

## 6 Şubat'ın üçüncü yılında deprem bölgesinde hayatını kaybedenler anılacak



KAHRAMANMARAŞ merkezli 6 Şubat depremlerinin üzerinden 3 yıl geçti. Depremde en az 53 bin 737 kişi hayatını kaybetti, 107 bin 213 kişi yaralandı. Binlerce vatandaş başka şehirlere göç etti. Depremi üçüncü yılında, başta İstanbul olmak üzere büyük yıkıma uğrayan illerde yaşamını yitirenler, depremin meydana geldiği saat 04.17'de sokaklarda anılacak. Öte yandan deprem bölgesindeki valiliklerin de resmi anma programları düzenleyeceği öğrenildi. S.3'te



## Cumhuriyetin sanayi okulu SÜMERBANK

CUMHURİYET'in sanayileşme yolunda attığı ilk adımlardan biri 19.4.1925 tarihinde kurulan Sanayi ve Maadin Bankası'dır. Bankanın yönetimine saydığım Osmanlı'dan kalan dört fabrika verilmişti. Bu banka daha sonraları devlet sanayi ofisi ile birleştirildi. BU kuruluşun çalışmalarının iyi sonuç vermemesi üzerine yeni bir kuruluşa ihtiyaç duyuldu. Bu gelişmelerden sonra Türkiye'de temel sanayileri

kurmak ve yönetmek üzere adını büyük önder Atatürk'ün koyduğu Sümerbank kuruldu. Türkiye'nin sanayi okulu, Sümerbank, başta tekstil ve giyim sanayisi olmak üzere imalat sanayisi alanlarında yatırım, kuruculuk, işletmecilik ve bankacılık yapmak, her türlü mal ve hizmetin üretimi, pazarlanması, dış satımı ve dış alımı hizmetlerini yürütmek amacıyla 11 Temmuz 1933 tarihinde kuruldu. NAZMI KAL'IN YAZISI S.4'TE

"Basın özgürlüğünün sakıncalarını giderecek tek yol yine basın özgürlüğüdür." ATATÜRK

# 24 SAAT

GAZETECİLER CEMİYETİNİN GÜNLÜK YAYIN ORGANIDIR

YIL: 45 • SAYI:14071 2 ŞUBAT 2026 PAZARTESİ



UZMAN PSİKOLOG BÜYÜKBAŞOĞLU GENÇ YETİŞKİNLİKTEKİ KİMLİK İNŞASINI YORUMLADI

# ERGENLİK YAŞI 30'lara yükseldi



## Küresel altın talebi 2025'te rekor seviyeye ulaştı

DÜNYA Altın Konseyi'nin 2025'e ilişkin "Küresel Altın Trendleri" raporu yayımlandı. Rapora göre, jeopolitik gerilimler ve dolara olan güvenin zayıflamasıyla artan güvenli liman arayışı, altına olan talebi zirveye taşıdı. KÜRESEL altın talebi, geçen yıl 2024'e göre yüzde 1 artarak 5 bin 2 tona yükselirken talep, geçen yıl tüm zamanların en yüksek seviyesine ulaştı. S.6'da



## Türkiye'yi Şubat ayında yoğun ekonomi ajandası bekliyor

TİCARET Bakanı Ömer Bolat, 2 Şubat'ta yılın ilk ayının dış ticaret verilerini açıklayacak, TÜİK ocak ayı enflasyon verilerini 3 Şubat'ta yayımlayacak. Türkiye Cumhuriyet Merkez Bankası Başkanı Fatih Karahan, 12 Şubat'ta yılın ilk Enflasyon Raporu'nu kamuoyuyla paylaşacak. S.6'da

### TEİS GENEL BAŞKANI SAYDAN:



### "Suriyeli sığınmacılara ait reçete bedelleri 5 aydır ödenmiyor"

TÜM Eczacı İşverenler Sendikası (TEİS) Genel Başkanı Nurten Saydan, Göç İdaresi Başkanlığı'nın Suriyeli sığınmacılara ait reçete bedellerini 5 aydır ödemediğini belirterek, "Ödenmeyen fatura bedellerinin sonucu olarak, eczacılar da depo ödemelerini yapamıyor. Ödenmeyen fatura bedelleri yüzünden, bir süre sonra eczacılar Suriyeli mültecilerin ilaçlarını depodan temin edemeyecek ve sistem aksayacaktır" dedi. S.3'te

### Soğuk havalarda lastikteki hava basıncı kontrolü 15 günde bir yapılmalı

SOĞUK hava, lastiklerdeki hava basıncını önemli ölçüde etkiliyor. Kış aylarında hava basıncı ölçüm ve kontrollerinin daha sık yapılması gerektiğini kaydeden LA-SİD Genel Sekreteri Erdal Kurt, lastikteki hava basıncının güvenli sürüşteki önemine dikkat çekti. KURT, "Yedek lastik dahil olmak üzere lastiklerin hava basıncı, 15 günde bir kez ve herhangi bir uzun yolculuktan önce, mutlaka kontrol edilmelidir" dedi. S.3'te

CAMBRIDGE Üniversitesi'nden bilim insanları, insan beyninin doğumdan 90 yaşına kadar olan yolculuğunu mercek altına alan kapsamlı bir araştırma yayımladı. Araştırma sonuçlarına göre beyindeki bağlantıların beş ana evrede değiştiği, çocukluğun 9 yaşına kadar sürdüğü, ergenliğin ise 9-32 yaş aralığını kapsadığı saptandı. Yetişkinlik döneminin ancak 32 yaşından sonra başladığını gösteren bu veriler, özellikle 20'li yaşlardaki bireylerin yaşadığı duygusal dalgalanmalar ve karar alma süreçlerine dair yeni bir perspektif sundu. Söz konusu bilimsel gelişmeyi ve bu durumun bireylerin ruh sağlığı üzerindeki yansımalarını Uzman Klinik Psikolog Fulya Büyükbabaşoğlu 24 Saat Gazetesi'ne değerlendirdi.



Uzman Klinik Psikolog Fulya Büyükbabaşoğlu

### Şiddet içeren diziler akran zorbalığını ve çeteleşmeyi tetikliyor

ŞİDDET ve suç içeren televizyon dizilerinde sunulan karakterlerin çocuklar için tehlikeli birer "örnek" haline geldiği, bu figürlerin güç ve saygınlıkla özdeşleştirilmesinin akran zorbalığını, şiddeti ve çeteleşmeyi beslediği uyarısında bulunuldu. Gençlerin gündelik yaşamında

giderek daha belirleyici hale gelen televizyon dizileri ve sosyal medya içerikleri, çocuklar ve ergenler için dolaylı rol modeller oluştururken, şiddet ve suçun bu mecralarda normalleştirilmesinin akran zorbalığı ve çeteleşme eğilimlerini artırdığı değerlendiriliyor. S.2'de

ERGENLİĞİN 32 yaşına kadar uzamasının kimlik inşası üzerindeki etkilerine değinen Büyükbabaşoğlu, bulguların genç yetişkinlerin yaşadığı kararsızlık, yaşamdaki yön arayışı ve duygusal dalgalanmaların kişisel bir sorun ya da eksiklik değil, gelişimsel bir süreç olduğunu gösterdiğini aktardı. S.2'de

## Ülkemizin ilk cam seyir terası geçen yıl 172 bin 570 kişiyi ağırladı

KARABÜK'ün UNESCO Dünya Kültür Mirası Listesi'nde bulunan Safranbolu ilçesinde İncekaya Kanyonu üzerine yapılan cam seyir terasını geçen yıl 172 bin 570 kişi ziyaret etti. SADRAZAM İzzet Mehmet Paşa tarafından 3 asır önce yaptırılan, 116 metre uzunluğunda, 6 kemerli ve 110 ila 220 santimetre genişliğe sahip su kemerinin de bulunduğu 80 metre derinliğindeki kanyonda 2012'de inşa edilen teras, Türkiye'nin ilk cam seyir terası olma özelliğini taşıyor. Tarihi ilçede bulunan 11 metre uzunluğundaki, 75 ton yüke dayanıklı teras, ziyaretçilerden ilgi görüyor. S.5'te



**BANA GÖRE**  
Avucumuzdan kaçan bir fırsat daha  
Güray SOYSAL / 8'de

**PERDE ARKASI**  
Teğmenler ve hukuk  
Kıvanç EL / 3'te

**İNSANA DAİR**  
Tokken aç hissetmenin adı: İnsülin direnci  
Emel ZALALTUNTAŞ / 5'te

**24 SAAT**  
Gazeteciler Cemiyeti'nin yayın organı  
Gazetesine tamamen renkli tablet ve cep telefonlarımızdan (Pazar günleri hariç) ÜCRETSİZ ulaşabilirsiniz.  
ios: http://24saat.ios.web.tr  
Android: http://24saat.droid.web.tr



Uzm. Psikolog Büyükbaşoğlu genç yetişkinlikteki kimlik inşasını yorumladı

# "Ergenlik dönemi 32 yaşına kadar devam ediyor"

Cambridge Üniversitesi tarafından yapılan güncel bir araştırma, insan beyninin gelişim evrelerine dair geleksel kabulü kökten değiştiriyor. Yaklaşık 4 bin kişinin beyin taramalarının incelendiği çalışmada, ergenlik döneminin 32 yaşına kadar devam ettiği ve yetişkinliğin sanılanın aksine çok daha geç başladığı ortaya koyuldu. Durumun psikolojik ve toplumsal etkilerini Uzman Klinik Psikolog Fulya Büyükbaşoğlu değerlendirdi.



CEMRE POLAT

Cambridge Üniversitesi'nden bilim insanları, insan beyninin doğumdan 90 yaşına kadar olan yolculuğunu mercek altına alan kapsamlı bir araştırma yayımladı. Araştırma sonuçlarına göre beyindeki bağlantıların beş ana evrede değiştiği, çocukluğun 9 yaşına kadar sürdüğü, ergenliğin ise 9-32 yaş aralığını kapsadığı saptandı. Yetişkinlik döneminin ancak 32 yaşından sonra başladığını gösteren bu veriler, özellikle 20'li yaşlardaki bireylerin yaşadığı duygusal dalgalanmalar ve karar alma süreçlerine dair yeni bir perspektif sundu. Söz konusu bilimsel gelişmeyi ve bu durumun bireylerin ruh sağlığı üzerindeki yansımalarını Uzman Klinik Psikolog Fulya Büyükbaşoğlu 24 Saat Gazetesi'ne değerlendirdi.

"YETİŞKİNLİĞİ BİR SÜREÇ OLARAK GÖRMEK KİŞİYİ RAHATLATIR" Araştırma bulgularının geleneksel gelişim modellerini nasıl etkilediğini açıklayan Fulya Büyükbaşoğlu, yetişkinliğin çocukluk ve ergenlikten sonra 20'li yaşlar itibarıyla başlayan bir dönem olarak kabul edildiğini ancak araştırmaların özellikle yürütücü işlevlerin merkezi olan prefrontal korteksin gelişiminin 20'li yaşlar boyunca devam ettiğini gösterdiğini belirtti. Bu durumun yetişkinlik döneminin 18 yaşında tamamlandığı düşüncesinden farklı olarak, kapasitesi ve işlevleri zamanla genişleyen bir işlevsellik olduğunu ifade eden Büyükbaşoğlu, yetişkinliği sabit ve tamamlanmış bir kimlik değil,

geliştirilebilir bir kimlik olarak görmenin psikolojik olarak kişiyi rahatlattığını dile getirdi.

"GENÇ YETİŞKİMLERİN YAŞADIĞI KARARSIZLIK KİŞİSEL BİR EKŞİKLİK DEĞİLDİR" Ergenliğin

32 yaşına kadar uzamasının kimlik inşası üzerindeki etkilerine değinen Büyükbaşoğlu, bulguların genç yetişkinlerin yaşadığı kararsızlık, yaşamdaki yön arayışı ve duygusal dalgalanmaların kişisel bir sorun ya da eksiklik değil, gelişimsel bir süreç olduğunu gösterdiğini aktardı. Bu durumun genç yetişkinlerin kendilerini yaşanan duygusal süreçlerde daha az yargılayan ve şefkat gösteren bir tutum içerisinde olmalarını sağlayabileceğini söyleyen Büyükbaşoğlu, bunun da kişilerde kendini suçlamayı azalttığını, öz şefkati artırdığını ve "her şeyi hemen şimdi başarmalıyım" düşüncelerinin baskısını azalttığını ifadelerini kullandı.

"MEVCUT BULGULARIN YANLIŞ YORUMLANMASI SORUMLULUKLARI ERTELETEBİLİR" Sosyal ve duygusal olgunluğun beyin gelişimiyle ilişkisini değerlendiren Büyükbaşoğlu, elde edilen bulguların yanlış yorumlanmasıyla birlikte bazı bireylerde sorumlulukları erteleme davranışı gelişebilece-



Uzman Psikolog Fulya Büyükbaşoğlu

ğini söyledi. Büyükbaşoğlu, "Elde edilen bu bulguların yanlış yorumlanmasıyla birlikte bazı bireylerde sorumlulukları erteleme ya da 'nasıl olsa beynim henüz tam gelişmedi' şeklinde düşüncelere dönüşebilir. Yetişkinlik sürecini fazlasıyla uzatmak, karar almaktan kaçınmak veya dış koşulları sürekli beklemek gibi kişinin hayatında sorunları ortaya çıkarabilecek durumları ortaya çıkarabilir. Ayrıca aileler ve toplum bu bilgiyi

aşırı korumacı bir yerden değerlendirirse genç bireyin özerklik geliştirme gecikebilir. Bu da özgüven ve yeterlilik duygusunu zayıflatabilir" diye konuştu.

"YİRMİLİ YAŞLAR SEÇENEKLERİN EN ÇOK OLDUĞU EVREDİR" 20'li yaşların eğitim, iş ve ilişki gibi birçok konuda belirsizliklerin yaşandığı bir dönem olduğunu belirten Büyükbaşoğlu, psikolojik olarak bu dönemi kimlik inşası ve yön bulma açısından belirsizliğin yüksek, seçeneklerin çok olduğu bir evre olarak açıklayabileceklerini kaydetti. Kişinin kendi potansiyelini keşfetmesinin bu dönemleri kapsa-

dığını ifade eden Büyükbaşoğlu, bireyin hayatıyla ilgili önemli kararlar aldığı ve bu seçimlerin sorumluluğunu taşımasının bazı kişilerde kaygı ve stres belirtilerini ortaya çıkardığını belirtti.

Büyükbaşoğlu, "Genç yetişkinlerde karar almakta zorlanma ve sık yön değiştirme hem devam eden beyin gelişimiyle hem de psikolojik süreçlerle ilişkili bir durumdur. Bu dönemdeki yetişkinlerin kararsızlık yaşamaları, sık sık fikir ve yön değiştirmeleri gelişimsel olarak olağan bir durum olarak değerlendirilebilir.

Bu dönemde birey, henüz tam olarak oturmuş ve gelişmeye devam eden bir kimlik yapısı içinde seçim yapmaya çalışır. 'Ben kimim?', 'Ne istiyorum?', 'Bana ne iyi geliyor?', 'Hangi seçim benim için ve hayatım için daha uygun?' gibi sorular henüz netleşmemiştir. Bu süreçte verilen kararları sorgulamak ya da değiştirmek, kimlik gelişiminin önemli bir parçasıdır. Günümüzde dijital çağın ilerlemesiyle birlikte seçeneklerin fazlalığı, sosyal medya üzerinden sürekli karşılaştırma ve en doğru kararı verme baskısı, karar alma sorumluluğunu daha da zorlaştırmaktadır" dedi.



"YETİŞKİNLİK, HATASIZ OLMAK DEĞİL, BELİRSİZLİKLE BAŞ EDEBİLME BECERİSİNİ GELİŞTİREBİLMEKTİR"

Genellikle kimlik keşfi, aidiyet arayışı, mesleki yönelim denemeleri ve ideal benlik ile gerçek yaşam gibi konuların bu dönemde zihinde geniş yer kapladığını ifade eden Büyükbaşoğlu, "Bu araştırma ışığında kendisini geç kalmış ve yetersiz hisseden gençlere öneri olarak; gelişimsel süreçte deneyimlere açık olabilmek, bu sürecin bir yarış değil bir sürecin yönetiminin öğrenilmesi olduğunu bilmek önemli olacaktır. Küçük ve sürdürülebilir adımlar önemli. Başkalarının değerleri yerine kendi değerlerini merkeze almak, büyük kararları tek seferlik hayat seçimi gibi değil, değiştirilebilir denemeler gibi ele almak, küçük kazanımların ve adımların rutine dönüştürülmesi ve eğer yoğun kaygı ve işlev kaygı varsa profesyonel destek almak önemli olacaktır. Yetişkinlik, hatasız olmak değil, belirsizlikle baş edebilme becerisini geliştirebilmektir" sözlerini aktardı.

## Şiddet içeren diziler akran zorbalığını ve çeteleşmeyi tetikliyor

Klinik Psikolog Melis Gökhan Acartürk: "Çocuklar çeteleşmeyle beraber akran zorbalığını toplu halde yapmaya başlıyor. Hem bir gruba ait olma ihtiyaçlarını gideriyorlar hem de kendilerine bir sosyal statü belirliyorlar. Maalesef 'kötülüğü güç olarak zanneden' bir nesil ortaya çıkıyor"

İSTANBUL (AA)- Şiddet ve suç içeren televizyon dizilerinde sunulan karakterlerin çocuklar için tehlikeli birer "örnek" haline geldiği, bu figürlerin güç ve saygınlıkla özdeşleştirilmesinin akran zorbalığını, şiddeti ve çeteleşmeyi beslediği uyarısında bulunuluyor.

Gençlerin gündelik yaşamında giderek daha belirleyici hale gelen televizyon dizileri ve sosyal medya içerikleri, çocuklar ve ergenler için dolaylı rol modeller oluştururken, şiddet ve suçun bu mecralarda normalleştirilmesinin akran zorbalığı ve çeteleşme eğilimlerini artırdığı değerlendiriliyor.

Konunun uzmanı, özellikle ergenlik döneminde rol model arayışında olan çocukların, dizilerde ve sosyal medyada öne çıkarılan karakterleri örnek aldığını belirtiyor. Bu durumun bireysel zorbalığın ötesine geçerek grup halinde şiddet davranışlarına yol açabildiğini vurgulayan uzman, hem dizilerin daha sıkı denetlenmesini hem de ailelerin çocuklarla kurduğu iletişimin güçlendirilmesini öneriyor.

**DİZİLER AKRAN ZORBALIĞINA YOL AÇIYOR**

Klinik Psikolog Melis Gökhan Acartürk, bazı dizilerin ve sosyal medya içeriklerinin Türkiye'de akran zorbalığıyla ilişkisini AA muhabirine anlattı.



Klinik Psikolog Melis Gökhan Acartürk

Özellikle erkek dizi karakterlerinin gelişim dönemindeki gençler için genellikle "kötü" örnekler teşkil ettiğini belirten Acartürk, "Ben dizilerin kesinlikle Türkiye'de akran zorbalığına yol açtığını düşünüyorum. Hep böyle kaba saba, mafyatik işlere bulaşmış insanlar çok havalıdır, çok güçlüdür gibi bir algı var. Önceden dizilerimize baktığımız zaman, bundan 10 yıl önce bile incelediğimizde yani daha böyle aile babası tipler örnek alınırdı. Daha aile kültürü desteklene çocuklar da bunu örnek alacak. Yani birçok durumun oluşmasında aslında dizilerdeki karakterlerin öneminin olduğunu düşünüyorum." diye konuştu. Acartürk, dizilerin ve buna bağlı üretilen sosyal medya içeriklerinin aile yapısını da hedef aldığını vurguladı. Dizi karakterlerinin davranış kalıplarının itinayla oluşturulması gerektiğine dikkati çeken Acartürk, "Dizileri daha sağlıklı aile yapısına göre yaparsak çocuklar ondan örnek alır. Sosyal medya



ve dizilerimiz ergen çocuklarımız için maalesef bir öğrenme alanı. O yüzden oradaki viral olan davranışları, videoları ve o durumları alıyorlar, kopyalıyorlar ve kendi hayatlarına yapıyorlar. Onlar gibi davranmaya ve onlara özenmeye başlıyorlar." ifadelerini kullandı.

Acartürk, dizilerde dikkat çekilmeyen önemli bir konunun ise "çeteleşme" olduğunu altını çizdi.

Dizilerdeki kötü karakterlerin şiddete başvuran, kolay yoldan para kazanan, çeteleşen gruplardan oluştuğuna vurgu yapan Acartürk, şöyle devam etti:

"Dizilerde rol alan kişiler genellikle çatışmacı ve kolay yoldan para kazanan kişiler oluyor. Çocuklar da çatışmaya, çeteleşmeye özenince hayatlarında bunu oluşturmaya başlıyor. Dizilerde sadece çeteleşme değil, yasaklı madde kullanımını normalleştiren durumlar da var. Çocuklar bu ortam için bir zaman sonra 'O zaman bu havalı bir şey, yanlış bir durum yok.' demeye başlıyor. O zaman bu pratikleri hayatlarında uygulamaya başlıyorlar. O yüzden dizilerin bu

açından mutlaka denetlenmesi gerektiğini düşünüyorum."

**AKRAN ZORBALIĞI ARTIK HEM BİREYSEL HEM ÇETELEŞME OLARAK YAYGINLAŞIYOR**

Acartürk, çocukların bir zaman sonra dizi karakterlerini bir aile üyesi olarak bile görmeye başladığına dikkati çekerek, "Çocuklar maalesef başka alternatif görmediği zaman kaba saba mafyatik olmalıyım. Benim de keşke böyle bir abim olsa, aile üyemden birisi olsa keşke." gibi sözlerle direkt rol model almaya başlıyor. Bu yüzden şimdi akran zorbalığını hem bireysel hem çeteleşme olarak görüyoruz." dedi.

Son dönemde akran zorbalığı içinde "çeteleşme" motivasyonunun önemli yere sahip olduğunu belirten Acartürk, artan tehlikeye karşı uyardı.

Acartürk, çocukların dizi ve sosyal medya kaynaklı daha fazla çeteleşme motivasyonunda olduğunu söyleyerek, "Çocuklar bir grup içerisinde girmek istiyor. Çocuklar çeteleşmeyle beraber

akran zorbalığını toplu halde yapmaya başlıyor. Hem bir gruba ait olma ihtiyaçlarını gideriyorlar hem de kendilerine bir sosyal statü belirliyorlar. Maalesef 'kötülüğü güç olarak zanneden' bir nesil ortaya çıkıyor." değerlendirmesinde bulundu.

Ailelere de çağrıda bulunan Acartürk, şunları kaydetti:

"Yetişkinler, aileler olarak, çocuklarımıza iyiliğin doğru bir şey olduğunu, kötülüğün havalı olmadığını açıklamamız gerekiyor. Çocuklar çok hassas varlıklar. Onlarla konuşmadığımız zaman kendilerini değersiz hissediyorlar. Değersiz hissedene çocuk da başkasına değersiz hissettirerek o değersizlik duygusunu atmaya başlıyor ve o noktada akran zorbalığı başlıyor. O yüzden anne babalar sizlere önerim, çocuğunuzla iletişim kurun. 'Günün nasıl geçti?' sorusunu sorun. Arkadaşlarıyla ilişkisine dair sorular sorun. Böylece çocuklar bilsinler ki güvenebilecekleri, derlerini anlatabilecekleri bir aileleri var arkalarında."

"Mustafa Kemal'in askerleriyiz" sloganını atıp kılıçla yemin eden 5 teğmenin atıldığı ve birçok teğmenin de disiplin cezası aldığı olayı herkes hatırlar. 2025 yılına damga vuran siyasi tartışmaların da en önemli gündemlerinden olan bu olay sürecinde çok sayıda dava açıldı. Hem atılan hem de disiplin cezası alan teğmenler yargıya başvurdu.

Yargıdan dikkat çeken kararlar çıkmaya başladı. Ancak bu yargı kararlarının uygulanma ya da uygulanmama süreçleri yeni bir "Türkiye bir hukuk devletidir" tartışması başlatacak gibi.

Genç teğmenler Ebru Eroğlu, Talip Akarsu, Serhat Gündar, Deniz Demirtaş ve Batuhan Gazi Kılıç, kılıç çatmayı organize edip sloganlardan sorumlu tutularak hayallerini kurarak girdikleri ordudan atıldılar. Aynı zamanda komutanları Albay Alper Topsakal da ihraç edilirken diğer komutanlar ise emekli edildi. Alper Topsakal yargı kararı ile TSK'ya geri



## PERDE ARKASI

### Teğmenler ve hukuk

Kıvanç EL

döndü. İşlemleri sürüyor. Ancak edindiğimiz bilgiye göre Topsakal orduya dönse dahi emekli edilmesi bekleniyor. Yani orduda görev verilmeyecek. Disiplin cezası alan ve bu ceza siciline işlendiği için askerlik hayatı boyunca sorun yaşayacak olan Fatih K.'nin de bu disiplin cezası kaldırıldı. Yani sicili artık hukukten temiz. Yani eğer "özel bir sicil dosyası" açılmadysa tabii...

Teğmenler için de benzeri bir durum ortaya çıkabilir. 5 teğmenden Deniz Demirtaş, yargı kararıyla ihraç kararını kaldırdı. Yasal olarak 30 gün içerisinde görevine yani

orduya dönmesi gerekiyor. Ancak MSB bu karara muhtemel itiraz edecek ve "yürütmenin durdurulmasını" isteyecek. Bu durumda işlem durdurulacak. Yürütme durdurma talebi reddedilirse orduya dönecek ama davası da sürecektir. Ancak teğmenlerin yargı kararına karşı "aktif" göreve döndürülmek için bir dizi karar alınması muhtemel. Yani özette hukuk işlese de "başka bir hukuk" devreye girerek fiilen bu kararları uygulatılmaya çalışacak.

Bu olaydan 1 yıl önce 2023 yılında Tuzla'da 10 Kasım Mustafa Kemal Atatürk'ün ölüm yıldönümünde anma töreninde bazı

teğmenler Atatürk resmini yakalarına takmaya çağını söyledi. Buna itiraz eden Teğmenler ile çıkan arbedede 7 Teğmen disipline sevk edildi. 3'ü "Atatürk'e saygı duymuyorum" diyen teğmenler iken 4'ü de bu duruma tepki gösteren isimlerdi. 7'si de ordudan atıldı. "Atatürk'e saygı duymayan" teğmenlerden 2'si görevine döndü. Görevine döndükten sonra da bir sorun yokmuşcasına görevlerine atandı. Yani yargı kararı işledi, "hukuk" uygulandı.

Şimdi "Mustafa Kemal'in askerleriyiz" diyen Teğmenler için de benzer şekilde "hukuk" işleyecek ve "Türkiye bir hukuk devletidir" sloganı atılacak mı yoksa, "başka bir hukuk" devreye girerek, teğmenlerle ilgili ayak süreme kararları mı göreceğiz? 5 teğmenden biri için verilen karar ortada. Diğer teğmenlerin duruşmaları Şubat ayı içerisinde ve beklenti de en azından çoğunluğu için benzer kararların çıkması yönünde.

## TEİS Genel Başkanı Saydan:



### "Ödenmeyen fatura bedelleri yüzünden, eczacılar Suriyeli mültecilerin ilaçlarını temin edemeyecek"

**ANKARA (ANKA)**- Tüm Eczacı İşverenler Sendikası (TEİS) Genel Başkanı Nurten Saydan, Göç İdaresi Başkanlığı'nın Suriyeli sığınmacılara ait reçete bedellerini 5 aydır ödemediğini belirterek, "Ödenmeyen fatura bedellerinin sonucu olarak, eczacılar da depo ödemelerini yapamıyor. Ödenmeyen fatura bedelleri yüzünden, bir süre sonra eczacılar Suriyeli mültecilerin ilaçlarını depodan temin edemeyecek ve sistem aksayacaktır" dedi.

Tüm Eczacı İşverenler Sendikası (TEİS) Genel Başkanı Nurten Saydan, Göç İdaresi Başkanlığı'nın Suriyeli sığınmacılara ait reçete bedeli ödemelerine ilişkin yazılı açıklama yaptı. Protokol kapsamında usulüne uygun fatura kesen eczacıların ödemelerini alamadığını belirten Saydan, "geçiken ödemelerin bir an önce yapılması çağrısında bulundu.

Saydan, "Göç İdaresi Başkanlığı, 2025 yılının Eylül, Ekim, Kasım, Aralık aylarına ait Suriyeli sığınmacılara ait reçetelerin fatura bedellerini eczacılara hala ödemedi. Eczacıların daha fazla mağduriyet yaşamaması ve hizmetin aksamaması adına 5 ay geçiken ödemelerin bir an önce yapılması gerekiyor" ifadelerine yer verdi.

### "SURIYELİ HASTALARIN İLAÇ TEDARİKİ BÜYÜK BİR SORUN OLACAKTIR"

Eczacıların ekonomik sorunlarla boğuştuğunu söyleyen Saydan, bu durumun deprem bölgesinde hizmet veren meslektaşlarını daha da fazla etkilediğini belirterek, "Faturalarını, KDV ve vergilerini düzenli olarak ödeyen meslektaşlarımızın biran önce mağduriyetinin giderilmesini istiyoruz" diyerek şöyle devam etti:

"Ödenmeyen fatura bedellerinin sonucu olarak, eczacılar da depo ödemelerini yapamıyor. Bu sebeple depolara vade farkı ve gecikme faizi ödemek zorunda kalan eczacılar maddi bir darboğaza giriyor. 5 ay sonra gelen fatura bedellerinin de enflasyon karşısında eridiğini görüyoruz. Ödenmeyen fatura bedelleri yüzünden, bir süre sonra eczacılar Suriyeli mültecilerin ilaçlarını depodan temin edemeyecek ve sistem aksayacaktır. Yetkili kurumun bu konuya bir an evvel el atması gerekiyor. Ödemelerin zamanında yapılması şeklinde düzenlenmesi hem toplum sağlığı için hem de eczacılarımızın sürdürülebilir sağlık hizmeti verebilmesi için şarttır. Aksi takdirde Suriyeli hastaların ilaç tedariki büyük bir sorun olacaktır.

TEİS olarak bu sorunun ulusal halk sağlığı sorununa dönüşmemesi için ilgili ve yetkili birimlerden gecikmiş olan fatura bedellerinin bir an önce ödenmesini ve kalan reçete kontrollerinin çabuklaştırarak ödemesinin tahsis edilmesini böylelikle eczacılarımızın mağduriyetinin giderilmesini istiyoruz."

# 6 Şubat'ın üçüncü yılında hayatını kaybedenler anılacak

## Başta İstanbul olmak üzere büyük yıkıma uğrayan illerde hayatını kaybedenler için anma törenleri gerçekleştirilecek

**ADANA - ADIYAMAN - HATAY - MALATYA - KAHRAMANMARAŞ (ANKA)**- 6 Şubat depremlerinin üçüncü yılında, büyük yıkıma uğrayan illerde yaşamını yitirenler, depremin meydana geldiği saat 04.17'de sokaklarda anılacak.

Kahramanmaraş merkezli 6 Şubat depremlerinin üzerinden 3 yıl geçti. Depremde en az 53 bin 737 kişi hayatını kaybetti, 107 bin 213 kişi yaralandı. Binlerce vatandaş başka şehirlere göç etti. Deprem üçüncü yılında, başta İstanbul olmak üzere büyük yıkıma uğrayan illerde yaşamını yitirenler anılacak.

İşte il il anma programları: İstanbul: Adalet Peşinde Aileleri Platformu, 1 Şubat'ta saat 17.00'de Kadıköy Rıhtım'da bir araya gelerek, "Unutmadık, unutmaya-çağız" başlıklı bir basın açıklaması yapacak.

Kahramanmaraş: Adalet Peşinde Aileleri Platformu, 5 Şubat'ta saat 21.00'de Ulu Camii'nden Milli İrade Meydanı'na sessiz yürüyüş gerçekleştirecek. Ardından aileler basın açıklaması yapacak; depremde yaşamını yitirenlerin isimleri anılacak ve Kur'an-ı Kerim tilaveti gerçekleştirilecek. Program saat 04.17'ye kadar devam edecek.

Hatay: Hatay Rana



Apartmanı'nda yakınlarını kaybedenler, 5 Şubat'ı 6 Şubat'a bağlayan gece saat 00.00'dan 04.17'ye kadar binanın geriye kalan boşluğunda bir araya gelerek basın açıklaması yapacak.

6 Şubat Platformu, 5 Şubat günü saat 17.00'de Necmi Asfuroğlu Anadolu Lisesi önünden Saray Caddesi'ne yürüyecek; 5 Şubat'ı 6 Şubat'a bağlayan gece saat 04.17'de ise Uğur Mumcu Meydanı'nda düzenlenecek sessiz yürüyüşle depremde yaşamını yiti-

renleri anacak.

Tüm Öğretmenler Birliği Sendikası (TÖB-SEN), 5 Şubat'ı 6 Şubat'a bağlayan gece saat 03.15'te, Necmi Asfuroğlu Anadolu Lisesi önünden Uğur Mumcu Bulvarı'na meşaleli yürüyüş gerçekleştirecek.

Samandağ 6 Şubat Koordinasyonu, 6 Şubat'ta saat 14.00'te Eski PTT önünden yürüyüş gerçekleştirecek ve ardından basın açıklaması yapacak.

Adıyaman: Adalet Peşinde

Aileleri Platformu, 5 Şubat'ta saat 15.00'te Adıyaman Saat Kulesi Meydanı'nda basın açıklaması gerçekleştirecek.

Adıyaman Emek ve Demokrasi Platformu, 5 Şubat'ı 6 Şubat'a bağlayan gece Hastane Caddesi'nden meşaleli yürüyüş gerçekleştirecek; ardından saat 11.30'da Saat Kulesi'nde anma etkinliği düzenleyecek.

Malatya: Malatya 6 Şubat Platformu, 5 Şubat'ı 6 Şubat'a bağlayan gece Sümerpark Kuzeybatı Köşesi'nde bir araya gelecek; ardından saat 18.30'da Paşaköşkü Camii önünden meşaleli yürüyüş gerçekleştirecek.

Adana: Alpagün Apartmanı'nda yakınlarını kaybedenler, 5 Şubat'ı 6 Şubat'a bağlayan gece saat 04.17'de anma etkinliği düzenleyecek.

Adana Deprem Dayanışma, 6 Şubat günü saat 19.00'da Aksa Gaz önünden toplanıp Duygu Cafe'nin önüne yürüyüş gerçekleştirecek; ardından basın açıklaması yapacak.

### VALİLİKLER DE ANMA PROGRAMI DÜZENLEYECEK

Öte yandan deprem bölgesindeki valiliklerin de resmi anma programları düzenleyeceği öğrenildi.

# Türkiye'de köy sayısı 18 bin 215 olarak kayıtlara geçti



**ANKARA (AA)** - Türkiye'de resmi kayıtlara göre 18 bin 215 köy bulunuyor.

İçişleri Bakanlığı verilerinden derlenen bilgilere göre, en fazla köy 1231 ile Sivas'ta bulunuyor. Sivas'ı 1054 köyle Kastamonu takip ediyor.

En az köy sayısına sahip il 43 köyle Yalova olurken, bu ili 131 köyle Niğde takip ediyor.

Türkiye'deki köy isimleri uzunluklarına göre sıralandığında, Uşak'ın Merkez ilçesine bağlı "Halilefendi Çiftlikköyü" 23 harfle en uzun isim olarak öne çıkıyor, Çanakkale'nin Bayramiç ilçesindeki "Köşuburnutürkmenleri" köyü ise 20 harfle ikinci sırada. En kısa isimler arasın-

da ise Adıyaman'ın Kahta ilçesindeki Dut, Bilecik'in Bozüyük ilçesindeki Ece, Siirt'in Şirvan ilçesindeki Oya, Ardahan'ın Hanak ilçesindeki Geç, Afyonkarahisar'ın Şuhut ilçesindeki Efe ve Zonguldak'ın Devrek ilçesindeki Bük bulunuyor.

Haritada dikkati çeken isimlere sahip köyler de yer alıyor. Örnekler şöyle:

"Çorum'un Sungurlu ilçesindeki 'Bunalan', 'Dertli' ve 'Asayış', Erzincan'ın İliç ilçesindeki 'Çöpler', Kırşehir'in Muçur ilçesindeki 'Bazlamaç', Yozgat'ın Şefaattli ilçesindeki 'Kaygılı', Iğdır merkezdeki 'Panik', Kütahya'nın Şaphane ilçesindeki 'Gaipiler', Afyonkarahisar'ın Sandıklı ilçesindeki 'Ürküt', Kars'ın

Kağızman ilçesindeki 'Çilehane', Çanakkale'nin Çan ilçesindeki 'Dondurma', Bilecik'in Gölpaazarı ilçesindeki 'Dokuz', Sivas'ın İmranlı ilçesindeki 'Sinek' köyü."

5442 sayılı İl İdaresi Kanunu'na göre, yenden köy kurulması veya yerinin değiştirilmesi, ilgili bakanlıkların mütalaası alınmak suretiyle İçişleri Bakanlığının onayıyla yapılıyor.

Köylerin aynı ilçe içinde bir bucaktan başka bir bucağa bağlanması, köy adlarının değiştirilmesi, köylerin birleştirilmesi ve ayrılması, bir mahalle veya semtin o köyden ayrılıp başka bir köy ile birleştirilmesinde de aynı usul uygulanıyor.

# Soğuk havada lastikteki hava basıncı kontrolü 15 günde 1 yapılmalı

**HABER MERKEZİ-** Soğuk hava, lastiklerdeki hava basıncını önemli ölçüde etkiliyor. Kış aylarında hava basıncı ölçüm ve kontrollerinin daha sık yapılması gerektiğini kaydeden LASİD Genel Sekreteri Erdal Kurt, lastikteki hava basıncının güvenli sürüşteki önemine dikkat çekti: "Kış koşullarında bazı sürücülerimiz lastiklerine gerekli hava basıncını sağlamadan trafiğe çıkabiliyor. Bazı sürücüler arasında ise karlı yollarda lastiklerin daha az şişirilmesi gerektiği yönünde oluşan yanlış bir algı var. Oysa lastikteki basınç hava sıcaklığının düşmesine paralel olarak azalır. Bu nedenle soğukta, özellikle karlı ve buzlu yollarda hava basıncını kesinlikle düşürmemek

gerekir."

### DÜŞÜK HAVA BASINCI, YOL TUTUŞUNU AZALTABİLİR

Düşük hava basıncının yol tutuşunu ve aracın hakimiyetini azalttığını, güvenli sürüşü riske attığını belirten LASİD Genel Sekreteri Erdal Kurt, doğru hava basıncının önemine işaret etti: "Doğru hava basıncı, güvenli sürüş için en önemli unsurlardan biridir. Lastikleriniz doğru hava basıncında olduğunda aracınızın kontrolünü kaybetme, virajda savrulma ve suda kızaklama riskleri azalır. Aynı zamanda, doğru basınç lastiklerinizin vaktinden önce aşınmasını ve iç yapısında geri dönüşü olmayan hasarın oluşmasını engeller. Doğru lastik ayrıca ya-

kıt tasarrufu da sağlar. Ancak hava basıncı, ortam ısısındaki değişiklikler veya lastikteki küçük delikler aracılığıyla düşebilir ve değişebilir. Hava basıncı düştüğünde lastiklerinizin hasar görme riski artar. Hava basıncı olmasının altında olan lastikler, araçların yol tutuşunu ve araç hakimiyetini azaltır, fren mesafesini artırır ve lastiklerin daha çabuk aşınmasına sebep olur."

### HER 10 DERECE DÜŞÜŞÜNDE BASINÇ DA DÜŞER

LASİD Genel Sekreteri Erdal Kurt, sürücülerin özellikle kış aylarında kış lastiklerinde doğru hava basıncı için yapması gerekenleri ise şöyle sıraladı: "Hava sıcaklığının her 10 derece düşüşünde, lastiklerin



hava basıncı azalır. Bu durum özellikle kış aylarında soğuk havada yaşanan bir durum olduğu için sürücülerin kış aylarında hava basıncını daha dikkatli ve düzenli bir şekilde kontrol etmesi gerekir. Bu nedenle bazı sürücülerde oluşan daha az şişirmek algısı yanlıştır. Karlı ve buzlu yollarda lastiğinizin hava basıncını kesinlikle düşürmeyin. Özel otomobil, ticari veya ağır tonajlı her tür lastik için doğru hava basıncı araç üreticileri

tarafından belirlenmiştir. Sürücüler, doğru bilgileri araçlarının kapı içlerinden, torpido gözünden veya yakıt deposu kapağında ulaşabilirler. Hava basıncı, tercihen lastikler soğukken, güneşe maruz kalmamışken veya en azından 2 saat boyunca hareket etmemişken ölçülmelidir. Yedek lastik dahil olmak üzere lastiklerin hava basıncı, 15 günde bir kez ve herhangi bir uzun yolculuktan önce, mutlaka kontrol edilmelidir."

# CUMHURİYETİN SANAYİ OKULU: SÜMERBANK

**Türkiye'nin sanayi okulu Sümerbank, başta tekstil ve giyim sanayisi olmak üzere imalat sanayisi alanlarında yatırım, kuruculuk işletmecilik ve bankacılık yapmak her türlü mal ve hizmetin üretimi pazarlanması, dış satımı ve dış alımı hizmetlerini yürütmek amacıyla 11 Temmuz 1933 tarihinde kuruldu**

**Nazmi KAL**  
nazmikal@yahoo.com

Dünya uygarlığının ve pek çok sektörde sanayinin öncüsü Türkler Anadolu'ya geçerken birikimlerini de taşımışlardır.

Atı ve koyunu ilk kez ehliştiren, kendiri, pamuğu ilk kez eken ve biçen, av hayvanlarının derilerini tabaklayan, ipeki dokuma, halı gibi güzel dokumalar yapan Türkler bugün tekstil sanayi dediğimiz sektörün temellerini atmışlardır.

Dokuma sanayi Anadolu'ya Malazgirt Zaferi ile girdi. Denizli'nin altın telle işlenmiş pamukları, Edirne'nin lüks deri sanayi, Adana ve Sivas yörelerinin kamlot adı verilen pamuk ipliği, Erzurum ve Erzincan'ın dokumaları, Ankara'nın sof ve sof ipliği Demirci, Gördes, Kula'nın halı ve kilimleri, Antakya'nın çuhaları ve özellikle Bursa, Bilecik ve İstanbul'un ipek dokumaları uzun süre Avrupalıların hayranlıkla aradıkları tekstil ürünleri olmuştur. El sanatının dışında Türklerin boyama sanatının da Avrupalıların ilgi odağı olduğu ve bu sanatı öğrenmek için casuslar gönderdiklerini de biliyoruz. Bu derece ileri tekstil sanayi, Avrupa'nın sanayileşmesi ve Osmanlı'nın kapitülasyonlarla açık pazar haline gelmesi ve en önemlisi 1838 İngiliz Serbest Ticaret Anlaşması sonucu çökmeye başladı. Osmanlı Avrupa'nın makine ürünü tekstil eşyalarının pazarı oldu.

3. Selim tedbir almak istedi ama... 18 ve 19. yüzyıla gelindiğinde sanayideki bu çöküntü devlet adamlarının dikkatini çekmiş 3. Selim bazı tedbirler almak istemişse de ondan önce yapılan anlaşmalar kendisini engellemişti. Osmanlı İmparatorluğu'nda ilk tekstil fabrikaları yabancı girişim ve sermayesi ile kurulmaya başladı.

Bursa ve Lübnan'da ipek fabrikası, Adana, Tarsus ve İzmir'de pamuk ipliği fabrikası, Afyon ve İzmir'de halı ipliği fabrikaları kuruldu ise de dampingler yüzünden başarılı olamadı ve kısa sürede kapandı. Devlet tarafından kurulan fabrikalardan,

Bakırköy pamuklu dokuma fabrikası, askeri amaçlarla açılan Feshane Yünlü Dokuma Fabrikası, Beykoz Deri ve Kundra Fabrikası, Hareke İpeki ve Yünlü Dokuma fabrikaları da harabe halinde Cumhuriyet'e kalmıştır. Osmanlı'dan Cumhuriyet'e sadece dört fabrika kaldı. Amerika'dan ithal edildiği için Amerikan bezi adı da verilen kefen bezini dahi üretemeyen Osmanlı'dan Cumhuriyet'e yukarıda saydığım dört fabrika kaldı.

Bugün Türk ihracatının lideri, ülkemize milyarlarca dolar döviz kandıran, en yoğun istihdamı sağlayan tekstil sanayinin doğuşu da Cumhuriyet'le başladı ve gelişti.

Bir sohbet sırasında Türkiye'nin en önemli tekstil sanayinin kurucusu Rahmetli Sakıp Sabancı'nın bana söylediği söz tekstil sanayinde Cumhuriyet'in katkısını ve önemini en net bir şekilde anlatmaktadır. Türkiye Cumhuriyeti'nin ilk kuruluş yıllarında ülkenin tüm ulusal kaynaklarını (Atatürk'ün deyiimi ile kuvve memba) kullanarak sanayileşme hareketinin daha verimli ve entegre bir şekilde yürütülmesini sağlamak üzere milli ihtiyaç ve menfaatlerimiz paralelinde sanayide öncü görevi üstlenebilecek güçlü bir kuruluşu ihtiyaç duyuldu. Sanayi ve Maadin Bankası Cumhuriyet'in sanayileşme yolunda attığı ilk adımlardan biri 19.4.1925 tarihinde kurulan Sanayi ve Maadin Bankası'dır. Bankanın yönetimine saydığım Osmanlı'dan kalan dört fabrika verilmişti. Bu banka daha sonraları devlet sanayi ofisi ile birleştirildi.

Bu kuruluşun çalışmalarının iyi sonuç vermesi üzerine yeni bir kuruluşu ihtiyaç duyuldu. Bu gelişmelerden sonra Türkiye'de temel sanayileri kurmak ve yönetmek üzere adını büyük önder Atatürk'ün koyduğu Sümerbank kuruldu.

Türkiye'nin sanayi okulu, Sümerbank, başta tekstil ve giyim sanayisi olmak üzere imalat sanayisi alanlarında yatırım, kuruculuk, işletmecilik ve bankacılık yapmak, her türlü mal ve hizmetin üretimi, pazarlanması, dış satımı ve dış alımı hizmetlerini yürütmek amacıyla 11 Temmuz 1933 tarihinde kuruldu. İlk Genel Müdürü Nurullah Esat Sümer, ilk yönetim kurulu başkanı Safa Apaydın'dır. Sümerbank, Cumhuriyet Türkiye'sinin sanayileşmesinde başı çekmiş özel kurumların daha verimli çalışma yöntemleri ile ticari bir serbesti içinde gelişecektir. Bu nedenle kuruluşu şirket yapısı verildi.

Bankanın kuruluş kanununda "Gelecekte Sümerbank'ın sahibi bulunacağı fabrikalar

hisselerinden bir kısmını Türklerin ve Türk teşekküllerinin eline geçmesi uygun görülmüştür" denmekle özelleştirilebileceğinin işaretini vermektedir.

Sümerbank sanayileşme sürecinde ilk önce kurulması düşünülen sanayi kolları için ulusal ve özel teşebbüslerle birlikte çalışacak bir devlet teşekkülü olacaktı. Aynı zamanda sanayileşmeye süreklilik kazandıracak ve gerekli personeli yetiştirecekti.

Sümerbank devlet sermayesi ile kurulacak bütün sınıai kurumların etüt ve projelerini hazırlayacak, kuracak ve yönetecekti.

Gerek kendi fabrikaları gerek ülkede diğer fabrikalar için gerekli usta ve işçileri yetiştirecek, bu amaçla okullar açacak, yurtta ve dış ülkelerde öğrenci okutacaktı.

Sanayi müesseselerine kredi açacak ve bankacılık alanında faaliyette bulunacaktı. Öncelik sırası neydi? Sümerbank sanayide kuracağı tesisleri öncelik sırasına şöyle koymuştu:

1- Ana hammaddeleri yurtta yetişen ve henüz ülke tüketiminin karşılanmadığı sanayi kolları.

2- O güne kadar hammadde olarak ihraç edilen ancak mamul ya da yarı mamul hale koyarak değerlendirilebilecek ve sürümü



Atatürk, Merinos Fabrikası açılışı sonrası fabrikayı gezerken (2 Şubat 1938).

sağlanabilecek malların üretimi.

3- Ham maddeleri yurtiçinde üretilememekle beraber ürünleri büyük oranda yurtiçinde tüketilen, kurulumları halinde hammaddeleri ülkede yetiştirilebilecek sanayi kolları.

4- Hammaddesi yurtta bulunmayan ve ülke kaynakları ile sağlanamayacak olan ancak üretimi ülke ekonomisi için zorunluluk gösteren ürünler. Sovyetlerin desteği ile ilk tekstil fabrikaları kuruldu. Sümerbank'ın kuruluşunda İsmet İnönü'nün başkanlığında Türk hükümet tarafından Nisan-Mayıs 1932 tarihlerinde Sovyet Birliği'ne yaptığı ziyaretin önemi büyüktür. 6 Mayıs

1932'de İ. İnönü ile İ.V. Stalin arasında ikili görüşme yapıldı. Bu görüşmede Sovyet yönetimi ile bir anlaşma yapıldı.

Anlaşmada 20 yıl içinde karşılığı Türk ihraç malları, narenciyeye, tütün vs ile ödenmek üzere 8milyon ABD Doları kredinin verilmesi kararla bağlandı. Açılan kredi sayesinde ve Sovyet teknolojileri yardımıyla ilk Türk tekstil fabrikaları kurulmaya başlandı.

Anlaşma gereği de neymiş bir Sovyet uzmanı olan Prof. Orlof başkanlığı altında bir heyet geldi. Üç dört ay gibi kısa zamanda olumlu, uygulanması mümkün bir rapor hazırladı. Yaptığı planı yetkililere anlattı. Sovyet heyetinin başı, plan tatbikatı için gerekli makinelerden bize neler verebileceklerini, veremediklerini nereden alabileceğimizi açığa söyledi. "Sizin ihtiyacınız olan şu kalitede makineyi biz veremeyiz. Bunu şuradan alacaksınız diyerek" çok dürüst davrandı.

Bu gelişmelerden sonra bir bir fabrikalar kurulmaya başlandı.

**KAYSERİ BEZ FABRİKASI**  
1. Beş Yıllık Sanayi planının kombine halinde öngördüğü ilk pamuklu tesisi Kayseri Bez Fabrikası oldu. Temeli 20.5.1934 tarihinde İsmet İnönü tarafından atıldı. Fabrika Sovyet kredisi ile kuruldu. Makineleri Sovyetler Birliği'nden temin edildi. Fabrika 6 Eylül 1936'da işletmeye açıldı. Yıllık üretim kapasitesi 63 bin 722 ton iplik ve 38milyon162 bin metre bez üretimi idi. Fabrika enerjisini kendi buhar türbinlerinden elde ediyordu. Ortalama 2 bin 900 erkek 250 kadın işçi çalışıyordu. Sümerbank Kayseri Bez Fabrikası, toplumun batılılaştırılmasında etkili oldu. Başta lojmanlar olmak üzere tüm mekânlar, kentlin mimari ve sosyal kültürüne uyan yapıldı. Tesis, ekonominin ve eğitimin gelişimine

de katkıda bulundu. Fabrika, işçisini çalıştırmaya başlamadan önce eğitti, onlara "meslek" kazandırdı ve işlerinde uzman insanlar yetiştirdi. Bu bireyler, fabrikadaki çalışma sürelerinin ardından, özel girişimleri ile yeni tesisler kurular ve başta Kayseri kenti olmak üzere tüm yurdun ekonomik gelişimine katkıda bulundular.

Özellikle, 1935-1945 yılları arasında işletme binaları ile birlikte inşa edilen Sümerbank Kayseri Bez Fabrikası lojmanları sosyal konut anlayışını getirdi. 1930'lar Türkiye'si için bir ilk olan lojmanlar, aynı zamanda ülkenin ilk toplu konut uygulamasıdır. Lojmanlar aynı zamanda, çevresini de şekillendirdi.

**KONYA-EREĞLİ BEZ FABRİKASI**  
1. Beş yıllık sanayi programı kapsamında düşünülen ikinci pamuklu tesisi Konya'nın uzak bir kazası olan Ereğli'de kuruldu.

Temeli 20 Ekim 1934'de atılan fabrika 4 Nisan 1937'de üretime geçti. 18 bin 400 işçi 329 tezgahla çalışan fabrika yılda 35 bin 343 ton iplik ve 6 milyon 350 bin metre bez üretecek kapasitede idi. Fabrikada ayrıca mersevizasyon, kasar, top boyama, iplik boyama ve apre birimleri de vardı. Fabrika enerjisini bünyesindeki termik santralinden ve İvriz Hidro elektrik santralinden alıyordu.



Atatürk, Merinos Fabrikası açılışı sonrası fabrikayı gezerken (2 Şubat 1938).

**NAZİLLİ BASMA FABRİKASI**  
Sümerbank'ın ülkemize kazandırdığı bir başka fabrika da Nazilli Bez Fabrikası oldu. 25 Ağustos 1935 günü temeli atılan fabrika 9 Ekim 1937'de üretime geçti. Basma makineleri ve bir kısım terbiye makineleri hariç fabrikanın bütün aletleri Sovyet kredisi ile Sovyetler Birliği'nden getirildi. Tesisin maliyeti 8 milyon lirayı aşıyordu. Karşılığı narenciyeye ürünleri ile ödenecekti. Fabrika enerjisini kendi termik santralından karşılıyordu. 28.236 işçi ve 768 tezgahla yılda 68 bin 980 ton iplik 23 milyon 120 bin metre basma üretecek kapasiteye sahipti. Halk tipinde basma, tobralko ve pazen üretiliyordu. Açıldığı ilk yıl 133 ton pamuk ipliği ve 198 bin metre pamuklu dokuma üreten fabrika 1940 yılına gelindiğinde 2 bin 625 ton pamuk ipliği 13 milyon 630 bin metre pamuklu dokuma üretti. Fabrikada 750'si kadın olmak üzere bin 600 işçi çalışıyordu.

**FABRİKAYI ATATÜRK AÇTI**  
Nazilli Basma Fabrikası 9 Ekim 1937'de Atatürk tarafından işletmeye açıldı. Sümerbank Basma Fabrikası, Atatürk'ün kafasındaki "Sosyal Fabrika Projesi'nin" ilk uygulaması olması bakımından çok önemlidir. Atatürk'ün kafasındaki fabrika, sadece üretim yapılan bir mekan değil, aynı zamanda "Ar-Ge" çalışmalarının yapıldığı bir laboratuvar, eğitim verilen bir okul, her türlü sanat ve spor imkânlarına sahip bir kültür kompleksi, kısacası adeta dört dörtlük bir "yaşam alanı", bir kampustur.

Nazilli Basma fabrikaları Sümerbank fabrikaları içinde özellikle çevreye sağladığı olanaklar ve sosyal tesisleri ile en ünlüdür. Dönemin benzer sanayi kuruluşları gibi Nazilli Basma Fabrikası da fabrika olmanın çok sosyal tesisti. Önce yüzyıllar boyu sürüp giden sıtma afetini yendi.

Fabrikanın kurulduğu alandaki bataklıklar kanallar açılarak kurutuldu ve sıtma afetine darbe vuruldu.

Fabrikada kurulan hastane halka da yardım etmeye başladı. Çevreye okaliptüs ağaçları dikildi, kinin (sıtma ilacı) dağıtıldı. Fabrika tüm işçi guruplarının sorunlarına eğilimi ve çözümler üretmiştir. Çiftçinin ilkel ziraat aletleri ile yaptığı tarımı modernleşirdi. Fabrika açılmadan fabrikanın ihtiyacı pamuğu yetiştirmek için 200 adet modern tohum ekme makinesi getirildi. Traktör, römork ve benzer tarım araçları

Nazilli'ye getirildi, kullanılması çiftçilere öğretildi. Esnafın kazancı arttı, oteller, lokantalar açıldı. Nazilli şehir görünümü kazandı. Nazilli'nin ilk kütüphanesi, Sümer

**ÇOCUK KÜTÜPHANESİ AÇILDI**  
Nazilli'de 2000'lı yılda bile tiyatro yoktu ama 1937 yılında Sümerbank Nazilli



Sümerbank sporcuları, bir geçit töreninde.

Fabrikası'nda 700 kişilik tiyatro salonu vardı. Konserler, müsamereler, temsiller, aile toplantıları, düğünler fabrikanın salonunda yapılırdı.

1937 yılında kurulan Sümer Spor Nazilli gençliğini tembellikten, kahve köşelerinden kurtardı. Cumhuriyet Nazilli'de Sümerbank Basma Fabrikası aracılığı ile kendisini hissettirdi. Sonra bütün benzerleri gibi Cumhuriyet'in sanayileşme hamlesinin emektar kuruluşlarından Nazilli Basma Fabrikası da çıktı.1940'larda 4 bin 500 işçi çalıştıran fabrikasının işçi sayısı 1963'de 2 bin 500'e 1997'de 949'a düştü. Tiyatro, sinema salonları, diğer sosyal tesisler artık yok.

**BURSA MERİNOS FABRİKASI**

1. Beş yıllık sanayi planının öngördüğü yün ipliği fabrikası Bursa'da kuruldu. Merinos Fabrikası'nın temeli 28 Kasım 1935 günü atıldı. Fabrika 2 Şubat 1938'de üretime geçti. Açılışı Atatürk yaptı. Atatürk Merinos Fabrikası'nın şeref defterine şunları yazdı: "Sümerbank Merinos Fabrikası, pek kıymetli bir eser olarak milli sevincini arttıracaktır. Bu eser yurdun, hulus ile Bursa bölgesinin endüstri inkişafına ve büyük milli ihtiyacın giderilmesine yardım edecektir".

Başlangıçta 16 bin 140 eğirme ve 7 bin katlama iği ile kurulan fabrika 1941'de İngiliz sistemi kamgar tesisi ile takviye edildi ve işçi eğirme sayısı 17 bin 20'ye katlama işçi sayısı da 7 bin 320'ye çıkarıldı. Fabrikada 650 kadın ve bin 300 erkek işçi çalışmakta idi.

**MALATYA BEZ FABRİKASI**

1. Beş yıllık sanayi planında jakarlı fabrikanın kurulması öngörülmüştü. Bu görev İş Bankası, Ziraat Bankası ve Sümerbank'ın ortaklığı ile Malatya Bez Fabrikası'nda gerçekleşti. 5 milyon sermaye ile kurulan fabrikanın inşaatına 1937 yılında başlandı.1940 yılında işletmeye girdi. Ortalama 3 bin 500 işçi çalıştırmakta idi.

O gün için ülkenin en modern jakarlı tezgahları ile donatılmış olan Malatya Fabrikası her türlü, ham, kasarlı ve boyalı, düz, çizgili ve çiçekli ve jakarlı dokuma ve özellikle pamuklu ve ipeklili dşemelik üretebilmekte idi.

Kendi ihtiyacını üreten fabrika ayrıca piyasanın tek ve fiyatı iplik ihtiyacına da cevap veriyordu. Malatya Fabrikası 25 bin 200 işçi, 438 tezgahla yılda 53 bin 590 ton iplik ve 11 milyon 655 bin metre dokuma üretecek kapasitede idi. Enerjisini kendi termik santralinden sağlayan fabrika Derme yöresinde de bir hidroelektrik santrali kurdu.

Malatya Bez Fabrikası'nın açılışını İsmet İnönü yaptı. Fabrikanın açılışında İnönü'nün eşi Mevhibe İnönü'ye birkaç metre bez armağan edildi. 1950'de Demokrat Parti iktidara gelince Malatya milletvekili Ahmet Gürkan, meclis kürsüsünden "İnönü ailesi devleti soydu, Malatya Fabrikası'ndan metrelerce bez götürdüler, ben gözümle gördüm" dedi. Evet doğru idi. Fabrikanın açılışında Mevhibe Hanım'a birkaç metre basma hediye etmişlerdi; ama İnönü faturasını almış parasını ödemişti. Bu iddia üzerine İnönü Özel Kalem Müdürü'ne "Konuyu araştır ve faturayı bul" dedi. Özel kalem müdürü faturayı buldu ve ertesi gün TBMM toplantısında İnönü bez için ödediği faturayı gösterdi. Ahmet Gürkan büyük bir olgunluk göstererek kürsüden İnönü'den özür diledi ve yanına giderek elini öptü.

Ahmet Gürkan Mevhibe İnönü'ye bezlerin verildiğini görmüş ama İsmet İnönü'nün hediye edilen bezlerin faturasını ödeyecek deredece düdüst olabileceğini düşünmemişti.

Maalesef Türkiye O'ndan sonra bu davranışı gösterecek bir politikacıyı görmemi.

Sümerbank bunların dışında 2000'li yıllara, günümüze kadar üretim yapan pek çok fabrika kurdu. Sümerbank Gemlik Suni İpek ve Viskos Mamulleri Sanayi Müessesesi'nin temeli 28 Kasım 1935 tarihinde atıldı ve fabrika Atatürk tarafından 1 Şubat 1938 tarihinde işletmeye açıldı.

Sivas Çimento Sanayi Müessesesi'nin yapımı 1938 yılında başladı ve fabrika 5 Haziran 1943 tarihinde işletmeye alındı.

Sümerbank Beykoz Deri ve Kundra Sanayi Müessesesi 1812 yılında II. Mahmut tarafından özel sektörden satın alındı (devletleştirildi). Fabrika 1925 yılında Türkiye Sanayi ve Maadin Bankası'na devredildi;



1933 yılında da Sümerbank'a bağlandı. Isparta Gülyağı Fabrikası (Türk Gülyağcılığı Ltd. Şti.) 1935 yılı Mart ayında faaliyete geçti. Şirketin sermayesinin üçte ikisi Sümerbank'a, üçte biri Ziraat Bankası'na aitti.

1945 yılında Tekel'e devredildi. Sümerbank'ın kurduğu müesseseler elbette bu kadar değil. Önemlilerini saydığımız müesseselerden başka Adana Çırcır ve prese fabrikası, Ceyhan çırcır prese ve çeltik fabrikası, Hareke yün ipliği yünlül dokuma ve halı, Isparta yün ipliği ve halı, Halkapınar, İzmir pamuklu dokuma, İzmir çırcır ve prese, Taşkoprü kendir soyma fabrikalarını da kurdu.

İplik ve dokuma fabrikalarının işletme araç ve gereci ve yedeklerinin üretimi ve tüm önemli onarımları fabrikaların kendi atölyelerinde yapılmakta idi.

Bu atölyelerden özellikle Bursa Merinos, Defterdar, Ereğli, Kayseri ve Nazilli fabrikalarının atölyeleri diğer fabrikaların toplu ihtiyaçlarını da karşıladı.

Bu atölyeler gerektiğinde iplik makineleri ve dokuma tezgahları yapabilen ülke ölçüsünde atölyelerdi. Sümerbank mağazaları Bu ve daha birçok işletmenin faaliyete geçmesi ile Sümerbank sayısı 17'yi bulan asıl ve yan kurumları ile dokuma alanında ülkenin en büyük girişimi haline geldi. Bir yanda bu fabrikalar kurulurken bir yandan satış işlerine el atıldı. 1934 yılında Sümerbank Yerli Mallar Pazarları Müdürlüğü'nü kurdu. Yedi mağaza açtı. Yerli mallar pazarı Sümerbank fabrikalarının tüm ürünlerini tek elden satışını amaç edinmişti. Bu tür girişimin amacı bir yandan Sümerbank ürünlerini tanıtmak ve satışını yapmak ve piyasayı yakından izlemektir.

Sümerbank İstanbul'dan sonra Samsun, Mersin ve İzmir'de mağazalar açtı.

**SOSYAL TESİSLER**

Her fabrika, çevresine uygarlık dağıtan, halkın sosyal, kültürel yaşantısına katkı yapan kurumlardı. Fabrikalarda işçi mahalleleri, modern evler, işçi pavyonları, çevreye de hitabeden kantine ve sinema salonları, revirler, bazılarında her türlü olanakları ile hastane, kreş, ilkokul, çırak okulu kurmuşlardır. Bakırköy, Gemlik ve Hareke'de deniz sporu tesisleri, Kayseri ve Malatya'da yüzme havuzları, spor sahaları kurarak çevrelerine örnek olmuşlardır. Fabrikada çalışan işçilerin evlerine, mahallelerine gittiklerinde fabrikada gördüklerini uygulamışlar halkın sosyal yaşamı değiştirmişti. Sümerbank'ın bir başka özelliği kuruluş kanununa özelleştirme maddesini koymasındı. Yüce Atatürk Türkiye'de 1980'den sonra uygulamaya giren özelleştirmeyi 1934 yılında öngörmüştür.

Sayın Sabancı'nın başta saydığım sözü bir gerçeği ifade etmektedir. Sümerbank gerçekten ülkemizin sanayi okulu oldu. Ülkemizde kurulan tüm tekstil fabrikaları hemen hemen Sümerbank çalışanları tarafından kuruldu. İhracatımızda ve istihdamda en büyük sektör olan tekstil sektörü Atatürk'e çok şey borçludur.

## BULMACANIN ÇÖZÜMÜ

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

İnsülin direnci ,pankreas tarafından üretilen insülin hormonunun, vücuttaki hücreler tarafından etkili kullanılmaması durumudur. Normalde insülin, kandaki şekerin hücre içine girmesini sağlar ancak direnç oluştuğunda hücreler insüline cevap veremez. Bu sebeple pankreas daha fazla insülin salgılar ve kan şekeri durumu bozulur çünkü insülinin görevi kandaki şekeri hücrelere taşımak, enerji kullanımını desteklemek ve kan şekerini düzenlemektir.

Normalde açlık insülin değeri kanda 2-25 mU/L dir. İnsülin direnci tanısı koymak için HOMA-IR değeri bakılır ve bu değer 2,5 un altında olmalıdır. 2,5 un üstünde HOMA değeri insülin direnci göstergesidir.

Türkiye’de bu konu ile ilgili yapılan araştırmalar yetişkin nüfus için, insülin direnci prevalansını yaklaşık %26,2 olarak saptanmıştır. Bu veri cinsiyet bazında değerlendirildiğinde ise kadınlarda görülme sıklığı %28.9 erkeklerde ise %25.1 olarak saptanmıştır. Bu verilere göre insülin direnci, Türkiye’de ciddi bir halk sağlığı sorunudur.

İnsülin direncinin başlıca nedenleri genetik yatkınlık, obezite, rafine karbonhidrat ve yüksek kalorili yiyecek tüketimine dayalı bes-

## İNSANA DAİR

### Tokken aç hissetmenin adı: İnsülin direnci

TÜSİAV Sağlıklı Yaşam Platformu Başkanı Emel ZALALTUNTAŞ

lenme modeli, hareketsiz yaşam, stres, uyku bozukluğu ve hormonal problemlerdir.

Peki insülin direnci insan sağlığını nasıl etkiler? Tip 2 diyabet riskini artırır, kolesterol ve trigliserit yüksekliğine sebep olur, kalp damar hastalıkları, yüksek tansiyon, karaciğer yağlanması, kadınlarda polikistik over sendromu gibi metabolik hastalıklara sebep olur. Belirtisi karın çevresinde yağlanma, halsizlik, yorgunluk, sürekli açlık hissi ve tatlı yeme isteği şeklindedir.

İnsülin direnci olanlar için beslenme önerilerinden bahsedecek olursak, öncelikle tam buğday ekmeği, kurubaklagiller ve bulgur gibi glikemik indeksi düşük yani kan şekerini hızlı yükseltmeyen karbonhidratlar tüketilmelidir. Paketli ürünler, fast food yiyecekler, beyaz ekmek, şekerli besinler ve tatlılardan

uzak durulmalıdır. Yumurta, tavuk, balık et, yoğurt, kefir, peynir gibi protein içeren besinler, hem tokluk süresini uzatır hem de kan şekerini dengeler. Zeytinyağı, avokado, ceviz, badem, fındık gibi sağlıklı yağlar tercih edilmelidir. Ayrıca sebze içerdikleri posa, vitamin, mineral ve antioksidanlar sayesinde en çok beslenmenizde yer alması gereken besin grubudur, çeşitli ve rengarenk olmasına özen gösterilmelidir. İnsülin direncinde öğün sayısı eskiden 3 ana 3 ara öğün şeklindeydi ancak son yıllarda yapılan araştırmalar sık öğün yapmanın tedavi açısından olumlu sonuç vermediğini göstermiştir. Öğün sayısı kişiye özel olarak ayarlanmakla birlikte, 2 ana öğün ve ihtiyaç varsa 1 ara öğün şeklinde olabilir ancak bu genel bir öneridir. Kişinin beslenme programı kan değerleri, cinsiyeti, yaşı, fiziksel

aktivite durumu göze alınarak hazırlanmalıdır. Özellikle uyku hormonu melatonin, stres hormonu kortizol ve insülin hormonu birbiri ile bağlantılı hormonlardır. Geç uyuduğunuzda stres hormonu kortizol seviyeniz yükselir ve bu da insülin direncini tetikler Gece saat 23:00 da uymaya özen gösterilmelidir ve 8 saatlik uyku sizin için yeterli olacaktır. Bu nedenle kaliteli uyku için, uykunuzun bölünmemesi adına akşam saatlerinde kafeinli içecekler tüketmemelidir. Sadece düzenli beslenme değil egzersiz ve stres yönetimi de önemlidir. Haftalık toplam 150 dakikalık yürüyüşler kilo kontrolü ve insülin direnci açısından riskleri azaltır bunun yanında meditasyon, yoga ,nefes egzersizi gibi stresi yönetimini destekleyen egzersizlerde tavsiye edilir.

Sonuç olarak insülin direnci sinsiye ortaya çıkan bir sağlık sorunudur ve bir çok hastalığın kök nedenidir. Ortaya çıkışı yıllar sürer, karın bölgesinde yağlanma, kilo vermekte zorlanma yada yemek yediğiniz halde sürekli açlık ve yeme isteği duyuyorsanız bu sorunu görmezlikten gelmemelisiniz. Erken tanı ,doğru beslenme modeli, kilo kontrolü ve yeterli egzersiz ile bu sorunu çözebilirsiniz.



## Ülkemizin hava yolu uçak filosu son 5 yılda "kanatlandı"

**ANKARA (AA)-** Türkiye’de hava yolu şirketlerinin yolcu taşımacılığı ve kargo hizmetlerinde kullandığı uçak sayısı son 5 yılda 558’den 800’e çıktı.

Sivil Havacılık Genel Müdürlüğü verilerine göre Türkiye’nin havacılık sektöründe büyümesi sürüyor.

Ülkenin birçok şehrinde yıllar içinde havalimanlarının inşa edilmesiyle hava yoluyla seyahatte önemli bir ilerleme kaydedildi. Dünyanın en büyük havalimanlarından biri olan İstanbul Havalimanı’nın hizmete girmesi, Antalya ve Ankara Esenboğa’da yapılan genişleme çalışmalarıyla birlikte Türkiye bölgesinde de lojistik açısından öne çıktı.

Türkiye, geçen yılın sonu itibarıyla 133 ülkede 356 noktaya uçuş yapar duruma gelirken, hava yoluyla seyahat eden yolcu sayısı geçen yıl 247 milyonun aşarak Cumhuriyet tarihi rekorunu kırdı.

Ulaşımda yaşanan bu büyümeyle birlikte hava yolu şirketleri de uçak filosunu önemli ölçüde büyüttü.

Türkiye’de hava yolu şirketlerinin yolcu taşımacılığı ve kargo hizmetlerinde kullandığı uçak sayısı 2021’in sonu itibarıyla 558 olarak kayıtlara geçmişti.

Bu sayı, geçen yılın sonu itibarıyla 2021’e göre yüzde 43 büyümeye kaydetti ve Türkiye’nin hava yolu uçak filosu 2025’te 800’e ulaştı.

Aynı dönemlerde uçakların koltuk kapasitesi de 104 bin 464’ten 157 bin 785’e yükseldi.

### UÇAK FİLOSUNDA ASLAN PAYI THY’NİN

Türkiye’deki hava yolu işletmelerinin filonunun büyük kısmını yolcu uçakları oluşturdu. Geçen yılın sonu itibarıyla kayıtlı 800 uçağın 760’ı yolcu taşımacılığı, 40’i ise kargo taşımacılığı amacıyla hizmet verdi.

İşletmeler açısından bakıldığında ise Türk Hava Yollarının (THY) tüm filonun büyük kısmını oluşturduğu görüldü.

Verilere göre 2025 sonu itibarıyla THY’nin filo genişliği 473 olarak kayıtlara geçti.

THY’nin ardından ikinci sırada 128 uçakla Pegasus Hava Taşımacılığı AŞ yer alırken üçüncü sırada 81 uçakla Güneş Ekspres Havacılık AŞ listeye girdi.

## Türkiye’nin ilk cam seyir terasına ziyaretçi akını:

# Geçen yıl 172 bin 570 kişiyi ağırladı

**KARABÜK (AA) -** Karabük’ün UNESCO Dünya Kültür Mirası Listesi’nde bulunan Safranbolu ilçesinde Incekaya Kanyonu üzerine yapılan cam seyir terasını geçen yıl 172 bin 570 kişi ziyaret etti.

Sadrızam İzzet Mehmet Paşa tarafından 3 asır önce yaptırılan, 116 metre uzunluğunda, 6 kemerli ve 110 ila 220 santimetre genişliğe sahip su kemerinin de bulunduğu 80 metre derinliğindeki kanyonda 2012’de inşa edilen teras, Türkiye’nin ilk cam seyir terası olma özelliğini taşıyor.

Tarihi ilçede bulunan 11 metre uzunluğundaki, 75 ton yükü dayanıklı teras, ziyaretçilerden ilgi görüyor.

İl Genel Meclisi Başkanı Ahmet Sözen, AA muhabirine, seyir terasının Karabük turizmine büyük katkısını olduğunu söyledi.

İl Özel İdaresi tarafından yapılan



teranın Türkiye’de ilk olduğunu belirten Sözen, yapının 2021’den sonra yine kurum bünyesinde işletilmeye başladığını anlattı.

Sözen, 2021’e kadar kısıtlı olan gelir iratlarının o gün itibarıyla hızla büyümeye başladığına değinerek,

şunları kaydetti: "Cam terasta 2025’te 172 bin 570 kişiyi misafir ettik. Bunun karşılığında da idaremize 11 milyon 456 bin lira gibi çok ciddi gelir irat edildi. Bunu da tabii hizmet ağıımızda olan sorumluluk sahamızdaki işlerimiz

yapımında kullanıyoruz, milletimizin menfaatine sunuyoruz.

2021’den bugüne kadar 805 bin 684 kişi cam terasımızı ziyaret etti ve 26 milyon 114 bin lira gibi çok ciddi bir rakamı İl Özel İdaremize kazandırmış olduk."

## Devrim Güngör’ün "An-ı Seyyal" Sergisi Krişna Sanat Galerisi’nde



NAZLI İLAY ÜLGER

Geleneksel ebru sanatını Türk kültürüne ait motiflerle buluşturan sanatçı Devrim Güngör, kişisel sergisi "An-ı Seyyal" ile Ankara’daki Krişna Sanat Galerisi’nde sanatseverlerle buluştu. 19 Şubat’a kadar ziyaret edilebilecek sergi; dönüşüm, sabır, teslimiyet ve anda kalmayı anlatan çalışmalardan oluşuyor.

Güngör, ebrunun doğasına vurgu yaparak serginin adını seçme sürecini şu ifadelerle anlatıyor;

"Sergiden çok, ebruyu anlatan bir isim aradım. Ebrunun akışkanlığı ve zamana bırakılması gereken hâli bu adı seçmeye neden oldu. 'An-ı Seyyal' bana hem köklü hem de anlamlı geldi."

Uzun yıllardır ebru sanatıyla ilgilenen ve kendisini "alaylı" olarak tanımlayan Güngör, geleneksel sanatların akademik sistemden ziyade usta-çırak ilişkisiyle aktarılarak yaşatıldığını vurguluyor.

### TÜRK KÜLTÜRÜ VE MOTİFLERİYLE EBRU

"An-ı Seyyal" sergisinde ebru sanatı, Türk kültürüne ait kilim motifleriyle bir araya getiriliyor. Sanatçı, her ikisinin kök boya, sabır ve hikâye anlatıcılığı ortak paydasında buluştuğunu belirtiyor:

"Kilim motifleri de ebru gibi ince işlenir, desenler bir hikâye anlatır. İkisi de Türklere özgü, köklü sanatlar."

Eserlerinde kullanılan renklerin, önceden belirlenmiş bir sembolizmden ziyade sürecin doğal akışı içinde ortaya çıktığını ifade eden Güngör, Amazon figürlerinden Türk mitolojisine uzanan çalışmalarında kültürel sürekliliğe işaret ediyor.

Ebrunun kontrol edilemez yapısına dikkat çeken Güngör, bu sergide özellikle kalıplardan



uzak durduğunu söylüyor: "Suyu ve kendimi serbest bıraktım. Kitrenin de bir dengesi var. Ortak bir yerde buluştuk."

### SABIR, TEVEKKÜL VE ANDA KALMAK

Güngör’e göre ebru yalnızca bir sanat dalı değil, aynı zamanda bir iç

disiplin öğretmeni; "Telaşlıysan ebru yapamazsın. Sabretmeyi, beklemeyi, teslimiyeti ve tevekkülü öğretiyor."

Sanatçı, teknede çalışırken çoğu zaman planlananın dışında sonuçlarla karşılaştığını ve bunun kabullenmeyi, saygıyı öğrettiğini ifade ediyor. Sergide

yer alan eserlerin tamamı bu sergi için özel olarak üretilmiş.

### 23 YILLIK BİR SANAT GALERİSİ: KRİŞNA

Sergiye ev sahipliği yapan Krişna Sanat Galerisi, 2003 yılında Hülya Koloğlu tarafından kuruldu. Galeri yetkililerinden Mehtap Arslan, Krişna’nın Çağdaş Türk Sanatı ile Türk gençleri arasında köprü kurmayı amaçladığını belirtiyor. Galeride yılda 5-8 konsept sergi düzenleniyor.

Arslan, Devrim Güngör ile yollarının sanatçının Ankara Sanayi Odası’ndaki sergisinde keşiştiğini ve "An-ı Seyyal" sergisinin bu mekâna özel, uzun vadeli bir programlamayla hazırlandığını ifade ediyor.

### SAKİNLİĞE VE ANDA KALMAYA DAVET

"An-ı Seyyal", izleyicisini hızdan ve keskinlikten uzaklaştırarak suyun akışıyla birlikte anda kalmaya davet ediyor. Geleneksel ebru sanatına çağdaş bir yorum getiren sergi, zaman ve sabır üzerine düşünmeye alan açıyor.

## 24 SAAT

GAZETECİLER CEMİYETİNİN YAYIN ORGANIDIR

2 ŞUBAT 2026 PAZARTESİ SAYI: 14071

Gazeteciler Cemiyeti Adına Sahibi

### NAZMİ BİLGİN

#### Yönetim Kurulu

Ali Oruç, Ali Topçu, Ayhan Aydemir, Emin Özgönül, Güray Soysal, Kenan Şener, Kudret Doğanemir, Mustafa Yoldaş, Özlem Akarsu Çelik, Önder Yılmaz, Ümit Gürtuna, Yusuf Kanlı, Zeynep Güranlı Ürektürk

www.24saatgazetesi.com

Kurumsal e-posta adresi: info@24saatgazetesi.com

UETS adresi: 15652-56482-83904

24saatgazetesi@gmail.com

#### İdare Merkezi- Dizgi- Tasarım

Gazeteciler Cemiyeti, Üsküplü Sokak No: 35 Çankaya/ ANKARA  
Tel: 0312 427 15 22 - 427 27 12 Faks: 0312 468 23 84  
Yayın Türü: Günlük Dijital (Pazar günü hariç)

## Türkiye'yi yılın ikinci ayında yoğun ekonomi ajandası bekliyor

ANKARA (AA) - MERT DAVUT -

Türkiye'nin ekonomi ajandası, şubatta ihracat ve enflasyon rakamları ile Türkiye Cumhuriyet Merkez Bankasının (TCMB) yılın ilk Enflasyon Raporu'nda vereceği mesajlar nedeniyle yoğunlaşacak.

AA muhabirinin derlediği bilgiye göre Türkiye ekonomisi ocak ayının son günlerinde ve yılın ikinci ayında yoğun veri gündemine sahne olacak. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) Aralık 2025 dönemine ilişkin iş gücü istatistiklerini 29 Ocak'ta duyuracak. Türkiye'de işsizlik oranı, Kasım 2025'te bir önceki aya göre 0,1 puan artışla yüzde 8,6 olarak kayıtlara geçmişti.

Ayrıca Kurum aynı gün ocak ayına ilişkin ekonomik güven endeksi verilerini açıklayacak.

TÜİK geçen yılın son çeyreğine yönelik turizm istatistiklerini 30 Ocak'ta kamuoyuyla paylaşacak. Türkiye'nin turizm geliri, geçen yılın üçüncü çeyreğinde bir önceki yılın aynı dönemine kıyasla yüzde 3,9 artarak 24,2 milyar doları aşmıştı.

### GÖZLER ENFLASYON VE DIŞ TİCARET VERİLERİNDE

Ticaret Bakanı Ömer Bolat'ın 2 Şubat'ta İstanbul'da düzenleyeceği toplantıda ocak ayı dış ticaret verilerini açıklaması planlanıyor.

Türkiye'nin ihracatı aylık ve yıllık olarak Aralık 2025'te 26,4 milyar dolar ve geçen yılın tamamında 273,4 milyar dolarla rekora imza atmıştı.

TÜİK, 3 Şubat'ta ocak ayına ilişkin enflasyon verilerini kamuoyuna duyuracak. TÜFE, Aralık 2025'te aylık bazda yüzde 0,89, Yİ-ÜFE yüzde 0,75 artış göstermiş, yıllık enflasyon tüketici fiyatlarında yüzde 30,89, yurt içi üretici fiyatlarında yüzde 27,67 olarak kayıtlara geçmişti.

Türkiye'nin 2025 itibarıyla nüfusu "Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları" ile 6 Şubat'ta belli olacak. Türkiye'nin nüfusu 1 Ekim 2025 itibarıyla 85 milyon 980 bini geçmişti.

Finansal yatırım araçlarının ocak ayına ilişkin reel getiri oranları 9 Şubat'ta açıklanacak.

TÜİK, şubatta bazı verilerin geçen aya ilişkin istatistiklerini açıklayacak. Böylece ilgili sektörlerdeki 2025'in son verileri de belli olacak.

TÜİK, 10 Şubat'ta Aralık 2025'e ilişkin inşaat maliyet, sanayi üretim endeksleri ile 2025'e yönelik hayvansal üretim istatistiklerini duyuracak. Sanayi üretim endeksi, Kasım 2025'te aylık bazda yüzde 2,5, yıllık bazda yüzde 2,4 artış göstermişti. Öte yandan kurum, geçen yılın son ayına ilişkin dış ticaret endekslerini 12 Şubat'ta kümes hayvancılığı, süt ve süt ürünleri üretimleri ile ücretli çalışan istatistiklerini de 13 Şubat'ta açıklayacak. Hazine ve Maliye Bakanlığı ocak ayı bütçe gerçekleştirmelerini 16 Şubat Pazartesi günü ilan edecek. TÜİK, geçen yılın son çeyreğine ilişkin iş gücü istatistiklerini ise 18 Şubat'ta duyuracak.

Kurum 19 Şubat'ta gelecek aya yönelik tüketici güven endeksi ile ocak ayına ilişkin konut ve iş yeri satış istatistiklerini paylaşacak.

Ayrıca geçen yılın son çeyreğine ilişkin yapı izin istatistikleri de 27 Şubat'ta belli olacak.

### YILIN İLK ENFLASYON RAPORU BEKLENİYOR

Türkiye Cumhuriyet Merkez Başkanı Fatih Karahan, 12 Şubat'ta yılın ilk Enflasyon Raporu'nu açıklayacak.

Karahan'ın vereceği mesajlar, ekonomi ve piyasalar tarafından yakından takip edilecek.

Merkez Bankası, aralık ayına ilişkin ödemeler dengesi verilerini de 13 Şubat'ta duyuracak.

Ayrıca ABD Başkanı Donald Trump'ın açıklamalarıyla küresel boyutta etki oluşturan gümrük tarifeleri tartışmalarının şubatta da devam etmesi öngörülmüyor. Ramazan ayının şubatta başlaması nedeniyle ilgili bakanlıkların gıda ve fiyat denetimlerinin artarak sürmesi bekleniyor.

### Kadınlarda işsizlik oranı son 154 ayın en düşük seviyesinde

ANKARA (AA) - Türkiye'de 15 ve daha yukarı yaşta kadınlar arasında işsizlik oranı, geçen ay yüzde 10,5'e gerileyerek son 154 ayın en düşük seviyesine indi.

AA muhabirinin Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerinden derlediği verilere göre, Türkiye'de işsizlik oranı gerilemeyi sürdürüyor.

Mevsim etkisinden arındırılmış temel iş gücü göstergelerine göre 15 ve daha yukarı yaşta kişilerde işsizlik oranı Aralık 2025'te yüzde 7,7 ile verilerin aylık olarak hesaplanmaya başlandığı Ocak 2005'ten bu yana en düşük seviyeye geriledi.

İşsizlik oranı, söz konusu ayda erkeklerde yüzde 6,3 iken kadınlarda yüzde 10,5 olarak tahmin edildi.

15 ve daha yukarı yaşta erkeklerdeki yüzde 6,3'lük işsizlik oranı, Ocak 2005'ten bu yana en düşük seviye olarak tespit edildi. Kadınlardaki yüzde 10,5'lik işsizlik oranı ise Mart 2013'ten bu yana yani son 154 ayın en düşük seviyesi olarak kayıtlara geçti.

Kadınlarda iş gücü geçen ay 11 milyon 946 bin olarak hesaplanırken bunun 10 milyon 691 bini istihdam edildi. 15 ve daha yukarı yaşta kadınlar arasında işsiz sayısı ise 1 milyon 255 bin ile Temmuz 2016'dan bu yana en düşük seviyeye indi.

Mevsim etkisinden arındırılmış temel iş gücü göstergelerine göre 15-24 yaş grubunu kapsayan genç nüfusta işsizlik oranı geçen ay bir önceki aya göre 1,1 puan azalarak yüzde 14,1'e indi.

Böylece söz konusu değerle genç nüfusta işsizlik oranı, verilerin aylık olarak hesaplanmaya başlandığı Ocak 2005'ten bu yana en düşük seviyeye geriledi.

# Küresel altın talebi 2025'te rekor seviyeye ulaştı

Küresel altın talebi geçen yıl, bir önceki yıla göre yüzde 1 artarak 5 bin 2 tona yükseldi

BERLİN (AA) - Küresel altın talebi, jeopolitik gerilimler ve dolara olan güvenin zayıflamasıyla artan güvenli liman arayışının ardından geçen yıl tüm zamanların en yüksek seviyesine ulaşarak 5 bin 2 tona yükseldi.

Dünya Altın Konseyi'nin 2025'e ilişkin "Küresel Altın Trendleri" raporu yayımlandı.

Rapora göre, jeopolitik gerilimler ve dolara olan güvenin zayıflamasıyla artan güvenli liman arayışı, altına olan talebi zirveye taşıdı.

Küresel altın talebi, geçen yıl 2024'e göre yüzde 1 artarak 5 bin 2 tona yükselirken talep, geçen yıl tüm zamanların en yüksek seviyesine ulaştı.

Geçen yıl yatırım amaçlı altın talebi, bir önceki yıla göre yüzde 84 artarak 2 bin 175 tona yükseldi.

Özellikle borsa yatırım fonlarına (ETF) olan girişlerin 801 tonu bulması, yatırımcı ilk kez mücevherat talebinin önüne geçirdi. Altın mücevher talebi, altın fiyat-



larındaki yüksek artış nedeniyle geçen yıl yüzde 18 düşerken Çin'in mücevher talebi yüzde 24 azalarak 2009'dan bu yana en düşük seviyesine geriledi.

Yatırımcılar geçen yıl fiziki altın alımlarını da artırdı. Külçe ve madeni paralara yönelik küresel talep geçen yıl yüzde 16 artarak 1.374 tona yükseldi. Talepteki en güçlü artış Çin ve Hindistan'dan geldi. Bu iki ülke, bu kategorideki

artışın yüzde 50'sinden fazlasını oluşturdu.

### MERKEZ BANKALARININ ALIMLARI YAVAŞLADI

Dünya Altın Konseyi raporuna göre, merkez bankalarının altın alımı geçen yıl yüzde 21 azalarak 1092 tondan 863,3 tona indi.

Raporda, merkez bankası altın alımlarının tarihsel olarak yüksek seviyelerde kaldığı fakat son dönemdeki hıza kıyasla yavaş-

ladığı belirtildi.

### ARZDAKI ARTIŞ DÜŞÜK KALDI

Öte yandan, toplam yıllık altın arzı geçen yıl yüzde 1 artarak 3 bin 672 ton ile yeni bir rekor seviyeye ulaştı. Geri dönüşüm faaliyetleri ile altın arzı yüzde 3 artışla 1404 tona yükseldi. Bu durum, ABD doları cinsinden altın fiyatındaki yüzde 67'lik artışa göre nispeten düşük bir tepki olarak değerlendirildi.

### FİYAT ARTMAYA DEVAM EDİYOR

Bu arada, Londra Külçe Piyasası Birliği'ne (LBMA) göre altının ons fiyatı geçen yıl 53 kez rekor yenileyerek ortalama 3 bin 431 dolar seviyesine yükseldi.

Altının ons fiyatı yükselişine devam ediyor. Altın ons fiyatı yüzde 3 artarak 5 bin 595 dolara yükselerek rekor yeniledi. Geçen yılki yüzde 65'lik fiyat artışının ardından yılın başından bu yana altın ons fiyatı yaklaşık yüzde 30 yükseldi.

## Her 10 tüketiciden 8'i daha akıllı ve enerji verimli cihazlar istiyor

Arçelik CEO'su Hakan Bulgurlu: "Akıllı çözümlerimiz cihaz performansına katkı sağlarken, tüketicilerimizin tüketimlerini anlık takip etmesine imkan tanıyor"



İSTANBUL (AA) - Arçelik, tüketicilerin akıllı ev teknolojileri ve sürdürülebilir yaşam alışkanlıklarına bakışını ortaya koymak amacıyla gerçekleştirdiği "Akıllı Yaşam Endeksi" araştırmasının sonuçlarını paylaştı.

Şirketten yapılan açıklamaya göre, J.L. Partners işbirliğiyle İngiltere, Almanya, Fransa, İspanya, İtalya, Hollanda, Romanya, Türkiye, Mısır, Tayland, Pakistan ve Güney Afrika'da 6 bin kişiyle gerçekleştirilen araştırma, tüketicilerin satın alma kriterleri ve enerji farkındalığını inceledi.

Araştırmaya göre, 12 ülkenin 8'inde enerji maliyetleri tüketiciler için günlük yaşamı etkileyen başlıca çevresel kaygı olarak öne çıktı. Dünya genelinde akıllı ve enerji verimli teknolojilere talep artarken, son 12 ayda her 10 tüketiciden 4'ü enerji verimliliğine geçmişe kıyasla daha fazla odaklandığını belirtti.

Global ölçekte tüketicilerin yüzde 60'ı ev aletlerinin aylık tüketimlerine dair farkındalığa sahip olduğunu ifade ederken, yüzde 67'si enerji tasarrufu için çamaşır asarak kurutma, yoğun saatler dışında kullanım veya elde yıkama gibi manuel yöntemlere başvurduğunu kaydetti.

Verilere göre, 54 yaş ve üzeri tüketiciler enerji tasarrufuna yönelik davranışlarda lider konumda bulunurken, gelir seviyesi yükseldikçe tasarruf davranışlarının azaldığı gözlemlendi.

Enerji maliyetlerinin yüksek olduğu pazarlarda akıllı özelliklere verilen önem, düşük maliyetli pazarlara kıyasla iki kata kadar daha yüksek çıktı.

Tayland (yüzde 81), Pakistan (yüzde 86) ve Türkiye'de (yüzde 80) tüketicilerin çoğunluğu, beyaz eşyaların gelecekte daha akıllı hale gelmesini isterken, bu oran Almanya'da yüzde 39, İngiltere'de yüzde 40 ve Fransa'da yüzde 43 seviyesinde kaldı.

Batı Avrupa pazarlarında tüketicilerin yüzde 20'ye yakını yapay zeka destekli ev teknolojilerine güvendiğini belirtirken, Mısır, Pakistan ve Güney Afrika gibi gelişen pazarlarda bu oran yüzde 35'in üzerine çıktı.

Tüm pazarlarda tüketiciler, "akıllı" kavramını karmaşık dijital özelliklerden ziyade kendi kendini temizleyen, enerji tüketimini azaltan ve kullanımı sadeleştiren teknolojilerle tanımladı.

**TÜRKİYE'DE TÜKETİCİLER ENERJİ MALİYETLERİNİ TAKİP EDİYOR**  
Araştırmanın Türkiye sonuçlarına göre, tüketicilerin yüzde

60'tan fazlası beyaz eşyalarının aylık enerji maliyetleri konusunda bilgi sahibi olduğunu belirtti. Bu oran İngiltere, Fransa ve Almanya gibi Batı Avrupa ülkelerinin üzerinde gerçekleşti.

Türkiye'de tüketicilerin yüzde 40'ından fazlası son 12 ayda enerji verimliliğine daha fazla odaklandığını, her 10 tüketiciden 6'sı beyaz eşyalarındaki tasarruf modlarını aktif kullandığını ifade etti. Her iki tüketiciden biri cihazlarını "eco" modda çalıştırırken, yüzde 53'ü fişini çekiyor, yüzde 45'i çamaşır asarak kurutuyor, yüzde 43'ü ise cihazları yoğun saatler dışında kullanıyor.

Tüketicilerin yüzde 98'i beyaz eşya tercihinde kalite ve dayanıklılığı, yüzde 96'sı enerji verimliliğini temel kriter olarak görüyor. Akıllı özellikler arasında enerji ve su tüketim takibini faydalı bulanların oranı yüzde 62 iken, yüzde 42'si adaptif yıkama programlarını, yüzde 38'i ise işlem bitiş bildirimini tercih ediyor.

Açıklamada görüşlerine yer verilen Arçelik Üst Yöneticisi (CEO) Hakan Bulgurlu, küresel ölçekte yaşanan ekonomik ve toplumsal gelişmelerin tüketicilerin ev teknolojilerinden beklentisini yeniden şekillendirdiğini belirtti.

Bulgurlu, tüketicilerin değişen ihtiyaçları ve beklentilerini yakından takip ettiklerini ve bu dönüşümün arkasındaki temel dinamikleri doğru okumayı önemstediklerini vurguladı.

Bu dönüşümü daha iyi anlamak ve akıllı ev teknolojilerinden beklentileri ortaya koymak amacıyla Akıllı Yaşam Endeksi Araştırması'nı hayata geçirdiklerini belirten Bulgurlu, şunları kaydetti: "Araştırma sonuçlarına göre, enerji farkındalığı ile akıllı teknoloji talebi arasında güçlü bir ilişki gözlemledik. Tayland, Mısır, Pakistan, Romanya gibi Batı Avrupa dışındaki pazarlarda tüketicilerin yüzde 72'si ev aletlerinin aylık enerji maliyetlerini biliyor. Avrupa'da bu oran yüzde 55 seviyesinde seyretti. Tüketicilerin yüzde 70'inden fazlası, 'akıllı' kavramını, karmaşık dijital özelliklerden ziyade enerji ve su tüketimini otomatik optimize eden çözümlerle tanımladı. Öte yandan, birçok pazarda tüketicilerin yaklaşık üçte ikisinin enerji tasarrufu için hala manuel yöntemlere başvurduğunu gördük."

Bulgurlu, akıllı ev teknolojilerine yönelik beklentilerin ülkeden ülkeye farklılık gösterdiğini, tüketicilerin ortak isteğinin enerji verimliliği sağlayan, kullanım kolaylığı sunan ve uzun vadede maliyetleri düşüren çözümler olarak öne çıktığını aktardı.

## BES: "Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler 'Prime Esas Kazanca' dahil edilmelidir"

ANKARA (ANKA) - Büro Emekçileri Sendikası'ndan yapılan açıklamada, "Ekim 2008 sonrası işe giren kamu emekçilerini, emekli olduklarında büyük bir tehlike bekliyor. 5510 Sayılı Yasaya tabi çalışan memurların maaşlarının yarısından fazlası neden kayıt dışı? Sendika farkı gözetmeksizin tüm kamu emekçilerini birlikte mücadeleye, yoksulluk sınırı üzerinde bir ücret ve tam sigorta hakkı için birleşmeye davet ediyoruz" denildi.

Açıklamada, şunlar kaydedildi:

"5510 Sayılı Yasa, Anayasa'nın 10. maddesindeki 'Eşitlik İlkesi' ve 60. maddesindeki 'Sosyal Güvenlik Hakkı' ile açıkça çelişmektedir. Kamu emekçilerinin insanca bir gelecek kurabilmesi için şu düzenlemeler acilen hayata geçirilmelidir: Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler Prime Esas Kazanca dahil edilmelidir. Aylık bağlama oranı yeniden kademeli olarak 25 yıl için yüzde 75 seviyesine

olduklarında büyük bir tehlike bekliyor. 5510 Sayılı Yasaya tabi çalışan memurların maaşlarının yarısından fazlası neden kayıt dışı? Sendika farkı gözetmeksizin tüm kamu emekçilerini birlikte mücadeleye, yoksulluk sınırı üzerinde bir ücret ve tam sigorta hakkı için birleşmeye davet ediyoruz" denildi.

Açıklamada, şunlar kaydedildi:

"5510 Sayılı Yasa, Anayasa'nın 10. maddesindeki 'Eşitlik İlkesi' ve 60. maddesindeki 'Sosyal Güvenlik Hakkı' ile açıkça çelişmektedir. Kamu emekçilerinin insanca bir gelecek kurabilmesi için şu düzenlemeler acilen hayata geçirilmelidir: Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler Prime Esas Kazanca dahil edilmelidir. Aylık bağlama oranı yeniden kademeli olarak 25 yıl için yüzde 75 seviyesine

olduklarında büyük bir tehlike bekliyor. 5510 Sayılı Yasaya tabi çalışan memurların maaşlarının yarısından fazlası neden kayıt dışı? Sendika farkı gözetmeksizin tüm kamu emekçilerini birlikte mücadeleye, yoksulluk sınırı üzerinde bir ücret ve tam sigorta hakkı için birleşmeye davet ediyoruz" denildi.

Açıklamada, şunlar kaydedildi:

"5510 Sayılı Yasa, Anayasa'nın 10. maddesindeki 'Eşitlik İlkesi' ve 60. maddesindeki 'Sosyal Güvenlik Hakkı' ile açıkça çelişmektedir. Kamu emekçilerinin insanca bir gelecek kurabilmesi için şu düzenlemeler acilen hayata geçirilmelidir: Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler Prime Esas Kazanca dahil edilmelidir. Aylık bağlama oranı yeniden kademeli olarak 25 yıl için yüzde 75 seviyesine

olduklarında büyük bir tehlike bekliyor. 5510 Sayılı Yasaya tabi çalışan memurların maaşlarının yarısından fazlası neden kayıt dışı? Sendika farkı gözetmeksizin tüm kamu emekçilerini birlikte mücadeleye, yoksulluk sınırı üzerinde bir ücret ve tam sigorta hakkı için birleşmeye davet ediyoruz" denildi.

Açıklamada, şunlar kaydedildi:

"5510 Sayılı Yasa, Anayasa'nın 10. maddesindeki 'Eşitlik İlkesi' ve 60. maddesindeki 'Sosyal Güvenlik Hakkı' ile açıkça çelişmektedir. Kamu emekçilerinin insanca bir gelecek kurabilmesi için şu düzenlemeler acilen hayata geçirilmelidir: Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler Prime Esas Kazanca dahil edilmelidir. Aylık bağlama oranı yeniden kademeli olarak 25 yıl için yüzde 75 seviyesine

olduklarında büyük bir tehlike bekliyor. 5510 Sayılı Yasaya tabi çalışan memurların maaşlarının yarısından fazlası neden kayıt dışı? Sendika farkı gözetmeksizin tüm kamu emekçilerini birlikte mücadeleye, yoksulluk sınırı üzerinde bir ücret ve tam sigorta hakkı için birleşmeye davet ediyoruz" denildi.

Açıklamada, şunlar kaydedildi:

"5510 Sayılı Yasa, Anayasa'nın 10. maddesindeki 'Eşitlik İlkesi' ve 60. maddesindeki 'Sosyal Güvenlik Hakkı' ile açıkça çelişmektedir. Kamu emekçilerinin insanca bir gelecek kurabilmesi için şu düzenlemeler acilen hayata geçirilmelidir: Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler Prime Esas Kazanca dahil edilmelidir. Aylık bağlama oranı yeniden kademeli olarak 25 yıl için yüzde 75 seviyesine

olduklarında büyük bir tehlike bekliyor. 5510 Sayılı Yasaya tabi çalışan memurların maaşlarının yarısından fazlası neden kayıt dışı? Sendika farkı gözetmeksizin tüm kamu emekçilerini birlikte mücadeleye, yoksulluk sınırı üzerinde bir ücret ve tam sigorta hakkı için birleşmeye davet ediyoruz" denildi.

Açıklamada, şunlar kaydedildi:

"5510 Sayılı Yasa, Anayasa'nın 10. maddesindeki 'Eşitlik İlkesi' ve 60. maddesindeki 'Sosyal Güvenlik Hakkı' ile açıkça çelişmektedir. Kamu emekçilerinin insanca bir gelecek kurabilmesi için şu düzenlemeler acilen hayata geçirilmelidir: Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler Prime Esas Kazanca dahil edilmelidir. Aylık bağlama oranı yeniden kademeli olarak 25 yıl için yüzde 75 seviyesine

olduklarında büyük bir tehlike bekliyor. 5510 Sayılı Yasaya tabi çalışan memurların maaşlarının yarısından fazlası neden kayıt dışı? Sendika farkı gözetmeksizin tüm kamu emekçilerini birlikte mücadeleye, yoksulluk sınırı üzerinde bir ücret ve tam sigorta hakkı için birleşmeye davet ediyoruz" denildi.

Açıklamada, şunlar kaydedildi:

"5510 Sayılı Yasa, Anayasa'nın 10. maddesindeki 'Eşitlik İlkesi' ve 60. maddesindeki 'Sosyal Güvenlik Hakkı' ile açıkça çelişmektedir. Kamu emekçilerinin insanca bir gelecek kurabilmesi için şu düzenlemeler acilen hayata geçirilmelidir: Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler Prime Esas Kazanca dahil edilmelidir. Aylık bağlama oranı yeniden kademeli olarak 25 yıl için yüzde 75 seviyesine

olduklarında büyük bir tehlike bekliyor. 5510 Sayılı Yasaya tabi çalışan memurların maaşlarının yarısından fazlası neden kayıt dışı? Sendika farkı gözetmeksizin tüm kamu emekçilerini birlikte mücadeleye, yoksulluk sınırı üzerinde bir ücret ve tam sigorta hakkı için birleşmeye davet ediyoruz" denildi.

Açıklamada, şunlar kaydedildi:

"5510 Sayılı Yasa, Anayasa'nın 10. maddesindeki 'Eşitlik İlkesi' ve 60. maddesindeki 'Sosyal Güvenlik Hakkı' ile açıkça çelişmektedir. Kamu emekçilerinin insanca bir gelecek kurabilmesi için şu düzenlemeler acilen hayata geçirilmelidir: Tüm ek ödemeler, tazminatlar ve yan ödemeler Prime Esas Kazanca dahil edilmelidir. Aylık bağlama oranı yeniden kademeli olarak 25 yıl için yüzde 75 seviyesine

## Düzenli Bağışla Umudu Bağışla

Her düzenli bağış bir çocuğun umudunu yeniden yeşertir. Küçük bir iyilik damlası, bir hayatın tüm hikayesini baştan yazabilir. Ve o hikaye, sizin ellerinizle şekillenir.

[losev.org.tr/sayenizde](http://losev.org.tr/sayenizde)

**LÖSEV**  
Lösemili Çocuklar Vakfı

## 2 HAFTA SÜREN ŞİDDETLİ BEL VE BACAK AĞRISINA DİKKAT!

## Bel fıtığı 20'li yaşlarda giderek artıyor!

**HABER MERKEZİ-** Günümüzde uzun süre masa başında çalışmak, hareketsiz bir yaşam sürmek ve çağımızın önemli sorunu olan obezite, bel fıtığının görülme sıklığını giderek artırıyor. Yapılan çalışmalar, şiddetli bel ve bacak ağrısının en sık rastlanan sebeplerinden biri olan bel fıtığına bağlı sinir kökü sıkışmasının yaşam boyu gelişme riskinin dünya genelinde yüzde 3-5 civarında olduğunu ortaya koyuyor. Türkiye'de ise her 4 kişiden 1'inin son bir yıl içerisinde bel ağrısı yaşadığı belirtilirken, bel fıtığının bu ağrıların önemli bir kısmını oluşturduğu vurgulanıyor. Acıbadem International Hastanesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı Dr. Özkan Yükselmiş, genellikle 30-50 yaş arasında görülen bel fıtığının modern yaşam koşullarının etkisiyle son yıllarda 20'li yaşların başında, hatta üniversite çağındaki gençlerde bile giderek artış gösterdiğini belirterek, "Telefon, tablet veya bilgisayar karşısında kambur pozisyonda uzun süre oturmak, hareketsiz bir yaşam sürmek, egzersiz sırasında yanlış teknikle ağırlık kaldırmak ve fazla kilolu olmak, özellikle gençlerde bel fıtığının artışında en sık görülen nedenleri oluşturuyor".

Omurgamızdaki bel omurları arasında yer alan ve "disk" olarak adlandırılan yastıkcıkların zamanla yıpranıp dışarı doğru bombeleşerek sinir köklerine baskı yapmaları "bel fıtığı" olarak tanımlanıyor. Bel bölgesinde ani başlayan veya giderek artan bel ağrısı, belden başlayıp bacağın arkasından topuğa kadar inen "elektrik çarpması" veya "çekilme tarzında" ağrı, hissizlik ile iğnelenme (bacakta, ayakta veya parmaklarda) ve belde kas spazmı, en sık görülen şikayetler arasında yer alıyor. Ancak

hastaların önemli bir bölümü bu belirtileri "geçer" düşüncesiyle göz ardı ederek doktora gitmeyi geciktiriyor. Hastalığın ilerlemesine bağlı olarak ağrının kronikleşmesi ve şiddetinin artması günlük yaşam aktivitelerini ciddi ölçüde kısıtlarken, acil ameliyat gereksinimi de ortaya çıkabiliyor. Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı Dr. Özkan Yükselmiş, tedaviden etkin sonuç alınabilmesi ve kalıcı hasarın önlenmesi için bel fıtığının erken dönem belirtilerini ihmal etmemek gerektiğini anlatarak, "İlaç ve istirahat rağmen yaklaşık 2 haftadır geçmeyen şiddetli bel ve bacak ağrısında zaman kaybetmeden bir hekime başvurmak son derece önemlidir" uyarısında bulunuyor.

**BEL FITIĞININ 7 ÖNEMLİ NEDENİ!**  
Bel fıtığı genellikle birden fazla faktörün birleşmesiyle ortaya çıkıyor. Dr. Özkan Yükselmiş, bel fıtığına neden olan etkenleri şöyle sıralıyor:

1. Genetik yatkınlık: Ailede bel fıtığı öyküsü varsa, disk yapısı daha kolay yıpranabiliyor.
2. Yaşa bağlı yıpranma: Diskler yaşla birlikte su kaybederek esnekliğini yitiriyor. Bu doğal süreç fitikla sonuçlanabiliyor.
3. Hareketsiz bir yaşam: Düzenli egzersiz yapmamak ve hareketsiz bir yaşam sürmek riski artıran önemli faktörlerden. Çünkü, özellikle bel ve karın kasları güçlü değilse, omurganın yükünü diskler ve eklemler taşımak zorunda kalıyor.
4. Yanlış duruş ve uzun süre



Dr. Özkan Yükselmiş

oturma: Özellikle gençlerde; kambur pozisyonda, öne eğilerek saatlerce telefon veya tablet ekranına bakmak, omurgaya binen yükü artırıyor. Ayrıca, bilgisayar karşısında çalışırken veya araç kullanırken uzun süre hatalı pozisyonda oturmak ve eğilerek çalışmak da aynı nedenle bel fıtığına yol açabiliyor.

5. Ağır kaldırma ve ani hareketler: Eğilerek ve gövdeyi çevirerek ağır bir yük kaldırmak diskin aniden yırtılmasına ve fıtığın ortaya çıkmasına neden olabiliyor.
6. Fazla kilo: Vücut ağırlığı arttıkça, bel omurlarına binen yük de artıyor.
7. Sigara: Disklerin beslenmesini bozarak daha çabuk yıpranmalarına sebep olabiliyor.

**AMELİYATSIZ YÖNTEMLERLE TEDAVİ EDİLEBİLİYOR!**  
Toplumdaki yaygın inanışın aksine, bel fıtığı tanısı alan hastaların büyük bir kısmı ameliyatsız yöntemlerle tedavi edilebiliyor. Güncel kılavuzlar, idrar kaçırma, çok ileri güç kaybı ve felç gibi acil durumlar yoksa, öncelikle konservatif (ameliyatsız) tedavi

lerin denenmesini öneriyor. Dr. Özkan Yükselmiş, "Güncel veriler, erken tanı sayesinde, ameliyata gerek kalmadan, uzman hekim kontrolünde başlanan fizik tedavi, egzersiz ve yaşam tarzı düzenlemeleriyle ağrı ile fonksiyon kaybının belirgin ölçüde düzeldiğini, hastaların büyük bir kısmının günlük yaşamlarına geri dönebildiğini gösteriyor. Bazı hastalarda şikâyetler neredeyse tamamen kaybolurken, bazı hastalarda hafif ve aralıklı ağrılar ise kalıcı olabiliyor; bu noktada düzenli egzersiz ile yaşam tarzı değişiklikleri devreye giriyor" diyor.

**BEL FITIĞINDA İLK BASAMAK FİZİK TEDAVİ!**

Fizik tedavi ve rehabilitasyon, bel fıtığında ameliyatsız tedavinin temel taşı oluşturuyor. Yüzeysel ısı uygulamaları, derin ısı ajanları, elektrik akımları, manuel terapi ve traksiyon, esneme ile güçlendirme egzersizleri, duruş ve ergonomi eğitimi, fizik tedavinin başlıca yöntemlerini oluşturuyor. Dr. Özkan Yükselmiş, bu yöntemlerin genellikle tek tek değil, kombine şekilde uygulandığını; hastanın kliniğine ve MR bulgularına göre kişiselleştirildiğini vurguluyor. Dr. Özkan Yükselmiş, ilaç ve fizik

yöntemlerine rağmen ağrısı çok şiddetli olan veya ameliyat öncesinde "ara basamak" tedavisine ihtiyaç duyulan hastalarda ise epidural veya transforaminal gibi girişimsel yöntemlerin de gündeme geldiğini anlatıyor.

**TEDAVİ SONRASINDA KORUMA PLANI ÇOK ÖNEMLİ!**

Ameliyatsız tedavinin başarısında hastanın aktif katılımının en az tedavinin kendisi kadar önem taşıdığı ifade eden Dr. Özkan Yükselmiş, bu süreçte dikkat edilmesi gereken başlıca noktaları, "Doktorun verdiği egzersiz programını şikâyetler azalınca bırakmamak, ani ve ağır yük kaldırmaktan kaçınmak, uzun süre aynı pozisyonda kalmamak, doğru oturma ve yatış pozisyonuna özen göstermek, kilo kontrolü sağlamak, sigarayı bırakmak, stres yönetimine dikkat etmek" şeklinde sıralıyor. Ayrıca, bel fıtığında uzun vadeli koruma planının da kilit bir rol üstlendiğini belirten Dr. Özkan Yükselmiş, "Çünkü, bel fıtığı aynı veya farklı seviyede tekrar edebilir. Bu risk, düzenli egzersiz, kilo kontrolü ve doğru duruş alışkanlıkları gibi koruyucu yaklaşımlarla ciddi oranda azaltılabiliyor" diye konuşuyor.

## Vardiyalı işler melatonin hormonunu azaltıyor

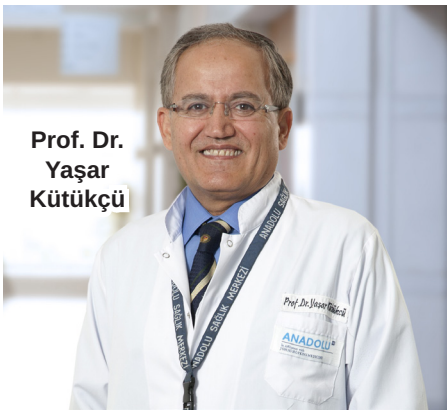
**HABER MERKEZİ-** Uykuya dalmakta zorlanmak ve gece boyunca uykunun sık bölünmesi, günlük yaşam kalitesini olumsuz etkileyebilen yaygın sorunlar arasında yer alıyor. Bu noktada vücudun doğal uyku düzeninde rol oynayan hormonlar önem kazanıyor. Uykuya dalmayı kolaylaştıran ve gece uykusunu sürdürmeyi etkileyen melatoninin, bu döngünün önemli bir parçası olduğunu belirten Anadolu Sağlık Merkezi Hastanesi'nden Nöroloji Uzmanı Prof. Dr. Yaşar Kütükçü, "Melatonin karanlıkta beyin tarafından salgılanan doğal bir hormondur ve uyku düzeninin sağlanmasına katkı sağlar. Gece ışığa maruz kalmak gibi bazı yanlış gündelik alışkanlıklar ise bu hormonun salgılanmasını azaltabilir" dedi.

Sirkadiyen ritim olarak tanımlanan vücudun iç saatinin gece ve gündüz döngüsünü düzenlediğini, bu düzenin de melatoninin doğal salgılanma ritmiyle birlikte çalıştığını belirten Anadolu

Sağlık Merkezi Hastanesi'nden Nöroloji Uzmanı Prof. Dr. Yaşar Kütükçü, "Bu ritmin bozulması uykuya dalma güçlüğü ve uykusuzluk gibi sorunlara yol açabilir. Özellikle farklı saatlerde uyuyup uyanmayı gerektirebilen vardiyalı çalışma modeli gibi nedenler uyku düzenini olumsuz etkileyebilir. Günlük yaşamda uyku saatlerinin değişiklik göstermesi, vücudun gece ve gündüz dengesini şaşırtarak uykuya geçiş sürecini zorlaştırabilir ve bu durum melatoninin doğal salgılanma düzenini de olumsuz etkileyebilir" dedi.

**MELATONİN DESTEĞİ UYKU-UYANIKLIK DÖNGÜSÜNÜ DESTEKLEYEBİLİR**

Melatonin, vücutta doğal olarak salgılanan bir hormon olmasının yanı sıra, bazı durumlarda takviye olarak da kullanılabilir. Melatonin takviyelerinin tablet, kapsül, ağızda dağılan tablet, damla, sprey ya da çiğnenebilir formlar



Prof. Dr. Yaşar Kütükçü

gibi farklı seçeneklerle sunulduğunu ifade eden Kütükçü, "Bu farklı formlar, melatoninin takviye olarak kullanımında kişilerin tercih ve kullanım alışkanlıklarına göre çeşitlilik gösterebiliyor. Özellikle uyku-uyanıklık döngüsünün bozulduğu durumlarda melatonin takviyeleri, vücudun doğal ritmini desteklemeye yönelik bir seçenek olarak değerlendirilebilir"

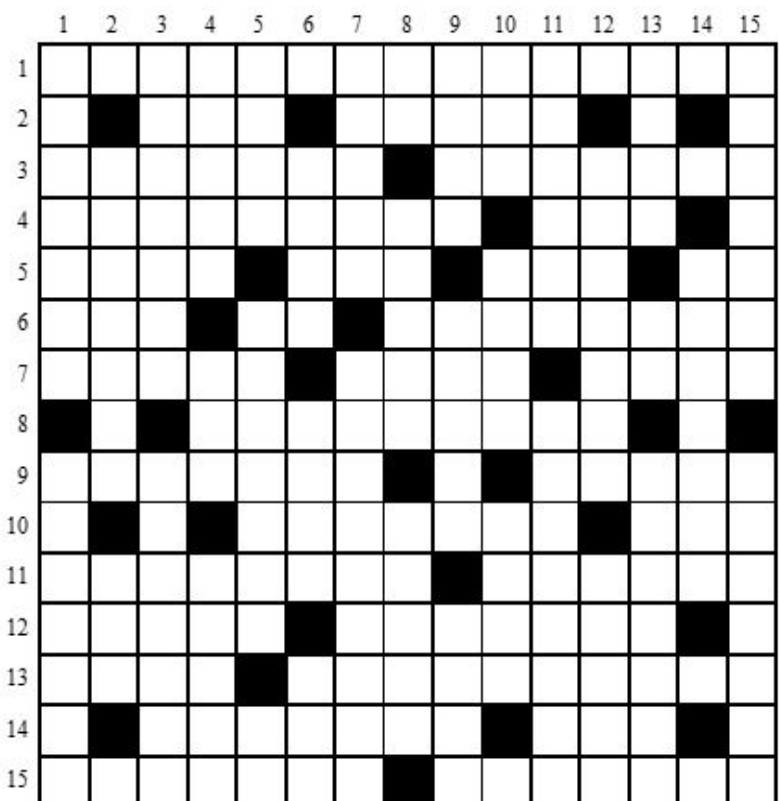


dedi.

Melatonin desteğinin herkes için uygun olmayabileceğini de sözlerine ekleyen Kütükçü, "Tüm takviyelerin yan etkileri ve ilaç etkileşimleri mutlaka göz önünde bulundurulmalı. Örneğin melatonin takviyesine, epilepsi hastaları ve kan sulandırıcı ilaç kullanan kişilerin

mutlaka doktor kontrolünde başlaması gerekir. Bazı kişilerde alerjik etkiler bile görülebilir. Benzer şekilde hamileler ve emziren annelerde de melatonin desteğinin güvenilirliğini gösteren yeterli çalışma olmadığı için önerilmez, yaşlı bireylerde ise gün içinde artmış uyku haline yol açabilir" dedi.

## TDK Güzel Türkçe Bulmacası

**SOLDAN SAĞA**

1. İnşaatın dış yüzeyine kurulan iskeleyi birbirine bağlamaya yarayan bağlantı parçaları...
2. Bakaldırıcı... Tropikal bölgelerdeki denizlerde bütün yıl süresince düzenli esen rüzgâr... 3. Omuzdaşlık (eski)... Getirimci... 4. İnançlı bir biçimde... Dede, büyük baba, ata... 5. Kireç taşı (eski)... Büyük, yetişkin, yaşlı, kart (halk ağzı)... Herhangi bir şeyin veya vücudun üzerinde oluşan, biriken pislik... İlaç, merhem (halk ağzı)... 6. Herhangi bir kuvvet alanında, belli bir düzlemin belli bir bölümünden geçtiği varsayılan güç çizgileri, seyelan... Manganez elementinin simgesi... Sağlamaştırma, tahkim, takviye... 7. Kokmak işi... Bir şeyi parlatmak için kullanılan kimyasal bileşik... Din işlerini devlet işlerine karıştırmayan, devlet işlerini dinden ayrı tutan... 8. İndirilmek işi... 9. İşlemez, kullanılmaz duruma gelmiş (eski)... Başlık... 10. Birbirinden gittikçe uzaklaşan (ışınlar, çizgiler)... O yer... 11. Öğrenim çağına henüz gelmemiş 2-6 yaş arasındaki çocukları okul düzenine hazırlayan eğitim kuruluşu, ana mektebi... Yarasalardan, Yeni Dünya'nın tropik bölgelerinde yaşayan, kuyruksuz, kahverengi tüylü, arka bacakları yürümeye ve sıçramaya çok uygun, kan emici bir memeli türü... 12. Keser... Sulu boya resim... 13. İki çeneklilerden, çiçekleri küçük ve sarımtırak, zeytine benzer meyvesi kırmızı renkte olan, yapraklarından kokain çıkarılan, en çok Peru'da yetişen bir bitki... Suyu geçerken üzerine basıp atlamak için konulan büyük taş, atlangiç...

14. Almak, alıp götürmek (argo)... Küçük limon...
15. Çoğu pamuktan dokunmuş sık ve düzgün bez, hasse, hasa... Bir kimsenin kimliği...

**YUKARIDAN AŞAĞIYA**

1. Yarılmış bir şeyin bir bölümünü alma (eski)... İzlleyen, arkasından koşan, takip eden (eski)... 2. İyiden iyiye, iyice, oldukça... Ne var, ne oluyor?... 3. Kasa yapmaya uygun (tahta)... Boksta büyük kolla aşağıdan yukarıya doğru çeneyle atılan yumruk... 4. Bitkilerden türlü yollarla çıkarılan veya kimyasal yöntemlerle yapılan, kokulu ve uçucu sıvı... Geleneksel olarak yayılan veya toplumun hayal gücü etkisiyle biçim değiştiren alegorik bir anlatımı olan halk hikâyesi, mitos... Geviş getirenlerden, Kongo'da bataklık ormanlarda yaşayan, büyük bir antilop boyunda, gövdesi kızıl kestane renginde, bacakları beyaz çizgili bir memeli hayvan... 5. Birden çok kimsenin kendilerine göre suç olan bir davranışından ötürü birini, yasa dışı ve yargılamasız olarak öldürmesi... Mantıklı... İskambil kâğıtlarında biri... 6. Ulan... İlaç (eski)... İçinden su akıtılmak için toprağı kazarak yapılan açık oluk, arık... 7. Ekmekle karın doyurmak gerektiğinde, ekmeğe katılan peynir, zeytin, helva vb. yiyecek... Cılatlamak işi... 8. Kolun bilekten parmak uçlarına kadar olan, tutmaya ve iş yapmaya yarayan bölümü... Artı ve eksi gerçek sayılarla, bunların yerini tutan harfler yardımıyla nicelikler arasında genel bağlantılar kuran matematik kolu (eski)... Hareketli yerleri iplik sanatçının parmaklarına

başlanarak veya eldiven gibi bir kesiti kullanarak bir perdenin üzerinden oynatılan, bez, karton vb. hafif nesnelere yapılmış insan ve hayvan figürleri... 9. Yüz kuruş değerinde Türk para birimi, teklik... Bütün noktalarının belirli iki ayrı noktaya olan uzaklıklarının toplamı birbirine denk olan kapalı eğri... Olay, hadise... 10. Üzme, sıkıntı verme, üzgü... En yüksek devlet otoritesini, bütün devlet başkanlığı yetkilerini kalıtım veya soylularca seçilme yoluyla elinde bulunduran kimse... Alt tabaka, havas (eski)... 11. Asker yetiştirilmek için savaştan önce ayrılan beşte bir oranında ayrılan acemi oğlanı adayı... Makarası olan, makara ile çalınan... 12. Yapay polyester lifleri veya ipliği, tergal... Melez... 13. Vücutta herhangi bir işlevi yerine getirmesi için yerleştirilen doku parçası, alet vb., implant... Dek, değin, kadar, beri vb. edatlarla birlikte kullanılarak bir fiilin, bir hareketin, bir yerin, bir şeyin başladığı veya sona erdiği noktayı, zaman ve uzaklık bakımından abartmalı bir biçimde anlatan bir söz... Toplamak işi... 14. Teğmen ve yukarıya üst düzey subayların hizmetinde bulunan er, hizmet eri, emirber(eski)... 15. Götürmek, ulaştırmak, nakletmek, geçirmek... Tartı aletiyle tartan kimse...

Türk Dil Kurumu tarafından hazırlanmıştır.  
<http://tdk.org.tr/bulmaca@tdk.org.tr>

ÇÖZÜMÜ SAYFA 4'TE

# 24 SAAT SPOR

2 ŞUBAT 2026 PAZARTESİ

## FENERBAHÇE DEPLASMANDA KOCAELİSPOR ÖNÜNDE



**HABER MERKEZİ-**Süper Lig'in 20'nci haftası bugün oynanacak tek maçlar sona erecek. Günün maçında Kocaelispor ile Fenerbahçe karşılaşacak. Kocaeli Stadi'ndeki maç saat 20.00'de başlayacak. Bu arada 1'nci Ligin 23'ncü hafta maçları bugün bitecek. Esenler Erok Stadı'nda Erokspor ile Ümraniyespor saat 20.00'de puan mücadelesi verecek.



## TÜRK TELEKOM, KUPADA TRABZONSPOR İLE OYNAYACAK

**HABER MERKEZİ-**Ziraat Bankası Türkiye Kupası'nda çeyrek final eşleşmeleri belli oldu. Kura çekiminde eşleşmeler şu şekilde oluştu: **17 Şubat Salı:** 18.00 Türk Telekom - Trabzonspor 20.30 Erokspor - Fenerbahçe **18 Şubat Çarşamba:** 18.00 Tofaş - Beşiktaş 20.30 Bahçeşehir Koleji - Anadolu Efes 17-18 Şubat 2026 tarihlerinde oynanacak çeyrek final müsabakalarının ardından 20 - 22 Şubat 2026 tarihlerinde İstanbul'da Sinan Erdem Spor Salonu'nda dörtlü final karşılaşmaları oynanacak. Ziraat Bankası Türkiye Kupası 2026'nın şampiyonu 22 Şubat 2026 Pazar günü oynanacak final karşılaşması ile belli olacak.



## SATRAŇTA ALT YAPI AŞISI TUTTU

**HABER MERKEZİ-**Son yıllarda altyapı çalışmalarına verilen önem sayesinde faaliyetleri ülke geneline yayılan Türk satranç, dünyada tanınır hale geldi. Türkiye Satranç Federasyonu Onursal Başkanı Gülüz Tülay, "Bugün dünya sahnesinde yer alan sporcularımızın hemen hemen hepsi altyapıdan yetişen sporcularımız" ifadelerini kullandı. Son yıllarda altyapı çalışmalarına verilen önem sayesinde faaliyetleri ülke geneline yayılan Türk satranç, dünyada tanınır hale geldi. Federasyonun 2024'teki 6. Olağan Genel Kurulunda başkanlık görevini Fethi Apaydın'a devrederek onursal başkanlığa getirilen Gülüz Tülay, AA muhabirine, satrançın spor branşı olarak kabul görmesinin ardından daha popüler hale geldiğini anlattı.



## EGE TOK, ABD'DE ŞAMPİYON

**HABER MERKEZİ-**Kaliforniya Amatör Kaykay Ligi (CASL) Finali'nde yarışan Ege Tok, birinci oldu. Türkiye Kaykay Federasyonunun açıklamasına göre Florida eyaletinin Jacksonville kentindeki CASL final etabında Türkiye'yi, ikiz kaykaycılar Efe ve Ege Tok temsil etti. Finalde sergilediği başarılı performansla öne çıkan Ege Tok, "open advanced" kategorisinde, "vert/bowl" disiplininde şampiyonluğa ulaştı. Federasyon başkanı Fahrettin Yıldız da yarışları yerinde izledi. Organizasyonun final etabına katılacak sporcular, ABD'de yıl boyunca farklı bölgelerde düzenlenen müsabakalarla belirleniyor.



## THF BAŞKANINA AVRUPA'DA GÖREV VERİLDİ

**HABER MERKEZİ-**Avrupa Hentbol Federasyonu Türkiye Hentbol Federasyonu (THF) Başkanı ve EHF Yönetim Kurulu Üyesi Mesut Çebi'yi 2026 Erkekler Avrupa Şampiyonası'nda görevlendirdi. Türkiye Hentbol Federasyonundan yapılan açıklamaya göre, 2026 Erkekler Avrupa Şampiyonası (EHF EURO 2026) ilk tur maçları 4 farklı şehirde 6 grupta oynanacak. Şampiyonada müsabakalar Danimarka'nın Herring, Norveç'in Oslo, İsveç'in Malmö ve Kristianstad şehirlerinde yapılacak. THF Başkanı ve EHF Yönetim Kurulu Üyesi Mesut Çebi, Oslo'daki müsabakalardan sorumlu olacak.

## AMPUTE FUTBOLCU ÖMER, YURT DIŞINDA

**HABER MERKEZİ-**Ampute Futbol Milli Takımı'nın yıldız oyuncusu Ömer Güler, Başkent Ampute Futbol Gücü'nden Polonya'nın Wisla Krakow takımına transfer olarak Türkiye'den profesyonel anlamda yurt dışına çıkan ilk milli ampute futbolcu oldu. Ampute Futbol Milli Takımı'nın yıldız isimlerinden Ömer Güler, Başkent Ampute Futbol Gücü'nden Polonya'nın Wisla Krakow takımına transfer oldu. Güler, 2021 ve 2024 Avrupa Şampiyonalarında gol krallığı ve "en değerli oyuncu" ödülleriyle layık görülmüştü.

## SPORUMUZUN LOKOMOTİFİ

Türkiye Güreş Şampiyonası'nda tüm sıklaklerde hep zirvedeler

# ASKİ'nin büyüklüğü tartışılmaz



ÇAĞATAY DOLAY

Türk güreşinde ASKİ'nin büyüklüğü tartışılmaz. Gaziantep'te yapılan Türkiye Şampiyonasında ASKİ'li güreşçiler branslarında ve sıklaklerinde birinciliği kimseye kaptırmadı.

Takım sıralamasında Ankara ASKİ 165 puanla birinci, Kocaeli Büyükşehir Belediyesi 150 puanla ikinci, Ankara İlbank ise 115 puanla üçüncü sırada yer aldı.

Müsabakaların ardından serbest stilde dereceye giren sporcular şöyle oluştu:

- 57 kilo:  
1. Yusuf Demir (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
2. Muhammet Karavuş (İstanbul Büyükşehir Belediyesi)  
3. Şaban Kızıltaş (Ankara İlbank)

3. Bekir Keser (Ankara ASKİ)  
- 61 kilo:  
1. Emrah Ormanoğlu (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
2. Recep Topal (Ankara İlbank)  
3. Nebi Uzun (Ankara Keçiören)  
3. Emircan Çolak (Ankara İlbank)  
- 65 kilo:  
1. Ahmet Duman (Ankara ASKİ)  
2. Hamza Zopalı (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
3. Cabbar Taner Duyum (İstanbul Büyükşehir Belediyesi)  
3. Özgür Gök (Ankara İlbank)  
- 70 kilo:  
1. Abdullah Toprak (Ankara ASKİ)  
2. Haydar Yavuz (Ankara İlbank)  
3. Umur Erdoğan (İstanbul Büyükşehir Belediyesi)

3. Remzi Temur (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
- 74 kilo:  
1. Ömer Faruk Çayır (Ankara İlbank)  
2. Cüneyt Budak (Kocaeli Gebze)  
3. İbrahim Özdemir (Kocaeli Gebze)  
3. Emre Tahtacı (Ankara TKİ)  
- 79 kilo:  
1. Okan Tahtacı (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
2. Ramazan Sarı (Ankara ASKİ)  
3. Muhammet Akdeniz (Ankara Keçiören)  
3. Bünyamin Coşgun (İstanbul Sancaktepe)  
- 86 kilo:  
1. Osman Göçen (Ankara ASKİ)  
2. İsmail Küçüksoğak (İstanbul Büyükşehir Belediyesi)  
3. Ahmet Yağan (Ankara Keçiören)  
3. Berkan Çalıışkan (Erzurum Büyükşehir Belediyesi)

3. Remzi Temur (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
- 74 kilo:  
1. Ömer Faruk Çayır (Ankara İlbank)  
2. Cüneyt Budak (Kocaeli Gebze)  
3. İbrahim Özdemir (Kocaeli Gebze)  
3. Emre Tahtacı (Ankara TKİ)  
- 79 kilo:  
1. Okan Tahtacı (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
2. Ramazan Sarı (Ankara ASKİ)  
3. Muhammet Akdeniz (Ankara Keçiören)  
3. Bünyamin Coşgun (İstanbul Sancaktepe)  
- 86 kilo:  
1. Osman Göçen (Ankara ASKİ)  
2. İsmail Küçüksoğak (İstanbul Büyükşehir Belediyesi)  
3. Ahmet Yağan (Ankara Keçiören)  
3. Berkan Çalıışkan (Erzurum Büyükşehir Belediyesi)

3. Remzi Temur (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
- 74 kilo:  
1. Ömer Faruk Çayır (Ankara İlbank)  
2. Cüneyt Budak (Kocaeli Gebze)  
3. İbrahim Özdemir (Kocaeli Gebze)  
3. Emre Tahtacı (Ankara TKİ)  
- 79 kilo:  
1. Okan Tahtacı (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
2. Ramazan Sarı (Ankara ASKİ)  
3. Muhammet Akdeniz (Ankara Keçiören)  
3. Bünyamin Coşgun (İstanbul Sancaktepe)  
- 86 kilo:  
1. Osman Göçen (Ankara ASKİ)  
2. İsmail Küçüksoğak (İstanbul Büyükşehir Belediyesi)  
3. Ahmet Yağan (Ankara Keçiören)  
3. Berkan Çalıışkan (Erzurum Büyükşehir Belediyesi)



**Başkent takımının sporcuları brans ve sıklaklerde çoğunlukla birincilik elde etti**

**HEP ZİRVEDE-Son Şampiyonada derece alanlar kürsüde**

**Erzurum Büyükşehir Belediyesi**  
- 92 kilo:  
1. Fatih Altunbaş (Ankara ASKİ)  
2. Fatih Erdin (Ankara İlbank)  
3. Alperen Tokgöz (Kocaeli Gebze)  
3. Harun Kılıç (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
- 97 kilo:  
1. Emirhan Kılıç (İstanbul Büyükşehir Belediyesi)  
2. Mustafa Sessiz (Çorum Büyükşehir Belediyesi)

**Belediyesi**  
3. Rifat Eren Gıdak (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi)  
3. Samed Özsalan (Bursa Büyükşehir Belediyesi)  
- 125 kilo:  
1. Feyzullah Aktürk (Ankara Keçiören)  
2. Hakan Büyükcıngıl (Ankara ASKİ)  
3. Erkan Taş (Ankara ASKİ)  
3. Bekir Eryücel (Çorum Belediyesi)



## BANA GÖRE...

AVUCUMUZDAN KAÇAN BİR FIRSAT DAHA

Güray SOYSAL

soysalguray@gmail.com

## REKLAMIN İYİSİNİ DE BİLMİYORUZ



Başarılı tenisçimiz Zeynep Sönmez



Amerikalı ile imzalanan basketbol topları

Geçtiğimiz günlerde NBA'nin efsane isimlerinden Shaquille O'Neal Türkiye'ye geldi. Zeytinburnu Spor Salonu'nda Cumhurbaşkanlığı Recep Tayyip Erdoğan ile basketbol oynayan O'Neal'in bu şovuna; Bilal Erdoğan, İbrahim Kalın, Mustafa Varank, Harun Erdenay, Hidayet Türkoğlu, Muharrem Kasapoğlu ve Alpay Öcalan da eşlik etti. Ortaya çıkan bu görüntülerin ülkemizin tanıtımı adına bir reklam değeri taşıdığını kabul

ediyorum. Ancak durduk yere bir NBA yıldızıyla bu denli ön planda olunmasının mali boyutunu doğrusu merak ediyorum. Bunun cevabını da herhalde Türkccl yöneticileri verecektir. Bu basketbol yıldızının Türkiye'de aniden ortaya çıkmasının sebebinin az çok tahmin ediyorum. Ancak ülkemizin tanıtımına uluslararası alanda büyük katkı sağlayan tenisçimiz Zeynep Sönmez'in ve Tenis Federasyonu'nun böylesi

dönemlerde yeterince görünmemesini yadırgadım. Oysa dünya sporunun gözdese olan tenis turnuvalarının yayımlandığı müsabakalarda, yabancı kanallara verilecek reklamlarla Türkiye'nin tanıtımı çok daha etkili biçimde yapılabilir. Hele ki Zeynep Sönmez'in Avustralya'da tarih yazdığı günlerde bu başarının bir kenara bırakılması, insanı ister istemez düşündürüyor. Yanılıyor muyum?..

## Unutulmayanlar

## HATAY YURDAKUL

Türk amatör futbolunun sembol isimlerinden Hatay Yurdakul, hayatını kaybetti. lisanslı olarak 60 yıl aktif futbol oynayarak "dünyanın en yaşlı futbolcusu" olarak gösterilen Yurdakul, 88 yaşında hayata gözlerini yumdu.

Antalya'da kurucusu olduğu Trabzonlularspor Kulübünde uzun süre kaptan, antrenör ve başkanlık görevlerini bir arada yürüten Yurdakul, kariyeri boyunca başta Şenol Güneş olmak üzere birçok oyuncunun yetişmesine katkı sağladı.

Hatay Yurdakul'un naaşı, 20 Ocak 2026 günü Trabzon'un Ortahisar ilçesinde Hanife Hatun Camisi'nde ikinci vakti kılınan cenaze namazının ardından Bahçecik Mezarlığı'nda toprağa verildi.

## DOĞRU SÖZE NE DENİR?

Asla pes etme. mucizeler umudun tükendiği yerde başlar.



## O TAKIMI YENMİŞTİ

Galatasaray İspanyol temsilcisi Atletico Madrid ile karşı karşıya geldi. Maç 1-1 sona erdi. Böylece Ankaragücü, Avrupa kupalarında Atletico Madrid'tek mağlup eden Türk takımı olarak tarihe geçti. Atletico Madrid, Avrupa kupalarında Türk takımlarından; Galatasaray, Beşiktaş, Trabzonspor, Ankaragücü ve Kayseri Erciyesspor ile oynadı. Madrid ekibi yaptığı bu 15 maçta, 10 kez kazanırken, 1 defa kayıbetti. 4 müsabakada da berabere kaldı. İspanyol temsilcisini tek yenen Türk takımı ise 1999-2000 sezonu UEFA Kupası 1. turunda 1-0'lık skorla Ankaragücü oldu. Ankaragücü bu başarıyla tarihte yer aldı. (Burç Tuna'ya teşekkür ederim.)

## ANKARAGÜCÜ 46 BAŞKANINA KAVUŞTU

31 Ağustos 1910 tarihinde kurulan Ankaragücü, bugüne kadar 46 başkan görev başına getirdi. Kulübün ilk başkanı, kuruluş yılı olan 31 Ağustos 1910'da Kazım Bey oldu. Ankaragücü'nde daha sonra başkanlık görevini üstlenen isimler sırasıyla şu şekilde yer aldı:

Hasan Musluhittin Bey, Numan Usta, Ahmet Şefik, Mehmet Nuri Altınok, Ali Tunali, İhsan Ali Tekvar, Cemalettin Bey, Burhanettin Bey, Süleyman Şevket, Hüseyin Yakup Çeker, Fikret Karabudak, İbrahim Ethem Sunbay, Muhtar Görduyus, Abbas Koç, Fikret Altınel, Prof. Dr. Rasim Adasal, Dr. Orhan Özgören, Fahri Pamir, Yaşar Tokan, Haydar Saltuk, Doğan Barış, Dr. Orhan Sorguç, Sabri Mermutlu, Yakup Atay, Güngör Türközü, Nurettin Çarmıklı, Adnan İğnebekçili, Taner Demir, Vedit Arıç, Emin Gök, Nevzat Karataş, Osman Kolsuz, Cemal Aydın, Cengiz Topel

