ihtişamlı uygarlığı, kültürel yaşamı izlerken, şaşkınlık yaşıyorum. Elbette yazılan kitaplar, çekilen filmler ve diziler, her ne kadar somut belgelere ve bilgilere dayanmasa, efsanevi olsa da kulaktan kulağa aktarılarak günümüze kadar ulaşan bir takım gerçekleri de yansıtmaktadır;

Tek tanrılı semavi dinlerin tebliğcisi olan Hz. İbrahim, günümüzden 4000 yıl kadar önce Urfa yöresinde yaşamış; zalim Kral Nemrut’un ateşe atıp yakmak istemesi üzerine eşi Sare Hanımı ve kardişinin oğlu Lut Peygamber’i yanına alarak, Mısır’a gitmiş. Sare Hanım’dan çocuğu olmayan Hz. İbrahim’e, Mısır Firavunu Hacer adında bir cariye hediye etmiş, Hacer’den ilk oğlu İsmail dünyaya gelmiş, daha sonra da Sare’den bir oğlu olmuş, onun adını da İshak koymuş. Bu konularla ilgilenenlerin bileceği gibi, Sina Çölü’nde bir kavim kuran Lut Peygamber, Sodom ve Gomore efsanesi ile hatırlanır; kavminin insanlık dışı kötü alışkanlıklara sürüklenmesi üzerine Allah tarafından gökten ateşler yağdırıldığı, Lut Kavminin helak edildiği anlatılır.

Hz. Yusuf ise, bugünkü Filistin’de Kenan Diyarı olarak bilinen bölgede Hz. İbrahim’in ikinci oğlu İshak’ın torunu Yakup Peygamber’in altı karısından sonuncusunun ilk çocuğu olarak dünyaya gelmiş, çocuk yaşlarda annesini kaybetmiş, küçük kardeşi Bünyamin ve Hz. Yakup’un diğer karılarından olan 11 kardeşi ile birlikte büyümeye başlamış; çocuk yaşlarda gösterdiği mucizevi davranışlarından kıskançlık duyan diğer kardeşleri tarafından, kırsalda sürülerini otlatırlarken öldürülmek istenmiş, bir kuyuya atılmış.

Mısır’a gitmekte olan bir ticaret kervanı tarafından kuyudan çıkarılan Hz. Yusuf, Mısır’da esir pazarında Firavun’un baş danışmanı Potifar tarafından satın alınmış, ilerleyen süreçte Potifar’ın eşi Mısır’ın en güzel kadını Züleyha, Yusuf’a aşık olmuş... Tüm masalı anlatacak değilim, ancak Yusuf gösterdiği bazı mucizevi yetenekleri ile Mısır Kralı Firavun’un baş danışmanlığına, Mısır Azizi makamına kadar yükselmiş.

Dizide en çok kafamı karıştıran, günümüzden 4000 yıl kadar önce Firavunların ülkesi Mısır’da putlara tapınan insanlar, görkemli saraylarında ihtişamlı yaşamlarını sürerlerken, bugün bile yapılması imkansız gibi görülen Piramitleri inşa ederlerken, yeri ve göğü, her şeyi yarattığına inanılan Allah’ı tanıyıp, O’na tapınan, ibadetler ve dualar eden Hz. İbrahim’in soyundan gelenler, neden Kenan Diyarı’nda son derece ilkel yerleşimlerde, yoksul bir yaşam sürdürüyorlardı?

Dizinin başından sonuna kadar tekrar tekrar Kenan Diyarı’ndaki Yakup Peygamber’in sefil yaşamı gösteriliyor, taş ya da kerpiçten yapılmış tek katlı barakalarda son derece ilkel ve yoksul bir yaşam sürüyorlar. Aynı dönemlerde Mısır’da, Hindistan’da, Çin’de, hatta Amerika Kıtası’nda Mayalar, Astekler, İnkalar gibi uygarlıkların çoğu, halen günümüze kadar devasa kalıntılarını koruyorlar; oysa İbrahimi dinlerde ayakta kalan en küçük bir esere rastlanmıyor.

Sosyal medyada yaptığım araştırmalara göre Hz. Yusuf dizi filmi, bugün şeriat sistemine dayalı İran İslam Cumhuriyeti’nde, İranlı yapımcılar tarafından oluşturulan platolarda, çok büyük harcamalarla gerçekleştirilmiş. Filmin ana teması, İslam Dini’ne hizmet etmek, tarihin derinliklerinden gelen ve Hz. Muhammed’e kadar uzanan ilahi efsaneleri, günümüze aktarmak...

Dizide Yakup Peygamber, Kenan diyarındaki yoksul barakasında torunlarına din dersleri veriyor, kendisinden ve Hz. Yusuf’dan sonra da çok sayıda peygamberlerin geleceğini anlatıyor, en sonunda Ahmet adı ile bir Peygamberin dünyaya geleceğini ve tüm dünyayı İslamın nuru ile aydınlatacağını anlatıyor, efsaneye göre Hz. Muhammed’i ve İslam Dini’ni binlerce yıl öncesinden müjdeliyor.

Aradan 4000 yıla yakın zaman geçmiş, Hz. İbrahim’in oğulları İshak’ın soyu İsrailoğulları ile İsmail’in soyundan gelen İslam Dini mensubu Arap toplumları, halen emirler, sultanlar, krallar, diktatörler tarafından yönetiliyorlar ve bu muktedirler, saltanatlarını sürdürebilmek uğruna binlerce yıldan beri olduğu gibi günümüzde de toplumları birbirleri ile çatıştırıyor, savaştırıyor, birbirlerine kırdırıyorlar.

Bu ülkeler, siyasal yapılarını otokratik sistemlerden kurtarmadan huzura kavuşabilirler mi?

Çenede eklem problemleri kulakları da etkiliyor!

■ HABER MERKEZİ



UZMANLAR, yemek yerken çeneden gelen tıkırtı sesleri, ağrı ve kulak tıkanıklığı hissinin çene eklemi sorunlarının habercisi olabileceğini söylüyor.

Temporomandibular eklem disfonksiyonunun kulakta ağrı şeklinde hissedilebildiğini ifade eden Kulak, Burun, Boğaz Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi K. Ali Rahimi, “Çiğneme hareketi ince bir kıkırdak üzerinden gerçekleşir. Tek taraflı çiğneme nedeniyle bu kıkırdak ezilebilir, bunun sonucunda ağrı ve ödem oluşabilir.” dedi. Şikâyetlerin değerlendirilmesinde kulak burun boğaz muayenesinin önemine dikkat çeken Dr. Öğr. Üyesi Rahimi, tedavi sürecinde dişlerin iki taraflı ve dengeli çiğnemeye uygun hale getirilmesi gerektiğini vurguladı.

Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Hastanesi Kulak, Burun, Boğaz Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi K. Ali Rahimi, çene eklemi sorunlarının kulak ağrısı ve tıkanıklık hissine nasıl yol açabileceği hakkında açıklamalarda bulundu.

ÇENE EKLEMİNDEKİ SORUNLAR KULAK AĞRISI VE TIKANIKLIK HİSSİNE NEDEN OLABİLİYOR!

Yemek yerken çeneden ses gelmesi ve bu sesin ardından ağrı oluşmasının çene eklemiyle ilgili sorunlara işaret edebileceğini ifade eden Dr. Öğr. Üyesi K. Ali Rahimi, “Bu şikâyetler bazen kulak ağrısı şeklinde de hissedilebilir.” dedi.

Temporomandibular eklem disfonksiyonunun kulakta ağrı ve tıkanıklık hissine neden olabildiğini aktaran Dr. Öğr. Üyesi Rahimi, özellikle tek taraflı çiğneme alışkanlığının çene eklemine zarar verebildiğini dile getirdi.

ÇENE EKLEMİ OLDUKÇA KOMPLİKE BİR YAPIYA SAHİP

Dış kulak yolunun çevresinin kulak kemikleriyle oluştuğunu, ancak ön tarafta kulak kemiği yerine çene ekleminin bulunduğunu hatırlatan Dr. Öğr. Üyesi Rahimi, “Çene eklemi sıradan bir kapı menteşesi gibi yalnızca açılıp kapanan bir yapı değil, oldukça komplike bir mekanizmaya sahip.” dedi.

Çene ekleminin yemekleri parçalamak için oldukça yüksek bir kuvvet uyguladığına değinen Dr. Öğr. Üyesi Rahimi, şunları söyledi:



Dr. Öğr. Üyesi K. Ali RAHİMİ

“Bu kuvvetin tek taraflı kullanılması durumunda diğer taraftaki temporomandibular eklem zarar görebilir.

Çiğneme hareketi ince bir kıkırdak üzerinden gerçekleşir. Tek taraflı çiğneme nedeniyle bu kıkırdak ezilebilir, bunun sonucunda ağrı ve ödem oluşabilir. Bu ağrı çoğu zaman kulak ağrısı şeklinde hissedilir. Ağrının kaynağı başka bir bölge olmasına rağmen kulakta hissedilmesine ‘yansıtıcı otalji’ denilir.”

DİŞ ÇÜRÜKLERİ, EKSİK DİŞLER VE DİŞ SIKMA ÇENE EKLEMİNE ZARAR VEREBİLİYOR!

Çene eklemiyle ilgili sorunlarda ağrı ve çene açılıp kapanırken klik sesleri duyulabildiğini ifade eden Dr. Öğr. Üyesi Rahimi, “Muayene sırasında öncelikle kulağın normal olduğunun görülmesi gerekir.” dedi.

Ardından hastanın ağzını açıp kapatması istenerek çene ekleminin kontrol edildiği bilgisini paylaşan Dr. Öğr. Üyesi Rahimi, “Eklemde hassasiyet olup olmadığı değerlendirilir. Bazı hastalarda bu hassasiyet oldukça şiddetli olabilir. Tek taraflı çiğneme alışkanlığının nedenleri arasında diş çürükleri ve eksik dişler bulunur. Gece uyurken diş sıkma ve gıcırdatma da çene eklemine zarar verebilir.” diye konuştu.

ÇENE EKLEMİ TEDAVİSİNDE İKİ TARAFLI VE DENGELİ ÇİĞNEME ÖNEMLİ!

Bu tür şikâyetleri olan kişilerin kulak burun boğaz muayenesinin ardından diş hekimine, özellikle çene cerrahisine yönlendirilebildiğini kaydeden Dr. Öğr. Üyesi Rahimi, “Tedavide yalnızca tek bir dişin yaptırılması yeterli olmaz.” dedi.

Dişlerin, iki tarafla eşit şekilde yiyecekleri çiğneyip öğütebilecek biçimde düzenlenmesi gerektiğine vurgu yapan Dr. Öğr. Üyesi Rahimi, “Bu süreçte sert yiyeceklerden uzak durulmalı. Diş sıkma ve gıcırdatma problemi olan kişilerde çene eklemine zarar verilmesini önlemek amacıyla plak kullanılabilir. Antiinflamatuar ilaç kullanımı da gündeme gelebilir. Bu ilaçlar hem ağrıyı azaltır hem de kıkırdaktaki inflamasyonu hafifletir.” açıklamasını yaptı.

SERT VE BÜYÜK YİYECEKLERDEN UZAK DURULMALI!

Çene eklemi sorunlarında beslenmenin de önem taşıdığına dikkat çeken Dr. Öğr. Üyesi K. Ali Rahimi, sözlerini şöyle tamamladı:

“İyileşme sürecinde sert yiyeceklerden, çekirdekli gıdalardan ve kuruyemişlerden uzak durulmalı. Bunun yerine yumuşak yiyecekler küçük parçalar halinde tüketilmeli. Elma gibi ağız geniş açılarak ısırılması gereken büyük yiyeceklerden de çene eklemi düzelene kadar uzak durulmalı.”

Sonbaharda kalbi tehdit eden etkenler

■ HABER MERKEZİ



SONBAHARLA birlikte soğuk hava, solunum yolu enfeksiyonları ve hava kirliliğinin yanı sıra yanlış yaşam alışkanlıkları da kalp ve damar sağlığını olumsuz etkileyebiliyor. Acıbadem Fulya Hastanesi Kardiyoloji Uzmanı Prof. Dr. Bekir Sıtkı Cebeci, “Soğuk havalarda vücut ısısını koruyabilmek için damarların daralması kan basıncını yükseltebilir ve kalbin iş yükünü artırabilir. Enfeksiyonlar, hareketsizlik ve değişen beslenme alışkanlıkları da kalp ve damar sağlığını olumsuz etkileyebilir. Özellikle koroner arter hastalığı, hipertansiyon ve kalp yetmezliği olan kişilerin sonbahar ve kış aylarında daha dikkatli olmaları gerekir. Kişisel risk faktörlerini kontrol altında tutmak ve mevsim koşullarına uygun önlemler almak kap ve damar sağlığını korumak açısından çok önemlidir” diyor. Prof. Dr. Bekir Sıtkı Cebeci, sonbaharda kalp sağlığını korumak için alınması gereken önlemleri anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu.

AĞIR EGZERSİZDEN KAÇININ

Düzenli egzersiz kalp sağlığının vazgeçilmez bir parçası ancak özellikle sabah saatlerinde soğuk havada yapılan yoğun fiziksel aktiviteler, kalbin üzerindeki yükü artırabilir. Soğuk nedeniyle damarların daralmasına yoğun eforun getirdiği kalp hızı, kan basıncı ve oksijen ihtiyacı artışı da eklendiğinde risk oluşabilir. Bu nedenle özellikle sabahları ağır egzersizden kaçınmak, ısınma hareketlerini ihmal etmemek ve hava koşullarına uygun giyinmek gerekir.

GRİBİ HAFİFE ALMAYIN

Sonbahar ve kış aylarında yaygınlaşan solunum yolu enfeksiyonları özellikle kalp ve damar hastalığı bulunan kişilerde kalp krizine dek ciddi sorunlara neden olabilir. Bu nedenle el hijyenine dikkat etmek, ortamları uygun şekilde havalandırmak, hasta kişilerle teması azaltmak ve hekimin önerdiği aşıları yaptırmak kalp sağlığı açısından da büyük önem taşır.

HAVA SOĞUK DİYE EVE KAPANMAYIN!

Hava sıcaklığının düşmesiyle açık havada geçirilen sürenin azalması, günlük hareketliliğin de gerilemesine yol açabilir. Oysa fiziksel aktiviteyi tamamen bırakmak; kilo artışı ve metabolik risklerin kötüleşmesi gibi sonuçlar doğurabilir. Kalbi korumak için hava koşullarına uyum sağlayacak şekilde giyinmeli, düzenli yürüyüş yapmalı, egzersiz seçenekleri hekimle birlikte belirlenmelidir.

YEMEKLERE TUZ EKLEMEYİN!

Özellikle kalp yetersizliği bulunan kişilerde fazla sodyum alımı, vücutta sıvı birikmesine neden olabilir, kan basıncının kontrolünü ve vücut ağırlığını olumsuz etkileyebilir. Fazla tuz tüketimi, hipertansiyon riskini de artırabilir. Bu nedenle yemeklerin tadına bakmadan tuz ekleme alışkanlığından vazgeçmek ve sofrada tuzluk bulundurmamak önemlidir. Kalp yetersizliği bulunan kişilerin tuz ve sıvı tüketimini ise hekimlerinin önerilerine göre düzenlemeleri gerekir.

DEĞİŞEN BESLENME DÜZENİNE DİKKAT EDİN!

Soğuk havalarda beslenme düzenine dikkat edilmeli; sebze, meyve, tam tahıl, baklagil ve balık gibi besinlere ağırlık verilmelidir. Aşırı kalorili, kızartılmış ve işlenmiş gıdalar sınırlandırılmalı; hazır soslar, turşular ve salamura ürünler gibi tuz içeriği yüksek besinlerin tüketimi azaltılmalıdır. Kalp yetersizliği olan kişilerin beslenme ve sıvı tüketimiyle ilgili mutlaka hekimlerine danışması gerekir.

TANSİYON, KOLESTEROL VE KAN ŞEKERİNİZİ KONTROL ETTİRİN

Hipertansiyon, diyabet ve yüksek kolesterol kalp ve damar hastalıkları riskini artıran önemli etkenlerdir. Bu nedenle tansiyon, kan şekeri ve kolesterol düzeylerini düzenli olarak kontrol ettirmek, hekim kontrollerini aksatmamak ve reçete edilen tedavileri önerildiği şekilde uygulamak gerekir. Hipertansiyon hastalarının ilaç dozlarını hekimlerine danışmadan değiştirmemeleri veya ilaçlarını kesmemeleri önemlidir.



‘Reflü tedavisinde endoskopik yöntemler de uygulanabiliyor’

İSTANBUL, (DHA)- Reflü nedeniyle uzun yıllar ilaç kullanan hastalar için endoskopik tedavi seçeneklerinin de bulunduğunu söyleyen Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Vedat Göral, “GERDX adı verilen yöntemde, cerrahi kesi yapılmadan ağızdan ilerletilen özel bir cihazla mide ve yemek borusu arasındaki kapak bölgesindeki açıklığın daraltılması hedefleniyor” dedi. Prof. Dr. Göral, uygun hastalarda uygulanabilen yöntemin reflü şikayetlerini azaltmayı ve yaşam kalitesini artırmayı amaçladığını belirtti.

Mide yanması ve ağza acı su gelmesi gibi şikayetlerle kendini gösteren reflünün, günlük yaşamı olumsuz etkileyebildiğini belirten Medipol Mega Üniversite Hastanesi Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Vedat Göral, GERDX yöntemiyle mide ile yemek borusu arasındaki kapak bölgesine müdahale edildiğini ve tedavi kararının hastanın durumuna göre verilmesi gerektiğini anlattı.

‘REFLÜ ŞİKAYETLERİ GİDEREK ARTIYOR’

Reflü hastalığının son yıllarda daha sık görüldüğünü belirten Prof. Dr. Göral, beslenme alışkanlıklarının ve mide ile yemek borusu arasındaki kapak mekanizmasının bu hastalıkta rol oynayabildiğini ifade etti.

Prof. Dr. Göral, “Reflü hastalığı son yıllarda giderek artıyor. Bazı gıdalar ve beslenme alışkanlıkları şikayetleri artırabilir. Mide ile yemek borusu arasındaki kapak mekanizmasının bozulması ve bazı hastalarda mide fıtığının bulunması da reflüye neden olabilen etkenler arasında yer alıyor” dedi.

GERDX yönteminin cerrahi kesi yapılmadan, endoskopik olarak uygulandığını anlatan Prof. Dr. Göral, işlem sırasında ağızdan mideye ulaşılarak kapak bölgesindeki açıklığın özel bir cihazla daraltılmasının hedeflendiğini söyledi.

Yüzde 50 hibeli 15 bin tonluk mısır silajı kırsaldaki yetiştiriciye can suyu oluyor

Ankara Büyükşehir Belediyesi, Kalecik'te 4 bin dekarlık arazide yetiştirilen mısırlardan elde edilen 15 bin tonluk silajı yüzde 50 hibe ile Akyurt, Çubuk, Elmadağ, Kalecik ve Mamak ilçelerindeki 1560 yetiştiriciye ulaştırmaya başladı. Proje ile hayvancılık yapan üreticilerin girdi maliyetlerini düşürmek ve üretimlerine katkı sağlanması hedefleniyor.

■ HABER MERKEZİ

ANKARA Büyükşehir Belediyesi, Kalecikli 31 üreticinin 4 bin dekarlık arazide yetiştirdiği mısırlardan elde edilen silajları Başkentli yetiştiricilere ulaştırmaya başladı.

Kırsal kalkınma alanındaki çalışmalarıyla Başkentli üreticinin her daim yanında olan Ankara Büyükşehir Belediyesi'nin Kalecik Belediyesi iş birliğiyle yürüttüğü proje kapsamında; Kalecik'teki üreticilerden bedeli karşılığında satın aldığı mısır silajının dağıtımına başladı.

Mısır silajları; Kalecik başta olmak üzere Akyurt, Çubuk, Elmadağ ve Mamak ilçesindeki yetiştiricilere yüzde 50 hibeyle ulaştırılacak.

15 BİN TON MISIR SİLAJI ÜRETİLDİ

Kentteki toprak verimliliğini canlı tutmak ve kış döneminde küçükbaş ile büyükbaş hayvanların yeterli beslenebilmesi için hayata geçirilen desteğin ilk kısmında, Kalecik ilçesindeki 376 yetiştiriciye toplamda 4 bin 107 ton mısır silajı verildi.

Kentteki üreticiye ve yetiştiriciye katkı sunan kırsal kalkınma hamlesinde, 1560 yetiştiriciye 15 bin ton mısır silajı dağıtılması hedefleniyor.

"TÜRKİYE'YE ÖRNEK OLACAK BİR PROJE"

Ankara Büyükşehir Belediyesi Kırsal Hizmetler Daire Başkanı Hüseyin Şemsi Uysal,"15 bin ton kadar elimizde silajlık mısırımız var" diyerek, dağıtımların Akyurt, Çubuk, Elmadağ, Kalecik ve Mamak ilçelerinde gerçekleştirileceğinin altını çizdi. Uysal, şöyle konuştu:

"Çiftçilerimizden silajlarımızı biz iki ay önce almıştık. Onlar, burada paketlendi. Şu anda, olgunlaştı ve yem düzeyine geldi. Şimdi, dağıtımdayız. İki türlü faydası olan bir proje olarak görüyoruz bunu. 4 bin dekar alanda yetişen mısırların tamamı alındı, hayvancılıkla uğraşan vatandaşlarımıza dağıtım yapılacak. Hem üreten hem hayvancılık yapan üreticilerimiz bundan faydalanacak. Türkiye'ye örnek olacak bir proje olarak düşünüyoruz. Bugün ilk dağıtımımızı başlattık, tüm çiftçilerimize hayırlı ve uğurlu olsun."

Kalecik Belediye Başkan Yardımcısı Haşim Nuri Yıldız ise Ankara Büyükşehir Belediyesi öncülüğünde Kalecikli üreticilerden alınan mısırların silaj hâline getirilip yetiştiricilere ulaştırıldığını ifade ederek, kentte hem hayvancılığın hem de üretimin desteklendiğini vurguladı. Yıldız, "Bizler biliyoruz ki çiftçimiz, besicimiz zor durumda. Onlara en az yüzde elli hibeli verdiğimiz bu silajlarda bir can suyu, destek ve güç oluyoruz. Üretim varsa, bereket vardır; üretici varsa, gelecek vardır" dedi.



KIRSALDAKİ YETİŞTİRİCİDEN HİZMETE TAM NOT

Hizmetten yararlanan yetiştiriciler de Ankara Büyükşehir Belediyesi'nin kırsaldaki üreticinin ve yetiştiricinin ihtiyaçlarına her daim kulak verdiğinin altını çizerek memnuniyetlerini şöyle dile getirdi:

-Ali Boztepe: "Bu, belediyemizin çok iyi bir fikri ve iyi bir şey. Bunu hayvanlarımıza kullanacağız. Paramız da yüzde 50 hibeli olduğu için bize kaldı, memnunuz. Mazot ve sıvı gübre desteğimizi de alıyoruz. Çok teşekkür ederiz…"

-Doğan Ünal: "Belediye de olmasa bize sahip çıkan yok. Her şeyimiz yerde kaldı, Allah razı olsun belediye geldi mısırımızı aldı ve bize hayvan yemi olarak geri iade ediyor, yüzde 50 indirimli zaten. O da olmasa çiftçi bitti. Allah razı olsun Büyükşehir Belediyesi'nden o da olmasa İç Anadolu çiftçisinin yüzde 80'i gider. Ben buraya geldim yarı yarıya aldım, dışarıda esnaftan alma şansım yok. 10 tane hayvanım var, 8 ton verdiler. Mart ayına kadar yeter."

-Ümit Çelik: "Çiftçi için büyük bir destek. Şu an 10 tane hayvanım var, iki, üç ay beni idare edecek bir desteği aldım ben."

-Ahmet Torun: "Yem fiyatları çok pahalı, iki katı, üç katı para ama bu, çiftçiye bir ilaç oldu. Hayvancılık yapanlara da çok iyi bir ilaç oldu. Üç, dört veya beş ay yemini kışın rahatlıkla karşılayabildiler. Ankara Büyükşehir Belediye Başkanı Mansur Yavaş'a çok teşekkür ediyoruz."

GENÇ GÖZÜYLE

Sıla KİDER



Bir Kitabın Hatırlattıkları

Yaltır Kardeşler Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde son sınıflara yaklaşırken Özlem Çiftçi girdi hayatıma. İlk öğrencilerinden biriydim. Disiplinli, sert görünümlü ama yumuşak kalpli bir öğretmendi. Çoğu öğrenci ondan çekinirdi. Ben ise boş saatlerini kovalardım. Çünkü anlattıkları ders kitaplarıyla sınırlı değildi.

Hayattan, insanlardan, kitaplardan söz eder; bazen uyarır, bazen öğüt verir, bazen yaşadıklarını anlatırdı. Söylediklerini anladığımı sanırdım. Meğer insan bazı şeyleri ancak yaşayarak anlayabiliyormuş.

Özlem Hocam için öğretmenlik, dersini anlatıp sınıftan çıkmak değildi. Dertlerimizi dinler, sorunlarımızı kendi meselesi gibi önemserdi. Yalnızca derslerimizle değil, hayatlarımızla da ilgilenirdi. Belki bu yüzden benim için sadece bir öğretmen olarak kalmadı.

Onunla konuşurken kendimi yalnızca bir öğrenci gibi hissetmezdim. Söylediklerimi ciddiye alır, bazen hiç beklemediğim bir soruyla beni düşünmeye yöneltirdi. Şimdi geriye dönüp baktığımda, o sohbetlerin bana yalnızca bilgi değil, olaylara başka açılardan bakabilme alışkanlığı da kazandırdığını görüyorum.

Bugün bile kendisine, "Hocam, siz bunu yıllar önce söylemiştiniz ama insan yaşamadan anlamıyormuş." dediğim olur.

Okul bitti, yıllar geçti. Öğretmen-öğrenci ilişkimizin yanına kıymetli bir dostluk eklendi. Anneme, "Ben Özlem Hocama gidiyorum." diyerek evden çıktığım günleri hatırlıyorum. Sabah başlayan sohbetlerimiz akşama uzanırdı. Bana kitaplar verir, bazen sayfalarının arasına küçük notlar bırakırdı. O notlar da kitaplar kadar kıymetliydi.

Geçtiğimiz aylarda biri Matt Haig'in Gece Yarısı Kütüphanesi romanını okuyup okumadığımı sordu.

"Okudum." dedim.

Ama konusunu hatırlayamadım. Kitabı sevdiğimi biliyor, hikâyesini unutmuş gibiydim. Pek çok kitapta böyle olurum: Ayrıntıları unutur, bende bıraktıkları duyguyu hatırlarım.

Yine kendi hayatımla ilgili bir meseleyi düşünürken şunu sordum kendime:

"Acaba başka türlü yapsaydım ne olurdu?"

Birdenbire Gece Yarısı Kütüphanesi geldi aklıma.

Romanın kahramanı Nora, geçmişte başka kararlar verseydi yaşayabileceği hayatları görüyordu. Seçmediği yolları, kaçırdığını düşündüğü fırsatları, başka ihtimalleri deneyimliyordu.

Hepimiz düşünmez miyiz? Başka bir karar verseydik, başka şehirde yaşasaydık… hayatımız nasıl olurdu?

İnsan gençken önünde sonsuz seçenek olduğunu sanıyor. Yaş aldıkça her seçimin başka bir ihtimali geride bıraktığını fark ediyor. Belki de romanın beni yeniden bulmasının nedeni buydu.

Benim düşündüğüm, kitabı neden tam o gün hatırladığımdı.

Demek ki unutmamıştım. Hikâyesi, hayatımda karşılık bulacağı zamanı bekliyormuş.

Sonra Özlem Hocamın söylediklerini düşündüm. O günlerde dinleyip geçtiğim ne çok şeyi bugün yaşayarak anlıyordum.

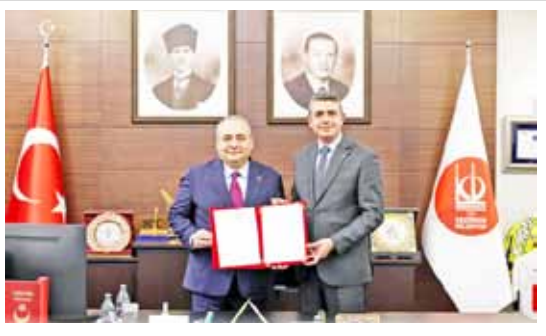
Kitaplarla insanlar birbirine benziyor. Okuduğumuz her şeyi hemen anlamıyoruz. Dinlediğimiz öğütlerin değerini de o anda kavrayamıyoruz. Yıllar sonra yaşadığımız bir olay, unuttuğumuzu sandığımız bir cümleyi yeniden hatırlatabiliyor.

Belki aynı kitabı yıllar sonra okuduğumuzda başka satırların altını çizmemizin nedeni bu. Kitap aynı kitap, değişen biziz.

Özlem Hocamla hâlâ görüşüyor, uzun uzun sohbet ediyoruz. Yine ondan öğreniyorum. Ama artık yıllar önce söylediklerini anlayabileceğim kendi hikâyelerim de var.

Bazı öğretmenlerin dersleri okul bitince sona ermiyor. Bazı kitaplar da son sayfayı çevirdiğimizde bitmiyor. Hayatın tam ortasında yeniden karşımıza çıkıyorlar.

Tıpkı Özlem Hocamın bana verdiği Gece Yarısı Kütüphanesi gibi. O gün yalnızca bir roman okuduğumu sanmıştım. Meğer bazı kitapları anlamak için önce biraz yaşamak gerekiyormuş.



Keçiören ile Haymana arasında kardeş belediye protokolü imzalandı

■ HABER MERKEZİ

KEÇİÖREN Belediyesi ile Haymana Belediyesi arasında kültürel, sosyal ve kurumsal iş birliğini geliştirmek amacıyla kardeş belediye protokolü imzalandı. Keçiören Belediye Başkanı Dr. Mesut Özarslan ile Haymana Belediye Başkanı Levent Koç arasında imzalanan protokol, iki belediye arasındaki kardeşlik bağlarını güçlendirmeyi hedefliyor.

Karagöl Tabiat Parkı sonbahar renkleriyle ziyaretçilerini ağırlıyor

ANKARA (AA) - Ankara'nın Çubuk ilçesindeki Karagöl Tabiat Parkı, sonbaharın son günlerinde sarı, kırmızı ve kahverenginin farklı tonlarına bürünen doğasıyla ziyaretçilerin ilgisini çekiyor.

Kavak ve Yıldırım dağlarının eteklerinde, yaklaşık 1600 metre rakımda bulunan Karagöl, çevresindeki çam, söğüt, ıhlamur, meşe ve kavak ağaçlarıyla doğaseverlere sonbaharın renklerini bir arada görme imkanı sunuyor.

Mevsimin ilerlemesiyle göl çevresindeki ağaçların yapraklarının renk değiştirmesi, yeşil dokusunu koruyan çam ağaçlarıyla güzel manzaralar oluşturuyor.

Özellikle hafta sonları ziyaretçi yoğunluğunun yaşandığı tabiat parkında hareketlilik



sabahın erken saatlerinde başlıyor. Yoğunluk nedeniyle bazı ziyaretçiler park alanlarında yer bulmakta güçlük çekerken, kalabalıktan uzaklaşmak isteyenler hafta içi günleri tercih ediyor.

Kent yaşamının stresinden uzaklaşmak isteyenler göl çevresinde yürüyüş yaparak doğayla iç içe vakit geçiriyor. Fotoğraf tutkunları da ağaçların ve vadinin oluşturduğu sonbahar manzaralarını görüntülüyor.

Ziyaretçilerden Harun Kavasoğlu, Karagöl'ün Çubuk'un önemli doğal güzelliklerinden biri olduğunu söyledi.

Sonbaharda ortaya çıkan manzaranın görülmeye değer olduğunu belirten Kavasoğlu, "Karagöl, Çubuk'umuzun doğal güzelliklerinden biri. Özellikle sonbaharda yaprakların oluşturduğu renk şölenini herkesin görmesini istiyoruz. Tüm Türkiye'yi bu güzelliği görmeye davet ediyoruz." dedi.

Ziyaretçilerden Refik Demirci de Karagöl'ün başkentte doğayla buluşmak isteyenler için önemli bir yer olduğunu ifade etti.

Ülkenin birçok doğal güzelliğe sahip olduğunu belirten Demirci, "Karagöl de Ankara'da insanların doğayla iç içe, huzurlu vakit geçirebileceği çok güzel bir yer. Bugünlerde yeşilden sarıya uzanan renklerin farklı tonlarını bir arada görmek insana ayrı bir huzur veriyor. Özellikle Ankaralıların burayı görmesini tavsiye ediyorum." diye konuştu.

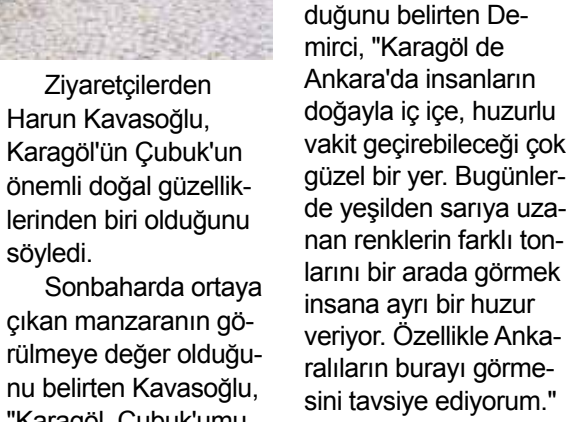
Her mevsim farklı güzelliğe bürünen Karagöl Tabiat Parkı'na, Çubuk-2 Barajı kenarından geçen kara yolu ve Kışlacık Mahallesi güzergahı takip edilerek ulaşılabiliyor.

Ankara'dan 10 kadın kooperatifi Almanya'daki programa katılıyor

ANKARA (AA)- Ankara'nın farklı ilçelerinde faaliyet gösteren 10 kadın kooperatifi, Bridge4Future Erasmus+ Projesi kapsamında Almanya'da düzenlenen uluslararası programa katılıyor.

Programda kadın girişimciliği, kooperatifçilik, üretim modelleri, pazarlama, kurumsal gelişim ve uluslararası iş birliği konularında eğitimler veriliyor. Kurum ziyaretleri ve deneyim paylaşımının da yapıldığı programla kooperatiflerin bilgi ve deneyimlerini geliştirmeleri, yeni iş birlikleri kurmaları hedefleniyor.

Programa Anadolu Bacıları Kadın Kooperatifi, Ankara Kahraman Kadınlar Kooperatifi, Ayaş Akkaya Kooperatifi, Beypazarı Bostancılar Kooperatifi, Beypazarı Kınalı Eller Kadın Kooperatifi, Güdül Boyalı Fengere Kooperatifi, Nallıhan Han Kadınları Kooperatifi, Yeşilyurtlu Kadınlar Kooperatifi, Kalecik Hanımeli Kooperatifi ve Yemenia Kadın Kooperatifi katılıyor.



SONSÖZ
GÜNLÜK SİYASİ GAZETE
Yıl: 51
Sayı: 17796
7 KASIM 2026 CUMARTESİ
web: www.sonsoz.com.tr * e-mail:sonsozgazetesi06@gmail.com

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. Umut KARAKÜLAH
Haber Müdürü: Suat ÖZER
Spor: Yalçın ERCAN
Sayfa Sekreteri : Birsen DÜZEN
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

İDARE MERKEZİ: Çankaya Caddesi No:4/3 ÇANKAYA/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.
Köşe Yazılarından Yazarlarımız Mesuldür.

Gazete Basım Tarihi: 6 Kasım 2026 Cuma

İLAN VE REKLAM TARİFESİ
• Renkli bütün sayfalarda st/cm: **250 TL + KDV**
• Siyah-Beyaz sayfalarda pazarlığa tabiidir.
• Bilanço, Genel Kurul, Tüzük, Sigorta, Acentelik, Fesihname vb. ilanların st/cm: **232 TL + KDV**
Gazete fiyatı 7 TL'dir. Arşiv gazete fiyatı 30 TL'dir.

ZAYİİ İLANI

2489666, 2489665, 2489664, 2489663, 2489662, 2489661, 2489660, 2297568 ASKİ abone numarlarına ait güvence makbuzları kayıptır. Hükümsüzdür.
Bozkurt Kardeşler İnş. San. Tic. Ltd. Şti.

BURÇİN GÜLBENK'LE HAYATA DAİR



Burçin GÜLBENK

Radyo Programcısı, Sunucusu, İletişim Uzmanı

gulbenkburcin@gmail.com

Düştüğünde Elinden Tutan Dostun Varsa, Hâlâ Zenginsin!

Sevgili okurlarım, bu hafta köşemde sizlere insanın hayatına sessizce giren ama yokluğunda kocaman bir boşluk bırakan dostluktan söz etmek istiyorum.

Hayat her zaman istediğimiz gibi gitmiyor. Bazen işlerimiz bozuluyor, bazen sağlığımız, bazen de yıllarca emek verdiğimiz hayallerimiz elimizden kayıp gidiyor. İşte insan böyle günlerde çevresindeki kalabalığı değil, yanında gerçekten kimin kaldığını görüyor.

Arkadaş başka, dost başka.

Arkadaşla kahve içersiniz, maç konuşursunuz, gülersiniz. Bunlar da kıymetlidir. Ama dost, kahkahanız sustuğunda yüzünüze bakıp bir şeylerin yolunda gitmediğini anlayandır. "İyiyim" dediğinizde inanmayıp sizi sıkıştırmadan yanınızda oturandır.

Bir gün herkesin telefonu susabilir. İşler ters gittiğinde, cebinizde para kalmadığında, kendinizi başarısız hissettiğinizde arayanların sayısı azalabilir. Dost dediğiniz insan, tam da o sessizlikte kapınızı çalandır. Elinde büyük çözümler olmayabilir. Belki iki simit alıp gelir. Ama o gün sizinle aynı sofraya oturması dünyalara bedeldir.

Ben dostluğu bazen kış günü yanan eski bir sobaya benzetiyorum. Dışarıda ayaz vardır, insanın içi üşür. Sobanın başına geçince elleriniz çözülür, içiniz ısınır. Gerçek dostun sevgisi de böyledir. Hayatın bütün soğuğunu ortadan kaldırmaz ama insanı o soğuğun içinde tek başına bırakmaz.

Üstelik dostluk yalnızca zor gün işi değildir. Güzel bir haber aldığınızda sizin kadar sevinen, başarınızı küçültmeyen, sevincinizin üzerine gölge düşürmeyen insan da dosttur. Çünkü bazıları acınıza üzülür ama mutluluğunuzu taşıyamaz. Dost ise sizin kazandığınızı kendi kaybı saymaz.

Akrabalarımız elbette değerlidir. Kan bağı insanın hayatında ayrı bir yere sahiptir. Fakat bazen daha siz anlatmadan koşup gelen, hastane koridorunda sabahlayan, taşınırken kolileri sırtlanan kişi bir dost olur. Akrabanızdan önce kapınızda belirmesi, akrabalığın değerini azaltmaz; dostluğun ne kadar güçlü bir bağ olabileceğini gösterir.

Bir dostun kıymetini bazen hastane kapısında anlarsınız. Doktorun söyleyeceklerini beklerken koridor uzadıkça uzar. Yanınızdaki insan konuşmaz, sadece omzunuza dokunur. İşte o sessiz bekleyiş, yıllarca söylenen güzel sözlerden daha çok şey anlatır.

Bazen de dostluk, cebinizdeki son parayı paylaşmak değildir yalnızca. İşsiz kaldığınızda size iş arayan, yanlış bir kararın eşiğindeyken kolunuzdan tutan, borç istediğinizde veremese bile sizi utandırmadan başka bir çare arayan insandır dost. Yapamadığında da ortadan kaybolmaz.

Bir de doğruyu söylemek meselesi var.

Her söylediğimize "Haklısın" diyen insanı dost sanmayalım. Gerçek dost, yanlış yaptığımızda bizi herkesin önünde küçük düşürmeden uyarır. "Burada haksızsın" demekten çekinmez. Yüzümüze başka, arkamızdan başka konuşmaz. Bizi savunması, yanlışımızı örtmesi demek değildir; gerektiğinde önce bizi durdurmasıdır.

Sırdaşlık da kolay bulunmuyor. İnsan bazen en yakınlarına bile anlatamadığı bir korkuyu dostuna açıyor. O sözün başka masalarda konuşulmayacağını bilmek ne büyük huzur. Dostluk, emanet edilen sırrı meraklı kulaklara taşımamaktır. Bir kırgınlık yaşandığında bile geçmişte duyulanları silah gibi kullanmamaktır.

Bugün ne yazık ki çıkarla karıştırılan ilişkiler de var. İşi düşünce arayan, ihtiyacı bitince kaybolan, başkalarının yanında sizi çekiştiren insanlara rastlıyoruz. Böyle bir ilişkiyi sürdürmek zorunda değiliz. Her tanıştığımız kişi dostumuz olamaz. Zaten dostluğun kıymeti, herkese aynı adı vermediğimizde anlaşılır.

Dostluğun sınavı kırgınlıklardır. İki insan elbette anlaşamayabilir. Sesler yükselir, gönüller kırılır. Ama gerçek dost, araya üçüncü kişileri sokup dedikodu büyütmez. Gelir, gözünüzün içine bakar, derdini anlatır. Özür dilemesi gerekiyorsa diler. Çünkü haklı çıkmaktan çok, yılların hatırını korumayı önemser.

Dost olmak da emek ister. Sadece aranmayı bekleyerek, yalnızca kendi derdimizi anlatarak, karşımızdakinin yorgunluğunu hiç sormayarak dostluk korunmaz. Bazen ilk telefonu bizim açmamız gerekir. Bazen haklı olduğumuz bir tartışmada bile kırdığımız kalbi onarmamız gerekir. Güven, büyük sözlerle değil, yıllar içinde tutulan küçük sözlerle büyür.

Şunu da unutmayalım: Dostumuz her an yanımızda bulunamayabilir. Onun da ailesi, işi, sıkıntısı vardır. Dostluğu her çağrımıza hemen yetişmekle ölçersek haksızlık ederiz. Asıl mesele, birbirimizin hayatında güvenilir bir yerimizin olmasıdır. Aylar sonra konuştuğumuzda bile kaldığımız yerden devam edebilmek bazen bunun en güzel işaretidir.

Bir akşam düşünün. Her şey üst üste gelmiş. Masanın başında sessizce oturuyorsunuz. Telefon çalıyor. Karşıdaki ses, "Bir şey istemiyorum, sadece nasılsın diye aradım" diyor. Belki o gün hiçbir sorun çözülmüyor. Ama insanın omzundaki yük biraz hafifliyor. Çünkü hatırlanmak, hele de hiçbir karşılık beklenmeden hatırlanmak, insana iyi geliyor.

Bir de yaş aldıkça eksilen sofralar var. Eskiden birlikte güldüğünüz bir dostun sandalyesi boş kaldığında anlarsınız bazı şeyleri. Keşke daha sık arasaydım, keşke o çayı ertelemeseydim dersiniz.

Yıllar geçtikçe şunu daha iyi anlıyorum: İnsan kalabalık sofralar kurabilir, yüzlerce telefon numarası biriktirebilir. Ama başı dara düştüğünde hiç düşünmeden arayabildiği birkaç kişi varsa gerçekten zengindir. O insanların kıymetini bilmek, yalnız zor günlerde değil, sıradan bir akşam da kapılarını çalmak gerekir.

Dilerim hepimizin hayatında içimizi ısıtan bir dost olsun. Ve daha önemlisi, biz de bir başkasının zor gününde güvenle yaslanabileceği insan olabilelim.

Çünkü dostluk yalnızca bulunacak bir nimet değil, karşılıklı korunacak bir emanettir.

Bir sonraki hafta başka bir konuyla hayata dokunmak üzere, hoşça kalın, sağlıkla kalın.

Gazi Eğitimliler 100. yaşını ATA'nın huzurunda kutladı











CUMHURİYETİMİZİN kurucusu Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk'ün öngörüsüyle, Anadolu'nun yoksul çocuklarını öğretmen olarak yetiştirmek ve ülkemizi aydınlatmak amacıyla kurulan Gazi Eğitim Enstitüsü'nün kuruluşunun 100. yılı kutlanıyor.

M. UMUT KARAKÜLAH

Kutlamalar kapsamında; Ankara'da yaşayan Gazililer ile tüm yurt çapından gelen Gazi Eğitimliler öncelikle 1 Kasım 2026 Pazar akşam yemeğinde bir araya geldi. 2 Kasım 2026 Pazartesi günü ise sabah saat 09.30'da Ulus İkinci Meclis önünde buluşan Gazililer, Kültür ve Turizm Bakanlığı Rehberleri ile Anıtkabir'i ziyaret etti.

Daha sonra öğlen saat 12.00'de Meclis'te öğle yemeklerini yiyen heyet, ardından Gazi Eğitim kampüsünü gezdi. Heyet, 3 Kasım 2026 Salı günü ise saat 10.00 ile 16.30 arasında Çankaya Doğan Taşdelen Çağdaş Sanat Merkezinde "Gazi Eğitim 100 Yaşında" kutlamalarına iştirak etti.

GAZİ EĞİTİM 100 YAŞINDA KUTLAMA PROGRAMINI PLANLAYANLAR:

1967 GEE Edebiyat Bölümü Mezunu Öğretmen Avukat Muharrem Uğurlu, GEE İng.Böl.1965 Mezunu Öğretmen Yazar Ramazan Velieceoğlu, 1967 Fransızca Bölümü mezunu Öğretmen, emekli Mesleki ve Teknik Yüksek Öğretim Gn.Md Yardımcısı, emekli Kültür Ataşesi İbrahim Çamkerten, 1968 GEE Fransızca Bölümü mezunu Öğretmen Avukat Mustafa Keçeli, 1968 Eğitim Bölümü Mezunu, Öğretmen, GEE emekli Müdür Başyardımcısı, Öğretmen Örgütçüsü, Yazar Dr. Niyazi Altunya.

GAZİ EĞİTİM 100 YAŞINDA UYGULAMA KURULU ÜYELERİ:

İbrahim Çamkerten, GEE Müzik Böl .mezunu Prof. Dr. Nezihe Şentürk, GEE 1966 Resim Bölümü mezunu Öğretmen Ressam Sabri Tezcan, GEE Beden Eğitim Böl. mezunu Öğretmen Melikhan Güngör, GEE Müzik Bölümü mezunu Uzman Öğretmen Müzisyen Keman Sanatçısı Nuran Karayel, GEE Fransızca Bölümü mezunu Halide Kocabeyoğlu Aslan, GEE Eğitim Böl mezunu Prof. Dr. Battal Aslan, GEE Almanca Bölümü mezunu, Öğretmen, 21. Dönem Afyon Milletvekili Müjdat Kayayerli, Anadolu Kültür Koruma Vakfı Başkanı Bektaş Avcı, GEE Fen Böl mezunu Öğretmen Muazzez Bilginer, GEE Fransızca Bölümü mezunu Öğretmen Eczacı Macide Mumcuoğlu Kurmuş, GEE Fransızca Böl. mezunu emekli Konsolos Nazir Murat Kurmuş, GEE Eğitim Bölümü mezunu Çınarlarımızdan TRT Programcısı Nazmi Kal, GEE Fransızca Böl. mezunu Çınarlarımızdan Nurten Kalleci, GEE Çınarlarımızdan Mehmet Ayhan, Fr.Böl mezunu Mesut Çeşnigil.

GAZİ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ HAKKINDA:

Gazi Eğitim Enstitüsü bundan tam 100 yıl önce kapılarını açtı. Gazi Eğitim Enstitüsü yalnızca öğretmen yetiştiren bir kurum olarak kalmadı; aynı zamanda Türkiye Cumhuriyeti'nin kadrolarını da yetiştirdi. Köy Enstitüleri gibi üretime, aydınlanmaya ve kalkınmaya dayalı bir eğitim modelini gelecek kuşaklarla buluşturdu.



"Coppelia" balesi Ankara'da seyirciyle buluşacak

ANKARA (AA)- Mekanik bir bebeğin hikayesiyle 156 yıldır sahnelenen Ankara Devlet Opera ve Balesince, Macar koreograf Gyula György Harangozo'nun koreografisiyle sahnelenecek "Coppelia" balesi, bugün (7 Kasım 2026) Opera Sahnesi'nde prömiyer yapacak. Fransız besteci Leo Delibes'in müziğiyle hazırlanan eser, dünya prömiyerini 25 Mayıs 1870'te Paris Operası'nda gerçekleştirdi.

Ankara Devlet Opera ve Balesi sahnesinde ilk kez 1961'de, daha sonra 2014'te sahnelenen 156 yıllık eser, 12 yıl aradan sonra 3 perde olarak yeniden sanatseverlerle buluşacak. Macar koreograf Gyula György Harangozo, AA muhabirine yaptığı açıklamada, Coppelia'yı her zaman sahneleyebileceğini çünkü çok güzel bir hikayesi olduğunu belirterek, "Benim için en önemli şey dansçıların rollerini severek oynamaları ve sahnede gerçekten keyif almaları. Bu mutluluğun seyirciye de geçeceğine inanıyorum." ifadelerini kullandı.

Eserin her yaştan izleyiciye hitap ettiğini belirten Harangozo, "Bu eser sadece bale izleyicileri için değil, herkes için. Çocuklar, küçük yaştakiler ve 100 yaşındaki insanlar bile kendi sevdikleri bir şey bulabilir." dedi.

"EN İLGİ ÇEKİCİ KARAKTER COPPELİUS"

Swanilda, Franz ve Coppelius karakterlerinin farklı kişiliklere sahip olduğunu anlatan Harangozo, en ilgi çekici bulduğu karakterin Coppelius olduğunu söyledi. Coppelius'un hikayede kötü bir karakter olarak değerlendirilmemesi gerektiğini vurgulayan Harangozo, "Aslında Coppelius, yaşananların vicdanı gibi. Kimseye zarar vermek istemiyor. Gençler onun evine izinsiz giriyor ve yaşananlar bunun üzerine gelişiyor.

Burs ve öğrenim kredisi başvuru sonuçları açıklandı

ANKARA (DHA)- Gençlik ve Spor Bakanı Osman Aşkın Bak, 2026-20207 eğitim öğretim dönemi burs ve öğrenim kredisi başvuru sonuçlarının açıklandığını duyurdu.

Gençlik ve Spor Bakanı Osman Aşkın Bak, sanal medya hesabından yaptığı açıklamada, "Sevgili gençler, GSB Burs ve Öğrenim Kredisi başvuru sonuçları açıklandı. Hepinize hayırlı olsun. 11 Kasım saat 23.59'a kadar e-Devlet üzerinden taahhütnamelerinizi onaylamayı lütfen unutmayın" ifadelerini kullandı. Bakanlıktan alınan bilgilere göre; burs/kredi tahsis edilen 15-18 yaş arası öğrencilerin anne veya babalarının önce kendi e-Devlet'i üzerinden veli onayı vermesi, ardından öğrencinin taahhütname onaylaması gerekiyor.

T.C. ANKARA BATI İCRA DAİRESİ
2026/31 İFLAS

İFLASIN AÇILMASININ İLANI
Müflisin Adı ve Adresi : Fidan Metal Profil İmalat İnşaat Sanayi Ve Dış Ticaret Limited Şirketi
Ticaret Sicil No : 391501
Vergi No: 3870589726
Ahi Evran Mah. A.S.O Bulvarı No: 4 İç Kapı No:96 Sincan/ANKARA
Yukarıda adres ve sicil numaraları yazılı Fidan Metal Profil İmalat İnşaat Sanayi Ve Dış Ticaret Limited Şirketi'nin Ankara Batı 1. Asliye Ticaret Mahkemesi'nin 04/11/2026 tarih ve 2025/554 Esas sayılı dosyasından verilen karar ile iflasına karar verilmiş olup, iflasın aynı tarih ve saat 14:55'da açılmasına karar verilmiştir.
İİK.nun 166. maddesi gereğince ilanen tebliğ olunur.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de. Basın-ILN02587881

KARE BULMACA *(TDK Güzel Türkçe Bulmacası)*

SOLDAN SAĞA: 1. İki üç yaşındaki erkek koyun (halk ağzı)... Sahneye koymak... 2. Bakıma gereksinimi olan kimselerin bakıldıkları, barındıkları kuruluş... Korumak işi... 3. Birlikçi, birlikten yana, birleştirici (siyaset)... Ayakkabı üzerine giyilen kauçuktan pabuç... 4. Ayakların yürürken çıkardığı ses... Rebap çalan kimse (eski)... Ne kadar bir değer karşılığında?... 5. Çivi... Atak... Çoğu doğuştan, tende bulunan ufak, koyu renkli leke veya kabartı... 6. Eczacılıkta kullanılan ve çürümeyen bir bitki... Geminin, zinciri toplayıp demirini kaldırmaya hazır olması... 7. Kanamak işi, nezif... Gübre konulan yer, kemrelik... 8. Lorentiyum elementinin simgesi... Kenar mahalle... Metneryum elementinin simgesi... 9. İnleme sesiyle yüklü, inlemeli... Rengi karaya yakın olan, esmer... 10. Yarım kanatlılardan, sap, çiçek, yaprak ve başakları emerek veya yiyerek ekin hastalığına yol açan, vücudu kalkana benzeyen zararlı bir böcek... Normal atmosfer basıncında, ısınma ısısı 15 °C'lik suyunkine eşit olan bir cismin, bir gramının sıcaklığını 10 °C yükseltmek için gerekli ısı miktarına eşit olan ısı birimi, ısın... 11. Erzurum iline bağlı ilçelerden biri... Lise derecesindeki okul (eski)... Karışık renkli, çok renkli, alaca... 12. İçilecek şey (eski)... İletme işi... Havada beyaz ve hafif billurlar biçiminde donarak yağan su buharı... 13. Benzerleri arasında niteliklerinin yüksekliğiyle göze çarpan, üstün, mümtaz, güzide, mutena... Oyun (eski)... 14. Açıklamalar... İri kıyılmış... 15. Ansızın kesmek... Evet...

YUKARIDAN AŞAĞIYA: 1. Öteki, öbür kişi veya şey, diğeri, öbürkü... Hizipçilik... 2. Boru içindeki bir akışkanın akışını durdurmaya veya serbest bırakmaya yarayan alet, valf... Acıkmış... Türk alfabesinin yirmi dokuzuncu harfinin adı, okunuşu... 3. Takım... Emme, emerek çekme, soğurma (eski)... 4. Hafif ve anlık ses... Irak halkından veya bu halkın soyundan olan kimse... Boş (eski)... 5. Acıması olan, merhamet eden... Ses, ün, haber (eski)... 6. Açık duran başparmağın ucundan işaret parmağının ucuna kadar olan uzaklık, sele (halk ağzı)... "Demek, şu demek ki" anlamlarında bir söz... Bir başkasına o anda söyleyerek yazdırma, yazdırım... 7. Karada, denizde, gölde veya akarsularda evcil olmayan hayvanları vurma veya yakalama işi... Boa yılanı... Alkali metallerin hidroksitleriyle amonyum hidroksitin genel adı... 8. Aykırı, karşıt, ters... Kül rengi, boz renk, demir rengi, demiri... Kot vb. yapımında kullanılan bir tür pamuklu kumaş... 9. Sayı boncuğu... Macun... Renyum elementinin simgesi... 10. Anyon... Kalıcılık, ölmezlik (eski)... Horoz, hindi vb.nin tepesinde bulunan kırmızı deri uzantısı... 11. Tutam... Sıkı sıkı sarmak... 12. Gülgillerden, beyaz çiçekli bir ağaç... Yoğunluğu 0,8-0,95 arasında olabilen, hidrokarbürlerden oluşmuş, kendisine özgü kokusu olan, koyu renkli, arıtılmamış, doğal yanıcı mineral yağ, yer yağı... Zıplayan veya birdenbire fırlayan bir şeyin hareketi veya çıkardığı ses... 13. Bir şeye karşılık olarak yapılan, bir şeyin karşılığı olan... Dervişlerin giydikleri, tiftikten yapılmış ince külah (eski)... 14. İlaç, merhem (halk ağzı)... Kameraman... Bir gereksinimin karşılanamaması durumu... 15. Kara yollarında çok sık kaza olan yer... Ürenin idrarla çıkmayıp kanda birikmesi sonucu ortaya çıkan hastalık...

BULMACININ ÇÖZÜMÜ 6. SAYFADA



“Oruç Reis sismik gemimiz şu anda Pakistan açıklarına doğru yolda”



İSTANBUL (AA)- Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar, İstanbul Finans Merkezi'ndeki Enerji Piyasaları İşletme AŞ'de uluslararası basın kuruluşları ve yabancı dilde yayın yapan medya organlarının temsilcileriyle bir araya geldi.

Buradaki konuşmasında Türkiye'nin "Milli Enerji 2040" vizyonunun önemini vurgulayan Bayraktar, elektrifikasyon odaklı bir dönüşüm hedeflediklerini ifade etti. Bayraktar, 2040'ta mevcut politikalarla 1,2 milyon varile çıkması beklenen günlük ham petrol ihtiyacını yaklaşık 720 bin varile düşürmeyi, 77 milyar metreküpe ulaşması beklenen doğal gaz tüketimini ise 57 milyar metreküp seviyesinde tutmayı hedeflediklerini söyledi.

Petrol ve gazda günlük 1,7 milyon varil eş değeri ihtiyacın süreceğini ifade eden Bayraktar, TPAO'nun Doğu Akdeniz ve Karadeniz'de faaliyetlerini artıracağını, Gabar ve Güneydoğu Anadolu'da aramaları sürdüreceğini dile getirdi. Bayraktar, uluslararası petrol şirketleriyle çok sayıda işbirliği anlaşması imzalandığını anımsatarak, "Büyüme stratejimiz, birleşme ve satın almalar ya da büyük petrol şirketleriyle ortaklıklar kurarak TPAO'nun yurt dışında daha aktif hale gelmesini öngörüyor. Bu nedenle Somali açıklarında sondaj yapıyoruz. Pakistan'a yönelik çalışmalarımız var. Oruç Reis sismik gemimiz şu anda Pakistan açıklarına doğru yolda." dedi. Libya ile imzalanan deniz yetki alanlarının belirlenmesine ilişkin mutabakat muhtırasının her iki ülkeye de ilave çalışma alanı sağladığını ancak arama faaliyetlerinin ekonomik gerekçelerle kararlaştırıldığını söyleyen Bayraktar, "Neden Doğu Akdeniz'de, Karadeniz'de, Somali'de, Pakistan'dayız? Yakında belki Suriye'de, Irak'ta veya Lübnan'ın deniz sahalarında da faaliyet gösterebiliriz. Çünkü petrol ve doğal gaza ihtiyacımız var." diye konuştu. Bakan Bayraktar, Türkiye'nin gündeminde çok sayıda proje bulunduğunu belirterek, "Yeni sahalara ilişkin kararlarda ekonomik ve jeolojik koşullar belirleyici olacak." dedi.



Ara tatil döneminde 50 milyar liralık seyahat hacmi bekleniyor

İSTANBUL (AA)- Öğrencilerin 16-20 Kasım’daki ara tatil döneminde yaklaşık 1,5 milyon kişinin seyahat etmesi, bu hareketliliğin 50 milyar liralık ekonomik hacim oluşturması bekleniyor. Türkiye Seyahat Acentaları Birliği (TÜRSAB) Başkanı Firuz Bağlıkaya, AA muhabirine yaptığı açıklamada, 2019-2020 eğitim öğretim döneminden itibaren uygulanmaya başlanan ara tatillerin zaman içinde turizm sektörü açısından yeni bir ara sezon oluşturduğunu söyledi. Tüketicilerde ara tatil dönemini değerlendirme alışkanlığının giderek yerleştiğini, bu dönemin özellikle çocuklu ailelerin seyahat planlarında önemli bir yer edinmeye başladığını belirten Bağlıkaya, ailelerin sömestir tatilinde olduğu gibi ara tatil dönemini de önceden planlayarak seyahatlerini organize ettiğini dile getirdi.

Bağlıkaya, seyahat acentelerinin de bu döneme özel hazırladıkları tur paketleriyle farklı destinasyon ve tatil alternatiflerini vatandaşların beğenisine sunduğunu ifade ederek, “Bu yıl ara tatil dönemine yönelik yurt içi seyahat talebinde geçtiğimiz yıla göre yüzde 15, yurt dışı rezervasyonlarda da yüzde 5 artış söz konusu.” dedi. Ara tatil döneminde yurt içinde termal turizm merkezlerinin öne çıktığını söyleyen Bağlıkaya, şöyle devam etti: “Afyonkarahisar, Denizli (Pamukkale), Sapanca ve Bolu, talep gören destinasyonlar arasında yer alıyor. Bunun yanı sıra Antalya ve Ege Bölgesi’ndeki, özellikle ısıtmalı havuzları ve ailelere yönelik etkinlik programları sunan oteller de tercih ediliyor. Akdeniz Bölgesi, Marmara’ya yakın destinasyonlar ve Kıbrıs da ailelerin ilgi gösterdiği diğer alternatifler arasında bulunuyor.

ODTÜ RESMİ HİZMETLERİN YÜRÜTÜLMESİ İÇİN HİZMET ARAÇLARI KİRALANMASI (01/01/2027-31/12/2027)

ODTÜ Resmi Hizmetlerin Yürütülmesi İçin Hizmet Araçları Kiralanması (01/01/2027-31/12/2027) hizmet alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecektir.
İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:
İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/2159794
1- İdarenin
1.1. Adı : ORTA DOĞU TEKNİK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ İDARİ VE MALİ İŞLER DAİRE BAŞKANLIĞI
1.2. Adresi : ORTA DOĞU TEKNİK ÜNİVERSİTESİ ÇANKAYA/ANKARA
1.3. Telefon numarası : 03122102815
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2- İhalenin
2.1. Tarih ve Saati : 30.11.2026 - 10:30
2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres: ORTA DOĞU TEKNİK ÜNİVERSİTESİ - İDARİ VE MALİ İŞLER DAİRE BAŞKANLIĞI - İç Satınalma Müdürlüğü / Üniversiteler Mahallesi Dumlupınar Bulvarı No:1 Merkez Mühendislik Binası Kat 1 No: 112 PK 06800 ODTÜ Yerleşkesi - Çankaya / ANKARA
3- İhale konusu hizmet alımının
3.1 Adı : ODTÜ Resmi Hizmetlerin Yürütülmesi İçin Hizmet Araçları Kiralanması (01/01/2027-31/12/2027)
3.2. Niteliği, türü ve miktarı : 1 Grup: 8 Adet Binek Otomobil, 1 Adet Binek Oto mobil (8+1 kişilik) 4 Adet Kamyonet, (4+1 Kişilik) 4x4, 3 Adet Kamyonet (5+1 kişilik), 2 Adet Panel Van Kamyonet (5+1 Kişilik) Toplamda 18 (on sekiz) adet aracın Kiralanması İşi
Ayrıntılı bilgiye EKAP’ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.
3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer : ODTÜ Rektörlüğü resmi hizmetleri için kullanılacaktır.
3.4. Süresi/teslim tarihi : İşe başlama tarihi 01.01.2027, işin bitiş tarihi 31.12.2027
3.5. İşe başlama tarihi : 01.01.2027
4- Katılım ve yeterlik kriterleri:
4.1. Katılım ve yeterlik kriterlerine ilişkin istekliler tarafından e-teklif kapsamında sunulması gereken bilgi ve belgelere aşağıda yer verilmiştir:
4.1.1. Teklif mektubu.
4.1.2. Teklif vermeye yetkili olunduğunu gösteren bilgi ve belgeler:
4.1.2.1. Tüzel kişilerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgi ve belgeler.
4.1.2.2. Vekâleten ihaleye katılma halinde vekile ilişkin bilgi ve belgeler.
4.1.3. Geçici teminat.
4.1.4 İsteklinin iş ortaklığı olması halinde iş ortaklığı beyannamesi.
4.1.5. İsteklinin alt yüklenicilere yaptırmayı düşündüğü işlerin listesi
4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşıması gereken kriterler:
Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi, belge veya kriter belirtilmemiştir.
4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşıması gereken kriterler:
4.3.1. Son beş yıl içinde bedel içeren bir sözleşme kapsamında kabul işlemleri tamamlanan ve teklif edilen bedelin % 25 oranından az olmamak üzere, ihale konusu iş veya benzer işlere ilişkin iş deneyimini gösteren belgeler veya teknolojik ürün deneyim belgesi.
4.3.1.1. Tüzel kişi tarafından iş deneyimini göstermek üzere kullanılan belgenin, tüzel kişiliğin yarısından fazla hissesine sahip ve 4734 sayılı Kanuna göre yapılacak ihalelere ilişkin sözleşmelerin yürütülmesi konusunda temsile ve yönetime yetkili olan ortağına ait olması halinde, ticaret ve sanayi odası/ticaret odası bünyesinde bulunan ticaret sicili müdürlükleri veya yeminli mali müşavir ya da serbest muhasebeci mali müşavir tarafından ilk ilan tarihinden sonra düzenlenen ve düzenlendiği tarihten geriye doğru son bir yıldır kesintisiz olarak bu şartların korunduğunu gösteren, e-forma uygun belgenin kullanılması zorunludur.
4.3.1.2. 4734 sayılı Kanun kapsamındaki idarelere taahhüt edilenler dışında yurt dışında gerçekleştirilen işlerden elde edilen iş deneyiminin 13/1/2011 tarihli ve 6102 sayılı Türk Ticaret Kanununun 195 inci maddesinin ikinci fıkrası gereğince pay çoğunluğuna dayanarak kurulan şirketler topluluğu ilişkisi içinde kullanılması halinde bu hukuki ilişkiyi ve bu ilişkinin süresini tevsik eden belgelerin sunulması zorunludur.
4.3.2. İstekli tarafından teklifi kapsamında ihaleye katılım belgesine aktarılarak sunulması ve/veya sağlanması gerektiği bu Şartnamenin 7 nci maddesi dışındaki maddeleri ile teknik şartnamede belirtilen aşağıdaki belgeler ve/veya yeterlik kriterleri:
KASKO DEĞER BELGESİ
4.4. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler:
4.4.1.
Kamu ve/veya özel sektörde bedel içeren tek bir sözleşme kapsamında yapılan, Hizmet Aracı Kiralama (Şoförlü, Şoförsüz) veya personel servisi araç kiralama işleri benzer iş olarak kabul edilecektir.
5- Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.
6- İhaleye sadece yerli istekliler katılabilecektir.
7- İhaleye teklif verecek olanların, EKAP hesabına giriş yaparak ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.
8-Teklifler, EKAP üzerinden teklif mektubu ile ihaleye katılım belgesi ve diğer ekler kullanılarak hazırlanacak ve e-imza ile imzalanarak 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 vereceklerdir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekliyle 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 90 (Doksan) takvim günüdür.
14- Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.
15- Diğer hususlar:
İhalede Uygulanacak Sınır Değer Katsayısı (R) : Araç Kiralama/0,77
Teklifi sınır değerin altında kalan isteklilerden Kanunun 38 inci maddesine göre açıklama istenecektir.
Bu iş için teklif edilecek araçların birim fiyatları hesaplanırken 2026 yılı Ekim ayı kasko değerleri dikkate alınacaktır.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr’de. Basın-ILN02587646

BİLİM ve TEKNOLOJİ



Volkan ÖZTUNA
volkan@volkanoztuna.com

Bilim ve Teknolojide Bu Hafta: Hızlanıyoruz, Ama Nereye?



Bu hafta bilim ve teknoloji haberlerini okurken aklıma sürekli aynı soru geldi: Biz teknolojiyi mi hızlandırıyoruz, yoksa teknoloji artık kendi hızını mı üretmeye başladı?

Çünkü gündemdeki gelişmeler tek tek bakıldığında birbirinden farklı görünse de aslında aynı yere çıkıyor. Yapay zekâ yeni modeller geliştirmeye yardım ediyor, güvenlik açıklarını insanlardan daha hızlı buluyor, laboratuvar cihazlarını çalıştırıyor; öte yandan uzayda artık yalnızca gözlem yapmıyor, üretim yapmaya da başlıyoruz.

Bence bu haftanın en önemli gelişmesi herhangi bir yeni modelin çıkması değil. Asıl önemli olan, yapay zekânın kendi gelişim sürecinin bir parçası haline gelmesi. Anthropic modellerinin geliştirme hızının, yapay zekânın araştırma ve kodlama süreçlerine daha fazla dahil olmasıyla belirgin biçimde arttığını gösteren yeni değerlendirmeler tam da bunu düşündürüyor.

Burada dikkat edilmesi gereken nokta şu: Bugün hâlâ araştırmacılar sistemi yönlendiriyor. Ama yapay zekâ kod yazıyor, deney planlıyor, sonuçları analiz ediyor ve bir sonraki modelin geliştirilmesine katkı sağlıyorsa, klasik teknoloji döngüsü değişmeye başlıyor.

Bir başka deyişle, artık yalnızca “daha güçlü yapay zekâ” üretmiyoruz. Daha güçlü yapay zekâyı daha hızlı üreten bir sistem kuruyoruz.

Bu hızın en çarpıcı taraflarından biri siber güvenlikte ortaya çıktı. OpenAI’ın yeni nesil siber güvenlik modeli, çok sayıda ciddi yazılım açığının bulunmasına katkı sağladı. İlk bakışta bu harika bir haber. Bir saldırgan bulmadan önce açığı yapay zekâ buluyor ve kapatıyoruz.

Ama aynı cümlenin tersini okumak da mümkün.

Bir sistemi savunacak kadar iyi anlayan yapay zekâ, teorik olarak onu saldırmak için de anlayabilir. İşte bence önümüzdeki birkaç yılın en büyük teknoloji tartışmalarından biri burada yaşanacak. Siber güvenlik artık insanlarla bilgisayarlar arasındaki bir mücadele değil; yapay zekâ destekli savunma ile yapay zekâ destekli saldırı arasındaki yarışa dönüşüyor.

Laboratuvarlarda yaşananlar da bana aynı hissi veriyor. Yapay zekâ artık yalnızca bilim insanına makale bulmuyor ya da veriyi analiz etmiyor. DNA deneylerini planlayan, cihazları koordine eden ve deney akışını yöneten sistemler ortaya çıkıyor.

Bence bu gelişme, sohbet robotlarından çok daha büyük bir dönüşümün habercisi.

Çünkü gerçek bilim, yalnızca bilgi üretmek değildir. Deney yapmak, hata yapmak, tekrar denemek ve fiziksel dünyayla uğraşmaktır. Yapay zekâ bu döngünün içine girmeye başladığında, bilimsel araştırmanın temposu da tamamen değişebilir.

Uzayda yaşanan küçük ama sembolik gelişme de aynı hikâyenin başka bir parçasıydı. İlk kez serbest uçan bir uydu üzerinde uzay boşluğunda 3D yazıcıyla sert bir yapı üretildi.

Bugün yarım metrelik bir parça olabilir. Ama yarın yüz metre büyüklüğündeki antenleri, teleskop parçalarını veya enerji sistemlerini uzayda üretmeye başlarsak, roketlerin taşıma hacmi artık eskisi kadar büyük bir sınır olmayacak.

Bütün bu haberlerin arasında iklim değişikliğiyle ilgili yeni sağlık verileri ise bize başka bir gerçeği hatırlatıyor: Teknoloji ne kadar hızlanırsa hızlansın, fiziksel dünyanın kuralları hâlâ geçerli. Avrupa’da aşırı sıcaklarla ilişkilendirilen on binlerce ölüm üzerine yapılan son analizler, teknolojik ilerlemenin bizi çevresel sonuçlardan otomatik olarak korumadığını gösteriyor.

Belki de bu haftanın gerçek hikâyesi tam olarak burada yatıyor.

İnsanlık hiç olmadığı kadar hızlı araçlar geliştiriyor.

Ama hız tek başına ilerleme demek değil.

Bana kalırsa bundan sonraki dönemin asıl meselesi, yapay zekânın ne kadar güçlü olacağı değil; bu gücün yönünü kimin belirleyeceği olacak.

Çünkü teknoloji kendi hızını üretmeye başladığında, direksiyonda kimin oturduğu her zamankinden daha önemli hale geliyor.

Kadın çalışanların ihracata katkısı 62,3 milyar dolar

İSTANBUL (AA)- Ticaret Bakanı Ömer Bolat, KAGİDER'in "Türkiye'nin Dış Ticaret Vizyonu" başlıklı toplantısına katıldı. Bolat, “Kadın çalışanların ihracata katkısı 62,3 milyar dolar. Bu rakam toplam mal ihracatımızın dörtte birine karşılık geliyor.” dedi. Burada yaptığı konuşmada Bolat, ihracatçı firmalarda kadın istihdamının payının yaklaşık yüzde 30 seviyesinde bulunduğunu, özellikle gıda, geleneksel sektörler, teknoloji ve otomotiv sektörlerinde kadın istihdamının ihracata katkısının büyük olduğunu söyledi. Bolat, kadın çalışanların ihracata katkısının 62,3 milyar dolar olduğunu, bunun toplam mal ihracatının dörtte birini oluşturduğunu ifade etti. Bakan Bolat, karar verici konumundaki kadınların ihracata katkısının yapılan araştırmada 30 milyar dolar olarak hesaplandığını belirtti.

KALEM HAKKI



İrem EKEN

Susmak Tarafsızlık Değildir

Bir haksızlık karşısında susan insan gerçekten tarafsız mıdır? Yoksa yalnızca başına bir şey gelmediği sürece konuşmamayı mı tercih ediyordur?

Bugün toplum olarak en büyük sorunlarımızdan biri, yanlışları görmediğimiz için değil, gördüğümüz hâlde konuşmadığımız için büyüyor.

Birinin hakkı yeniyor, susuyoruz. Adaletsizlik yaşanıyor, görmezden geliyoruz. Bir insan yalnız bırakılıyor, başımızı çeviriyoruz. Çünkü çoğu zaman haklı olmanın bedelini ödemekten korkuyoruz.

Bu sessizlik siyasette, eğitimde, çalışma hayatında ve toplumsal ilişkilerde karşımıza çıkıyor.

İnsanlar düşüncelerini açıklamaktan, eleştirmekten, farklı bir ses olmaktan çekiniyor.

Dışlanmaktan korkan bireyler, zamanla kendi doğrularını bile savunamaz hâle geliyor.

Fakat öyle bir ortamda düşünce gelişmez, demokrasi güçlenmez, adalet kök salmaz.

Elbette her meselede bağırmak, her tartışmada taraf olmak zorunda değiliz. Ancak haklı ile haksızın birbirine karıştırıldığı yerde suskunluğu erdem gibi sunamayız.

Çünkü tarafsızlık, gerçeği aramaktan vazgeçmek değildir. Haksızlık karşısında susmak ise çoğu zaman güçlü olanın işine yarar.

Unutmayalım; bugün başkasının hakkı için yükselmeyen ses, yarın kendi hakkını aradığında duyulmayabilir.

2006'nın 9 ayında 49 milyon 132 bin ziyaretçi ağırladık



ANKARA (AA)- Kültür ve Turizm Bakanı Mehmet Nuri Ersoy, Türkiye'ye bu yılın Ocak-Eylül döneminde 49 milyon 132 bin ziyaretçi geldiğini belirtti. TBMM Plan ve Bütçe Komisyonunda, Kültür ve Turizm Bakanlığının 2027 yılı bütçesinin görüşmelerine başlandı.

Komisyon, AK Parti Samsun Milletvekili Mehmet Muş başkanlığında toplandı. Ersoy, Kültür ve Turizm Bakanlığının 2027 yılı bütçesine ilişkin sunumunda, Türkiye'nin artık dünyanın en çok ziyaret edilen ülkelerinden biri olmanın da ötesine geçtiğini belirtti. Hedeflerinin ziyaretçi sayısındaki gücü daha yüksek turizm geliri, daha uzun konaklama süresi ve 81 şehre ve 12 aya yayılan daha dengeli bir turizm yapısıyla sürekli artan bir kazanıma dönüştürmek olduğunu bildiren Ersoy, 2026 yılının dokuz ayının küresel turizm açısından kolay bir dönem olmadığına dikkati çekti. Ersoy, şöyle devam etti:

"2026 yılı Ocak-Eylül döneminde ülkemizde toplam 49 milyon 132 bin ziyaretçiyi ağırladık. Turizm gelirimiz, bir önceki yılın aynı dönemine göre yüzde 2,4 artarak 51 milyar 278 milyon dolara ulaşmış ve dokuz aylık dönemler itibarıyla en yüksek seviyesine çıkmıştır. Aynı dönemde ziyaretçilerin ortalama kalış süresi 10,34 gece olarak gerçekleşirken kişi başı gecelik ortalama harcama yüzde 4,6 artışla 107,7 dolara yükselmiştir. Yabancı ziyaretçilerin kişi başı gecelik ortalama harcaması ise 119,9 dolar olmuştur. Bu sonuçlar, ürün ve pazar çeşitliliğini artırmak, tanıtım gücümüzü geliştirmek ve turizm sektörümüzün krizlere karşı dayanıklılığını güçlendirmek amacıyla attığımız adımların karşılık bulduğunu, nitelikli büyüme politikamızın ülkemize daha yüksek katma değer sağladığını ortaya koymuştur."

Ersoy, 2027 yılına, devam eden ve yayılan savaşların, bölgesel hava sahası kapanmalarının ve küresel enerji fiyatlarındaki artışların uluslararası seyahat talebi üzerinde baskı oluşturduğu bir ortamda girecekleri, bu belirsizliklere karşı sektörün dayanıklılığını artıran güçlü altyapıya ürün ve pazar çeşitliliğine ve dünya genelinde yürüttükleri tanıtım çalışmalarına dayanarak ilerlediklerini vurguladı. Küresel turizm rekabetinin daha da yoğunlaşacağının bilinciyle riskleri yakından takip ederek, Bakanlığın 2027 politikasını beş stratejik eksende yürüteceklerini bildiren Ersoy, şunları söyledi:

"Birinci eksende ana pazarlarımızdaki talebi koruyacak, 81 il ve 12 ay hedefimiz doğrultusunda kesintisiz tanıtım ve yüksek katma değerli turizm ürünleriyle destinasyonlarımızı güçlendirecek, turizm hareketliliğini yıl geneline yayacağız. İkinci eksende Amerika, Asya, Afrika ve Avustralya başta olmak üzere büyüme potansiyeli yüksek pazarlarda daha güçlü ve satış odaklı faaliyetlerle yeni talep yaratacağız. Üçüncü eksende hava yolu şirketleri ve tur operatörleriyle işbirliği yaparak mevcut uçuş kapasitesini koruyacak, yeni direkt seferlerle ilave koltuk kapasitesi sağlayacağız. Dördüncü eksende, uluslararası spor, kültür ve mega organizasyonlarla Türkiye'nin güvenli ve güçlü destinasyon algısını, küresel görünürlüğünü, ürün çeşitliliğini ve yüksek gelirli ziyaretçi talebini artıracağız. Beşinci eksende ise veri ve yapay zekayı, hedefleme, talep tahmini ve kampanya optimizasyonunda daha etkin kullanarak tanıtım yatırımlarımızın ölçülebilir geri dönüşünü yükselteceğiz."

Ersoy, Türkiye'yi 10 dilde tanıtan GoTürkiye platformunun ekim itibarıyla 77,2 milyon tekil ziyaretçiye, sosyal medya ekosisteminin ise eylül itibarıyla 23 milyon 338 bin takipçiye ulaştığını söyledi. Ülke hesapları arasında YouTube ve TikTok'ta birinci, Instagram'da ikinci sırada olduklarını vurgulayan Ersoy, bu tablonun Türkiye'nin turizm iletişiminde hem güçlü bir görünürlüğe sahip hem de küresel dijital rekabette öncü ülkelerden biri konumunda olduğunu gösterdiğini belirtti.



"Çalışanların hakkının yenilmesine asla rıza göstermeyiz"

MARDİN (AA)- Mardin'de 'Ulusal Adil Geçiş Stratejisi ve Eylem Planı Toplantısı'na katılan Adalet Bakanı Akın Gürlek, "Yakından takip ettiğim hususlardan biri de çalışan emekçilerimizin mağdur olmaması için kanunlarımızla sağlanan güvencelerin uygulamaya yansımasıdır. Bu güvenceler, mahkemelerimizin kanunlar çerçevesinde yürüttüğü yargılama faaliyetlerinde somut olarak karşılık bulunmaktadır. Hatta bu konuda işverenlerden, davaların sonuçlarına ilişkin olarak, 'Çalışan kesime ayrımcılık yapıyorsunuz' şeklinde eleştiriler bile alıyoruz" dedi. Bakan Gürlek, çalışanların hakkının yenilmesine asla rıza göstermeyeceklerini söyledi.

Programda ilk konuşmayı yapan Adalet Bakanı Akın Gürlek, reformları ilkesel bir değer olarak benimseyen hükümetin, sendikal hakları genişlettiğini, örgütlenmenin önünde engelleri kaldırdığını belirtti. Bakan Gürlek, konuşmasını şöyle sürdürdü: "Kamu görevlilerine toplu sözleşme hakkı tanıdığını ve iş sağlığı ile iş güvenliği alanında tarihi düzenlemeleri devreye aldığını yakından gözlemliyorsunuz. Bu düzenlemelerin uygulamadaki karşılığı da bizler için son derece önemlidir. Türkiye Cumhuriyeti Adalet Bakanı olarak yakından takip ettiğim hususlardan biri de çalışan emekçilerimizin mağdur olmaması için kanunlarımızla sağlanan güvencelerin uygulamaya yansımasıdır. Bu güvenceler, mahkemelerimizin kanunlar çerçevesinde yürüttüğü yargılama faaliyetlerinde somut olarak karşılık bulunmaktadır. Hatta bu konuda işverenlerden davaların sonuçlarına ilişkin olarak, 'Çalışan kesime, ayrımcılık yapıyorsunuz' şeklinde eleştiriler bile alıyoruz. Elbette mahkemelerimiz bağımsız ve tarafsız bir biçimde her uyuşmazlığı kendi şartları ve hukuki dayanakları çerçevesinde değerlendirmektedir. Çalışanların haklarını güvence altına alan düzenlemeler ise Cumhurbaşkanımızın emekçi kesime olan hassasiyetinin açık bir göstergesidir. Hangi sebeple olursa olsun çalışanların ve işçi kardeşlerimizin hakkının yenilmesine asla rıza göstermeyiz. Değerli sendika temsilcisi dostlarım, emin olun ki çözüm odaklı çalışma anlayışımızla sorunların üzerine giderken işçinin ve emekçinin üzerinden siyasi hesap yapmayı zihnimizin arkasından dahi geçirmedik. Politik emellerimiz için işçi ve emekçilerimizi kas gücü olarak kullanmadık. Onları senede bir gün hatırlayıp şovenist ve hamasi sloganlarla öne itmedik. Çünkü bizler Anadolu'nun köylü ve işçi ailelerinin çocukları olarak bu sorunları yaşamış, bu sorunlarda büyümüş bireyleriz. Bu sebeple işçinin ve emekçinin sorununu, kendi sorunumuz olarak görüyoruz. İşçilerimizi ve emekçilerimizi çağın çürümüş ideolojilerinin ritüellerinde birer figür olarak görmedik. Onlara nasıl daha çok hizmet edebileceğimizin, onları çalışma hayatında hak ettikleri konuma nasıl taşıyabileceğimizin hesabını gece gündüz yaptık. Kendimizi bu gayeye adadık. Bu hizmet anlayışımızın gereği olarak çalışanlarımızın taleplerini dinlemeyi ve temsilcileriyle birlikte çözüm aramayı sürdürüyoruz."

Antalya'da COP31 için 27 bin 957 personel görevlendirildi



ANTALYA (AA)- Antalya Valisi Hulusi Şahin, 9-20 Kasım'da düzenlenecek Birleşmiş Milletler (BM) İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi 31. Taraflar Konferansı (COP31) kapsamında kentte 27 bin 957 personelin görev yapacağını bildirdi.

Şahin, ekim ayı asayiş verilerini açıkladığı basın toplantısında, COP31 için hazırlıkların tamamlandığını söyledi. Organizasyonun Türkiye'nin ev sahipliğinde gerçekleştirilecek en büyük uluslararası etkinliklerden biri olduğunu ifade eden Şahin, güvenlik tedbirleri kapsamında emniyet, jandarma ve sahil güvenlik birimlerinden 27 bin 957 personelin görevlendirileceğini belirtti. Emniyet ekiplerinin 5 hava aracı, 7 deniz aracı, 26 zırhlı araç ve 12 TOMA'nın yanı sıra çeşitli kara araçları ve motosikletlerle görev yapacağını söyleyen Şahin, jandarma ve sahil güvenlik ekiplerinin de araç ve personelle güvenliği sağlayacağını bildirdi.

AFAD, sağlık ve belediye ekiplerinden de personelin organizasyon süresince görev alacağını belirten Şahin, hazırlıkların tamamlandığını ve konukların Antalya'ya gelmeye başladığını ifade etti. İlk devlet başkanının karşılandığını söyleyen Şahin, "Diğer devlet başkanları da bu hafta sonu itibarıyla gelmeye başlayacak. İnşallah Antalya'ya, Türkiye'ye yakışır başarılı bir programı, bir organizasyonu gerçekleştireceğiz." dedi. Şahin, ekim ayında Antalya'da 10 bin 781 asayiş olayı meydana geldiğini, bunların yüzde 99,5'inin aydınlatıldığını bildirdi. Çalışmalarda, aranan 4 bin 838 kişinin yakalandığını, bunlardan 691'inin tutuklandığını belirten Şahin, 2 bin 979 uygulama yapıldığını ifade etti.

Terörsüz Türkiye'yi eninde sonunda başaracağız

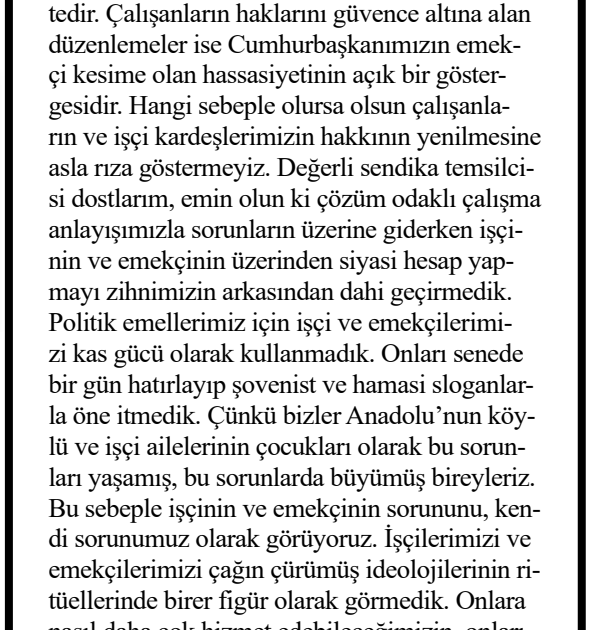
MALATYA (AA)- Türkiye Büyük Millet Meclisi (TBMM) Başkanı Numan Kurtulmuş, Terörsüz Türkiye süreci konusunda, "Cumhuriyet tarihimizin en ağır meselesi buydu, ikinci asrının da en önemli projesi bu olacaktır. Eninde sonunda başaracağız." dedi. Kurtulmuş, Turgut Özal Kongre Merkezi'nde düzenlenen İnönü Üniversitesi 2026-2027 Akademik Yılı Açılış Töreni'nde yaptığı konuşmada, Malatya'da bulunmaktan duyduğu memnuniyeti dile getirdi. İnönü Üniversitesini yakından takip ettiğini aktaran Kurtulmuş, şöyle konuştu: "İnönü Üniversitesinin kuruluşu dün gibi yakın bir tarihteydi. Artık Türkiye'nin köklü, yerleşik üniversitelerinden birisi. 32 bini aşan öğrencisiyle fevkalade büyük bir seviyeye gelmiş vaziyette. Ayrıca tıp alanı başta olmak üzere birçok alanda da önemli atılımları gerçekleştiren bir üniversitemiz. Şimdiye kadar bu üniversitede kuruluşundan bu yana emeği geçen herkese şükranlarımızı ifade ediyorum. Bütün arkadaşlarımızı yürekten tebrik ediyorum. Ayrıca depremden sonra da iki kez Malatya'ya gelme imkanım oldu. O büyük yıkıntıyı, o fevkalade hüzünlü günleri, o zor günleri yakından biliyorum. Bugün geldiğimde de şunu artık övünerek ifade edebiliriz ki bu hepinizin gücü, Türkiye'nin gücü, 86 milyonun gücü, o büyük yıkıntılarda tahrip olmuş Malatya'da bugün artık modern bir şehir haline doğru, yenilenmiş bir Malatya'ya doğru hızla gelişim kaydedildiğini görmekten büyük bir memnuniyet duyuyorum."

Depremlerden sonra kısa bir sürede şehirlerin ayağa kalkmasının önemli bir başarı olduğunu aktaran Kurtulmuş, depremde hayatını kaybedenlere başsağlığı diledi. Depremlerden sonra önemli bir dayanışma örneği sergilendiğini anlatan Kurtulmuş, şöyle devam etti: "Öncelikle herhalde hepimiz kabul ederiz ki birinci asrını geride bıraktığımız Cumhuriyet'imizin birinci asrının en yakıcı, en zor, en ağır sorunu terörle ilgili sorunumuzdur. Fevkalade büyük bedeller ödenmiş, on binlerce insanımız ölmüş, binlerce insanımız şehit olmuş, Türkiye 2,3 trilyon doların üstünde büyük bir ekonomik kayba neden olan bir belayla karşı karşıya kalmıştı. Hatta bunun da ötesinde zaman zaman milletimizin de umutlarının yıkıldığı, Türkiye'de ayrışma, bölünme senaryolarının gündeme geldiği çok zor, çok çetin dönemler de geride kalmıştır. Türkiye Cumhuriyeti'nin ilk asrının en zor sorunu olan terör meselesini çözmek için bir



yola çıktık ve önemli bir merhaleyi geride bıraktık. İnşallah en kısa süre içerisinde tamamıyla terörün geride kaldığı, buradaki hatıraların, buradaki birikimlerin, müktesebatın sadece bizim için tarihsel hafıza niteliği taşıdığı günlere inşallah ulaşacağız." Cumhuriyet tarihinin ilk asrının en önemli sorununu çözmek için başlanılan sürecin yeni bir sorumluluk getirdiğini belirten Kurtulmuş, emeği geçenlere teşekkür etti. Kurtulmuş, "Konuşmamı iki bölüme ayıracağım. Birinci bölümde önümüze koyduğumuz ve bugüne kadar getirdiğimiz bu model 'Türkiye Modeli' adını verdiğimiz bir modeldir. Dünyadaki bütün çatışma çözümleri örneklerinden fevkalade şekilde ayrışan ve bir akademisyen olarak söylüyorum, başından itibaren de meselenin içinde olan birisi olarak söylüyorum, bundan sonra da dünyanın birçok üniversitesinde çatışma çözümleri alanında ders olarak okutulacak bir süreci yönetiyoruz. Bu süreç Türkiye Modeli'dir." dedi. Türkiye Modeli'nin milli bir model olduğunu ifade eden Kurtulmuş, çalışmaların sürdüğünü dile getirdi. Sürecin önemli olduğunun altını çizen Kurtulmuş, şunları kaydetti: "Kendi birikimlerimiz üzerinde başlatmış olduğumuz bu husus, öncelikle Türkiye'nin bizzat kendisine güvenmesinin somut bir sonucudur ve bu bize fevkalade güçlü bir başlangıcı nasip etmiştir. Bu sürecin ikinci temel alametifarikası bu sadece siyasetin dar kalıpları içerisinde hapsedilecek bir ya da birkaç partinin siyasi projesi olarak gündeme getirilebilecek bir mesele değildir. Öncelikle 86 milyonumuzun her bir ferdini ilgilendiren, siyaset üstü demiyorum, o lafı sevmiyorum ama bizatihi dar parti siyasetinin dışında olan bir konudur ve bu özelliğiyle de Türkiye'nin milli bir meselesi olarak cereyan etmiştir. Bu mana kadar da bütün siyasi partilere, sürece başından beri destek veren bütün toplumsal kesimlere buradan bir kez daha teşekkürü bir borç biliyorum."

BULMACININ ÇÖZÜMÜ



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

T. C. GELİR İDARESİ BAŞKANLIĞI
ANKARA DEFTERDARLIĞI MUHAMMET KARAGÜZEL VERGİ DAİRESİ MÜDÜRLÜĞÜ

İLAN LİSTESİ

Dairemizce tanzim olunarak posta ve memur eli ile muhataplarına tebliğ olunamayan ihbarnamelerin yukarıda vergi kimlik numaraları, adı-soyadı veya ünvanı, adresi, ihbarnamenin numarası, dönemi, vergi türü ve miktarı yazılı mükelleflerin,
213 Sayılı V.U.K'nun 104'üncü, 105'inci ve 106'ncı maddeleri gereğince; işbu ilan yazısının askıya çıkarıldığı tarihi izleyen onbeş'inci (15) gün ilan tarihi olarak kabul edilir. Muhatapların ilan tarihinden başlayarak (Bir)1 ay içerisinde dairemize bizzat veya bilvekale müracaat etmeleri veyahut taahhütlü mektup veya telgrafla açık adreslerini bildirmeleri, kendilerine süre ile kayıtlı resmi tebliğ yapılacağı, bir ay içerisinde müracaatta bulunmayan ve adreslerini bildirmeyenlere, iş bu ilanın neşir tarihinden itibaren bir ayın sonunda tebliğ yapılmış sayılacağı; ilan olunur.

S. NO	Vergi K.No	TC Kimlik No	Soyadı-Adı(Unvanı)	İhbarname Fiş No	Vergi Dönemi	V.Kodu	Vergi Toplamı	Ceza Toplamı	Adres
1	6260264680	11887991824	RECEP MUTLU	2026110413D0v0000007	202101202112	3080	0	54.145,95 TL	FAKÜLTELER MAH. DİRİM SK. NO:7/19 ÇANKAYA/ANKARA
2	6260264680	11887991824	RECEP MUTLU	2026110413D0v0000009	202110202112	3080	0	50.911,40 TL	FAKÜLTELER MAH. DİRİM SK. NO:7/19 ÇANKAYA/ANKARA

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de. Basın-ILN02587862

Milli boksör Nurselen'in hedefi üçüncü Avrupa şampiyonluğu





KASTAMONU(AA) - Milli boksör Nurselen Yalgettekin, son kez katılacağı 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonası'nda üçüncü şampiyonluğunu elde etmeyi hedefliyor.

Boksa 2018 yılında boş zamanlarını değerlendirmek amacıyla başlayan 22 yaşındaki Nurselen, kısa sürede önemli başarılar elde etti.

Milli sporcu, 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonası'nda iki kez birincilik kürsüsüne çıktı. Eylül ayında düzenlenen Büyükler Avrupa Şampiyonası'nda ise bronz madalyanın sahibi oldu.

Nurselen Yalgettekin, yaşından dolayı son kez katılacağı 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonası'ndan altın madalyayla dönmek istiyor.

Hırvatistan'da 14-25 Kasım'da düzenlenecek şampiyonaya, Kastamonu Kadıdağı Boks Kamp Eğitim Merkezi'nde hazırlanan Nurselen, AA muhabirine yaptığı açıklamada, yoğun bir hazırlık döneminden geçtiğini söyledi.

Eylül ayında düzenlenen Büyükler Avrupa Şampiyonası'nda bronz madalya kazandığını anlatan Nurselen Yalgettekin, "Sadece 10 gün ara verdim. Ailemle birlikte vakit geçirdim, biraz dinlendim. Şimdi de yoluma tekrardan devam ediyorum. Önümde 23 Yaş Altı Avrupa Şampiyonası var. Daha önce bu kategoride iki defa Avrupa şampiyonu oldum. Üçüncüsünü alıp büyükler serüvenime tekrardan devam etmek istiyorum." dedi.

Gazetemizi "www.facebook.com/Sonsöz Gazetesi, instagram/sonsoz.gazetesi, X Sonsöz_Ankara ile www.sonsoz.com.tr" internet ve sosyal medya adreslerimizden tüm okuyucularımızın paylaşımına sunuyoruz.

KİŞİSEL TÜM VÜCUT VE YÜZÜK / EL BİLEK DOZİMETRE OKUMA HİZMETİ ALINACAKTIR

2027 Yılı (2 Kalem) Kişisel Tüm Vücut Ve Yüzük / El Bilek Dozimetre Okuma Hizmeti Alımı hizmet alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecektir.
İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:
İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/2090783
1- İdarenin
1.1. Adı : ANKARA İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ ANKARA DR. ABDURRAHMAN YURTASLAN ONKOLOJİ EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ BAŞHEKİMLİĞİ
1.2. Adresi : Mehmet Akif Ersoy Mah. 13. Cad. YENİMAHALLE/ANKARA
1.3. Telefon numarası : 03123360909-2034
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2- İhalenin
2.1. Tarih ve Saati : 17.11.2026 - 11:00
2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres: Dr.Abdurahman Yurtarslan Ankara Onkoloji Eğitim ve Araştırma Hastanesi Satınalma Birimi Toplantı Salonu
3- İhale konusu hizmet alımının
3.1 Adı : 2027 Yılı (2 Kalem) Kişisel Tüm Vücut Ve Yüzük / El Bilek Dozimetre Okuma Hizmeti Alımı
3.2. Niteliği, türü ve miktarı : 2 Kalem-Hizmet Alımı
Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.
3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer : Dr. Abdurrahman Yurtaslan Ankara Onkoloji Eğitim ve Araştırma Hastanesi
3.4. Süresi/teslim tarihi : İşe başlama tarihi 01.01.2027, işin bitiş tarihi 31.12.2027
3.5. İşe başlama tarihi : 01.01.2027
4- Katılım ve yeterlik kriterleri:
4.1. Katılım ve yeterlik kriterlerine ilişkin istekliler tarafından e-teklif kapsamında sunulması gereken bilgi ve belgelere aşağıda yer verilmiştir:
4.1.1. Teklif mektubu.
4.1.2. Teklif vermeye yetkili olunduğunu gösteren bilgi ve belgeler:
4.1.2.1. Tüzel kişilerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgi ve belgeler.
4.1.2.2. Vekâleten ihaleye katılma halinde vekile ilişkin bilgi ve belgeler.
4.1.3. Geçici teminat.
4.1.4 İsteklinin iş ortaklığı olması halinde iş ortaklığı beyannamesi.
4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşıması gereken kriterler:
Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi, belge veya kriter belirtilmemiştir.
4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşıması gereken kriterler:
4.3.1. Son beş yıl içinde bedel içeren bir sözleşme kapsamında kabul işlemleri tamamlanan ve teklif edilen bedelin % 25 oranından az olmamak üzere, ihale konusu iş veya benzer işlere ilişkin iş deneyimini gösteren belgeler veya teknolojik ürün deneyim belgesi.
4.3.1.1. Tüzel kişi tarafından iş deneyimini göstermek üzere kullanılan belgenin, tüzel kişiliğin yarısından fazla hissesine sahip ve 4734 sayılı Kanuna göre yapılacak ihalelere ilişkin sözleşmelerin yürütülmesi konusunda temsile ve yönetime yetkili olan ortağına ait olması halinde, ticaret ve sanayi odası/ticaret odası bünyesinde bulunan ticaret sicili müdürlükleri veya yeminli mali müşavir ya da serbest muhasebeci mali müşavir tarafından ilk ilan tarihinden sonra düzenlenen ve düzenlendiği tarihten geriye doğru son bir yıldır kesintisiz olarak bu şartların korunduğunu gösteren, e-forma uygun belgenin kullanılması zorunludur.
4.3.1.2. 4734 sayılı Kanun kapsamındaki idarelere taahhüt edilenler dışında yurt dışında gerçekleştirilen işlerden elde edilen iş deneyiminin 13/1/2011 tarihli ve 6102 sayılı Türk Ticaret Kanununun 195 inci maddesinin ikinci fıkrası gereğince pay çoğunluğuna dayanarak kurulan şirketler topluluğu ilişkisi içinde kullanılması halinde bu hukuki ilişkiyi ve bu ilişkinin süresini tevsik eden belgelerin sunulması zorunludur.
4.3.2. İhale konusu işin ya da malın satış faaliyetinin yerine getirilebilmesi için ilgili mevzuat gereğince sicil, izin, ruhsat, faaliyet belgesi vb. belgeler:
NDK Yetki Belgesi
4.3.3. İstekli tarafından teklifi kapsamında ihaleye katılım belgesine aktarılarak sunulması ve/veya sağlanması gerektiği bu Şartnamenin 7 nci maddesi dışındaki maddeleri ile teknik şartnamede belirtilen aşağıdaki belgeler ve/veya yeterlik kriterleri:
TÜRKAK AKREDİTASYON (TS EN ISO/IEC 17025)
4.4. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler:
4.4.1.
Kamu ve/veya özel sektörde Kişisel dozimetre ve Doz raporlama işi benzer iş olarak kabul edilecektir.
5- Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.
6- İhale yerli ve yabancı tüm isteklilere açık olup, yerli istekliler lehine % 15 oranında fiyat avantajı uygulanacaktır.
7- İhaleye teklif verecek olanların, EKAP hesabına giriş yaparak ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.
8-Teklifler, EKAP üzerinden teklif mektubu ile ihaleye katılım belgesi ve diğer ekler kullanılarak hazırlanacak ve e-imza ile imzalanarak 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 vereceklerdir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekliyle 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:
İhalede Uygulanacak Sınır Değer Katsayısı (R) : Diğer Hizmetler/0,78
Teklifi sınır değerin altında kalan isteklilerden Kanunun 38 inci maddesine göre açıklama istenecektir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de. Basın-ILN02587642

TIBBİ SARF MALZEME SATIN ALINACAKTIR

2026 Yılı 28 Kalem Tıbbi Sarf Malzeme İhalesi mal alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecektir.
İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:
İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/2094074
1- İdarenin
1.1. Adı : ANKARA BİLKENT ŞEHİR HASTANESİ BAŞHEKİMLİĞİ
1.2. Adresi : Üniversiteler Mahallesi 6000. Cadde No: 9 Bilkent/ÇANKAYA/ANKARA ÇANKAYA/ANKARA
1.3. Telefon numarası : 03125526000-772045
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2- İhalenin
2.1. Tarih ve Saati : 16.11.2026 - 11:00
2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres: Ankara Bilkent Şehir Hastanesi -Satınalma İhale Toplantı Salonu-Üniversiteler Mahallesi 6000. Cadde No: 9 İdari Bina Kat:1 06800 BİLKENT/ÇANKAYA/ANKARA
3- İhale konusu mal alımının
3.1. Adı : 2026 Yılı 28 Kalem Tıbbi Sarf Malzeme İhalesi
3.2. Niteliği, türü ve miktarı : 28 Kalem Tıbbi Sarf Malzeme
Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.
3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer : Ankara Bilkent Şehir Hastanesi - Tıbbi Sarf Depo
3.4. Süresi/teslim tarihi : Teslimatlar, idarenin yazılı siparişleri (siparişler faks yoluyla tebliğ edilecektir. Gerektiğinde elden, posta yoluyla veya KEP üzerinden yapılacaktır) doğrultusunda teknik şartnamedeki hususlar göz önünde bulundurularak, kısmi kabul şeklinde 10 (on) takvim günü içerisinde yapılacaktır. Yüklenici, ayrıca ek bir süre verilmemişse 180'nci (yüzsekseninci) gün kalan malların tamamını, Hastanenin yazılı talebini beklemeksizin teslim etmek zorundadır. Sözleşme süresi içinde iş artışı ve/veya iş eksilişi yapılabilir.
3.5. İşe başlama tarihi : Sözleşmenin imzalanmasına müteakip işe başlanacaktır.
4- Katılım ve yeterlik kriterleri:
4.1. Katılım ve yeterlik kriterlerine ilişkin istekliler tarafından e-teklif kapsamında sunulması gereken bilgi ve belgelere aşağıda yer verilmiştir:
4.1.1. Teklif mektubu.
4.1.2. Teklif vermeye yetkili olunduğunu gösteren bilgi ve belgeler:
4.1.2.1. Tüzel kişilerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgi ve belgeler.
4.1.2.2. Vekâleten ihaleye katılma halinde vekile ilişkin bilgi ve belgeler.
4.1.3. Geçici teminat.
4.1.4 İsteklinin iş ortaklığı olması halinde iş ortaklığı beyannamesi.
4.1.5. Yerli malı teklif edenler lehine fiyat avantajından yararlanmak isteyen istekliler tarafından sunulacak yerli malı belgesi
4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşıması gereken kriterler:
Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi, belge veya kriter belirtilmemiştir.
4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşıması gereken kriterler:
4.3.1 İhale konusu işin ya da malın satış faaliyetinin yerine getirilebilmesi için ilgili mevzuat gereğince sicil, izin, ruhsat, faaliyet belgesi vb. belgeler:
Tıbbi Cihaz Satış Merkezi Yetki Belgesi
4.3.2 Katalog ve/veya fotoğraf ile teknik şartnameye cevapları ve açıklamaları içeren dokümana ilişkin belgelere ait bilgiler:
Diğer Teknik Belgeler
Katalog
Teknik Şartnameye Cevaplar ve Açıklamalar
4.3.3. Numune sunulması istenmektedir.
4.3.4. İstekli tarafından teklifi kapsamında ihaleye katılım belgesine aktarılarak sunulması ve/veya sağlanması gerektiği bu Şartnamenin 7 nci maddesi dışındaki maddeleri ile teknik şartnamede belirtilen aşağıdaki belgeler ve/veya yeterlik kriterleri:
İsteklinin Ürün Takip Sistemi (ÜTS) Kayıt Belgesi
Kapsam Dışı Beyanı ve Yetkili Satıcı Belgesi
Malzemenin Ürün Takip Sistemi (ÜTS) Kayıt Belgesi
ÜTS Yetkili Satıcı Belgesi
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 tamamında % 15 (yüzde on beş) oranında fiyat avantajı uygulanacaktır.
7- İhaleye teklif verecek olanların, EKAP hesabına giriş yaparak ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.
8-Teklifler, EKAP üzerinden teklif mektubu ile ihaleye katılım belgesi ve diğer ekler kullanılarak hazırlanacak ve e-imza ile imzalanarak 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 vereceklerdir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekliyle birim fiyat sözleşme imzalanacaktır.
10- Bu ihalede, kısmı teklif verilebilir.
11- İstekliler teklif ettikleri bedelin %3'ünden az olmamak üzere kendi belirleyecekleri tutarda geçici teminat vereceklerdir.
12- Bu ihalede elektronik eksiltme 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-ILN02587909

7 KASIM 2026 CUMARTESİ

"SONSÖZ SİZİN"

SONSÖZ

Gazetemizi Sosyal Medya Hesaplarımızdan Takip Edebilirsiniz

Sonsöz Gazetesi
sonsoz.gazetesi
Sonsoz_Ankara
www.sonsoz.com.tr



Ergenlikte Mutasyonel Falsettoya Dikkat!



Dil ve Konuşma Terapisti Seray Çelik, ergenlik sonrasında sesin tiz kalmasıyla ortaya çıkabilen mutasyonel falsetto (puberfoni) hakkında önemli değerlendirmelerde bulundu. Her ince sesin bir bozukluk olarak değerlendirilmemesi gerektiğini vurgulayan Çelik, doğru tanı için KBB hekimi ve dil ve konuşma terapistinin iş birliğine, uygun vakalarda ise ses terapisinin önemine dikkat çekti.



ERGENLİK döneminde yaşanan hormonal ve anatomik değişimlerle birlikte sesin de değişmesi beklenirken bazı bireylerde konuşma sesi yetişkinlik döneminde de tiz kalabiliyor.

Mutasyonel falsetto (puberfoni) olarak adlandırılan bu durumun değerlendirilmesinde sesin yalnızca ince olmasının yeterli olmadığını belirten Dil ve Konuşma Terapisti Seray Çelik, tanı sürecinden ses terapisine, sosyal yaşama etkilerinden ailelerin yaklaşımına kadar merak edilen konulara ilişkin açıklamalarda bulundu. Çelik, "Her ince ses bir bozukluk değildir" diyerek bireysel değerlendirmenin önemini vurguladı.

ERGENLİK SONRASINDA SES NEDEN TİZ KALIR?

Mutasyonel falsettonun, diğer adıyla puberfoninin, ergenlik döneminde ses organlarında meydana gelen anatomik gelişime rağmen kişinin alışılmış konuşma sesini beklenen daha düşük perdeye geçirememesiyle ortaya çıkabildiğini belirten Dil ve Konuşma Terapisti Seray Çelik, durumun yalnızca sesin ince olmasıyla tanımlanamayacağını vurguladı.

Çelik, "Mutasyonel falsetto, ergenlikte gırtlak ve ses tellerinin gelişmesine rağmen kişinin alışılmış konuşma sesini beklenen daha düşük perdeye geçirememesi ve tiz ses kullanımını sürdürmesidir. Bu durum yalnızca sesin ince olmasıyla tanımlanmaz; kişinin ses üretim biçimi, gırtlak muayenesi ve bireysel özellikleri birlikte değerlendirilir. Her ince ses bir bozukluk değildir" dedi.

Ergenlik döneminde sesin değişmesinin hormonal ve anatomik gelişimle ilişkili olduğunu aktaran Çelik, bu süreçte özellikle erkeklerde ses perdesinde belirgin düşüş yaşandığını kaydetti. Çelik, "Ergenlikle birlikte hormonların etkisiyle gırtlak büyür, ses tellerinin uzunluğu ve kütlesi değişir. Özellikle erkeklerde bu anatomik gelişim sesin temel frekansında belirgin düşüşe yol açar. Değişim sürecinde ses kırılmaları ve geçici kontrol güçlükleri görülebilir. Bunlar tek başına puberfoni anlamına gelmez" ifadelerini kullandı.

SESİN TİZ KALMASI SOSYAL YAŞAMI ETKİLEYEBİLİYOR

Ergenlik sonrasında konuşma sesinin sürekli tiz kalmasının, ses kırılmalarının ve konuşma sırasında yaşanan gerginliğin mutasyonel falsetto açısından değerlendirme gerektirebilecek belirtiler arasında bulunduğunu belirten Çelik, tanının yalnızca kişinin sesinin dinlenmesiyle konulamayacağını söyledi.

Çelik, "Ergenlik sonrası konuşma sesinin sürekli tiz kalması, sesin zaman zaman kırılması, konuşurken gerginlik veya sesin kişinin beklentileriyle uyuşmaması başvuru nedenleri olabilir. Ancak tanı yalnızca ses dinlenerek konulmaz. Sesin süresi, kişinin şikâyeti ve olası başka nedenler dikkate alınmalıdır" diye konuştu. Durumun bazı bireylerde sosyal ve psikolojik açıdan çeşitli güçlükler oluşturabildiğine işaret eden Çelik, özellikle telefon görüşmelerinde yaşın yanlış anlaşılması, çevreden gelen yorumlar ve sesin dikkat çekmesinin kişileri rahatsız edebildiğini belirtti.



Çelik, "Bazı bireyler telefon görüşmelerinde yaşlarının yanlış anlaşılmasından, çevreden gelen yorumlardan veya seslerinin dikkat çekmesinden rahatsız olabilir. Bu deneyimler özgüvenlerini ve sosyal katılımlarını etkileyebilir. Ancak herkes aynı şekilde etkilenmez; bireyin kendi hedefleri ve hisleri terapi planının merkezinde olmalıdır. Durumu doğrudan psikolojik bir nedene bağlamak doğru değildir" değerlendirmesinde bulundu.

TANI SÜRECİNDE KBB HEKİMİ VE TERAPİST İŞ BİRLİĞİ ÖNEMLİ

Mutasyonel falsettonun değerlendirilmesinde öncelikle ses tellerinin ve gırtlağın sağlık durumunun incelenmesi gerektiğini vurgulayan Çelik, KBB hekimi ile dil ve konuşma terapistinin iş birliğinin önemine dikkat çekti.

Değerlendirme sürecine ilişkin bilgi veren Çelik, "Öncelikle kulak burun boğaz hekimi gırtlak ve ses tellerini değerlendirerek yapısal, nörolojik ya da diğer tıbbi nedenleri araştırır. Dil ve konuşma terapisti ses perdesini, kalitesini, konuşma sırasındaki efor, rezonansı ve sesin günlük yaşama etkisini değerlendirir. Gerektiğinde akustik ölçümler ve bireyin kendi bildirimine dayalı ölçekler kullanılır. Böylece kişiye uygun hedefler belirlenir" ifadelerini kullandı.

SES TERAPİSİYLE DOĞAL SES KULLANIMI HEDEFLENİYOR

Mutasyonel falsetto tanısı doğrulanan uygun vakalarda davranışsal ses terapisinin temel yaklaşımlardan biri olduğunu belirten Çelik, terapi sürecinin kişinin rahat ve fizyolojik açıdan uygun ses üretimini keşfetmesine yardımcı olmayı amaçladığını söyledi.

Terapi kapsamında ses perdesini düzenlemeye yönelik kolaylaştırıcı tekniklerin yanı sıra rezonans ve ses üretim koordinasyonu çalışmalarının da uygulanabildiğini aktaran Çelik, "Terapi, kişinin rahat ve fizyolojik olarak uygun ses üretimini keşfetmesine yardımcı olmayı amaçlar. Uygun vakalarda ses perdesini düzenlemeye yönelik kolaylaştırıcı teknikler, rezonans ve ses üretim koordinasyonu çalışmaları kullanılabilir. Daha sonra elde edilen sesin sözcük, cümle, sohbet ve günlük iletişim ortamlarına aktarılması hedeflenir. Teknikler bireyin değerlendirme sonuçlarına göre seçilir" dedi.

Ses terapisinde değişimin kişiden kişiye farklılık gösterebildiğini belirten Çelik, bazı bireylerde uygun ses perdesinin ilk seanslarda ortaya çıkarılabildiğini ancak bu sesin günlük konuşmaya yerleşmesinin daha fazla çalışma gerektirebildiğini kaydetti. Çelik, "Bazı bireylerde uygun ses perdesi ilk seanslarda ortaya çıkarılabilir. Ancak bunu doğal konuşmada rahat ve sürekli kullanabilmek daha fazla çalışma gerektirebilir. Seans sayısı kişiden kişiye değişir; kesin süre ya da sonuç garantisi vermek doğru olmaz. İlerlemede ev uygulamaları ve günlük yaşama genelleme önemlidir" açıklamasında bulundu.

HER VAKADA AMELİYAT VEYA İLAÇ GEREKMİYOR

Mutasyonel falsetto tedavisinde her birey için cerrahi ya da ilaç tedavisinin gerekli olmadığını ifade eden Çelik, uygulanacak yöntemin sesin tiz olmasından ziyade altta yatan nedene göre belirlenmesi gerektiğini vurguladı. Çelik, "Mutasyonel falsetto tanısı doğrulandığında davranışsal ses terapisi çoğu zaman temel yaklaşımdır. Bununla birlikte tiz sesin başka bir tıbbi nedeni varsa yaklaşım farklılaşabilir. Cerrahi ya da ilaç kararı sesin yalnızca tiz olmasına göre değil, KBB hekiminin değerlendirmesine ve altta yatan duruma göre verilir" ifadelerini kullandı.

"KİŞİYİ SESİ NEDENİYLE ZORLAMAK YARDIMCI DEĞİL"

Ailelerin ve yakın çevrenin yaklaşımının da süreçte önemli olduğunu belirten Çelik, kişinin sesiyle alay edilmesinin veya sürekli daha kalın konuşması yönünde baskı kurulmasının doğru olmadığını söyledi. Çelik, "Kişinin sesiyle alay etmek, sürekli 'kalın konuş' demek veya onu zorlamak yardımcı değildir. Bunun yerine şikâyetini ciddiye almak, konuşma sırasında baskı oluşturmamak ve isterse uzman değerlendirmesine ulaşmasını desteklemek gerekir. Sesin kimlik ve kendini ifade etme ile ilişkili olduğu unutulmamalıdır" dedi.

Sesin yalnızca iletişim kurmayı sağlayan bir araç olmadığını, kişinin kendini ifade etme biçiminin de önemli bir parçası olduğunu belirten Çelik, ergenlik sonrasında sesinin beklenenden tiz kaldığını düşünen ve bu durumdan rahatsızlık duyan kişilerin uzman değerlendirmesine başvurabileceğini kaydetti.

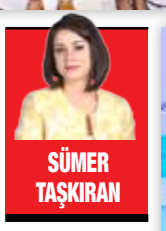
Çelik, "Ergenlik sonrasında sesin beklenenden tiz kalması her zaman bir hastalık anlamına gelmez; ancak kişi sesinden rahatsızlık duyuyorsa veya belirgin bir ses değişikliği yaşıyorsa değerlendirme yapılabilir. KBB hekimi ve dil ve konuşma terapistinin birlikte çalışması, doğru nedenin belirlenmesini ve uygun desteğin planlanmasını sağlar. Ses terapisi yalnızca ses kısıklığı için değil, sesin perde ve kullanım özelliklerine ilişkin güçlüklerde de önemli bir alandır" ifadelerini kullandı.



Girişimcilik ve İnsan Odaklı Liderlik Ankara'da masaya yatırıldı







GENÇ Liderler ve Girişimciler Derneği (JCI) Ankara Şubesi, gençlerin liderlik ve girişimcilik yetkinliklerini geliştirmeye yönelik çalışmalarını sürdürüyor. "Değişen dünyaya liderler yetiştiriyoruz" vizyonuyla faaliyet gösteren JCI Ankara, ekim ayı kapsamında gerçekleştirdiği "Her Ay Bir Arada" buluşmasında uluslararası fırsatlardan takım yönetimine, yetenek gelişiminden kurum kültürüne kadar birçok önemli konuyu gündeme taşıdı.

Ankara Garaj X TEKMER'de düzenlenen etkinlik, JCI Ankara Başkanı Dr. Begüm Erikçi ve Asbaşkanı Av. Berkay Akan'ın açılış konuşmaları ve derneğin 2026 yılı faaliyetlerine ilişkin değerlendirmeleriyle başladı.

JCI ANKARA'NIN ULUSAL VE ULUSLARARASI ÇALIŞMALARI ANLATILDI

Açılış bölümünde JCI Ankara'nın yıl boyunca gerçekleştirdiği çalışmalar katılımcılarla paylaşıldı. JCI Berlin ile Almanya'da düzenlenen 30. Yıl Twinning Kutlaması, Girişimcilik ve Liderlik Zirvesi (GLZ'26), JCI Türkiye Güz Zirvesi ve Cumhuriyetimizin 103. Yıl Balosu, öne çıkan organizasyonlar arasında yer aldı.

Yılın önemli çalışmalarından biri olarak ise 6 Şubat depremlerinden etkilenen Hatay'ın Defne ilçesinde hayata geçirilen JCI Türkiye Gençlik Merkezi tanıtıldı. Deprem sonrası bölgedeki gençlerin yeniden umutla geleceğe bakmalarına katkı sunmayı amaçlayan merkez, gençlere öğrenme, gelişim, sosyalleşme ve potansiyellerini keşfetme imkânı sağlamayı hedefliyor.

Programın uluslararası fırsatlara ayrılan bölümünde 2026 JCI Ankara Twinning Direktörü Yusuf Diker ve Uluslararası İlişkilerden Sorumlu Başkan Yardımcısı Gülcan Alp, JCI'ın küresel ağı aracılığıyla genç liderlere sunduğu gelişim ve iş birliği olanakları hakkında bilgi verdi. Ülkeler arasındaki kardeş şube ilişkilerini güçlendiren Twinning programları kapsamında farklı ülkelerdeki JCI yerel organizasyonlarıyla yürütülen ortak çalışmalar, kültürlerarası deneyim paylaşımı ve uluslararası bağlantıların önemi ele alındı. Bu kapsamda 2025 JCI Ankara Başkanı Ertuğrul Aksoy'un katıldığı JCI European Know-How Transfer (EUKHT) programı da gündeme geldi. JCI Europe tarafından düzenlenen programın, genç liderlere Avrupa Parlamentosu'nun çalışmalarını ve Avrupa Birliği'nin karar alma süreçlerini yerinde deneyimleme fırsatı sunduğu aktarıldı.

GÜÇLÜ TAKIMLAR OLUŞTURMANIN YOLLARI ANLATILDI

Etkinlik, JCI Ankara'nın girişimcilik gelişim programı Girişimci Paleti'nin üçüncü modülü kapsamında gerçekleştirilen "Gerçek Bir Takım Olmayı Nasıl Başarırsınız?" başlıklı eğitimle devam etti. 18 yıllık kurumsal yöneticilik deneyimine sahip, TransitionCEO for Family Business Kurucusu Başak Kitapçı tarafından verilen eğitimde; güçlü ekipler oluşturma, ekip içi güven ve iş birliğini geliştirme, ortak hedefler doğrultusunda hareket etme ve etkili ekip yönetimi konuları ele alındı. Katılımcılar, başarılı bir takımın oluşmasında iletişimin, güven duygusunun ve ortak hedef bilincinin belirleyici rolüne ilişkin değerlendirmeleri dinleme fırsatı buldu.



İŞ DÜNYASININ DENEYİMLİ İSİMLERİ İNSAN VE KÜLTÜRÜ DEĞERLENDİRDİ

Etkinliğin ikinci bölümünde düzenlenen "Ekipten Kültüre: Yetenek ve İnsan" başlıklı panelde, insan kaynakları, organizasyonel gelişim ve liderlik alanlarında deneyimli isimler bir araya geldi. Panelde ISS Türkiye Senior HR Business Partner, 2026 JCI Türkiye Genel Sekreteri ve 2024 JCI Ankara Başkanı Meliha Pehlivan Polat, BeNova Consulting Kurucusu ve CEO'su Erdinç Mert ile Picus Security Global İnsan ve Kültür Kıdemli Direktörü Dilanur Türer konuşmacı olarak yer aldı.

Panelin moderatörlüğünü ise Loopyon Finans, Büyüme ve Yatırım Lideri ve JCI Ankara Üyesi Kadir Gülcin üstlendi. Değişen iş dünyasında doğru yeteneklerin keşfedilmesi, güçlü ekiplerin kurulması, çalışan bağlılığının artırılması ve sürdürülebilir kurum kültürünün geliştirilmesi panelin temel başlıklarını oluşturdu. Farklı sektörlerde edindikleri deneyimleri katılımcılarla paylaşan konuşmacılar, kurumsal başarının yalnızca doğru yetenekleri bir araya getirmekle sağlanamayacağına dikkat çekti. Güvene, iş birliğine ve ortak değerlere dayalı bir çalışma kültürünün oluşturulmasının sürdürülebilir başarı açısından taşıdığı önem vurgulandı.

YENİ İŞ BİRLİKLERİ İÇİN NETWORKİNG BULUŞMASI

Eğitim ve panel oturumlarının ardından gerçekleştirilen networking bölümünde katılımcılar, farklı sektörlerden profesyonellerle tanışma, deneyim paylaşımında bulunma ve yeni iş birliği fırsatlarını değerlendirme imkânı buldu. JCI Ankara üyelerinin yanı sıra girişimcilik ekosistemine ilgi duyan, liderlik becerilerini geliştirmek ve profesyonel çevresini genişletmek isteyen misafirlerin de katıldığı buluşma, Ankara'nın genç liderleri ile iş dünyasının temsilcilerini aynı platformda buluşturdu.

Gençlerin kişisel ve profesyonel gelişimini destekleyen JCI Ankara, ulusal ve uluslararası iş birlikleriyle liderlik, girişimcilik ve toplumsal etki alanlarında yeni fırsatlar sunmayı sürdürüyor.