

GAZETECİLER CEMİYETİ'NDEN COP31 ÖNCESİ ÇEVRE GAZETECİLİĞİ ATÖLYESİ



ANTALYA Expo Center'da düzenlenecek Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi 31. Taraflar Konferansı (COP31) öncesinde Gazeteciler Cemiyeti, 24 Eylül Perşembe günü çevre ve iklim haberciliğine odaklanan eğitim programına ve söyleşiye ev sahipliği yapıyor. TÜRKİYE'nin ev sahipliğinde gerçekleşecek COP31 Zirvesi öncesinde çevre haberciliğinin niteliğini güçlendirmeyi amaçlayan Gazeteciler Cemiyeti, "COP 31'i Haberleştirmek" başlıklı tek günlük özel bir eğitim ve panel programı hazırladı. Etkinlik, iklim krizinin bilimsel arka planından enerji politikalarına, uluslararası zirve diplomasisinden sahada doğru kavram kullanımına kadar zengin bir takvimle gerçekleştirilecek. S.3'te



Yapay zekâ cevap üretirken haber sitelerine güveniyor

GOOGLE'ın yapay zekâ özetleri ve ChatGPT gibi cevap üreten sistemler, bir soruya yanıt verirken internetteki her sayfaya eşit güvenmiyor. Yapay zekâ modellerinin eğitildiği ve cevap üretirken taradığı kaynak

havuzunda haber siteleri, ansiklopedik kaynaklar ve bağımsız değerlendirme platformları ağırlıklı yer tutuyor. Ayrıca kullanıcılar, sistemin hangi kaynağa güvendiğini görmüyor ama sonucunu okuyor. S.3'te

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

24 SAAT

GAZETECİLER CEMİYETİNİN GÜNLÜK YAYIN ORGANIDIR

YIL: 45 • SAYI:14257 14 EYLÜL 2026 PAZARTESİ



Orman yangınları ve sıcaklar, küresel hava kalitesini bozuyor



DÜNYA Meteoroloji Örgütü (WMO), orman yangınları ve sıcak hava dalgalarından kaynaklanan kirliliğin artmasının, hava kalitesini iyileştirmenin yanı sıra insan ve ekosistem sağlığını koruma yönündeki uluslararası çabaları baltalama riski taşıdığını bildirdi. S.3'te

DOĞAL GAZ FİYATLARI BU KIŞ CEP YAKACAK Vatandaşları soğuk günler bekliyor



Artan yaşlı nüfus için "uzun dönemli bakım sigortası" devreye alınacak

TÜRKİYE, son dönemde yaşlı nüfusta görülen artış oranlarını ve gelişmelerin sosyal güvenlik dengesine etkilerini dikkate alarak "uzun dönemli bakım sigortası" başta olmak üzere çeşitli uygulamaları sisteme uyarlayacak. Prim tabanının genişletilmesi, tahsilatın artırılması ve yeni çalışma biçimlerine uyum sağlanması hedefleniyor. Bu kapsamda demografik gelişmelerin sosyal güvenlik dengesine etkileri de dikkate alınacak. S.3'te

ABD-İran savaşı ve küresel piyasalarda yaşanan riskler başta petrol olmak üzere doğal gaz fiyatlarını, artan fiyatlar da Türkiye'nin enerji faturasını kabartıyor. Avrupa'nın referans doğal gaz fiyatı TTF, 31 Ağustos'ta önemli bir direnç noktasını kırarak 70,00 €/MWh'in üzerine çıktı. TTF, 1 Eylül'de 72,22 €/MWh düzeyine yükseldi ve 2 Eylül'de 73 €/MWh'in üzerinde işlem gördü.

TTF, Ocak 2023'ten bu yana en yüksek seviyeleri gördü. Türkiye'nin ithal ettiği doğal gazda TTF'in ağırlığı yüzde 48,56. Bu nedenle gözler BOTAŞ'ın ekim ayında ve kış mevsiminde doğal gaz tarifeleriyle alacağı kararlara çevrildi. S.5'te



KRİTİK ÜRÜN VE TEKNOLOJİLER YERLİ İMKANLARLA GELİŞTİRİLECEK

DEVLET, daha fazla kritik ürün ve teknolojinin yerli ve milli imkanlarla geliştirilerek üretilmesi için yeni program çağrılarını çıkarmaya hazırlanıyor. 2027-2029 dönemini kapsayan Orta Vadeli Program'dan (OVP) derlediği bilgiye göre, sanayide yüksek

katma değerli dönüşümün desteklenmesi amacıyla sektörel önceliklendirmeyi esas alan hedefli sanayi politikaları hayata geçirilecek, yüksek katma değerli üretim desteklenerek dış pazarlarda rekabet gücü artırılacak. S.5'te



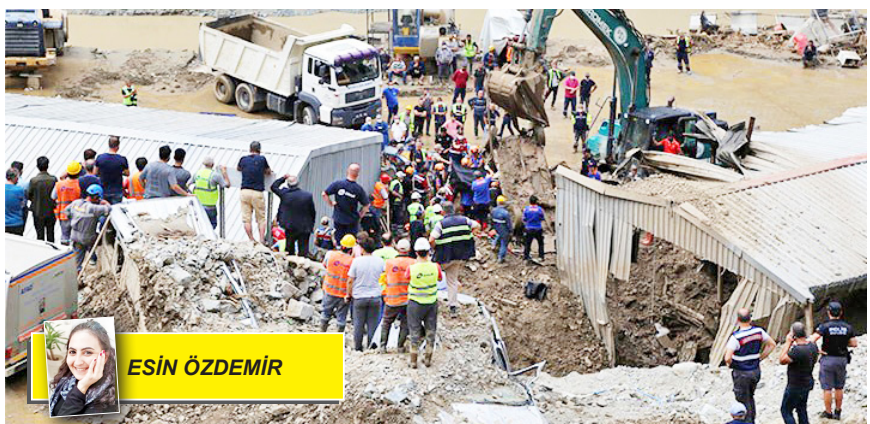
Çalışma hayatında istihdamı artıracak yeni formüller devreye alınacak

2027-2029 dönemini kapsayan yeni Orta Vadeli Program'dan (OVP) yaptığı derlemeye göre, atıl iş gücünün azaltılmasını hedefleyen bütüncül politikalar hayata geçirilecek. Bu kapsamda, potansiyel iş gücünün ekonomik faaliyete katılımını artırmak amacıyla iş gücü piyasasına girişin önündeki beceri, bakım, iş arama ve bölgesel uyumsuzluk kaynaklı engeller azaltılacak. İş gücü piyasası dışında kalan bireylerin kayıtlı ve sürdürülebilir istihdama geçişleri desteklenecek. S.6'da



Ülkemizin sivil havacılık filosu 846 uçağa, koltuk kapasitesi 166 bine ulaştı

TÜRKİYE, Avrupa ülkeleri arasındaki "Yabancı Tescilli Uçaklara Yapılan Emniyet Denetlemesi" performansında 5'inci sırada yer aldı. Yılın ilk yarısında 387 uçuşa elverişlilik, 334 uçuş operasyon, 57 havaalanları, 37 hava seyrüsefer ve 23 havacılık güvenliğini alanında olmak üzere 838 denetim gerçekleştirildi. S.5'te



Şantiyelerde yaşanan ölümlerin sebebi teknik ve idari sorunlar

TÜRKİYE'de inşaat sektörü, iş kazaları ve ölümlerin en yoğun yaşandığı alanların başında geliyor. SGK'nin 2025 verilerine göre bina inşaatlarında 368, yol ve köprü yapımlarında 149, çatı ve tesisat

işlerinde ise 81 çalışan olmak üzere toplam 586 kişi hayatını kaybetti. İş güvenliği uzmanı Ali Narin, şantiyelerde yaşanan ölümlerin arkasındaki teknik ve idari sorunlara dikkat çekti. S.2'de

Türkiye'de yılın 8 ayında 56 ilin ihracatı arttı

TİCARET Bakanlığı, ocak-ağustos döneminde 25 ilin ihracatının 1 milyar doların üzerine çıktığını, 56 ilde de ihracat artışı kaydedildiğini bildirdi. Buna göre İstanbul, geçen ay 5 milyar 503 milyon dolarla en fazla ihracat yapan il oldu. Kentin ihracatı, geçen yılın aynı ayına göre yüzde 13 arttı. S.6'da



Fazla kahve tüketimi kemik sağlığını etkileyebilir mi?

KAHVE, günlük yaşamın en yaygın alışkanlıklarından biri. Ancak yaş ilerledikçe kemik sağlığının korunmasında yalnızca kalsiyum ve D vitamini değil, günlük beslenme ve yaşam tarzı alışkanlıklarının bütünü önem taşıyor. Özellikle ileri yaşlarda ve menopoz sonrası dönemde yüksek kafein tüketiminin kemik sağlığı üzerindeki olası etkileri dikkat çekiyor. S.7'de

Çiziyorum TUMER ARGİN





BANA GÖRE

Bu çirkinlik önlenmeli artık

Güray SOYSAL 8'de



ANKARA YAZILARI

Türk Ailesi ve İzmir'in Kurtuluşu

Umut ÖZKAN 5'te

24 SAAT

Gazeteciler Cemiyeti'nin yayın organı

Gazetesine tamamen renkli tablet ve cep telefonlarınızdan (Pazar günleri hariç) **ÜCRETSİZ** ulaşabilirsiniz.

ios: <http://24saat.ios.web.tr>
Android: <http://24saat.droid.web.tr>



İŞ GÜVENLİĞİ UZMANINDAN MESEM UYARISI:

"Çocuklar kâğıt üstünde stajyer, pratikte ucuz iş gücü"

Türkiye’de inşaat sektörü, iş kazaları ve ölümlerin en yoğun yaşandığı alanların başında geliyor. SGK’nin 2025 verilerine göre bina inşaatlarında 368, yol ve köprü yapımlarında 149, çatı ve tesisat işlerinde ise 81 çalışan olmak üzere toplam 586 kişi hayatını kaybetti. İş güvenliği uzmanı Ali Narin, şantiyelerde yaşanan ölümlerin arkasındaki teknik ve idari sorunlara dikkat çekti.



ESİN ÖZDEMİR

Türkiye’de inşaat sektöründe iş kazaları ve iş cinayetleri gündemdeki yerini korurken, 18 yaş altındaki çalışanlara ilişkin veriler riskin boyutunu ortaya koyuyor. Sosyal Güvenlik Kurumu’nun (SGK) 2025 yılına ilişkin verilerine göre inşaat sektöründe 18 yaş altı çalışanlarda 100 bin kişiye düşen ölüm oranı 29,19’a ulaştı. Ölüm oranı, Türkiye ortalamasının üç katına çıktı. Söz konusu oran, çocuk ve gençlerin çalışma alanlarında karşı karşıya kaldığı tehlikeleri yeniden gündeme taşıdı.

Mevzuata göre çocukların şantiyelerde çalıştırılması yasak olmasına rağmen, sahadaki denetim eksiklikleri bu yasağın ihlal edilmesine yol açıyor.

İş Güvenliği Uzmanı Ali Narin, Mesleki Eğitim Merkezleri (MESEM) ve çıraklık uygulamaları kapsamındaki gençlerin öğrenci yerine ucuz imalat elemanı olarak görüldüğünü ifade etti. Sahadaki durumu 24 Saat’e değerlendiren Narin, MESEM ve çıraklık kapsamındaki gençlerin ağır işlerde çalıştırıldığını belirtti. Narin, “çocukların kâğıt üstünde stajyer görünmesine rağmen pratikte ucuz iş gücü olarak değerlendirildiğini” vurguladı.

"İŞ HIZI, GÜVENLİĞİN ÖNÜNE GEÇİYOR"
Şantiyelerdeki yüksek ölüm oranlarının arkasında farklı teknik ve idari sorunların bulunduğu belirten Narin, çalışma alanlarında standart dışı ekipman kullanımından taşeron yapılanmasına kadar çeşitli başlıklara dikkat çekti.

Standartlara uygun olmayan ahsap platform ve iskelelerin kullanıldığını belirten Narin, şöyle konuştu:

"Türkiye’de şantiyelerde 2025 yılında bina inşaatlarında 368, yol ve köprü yapımlarında 149, çatı ve tesisat işlerinde 81 olmak üzere toplam 586 işçi hayatını kaybetti. Bu tablonun temel nedenleri arasında güvenlik yatırımlarının ihmal edilmesi, standart dışı iskelelerin kullanılması ve ağır iş makineleriyle işçilerin gerekli önlemler alınmadan aynı alanda çalıştırılması bulunuyor.

6331 sayılı Kanun’un 25. maddesine göre hayati tehlike tespit edildiğinde iş durdurulmalı. Ancak işin hızının güvenliğün önüne geçmesi ve taşeron zincirindeki yetki ve sorumluluk karmaşası, denetim eksikliklerini artırıyor."

"KAZA DEĞİL, GÖZ GÖRE GÖRE GELEN BİR CİNAYET"
Ayrıca, Narin, yapı işlerinde meydana gelen ölümlerin yaklaşık yüzde 42’sinin yüksekten düşme kaynaklı gerçekleştiğini altını çizdi. Kazaların önlenmesinde toplu koruma önlemlerinin öncelikli olması gerektiğini söyleyen Narin, şu ifadeleri kullandı:

"Yüksekten düşmeler, inşaatlardaki ölümlerin yaklaşık yarısını oluşturuyor. İnşaatlardaki her iki ölümden birine denk gelen bu tablo, kaza değil göz göre göre gelen bir cinayet. Bu ölümlerin temel nedenleri arasında, İSG’deki ‘önce toplu koruma’ ilkesinin göz ardı edilmesi geliyor. Korkuluk, güvenlik ağı ve uygun iskele kurulmadan işçilerin yalnızca emniyet kemerine güvenmek zorunda bırakılması ciddi risk oluşturuyor.

Sahadaki “bize bir şey olmaz” anlayışı da güvenlik ekipmanlarının ihmal edilmesine yol açıyor. EN 795, EN 12810 ve EN 12811 standartlarına rağmen uygun olmayan halatlar ve derme çatma iskeleler kullanılabilir. İşlerin teslim tarihine yetiştirilmesi için güvenlik kurallarının göz ardı edilmesi, iş hızının işçi güvenliğinin önüne geçmesine neden oluyor."

18 YAŞ ALTI ÇALIŞANLARDA ÖLÜM ORANI, TÜRKİYE ORTALAMASININ ÜÇ KATINA ULAŞTI
İnşaat sektöründe 18 yaş altı çalışanların karşılaştığı risklere dikkat çeken Narin, mevzuata göre çocukların şantiyelerde, ağır imalat işlerinde ve tehlikeli makinelerde çalıştırılmasının kesinlikle yasak olduğunu belirtti. SGK verilerinde 22 çocuğun hayatını



kaybettiğini aktaran Narin, 18 yaş altı çalışanlarda 100 bin kişiye düşen ölüm oranının 29,19 olduğunu söyledi.

Bu ölümlerin yasal bir çalışma düzeninin sonucu olmadığını vurgulayan Narin, "SGK verilerindeki 22 evladımızın acı kaybı ve 3 katı aşan ölüm oranı, tamamen açık bir mevzuat ihlali ve denetim zafiyetinden kaynaklanıyor" dedi.

Narin, çocukların taşeronlar tarafından kaçak şekilde sahalara sokulduğunu, MESEM kapsamında gelen gençlerin ise kâğıt üzerinde stajyer görünürken pratikte ağır işlerde çalıştırıldığını ifade etti. Yetişkinlere göre tasarlanan iş güvenliği ekipmanlarının çocuklara uygun olmamasının da riski artırdığını belirten Narin, fiziksel gelişimini tamamlamayan çocukların tehlikeli durumlarda kendilerini korumakta ve haklarını savunmakta zorlandığını kaydetti.

"ÇOCUKLAR, ÇIRAKLIK ADI ALTINDA UCUZ İŞ GÜCÜ OLARAK KULLANILIYOR"
İş Güvenliği Uzmanı, ilgili yönetmelik kapsamında 14-17 yaş grubundaki çocukların şantiyelerde ve bazı tehlikeli işlerde çalıştırılmasının yasak olduğunu belirtti. Buna rağmen sahadaki ihaller yaşanabildiğini ekleyen Narin, şunları kaydetti:

"Şantiye girişlerinde kimlik ve SGK kontrolü yapılmaması, taşeronların çocukları sahaya kaçak şekilde sokmasına olanak tanıırken, sanayi sitelerinin denetim ağıının dışında kalması mevcut idari cezaların caydırıcılığını azal-

tıyor. Çıraklık adı altında sahalara giren çocuklar ucuz iş gücü olarak kullanılırken, yetişkinler için üretilen ekipman ve kişisel koruyucu donanımların çocukların fiziksel özelliklerine uygun olmaması, onları sahadada tamamen savunmasız bırakıyor."

MESEM ÖĞRENCİLERİNİN İŞ GÜVENLİĞİ DENETİMİ

MESEM ve çıraklık kapsamındaki gençlerin iş güvenliği eğitimleri, risk değerlendirmeleri ve saha gözetimleri hakkında da konuşan Narin, mevzuat kapsamında verilmesi gereken oryantasyon eğitimlerinin uygulamada kâğıt üzerinde kalabildiğini belirtti.

Gençlere çalıştıkları makineler ve acil durum risklerinin uygulanması olarak gösterilmesi gerektiğini söyleyen Narin, 3308 sayılı Kanun kapsamında usta öğreticilerin gözetim sorumluluğuna dikkat çekti. Üretim temposunun usta öğreticilerin gözetim görevini aksatabildiğini kaydeden Narin, deneyimsiz gençlerin tehlikeli makinelerle baş başa kalabildiğini ifade etti.

İşverenin güvenli çalışma ortamını sağlama, ustaların çalışma süreçlerini denetleme ve gerekli önlemleri takip etme sorumluluğunun bulunduğu belirtilen Narin, bu süreçlerdeki eksikliklerin genç çalışanlar açısından risk oluşturduğunu söyledi.

SGK İŞ KAZASI VERİLERİNİN AYRINTILI OLMASI NEDEN ÖNEMLİ?

SGK istatistiklerinde iş kazalarının nedenlerine ilişkin alt kırılım-

ların ayrıntılı şekilde verilmemesi konusunda da değerlendirme yapan Narin, her kazanın işletmeye özgü koşullar ve kusurlar içerebildiğini belirtti.

Narin, iş sağlığı ve güvenliği tedbirlerini alma yükümlülüğünün iş güvenliği uzmanına değil, doğrudan işverene ait olduğunu belirterek, uzmanların kazaların araştırılması ve önleyici tedbirlerin geliştirilmesi süreçlerinde görev yaptığını aktardı.

İŞ GÜVENLİĞİ UZMANLARININ BAĞIMSIZLIĞI TARTIŞILIYOR

İş güvenliği uzmanlarının işverene bağlı şekilde çalışmasının mesleki bağımsızlığı açısından oluşturduğu sorunlara da değinen Narin, ücretin doğrudan denetim hizmeti verilen işverenden alınmasının uzmanların karar süreçlerini etkileyebileceğini ifade etti.

Narin, sözlerini şöyle tamamladı:

"İş güvenliği uzmanlarının maaşlarını denetlemekle yükümlü oldukları işverenden alması, mesleki bağımsızlığı zedeliyor ve uzmanları etik sorumluluklarıyla geçim kaygısı arasında bırakıyor. Almanya'daki "Berufsgenossenschaft" sistemine benzer şekilde, ödemelerin bağımsız bir kamu fonu üzerinden yapılacağı bir modelin hayata geçirilmesi gerekiyor.

Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanı Prof. Dr. Vedat İshikan da İSG hizmetlerinin kamu eliyle oluşturulacak bir finansman modeliyle karşılanmasına yönelik çalışmalarda son aşamaya gelindiğini açıkladı."

Ticaret Bakanlığı 8 ayda 322 bin firmayı ve 39 milyon ürünü denetledi

WANKARA (AA)- Ticaret Bakanlığı, piyasa dengesini olumsuz etkileyecek uygulamaların önüne geçmek amacıyla ocak-ağustos döneminde 321 bin 911 firmayı ve 39 milyon 243 bin 67 ürünü denetledi, 2,24 milyar lira ceza kesti.

Bakanlık, yılın 8 ayına ilişkin piyasa denetim verilerini açıkladı. Buna göre, vatandaşların ekonomik refahını bozacak, bununla birlikte iç piyasadaki istikrarlı seyri olumsuz etkileyecek, tüketicilerin arz ve talep dengesinde olumsuz etki yaratması muhtemel her türlü fiile karşı iç ticaret denetim birimleri tarafından denetimler uygulanıyor.

Bu kapsamda 2026 yılının 8 ayında yapılan kontroller neticesinde toplam 321 bin 911 firma ve 39 milyon 243 bin 67 ürün denetlenerek 2,24 milyar lira idari para cezası uygulandı.

FAHİŞ FİYAT VE STOKÇULUK DENETİMLERİ

İç Ticaret Genel Müdürlüğüne otomotiv, stokçuluk, emlak, kuyum, fahiş fiyat, haksız ticari uygulamalar ve ödeme süreleri kapsamında yapılan denetimler neticesinde 54 bin 823 gerçek ve tüzel kişi denetlenerek aykırı fiillerde bulunan 5 bin 574 gerçek ve tüzel kişiye toplam 692 milyon 28 bin lira idari para cezası kesildi.

Fahiş fiyatlara ilişkin 399 milyon 546 bin lira, otomotiv sektörüne 142 milyon 630 bin lira, emlak sektörüne 39 milyon 28 bin lira, kuyum sektörüne ise 13 milyon 122 bin lira idari para cezası uygulandı.

Ticari elektronik ileti, çalışma saatleri ve lisanslı depolara ilişkin denetimlerde uygulanan idari para cezası miktarı ise 91 milyon 842 bin lira olarak gerçekleşti.

Tüketicinin Korunması ve Piyasa Gözetimi Genel Müdürlüğüne 85 milyon tüketicinin günlük hayatta hemen hemen her gün taraf olduğu sözleşmeler, reklam ve haksız ticari uygulamalar, ürün güvenliği kapsamında gerçekleştirilen kontrollerde 2026 yılının 8 ayında 37 bin 445 gerçek ve tüzel kişi denetlenerek aykırı eylemlerde bulunan 1342 gerçek ve tüzel kişiye toplamda 771 milyon 93 bin lira idari para cezası uygulandı.

Denetimlerde ön ödemeli konut satışları, abonelik ve mesafeli satış sözleşmeleri, taksitli satış ödemeleri, paket tur ve devre tatil gibi tüketicilerin taraf olduğu sözleşmelerdeki aykırılıklardan dolayı 540 milyon 144 bin lira, reklam ve haksız ticari uygulama denetimleri kapsamında 218 milyon 478 bin lira, piyasa gözetimi ve denetimi faaliyetleri kapsamında ki ürün güvenliği denetimlerinde aykırı bulunan fiiller için ise 12 milyon

471 bin lira idari para cezası kesildi. **ANKARA'DA 14,5 MİLYON ÜRÜN DENETLENDİ**

Ticaret İl Müdürlükleri aracılığıyla yapılan kontrollerde de 229 bin 643 firma denetlendi, 47 bin 474 firmaya 777 milyon 631 bin lira idari para cezası uygulandı.

Denetimlerde İstanbul'da aykırılık tespit edilen 123 bin 759 ürünle ilgili 578 milyon 534 bin lira ceza kesildi. Ankara'da 14 milyon 514 bin 943, İstanbul'da 5 milyon 151 bin 297 ve Antalya'da 4 milyon 425 bin 23 ürün denetlendi.

Bakanlığın merkez ve taşra teşkilatı tarafından gerçekleştirilen iç ticarete ilişkin denetim faaliyetleri kapsamında toplam 39 bin 758 firma ile 4 milyon 964 bin 776 ürün incelendi, iş ve işlemlerinde mevzuata aykırılık tespit edilen 8 bin 951 işletmeye toplam 366 milyon 584 bin lira idari para cezası kesildi.

Rekabet Kurumu tarafından yapılan çalışmalar kapsamında 2025 yılında toplam 227 firmaya 13 milyar 230 milyon 770 bin lira idari para cezası uygulandı, 2026 yılının 8 ayında başta iş gücü piyasaları, bilişim teknolojileri ve platform hizmetleri, otomotiv sektörü ve gıda endüstrisi alanlarında faaliyet gösteren 248 firmaya 19 milyar 700 milyon lira idari para cezası kesildi.



Yapay zekâ cevap üretirken haber sitelerine güveniyor

HABER MERKEZİ- Google'ın yapay zekâ özetleri ve ChatGPT gibi cevap üreten sistemler, bir soruya yanıt verirken internetteki her sayfaya eşit güvenmiyor. Ahrefs'in Şubat 2026 analizine göre, yapay zekâ özetlerinde kaynak gösterilen sayfaların yalnızca yüzde 38'i klasik arama sonuçlarının ilk onunda yer alıyor. Yani sistemler kaynak seçerken Google sıralamasından farklı bir ölçüt kullanıyor.

Yapay zekâ modellerinin eğitildiği ve cevap ürettiği kaynak havuzunda haber siteleri, ansiklopedik kaynaklar ve bağımsız değerlendirme platformları ağırlıklı yer tutuyor. Pew Research'ün Temmuz 2025'te 68 bin 879 arama üzerinde yaptığı gözlemsel çalışma, yapay zekâ özeti çıkan sayfalarda kullanıcının yalnızca yüzde 8 oranında herhangi bir kaynağa tıkladığını gösterdi; kullanıcı, sistemin hangi kaynağa güvendiğini görmüyor ama sonucunu okuyor.

"KENDİ SİTENİZDE YAZDIĞINIZ İDDİA, GAZETEDE YAZILAN BİLGİDİR"

Dijital pazarlama uzmanı Gökhan Aralık, bu ağırlık farkının mantığını şöyle açıkladı: "Bir işletme kendi sitesinde 'sektörün lideriyiz' yazabilir; yapay zekâ bunu iddia olarak okuyor. Aynı bilgi editör süzgecinden geçmiş bir haberde yer aldığından bilgiye dönüşüyor. Sistemler yıllardır bu ayrımı yapıyor. Yeni olan, bu ayrımın artık doğrudan müşteri kazanmayı belirlemesi."

"YILLARCA 'YEREL BASIN İŞE YARAMAZ' DENİLDİ, BUGÜN EN UCUZ GÜVEN KAYNAĞI ORASI"

Gökhan Aralık'a göre bu tablo yerel basına beklenmedik bir işlev yüküyor: "Bir Konya gazetesinde çıkan haber ulusal yayın kadar trafik almaz. Ama yapay zekâ o haberi 'Konya'daki bu hekim gerçekten var, bu alanda çalışıyor, bağımsız bir kaynak bunu doğruluyor' şeklinde okuyor. Reklam bütçesi büyük ama hakkında hiçbir bağımsız kaynak olmayan işletme, yapay zekânın gözünde küçük ama haberi çıkmış işletmenin gerisinde kalıyor."

Gökhan Aralık, işletmelerin sık yaptığı bir hataya da dikkat çekti: "Reklam gibi yazılmış, kendini öven metinler haber değeri taşımadığı için yayımlanmıyor; yayımlansa bile sistemler bunu reklam olarak sınıflandırıyor. Bilgi veren, bir soruya cevap olan, sektördeki bir değişimi anlatan içerik hem editör hem yapay zekâ tarafından kaynak kabul ediliyor."

Gazeteciler Cemiyeti'nden COP31 öncesi çevre gazeteciliği atölyesi

Antalya Expo Center'da düzenlenecek Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi 31. Taraflar Konferansı (COP31) öncesinde Gazeteciler Cemiyeti, 24 Eylül Perşembe günü çevre ve iklim haberciliğine odaklanan eğitim programına ve söyleşiye ev sahipliği yapıyor

HABER MERKEZİ - Türkiye'nin ev sahipliğinde gerçekleşecek COP31 Zirvesi öncesinde çevre haberciliğinin niteliğini güçlendirmeyi amaçlayan Gazeteciler Cemiyeti, "COP 31'i Haberleştirmek" başlıklı tek günlük özel bir eğitim ve panel programı hazırladı. Etkinlik, iklim krizinin bilimsel arka planından enerji politikalarına, uluslararası zirve diplomasisinden sahada doğru kavram kullanımına kadar zengin bir takvimle gerçekleştirilecek.

Eğitime katılan basın mensupları, oturumların tamamlanmasının ardından eğitmen kadrosunun ortak katılımıyla düzenlenecek "COP31: Çok kutuplu dünyada ortak iklim mücadelesi mümkün mü?" başlıklı yuvarlak masa söyleşisini de takip edebilecek. Program, mini anket değerlendirmesi ve kapanış kokteyli ile sona erecek.

EĞİTİM PROGRAMI VE OTURUM BAŞLIKLARI

24 Eylül 2026 Perşembe günü gerçekleştirilecek etkinliğin ders ve oturum çizelgesi şu şekilde planlandı:

12.45: Açılış
13.00 – 14.00: COP31'i ve İklim Değişikliğini Haberleştirmek: Bilimsel Gerçekler, Etkiler ve Afet Riskleri (Prof. Dr. Murat Türkeş)
İklim değişikliğinin tanımı ve bilimsel ispatı
Güncel iklim durumu ve Türkiye projeksiyonları



Uyum ve azaltım süreçlerinde yapılması gerekenler

14.15 – 15.15: İklim Krizi ve Enerji (Özgür Gürbüz)

Fosil yakıtlardan çıkış zorunluluğu ve yenilenebilir enerjinin sınırları

Elektrifikasyonun önemi ve nükleer enerji tartışmaları

15.30 – 16.30: Uluslararası İklim Müzakereleri: Belém'den Antalya'ya COP 31 Gündemi

(Prof. Dr. Semra Cerit Mazlum) Müzakerelerin yürütülme mantığı, UNFCCC ve Paris Anlaşması süreci

COP'larda karar alma mekanizmaları ve süreci tıkayan başlıklar

Türkiye'nin resmi pozisyonu

ve COP31 ana gündemi

16.45 – 17.45: COP 31 için Pratik Bilgiler (Özgür Gürbüz)

Zirveyi izlerken faydalanicak veri kaynakları ve temel kavramlar

İklim krizini haberleştirirken sıkça yapılan hatalar

Aşırı hava olaylarının doğru haberleştirilme yöntemleri

17.45 – 18.00: Mini Anket: İklim Meselesine Dair 5 Soru

18.00 – 19.00: Söyleşi: "COP31: Çok Kutuplu Dünyada Ortak İklim Mücadelesi Mümkün mü?" (Prof. Dr. Semra Cerit Mazlum, Prof. Dr. Murat Türkeş, Özgür Gürbüz)

19.00: Kapanış ve Kokteyl Eğitim kadrosunda

Türkiye'nin iklim politikaları, klimatoloji ve çevre haberciliği alanındaki öncü isimleri yer alıyor:

Prof. Dr. Semra Cerit Mazlum: Marmara Üniversitesi Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler Bölümü öğretim üyesi. Ankara Üniversitesi Kent ve Çevre Bilimleri doktora ve London School of Economics (LSE) araştırmalarıyla iklim rejimi, uluslararası çevre politikaları ve sürdürülebilirlik alanında çok sayıda eser ve derleme kitabına imza attı.

Prof. Dr. Murat Türkeş: Boğaziçi Üniversitesi İklim Değişikliği ve Politikaları Uygulama ve Araştırma Merkezi yönetim kurulu üyesi; ODTÜ ve Ege Üniversitesi misafir öğretim üyesi. Eski Meteoroloji Genel Müdürlüğü araştırmacısı ve Hükümetler Arası İklim Değişikliği Paneli (IPCC) raporları başyazarı/hakem editörü.

Özgür Gürbüz: 1994 yılından bu yana çevre ve enerji odaklı ekonomi muhabirliği, editörlük ve köşe yazarlığı yürüten gazeteci. Uluslararası çevre örgütlerinde kampanya direktörlüğü ve Dünya Nükleer Endüstrisi Durum Raporu yazarlığı yapan Gürbüz, Enerji ve İneklar kitabının da yazarıdır.

Programa kayıt yaptırmak isteyen gazeteciler, Gazeteciler Cemiyeti'nin resmi duyuru kanallarında yer alan başvuru formu üzerinden kayıt işlemlerini tamamlayabilecek.



Orman yangınları ve sıcaklar, küresel hava kalitesini bozuyor

CENEVRE (AA) - Dünya Meteoroloji Örgütü (WMO), orman yangınları ve sıcak hava dalgalarından kaynaklanan kirliliğin artmasının, hava kalitesini iyileştirmenin yanı sıra insan ve ekosistem sağlığını koruma yönündeki uluslararası çabaları baltalama riski taşıdığını bildirdi.

WMO, hava kalitesi ve iklim arasındaki bağlantıları inceleyen yeni raporunu yayınladı.

Raporda, "Orman yangınları ve sıcak hava dalgalarından kaynaklanan kirliliğin artmasının, hava kalitesini iyileştirme ile insan ve ekosistem sağlığını koruma yönündeki uluslararası çabaları baltalama riski taşıyor." ifadesi kullanıldı.

İnce partikül madde ve yeryüzüne yakın ozon gibi havanın kirlenmesine neden olan etkenlerin yanı sıra yaygın ve ekosistemleri ileri potansiyel olarak zararlı bulunduran rağmen yeterince izlenmeyen siyah karbon ve mikroplastikler gibi aerosollerin atmosferik gözlemlerinin iyileştirilmesi ihtiyacı vurgulanan raporda, "Hava kalitesi ve iklimin birbirinden ayrı ele alınamayacağı için bu konularda tamamlayıcı ve koordineli politikalar önemli." değerlendirmesi yer aldı. PM2.5 olarak da bilinen

ince partikül maddenin akciğerlere ve kan dolaşımına derinlemesine nüfuz edebildiği için sağlık açısından tehlikeli olduğuna işaret edilen raporda, bunun, endüstriyel faaliyetler, tarım, konutların ısıtılması ve ulaşımın yanı sıra orman yangınları ve toz fırtınaları gibi birçok farklı sebeple yayıldığı kaydedildi.

Raporda, "Son yıllardaki eğilimlere paralel olarak 2025'te PM2.5 konsantrasyonları, artan yangınlar nedeniyle Kanada'nın kuzeyi, Rusya'nın bir kısmı ve Batı-Orta Afrika'da uzun vadeli ortalamanın üzerinde seyretti." ifadesi kullanıldı.

İnsan faaliyetlerinden kaynaklanan ve emisyonlardaki düşüşü yansıtan PM2.5 seviyelerinin, 2025'te Çin'de uzun vadeli ortalamasının altında kalmayı sürdürdüğüne dikkat çekilerek, Hindistan'da biyokütle yakımı ve diğer kirlilik nedeniyle ortalamanın üzerinde seviyelerin görülmeye devam ettiği vurgulandı.

"AŞIRI ORMAN YANGINLARI ARTIYOR"

Raporda, şu değerlendirmelere yer verildi:

"Aşırı orman yangınları artıyor ve duman yüksek toksisitesi nedeniyle büyük sağlık sorunlarına yol açıyor. Avrupa

ve Kuzey Amerika'daki düzenlemeler endüstriyel ve ulaşım kaynaklı PM2.5 emisyonlarını azaltmış olsa da yangınla ilgili PM2.5'e maruziyet arttı. Bir çalışma, aşırı yangınların nereden olduğu dumanın 1990'lardan bu yana küresel olarak üç katına çıktığını ve 2010-2018 döneminde yılda yaklaşık 100 bin ek ölüme neden olduğunu gösteriyor ancak bu muhtemelen bir alt tahmin."

Aşırı yangınların etkili olduğu hava koşullarının gelecekte artmasının beklendiği kaydedilen raporda, Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) hava kalitesi yönergelerine uymanın giderek zorlaştığının altı çizildi.

Yer seviyesindeki ozon kirliliğinin insan sağlığını, tarımı ve ekosistemleri etkilediğine ve sıcak hava dalgaları nedeniyle giderek büyüyen bir sorun haline geldiğine işaret edilen raporda, ozon kirliliğine uzun süreli maruz kalmanın, öncelikle solunum yolu hastalıkları yoluyla artan ölüm oranlarıyla ilişkili olduğu belirtildi.

Raporda, "Ozon kirliliğindeki bu artan maruziyet, on binlerce ek erken ölüme yol açma potansiyeline sahip. Ozonla ilgili geleceğe dönük sağlık risklerinin yoğunlaşması bekleniyor." ifadeleri yer aldı.

Artan yaşlı nüfus için "uzun dönemli bakım sigortası" devreye alınacak

ANKARA (AA) - Türkiye, son dönemde yaşlı nüfusta görülen artış oranlarını ve gelişmelerin sosyal güvenlik dengesine etkilerini dikkate alarak "uzun dönemli bakım sigortası" başta olmak üzere çeşitli uygulamaları sisteme uyarlayacak.

Sosyal güvenlik sisteminin uzun vadeli mali sürdürülebilirliğinin güçlendirilmesi amacıyla bazı adımlar atılacak.

Prim tabanının genişletilmesi, tahsilatın artırılması ve yeni çalışma biçimlerine uyum sağlanması hedefleniyor. Bu kapsamda demografik gelişmelerin sosyal güvenlik dengesine etkileri de dikkate alınacak.

Türkiye İstatistik Kurumunun (TÜİK) 2025 yılı verilerine göre, ülkede 65 ve daha yukarı yaştaki nüfus 5 yılda yüzde 20,5 artarak 9 milyon 583 bin 59 kişiye ulaştı. Yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranı da yüzde 11,1'e çıktı. Ülkedeki yaşlı nüfus 2020 yılında 7 milyon 953 bin 555 kişi iken toplam nüfus içindeki oranı yüzde 9,5'ti.

Geçen yıl sonu itibarıyla yaşlı nüfusun yüzde 62,9'u 65-74 yaş grubunda, yüzde 27,9'u 75-84 yaş kategorisinde yer alıyor. 85 ve daha üzeri yaş grubundaki nüfus yüzde 7,8'lik kesimi oluşturuyor. Türkiye'de 100 yaş ve üzerinde 8 bini aşkın insan yaşıyor.

UZUN DÖNEMLİ BAKIM SİGORTASI İÇİN ALTYAPI OLUŞTURULACAK

Devlet bu göstergeleri ve doğurganlıktaki düşüş eğilimini de dikkate alarak sosyal güvenlik sisteminin mali sürdürülebilirliğini sağlayacak adımlar atılmasını kararlaştırdı. Bu kapsamda, "uzun dönemli bakım sigortası", 2027-2029 dönemi Orta Vadeli Program'a (OVP) konuldu. İlgili bakanlıkların ortak çalışmasıyla uygulamaya dönük altyapı oluşturulacak. Yaşlılık ve kronik rahatsızlıklar nedeniyle günlük yaşam aktivitelerini tek başına



gerçekleştiremeyen kişilere evde ya da kurumlarda sağlanan bakım desteğinin daha da güçlendirilmesi hedefleniyor. Evde sağlık ve palyatif bakım hizmetleri, süreklilik arz eden hizmetler haline getirilecek. Uzaktan sağlık hizmetleriyle bütünlüklü bir yapı hedefleniyor. Böylece, artan yaşlı bağımlılık oranı ve aileler üzerindeki bakım yükü hafifletilecek olacak. Bakım ekonomisinin güçlendirilmesi hedefi, sosyal güvenlik sisteminin mali sürdürülebilirliğine yönelik politikalar arasında yer alıyor. Program döneminde sağlık hizmetlerine erişim kısıtlanmadan finansal sürdürülebilirliğin sağlanmasına yönelik adımlar atılacak. Sağlık hizmetlerinin geri ödemesinde risk analizini ve hizmet sunucularının davranışlarını dikkate alan denetim modelleri geliştirilecek.

Veri analizi yoluyla geri ödeme kriterleri incelenerek, değer bazlı geri ödeme yöntemleri yaygınlaştırılacak. Hızlı artış gösteren gruplarda harcamaların etkinleştirilmesi sağlanacak. Yeni yılın ilk çeyreğinde bu konuda somut çıktılarının üretilmesi öngörüldü. Ayrıca, Sağlık Market

uygulanması daha fazla ilaç ve medikal malzemeyi kapsayacak şekilde genişletilerek tedarik zinciri güçlendirilecek. Üniversite hastanelerinin yönetim modeli de eğitim, araştırma ve hizmet fonksiyonları bakımından etkin ve sürdürülebilir bir yapıya kavuşturulacak. Bu adımların sosyal güvenlik sisteminin mali sürdürülebilirliğine katkı sağlaması hedefleniyor.

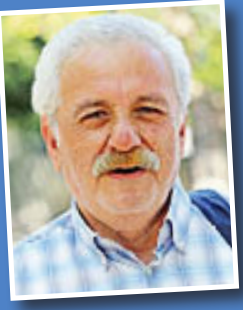
"İSTİHDAMDA DAHA UZUN SÜRE KALMA" HEDEFİ

Yeni OVP kapsamında, kişilerin daha uzun süre istihdamda kalmasını teşvik eden, hakkaniyeti ve aktüeryal dengeyi öncelleyen düzenlemelerin de hayata geçirilmesi planlanıyor.

Sosyal güvenlik sisteminin fiili ve yasal kapsamının genişletilmesi, kapsamda yer almayan grupların sisteme girişlerinin sağlanması için farklı meslek ve gelir gruplarına yönelik uygulamalar geliştirilecek.

İlgili mevzuat, değişen iş gücü piyasası koşullarına ve yeni nesil esnek çalışma biçimlerine daha uyumlu hale getirilecek. Prim borçlarının takip ve tahsilat süreçleri etkinleştirilecek.

Kurumların bilişim sistemleri güçlendirilerek veri paylaşımı artırılacak ve uzun dönemli mali sürdürülebilirliği ilişkin göstergeler düzenli olarak izlenecek.



Süreyya Oral'ın objektifinden bir zamanlar...

BAZI FOTOĞRAF BİR DÖNEMİN RUHUNU GELECEĞE TAŞIR

Değerli Cemiyet Başkanımız Beyhan Cenkçi'nin başkanlığı döneminde cemiyetimizde Dönemin Bakanlar Kurulu için düzenlenen bir resepsiyondan bu güzel hatıra da benim için anlamlı bir kare. O dönemin önemli devlet ve siyaset adamlarından eski Başbakanlarımızdan Ferit Melen ve Naim Talu ile eski Başbakan Yardımcısı ve siyaset adamı Kemal Satır'ın aynı davette bir araya geldiği o gece, Türk basın ve siyaset hayatının birbirine temas ettiği, sohbetin ve karşılıklı saygının hâkim olduğu güzel bir dönem hatırlatıyor.

Beyhan Cenkçi, gazeteciliğin yalnızca haber yazmak olmadığını; mesleğin itibarını, cemiyet kültürünü ve insan ilişkilerinin değerini de yansıtan bir isimdi.

Cemiyetimizin çatısı altında düzenlenen bu tür davetler, dönemin siyasetçilerini, gazetecilerini ve toplum hayatında iz bırakan isimlerini bir araya getirirken, aynı zamanda bugün artık birer tarihî belge niteliği taşıyan dostlukların ve sohbetlerin de zeminini oluşturuyordu.

Bugün geriye dönüp baktığımda, o gecenin yalnızca bir resepsiyon olmadığını düşünüyorum. Bir dönemin insanlarını, zarafetini, sohbet kültürünü ve basın dünyasının taşıdığı itibarı aynı



karede buluşturan kıymetli bir hatıra...

Başta değerli Cemiyet Başkanımız Beyhan Cenkçi olmak üzere, o güzel dönemin bütün değerli isimlerini rahmet, saygı ve minnetle anıyorum.

Geçmişten kalan bu tür hatıraların, yalnızca düğün değil, mesleğimizin hafızasının da önemli bir parçası olduğuna inanıyorum.

Ne güzel günlerdi...
Ne güzel insanlardı...
Ve ne kıymetli hatıralar kaldı geriye.



Ankara'daki Külhöyük'te endemik "sevgi çiçeği"nin bilinen en eski tohumları bulundu

ANKARA (AA)- Kültür ve Turizm Bakanı Ersoy, Külhöyük'teki kazılarda, 4 bin yıllık bir Hitit kabının içinde bugün dünyada yalnızca Ankara'nın Gölbaşı ilçesinde yetişen endemik "sevgi çiçeği"nin bilinen en eski tohum kalıntılarını tespit ettiklerini bildirdi.

Kültür ve Turizm Bakanı Mehmet Nuri Ersoy, NSosyal hesabındaki paylaşımında, Ankara'nın 5 bin yıllık hafızasını Külhöyük'te yeni bir keşifle gün yüzüne çıkardıklarını belirtti.

Ersoy, "Hatti ve Hitit kenti Külhöyük'te yürüttüğümüz kazılarda, 4 bin yıllık bir Hitit kabının içinde bugün dünyada yalnızca Ankara Gölbaşı'nda yetişen endemik sevgi çiçeğinin (centaurea) bilinen en eski tohum kalıntıları tespit edildi." ifadelerini kullandı.

Bugün koruma altında bulunan ve 2019'da coğrafi işaret alan sevgi çiçeğinin binlerce yıl öncesine uzanan izlerinin, Anadolu'nun zengin flora tarihine de yeni bir pencere açtığını vurgulayan Ersoy, şunları kaydetti:

"Cumhurbaşkanlığı Kararlı Kazı statüsünde, Bakanlığımız ve Ankara Üniversitesi adına Doç. Dr. Derya Yılmaz Tekin başkanlığında sürdürdüğümüz çalışmalarla Külhöyük'ün tarihini yeni bulgularla aydınlatmaya devam ediyoruz. Kültür Varlıkları ve Müzeler Genel Müdürlüğümüze ve uzman ekibimize özverili çalışmaları için teşekkür ediyorum."



Türkiye'de 16,1 milyon kişiye kanser taraması yapıldı

ANKARA (AA)- Sağlık Bakanlığı, Türkiye genelinde 16,1 milyon kişiye kanser taraması yapıldığını ve tetkikler sonucu 36 bin kişiye kanser tanısı konulduğunu bildirdi.

Bakanlıktan yapılan açıklamaya göre, Halk Sağlığı Haftası'nın yedinci gün teması "Kanserde Erken Teşhis Hayat Kurtarıcı" olarak belirlendi.

Türkiye'de bugüne kadar 16,1 milyon kişiye kanser taraması yapılarak test sonuçları riskli bulunan kişiler ileri tetkikler için üst basamak sağlık kuruluşlarına yönlendirildi.

Tetkikler sonucu 36 bin kişiye kanser tanısı konuldu. Mobil kanser tarama araçlarıyla da 515 binden fazla tarama hizmeti sunuldu.

Kanser tarama ve farkındalık hizmetlerinin yürütüldüğü KETEM'lerde, erken tanı ve tarama programları uygulanıyor.

Toplumda kanser farkındalığının artırılmasına yönelik eğitim ve danışmanlık hizmetleri de sunuluyor.

Türkiye'de Sağlıklı Hayat Merkezleri bünyesinde faaliyet gösteren 428 KETEM birimi ve 58 mobil KETEM tarama aracı olmak üzere 486 KETEM bulunuyor.

Bu merkezlerde yalnızca tarama değil, kanserden korunmaya yönelik eğitimler de verilerek, toplumda farkındalığın artırılması hedefleniyor.

KANSER TARAMALARI ÜCRETSİZ YAPILIYOR

Türkiye'de meme kanseri, kolorektal kanser (kalın bağırsak kanseri) ve serviks kanseri (rahim ağzı kanseri) için ücretsiz tarama programları yürütülüyor. Sağlık Bakanlığı, Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezleri (KETEM), Sağlıklı Hayat Merkezleri (SHM), Toplum Sağlığı Merkezleri (TSM), Aile Sağlığı Merkezleri (ASM) aracılığıyla bu taramaları ücretsiz olarak sunuyor.

Taramalara ayrıca mobil KETEM tarama araçlarıyla da ulaşılabilir.

Türkiye'de sık görülen, erken teşhisle tedavi edilebilen ve önlenebilen kanser türleri için tarama programları yürütülüyor.

Belirli yaş ve cinsiyet gruplarına yönelik testler uygulanarak kanserin erken dönemde tespit edilmesi hedefleniyor.

"KENDİNİZ VE SEVDİKLERİNİZ İÇİN KETEM'LERE DAVETLİSİNİZ"

Sağlık Bakanı Kemal Memişoğlu, konuyla ilgili sosyal medya hesabından yaptığı paylaşımında şunları kaydetti:

"Sağlıklı beslenme, tütünsüz yaşam ve düzenli fiziksel aktiviteyi hayatımızın merkezine koyarken ücretsiz taramalarımızı da ihmal etmeyelim. Kendiniz ve sevdikleriniz için KETEM'lere davetlisiniz."

5. AVRUPA MİRAS GÜNLERİ'NİN ANKARA PROGRAMI AÇIKLANDI

Ankara sevdalısı olacaksınız!

HABER MERKEZİ- 5. Avrupa Miras Günleri Ankara 19-20 Eylül 2026'da gerçekleşecek.

Avrupa Miras Günleri çerçevesinde Avrupa Ulusal Kültür Enstitüleri Ağı EUNIC tarafından düzenlenen etkinliklerin Ankara ayağına bu yıl 11'i Büyükelçilik olmak üzere otuzdan fazla kültür kurumu ve mekan 50'ye yakın etkinliklerle katılıyor.

İki gün boyunca büyükelçilik, müze, vakıf, dernek ve üniversiteler dahil 31 kurum rehberli turlar, sergiler, konserler, atölyeler, gösterimler ve şehir turları düzenleyerek Ankara'yı (yeniden) keşfetmek için sıra dışı ve özgün bir şekilde kapılarını açıyor. Etkinliklere ücretsiz olarak katılacak Ankara'lılar başkent zengin tarihi, mimarisi, kültür ve sanat mirasını hep birlikte kutlayacak.

Avrupa Miras Günleri'ne katılmak için <https://www.avrupamirasgunleri.com/tr> internet sitesinde hesap oluşturmak ve etkinlik programını inceleyerek 12 Eylül'den itibaren etkinlik rezervasyonu yapmak gerekiyor.

EUNIC tarafından düzenlenen ve Institut français Ankara tarafından koordinasyonu yapılan etkinlik, Ankara Büyükşehir Belediyesi ortaklığında, AB Türkiye Delegasyonu ile Almanya, Avusturya, Belçika, Finlandiya, Fransa, İtalya, İsveç, İsviçre, Litvanya ve Polonya büyükelçiliklerinin katılımıyla; Aks Creative Hub, An-Kara Hafıza, Ankara Olgunlaşma Enstitüsü, Ankara İngiliz Arkeoloji Enstitüsü, Azi-

ze Tereza Kilisesi, Demokrasi İçin Mimarlar Platformu, Dou Print Studio, Erimtan Arkeoloji ve Sanat Müzesi, Hacettepe Üniversitesi Ankara Devlet Konservatuarı, Anadolu Müzik Kültürleri Derneği, İnönü Vakfı, Ka - Görsel Kültür ve Sanatsal Düşünce İçin Mekan, Kavaklıderem Derneği, Koç Üniversitesi VEKAM, Lavarla, Türkiye İş Bankası İktisadi Bağımsızlık Müzesi, Urban Sketchers Ankara, ODTÜ Mimarlık Bölümü, O şarkı ve Institut français Ankara işbirliği ile gerçekleştirilmektedir.

KAYITLAR 12 EYLÜL'DE, KONTENJAN SINIRLI!

Program etkinliğin web sitesinde <https://www.avrupamirasgunleri.com/tr> bugün yayınlanıyor ve Avrupa Miras Günleri Instagram hesabından (@avrupa_miras_gunleri_ankara) da erişilebilir.

Tüm etkinlikler ücretsiz olup, etkinlik rezervasyonu yapmak için ilk olarak web sitesinde hesap oluşturmak gerekiyor. Etkinlik rezervasyonları 12 Eylül saat 10.00'dan itibaren online platform üzerinden yapılacaktır. Yerler katılımcı kurumların kontenjanları dahilinde sınırlıdır ve katılımlar için kayıtlar "ilk gelen ilk alır" esasına göre yapılacaktır.

AVRUPA MİRAS GÜNLERİ 1985 yılında Avrupa Konseyi tarafından başlatılan ve 1999 yılında Avrupa Birliği'nin de katılımıyla büyüyen bu etkinlik, Türkiye'nin 1954'ten bu yana taraf olduğu Avrupa Kültür Sözleşmesi'ne üye 50'den fazla ülkede düzenlenmektedir. Her yıl Eylül ayında

MÜZE - ROTA - SERGI - KONSER

Avrupa Miras Günleri Ankara

19 - 20 Eylül 2026

KAYITLAR 12 EYLÜL'DE BAŞLIYOR

AVRUPA BÜYÜKELÇİLİĞİ - MEKAN

bir hafta sonu düzenlenen bu etkinlik, dikkate değer miras alanlarının ve anıtlarının genel halka açılmasını sağlar. Bunlar, paylaşılan bir kültürel miras hakkında bilgi edinmek ve bu mirasın şimdiki ve gelecek nesiller için korunması ve tanıtılması için harekete geçmek için bir fırsattır.

EUNIC Ankara kümesinin girişimiyle, Avrupa Miras Günlerinin ilki Eylül 2022'de dört

Avrupa büyükelçiliğinin (Belçika, Fransa, Polonya, İsviçre) kapılarının istisnai bir şekilde halka açılmasıyla Ankara'da gerçekleşti. Bu beşinci edisyon, daha fazla sayıda Avrupa büyükelçiliğinin yanı sıra, kent tarihi, mimari ve sanatsal mirasına ait ya da bu mirasın korunması ve gelecek nesillere aktarılmasında önemli rol oynayan birçok Türk kültür kurumunu bir araya getiriyor.

BULMACANIN ÇÖZÜMÜ

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



ANKARA YAZILARI

Türkeş Ailesi ve İzmir'in Kurtuluşu

Umut ÖZKAN

Profesör Umay Türkeş Günay, MHP Kurucu Lideri Alparslan Türkeş'in ilk eşi Muzaffer Hanım'dan olan akademisyen kızı. Yaşamı üniversitelerde öğretim üyesi olarak geçmiş, Türk kültür yaşamında kitapları, eserleri bulunan bir Edebiyat Profesörü. Uluslararası birçok toplantıya katılmış, bildiriler sunmuş, konuşmalar yapmış bir bilim insanı.

Bugün 83 yaşında, fikri hayatı bir zenginlik olarak görüyor. Ülkemizin kültürel yaşamı üzerine düşüncelerini kuşaklara aktarma görevini hâlâ yerine getiriyor. Profesör Umay Türkeş Günay, uzun yıllar Hacettepe Üniversitesinde Türk Dili ve Edebiyatı Bölüm Başkanlığı, Gazi Üniversitesinde öğretim üyeliği yaptı ve KKTC'de öğretim üyesi olarak çalışmaya devam ediyor. Profesör Umay Türkeş Günay'ı üniversitede genç öğrencilerle söyleşide ya da bir konferansta görebilirsiniz. Derslerine girdiği lisans, yüksek lisans ya da doktora öğrencilerinin davetlisi olarak bir sempozyumda konuşmacı olarak da görebilirsiniz. Ya da bir kitap hazırlığında bulabilirsiniz.



ATATÜRK'ÜN İMZASI GURUR KAYNAĞIDIR

Hacettepe Üniversitesindeki sempozyumdan sonraki bir sohbetimiz sırasında Umay Hoca, İzmir'in işgali ile "Türkeş Ailesi"ni birleştiren bir bilgiyi şöyle aktarmıştı bana: "Babam Kıbrıslı bir Türk, tabii o zamanlar Kıbrıs İngiliz sömürgesi. Babamın Türk



vatandaşlığına alınmasındaki belgede Atatürk'ün imzası var. Belge hem bizde hem de devlet arşivinde var. Bu bizim için gurur kaynağıdır.

ANNEMİN İSMİ İZMİR'İN KURTULUŞUNDAN

Annem Muzaffer Şükriye Hanım, Isparta eşraflarından Ahmet Tevfik Katircioğlu'nun

ve Hatice Hanımın kızı. Annemin ismi de İzmir'in düşman işgalinden kurtuluşundan sonra konulmuştur. İzmir'in kurtuluşu bizim için önemlidir. Annemin ismi Muzaffer Şükriye'dir. İkinci ismi anneannesinin ismiydi. Ev hanımıydı, genç bir yaşta, 52 yaşında yaşama gözlerini yumdu. Ölümü hem milliyetçileri hem de Türkeş ailesini çok üzdü. Isparta'nın Katircioğlu ailesine mensuptu. Dedem Ahmet Tevfik Katircioğlu Kurtuluş Savaşı'na katılmış, Yemen'de iki yıl İngilizlere esir düşmüştü.

DEDEMİN SİLAH ARKADAŞLARI "MUZAFFER" OLSUN

Dedem, 9 Eylül 1922 tarihinde İzmir'in düşman işgalinden kurtuluşunda İzmir'e ilk giren Türk askerlerindendi. O tarihte önyüzbaşı rütbesindeydi. Kurtuluş Savaşı'na katıldığı için İstiklal Madalyası sahibiydi. Annemin adı nı dedemin o günkü silah arkadaşları koymuşlar: "Biz muzaffer olduk, kızının adı Muzaffer olsun." demişler. Dedem Isparta'da "Karıncayı bile incitmez." diye tanınırdı. Merhameti ve zarafetiyle biliniirdi. Türk kültürü ile barış ve olgunluğu birleştiren Alperen geleneğinin son temsilcilerindendi.

Vatandaşı zor bir kış dönemi bekliyor

ABD-İran savaşı ve küresel piyasalarda yaşanan riskler başta petrol olmak üzere doğal gaz fiyatlarını, artan fiyatlar da Türkiye'nin enerji faturasını kabartıyor

ANKARA (ANKA) - ABD-İran savaşı ve küresel riskler nedeniyle doğal gaz fiyatları alarm veriyor. Avrupa'nın referans doğal gaz fiyatı TTF, 31 Ağustos'ta önemli bir direnç noktasını kırarak 70,00 €/MWh'in üzerine çıktı. TTF, 1 Eylül'de 72,22 €/MWh düzeyine yükseldi ve 2 Eylül'de 73 €/MWh'in üzerinde işlem gördü. TTF, Ocak 2023'ten bu yana en yüksek seviyeleri gördü. Türkiye'nin ithal ettiği doğal gazda TTF'in ağırlığı yüzde 48,56. Bu nedenle gözler BOTAS'ın ekim ayında ve kış mevsiminde doğal gaz tarifeleriyle alacağı kararlara çevrildi.

Hollanda TTF (Title Transfer Facility), Avrupa'da doğal gaz ticaretinin yapıldığı en önemli sanal işlem noktası ve fiyat göstergesi işlem görüyor. Bu merkezde oluşan fiyatlar, referans olarak alınıyor.

Türkiye, yıllık 55-60 milyar metreküp düzeyinde doğal gaz tüketiyor. Net ithalatçı olan Türkiye, doğal gaz gereksiniminin önemli bir bölümünü (boru hatları üzerinden ve sıvılaştırılmış doğal gaz (LNG) olarak) ithalat yoluyla karşılıyor.

ABD-İran savaşı ve küresel piyasalarda yaşanan riskler başta petrol olmak üzere doğal gaz fiyatlarını, artan fiyatlar da Türkiye'nin enerji faturasını kabartıyor.

Enerji IQ CEO'su Emre Ertürk, ANKA Haber Ajansı'na doğal fiyatlarıyla ilgili son haftalarda yaşanan gelişmeleri değerlendirdi. Ertürk, küresel piyasalarda enerji fiyatlarında kırılganlık riskini yükselten güçlü sinyallerin söz konusu olduğunu belirterek, "Bu hareket, kış dönemini içeren yılın son çeyreğinde ekim, kasım ve aralık ayları öncesinde

piyasaların gündemini etkilemeye devam ediyor" dedi.

FİYATLAR YÜKSELİYOR

Ertürk, Avrupa'nın referans doğal gaz fiyatı TTF'deki yukarı yönlü hareketi işaret ederek, "TTF, 31 Ağustos'ta önemli bir direnç noktasını kırarak 70,00 €/MWh'in üzerine çıktıktan sonra günü 69,81 €/MWh ile kapattı. TTF, Eylül'e güçlü bir artış trendi ile girerek 1 Eylül'de 72,22 €/MWh civarına yükseldi ve 2 Eylül'de 73 €/MWh'in üzerinde işlem gördü" diye konuştu.

Ertürk, TTF'in, Ocak 2023'ten bu yana en yüksek seviyesine çıktığını ifade ederek, "Bu seyr, yaklaşan kış mevsimi öncesinde piyasadaki riskleri ve kırılganlığı belirgin şekilde artırmış oldu" dedi.

NİSAN AYINDA ZAM YAPILDI

Ertürk, BOTAS'ın en son nisan ayında doğal gaza zam yaptığını hatırlattı. Aynı tarihte, konutlarda kademeli tarifeye geçildi. İl bazında belirlenen tüketim sınırını aşan aboneler, çok yüksek fiyattan (her bin metreküpü vergi ve paylar hariç 18 bin TL) doğal gaz tüketmeye başladı.

Ertürk, Türkiye'nin ithal ettiği doğal gazda (ve alım maliyetlerinde) TTF'in önemli bir ağırlığı olduğunu vurgulayarak, "TTF'in ağırlığı yüzde 48,56'dır" ifadesini kullandı.

Ertürk, TTF'in payının BOTAS'ın spot LNG ithalatına bağlı olarak belli dönemlerde yüzde 60'ı aştığını, yüzde 70'e dayandığını söyledi.

BOTAS'ın bu kış döneminde maliyetlerini, doğal gaz santrallerinden gelen gaz talebinin belirleyeceğini vurgulayan Ertürk, şunları söyledi:



"Bu yılın son çeyrek döneminde ve gelecek yılın ilk aylarında elektrik talebinin başta hidroelektrik santralleri olmak üzere diğer kaynaklar tarafından karşılanması, doğal gaz talebini baskılayacak ve BOTAS'ın pahalı spot LNG alımını azaltacak. Ancak, her türlü senaryoda BOTAS arz güvenliğini sağlamak üzere spot LNG ithal edecek ve yükselen fiyatlar nedeniyle bu durum doğal gaz tarifeleri üzerinde güçlü bir zam baskısı oluşturacak."

Ertürk'ün verdiği bilgiye göre, geçen yılın son çeyrek döneminde spot LNG fiyatı (bin metreküp) 375 dolar düzeyinde bulunuyordu. TTF'teki artış nedeniyle LNG fiyatları, 750 dolar seviyesine kadar yükseldi. Ertürk, "Halihazırda BOTAS'ın sanayiye, santrallere ve ikinci kademe konut abonelerine uyguladığı tarife bin metreküp başına 18 bin lirayla yaklaşık 374 dolara karşılık geliyor" dedi.

DEPOLAR DOLU

Ertürk, Türkiye'nin, Silivri ve Tuz Gölü doğal gaz depoları tam dolu seviyede kışa girdiğini belirterek, şunları kaydetti:

"Bu, BOTAS'ın ithalat maliyetlerini optimize ederken kullanabileceği önemli

enstrüman olacak. 2025 yılı aralık - 2026 yılı şubat dönemini kapsayan üç ayda, depolardan günlük ortalama 27,07 milyon metreküp gaz sisteme veriliyordu. Bu dönemde sisteme verilen gaz miktarı bazı günlerde 41,32 milyon metreküpe kadar yükselmişti."

GÖZLER BOTAŞ'TA

BOTAŞ'ın, doğal gaz alım kontratlarında söz konusu TTF fiyatları etkili oluyor. TTF artarsa, doğal gaz ithalat maliyetleri de artıyor. TTF'teki artış sonrasında gözler BOTAŞ'ın ekim ayında ve kış mevsiminde doğal gaz tarifeleriyle ilgili alacağı kararlara çevrildi.

"ALINMIŞ KARAR YOK"

Enerji yönetimi, BOTAŞ'ın sübvansiyonlu fiyatlar üzerinden konut abonelerine gaz verdiğini belirterek, sübvansiyonun aşama aşama azaltılmasının hedeflendiğini söyledi.

Kaynaklar, elektrik ve doğal gazla enflasyon hedefiyle uyumlu zam yapıldığını kaydederek, "Doğal gazda ve elektrikte yüksek oranlı zam ihtiyacı söz konusu. Bu ihtiyacın ne kadarı, ne zaman tarifelere yansıtılır? Şu aşamada bu konuda alınmış bir karar yok" dedi.

Kritik ürün ve teknolojiler yerli imkanlarla geliştirilecek

ANKARA (AA) - Devlet, daha fazla kritik ürün ve teknolojinin yerli ve milli imkanlarla geliştirilerek üretilmesi için yeni program çağrılarını çıkarmaya hazırlanıyor.

2027-2029 dönemini kapsayan Orta Vadeli Program'dan (OVP) derlediği bilgiye göre, sanayide yüksek katma değerli dönüşümün desteklenmesi amacıyla sektörel önceliklendirmeyi esas alan hedefli sanayi politikaları hayata geçirilecek, yüksek katma değerli üretim desteklenerek dış pazarlarda rekabet gücü artırılacak.

Yerli ve milli üretimde kaldıraç rolü üstlenecek programların kapsamının da genişletilmesi planlanıyor. Bunun için, HIT-30 Yüksek Teknoloji Yatırım Programı ile öncelikli teknolojiler alanlarına yönelik büyük ölçekli yatırımlar, proje bazlı özelleştirilmiş mekanizmalar yoluyla desteklenecek.

Yatırım Taahhütlü Avans Kredisi (YTAK) Programı, üretken sektörlerde ihracatı destekleyici ve yüksek katma değerli ürün gruplarına yönelik mevcut yatırım teşvik sistemiyle bütünleşik biçimde seçici ve odaklı olarak daha etkin uygulanmaya devam edilecek.

Katma değeri yüksek, nitelikli olup görece daha küçük ölçekli imalat sanayisi yatırımlarını kapsayacak şekilde yeni bir uygulama alanı geliştirilecek.

Teknoloji Hamlesi Programı kapsamında kritik ürün ve teknolojilerin yerli imkanlarla geliştirilmesi ve üretilmesi için yeni program çağrılarını çıkılacak.

Stratejik Hamle Programı kapsamında arz güvenliğini sağlayacak, dışa bağımlılığı azaltacak, AR-GE içeriği yüksek ve ikiz dönüşüm hedefleriyle uyumlu yatırımlar desteklenecek.

Rekabetçilik ve sürdürülebilirlik potansiyeli taşıyan, ulusal düzeyde önem taşıyan kümelenme teşebbüsleri de desteklenmeye devam edilecek.

DİJİTALLEŞME VE E-TİCARET ALTYAPILARI GÜÇLENDİRİLECEK

Öncelikli sektörlerde rekabetçi üretimin geliştirilmesine yönelik kritik bileşenlerin yerli imkanlarla üretimi kamu alımları aracılığıyla desteklenecek.

Devlet yardımlarının kullanıldığı masasında illerin teknolojik yetkinlikleri

gözetilerek verimlilik artışı, teknoloji kazanımı, enerji verimliliği, ihracat, istihdam ve yerli katma değer oluşturulması gibi ölçütler öncelikli performans kriterleri olarak dikkate alınacak, etki değerlendirilmelerine dayalı olarak sade ve etkin yapıda yürütülmesine devam edilecek.

Yatırım teşvik sistemi seçici, ihtiyaç odaklı, sürekli, proje odaklı ve bölgesel gelişmişlik düzeyini gözeten bir çerçevede uygulanacak.

Tarımsal sanayi üretim süreçlerinde ortaya çıkan yan ürünlerin katma değerli ürünlere dönüştürülmesine yönelik yatırımlar teşvik edilerek tarım ve sanayi sektörü etkileşimi güçlendirilecek.

Yerel Kalkınma Hamlesi Programı kapsamında, teknolojik dönüşüm, ihracat ve istihdam odaklı bölgesel düzeyde belirlenen yatırım ihtiyaçlarına ilişkin özel sektör yatırımları desteklenecek.

Yöresel ve geleneksel ürünlerin ticarileştirilmesine ve katma değerinin artırılmasına yönelik markalaşma, tasarım, ambalaj ve sertifikasyon süreçleri teşvik edilecek, ulusal ve uluslararası pazarlara erişimleri kolaylaştırılacak, dijitalleşme ve e-ticaret altyapıları güçlendirilecek.



Türkiye'nin sivil havacılık filosu 846 uçağa ulaştı

ANKARA (AA) - Türkiye'nin sivil havacılıktaki büyümesi hız kesmeden devam ederken hava yolu işletmelerinin filosundaki uçak sayısı 846'ya, koltuk kapasitesi 166 bine ulaştı.

Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığı Sivil Havacılık Genel Müdürlüğü verilerinden yapılan derlemeye göre Türkiye'nin yılın ilk yarısında sivil havacılıktaki performansı, sektörün büyüme ivmesini ortaya koydu.

Türkiye Avrupa ülkeleri arasındaki Yabancı Tesilli Uçaklara Yapılan Emniyet Denetlemesi (SAFA) performansında 5'inci sırada yer aldı. Bu dönemde yapılan 8 uluslararası müzakere sonucu 22 ilave frekans kazanılırken Kanada ile sınırsız kargo seferi düzenleme hakkı elde edildi.

Havacılıkta yalnızca yolcu taşımacılığında değil, bu alandaki ekonomide de giderek daha büyük hacim oluşturan Türkiye, ülkeler arasındaki yerini güçlendirdi. Havalimanlarında milyonlarca yolcunun oluşturduğu hareketlilik, sivil havacılık sektörünün ulaştığı ölçeği gözler önüne serdi.

Bu kapsamda, ocak-haziran döneminde iç hat yolcu sayısı 50 milyon, dış hatta ise 61 milyon olmak üzere toplam yolcu sayısı 111 milyon oldu. Hava yolu işletmelerinin filosundaki uçak sayısı 846'ya ulaşırken koltuk kapasitesi 166 bini aştı. Bu dönemde taşınan yük miktarında da artış kaydedildi. İç hatlarda 441 bin ton, dış hatlarda ise 2 milyon 58 bin ton olmak üzere toplam 2 milyon 499 bin ton yük taşındı.

Yılın ilk yarısı sonunda hava yolu işletme sayısı 14, hava taksi işletme sayısı 49, genel havacılık işletme sayısı 101, balon işletme sayısı 72, çok hafif hava aracı işletmesi sayısı 13, bakım işletme sayısı 165, yer hizmeti kuruluş sayısı 48, iniş şeritleri 15 olarak kayıtlara geçti.

Hava taksi işletmelerinde 259, genel havacılık işletmelerinde 632, balon işletmelerinde 528, çok hafif hava aracı işletmelerinde 35 hava aracı bulunuyor. Türkiye'nin havacılıkta büyümesi yalnızca yolcu ve yük trafiğiyle de sınırlı kalmadı. Son 23 yılda sektörün cirosu 805 kat artarak 2 trilyon 463 milyar lirayı aştı.

UÇUŞ GÜVENLİĞİ İÇİN 838 DENETİM

Bu dönemde Türkiye'nin uluslararası havacılık alanındaki bağlantıları da genişlemeyi sürdürdü. Yılın ilk yarısı sonunda hava ulaştırma anlaşması bulunan ülke sayısı 175'e yükseldi.

Söz konusu 6 ayda havacılık emniyetinin ve uçuş güvenliğinin artırılmasına yönelik denetimler de yapıldı. Bu dönemde 387 uçuşa elverişlilik, 334 uçuş operasyon, 57 havaalanları, 37 hava seyrüsefer ve 23 havacılık güvenliği alanındaki olmak üzere 838 denetim gerçekleştirildi. Denetimler içinde 33 SAFA denetlemesinin yanı sıra 19 da Yerli Tesilli Uçaklara Yapılan Emniyet Denetlemesi (SANA) gerçekleştirildi.

Yılın ikinci yarısında da sivil havacılık sektöründe emniyet, güvenlik, kalite ve uçuşa elverişlilik standartlarının daha da geliştirilmesine yönelik kapsamlı denetim ve gözetim faaliyetlerinin gerçekleştirilmesi planlandı.

Bu kapsamda, yerli ve yabancı hava araçlarına yönelik sigorta faaliyetleri, ürün, parça ve bunlara yapılan değişikliklerin sertifikasyonu sürekli uçuşa elverişlilik kuruluşlarının onay ve gözetim faaliyetlerinin yürütülmesine hedefleniyor.

Ayrıca hava aracı bakım kuruluşlarının izin, ruhsat, yetkilendirme ve denetim işlemleri kapsamında izleme çalışmaları gerçekleştirilecek. Havacılık güvenliği alanında ise sürekli kalite kontrol faaliyetleri kapsamında 3 havalimanı güvenlik denetimi ve 3 gizli havacılık güvenliği testinin yapılması planlanıyor. Milli Sivil Havacılık Güvenlik Programı ve ilgili talimatlar kapsamında yetkili acente, 5 hava yolu işletmesi ve 4 uçuş tedarik güvenlik denetiminin yanı sıra SHT-Siber Talimatı kapsamında 15 havacılık sektörü işletmesinde siber güvenlik denetimi hedefleniyor. Yılın ikinci yarısında gerçekleştirilecek çalışmalar ve denetimlerle sivil havacılık faaliyetlerinin emniyetli, güvenli ve uluslararası standartlara uygun şekilde yürütülmesi amaçlanıyor.

24 SAAT

GAZETECİLER CEMİYETİNİN YAYIN ORGANIDIR

14 EYLÜL 2026 PAZARTESİ SAYI: 14257

Gazeteciler Cemiyeti Adına Sahibi

NAZMİ BİLGİN

Yönetim Kurulu

Ali Oruç, Ali Topçu, Ayhan Aydemir, Emin Özgönül, Güray Soysal, Kenan Şener, Kudret Doğandemir, Mustafa Yoldaş, Özlem Akarsu Çelik, Önder Yılmaz, Ümit Gürtuna, Yusuf Kanlı, Zeynep Gürcanlı 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, Üsküp 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)



Her 2 çalışan 1'inin tatil sonrası performansı düşüyor

HABER MERKEZİ - Yaz tatilinin ardından iş hayatına yeniden uyum sağlama dönemi başlarken, Pluxee çalışanların işe dönüş deneyimini mercek altına aldı. Pluxee adına Yöntem Araştırma Eğitim Danışmanlık tarafından 1.000 aktif çalışanla gerçekleştirilen "İşe Dönüşün Farklı Halleri" araştırması, tatilden işe dönüşün çalışanların önemli bir bölümü için bir adaptasyon süreci olduğunu gösteriyor.

Araştırmaya göre çalışanların yüzde 49'u performansını tatil sonrasında daha düşük değerlendirirken, yüzde 32'si performansının tatilden etkilendiğini, yüzde 19'u ise performansını tatil öncesinde daha düşük hissettiğini belirtiyor.

İŞE DÖNÜŞÜN EN ZOR TARAFI YENİDEN TEMPOYA ALIŞMAK

Çalışanların tatil dönüsünde yaşadığı güçlüklerin başında yüzde 33 ile yoğun iş temposuna yeniden alışmak geliyor. Bunu yüzde 21 ile erken kalkmak, yüzde 18 ile rutin hayata dönmek izliyor. Biriken işler çalışanların yüzde 14'ü, trafik ve ulaşım ise yüzde 12'si için işe dönüşün en zor tarafını oluşturuyor.

Araştırma, çalışanların bu süreçte nasıl geri dönmek istediğine dair de oldukça net bir işaret veriyor. Tüm çalışanların yüzde 44'ü işe dönüşü kolaylaştıracak en değerli desteğin ilk hafta daha esnek veya kısa çalışma saatleri olduğunu belirtiyor. Tatil sonrasında performansını daha düşük değerlendiren çalışanlarda ise bu oran yüzde 50'ye çıkıyor.

Bu sonuç, tatil dönüşündeki temel ihtiyacın yalnızca bir yan hak talebi olmadığını; çalışanların iş temposuna kademeli bir geçiş beklentisi taşıdığını gösteriyor.

ÇALIŞAN ESNEKLİK BEKLİYOR, MEVCUT DESTEK YÜZDE 12'DE KALİYOR

Araştırmanın ortaya koyduğu en dikkat çekici alanlardan biri de çalışanların beklentileri ile mevcut işveren uygulamaları arasındaki fark.

Çalışanların işe dönüş döneminde beklediği destekler birden fazla seçenek üzerinden değerlendirildiğinde esnek veya uzaktan çalışma imkânı yüzde 37 ile öne çıkıyor. Bugün bu desteğe sahip olduğunu belirtenlerin oranı ise yüzde 12. Böylece beklenti ile mevcut uygulama arasında 25 puanlık bir fark oluşuyor.

Benzer bir tablo ek izin veya adaptasyon izninde de görülüyor: Çalışanların yüzde 33'ü bu desteği beklerken yüzde 13'ü bugün bu imkânı sahip olduğunu söylüyor. Market ve gıda alışverişi desteği beklentisi yüzde 28 seviyesindeyken mevcut destek oranı yüzde 10'da kalıyor.

Araştırmanın sonuçlarını değerlendiren Pluxee Türkiye Pazarlamadan Sorumlu Genel Müdür Yardımcısı Sinem Hekimoğlu, çalışan desteğinde yeni dönemin "doğru zamanlama" üzerinden şekilleneceğine dikkat çekti:

"Araştırma bize çalışan deneyiminde meselenin yalnızca ne kadar fayda sunduğumuz olmadığını gösteriyor. Asıl konu, sunduğumuz desteğin çalışanın o andaki ihtiyacıyla ne kadar örtüştüğü. İşe dönüş bunun çok iyi bir örneği. Çalışanların önemli bir bölümü bu dönemde yeniden ritim kazanmakta zorlanırken beklentileri daha yumuşak bir geçiş, esneklik ve günlük hayatlarını kolaylaştıracak destekler etrafında şekilleniyor. Çalışan deneyiminde bundan sonraki dönemin daha fazla fayda sunmaktan çok; doğru faydayı, doğru çalışana, doğru zamanda ulaştırılabilecek üzerine kurulacağını düşünüyoruz."

TEK TİP ÇALIŞAN DENEYİMİ HERKES İÇİN AYNI DEĞERİ YARATMIYOR

Araştırmanın sonuçları, işe dönüş beklentilerinin çalışan gruplarına göre de farklılaştığını gösteriyor. Kadın çalışanlar ilk hafta daha esnek veya kısa çalışma saatleri ile uzaktan ya da hibrit çalışma imkânını erkeklerle göre daha fazla öne çıkarırken, erkek çalışanlarda ilk hafta daha az toplantı yapılması beklentisi daha belirgin.

Çalışanların kurumsal yan hak öncelikleri de çalışan gruplarına göre ayrışıyor. Beyaz yakada teknoloji, spor, sosyal yaşam ve kültür-sanat destekleri daha fazla önem kazanırken; mavi yakada yemek, market, giyim ve çocuk/ aile destekleri öne çıkıyor.

Hekimoğlu sözlerini şöyle tamamladı:

"Çalışanların ihtiyaçları hayat evrelerine, çalışma biçimlerine ve içinde bulundukları döneme göre değişiyor. Bu nedenle tek tip çalışan deneyimi yaklaşımı giderek etkisini kaybediyor. Pluxee olarak yan hak çözümlerimizi çalışanlara seçim alanı sunan, farklılaşan ihtiyaçlara ve hayatın farklı anlarına uyum sağlayabilen esnek ve kişiselleştirilebilir bir yapı üzerine kuruyoruz."

İstihdamı artıracak yeni formüller devreye alınacak

Devlet, istihdamın artırılması amacıyla yerel yönetimler ve özel sektör işbirliğiyle kurumsal bakım ve kreş hizmetlerinin yaygınlaştırılmasını ve esnek süreli çalışma modellerinin uygulanmasını kapsayan yeni uygulamaları devreye almaya hazırlanıyor

ANKARA (AA) - 2027-2029 dönemini kapsayan yeni Orta Vadeli Program'dan (OVP) yaptığı derlemeye göre, atıl iş gücünün azaltılmasını hedefleyen bütüncül politikalar hayata geçirilecek.

Bu kapsamda, potansiyel iş gücünün ekonomik faaliyete katılımını artırmak amacıyla iş gücü piyasasına girişin önündeki beceri, bakım, iş arama ve bölgesel uyumsuzluk kaynaklı engeller azaltılacak.

İş gücü piyasası dışında kalan bireylerin kayıtlı ve sürdürülebilir istihdama geçişleri desteklenecek.

Atıl iş gücünün kalıcı şekilde azaltılması amacıyla erken yaşlardan itibaren üretim kültürünü aşılayarak çalışma hayatına hazırlayan ve iş gücüne katılımı teşvik eden programlar uygulamaya alınacak.

Çalışmanın fazileti ve üretiminin toplumsal değeri, örgün

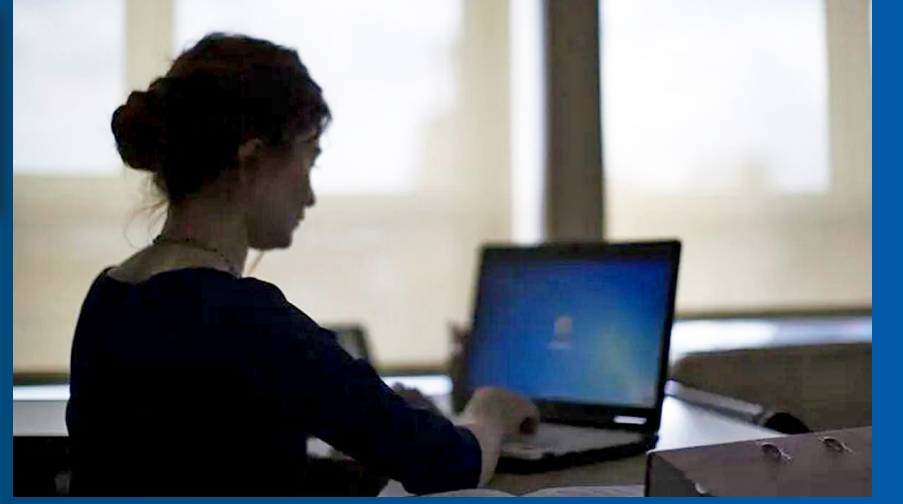
eğitim sürecinin başlangıcından itibaren müfredata yansıtılacak.

Potansiyel iş gücünde bulunan bireyler, iş ve meslek danışmanlığı hizmetleriyle aktif iş gücü programlarına dahil edilecek, profil bazlı yönlendirme ve beceri geliştirme imkanlarıyla iş gücüne katılımı artırılacak.

ÇOCUK BAKIMI İÇİN UZAKTAN İSTİHDAM DESTEKLENECEK

Sosyal yardım sistemi ile aktif ve pasif iş gücü programları arasında bağlantı güçlendirilecek, sosyal yardım alan bireylerin iş gücüne katılımını ve istihdam edilebilirliğini sağlamaya yönelik aktif iş gücü programları yaygınlaştırılacak.

Yeniden beceri kazandırma, takip ve eşleştirme mekanizmaları güçlendirilerek aktif iş gücü programlarına katılanların iş gücü açığı bulunan sektörlerde kalıcı istihdama geçişleri desteklenecek.



Ebeveyn izni, bakım sorumluluklarının daha dengeli paylaşılmasına imkan sağlayacak şekilde yeniden düzenlenecek.

Merkezi hükümet, yerel yönetimler ve özel sektörün işbirliğini sağlayacak şekilde kurumsal bakım ve kreş hizmetleri yaygınlaştırılacak, iş yerindeki kreş ve bakım hizmetleri sunumu özellikle kadınlar başta olmak üzere istihdamı destekleyecek şekilde geliştirilecek.

Çocuk bakım yükümlülüğü bulunan çalışanlar için işletmelerin kısmi ya da tamamen uzaktan istihdam olanakları

sunmaları desteklenecek. ÇALIŞMA GÜNLERİNİN AYARLANMASI VE ESNEK SÜRELİ İSTİHDAM FORMÜLLERİ

Atıl iş gücüne meslek kazandırmaya yönelik programlar yerel iş gücü talebi ve bölgesel ihtiyaçlar gözetilerek geliştirilecek.

İş ve yaşam uyumunun ve çalışan verimliliğinin artırılması doğrultusunda, çalışma günlerinin ayarlaması ile esnek süreli istihdam modellerine ilişkin geliştirme çalışmaları yapılacak.

Türkiye'de yılın 8 ayında 56 ilin ihracatı arttı

ANKARA (AA) - Ticaret Bakanlığı, ocak-ağustos döneminde 25 ilin ihracatının 1 milyar doların üzerine çıktığını, 56 ilde de ihracat artışı kaydedildiğini bildirdi.

Bakanlık, ağustos ayı ve yılın 8 ayına ilişkin faaliyet illerine göre ihracat verilerini açıkladı. Buna göre İstanbul, geçen ay 5 milyar 503 milyon dolarla en fazla ihracat yapan il oldu. Kentin ihracatı, geçen yılın aynı ayına göre yüzde 13 arttı. İstanbul'u, 3 milyar 122 milyon dolar ve yüzde 16,6 yükselişle Kocaeli ile 1 milyar 842 milyon dolar ve yüzde 1,2 azalışla İzmir takip etti.

Kıymetli veya yarı kıymetli taşlar faslı, 1 milyar 585 milyon 465 bin dolarla İstanbul'un ihracatında ilk sırada yer aldı. Bu faslı, 444 milyon 940 bin dolarla örme giyim eşyası ve aksesuarları, 420 milyon 309 bin dolarla kazanlar-makineler izledi.

Kocaeli'de, motorlu kara taşıtları 1 milyar 16 milyon 136 bin dolarla en fazla dış satım yapılan sektör oldu.

Bu faslı, 335 milyon 903 bin dolarla elektrikli makine ve cihazlar, 296 milyon 975 bin dolarla mineral yakıtlar ve yağlar takip etti.

İzmir'in ihracatında, mineral yakıtlar ve yağlar, 292 milyon 454 bin dolarla ilk sırada yer aldı. Söz konusu faslın ardından, 183 milyon 569 bin dolarla kazanlar-makineler, 180 milyon 198 bin dolarla demir ve çelik geldi.

İLK 3 İLİN EN FAZLA İHRACAT YAPTIĞI ÜLKELER

İstanbul'un ihracatında, 986 milyon 101 bin dolarla İsviçre ilk sırada yer aldı. Bu ülkeyi, 479 milyon 727 bin dolarla ABD ve 336 milyon 420 bin dolarla Birleşik Arap Emirlikleri izledi.

Kocaeli, en fazla ihracatı 304 milyon 910 bin dolarla İngiltere'ye yaptı. Bu ülkenin ardından, 280 milyon 591 bin dolarla Almanya ve 179 milyon 400 bin dolarla ABD geldi.

İzmir'in en fazla ihracat yaptığı ülke, 177 milyon 652 bin dolarla Almanya oldu. Bu ülkeyi, 169 milyon 126 bin dolarla ABD, 144 milyon 824 bin



dolarla İspanya takip etti.

İHRACATINI TUTAR BAZINDA EN ÇOK ARTIRAN İLLER

Ağustosta, yıllık bazda ihracatını en fazla artıran iller sıralamasında İstanbul 634 milyon dolarlık artışla ilk

sırada geldi. İstanbul'u, 467 milyon dolarla Mersin, 444 milyon dolarla Kocaeli izledi.

Böylece ocak-ağustos döneminde 25 il 1 milyar doların üzerinde ihracat yaptı, 56 il de ihracatını artırdı.

Savunma harcamalarında "aslan payı" milli çözümlere gidecek

ANKARA (AA)- Türkiye'nin artan savunma harcamalarında "aslan payı" yerli ve milli çözümlere ayrılacak.

Cumhurbaşkanı Yardımcısı Cevdet Yılmaz, 2027-2029 dönemini kapsayan Orta Vadeli Program'ı (OVP) açıklarken savunma harcamalarının yüzde 229 artırılacağını duyurdu.

Bu artış, Türkiye'nin savunma sanayisinde yerli ve milli ürünlerin seri üretim ve yüksek adetti tedarikinin arttığı bir döneme karşılık geliyor. İlave kaynaktan araç ve ekipmanların tedarikine ayrılacak payın önemli bölümü Türk savunma sanayisi ürünü platform, silah, sensör ve mühimmat tedarikinde kullanılacak.

Program döneminde savunma harcamaları üç başlık altında Türk savunma sanayisinde karşılık bulacak. Bu kapsamda tasarımı tamamlanan ve geliştirme aşamasına geçen ürünlere, seri üretime geçecek ürünlere ve halihazırda seri üretime geçen ürünlerin yüksek adetlerde teminine yönelik olarak savunma harcamaları yönlendirilecek.

Yakın zamanda envantere girmesi beklenen insansız savaş uçakları KIZILELMA ve ANKA III, jet eğitim uçağı HÜRJET, entegre hava savunma sistemi ÇELİKKUB-BE bileşenleri ve deniz platformları başta olmak üzere bir dizi ürün güvenlik güçlerine güç katacak, mevcut ürünlerin üretim ve teslimatı hızlanacak.

Mevcut hatların kapasite artışı özellikle hava savunma açısından önem taşıyor. ASELSAN, ROKETSAN ve TÜBITAK SAGE ortaklığıyla geliştirilen hava savunma sistemlerinin yüksek adetti üretilmesi, ÇELİKKUBBE gibi çok katmanlı



bir mimarinin operasyonel hale getirilmesi yüksek hacimli siparişleri gündeme getirecek.

Türk savunma sanayisinde artan seri üretim kapasitesiyle birlikte bu hatlardan çıkacak ürünlere yönelik de yeni siparişler verileceği öğrenildi.

Türkiye, Ankara'da gerçekleştirilen NATO Zirvesi kapsamında da üye ülkelerin birlikte geliştireceği "Vurucu Güç Kabiliyetleri, Bütünleşik Hava ve Füze Savunma Sistemleri, Uzay ve Gözetleme Kabiliyetleri, Savunma Sanayii İçin Kritik Ham Maddeler, NATO'nun İnsansız Hava Aracı Üstünlüğü" gibi alanlarda anlaşmalar imzaladı ve taahhütlerde bulundu. ASELSAN, ROKETSAN, STM ve TÜBITAK'ın yüklenicileri arasında yer aldığı projeler gelecek yıllarda İttifak'ın caydırıcılık mimarisinin omurgasını oluşturacak.

Türk savunma sanayisinin bugüne kadar ortaya koyduğu yerli ve milli çözümler, ithalat maliyetlerini önemli ölçüde düşürdü, aynı zamanda dışa bağımlılığı azaltarak stratejik özerklik sağladı. Türkiye'nin 1970-1979 yıllarında askeri ve savunma harcamalarında ithalatın payı yaklaşık yüzde 50 seviyesindeyken bu oran yüzde 10'lar civarına geriledi. Savunma sanayisinde yerlilik oranı 2002 yılında yüzde 20 iken bugün yüzde 80'lerin üzerine çıktı. Bu başarı, dış alımların maliyetini büyük ölçüde azalttığı gibi, yerli firmaların teknoloji üretme kapasitesini de artırdı.

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



LÖSEV
Lösemili Çocuklar Vakfı

Vegan beslenmede kritik nokta:



"Eksileni doğru tamamlamak"

HABER MERKEZİ- Vegan beslenmenin tek başına "sağlıklı" veya "sağlıksız" olarak değerlendirilmesi doğru değil. Bu beslenme modelinde önemli olan, hayvansal besinlerin yerine kişinin ihtiyaçlarını karşılayacak doğru ve dengeli seçenekleri koyabilmek.

Dyt. Ecem Çiçek Çakmak

Günümüzde insanlar sağlık, çevresel kaygılar ve hayvan refahına yönelik farklı nedenlerle vegan beslenmeyi tercih edebiliyor. Ancak et, balık, tavuk, süt ve süt ürünleri ile yumurta gibi hayvansal kaynaklı besinlerin tüketilmediği bu beslenme modelinde dikkat edilmesi gereken temel bir nokta var. Listeden çıkarılan besinlerin yerine hangi besinlerin, ne miktarda ve ne çeşitlilikte ekleneceğinin kişiye özel, doğru planlanması gerekiyor.

İstanbul Okan Üniversitesi Hastanesi Beslenme ve Diyet Kliniği'nden Dyt. Ecem Çiçek Çakmak, vegan beslenmenin tek başına "sağlıklı" veya "sağlıksız" olarak değerlendirilmemesi gerektiğini belirterek şunları söylüyor: "Her bireyin enerji ve besin ögesi ihtiyacı farklı olduğundan; yaş, cinsiyet, fiziksel aktivite düzeyi, yaşam tarzı, günlük rutin, mevcut beslenme alışkanlıkları ve bireysel hedefler, oluşturulacak beslenme planını doğrudan etkiliyor. Bu nedenle hazır bir beslenme listesini herkes için uygulamaya, kişinin ihtiyaçlarına uygun bir plan oluşturulması daha doğru bir yaklaşım. Özellikle uzun süreli vegan beslenmede besin ögesi yeterliliğinin belirli aralıklarla değerlendirilmesi, gerekli durumlarda beslenme planının güncellenmesi ve takviye ihtiyacının uzman görüşü doğrultusunda ele alınması gerekiyor."

Vegan beslenmede protein, B12 vitamini, demir, kalsiyum, iyot, D vitamini, çinko ve omega-3 yağ asitlerinin yeterliliğinin gözetilmesi önemli. Bu nedenle bakağiller, soya ürünleri, tam tahıllar, sebze-meyveler, kuruyemişler ve tohumlar gibi farklı besin gruplarının dengeli biçimde tüketilmesine özen gösterilmeli. Gerekliğinde zenginleştirilmiş besinler ve takviyeler ise uzman değerlendirmesi doğrultusunda ele alınmalı.

BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR DA SÖYLÜYOR: EKSİKLERİ İHMAL ETMEYİN

Academy of Nutrition and Dietetics'in 2025 yılında yayımladığı güncel değerlendirmede, uygun şekilde planlanan vegan ve vejetaryen beslenme modellerinin yetişkinlerde beslenme açısından yeterli olabileceği belirtilirken, bireysel ihtiyaçların ve besin ögesi yeterliliğinin gözetilmesinin önemi vurgulanıyor. Ayrıca 141 araştırmanın değerlendirildiği bir başka çalışmada, vegan bireylerde özellikle B12 vitamini, kalsiyum ve iyot alımının daha düşük olabildiği bildiriliyor. Bu sonuçlar, tek bir besin grubunu "iyi" veya "kötü" olarak değerlendirmekten ziyade, beslenme düzeninin bütününe ele alınması gerektiğine işaret ediyor.

Dyt. Ecem Çiçek Çakmak, vegan beslenmeye geçiş kişinin mevcut alışkanlıklarının değerlendirilmesiyle başlaması gerektiğini belirterek önemli bir noktayı da vurguluyor: "Vegan beslenmeye geçişte önceliğimiz, kişinin bir anda tüm alışkanlıklarını değiştirmesinden ziyade, beslenme düzeninin sürdürülebilir bir şekilde yeniden yapılandırılmasıdır. Gerekliğinde kan değerlerinin takip edilmesi ve profesyonel değerlendirme doğrultusunda hareket edilmesi de sürecin sağlıklı bir şekilde yürütülmesine destek oluyor."

Fazla kahve tüketimi kemik sağlığını etkileyebilir mi?

Batıgöz Sağlık Grubu Balçova Cerrahi Tıp Merkezi Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı Op. Dr. Hakan Özer, kemik sağlığının tek bir besin ya da içecekla açıklanamayacağını belirterek, kahve tüketiminin de kişinin genel beslenme düzeni ve yaşam tarzı içerisinde değerlendirilmesi gerektiğine dikkat çekiyor

HABER MERKEZİ- Kahve, günlük yaşamın en yaygın alışkanlıklarından biri. Ancak yaş ilerledikçe kemik sağlığının korunmasında yalnızca kalsiyum ve D vitamini değil, günlük beslenme ve yaşam tarzı alışkanlıklarının bütünü önem taşıyor. Özellikle ileri yaşlarda ve menopoza sonrası dönemde yüksek kafein tüketiminin kemik sağlığı üzerindeki olası etkileri dikkat çekiyor.

KEMİK YOĞUNLUĞU YAŞLA BİRLİKTE NEDEN ÖNEM KAZANIYOR?

Kemik dokusu yaşam boyunca sürekli olarak yenilenir. Yeni kemik yapımı ile mevcut kemik dokusunun yıkımı arasındaki denge, kemik kütlelerinin korunmasında önemli rol oynar. Yaşın ilerlemesiyle birlikte bu denge değişebilir ve kemik kaybı hızlanabilir. Kadınlarda, menopoza sonrasında hormonal değişikliklerin de etkisiyle kemik mineral yoğunluğundaki azalma daha belirgin hale gelebilir.

Kemik mineral yoğunluğunun azalması, osteoporoz ve buna bağlı kırık riskinin değerlendirilmesinde önemli göstergelerden biridir. Yaş, genetik özellikler, beslenme, fiziksel aktivite, sigara ve alkol kullanımı, bazı hastalıklar ve kullanılan ilaçlar bu süreçte birlikte değerlendirilmelidir.

KAHVE TÜKETİMİNDE MİKTAR ÖNEMLİ

Kahve tüketimi ile kemik sağlığı arasındaki ilişki yalnızca içilen fincan sayısıyla açıklanabilecek kadar basit değildir. Günlük alınan toplam kafein miktarı ve kişinin beslenme alışkanlıkları da önem taşır.

Sağlıklı yetişkinler için günlük toplam kafein alımının 400 mg'ı aşmaması genel bir referans olarak



Op. Dr. Hakan Özer

kabul edilmektedir. Ancak bir fincan kahvedeki kafein miktarı; kahvenin türüne, hazırlanma yöntemine ve porsiyon büyüklüğüne göre önemli ölçüde değişebilir. Bu nedenle günlük tüketimi değerlendirirken yalnızca fincan sayısına değil, toplam kafein alımına da dikkat edilmelidir.

Ölçülü kahve tüketiminin tek başına kemik mineral yoğunluğunu azalttığını ya da osteoporozu neden olduğunu söylemek doğru değildir. Bununla birlikte yüksek miktarda kafein tüketimi, özellikle ileri yaşlarda veya kemik kaybı açısından en risk faktörleri bulunan kişilerde dikkate alınması gereken yaşam tarzı unsurlarından biri olabilir.

Bu nedenle amaç kahveyi tamamen bırakmak değil; tüketim miktarını kişinin yaşı, beslenmesi ve bireysel risk faktörleri ile birlikte değerlendirmektir.

KAFEİN KALSİYUM DENGESİNİ ETKİLEYEBİLİR Mİ?

Kafeinin kemik sağlığı açısından



gündeme gelmesinin nedenlerinden biri kalsiyum metabolizması üzerindeki olası etkileridir. Yüksek miktarda kafein tüketiminin kalsiyum emilimi ve vücuttaki kalsiyum dengesi üzerinde sınırlı bir etkisi olabileceği düşünülmektedir.

Bu etkinin kişinin günlük kalsiyum alımı ve genel beslenme düzenine göre değişebileceği de göz önünde bulundurulmalıdır.

Tek başına kahve tüketimine odaklanmak yerine yeterli ve dengeli beslenme, kalsiyum ve D vitamini gereksiniminin karşılanması ile kişinin sağlık durumuna uygun fiziksel aktivitenin birlikte değerlendirilmesi önem taşır.

ÇAY İÇMEK KEMİKLERİ KORUR MU?

Çayın içerdiği kateşinler ve diğer biyoaktif bileşenlerin kemik metabolizması üzerindeki etkileri de bilimsel olarak incelenmektedir. Çay tüketimi ile kemik mineral yoğunluğu arasında olumlu bir ilişki olabileceğine yönelik bulgular bulunmakta birlikte, çayı osteoporozdan koruyan bir içecek olarak değerlendirmek doğru değildir. Bu nedenle kemik sağlığı amacıyla çay tüketimini artırmak

yerine beslenme ve yaşam tarzının bütününe odaklanması gerekir.

KEMİK SAĞLIĞINDA BÜTÜNCÜL YAKLAŞIM ÖNEMLİ

Op. Dr. Hakan Özer, kemik sağlığının birçok faktörden etkilendiğini belirterek şu değerlendirmede bulunuyor:

"İleri yaşlarda kemik kaybını yalnızca kahve tüketimi gibi tek bir alışkanlık üzerinden değerlendirmek doğru değildir. Genetik özellikler, yaş, menopoza, beslenme düzeni, fiziksel aktivite düzeyi, sigara ve alkol kullanımı, bazı kronik hastalıklar ve kullanılan ilaçlar kemik sağlığını birlikte etkileyebilir. Özellikle yüksek miktarda kafein tüketen kişilerde günlük kalsiyum alımı ve genel beslenme düzeninin de göz önünde bulundurulması önemlidir."

Kahveden tamamen vazgeçmek yerine tüketim miktarının genel beslenme ve yaşam tarzı içerisinde değerlendirilmesi önem taşıyor. Kemik mineral yoğunluğu, osteoporoz ve kırık riski ise kişinin yaşı ve bireysel risk faktörleri doğrultusunda sağlık profesyonelleri tarafından değerlendirilmelidir.

Sanal medyada gördüğünüz her egzersizi uygulamayın

HABER MERKEZİ- Masa başında çalışma, yoğun telefon kullanımı ve hareket-siz yaşamın boyun, sırt ve bel sorunlarını artık genç yaşlara taşıdığına işaret eden Demirci, "Her egzersiz herkes için uygun değildir. Aynı bölgede ağrı olması, ağrının nedeninin de aynı olduğu anlamına gelmez. Bu nedenle sanal medyada görülen bir hareketi, sadece başka bir kişiye iyi geldiği için uygulamak doğru olmayabilir." dedi.

Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölüm Başkanı Prof. Dr. Deniz Demirci, 8 Eylül Dünya Fizyoterapi Günü dolayısıyla fizyoterapinin koruyucu sağlık hizmetlerinden sağlıklı yaşlanmaya, nörolojik hastalıklardan teknolojik rehabilitasyon uygulamalarına kadar genişleyen rolünü değerlendirdi.

"FİZİYOTERAPİYE BİR ŞEY OLDUKTAN SONRA DEĞİL, SORUN OLUŞMADAN ÖNCE DE İHTİYAÇ DUYABİLİRİZ"

Fizyoterapinin yalnızca hastalık, sakatlık ya da ameliyat sonrasında başvuru alan

bir yöntem olarak değerlendirilmemesi gerektiğini belirten Prof. Dr. Deniz Demirci, "Fizyoterapiyi sadece bir hastalık, sakatlık veya ameliyat sonrasında uygulanan bir tedavi olarak düşünmemek gerekiyor. Aslında fizyoterapinin koruyucu sağlık açısından da önemli bir yeri var. Kişinin hareket kapasitesini, kas gücünü, dengeyi ve günlük yaşam alışkanlıklarını değerlendirerek ileride ortaya çıkabilecek bazı problemlerin önüne geçebiliriz. Gününün büyük bölümünü masa başında geçiren bir kişinin henüz ciddi bir şikayeti yokken hareket alışkanlıklarını düzenlemek, uygun egzersizleri öğrenmesini sağlamak önemli bir koruyucu yaklaşım. Yani fizyoterapiye sadece 'bir şey olduktan sonra' değil, sorun oluşmadan önce de ihtiyaç duyabiliriz." dedi.

HAREKETSİZ YAŞAM KAS-İSKELET SİSTEMİ SORUNLARINI ARTIRIYOR

Bilgisayar, telefon ve diğer dijital cihazların günlük yaşamın merkezine yerleşmesiyle birlikte hareketsiz geçirilen sürenin arttığını ifade eden Prof. Dr. Deniz

Demirci, "Günlük yaşamımızdaki değişiklikler kas-iskelet sistemi problemlerini de oldukça etkiledi. Bilgisayar ve telefon başında uzun süre kalmak, gün içerisinde yeterince hareket etmemek ve aynı pozisyonda uzun süre çalışmak özellikle boyun, sırt ve bel şikayetlerini artırıyor. Dikkat çekici olan ise bu problemlerin artık sadece ileri yaşlarda karşımıza çıkmaması. Genç yetişkinlerde ve öğrencilerde de boyun, sırt ve bel ağrıların daha sık görüyoruz. Burada sadece 'duruşumuz bozuk' demek yeterli değil. Bence asıl üzerinde durmamız gereken konulardan biri, gün içerisinde ne kadar hareket ettiriyoruz." diye konuştu.

"HER EGZERSİZ HERKES İÇİN UYGUN DEĞİLDİR"

Ağrı yaşayan kişilerin dijital medya platformlarından gördükleri egzersizleri kendi kendilerine uygulamalarının bazı durumlarda sakıncalı olabileceğini dile getiren Prof. Dr. Deniz Demirci, egzersizin kişinin ihtiyacına göre planlanması gerektiğini söyledi.

"Egzersiz kesinlikle önemli ve doğru

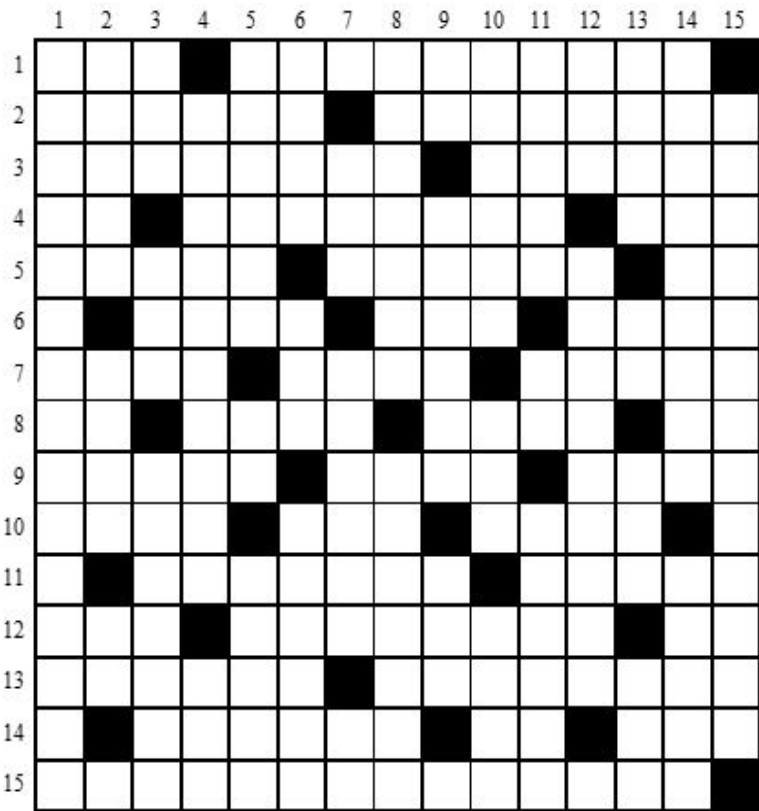


Prof. Dr. Deniz Demirci

kullanıldığında çok değerli bir tedavi aracıdır." diyen Demirci, şöyle devam etti:

"Ancak her egzersiz herkes için uygun değildir. Aynı bölgede ağrı olması, ağrının nedeninin de aynı olduğu anlamına gelmez. Bu nedenle sanal medyada görülen bir hareketi, sadece başka bir kişiye iyi geldiği için uygulamak doğru olmayabilir. Özellikle şiddetli veya giderek artan ağrı, uyuşma, güç kaybı ya da belirgin hareket kısıtlılığı varsa öncelikle bir değerlendirme yapılması gerekir. Kısacası, egzersizi önermiyoruz demek doğru değil; tam tersi ne egzersizi doğru kişiye, doğru zamanda ve doğru şekilde uygulamak gerekiyor."

TDK Güzel Türkçe Bulmacası



SOLDAN SAĞA

1. Baba... Yalıtılmak... 2. Atlarla çekilen, dört tekerlekli, yaylı, üstü örtülü binek arabası... Yıldız falcısı... 3. Isırmasına sebep olmak... Rengi karaya yakın olan, esmer... 4. Zamanın bölünemeyecek kadar kısa parçası, lahza... Parçalanıp dağılmış yer katmanlarının birbirleri ile olan ilişkilerini araştırarak yer bilimi kolu... At, eşek, öküz vb. yük hayvanlarının tırnaklarına çakılan, ayağın şekline uygun demir parçası... 5. Ciltli ve ciltsiz olarak bir araya getirilmiş, basılı veya yazılı kâğıt yapılarının bütünü... İğdiş etmek... Yalnız bir ailenin oturabileceği biçimde yapılmış yapı... 6. Etkilenme, çağırışım veya içe doğmayla akla gelen yaratıcı duygu, düşünce, ilham... Düşünce... Hiçbir zaman, hiçbir biçimde, sakın, zinhar... 7. Üzerine herhangi bir şey asmaya yarar nesne... Çoktan beri var olan, üzerinden çok zaman geçmiş bulunan, yeni karşısı... İp merdiven (eski)... 8. Radyum elementinin simgesi... Atom numarası 24 olan, 1514 °C'de eriyen, ısıya dayanıklı, havada oksitlenmeyen bir element (simgesi Cr)... Belleme (halk ağzı)... Lityum elementinin simgesi... 9. Kas... Çok şişman... Bir şeyi olan, elinde bulunduran, taşıyan... 10. Yıl... Kayak... Cemaate namaz kıldırarak kimse... 11. Üzerinde çıkarıldığı yılın tarihi bulunan, 7 gram ağırlığında, cumhuriyet altınına göre daha yaygın ve iri olan altın sikke... Genellikle sarık, bohça, kundak ve yorgan yüzü yapımında

kullanılan, zemini beyaz, üzerinde safran renginde nakışlar bulunan ipek kumaş... 12. Denizin, gölün küçük girintiler biçiminde karaya doğru sokulduğu bölümü... Canice (eski)... Alüminyum elementinin simgesi... 13. Kökten, asıl olarak, esaslı bir biçimde (eski)... Kabare oynayan oyuncu... 14. Şırnak iline bağlı ilçelerden biri... Ülkenin vali yönetimindeki bölümü, vilayet... Karganın çıkardığı ses... 15. Hiçbir özrünü geçeri olamayacağını anlatan bir söz...

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Beyaz tenli, kara gözlü, kara saçlı... 2. Yapma, suni (eski)... Süzül, gösteriş olmayan, yalın, gösterişsiz... Dokuzdan sonra gelen sayının adı... 3. Temiz, münezzeh... Eşi olmayan, biricik, yegâne... Bir devletin yönetim biçimini belirten, yasama, yürütme, yargılama güçlerinin nasıl kullanılacağını gösteren, yurttaşların kamu haklarını bildiren temel yasa, kanunuesasi... 4. Orta ağırlık... Atmosferin alt tabakalarındaki küçük su taneleri veya buhardan oluşan bulutların çok alçak olarak yeryüzüne kadar inmesiyle oluşan duman... 5. Tepi... Renyum elementinin simgesi... Acı katılmış olan... 6. Akasya, kitle, sütleğen vb. ağaçların kabuklarından sızarak donan, eriyeği yapıştırıcı olarak kullanılan, renksiz veya sarı kırmızımsı renkte biçimsiz madde... Ne var, ne oluyor?... Kayak sporunda bayraklarla

işaretlenmiş birtakım dönemlerden oluşan pist üzerinde yapılan bir yarış türü... 7. Tanrıtanıma... Özel günlerde erkeklerin giydiği önu açık, ceketi genellikle ipek yakalı takım giysi... Protaktinyum elementinin simgesi... 8. Kısa ve özlü (söz), veciz... Birikme, bir yerde toplanıp yığılma... 9. Notada duraklama zamanı ve bunu gösteren işaretin adı... Nasıl bir düşünceyle, niçin?... Elin parmak dipleriyle bilek arasındaki iç bölümü, avuç içi... 10. Etkimek işi, tesir... Kısa sürede birçok mermi atabilen, isabet oranı düşük, tek elle de kullanılabilen bir tür makineli tüfek... Okyanusların güneş ışığının ulaşmadığı derin yerleri... 11. Soluk borusu... Bir şeyin esas tutulan yüzü, arka karşıtı... Anlamlı... 12. Kırmızı ile mavinin karışmasından oluşan renk, menekşe renginin kırmızıya çalması... Ölüm veya felaket haberi, kötü haber... 13. Şimdi, şu anda, hâlâ, henüz, daha (eski)... Skandiyum elementinin simgesi... Çelişkili ve tutarsız iki cümleyi birbirine bağlamaya yarayan bir söz, amma, lakin... Ben... 14. Kocaeli ilinden olan kimse... Sapı kısa, küçük odun baltası... 15. Galvanizinin yaptığı iş...

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

ÇÖZÜMÜ SAYFA 4'TE

S 24 SAAT SPOR

14 EYLÜL 2026 PAZARTESİ

VOLEYBOLDA GENÇ MİLLİLER GÜMÜŞ MADALYA ALDI



HABER MERKEZİ-Türkiye 16 Yaş Altı Erkek Milli Voleybol Takımı, Balkan Şampiyonası'nda gümüş madalya aldı. Yunanistan'ın Midilli Adası'nda düzenlenen organizasyonda mücadele eden ay-yıldızlılar, ilk maçında Bulgaristan'a 3-0 yenildi. Milliler, sonraki karşılaşmalarda Yunanistan'ı 3-1, Sırbistan'ı 3-2 ve Romanya'yı 3-0 mağlup ederek turnuvayı, 3 galibiyetle 2'nci sırada tamamladı.

Hidayet Türkoğlu "Ne kadar gurur duysak az" diyor



BASKETBOLDA MUTLULUK ZİRVEDE



MEHMET KİSMET

Başkan Hidayet Türkoğlu ve Başantrenör Ergin Ataman, galibiyeti müthiş takım ruhu ve kusursuz savunmaya bağlayarak oyuncularla gurur duyduklarını açıkladı

A Milli Erkek Basketbol Takımı, FIBA 2027 Dünya Kupası Avrupa Elemeleri 2. Tur J Grubu'ndaki ikinci maçında İzlanda'yı deplasmanda 110-73 mağlup edip, Dünya Kupasına katılmaktan dolayı mutluluğu Yaşıyor.

GÜĞSÜMÜZ KABARDI

A Milli Takım'ın Dünya Kupası bileti aldığı haberini karşılaşmanın ardından soyunma odasında öğrendiklerini belirten Türkoğlu, "8'de 8, namağlûbuz. Güzel bir galibiyetin ardından Dünya Kupası biletini de aldık. Ben de soyunma odasında öğrendim. Bizim çocuklarla ne kadar gurur duysak az. Başta hocamızı, bütün sporcu arkadaşlarımızı kutluyorum. Bütün başarı, bütün gurur, bizlerin bu noktada göğsümüzün kabarmasında, başımızın dik olmasında en büyük neden gerçekten onların göstermiş olduğu performans. Bu yüzden onlara canı gönülden teşekkür ediyorum." diye konuştu.

Milli takımın performansından övgüyle söz eden Hidayet Türkoğlu, konuşmasını şu sözlerle sürdürdü: "Avrupa ikinciliğinden sonra yükselen bir grafiğimiz vardı. Bunu gerçekten 8 maçtır inanılmaz şekilde devam ettiriyoruz. O yüzden hepsine ne kadar teşekkür etsək azdır. Bu süreçler gerçekten kolay değil. Bence arkadaşlar şu an bulundukları yerin de ne kadar önemli, ne kadar değerli olduğunun farkındalar. Şu an sahaya çıktıkları zaman da gösterdikleri birliktelik, o mücadele de zaten şu an Avrupa basketbolu olarak şu an zirvesinde olduklarını sonuna kadar hak ettiklerini bir kez daha gösterdiler. Her ne kadar garantilesek de önemli olan basketbolumuzu daha iyi oynamak, kendimizi geliştirmek, güven kazanmak. Hem Avrupa hem dünya genelindeki sıralamamız açısından inanıyorum ki hem kasımdaki hem şubattaki maçlar da bizim için çok değerli olacaktır."



BRONZ MADALYA ALAN TENİŞÇİLERİMİZ KUTLANDI

HABER MERKEZİ-Taranto 2026 Akdeniz Oyunları'nda tenis kadınlar çiftler kategorisinde bronz madalya kazanan milli sporcularımız Çağla Büyükkakçay ve Berfu Cengiz ile Kadın Milli Takımının Kaptanı Bora Gerçekler, Türkiye Tenis Federasyonu Başkanı Şafak Müderrisgil tarafından ödüllendirildi. Başkan Müderrisgil, Akdeniz Oyunları'nda ülkemizi başarıyla temsil ederek bronz madalya kazanan Çağla Büyükkakçay ve Berfu Cengiz'i tebrik ederek milli sporcularımıza hediye takdiminde bulundu. Taranto 2026'daki bronz madalya başarısına ve Milli Takımımıza sunduğu katkılar dolayısıyla Kadın Milli Takım Kaptanı Bora Gerçekler'e de Başkan Müderrisgil tarafından plaket takdim edildi.



OTİZMLİ YÜZÜCÜ TUNA TUNÇA, CATALİNA KANALINI GEÇTİ

HABER MERKEZİ-Otizimli ultra maraton yüzücüsü Tuna Tunca, dünyanın en zorlu açık su yüzme etapları arasında gösterilen Okyanus Yedilis'i'nin (Ocean's 7) dördüncü parkuru Catalina Kanalı'nı yaklaşık 11 saatte geçmeyi başardı. Nöroçeşitliliğin gücünü temsil eden Tuna Tunca, daha önce Manş Denizi, Cebelitarık Boğazı ve Kuzey Kanalı'nı geride bırakmıştı

FENERBAHÇE, BUGÜN GAZİANTEP DEPLASMANINDA

HABER MERKEZİ-Süper Ligin 5'nci haftası bugün oynanacak tek maçla perdesini kapatacak. Günün maçında saat 20.00'de Gaziantep FK ile Fenerbahçe karşılaşacak. 1'nci Ligin 7'nci haftasında da saat 20.00'de Kadir Has Stadyumunda Kayserispor ile İstanbulspor oynayacak.

GÜREŞİMİZ CANLANMA YOLUNDA

Başkan Taha Akgül Ata sporumuz için konuştu:

GÜREŞİMİZ YÜKSELME DÖNEMİNDE

»Sistemi oturtmaya çalıştıklarını söyleyen Başkan Akgül 20 ayın hesabını verdi



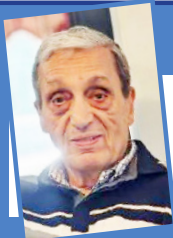
HAKAN ŞAHİN

Türk sporunun madalya deposu olan Güreşimizin şu anda ki Başkanı Taha Akgül, yükselişin yeniden olacağını açıkladı. Başkan olarak geride bıraktığı 20 ayda yaptıklarını özetle-

yen Akgül, "Geldiğimiz günden bu yana bir sistem oturtmanın peşindeyiz. Ciddi bir yapılanma içerisine girdik. Tabii bunun meyvelerinin alınmasının bir süreye ihtiyacı var. Nasıl ki altyapıdaki düşüşümüz bir anda olmadıysa yükselişimiz de bir anda olmayacak" diye konuştu. Temmuz ayında 8-14 yaş-

ları arasındaki 10 binden fazla sporcunun katılımıyla Ankara'da düzenlenen Türkiye Minikler Güreş Şampiyonası'ndan çok olumlu geri dönüşler aldıklarını belirten Akgül, "Türkiye Cumhuriyeti tarihinin en büyük Türkiye şampiyonasını yaptık, katılım sayısı olarak bir rekora imza attık. Ankara Spor Salonu'nda müthiş

bir coşkuyla bir festival gerçekleştirdik. Bütün yaş kategorilerinin en yeteneklilerini tespit ettik. Başta bakanlığımız olmak üzere sponsorlarımızın desteğiyle burayı finanse ettik ve çocuklarımızı çok ciddi bir destek sağladık. Ailelerimizin coşkusu, çocuklarımızın heyecanı muhteşimdi" ifadelerini kullandı.



BANA GÖRE...

BU ÇİRKİNLİK ÖNLENMELİ ARTIK

Güray SOYSAL

soysalguray@gmail.com

Hakemlerin düştüğü durum ortada

Futbolda hakemlerin zaman zaman düştüğü duruma üzülüyorum. Niye mi?

Bir hareket sonunda maçın hakemi karşılaşmayı durdurup VAR'ın kararını öğrenmek istiyor. Bu durum üzerine, aleyhteki durum üzerine bazı futbolcuların hakemlerin üzerine yüklenmesini sık sık görüyoruz.

Hakem, VAR'ın kararını öğrenmek için yaptığı görüşmede, bazı futbolcuların hakemin üzerine nasıl yüklendiğine hemen hemen her maçta şahit oluyoruz. Saha içinde karar konusunda VAR ile boşu boşan hakem, futbolcuların ortaya çıkardığı çirkinliklerle de boşuşmak zorunda kalıp geri adımlar atıyor. Bu konuda, bizim gibi seyreden hakemlerden sorumluların en kısa zamanda bu çirkinliğe çözüm bulması gerekiyor.



HAKEMLERİN BAŞINA ÜŞÜŞENLER

İŞTE, LİĞİN TOZUNU ATAN TAKIM



1959 yılında ligin tozunu atan Gençlerbirliği'ni anmak ister misiniz?... Öyle ise buyurun.. Kadroda kimler yoktu ki?... Soldan sağa ayakta: Nihat Çetin, Zeynel Soyuer (Rüzgarı oğlu), İlhan Geliş, Orhan Yüksel, Tefvik Kutluay, Kahraman Aşar Oturanlar: Kemal Aydın, İsmail Karakurt, Oral Keçelioğlu, Selçuk Çakmaklı (Köylü), Tugay Özçeri (Müsteşar)



KAPTAN BAŞKENT'İ BIRAKIP GİTTİ

KAPTAN SELDA BAŞKENT'İ TERK ETTİ

9Haziran 1993 Çaycuma doğumlu olan Milli takımımızın kaleci Selda Akgöz Başkent Ankara'dan ayrıldı.

4 sezon boyunca FOMGET'te kaptanlık yapan Selda Akgöz, şimdilerde Beşiktaş'ta görev yapıyor. Başkent takımında kaldığı süre içinde Şampiyonluk gören Selda Akgöz, Milli takımımızın kaleciliğinde de başarıyı yakalamıştı. Şimdilerde Beşiktaş için mücadele ediyor.



NEREDEN NEREYE GELİNDİ

İZMİR'İ ÖRNEK ALMALIYIZ

Başkent Ankara kulüpleri İzmirlileri örnek almalı. Zira... Önce Altay, sonra Altınordu, sırada Karşıyaka örneğini göstermeliyim.

İzmir'le bütünleşen bu 3 kulüp bugün sadece yaşama tutunmak için çığlık atıp, duruyorlar.

İzmir'den yükselen bu çığlıklar Başkent Ankara'ya kadar geldi mi bilmiyorum, ancak gidilen yol tıpkı İzmir Kulüple-

rinden farksız.

Sun çığlık 112 yıllık Altay kulübünden geldi.

112 Yıllık Altay kulübü kuruluşu kayıma başvurmamakta buldu. Altay yönetimi, son üç genel kurulda başkan adayı çıkaramaması ve mali sorunlar nedeniyle istifaya ederek kulübe kayıyım atanması talebiyle mahkemeye başvurdu.

Başkent kulüplerinin acele tarafından İzmir'i örnek almalarını isterim.

Unutulmayanlar

İSMAİL AKÇAY



1942 yılında Balıkesir'in Kesirven köyünde (Yeni ismi Akçakaya. Balıkesir il merkezine 8 km uzaklıkta) dünyaya geldi. Jandarma Astsubay Okulu'ndan mezun oldu. Bu dönemde atletizme başladı. Kros koşuktan sonra maraton dalına geçiş yaptı. 1964'te Türkiye Maraton 1.'liğini elde etti ve 1972'ye kadar 8 yıl bu başarısını sürdürdü. 1968 Meksika Olimpiyatları'nda 4. olma başarısından dolayı L'Équipe spor gazetesinin Dünya'nın en iyi 10 maratoncusu listesinde Avrupalı ilk 3 atlet arasında ve World Sports dergisinin şeref listesinde ise 6. sırada yer aldı.

DOĞRU SÖZE NE DENİR?

Mesafe; saygısızlığa verilebilecek en güzel cevaptır.

KENDİMİZİ ALDATMAYALIM

4yılda bir yapılmasına karar verilen ve ülkeler arasında toplumsal ve kültürel yaklaşımı sağladığı belirtilen Akdeniz Oyunları'na 384 sporcu ile katıldık. Türkiye'nin 384 sporcusuna yönetici ve teknik adamları da eklersek rakam 500'ü buluyor.

Buraya kadar her şey normal görünüyor. 76 yıllık gelenek olan Akdeniz Oyunları'nın 20'ncisi İtalya'nın Taranto kentinde düzenlenirken, bol miktarda madalya alan sporcularımızın gelecek için neler kazanacağı konusunda net bir fikrim oluşmadı.

Zira...

Akdeniz Oyunları ve Balkan Şampiyonaları'na katılan 3 veya 4'üncü sınıf sporcularımızın, gelecekteki Olimpiyat ve Dünya Şampiyonaları'nda yeterli tecrübeyi edineceklerine inanmıyorum.

Bundan önceki Akdeniz Oyunları'nda altın, gümüş ve bronz madalya kazanan sporcularımızın, Olimpiyat ve Dünya Şampiyonaları'nda geride kalışlarına yine tanık olacağız.

Onun için Akdeniz Oyunları'nda "Başarıyoruz" naraları atanların sesini Olimpiyatlar ve Dünya Şampiyonaları'nda da duymak isteriz.

