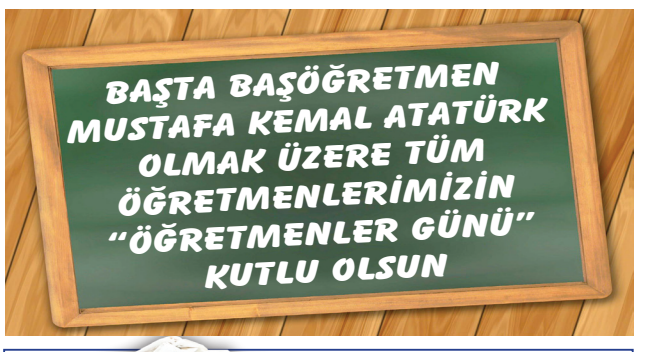


Dijital Bürokrasi ve Yapay Zekâ Okuryazarlığında yeni adım

İDARECİ ve Bürokratlar Birliği Derneği (İBB DER) tarafından "Her Şey İnsan İçin" anlayışıyla hayata geçirilen Dijital Bürokrasi ve Yapay Zekâ Okuryazarlığı Akademisi, Ankara Altındağ Belediyesi Kabakçı Konağı'nda düzenlenen proje tanıtım toplantısıyla tanıtıldı. Programda, Dernek Yönetim Kurulu Başkanı Yücel Can'ın insan odaklı hizmet anlayışını vurguladı. **>> HABERİ 4'te**



SÜMER TAŞKIRAN





YENİLENEN VE GÜÇLENEN KADROMUZLA BAŞKENT ANKARA'NIN NABZINI TUTMAYA DEVAM EDİYORUZ

"Bu galibiyeti hak ettik"



TRENDYOL Süper Lig'in 12. haftasında Gençlerbirliği, konuk ettiği Gaziantep Futbol Kulübü'nü 1-0 yenerek çok önemli bir 3 puan kazandı. İki takımın da alt sıralarda yer alması dolayısıyla karşılaşma "6 puanlık maç" olarak nitelendi. **>> HABERİ 8. SAYFADA**



YALÇIN ERCAN

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.

24 KASIM 2026 SALI
Yıl: 51 - Sayı: 17810 • Fiyatı: 7 TL
www.sonsoz.com.tr

Sağlıklı yaşlanmanın formülü: Hareket, Beslenme, Ruhsal Denge

UZUN YAŞAMIN SIRRI MUCİZE İLAÇLARDA DEĞİL, GÜNLÜK ALIŞKANLIKLARDA



Uzm. Dr. Nesibe GÜNDÜZ

İNSAN ömrünün uzamasıyla birlikte sağlıklı yaşlanmak ve ilerleyen yaşlarda yaşam kalitesini korumak giderek daha fazla önem kazanıyor. Sağlık dünyasında longevity olarak adlandırılan sağlıklı uzun yaşam yaklaşımı, yalnızca yaşam süresini uzatmayı değil, bireylerin yaşlılık döneminde de bağımsız, üretken ve sağlıklı kalmasını amaçlıyor. Bu süreçte genetik özelliklerin yanı sıra beslenme, fiziksel aktivite, uyku düzeni ve psikolojik sağlık gibi günlük yaşam alışkanlıkları belirleyici rol oynuyor.

TIBBİ Biyokimya Uzmanı Dr. Nesibe Gündüz, sağlıklı yaşlanmak isteyenlerin günlük hayatlarında dikkat etmeleri gereken noktaları değerlendirdi. Sağlıklı yaşamın temelinde sürdürülebilir alışkanlıkların bulunduğunu belirten Gündüz, tek bir besinin, vitaminin veya uygulamanın uzun yaşamı garanti edemeyeceğini söyledi. Beslenmenin sağlıklı yaşlanmanın temel taşlarından biri olduğunu vurgulayan Gündüz, bilimsel araştırmaların özellikle Akdeniz tipi beslenme modelinin kalp damar sağlığı ve metabolik sağlık açısından önemli yararlar sağlayabildiğini gösterdiğini ifade etti. **>> HABERİ 8. SAYFADA**







"İletim altyapımıza 36 milyar dolarlık yatırım öngörüyoruz"

ANKARA (AA)- Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar, "Milli Enerji 2040' vizyonumuz kapsamında şebekemizin yeni ihtiyaçlara ve güçlü talep artışına cevap verebilmesi için iletim altyapımıza 36 milyar dolarlık yatırım öngörüyoruz" dedi. **>> SAYFA 5'te**

"Türk Dünyası Sanayi ve Teknoloji İş Birliği Merkezi kurulmalı"

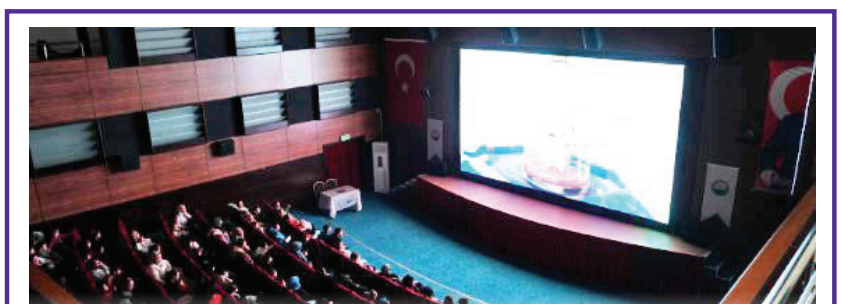


ANKARA (DHA)- AK Parti Genel Başkan Yardımcısı ve Türk Devletleri ile İlişkiler Başkanı Kürşad Zorlu, "Teknopark Ankara bünyesinde bir Türk Dünyası Sanayi ve Teknoloji İş Birliği Merkezi kurulmasını son derece önemsiyoruz." dedi. **>> S. 5**

Motorlu kara taşıtları 2025'te yaklaşık 395,3 milyar kilometre yol katetti



ANKARA (AA)- Türkiye'de trafiğe kayıtlı motorlu kara taşıtları tarafından 2025'te katedilen yol 395 milyar 264 milyon kilometre oldu. Türkiye İstatistik Kurumu, geçen yıla ilişkin taşıt-kilometre istatistiklerini açıkladı. **>> Sayfa 6'da**



Gölbaşı'nda Sinema Günleri'ne binlerce kişi katıldı

HABER MERKEZİ

GÖLBAŞI Belediyesi tarafından ara tatil döneminde çocukların keyifli vakit geçirmesi ve unutulmaz anılar biriktirmesi amacıyla düzenlenen Ara Tatil Sinema Günleri sona erdi. Altı gün boyunca devam eden etkinliklere 5 bini aşkın kişi katılırken, çocuklar sevdikleri filmleri beyaz perdede izlemenin mutluluğunu yaşadı. **>> HABERİ 3. SAYFADA**

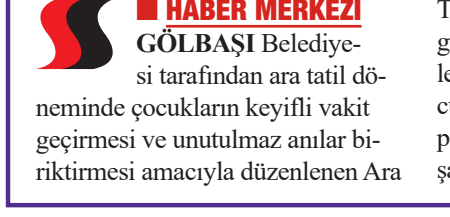
BelPA Buz Pateni Tesisi'ne 9 ayda 160 bin ziyaretçi



HABER MERKEZİ

ANKARA'NIN simge spor merkezlerinden BelPA Buz Pateni Tesisi, Başkentlilerin yoğun ilgisiyle karşılaşıyor. Kış mevsiminin gelmesiyle ziyaretçi hareketliliğinin arttığı tesiste, 2026 yılının ilk dokuz ayında yalnızca halk seanslarında 160 binden fazla vatandaş ağırlandı.

>> HABERİ 3. SAYFADA



Cengiz URAL

Sayfa 3'te

Mustafa AYDEMİR

Sayfa 4'te



Begüm ÖNCÜ

Sayfa 6'da

Ankara Büyükşehir Belediyesi'nin müzik stüdyosu yenilendi



HABER MERKEZİ

GENÇLERİ müzikle buluşturmak ve yeteneklerini geliştirmelerine imkân sağlamak amacıyla Ankara Büyükşehir Belediyesi tarafından hizmete açılan Müzik Stüdyosu'nda iki yeni sınıf daha açıldı. Spor etkinlikleri için açılan sınıfta; pilates, yoga ve nefes çalışmaları yapılacak.

>> HABERİ 4. SAYFADA



Sincan'da tiyatro buluşması

HABER MERKEZİ

SİNCAN Belediyesi, kültür ve sanat etkinlikleri kapsamında tiyatroseverleri kahkaha dolu bir akşamda buluşturdu. Ünlü oyuncular Çetin Altay ve Aleyna Özlem Özdemir'in sahne aldığı "Hangisi Gerçek?" adlı yetişkin tiyatro oyunu, Sincanlı vatandaşların yoğun katılımıyla sahnelendi. **>> SAYFA 3'te**

Ali TEPE



Sayfa 5'te

Erden AKTOĞU



Sayfa 7'de

Light sandığınız ürün gerçekten light olmayabilir

İSTANBUL (DHA)- Uzmanlar, "Ürünün ön yüzündeki tek bir ifade, ürünün sağlıklı olduğunu göstermez." dedi. **>> SAYFA 2**

Light sandığınız ürün gerçekten light olmayabilir

İSTANBUL (DHA)- Sağlıklı beslenmek için mutlaka üzerinde 'fit', 'proteinli', 'light' veya 'şekersiz' yazan ürünler satın almamız gerekmediğini işaret eden Diyetisyen Mısra Beste Köleoğlu, "Ürünün ön yüzündeki tek bir ifade, ürünün sağlıklı olduğunu göstermez. Yulaf, sade yoğurt, baklagiller, meyve ve kuruyemişler gibi temel besinler de günlük beslenmede önemli yer tutar. Sonuçta sağlıklı beslenmeyi tek bir ürün değil, seçimlerimizin bütünü belirler" dedi. Market raflarında 'fit', 'şekersiz', 'proteinli', 'light' veya 'doğal' olarak sunulan ürünleri seçerken tüketicilerin bazı noktalarda yanılgıya kapılabileceğini vurgulayan Medical Park Bahçelievler Hastanesi'nden Diyetisyen Mısra Beste Köleoğlu, dikkat edilmesi gerekenler hakkında önerilerde bulundu.

En sık karşılaştıkları yanılgının ambalajın ön yüzündeki tek bir ifadeyi ürünün sağlıklı olduğunun garantisi gibi görmek olduğunu belirten Dyt. Köleoğlu, "Örneğin, proteinli bir atıştırmalık yüksek miktarda doymuş yağ içerebilir. Doğal olarak tanıtılan bir ürün de enerji açısından yoğun olabilir. Üstelik bir ürünün besleyici olması, porsiyon miktarının önemsiz olduğu anlamına gelmez. Bu yüzden yalnızca ürünün nasıl tanıtıldığına değil, içerik listesine ve besin değerlerine de bakılmasını öneriyorum. Ambalajın ön yüzü dikkatimizi çekebilir ama seçimimizi arka yüzündeki bilgilerle yapmalıyız" ifadelerini kullandı.

'İLAVE ŞEKER İÇERMEZ, ŞEKERSİZ DEMEK DEĞİL'

Bir ürünün üzerinde 'şekersiz' veya 'ilave şeker içermez' yazmasının o ürünün sağlıklı olduğu anlamına gelmeyeceği uyarısında bulunan Dyt. Köleoğlu, şu bilgileri paylaştı: "Şekersiz ve ilave şeker içermez ibareleri aynı anlama gelmiyor. 'Şekersiz" ifadesi, ürünün 100 gramında veya 100 mililitresinde en fazla 0,5 gram şeker bulunması koşuluna dayanır. 'İlave şeker içermez' ise üretim sırasında şeker veya tatlandırma amacıyla şeker içeren bir bileşen eklenmediğini belirtir. Ancak ürün, meyve ya da süt gibi bileşenlerinden doğal olarak şeker içerebilir. Örneğin, ilave şeker içermeyen bir meyve püresi, meyvenin kendi şekerini içermeye devam eder. Benzer şekilde şekersiz bir bisküvi de yağ ve enerji açısından yüksek olabilir. Bu yüzden yalnızca bu ifadelere bakarak bir ürünün sağlıklı olduğuna karar vermemek gerekiyor." Dyt. Köleoğlu, 'Protein barları, granola ve proteinli yoğurtlar gibi ürünlerin gerçekten sağlıklı ara öğün seçenekleri olup olmadığı' sorusunu ise şöyle yanıtladı: "Bu ürünler doğru seçildiklerinde pratik ara öğün alternatifleri olabilirler. Ancak protein barlarında yalnızca protein miktarına değil, porsiyon başına şeker, doymuş yağ ve enerji içeriğine de bakılmalı." şeklinde konuştu.



Glüteni kesmeyi ve diyet uygulamayı tüp bebek tedavisi başarısından ayrı değerlendirmek lazım

İSTANBUL, (DHA)- Reproductive BioMedicine Online dergisinde 2026 yılında yayımlanan bir sistematik derleme, 39 araştırmayı değerlendirerek özel diyetlerin ve besin takviyelerinin tüp bebek sonuçları üzerindeki etkisini inceledi. Bahçeci İzmir Tüp Bebek Merkezi doktorlarından Kadın Hastalıkları, Doğum ve Tüp Bebek Uzmanı Prof. Dr. Funda Göde, bulguları şöyle değerlendirdi; "Beslenme, genel sağlığın ve tedaviye hazırlığın önemli bir parçası. Ancak beslenmeyle ilgili her önerinin amacı aynı değil. Bir hastalık nedeniyle beslenmeyi düzenlemek veya saptanmış bir eksikliği gidermek ile tüp bebek başarısını artırmak için özel bir diyet önermek ayrı değerlendirmeler gerektiriyor" dedi. Derlemedeki çalışmaların farklı sonuçları ölçtüğüne dikkat çeken Prof. Dr. Göde, bulguların nasıl okunması gerektiğini şöyle anlattı: "Bir araştırmada daha fazla yumurta elde edilmesi, diğerinde embriyo gelişimi veya gebelik oranı değerlendiriliyor. Bunların her biri önemli ama canlı doğumla aynı sonuç değil. Daha iyi embriyo gelişimi bildiren bir çalışmayı, o beslenme biçiminin bebek sahibi olma şansını artırdığının kanıtı olarak sunamayız. Nitekim çalışmaların çoğu gözlemseldir. Sağlıklı beslenen kişilerde daha iyi sonuç görülmesi, farkın doğrudan beslenmeden kaynaklandığını da kanıtlamıyor."

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

ARAÇ KİRALAMA HİZMETİ ALINACAKTIR

HEMODİYALİZ HASTALARININ TEDAVİ AMAÇLI NAKİL HİZMETİ 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) : 2026/2227874
1- İdarenin
1.1. Adı : HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ ERİŞKİN HASTANESİ BAŞHEKİMLİĞİ
1.2. Adresi : Hacettepe Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Birimleri Yönetim Kurulu Başkanlığı Erişkin Hastanesi Başhekimliği ALTINDAĞ/ANKARA
1.3. Telefon numarası : 03123051105
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2- İhalenin
2.1. Tarih ve Saati : 16.12.2026 - 10:30
2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres : Hacettepe Üniversitesi Döner Sermaye İşletmesi Sağlık Merkezleri Satınalma Müdürlüğü (H.Ü. Erişkin Hastanesi C Katı) Toplantı Salonu
3- İhale konusu hizmet alımının
3.1 Adı : HEMODİYALİZ HASTALARININ TEDAVİ AMAÇLI NAKİL HİZMETİ
3.2. Niteliği, türü ve miktarı : HEMODİYALİZ HASTALARININ TEDAVİ AMAÇLI NAKİL HİZMETİ - 156.000 KM
Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.
3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer : Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri
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 % 30 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.
4.4. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler:
4.4.1.
Personel taşıma ve/veya öğrenci taşıma ve/veya hasta taşıma işi benzer iş olarak kabul edilecektir.
5- Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.
6- İhale yerli ve yabancı tüm isteklilere açıktır.
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) : Diğer Hizmetler/0,78
Sınır değerin altında teklif sunan isteklilerin teklifleri açıklama istenilmeksizin reddedilecektir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de Basın-ILN02602485

OKUL YAPTIRILACAKTIR

Ankara İli, Beypazarı İlçesi, Şehit Onur Yaman İlkokulu (Yık-Yap) (16 Derslik) Yapım İşi yapım işi 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecek olup, teklifler sadece elektronik ortamda EKAP üzerinden alınacaktır.
İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:
İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/2318996
1- İdarenin
1.1. Adı : ANKARA İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ
1.2. Adresi : Yeniçağ Mahallesi Ragıp Tüzün Caddesi No: 144 Yenimahalle/ANKARA
1.3. Telefon numarası : 03123068800-8831-8838
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2- İhalenin
2.1. Tarih ve Saati : 17.12.2026 - 10:00
2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres: Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü İnşaat ve Emlak Şube Müdürlüğü
3- İhale konusu yapım işinin
3.1. Adı : Ankara İli, Beypazarı İlçesi, Şehit Onur Yaman İlkokulu (Yık-Yap) (16 Derslik) Yapım İşi
3.2. Niteliği, türü ve miktarı : Bir Adet 16 Derslikli Okul yapım İşi
Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.
3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer : Ankara İli, Beypazarı İlçesi, Hacıkara Mahallesi, 2092 Ada 2 Parsel
3.4. Süresi/teslim tarihi : Yer tesliminden itibaren 350 (ÜçyüzElli) takvim günüdür.
3.5. İşe başlama tarihi : Sözleşmenin imzalandığı tarihten itibaren 10 gün içinde yer teslimi yapılarak 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.
4.2. 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 on beş yıl içinde bedel içeren bir sözleşme kapsamında taahhüt edilen ve teklif edilen bedelin % 80 oranından az olmamak üzere ihale konusu iş veya benzer işlere ilişkin iş deneyimini gösteren belgeler.
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.
4.4. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler ve benzer işe denk sayılacak mühendislik ve mimarlık bölümleri:
4.4.1. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler:
Yapım İşlerinde İş Deneyiminde Değerlendirilecek Benzer İşlere Dair Tebliğ" de yer alan benzer iş guruplarından B/III Grubu işler benzer iş olarak değerlendirilecektir.
4.4.2. Bu ihalede benzer işe denk sayılacak mühendislik ve mimarlık bölümleri:
İnşaat Mühendisliği
Mimarlık
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, anahtar teslimi götürü bedel üzerinden vereceklerdir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekliyle anahtar teslimi götürü bedel sözleşme imzalanacaktır.
10- Bu ihalede, işin tamamı için teklif verilecektir.
11- İstekliler teklif ettikleri bedelin %3'ünden az olmamak üzere kendi belirleyecekleri tutarda geçici teminat vereceklerdir.
12- Bu ihalede elektronik eksiltme yapılmayacaktır.
13- Verilen tekliflerin geçerlilik süresi, ihale tarihinden itibaren 120 (YüzYirmi) takvim günüdür.
14- Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.
15- Diğer hususlar:
İhalede Uygulanacak Sınır Değer Katsayısı (N) : 1
Sınır değerin altında teklif sunan isteklilerin teklifleri açıklama istenilmeksizin reddedilecektir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de. Basın-ILN02603124

KONUK YAZAR



Cengiz URAL
uralbus@gmail.com

Türk Dünyası Gastronomi Zirvesi'nin Ardından

Bazı etkinlikler bittiğinde geriye yalnızca birkaç fotoğraf kalır. Bazıları ise bir şehrin hafızasına yerleşir. TravelExpo Fuarı kapsamında, 19–21 Ekim tarihlerinde ATO Congresium'da gerçekleştirilen Türk Dünyası Gastronomi Zirvesi, benim için ikinci grupta yerini aldı. Çünkü burada yalnızca yemek yapılmadı; birlikte çalışmanın, hazırlanmanın ve bir hedefe inanmanın sonucu ortaya konuldu.

ATİS Fuarcılık, TAFED, BAŞATDER ve CAB Grup tarafından düzenlenen bu buluşmanın ardından açıklanan rakamlara baktım. Şiddetli yağmura rağmen üç günde 48.980 ziyaretçi… İnsan bir an durup düşünüyor. Ankara'da halkın ilgisini çekmenin zor olduğundan söz edenler, bu tabloyu dikkatle değerlendirmeli. Doğru içerik, güçlü organizasyon ve samimi emek bir araya geldiğinde insanlar geliyor.

Üstelik gelenler yalnızca stantların önünden geçmedi. Türk dünyasının mutfaklarıyla tanıştı, şeflerle konuştu, yemeklerin hazırlanışını izledi ve tattı. Bir fuarın içinde böylesine canlı bir gastronomi alanı oluşturmak, ziyaretçinin orada geçirdiği zamanı da deneyimini de zenginleştiriyor. Turizm dediğimiz şey, biraz da başka bir kültürü merak ederek başlamıyor mu?

TAFED'e bağlı dernekler, üç gün boyunca Türk dünyasına ait tam 25 çeşit yemeği alanda hazırladı. Bu yemekler 10.250 kişiye tadım olarak dağıtıldı. Söylemesi kolay. Ancak binlerce kişiye üretim yapmak; malzemeyi, zamanı, ekipmanı, servisi ve insan gücünü birlikte yönetmek demek. Ben bu sonucu, arkasındaki emeği düşünerek alkışlıyorum. Gerçekten kırılması güç bir rekor.

Merak ettim, CAB Grup Koordinatörü Nazlı Pala'ya sordum: "Nasıl gerçekleştirdiniz?" Cevabında gösterişli cümleler yoktu. İki aylık hazırlık vardı. Defalarca yapılan provalar vardı. Görevini bilen yaklaşık 150 kişilik bir şef ekibi vardı. Çıkabilecek aksiliklere karşı önceden hazırlanmış planlar vardı. Başarının sırrını bazen çok uzaklarda arıyoruz. Oysa cevap karşımızda: Çalışmak.

CAB Grup Koordinatörü Nazlı Pala, TAFED'li şeflerle iki ay boyunca bu proje üzerinde çalıştıklarını anlatırken, benim aklım alanda gördüğüm düzene gitti. Kalabalığın içinde işleyen servis, birbirini tamamlayan ekipler, tezgâhların başındaki dikkat… Demek ki ziyaretçinin birkaç dakikada yaşadığı deneyimin arkasında haftalar süren bir hazırlık bulunuyor. Görünmeyen emek, görünen başarıyı kuruyor.

Burada TAFED Başkanı Zeki Açıköz için ayrı bir parantez açmak gerekiyor. Böylesine büyük bir şef topluluğunu ortak amaç etrafında buluşturmak, yalnızca görev dağıtmakla açıklanamaz. Güven gerekir, mesleki birikim gerekir, yıllar içinde kurulmuş bağlar gerekir. Derneklerin aynı heyecanla üretime katılması, bu birikimin alandaki karşılığıydı. Ustalık, biraz da başkalarının ustalığını birlikte görünür kılabilmektir.

CAB Grup Koordinatörü Nazlı Pala'nın anlattıkları, gastronomi organizasyonlarında koordinasyonun ne kadar belirleyici olduğunu da gösteriyor. Bir yemek zamanında çıkacak, tadım düzeni korunacak, ziyaretçi beklerken ilgisini kaybetmeyecek, ekip yorulsa da akış sürecek. Bunların hiçbiri kendiliğinden olmuyor. Her ayrıntının bir sorumlusu, her sorumluluğun takipçisi olduğunda büyük kalabalıklar güzel bir hatırayla ayrılıyor.

Benim için zirvenin en değerli taraflarından biri de mutfak kültürünün doğrudan insanlarla buluşmasıydı. Kitaplarda okuduğumuz, ekranlarda gördüğümüz yemekler, burada ateşin başında hayat buldu. Çocuklar izledi, aileler tattı, insanlar bilmedikleri lezzetleri sordu. Türk dünyası kavramı, birçok ziyaretçi için bir tabak yemek üzerinden daha yakın, daha anlaşılır bir anlam kazandı.

Bu nedenle CAB Grup Koordinatörü Nazlı Pala ve bütün organizasyon ekibini kutluyorum. ATİS Fuarcılık'ın açtığı alanı, derneklerin katkısını, mutfakta ve serviste çalışan herkesin emeğini ayrı ayrı önemsiyorum. Böyle işler, kurumların birbirine güvenmesiyle büyüyor. Ankara'nın ihtiyacı olan da tam olarak bu: Üretilmiş, uygulanmış, karşılığı halkta görülmüş güçlü projeler.

Bu tablo bize şunu söylüyor: Ankara doğru projeye sahip çıkıyor, emeği görüyor ve gastronomiyi şehir hayatının güçlü bir parçası olarak benimsemeye hazır olduğunu açıkça gösteriyor.

TAFED Başkanı Zeki Açıköz, teşekkür ederim ustam. Bu büyük ekibin bugünlere gelmesindeki emeğiniz ve Türk gastronomisini böylesine yüz akı projelerle ileri taşıdığınız için. Zirve sona erdi. Ama geride güçlü bir ölçü bıraktı: Başarı, hazırlananların ve birlikte çalışanların oluyor.

SONSÖZ
GÜNLÜK SİYASİ GAZETE
Yıl: 51
Sayı: 17810
24 KASIM 2026 SALI
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: 23 Kasım 2026 Pazartesi

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.

BelPA Buz Pateni Tesisi'ne 9 ayda 160 bin ziyaretçi

■ HABER MERKEZİ





ANKARA'NIN simge spor merkezlerinden BelPA Buz Pateni Tesisi, Başkentlilerin yoğun ilgisiyle karşılaşıyor. Kış mevsiminin gelmesiyle ziyaretçi hareketliliğinin arttığı tesiste, 2026 yılının ilk dokuz ayında yalnızca halk seanslarında 160 binden fazla vatandaş ağırlandı.

7 GÜN 24 SAAT YAŞAYAN TESİS

Bin 800 metrekarelik alana sahip tesis, haftanın 7 günü 24 saat aktif olarak hizmet veriyor. Spor kulüplerinin ve sporcuların antrenmanlarına ev sahipliği yapan tesiste, 7'den 70'e her yaştan vatandaşın katılabildiği halk seansları da düzenleniyor.

Sabahın ilk saatlerinde sporcuların antrenmanlarıyla başlayan hareketlilik, gün içinde halk seanslarıyla devam ediyor. Akşam seanslarının sona ermesiyle buz pisti yeniden sporculara açılıyor ve antrenmanlar sabahın ilk ışıklarına kadar sürüyor.

HEM SPOR HEM SOSYALLEŞME

BelPA Buz Pateni Tesisi Şube Müdürü Sevilay Kaplan, tesisin Ankara'nın simge spor merkezlerinden biri olduğunu belirterek, halk seanslarına gösterilen yoğun ilgiden memnuniyet duyduklarını söyledi. Kaplan, "Burada hayat hiç durmuyor. Tesisimiz 7 gün 24 saat aktif. Sabahın ilk saatlerinde sporcularımızın antrenmanlarıyla başlayan hareketlilik, gün içerisinde halk seanslarımızla devam ediyor. Akşam halk seanslarımız sona erdiğinde ise buz pistimizi sporcularımıza yeniden açıyoruz ve sabahın ilk ışıklarına kadar antrenmanlarına ev sahipliği yapıyoruz. Halk seanslarımıza çok yoğun bir ilgi var. 2026 yılının ilk dokuz ayında halk seanslarımızda 160 binden fazla vatandaşımızı ağırladık. Tabii bizi mutlu eden yalnızca bu yoğun ilgi değil; çocuklarımızın ilk defa buz pateni ile tanışması, sporcularımızın kendini geliştirerek hayallerinin peşinden koşması ve ailelerimizin birlikte güzel anılar biriktirmesi bizim için çok kıymetli. Tüm Ankaralıları bu güzel atmosferi yaşamaya bekliyoruz" dedi.

ZİYARETÇİLERDEN TESİSE TAM NOT

BelPA Buz Pateni Tesisi'ne gelen vatandaşlar da pistte geçirdikleri zamandan duydukları memnuniyeti şu sözlerle dile getirdi:

-Nil Karalar: "Burada zaman çok güzel geçiyor yeni şeyler öğreniyorum ve katkı sağlıyor bana. Normal patende eskiden o kadar güzel kayamıyordum buraya başlayınca daha iyi yapmaya başladım."

-Çağla Çiçek: "2 yıldır bu piste buz pateni yapmak, kendimi geliştirmek, antrenman yapmak için geliyorum. Her şeyiyle güzel bir pist bence. Kafeteryası, pistin büyüklüğü, buzun güzelliği benim için çok yararlı oldu. Bölgesel yarışmalara girmeyi hedefliyorum. Bana en çok istikrar kazandırdı, sürekli geliyorum. Ayrıca sosyalleşmemi de sağladı diyebiliriz."

-Selahattin Yarar: "Burasının olması büyük bir avantaj teşekkür ediyoruz. İnsanımızın kış günü gideceği yer yok o anlamda çok önemli bir yer. Hem spor yapmış oluyorum hem fiziksel olarak hem de psikolojik olarak yararı oluyor. Ayrıca burada çok insan tanıyorum, çok arkadaşlarım oluyor o yönden de yararı var."

Vatandaşlar Yukarı Bahçelievler Mahallesi, Akdeniz Caddesi, Çankaya adresinde hizmet veren tesis için 0312 985 00 65 numaralı telefondan bilgi alabiliyor. Hafta içi ve hafta sonu halk seanslarının güncel saat bilgilerine ise www.belpabuzpisti.com.tr adresinden ulaşılabiliyor.

Gölbaşı'nda Sinema Günleri'ne binlerce kişi katıldı

■ HABER MERKEZİ



GÖLBAŞI Belediyesi tarafından ara tatil döneminde çocukların keyifli vakit geçirmesi ve unutulmaz anılar biriktirmesi amacıyla düzenlenen Ara Tatil Sinema Günleri sona erdi. Altı gün boyunca devam eden etkinliklere 5 bini aşkın kişi katılırken, çocuklar sevdikleri filmleri beyaz perdede izlemenin mutluluğunu yaşadı.

Gölbaşı Belediyesi, çocukların ara tatil sevincine ortak olmak ve tatil dönemini eğlenceli etkinliklerle renklendirmek amacıyla düzenlediği kültür ve sanat faaliyetlerine bir yenisini daha ekledi. 16-21 Kasım tarihleri arasında Mehmet Akif Ersoy Kongre ve Kültür Merkezi'nde gerçekleştirilen "Ara Tatil Sinema Günleri", çocuklardan ve ailelerden yoğun ilgi gördü.

Altı gün boyunca devam eden sinema şöleninde Rafadan Tayfa, Aslan Hürkuş, Buz Devri, Köstebekgiller, Zootropolis ve Ters Yüz gibi çocukların severek izlediği animasyon ve macera filmleri beyaz perdeye taşındı. Program kapsamında yetişkin izleyiciler için de "120" ve "Aybüke" filmleri gösterildi.

Yaklaşık 5 bin 200 kişinin katıldığı etkinlik boyunca çocuklara patlamış mısır ve pamuk şeker ikram edildi. Sinema salonlarını dolduran çocuklar, arkadaşları ve aileleriyle birlikte film izlemenin keyfini yaşarken, etkinlikler ara tatil dönemine renkli ve unutulmaz anlar kattı.

"ÇOCUKLARIMIZI FARKLI ETKİNLİKLERLE BULUŞTURMAYA DEVAM EDECEĞİZ"

Gölbaşı Belediye Başkanı Yakup Odabaşı, Ara Tatil Sinema Günleri'ne gösterilen yoğun ilgiden duyduğu memnuniyeti dile getirerek "Ara tatil döneminde çocuklarımızın hem eğlenebileceği hem de aileleriyle, arkadaşlarıyla güzel vakit geçirebileceği bir etkinlik düzenlemek istedik. Altı gün boyunca gerçekleştirdiğimiz sinema gösterimlerine yaklaşık 5 bin 200 hemşehrimizin katılması bizleri son derece mutlu etti. Çocuklarımızın sinema salonlarını doldurması, film izlerken yaşadıkları heyecan ve mutluluk bizim için en güzel karşılık oldu. Çocuklarımızı sanatla, kültürle, sporla ve farklı etkinliklerle buluşturmaya devam edeceğiz. Ara Tatil Sinema Günleri'ne katılan tüm çocuklarımıza, ailelerimize ve emeği geçen çalışma arkadaşlarımıza teşekkür ediyorum." ifadelerini kullandı.

SİNCAN'DA TİYATRO BULUŞMASI

■ HABER MERKEZİ

SİNCAN Belediyesi, sanatın birleştirici ve iyileştirici gücünü vatandaşlarla buluşturmaya, her yaştan Sincanlının kültür ve sanat etkinliklerine erişimini artırmaya devam ediyor. Sanatseverler bu kez " Hangisi Gerçek" adlı tiyatro oyunu için bir araya geldi. Komedi türündeki tek perdelik oyun, modern şehir insanının gündelik yaşamını, insan ilişkilerini, tüketim kültürünü ve sosyal medyanın hayatımızda oluşturduğu sahte gerçeklikleri mizahi bir dille ele alıyor. Televizyonda izlediklerimiz, sosyal medyada paylaştıklarımız ve gerçek hayat arasında gidip gelen hikâye, izleyicilere hem eğlenceli hem de düşündürücü anlar yaşatıyor.

YORUM PAYI



Ertuğrul KILIÇ

Halka Arz Mı, Ortağa Çıkış Kapısı mı?

Yatırımcı şirket büyüsün diye para veriyor; toplanan paranın yüzde 70'i ise bazı halka arzlarda şirketin değil, eski ortakların cebine gidiyor!

Halka arz denildiğinde aklımıza ne geliyor? Bir şirket büyümek, yatırım yapmak, üretimini artırmak için sermaye arıyor. Biz de birikimlerimizle o şirkete ortak oluyoruz. Şirket büyürse biz de kazanıyoruz.

Peki, gerçekten öyle mi?

Borsa İstanbul'un halka arz yöntemlerine ilişkin açıklamaları aslında meseleyi çok açık ortaya koyuyor. Halka arz, sermaye artırımı yoluyla yapılabileceği gibi mevcut ortakların ellerindeki payları satması yoluyla da gerçekleştirilebiliyor. İki yöntem birlikte de kullanılabiliyor. Ancak ekonomik sonuçları birbirinden tamamen farklı.

Sermaye artırımında şirket yeni pay çıkarıyor ve elde edilen para şirketin kasasına giriyor. Bu kaynak yatırımlarda, üretimde, borç ödemelerinde veya işletme sermayesinde kullanılabiliyor. Ortak satışında ise mevcut ortak elindeki hisseyi yatırımcıya satıyor. Para şirkete değil, hisseyi satan ortağa gidiyor.

Şimdi bir örneğe bakalım.

KAP'ta yayımlanan 2026 yılına ait bir halka arz değerlendirme raporunda toplam 40 milyon adet payın satışa sunulduğunu görüyoruz. Bunun 12 milyon adedi sermaye artırımı, 28 milyon adedi ise mevcut ortakların pay satışından oluşuyor. Pay başına 46 TL fiyatla gerçekleştirilen işlemin toplam büyüklüğü 1 milyar 840 milyon TL.

Hesap oldukça çarpıcı: 1 milyar 288 milyon TL mevcut ortaklara, 552 milyon TL şirkete gidiyor. Yani yatırımcıların ödediği paranın yüzde 70'i ortakların hisselerini nakde çevirmesine, yalnızca yüzde 30'u şirketin yeni kaynak elde etmesine hizmet ediyor.

Bu rakamlar herhangi bir hukuksuzluk anlamına gelmiyor. Ancak halka arzın ekonomik niteliğini sorgulamamızı gerektiriyor.

Biz şirketin büyümesine ortak olduğumuzu düşünürken, acaba bir başkasının ortaklıktan çıkışını mı finanse ediyoruz?

Elbette şirket kurucusunun yıllarca verdiği emeğin karşılığını almak, yatırımcının da şirketin geleceğine ortak olmak istemesi doğal. Ortak satışı tek başına yanlış değildir. Hatta halka açıklık oranının artması ve payların daha geniş yatırımcı kitlesine ulaşması bakımından yararlı sonuçlar da doğurabilir.

Fakat burada önemli bir ayrım var: Şirketin finansman ihtiyacı ile mevcut ortağın nakde dönüş ihtiyacı aynı şey değildir.

Bir şirketin halka arz edilmesi, yatırımcıya geleceğe ilişkin bir beklenti sunar. Üretim artışı, yeni yatırımlar, teknoloji, istihdam ve kârlılık hedefleri anlatılır. Yatırımcı da birikimini bu beklentilere güvenerek riske atar.

Oysa halka arz gelirinin önemli bir bölümü ortak satışından oluşuyorsa yatırımcının bilmesi gereken başka bir gerçek vardır: Ödediği paranın bir bölümü şirketin geleceğine değil, mevcut ortağın geçmişte oluşturduğu hisse değerinin nakde çevrilmesine hizmet etmektedir.

Üstelik şirkete giren para da kendiliğinden yatırıma dönüşmez. Bu kaynağın borç ödemeye mi, yeni üretim tesisine mi, teknolojiye mi, yoksa işletme sermayesine mi ayrılacağı da önemlidir.

Dolayısıyla yatırımcı yalnızca halka arz fiyatına ve dağıtılacak lot sayısına bakmamalı. İki soruyu birlikte sormalı: Paranın ne kadarı şirkete giriyor ve şirkete giren para nerede kullanılacak?

Sermaye Piyasası Kurulu'nun ihraç verilerinde ortak satış tutarı ile nakit sermaye artırımı tutarının ayrı ayrı tanımlanmış olması da bu ayrımın önemini gösteriyor. Demek ki mesele yalnızca yatırımcının dikkatli olması değil, bilginin nasıl sunulduğu meselesidir.

Halka arzın toplam büyüklüğü ön plana çıkarılırken şirketin kasasına girecek tutarla mevcut ortakların elde edeceği tutar aynı açıklıkla gösterilmeli. Yatırımcı, izahname sayfaları arasında rakam avcılığı yapmak zorunda kalmamalı.

SPK'ya ve halka arzlara aracılık eden kurumlara önerim basit: Her halka arzın ilk sayfasında, büyük ve anlaşılır bir tablo yer alsın. Toplam halka arz tutarı, sermaye artırımı yoluyla şirkete girecek kaynak, ortak satışından elde edilecek tutar ve şirketin kaynak kullanım planı açıkça gösterilsin. Halka arz maliyetleri de dikkate alınarak şirkete kalacak net kaynak ayrıca açıklansın.

Çünkü sermaye piyasasının gelişmesi yalnızca daha fazla şirketin borsaya gelmesiyle ölçülmez. Tasarruf sahibinin güveni, şirketlerin şeffaflığı ve toplanan kaynağın ekonomiye katkısı da en az halka arz sayısı kadar önemlidir.

Unutmayalım: Borsada yatırımcı yalnızca hisse satın almaz; aynı zamanda bir gelecek beklentisini satın alır.

O halde halka arzda sorulması gereken ilk soru şudur:

Bu para şirketin geleceğini mi finanse ediyor, yoksa birilerinin geçmişte biriktirdiği serveti nakde mi dönüştürüyor?

Çünkü bazen halka arz edilen yalnızca şirketin hisseleri değil, küçük yatırımcının güvenidir.

ANKARA RÜZGARI



Mustafa AYDEMİR

Hakikatın Sustuğu Yerde Menfaat Konuşur

İç sesimizle yüzleşmemiz çok zaman hararetli tartışmalar arasında değil, o anda söyleyemediğimiz sözler yüzünden gerçekleşir. Günlük hayatımızın akışı içerisinde herkes zaman zaman bir anlaşmaya varır, durumu idare eder ya da ortamın havasını bozmamak için geri adım atabilir. Ancak bir çizgi, bir sınır vardır ki o çizgi geçildiğinde yapılan şey yalnızca uyum sağlamak olmaktan çıkar, menfaat karşısında ödün vermeye, hakikat karşısında susmaya ve vicdanın sesini boğazı yutkunarak bastırmaya dönüşür. Bu durum pratik bir çözüm gibi görünse de kısa vadede çıkar kapılarını koruyarak açık tutar, olası bir kavgayı, çatışmayı erteler ya da zararsız bir görünüm ve konum sağlar.

Fakat insanoğlu kendi değerleriyle çelişen, kendi iç dünyasına zarar veren her sessizliğin faturasını er ya da geç keser. O küçük menfaat içimizde giderek büyüyen bir huzursuzluğa öz saygı aşınmasına ve zamanla kişinin kendi aynasına bakmakta zorlanmasına yol açar. Boğazın düğümlenmesine yol açan o yutkunma hali aslında bir dönüm noktasıdır. Konuşması gerektiği yerde susmak doğru olanın yanında yer alamamak menfaati için avantajlı olanın gölgesine sığınmak zamanla insanın içindeki dengeyi bozar. Başlangıçta bir kereden bir şey olmaz diye verilen taviz ikinci seferde alışkanlığa üçüncü seferde ise sıradan bir kabullenişe dönüşür. Hakikatin sustuğu yerde menfaat konuşur. Menfaat ile başlayan sessizlik bir süre sonra en çok onu koruduğunu sananı yorar. Buradaki asıl mesele sessizliğin her zaman zayıflıktan doğmamasıdır.

Kimi zaman hesaplı bir bekleyişten kimi zaman da kaybetme korkusundan doğar. Korkunun ve çıkar hesabının yan yana geldiği yerde ise liyakat, adalet ve sözün ağırlığı yerini idare etme sanatına bırakır. Bugün bir çıkar uğruna görmezden gelinen her bir yanlış yarın daha büyük haksızlıkların zeminini hazırlar. Yanlış karşısında verilen her taviz yanlışı meşrulaştırır doğruyu yanlış hale getirir. Kişi savunmadığı bir ilke yüzünden kendi gözünde küçülür dışarıdan güçlü görünse bile içeride en çok kendi vicdanında değer kaybeder Suskunluğun ödüllendirildiği yerlerde hakkaniyet zayıflar. Emek ve doğruluk geri plana itilir. Menfaat sağladığı düşünülen kapılar kapandığında veya şartlar değiştiğinde yutkunulan sözler insana daha ağır gelir. İnsanı ayakta tutan şey her kavgaya girmek ya da her ortamda sertleşmek değildir. Ne zaman ne konuşacağını ve ne zaman susulacağını bilmektir.

Gerçek olgunluk çıkarın yönlendirdiği bir suskunlukta değil, ilkenin koruduğu bir vakarda saklıdır. İnsan bazen az konuşabilir, ölçülü davranabilir, ortamı gereksiz yere germeyebilir ama kendi öz değerini, hakikat duygusunu ve onurunu, kişiliğini pazarlık masasına koymadığı sürece ayakta kalır. Hepimiz için menfaat dünyası geçicidir, rüzgârlar yön değiştirdiğinde dün avantaj gibi görünen pek çok şey anlamını yitirir. Manasız hale gelir. Buna karşılık insanın kendi vicdanıyla kurduğu dürüst bağ ömür boyu süren en sağlam dayanağıdır. Menfaat için susmanın ve yutkunmanın kolay yolunu seçmek yerine bedeli ne olursa olsun kişiliğinden ödün vermeden kendi çizgisini koruyabilenler sonunda başı dik olarak yollarına devam ederler.

Dijital Bürokrasi ve Yapay Zekâ Okuryazarlığında Yeni Adım

İdareci ve Bürokratlar Birliği Derneği (İBB DER) tarafından "Her Şey İnsan İçin" anlayışıyla hayata geçirilen Dijital Bürokrasi ve Yapay Zekâ Okuryazarlığı Akademisi, Ankara Altındağ Belediyesi Kabakçı Konağı'nda düzenlenen proje tanıtım toplantısıyla tanıtıldı. Programda, Dernek Yönetim Kurulu Başkanı Yücel Can'ın insan odaklı hizmet anlayışını vurguladı.

SÜMER TAŞKIRAN







İDARECİ ve Bürokratlar Birliği Derneği (İBB DER) tarafından "Her Şey İnsan İçin" anlayışıyla hayata geçirilen Dijital Bürokrasi ve Yapay Zekâ Okuryazarlığı Akademisi, Ankara Altındağ Belediyesi Kabakçı Konağı'nda düzenlenen proje tanıtım toplantısıyla tanıtıldı. Dernek Yönetim Kurulu Başkanı Yücel Can'ın insan odaklı hizmet anlayışını vurguladığı programda, yapay zekâ ve dijitalleşmenin toplumsal fayda doğrultusunda değerlendirilmesi gerektiğine dikkat çekildi. Yaklaşık altı ay süren akademi çalışmaları kapsamında Ankara ve Elazığ'da çeşitli programlar gerçekleştirildi.

İdareci ve Bürokratlar Birliği Derneği (İBB DER), "Her Şey İnsan İçin" anlayışı doğrultusunda geliştirdiği projelerle dijital dönüşüm ve yapay zekâ okuryazarlığı alanındaki çalışmalarını sürdürüyor. Derneğin Dijital Bürokrasi ve Yapay Zekâ Okuryazarlığı Akademisi için Ankara Altındağ Belediyesi Kabakçı Konağı'nda düzenlenen proje tanıtım toplantısı, katılımcılardan yoğun ilgi gördü. Programın sunuculuğunu ve proje koordinatörlüğünü Dr. Özcan Kars üstlenirken, toplantıda projenin amacı, çalışma alanları ve uygulama sürecine ilişkin bilgilendirmeler yapıldı.

YÜCEL CAN: İNSANIN FAYDASINA OLACAK PROJELER ÜRETMELİYİZ

İBB DER Yönetim Kurulu Başkanı Yücel Can, selamlama ve bilgilendirme konuşmasında derneğin kuruluşundan bu yana benimsediği insan odaklı hizmet anlayışını anlattı. 2009 yılında kurulan derneğin temel yaklaşımını açıklayan Can, insanın yaratılışından itibaren taşıdığı değeri merkeze aldıklarını belirtti. Hz. Muhammed'in hayatını ve özellikle Hilfü'l-Fudûl Cemiyeti'ni referans aldıklarını ifade eden Can, insanı erdemli ve üstün bir varlık olarak kabul eden anlayışla, ecdattan bugüne uzanan hizmetkârlık geleneğini yaşatmayı amaçladıklarını dile getirdi.

Derneğin çalışmalarında sözleri projelere, projeleri ise toplumsal faydaya dönüştürmeyi hedeflediklerini kaydeden Can, geride hoş bir sada bırakmanın önemine işaret etti. İnsanlığın yararına olacak çalışmalarda yapay zekâ ve dijitalleşmenin sunduğu imkânlardan çekinmeden yararlanılması gerektiğini vurgulayan Can, teknolojinin insanı merkeze alan bir anlayışla değerlendirilmesinin önemini ortaya koydu.

MUSTAFA BİLİCİ'DEN İBB DER'E TEŞEKKÜR

İBB DER Yüksek İstişare ve Onur Kurulu Başkanı ve İzmir Milletvekili Mustafa Bilici de programda yaptığı değerlendirmede, yapay zekâ ve dijitalleşmenin geleceğe ertelenecek değil, bugünden ele alınması gereken konular olduğunu belirtti. Bilici, dijital dönüşümün yanı sıra milli birlik ve beraberliğe katkı sunan çalışmaları dolayısıyla İBB DER Yönetim Kurulu Başkanı Yücel Can'a teşekkür etti. Akademinin güncel ihtiyaçlara yönelik çalışmalar bakımından önem taşıdığına dikkat çekti.

PROJEYE İLİŞKİN BEKLENTİLER DİLE GETİRİLDİ

Toplantının devamında Sayıştay Üyesi Kadir Çelik, sivil toplum alanının duayen isimlerinden Abdülcelil Özbabacan ve Ankara Elazığ Dernek Başkanı Mehmet Ergün de söz alarak projeye ilişkin beklentilerini dile getirdi. Programın proje koordinatörlüğünü üstlenen Dr. Özcan Kars ise Dijital Bürokrasi ve Yapay Zekâ Okuryazarlığı Akademisi'ni katılımcılara tanıtarak projenin kapsamı ve yürütülecek çalışmalar hakkında bilgi verdi.

40 YILLIK MESLEKTAŞLIK BİRLİKTE YÜRÜTÜLEN PROJELERLE TAÇLANDI

Proje tanıtım toplantısında yeniden söz alan İBB DER Yönetim Kurulu Başkanı Yücel Can, proje koordinatörü Dr. Özcan Kars ile yaklaşık 40 yıllık bir mesleki birlikteliklerinin bulunduğunu belirterek birlikte yürüttükleri çalışmalara değindi. Meslektaş olduklarını ve bugüne kadar birçok projede omuz omuza çalıştıklarını ifade eden Can, bu iş birliklerinin önemli örneklerinden birinin Siirt Milletvekili Öner Ergenç başkanlığında kurulan TBMM Araştırma Komisyonu kapsamında sokakta kalan ve yaşayan çocukların sorunlarının tespiti ile çözüm önerilerinin geliştirilmesine yönelik çalışmalar olduğunu söyledi.

Can, Kars ile birlikte Elazığ'da Çocuk ve Gençlik Merkezi'ni de kurduklarını hatırlatarak, geçmişteki çalışma azmi ve heyecanıyla yeni projelerde de yollarına devam edeceklerini ifade etti. Dernek bünyesinde İBA-BAKADEMİ Akademisi'ni kurduklarını açıklayan Can, akademi kurulu üyesi ve proje kapsamında görev alan Avukat Arabulucu Dr. Gürbüz Yüksel ile Millî Eğitim Uzmanı Dr. Mehmet Akif Şentürk'ün de program kapsamında sunumlar gerçekleştireceğini bildirdi. Projede görev alacak kadronun bu isimlerle sınırlı olmadığını belirten Can, farklı uzmanlık alanlarından katkılarla akademinin kapsamının genişletileceğini dile getirdi.

İBB DER'in çalışmalarına yönelik toplumsal güvenin kendileri için hem büyük bir mutluluk hem de önemli bir sorumluluk olduğunu vurgulayan Can, "Burada olduğu gibi, 'Bunu yaparsa İdareci ve Bürokratlar Birliği Derneği yapar' düşüncesinin oluşması bizi mutlu ediyor. Ancak bu güven, sorumluluğumuzu ve yükümüzü de artırıyor" anlayışını dile getirdi.

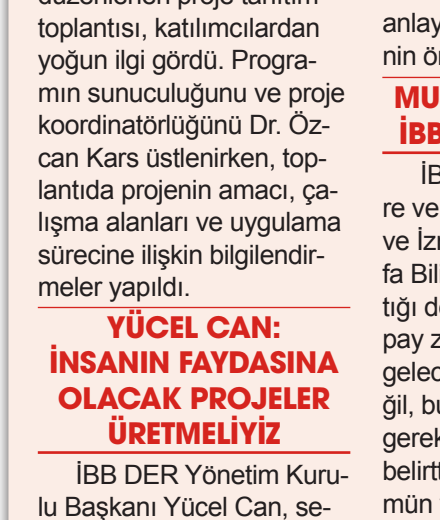
Can, derneğin çalışmalarına destek veren İBB DER Yüksek İstişare ve Onur Kurulu Başkanı ve İzmir Milletvekili Mustafa Bilici'ye teşekkür ederek, İçişleri Bakanı Mustafa Çiftçi, Bakan Yardımcısı Bülent Turan, Sivil Toplumla İlişkiler Genel Müdürlüğü, Ankara İl Müdürlüğü ve Altındağ İl Müdürlüğü başta olmak üzere kendilerine inanan ve destek veren herkese şükranlarını sundu. Can, çalışmaların kamuoyuna duyurulmasına katkı sağlayan basın mensuplarına da ayrıca teşekkür etti.

ANKARA VE ELAZIĞ'DA ÇALIŞMALAR YÜRÜTÜLECEK

Akademi kapsamında Ankara'da gerçekleştirilecek çalışmaların yanı sıra Elazığ'da da etkinlikler düzenlendi. Yaklaşık altı ay sürmesi planlanan programla dijital bürokrasi ve yapay zekâ okuryazarlığı alanında farkındalık oluşturulması, teknolojik gelişmelerin kamu hizmetleri ve toplumsal yaşamda insan odaklı bir yaklaşımla değerlendirilmesi amaçlanıyor.

Tanıtım toplantısında katılımcılara Türk bayrağı, rozet ve flaş bellek gibi çeşitli hediyeler dağıtıldı. Program, akademinin çalışma takvimine ilişkin bilgilendirmelerin ardından katılımcıların birlikte çektirdiği aile fotoğrafıyla sona erdi. İBB DER'in "Her Şey İnsan İçin" anlayışıyla yürüttüğü akademi çalışması, dijitalleşme ve yapay zekâ alanındaki gelişmelerin insan odaklı hizmet anlayışıyla buluşturulmasını hedefleyen önemli girişimler arasında yer alıyor.

Ankara Büyükşehir Belediyesi'nin müzik stüdyosu yenilendi



■ HABER MERKEZİ

GENÇLERİ müzikle buluşturmak ve yeteneklerini geliştirmelerine imkân sağlamak amacıyla Ankara Büyükşehir Belediyesi tarafından hizmete açılan Müzik Stüdyosu'nda iki yeni sınıf daha açıldı. Spor etkinlikleri için açılan sınıfta; pilates, yoga ve nefes çalışmaları yapılacak. Türk Halk Müziği ve Türk Sanat Müziği koro çalışmaları için hizmete açılan diğer sınıfta da aynı zamanda klasik gitar, bağlama, ritim ve ney gibi enstrüman dersleri verilecek. Ankara Büyükşehir Belediyesi (ABB), sanata ve genç müzisyenlere destek amacıyla Mustafa Kemal Mahallesi'nde Müzik Stüdyosu'nu ücretsiz olarak Başkentlilerin hizmetine sunmaya devam ediyor.

Yenimahalle Belediyesi'nden öğretmenlere özel kutlama

■ HABER MERKEZİ

YENİMAHALLE Belediyesi, 24 Kasım Öğretmenler Günü dolayısıyla Cumhuriyet'in kurucusu Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ü anmak ve öğretmenleri bir araya getirmek amacıyla bir dizi etkinlik gerçekleştirdi.

Yenimahalle Belediye Başkanı Fethi Yaşar ilk olarak Başkan Yardımcıları, belediye çalışanları, belediye bünyesinde görev yapan öğretmenler ve öğrencilerle birlikte Anıtkabir'i ziyaret etti. Kalabalık bir heyet halinde Aslanlı Yol'dan yürüyen Yaşar ve beraberindekiler, Atatürk'ün huzuruna çıktı. Ziyaret kapsamında Atatürk'ün mozolesine çelenk bırakan ve ardından Anıtkabir Özel Defteri'ni imzalayan Yaşar, Gazi Mustafa Kemal Atatürk'e duyduğu saygı, özlem ve minneti ifade etti.

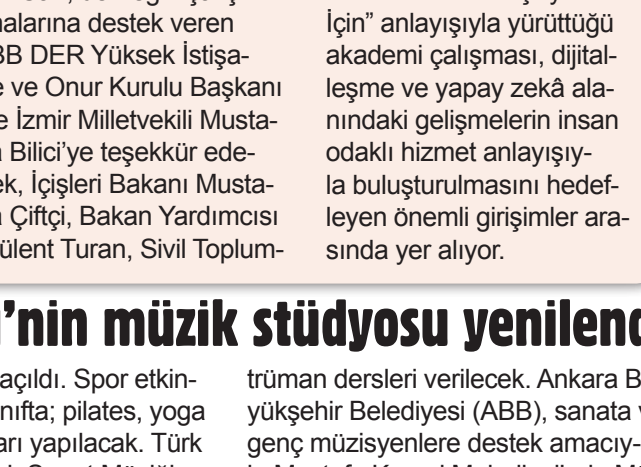
Daha sonra Yaşar, 24 Kasım Öğretmenler Günü dolayısıyla geleneksel hale gelen yemek programında belediye bünyesinde çalışan öğretmenlerle buluştu.

KARE BULMACA *(TDK Güzel Türkçe Bulmacası)*

SOLDAN SAĞA: 1. İşlemez, kullanılmaz duruma gelmiş (eski)... Toz havalanarak çevreye yayılmak, tozumak... 2. Hayvanlarda vücudun gerisinde bulunan ayaklardan her biri... Hoşlanarak bakma, seyretme (eski)... 3. Terim (eski)... Ağırbaşlılık... 4. Suyun ani ve fazla miktarda dökülmesi sırasında çıkan ses... Polisin kuşkulu gördüğü kimseler üzerinde bıçak, silah, esrar vb. yasak şeyler araması... 5. Banka müşterisinin kendi hesabından kart aracılığıyla harcama yetkisi verdiği ve kendisiyle birlikte müşterek ve müteselsil borçlu olan kişinin kullandığı kart... İşler, işlemler (eski)... Tanrı... 6. Yapılması gerekli olan şey (eski)... Anyon... 7. Anlam... Birden ödenerek faizinin işlemesine son verilen tahvil... Dingil... 8. Karada, denizde, gölde veya akarsularda evcil olmayan hayvanları vurma veya yakalama işi... Tellür elementinin simgesi... Çinko elementinin simgesi... Radyum elementinin simgesi... 9. Saniyede bir jullük iş yapan bir motorun güç birimi... Aşırılığı, eksikliği ve taşkınlığı olmama, ortalama durum... Oynak kemiklerin arasındaki açıları genişletmeye yarayan kasların genel adı... 10. İçten çürümeye yüz tutmuş ağaç... Melez... 11. Sığır vebası (halk ağzı)... Tanrı'ya ibadet amacıyla yeme, içme vb. şeylerden belli bir süre kendini alıkoyma... Birinin suçunu bağışlama, yarlıgama, merhamet etme... 12. Gelişigüzel dikmek (halk ağzı)... "Ey, hey" anlamında kullanılan bir seslenme sözü (eski)... 13. Topluluk, zümre... Ukala bir biçimde... 14. Ulanmak işi... Sıcak, içten... 15. Namlusu 42 milimetre çapında olan bir tür tabanca (eski)... Göğüs...

YUKARIDAN AŞAĞIYA: 1. Deve, fil vb. hayvanların sırtına konulan, üzerine oturmaya yarayan sepet (eski)... Mavi hastalığa yakalanmış çocuk... 2. Hücrelerin aşırı çoğalmasıyla insan, hayvan veya bitki dokularında oluşan ve büyüme eğilimi gösteren yumru, tümör, neoplazma... Hamur açmakta kullanılan silindir biçiminde uzunca, ince değnek... Kenarına oya yapılmış veya geçirilmiş... 3. Akış özellikleri gözlenebilen (sıvı veya gaz), seyyal... Dağınık, karışık, perişan (eski)... 4. Genellikle içine sulu şeyler konulan metal vb.nden yapılmış kap... Serbest bırakma (eski)... Atın eşkin yürüyüşü (halk ağzı)... 5. Tam pişmemiş (halk ağzı)... İç evlilik... 6. Ayırtmak işi... O sıra... Kar, süt vb.nin rengi, beyaz... 7. Çocuğun bakım, eğitim ve öğretimiyle görevli kimse (eski)... Bir işi, aldığı buyruk gereğince yapmak yükümlülüğünde olan kimse, buyruk kulu... 8. Silah olarak kullanılan, ucu sivri, iki ağzı da keskin uzun bıçak... Çakıl taşı... 9. Yersiz, yakışıksız söz ve davranışları olan kimse, çiğ adam... Mal ile ilgili... 10. Toprak üstündeki bölümleri odunlaşmayıp yumuşak kalan, ilkbaharda bitip bir iki mevsim sonra kuruyan küçük bitkiler... Yerinde konuşma veya davranma... Herhangi bir lira değerinde olan... 11. Yok olmayan, ortadan kalkmayan, bitmeyen, kalımlı... Baklagillerden, odununda kırmızı boya çıkarılan bir ağaç... 12. Çare... Tüketiciyi korumak amacıyla, özellikle temel ihtiyaç maddeleri için resmî makamlarca belirlenen ve her yerde geçerli olan fiyat... Çocukları ateşe ve tehlikeli şeylere karşı uyarırken söylenen bir söz... 13. İrmik veya una yumurta karıştırılarak hazırlanmış türlü biçimlerdeki kuru hamur... Klavsen... 14. Önem veya değer bakımından gitgide yükselen bir sıra basamakların her biri, rütbe, mertebe, paye... Yanardağ ağzı... İndiyum elementinin simgesi... 15. Sıkıntılı ve korkulu düş, kâbus... Suda çiğnenerek keçeleştirilen yünden dokunmuş (kumaş, keçe vb.) (halk ağzı)...

BULMACININ ÇÖZÜMÜ 5. SAYFADA



İletim altyapımıza 36 milyar dolarlık yatırım öngörüyoruz



ANKARA (AA)- Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar, "Milli Enerji 2040' vizyonumuz kapsamında şebekemizin yeni ihtiyaçlara ve güçlü talep artışına cevap verebilmesi için iletim altyapımıza 36 milyar dolarlık yatırım öngörüyoruz" dedi.

TBMM Plan ve Bütçe Komisyonu, Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanlığı'nın '2027 Yılı Merkezi Yönetim Bütçe Kanunu Teklifi' ile '2025 Yılı Merkezi Yönetim Kesin Hesap Kanun Teklifi'ni görüşmek üzere AK Parti Samsun Milletvekili Mehmet Muş başkanlığında toplandı. Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar, komisyonda milletvekillerine sunum yaptı. Bakan Bayraktar, dünyanın krizler nedeniyle köklü bir dönüşümden geçtiğini belirterek, savaşlar, ticaret ve tarife savaşları nedeniyle küresel ekonomi ve enerji piyasalarının olumsuz yönde etkilendiğini söyledi. Bakan Bayraktar, Türkiye'nin büyüyen ekonomisi, artan üretim ve yatırım kapasitesi nedeniyle daha fazla enerjiye ihtiyaç duyduğunu kaydederek, "Bu kapsamda, enerji politikalarımızı yalnızca bugünün ihtiyaçlarına göre değil, geleceğin talep dinamiklerini de dikkate alarak şekillendiriyoruz. Bu doğrultuda hazırladığımız 'Milli Enerji 2040' programımızı bu ay başında millet-imizle ve COP31 vesilesiyle Antalya'da uluslararası kamuoyuyla paylaştık. Burada temel hedefimiz; enerji arz güvenliğini sağlamak, iklim değişikliğiyle mücadele etmek ve Türkiye'yi enerjide bağımsız kılmaktır. Bu çerçevede programımızı beş temel politika üzerine şekillendiriyoruz. Bunlar; yenilenebilir enerji, nükleer enerji, petrol, doğal gaz üretimi, enerji verimliliği ve madenciliktir. Bunların tamamını güçlü altyapı, dijitalleşme, uluslararası iş birlikleri, bağlantısallık, yerli teknoloji ve ekipman üretimiyle desteklemeye devam edeceğiz" ifadelerini kullandı.

'ELEKTRİKLEŞME ORAINI YÜZDE 36'YA ÇIKARACAĞIZ'

Bakan Bayraktar, enerji alanında tam bağımsız olmayı hedeflediklerini belirterek, "Türkiye'yi enerjide tam bağımsız kılmak için 'Milli Enerji 2040' yeni enerji mimarimizin merkezine elektrikleşmeyi koyduk. Elektrikleşmeyi; Türkiye'nin iktisadi ve sosyal kalkınmasını hızlandıran, sanayisinin rekabet gücünü artıran ve teknolojik dönüşümünü destekleyen stratejik bir kalkınma modeli olarak değerlendiriyoruz. Bu doğrultuda, fosil yakıtlardaki talebi elektriğe kaydıracak ve elektrikleşme oranımızı yüzde 36'ya çıkaracağız. Sektörel elektrikleşme oranlarını; ulaştırmada yüzde 1'den yüzde 24'e, sanayide yüzde 30'dan yüzde 33'e, meskende yüzde 21'den yüzde 30'a, hizmetler ve tarımda ise yüzde 45'ten yüzde 65'e taşıyacağız. Böylece elektrik talebimizin yüzde 86 artışla 680 milyar kilovatsaate yükselmesini öngörüyoruz. Bu talebi karşılamak için mevcut 128 bin megavat kurulu gücümüzü, 281 bin megavata çıkaracağız. Bu hedef, son 24 yılda faaliyete geçirdiğimiz kapasitenin 1,6 katını önümüzdeki 14 yılda devreye almamız anlamına gelmektedir. Bu büyüme için ihtiyaç duyacağımız yatırım tutarı yaklaşık 190 milyar dolardır. Söz konusu ilave yatırımın yüzde 95'i sıfır veya düşük emisyonlu kaynaklardan oluşacaktır" diye konuştu.

'AVRUPA'NIN EN BÜYÜK 2'NCİ ŞEBEKESİNİ YÖNETİYORUZ'

Dışa bağımlılığı azaltmak ve iklim değişikliği ile mücadele kapsamında yenilenebilir enerjiye yöneldiklerini vurgulayan Bakan Bayraktar, 45 bin megavat seviyesinde olan güneş ve rüzgar enerji gücünü 100 milyar dolarlık yatırımla 2040 yılında 175 bine çıkarmayı hedeflediklerini söyledi. Bakan Bayraktar, "Milli Enerji 2040' vizyonumuz kapsamında şebekemizin yeni ihtiyaçlara ve güçlü talep artışına cevap verebilmesi için iletim altyapımıza 36 milyar dolarlık yatırım öngörüyoruz. Bu kapsamda, yüksek gerilim hatlarımızı 77 bin kilometreden 112 bin kilometreye, trafo kapasitemizi ise 241 bin megavolt amperden 316 bin megavolt ampere çıkaracağız. İlaveten ülkemizde bir ilk olarak, 10 bin kilometre yüksek gerilim doğru akım (HVDC) hatlarını devreye alacağız. Böylece, elektriği ülkemizin her noktasına güvenli ve kesintisiz şekilde taşıyabilecek daha güçlü bir iletim şebekesi oluşturacağız." şeklinde konuştu.

FARKLI PENCERE

Ali TEPE



Yavaş Kardeşim, Çok Yavaş!

Ankara, uzun yıllar boyunca altyapı yatırımlarıyla ve ulaşım projeleriyle adından söz ettiren bir başkent olarak anıldı.

Ancak son dönemde vatandaşın gündeminde öne çıkan konu ne yeni bir proje ne de modern bir ulaşım yatırımı. Bugünlerde Ankaralıların ortak şikâyeti, bitmek bilmeyen yol çalışmaları, uzun süren altyapı kazıları ve her geçen gün daha da yoğun hissedilen trafik sorunu.

Elbette büyükşehirleri yönetmek kolay değildir. Nüfus artışı, araç sayısındaki yükseliş ve şehirleşmenin beraberinde getirdiği sorunlar her yönetimin karşılaşacağı zorluklardır. Ancak vatandaş açısından önemli olan, bu sorunların ne kadar hızlı ve etkili çözülebildiğidir.

Son yıllarda başkentin birçok noktasında kanalizasyon, su hattı ve altyapı çalışmaları yürütülüyor. Bu yatırımların gerekli olduğu kuşkusuzdur. Fakat vatandaşın eleştirdiği nokta, çalışmaların planlanması ve tamamlanma süreleridir. Aylarca süren kazılar, sürekli değişen trafik düzenlemeleri ve zaman zaman yaşanan su kesintileri günlük yaşamı zorlaştırmaktadır.

Ankara sokaklarında, toplu taşımada ya da esnaf sohbetlerinde sıkça duyulan bir cümle var: "Eleştirelim ama geçmiş dönemlerde bu kadar uzun süren trafik çilesi yaşamıyorduk." Bu görüşe katılan da vardır, katılmayan da. Ancak önemli olan, bu düşüncenin giderek daha fazla kişi tarafından dile getiriliyor olmasıdır. Öyle ki sokakta, dolmuşta, arkadaş sohbetlerinde aynı benzer serzenişler: "Geçmiş yönetimleri eleştirirdik ama bu kadar beklemiyorduk."

Yerel yönetimlerde başarı, sadece proje üretmekle değil, vatandaşın hayatını kolaylaştırmakla ölçülür. Bir çalışmanın başlaması kadar zamanında tamamlanması da önemlidir.

Sayın Mansur Yavaş, büyük bir halk desteğiyle seçildi. Bu destek beraberinde büyük beklentiler de getirdi. Adı ülke siyaseti için geçen bir belediye başkanına vatandaşın doğal olarak şu soruyu sorması kaçınılmazdır: "Ankara'nın trafik ve altyapı sorunlarını çözmekte zorlanan bir yönetim, Türkiye'ye nasıl umut olacak?"

Bu soru bir suçlama değil, demokratik bir sorgulamadır. Çünkü Ankaralı artık açıklama değil çözüm, vaat değil sonuç görmek istiyor.

Kusura bakmayın Sayın Başkan…

Ankara'da saatler ilerliyor, trafik ilerlemiyor. Kanal ve yol inşaatları aylar hatta yılları geçiyor. Ve vatandaşın dilindeki ortak serzeniş giderek büyüyor:

"Yavaş kardeşim, çok yavaş…"

BUGSAŞ BAŞKENT ULAŞIM VE DOĞALGAZ HİZMETLERİ PROJE TAAHHÜT SANAYİ VE TİCARET ANONİM ŞİRKETİ AŞTİ KOMPLEKSİ BÜFE TAŞINMAZ KİRALANMASI İLAN METNİ

Madde 1. Genel Şartlar:
1.1. BUGSAŞ (Başkent Ulaşım ve Doğalgaz Hizmetleri Proje Taahhüt Sanayi ve Ticaret Anonim Şirketi), AŞTİ (Ankara Şehirlerarası Terminal İşletmesi) Kompleksi bünyesinde bulunan aşağıda niteliği, konumu, özellikleri ve kiralanma şartları belirtilen taşınmaz komisyon huzurunda kapalı teklif ve akabinde açık arttırma usulü ile kiraya verilecektir.
Madde 2. Kiraya Verilecek Taşınmaz:
2.1. Kiraya verilecek taşınmaz, Beştepe Mahallesi Mevlana Bulvarı No:82 AŞTİ (Ankara Şehirlerarası Terminal İşletmesi) Kompleksi İçi Söğütözü Yenimahalle Ankara adresinde bulunmaktadır;

Konumu	Katı	İç Numarası	Nevi	Metrekaresi
AŞTİ Kompleksi İçi	2.KAT	82/2336 BF-5	BÜFE	28 Metrekare

Madde 3. İhale Tarih, Yer ve Saati:
3.1. Kiralama ihalesi 03/12/2026 Perşembe Günü saat 14:00'da AŞTİ Kompleksi 1.Kat Konferans salonunda İdaremiz tarafından oluşturulan komisyon huzurunda yapılacaktır.
Madde 5. İhaleye Katılım İçin Gerekli Belge ve Şartlar:
5.1. Tebligat İçin Adres Beyanı,
5.2. Tebligata Esas E-Posta Adresi,
5.3. Telefon Numarası ve ayrıca;
Şirketler İçin:
a) Vergi Levhası Fotokopisi
b) Ticaret Sicil Gazetesi Örneği
c) Ticaret Sicil Tasdiknamesi (2026 Tarihli)
d) Faaliyet Belgesi (2026 Tarihli)
e) Oda Kayıt Sicil Sureti (2026 Tarihli)
f) İmza Sirküsü
g) Geçici Teminat Makbuzu
h) Vekalet ile işlem yapacaklar temsile tam yetkili olduklarını gösterir noter tasdikli Vekaletname ile vekilin noter tasdikli İmza Beyannamesi
i) Noter Tasdikli Ortak Girişim Beyannamesinin sunulması zorunludur (Ortak Girişim ile Sözleşme Yapacaklar için)
j) BUGSAŞ (Başkent Ulaşım ve Doğalgaz Hizmetleri Proje Taahhüt Sanayi ve Ticaret Anonim Şirketi) Muhasebe ve Finansman Müdürlüğü'nden alınacak Borcu Yoktur yazısı
Gerçek Kişi (Şahış) İçin:
a) İkametgah Belgesi
b) Nüfus Cüzdanı Fotokopisi
c) Vergi Levhası Fotokopisi
d) Noter Tasdikli İmza Beyannamesi
e) Ticaret Sicil Gazetesi Örneği
f) Ticaret Sicil Tasdiknamesi (2026 Tarihli)
g) Geçici Teminat Makbuzu
h) Kayıtlı bulunduğu Ticaret veya Sanayi Odasından yahut benzeri mesleki kuruluştan alınmış sicil kayıt belgesi (2026 Tarihli)
i) Vekaleten katılım halinde noter tasdikli vekaletname ile vekilin noter tasdikli imza beyannamesi (2026 Tarihli)
j) BUGSAŞ (Başkent Ulaşım ve Doğalgaz Hizmetleri Proje Taahhüt Sanayi ve Ticaret Anonim Şirketi) Muhasebe ve Finansman Müdürlüğü'nden alınacak Borcu Yoktur yazısı
Madde 15. ÖZEL ŞARTLAR:
15.1. Kullanılacak olan elektrik, vergiler vb. ödemeler İdarenin sözleşmede belirlediği şekilde ödenecektir.
15.2. Şerefiye bedeli 1 (Bir) sefer olmak üzere İdare tarafından alınır ve nakit irad kaydedilir sözleşme sonunda iade edilmez. Kiralayan bu konuda herhangi bir hak talebinde bulunamaz.
15.3. İhale saatinde hazır bulunmayan istekliler, İhalenin herhangi bir sürecine itirazda bulunamazlar.
15.4. İhale şartnamesi, BUGSAŞ Genel Müdürlüğü Ticaret Müdürlüğü'nden veya www.bugsas.com.tr internet sitesinden temin edilebilir.
15.5. İdare'ye, herhangi bir borcu bulunan şahıs veya tüzel kişiler bu ihaleye katılamazlar.
15.6. Ortak Girişimler ihaleye katılım sağlayabilir ancak taraflardan herhangi birinin Madde 15.5. de belirtilen hallerde olması durumda katılım ortaklık olarak kabul edilmeyecek ve ihaleye katılım sağlanmayacaktır.
15.7. Damga vergisi kiralama bedeli üzerinden peşin olarak kiracı tarafından ödenecektir.
15.8. Bu şartname imzalanarak istenilen diğer belgelerle birlikte kapalı zarf olarak İhale tarih ve saatinden önce ekte verilen teklif mektubu da dahil olmak üzere BUGSAŞ İdari Kat 17 Numara Evrak Servisine Tutanak karşılığı teslim edilecektir.
15.9. Zarflar ihale saatinde komisyon ve katılımcılar huzurunda açılacak, istenilen tüm belge ve evraklar kontrol edilerek eksik evrak ve/veya belge tespit edilmesi durumunda, eksik evrak, belge ve/veya evraklar için istekliye ek süre verilmeyecek ve teklifi geçersiz sayılacaktır. Bu husus teknik şartnamede belirtilip istekli tarafından kabul edildiği için bu hususta ki itirazlar kabul edilmeyecektir.
15.10. Zarfların üzerine madde 2.1. de belirtilen bilgi, hangi taşınmaz için teklif zarfı olduğu (82/2336 BF-5) yazılacaktır.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de Basın-ILN02602068

Bakan Kacır, sanayi uygulamaları için insansı robot geliştirme çağrısı açtıklarını bildirdi



ANKARA (AA)- Sanayi ve Teknoloji Bakanı Mehmet Fatih Kacır, sanayide yapay zeka destekli robot çözümlerinin yaygınlaştırılması, robot teknolojilerinde yetkinliğin artırılması ve kritik bileşenlerde dışa bağımlılığın azaltılması hedefiyle Sanayi Uygulamaları İçin İnsansı Robot Geliştirme Çağrısı'nı açtıklarını bildirdi.

Kacır, "Ülkemizin ileri teknoloji üretim kapasitesini güçlendirecek ve rekabet gücümüzü artıracak bu kritik çağrı ile firmalarımıza proje bütçelerinin yüzde 50'si oranında hibe desteği sunacağız." ifadelerini kullandı.

Kacır, NSosyal hesabından çağrının detaylarını paylaştı. Sanayide yapay zeka destekli robot çözümlerinin yaygınlaştırılması, robot teknolojilerinde yetkinliğin artırılması ve kritik bileşenlerde dışa bağımlılığın azaltılması hedefiyle Sanayi Uygulamaları İçin İnsansı Robot Geliştirme Çağrısı'nı başvurulara açtıklarını belirten Kacır, şunları kaydetti: "Ülkemizin ileri teknoloji üretim kapasitesini güçlendirecek ve rekabet gücümüzü artıracak bu kritik çağrı ile firmalarımıza proje bütçelerinin yüzde 50'si oranında hibe desteği sunacağız. Destek çağrımızın teknoloji ekosistemimiz için hayırlı olmasını diliyorum. Son başvuru tarihi 31 Aralık 2026." Kacır'ın paylaşımında yer alan bilgiye göre, çağrıya yönelik başvurular "rip.sanayi.gov.tr" adresi üzerinden yapılacak.

"Türk Dünyası Sanayi ve Teknoloji İş Birliği Merkezi kurulmalı"



ANKARA (DHA)- AK Parti Genel Başkan Yardımcısı ve Türk Devletleri ile İlişkiler Başkanı Kürşad Zorlu, "Teknopark Ankara bünyesinde bir Türk Dünyası Sanayi ve Teknoloji İş Birliği Merkezi kurulmasını son derece önemsiyoruz. Ben de bu projenin hayata geçirilmesi için başkanlığımız bünyesinde gerekli girişimleri yapacağım" dedi. Zorlu, İvedik Organize Sanayi Bölgesi (OSB) ve Teknopark Ankara'yı ziyaret etti. Zorlu, İvedik OSB yönetimi ile bilgilendirme toplantısına da katılarak genç girişimcilerle bir araya geldi ve Ar-Ge firmalarında incelemelerde bulundu. Burada konuşan Zorlu, Türkiye'nin son dönemde Ar-Ge kapasitesi, sanayi altyapısını artırmak bakımından tarihi atılımlar gerçekleştirdiğini belirterek, "Özellikle milli ve yerli savunma sanayimizin ulaştığı son nokta Türkiye'yi sadece bölgesinde değil, dünyada küresel ölçekte rekabet edebilir bir ülke haline getirmiştir. Nitekim Türkiye özellikle bu sahada sadece satın alan bir ülke olmaktan çıkmış, artık kendi üretimini, teknolojisini geliştirip tasarlayıp ihraç edebilen bir ülke konumuna erişmiştir. Bu manada son olarak KIZILELMA'nın Silahlı Kuvvetlerimizin envanterine girmesi dünyada bir başka ilki de gerçekleştirmemize vesile olmuştur. Ve bu süreç adım adım ilerlemeye devam edecektir" dedi.

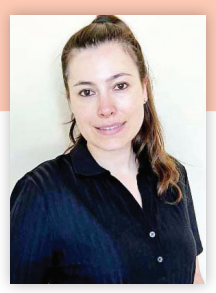
'ANKARA ÖNCÜLÜĞÜNÜ SÜRDÜRMEKTEDİR'

Zorlu, Ankara Sanayi Odası'nın yayımladığı İllerin Teknolojik Gelişmişlik Endeksi sonuçlarına göre; Ankara'nın Türkiye'de ilk sırada yer aldığını kaydederek, "2025 yılı verilerine göre; Ankara'nın toplam ihracatında yüksek teknoloji ürünlerinin payı yüzde 13,3 seviyesinde. Bu oran Türkiye ortalamasının yaklaşık 3 katı durumundadır. Daha da çarpıcı olanı, Türkiye'nin kilogram başına ortalama ihracat değeri 1,57 dolar iken Ankara'nın öncülük ettiği savunma ve havacılık sektöründe bu değer 65 dolara yükselmiştir. İhracat artış hızında da Ankara Türkiye'ye öncülüğünü sürdürmektedir. 2025 yılında Türkiye'nin toplam ihracatı yüzde 4,5 artarken Ankara'nın ihracatı yüzde 24,1 artışla 17,5 milyar dolara yükselmiştir. 2026 yılında da bu ivmelenme devam etmektedir. Yılın ilk yarısında Türkiye'nin toplam ihracatında gerçekleşen yaklaşık 4,7 milyar dolarlık artışın 2 milyar dolara yakın kısmı tek başına Ankara tarafından karşılanmaktadır. Elektrik ve elektronik ihracatımız yüzde 82 gibi rekor bir artışla 1,5 milyar doları aşmıştır. Elbette bu hepimizin gurur tablosudur ve sanayi bölgemizdeki binlerce işletmemiz için de bir gurur vesilesidir. Onların emeği ve alın teriyle bu yükseliş devam edecektir" diye konuştu.

BULMACININ ÇÖZÜMÜ

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

BEGÜM ÖNCÜ İLE VİZYONER PORTRELER



Begüm ÖNCÜ
Elektronik Mühendisi
TÜSİAV İstanbul
İl Koordinatörü

"Yapay Zeka Çağında da Adaletin Pusulası İnsan Kalacak"



Bu haftaki konuğum, İstanbul Okan Üniversitesi Hukuk Fakültesi kurucu dekanı, aynı üniversitenin bir önceki dönem rektörü, TÜSİAV onur üyesi, uluslararası düzeyde başarılı çalışmalarıyla hukuk alanındaki önemli gelişmeleri ülkemize kazandırmış, kıymetli bilgi birikimiyle yeni hukukçular yetiştirmeye devam eden, saygın bir akademisyen, bir hukuk profesoru Prof Dr Mustafa Koçak.

- Değerli hocam zaman ayırıp, bu röportajı kabul ettiğiniz için çok teşekkür ederim. Sizi biraz tanıyabilir miyiz?

- Afyonkarahisar'da doğdum, İlkokuldan sonra o dönemde Afyonkarahisar'ın ve çevre ilçelerin tek lisesi olan Afyon Lisesi'ni devlet parasız yatılı öğrenci olarak bitirdim. Lise fen şubesinden mezun bir öğrenci için yakın çevremin beklentisi tıp fakültesi veya İTÜ iken ben İstanbul Hukuk Fakültesi'ne kaydımı yaptırdım. Bu fakülteyi tercihimin nedeni aslında avukat, hâkim veya savcı olmak değildi. Toplumu, devleti, devlet kurumlarını, toplumsal düzen kurallarını, hukuk düzenini tanımak, öğrenmek ve sonrasında atılmayı düşündüğüm siyasetin kültürel alt yapısını oluşturmaktı amacım. Bu yüzden doktora çalışmalarımda da özel hukuk yerine kamu hukukunu seçtim. Doktora tez konum bu amaca uygun olarak "1982 Anayasası'na Göre Türkiye'de Siyasi Partilerin Hukuki Statüsü" idi. Amacınız doğrultusunda aktif siyaseti denediniz mi diye sorarsanız evet denedim. 1991 seçimlerinde Afyonkarahisar milletvekili adayı idim. Tercihle alt sıralardan üçüncü sıraya kadar yükselmiş olsam da parti ancak iki milletvekili çıkarabilecek kadar oy aldı. Hayat, insanların planladığı, hesapladığı yönde akıp gitmiyor. Yaşam her an önünüze değişik alternatifler çıkarıyor ve sizden bir tercih yapmanızı istiyor. Her yaptığınız seçim aslında birçok şeyden de vazgeçmeniz sonucunu doğuruyor. Bu kısa siyasi deneyimden sonra aktif siyasetin Türkiye örneğinin bana uygun olmadığı sonucuna vardım. Eşimle birlikte akademik çalışmalara yöneldik ve önce Çanakkale 18 Mart Üniversitesi, ardından Kocaeli Üniversitesi'nde çalıştık. Ben, 2001-2002 yılında altı ve 2004 yılında üç ay Glasgow Üniversitesi Hukuk Fakültesi'nde bilimsel çalışmalar yaptım, bunlar yayınlandı. 2007-2008'de de eşimle birlikte bir yıllığına George Town Üniversitesi'nde (Washington DC) araştırmalar yaptık, görgü ve bilgimizi artırmaya çalıştık, dostluklar edindik. 2008 yılında devlet üniversitesinden emekli olup ayrıldım. Ardından İstanbul Okan Üniversitesi'nde Hukuk Fakültesinin kurucu dekanı oldum. Ve hala dekanlık görevimi sürdürmekteyim. Hukuk fakültemiz başarılı hukukçular yetiştirdi, tercih edilen önemli fakülteler arasına girdi. 2018 yılında, aynı üniversiteye rektör olarak atandım ve 2022 yılına kadar dört yıl süre ile bu görevi onurla, gururla sürdürdüm. Rektörlükte yaş sınırı 67'dir. Bu nedenle Üniversiteler Yasasına göre yeniden rektör atanmam mümkün olmadığından kurucusu bulunduğum fakültemin bir dönem daha dekanlığını yapmam istendi. Şu an hukuk fakültemizde öğretim üyeleri, çalışanları ve müstakbel hukukçu öğrencilerimle birlikte hukuk öğrenimi-öğretimi yapıyor, hocalarımızla ve asistanlarımızla zaman zaman toplanıp hukuki sohbetler ediyoruz. Kısaca, sevdiğim bir işi mutlu olduğum bir ortamda yapıyorum.

- Hocam, akademik çalışmalarınızı yürüttüğünüz kamu hukuku alanından bahsetmenizi rica edeceğim.

- Dünyada birkaç büyük hukuk sistemi vardır. Bu sistemler genellikle dört farklı kategoride incelenmektedir. Kıta Avrupası veya Roma-Germen Hukuk Sistemi, Common Law (Anglo-Amerikan) Hukuk Sistemi, İslam Hukuk Sistemi ve Sosyalist Hukuk Sistemi. Türkiye olarak biz 1926 tarihli Türk Medeni Kanunu'nun da kabulünden sonra İslam Hukuk Sisteminden Kara Avrupası Hukuk Sistemine geçtik. Özel hukuk-kamu hukuku ayrımı Roma Germen hukuk sistemiyle ilgili bir kategoridir. Buna göre; özel hukuk, bireyler arasındaki menfaat ilişkilerini düzenler. Medeni Hukuk, Borçlar Hukuku, Aile Hukuku, İş Hukuku, Ticaret Hukuku gibi alanlar özel hukuk kapsamında ele alınır. Bu alanlarda tarafların sözleşme serbestisi kuraldır. Devletin bu alana müdahalesi kamu düzenini ilgilendiren ve ilgilendirdiği kadardır. Kamu hukuku ise devlet ile birey arasındaki ilişkileri düzenler. Bu ilişki bireyin özgürlüğü ile devletin egemenliğinin dengelenmesi ilişkisidir. Doğrudan kamu düzeni ile ilişkili olan Anayasa Hukuku, İdare Hukuku, Ceza Hukuku, Vergi Hukuku gibi alanlar kamu hukuku kapsamındaki alanlardır. Demokrasi, egemenlik, özgürlük ve insan hakları bu alanlarda temel alınan kavramlardır.

- Yeni hukukçular yetiştiren bir akademisyen ve dekan olarak gençlerimize eğitim hayatları ve fakülte sonrası iş hayatlarıyla ilgili ne gibi tavsiyelerde bulunmak istersiniz?

- Öğrencilerimizin hayalleri olsun, daha doğrusu sadece öğrencilerimizin değil, tüm gençlerimizin hayalleri olsun ve bu hayalleri ve hedefleri doğrultusunda çalışsınlar. Belirledikleri hedefleri, kariyer planlamaları her ne ise ona ulaşmaları için hangi eksikliklerinin bulunduğunu tespit etsinler, okul yıllarında ve sonrasında yavaş yavaş bu eksikliklerini gidererek, hayallerini süsleyen işe uygun bilgi ve becerilerle kendilerini donatsınlar. Talih kuşu hazır olanın başına konar, şans hazır olana güler. Her an hazırlıklı olmalıyız ve karşımıza çıkacak fırsatlara hazırlıksız yakalanmamalıyız. Unutmaması gereken bir şey başarının konforu sevmediğidir. Başarılı olmak istiyorsak mutlaka onun için zorluklara, sıkıntılara, başarısızlıklara hazır olmamız gerekir. En zor anlarımızda, haksızlıklarla, adaletsizliklerle karşılaştığımızda bile umudumuzu kaybetmemeli, hedefimizden sapmamalıyız. Başarısızlıklar bizi ümitsizliğe ve yılgınlığa sevk etmek yerine, çalışma azmimizi daha da kamçılamalı. Her başarısızlık bizim öğretmenimizdir. Bu sayede başarısızlığımızın sebebini analiz etmeyi, yeni bir hamle için hatalarımızı düzeltmeyi ve eksiklerimizi gidermeyi öğreniriz. Bilgi, beceri ve tecrübe kadar çevre de başarıya giden yolda çok önemlidir. Oldukça yeteneklisiniz ama çevreniz yok; size destek olabilecek, yol gösterecek çevreniz var, ama siz talip olduğunuz makama, yere uygun donanıma sahip değilsiniz. Her iki durumda da en azından o anda karşınıza çıkan fırsat açısından şans sizin yüzünüze gülmeyebilir. "Gülmez" demiyorum ama "gülmeyebilir" diyorum. Bunun için öğrencilik yıllarınızda ve sonrasında sağlam dostluklar kurun, bunları geliştirin ve çevrenizi genişletin. Okul yıllarında kurulan arkadaşlıklar, katıldığınız sosyal etkinlikler, sivil toplum faaliyetleri, edinilen hobiler vb. gençlere yeni yeni dostlar kazandıracaktır. Bu tavsiyeler, gerek öğrencilik yıllarımda, gerekse iş hayatımda bizzat yaşayarak öğrendiklerimin bir özetidir. Umarım, geleceğimizi emanet edeceğimiz gençler için de yol gösterici olur, faydalı olur.

- Kıymetli hocam, bu güzel röportaj ve paylaştığınız değerli bilgiler için sevgili dayım, TÜSİAV Yönetim Kurulu Başkanımız Veli Sarıtoprak ve kendi adıma çok teşekkür ederim. Röportajımızın sonunda neler söylemek istersiniz?

- Siz TÜSİAV'ın İstanbul İl Koordinatörüsünüz. İşlerinizden ve özel hayatınızdan fedakârlık ederek bir sivil toplum hareketinin aktif katılanısınız. Öncelikle bu çabalarınız nedeniyle sizi kutluyorum. Sivil toplum örgütleri, demokratik idealleri geliştirmek, siyasete yol göstermek, temsil ettiği sivil toplum kesiminin ihtiyaç ve taleplerini iktidara ileterek siyasetin sağlıklı oluşumuna katkı sağlamak, yeri geldiğinde de uyarmak gibi çok önemli bir misyon için var. TÜSİAV da yıllardan beri Türk sanayicilerinin, iş adamlarının bu alandaki güçlü temsilcisi ve etkili sesi durumunda. Sivil toplum kuruluşları birkaç fedakâr insanın omuzları üzerinde ilerliyor. TÜSİAV Genel Başkanı Sayın Veli Sarıtoprak'ı bu anlamda çok takdir ve tebrik ediyorum. Ortaokul ve Lise yıllarına dayanan arkadaşlığımız nedeniyle kendisini, yaptıklarını yıllardan beri yakından takip ediyorum; hem gurur duyuyorum, hem de bundan eski bir arkadaşı ve kadim dostu olarak kendime hisse çıkarmak istiyorum.

Motorlu kara taşıtları 2025'te yaklaşık 395,3 milyar kilometre yol katetti



ANKARA (AA)- Türkiye'de trafiğe kayıtlı motorlu kara taşıtları tarafından 2025'te katedilen yol 395 milyar 264 milyon kilometre oldu. Türkiye İstatistik Kurumu, geçen yıla ilişkin taşıt-kilometre istatistiklerini açıkladı.

Buna göre Türkiye'de trafiğe kayıtlı motorlu kara taşıtları tarafından 2025'te 395 milyar 264 milyon kilometre yol katedildi. Toplam taşıt-kilometrenin yüzde 57,7'si otomobiller, yüzde 19,1'i kamyonetler, yüzde 8,3'ü motosikletler, yüzde 5,7'si çekiciler, yüzde 3,7'si kamyonlar, yüzde 3,3'ü minibüsler, yüzde 1,8'i otobüsler ve yüzde 0,5'i özel amaçlı taşıtlar tarafından yapıldı.

Trafiğe kayıtlı motorlu kara taşıtlarının sayısı 2025'te bir önceki yıla göre yüzde 7,8, toplam taşıt-kilometre yüzde 3,2 arttı. Taşıt sayısı, motosikletlerde yüzde 13,5, özel amaçlı taşıtlarda yüzde 9,4, otomobillerde yüzde 7, çekicilerde yüzde 5,1, kamyonetlerde yüzde 4,5, minibüslerde yüzde 3, kamyonlarda yüzde 2,5, otobüslerde yüzde 1 artış gösterdi.

Kartlı ödemeler ekimde 2,9 trilyon liraya ulaştı



İSTANBUL (AA)- Kredi kartları, banka kartları ve ön ödemeli kartlarla ekim ayında yapılan ödemelerin toplam tutarı, geçen yılın aynı ayına göre yüzde 32 artarak 2 trilyon 920,9 milyar liraya ulaştı. Bankalararası Kart Merkezi, ekim ayına ilişkin verileri açıkladı.

Buna göre, ekim ayı itibarıyla Türkiye'de kredi kartı sayısı 156 milyon, banka kartı 226,8 milyon, ön ödemeli kart sayısı 98,9 milyon oldu. Geçen yılın aynı ayına göre kredi kartı sayısı yüzde 11, banka kartı sayısı yüzde 5 arttı, ön ödemeli kart sayısı yüzde 8 geriledi.

İş gücü girdi endeksleri açıklandı

ANKARA (AA)- Sanayi, inşaat ve ticaret-hizmet sektörleri toplamında istihdam endeksi, yılın üçüncü çeyreğinde yıllık bazda yüzde 1,8 yükseldi. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), yılın üçüncü çeyreğine ilişkin iş gücü girdi endekslerini açıkladı. Buna göre, sanayi, inşaat ve ticaret-hizmet sektörleri toplamında istihdam endeksi, üçüncü çeyrekte geçen yılın aynı dönemine göre yüzde 1,8 artış kaydetti. Alt sektörler incelendiğinde endeks, sanayi sektöründe yüzde 1,2 azalırken, inşaat sektöründe yüzde 3,1, ticaret-hizmet sektörlerinde yüzde 3,1 arttı. İstihdam endeksi çeyreklik bazda da yüzde 0,5 yükseldi. Alt sektörler incelendiğinde endeks, sanayi sektöründe yüzde 0,1, inşaat sektöründe yüzde 0,7, ticaret-hizmet sektörlerinde yüzde 0,7 artış gösterdi.

Şehit Sait Ertürk Devlet Hastanesi Başhekimliğinden İlanen Tebliğ

İlgili: Dilayda EKER (BOR) (Sicil No: HİZ 760)
Unvanı: Hizmetli
Adres:Yeni Mah. 105. Sokak Toplu Konut Sitesi B1-2
No:4/2B İç Kapı No:K Saraykent/YOZGAT
Hastanemiz bünyesinde Hizmetli olarak görev yapan Dilayda EKER (BOR) hakkında Ankara İl Sağlık Müdürlüğü tarafından yürütülen inceleme/soruşturma sonucunda düzenlenen Disiplin Soruşturma Raporunda teklif edilen disiplin cezasına ilişkin savunmasının alınması amacıyla, Hastanemiz İnceleme ve Soruşturma Biriminin 30.10.2026 tarihli ve E-26945601-663.99-334142517 sayılı yazısı ilgilinin bilinen adresine posta yoluyla gönderilmiş; ancak adresinde bulunamaması ve kendisine ulaşılamaması nedeniyle tebligat gerçekleştirilememiştir.
Bu itibarla yukarıda tarih ve sayısı (30.10.2026-E-26945601-663.99-334142517) belirtilen savunma istem yazısının tebliğ edilmiş sayılacağı ilan tarihinden itibaren 7 (yedi) gün içerisinde savunma vermesi gerektiği, savunma vermediği takdirde ise savunma hakkından vazgeçmiş sayılacağı hususu;
İş bu ilanın 7201 sayılı Tebligat Kanunu ve ilgili mevzuat hükümleri uyarınca tebliğ yerine geçmek üzere ilanen tebliğ olunur.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de Basın-ILN02602344

ARAÇ KİRALAMA HİZMETİ ALINACAKTIR

SÜRÜCÜSÜZ ELEKTRİKLİ ARAÇ KİRALAMA HİZMET ALIMI 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)	:	2026/2299311
1- İdarenin		
1.1. Adı	:	TCDD TEKNİK MÜHENDİSLİK VE MÜŞAVİRLİK ANONİM ŞİRKETİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ
1.2. Adresi	:	AZİZİYE MH. HOŞDERE CAD. NO:167/A ÇANKAYA/ANKARA
1.3. Telefon numarası	:	03122270219
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası	:	https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2- İhalenin		
2.1. Tarih ve Saati	:	09.12.2026 - 11:00
2.2. Yapılacağı(e-tekliflerin açılacağı)adres	:	Aziziye Mah. Hoşdere Cad. No:167/A Çankaya/ ANKARA
3- İhale konusu hizmet alımının		
3.1 Adı	:	SÜRÜCÜSÜZ ELEKTRİKLİ ARAÇ KİRALAMA HİZMET ALIMI
3.2. Niteliği, türü ve miktarı	:	3 adet aracın 12 ay süre ile kiralama işi

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

3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer	:	Çankaya/ Ankara adresine teslim edilecektir.
3.4. Süresi/teslim tarihi	:	İşe başlama tarihinden itibaren 12(Onİki) aydır
3.5. İşe başlama tarihi	:	Sözleşmenin imzalandığı tarihten itibaren 10 gün içinde 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.
4.2. 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.
4.4. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler:
4.4.1.
Kamu veya özel sektöre yapılmış olan sürücülü veya sürücüsüz araç kiralama, personel taşıma ve öğrenci taşıma hizmeti işleri birlikte veya ayrı ayrı benzer iş olarak kabul edilecektir.
5- Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.
6- İhale yerli ve yabancı tüm isteklilere açıktır.
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
Sınır değerin altında teklif sunan isteklilerin teklifleri açıklama istenilmeksizin reddedilecektir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de Basın-ILN02602546

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

DÜZELTME İLANI

GİYİM EŞYASI VE KİŞİSEL KORUYUCU DONANIM SATIN ALINACAKTIR ihale edileceği ilan edilmiştir. Ancak 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 26 ncı maddesine göre aşağıdaki hususlarda , düzeltme ilanı yayımlanmasına karar verilmiştir. Tekliflerin hazırlanması ve sunulmasında düzeltilen maddelerin esas alınması gerekmektedir.

İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/2172181
1- İdarenin
1.1. Adı : ETİMESGUT BELEDİYE BAŞKANLIĞI ETİMKENT YAPI MADEN SANAYİ VE TİCARET ANONİM ŞİRKETİ MÜDÜRLÜĞÜ
1.2. Adresi : ALSANCAK MAHALLESİ MEHMET AKİF ERSOY CAD. NO:3 ETİMESGUT BELEDİYESİ HALK EKMEK FABRİKASI ETİMESGUT ANKARA
1.3. Telefon numarası : 03122451742
1.4. Ön yeterlik/İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet adresi : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2-Düzeltmeye Konu İlanın Yayımlandığı
2.1. Kamu İhale Bülteninin tarih ve sayısı : 18.11.2026 - 5744
2.2. Gazetenin adı ve tarihi (yayımlanmış ise) : SONSÖZ – www.mansetankara.com - 18.11.2026
3- Düzeltilen [madde/maddeler]
ilanın 4.3.1 maddesi kaldırıldı numune istenmeyecektir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de Basın-ILN02602555

AKARYAKIT SATIN ALINACAKTIR

BEYPAZARI ORMAN İŞLETME MÜDÜRLÜĞÜ 2027 YILI DÖNER SERMAYE BÜTÇE AKARYAKIT MAL ALIMI İŞİ 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) : 2026/2334431
1- İdarenin
1.1. Adı : ANKARA ORMAN BÖLGE MÜDÜRLÜĞÜ BEYPAZARI ORMAN İŞLETME MÜDÜRLÜĞÜ
1.2. Adresi : KURTULUS MAHALLESI MILLI EGEME BEYPAZARI/ANKARA
1.3. Telefon numarası : 03127631133
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2- İhalenin
2.1. Tarih ve Saati : 08.12.2026 - 14:00
2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı)adres: BEYPAZARI ORMAN İŞLETME MÜDÜRLÜĞÜ MÜDÜR YARDIMCISI ODASI
3- İhale konusu mal alımının
3.1. Adı : BEYPAZARI ORMAN İŞLETME MÜDÜRLÜĞÜ 2027 YILI DÖNER SERMAYE BÜTÇE AKARYAKIT MAL ALIMI İŞİ
3.2. Niteliği, türü ve miktarı : BEYPAZARI ORMAN İŞLETME MÜDÜRLÜĞÜ 2027 YILI DÖNER SERMAYE BÜTÇESİ AKARYAKIT (40.000 LİTRE MOTORİN EURO DİZEL - 750 LİTRE BENZİN) MAL ALIM İŞİ
Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.
3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer : Beypazarı Orman İşletme Müdürlüğü tarafından ihaleyi alan firmanın pompalarından peyderpey alınacaktır. Ancak idarece lüzumu görülen olağandışı durumlarda (Yangın vs.) motorin ve benzin teslimi yüklenici tarafından idarenin talep ettiği yerde tanker ve ona ait pompa aracılığı ile yapılacaktır. Bu işlem için yükleniciye ayrıca bedel ödenmeyecektir.
3.4. Süresi/teslim tarihi : Sözleşme imzalandıktan sonra 04.01.2027 de başlar, peyder pey 24.12.2027 tarihine kadardır
3.5. İşe başlama tarihi : 04.01.2027
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. 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:
İş Yeri Açma ve Çalıştırma Ruhsatı
İşletme Kayıt Belgesi
İşletme Kayıt Belgesi.
Petrol Bayiliği/Dağıtıcılığı Lisans Belgesi
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:
TS-EN
5- Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.
6- İhaleye sadece yerli istekliler katılabilecek olup yerli malı teklif eden yerli istekliye ihalenin tamamında % 15 (yüzde on beş) oranında fiyat avantajı uygulanacaktır.
7- 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:
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-ILN02602580

Güncel haberlerin adresi: "www.sonsoz.com.tr"

Galatasaray, Aston Villa'yı ağırlayacak



İSTANBUL(AA) - Galatasaray, UEFA Şampiyonlar Ligi'nin 5. haftasında bugün İngiltere'nin Aston Villa takımını konuk edecek.

RAMS Park'taki maç, saat 20.45'te başlayacak. Mücadeleyi, Alman hakem Daniel Siebert yönetecek.

Maç, Türkiye'de TRT 1 ve tabii platformundan yayımlanacak.

Avrupa'nın kulüpler düzeyindeki en büyük futbol organizasyonuna doğrudan 36 takımlı lig aşamasından katılan sarı-kırmızılı ekip, ilk iki maçında Portekiz ekibi Sporting'e deplasmanda 3-1, İspanya devi Barcelona'ya da sahasında 4-1 yenildi.

Şampiyonlar Ligi'ne istediği gibi başlayamayan Galatasaray, organizasyondaki üçüncü maçında konuk olduğu Fransa temsilcisi Lille'i 4-2 yenerken dördüncü haftada da Almanya'dan Stuttgart'ı iç sahada 2-0 mağlup etti.

Sarı-kırmızılılar, 4 maç sonunda elde ettiği 6 puanla Şampiyonlar Ligi'nin 5. haftasına 18. sırada girdi.

Bu sezon "Devler Ligi"ndeki ilk maçında Belçika temsilcisi Club Brugge'ü deplasmanda 3-2 mağlup eden Aston Villa, sonraki haftalarda konuk ettiği Fenerbahçe'ye karşı 6-0 ve Norveç temsilcisi Viking'e karşı da 3-1 galip geldi.

Dördüncü haftada da Barcelona'ya konuk olan İngiltere ekibi, bu mücadeleden 3-0'lık mağlubiyetle ayrıldı.

Aston Villa, topladığı 9 puanla 6. sırada yer alıyor.

SARI-KIRMIZILILARDA EKSİKLER

Galatasaray'da maç öncesi önemli eksikler bulunuyor.

Tedavileri devam eden sarı-kırmızılı oyunculardan Macar Roland Sallai, Senegalli Ismail Jakobs ve Portekizli Rafael Leao, Aston Villa'ya karşı görev alamayacak.

Dizinden operasyon geçiren Nijeryalı yıldız Victor Osimhen'in durumu ise maç günü belli olacak.

Ayrıca UEFA kadrosuna yazılmayan Kaan Ayhan, Kazımcan Karataş, Arda Ünyay, Eyüp Aydın ile Can Armando Güner statü gereği maçta forma giyemeyecek.

RAMS PARK'A KAVUŞACAK

Galatasaray, iç saha maçlarını oynadığı RAMS Park'a dönecek.

RAMS Park'ın zeminindeki bakım ve iyileştirme çalışmalarından dolayı Trendyol Süper Lig'in 12. haftasında Samsunspor'u Başakşehir Fatih Terim Stadı'nda konuk eden sarı-kırmızılılar, Aston Villa müsabakasını kendi stadında oynayacak.

"DEVLER LİGİ"NDEKİ EN UZUN GALİBİYET SERİSİNİ EGALE ETMEYİ HEDEFLİYOR

Galatasaray, yarınki karşılaşmayı kazanması halinde UEFA Şampiyonlar Ligi'ndeki en uzun galibiyet serisini egale edecek.

Sarı-kırmızılı ekip, daha önceki sezonlarda "Devler Ligi"nde en fazla üst üste 3 maçta galip gelmişti.

Bu sezon Şampiyonlar Ligi'ndeki son iki maçında Lille ve Stuttgart'ı mağlup eden Galatasaray, Aston Villa karşısında da kazanması halinde galibiyet serisini 3 maça çıkaracak.

SON 7 RESMİ MAÇINI KAZANDI

Galatasaray, son 7 resmi karşılaşmasını galip tamamladı.

Resmi maçlardaki son yenilgisini UEFA Şampiyonlar Ligi'nin 2. haftasında sahasında İspanya temsilcisi Barcelona'dan alan sarı-kırmızılı ekip, sonrasında Süper Lig'de 5, Avrupa'da ise 2 maçta puan kaybı yaşamadı.

Galatasaray bu süreçte Süper Lig'de Gençlerbirliği (1-0), Fenerbahçe (2-1), TÜMOSAN Konyaspor (4-0), Amed Sportif Faaliyetler (4-3) ve son olarak Samsunspor'u (2-1) mağlup etti. Sarı-kırmızılılar, UEFA Şampiyonlar Ligi'nde ise Fransa'nın Lille (4-2) ve Almanya'nın Stuttgart (2-0) ekiplerini yenmeyi başardı.

Şampiyonlar Ligi'ndeki en golcü oyuncusu Batrakov

Galatasaray'da bu sezon Şampiyonlar Ligi'nde en fazla ağları sarsan oyuncu Rus Aleksey Batrakov oldu.

HAFTALIK

Erden AKTOĞU
benerden@yahoo.com



Efsanenin Adı Ölümsüzleşti...

Naim Süleymanoğlu yalnızca branşı olan halterdeki başarılarıyla değil, bir milletin hafızasına da kazınmış bir spor ikonu olmuş bir isim. Dünya halter tarihine adını altın harflerle yazdıran Cep Herkülü, aramızdan ayrılışının dokuzuncu yılında bir kez daha sevgi, saygı ve özlemle anıldı.

18 Kasım 2017'de, henüz 50 yaşındayken yitirdiğimiz efsane şampiyon için düzenlenen anma etkinliklerinde yer alma mutluluğunu yaşadım. Mezarı başındaki törenin ardından, Bahçeşehir Göçmen Konutları'nda gerçekleştirilen buluşma ise, inanın sıradan bir anma programının ötesindeydi. Çünkü bu kez Naim'in hatırası, gelecek nesillere bırakılacak kalıcı bir eserle taçlandırılıyordu.

Göçmen Konutları Yönetim Kurulu Başkanı Dr. Sabahattin Sabrioğlu'nun titizlikle hayata geçirdiği organizasyon, Türkiye ve Bulgaristan'dan önemli isimleri bir araya getirdi. Bulgaristan Hak ve Özgürlükler Hareketi (HÖH) Genel Başkan Yardımcısı ve Kırcaali Belediye Başkanı Erol Mümin, HÖH Genel Başkan Yardımcısı ve Kaolinovo Belediye Başkanı Nida Ahmedov, Bulgaristan Parlamento Başkan Yardımcısı Ayten Sabri ile çok sayıda davetlinin katıldığı tören, ortak bir değer etrafında buluşmanın en güzel örneğiydi.

Peki, Naim'i bu kadar özel yapan ne gelin birkaç cümleyle hatırlayalım.

Dokuz yaşında başladığı halterde henüz 16 yaşındayken dünya rekoru kıran bir yetenekten söz ediyoruz. Bulgaristan'da Türk kimliğine yönelik baskıların arttığı süreçte, 1986 yılında Türkiye'ye sığınan Naim, Ay Yıldızlı mayoyla dünya spor tarihinin en büyük başarılarından bazılarına imza attı. Seul 1988, Barselona 1992 ve Atlanta 1996... Üç olimpiyat, üç altın madalya! Üstelik bunu başaran ilk halterci olarak tarihe geçti. Yedi dünya, altı Avrupa şampiyonluğu ve 46 dünya rekoru, onun nasıl bir spor efsanesi olduğunu anlatmaya yeter de artar bile. Seul Olimpiyatları'ndaki zaferiyle Türkiye'ye güreş dışındaki branşlarda ilk olimpiyat altınını kazandırması ve Time dergisine kapak oluşu da bu eşsiz kariyerin unutulmaz kilometre taşlarıydı.

Ancak Naim'in büyüklüğü, kaldırdığı ağırlıklarla sınırlı değildi. O, Bulgaristan Türklerinin yaşadığı zulmü dünya kamuoyuna duyuran, kimliğini ve onurunu her şeyin üzerinde tutan bir mücadele insanıydı. Kazandığı madalyalar kadar, temsil ettiği değerlerle de milyonların gönlünde taht kurdu.

İşte Bahçeşehir Göçmen Konutları'nda açılışı gerçekleştirilen Naim Süleymanoğlu Parkı, bu büyük mirasa sahip çıkmanın son derece anlamlı bir göstergesi oldu. Bu vesileyle Dr. Sabahattin Sabrioğlu'na özel bir parantez açmak gerekiyor. Bir spor efsanesini anmanın ötesine geçerek onun adını kalıcı bir yaşam alanına dönüştürmek, takdiri fazlasıyla hak eden bir girişim. Kendisine ve emeği geçen herkese teşekkür etmek gerekiyor.

Çünkü Naim Süleymanoğlu'nun adı yalnızca geçmişin başarılarında değil, yarının çocuklarının hafızasında da yaşamalı. Bir parkın açılışıyla atılan bu imza, işte tam da bu açıdan çok değerli.

Cep Herkülü'nü kaybettik ama onun mücadelesini, cesaretini ve insanlık onuruna sahip çıkan duruşunu kaybetmedik. Rekorlar kırılır, madalyalar zamanla eskiyebilir; ancak bazı insanların bıraktığı izler hiçbir zaman silinmez. Naim Süleymanoğlu da işte o ölümsüz isimlerden biri…

Kalın sağlıcakla.

Trabzonspor sahasında kayıp vermedi

TRABZON(AA) - Süper Lig'de 12 haftada evindeki 6 maçı kazanarak 18 puan elde eden bordo-mavililer, rakip fileleri 16 kez havalandırırken kalesinde sadece 1 gol gördü.

Trendyol Süper Lig'de 12 hafta sonunda 28 puanla 2. sırada yer alan Trabzonspor, iç saha da hiç puan kaybetmeyerek en iyi başlangıçlarından birini yaptı.

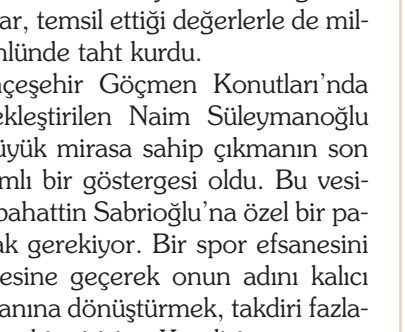
Son olarak sahasında Eyüpspor'u 1-0 mağlup eden bordo-mavililer, geride kalan 12 haftalık dönemde Papara Park'ta oynadığı 6 maçı da kazanarak 18 puan elde etti. Karadeniz ekibi, dış sahada ise 6 müsabakada 3 galibiyet, 1 beraberlik, 2 mağlubiyet alırken hanesine 10 puan yazdırdı.

İç sahada 3 puan ortalamasıyla kayıpsız olarak maçlarını oynayan Trabzonspor, dış sahada ise 1,6 puan ortalamasında kaldı.

41 YIL SONRA İLK 6 İÇ SAHA MAÇINI DA KAZANDI

Trabzonspor, Eyüpspor galibiyetiyle 41 sezon sonra ilk 6 maçını da kazanma başarısını gösterdi.

Bordo-mavililer, sahasında üst üste 6 galibiyetle başladığı son



dönemi 1984-1985 sezonunda yaşadı. Karadeniz ekibi, söz konusu sezonda ilk 8 karşılaşmasını da kazanırken 41 yıl sonra sahasındaki en iyi başlangıcını yaptı.

Trabzonspor, 2017 yılından itibaren maçlarını oynadığı yeni stadı Papara Park'taki en iyi lig başlangıcını da yapmış oldu.

24 KASIM 2026 SALI

"SONSÖZ SİZİN"

SONSÖZ

Gazetemizi Sosyal Medya Hesaplarımızdan Takip Edebilirsiniz

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



Başkent ekibi '6 puanlık maç' olarak kabul gören Gaziantep galibiyetiyle düzlüğe çıktı. Storck takımını övdü:

Bu galibiyeti hak ettik



ÖZEL HABER SONSÖZ GAZETESİ



YALÇIN ERCAN

TRENDYOL Süper Lig'in 12. haftasında Gençlerbirliği, konuk ettiği Gaziantep Futbol Kulübü'nü 1-0 yenerek çok önemli bir 3 puan kazandı. İki takımın da alt sıralarda yer alması dolayısıyla karşılaşma "6 puanlık maç" olarak nitelendi. Gençlerbirliği bu galibiyetle üst sıralara tırmanışa geçmek için bir teşvik fırsatı yakalamış oldu.

Genel olarak denk güçlerin zorlu bir mücadelesi şeklinde geçen karşılaşmada, iki takım da güç dengesini bozacak belirgin bir üstünlük sağlayamadı. Maç boyunca hep golü düşünen ofansif bir oyun anlayışı sergilediler. Karşılıklı olarak bir çok net gollük pozisyon yakalamalarına rağmen bu fırsatlardan yararlanamadılar. Maçın henüz 9. dakikasında Gençlerbirliği'ni öne geçiren gol, hazırlanış ve yapılış açısından mükemmeldi. Kaleci İrfan Can'ın başlattığı hücumda; Oğulcan'ın sol kanattan savunma arkasına çıkardığı topla buluşan Traore harika bir top kontrolü ile hızla ceza sahasına girerek soğukkanlı bir şekilde kaleciyi de çalımladıktan sonra klas bir vuruşla topu ağlarla buluşturdu. Bu gol maçın da sonucunu tayin etti. Bu sonuçla Gençlerbirliği 14 puanla 12. sırada yer alırken, haftaya Samsunspor'a konuk olacak.

Teknik direktör Bernd Storck maçla ilgili olarak yaptığı değerlendirmede, " İlk olarak takımımı kutlamak istiyorum. Bence bu galibiyeti hak ettik. Bir mücadele ruhu ortaya koyduğumuzu düşünüyorum. Bu kadar zorlu bir maçta gerçekten iyi bir iş çıkardık. Ligde kalma adına önemli bir galibiyet aldık. Ancak iki takım için de kötü bir zemin vardı. Hatta maçın sonlarına doğru ayakta durmak bile zorlaştı. Bence bu galibiyeti fazlasıyla hak ettik" dedi.



Bernd STORCK
Gençlerbirliği
Teknik Direktörü

Beşiktaş maçında iki stoperini kaybettiğini söyleyen Storck, "O maçta sizin de bildiğiniz gibi birini sakatlıkla birini kırmızı kartla kaybetmiştik. Başka oyuncularımız oynadı, genç oyuncular ve tecrübeli oyuncular farklı pozisyonlarda oynamak zorunda kaldı. Arda gibi stoperde, tecrübeli orta saha oyuncumuz Chick Niasse stoperde oynadı. Franco kendi pozisyonunda olmayan sağ bekte yeni bir pozisyonunda oynadı. Ona özellikle burada teşekkür etmek istiyorum. Zor dönemde hem takımımıza hem kulübümüze bir yardım sağladı, yardım etti takımına. Böyle bir fedakarca o pozisyonda oynadı, sakatlığı da olmasına rağmen. Bizim açımızdan çok önemli bir üç puandı. Çünkü bu küme düşme potasındaki ve son sıradaki takımlardan uzaklaşmamız adına çok önemliydi.

Bu işi başardığımız için takıma iki gün izin verdim. Çünkü Beşiktaş maçından sonra da çok iyi çalıştılar. Bu izni hak ettiklerini düşünüyorum" ifadelerini kullandı.

Sağlıklı yaşlanmak için mükemmel koşulları beklemeyin!



ÖZEL HABER SONSÖZ GAZETESİ



GONCAGÜL KONAŞ

İNSAN ömrünün uzamasıyla birlikte sağlıklı yaşlanmak ve ilerleyen yaşlarda yaşam kalitesini korumak giderek daha fazla önem kazanıyor. Sağlık dünyasında longevity olarak adlandırılan sağlıklı uzun yaşam yaklaşımı, yalnızca yaşam süresini uzatmayı değil, bireylerin yaşlılık döneminde de bağımsız, üretken ve sağlıklı kalmasını amaçlıyor. Bu süreçte genetik özelliklerin yanı sıra beslenme, fiziksel aktivite, uyku düzeni ve psikolojik sağlık gibi günlük yaşam alışkanlıkları belirleyici rol oynuyor.

Tıbbi Biyokimya Uzmanı Dr. Nesibe Gündüz, sağlıklı yaşlanmak isteyenlerin günlük hayatlarında dikkat etmeleri gereken noktaları değerlendirdi. Sağlıklı yaşamın temelinde sürdürülebilir alışkanlıkların bulunduğunu belirten Gündüz, tek bir besinin, vitaminin veya uygulamanın uzun yaşamı garanti edemeyeceğini söyledi.

AKDENİZ TİPİ BESLENME SAĞLIKLI YAŞLANMANIN TEMELİ

Beslenmenin sağlıklı yaşlanmanın temel taşlarından biri olduğunu vurgulayan Gündüz, bilimsel araştırmaların özellikle Akdeniz tipi beslenme modelinin kalp damar sağlığı ve metabolik sağlık açısından önemli yararlar sağlayabildiğini gösterdiğini ifade etti. Sebze, meyve, baklagiller, tam tahıllar, zeytinyağı, kuruyemişler ve balık tüketiminin ön planda olduğu bir beslenme düzenini öneren Gündüz, aşırı işlenmiş gıdaların, şekerli içeceklerin, fazla tuzun ve doymuş yağ tüketiminin sınırlandırılması gerektiğini söyledi.

İleri yaşlarda kas kütlesinin korunması açısından yeterli protein alımının da ayrıca değerlendirilmesi gerektiğini belirten Gündüz, tek bir besini mucize olarak sunmanın doğru olmadığını kaydetti. Gündüz, "Zeytinyağı çok değerli bir besindir ama tek başına uzun yaşam sağlamaz. Önemli olan bütüncül, dengeli ve sürdürülebilir bir beslenme alışkanlığı oluşturmaktır" dedi.

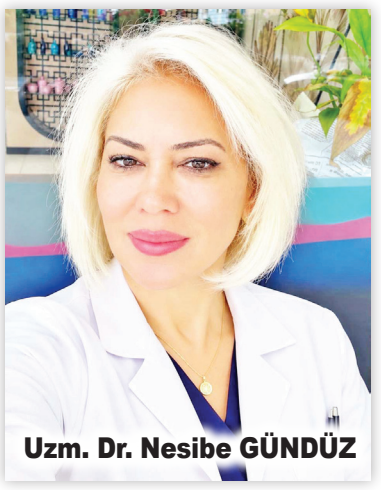
HAFTADA EN AZ 150 DAKİKA FİZİKSEL AKTİVİTE

Düzenli egzersiz, uyku ve stres yönetimini sağlıklı yaşlanmanın vazgeçilmez unsurları olarak değerlendiren Gündüz, fiziksel aktivitenin kalp damar sağlığını desteklediğini, insülin duyarlılığını iyileştirdiğini, kas ve kemik sağlığının korunmasına yardımcı olduğunu belirtti. Yetişkinler için haftada en az 150 dakika orta yoğunlukta aerobik aktivite ve haftada en az iki gün kas güçlendirme egzersizinin önemli bir hedef olduğunu kaydeden Gündüz, fiziksel aktivitenin günlük yaşamın doğal bir parçası hâline getirilmesi gerektiğini söyledi.

Uyku düzeninin de en az egzersiz kadar önemli olduğunu ifade eden Gündüz, yetersiz ve düzensiz uykunun metabolik dengeyi, bağışıklık fonksiyonlarını ve bilişsel performansı olumsuz etkileyebileceğine dikkat çekti. Stres yönetiminin ise hem ruhsal hem de fiziksel sağlık açısından önemli olduğunu dile getirdi.

SOSYAL İLİŞKİLER VE MUTLULUK DA SAĞLIĞI ETKİLİYOR

Sağlıklı yaşlanmanın yalnızca kan tahlilleri ve organ fonksiyonlarıyla değerlendirilemeyeceğini belirten Gündüz, sosyal ilişkiler, aidiyet duygusu, yaşam amacı ve psikolojik iyilik hâlinin de bu sürecin önemli parçaları olduğunu söyledi. İnsanın sosyal bir varlık olduğuna dikkat çeken Gündüz, güçlü sosyal ilişkilerin sağlıklı yaşlanmaya katkı sağladığını, sosyal izolasyon ve yalnızlığın ise çeşitli araştırmalarda artmış sağlık riskleriyle ilişkilendirildiğini kaydetti. Özellikle ileri yaşlarda sosyal hayattan kopmamak, yeni şeyler öğrenmek, hobiler edinmek ve üretken kalmanın önemine işaret eden Gündüz, "İnsanın yalnızca kalbinin sağlıklı atması değil, o kalbi heyecanlandıran bir yaşamının olması da önemlidir" ifadelerini kullandı.



Uzm. Dr. Nesibe GÜNDÜZ

VİTAMİN VE TAKVİYELER UZUN YAŞAM GARANTİSİ DEĞİL

Longevity kapsamında gündeme gelen vitaminler, antioksidanlar, NAD+ destekleri, çeşitli peptitler ve hücresel yenilenme uygulamalarına ilişkin değerlendirmelerde bulunan Gündüz, bu alanda bilimsel kanıtların dikkatle incelenmesi gerektiğini söyledi. Söz konusu uygulamaların tamamının insanlarda yaşam süresini uzattığına ilişkin güçlü bilimsel kanıtların bulunmadığını belirten Gündüz, vitamin ve mineral eksikliklerinin uygun şekilde giderilmesinin önemli olduğunu ancak herhangi bir eksikliği bulunmayan sağlıklı bireylerin yüksek doz takviye kullanmasının yaşam süresini uzattığının gösterilmediğini ifade etti.

Kök hücre uygulamaları ve yaşlanma karşıtı olarak pazarlanan girişimsel tedaviler konusunda da bilimsel kanıtların, güvenliğin ve yasal düzenlemelerin dikkatle değerlendirilmesi gerektiğini vurgulayan Gündüz, "Bir maddenin hücre kültüründe veya deney hayvanlarında olumlu sonuç vermesi, insanlarda da aynı etkiyi göstereceği anlamına gelmez" dedi.

SAĞLIKLI YAŞLANMAK İÇİN HİÇBİR YAŞ GEÇ DEĞİL

Sağlıklı yaşlanma alışkanlıklarının kazanılması için belirli bir yaşa ulaşmayı beklemek gerekmediğini belirten Gündüz, bu sürecin çocukluk döneminden itibaren başladığını söyledi. Genç yaşlarda kazanılan beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite düzeni, uyku alışkanlıkları ve sigaradan uzak durma davranışının ilerleyen yıllardaki sağlık durumunu etkileyebileceğini kaydeden Gündüz, kas ve kemik sağlığının korunması, sağlıklı vücut ağırlığının sürdürülmesi ve metabolik risklerin erken dönemde belirlenmesinin önemine dikkat çekti. Sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmak için hiçbir yaşın geç olmadığını vurgulayan Gündüz, 60 veya 70 yaşında fiziksel aktiviteye başlayan bireylerin de uygun programlarla önemli sağlık yararları elde edebileceğini ifade etti.

YOĞUN ÇALIŞANLAR KÜÇÜK ADIMLARLA BAŞLAYABİLİR

Yoğun çalışma temposu nedeniyle kendisine zaman ayıramayan kişilerin büyük ve sürdürülemez değişiklikler yerine küçük ama kalıcı alışkanlıklarla başlamasını öneren Gündüz, günlük yürüyüş süresini artırmak, asansör yerine merdiven kullanmak, çalışma sırasında uzun süre hareketsiz kalmamak ve uyku saatlerini düzenlemek gibi adımların önemli bir başlangıç oluşturabileceğini söyledi. Beslenmede radikal diyetler yerine daha fazla sebze tüketmek, yeterli su içmek ve işlenmiş gıdaları azaltmak gibi uygulanabilir değişikliklere yönelmenin önemine değinen Gündüz, kişinin yaşına, aile öyküsüne ve risk faktörlerine uygun koruyucu sağlık değerlendirmelerini de ihmal etmemesi gerektiğini belirtti. Gündüz, "Sağlıklı yaşam için mükemmel koşulları beklemeyin. Bugün yapabileceğiniz küçük bir değişiklikle başlayın" ifadelerini kullandı.

SAĞLIKLI YAŞLANMAK PAHALI UYGULAMALARA BAĞLI DEĞİL

Longevity kavramının zaman zaman pahalı testler, özel klinikler ve yüksek maliyetli uygulamalarla özdeşleştirildiğini belirten Gündüz, sağlıklı yaşlanmanın bilimsel olarak en güçlü temellerinin çoğu zaman günlük yaşam alışkanlıklarında bulunduğunu söyledi. Sigara kullanmamak, düzenli hareket etmek, dengeli beslenmek, yeterli uyumak ve koruyucu sağlık hizmetlerinden yararlanmanın geniş toplum kesimleri tarafından uygulanabilecek temel adımlar olduğunu kaydeden Gündüz, ekonomik koşulların sağlıklı gıdaya, güvenli yaşam alanlarına ve sağlık hizmetlerine erişimi etkilediğine dikkat çekti.

Sağlıklı yaşlanmanın yalnızca bireysel sorumluluk olarak değerlendirilmemesi gerektiğini vurgulayan Gündüz, kamu kurumlarının, belediyelerin ve sağlık kuruluşlarının da sağlıklı yaşamı destekleyen politikalar geliştirmesi gerektiğini ifade etti. Gündüz, longevity yaklaşımının geleceğinin yalnızca özel kliniklerde değil, toplum sağlığını geliştiren koruyucu sağlık programlarında da şekilleneceğini dile getirdi.

TÜRKİYE'DE SAĞLIKLI YAŞLANMA BİLİNCİ ARTIRILMALI

Türkiye'de son yıllarda sağlıklı yaşlanma, koruyucu hekimlik ve longevity kavramlarına yönelik ilginin arttığını belirten Gündüz, özel sağlık kuruluşlarında biyolojik yaş değerlendirmeleri, metabolik sağlık programları ve kişiselleştirilmiş sağlık yaklaşımlarının daha fazla gündeme geldiğini söyledi. Bu alanda bilimsel kanıtlara dayalı uygulamalarla ticari amaçlı hizmetlerin birbirinden ayrılmasının son derece önemli olduğunu kaydeden Gündüz, Türkiye'nin güçlü sağlık altyapısı, deneyimli hekimleri ve gelişmiş laboratuvar olanaklarının sağlıklı yaşlanma çalışmalarına daha fazla yansıtılması gerektiğini ifade etti. Özellikle birinci basamak sağlık hizmetlerinin güçlendirilmesi, kronik hastalıkların erken belirlenmesi ve toplumda sağlıklı yaşam bilincinin artırılmasının büyük önem taşıdığını vurguladı.

SAĞLIKLI YAŞAM İÇİN ÜÇ TEMEL ÖNERİ

Daha sağlıklı ve uzun bir yaşam sürmek isteyen vatandaşlara üç temel öneride bulunan Gündüz, ilk olarak günlük yaşamda fiziksel aktiviteye mutlaka yer açılması gerektiğini söyledi. Düzenli yürüyüş yapılmasını, kas gücünün korunmasını ve uzun süre hareketsiz kalınmamasını öneren Gündüz, ikinci olarak dengeli beslenme ve yeterli uykunun önemine dikkat çekti. Üçüncü önerisinin ise ruhsal ve sosyal yaşamı ihmal etmemek olduğunu belirten Gündüz, sevdiklerle zaman geçirmenin, yeni şeyler öğrenmenin, üretmeye devam etmenin ve hayata anlam katan uğraşlara yer vermenin sağlıklı yaşlanmanın önemli parçaları olduğunu ifade etti.

Longevity yaklaşımının tek bir ilaçta, vitaminde veya mucizevi yöntemde aranamayacağını vurgulayan Gündüz, "Uzun yaşamın sırrını tek bir ilaçta, vitaminde veya mucizevi bir yöntemde aramamalıyız. Sağlıklı yaşlanma, her gün kendimiz için yaptığımız doğru seçimlerin birikimidir" dedi. Gündüz, longevity kavramının özünü ise şu sözlerle özetledi: "Benim için longevity, yalnızca daha uzun yaşamak değil; ilerleyen yaşlarda da bağımsızlığımızı, üretkenliğimizi ve yaşam sevincimizi koruyabilmektir. Çünkü gerçek başarı, hayata yıllar eklemekten çok, yıllara hayat katabilmektir."