

Gazeteciler Cemiyeti Koşusu'nu King Luther kazandı



ANKARA At Yarışları 2026 kapsamında, Gazeteciler Cemiyeti adına düzenlenen at yarışı 75. Hipodrom'da gerçekleştirildi. 6. Sırada "Gazeteciler Cemiyeti Koşusu" adıyla düzenlenen koşuya 10 at katıldı. Birinciliği, Jokey Ahmet Çelik'in bindiği King Luther adlı at kazandı. Atın sahibi Bülent Cangir ise ödülünü Gazeteciler Cemiyeti Başkanı Naz-

mi Bilgin'in elinden aldı. KOŞUYU kazanan safsanın antrenörü adına Eser Yeşil ise hediyesini Gazeteciler Cemiyeti Yönetim Kurulu Üyesi Güray Soysal'ın elinden aldı. GAZETECİLER Cemiyeti Onur Kurulu Başkanı Fethi Akkoç ise koşuyu kazanan safsanın jokeyi Ahmet Çelik'e hediyesini verdi. S.2'de



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

24 SAAT

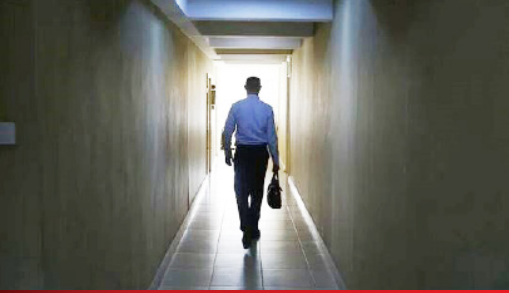
GAZETECİLER CEMİYETİNİN GÜNLÜK YAYIN ORGANIDIR

YIL: 45 • SAYI:14219 31 TEMMUZ 2026 CUMA



TÜRK-İŞ AÇIKLADI: GIDA HARCAMALARINDA YILLIK ARTIŞ YÜZDE 39,85 Açlık sınırı 37 bin liraya dayandı

**Yoksulluk
sınırı 120 bin
lirayı geçti**



2 milyon 688 bin kişi işsiz

TÜRKİYE İstatistik Kurumu (TÜİK), haziran ayına ilişkin iş gücü istatistiklerini açıkladı. Buna göre, Türkiye genelinde 15 ve daha yukarı yaş grubundaki işsiz sayısı, hazıranda bir önceki aya kıyasla 168 bin azalarak 2 milyon 688 bin kişi oldu. İşsizlik oranı ise 0,5 puan azalarak yüzde 7,6 seviyesine indi. Böylece işsizlik oranı, verilerin aylık olarak hesaplandığı Ocak 2005'ten bu yana en düşük seviyeye geriledi. İŞSİZLİK oranı, geçen yılın aynı ayına göre de 1 puan azaldı. S.6'te

TÜRK-İŞ Konfederasyonu'nun temmuz ayı araştırmasına göre, Ankara'da yaşayan dört kişilik bir ailenin sağlıklı ve dengeli beslenebilmesi için yapması gereken aylık gıda harcamasını ifade eden açlık sınırı, bir önceki aya göre yüzde 3,30 artarak 36 bin 939 lira 87 kuruşa yükseldi. Dört kişilik ailenin gıda, kira, ulaşım, eğitim ve sağlık gibi temel giderlerini kapsayan yoksulluk sınırı ise 120 bin 325 liraya ulaştı.

TÜRK-İŞ verilerine göre açlık sınırı, net asgari ücreti 8 bin 864 lira 37 kuruşa aştı. Böylece dört kişilik bir ailenin aylık gıda harcaması, tek bir asgari ücretten yaklaşık yüzde 31,6 daha yüksek seviyeye ulaştı. ARAŞTIRMAYA göre gıda harcamalarındaki yükseliş son 12 aylık dönemde yüzde 39,85'e ulaştı.

GIDA harcamalarındaki yıllık ortalama artış yüzde 40,60 olarak hesaplanırken, ocak-temmuz dönemindeki artış oranı ise yüzde 22,54 oldu. S.6'da



Ankara'da artan kusma ve ishal vakalarına uzman uyarısı:



"Su kaynaklı salgınlar böyle olmaz"

ANKARA'DA son günlerde artan kusma, ishal ve mide bulantısı şikayetleri vatandaşlarda endişeye neden olurken, şebeke suyuyla ilişkin iddialar da gündeme geldi. ASKİ, yapılan analizlerde içme suyunun halk sağlığını tehdit edecek herhangi bir olumsuzluk taşımadığını açıklarken, Enfeksiyon Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Mehmet Ceyhan, yaz aylarında görülen vakaların büyük bölümünün gıda kaynaklı enfeksiyonlar ve mevsimsel virüslerden kaynaklandığını belirterek vatandaşlara önemli uyarılarda bulundu. ATEŞ ÇATIKAŞ'IN HABERİ S.2'DE

06 ANKARA

Of mu oh mu?

Can PULAK / 3'te

BAKAN YUMAKLI'DAN DEVAM EDEN YANGINLAR HAKKINDA AÇIKLAMA:

"115 YANGINDAN 110'U KONTROL ALTINA ALINDI"

ORMAN yangınlarındaki son gelişmelere ilişkin bilgi veren Tarım ve Orman Bakanı İbrahim Yumaklı, "Ülkemizde 69'u orman dışında olmak üzere 115 yangına müdahale ettik. Bu yangınlardan 110'unu tamamen kontrol altına aldık. Balıkesir-Edremiş, Çanakkale-Ayvacı, Antalya-Kumluca olmak üzere üç yangın daha tamamen kontrol altına alındı." diye konuştu.

YUMAKLI, Balıkesir-Gömeç, Antalya-Kaş ve Muğla-Seydikemer yangınlarının tamamen kontrol altına alınması için ekiplerin gece boyunca karadan, gün ışığıyla birlikte de havadan müdahale ettiğini aktardı.

YUMAKLI, mücadelelerinin son ateş söne kadar devam edeceğini ifade ederek, şu anda 21 uçak, 69 helikopter, yaklaşık 500 arazöz ve 3 bin 500'den fazla orman kahramanının sahada olduğunu bildirdi. S.5'te



Avrupa orman yangınlarına karşı çözümü keçi ve koyunlarda arıyor

KEÇİ ve koyunlar, dikenli çalılar ve kuru otlarla beslenerek yangınların büyümesini destekleyen yabancı bitkileri azaltıyor. Bu sayede doğal yangın şeritleri oluşurken, yangınların kontrol altına alınması da kolaylaşıyor. S.5'te

MODA ESİNTİLERİ

Marilyn Monroe ve moda

Esin Derin ADEN / 5'te

MSB: IRAK İLE GÜVENLİK ALANINDAKİ İŞ BİRLİĞİ KESİNTİSİZ ŞEKİLDE DEVAM EDİYOR

MİLLİ Savunma Bakanlığı'ndan (MSB) Basın ve Halkla İlişkiler Müşaviri ve Bakanlık Sözcüsü Tuğamiral Zeki Aktürk, MKE Gazi Fişek Fabrikası'nda haftalık basın bilgilendirme toplantısı düzenledi. MSB yapılan açıklamada, "Türkiye ile Irak arasında son yıllarda geliştirilen iş birliği, terörle mücadelede elde edilen başarının önemli unsurlarından biri olmuştur. Irak ile güvenlik alanındaki iş birliği kesintisiz şekilde devam etmektedir" denildi. S.5'te



ETİMESGUT BELEDİYESİNE YÖNELİK "YOLSUZLUK" SORUŞTURMASI



Erdal Beşikçioğlu'nun da arasında olduğu 55 şüpheli gözaltına alındı

ETİMESGUT Belediyesi'ne yönelik yolsuzluk soruşturması kapsamında, Belediye Başkanı Erdal Beşikçioğlu'nun da arasında bulunduğu 55 şüpheli gözaltına alındı

ANKARA Batı Cumhuriyet Başsavcılığı'ndan yapılan açıklamada, Etimesgut Belediyesi'ne yapılan bir kısım ihalelerde usulsüzlük, sahte belgeler düzenleme, otopark kiralama ve inşaat projelerine ilişkin olarak imar ve ruhsat işlemleri gibi konularda menfaat temin edildiği iddiaları üzerine soruşturma başlatıldığı belirtildi. S.3'te



Önder Sav CHP'den istifa etti

ESKİ CHP Genel Sekreteri Önder Sav, 70 yıllık parti üyeliğini sonlandırarak CHP'den istifa ettiğini duyurdu. Sav, "Benim, ömrü hukukun üstünlüğü kavgası yapan, demokratik, laik hukuk devleti mücadelesi yapan bir siyaset adamı olarak mensup olduğum partide bu hukuksuzluklara, bu aldırmazlıklara sessiz kalmam mümkün olamazdı. Ve böyle kalmayı da kendime yakıştıramazdım" dedi. S.3'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>

Göç İdaresi Başkanı Yazıcı'dan insan ticaretiyle mücadelede ihbar çağrısı

GÖÇ İdaresi Başkanı Muhammet Selami Yazıcı, vatandaşlara insan ticaretiyle mücadelede ilişkin şüpheli durumları YİMER 157 veya 112'ye bildirmeleri çağrısında bulunarak, "Yapılacak tek bir bildirim, bir insanın hayatını kurtarabilir." dedi. S.3'te



Gazeteciler Cemiyeti'nin 2026 yılı koşusunu King Luther kazandı

Gazeteciler Cemiyeti'nin gelenekselleşen at yarışı koşusunu King Luther adlı atıyla Jokey Ahmet Çelik kazanırken, atın sahibi Bülent Cangir kupasını Cemiyet Başkanı Nazmi Bilgin'in elinden aldı



SULTAN ÖZER

Ankara At Yarışları 2026 kapsamında, Gazeteciler Cemiyeti adına düzenlenen at yarışı 75. Hipodrom'da gerçekleştirildi. 6. Sırada "Gazeteciler Cemiyeti Koşusu" adıyla düzenlenen koşuya 10 at katıldı. Birinciliği, Jokey Ahmet Çelik'in bindiği King Luther adlı at kazandı. Atın sahibi Bülent Cangir ise ödülünü Gazeteciler Cemiyeti Başkanı Nazmi Bilgin'in elinden aldı.

75. Yıl Ankara Hipodromu'nda programın 6'ncı mücadelesi olarak gerçekleşen Gazeteciler Cemiyeti koşusunda 10 at ve binicisi kum piste nefes nefese yarıştı.

3 yaşlı safkan İngiliz taylarına mahsus olarak bin 300 metre kum pistte yapılan koşu saat 16.30'da gerçekleştirildi. Bülent Cangir'in sahibi, Şebnem Tınaz'ın yetiştiricisi olduğu King Luther (Kluger - Granada / Native Khan) jokeyi Ahmet Çelik idaresinde koşuyu kazanarak 6'ncı startında 3'üncü galibiyetini hanesine yazdırdı. Kadir Baltacı antrenesindeki doru erkek safkan için 1300

metre kum pistte bitiriş derecesi 1.18.80 olarak kaydedildi.

Yarışmada King Luther'i, Dark Veyron, Zagros Rüzgarı, Goldman, Shawshank sırasıyla takip ederken farklar 1 Boy - 6,5 Boy - 3,5 Boy - 2 Boy şeklinde sonuçlandı.

ÖDÜLLERİNİ ALDILAR
Yarış sonrası ödül töreni düzenlendi. Kazanan atın sahibi Bülent Cangir'e kupasını, Gazeteciler Cemiyeti Başkanı Nazmi Bilgin takdim etti.

Koşuyu kazanan safkanın antrenörü adına Eser Yeşil ise hediyesini Gazeteciler Cemiyeti Yönetim Kurulu Üyesi Güray Soysal'ın elinden aldı.

Gazeteciler Cemiyeti Onur Kurulu Başkanı Fethi Akkoç ise koşuyu kazanan safkanın jokeyi Ahmet Çelik'e hediyesini verdi.

Müسابakaya Gazeteciler Cemiyeti Başkanı Nazmi Bilgin'in yanı sıra Mali Sekreter Ali Topçu ile Yönetim Kurulu Üyesi Güray Soysal, Onur Kurulu Başkanı Fethi Akkoç, Denetim Kurulu Başkanı Doğan Bulgun, Basın Meclisi



üyeleri Tansu Polatkan eşleriyle katıldı.

Bülent Cangir'in sahibi, Şebnem Tınaz'ın yetiştiricisi olduğu King Luther (Kluger - Granada / Native Khan) jokeyi Ahmet Çelik idaresinde koşuyu kazanarak 6'ncı startında 3'üncü galibiyetini hanesine yazdırdı. Kadir Baltacı antrenesindeki doru erkek safkan için 1300 metre kum pistte bitiriş derecesi 1.18.80 olarak kaydedildi.



Ankara'da artan kusma ve ishal vakalarına uzman uyarısı: "Su kaynaklı salgınlar böyle olmaz"

Ankara'da son günlerde artan kusma, ishal ve mide bulantısı şikayetleri vatandaşlarda endişeye neden olurken, şebeke suyuna ilişkin iddialar da gündeme geldi. ASKİ, yapılan analizlerde içme suyunun halk sağlığını tehdit edecek herhangi bir olumsuzluk taşımadığını açıklarken, Enfeksiyon Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Mehmet Ceyhan, yaz aylarında görülen vakaların büyük bölümünün gıda kaynaklı enfeksiyonlar ve mevsimsel virüslerden kaynaklandığını belirterek vatandaşlara önemli uyarılarda bulundu.



ATES ÇATIKKAS

Ankara'da son günlerde kusma, ishal ve mide bulantısı şikayetlerinin arttığı yönündeki paylaşımlar sosyal medyada gündem olurken, bazı vatandaşlar yaşanan rahatsızlıkların şebeke suyundan kaynaklanabileceğini öne sürdü. Bunun üzerine Ankara Su ve Kanalizasyon İdaresi (ASKİ), konuya ilişkin yazılı bir açıklama yaptı.

Açıklamada, Ankara'da vatandaşlara ulaştırılan içme suyunun Sağlık Bakanlığı Ankara İl Sağlık Müdürlüğü ile ASKİ laboratuvarlarında 7 gün 24 saat esası-na göre düzenli olarak analiz edildiği belirtilerek, son analiz sonuçlarında da içme suyunun tüm kalite parametrelerini karşıladığı ve halk sağlığını tehdit edecek herhangi bir olumsuzluğa rastlanmadığı bildirildi. ASKİ, su kalitesinin düzenli olarak izlenmeye devam edildiğini de vurguladı.

Konuya ilişkin 24 Saat Gazetesi'ne değerlendirmelerde bulunan Enfeksiyon Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Mehmet Ceyhan, yaz aylarında görülen kusma ve ishal vakalarındaki artışın her yıl karşılaşılan mevsimsel bir durum olduğuna dikkat çekti.

"YAZ AYLARINDA GÖRÜLEN ARTIŞ HER YIL YAŞANIYOR"

Yaz döneminde görülen ishal vakalarının belirli nedenlere bağlı olarak arttığını belirten Ceyhan, "Bu dönemlerde

bazı ishaller artar. Her sene internete girin, görürsünüz. Bu zamanlar 'ishal vakaları arttı', 'kusma vakaları arttı' diye haber olur. Bunun tabii belli nedenleri var. Çocuklarda görülen rotavirüs en sık görülen ishal nedenidir ve daha çok kış aylarında görülür.

Ancak yazın yetişkinlerde daha çok görülen norovirüs dediğimiz virüsler artar" ifadelerini kullandı.

Yaz aylarında yalnızca viral enfeksiyonların değil, parazitler hastalıklarının da arttığını aktaran Ceyhan,

"Bunun yanında parazitler hastalıkları ishaller artar ki bunların başında amip gelir. Özellikle hijyenik olmayan ya da iyi pişirilmemiş gıdalar nedeniyle bu vakaların bir kısmı görülebilir. Yani olay daha çok gıdadan kaynaklanan ishal vakalarıdır" değerlendirmesinde bulundu.

"ŞEBEKE SUYUYLA İLİŞKİLEN-DİRMEK DOĞRU DEĞİL"

Son günlerde şebeke suyuna ilişkin ortaya atılan iddiaları da değerlendiren Ceyhan, mevcut tablonun su kaynaklı salgınlarla benzerlik göstermediğini vurgulayarak, "Sudan kaynaklanan vakalar böyle olmaz. Eğer şebeke suyundan kaynaklanan bir salgın olsa aynı içme suyunu kullanan insanlar birdenbire hastalanır. Bir günde 10 bin,

20 bin hasta görürsünüz. Hastanelerde yer bulunmaz. Su kaynaklı salgınlar bu şekilde görülür" ifadelerine yer verdi.

Ankara'da son günlerde görülen vakaların daha çok gıda kaynaklı enfeksiyonları düşündürdüğünü belirten Ceyhan, "Böyle gözlemlerde 'biraz daha artıyor acaba' şeklindeki olaylar daha çok gıda kaynaklıdır" tespiti de bulundu.

"SICAK HAVALAR RİSKİ ARTIRIYOR"

Yaz aylarında yüksek sıcaklıkların bakteriyel enfeksiyonlar için uygun ortam oluşturduğunu dile getiren Ceyhan, "Yazın bakteriyel ishaller de artar, gıda zehirlenmeleri de artar. Çünkü sıcak havalar nedeniyle normalde açıkta bir gün bozulmadan kalabilen gıdalar yaz aylarında en fazla 1-2 saat sonra bozulmaya başlar" uyarısında bulundu.

Salata gibi çiğ tüketilen gıdaların da dikkatli hazırlanması gerektiğini ifade eden Ceyhan, "Salata tüketimi artıyor. Salata iyi temizlenmezse ciddi bir mikrop kaynağıdır. Bakteri olabilir, parazit olabilir. Dolayısıyla bu vakalar da artar" ifadelerini kullandı.

Yaz döneminde tatil bölgelerinde de benzer vakalarla daha sık karşılaşıldığını kaydeden Ceyhan, "Yazın yapılan bazı aktiviteler nedeniyle de vakalar artar. Tatil yerlerinde havuzlardan ya da orada tüketilen gıdaların kaynaklanan enfeksiyonlarla daha sık karşılaşıyoruz" şeklinde konuştu.

GEÇMİŞ SALGINLARI ÖRNEK GÖSTERDİ

Su kaynaklı salgınların çok daha farklı bir tablo ortaya çıkardığını belirten Ceyhan, geçmiş yıllarda yaşanan örnekleri hatırlatarak, "2006 yılında Malatya'da su kaynaklı rotavirüs salgını

yaşandı. Yaklaşık 7 bin kişi bir gün içerisinde hastaneye kaldırıldı. Daha sonra Aksaray'da norovirüs salgını görüldü. Orada da on binlerce kişi kısa sürede hastalandı. Su kaynaklı salgınların tipik özelliği budur" ifadelerini kullandı.

Ankara'da son günlerde gündeme gelen vakaların ise bu tabloyla benzerlik göstermediğini yineleyen Ceyhan, "Şu anda gözlenen tablo daha çok gıda kaynaklı enfeksiyonları düşündürüyor" değerlendirmesinde bulundu.

"EL HİJYENİNE DİKKAT EDİLMELİ"

Yaz aylarında enfeksiyonlardan korunmak için hijyen kurallarının büyük önem taşıdığını vurgulayan Ceyhan, "El temizliğine çok dikkat etmek lazım. Gıda için de temel kural olarak kendiniz temizlemediğiniz, kendiniz pişirmedığınız gıdaları tüketmeyin" uyarısında bulundu.

Sıcak havalarda yemeklerin muhafaza edilme şeklinin de önemli olduğunu belirten Ceyhan, "Sıcak yemekleri uzun süre dışarıda bekletiyoruz. Normalde soğuduktan sonra buzdolabına koyuyoruz. Yazın buna dikkat etmek lazım. Tam soğumasını beklemeden dolaba kaldırmak gerekiyor. Çünkü çok kısa sürede bozuluyor" ifadelerine yer verdi.

Disarıda tüketilen yiyeceklerin güvenilir işletmelerden alınması gerektiğini söyleyen Ceyhan, "Özellikle dışarıdan bir şey yiyip içiyorsanız temizliğinden emin olduğunuz yerlerden tüketmek daha güvenlidir" şeklinde konuştu.

Mutfakta kullanılan araç gereçlerin temizliğinin de ihmal edilmemesi gerektiğine dikkati çeken Ceyhan, "Bıçak,

kesme tahtası, tencere ve tabak gibi mutfak ekipmanlarının temizliğine yaz aylarında daha fazla özen gösterilmesi gerekir" ifadelerini kullandı.

HANGİ BELİRTİLERDE DOKTORA BAŞVURULMALI?

İshal vakalarında en önemli riskin sıvı ve elektrolit kaybı olduğundan altını çizen Ceyhan, her ishal vakasında hastaneye gitmenin gerekmediğini ancak bazı belirtilerin ciddiye alınması gerektiğini belirtti.

Ceyhan, "İshal çok sık görülen bir durum. Beş yaşın altındaki her çocuk yılda ortalama iki kez ishal geçirir. Telaşlanmamak lazım. Kusma ve ishal birlikteyse bu daha çok viral enfeksiyonu düşündürür. Karın ağrısının ön planda olması ise bakteriyel enfeksiyon olasılığını artırır" dedi.

Viral ve bakteriyel enfeksiyonların tedavi yaklaşımlarının farklı olduğuna dikkat çeken Ceyhan, "Viral ishallerde özel bir tedavi yöntemi yok. Ancak bakteriyel ishallerde antibiyotik gerekebilir. Bu nedenle belirtilerin doğru değerlendirilmesi önemlidir" ifadelerini kullandı. Vatandaşların özellikle sıvı kaybı belirtilerine dikkat etmesi gerektiğini vurgulayan Ceyhan, "Hasta az idrara gitmeye başladıysa, idrar miktarı azaldıysa, deri gerginliği kayboluyorsa, özellikle çocuklarda göz kürelerinde çöküklük oluşuyorsa dikkat edilmelidir" uyarısında bulundu.

Kusmanın şiddetlenmesi halinde vakit kaybedilmemesi gerektiğini söyleyen Ceyhan, "Hasta kusma nedeniyle sıvı alamıyorsa, şiddetli karın ağrısı varsa ya da kanlı ishal görülüyorsa beklemeden sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır" ifadeleriyle sözlerini tamamladı.



**Enfeksiyon Hastalıkları Uzmanı
Prof. Dr. Mehmet Ceyhan**

Offf niye iyi yönetemiyoruz ülkemizi? Niye mutlu edemiyoruz halkımızı offf? Bir ohhh diyemeyecek miyiz? Milletin oyunu alan vekilleri, neden bir türlü milletin aslını memnun edemiyor? Offf ki ne offf..

Yıllardır oflayıp puflyoruz, yıllardır dizi-mizi offf diye dövüyoruz. Oflla yatıp ofla kalkıyoruz yıllardır. Peki Karadeniz'in Of'unda durum ne, Of'lu da bizim gibi oflayıp duruyor mu devamlı? Haydi gidip yerinde görelim bir. Direkt Allah'a bağlı Of'lu ne yapıyor acaba? A Jet'in Bodrum'dan Trabzon'a başlayan ilk seferine atlayıp gidelim Karadeniz'e. Çırpınıp duruyor mu hala, yoksa ülkeyi 25 yıldır yöneten hemşehrilerinin yaptıklarından memnun mu?

8 yıl sonra geldiğim Trabzon-Rize-Artvin çevresini ve Of'u çok değişmiş, çok gelişmiş buldum. Trabzon havaalanındaki 8 uçağın ikisi bizim (THY-Pegasus), diğerleri arap ülkelerinin uçaklarıydı. Arap turistten geçilmiyordu Doğu Karadeniz'de. Kiralık arabalarla yaylaları ve şehirleri geziyor, lokanta ve otelleri dolduruyor, ev satın alıyor ya da kiralyorlardı. Günlere dolaştım şehir merkezlerini, kazaları köyleri. Özetle söylemeliyim, Karadeniz'de işler tıkırında. İlk taze fındık çıkmış, ikinci çay kesimi başlamış, iç ve dış turizm zengindi. Piyasalar canlı, insanlar ve araçlar hareketli, fakir-fıkara-dilenen görmedim yollarda.

Akçaabat'tan Arhavi'ye kadar gittim. Rize-



06 ANKARA

Can PULAK

can.pulak@gmail.com

Of mu oh mu?

Trabzon-Artvin'i ilçelerini, tüm sahili kullandığım kiralık arabayla gezdim. Çarşıya çıktım, kahvelere girdim, esnaf ve halkla konuştum. Farklı bir Karadeniz ve yine çok sevimli ama farklı bir vatandaş kesimiyle karşılaştım. Ülkeyi yöneten Karadenizli hükümet ve başkanı, bağrından çıktığı toprağın hakkını vermiş. Herşeyi yağdırmış oraya. Ülkenin diğer bölgelerine üç yaptıysa, Karadeniz'e beş yapmış. Yollar pırıl pırıl, mükemmel ve çok bakımlıydı. Kamu binaları yeniydi. İstanbul benzeri çok katlı apartmanlar ve rezidanslar modern bir görüntü yaratıyordu şehirlere.

Sadece şehirler mi, şehirlerin dağları, tepeleri, yayla köyleri bile modern yapılarla, villalarla donanmıştı. O eski Karadeniz evlerine nadiren rastladım. İlginçtir, köylerde vefat eden yakınlarını hala evlerinin bahçesine gömüyorlar. Atadan kalan toprakları satılmasın diye yapıyorlarmış bunu. Örneğin Çaykara'da çok rastladım. Diğer ilçelerin bazı dağ köylerinde de öyleymiş hala. Trabzon'da

mükemmel bir havaalanı var. Artvin-Rize de de, Giresun-Ordu'da da... Trabzon'da büyük liman var. İyidere'ye yıllık 13 milyon yük kapasiteli 3 milyar 780 milyona 2029'da tamamlanacak lojistik liman yapılıyor. Sürmene'de 1650 metrelik mendirek yenileniyor. Karadeniz'de yatırım hız kesmiyor anlayacağınız.

Çayın ikinci kesimi yapılıyor şimdi. Çayla kaplı dağlarda tepelerde makas ve motor sesinden geçilmiyor. Of'ta çayın nasıl toplandığını inceledim.3 kesim yapıyormuş. Biri Mayıs'ta, diğeri Temmuz'da, üçüncüsü ise Eylül'de makaslanırmış. Makas dediğime bakmayın. Artık motorlu makaslarla toplanıyor çaylar ve motorla toplama da kaliteyi oldukça düşürüyormuş. Eskiden elle uç filizleri toplanırmış. Şimdi makinaya ne geliyorsa torbaya dolan o. Yine eskiden çayı sahipleri toplarmış, sonradan Gürcistan'dan gelen işçilere bırakmışlar işi, günümüzde ise artık yarıcılar topluyor çayı.35 liradan tüccara ya da Çay-Kur'a satıyorlar. Karadeniz zenginleşti, çoğu toprak

sahipleri İstanbul ve diğer büyük şehirlere yerleştiler ya, çocukları da pek ilgilenmiyor çayla. Sadece çay toplama zamanı gelip, bir-iki ay kalıp, tatili geçiriyorlarmış memleketlerinde.

Yollarda modern ve yeni araçlar var. Yaz aylarında yabancı plakalardan geçilmiyor. Güzel ev ve dairelerin çoğu kışın kapalı, sahipleri İstanbul ve Almanya'da, Belçika, Fransa ya da Hollanda'da olurlarmış. Ama yazın çok canlı köyler. Çoluk, çocuk, torunlar tüm aile yazları bir araya gelirlermiş. Yerli halk çok samimi, sıcak ve misafirperver davranıyor dışardan gelenlere. Karadenizlilik farklı bir şey. Birbirlerini çok tutuyorlar. Yöresel espri ve güçlü hemşehrilik bilincine sahipler. Köylülük de fazla kalmamış Karadeniz'de. Köyleri mahalleleştirdik ya, artık Karadeniz köylüsü de süpermarketlerden yapıyor alışverişini. Her yerden su fişkırıyor ama, çoğu pet şişeye para verip içiyor suyu. Bulak marka bir içme suları var ki, hem çok lezzetli ve hem de mineral açısından çok zengin. Belediyeleri çok iyi çalışıyor. Köylerde kuyu neredeyse kalmamış. Yaylalarda bile paralı belediye suyu kullanıyorlar.

Bir sonraki yazımda Karadeniz'in en karizmatik yeri Of'u anlatacağım. Çevreyle ilgili bilgiler vermeye devam edeceğim. Gözlemlerimi daha etraflı bir şekilde nakledeceğim sizlere...

Etimesgut Belediyesine yönelik "yolsuzluk" soruşturması

Ankara Batı Cumhuriyet Başsavcılığınca yürütülen soruşturmada, Etimesgut Belediye Başkanı Erdal Beşikçioğlu'nun da arasında olduğu 55 şüpheli gözaltına alındı

ANKARA (AA) - Etimesgut Belediyesine yönelik yolsuzluk soruşturması kapsamında, Belediye Başkanı Erdal Beşikçioğlu'nun da arasında bulunduğu 55 şüpheli gözaltına alındı.

Adli kaynaklardan edinilen bilgiye göre, Ankara Batı Cumhuriyet Başsavcılığınca, Etimesgut Belediyesine yönelik yolsuzluk soruşturması başlatıldı.

Bu kapsamda aralarında Belediye Başkanı Erdal Beşikçioğlu'nun da bulunduğu 55 zanlı hakkında gözaltı kararı verildi.

Gözaltına alınan Belediye Başkanı Beşikçioğlu, Gazi Mustafa Kemal Mesleki ve Çevresel Hastalıklar Hastanesi'nde sağlık kontrolünden geçirildikten sonra emniyet müdürlüğüne götürüldü.

Ankara İl Emniyet Müdürlüğü ekiplerince, belediye binasında arama yapılıyor.

Şüphelilere ait 56 ikamet, 15 iş yeri ve 41 araçta arama ve el koyma işlemleri de sürüyor.

BAŞSAVCILIKTAN AÇIKLAMA
Ankara Batı Cumhuriyet Başsavcılığınca yapılan açıklamada, Etimesgut Belediyesince yapılan bir kısım ihalelerde usulsüzlük, sahte belgeler düzenleme, otopark kiralama ve inşaat projelerine ilişkin olarak imar ve ruhsat işlemleri gibi konularda menfaat temin edildiği iddiaları üzerine soruşturma başlatıldığı belirtildi.

Sayıştay raporları, etkin pişmanlık ifadeleri, müşteki beyanları, CIMER başvuruları, ses ve video kayıtları, MASAK ve HTS analizi kapsamında "suç işlemek

amacıyla örgüt kurma ve yönetme", "örgüte üye olma", "zimet", "rüşvet", irtikap", "ihaleye fesat karıştırma" ve "edimin ifasına fesat karıştırma" suçlarından Etimesgut Belediye Başkanı Erdal Beşikçioğlu'nun da aralarında olduğu 42'si belediye görevlisi, 13'ü firma yetkilisi 55 şüpheli hakkında gözaltı kararı verildiği anlatılan açıklamada, zanlıların yakalanmasına yönelik Ankara merkezli 9 ilde eş zamanlı operasyon düzenlendiği kaydedildi.

GÖZALTI İŞLEMLERİ TAMAMLANDI

Polis ekiplerince düzenlenen operasyonlarda, haklarında gözaltı kararı verilen 55 zanlının tamamı gözaltına alındı.



ÖNDER SAV CHP'den istifa etti

ANKARA (ANKA)- Eski CHP Genel Sekreteri Önder Sav, 70 yıllık parti üyeliğini sonlandırarak CHP'den istifa ettiğini duyurdu. Sav, "Benim, ömrü hukukun üstünlüğü kavgası yapan, demokratik, laik hukuk devleti mücadelesi yapan bir siyaset adamı olarak mensup olduğum partide bu hukuksuzluklara, bu aldırılmazlıklara sessiz kalmam mümkün olamazdı. Ve böyle kalmayı da kendime yakıştıramazdım" dedi.

YENİ Parti Ankara Milletvekili Aylin Yaman ve Muğla Milletvekili Gizem Özcan, TBMM'de eski CHP Genel Sekreteri Önder Sav'la birlikte basın toplantısı düzenledi. Sav, CHP'den istifa ettiğini açıkladı. 16 yıl sonra ilk kez aynı kürsüde kamuoyunun karşısına çıktığını belirten Sav, "Milletvekilliğini bıraktığım 2011'den bu yana ilk kez bu kürsüde sizlerle beraber oluyorum. Hem bunun mutluluğu hem de heyecanı içindeyim" diye konuştu. Ankara 36. İdare Mahkemesi'nin 21 Mayıs 2026 tarihinde verdiği "mutlak butlan" kararına değinen Sav, kararın CHP'deki tartışmaları derinleştirdiğini savundu.

"HUKUKUN ÜSTÜNLÜĞÜNÜN ÇİĞNENDİĞİ BİR DÖNEMİ YAŞIYORUZ"

"Hukukun değil, hukuksuzluğun egemen olduğu, hukukun üstünlüğünün çiğnendiği bir dönemi yaşıyoruz" diyen Sav, Parti Meclisi üyelerinin önemli bir bölümünün istifa ettiğini hatırlatarak, CHP Tüzüğü'ne göre Parti Meclisi ve Merkez Yönetim Kurulu'nun görevinin sona ermiş olması gerektiğini ileri sürdü. Sav, buna rağmen mevcut yönetimin görevine devam ettiğini belirterek, "Beş kişi de kalsa, görevi devam ederiz anlayışıyla, mevcut Parti Meclisi ve Merkez Yönetim Kurulu sanki hukuki geçerliliğini taşıyormuş gibi görev yapmaya devam etti" dedi.

"KURULTAY TALEPLERİ REDDEDİLDİ"

CHP'de 45 gün içinde kurultay yapılması gerektiğini ancak bu sürenin aşıldığını öne süren Sav, 5 Kasım 2023 tarihli kurultay delegelerinin yarından fazlasının olağanüstü kurultay çağrısını yaptığını söyledi. Sav, delegelerin genel başkan, Parti Meclisi ve Yüksek Disiplin Kurulu seçimlerinin yenilenmesini istediğini, mevcut yönetimin de ihtiyati tedbir kararını gerekçe göstererek bu talebi reddettiğini belirtti.

Sav, CHP'nin üye katılım törenine figüran taşındığı iddiasına ilişkin, "Cumhuriyet Halk Partisi böyle bir ayıpla yaşayabilecek parti değildir" dedi. CHP'nin Atatürk ilke ve



devrimlerinden, laiklikten, hukuk devleti anlayışından ve hukukun üstünlüğünden uzaklaştığını savunan Sav, "Hele hele iddialı bir şekilde telaffuz edilen hak, hukuk, adalet söylemleri de unutulur olmuştur. Cumhuriyet Halk Partisi, hukuksuzluğun ve adaletsizliğin adeta cirat attığı bir parti durumuna sokulmuştur" dedi.

"HUKUKSUZLUKLARA SESSİZ KALMAM MÜMKÜN OLAMAZDI"

Önder Sav, konuşmasının devamında özetle şu ifadeleri kullandı:

"Benim, ömrü hukukun üstünlüğü kavgası yapan, demokratik, laik hukuk devleti mücadelesi yapan bir siyaset adamı olarak mensup olduğum partide bu hukuksuzluklara, bu aldırılmazlıklara sessiz kalmam mümkün olamazdı. Ve böyle kalmayı da kendime yakıştıramazdım. Mustafa Kemal'in önderliğinde Anadolu ve Rumeli Müdafaa-i Hukuk Cemiyeti'nin ve Kuva-yı Milliye'nin devamı olarak kurulmuş olan Cumhuriyet Halk Partisi, bugünkü Cumhuriyet Halk Partisi değildir. Maalesef Cumhuriyet Halk Partisi'nin genleriyle oynamış ve Cumhuriyet Halk Partisi başkalaştırılmış bir partiye dönüşmüştür. Tabii şimdi partinin binasının ve embleminin sahibi görünenler kiracı durumundadırlar. Tahliyeleri çok yakındır. Parti binası ve emblem, onların belki bir süre daha kullanacağı bir alet durumunda olacaktır. Ama gerçekler su yüzüne çıktıkça, bu binada oturanlar da kendilerini ciddi bir biçimde sorgular duruma geleceklerdir."

Eşi, iki evladi ve damadıyla birlikte CHP üyeliğinden istifa ettiğini vurgulayan Sav, eski CHP Milletvekili ve Ba-yındırlık ve Ulaştırma Bakanı Erol Çevikçe'nin de istifa ettiği bilgisini de paylaştı.

Göç İdaresi Başkanı Yazıcı'dan insan ticaretiyle mücadelede ihbar çağrısı:

"Şüpheli bir durumla karşılaştıklarında YİMER 157 veya 112 Acil Çağrı Merkezini aramaları bir insanın hayatını kurtarabilir"

ANKARA (AA) - CEM DAĞISTANLI - Göç İdaresi Başkanı Muhammet Selami Yazıcı, vatandaşlara insan ticaretiyle mücadelede ilişkin şüpheli durumları YİMER 157 veya 112'ye bildirmeleri çağrısında bulunarak, "Yapılacak tek bir bildirim, bir insanın hayatını kurtarabilir." dedi.

Göç İdaresi Başkanı Yazıcı, 30 Temmuz Dünya İnsan Ticaretiyle Mücadele Günü dolayısıyla AA muhabirine açıklamalarda bulundu. 30 Temmuz'un insanlık onurunu koruma adına farkındalık oluşturulması gereken önemli bir gün olduğunu vurgulayan Yazıcı, insan ticaretinin modern köleliğin en acı yüzünü oluşturduğunu dile getirdi.

Yazıcı, insanların cinsel istismar, zorla çalıştırma, zorla dilendirme, organ ticareti veya suç işlemeye zorlama amacıyla sömürüldüğüne dikkati çekerek, insan ticareti suçundan en çok kadınlar ile çocukların etkilendiğini söyledi.

Risk alanlarının şekil değiştirdiğine dikkati çeken Yazıcı, suç odaklarının sosyal medya ve çevrim içi platformları kullanarak insanlara çok daha kolay ulaşabildiğini belirtti.

Yazıcı, Türkiye'nin yeni yöntemlere karşı adımlarını sürekli güncellediğine değinerek, Göç İdaresi Başkanlığının insan ticaretiyle mücadelede koordinasyonunu yürüttüğünü aktardı.

Yazıcı, şöyle devam etti: "Bakanlığımız öncülüğünde kolluk kuvvetlerimiz, adli makamlarımız ve sivil toplum kuruluşlarımızla tam bir işbirliği içindeyiz. Yeni eylem planımızla da hem kurumlar arası uyumu artırıyor hem de bu yeni dijital tehditlere karşı çok daha etkin önlemler alıyoruz."

YİMER 157'YE GELEN BİLDİRİMLERLE 197 MAĞDUR KURTARILDI

İnsan ticaretiyle mücadelede odak noktalarının önce insani ve mağduru korumak olduğunu dile getiren Yazıcı, YİMER 157 ve 112 Acil Çağrı Merkezi üzerinden gelen ihbarların



Göç İdaresi Başkanı Muhammet Selami Yazıcı

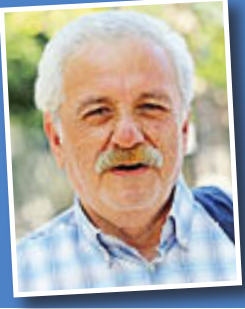
titizlikle incelendiğini bildirdi. Muhammet Selami Yazıcı, "Sadece YİMER 157'ye gelen doğrulanmış bildirimler sayesinde bugüne kadar 197 mağduru kurtardık. Kolluk birimlerimiz ve diğer kurumlarımızla yürüttüğümüz çalışmalarla da 2025 yılından bu yana tam 406 kişiyi koruma altına aldık." ifadelerini kullandı.

Kurtarılan her bir kişiye yalnızca barınak sağlamadıklarını belirten Yazıcı, mağdurlara psikolojik destek, sağlık hizmeti ve hukuki yardım verdiklerini, yabancı uyruklu mağdurları da güvenle ülkelerine gönderdiklerini kaydetti.

Yazıcı, "Bizim amacımız sadece suçluyu yakalamak değil, kırılan bir hayatı yeniden ayağa kaldırmak." dedi.

İnsan ticaretiyle mücadele için vatandaşlara çağrıda bulunan Yazıcı, şöyle devam etti:

"Bu mücadele sadece devletin değil, hepimizin ortak sorumluluğu. Vatandaşlarımızdan ricamız, şüpheli bir durumla karşılaştıklarında YİMER 157 veya 112 Acil Çağrı Merkezini aramaları. Yapılacak tek bir bildirim, bir insanın hayatını kurtarabilir. Biz devlet olarak tüm imkanlarımızla sahada olmaya ve insan onurunu korumak için çalışmaya devam edeceğiz."



Süreyya Oral'ın objektifinden bir zamanlar...

“YAPA YAPA BU HALE GELDİNİZ”



12 Mart'ı Zincirbozan'da geçir-miştii Demirel ama Zincirbozan biraz dalga geçme yeri gibiydi. Askerler siyasileri orada seçimi etkilemesin diye tutuyordu. Ancak 12 Eylül için aynı şey söylenemez. O geceyi Süleyman Bey şöyle anlat-mıştı:

“11'i 12 Eylül'e bağlayan akşam bir kargaşa olduğu anlaşıldı. Na-hit Mentеше geldi, darbe olacağını öğrendik. Yukarıya çıktım, 'Ben Çanakkale'ye gideceğim, sen gelme-yeceksin' dedim. 1960'ta Başbakan'a çok kötü muamele yapılmıştı. Askerler bana da eşimin önünde öyle muamele yaparsa diye çekiniyordum.

İnsan karısının önünde aşağılanırsa sonra nasıl suratına bakar? Ama o ben de geleceğim diye tutturdu. O sırada ezan okundu, namazımızı kıldık. Baktım hazırlanıyor, daha fazla ısrar edemedim. Bizi almaya bir amiral geldi. Yağmurlu bir gündü, gri puslu bir hava vardı. Nazmiye Hanım 'Allah bile halimize ağılıyor' dedi. Bizi helikoptere bindirdiler, karşımızda da Ecevit'ler oturuyor. Nazmiye'ye aşağıdaki fabrikaları gösteriyorum: “Şunu şu tarihte yaptık, bunu bu tarihte falan” diye... Döndü, 'Bunları bana gösteriyorsun ama yapa yapa bu hale geldiniz işte' deyiverdi.”

ABB'den arıcılara %50 hibeli kovan desteği

Ankara Büyükşehir Belediyesi, kırsal kalkınmayı desteklemek ve teknik arıcılığı yaygınlaştırmak amacıyla yüzde 50 hibe ile 5 bin adet modern arı kovanını üreticilerle buluşturuyor. Destek kapsamında 25 ilçedeki arıcılara 20 çitalı, çift katlı kovan dağıtımı sürüyor



HABER MERKEZİ- Ankara Büyükşehir Belediyesi (ABB), kırsal kalkınmayı destekleyen projelerine arıcılık alanında da devam ediyor.

Kırsal Hizmetler Daire Başkanlığı tarafından yürütülen yüzde 50 hibeli Arı Kovanı Desteği kapsamında, 2026 yılı içerisinde 25 ilçede toplam 5 bin adet 20 çitalı, çift katlı modern arı kovanı üreticilere ulaştırılıyor. Destek programıyla, üreticilerin ekipman maliyetlerinin azaltılması, standart ekipman kullanımının yaygınlaştırılması ve arıcılığa verimin artırılması hedefleniyor. Büyükşehir Belediyesi, kovan desteğinin yanı sıra Arıcılık Araştırma, Üretim ve Eğitim Merkezi aracılığıyla gerçekleştirdiği uygulamalı eğitimler, teknik danışmanlık ve araştırma-geliştirme çalışmalarıyla da üreticilere destek vermeyi sürdürüyor.

“ÜRETİCİLERİ DAHA İYİ NOKTALARA GETİRECEĞİZ”

Kalecik'teki kovan dağıtımında yer alan Kalecik Belediye Başkanı Satılmış Karakoç, desteklerin üretime katkısına işaret ederek, “Bu destek arıcılarımıza büyük bir destek. Ankara'nın kırsalında tarımla ve üretimle ilgili ne varsa Mansur Başkan orada. Ardi arkası kesilmeyen hizmetlerle köylüye, çiftçiye yapılan hizmetlerle üreticileri daha iyi noktalara getireceğiz” dedi.

25 İLÇEDE 5 BİN KOVAN DAĞITILYOR

ABB Kırsal Hizmetler Daire Başkanlığı Hayvancılık Hizmetleri Şube



Müdürlüğü Hasan Hüseyin Karakuş, 25 ilçede toplam 5 bin adet 20 çitalı, çift katlı modern arı kovanının yüzde 50 hibe desteğiyle üreticilere ulaştırıldığını ifade ederek, “Ankara Büyükşehir Belediyesi olarak Ankara Büyükşehir Belediyesi olarak vatandaşlarımızı desteklemek ve üretime katkıda bulunmak amacıyla kovan desteğinde bulunuyoruz. Kalecik ile birlikte 25 ilçenin tamamında dağıtım yapıyoruz. Kaliteli malzemeden üretilen kovanlarımızın yüzde 50 katkı paylı yüzde 50 hibe şeklinde dağıtımını gerçekleştiriyoruz” diye konuştu.

ARICILARDAN BÜYÜKŞEHİR'E TEŞEKKÜR

Arı kovanı desteğinden yararlanan üreticiler ise Büyükşehir Belediyesi'ne şu sözlerle teşekkür etti:

-Mehmet Güngör: “Altıntaş Mahallesi'nde işletmemiz var ve 250 kovanımız var. Bal üretimi, propolis, arı sütü ve polen üretimi yapıyoruz. Büyükşehir'in verdiği desteklerle işlerimizi daha da büyütüyoruz. Bizim ilkbaharda bayağı bir gide-rimiz oluyor, bu destek bize can

suyu oluyor. Büyükşehir sayesinde kovanlarımızı yenileme imkanı bulduk. Sadece kovan değil arı ekmeği desteğinde de bulunuyor böylelikle bizim üretimimiz de artmış oluyor. Büyükşehir'e desteğinden dolayı teşekkür ediyoruz.”

-İsmail Türkmen: “Aktepe Köyü'nde arıcılık yapıyordum. Belediyemizin verdiği diğer bütün desteklere de başvuru yapmış ve kullanmış birisiyim. Yaptığımız bu çalışmalar içerisinde belediyenin bu katkıları bize çok büyük destek sağlamakta. Bu destekler kapsamında hem arıcılık faaliyetindeki kovan sayımızı artırmış bulunmaktayız hem de üretimin devamlılığını sağlamış oluyoruz. Normal yollarla bu malzemeleri temin etmeye kalksak gerçekten bedeli bize çok daha fazla olacaktı. Ancak belediyenin bu destekleriyle üretim maliyetlerini düşürerek aslında üretimin devamlılığını sağlıyoruz.”

-Fatma Güngör: “Kovanlarımız eskimişti şimdi kovanlarımızı yenileyeceğiz. Böylelikle üretimimiz artacak. Verdiği katkılardan dolayı Büyükşehir Belediyesi'ne teşekkür ediyorum.”



LGS Türkiye birincisi Yenimahalleli Levent Kadioğlu, başarısını Fethi Yaşar ile paylaştı

HABER MERKEZİ- Liselere Geçiş Sistemi (LGS) sınavında 500 tam puan alarak Türkiye birincisi olan, Yenimahalle'de yaşayan MEV Batıkent Ortaokulu öğrencisi Levent Kadioğlu (14) mutluluğunu Yenimahalle Belediye Başkanı Fethi Yaşar ile paylaştı.

Annesi Yasemin Kadioğlu ve Babası Hakan Kadioğlu ile birlikte Başkan Yaşar'ı makamında ziyaret eden Levent, “Fethi dedemin elini öpmek, onunla konuşmak hayalimdi. Bugün bu heyecanı onunla paylaşabildiğim için çok mutluyum” dedi.

YENİMAHALLE'NİN GURUR KAYNAĞI

LGS'de gösterdiği üstün başarıyla Türkiye birincileri arasına adını yazdıran Kadioğlu, tercihinde ilk sıraya Galatasaray Lisesi'ni, ikinci sıraya ise Kabataş Erkek Lisesi'ni yazdığını da dile getirdi.

Kadioğlu'nun elde ettiği başarının Yenimahalle için büyük bir gurur kaynağı olduğunu dile getiren Yaşar, “Levent evladımız azmi ve çalışkanlığıyla hepimize büyük bir gurur yaşattı. Başarılarının eğitim hayatı boyunca artarak devam edeceğine inanıyorum. Başarisında emeği bulunan ailesini ve öğretmenlerini de tebrik ediyorum” diye ifade etti.

Yenimahalle Belediyesi'nin eğitime yaptığı yatırımlardan da bahseden Başkan Yaşar, “Her yıl kreşlerimizde binlerce yavrumuz eğitim alırken; ücretsiz olarak açtığımız liselere ve üniversitelere hazırlık kurslarında binlerce gencimiz sınavlara hazırlanıyor. Kütüphanelerimiz haftanın her günü okuma sevdalı. Yenimahallelilerin buluşma noktası oluyor. Çocuklarımız daha iyi şartlarda eğitim alsınlar diye, devlet okullarına imkanlarımız ölçüsünde destek oluyoruz, ihtiyaçlarını gideriyoruz” dedi.



Pursaklar Belediyesi enerjisini güneşten alacak

HABER MERKEZİ- Pursaklar Belediyesi, hayata geçireceği Güneş Enerji Santrali yatırımıyla kendi elektriğini üreterek hem kamu kaynaklarını koruyor hem de çevre dostu belediyeçilikte örnek bir projeye imza atacak.

Pursaklar Belediyesi, çevreci ve sürdürülebilir belediyeçilik vizyonu doğrultusunda önemli bir yatırımı daha ilçeye kazandırıyor. Yapımına başlanan Güneş Enerji Santrali (GES) ile belediyeye ait tüm hizmet alanlarının elektrik ihtiyacı yenilenebilir enerji kaynaklarından karşılanacak.

Pursaklar Belediyesi'nin elektriği bir kuruluş bile ödemeyeceğini belirten Başkan Ertuğrul Çetin; “Bir müddet daha sizlerle paylaşmak üzere huzurlarınızdayım. Burası Pursaklar Belediyemiz ait güneş enerji santrali kurduğumuz şantiyemiz. Bu çok hayal ettiğim, heves ettiğim, önemseyeceğim bir proje. Çok ciddi emek verdik. Mülkiyet sorunlarını hallettik, lisans problemlerini hallettik. Dolgu vesaire derken artık bir tesis kazandırmak üzereyiz. Müteahhit firma da üç dört ay içinde artık şalteri kaldırıp elektriği kullanacağımızı söylüyor. Panellerin siparişi de verildi. Onlar da takılacak. Tabii elektrik ihtiyacımız, enerji ihtiyacımız her geçen gün artıyor. Artan enerji ihtiyaçlarımızın hepsini de inşallah bu santralden karşılayacağız. Hatta bir miktarda kazanç sağlayacağız. Kendi enerjisini üreten, doğaya saygılı ve sürdürülebilir bir Pursaklar için çalışmalarımıza aralıksız devam ediyoruz” dedi.

Güneşten aldığı güçle hizmet üretmeye hazırlanan Pursaklar Belediyesi; hizmet binaları, sosyal tesisler, kültür merkezleri, millet kütüphaneleri, hanımevleri, dede-torun evleri, spor tesisleri, parklar ve diğer tüm hizmet birimlerinde kullanılacak elektriği kendi üretecek. Böylece hem enerji maliyetlerinde önemli ölçüde tasarruf sağlanacak hem de çevrenin korunmasına katkı sunulacak.

BULMACANIN ÇÖZÜMÜ

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

Marilyn Monroe (1926–1962), gerçek adı Norma Jeane Mortenson olan Amerikalı oyuncu, model ve şarkıcıdır. Zorlu bir çocukluğun ardından 1940'lı yıllarda modellik yapmaya başladı ve kısa sürede Hollywood'un en büyük yıldızlarından biri haline geldi..

Güzelliği, karizması ve kendine özgü tarzıyla sinema tarihinin en unutulmaz ikonlarından biri oldu. 5 Ağustos 1962'de, henüz 36 yaşındayken hayatını kaybetti. Bugün Marilyn Monroe, sadece bir sinema yıldızı değil aynı zamanda moda, güzellik ve popüler kültürün en kalıcı sembollerinden biri olarak anılmaktadır...

BİR KADINDAN ÇOK BİR DÖNEM

Marilyn Monroe, ben ve herkesçe Hollywood'un en unutulmaz yıldızlarından biri değil, aynı zamanda modanın ve popüler kültürün zamansız ilham perilerinden biridir...

Sarı dalgalı saçları, kırmızı ruju ve feminen silüetiyle 1950'lerin ihtişamını tanımlayan Monroe, kameranın önünde bir ikon, perde arkasında ise kırılğan ama güçlü bir kadındır...



MODA ESİNTİLERİ

Marilyn Monroe ve moda

Esin Derin ADEN

Giydiği her elbise, taktığı her mücevher ve taşıdığı her bakış, modanın sadece kıyafetlerden değil, bir duruştan da oluştuğunu tüm dünyaya kanıtladı...

Aradan onlarca yıl geçmesine rağmen Marilyn Monroe'nun stili hâlâ podyumlarda, dergi kapaklarında ve tasarımcı koleksiyonlarında yaşamaya devam etmektedir...

Onun için moda, yalnızca güzel görünmenin değil, bir karakter yaratmanın sanatıydı...

Vücuda kusursuz oturan silüetler, ipek kuşmaşlar, saten elbiseler, kalem etekler ve ışıltılı mücevherlerle oluşturduğu stil, 1950'lerin feminen estetiğini yeniden tanımladı...

Beyaz pileli elbisesi sinema tarihinin en

ikonik görüntülerinden biri olurken, kırmızı ruju, platin sarısı saçları ve zarif duruşu zamansız bir imzaya dönüşmüştü...

Monroe'nun gardırobu, yalnızca dönemin modasını yansıtmadı, tasarımcılara ilham veren, kadınlığın güçlü ve özgüvenli bir ifadesine dönüştü...

Bugün hâlâ podyumlarda, moda çekimlerinde ve haute couture koleksiyonlarında onun izlerini görmemiz çok mümkün...

Çünkü Marilyn Monroe'nun gerçek mirası, giydiği elbiselerden çok, onlara kattığı ruhtu...

Modayı sadece üzerinde sergilemedi, adeta hayat kattı...

Marilyn Monroe'nun film kostümleri, sine-

ma tarihinin en unutulmaz moda miraslarından olurken, her kostüm, canlandırdığı karakterin ruhunu yansıtırken, aynı zamanda dönemin zarafetini ve Hollywood ihtişamını da gözler önüne serdi...

The Seven Year Itch (Yaz Bekarı) filmindeki uçan beyaz pileli elbisesi, sinema tarihinin en ikonik kostümlerinden biri olarak hafızalara kazındı. Gentlemen Prefer Blondes filminde giydiği fuşya saten elbise ise sahne kostümü kavramını yeniden tanımlayarak popüler kültürün simgelerinden biri hâline geldi.

Some Like It Hot filmindeki payetli ve vücudu saran elbiseleri ise Monroe'nun benzersiz özgüvenini ve yıldız ışıltısını kusursuz biçimde yansıttı...

Marilyn Monroe'nun kostümleri filmlerin bir parçası değildi, her biri modaya yön veren tasarımlar olarak tarihe geçti...

Bugün bu görüntüler, tasarımcılara ilham vermeye ve Hollywood'un altın çağının en etkileyici stil örnekleri arasında gösterilmeye devam ediyor...

Avrupa orman yangınlarına karşı çözümü keçi ve koyunlarda arıyor

BRÜKSEL (AA) - Avrupa'da iklim değişikliği nedeniyle giderek sıklaşan ve daha yıkıcı hale gelen orman yangınlarıyla mücadelede, keçi ve koyun sürülerinin yeniden ormanlık alanlara salınması gündeme geldi.

Politico internet sitesinde yer alan habere göre, Avrupa'nın birçok bölgesinde geleneksel çobanlık faaliyetlerinin yeniden canlandırılması, yangınların hızla büyümesini ve yayılmasını sağlayan çalılık ve kuru bitki örtüsünün doğal yollarla temizlenmesinde etkili bir yöntem olarak görülüyor.

Son yıllarda kırsal nüfusun azalması ve hayvancılık faaliyetlerinin gerilemesiyle ormanlarda tutuşabilen bitki örtüsü hızla arttı.

Bu durum özellikle Akdeniz ülkelerinde yangınların çok daha büyük alanlara yayılmasına neden oluyor.

Keçi ve koyunlar, dikenli çalılar ve kuru otlarla beslenerek yangınların büyümesini destekleyen yanıcı bitkileri azaltıyor. Bu sayede doğal yangın şeritleri oluşurken, yangınların kontrol altına alınması da kolaylaşıyor.

Bu kapsamda, İspanya, Fransa ve Portekiz başta olmak üzere bazı Avrupa ülkelerinde yerel yönetimler ve ormancılık kuruluşları, çobanlara mali destek sağlayarak keçi, koyun ve yerli siğir sürülerinin yangın riski yüksek alanlarda otlatılmasını teşvik ediyor.

Bu yöntem, ağır iş makineleriyle yapılan arazi temizliğine kıyasla daha düşük maliyetli ve çevre dostu bir alternatif olarak öne çıkıyor.

Hayvanların otlatılması yangın riskini azaltmada tek başına yeterli olmazken, bunun kontrollü yakma, mekanik temizlik ve etkin arazi yönetimiyle birlikte uygulanması gerekiyor.

Avrupa, bu yaz son yılların en büyük orman yangınlarıyla mücadele ediyor.

Fransa ve İspanya'da yüz binlerce kişi tahliye edilirken, AB Sivil Koruma Mekanizması kapsamında aralarında Türkiye'nin de yer aldığı çok sayıda ülke yangın söndürme uçakları ve itfaiye ekipleriyle destek sağlıyor.

TARIM VE ORMAN BAKANI İBRAHİM YUMAKLI:

“115 yangına müdahale ettik, 110'unu tamamen kontrol altına aldık”

ANKARA (AA) - Tarım ve Orman Bakanı İbrahim Yumaklı, Türkiye'de dünden beri 69'u orman dışında olmak üzere 115 yangına müdahale ettiklerini, bu yangınlardan 110'unu tamamen kontrol altına aldıklarını belirterek, "Balıkesir-Edremit, Çanakkale-Ayvacık, Antalya-Kumluca olmak üzere üç yangın daha tamamen kontrol altına alındı." dedi.

Bakan Yumaklı, Orman Genel Müdürlüğü'nün Yangın Yönetim Merkezi'nde basın açıklaması yaptı.

Orman yangınlarındaki son gelişmelere ilişkin bilgi veren Yumaklı, "Dünden bu yana ülkemizde 69'u orman dışında olmak üzere 115 yangına müdahale ettik. Bu yangınlardan 110'unu tamamen kontrol altına aldık. Balıkesir-Edremit, Çanakkale-Ayvacık, Antalya-Kumluca olmak üzere üç yangın daha tamamen kontrol altına alındı." diye konuştu.

Yumaklı, Balıkesir-Gömeç, Antalya-Kaş ve Muğla-Seydikemer yangınlarının tamamen kontrol altına alınması

için ekiplerin gece boyunca karadan, gün ışığıyla birlikte de havadan müdahale ettiğini aktardı.

Muğla Fethiye-Üzümlü'de yeni bir yangın çıktığını belirten Yumaklı, şöyle devam etti:

"Burası da çok sık ormanlarla kaplı bölge olması sebebiyle hakikaten tehlikeli bir noktaydı. Arkadaşlarımız hemen oraya da müdahale ettiler, sabaha kadar büyük ölçüde buranın da enerjisini düşürdüler. Şu anda bir yandan soğutma çalışmaları devam ediyor. Önceki gün akşam saatlerinde Antalya-Alanya yangını başlamıştı. Maalesef rüzgar hızı saatte 50 kilometrelere çıkmıştı ancak 23.00 sıralarında saatte 84 kilometre hızla rüzgar ölçümü yapıldı. Bu şu demek: Hem oradaki arkadaşlarımızın zaman zaman risk altında kalabilme ihtimali vardı hem de rüzgarın kararsız olması buradaki müdahale eden arkadaşlarımızın cephe hattını sağlıklı şekilde kurmasını engelledi. Tecrübeli arkadaşlarımız sabaha kadar çok farklı varyasyon-



larla büyük ölçüde yangının çok fazla yayılmasını engellemiş oldu. Ancak tehlike henüz geçmiş değil. Dolayısıyla bu konudaki müdahalelerimiz gün boyunca devam edecek."

"YANGIN ALANINA GİRİLMEMELİ"

Yumaklı, mücadelelerinin son ateş sönene kadar devam edeceğini ifade ederek, şu anda 21 uçak, 69 helikopter, yaklaşık 500 arazöz ve 3 bin 500'den fazla orman kahrmanın sahada olduğunu bildirdi.

Düşük nemin, yüksek sıcaklığın ve şiddetli rüzgarın yangın için önemli üç ana unsur olduğuna işaret eden Yumaklı, özellikle Çanakkale'den başlayarak Mersin'e kadar olan kıyı şeritlerinde çok ciddi rüzgarın

etkili olacağını söyledi.

Yumaklı, vatandaşları da uyararak şunları kaydetti:

"Vatandaşlarımıza dışarıda ateş yakılmamasını ya da ateşe sebep olabilecek herhangi bir faaliyette bulunmamalarını özellikle istirham ediyoruz. Bu sadece bir orman yangını değil. Yangınların yüzde 70'ten fazlası orman dışında başlayarak ormana sirayet ediyor. Bizim bu dünyayı paylaştığımız bir ekosistem var, bunları da unutmamak lazım. Yangın konusu bir tecrübe, bir bilgi birikimi gerektirir. Dolayısıyla kamu görevlilerinin yönlendirmelerinin dışında herhangi bir sebeple yangın alanına girilmemesini özellikle istirham ediyorum."

MSB: Irak ile güvenlik alanındaki iş birliği kesintisiz şekilde devam ediyor



MSB Basın ve Halkla İlişkiler, Müşaviri ve Bakanlık Sözcüsü, Tuğamiral Zeki Aktürk

ANKARA (ANKA)- Melis YILDIRIM- Milli Savunma Bakanlığı'ndan (MSB) yapılan açıklamada, "Türkiye ile Irak arasında son yıllarda geliştirilen iş birliği, terörle mücadelede elde edilen başarının önemli unsurlarından biri olmuştur. Irak ile güvenlik alanındaki iş birliği kesintisiz şekilde devam etmektedir. Ortak mekanizmalar işletilmekte, sınır güvenliği ve terörle mücadeleyle yönelik koordinasyon kararlılıkla sürdürülmektedir" denildi.

MSB Basın ve Halkla İlişkiler Müşaviri ve Bakanlık Sözcüsü Tuğamiral Zeki Aktürk, MKE Gazi Fişek Fabrikası'nda haftalık basın bilgilendirme toplantısı düzenledi. Terörle mücadeleyle ilişkin Aktürk, son bir haftada dört PKK'lı teröristin teslim olduğunu belirterek hareket bölgelerinde mayın ve el yapımı patlayıcı ile mağara, sığınak ve barınak tespit ve imha çalışmalarına devam edildiğini kaydetti. Aktürk sınır güvenliğine ilişkin olarak, "Dördü terör örgütü mensubu olmak üzere sınırlarımızdan yasa dışı yollarla geçmeye çalışan 468 şahıs yakalanmış, bin 102 şahıs ise hududu geçmeden engellenmiştir. Böylece 1 Ocak'tan bugüne kadar, sınırlarımızdan yasa dışı yollarla geçmeye çalışan yakalananların sayısı 6 bin 953, engellenen kişi sayısı da 43 bin 878 olmuştur" bilgilerini paylaştı.

KKTC'nin Toplumsal Direniş ve Silahlı Kuvvetler Gücü'nü simdiden kutladıklarını dile getiren Aktürk, "Garanti ve İttifak Antlaşmaları'ndan kaynaklanan hak ve sorumluluklarımız çerçevesinde, Kıbrıs Türkü'nün güvenliği, huzuru ve refahı ile meşru hak ve menfaatlerini desteklemeyi kararlılıkla sürdüreceğimizi, Ada'da kalıcı, adil ve sürdürülebilir bir çözümün ancak egemen eşitlik ve eşit uluslararası statü temelinde iki devletli çözüm modeliyle mümkün

olduğunu bir kez daha vurguluyoruz" ifadelerini kullandı.

TÜRKİYE, NATO'NUN GELİŞTİRİLMİŞ HAVA POLİSLİĞİ GÖREVİNİ PORTEKİZ'DEN DEVRALACAK

Tuğamiral Aktürk, NATO Geliştirilmiş Hava Polisliği görevi kapsamında, 1 Ağustos-30 Kasım tarihleri arasında Estonya'daki Amari Hava Üssünde konuşlandırılması kapsamında TSK'ya ait beş F-16 uçağı ile personelin intikal ettiğini bildirerek, "Görev süresince unsurlarımız, NATO'nun müşterek hava savunma faaliyetleri çerçevesinde Baltık hava sahasının emniyetine katkı sağlayacak, 7 gün 24 saat esasına göre alarm reaksiyon görevi icra ederek NATO hava sahasının güvenliğinin teminine destek verecektir" dedi.

Aktürk ayrıca, Türkiye'nin NATO Geliştirilmiş Hava Polisliği görevini yarın devrilecek devir-teslim töreniyle Portekiz'den devralacağını kaydetti. İsrail'in ateşkes hükümlerini ihlal etmeyi sürdürerek Lübnan ve Filistin'e saldırılarını devam ettirdiğini ifade eden Aktürk, "Filistin halkının yaşam şartlarının iyice zorlaştığı bu dönemde İsrailli yetkililerin kışkırtıcı açıklama ve eylemlerden kaçınması gerekmektedir. Ayrıca tarihi ve hukuki statüsü bulunan Kudüs'teki kutsal mekanlara yönelik provokatif girişimlerin kabul edilemez olduğunu bir kez daha vurguluyoruz. İsrail'in uluslararası hukuku ve ateşkes hükümlerini ihlal eden eylemlerine son vermesi, yükümlülüklerini eksiksiz yerine getirmesi ve bölgesel barış ile istikrarı zedeleyen tutumundan vazgeçmesi gerekmektedir" diye konuştu.

Aktürk, Milletler Ligi'nde ikinci kez şampiyonluğa ulaşarak dünyanın en büyük ünvânını bir kez daha kazanan A Milli Kadın Voleybol Takımı'nı

tebrik etti.

Aktürk, "Türk Silahlı Kuvvetlerimizin Komuta Kademesi'nin şekilleneceği 2026 yılı Yüksek Askeri Şura toplantısı önümüzdeki hafta Sayın Cumhurbaşkanımızın başkanlığında Cumhurbaşkanlığı Külliyesinde icra edilecektir. Sayın Cumhurbaşkanımızın onayını müteakip açıklanacak Yüksek Askeri Şura kararlarının şimdiden devletimize, milletimize ve Silahlı Kuvvetlerimize hayırlı olmasını diliyoruz" dedi.

Irak Başbakanı Ali Zeydi'nin Türkiye'ye ziyaretine ilişkin bir soru üzerine Bakanlık'tan yapılan açıklamada, yapılan görüşmeler ve imzalanan anlaşmaların bölgesel istikrar ve güven açısından önem taşıdığı belirtildi. Açıklamada şunlar kaydedildi:

"Türkiye ile Irak arasında son yıllarda geliştirilen iş birliği, terörle mücadelede elde edilen başarının önemli unsurlarından biri olmuştur. Irak ile güvenlik alanındaki iş birliği kesintisiz şekilde devam etmektedir. Ortak mekanizmalar işletilmekte, sınır güvenliği ve terörle mücadeleyle yönelik koordinasyon kararlılıkla sürdürülmektedir. Daha önce de iki ülke arasında gerçekleştirilen toplantılarda, sınır güvenliği, terörle mücadele, savunma sanayii alanlarında eşgüdüm ve iş birliğinin artırılması konularında mutabık kalmıştır.

Son dönemde gerçekleştirilen temaslarda ekonomi ve enerji alanındaki iş birliği ön plana çıkarken, güvenlik alanında daha önce oluşturulan mekanizmalar etkin şekilde işlemeye devam etmektedir. Türkiye ile Irak arasındaki iş birliğinin güçlenmesi, bölgesel istikrarın yanı sıra Irak Türkmenlerinin güvenliği ve refahı açısından da büyük önem taşımaktadır."



ABD Başkanı Trump, Anthony Fauci'nin Kovid-19 sürecindeki fikirlerini "çılğınca" olarak niteledi

ANKARA (AA) - ABD Başkanı Donald Trump, eski Alerji ve Bulaşıcı Hastalıklar Enstitüsü Direktörü Dr. Anthony Fauci'nin Kovid-19 salgını sürecindeki fikirlerini "çılğınca" olarak niteleyerek, Fauci'nin maskeler konusu dahil çok fazla yanlış karar verdiğini söyledi.

Trump, sosyal medya hesabından, uzun dönem Beyaz Saray'ın sağlık danışmanlığını da yapan ve dün ABD Senatosu'nun Kovid-19'la ilgili oturumunda sorularla karşılaşan Fauci ile ilgili paylaşımında bulundu.

Eski ABD Başkanı Joe Biden yönetimi döneminde Kovid-19 nedeniyle ölenlerin sayısının kendi yönetiminkinden çok daha fazla olduğunu savunan Trump, kendi döneminde başlatılan aşı kampanyasının pek çok kişi tarafından "bir Amerikan başkanının en başarılı işlerinden biri" olarak görüldüğünü iddia etti.

Trump, Fauci'nin fikirlerini "çılğınca" olarak niteleyerek "En başından beri virüsün Çin'deki Wuhan Laboratuvarı'ndan çıktığını söyledim. Fauci buna şiddetle karşı çıktı ve sürekli Çin'i korumaya çalıştı." ifadesini kullandı.

Fauci'nin 1980'lerden beri görev yaptığını ve kendisinin de onunla çalışmaya devam ettiğini aktaran Trump, şunları kaydetti:

"Ancak her geçen gün ona olan güvenim azaldı. Maskeler konusunda olduğu gibi çok fazla yanlış karar verdi. Hatırlayın, başlangıçta bir maske karşıtıydı. Sonra, aşırı bir maske savunucusuna dönüştü. Her halükarda o istese de ülkenin kapanmasına izin vermedim."

24 SAAT

GAZETECİLER CEMİYETİNİN YAYIN ORGANIDIR
31 TEMMUZ 2026 CUMA SAYI: 14219

Gazeteciler Cemiyeti Adına Sahibi

NAZMİ BİLGİN

Yönetim Kurulu

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

www.24saatgazetesi.com

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

UETS adresi: 15652-56482-83904

24saatgazetesi@gmail.com

İdare Merkezi- Dizgi- Tasarım

Gazeteciler Cemiyeti, Üsküdp 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'nin elektrik kurulu gücü 126 bin megavatı geçti

Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar: "Özellikle güneş ve rüzgar enerjisinde yakaladığımız ivme, ülkemizin enerji mimarisindeki büyük dönüşümün en net göstergesidir"

ANKARA (AA) - Türkiye'nin elektrik kurulu gücü, haziran sonu itibarıyla 126 bin 113 megavata ulaştı.

Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanlığının dan yapılan açıklamaya göre, elektrik kurulu gücünde güneşin payı da 27 bin 210 megavat ile yüzde 21,6'ya çıktı.

Türkiye'nin elektrik kurulu gücü, haziranda yükselişine devam etti ve 126 bin 113 megavata yükseldi.

Toplam elektrik kurulu gücünün yüzde 62,7'sine karşılık gelen 79 bin 62 megavatlık kısmını yenilenebilir enerji oluşturdu. Yerli kaynakların payı ise yüzde 71,9 olarak kayıtlara geçti.

GÜNEŞ VE RÜZGARIN PAYI YÜZDE 33,7 OLDU

Haziran sonu itibarıyla elektrik kurulu gücünde 27 bin 210 megavat ile güneşin payı yüzde 21,6'ya ulaştı. Kurulu güçte 15 bin 281 megavata ulaşan rüzgarın payı da yüzde 12,1 olarak belirlendi. Güneş ve rüzgar kurulu gücünün toplamı ise haziranda yüzde 33,7'lik pay ile 42 bin 491 megavata yükseldi.

Söz konusu dönemde elektrik kurulu gücünün kaynaklara göre dağılımına bakıldığında hidroelektrik 32 bin 344 megavatla ilk sırada yer aldı, hidroelektrik kaynakların toplam kurulu güç içindeki payı yüzde 25,6 oldu.

Doğal gazda kurulu güç 25 bin 21 megavat ve yüzde 19,9 paya, yerli kömürde kurulu güç 11 bin 565 megavat ve yüzde 9,2 paya ve ithal kömür santrallerinde kurulu güç 10 bin 466 megavat ve yüzde 8,3 paya ulaştı.

Biyokütleinin payı 2 bin 428 megavat kurulu güçle yüzde 1,9, jeotermal enerji kaynaklarının payı ise 1798 megavat kurulu güçle yüzde 1,4 oldu.

"ENERJİDE TAM BAĞIMSIZ TÜRKİYE HEDEFİNE İLERLİYORUZ"

Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar, konuya ilişkin değerlendirmesinde, özellikle güneş ve rüzgar enerjisinde yakalanan ivmenin, Türkiye'nin enerji mimarisindeki büyük dönüşümün en net göstergesi olduğunu belirterek, şunları kaydetti:

"Kurulu gücümüzü daha da yukarılara taşıyarak 'Enerjiye Tam Bağımsız Türkiye' hedefimize emin adımlarla ilerlemeyi sürdüreceğiz. Elektrik kurulu gücümüz, haziran ayı itibarıyla 126 bin megavatı geride bırakarak önemli bir eşiği aştı. Aynı dönemde güneşin payı 27 bin 210 megavat ile yüzde 21,6'ya ulaşırken güneş ve rüzgar kurulu gücünün toplamı ise haziranda yüzde 33,7'lik pay ile 42 bin 491 megavata çıkmış oldu. Özellikle güneş ve rüzgar enerjisinde yakaladığımız ivme, ülkemizin enerji mimarisindeki büyük dönüşümün en net göstergesidir."



Ekonomik güven endeksi temmuzda aylık %0,9 artarak 99,8 oldu

ANKARA (AA) - Ekonomik güven endeksi, temmuzda aylık bazda yüzde 0,9 artışla 99,8 değerini aldı.

Türkiye İstatistik Kurumu, temmuz ayına ilişkin ekonomik güven endeksi verilerini açıkladı.

Buna göre, haziranda 98,9 olan endeks, temmuzda yüzde 0,9 yükselerek 99,8 değerine çıktı.

Tüketici güven endeksi, temmuzda aylık bazda yüzde 2,2 artarak 89,8'e yükseldi.

Aynı dönemde reel kesim güven endeksi, yüzde 0,8 azalışla 101,2 olarak kayıtlara geçti.

Hizmet sektörü güven endeksi, yüzde 1,4 yükselişle 112 oldu.

Perakende ticaret sektörü güven endeksi yüzde 1,6 azalışla 111, inşaat sektörü güven endeksi yüzde 0,6 artışla 83,5 değerini aldı.

Türk-İş Konfederasyonu'nun temmuz ayı araştırmasına göre;

Dört kişilik bir ailenin açlık sınırı aylık bazda 36 bin 939 liraya ulaştı

HABER MERKEZİ- Türk-İş Konfederasyonu'nun temmuz ayı araştırmasına göre, Ankara'da yaşayan dört kişilik bir ailenin sağlıklı ve dengeli beslenebilmesi için yapması gereken aylık gıda harcamasını ifade eden açlık sınırı, bir önceki aya göre yüzde 3,30 artarak 36 bin 939 lira 87 kuruşa yükseldi. Dört kişilik ailenin gıda, kira, ulaşım, eğitim ve sağlık gibi temel giderlerini kapsayan yoksulluk sınırı ise 120 bin 325 liraya ulaştı.

AÇLIK SINIRI BİR AYDA BİN 181 LİRA ARTTI

Türk-İş'in araştırmasına göre, dört kişilik bir ailenin aylık gıda harcaması olarak hesaplanan açlık sınırı temmuz ayında 36 bin 939 lira 87 kuruş oldu.

Haziran ayında 35 bin 758 lira 88 kuruş olarak hesaplanan açlık sınırı, bir ayda 1.180 lira 99



kuruş arttı. Böylece aylık artış oranı yüzde 3,30 olarak kaydedildi.

AÇLIK SINIRI ASGARI ÜCRETİ 8 BİN 864 LİRA AŞTI

2026 yılında 28 bin 75 lira 50 kuruş olarak uygulanan net asgari ücret, temmuz ayında dört kişilik bir ailenin yalnızca

gıda ihtiyacını karşılamak için gereken tutarın altında kaldı.

Türk-İş verilerine göre açlık sınırı, net asgari ücreti 8 bin 864 lira 37 kuruş aştı. Böylece dört kişilik bir ailenin aylık gıda harcaması, tek bir asgari ücretten yaklaşık yüzde 31,6 daha yüksek

seviyeye ulaştı.

YOKSULLUK SINIRI 120 BİN LİRAYI GEÇTİ

Araştırmada, gıda harcamalarının yanı sıra giyim, kira, elektrik, su, yakıt, ulaşım, eğitim ve sağlık gibi zorunlu giderler de hesaplandı.

Bu kapsamda dört kişilik bir ailenin aylık

toplam zorunlu harcamasını ifade eden yoksulluk sınırı, temmuz ayında 120 bin 325 lira 30 kuruş olarak belirlendi.

BEKAR ÇALIŞANIN YAŞAMA MALİYETİ 47 BİN 758 LİRA

Türk-İş araştırmasında bekâr bir çalışanın aylık yaşama maliyeti de hesaplandı.

Buna göre bekâr bir çalışanın aylık yaşama maliyeti temmuz ayında 47 bin 758 lira 39 kuruş olarak kaydedildi.

GIDA HARCAMALARINDA YILLIK ARTIŞ YÜZDE 39,85

Araştırmaya göre gıda harcamalarındaki yükseliş son 12 aylık dönemde yüzde 39,85'e ulaştı.

Gıda harcamalarındaki yıllık ortalama artış yüzde 40,60 olarak hesaplanırken, ocak-temmuz dönemindeki artış oranı ise yüzde 22,54 oldu.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), haziran ayına ilişkin iş gücü istatistiklerini açıkladı

İşsizlik oranı, geçen yılın aynı ayına göre 1 puan azaldı

ANKARA (AA) - Türkiye'de işsizlik oranı, haziranda bir önceki aya göre 0,5 puan azalarak yüzde 7,6 oldu.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), haziran ayına ilişkin iş gücü istatistiklerini açıkladı.

Buna göre, Türkiye genelinde 15 ve daha yukarı yaş grubundaki işsiz sayısı, haziranda bir önceki aya kıyasla 168 bin azalarak 2 milyon 688 bin kişi oldu. İşsizlik oranı ise 0,5 puan azalarak yüzde 7,6 seviyesine indi.

Böylece işsizlik oranı, verilerin aylık olarak hesaplandığı Ocak 2005'ten bu yana en düşük seviyeye geriledi.

İşsizlik oranı, geçen yılın aynı ayına göre de 1 puan azaldı.

İşsizlik oranı erkeklerde yüzde 6,5, kadınlarda yüzde 9,8 olarak tahmin edildi.

Haziranda 15-24 yaş grubunu kap-

sayan genç nüfustaki işsizlik oranı ise bir önceki aya göre 1,8 puan azalarak yüzde 12,8 oldu. Bu yaş grubunda işsizlik oranı erkeklerde yüzde 10,4, kadınlarda yüzde 17,3 olarak hesaplandı.

TÜİK, bazı aylara ilişkin verilerde revizyona gitti.

Türkiye'de istihdam edilenlerin sayısı haziranda aylık bazda 227 bin kişi artarak 32 milyon 733 bin kişi oldu.

Buna göre, mevsim etkisinden arındırılmış istihdam edilenlerin sayısı haziranda bir önceki aya kıyasla 227 bin kişi artarak 32 milyon 733 bin kişi oldu. İstihdam oranı ise 0,3 puan artışla yüzde 48,9 olarak gerçekleşti. Bu oran erkeklerde yüzde 66,1, kadınlarda yüzde 32 olarak kayıtlara geçti.

Mevsim etkisinden arındırılmış iş gücü haziranda bir önceki aya göre 58

bin kişi yükselerek 35 milyon 420 bin kişiye ulaştı. İş gücüne katılma oranı ise 0,1 puan artarak yüzde 52,9 olarak gerçekleşti. İş gücüne katılma oranı erkeklerde yüzde 70,7, kadınlarda yüzde 35,4 olarak hesaplandı.

İstihdam edilenlerden referans döneminde iş başında olanların mevsim ve takvim etkilerinden arındırılmış haftalık ortalama fiili çalışma süresi haziranda bir önceki aya göre 0,1 saat yükselerek 42,5 saat olarak gerçekleşti.

Zamana bağlı eksik istihdam, potansiyel iş gücü ve işsizlerden oluşan atıl iş gücü oranı haziranda aylık bazda 2 puan azalışla yüzde 28,8 oldu. Zamana bağlı eksik istihdam ve işsizlerin bütününe oranı yüzde 18,5 iken, işsiz ve potansiyel iş gücünün bütününe oranı yüzde 19,2 olarak tahmin edildi.



Başkentte sosyal girişimcilik ekosistemine 1,5 milyon avro destek

ANKARA (AA) - Ankara Kalkınma Ajansı, toplam bütçesi 1 milyon 526 bin avro olan "Ankara'da Sosyal Girişimcilik Ekosistemi Kapasite Geliştirme Mali Destek Programı"nı ilan etti.

Ajansın konuya ilişkin yazılı açıklamasına göre, program Ankara'da "Sosyal Girişimcilik Yoluyla Sivil Toplumun Desteklenmesi Projesi" çerçevesinde, 20 Temmuz'da başlatıldı.

Türkiye ve Avrupa Birliği tarafından, Katılım Öncesi Mali Yardım Aracı IPA III kapsamında eş finanse edilen, Türkiye'de sivil toplumun sosyal girişimcilik yoluyla desteklenmesi projesi doğrudan hibe bileşeni çerçevesinde uygulanan programla, toplumsal ihtiyaçlara dayalı kalkınmayı teşvik eden sivil toplum kuruluşları ve sosyal girişimlerin kurumsal sürdürülebilirliğinin, mali dayanıklılığının ve sosyal etki üretme kapasitelerinin desteklenmesi amaçlanıyor.

Toplam bütçesi 1 milyon 526 bin avro olan "Ankara'da Sosyal Girişimcilik Ekosistemi Kapasite Geliştirme Mali Destek Programı"yla, başkentlin sosyal ve çevresel zorluklara çözüm üretmek için çalışan sosyal girişimcilik ekosistemi aktörlerinin teknik ve operasyonel kapasite geliştirme ihtiyaçlarının karşılanması, yenilikçi ve etkili sosyal hizmet modellerinin hayata geçi-



rilmesi hedefleniyor. **DESTEKLERİN HEDEFLERİ VE HİBE ORANLARI**

Buna göre, mali destek programı iki öncelik altında uygulanacak. İlk öncelik kapsamında, sosyal sorunları çözmek için yenilikçi bir bakış açısıyla faaliyet gösteren sosyal girişimlerin, hedefledikleri sürdürülebilir kalkınma amaçlarına hizmet edecek ürün ve hizmet geliştirme ve sunma kapasitelerinin artırılması desteklenecek.

İkinci öncelik çerçevesinde ise dernek ve vakıfların, mali sürdürülebilirliklerini artırmak ve sosyal girişim olarak konumlanmalarını sağlamak amacıyla iktisadi işletme kurmalarına destek olunacak.

Program kapsamında birinci öncelik için 550 bin lirayla 3 milyon lira, ikinci öncelik için ise 550 bin lirayla 1 milyon 500 bin lira arasında hibe desteği sağlanabilecek. Her iki öncelik çerçevesinde hibe oranı, asgari yüzde 50 ile azami yüzde 90 oranları arasında uygulanacak.

Düzenli Bağışla Umudu Bağışla

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

losev.org.tr/sayenizde



LÖSEV
Lösemili Çocuklar Vakfı

Stresi yok etmeye değil, yönetmeye odaklanın

HABER MERKEZİ- Uzmanlar, modern yaşamın kaçınılmaz bir parçası olan stresin tamamen ortadan kaldırılamayacağını, ancak onunla kurulan ilişkinin değiştirilebileceğini belirtiyor.

Bilinçli farkındalık (Mindfulness) ve MBSR uygulamalarının, kişinin stresi daha erken fark etmesine, otomatik tepkilerini yönetmesine ve psikolojik dayanıklılığını güçlendirmesine önemli katkı sağladığı vurgulanıyor.

Günümüzün hızlı yaşam temposu, belirsizlikler, artan sorumluluklar ve sürekli değişen koşullar, stresi hayatın kaçınılmaz bir parçası haline getirdiğine dikkat çeken Psikolog Duygu Yılmaz, "Stresin kendisinden çok, kişinin onu nasıl algıladığı ve nasıl karşıladığı ruhsal ve fiziksel sağlığı doğrudan etkiliyor" dedi.

Belirsizlik dönemlerinde zihnin çoğu zaman en olumsuz senaryolara yöneldiğini vurgulayan Yılmaz "Bu düşünceler stres düzeyini artırıyor. Artan stres ise tehdit algısını güçlendirerek kişinin kendisini olumsuz düşünce döngüsü içinde bulmasına neden olabiliyor. Bu süreçte bireylerde işleri erteleme, sosyal yaşamdan uzaklaşma, hareketin azalması ve günlük yaşamdan geri çekilme gibi davranışlar görülebiliyor. Ancak tam da bu davranışlar, iyi oluşu destekleyen kaynaklardan uzaklaşılmasına neden olarak stres döngüsünü daha da güçlendirebiliyor" diye konuştu.

Bilinçli farkındalık uygulamalarının kişiye önemli bir destek sunduğunu belirten Psikolog Duygu Yılmaz, "Mindfulness yaklaşımı, düşünceleri mutlak gerçekler olarak kabul etmek yerine onları fark etmeyi, bedensel duyuları, duyguları ve davranışları yargılamadan gözlemleyebilmeyi öğretiyor. Böylece kişi stresin ilk sinyallerini daha erken fark ederek daha bilinçli seçimler yapabiliyor. Yoğun bir iş gününde yalnızca nefese odaklanmak, ayakların yere temasını hissetmek ya da omuz ve çenedeki gerginliği fark etmek bile stresin bedendeki etkilerini tanımaya yardımcı olabiliyor. Bu kısa farkındalık molaları, otomatik tepkiler ile bilinçli kararlar arasında önemli bir alan oluşturuyor" ifadesini kullandı.

SEKİZ HAFTALIK BİLİMSSEL PROGRAM

Jon Kabat-Zinn tarafından geliştirilen Mindfulness Temelli Stres Azaltma Programı'nın (MBSR) ise bu alandaki en yaygın bilimsel uygulamalardan biri olarak öne çıktığı bilgisini veren Yılmaz sözlerini şöyle sürdürdü: "Sekiz haftalık program; mindfulness meditasyonları, beden taraması, nefes farkındalığı, nazik hareket egzersizleri ve günlük yaşam uygulamalarını içeriyor. Program, bireye stressiz bir yaşam vaat etmiyor. Bunun yerine stres ortaya çıktığında bedenindeki değişimleri, düşünce kalıplarını, duygularını ve otomatik tepkilerini fark ederek daha sağlıklı baş etme becerileri geliştirilmesini hedefliyor. Bireyin yalnızca "Nasıl sakinleşebilirim?" sorusunu değil; "Bedenim bana ne söylüyor?", "Zihnim hangi düşünce kalıplarına yöneliyor?" ve "Kendime nasıl davranıyorum?" sorularını da sorması farkındalık sürecini güçlendiriyor"

PROFESYONEL DESTEK GEREKEBİLİR

Mindfulness uygulamalarının her durumda tek başına yeterli olmayabileceğini hatırlatan Psikolog Duygu Yılmaz şunları söyledi: "Yoğun kaygı, depresyon, panik atak, travma sonrası stres belirtileri veya günlük yaşamı ciddi şekilde etkileyen ruhsal yakınmalar yaşayan kişiler mutlaka bir ruh sağlığı uzmanına başvurmasını öneriyoruz. Travma öyküsü bulunan bireylerde ise farkındalık çalışmalarının kişinin ihtiyaçlarına göre planlanması önem taşıyor. Gerçek iyi oluş, stresi tamamen ortadan kaldırmak değil; onunla daha bilinçli, dengeli ve şefkatli bir ilişki kurabilmekten geçiyor. Çünkü yaşamın belirsizlikleri hiçbir zaman tamamen ortadan kalkmasa da, bireyin bu belirsizlikler karşısındaki yaklaşımı değişebiliyor. Kendine iyi bakmanın ilk adımı ise hayatın bütün hareketini susturmaya çalışmadan, o hareketin içinde kendini kaybetmemeyi öğrenmekten geçiyor"



Psikolog
Duygu Yılmaz

Yaz aylarında boğaz enfeksiyonları artıyor

KBB Uzmanı Prof. Dr. Çiğdem Kalaycık, yazın boğaz enfeksiyonuna yol açan 7 önemli hatayı anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu

HABER MERKEZİ- Yaz aylarında gerek yetişkinlerde gerekse çocuklarda boğaz enfeksiyonları daha sık görülüyor. Boğaz ağrısı, yutkunma güçlüğü, boğazda yanma hissi, ses kısıklığı, ateş, halsizlik ve boyunda lenf bezlerinde şişlik gibi belirtilerle ortaya çıkan enfeksiyonlar yaşam kalitesini düşürürken, tedavisi ihmal edildiğinde daha büyük sorunlara yol açabiliyor. Acıbadem Kozyatağı Hastanesi Kulak, Burun ve Boğaz (KBB) Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Çiğdem Kalaycık, boğaz enfeksiyonlarına virüsler ve bakterilerin yanı sıra yanlış alışkanlıkların da yol açtığını belirtirken, yazın vazgeçilmez lezzeti dondurmayı tüketirken de bazı kurallara dikkat etmek gerektiğini vurguluyor. KBB Uzmanı Prof. Dr. Çiğdem Kalaycık, yazın boğaz enfeksiyonuna yol açan 7 önemli hatayı anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu.

KLİMAYI AŞIRI SOĞUK AYARDA ÇALIŞTIRMAK

Yaz aylarında dışarıdaki yüksek sıcaklıkla klimalı ortamlar arasındaki ani sıcaklık değişimi, boğaz mukozasının kurumasına ve tahriş olmasına yol açabiliyor. Özellikle klimaların doğrudan yüz, boyun veya göğüs bölgesine üflemesi boğaz şikayetlerini artırabiliyor. Uzun süre çok soğuk ortamlarda bulunmaksa üst solunum yollarının doğal savunma mekanizmalarını olumsuz etkileyebiliyor. Bu nedenle klima sıcaklığının 22-24 derece arasında tutulması ve hava akımının doğrudan kişiye gelmemesi büyük önem taşıyor.

YETERİNCE SU İÇMEMEK

Sıcak havalarda terlemeyle birlikte vücudun sıvı ihtiyacı artıyor. Yeterli su tüketilmediğinde boğaz mukozası kuruyabiliyor ve mikroplara karşı koruyucu bariyer zayıflayabiliyor. Kuruyan boğaz dokusu tahrişe daha açık hale gelirken enfeksiyon etkenlerinin yerleşmesi de kolaylaşabiliyor. Bu nedenle gün



Prof. Dr.
Çiğdem
Kalaycık

boyunca düzenli aralıklarla su içerek boğazın nemli kalması büyük önem taşıyor. Özellikle sıcak yaz günlerinde günlük sıvı ihtiyacının karşılanması, boğaz sağlığını korumanın en basit ama en etkili yollarından biri olarak öne çıkıyor.

ORTAK ALANLARDA HİJYENE DİKKAT ETMEMEK

Tatil bölgeleri, havuz kenarları, toplu taşıma araçları, alışveriş merkezleri ve kalabalık kapalı alanlar virüslerin kişiden kişiye yayılması için uygun ortam oluşturabiliyor. Ellerin sık temas ettiği yüzeylerden sonra ağız, burun veya gözlere dokunulması bulaş riskini artırabiliyor. El hijyenine özen göstermek, ortak kullanım alanlarında dikkatli davranmak ve gerekli durumlarda el dezenfektanı kullanmaksa yaz aylarında görülen enfeksiyonlara karşı önemli bir koruma sağlıyor.

AŞIRI SOĞUK İÇECEKLERİ HIZLI TÜKETMEK

KBB Uzmanı Prof. Dr. Kalaycık "Özellikle yaz aylarının önde gelen lezzeti dondurma toplumdaki yaygın kanının aksine tek başına boğaz enfeksiyonuna neden olmaz. Burada



sorun dondurmanın aşırı ve kontrolsüz tüketimidir. Soğuk içeceklerde olduğu gibi dondurmanın da çok hızlı ve aşırı miktarda tüketilmesi, boğazın ani sıcaklık değişimine maruz kalarak boğaz dokusunda tahrişe, boğaz ağrısı ve yanma hissine neden olabiliyor. O nedenle içecekleri çok soğuk ve hızlı tüketmemek, dondurmayı da ağızda ısıtmak ve üzerine bir bardak ılık su içmek fayda sağlayacaktır" diyor.

UYKUSUZLUK VE YOĞUN TEMPODA MOLA VERMEMEK

Yaz tatilinde değişen uyku düzeni başıgıçlık sistemini olumsuz etkileyebiliyor. Geç saatlere kadar uyanık kalmak ve yoğun tempoda mola vermemek vücudun enfeksiyonlara karşı savunma gücünü azaltabiliyor. Yeterli uyku alınmadığında yalnızca halsizlik ve dikkat dağınıklığı değil, üst solunum yolu enfeksiyonlarına yakalanma riskinde de artış görülebiliyor.

ISLAK MAYO VE TERLİ KIYAFETLERİ DEĞİŞTİRMEK

Deniz veya havuz sonrası ıslak mayo ile uzun süre oturmak ya da

terli kıyafetleri değiştirmeden saatler geçirmek, vücudun ani ısı değişimlerine maruz kalmasına neden olabiliyor. Bu durum üst solunum yollarında hassasiyeti artırarak bazı kişilerde boğaz ağrısı şikayetlerini tetikleyebiliyor. Bu nedenle yüzme sonrası mayo ya da bikiniyi, ayrıca terli kıyafetleri mutlaka değiştirmek gerekiyor.

SIGARA DUMANINA MARUZ KALMAK

Prof. Dr. Çiğdem Kalaycık "Özellikle yaz aylarında klima kullanılan kapalı alanlar, kalabalık sosyal ortamlar ve yetersiz havalandırma nedeniyle sigara dumanına uzun süreli maruziyet (pasif içicilik) daha yoğun hale gelebiliyor. Tütün ürünleri ve elektronik sigara, boğaz ve solunum yollarını kaplayan koruyucu mukozayı tahriş ederek enfeksiyonlara karşı doğal savunma mekanizmalarını zayıflatabiliyor. Yapılan çalışmalara göre; bu tür zararlı alışkanlıkları olanlarda ve pasif içicilerde boğaz kuruluğu, tahriş ve öksürük gibi şikayetler daha kolay tetiklenebilirken, üst solunum yolu enfeksiyonları da daha sık görülüyor" diyor.

Glutensiz diş macunu her çocuk için gerekli değil

HABER MERKEZİ- Çocuklarda ağız ve diş sağlığını korumak amacıyla kullanılan diş macunlarının içeriği, özellikle çölyak hastalığı bulunan çocuklar açısından önem taşıyor. Küçük yaştaki çocukların diş fırçalama sırasında diş macununu istemsiz olarak yutabilmesi nedeniyle, yalnızca beslenmede değil ağız bakım ürünlerinde de gluten içeriğinin değerlendirilmesi öneriliyor. Uzmanlar, çölyak hastalarında çok küçük miktardaki gluten maruziyetinin dahi riskli olabileceğine dikkat çekerek, ailelerin güvenilir içerik bilgisine sahip ürünleri tercih etmesi gerektiğini vurguluyor...

"ÇÖLYAKLI ÇOCUKLARDA GÜVENİLİR İÇERİK BİLGİSİ ÖNEMLİ"

Çölyak hastalığı bulunan çocuklar için üreticisi tarafından glutensiz olduğu açıkça belirtilen ve güvenilir içerik bilgisi sunan diş macunlarının tercih edilmesinin önem taşıdığını vurgulayan Dt. Nurgül Demir, şu değerlendirmede bulundu: "Küçük çocuklar dişlerini fırçalarken diş macununun bir kısmını istemsiz olarak yutabiliyor. Bu nedenle çölyak has-

taalarında yalnızca tüketilen gıdalar değil, ağız bakım ürünleri de gluten açısından değerlendirilmelidir. Üreticisi tarafından glutensiz olduğu açıkça belirtilen veya güvenilir içerik bilgisi sunulan ürünlerin tercih edilmesi, istemsiz gluten maruziyetinin azaltılmasına katkı sağlayabilir."

Glutensiz ibaresi taşıyan diş macunlarının her çocuk için ekstre bir avantaj sağlamadığını belirten Dt. Demir, güncel bilimsel veriler ışığında, bu ürünlerin diş çürüklerini önlemede standart çocuk diş macunlarından daha üstün olarak değerlendirilemeyeceğini söyledi.

"Glutensiz olarak formüle edilen diş macunlarının amacı, çölyak hastalarında istemsiz gluten maruziyeti riskini azaltmaktır. Gluten hassasiyeti bulunmayan çocuklarda ise yalnızca 'glutensiz' etiketi taşıması, bir diş macununu daha sağlıklı ya da daha etkili hale getirmez. Burada önemli olan profesyonel olarak önerilen, çocuğun yaşına ve çürük riskine uygun florür içeriğine sahip, güvenilir formülasyondaki ürünlerin tercih edilmesidir."

Ebeveynlerin yalnızca "glutensiz"

ibaresine odaklanmasının doğru bir yaklaşım olmadığını belirten Dt. Nurgül Demir, bazı glutensiz çocuk diş macunlarının florür içermeyebildiğine dikkat çekti.

"Florür, çocukluk çağı diş çürüklerinin önlenmesinde etkinliği bilimsel olarak kanıtlanmış en önemli bileşenlerden biridir. Özellikle çürük riski yüksek çocuklarda yalnızca glutensiz olduğu için florür içermeyen bir ürünün tercih edilmesi, ağız ve diş sağlığının korunmasında yetersiz kalabilir. Gluten hassasiyeti olmayan çocuklarda glutensiz diş macunu kullanmanın diş sağlığı açısından ilave bir fayda sağladığını gösteren bilimsel bir veri bulunmamaktadır." ifadelerini kullandı.

DIŞ SAĞLIĞININ TEMELİ DOĞRU ALIŞKANLIKLAR

Sağlıklı dişlerin temelini doğru ağız bakım alışkanlıklarından geçtiğini belirten Dt. Nurgül Demir, ailelere şu önerilerde bulundu:

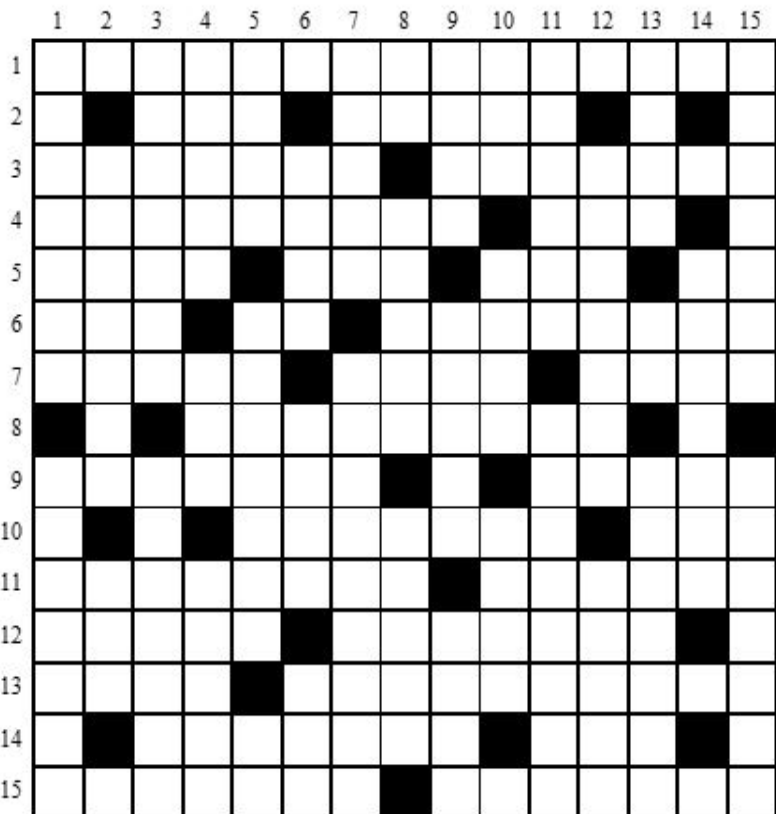
"Çocuklarda diş çürüklerinden korunmanın temelini yaşına ve çürük riskine uygun olarak seçilen bir diş macunu ile dişlerin günde iki kez doğru teknikle fırçalanması, şeker tüketiminin sınırlan-



Dt. Nurgül Demir

dırılması ve düzenli diş hekimî kontrolleri oluşturur. Çölyak hastalığı bulunan çocuklarda ise bunlara ek olarak güvenilir şekilde glutensiz olduğu belirtilen ağız bakım ürünlerinin tercih edilmesi, istemsiz gluten maruziyetini azaltmaya yardımcı olabilir."

TDK Güzel Türkçe Bulmacası



SOLDAN SAĞA

1. Bir şeyin olacağını önceden sezen kimseler için söylenen bir söz... 2. -den -e kadar (eski)... "Bir rekoru yinelemek" anlamındaki "... etmek" birleşik fiilinde geçen bir söz... 3. Tersine olarak, tam tersine, tersine, aksine... İadesi olmayan... 4. Kadın, cinsel arzusunu belirtmek... Maden, tahta vb.nin pürüzlerini düzeltmek için kullanılan, üzeri pürüzlü, sert, ensiz, çelik araç... 5. Büyüme, gelişme, çoğalma (eski)... Diş (spor)... Kayınbirader (halk ağzı)... Ülkenin vali yönetimindeki bölümü, vilayeti... 6. Büyük, yetişkin, yaşlı, kart (halk ağzı)... Pamuk, yün vb.nden iplik eğirmekte kullanılan, ortası şişkin, icalı ucu sivri ve çengelli olan, ağaçtan yapılmış araç, eğirmen, kirmen... Fakir gibi, fakire uygun düşen (eski)... 7. Tuzlanıp kurutulmuş yiyecek (halk ağzı)... Su biriktirmek için akan suyun önüne yapılan set, bütet (eski)... Okullarda çocukları çalıştırmakla görevli kimse, öğretmen yardımcısı (eski)... 8. Levende yakışır biçimde, yakışıklı ve gösterişli bir tarzda (eski)... 9. Göre... Fazla bön, avanak, et kafalı, budala (argo)... 10. Yeşil renkli, yontulup parlatılabilen, doğal bakırlı, hidratlı karbonat, bakır taşı... Normal basınç ve sıcaklıkta olduğu gibi kalan, içinde bulunduğu kabın her yanına yayılma ve bu kabın iç yüzeyinin her noktasına basınç yapma özelliğinde olan akışkan madde... 11. Çivi

sökmeye veya diş çekmeye yarayan, hareketli bir eksen çevresinde çapraz iki parçadan oluşmuş, kıskaç biçimindeki araç... Kaba deriden yapılmış ucu sivri ve kıvrık ayakkabı (halk ağzı)... 12. Anlama yeteneği, anlayış, akıl erdirmesi... Minimum... 13. Bir şeyin niteliklerini övmeye (eski)... Kimyasal tedavi... 14. Birinin borcunu ödememesi veya verdiği sözü yerine getirmemesi durumunda bütün sorumluluğu üzerine alma durumu, kefillik... Mikroskopta incelenecek maddelerin üzerine konulduğu dar, uzun cam parçası... 15. Etenesi olan... Yiyeceği ortaklaşa sağlanan (toplantı)...

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Gözün saydam tabakasında bir yara veya çıban sonucunda oluşmuş, görmeyi derece derece azaltan beyaz benek... Bekinmek işi... 2. Kaba ve hoyrat bir biçimde iterek, zorla... Davranış, tavır... 3. Birinden bir şeyin yapılmasını istemek, rica etmek, arzu etmek... İnce sofan hafif ve dar bir üstlük (eski)... 4. İlgi... Karışık renkli, çok renkli, alaca... Buz üstünde kaymak için kullanılan, çoğunlukla tabanına, dar uzun bir çelik takılı ayakkabı... 5. Lak... İçine almak, içinde bulundurmak, ihtiva etmek... Demir elementinin simgesi... 6. Yerel ağ... Bir işi yerine getirmek için verilen söz... Bir alaşımdaki maddenin erime derecesi farkından yararlanarak bunları birbirinden

- ayırma işlemi... 7. İşıltmış, duyulmuş olan (eski)... Sınıfta kalıp derslere devam etmeyen (öğrenci)... 8. Gümüş elementinin simgesi... Mal ederek, yükleyerek (eski)... Japon çizgi filmi... 9. Din işlerini devlet işlerine karıştırmayan, devlet işlerini dinden ayrı tutan... Sırtlan (halk ağzı)... Bir müzik sesini belirtmeye yarayan işaret... 10. Muğla iline bağlı ilçelerden biri... Bir kişinin mülkiyetinde olmayıp devlete ait olan toprakların vergilerinin veya gelirlerinin asker veya sivil erkânâ hizmet ve maaşlarına karşılık verilmesi... İçilecek şey (eski)... 11. Kentleşmiş, kırsallıktan kurtulmuş, uygar... Gizli bir tehlikesi olduğu sanılan, tekin olmayan... 12. İplik eğirmeye yarar araç, kirmen... Yalnız adın veya ad ve soyadının baş harfleriyle atılan kısa imza... 13. Sekiz yıllık ilköğretimden sonra en az üç yıllık bir eğitimle hayata veya yükseköğretime hazırlayan ortaöğretim kurumu, ortaöğretim... Altın elementinin simgesi... Agulamak işi... 14. İlk satırın ilk harfinin büyük puntoda ve süslü yazılarla dizilime işlemi... 15. Toplumun duygularını inciten olay veya durum, kepazelik, maskaralık, rezillik... Görecelik (eski)...

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

ÇÖZÜMÜ SAYFA 5'TE

24 SAAT SPOR

31 TEMMUZ 2026 CUMA

F.BAĞÇE 4 AĞUSTOS'TA STURM GRAZ İLE OYNUYOR



HABER MERKEZİ- UEFA Şampiyonlar Ligi 2'nci eleme maçıını Polonya'nın takımı Gornik Zabrze ile karşılaşp, 3'ncü Eleme turuna çıkan Fenerbahçe 4 Ağustos Salı günü Avusturya'nın Sturm Graz ile İstanbul'da karşılaşacak. Bu maçın rövanşı 11 Ağustos günü deplasmanda oynanacak. Oynadığı 2 maçta avantajı kapayan Fenerbahçe, Avrupa Ligi maçlarına da katılma hakkını da elde etti.

G.Birliği harıl harıl eksik yönünü tamamlamak istiyor

ACELE SANTRAFOR ARANIYOR

► **Başkent takımının yöneticileri "Acele" kaydı ile santrafor konusunu halletmek istiyor**



AHMET ERTÜM

Bir yıl içinde 5'nci Genel Kurulu yaptıktan, yeni yönetimi ortaya çıkarttıktan sonra Düzce Topuk Yaylası'nda 3'ncü dönem çalışmalarını sürdüren Gençlerbirliği acele tarafından santrafor arıyor.

Bir yandan golcü peşine düşen Gençlerbirliği yöneticileri ve teknik heyeti, diğer taraftan so-laçıkta direk oynayacak futbolcu peşine düştü.

MEVCUT ŞARTLARA UYUM
Bu konuların acele

tarafından halledilmesini isteyen ve Topuk Yayla'sındaki mevcut çalışmalara nezaret eden teknik direktör Metin Diyadin "Biraz geç kaldık, ancak mevcut şartlara göre hareket edeceğiz. Önümüzdeki şartlardan yararlanıp, Eryaman'daki Fenerbahçe maçına en iyi-yi bulup çıkacağız" dedi.

Kaleci konusunda İrfan Can Eğribayat'ı halleden Başkent takımının teknik heyeti ve yöneticiler acele tarafından karşılarında bulunan problemlerin halledilmesini istiyor.

BİRAZ GEÇ KALINMADI MI?



HIZLI ÇALIŞMA- Gençlerbirliği çalışmalarında oldukça hızlıydı



İrfan Can Eğribayat

İlk maçında eski takımına karşı oynayacak İRFANCAN KONUSU KAPANDI

Gençlerbirliği böylece kaleci sıkıntısını çözmüş oldu



RAMAZAN ATABE

Kaleci sıkıntısı içinde bulunan Gençlerbirliği, İrfan Can Eğribayat ile bu sorunu halletti. Fenerbahçe

ve Gençlerbirliği, deneyimli kaleci İrfan Can Eğribayat'ın transferi için anlaşmaya vardı.

Fenerbahçe, tecrübeli eldiven için teklifte bulunan Süper Lig ekibi Gençlerbirliği ile prensip anlaşmasına vardı. Kulüpler arasındaki görüşme-

lerin olumlu sonuçlanmasının ardından transferin kısa süre içinde resmiyet kazanması bekleniyor.

İrfan Can, Gençlerbirliği'ndeki ilk maçını eski takımı Fenerbahçe'ye karşı oynayacak

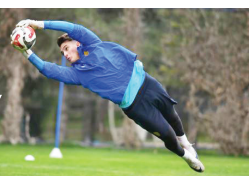
CİHAN ÇANAK AVRUPA YOLUNDA

HABER MERKEZİ- Trabzonspor'da kadro planlamasında yer almayan ve Gençlerbirliği'nin yeniden kadrosuna katmak istediği Cihan Çanak için Avrupa ekipleri devreye girdi.

Geçtiğimiz sezonun ikinci yarısında Gençlerbirliği forması giyen Cihan Çanak, yeniden başkent ekibinin gündemine gelmişti. Ancak transfer gerçekleşmezken, genç futbolcunun kariyerine Avrupa'da devam etmeye hazırlandığı öne sürüldü.

Trabzonspor'da yeni sezon planlamasında yer almayan Cihan Çanak, Avrupa kulüplerinin radarına girdi. Bordo-mavili ekibin Avusturya kampı kadrosuna dahil edilmeyen 21 yaşındaki kanat oyuncusunun, Belçika ve Hollanda'dan gelen teklifleri değerlendirdiği öğrenildi.

KALECİ GÖKHAN, TAKİPTÉ



HABER MERKEZİ- Ankaragücü altyapısında gösterdiği başarılı performansla dikkat çeken 2006 doğumlu kaleci Görkem Cihan, Türk futbolunun gelecek vaat eden file bekçileri arasında gösteriliyor. Efsane futbolcu Veysel Cihan'ın oğlu olan genç kaleci, hem Ankaragücü camiasının hem de Nevşehirli sporseverlerin gururu oldu.

Bu arada genç kaleciyi kadrolarına almak isteyen Süper Lig Kulüpleri Ankaragücü yöneticileri ile temasa geçti.

Yeni sezonda zirve mücadelesi için çalışıyor

A.GÜCÜ'NDE ÇALIŞMALAR AĞIRLAŞTI

Başkent takımı hazırlık maçlarını Kızılcahamam'da oynayacak.



HAKAN ŞAHİN

Yeni sezonda da 2'nci Ligde zirve mücadelesi verecek olan Ankaragücü'nde her gün antrenmanlar ağırlaştı.

Teknik direktör Recep Karatepe ve ekibinin kontrolünde Beştepe Tesisleri'nde yeni sezon hazırlıklarını yapan Başkent ekibinde çalışmalar oldukça keyifli geçerken, takımın temposu artmaya devam ediyor.

Oyuncuların hırslı, istekli ve pozitif olması teknik heyetin de motivasyonunu artırıyor.

Ankaragücü takımı son antrenmanın 12 takım halinde taktiksel bir antrenman maçı oynadı. Maçta As kadro 2 takıma eşit bir şekilde dağıtılırken teknik direktör Recep Karatepe, bu sezon başında U 17 ve U 19 takımından kamp kadrosuna dahil ettiği oyuncuları da 2 takıma serpiştirdi.

Lacivert takımında; Kaptan Mah-



2 TAKIMLA- A.Gücü futbolcuları 2 takım halinde oynadı.



mut Tekdemir, Mesut Emre Kesik, Diogo, Görkem Cihan, Özgür Aktaş, Miraç Şimşek, Batuhan Gürsoy, Mervan Yusuf Yiğit, Mücahit Efe Poyraz, Şükrü Kaya ve Mahmut Kaan Beş kale yer aldı.

Beyaz takımında ise; Osman Çelik, Fatih Demir, Yusuf Eren Göktaş, Atakan Güner, Halil İbrahim Pehlivan, Enes Tepecik, Arda Doğan, Fatih Arhan, İsmail Çokçalış, Kadir Gürçocuk ve Barış Yılmaz

görev yaptı.

Taktiksel bazı denemeler yapan Karatepe, maç içinde de oyunculara uyarılarda bulundu.

Ankaragücü takımı, 4 ve 7 Ağustos tarihleri için planlanan maçlar için kesin tarih ve rakipler önümüzdeki günlerde netleşecek. Maçların birçok takımın kamp yaptığı Kızılcahamam'da oynanması bekleniyor.



İYİ İDLK- Gelecek için ümit veren erkek voleybolcularımız

FİLENİN EFELERİNE YAZIK OLDU



MEHMET KİSMET

Milletler Kupası çeyrek finalinde Slovenya'ya 3-0 yenilen Erkek Voleybol Takımımızın ortaya koyduğu oyun beğenildi.

Çin'in Ningho Beilun Salonunda oynanan Türkiye-Slovenya maçını 240 kişi izledi. 2 saat 1 dakika süren karşılaşmada 21 sayı alan Lagumdzija takımında takdir topladı. Başarılı voleybolcumuzu 10'ar sayı ile Gökçen ile Efe takip etti.

Erkek Voleybol Takımımız Başantrenörü ise maçtan sonra "Direndik, ancak yarı finale çıkamadık. Her şeye rağmen gelecek günler bizim olacaktır" dedi.

AYSEL ÖZGAN'DAN GÜMÜŞ MADALYA

HABER MERKEZİ- Milli sporcu Aysel Özgan, Sırbistan'da düzenlenen WSPS Para Atıcılık Dünya Kupası'nda gümüş madalya kazandı. Türkiye, Sırbistan'daki organizasyonu 1 altın, 2 gümüş, 1 bronz madalyayla tamamladı.

Novi Sad kentindeki organizasyonda, 10 metre havalı tabanca kadınlar (P2) SH1 disiplini yarışan milli sporcular Aysel Özgan ve Ayşegül Pehlivanlar, finalde mücadele etti.

Final müsabakasını 231.5 puanla 2. tamamlayan Aysel Özgan, gümüş madalyanın sahibi oldu.

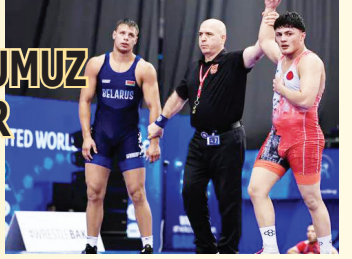


d 2026 WSPS Wc

GÜREŞTE 1 BRONZUMUZ DAHA VAR

HABER MERKEZİ- Dünya 17 Yaş Altı Güreş Şampiyonası'nda grekoromen stilde mücadele eden milli sporcu Yusuf Yaser Aksu, bronz madalyanın sahibi oldu

Azerbaycan'ın başkenti Bakü'deki organizasyonda grekoromen stil 92 kiloda mindere çıkan Yusuf Yaser, üçüncülük müsabakasında Macar Sandor David Antaly ile karşılaştı. Repesajdan gelen rakibini 5-1 yenip ay yıldızlı güreşçi, bronz madalya aldı. Şampiyona, yarın sona erecek.



Başkentliler ana spor dalından bir süre daha mahrum kalacak ATLETİZM SAHASI SENEYE KALDI

HABER MERKEZİ- Başkent Ankaralıların şehrin göbeğinde hizmete girmesini dört gözle beklediği 19 Mayıs Stadinin yanındaki Atletizm sahasının önümüzdeki

yılın Mart veya Nisan aylarında hizmete gireceği açıklandı.

Bölge yetkililerinin verdiği bilgiye göre, 19 Mayıs Stadinin yanındaki Atletizm sahasının ortaya çıkması için bol miktarda

fore kazıklar çakılacak. Fore kazık işleminin bitmesinden sonra, Atletizm tesisinin üst yapısının inşaatı tamamlanacak. 2 kat üzerinde yapılacak olan Atletizm sahasının altına

yüksek atlamacılar dahi rahat çalışması için salonlar yapılacak.

Bu durum karşısında Atletizm sahasının Mart veya Nisan 2027 yılında bitirilip, sporcuların hizmetine konulacağı açıklandı.

BURAYA- Atletizm tesisinin yapılması düşünülen yer burası olacaktı.



ÇAĞATAY DOLAY