

Okyanuslar iklim krizinin görünmeyen yükünü taşıyor

ODTÜ İklim Merkezi ve Deniz Bilimleri Enstitüsü Müdürü Prof. Dr. Barış Salihoğlu, " Son 10 yılda deniz seviyesindeki yıllık yükselme hızı yılda 5 milimetreye çıktı ve artmaya devam ediyor. Denizlerde sıcak hava dalgaları yaygınlaşıyor, kutuplar hariç okyanusların yüzde 90'ında yılda en az bir sıcak deniz dalgası görülüyor. İklim politikalarının artık kara merkezli yaklaşımın ötesine geçmesi gerekiyor. Ulusal iklim taahhütlerinde okyanus ve kıyı çözümlerinin sistematik biçimde yer alması kritik" dedi. **S.4'te**



SERA GAZI EMİSYONU YEŞİL DÖNÜŞÜMÜ GEREKLİ KILIYOR

TÜRKİYE'nin ev sahipliğinde kasım ayında düzenlenecek Birleşmiş Milletler (BM) İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi 31. Taraflar Konferansı (COP31) Eylem Gündemi'nde

belirlenen 10 öncelikli tema arasında yer alan yeşil sanayileşme başlığında, sanayinin düşük karbonlu üretime geçişi ve çevresel etkilerinin azaltılması amaçlanıyor. **S.6'da**

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

24 SAAT

GAZETECİLER CEMİYETİNİN GÜNLÜK YAYIN ORGANIDIR

YIL: 45 • SAYI:14269 28 EYLÜL 2026 PAZARTESİ



Ekran ışığına maruz kalmak uyku kalitesini bozuyor



TÜRK Toraks Derneği Başkanı Prof. Dr. Çağlar Çuhadaroğlu, gece ekranlardan yayılan ışığın beyni, sosyal medya içeriklerinin ise zihni uyanık tuttuğunu belirterek, dijital ekran ve sosyal medya kullanımının uyku kalitesi, sağlık ve iş verimliliğini olumsuz etkilediğini söyledi. **S.3'te**

GENÇLERİN SOSYAL YAŞAMINA İLİŞKİN VERİLER, YALNIZLIĞIN ARTIK SADECE TEK BAŞINA KALMAKLA AÇIKLANAMAYACAĞINI GÖSTERİYOR

Her 4 öğrenciden 1'i dışlanmış hissediyor



Dr. Elgiz Henden



Türkiye'de her 4 dakikada bir kişi sigaradan hayatını kaybediyor

TÜRKİYE'de yılda yaklaşık 125 bin kişi tütün nedeniyle hayatını kaybediyor. Bu rakam, her 4 dakikada ortalama bir kişinin yaşamını yitirdiği anlamına geliyor. Ölümlerin 25 binini sigara kullanmadığı halde pasif içiciliğe maruz kalanlar oluşturuyor. **S.3'te**

TÜRKİYE'de 15 yaşındaki öğrencilerin yüzde 28'i okulda yalnız hissediyor, yüzde 26'sı ise kendisini dışarıda bırakılmış veya yabancı hissediyor. 18-24 yaş grubundaki gençlerin yüzde 40'ı ise kendisini sık sık veya her zaman yalnız hissediyor. Master Certified Coach (MCC) Dr. Elgiz Henden, gençlerde yalnızlığın arkadaş sayısıyla ölçülemeyeceğine dikkat çekerek, "Yüzlerce sosyal medya bağlantısı, gencin kendisini ait ve güvende hissettiği anlamına gelmez" dedi.

HENDEN, "Bir gencin çok sayıda arkadaşı olması, sürekli mesajlaşması veya sosyal medyada yüzlerce kişiyle etkileşim kurması onun yalnız olmadığı anlamına gelmez" diye konuştu. **S.5'te**

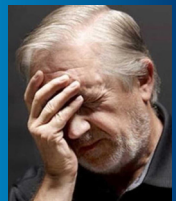


İki yılda 1 milyon 756 bin bebek işitme taramasından geçti

SAĞLIK Bakanlığınca yürütülen işitme tarama programları kapsamında son iki yılda 1 milyon 756 bin bebeğe işitme taraması yapılırken, 24 bin bebek ileri tanı merkezlerine sevk edildi. Bakanlıktan, "Uluslararası İşitme Engelliler Haftası" dolayısıyla yapılan açıklamaya göre, işitme kayıpları doğuştan olabileceği gibi enfeksiyonlar, travma, yüksek sesli müzik ve uzun süreli gürültüye maruz kalma gibi çeşitli nedenlerle de ortaya çıkabiliyor. **S.3'te**

Unutkanlığınızı "yaşlılıktandır" diyerek göz ardı etmeyin

YAŞ ilerledikçe zaman zaman bir ismi hatırlayamamak veya bir randevuyu unutmak normal kabul edilebilirken, giderek artan ve günlük yaşamı etkileyen unutkanlıkların dikkate alınması gerekiyor. Her unutkanlığın Alzheimer anlamına gelmediğini belirten Memorial Göztepe Hastanesi Nöroloji Bölümü'nden Doç. Dr. Rahşan Advıye İnan, uyku bozuklukları, depresyon, vitamin eksiklikleri, tiroid hastalıkları ve bazı ilaçların da unutkanlığa neden olabileceğini belirtti. **S.7'de**



SICAKTAN KORUNMAK DA SINIFSA:



"Serinlemek bir adalet mücadelesidir"

MARDİN'i aşırı sıcaklar ve termal konfor açısından inceleyen akademik araştırma, sıcaktan korunma imkânlarının kent içinde eşit dağılımadığına dikkat çekti. Yeşil alan, gölge, konut koşulları ve klima gibi imkânların ekonomik ve mekânsal koşullarla ilişkisi olduğunu

ortaya koyan çalışmayı değerlendiren Kentte Ekolojik Hayat Platformu Kurucusu Utku Yılmaz, "Serinlemek bir adalet mücadelesidir ve bir kent hakkıdır" diyerek kentlerin herkes için serinleme alanları sunması gerektiğini vurguluyor. **S.2'de**

İnternette alışveriş yapanlara "IBAN" ve "sahte ödeme bağlantısı" uyarısı

E-TİCARET platformları üzerinden alışveriş yapan tüketiciler, son dönemde siparişlerine ilişkin çeşitli gerekçelerle platform dışından ödeme yapmaya yönlendiriliyor. Uzmanlar, "siparişinizde sorun oluştu", "ürünün fiyatı yanlış girildi" veya "fiyat farkını ödemeniz gerekiyor" gibi gerekçelerle IBAN'a para gönderilmesine yönelik taleplere karşı tüketicileri uyarıyor. **S.6'da**

Çiziyorum TUMER ARGİN



BANA GÖRE

Hiç değilse tarihe saygılı olun

Güray SOYSAL

8'de



ANKARA YAZILARI

Orhan Kemal, Oktay Akbal ve Ali Sirmen pavyona gider mi?

Umut ÖZKAN

3'te

POSTA SEKTÖRÜNÜN GELİRİ 104 MİLYAR LİRAYI AŞTI

TÜRKİYE'de e-ticaretin büyümesi, posta sektörünün ilerlemesine katkı sağlarken, sektörün geliri 2026'nın ilk 6 ayında geçen yılın aynı dönemine göre yüzde 34,4 artarak 104,45 milyar liraya çıktı. **S.6'da**

24 SAAT

Gazeteciler Cemiyeti'nin yayın organı

Gazetesine tamamen renkli tablet ve cep telefonlarımızdan (Pazar günleri hariç)

ÜCRETSİZ ulaşabilirsiniz.

ios: http://24saat.ios.web.tr

Android: http://24saat.droid.web.tr



SICAKTAN KORUNMAK DA SINIFSA:

“Serinlemek bir adalet mücadelesidir”

Mardin’i aşırı sıcaklar ve termal konfor açısından inceleyen akademik araştırma, sıcaktan korunma imkânlarının kent içinde eşit dağılmadığına dikkat çekti. Yeşil alan, gölge, konut koşulları ve klima gibi imkânların ekonomik ve mekânsal koşullarla ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmayı değerlendiren Kentte Ekolojik Hayat Platformu Kurucusu Utku Yılmaz, "Serinlemek bir adalet mücadelesidir ve bir kent hakkıdır" diyerek kentlerin herkes için serinleme alanları sunması gerektiğini vurguluyor.



Kentte Ekolojik Hayat Platformu Kurucusu Utku Yılmaz



NUR YILDIZ

Yaz ısıcağından korunmak herkes için aynı imkânlarla sahip olmak anlamına gelmiyor. Kimi için serinlemek klimanın düğmesine basmak kadar kolayken kimi için bu, ay sonunda gelecek elektrik faturasını göze almak anlamına geliyor. Gölgeye ulaşmak, yeşil bir alanda vakit geçirmek, balkonlu ve hava alan bir evde yaşamak ya da denize gidecek zamana sahip olmak da kentte sıcaktan korunmanın parçalarına dönüşüyor.

Orta Doğu Teknik Üniversitesi’nden Ender Peker ile Reading Üniversitesi’nden Emma Street tarafından hazırlanan “Spatial planning for thermal comfort justice in an era of climate extremes: The case of Mardin, Türkiye” (İklim aşırılıkları çağında ısı konfor adaleti için mekânsal planlama: Mardin, Türkiye örneği) başlıklı araştırma, tam da bu noktaya dikkat çekiyor. 2025 yılında Habitat International dergisinde yayımlanan çalışma, Mardin’i aşırı sıcaklar karşısında şehir planlaması ve termal konfor açısından inceliyor. Araştırma, termal konforun yalnızca bireysel ya da bina ölçeğinde değerlendirilemeyeceğini; kent planlaması ve sosyal adaletle birlikte ele alınması gerektiğini ortaya koyuyor.

Çalışmaya göre Mardin’de planlama sistemi prosedürel açıdan güçlü olsa da termal konfor, kent ölçeğinde ele alınması gereken bir sosyo-mekânsal adalet meselesi olarak yeterince konumlandırılmıyor. Kentin yeni gelişen bölgelerinde yoğun yapılaşma, yeşil ve gölgeli alanların yetersizliği ve iklim duyarlılığının planlama süreçlerinde sınırlı kalması, sıcaklık karşısındaki eşitsizlikleri artıran unsurlar arasında değerlendiriliyor.

SICAKLIK HERKESİ AYNI ETKİLEMİYOR

Mardin, yazları sıcak ve kurak geçen kentlerden biri. Araştırmada sıcaklıkların sık sık 40 dereceyi aştığı belirtilirken, tarihi Mardin’in yüzyıllar boyunca iklim koşullarına uyum sağlayan bir kent dokusuyla şekillendiğine dikkat çekiliyor. Buna karşılık kentin daha yeni gelişen ve daha alçak kesimlerinde yoğun apartmanlaşmanın termal konforu yeterince gözetmeden ilerlediği ifade ediliyor.

Araştırmanın temel tartışmalarından biri de burada ortaya çıkıyor. Aşırı sıcaklarla mücadele yalnızca insanların evlerine klima takması ya da binaların teknik özelliklerinin iyileştirilmesiyle çözülebilecek bir mesele olarak görülüyor. Yapıların yoğunluğu, yeşil alanların varlığı, gölgeli bölgelerin dağılımı, konutların niteliği ve kentin fiziksel yapısı da insanların sıcaklığı nasıl deneyimlediğini belirliyor.

Araştırmaya göre ısıya maruz kalma ve serinleme imkânları ekonomik durum, konut koşulları, yaş, toplumsal cinsiyet ve mekânsal yapı gibi unsurlardan etkilenebiliyor. Yeşil alanlar ve gölgeli bölgeler ise sıcaklık karşısındaki dayanıklılığı artırırken bu imkânların kent içinde eşit dağılmaması yeni bir eşitsizlik alanı yaratabiliyor.

“KLİMANIN MALİYETİNİ BİLİYORUM AMA KULLANMAK ZORUNDAYIM”

Araştırmanın giriş bölümünde yer verilen bir görüşme, sıcaklıkla

ekonomik koşullar arasındaki ilişkiyi de ortaya koyuyor. Mardin’de yaşayan 32 yaşındaki bir kadın, klimaların ne kadar elektrik tükettiğinin farkında olduğunu ve kullanımının kendisine pahalıya mal olduğunu söylüyor. Ancak yaz aylarında klimayı kullanmak zorunda olduğunu, aksi halde evine girmenin mümkün olmadığını ifade ediyor. Bu ifade de, araştırmanın üzerinde durduğu temel sorulardan birini görür hale getiriyor. “Serinlemek herkes için aynı ölçüde erişilebilir bir imkân mı?”

Çalışmaya göre ısıya maruz kalma ve serinleme imkânları ekonomik durum, konut koşulları, yaş, toplumsal cinsiyet ve kentin mekânsal yapısı gibi unsurlardan etkilenebiliyor. Yeşil alanlar ve gölgeli bölgeler gibi kentsel özelliklerin de sıcaklık karşısındaki dayanıklılığı artırabildiği, ancak bu imkânların kent içinde eşit dağılmadığı belirtiliyor.

MESELE YALNIZCA KLİMA DEĞİL, ŞEHİR

Araştırmacılar, aşırı sıcakla mücadelede çözümün yalnızca bireylerin satın alabileceği teknolojilere bırakılmasının yeterli olmadığını savunuyor. Çünkü klima gibi bireysel çözümler, ekonomik imkânı olan kişiler için bir rahatlama sağlarken kentin tamamının sıcaklık karşısındaki dayanıklılığını artırmıyor.

Bu nedenle çalışma, termal konforun bireysel bir “rahatlık” meselesinden çıkılarak şehir planlamasının bir parçası haline getirilmesini öneriyor. Araştırmaya göre Mardin’de yüksek yoğunluklu yapılaşma, yerel iklim eylem planının bulunmaması ve termal konforun yönetim meselesi olarak yeterince ele alınmaması önemli sorunlar arasında yer alıyor.

Araştırmanın sonuç bölümünde ise sorunun tek bir müdahaleyle çözülemeyeceği vurgulanıyor. Akademisyenler Mardin örneğinde kurumsal koordinasyondaki eksikliklere, planlama yetkisi ile kapasite arasındaki uyumsuzluğa ve iklim duyarlılığını sınırlayan imar temelli, piyasa odaklı modellere dikkat çekiyor.

GÖLGEYE ULAŞMAK DA BİR KENT HAKKI

İklim krizinin etkileri kentlerde daha fazla hissedilirken, “sıcakla mücadele” de giderek yalnızca bireysel önlemlerle açıklanamayacak bir başlığa dönüşüyor.

Bir kentin gölgeli sokaklara, ağaçlara, yeşil alanlara, iklim koşullarına uygun yapılara ve kamusal serinleme alanlarına sahip olup olmaması insanların sıcakla nasıl baş edeceğini doğrudan etkiliyor. Mardin üzerine yapılan araştırmanın ortaya koyduğu tartışma da bu noktayı öne çıkararak şu soruyu

soruyor: “Kentte serinleyebilmek yalnızca kişinin ekonomik gücüne bırakılabilir mi?”

Akademisyenlere göre termal konforun kent planlamasının merkezine alınması, sıcak hava dalgalarının yalnızca “kaç derece olduğu” üzerinden değil, o sıcaklığın kentte kimleri, hangi koşullarda ve ne ölçüde etkilediği üzerinden değerlendirilmesini gerektiriyor. Çünkü iklim krizi kentleri ısıtırken, mesele artık yalnızca termometredeki dereceyi düşürmek değil; kentte herkesin aynı sıcaklık karşısında aynı imkânlarla sahip olup olmadığını sorgulamak.

“ADALETSİZLİK GÖRÜNÜR OLMASA DA EN ÇOK HİSSEDİLEN ŞEY”

Kentte Ekolojik Hayat Platformu Kurucusu Utku Yılmaz da iklim krizinin kentlerde yalnızca sıcaklık artışı üzerinden okunamayacağını, krizin sosyal adalet boyutuna dikkat çekiyor. Yılmaz, kentlerin fiziksel yapısının ekonomik eşitsizliklerle birlikte okunabileceğini belirterek şöyle konuşuyor:

“Her kriz olduğu gibi iklim krizi de sosyal adaletsizliğe neden oluyor. Biz daha çok sıcaklık düşüşü ve artışı üzerinden yorumluyor ve okuyoruz, en çok gördüğümüz yer o taraf. Adaletsizlik çok görünün bir şey değil ancak en çok hissedilen şeydir aslında. Sosyal adaletsizliğe fazlasıyla şahit oluyoruz. Çok basit bir örnek üzerinden gitmek gerekirse, herhangi bir şehre kuşbakışı bakacak olursak daha varlıklı mahallelerde evler çok daha konforludur, birbirinden uzaktır, daha yatay bir mimari vardır. Yoksul mahallelerde ise daha dikey bir mimari vardır, tıklım tiktir. Çoğu zaman parklar bile yoktur. Buradan dahi adaletsizlik okunabilir. Bu da o içerideki birbirine zorunlu temasın yarattığı adaletsizlik. Biz iklim krizi üzerine çalışırken bunu her zaman dezavantajlı alanların dezavantajlı bireylerinin daha çok hissettiğini görürüz. Yapılan birçok araştırma gösteriyor ki diğer tüm krizlerde olduğu gibi iklim krizinden de en çok kadınlar ve çocuklar etkileniyor.”

“SERİNLEMEK ADALET MÜCADELESİ VE BİR KENT HAKKIDIR”

Mardin araştırmasında da üzerinde durulan başlıklardan biri, insanların sıcaktan korunma imkânlarının yalnızca hava sıcaklığıyla değil, sahip oldukları ekonomik ve mekânsal imkânlarla da ilişkili olması.

Klima kullanabilmek, elektrik faturasını karşılayabilmek, yeşil alanlara ve parklara ulaşabilmek ya da hava alan bir evde yaşayabilmek bu imkânların başında geliyor. Yılmaz’a göre ise serinlemek doğrudan bir kent hakkı olarak ele alınmalı:

“Serinlemek kesinlikle bir kent hakkıdır. Varlıklı ve yoksul mahallelerde ev ve site mimarileri değişkendir, bunun yanında parklara da daha çok varlıklı mahallelerde rastlarız. Kentsel dönüşüm bazında insanlar en çok bahçelerden ve hatta balkonlardan, bireysel alanlardan feragat etmek zorunda kalıyor. Bu da daha dar ve daha az hava alan evlere neden oluyor. Burada en büyük sebep adaletsiz ücretler ve bireylerin cebini korumak zorunda oluşu. Serinlemek bir adalet mücadelesidir ve bir kent hakkıdır.”

“DENİZ ÜCRETSİZ DİYE BİLİRSİNİZ ANCAK DEĞİL”

Serinleme alanlarının yalnızca parklarla sınırlı olmadığını belirten Yılmaz, denize erişimin de ekonomik ve zamansal imkânlarla ilişkili olduğunu söylüyor:

“Parklar olduğu kadar denizler de çok iyi bir serinleme alanıdır. Denize yakın kentlerde de benzer bir durum var. Varlıksanız denizden de daha çok faydalanabiliyorsunuz. Deniz ücretsiz diyebilirsiniz ancak değil, o da oldukça politik bir durum çünkü deniz girmek için de bir zamana ihtiyacınız var.”

“HER GEÇEN GÜN KLİMAYA MUHTAÇ OLMAMIZ POLİTİK BİR PROBLEM”

Araştırmada bireysel soğutma çözümlerine aşırı bağımlılığın kent ölçeğinde yeterli olmadığı vurgulanırken, Yılmaz da klimanın artık yalnızca bireysel bir tercih olarak görülmemeyeceğini belirtiyor:

“Klima gibi makineleri düşününce öncelikle ekonomik bir tasarrufu düşünüyoruz ama burada enerji tasarrufu da mümkün. Bizim aslında klimaya muhtaç olamamamız gerekiyor. Her geçen gün klimaya muhtaç olmamız ise bir politik problem. Çünkü önceden klima daha varlıklı kişilerde olurken herkeste klima olan bir hayata geçtik. Klima lüks olmaktan çıktı. Bu artık bir zorunluluk olmaya başladı. Kentlerde artık klimasız evlerde yaşamıyoruz, bu da bir başka sorun. Yerel yönetimlerin bireylere ve toplumlara bir serinleme alanı bırakmaları zaruri. Özellikle İstanbul gibi çok nüfuslu, alanın daha az olduğu şehirlerde bu daha görünür.”

Yılmaz, kentlerin serinleme ihtiyacını yalnızca klima kullanımına bırakmaması gerektiğini belirterek balkonların ve yeşil alanların önemini altını çiziyor:

“Taşrada balkonlu evler daha fazla kentlerde balkonlu evler de daha az oluyor. Bana kalırsa serinleme konusunda balkon da çok kritik. Belediyeler bazı imkanları bize sunmak zorunda. Bir alanda beton varsa orası daha sıcaktır, ağaç varsa serindir. Herhangi bir parktan bir adım betona gittiğinizde

de bu farkı bariz görürsünüz. Yerel yönetimlerin de bize bu imkanları sunması gerekiyor.”

“İKLİMİMİZE VE YERELİMİZE UYGUN EVLER YAPILMIYOR”

Mardin araştırmasında tarihi yerleşimin iklim koşullarına uyum sağlayan özellikleri ile yeni yapılaşma arasındaki fark da dikkat çekiyor. Yılmaz, Türkiye’de kentleşme süreçlerinde iklim ve yerel koşulların yeterince gözetilmediğini düşünüyor:

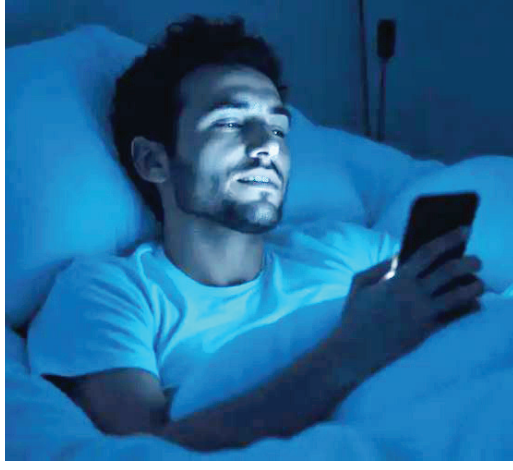
“Türkiye’deki hiçbir ilde kentleşme adına bir organizasyon görmediğimi söyleyemem. Biz burada ekoloji üzerine konuşuyoruz ancak pek çok konuda plansızlık var ve bu çok kritik bir problem. Birçok yerde bizim iklimimize ve yerelimize uygun evler yapılmıyor maalesef. Bu çok temel sorunlarımızdan bir tanesi.”

“İLK ADIM TÜM YURTTAŞLARIN KARAR MEKANİZMASINA DAHİL OLMASI”

İsı adaletinin kent politikalarının bir parçası haline gelmesi için yalnızca fiziksel düzenlemelerin değil, karar alma süreçlerinin de değişmesi gerektiğini belirten Yılmaz, yurttaş katılımını ilk adım olarak gösteriyor:

“İsı adaleti için belediyelerin ve yerel yönetimlerin yapması gereken çok fazla şey var. Bence ilk adım tüm yurttaşların karar mekanizmasına dahil olması. Pek çok konuda olduğu gibi bu konuda da karar mekanizması ortak olmalı. Kent konseylerinin ve odaların rolünün de burada önemli olduğunu düşünüyorum. Her yurttaşın da esasen aktivizm yapması gerekiyor. Burada büyük eylemlerden bahsetmiyorum. Daha şeffaf yönetimlerle, yönetime doğrudan ulaşabilme hakkının görünür olması gerektiğini düşünüyorum. Yapılacak çok temel şeyler var. Yine kendi yereline uygun hap malzeme, mimari yapı, yerele uygun ekolojik peyzaj malzemeleri kullanmak çok önemli. Örneğin çimen yerine kullanabileceğiniz yerel çözümler var. Bu da su tasarrufunu sağlıyor. Su tasarrufu da yine toplamda bir iklim adaleti sağlayıp iklim krizine karşı mücadelede önemli bir rol oynarken daha kısa vadede de bizim işimize yarar. Çünkü su da kentlerde hızlıca serinlemeye olanak sağlayan önemli bir araç ve bunu olabildiğince elimizde tutmamız gerekiyor. Yağmur suyu hasadı yapmak, bu suyu devir dayım olarak kentlerde kullanmak... Yapılabilecek çok şey var ve bunlar temelde hep iklim adaletini sağlarken bir taraftan da mimari olarak daha estetik ve yerelin korunduğu yapılar oluşmasına katkı sağlar.”





Ekran ışığına maruz kalmak uyku kalitesini bozuyor

ERZURUM (AA) - Türk Toraks Derneği Başkanı Prof. Dr. Çağlar Çuhadaroğlu, gece ekranlardan yayılan ışığın beyni, sosyal medya içeriklerinin ise zihni uyanık tuttuğunu belirterek, dijital ekran ve sosyal medya kullanımının uyku kalitesi, sağlık ve iş verimliliğini olumsuz etkilediğini söyledi.

Erzurum'a "Palandöken-3 Solunum Zirvesi"ne katılmak için gelen Prof. Dr. Çuhadaroğlu, göğüs hastalıklarının yanı sıra uyku tıbbıyla ilgili birçok göğüs hastalıkları uzmanının bu konuyla ilgili eğitim ve ileri araştırmalar yaptığını ifade etti.

Çuhadaroğlu, uyku kalitesinin bozulmasının yalnızca insan sağlığını değil, iş verimliliğini ve ekonomik hayatı da olumsuz etkilediğini belirterek, "Son aylarda artmakla birlikte özellikle son 3-4 yıldır uyku kalitesindeki bozulukluğun gerek ekonomik hayata gerek insan sağlığına etkileri kapsamlı bir biçimde inceleniyor. En basiti için içine para girince daha çok dikkati çekiyor. Örneğin, Amerika'da uyku kalitesi bozulduğunun iş kazaları ve verimsiz çalışmalar nedeniyle ekonomiye 400 milyar doların üzerinde zarar verdiği belirtiliyor. Yani insanlar daha iyi uyur ve dinlenirse bu paranın ekonomide kalacağı yönünde çalışmalar yapılıyor." dedi.

Artan sosyal medya ve internet kullanımı ile gün içinde iş hayatında bilgisayar kullanımının çeşitli sağlık sorunlarına yol açtığını işaret eden Çuhadaroğlu, bu ortamlarda görülen ve okunan içeriklerin zihinsel uyanılmayı da artırıp uykuya geçişi geciktirebildiğini aktardı.

Çuhadaroğlu, fazla sosyal medya ve dijital medya kullanımının uyku kalitesini bozduğuna dikkati çekerek, şunları kaydetti:

"Sürekli ekrandan ışık alıyoruz. Beynimiz o ışığı aldıkça 'gündüz, uyanık kal' derken öbür taraftan da beyin, 'çok ışık aldık, ağır ağır birkaç saat sonra uykuya hazırla kendini' diyor. Ama biz işimiz bitiyor gece bilgisayar kullanıyoruz, eve gidiyoruz cep telefonları elimizde. Özellikle cep telefonu ve sosyal medya inanılmaz fazla kullanılıyor. Bunu kullandığımızda çok ışık aldığınız için uykumuz bozuluyor, orada okuduğunuz şeyler sizin uyumamanıza, sürekli merak etmenize neden oluyor. Dolayısıyla siz uyumuyorsunuz, geç uyuyorsunuz."

"UYKUSUZLUK HEM İŞ HAYATINI HEM DE BEDENİ OLUMSUZ OLARAK ETKİLİYOR"

Dijital ekran kullanımında maruz kalanın ışığın yanı sıra içeriklerin de uykuya geçişi etkileyebildiğini belirten Çuhadaroğlu, şöyle devam etti:

"Sabah işe gitmek için kalktığınızda bedeniniz dinlenmiyor, böyle bir koşulda kaliteli iş hayatı olamıyor. Az uyuduğunuzda dinlenmesi gerek vücut dinlenemediğinden sizin kalbiniz, sağlığını, akciğer ve solunumunuz düzenli olamaz. O nedenle uykusuzluk hem iş hayatını hem de bedeni olumsuz olarak etkiliyor."

Prof. Dr. Çuhadaroğlu, fazla sosyal medya ve dijital medya kullanımının uyku kalitesini, iş verimliliğini ve insan sağlığını bozduğuna ilişkin bilgileri Avrupa ve ABD'deki kongrelerin ardından Türkiye'de anlattığını belirterek, uyku kalitesini ölçmeye yönelik teknolojik cihazlarla bilimsel çalışmaların yapıldığını dile getirdi.

"ÇOK YÜKSEK İŞIKTA ÇALIŞMAMAK GEREKİYOR"

Çuhadaroğlu, uyku kalitesini ölçen bileklik, yüzük ya da bantlarla bilimsel çalışmalar yapıldığını ifade ederek konuyla ilgili şu tavsiyelerde bulundu: "Çok yüksek ışıktaki çalışmamak gerekiyor. Kullandığımız bilgisayarlar ve dijital ekranların ışıklarını azaltmalıyız, mavi ışık gibi filtreleri var onları kullanmalıyız ve kullanım süresini azaltmalıyız. İş hayatında dijital cihazları kullanıyorsanız evde kullanmayın. Bu dijital ürünleri üreten firmaların sahipleri çocuklarına cep telefonu ya da bilgisayar kullanımını gölde 30-40 dakika ya da 1 saat olarak sınırılıyor."

HER 4 ÖĞRENCİDEN 1'İ DIŞLANMIŞ HİSSEDİYOR

"Yalnızlık arkadaş sayısından ziyade, ilişkilerin niteliğinde"

HABER MERKEZİ - Türkiye'de 15 yaşındaki öğrencilerin yüzde 28'i okulda yalnız hissediyor, yüzde 26'sı ise kendisini dışarıda bırakılmış veya yabancı hissediyor. 18-24 yaş grubundaki gençlerin yüzde 40'ı ise kendisini sık sık veya her zaman yalnız hissediyor. Master Certified Coach (MCC) Dr. Elgiz Henden, gençlerde yalnızlığın arkadaş sayısıyla ölçülemeyeceğine dikkat çekerek, "Yüzlerce sosyal medya bağlantısı, gencin kendisini ait ve güvende hissettiği anlamına gelmez" dedi.

Türkiye'de gençlerin sosyal yaşamına ilişkin veriler, yalnızlığın artık sadece tek başına kalmakla açıklanamayacağını ortaya koyuyor. OECD'nin PISA 2022 Türkiye verilerine göre 15 yaşındaki öğrencilerin yüzde 28'i okulda yalnız hissettiğini, yüzde 26'sı ise kendisini dışarıda bırakılmış veya yabancı hissettiğini belirtiyor. 2022 Aile ve Yalnızlık Araştırması da gençlerdeki tabloyu ortaya koyuyor. 18-24 yaş grubundaki gençlerin yüzde 40'ının kendisini sık veya her zaman yalnız hissettiğine dikkat çeken Dr. Elgiz Henden, gençlerde yalnızlığın arkadaş sayısıyla değil, ilişkilerin niteliği ve aidiyet duygusuyla ölçülmesi gerektiğini söyledi.

Master Certified Coach (MCC) Dr. Elgiz Henden, "Bir gencin çok sayıda arkadaşı olması, sürekli mesajlaşması veya sosyal medyada yüzlerce kişiyle etkileşim kurması onun yalnız olmadığını anlamına gelmez. Asıl soru, zorlandığında güvence arayabileceği, kendisi gibi olabileceği ve kabul edildiğini hissedebileceği bir ilişkisinin olup olmadığıdır" dedi.

SOSYAL GERİ ÇEKİLME SESSİZ BAŞLAYABİLİYOR

Okulların açıldığı, gençlerin yeniden bir araya geldiği şu dönemde gençlerde asıl dikkat edilmesi gerekenin davranışlarındaki değişiklik olduğunu belirten Henden; daha önce sevece katıldığı spor, kulüp veya arkadaş buluşmalarından uzaklaşma, tenefüsleri sürekli yalnız geçirme, grup çalışmalarından kaçınma, okul devamsızlığının başlaması ve "Kimse beni istemiyor" gibi ifadelerin birlikte görülmesi halinde dikkatli olunması gerektiğini söyledi.

Dünya Sağlık Örgütü'nün 2025



tarihli raporunda da zorbalık ile yalnızlık ve sosyal izolasyon arasında karşılıklı bir ilişki bulunduğuna dikkat çekiliyor.

"TELEFONU KAÇ SAAT KULLANDIĞINDAN ÖNCE, NEDEN KULLANDIĞINA BAKIN"

Ekran süresinin tek başına yalnızlığın göstergesi olmadığını vurgulayan Henden, "Önemli olan 'kaç saat telefon kullanıyor?' sorusundan önce 'telefonu kullanırken kiminle, ne yapıyor ve sonrasında nasıl hissediyor?' sorularını sormak" gerektiğini ifade etti. Henden, ebeveynlere ise çocuklarını sorgulamak yerine gözlemlerini paylaşmalarını önererek, "Hiç arkadaşın yok mu?" demek yerine "Son zamanlarda eskisi kadar arkadaşlarıyla görüşmediğini fark ettim, bu sana nasıl hissettiriyor?" gibi yargılamayan bir iletişim kurulmasının önemli olduğunu söyledi.

Dr. Elgiz Henden sözlerini şöyle tamamladı:

"Bir gencin telefonunun sürekli çalması, hafta sonu kalabalık bir grupta buluşması ya da sosyal medyada yüzlerce kişiyle etkileşim kurması, kendisini o ilişkilerin içinde görülmüş ve kabul edilmiş hissettiği

anlamına gelmez. İletişimin çok, temasın az olduğu zamanlardan geçiyoruz. Etrafınızda tanıdığınız iletişimde olduğunuz çok sayıda insan olabilir ancak zorda kaldığınızda güvence arayabileceğiniz bir kişi bile yoktur. İşte bu yüzden bir gencin arkadaş sayısının çok olması onun yalnız olmadığını anlamına gelmez. Gençleri yalnızlıktan korumak demek onlar için daha kalabalık çevreler yaratmak demek değildir. Asıl ihtiyaçları, fark edildikleri, yargılanmadan dinlendikleri ve kendileri olarak kabul gördükleri ilişkilerdir. Özellikle ergenlik, genç yetişkinlik döneminde önemli bir kavram olan aidiyet, bir ortamda bulunmaktan çok daha fazlasıdır; o ortamda gerçekten yeriniz olduğuna inanmaktır.

BU BELİRTİLERE DİKKAT EDİLMELİ

Genci bir anda kalabalık ortamlara yönlendirmek yerine, kendi seçtiği biriyle kısa bir buluşma, ilgi alanlarına uygun küçük bir grup veya düzenli bir etkinlik gibi düşük baskılı seçenekler sunulmalıdır. Planın gençle birlikte oluşturulması önemlidir. Buradaki amaç popülerlik değil; güvenli, sürdürülebilir ve tekrarlanan sosyal temas fırsatları sağlamaktır.



Dr. Elgiz Henden

Ebeveynin ilgili, sıcak ve duygularını açıkça ifade eden yaklaşımı da genç için koruyucu olabilir. Telefon kullanımını cezalandırmak yerine, bunun baş kurmaya mı yoksa sosyal ortamlardan kaçınmaya mı hizmet ettiği gençle birlikte değerlendirilmelidir. Zorbalık, dışlanma veya güvenceyle ilgili bir kaygı varsa gencin mahremiyeti gözetilerek okul rehberlik servisiyle iş birliği yapılmalıdır. Sosyal geri çekilme haftalarca devam ediyor; okul yaşamı, uyku düzeni, öz bakım veya günlük işlevsellik belirgin biçimde bozuluyorsa çocuk ve ergen ruh sağlığı uzmanına mutlaka başvurulmalıdır."

İki yılda 1 milyon 756 bin bebek işitme taramasından geçti

ANKARA (AA) - Sağlık Bakanlığınca yürütülen işitme tarama programları kapsamında son iki yılda 1 milyon 756 bin bebeğe işitme taraması yapılırken, 24 bin bebek ileri tanı merkezlerine sevk edildi.

Bakanlıktan, "Uluslararası İşitme Engelleri Haftası" dolayısıyla yapılan açıklamaya göre, işitme kayıpları doğuştan olabileceği gibi enfeksiyonlar, travma, yüksek sesli müzik ve uzun süreli gürültüye maruz kalma gibi çeşitli nedenlerle de ortaya çıkabiliyor.

İşitme kayıpları, kişinin eğitim, çalışma ve sosyal yaşamını farklı şekillerde etkileyebilirken, özellikle bebeklik ve çocukluk döneminde ortaya çıkan kayıpların erken fark edilmesi, çocuğun gelişim sürecinin desteklenmesi açısından önem taşıyor. Bu kapsamda Bakanlık tarafından işit-

me tarama programları yürütülüyor.

Yenidoğan İşitme Tarama Programı ile doğumdan sonraki dönemde bebeklerin işitme açısından değerlendirilmesi, Okul Çağı Çocuklarda İşitme Tarama Programı ile ise daha önce fark edilmemiş veya sonradan ortaya çıkmış işitme sorunlarının belirlenmesi amaçlanıyor.

Türkiye'de 2008'den itibaren yürütülen Yenidoğan İşitme Tarama Programı (YİTP) kapsamında son iki yılda toplam 1 milyon 756 bin bebeğe işitme taraması yapıldı.

Tarama sonucunda ileri değerlendirme ihtiyacı bulunan 24 bin bebek, ileri tanı merkezlerine sevk edildi.

81 ilde ilkokul 1. sınıf öğrencilerine yönelik olarak gerçekleştirilen Okul Çağı Çocuklarda İşitme Tarama Programı

(OÇİTP) kapsamında son iki yılda 2 milyon 129 bin çocuğa işitme taraması yapılırken, 118 bin çocuk ise KBB hekimlerine yönlendirildi.

118 BİN VATANDAŞ ESİM UYGULAMASINDAN YARARLANDI

İşitme engelli vatandaşların sağlık hizmetlerine daha kolay ve etkin şekilde erişebilmelerini desteklemek amacıyla Bakanlık tarafından geliştirilen Engelsiz Sağlık İletişim Merkezi (ESİM) uygulamasından bugüne kadar 118 bin vatandaş yararlanırken, son iki yılda ise 30 bin çağrıya yanıt verildi.

Ücretsiz olarak akıllı telefonlara yüklenilen ESİM mobil uygulaması üzerinden



profesyonel işaret dili tercümanları ve sağlık personeli aracılığıyla 7 gün 24 saat hizmet sunuluyor.

Uygulama üzerinden acil sağlık hizmetlerine ulaşılabilirken, Merkezi Hekim Randevu Sistemi (MHRS) aracılığıyla hastanelerden randevu alınabiliyor.

Türkiye'de 4 dakikada bir kişi sigaradan hayatını kaybediyor

ANKARA (AA) - Türkiye'de yılda yaklaşık 125 bin kişi tütün nedeniyle hayatını kaybediyor. Bu rakam, her 4 dakikada ortalama bir kişinin yaşamını yitirdiği anlamına geliyor. Ölümlerin 25 binini sigara kullanmadığı halde pasif içiciliğe maruz kalanlar oluşturuyor.

Anadolu Ajansının (AA) "Bir Nefes Bin Zehir" başlıklı dosyasının ilk haberinde, tütün ve tütün ürünleri kullanımının insan sağlığı üzerindeki olumsuz etkileri ele alındı.

Dünya genelinde en yaygın kullanılan tütün ürününün sigara oluştururken, nargilelik tütün, puro, sarma tütün, pipo ve ısıtılmış tütün ürünleri de kullanılan ürünler arasında yer alıyor.

Bütün biçimleri sağlık üzerinde ciddi tahribata yol açan tütün ürünleri, sadece kullanıcıları değil dumana maruz kalanları da olumsuz etkiliyor.

Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) 26 Haziran'da güncellediği verilere göre, tütün vücutta neredeyse her organa zarar vererek kanser, kalp hastalıkları, inme ve akciğer hastalıklarının yanı sıra doğurgan-

lığın azalması, bağışıklık sisteminin zayıflaması ve erken ölüme neden olabiliyor.

Tütün kullanımının yol açtığı bu sağlık sorunları nedeniyle dünya genelinde her yıl 7 milyondan fazla kişi hayatını kaybediyor. Bu ölümlerin 1,6 milyondan fazlasını ise sigara kullanmadığı halde pasif içiciliğe maruz kalan kişiler oluşturuyor.

Sağlık Bakanlığından edinilen bilgiye göre, Türkiye'de ise yılda yaklaşık 125 bin kişi tütün nedeniyle hayatını kaybediyor. Bu rakam, her 4 dakikada ortalama bir kişinin sigaradan yaşamını yitirdiği anlamına geliyor. Ölümlerin 25 binini sigara kullanmadığı halde pasif içiciliğe maruz kalanlar oluşturuyor.

Türkiye erkeklerde akciğer kanseri sıklığı ve buna bağlı ölümlerde dünyada ilk sırada yer alıyor.

KALP-DAMAR HASTALIKLARI VE 20'DEN FAZLA KANSER TÜRÜNÜN NEDENİ

Tütün kullanımı, kalp-damar ve solunum yolu hastalıkları ile 20'den fazla kanser türü veya alt



türü açısından önemli risk faktörleri arasında gösteriliyor.

Sigara dumanındaki partiküller akciğerlere ulaştığında zararlı etkilerini başlatırken, dumanda bulunan karbonmonoksit kanın oksijen taşıma kapasitesini azaltıyor.

ÇEVREYE YAYILAN DUMANDA YAKLAŞIK 4 BİN KİMYASAL MADDE VE TOKSİN BULUNUYOR

Tütünün oluşturduğu sağlık riskleri yalnızca kullanan kişilerle sınırlı kalmıyor.

DSÖ'ye göre, pasif içiciliğin güvenli bir düzeyi bulunmuyor. Tütün dumanına maruz kalmak, koroner kalp hastalığı ve akciğer kanseri dahil ciddi kalp-damar ve solunum yolu hastalıklarına neden olabiliyor.

Yanan bir sigaradan çevreye yayılan dumanda 50'si kanser yapıcı olmak üzere yaklaşık 4 bin kimyasal madde ve toksin bulunuyor.

Bir sigaranın yaklaşık 12 dakikada yandığı, sigara içen kişinin ise bu sürenin yaklaşık 30 saniyesinde dumanı içine çektiği, yanan sigaranın yaklaşık üçte ikisinin dumanının havaya yayıldığı belirtiliyor.

Sigara dumanına maruz kalan çocuklarda astım, bronşit, soğuk algınlığı, orta kulakla ilgili sorunlar ve akciğer fonksiyonlarında azalma gibi solunum sisteminde ilişkin sorunların görülme riskinin daha yüksek olduğu bildiriliyor.

SİĞARA BEBEK SAHİBİ OLMA ŞANSINI AZALTIYOR

Tütün kullanımının olumsuz etkilediği alanlardan birini de üreme sağlığı oluşturuyor.

DSÖ'nün 8 Eylül'de yayımladığı bilgi özetinde, sigara kullanımının kadınlarda kısırlıkla, erkeklerde sperm üzerindeki olumsuz etkilerle ve bazı doğurganlık tedavilerinin başarısız olmasına neden olabileceği, sigara kullanımının tüp bebek gibi yardımcı üreme yöntemlerinin ardından daha az gebelik ve canlı doğuma ilişkin olduğu, başarılı sonuç ihtimalini yaklaşık yarı yarıya azaltabileceği belirtiliyor.

Tütün kullanımı, doğurganlık tedavilerinin başarısını da etkiliyor. DSÖ'nün aktardığı 21 çalışmada, başarılı şansının düşmesiyle ilişkili olduğuna dikkati çekiliyor. Pasif içiciliğin de doğurganlığı etkileyebileceği belirtiliyor.

Tütün kullanımı, doğurganlık tedavilerinin başarısını da etkiliyor. DSÖ'nün aktardığı 21 çalışmada, başarılı şansının düşmesiyle ilişkili olduğuna dikkati çekiliyor. Pasif içiciliğin de doğurganlığı etkileyebileceği belirtiliyor.

Pasif içiciliğe maruz kalan kadınlarda da kısırlık riskinin daha yüksek olabileceğine ve gebe kalma şansının azalabileceğine dikkati çekiliyor.



ANKARA YAZILARI

Orhan Kemal, Oktay Akbal ve Ali Sirmen pavyona gider mi?

Umur ÖZKAN

Yazar Orhan Kemal İstanbul'dan Oktay Akbal ise yaşamının büyük kısmını geçirdiği Muğla Akyaka'dan Cumhuriyet Kitap Kulübü'nün davetiyle imza günü için yola çıkmışlardı. Kitaplar imzalandıktan sonra söyleşi de yapılacaktı.

Orhan Kemal yolda notlar almak üzere üç kitabını yanına almıştı: Bereketli Topraklar Üzerinde, Murtaza ve Cemile. Kurşun kalemiyle ufak kâğıtlara notlar aldı. Oktay Akbal ise Hiroşimalar Olmasın ve Önce Ekmekler Bozuldu kitaplarını yanına almıştı. Akbal, Adana okurlarının entelektüel birikimi bildiği için Orhan Kemal gibi notlar alıyor, yazıyordu.. Büyük Adana Kitap Fuarı'na imza gününe gidiyorlardı. İmzadan sonra bir de okur söyleşisi vardı.

Havaalanında onları Akbal'ın her gün yazı yazdığı gazetenin Adana temsilcisi karşıladı. İki büyük yazarı önce büroda kahve içmeye davet etti. Kahveler içildi. Orhan Kemal ve Akbal çok eski dosttular. “Nereden?” diye soranlara “Babıali yokuşundan” derlerdi. Büroda İstanbul'dan Akbal'ı dinlemek için gelen dost daha vardı. Köşe komşusu Gazeteci-Yazar Ali Sirmen'de oradaydı. Kahveler yudumlandı. Akbal bir ara “Buralar Yaşar'ın Çukurova'sı İnce Memet' in diyarı.” dedi. Orhan Kemal “Canım hemşerim!” dedikten sonra Akbal, “Orhan Kemal Yaşar'ı aratmaz bize.” dedi.

İMZA GÜNÜ SÖYLEŞİ OLDU

Adana şehri kültürün, sanatın Anadolu'daki merkezi gibiydi o zamanlar. İki yazarın fotoğrafları ve özgeçmişleri şehirde tüm görünür yerlere asılmıştı. Orhan Kemal'in ve Akbal'ın fotoğrafları şehri süslüyordu.İki yazar fuar-daki standta geldiğinde İmza günü söyleşiye dönüşmüştü bile.Orhan Kemal, Cemile'yi andı, Murtaza'ya selam söyledi, “Bereketli topraklar üzerindeyiz.” dedi. Oktay Akbal, “Keşke dünya üzerinde savaşlar hiç olmasa.” dedi. “Nedir bu kan, gözyaşı? Hiroşimalar hiç olmasa.” dedi. Atom bombasının atılmasından 25 yıl sonra gittiği Hiroşima'ya dair izlenimlerini notlarından tek tek anlattı. Alkışlar her konuşmadan sonra uzunca sürüyordu. Orhan Kemal, “Bu eski Seyhan'dan yola çıkıp ilerideki çırcır fabrikasına gidersin.” diye başlayıp “Mahallelerimizde komşumuz Cemile ve Murtaza...” diye söze girdiği an bir alkış kopuyordu, uzun süre dinmiyordu. Orhan Kemal ön sıralarda Adana'dan kimi dostlarını görmüş çok sevinmişti. Orhan Kemal, “Kimi zaman hangimiz karşılaşmadık ki Murtazalar ile. Onlar devletin kudretli eli amirlerinden sıkı kurs almıştı.” ya da “Mahalledeki komşumuz Cemile ile...” diye alıntı yapıyordu. Kemal, bu iki romanını

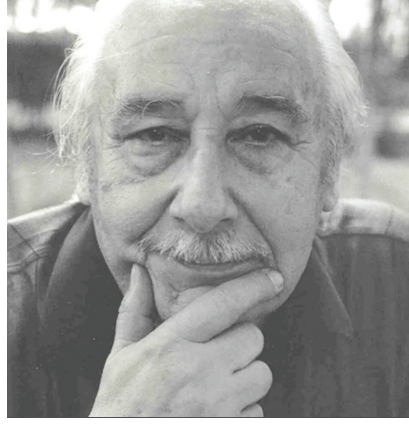
sosyal hayatın vazgeçilmezi olarak gördüğü için iki romanını kahraman, olay örgüsü ve mekân olarak aktarıyor; sosyal çıkarımlarda bulunuyordu. Sözlerini “Bereketli topraklar üzerindeyiz.” Cümleleriyle tekrar tekrar aktarıyordu. Oktay Akbal “Önce ekmekler bozuldu.” dedi. “Yalan mı dostlar?” dedi. Salondan topluca “Tuz da koktu.” sesleri yükseldi. Akbal “Durun!” dedi. “2. Dünya Savaşı'nın sürdüğü yıllardı.” dedi ve devam etti. Salondan bir dinleyici “Bugün bile değerini koruyan bir eser. Çok şey öğrendim.” dedi. Akbal, atom bombasının atılmasından 25 yıl sonra gittiği Japonya Hiroşima izlenimlerini Hiroşimalar Olmasın kitabıyla anlatıyor, savaşın toplumlar üzerindeki etkisini aktarıyordu. Herkes hayretler içindeydi. “Ot bile bitmiyor. Ölü bir şehir, herkes hasta.” dedi. “Doğa ve bitki örtüsü yok olmuş, en çok çocuklara üzültüyorum.” dedi.

Daha sonra kürsüye gelen belediye başkanı günün anısına iki yazara Adana'nın portakal çiçeğini hediye etti. “Yaşar Kemal'in bu topraklarıya gönderdiği kısa mesajı da aktarayım.” diyerek ekledi. “Üzerimde kalmasin, elçiye zeval olmaz.” dedi. Yaşar Kemal, Aman Orhan Çukurova'da, söz uçmaz.” diyerek adliye koridorlarını hatırlıyordu. “Çukurova'da olmak isterdim. Anavarza'da... O güzel insanlar o güzel atlara binip gittiler her şeyin olmamışına, pişmemişine, ‘piç’ine kaldık dostlar.” dedi. “Karac'oğlan diyarındasınız, Eliflerin ,Sunaların şehrinde-siniz. Nazım'ın ‘soframızdaki yeri öküzümüzden sonra gelir’ dediği kadınlarımız... Orhan Kemal'in Cemilesi için hatırlatayım dedim. Kadınlarımıza yapılanları gördükçe içim kan ağlıyor. Dünya binbir çiçekli bir bahçe, hangi çiçek kendisine benzemediği için diğerini istemez.” dedi.

PAVYON ÖYKÜSÜ

Bir büyük okur topluluğu iki yazarı kapıya kadar uğurladı imza gününden. Ancak Orhan Kemal, eski bir dostun evinde misafir olacağı için Akbal'dan ayrılmıştı.Çünkü o Adanalı herkesin duygularını tercümanıydı her yerde kendine yer bulurdu. Akbal, Cumhuriyet Gazetesi Adana temsilcisi ve kadim dostu Ali Sirmen ile Adana Baraj Mahallesindeki gazetenin bürosuna geldi. Biraz dinlenip sohbet ettikten sonra Akyaka'ya doğru yola çıkmak istediğini söyledi Ali Sirmen ve Akbal. Gazetenin Adana temsilcisi “Olmaz, Adana'ya gelip de pavyona gitmemek olmaz.” dedi. Sirmen ve Akbal, önce mazeretlerini anlatsalar da kendilerini neon ışıkların etrafı aydınlatığı loş ışıklı meşhur bir Adana pavyonunda buldular.

Kapıdan girince, loş ortamda salonun dibine doğru yürürken, üstünde gazeteler yayılı üç



dört de kitap bulunan bir masa ilişti gözüme. Başındaki sigarasının külü uzamış, önündeki kitaplardan birine dalmış adam; gürlütiyü ve hareketliliği fark edince kafasını kaldırıp Oktay Akbal'a baktı.

- Ooo! dedi, Balzac gelmiş!

Bu sırada biraz ötemizde henüz mihrap yerinde emektar bir konsomatris hanım Oktay Akbal'a bakarak yüksekçe bir tonda seslendi: - Ooo, şey dostlarımız!

Doğrusu pek üzerinde durmadım. Hatta seslenmenin Oktay Akbal'ın bir kitabının başlığı olduğunu bile fark etmedim.

Dipteki masalardan birine geçtik, oturduk. Biraz önce bize laf atan hanım da yanıımızdaki masaya ilişmişti. Arkadaşlar hanımı masaya davet etmemiz gerektiğini, aslında çok entelektüel olduğunu, bütün Oktay Akbal kitaplarını okuduğunu söylediler ama o itiraz etti:

- Ne konuşacağız ki?

Hanım arkadaki masadan ses verdi:

- Öyle demeyin Oktay Bey! İnsan bir ormandır.

Oktay Akbal çaresiz döndü ve kibar bir ifadeyle davet etti:

- Böyle buyurun Hanımefendi!

Neşeyle yanıtladı kadın kendisini:

- Yaşasın edebiyat!

Sonra masamıza geldi, kalktık, yer verdik. Oktay Akbal'ın yanına oturur oturmaz “Biz de eskiden böyle değildik, sonra bozulduk ama

önce ekmekler bozuldu.” deyiverdi.

Kadının, her biri Oktay Akbal'ın kitaplarından birinin başlığı olan sözlerini ağızım açık dinliyordum. O, hiçbirimize aldırıyor; Oktay Akbal'a odaklanmış konuşmasını sürdürüyor-du:

- Suçumuz ne biliyor musunuz Oktay Bey?

Suçumuz insan olmak!

Artık söze girmek gerekiyordu. Sordum:

- Hanımefendi, eviniz yakınlarda mı, nerede oturuyorsunuz?

Cevap hepimizi neredeyse sandalyeden düşürecekti:

- Garipler Sokağı'nda.

Gerçeği mi yaşıyorduk, yoksa bütün bunlar rüya mıydı? Oktay Akbal da şaşırırmıştı. Biraz da şöyle bir yayılmıştı.

Baktım ki Tarzan güç durumunda, çimdikler gibi uyardım:

- Oktay Bey, aman dikkat! Sonra yarın

Ayla'lar hesap sorar.

Gecenin sonrasını hatırlamıyorum.

Öyküyü anlattığımda kimileri inanmıyorlar. O kadar çok anlattım ki artık ben de gerçekten mi oldu, düş mü kurdum, bilmiyorum.

Ama ne fark eder? Olmamış olsa bile, olabildi ya!

Kimi zaman masallar gerçektir diyen büyük yazar Calvino aklıma geliyor. Diyorumki kurmacalarda gerçek herhalde Ali Sirmen Ağabey'den okuduğum pavyon öyküsü gibi...

Kamu-özel işbirliği yatırımlarında öncelik yerli malı olacak

İdareler, kamu yatırım projelerinin 2027-2029 dönemi planlama ve uygulama aşamalarını, kadınların toplum içinde güçlenmelerine katkı sağlayacak şekilde hazırlayacak ve uygulayacak

ANKARA (AA) - Kamu-özel işbirliği (KÖİ) yöntemiy-le yürütülen projeler ile bu modelle uygulanan kamu yatırımlarında, yerli malı kullanılmasına öncelik verilecek.

2027-2029 dönemi Kamu Yatırım Programı Hazırlama Rehberi'nden yapılan derlemeye göre, kamu yatırımlarının, finansman modeli ne olursa olsun, stratejik dokümanlarda belirlenen hedeflerle uyumlu olması ve sadece ekonomik olarak yapılabilir projelerin teklif edilmesi gerekiyor.

Bu doğrultuda, KÖİ modeli, harcama etkinliğinin

kamu kaynaklarının kullanımından daha yüksek olduğu durumlarda kullanılacak.

KÖİ yöntemiyle yapılmasını teminen Cumhurbaşkanlığı yetkisi için teklif edilen projeler için teknik, finansal, ekonomik, sosyal ve hukuki açılardan yapılabilirliğini, öngörülen katkı payı, doğrudan ödeme ve garantiler de dahil olmak üzere, risk analizlerini ve harcama getirisini analizini içeren ön yapılabilirlik etüdünün hazırlanacak. İlgili mevzuatın gerektirmesi durumunda, "ÇED Olumlu Belgesi" veya "ÇED gerekli değildir" kararı alındıktan sonra projeler teklif edilecek. Böylece, KÖİ modeli ile uygulananlar dahil olmak üzere, kamu yatırımlarında yerli malı kullanılmasına öncelik verilecek.

YENİ PROJELER ENGELLİLERİN ERİŞİLEBİLİRLİĞİNE UYGUN OLACAK

İdareler, kamu yatırım projelerinin 2027-2029 dönemi planlama ve uygulama aşamalarını, kadınların toplum içinde güçlenmelerine katkı sağlayacak şekilde hazırlayacak ve uygulayacak.

Söz konusu dönemde, Engelliler Kanununun ilgili maddeleri gereğince, fiziksel çevre koşullarının engellilere uygun hale getirilmesi kapsamında, yeni projelerin engellilerin erişilebilirliğine uygun olması, mevcut projelerin de engellilerin erişilebilirliğine uygun hale dönüş-türülmesi göz önünde bulundurulacak ve projelerde bu konudaki standartlara uyulacak.

Kamu yatırım projelerinin hazırlık ve uygulama aşamalarında, iş sağlığı ve güvenliği konusu özellikle dikkate alınacak.

Finansal kiralama yöntemiyle yapılan yatırımlarda, finans tipi kiralamalara kamu yatırım programında yer verilecek. Finans tipi (satış tipi) kiralamaya konu olan yatırım malının toplam değeri, kiralamanın başlayacağı ilk yılın kamu yatırım programında yıl ödeneği olarak belirlenecek. Ancak, söz konusu kiralamaya ilişkin olarak daha sonraki yıllarda herhangi bir ödenek gösterilme-

yecek. Finansal kiralamada, kuruluşun yatırım bütçesinden kiralamanın başladığı yıl herhangi bir nakdi harcama yapılmamakla birlikte, bu gösterimden amaç o değerde bir yatırım malının kuruluşun sabit sermaye stokuna katıldığının görülebilmesi olacak. Faaliyet tipi finansal kiralama yatırımlarına, kamu yatırım programlarında yer verilmeyecek.

Özelleştirme kapsamındaki kuruluşlar, 2027-2029 dönemi yatırım tekliflerini, özellikle yeni başlayacak projeleri ve yeni yapılacak ihaleleri dikkate alarak, özelleştirme programına uygun olarak yapacak. Söz konusu teklifler, özelleştirme programına uygunluk açısından yapılacak değerlendirilmeyle beraber, Özelleştirme İdaresi Başkanlığı tarafından Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığına iletilecek.

Yatırımları Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı tarafından yürütülen kuruluşlar, yatırım tekliflerini adı geçen Bakanlık görüşünü alarak, Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığına iletilecek. Kuruluşların TOKİ'ye ya da özel yüklenicilere arsa veya diğer gayrimenkulleri karşılığında yaptırarak edinecekleri bina ve tesisleri projelendirilerek, kamu yatırım programına teklif edilecek. Arsa karşılığı yaptırmak üzere teklif edilen projelerin, proje tutarı ve diğer parametreleriyle (harcama ve ödenekleri hariç) birlikte, toplama dahil olmayacak şekilde kamu yatırım programında yer alacak.

Bölge Kalkınma İdareleri, eylem planı kapsamında-ki yatırımlara ilişkin tekliflerini ilgili kurum ve kuruluşlarla işbirliği içinde hazırlayacak, önceliklendirecek ve ilgili kurum ve kuruluşlarla birlikte Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığına da gönderecek.

Valilikler, kamu kuruluşlarının yatırım projeleri ile ilgili tekliflerini, bunlar hakkında il koordinasyon kurullarında oluşan valilik görüşleriyle doğrudan ilgili yatırımcı kuruluşa iletilecek.



YENİ Parti, 1-2 Ekim'de yeni yasama yılını değerlendirecek

ANKARA (ANKA) - YENİ Parti Milletvekilleri, 1-2 Ekim tarihlerinde Genel Başkan Özgür Özel, başkanlığında parti genel merkezinde bir araya gelerek yeni yasama yılına ilişkin değerlendirme toplantısı yapacak.

TBMM, 28'inci Dönem Beşinci Yasama Yılı'na, 1 Ekim Perşembe günü saat 14.00'te yapılacak özel oturumla başlayacak. Meclis'te 91 koltuğu bulunan YENİ Parti'nin yeni yasama yılındaki yol haritası için milletvekilleri hazırlık toplantısı yapacak.

Genel Kurul'daki özel oturuma katılacak olan YENİ Parti Milletvekilleri, ardından parti genel merkezinde Genel Başkan Özgür Özel başkanlığında bir araya gelecek. YENİ Parti, akşam düzenlenecek yasama yılı açılış resepsiyonuna katılmayacak.

Hazırlık toplantısında, milletvekillerinin eylül ayı boyunca 81 ilde gerçekleştirdiği saha çalışmaları raporlanacak ve değerlendirilecek. Vekiller partinin kuruluşunda itibaren geçen iki aylık süreçteki saha izlenimlerini aktaracak, yeni yıla ilişkin görüş alışverişi yapılacak. Genel başkan Özel ve milletvekilleri akşam yemeğini parti yemekhanesinde beraber yiyecek.

2 Ekim Cuma günü ise YENİ Parti Lideri Özel'in basına açık olarak yapılacak açış konuşmasıyla başlayacak. Toplantının basına kapalı bölümünde ise ilgili milletvekilleri ekonomi, dış politika ve milli güvenlik sunumları gerçekleştirecek.

3-4 Ekim'de ise Özel'in illerdeki saha çalışmalarına devam etmesi bekleniyor. Bu kapsamda Bartın ve Artvin programları planlanıyor.



İnternette alışveriş yapanlara "IBAN" ve "sahte ödeme bağlantısı" uyarısı

İSTANBUL (AA) - Uzmanlar, e-ticaret platformları üzerinden alışveriş yapan tüketicileri, son dönemde siparişlerine ilişkin çeşitli gerekçelerle platform dışından ödeme yapmaya yönlendirenler karşı uyarıyor.

E-ticaret platformları üzerinden alışveriş yapan tüketiciler, son dönemde siparişlerine ilişkin çeşitli gerekçelerle platform dışından ödeme yapmaya yönlendiriliyor. Bu durum tüketicilerde bazı mağduriyetlerin oluşmasına sebep oluyor.

Uzmanlar, "siparişinizde sorun oluştu", "ürünün fiyatı yanlış girildi" veya "fiyat farkını ödememiz gerekiyor" gibi gerekçelerle IBAN'a para gönderilmesine yönelik taleplerle karşı tüketicileri uyarıyor.

Tüketici Konfederasyonu Siber Güvenlik Komisyonu Başkanı Muharrem Baki, AA muhabirine yaptığı değerlendirmede, internette alışveriş yapan tüketicilerin son dönemde karşılaştığı dolandırıcılık yöntemlerinden birinin sipariş sürecinin manipüle edilerek IBAN üzerinden para gönderilmesini sağlamak olduğunu söyledi.

Önceden sosyal medya platformlarından yapılan alışverişlerde IBAN'a ödeme yapıldığını anımsatan Baki, "Tüketicilerin sosyal medya platformlarından alışveriş yapmaya ve IBAN üzerinden ödeme göndermeye alışması, dolandırıcıların bu alışkanlığı kendi lehlerine kullanmasına zemin hazırladı. Bu dolandırıcılık şekli ürünü yollamadan sadece para alma yöntemiyle başladı." diye konuştu.

Baki, günümüzde ise dolandırıcıların tüketicilerin gerçekten yaptığı alışverişleri ve sipariş bilgilerini kullanarak farklı yöntemlerle para talep edebildiğini kaydederek, şu ifadeleri kullandı:

"Siparişinizde sorun oluştu, ürünün fiyatı yanlış girildi veya siparişin devam etmesi için aradaki farkı ödememiz gerekiyor gibi gerekçelerle asıl amaç tüketicilerin platform dışına çıkarılarak kendi hesaplarına para göndermelerini sağlamak. Peki buna inanan, mağdur olan vatandaşlar neden böyle bir duruma maruz kalıyor? Çünkü bir güven oluşuyor, platformun gerçekten yaptığınız alışverişini bildiğini düşünüyorsunuz. Ancak platform dışından da kötü niyetli kişiler sizin bilgilerinize, kişisel verilerinize ulaştığı takdirde bu gibi problemler oluşabiliyor. Vatandaşlara 'bilmediğiniz yerlerden uygulamalar indirmeyin' veya 'telefonunuza gelen SMS'lerdeki linklere tıklamayın' diyoruz. Çünkü telefonunuza gelen sahte yazılımlarla aslında bu gibi bilgiler dışarıya aktarılıyor olabilir. Kişisel veriler de müşteri bilgisinin güvenliği açısından değerlendirilmesi gereken önemli bir konu."

Tüketicilerin böyle bir durumla karşı karşıya kaldıklarında resmi platform ya da internet sitesi üzerinden siparişlerinin durumunu kontrol etmesi gerektiğini söyleyen Baki, bütün işlemlere platform üzerinden devam edilmesinin önemini vurguladı.

"HER AN DOLANDIRILACAKMIŞ GİBİ ŞÜPHEYLE YAKLAŞMALIYIZ"

Muharrem Baki, bazı platformların güvenli ödeme sistemlerinin dolandırıcılar tarafından suistimal edildiğine değinerek, "Bazı platformlara özel ödeme yöntemlerinin isimleriyle sahte internet siteleri oluşturularak bu siteler üzerinden ödeme yapmanız sağlanıyor. Siz gerçekten platformda olduğunuzu zannediyorsunuz ancak dolandırıcıların oluşturduğu sahte, kopya sitenin içinde olabilirsiniz. Burada SMS, WhatsApp, telefon veya e-posta yoluyla gönderilen IBAN veya ödeme bağlantılarına karşı çok temkinli olmalıyız. IBAN'a para göndermesek bile tıkladığımız link üzerinden kart bilgilerimizi girerek ödeme yapabiliriz. Onun da aslında IBAN'a para göndermekten hiçbir fark yok." ifadelerini kullandı.

Platformların kullanıcıları platform dışı ödeme taleplerine karşı görünür biçimde uyarması gerektiğine dikkati çeken Baki, şunları kaydetti:

"IBAN'ı paylaştıran kişinin gerçekten platform çalışanı olup olmadığı da resmi kanallarla doğrulanmalı, şüphe varsa ödeme yapılmamalı. Kesinlikle her an dolandırılacakmış gibi şüpheyle yaklaşmalıyız. Platformun dışına çıktığımız her takdirde sorumluluk bize aittir. Dolandırıcılık en önemli savunma mekanizması da tüketicinin kendisinden istenen işlemi gerçekleştirmeden önce bir an durup kaynağını doğrulaması. Dolandırıcılar sosyal mühendislik yapıyorlar. Sizi anlık olarak düşünmeden karar almaya sevk ediyorlar. Panik yaratmak istiyorlar ve böylece düşünmeden yanlış işler yapmanızı, cebinizdeki paranızı kaybetmenize sebep olmaya çalışıyorlar."

Posta sektörünün geliri 104 milyar lirayı aştı

Türkiye'de e-ticaretin büyümesi, posta sektörünün ilerlemesine katkı sağlarken, sektörün geliri 2026'nın ilk 6 ayında geçen yılın aynı dönemine göre yüzde 34,4 artarak 104,45 milyar liraya çıktı

ANKARA (AA) - Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığı Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu (BTK) "2026-1 Türkiye Posta Sektörü Pazar Verileri Raporu"ndan derlenen verilere göre, sektördeki 52 hizmet sağlayıcısına 26'sı ulusal, 29'u yerel olmak üzere toplam 55 yetkilendirme verildi.

Türkiye genelinde, söz konusu dönem itibarıyla toplam 9 bin 543 posta acentesi/şubesi hizmet veriyor. Bu acente ve şubelerin, 1706'sı İstanbul'da, 737'si Ankara'da ve 509'u İzmir'de bulunuyor.

Posta sektöründe trafik ve hacim, "posta kolisi/kargosu" ve "haberleşme gönderileri" olmak üzere, iki başlık altında ele alınıyor. Posta kolisi veya kargosu şeklinde nitelendirilen gönderilerde, sayının yıllar itibarıyla artış eğiliminde olması dikkati çekiyor. Bu yılın ilk 6 ayında, posta kolisi veya kargosu kategorisindeki gönderilerin sayısı, 2025'in aynı döneminde göre yüzde 5 artarak 728 milyona ulaştı. Bu sayı 2022'nin aynı döneminde 459 milyon, 2023'te 556 milyon, 2024'te 639 milyon 2025'te ise 691 milyon olarak kayıtlara geçmişti. Söz konusu artışın, e-ticaret hacminin son yıllardaki hızlı büyümesinden kaynaklı olduğu değerlendirilirken, bu durum ülkenin posta pazarını da olumlu etkiliyor.

KURUMSAL GÖNDERİLERİN YÜKSELİŞİ SÜRÜYOR

Posta kolisi ve kargosu gönderileri, gönderim kaynağına göre bireysel ve kurumsal olmak üzere, iki sınıfta ayrılıyor. Buna göre, 2026'nın ilk yarısında posta kolisi/kargosu gönderilerinin yüzde 96'sının, kurumsal gönderilerden oluşuyor.



Özellikle e-ticaret platformlarının yoğun kullanımıyla, bir işletmeden tüketiciye gönderilen gönderilerin yoğunluğunun artması sebebiyle kurumsal gönderilerdeki artışın son dönemde bireysel gönderilere oranla daha yüksek olduğu tespit edildi.

Posta kolisi/kargosu gönderileri, teslim yerlerine göre şehir içi, şehirler arası ve uluslararası olmak üzere, 3 kategoride değerlendiriliyor. Bu kapsamda posta kolisi/kargosu gönderilerinin yüzde 83'ünden fazlasının, şehirler arası kategoride yer aldığı belirleniyor.

Haberleşme gönderilerinde oldu-

ğu gibi posta kolisi/kargosu gönderilerinde de şehirler arası gönderiler önemli yer tutuyor. Toplam posta kolisi/kargosu gönderilerinin yaklaşık yüzde 15'i, şehir içi teslimatı gerçekleşen gönderilerden oluşurken, yurt dışına gönderilen posta kolisi/kargosu oranı ise yaklaşık yüzde 2 civarında seyrediyor.

Bu yılın ilk yarısında, posta kolisi/kargosu teslimatının en çok gerçekleştiği iller İstanbul, Ankara, İzmir, Antalya ve Kocaeli olarak sıralanıyor.

HABERLEŞME GÖNDERİLERİ

Türkiye'de, posta sektöründe 2026 yılının ilk yarısında gerçekleş-

haberleşme gönderilerinin sayısı, yıllık yüzde 5,4 azalışla 105 milyon oldu. Söz konusu rakam 2022'de 289,35 milyon, 2023'te 220,33 milyon, 2024'te 232,81 milyon, 2025'te 111 milyon olarak kaydedilmişti.

Öte yandan, sektörde faaliyet gösteren hizmet sağlayıcıların geliri, 2026'nın ilk yarısında 2025'in aynı dönemine göre yüzde 34,4 artarak, 77,71 milyar liradan 104,45 milyar liraya yükseldi.

İlk 6 ayda haberleşme gönderilerinden 16,4 milyar lira, kargo gönderilerinden yaklaşık 87,9 milyar lira gelir elde edildi.

Sera gazı emisyonu yeşil dönüşümü gerekli kılıyor

İSTANBUL (AA) - Türkiye'nin ev sahipliğinde kasım ayında düzenlenecek Birleşmiş Milletler (BM) İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi 31. Taraflar Konferansı (COP31) Eylem Gündemi'nde belirlenen 10 öncelikli tema arasında yer alan yeşil sanayileşme başlığında, sanayinin düşük karbonlu üretime geçişi ve çevresel etkilerinin azaltılması amaçlanıyor. Prof. Dr. Ebru Voyvoda, küresel sera gazı emisyonlarının yüzde 21 ila 30'undan sanayi sektörünün sorumlu olduğunu, yeşil sanayileşme ile düşük karbonlu üretim rejimine geçilmesi gerektiğini söyledi.

Sanayide yeşil dönüşüm, aynı zamanda Eylem Gündemi'ndeki 6 küresel uygulama hedefinden biri olarak belirlendi. Bu kapsamda üretim ve imalat sektöründe döngüsel malzeme kullanım oranının 2035'e kadar en az yüzde 15 seviyesine ulaşması ve böylece hem emisyon azaltımı hem de kaynak tasarrufu sağlanması bekleniyor.

AA muhabirinin sorularını yanıtlayan Orta Doğu Teknik Üniversitesi (ODTÜ) İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi İktisat Bölümü Öğretim Üyesi ve İklim Merkezi Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Voyvoda, yeşil sanayileşmenin yalnızca iklim politikası değil, aynı zamanda küresel ekonomi ve sanayi dönüşümünün merkezinde yer alan bir süreç haline geldiğini belirtti.

Sanayi sektörünün hem doğrudan hem de elektrik talebi üzerinden dolaylı olarak küresel emisyonlarda belirleyici rol oynadığının altını çizen Voyvoda, "Sanayi üretimi ve sanayinin enerji gereksiniminin büyük ölçüde fosil yakıtlardan karşılanıyor olması, her yıl küresel sera gazı emisyonlarının doğrudan yaklaşık yüzde 21'inden, elektrik talebi üzerinden de dolaylı olarak yaklaşık yüzde 30'undan sanayi sektörünün sorumlu olduğunu gösteriyor. Bu tablo, dönüşümün kaçınılmaz olduğunu ortaya koyuyor. Yalnızca emisyon azaltımı değil, üretim süreçlerinin de tümünden yeniden tasarlanması gerekiyor. Yeşil sanayileşme dediğimiz şey aslında sanayinin karbon yoğun yapısından çıkıp düşük karbonlu bir üretim rejimine geçmesidir." dedi.

"İKLİM POLİTİKALARI AYNI ZAMANDA TİCARET POLİTİKASINA DÖNÜŞÜYOR"

Yeşil sanayileşmenin kapsamının yalnızca iklim değişikliğiyle sınırlı olmadığını vurgulayan Voyvoda, hava ve su kirliliği, doğal kaynakların hızla tükenmesi, kritik minerallerin aşırı kullanımı, arazi tahribatı, ormansızlaşma ve tehlikeli atıkların yönetimi gibi çok boyutlu çevresel sorunların tamamına yanıt üretecek bir dönüşümden söz edildiğini aktardı.

Voyvoda, yeşil sanayileşmenin aynı zamanda küresel ekonominin yapısal sorunlarıyla birlikte okunması gerektiğini

altını çizerek, 2008-2009 küresel krizinden bu yana dünyanın düşük büyüme, üretkenlik tıkanması ve artan eşitsizliklerle tanımlanan çoklu kriz dönemine girdiğini anlattı.

Bu dönemde gelişmiş ekonomilerin yeniden sanayileşme ve teknoloji odaklı büyüme arayışına yöneldiğinden bahseden Voyvoda, "ABD'de Enflasyonu Düşürme Yasası (IRA), Avrupa Birliği'nin (AB) Yeşil Mutabakatı ve Çin'in 1+N stratejisi, yeşil dönüşümün aynı zamanda aktif bir sanayi politikası haline geldiğini gösteriyor. Bu sürecin en kritik özelliği, jeopolitik rekabette iç içe geçmesi. Tedarik zincirleri yeniden kurgulanıyor, stratejik sektörler ulusal güvenlik perspektifiyle ele alınıyor ve iklim politikaları aynı zamanda ticaret politikasına dönüşüyor." diye konuştu.

"YEŞİL SANAYİLEŞME SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK MESELESİ"

Özellikle AB ile yüksek ticaret bağı nedeniyle sürecin Türkiye açısından doğrudan etkiler ürettiği değerlendirilmesini yapan Voyvoda, sözlerini şöyle sürdürdü:

"Türkiye'nin ihracat yapısının önemli bir kısmı AB'ye dayanıyor. Bu nedenle AB'nin yeşil dönüşüm politikaları ve sınırda karbon düzenlemeleri Türk sanayisi için doğrudan belirleyici hale geliyor. Yeşil sanayileşme Türkiye açısından yalnızca çevresel bir zorunluluk değil, aynı zamanda ekonomik sürdürülebilirlik meselesi. Bu sürecin dışında kalmak, ihracat kaybı, rekabet gücünün zayıflaması ve mevcut yapısal ekonomik sorunların derinleşmesi anlamına gelir."

AB tarafından kabul edilen Sınırdaki Karbon Düzenleme Mekanizması'nın (SKDM) çimento, demir-çelik, alüminyum, gübre, elektrik ve hidrojen gibi yüksek emisyonlu sektörleri kapsadığını ve gömülü karbon üzerinden çalıştığını değinen Voyvoda, "Sistem hukuken ithalatçı firmaya yükümlülük getiriyor gibi görünse de, pratikte bu maliyet tedarik zinciri boyunca üreticiye doğru geri yansıyor. Bu da fiyat baskısı, rekabet kaybı ve daha temiz üretilmeye yönelim şeklinde işliyor." şeklinde konuştu.

Türkiye'nin özellikle çimento, alüminyum ve kimya gibi sektörlerde Avrupa ortalamasına göre daha yüksek karbon yoğunluğuna sahip olduğunu ve bunun yapısal bir dezavantaj yarattığını dile getiren Voyvoda, SKDM'nin Türkiye için etkisinin yalnızca maliyet artışıyla sınırlı olmadığına, aynı zamanda daha geniş bir ekonomik dönüşüm baskısı yarattığına işaret etti.

Voyvoda, "SKDM, ihracat pazarlarının yeniden şekillenmesi anlamına geliyor. Bazı sektörlerde üretim kaybı, istihdam daralması ve yatırım kararlarının yeniden yönelmesi gibi zincirleme etkiler ortaya

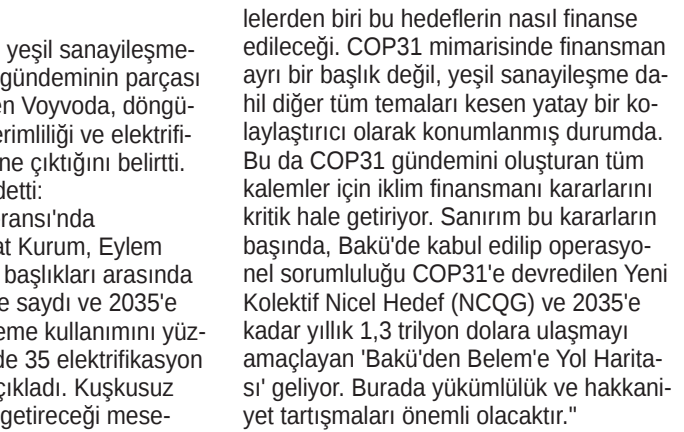
çıkabilir." uyarısında bulundu.

COP31 VE İKLİM FINANSMANI

COP31 sürecinde yeşil sanayileşmenin artık resmi eylem gündeminin parçası haline geldiğini belirten Voyvoda, döngüsel ekonomi, enerji verimliliği ve elektrifikasyon hedeflerinin öne çıktığını belirtti. Voyvoda, şunları kaydetti:

"Bonn İklim Konferansı'nda COP31 Başkanı Murat Kurum, Eylem Gündemi'nin öncelikli başlıkları arasında yeşil sanayileşmeyi de saydı ve 2035'e kadar döngüsel malzeme kullanımını yüzde 15'e çıkarma, yüzde 35 elektrifikasyon gibi somut hedefler açıkladı. Kuşkusuz Türkiye'nin gündeme getireceği mese-

lelerden biri bu hedeflerin nasıl finanse edileceği. COP31 mimarisinde finansman ayrı bir başlık değil, yeşil sanayileşme dahil diğer tüm temaları kesen yatay bir kolaylaştırıcı olarak konumlanmış durumda. Bu da COP31 gündemini oluşturan tüm kalemler için iklim finansmanı kararlarını kritik hale getiriyor. Sınırım bu kararların başında, Bakü'de kabul edilip operasyonel sorumluluğu COP31'e devredilen Yeni Kolektif Nicel Hedef (NCQG) ve 2035'e kadar yıllık 1,3 trilyon dolara ulaşmayı amaçlayan 'Bakü'den Belem'e Yol Haritası' geliyor. Burada yükümlülük ve hakkaniyet tartışmaları önemli olacaktır."



Düzenli Bağışla
Umudu Bağışla

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

losev.org.tr/sayenizde



LÖSEV
Lösemili Çocuklar Vakfı

Unutkanlığınızı “yaşlılıktandır” diyerek göz ardı etmeyin

HABER MERKEZİ-Yaş ilerledikçe zaman zaman bir ismi hatırlayamamak veya bir randevuyu unutmak normal kabul edilebilir. Ancak unutkanlığın giderek artması ve günlük yaşamı etkilemeye başlaması, altında yatan nedenlerin araştırılmasını gerektirir. Her unutkanlığın Alzheimer anlamına gelmediğini belirten uzmanlar, günlük yaşamı etkileyen ve giderek artan unutkanlıkların “yaşlılıktandır” denilerek göz ardı edilmemesi gerektiğine dikkat çekiyor. Memorial Göztepe Hastanesi Nöroloji Bölümü'nden Doç. Dr. Rahşan Advıye İnan, Alzheimer riskini azaltmak ve beyin sağlığını korumak için alınabilecek önlemler hakkında bilgi verdi.

HER UNUTKANLIK ALZHEİMER DEĞİLDİR!

Demans, beyin hücrelerinin zarar görmesi sonucunda düşünme, hatırlama, dikkat ve konuşma gibi zihinsel işlevlerin günlük yaşamı etkileyecek düzeyde kaybını ifade eden bir sendromdur. Tek bir hastalık olmayan demansın farklı nedenleri bulunmakta, en sık görülen nedeni ise Alzheimer hastalığı olmaktadır. Her Alzheimer hastasında demans görülürken her demans hastasının Alzheimer hastası olduğu söylenemez. Yaş ilerledikçe hafızanın eskisi kadar hızlı çalışması doğal olabilir. Bir ismi anında hatırlayamamak veya zaman zaman bir randevuyu unutmak tek başına Alzheimer ya da demans anlamına gelmez. Burada önemli olan unutkanlığın ne sıklıkta yaşandığı ve günlük yaşamı ne ölçüde etkilediğidir.

Artan unutkanlıklar “yaşlılıktandır” denilerek geçiştirilmemelii!

Aynı hikâyeyi kısa aralıklarla tekrar anlatmak, yakın zamanda yaşanan olayları tamamen unutmak, para hesabında veya ilaç kullanımında sık sık hata yapmak ya da daha önce iyi bili-



nen bir yerde yolu karıştırmak önemsenmesi gereken belirtiler arasında yer alabilir. Demans yalnızca hafızayı etkilemez. Kelime bulma, planlama, yön bulma ve bazı durumlarda kişilik özelliklerinde değişiklikler de görülebilir. Bununla birlikte uyku bozuklukları, depresyon, vitamin eksiklikleri, tiroid hastalıkları ve bazı ilaçlar da unutkanlığa neden olabilir. Bu nedenle giderek artan unutkanlıkların “yaşlılıktandır” denilerek göz ardı edilmemesi ve nörolojik açıdan değerlendirilmesi önem taşır.

RİSK FAKTÖRLERİNİ BİLMEK DEMANS RİSKİNİ AZALTABİLİR

Yaş ve genetik yatkınlık demans açısından önemli risk faktörleri arasında yer alır. Bununla birlikte son araştırmalar, yaşam boyunca üzerinde durulabilecek 14 değiştirilebilir risk faktörünün azaltılmasının demans vakalarının yaklaşık yüzde 45'inin önlenmesi veya geciktirilmesiyle ilişkili olduğunu

ortaya koymuştur. Bu değiştirilebilir risk faktörleri şunlardır:

Düşük eğitim düzeyi
İşitme kaybı
Tedavi edilmemiş görme kaybı
Yüksek LDL-kolesterol
Hipertansiyon
Diyabet
Obezite
Depresyon
Sosyal izolasyon
Travmatik beyin hasarı
Fiziksel hareketsizlik
Sigara kullanımı
Aşırı alkol tüketimi
Hava kirliliği

HER YAŞTA BEYİN SAĞLIĞINI KORUMAK İÇİN...

40'lı yaşlarda tansiyon ve kolesterol takibi, haftada en az 150 dakika düzenli egzersiz ve işitme kaybının ihmal edilmemesi önem taşır. 50'li yaşlarda diyabet ve obezite kontrolü, Akdeniz tipi beslenme ile sosyal ve zihinsel olarak aktif kalmak öne çıkar.

60 yaş sonrasında da beyin sağlığını korumak için yapılabilecekler vardır. Sosyal izolasyondan kaçınmak, işitme ve görme kaybı varsa tedavisini yaptırmak, düzenli uyku ve stres yönetimine dikkat etmek koruyucu olabilir. Bulmaca veya hafıza oyunları tek başına yeterli değildir; fiziksel hareket, yeni şeyler öğrenme, sosyal ilişkiler ve damar sağlığının birlikte korunması önem taşır.

“TEDAVİSİ YOKSA ERKEN TANININ FAYDASI NE?” DÜŞÜNCESİ DOĞRU DEĞİL

Demans konusunda en büyük yanılgılardan biri, unutkanlığın yalnızca yaşlanmanın doğal bir sonucu olduğunun düşünülmesidir. “Tedavisi yoksa erken tanının ne faydası var?” düşüncesi de doğru değildir. Erken tanı, tedavi edilebilir başka nedenlerin araştırılmasını ve uygun tedavilerin zamanında başlanmasını sağlayabilir. Ayrıca hastalığın seyri hakkında bilgi edinilmesi, kişinin ve ailesinin geleceğe yönelik planlama yapmasına da yardımcı olabilir. Demans, yaşam boyunca biriken risk faktörleriyle yakından ilişkilidir. Beyin sağlığını korumak için en iyi zaman erken yaşlar, ikinci en iyi zaman ise bugündür.

BEYİNDEKİ PROTEİNİ HEDEFLEYEN İLAÇLAR KULLANILIYOR

Yeni nesil bazı ilaçlar, Alzheimer hastalığında beyinde biriken beta-amiloid proteinini hedefleyerek erken

evredeki uygun hastalarda bilişsel gerileme hızını yavaşlatabilmektedir. Ancak bu tedaviler her Alzheimer hastası için uygun değildir. Tedavi öncesinde biyobelirteçlerle doğrulama yapılması, hastanın uygunluk açısından değerlendirilmesi ve tedavi sürecinde yakın takip ile düzenli beyin MR'larının yapılması gerekebilmektedir.

DEMANS HASTALARINA KISA VE SAKIN CEVAPLAR VERİN

Demans hastalarının yakınlarına da bu süreçte önemli görevler düşmektedir. Aynı soruyu tekrar tekrar soran hastaya kısa ve sakın yanıt vermek, yanlış inanışlarla tartışmak yerine hastanın yaşadığı duyguyu anlamaya çalışmak daha uygun bir yaklaşım olabilir. Ani öfke veya huzursuzluk geliştiğinde öncelikle ağrı, açlık veya enfeksiyon gibi tıbbi nedenlerin araştırılması gerekir. Ev ortamının sade ve güvenli hale getirilmesi, günlük rutinin korunması ve hastanın yapabildiği işlerde mümkün olduğunca bağımsız bırakılması önemlidir. Yolunu kaybetme, trafik kurallarını karıştırma veya finansal işlemlerde belirgin hatalar görülmesi halinde araç kullanımı ile finansal ve hukuki planlamanın yeniden değerlendirilmesi gerekebilir. Bakım veren kişinin de kendi dinlenme ihtiyacını, sosyal yaşamını ve gerektiğinde profesyonel destek alma gereksinimini ihmal etmemesi, hem kendi iyilik hali hem de hastanın bakım süreci açısından önem taşımaktadır.

Zayıflama iğneleri lipödemde işe yarıyor mu?

Yeni araştırmalar lenf sistemine işaret ediyor

Obezite ve diyabet tedavisinde devrim yaratan GLP-1 grubu ilaçlarla ilgili araştırmalar, lipödem hastaları için de yeni bir alanı gündeme taşıyor. 2026 yılında yayımlanan araştırmalar, bu ilaçların sadece iştahı kesmekle kalmayıp lenf sistemini de uyardığını gösteriyor. Ancak Estetik, Plastik ve Rekonstrüktif Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Karacalar uyarıyor: "Zayıflama iğneleri lenf pompalarının daha etkili çalışmasına yardımcı olabilir ancak lipödem tedavi etmez."

HABER MERKEZİ-Son yıllarda obezite ve diyabet tedavisinde kullanılan GLP-1 grubu ilaçlarla ilgili araştırmalar yeni bir alanı gündeme taşıyor: Lenf sistemi. Yayımlanan yeni araştırmalar, GLP-1 ilaçlarının etkisinin yalnızca iştahı azaltmak ve kilo vermeyi sağlamakla sınırlı olmayabileceğini gösteriyor.

Konuyu bedeninin doğal işleyiş üzerinden anlatan Prof. Dr. Ahmet Karacalar, durumu şu sözlerle özetliyor:

“Vücudumuzu büyük bir şehir gibi düşünün. Yağ dokusu, damarlar, lenf sistemi ve metabolizma bu şehrin farklı bölgeleri olsun. Her şey yolunda olduğunda trafik akar, fazla

sıvılar uzaklaştırılır ve sistem dengede kalır. GLP-1 hormonunu ise bu şehrin trafik polisi gibi düşünebiliriz. Nerede yavaşlama varsa sistemi düzenlemeye, gereksiz enerji girişini azaltmaya ve metabolik dengeyi sağlamaya yardımcı olur.”

ZAYIFLAMA İĞNELERİ VE LENF SİSTEMİ ARASINDAKİ YENİ İLİŞKİ

Lenf sisteminin, dokular arasında biriken fazla sıvıyı ve bazı atıkları toplamayı vücuttan uzaklaştıran bir kanalizasyon ve drenaj ağı gibi çalıştığına dikkat çeken Prof. Dr. Ahmet Karacalar, “Lenf damarları ise bu sistemi çalıştıran küçük pompalar gibidir. GLP-1 reseptörlerinin lenf damarlarının iç yüzeyini oluşturan hücrelerde

de bulunduğu gösterildi. Araştırmacılar, lenf damarlarının daha etkili kasılmasına ve daha fazla sıvı taşınmasına yardımcı olabildiğini ortaya koydu.” dedi.

"LİPÖDEM YALNIZCA FAZLA YAĞ DEĞİLDİR, İÇNELER TEDAVİ ETMEZ"

2026 yılında yayımlanan geniş kapsamlı bir araştırmada da GLP-1 grubu ilaç kullanan lipödemli kişilerde ağrı, şişlik ve günlük yaşamı etkileyen bazı belirtilerin daha düşük bildirildiği görüldü.

Ancak Prof. Dr. Ahmet Karacalar bu noktada çok net bir uyarıda bulunuyor:

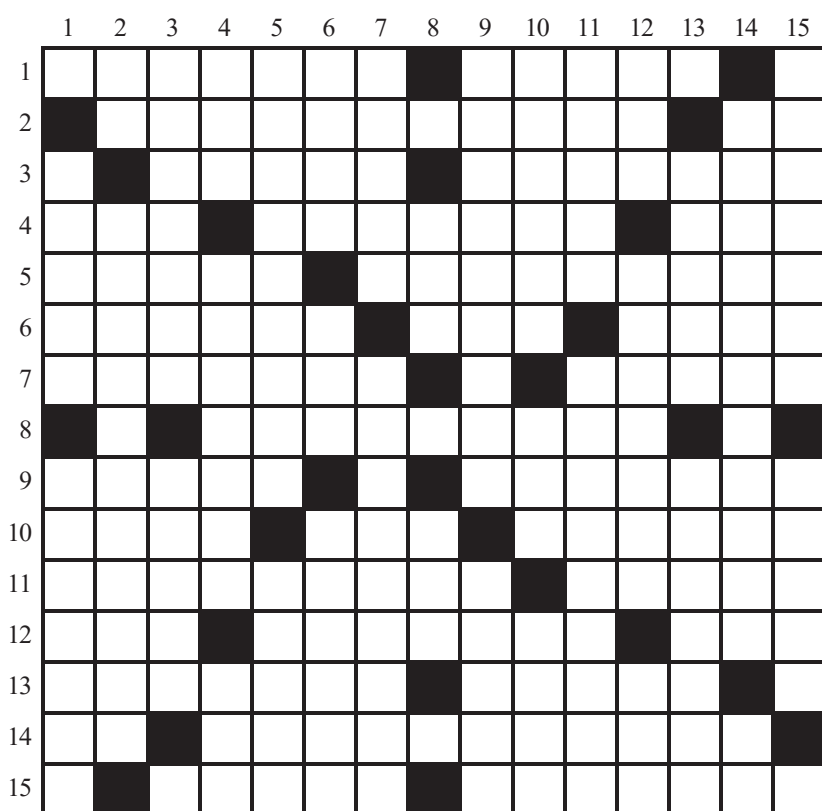
"Ancak lipödem tedavi etmez. Lipödem



yalnızca ‘fazla yağ’ olarak görülmemesi gereken karmaşık bir hastalık. Yağ dokusu, damarlar, lenf sistemi ve yangı gibi birçok mekanizma birbiriyle ilişkili. Bugünkü bilgilerle GLP-1 ilaçlarını lipödem için kanıtlanmış bir tedavi olarak görmek henüz mümkün değil.”

Bugüne kadar kamuoyunda büyük ölçüde kilo verme ilaçları olarak tanınan GLP-1 ilaçlarının, lenf sisteminin çalışmasını da etkileyebilecekleri yönündeki bulgular lipödem araştırmalarında yeni bir kapı açıyor. Uzmanlar, özellikle lenf damarlarının çalışma kapasitesi, inflamasyon ve yağ dokusunun davranışı arasındaki bu yeni ilişkinin yakından takip edildiğini belirtiyor.

TDK Güzel Türkçe Bulmacası



Soldan sağa

1. Bir tür yağmur kuşu, su tavuğu... Ucuz, özenmeden ve bayağı cins ayakkabı, kemer, cüzdandan ya da satan esnaf (eski)... 2. Biyoloji, fizyoloji ve tip konularını mekanik kanunlar yöntemiyle irdeleme... Alüminyum elementinin simgesi... 3. Bitkin, yorgun (eski)... Karabuğdaygillerden, 20-40 santimetre yüksekliğinde, basit yapraklı, kökü sürgün kesici olarak kullanılan ağaççık... 4. Büyük, yetişkin, yaşlı, kart (halk ağzı)... Her zaman görülen, olağan... Uzunluğu 2,54 cm olan İngiliz uzunluk ölçü birimi, parmak, pus... 5. Dişi geyik... Gür ve geniş sakallı... 6. Ham madde işlenerek yapılan her türlü mal... Köle... Böğürtlen, ahududu gibi küçük, dalları dibinden çatallanan ve sapları odunsu bitki... 7. Toprak, bitki, hayvan vb.ne su vermek... Yarı kapalı (göz)... 8. Kedigillerden, çakala benzer vahşi bir hayvan... 9. Burun, burun ucu (halk ağzı)... Kolayca düzgün söz söyleme durumu (eski)... 10. Hastalıklı, sakat (eski)... Olması istenen veya beklenen bir şey olur olmaz duyulan sevinç ve onama duygusunu anlatan bir söz... Küpe ve yüzük taşı gibi süslemeye kullanılan, mavi renkli, saydam olmayan hidratlı doğal alüminyum ve fosfattan oluşan değerli

bir mineral... 11. Dağ, taş, kır... Bütün, tüm... 12. Telefon konuşmasına başlarken kullanılan bir seslenme sözü... Baskı ve zulüm... Çocuğu olan kadın, anne... 13. Osmanlı seramik ve cam sanatının güzel örneklerinden olan ve içine lale konulan vazo... Pamuktan yapılan (kumaş vb.)... 14. İndiyum elementinin simgesi... Yanında... 15. Meyvelerin şekerle kaynatılmasıyla hazırlanan tatlı... Boş, temelsiz, asılsız söz...

Yukarıdan aşağıya

1. El ile dokunarak duyma, bir şeye el ile dokunma (eski)... Kayası çok olan yer... 2. Su (eski)... Kamuya ait, kamu ile ilgili işlerin yapıldığı yer... 3. Serbest ekonomiden yana olan (kimse, parti vb.), liberalist... Krezol... 4. İstenilen, beğenilen nitelikleri taşıyan, beğenilecek biçimde olan... İlgili... Genellikle çocuk oyunlarında baş olan, diğer çocuklara veya gruba karşı cezasını çekmek ve bundan kurtulmak için tek başına bütün sorumluluğu üzerine alan çocuk, oyun ebesi... 5. Bir eseri notaya almak... Havadar (halk ağzı)... 6. Ham maddeyi işleyip mal üretme... Doğu Anadolu ile Azerbaycan'da çalınan bir çalgı türü... Etrafı çitle çevrili ve girilmesi yasak yer (eski)... 7. Değirmen taşının eksen (halk ağzı)... Karatavukgillerden, kara

renkli ardıc kuşu... 8. Uzak Doğu'da yetişen Amerika elmasından çıkan zamk... Genellikle tek tannlı dinlerde kutsal olarak tanınan yerlerin, o dinden olanlarca yılın belli aylarında ziyaret edilmesi... 9. Sıkıntı, felaket... Cimri... 10. Ağaç, ağaççık veya çalılarda gövdeden ilk çıkan ve bitkinin çatısını oluşturan dal... Söz, lakırtı... Yelken açtırma... 11. Otomobillerin çekiş ve hızını ayarlamaya yarayan dişliler düzeni... Nitel... 12. Ağabey (halk ağzı)... Arayı çok açarak... Fransa'da 30,59 gr, İngiltere'de 28,349 gr ağırlığında bir ağırlık ölçüsü birimi... 13. Yüz örtüsü, peçe (eski)... Elektronik aygıtları belli bir uzaklıktan yönetmeye yarayan kablolu alet... 14. Üzerinde az sayıda büyük pullar bulunan bir tür sazan... İnsanlarda, hayvanlarda deri ile kemik arasındaki kas ve yağdan oluşan tabaka... 15. İlaç yapmak için ayrılmış, ilaç yapmaya yarar... Değme, dokunma, dokunuş, değinti...

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

ÇÖZÜMÜ SAYFA 4'TE

S 24 SAAT SPOR

28 EYLÜL 2026 PAZARTESİ

A MİLLİLER BUGÜN İTALYA İLE OYNUYOR



HABER MERKEZİ-UEFA Uluslar Ligi A grubunda yer alan A Milli Takımımız ikinci maçını bugün Bursa 100'ncü Yıl Stadyumunda İtalya ile karşılaşacak. Türkiye-İtalya maçı saat 21.45'te başlayacak. Ksrşlaşmayı ATV Televizyonu naklen ekrana getirecek. Kocaeli'deki Fransa maçından sonra İtalya ile karşılaşacak olan A Milli Takımımız futbolcuları hazırlıklarını bitirdi.



MAMAK KULÜPLERİ BİR ARAYA GELDİ

HABER MERKEZİ-Başkent Ankara'nın Mamak ilçesinde faaliyette bulunan Mamak spor kulüpleri, yeni sezon öncesinde Mamak Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürü Aydın Öztürk'ü ziyaret etti. Aydın Öztürk'ün makamında gerçekleşen görüşmede, yeni sezon öncesi bilgi alış verişinde bulunuldu. Ziyarete Mamak Belediyesi Spor Koordinatörü Alibey Yıldırım, Mamakspor Başkanı Erhan Karadağ, Türközspor Başkanı İsmail Baykan, Genç Ankara Başkanı Gökhan Çeliker, Mamak Seyranspor Başkanı Satılmış Yeşilkaya ve Kayaşspor yöneticisi Kemal Kaçar katıldı.



TED ANKARA KOLEJİ BADE'Yİ TRANSFER ETTİ ANKARA-(Sporanki)-Kadınlar Voleybol 1. Lig'in başkent ekiplerinden TED Ankara Kolejliler, yeni sezon kadro yapılanması kapsamında son olarak Merinos'ta forma giyen Bade Levent'i renklerine bağladı. Kulübün resmi sosyal medya hesaplarından yapılan açıklamada şu ifadeler yer verildi: "Hoş Geldin Bade Levent. Takımımız, geçtiğimiz sezon Merinos Voleybol forması giyen, 2006 doğumlu orta oyuncu Bade Levent ile anlaşmaya vardı. Bade'ye ailemize hoş geldin diyor, formamız altında başarılarla dolu bir sezon diliyoruz. Aramıza hoş geldin Bade."



2030 KIŞ OYUNLARININ YERİ DEĞİŞMEYECEK

ANKARA-(Sporanki)-2030 Kış Olimpiyat Oyunları ile ilgili endişelere Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) nokta koydu. IOC, hazırlıkların planlandığı gibi devam ettiğini ve yaşanan değişikliklerin ev sahipliği sürecini etkilemeyeceğini duyurdu. Fransa Alpleri, 2030 Kış Olimpiyat Oyunları'na ev sahipliği yapacak. Oyunlar için hazırlıklar sürerken, Fransa'daki bazı gelişmeler kafaları karıştırdı. Cyril Linette'nin ardından görevi devralan Edgar Grosperon da Hazırlık Komitesi başkanlığını bıraktı. İki yıl içinde iki başkanın görevden ayrılmasının ardından gözler IOC'ye çevrildi. Ancak Uluslararası Olimpiyat Komitesi, hazırlık sürecinin planlandığı gibi yürüdüğünü duyurdu.

2 GÜREŞÇİMİZ BRONZ MADALYA ALDI

HABER MERKEZİ-Rusya'nın Grozni kentinde düzenlenen Uluslararası Ahmet Kadirov Güreş Turnuvası'nda milli sporcular Alperen Atar ve Alperen Tokgöz bronz madalya kazandı. Serbest stilde mücadele eden ay-yıldızlı güreşçiler, zorlu organizasyonda kürsüye çıkarak Türkiye'ye çifte madalya sevinci yaşattı.



ECE DEMİR TARİHE GEÇTİ

HABER MERKEZİ-Dünyanın en zorlu açık su yüzme meydan okumaları arasında gösterilen Ocean's 7 serisinin parkurlarından Catalina Kanalı'nı, milli yüzücü Ece Demir başarıyla geçti. Ocean's 7'yi tamamlayan ilk ve tek Türk sporcu Bengisu Avcı'nın antrenörlüğünde hazırlanan 23 yaşındaki Ece Demir, 38 kilometrelik parkuru 16 saat 43 dakikada tamamladı.



ENGELLİLER SATRANÇ OLİMPİYATI SONA ERDİ

HABER MERKEZİ-Özbekistan'ın Semerkant kentinde düzenlenen 3.FIDE Engelliler Satranç Olimpiyatı'nda 6. tur tamamlandı. Temsilcilerimiz 6. turda İspanya ile karşı karşıya geldi. Kıyasıyla mücadelenin yaşandığı karşılaşmada milli takımımız 3-1 sonuçla kazanan taraf oldu. Temsilcilerimiz bu sonuçla günü 13. Sırada yer aldı.

POTADA YÜZLER GÜLÜYOR

HEDEFE ADIM ADIM GİDİLİYOR

Hidayet Türkoğlu



Hidayet Türkoğlu, Dünya Kupasındaki hedefleri de açıkladı

ANKARA (AA)-TBF Başkanı Türkoğlu, milli takımlardaki hedeflerini AA'ya değerlendirdi. Türkiye Basketbol Federasyonu Başkanı Hidayet Türkoğlu, 2026 FIBA Dünya Kupası'nda mücadele edecek A Milli Kadın Basketbol Takımı'na güvendiklerini belirterek, hedeflere adım adım ilerlemek istediklerini söyledi. Başkan Türkoğlu, 2026 FIBA Kadınlar Basketbol Dünya Kupası'nda ilk maçına çıkacak ay-yıldızlı ekibin hedefleri ile 2027 Dünya Kupası Avrupa Elemeleri'nde 8'de 8 yaparak finallere katılmayı garantileyen ilk ülke olan A Milli Erkek Basketbol Takımı'nın son dönemde yakaladığı çıkışla ilgili açıkla-

malarda bulundu. A Milli Kadın Basketbol Takımı'nın yeni başantrenör, genç kadro ve farklı bir devşirme oyuncuyla yeni bir oluşuma gittiğini aktaran Türkoğlu, "Mucadeleleriyle her zaman gurur duyduk ve gurur duymaya devam edeceğiz. Onlar da sorumluluklarının bilincindeler. Avrupa Şampiyonası'nda elde edilen 7'ncilik belki bazı insanlar için başarı olarak görülmeyebilir ama başka bir turnuvaya katılabilmek açısından o maçların ne kadar değerli olduğunun bilincindelerdi. Daha sonra ülkemizde düzenlenen organizasyonda ortaya koydukları mücadeleyle Berlin'e gitme hakkı kazandılar"

ifadelerini kullandı. Hidayet Türkoğlu, Dünya Kupası'nda milli takımdan beklentilerine ilişkin, "Bizim her zaman istediğimiz şey şu; Türk Milli Takımı'nın formasını giydikleri zaman ülkemizi gururlandıracak mücadeleyi, o istek ve arzuyu sahaya yansıtsınlar. Ben hep şuna inanan bir insanım; bunu yaptığınız zaman başarı da beraberinde gelir. Kadın milli takımımız da şu ana kadar bunu gerçekten sahaya yansıttı. İnşallah Berlin'de yaşayan vatandaşlarımız da kadın milli takımımızı desteklemeye gelirler. Onların vereceği destek takımımız için çok önemli olacaktır" diye konuştu.

BANA GÖRE...

HİÇ DEĞİLSE TARİHE SAYGILI OLUN

Güray SOYSAL

soysalguray@gmail.com

YAŞAR DOĞU İSMİ YAŞATILMALI

Spor tesisi yapmakta üzerimize yok. Başkent Ankara'nın göbeğine yıkılıp yeniden yapılan 19 Mayıs Stadyumunun hizmete gireceği günler yakında bulunuyor. Ancak... 19 Mayıs Spor Tesisi içinde bulunan Yaşar Doğu Güreş Salonunun ne olduğu bilinmiyor. Bu tarihi mekanın ortadan kaldırılması konusunda ne gibi bir karar alındığını da bilmiyoruz. Türk güreşinin hafızası olan Yaşar Doğu Spor Salonu aynı yerde yaşatılmalı. Bazı salonlarda Şampiyonların alın teri ve güreşe verilen emekler olduğunu unutmamız gerekir.



GEÇMİŞTEN, GELECEĞE SAHİP ÇIKILMALI

"Yaşar Doğu Salonunu yaşatalım" derken, salonların beton ve duvardan ibaret olmadığı bilmemiz gerekir. Onun için Yaşar Doğu Spor salonu aynı yerde, yeniden yaşartılmalı.

DAHA NİCE YAŞ GÜNLERE ŞENES ERZİK



UNUTULMASI MÜMKÜN DEĞİL

Türk futbolunun unutulmazları arasında yer alan ve 8 yıl boyunca başkanlık ve UEFA'da 33 yıl görev yapan TFF Onursal Başkanı Şenol Şenol 85 yaşına bastı. Bu özel gün Futbol Federasyonun Riva'daki tesislerinde kutlandı. Özel gün nedeniyle Milli takımının 95 numaralı forması büyük futbol adımına verildi. Bende Şenol Şenol büyüğümü kutlar, daha nice sağlıklı günler dilerim.



YETER ARTIK DENİLMELİ MURAT ÇİMEN NEREDE?

TRT Spor'un acar sipkerlerinden Murat Çimen'i Haziran ayından bu yana ekranda göremez olduk. Haziran ayındaki Dünya Kupasında yaptığı hatanın cezasını ekranda geri plana çikilen Murat Çimen'e daha fazla ceza verilmemesi görüşündeyim. Verilen cezanın sorumluluğunu çeken Murat Çimen'in yeniden ekrana dönmesi, hem TRT'yi, hem de meslektaşımızı mutlu edecek kanaatindeyim.



ÖN SIRALARDA OLMASI GEREKİRDİ

ADI İLE UYUŞMAYAN TAKIM

Geride kalan transfer döneminde Süper Ligin en yaşlı takımı Fenerbahçe olurken, bizim Gençlerbirliği ise bu konuda 10'ncu sırada yer aldı. İsmi ile bir türlü bağdaşmayan Gençlerbirliği yaş konusunda 25.45 ortalaması ile Süper Ligin ortalarında yer alması garibime gitti. Yaz transfer döneminde ligdeki ekipler, 202 transfere

imza atarken alınan oyuncuların yaş ortalaması, 25,01 olarak gerçekleşti. Geçen sezon bu ortalama 25,73 olarak göze çarptı. Transferde en yüksek yaş ortalaması 28,4 ile bu sezon 5 transfer yapan Fenerbahçe oldu. Sarı-lacivertlileri 27,5 ile Trabzonspor, 26,6 ile de Konyaspor takip ederken Gençlerbirliği kendisine orta sıralarda yer buldu.

Unutulmayanlar

SALİH BORA

1953 yılında Giresun'un Tirebolu ilçesinde doğan Salih Bora, Türk grekoromen güreşçi ve antrenördür. Güreşe 1970 yılında Altınay Kulübü'nde başlayan Bora, 48 kiloda mücadele etti ve döneminin başarılı Türk güreşçilerinden biri oldu. 1975 ve 1979 Akdeniz Oyunları'nda altın, 1983'te ise bronz madalya kazandı. Dünya şampiyonalarında 1977, 1981 ve 1982 yıllarında üç kez gümüş madalya elde etti. 1981 Avrupa Şampiyonası'nda da bronz madalya kazandı. 1976 Montreal Olimpiyatları'nda yedinci olan Bora, 1984 Los Angeles Olimpiyatları'nda dördüncü sırayı aldı. 1984'te aktif sporculuğu bırakarak antrenörlüğe geçti. Türkiye ve Azerbaycan millî takımlarında görev yapan Bora, 2015'te Grekoromen Güreş Millî Takımı başantrenörlüğü, 2021'de ise teknik direktörlük görevini üstlendi.



DOĞRU SÖZE NE DENİR?

Başkasının tabağına bakan, önündeki tabağın lezzetini kaçırır.

MESLEKTAŞIM HASTA YATAĞINDA



GEÇMİŞ OLSUN TUNA YILMAZ

Etimesgutspor'un Ankaragücü patentli yöneticisi ve meslektaşımız Tuna Yılmaz kalbindeki rahatsızlık yüzünden ameliyat oldu. Gerek Genel Kaptanlığını yaptığı Etimesgutspor'da, gerekse Ankaragücü yönetiminde bir türlü "Oh" diyemeyen meslektaşım Tuna Yılmaz, ameliyatından sonra ayağa yine turp gibi kalkıp yine koşuşturmanın içine gireceği günleri bekliyor. Genç meslektaşına geçmiş olsun dileklerini iletirim.