

"Mobil Haber Uygulamamız Google Play Store'de"



"Yakında Apple Store'de"

f /imecegazetesi



Kare Kodu Okutun

imece®

YIL: 24 SAYI: 6793

www.imecegazetesi.com 26 MART 2025 ÇARŞAMBA



8 Sarkopeni, düşme riskini artırıyor

IDMANYURDU GALİBİYET PEŞİNDE

12



KREŞLERE TAM NOT

■ Mezitli Belediyesi sosyal belediyeçilik anlayışı çerçevesinde birçok projeye imzasını atmaya devam ediyor. Başkan Ahmet Serkan Tuncer belediye hizmetlerinde bulunan kreş projeleri ile de ailelerin yükünü hafifletiyor. ● 2'de



BU AŞLAR SİZİN PARANIZLA PIŞTI

■ Mersin Büyükşehir Belediye Başkanı Vahap Seçer, Meral Seçer ile birlikte Mersin Büyükşehir Belediyesi tarafından Mut ilçesinde düzenlenen iftar programına katıldı.

■ HALKTAN alınan halka geri aktarıldığını ifade eden Seçer, "Sizler emek ediyorsunuz, devlete vergi ödüyorsunuz, o vergiler biz belediyelere geliyor. Bu aşlar da sizin paranızla pişti, kesinlikle bereket" dedi. ● 5'de



BAYRAMA HASTA GİRİYORUZ

Havaların bir ısınıp bir soğuması gribi de beraberinde getirdi. Solunum yolu enfeksiyonu şikayeti ile acilleri dolduran vatandaşların sayısında ciddi bir artış olduğu gözlemlendi.

■ TÜM yurttan düşen hava sıcaklıkları hastanelerin dolup taşmasına neden oldu. Kış ayı boyunca influenza virüsü yüzünden bir türlü iyileşmeyen vatandaşlar, yaşanan grip salgını ile birlikte tekrar başa dönmeye başladı.



ACİLLERDE VIRÜS ALARMI!

BOL BOL C VİTAMİNİ ALIN

ÖZEL HABER
ÖKKEŞ İŞÇİ

UZMANLARDAN SARI SERUM UYARISI

Virüsün artışı göstermesiyle birlikte uzmanlar sarı serum tehlikesi için de sürekli uyarılarda bulunurken, daha önce can kayıplarına neden olan serumların mutlaka doktor kontrolleri eşliğinde yapılması gerektiğini söylediler.



PAZARCILAR 72 NOKTADA SİZLERİ BEKLİYOR

PAZARCILAR BAYRAMA HAZIR

■ Mersin Pazarcular Esnaf Odası Başkanı Abdulhalim Batur, Mersinli vatandaşlardan ricada bulunarak alışverişlerini pazarcı esnaftan yapmalarını çarşısında bulundu.



■ YAKLAŞAN Ramazan Bayramı öncesi alışveriş yapacak vatandaşlara çağrıda bulunan Pazarcular Odası Başkanı Abdulhalim Batur, vatandaşları yerli ve milli olan pazarcı esnafından alışveriş yapmaya davet etti. ● 7'de



BAYRAM TATİLİNE ÇIKACAK ARAÇ SÜRÜCÜLERİNE POLİÇE UYARISI

■ YAKLAŞAN bayram tatiliyle birlikte Türkiye yollarında büyük bir yoğunluk beklenirken, Gurbet Kasko kurucusu Abdulcelil Alkış, bu dönemde sürücülerin mağduriyet yaşamaması için polise uyarısı yaptı. ● 5'de

MÜSİAD'TAN SEVGİ İFTARI



■ Müstakil Sanayici ve İşadamları Derneği (MÜSİAD) Mersin Şubesi, Ramazan ayının birlik ve beraberlik ruhunu yaşatmak amacıyla Sevgi Evleri'nde kalan 400'e yakın çocukla bir araya gelerek anlamlı bir iftar programı düzenledi.



■ "SEVGİ İFTARI" adı verilen bu özel etkinlikte, MÜSİAD üyeleri çocuklarla aynı sofrada buluşarak paylaşmanın ve dayanışmanın en güzel örneğini sergiledi. ● 6'da

İLHAN AKAN



TRUMP KARDEŞ

2.

SERDAR KUŞ



ÇUKUROVA DAĞ KALELERİ (DUMLU-ANAVARZA-SIS KALELERİ (2))

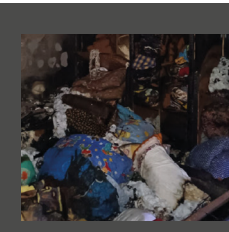
3.

CEYLAN KURTULMUŞ



MUTLU MUUZ?

6.



MERSİN'DE EVYANGINI

■ MERSİN'in Mezitli ilçesinde bir apartmanın 4. katındaki dairede çıkan yangın, diğer dairelere sıçramadan söndürüldü. ● 3'de



7 MİLYON SAHTE DOLAR ELE GEÇİRİLDİ

■ MERSİN polisi, matbaa kurup yaklaşık 300 milyon liralık sahte dolar basan ve piyasaya sürmeye çalışan 3 kişilik kalpazan şebekesini çökertti. ● 3'de



ÖRNEK DAVRANIŞ

■ MERSİN'DE yaşayan Burak Yüksel, at binme çiftliğinden elde ettiği gelire kimsesiz çocuklara ve ihtiyaç sahiplerine destek oluyor. ● 5'de



EMEKLİLERE 1 TL'DEN SAÇ KESİMİ

■ MERSİN'DE bir kuaför, Ramazan Bayramı öncesi 1 TL karşılığında emekli kadınların saç kesimini yaptı. Kuaför Neriman Gök, emeklilere sadece sembolik ücret karşılığında güzel bir saç kesimi hediyesinde bulduklarını söyledi.

KREŞLERE TAM NOT

ÇOCUKLAR HEM ÖĞRENİYOR HEM SOSYALLEŞİYOR

Mezitli Belediyesi sosyal belediyecilik anlayışı çerçevesinde birçok projeye imzasını atmaya devam ediyor. Özellikle ailelere yaptığı yardımlar ile adından söz ettiren Başkan Ahmet Serkan Tuncer belediye hizmetlerinde bulunan kreş projeleri ile de ailelerin yükünü hafifletiyor.



HABER MERKEZİ

Ekonomik açıdan oldukça uygun olan Mezitli Belediyesi'nin kreş ve gündüz bakım evleri sayesinde aileler uygun fiyata çocuklarını kreşe yazdırıyor. Çocuklar ise bu kreşlerde hem öğreniyor hem de sosyalleşme imkanı buluyor.

AİLELER RAHAT NEFES ALIYOR

Mezitli Belediyesi'nin bünyesinde bulundurduğu kreş ve gündüz bakım evleri sayesinde çalışan anne ve babalar rahat bir nefes alırken, yüksek kreş ücretleri ödemek zorunda kalmıyor. Çocukların sosyalleşmesinin yanı sıra branş derslerinde verilen kreşler ise ailelerden tam not almayı başarıyor. Bircan Tüfekçioğlu, Mustafa Baysan, Enis Necip Tüeyni ve Lions Gündüz Bakım Evleri ile toplamda 453 çocuk eğitim alıyor. Deneyimli öğretmenlerle verilen eğitimler ve 3 öğün yemek verilen kreşlerde branş derslerin yanı sıra jimnastik, İngilizce, satranç ve gibi birçok derslerle çocukların gelişimine büyük bir katkı sağlanıyor.

BAŞKAN TUNCER, "ÇOCUKLARIMIZ

İÇİN EN İYİSİNİ HEDEFLİYORUZ"

Mezitli Belediye Başkanı Ahmet Serkan Tuncer, belediyeye bağlı kreşlerin çocukların gelişimi açısından büyük önem taşıdığını belirterek, "Ailelerin üzerindeki ekonomik yükü hafifletirken, çocuklarımızın güvenli, sağlıklı ve kaliteli bir eğitim almasını sağlıyoruz. Kreşlerimizde sadece temel eğitim değil, aynı zamanda sosyal ve kültürel gelişimlerine de katkıda bulunacak programlar yürütüyoruz. Çocuklarımızın mutlu olduğu bir ortam yaratmak bizim için en büyük öncelik" dedi.

VELİLERDEN MEMNUNİYET, "GÖZÜMÜZ ARKADA KALMIYOR"

Çocuğunu Mezitli Belediyesi kreşlerinden birine gönderen velilerden Elif Yılmaz ise memnuniyetini dile getirerek, "Çocuğum burada sadece oyun oynamıyor, aynı zamanda birçok yeni şey öğreniyor. Jimnastikten satranca kadar pek çok etkinlik var. Üstelik belediye kreşi olduğu için özel kreşler gibi yüksek ücretler ödemek zorunda kalmıyoruz. En önemlisi de çocuğumun güvenilir bir ortamda eğitim aldığını bilmek, biz ebeveynler için büyük bir rahatlık" diye konuştu.



Çocuk

Yılmaz ise memnuniyetini dile getirerek, "Çocuğum burada sadece oyun oynamıyor, aynı zamanda birçok yeni şey öğreniyor. Jimnastikten satranca kadar pek çok etkinlik var. Üstelik belediye kreşi olduğu için özel kreşler gibi yüksek ücretler ödemek zorunda kalmıyoruz. En önemlisi de çocuğumun güvenilir bir ortamda eğitim aldığını bilmek, biz ebeveynler için büyük bir rahatlık" diye konuştu.

İLHAN AKAN



TRUMP KARDEŞ

Senden öncekiler ;
Elini kolunu sallayarak Irak'a girdiler, parçaladılar !
Karşılarında ne Irak halkı vardı ne de Irak ordusu !
Suriye'yi bir avuç şeriatçı teröriste parçalatıp yok ettiniz !
Karşılarında ne Suriye ordusu vardı ne de Suriye halkı !
Sıra Türkiye'de diyordu küresel çete !
Hani şu BOP denen ucube konu !
İmamoğlu olayı gösterdi ki ;
Türk Halkı uyumuyor !
Türk Halkı Araplara benzemiyor !
Küresel çete bizi araplaştırmaya çalıştıkça !
Ters tepti !
Neden ?
Biz Arap değiliz !
Arap soyundan gelmiyoruz !
Biz Ortaasya'dan geldik !
Bir ucumuz Rusyada !
Bir ucumuz Çinde !
Geniş bir alandayız !
Büyük bir ırkız !
Savaştan korkmayız !
Haksızlık karşısında susmayız !
Bunu en iyi bilen de küresel çetedir !

Sağcı solcu dedi kıyım yaptırdı !
Alevi sünni dedi kıyım yaptırdı !
Kürt Türk dedi kıyım yaptırdı !
Müslümanlığı kullandı !
Tarikatleri başımıza bela etmeye çalıştı !
Yutmadık !
Ayaktayız !
Küresel çete bizimle uğraşmaktan vazgeçsin !
Hele hele sen !
BOP denen konuyu çöpe atacaksınız !
Bizimle iyi geçineceksiniz !
Bizi Arap yapma hevesinden vazgeçeceksiniz !
Biz ATATÜRK'ün kurduğu LAİK ve DEMOKRAT TÜRKİYE CUMHURİYETİYİZ.
Bunu kafanıza sokun !
Asla unutmaya kalkışmayın !
Biz Arap kültürünü değil !
Biz Avrupa Medeniyetini örnek almış bir devletiz !
Ayrıca ;
Sizler bize muhtaçsınız !
Biz de size !
Artık dünya küçüldü !
Teknoloji gelişti !
Devletlerarası ilişkiler savaşa değil üretime ve istihdama dönük olmalı !
Yoksa GÖÇLER durdurulamaz !
Bu da Avrupa ve Amerika medeniyetlerinin sonu olur !
Trump Kardeş sen bunları zaten biliyorsun !
Ben sadece devamlı sana hatırlatmak zorunda kalıyorum !
Elimden aldıklarımı senden geri istiyorum ;
Demokrasi, hukuk, laiklik, özgürlük, huzur.....
Beni anlıyor musun ?

MUTTA ORMAN HAFTASI COŞKUSU

HABER: CEYLAN KURTULMUŞ

Mersin Orman Bölge Müdürlüğü'ne bağlı Mut Orman İşletme Müdürlüğü'nde 21 Mart Orman Haftası kapsamında fidan dikim etkinliği düzenlendi.

Kutlamalara Mut Kaymakamı İsa Uğur, Mut Orman İşletme Müdürü Utku Daniş, işletme personeli, ilçe kurum amirleri, öğrenciler ve vatandaşlar katıldı.

Etkinlikler kapsamında 500 adet Erguvan, Kara Servi, Fıstık Çamı, Defne, Akasya, Harnup fidanları dikilerek, Orman Haftasının önemine dair konuşmalar yapıldı.



ORMAN HAFTASINDA "ORMAN EKOSİSTEMİ" TEMALı SERGİ AÇILDI

HABER: KADRİ DUMAN

Mersin Orman Bölge Müdürlüğü, Anamur Orman İşletme Müdürlüğü'nde Orman Haftası etkinlikleri kapsamında "Orman Ekosistemi" temalı serginin açılışı yapıldı.

Açılışa Anamur Kaymakamı Bilal Bozdemir, Ekosistem Hizmetleri Şube Müdürü Muhammet Aslanhan, İşletme Müdürü İsmail Gübeş Kurum Amirleri, STK Temsilcileri ve vatandaşlar katıldı. Anamur Orman İşletme Müdürü İsmail Gübeş sergi hakkında katılımcılara bilgi verdi.

Sergide, bu yıl Orman Genel Müdürlüğü'nün Orman Haftası kutlamalarının ana teması olarak seçtiği "Orman Sadece Ağaçlardan İbaret Değil, Doğanın Lezzetleri Ormanda Saklı" sloganı odaklı olarak bölgemizde yetişen tıbbi aromatik bitkiler, odun dışı orman ürünleri, orman ekosisteminin diğer diğer bileşenleri yaban hayvanlarına ait tahnitler, bal arısı ve jeolojik örnekler yer aldı. Sergi 21-27 Mart tarihlerinde 08:00-22:00 saatleri arasında ziyaret edilebilecek.

Çetinkaya.

Tüm Kışlık Ürünlerde

%
70
İNDİRİM

ÜSTELİK

Tüm Giyim ve Ayakkabılarda

3 AL 4'SÜ
BEDAVA

%70'e varan indirim tüm kışlık ürünlerde geçerlidir. %70'e varan indirim giyim ve ayakkabı kategorilerinden yapılacak alışverişlerde 3 al 4'sü bedava kampanyası geçerlidir. Bedava ürün en düşük fiyattır. Aksesuar ve iç giyim kategorilerinde geçerli değildir. Ürünler stoklarla sınırlıdır. Çetinkaya kampanya koşullarını değiştirmeye hakkı saklı tutar. Kampanyalar birleştirilemez. Kampanya nakit ve kredi kartı ile yapılan alışverişlerde 28.02.2025 - 31.03.2025 tarihleri arasında geçerlidir. Kampanyadan kayıtlı müşterilerimiz yararlanabilir.

imece

GÜNLÜK BAĞIMSIZ SİYASİ GAZETE

Sürekli Yerel Yayın

Kuruluş Tarihi: 10 Mayıs 2000

26 MART 2025 ÇARŞAMBA

Fiyatı: 5 TL Yıl: 24 SAYI: 6793

İMTİYAZ SAHİBİ
Ses Basın Yayın Turizm Ticaret A.Ş. ADINA
SİNAN KOÇ

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
Yalçın ÖZÇELİK

Adres: Gazi mahallesi GMK
Bulvar Çınar apartmanı no: 361/C PK
33100 Yenişehir - Mersin
Tel: 0324 328 10 10
Fax: 0324 331 08 88
Gam: 0553 462 62 62

Web: www.imecegazetesi.com
Kep Adresi: sesbasin@01.kep.tr
UETS: 25999-53293-78872

Dizgi-Mizanpaj İmece Gazetesi

BASKI
İHLAS GAZETECİLİK A.Ş. TÜRKİYE
GAZETESİ BASKI TESİSLERİ

ADRES: Levent Mah. Birketçiler
1791 Sokak No: 33/A
YÜREĞİR/ADANA

İlan Fiyatları:
Resmi İlanlar
(Sütun/CM) 185 TL
Reklam: (Sütun/CM) 100 TL
Genel Kurul İlanları 1000 TL

Dağıtım: VERA DAGITIM
Dağıtım LTD.ŞTİ.

İhsaniye Mah. 4902 Sokak Aktaş Apt. No:12 Mersin

Gazetemiz İYİ A abonесidir.

Gönderilen yazı ve fotoğraflar yayımlansın yayımlanmasın iade edilmez.

Köşe yazılarımızın fikirleri gazetemize bağlamaz

İmece Gazetesi Basın ve Yayın
Meslek İlkelerine uyar

SERDAR KUŞ



ÇUKUROVA DAĞ
KALELERİ
(DUMLU-ANAVARZA -
SIS KALELERİ (2))

İnce Memed'in ikinci cildinde Usta, Anavarza'yı şöyle betimlemiştir. "... Anavarza kalesinin kayalıkları kuzeyden güneye uzanmış bir gemiye benzer. Üstündeki eskimiş, dökülmüş örenleri, yıkıntılarını. Anavarza gemisi her zaman durgun bir denizde hiç sallanmadan ağır ağır ilerler." Bu güzel cümlelerin zihinindeki etkisiyle kentin güneydoğusundaki antik merdivenleri arkadaşlarıyla çıkmaya başladım. Kayalara oyulmuş merdiven basamaklarından yarım saatlik bir tırmanışla kaleye ulaşıyor. Basamakları adımladığınızda çeşitli kitabeler ve kabartmaları da yol üzerinde göreceksiniz.

Romalılar zamanında yapılan kale,

üzerinde yirmi burç bulunan bin beş yüz metre uzunluğundaki surlarla çevrilidir. Kale içinde kilise, kuleler, depolar ve üzerinde Ermenice kitabenin bulunduğu bir şato bulunmaktadır. Kökleri belki de kalenin yapıldığı tarihlere uzanan, kokusuyla insanın başını döndüren ve adını mitolojiden alan, şubat ayının çiçeği nergisler sarmış kalenin üstünü. Çakır dikenlerinin arasına gizlenmiş nergisler tabii ki Usta'nın gözünden kaçmamıştır. Şöyle der İnce Memed'te: "Baharları Anavarza'da her şey sinek, böcek, kurt, kuş, nergis kokar."

Anavarza'dan Çukurova'yı seyretmek ne büyük bir ayrıcalıktır. Mor kayalıkların zirvesinden antik kentten kalan eserlerin en ince ayrıntısını, gökte süzülen kartalları, renk renk tarlaları, çoban köpeklerinin korumasındaki koyun sürülerini ve yemyeşil ağaçların içindeki Dilekkaya köyünü keyifle izledim. Yaşar Kemal'in romanlarındaki doğanın, yaşayan canlı bir varlık gibi gözümüze görünmesini, Anavarza kayalıklarını ve çevresini görünce daha iyi anlıyor insan.

Kaleden indiğinizde, kendinizi hemen sit alanı üzerine kurulu Dilekkaya köyünde buluyorsunuz. Neredeyse her evin bahçesinde sütun başlıkları, lahitler,

mozaikler var. Köy aynı zamanda antik kentin görkemli, üç girişi olan Zafer kapısını barındırıyor. M.Ö. 9.yy'da Asurlular tarafından kurulan kentten bir çok farklı kültür ve medeniyet gelmiş geçmiştir. Anavarza'dan istemeye istemeye ayrılarak 36 km uzaklıktaki Sis kalesine ulaştık. Kale, "Dağ Kaleleri" zincirinin dördüncü halkasıdır. Ortaçağda Kilikya Ermeni Krallığından geçen seyyahların en çok etkilendiği yerlerin başında Anavarza harabeleri ve Sis kalesi gelmiştir. 44 kule ve burcu bulunan kale Asurlular tarafından yapılmıştır. Kozan'ın tam ortasında dört yüz metre yükseklikteki kaleden açık bir havada Anavarza, Karasis, Andil, Dumlu kaleleri hatta Akdeniz bile görülebilmektedir. Altı bölümden oluşan kalenin mahzenleri, sarnıçları ve güney kesimindeki tepede bir iç kalesi vardır. Surları toplamda altı kilometreyi bulan kalenin büyük kısmı, taş işçiliği ve plan bakımından Ermeni mimarisine dahildir. Sis, ortaçağda bölgenin önemli bir Ermeni din merkezidir. Eğitim ve sosyal hayatta bunun etrafında şekillenmiş. Hakim bir noktada kurulan kaleden yapacağınız bir seyir, size görsel bakımdan son derece keyifli dakikalar yaşatacaktır. Yaşar Kemal'in betimlemeleriyle can

bulan bu bölgeyi kısa bir sürede gezmek elbette çok zor. En azından Usta'nın kaleminden yansıyan Çukurova'yı yerinde görmek ve hissetmek bambaşka bir mutluluk oldu. Amacım Çukurova'daki kaleleri yazmaktı ama söz dönüp dolaşır Usta'yla bütünleşmiş Ova'ya çıktık. İçimdeki duygulara Sinema sanatçısı Menderes Samancılar tercüman olmuş adeta: "Biz Yaşar Kemal'den sadece çiçeklerin nasıl açtığını, toprağın nasıl koktuğunu, rüzgarın nasıl estiğini öğrenmedik. Biz O'ndan, Toroslardan esen rüzgarın insanı nasıl adam ettiğini de öğrendik." Son söz "Güzel atlara binip giden İyi İnsan" dan ;

**Çukurova'daki kızın gözlerini ben gördüm
Anlatmaya dilim yetmez ki
Ben diyorum ki size, ben aşkın ve ümidin adamı
Bir dil bulacağız her şeyde varan
Bir şeyleri anlatabilen
Böyle dilsiz, böyle
le düşmanca, böyle bölük pörçük
Dolaşmayacağız bu dünyada
Her şeyi söyleyebileceğiz bu dünyada
Her şeyi birbirimize
Şöyle bir gözünüzün önüne getirin ki
Dünyada tek bir insan bile kalmamış
Çiçekler, böcekler hani şairlerin anlata anlata
bitiremediği bir dünya**



MATBAA KURUP DOLAR BASAN ŞEBEKE ÇÖKERTİLDİ

7 milyon 99 bin sahte dolar ele geçirildi

(İHA) - Mersin polisi, matbaa kurup yaklaşık 300 milyon liralık sahte dolar basan ve piyasaya sürmeye çalışan 3 kişilik kalpazan şebekesini çökertti. Basılmış ve basıma hazır toplam 7 milyon 99 bin 200 sahte dolarla ele geçirilen 3 şüpheli çıkarıldıkları mahkemece tutuklandı.

Alınan bilgiye göre, İl Emniyet Müdürlüğü KOM Şube Silifke Büro Amirliği ekipleri parada sahtecilik suçuna yönelik hassas ve titiz bir çalışma yaptı. Ekiplerin çalışmasında belirlenen bazı şüpheliler teknik ve fiziki takibe alındı. Takip sonrasında delilleri



elde eden polis matbaa kurup sahte dolar basan H.U.'yu, piyasaya süren Y.T.'yi ve kur-yelik yaparak diğer illere dağıtan A.T.'yi operasyonla yakaladı.

KURYE 132 BİN SAHTE DOLARLA YAKALANDI
Operasyonun detaylarına da ulaşıldı. Polisin çalışmasında takipte olan kurye A.T.'nin, Mersin otogarında düzenlenen operasyonla gözaltına alındığı öğrenildi. Kuryeden 100 dolarlık banknotlar halinde 132 bin sahte ABD Doları ve sahte paraların basım şablonlarının bulunduğu flaş disk ele geçirildi. Diğer iki şüpheli ise belirlenen adreslerde gözaltına alındı.

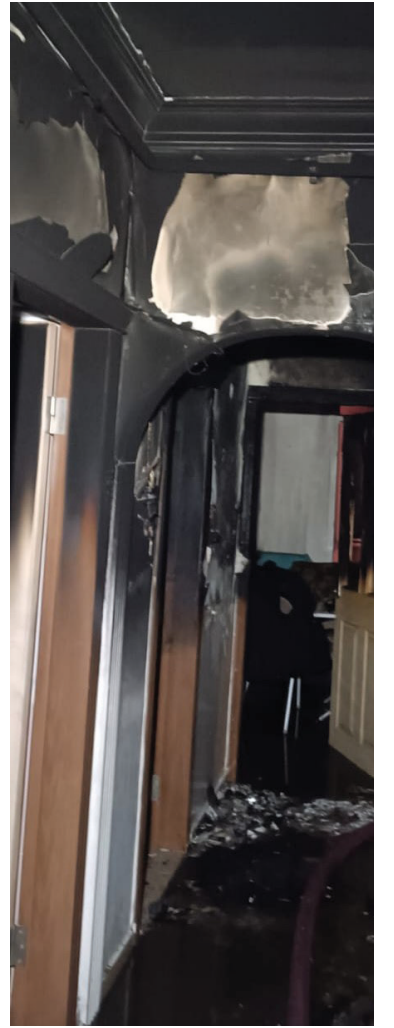
2 MİLYON 299 BİN 200 SAHTE DOLAR PİYASA SÜRÜLMEME HAZIRMIŞ
Sahte dolar basan şüpheli H.U.'nun kurduğu matbaa yapılan aramada ise 2 milyon 137 bin 200 sahte dolar, 4 milyon 800 bin kesime ve renklendirilmeye hazır A4 kağıdı üzerinde sahte dolar, 5 adet para basma makinesi, 2 adet para sayma makinesi, 1 adet kontrol cihazı ve 2 adet hard disk ele geçirildi. Toplamda hazır basılarak piyasaya sürülmeye çalışılan rakamın 2 milyon 299 bin 200 ABD Doları olduğu, basım aşamasındakilerle tutarın 7 milyon 99 bin 200 dolar olduğu öğrenildi. Emniyette ifadeleri alınan 3 şüpheli sevk edildiği adliyede çıkarıldığı mahkemece tutuklandı.



MERSİN'DE EV YANGINI

Mersin'in Mezitli ilçesinde bir apartmanın 4. katındaki dairede çıkan yangın, diğer dairelere sıçramadan söndürüldü.

(İHA) - Edinilen bilgiye göre, Viranşehir Mahallesi 34324. Sokak'taki bir binanın 4. katındaki dairede, gece saatlerinde henüz nedeni belirlenemeyen bir sebeple yangın çıktı. Evde yaşayanlar, alevleri fark eder etmez hızla dışarı çıkarken, durum 112 Acil Çağrı Merkezi'ne bildirildi. İhbar üzerine olay yerine Büyükşehir Belediyesi İtfaiyesi, sağlık ekipleri ve polis sevk edildi. Büyükşehir Belediyesine bağlı Mezitli İtfaiyesi Grup Amirliği ekipleri, yangına merdivenli araçla müdahale etti. Daha sonra Yenışehir ve Davultepe grup amirliği ekiplerinin de desteğiyle yangına üç koldan müdahale gerçekleştirildi. Ekipler, alevlerin diğer dairelere sıçramasını engellemek için yangını kontrol altına alıp söndürdü. Yangın çıkan daire kullanılamaz hale gelirken polis ekipleri inceleme başlattı.



MERSİN'DE OTOMOBİL ALEV ALEV YANDI

(İHA) - Mersin'in Tarsus ilçesinde otomobil alev alev yandı. Araç yangını, ilçeye bağlı Kavaklı Mahallesi Yavuz Sultan Selim Caddesi ile 2450 sokağın kesişime



noktasında meydana geldi. Alınan bilgiye göre, A.K. idaresindeki otomobil, motor kısmından henüz bilinmeyen bir nedenle yanmaya başladı. Sürücü aracı durdurup inerken yangını itfaiye ekiplerine bildirdi. Olay yerine sevk edilen Mersin Büyükşehir Belediyesi İtfaiye ekipleri alevlere müdahale ederek yangını söndürdü. Yangında araç kullanılamaz hale geldi.

YANAN TIR KULLANILAMAZ HALE GELDİ



(İHA) - Mersin'in Tarsus ilçesinde tır yanarak kullanılamaz hale geldi.

Olay, Tarsus-Adana-Gaziantep otoyolunda Çamalan mevkiinde meydana geldi. Alınan bilgiye göre, M.S.'nin idaresindeki 71 plakalı tır, Tekir istikametine ilerlerken motor kısmından bilinmeyen bir nedenle

yanmaya başladı. Sürücüsü, dorsesi boş olan tırı güvenlik şeridinde durdurdu. İhbar üzerine olay yerine Mersin Büyükşehir Belediyesi İtfaiye ekipleri sevk edildi. Olay yerine ulaşan ekipler, yangına müdahale ederek söndürdü. Yangında araç kullanılamaz hale geldi.

'Kadına Yönelik Şiddet ve Bağımlılıkla Mücadele Toplantısı'

(İHA) - Mersin'in Bozyazı ilçesinde, Kaymakam Tuncay Topsakaloğlu başkanlığında, 'Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele Koordinasyon, İzleme ve Değerlendirme Toplantısı' ile 'Bağımlılıkla Mücadele Toplantısı' gerçekleştirildi. Toplantılara ilgili kurum amirleri, sivil toplum kuruluşu temsilcileri ve uz-

manlar katılım sağladı. Kadına yönelik şiddetle mücadelede yürütülen çalışmalar değerlendirilirken, alınması gereken yeni tedbirler ve farkındalık çalışmaları ele alındı. Ayrıca bağımlılıkla mücadelede mevcut durum analiz edilerek, önleyici ve rehabilite edici faaliyetler masaya yatırıldı.





"MONDAY TALKS" PROJESİ OİDP 2025 ÖDÜLLERİ FİNALİNDE!

HABER MERKEZİ

Mersin Büyükşehir Belediyesi'nin 2023 yılından bu yana kentte yaşayan kadınları, kadın dernek ve toplulukları ile akademisyenleri bir araya getirdiği 'Monday Talks' (Pazartesi Buluşmaları) projesi, dünya çapında yerel yönetimler için en prestijli ödüllerden biri olan OİDP 2025 Ödülü'nde finale kalmaya hak kazandı.

Barcelona'da düzenlenen ve dünya genelinde 37 ülke ve dört kıtadan 108 yerel ve bölgesel hükümetin 137 projeye katıldığı yarışmada; Mersin Büyükşehir Belediyesi'nin sunduğu 'Monday Talks', 'Gender and Care' yani 'Toplumsal Cinsiyet ve Bakım' kategorisinde en iyi projeler arasında gösterildi. OİDP 2025 Ödülleri'nin kazananları, 28 Mart'tan sonra yapılacak değerlendirme sürecinin ardından açıklanacak.

Mersin Büyükşehir Belediyesi, toplumsal cinsiyet eşitliği ve katılımcı yönetim anlayışına yönelik öncü projeleriyle uluslararası alanda ses getirmeye devam ediyor. Kadın ve Aile Hizmetleri Dairesi Başkanlığı'nın 2023 yılından bu yana kentte yaşayan kadınları, kadın dernek ve toplulukları ile akademisyenleri bir araya getirdiği 'Monday Talks' (Pazartesi Buluşmaları) projesi, dünya çapında yerel yönetimler için en prestijli ödüllerden biri olan OİDP 2025 Ödülü'nde finale kalmaya hak kazandı.

Barcelona'da düzenlenen ve dünya genelinde 37 ülke ve dört kıtadan 108 yerel ve bölgesel hükümetin 137 projeye katıldığı yarışmada, Mersin Büyükşehir Belediyesi'nin sunduğu 'Monday Talks', 'Gender and Care' yani 'Toplumsal Cinsiyet ve Bakım' kategorisinde en iyi projeler arasında gösterildi. <https://participate.oirdp.net/processes/award2025/f/299/proposals/3574#comments> adresi üzerinden bilginin alınabileceği yarışmaya aynı adres üzerinden oy da verilebiliyor. Oy vermek isteyen vatandaşlar 28 Mart'a kadar oy verebilecek.

KATILIMCI DEMOKRASİYE YENİLİKÇİ BİR MODEL

OİDP (Katılımcı Demokrasi için Yerel Yönetimler Gözlemevi) tarafından verilen bu ödül, vatandaşların karar alma süreçlerine aktif katılımını teşvik eden yenilikçi projeleri ödüllendiriyor. 'Monday Talks' ise yerel yönetimlerin kadınların ve dezavantajlı grupların sesini daha güçlü duyurabilmesi için nasıl etkin bir rol oynayabileceğini gözler önüne seriyor.

Proje, Mersin Büyükşehir Belediyesi Kadın ve Aile Hizmetleri Dairesi Başkanlığı tarafından 2023 yılından bu yana sürdürülen 'Pazartesi Buluşmaları'nın uluslararası bir açılımı olarak ortaya çıktı. Yerel yönetimler, sivil toplum kuruluşları, akademisyenler ve aktivistleri bir araya getiren bu buluşmalar, toplumsal cinsiyet eşitliği ve sosyal politikalar üzerine yenilikçi çözümler geliştirilmesini sağlıyor.

Mersin Büyükşehir Belediyesi, özellikle kadınların toplumsal hayata daha aktif katılımını destekleyen projeleriyle Türkiye'de yerel yönetimler arasında fark yaratırken, 'Monday Talks' ile bu başarısını küresel arenaya taşıyor. Projenin finale kalması, Mersin'in katılımcı yönetim ve toplumsal cinsiyet eşitliği konularında dünya çapında örnek gösterilen belediyelerden biri haline geldiğini kanıtıyor.



BAŞKAN SEÇER VE MERAL SEÇER, MUTTA VATANDAŞLARLA İFTAR YAPTI

BU AŞLAR SİZİN PARANIZLA PİŞTİ

Mersin Büyükşehir Belediye Başkanı Vahap Seçer, Meral Seçer ile birlikte Mersin Büyükşehir Belediyesi tarafından Mut ilçesinde düzenlenen iftar programına katıldı. Mut halkının yoğun ilgi gösterdiği iftar programında, Ramazan ayının manevi atmosferi hep birlikte yaşandı.



HABER MERKEZİ

Halktan alınanın halka geri aktarıldığını ifade eden Seçer, "Sizler emek ediyorsunuz, devlete vergi ödüyorsunuz, o vergiler biz belediyelere geliyor. Bu aşlar da sizin paranızla pişti, kesinize bereket" dedi. Mut halkına misafirperverlikleri için teşekkür eden Seçer, "Bizleri burada misafir ettiniz. Mut'u seviyoruz, çalışkan Mut insanını seviyoruz" diye konuştu.

Mersin Büyükşehir Belediye Başkanı Vahap Seçer, Meral Seçer ile birlikte Mersin Büyükşehir Belediyesi tarafından Mut ilçesinde düzenlenen iftar programına katıldı. Mut halkının yoğun ilgi gösterdiği iftar programında, Ramazan ayının manevi atmosferi hep birlikte yaşandı.

Mut Belediyesi'nin önünde bulunan Cumhuriyet Meydanı'nda kurulan iftar sofralarında vatandaşlarla bir araya gelen Seçer, alana girişinde masaları tek tek gezerek vatandaşları selamladı. Seçer'e iftar programında, Cumhuriyet Halk Partisi (CHP) Mersin Milletvekili Hasan Ufuk Çakır ve eşi Hatice Çakır, Mut Belediye Başkanı Murat Orhan ve eşi Funda Orhan, Mut İlçe Jandarma Komutanı Murat Altınöz, CHP Mut İlçe Başkanı Abdurrahim Günay, İYİ Parti Mut İlçe Başkanı Remzi Vural, Deva Partisi Mut İlçe Başkanı Turgay Özdemir, Mut Ziraat Odası Başkanı Muharrem Yılmaz ve çok sayıda vatandaş eşlik etti.

BAŞKAN SEÇER: "86 MİLYON KARDEŞÇE YAŞAMAYI İSTİYORUZ"

Mutlu hemşerilerini selamlayarak konuşmasına başlayan ve herkese birlik, beraberlik içerisinde güzel günler dileyen Başkan Seçer, "Dualarım; ülkemde, bölgemde, dünyada kavga, savaş olmasın, haksızlık, adaletsizlik olmasın diye. Herkes hakkını alsın, Herkesin başını sokacağı bir yuvası olsun. Çocuklarının geçimini sağlayacağı bir işi, bir aş olsun. Bu aziz Ramazan ayında duaların bundan yana" dedi. Ülkede huzurun bozulmamasını temenni eden Seçer, "Ül-

kan Mut insanını seviyoruz. Emin olun sadece Mut için değil, tüm Mersin için; iyi niyetimizle, hüsnüyetimizle, uyku, gece-gündüz, hastalık, yaz-kış demeden şunu diyoruz: 'Allah'ım bizi vatandaşlarımıza karşı mahcup etme, yüzümüzü kara çıkartma, onların önünde başımızı öne eğdirecek günaha sokma'. Bizim dualarımız bu yönde. Hepinizi sevgiyle kucaklıyorum" sözlerine yer verdi.

"BU AŞLAR SİZİN PARANIZLA PİŞTİ"

Halktan alınanın halka geri aktarıldığını ifade eden Seçer, "Sizler emek ediyorsunuz, devlete vergi ödüyorsunuz, o vergiler biz belediyelere geliyor; 'Çalmadan, çaldırılmadan, israf etmeden vatandaşlarımızın yolunu yapın, işini yapın, onlara



destek olun" diye, o kaynaklar bize aktarılıyor. Sizin paranız. Bu aşlar da sizin paranızla pişti, kesinize bereket. Allah sizlerden razı olsun; ne mutlu ki Türkiye Cumhuriyeti'nin bir yurttaşını değil Allah'ımız bize bahsetti, şükürler olsun Allah'ımıza böyle bir ülkede vatandaş olduk" ifadelerine yer verdi.

"ÇALIŞKAN MUT İNSANINI SEVİYORUZ"

Mut halkına misafirperverlikleri için teşekkür eden Seçer, "Bizleri burada misafir ettiniz. Mut'u seviyoruz, çalış-

kan Mut insanını seviyoruz. Emin olun sadece Mut için değil, tüm Mersin için; iyi niyetimizle, hüsnüyetimizle, uyku, gece-gündüz, hastalık, yaz-kış demeden şunu diyoruz: 'Allah'ım bizi vatandaşlarımıza karşı mahcup etme, yüzümüzü kara çıkartma, onların önünde başımızı öne eğdirecek günaha sokma'. Bizim dualarımız bu yönde. Hepinizi sevgiyle kucaklıyorum" sözlerine yer verdi.

ORHAN: "MERSİN BÜYÜKŞEHİR BELEDİYEMİZ HİÇBİR AYRIM YAPMADAN BİZLERE SONUNA KADAR DESTEK VERDİ"

Başkan Seçer'e teşekkür ederek konuşmasına başlayan Mut Belediye Başkanı Murat Orhan, "Gazi Mustafa Kemal Atatürk diyor ki; 'Vatanını en çok seven, vatanına en çok hizmet edendir'. Emek, hizmet noktasında Mersin Büyükşehir Belediyemiz de hiçbir ayırım yapmadan bizlere sonuna kadar destek verdi. Değerli Büyükşehir Belediye Başkanımız Sayın Seçer'e, Mut Belediye Başkanı olarak sizlerin adına tekrar teşekkür etmek istiyorum" diye konuştu.

ÇAKIR: "MUTLU BÖYLE BİR BÜYÜKŞEHİR BELEDİYE BAŞKANI VARKEN NEDEN MUTLU OLMASIN?"

Mutluları selamlayarak konuşmasına başlayan CHP Mersin Milletvekili Hasan Ufuk Çakır, "Mutlular niye mutlu oluyor diye bakıyorum, niye mutlu olmasınlar? Yolları yapıyor, boruları geliyor, asfaltı yapıyor, suyu geliyor, dağdakilere panel veriliyor. Böyle bir Büyükşehir Belediye Başkanı varken neden mutlu olmasın? Karşılıklı anlaşmış bir Mut Belediye Başkanı Sayın Murat Orhan var, o zaman demek ki on numara iş yapıyor" dedi.

İftar programının ardından Seçer, Mut Belediye Başkanı Murat Orhan'ı makamında ziyaret etti. Ziyarete Mut Belediye Başkanı Murat Orhan, Büyükşehir'in Mut'a yönelik hizmetleri ve destekleri için teşekkürlerini ilettiler. Başkan Seçer ise Büyükşehir olarak her ilçeye ayrı ayrı yapmaksızın hizmet ürettiklerini söyleyerek, ilçe belediyeleri ile koordineli çalışmanın önemine değindi. Ziyaret, toplu fotoğraf çekiminin ardından sona erdi.

BOZYAZI'DA ESNAF MADDE BAĞIMLILIĞI KONUSUNDA BİLGİLENDİRİLİYOR



(İHA) - Mersin'in Bozyazı ilçesinde, İlçe Emniyet Müdürlüğü Toplum Destekli Polislik birimi, madde bağımlılığı ile mücadele kapsamında farkındalık çalışmaları yürütmeye devam ediyor. Bu çerçevede Merkez Mahallesi'nde bulunan esnaf ve vatandaşlar bilgilendirilerek, madde bağımlılığının zararları ve korunma yolları hakkında önemli bilgiler paylaşıldı. Polis ekipleri, bağımlılıkla mücadelenin önemine dikkat çekerken, vatandaşlara dağıtılan broşürler aracılığıyla madde kullanımının birey ve toplum üzerindeki olumsuz etkileri anlatıldı. Ayrıca, şüpheli durumlarla karşı-

laşıldığında emniyet birimlerine bildirimde bulunmanın önemi vurgulandı.

Ekipler, toplumun her kesimini madde bağımlılığı ile mücadelede bilinçlendirmeye yönelik çalışmaların aralıksız süreceğini belirtti. Vatandaşlar ise bu tür bilgilendirme faaliyetlerinin devam etmesini isteyerek emniyet güçlerine teşekkür etti.

Madde bağımlılığı ile ilgili sorun yaşayan bireyler için destek hatları ve danışmanlık hizmetlerinin bulunduğunu hatırlatan polis ekipleri, toplumun her kesiminin bu mücadelede duyarlı olması gerektiğini ifade etti.



SÜRÜCÜLERE POLİÇE UYARISI

(İHA) - Yaklaşan bayram tatiliyle birlikte Türkiye yollarında büyük bir yoğunluk beklenirken, Gurbet Kasko kurucusu Abdulcelil Alkış, bu dönemde sürücülerin mağduriyet yaşamaması için poliçe uyarısı yaptı.

Yola çıkmadan önce araç sahiplerinin mutlaka sigorta poliçelerini kontrol etmeleri gerektiğini söyleyen Alkış, özellikle kasko, zorunlu trafik sigortası ve İMM (İhtiyari Mali Mesuliyet) poliçelerinin bitiş tarihlerinin gözden geçirilmesi gerektiğini belirtti. Alkış, bu konuda sık yapılan bir yanlışta dikkat çekerek, "Türkiye'de sigortaların bitiş günü öğlen saat 12.00'de sona erer. Birçok vatandaş gece 24.00'e kadar geçerli olduğunu sanıyor ve bu da büyük mağduriyetlere yol açıyor" dedi.

Bu dönemde araç muayene tarihlerinin kontrol edilmesinin de hayati önem taşıdığını vurgulayan Alkış, ayrıca muhtemel bir yardım ihtiyacında aranabilecek yol yardım telefonlarının önceden kaydedilmesinin de şart olduğunu kaydetti. Birçok sigorta şirketinin, sadece kendi yol yardım



hatlarının aranmasını zorunlu kıldığını ve harici hizmetler için fatura ödemediğini dile getiren Alkış, "Bu nedenle yola çıkmadan önce sigorta içeriklerinin detaylı şekilde incelenmesini tavsiye ediyoruz" ifadelerini kullandı.

"ARAÇ BAKIMLARINIZI İHMAL ETMEYİN"

Sigorta poliçeleri kadar önemli bir diğer konu da aracın periyodik bakımları olduğunu vurgulayan Alkış, yağ kontrolü, lastiklerin durumu, lastik hava basınçları ve su seviyelerinin mutlaka kontrol edilmesinin, güvenli bir yolculuk için gerekli olduğunu ifade etti. Alkış, "Bu basit ama önemli adımlar, hem sizin hem de sevdiğiniz yolculuk sırasında herhangi bir sorun yaşamaması için büyük önem taşıyor" diye konuştu.

YEŞİL KART SAHİPLERİ İÇİN KRİTİK UYARI

Yeşil Kart ile Türkiye'ye giriş yapan araçlar için önemli bir hatırlatma yapan Abdulcelil Alkış, şöyle devam etti: "Yeşil Kart sisteminde hangi ülkede kaza yapılırsa, o ülkenin zorunlu trafik sigortası limitleri geçerlidir. Türkiye'de zorunlu trafik sigortası limiti 300 bin TL'dir. Ancak birçok Avrupa ülkesine kıyasla bu limit oldukça düşüktür. Bu nedenle mutlaka ek bir limit sağlamak adına İMM sigortası yaptırılmalarını öneriyoruz."

KASKO YAPTIRMAMIŞ ARAÇLAR İÇİN İMM SİGORTASI TAVSİYESİ

Özellikle kasko yaptırmamış Türk plakalı araç sahiplerine de İMM sigortası yapmalarını şiddetle tavsiye eden Alkış, Türkiye'de araç fiyatlarının oldukça yüksek olduğunu ve herhangi bir kazada oluşabilecek hasarların ciddi mali yükler getirebileceğini belirtti. Bayram döneminde yoğunlaşan trafikle birlikte araç sahiplerinin mağdur olmamaları adına, tüm bu adımları yerine getirmelerinin hayati önem taşıdığını belirten Alkış, "Sigorta poliçelerinizi, araç muayene durumunuzu ve yol yardım telefonlarınızı kontrol ederek güvenli bir yolculuğa çıkabilirsiniz. Gurbet Kasko olarak, hem Türkiye'deki vatandaşlarımızı hem de yabancı plakalı araçlarıyla ülkemize gelen misafirlerimizi bu önemli konularda uyarıyoruz. Olası sorunlardan kaçınmak için yola çıkmadan önce gerekli tüm kontrollerin yapılmasını tavsiye ediyoruz" dedi.

ÖRNEK DAVRANIŞ

"TÜM
ÇOCUKLAR BUNDAN
YARARLANSIN"



Mersin'de yaşayan Burak Yüksel, at binme çiftliğinden elde ettiği gelire kimsesiz çocuklara ve ihtiyaç sahiplerine destek oluyor. Çiftlikte otizmliler için ücretsiz hipoterapi hizmeti sunulurken, özel bireyler ile gazi ve şehit çocukları da ücretsiz at binme imkanı buluyor.

(İHA) - Toroslar ilçesinde 4 yıldır faaliyet gösteren Burak Yüksel'e ait at binme çiftliği, sunulan sosyal hizmetlerle dikkat çekiyor. Çiftlikten elde edilen gelire kimsesiz çocuklara ve ihtiyaç sahiplerine destek verilirken, özel bireyler için de önemli destek sunuluyor. Otizmliler için ücretsiz hipoterapi hizmeti verilen çiftlikte, down sendromlu bireylerin yanı sıra gazi ve şehit çocukları için de ücretsiz at binme imkanı sunuluyor.

"TÜM ÇOCUKLAR BUNDAN YARARLANSIN"

İlçeye bağlı Karaisalı Mahallesi'nde man-tar tesisi işleten Burak Yüksel, yaklaşık 5 yıl önce bir arkadaşının otizmliler için hipoterapi merkezine götürmek için Eskişehir'e gitmek zorunda kaldıklarını söyledi. O dönemde en yakın merkezin



Eskişehir'de olduğunu, gerek yol ve konaklama ücretleri gerekse zaman açısından sıkıntı yaşadıklarını dile getiren Yüksel, kendisinin de çocuklukta beri ata bindiğini ifade ederek, "O zaman dedik ki; 'madem böyle bir etkisi var, biz de burada çiftlik kurarak ücretsiz hizmet verelim.' Yani sadece parası olanın çocuğu bundan faydalanmasın, tüm çocuklar bundan yararlansın. Bu düşünceyle yola çıktık" dedi.

ÇİFTLİKTEKİ AT SAYISINI ARTIRDI

At binmenin otizmliler, zihinsel ve bedensel engelli çocuklara fayda sağladığını öğ-

rendikten sonra, çiftliğindeki at sayısını artırmayı ve engelli çocuklara yardımcı olmayı amaçladığını belirten Yüksel, "Çocukluğumdan beri ata biniyorum. Man-tar tesisini kurunca buraya önce kendi atımı getirdim. Sonra hipoterapinin özel çocukların üzerindeki etkisini, zihinsel ve bedensel engelli çocukların üzerindeki etkisini araştırıp okuduktan sonra 'at sayımı çoğaltayım ve eğitimli atlar getireyim, bu çocuklara fayda sağlayayım' dedim. Tesisimizde otizmliler, down sendromlu çocuklar ile gazi ve şehit çocukları, kimsesiz çocuklar, sevgi evi çocukları için ücretsiz hipoterapi hizmeti vermeye başladık" diye konuştu. Daha sonra gelen misafirlerin ücret karşılığında at binmek istediklerini anlatan Yüksel, gelirin de kimsesiz çocuklara ve ihtiyaç sahiplerine ulaştırılması için bir kumbara oluşturduklarını kaydetti.

Çiftlikten elde edilen tüm gelirin kimsesiz çocuklara ve ihtiyaç sahibi ailelere bağışlandığını ifade eden Burak Yılmaz, deprem zamanında çok sayıda çocuğu çiftlikte ağırladıklarını ifade etti. Yılmaz, "Palyaçolar getirdik, sihirbazlar getirdik, kuklalar getirdik, patlamış mısır, pamuk şeker. Bunların hepsini yaptık. Sırf çocuklar için etkinlikler düzenleyebilmek adına yaptık. Tesisimizi biraz daha düzenlememiz gerekiyor. Ama şu an sevgi evindeki çocuklarımıza ve diğer ihtiyaç sahiplerine daha fazla odaklandığımız için tesisimizi geliştiremedik. Ama tabii ki daha da geliştireceğiz. İnşallah yakın zamanda çok daha güzel, çok daha güvenli ve emniyetli bir yer haline getireceğiz" ifadelerini kullandı.

"İKİ KARDEŞ BİRBİRLERİNİ ATA BINDİRİP GEZDİREBİLİYOR"

Otizmliler Duru ve Doruk'un çiftliğe ilk geldikleri zaman atlara yaklaşamadıklarını kaydeden Yılmaz, "Duru ve Doruk bizim evlatlarımız. İlk geldiklerinde atlara bile yaklaşmakta zorlanıyorlardık. Şimdiyse iki kardeş birbirlerini ata bindirip gezdirebiliyorlar. İşte bunları görmek bizi gerçekten mutlu ediyor. Çocukların hayvanlarla iç içe olması, özgüven gelişimi açısından çok faydalı. Biz bunu bu çocuklara yaşatabildiğimiz zaman, daha da mutlu oluyoruz" diye konuştu.



EMEKLİLERE 1 TL'DEN SAÇ KESİMİ

(İHA) - Mersin'de bir kuaför, Ramazan Bayramı öncesi 1 TL karşılığında emekli kadınların saç kesimini yaptı. Kuaför Neriman Gök, emeklilere sadece sembolik ücret karşılığında güzel bir saç kesimi hediyesinde bulduklarını söyledi.

Mersin'in merkez ilçesi Mezitli'de 15 yıldır kuaför dükkanı işleten Neriman Gök, Ramazan Bayramı öncesi emeklilere sadece 1 TL karşılığında saç kesimi yaptı. Duyurusu yapılan bir günlük kampanyada randevu alan emekli kadınlar, sırasıyla kuaföre gelerek saç kesimlerini yaptırdı. Emeklileri bayramda unutmadıklarını ve onları önemsettiklerini belirten Gök, "Bayram öncesi emeklilerimizi unutmadığımızı, onları önemsettiğimizi göstermek için güzel bir kampanya çalışması yapmak istedim. Hem onlar mutlu olsun, hem biz onları tanıyalım hem de onlar bizi tanısin. Onlara çok küçük bir meblağ ile sadece sembolik ücret olarak 1 TL karşılığında güzel bir saç kesimi hediyesinde bulduk. Bir bayram ikramiyesi gibi. Onlara öncesinde duyurularında bulduklarını ve randevu sistemi ile onları burada ağırlamak istediğimizi yayımladık. Randevularını aldık, saatlerini belirledik. Onlar da sağ olsunlar herkes kendi saatine göre geldi, işlemlerini sağlıklı bir şekilde aldılar, memnuniyetlerini göstererek ve teşekkür ederek gittiler" dedi.

"ÇOK RİCA ETTİM, FAZLASINI ALMADILAR"

Kuaföre gelen emeklilerden Ayşe Kılıç, kuaför ekibinin çok emek verdiğini ifade ederek, "Gerçekten çok fedakar bir ekip var, çok emek veriyorlar. Ben utandım 1 TL'yi verirken ama çok rica ettim, fazlasını almadılar. Hepsine çok çok teşekkür ediyorum, emeklerine sağlık" diye konuştu. Fatma Sibel Çetin ise, "10 yıldır emekliyim. Böyle bir iş yerinin bizlere sunduğu bir jest için bugün buradayım. Arkadaşlarımız herkese bilgi verdi. Bu ekonomik ortamda, herkese 1 TL'den saç kesimi yapılacağı için tekrar tekrar teşekkür ediyoruz" dedi.

CEYLAN KURTULMUŞ

MUTLU
MUYUZ?

Mutluluk üzerine düşündüğümüzde, aslında ne kadar zor bir soruyla karşı karşıya olduğumuzu fark ederiz. Mutluluk, herkes için farklı anlamlar taşıyan, değişken ve zaman zaman

ulaşılabilir gibi görünen bir duygu. Peki, gerçekten mutlu muyuz?

Kimileri mutluluğu maddi kazanımlarla ölçer. Daha iyi bir ev, daha yeni bir araba, dolgun bir maaş... Ancak, dünyanın en zengin insanları arasında bile mutsuzluk yaygındır. Demek ki mutluluk, sadece para ile ölçülebilir bir şey değil.

Bir başkası için mutluluk, sevdiğiyle birlikte vakit geçirebilmek olabilir. Aileyle yenen sıcak bir akşam yemeği, dostlarla yapılan samimi bir sohbet, küçük anların kıymetini bilmek... Ancak, her zaman sevdiği-

rimizle bir araya gelemebiliriz. O zaman mutluluk, sadece başkalarıyla birlikte mi hissedilir?

Belki de mutluluk, iç huzurda saklıdır. Hayatta neyle karşılaşsak karşılaşıalım, olanı kabullenmek, anın içinde yaşayabilmek ve şükretmek... Ancak, iç huzuru bulmak da o kadar kolay değil. Sürekli bir şeyleri başarmaya, daha iyi olma, hep ileri gitme çabası içinde kaybolabiliyoruz.

Toplumsal mutluluk da bireysel mutluluk kadar önemli. Bir toplumun refahı, insanların güven içinde yaşaması, adaletin sağlanması da

bireylerin mutluluğunu doğrudan etkiliyor. Adaletsizliğin, eşitsizliğin ve umutsuzluğun hâkim olduğu bir yerde bireysel mutluluk ne kadar sürdürülebilir?

Mutluluk belki de bir varış noktası değil, bir yolculuktur. Herkes için farklı anlamlar taşıyan bu kavram, içsel huzurumuz, çevremizle olan ilişkilerimiz ve hayata bakış açımızla şekillenir. Asıl mesele, mutlu olup olmadığımızı sorgulamak değil, mutluluğu nerede aradığımızı bulmak olmalı.

O halde, gerçekten mutlu muyuz?

"TOROSLAR'IN HER
MAHALLESİNE HİZMET
GÖTÜRMEK HEDEFİMİZ"

HABER MERKEZİ

Toroslar Belediye Başkanı Abdurrahman Yıldız, Toroslar'ın her geçen gün daha modern bir görünüme kavuştuğunu vurgulayarak, "Hemşehrilerimizin rahat ve güvenli bir ulaşım sağlaması için çalışmalarımızı sürdürüceğiz" dedi.

Toroslar Belediyesi, ilçedeki yolları daha modern ve kullanışlı hale getirmek için çalışmalarına hız kesmeden devam ediyor. Fen İşleri Müdürlüğü ekipleri tara-



findan Kurdalı Mahallesi'nde asfalt serim ve bakım çalışmaları tamamlandı, Akbelen Mahallesi'nde ise kilit parke tamiratı gerçekleştirildi. Altyapı çalışmalarından etkilenen yollar yeniden düzenlendi ve daha dayanıklı bir hale getirildi. Altyapı çalışmalarıyla ilçenin ulaşım kalitesi her geçen gün artıyor, Toroslar daha yaşanabilir bir yer haline geliyor.

"TOROSLAR'IN HER MAHALLESİNE
HİZMET GÖTÜRMEK HEDEFİMİZ"

Toroslar Belediye Başkanı Abdurrahman Yıldız, ilçenin gelişimi için yol düzenleme çalışmalarının büyük önem taşıdığını belirterek, "Toroslar'da yaşayan vatandaşlarımızın daha güvenli ve konforlu bir ulaşımına kavuşması için çalışmalarımıza devam ediyoruz. Kurdalı ve Akbelen mahallelerinde tamamladığımız yol düzenleme işlemleri, ilçemizin ulaşım standartlarını yükseltmeye yönelik adımlarımızdan sadece birkaçı. Mahallelerimizin ihtiyaçlarını yakından takip ediyor, yollarımızı daha iyi hale getirmek için çalışıyoruz. Toroslar'ın her mahallesine hizmet götürmek, ilçemizi daha yaşanabilir hale getirmek en büyük hedefimiz" şeklinde konuştu.

MÜSİAD'TAN
SEVGİ İFTARI

Haber: Emek Ezgi KIDİŞ

"Sevgi İftarı" adı verilen bu özel etkinlikte, MÜSİAD üyeleri çocuklarla aynı sofrada buluşarak paylaşmanın ve dayanışmanın en güzel örneğini sergiledi. MÜSİAD Mersin Şube Başkanı Mehmet Sait Kayan, "Biz iş insanları olarak sadece ülkemizin ekonomisini büyütmek için değil, sizlerin geleceğini daha güçlü kılmak için de buradayız. Sizin başarılarınızı görmek, bizim en büyük kazanımımız olacaktır. Bugün burada sadece bir iftar yemeğini değil, birlikte çoğalan sevgiyi, dayanışmayı ve umutları paylaşıyoruz. Eğer bugün bir çocuğun kalbine dokunabiliysek, onun gözlerinde bir an olsun mutluluk görebiliysek, işte en büyük kazanç budur" dedi.

MÜSİAD Mersin Şubesi, Aile ve Sosyal Hizmetler Mersin İl Müdürlüğü bünyesinde bulunan Sevgi Evleri'nde kalan 400'e yakın çocukla "Sevgi İftarı"nda buluştu. Divan Otel'de düzenlenen "Sevgi İftarı"na çocukların yanı sıra, Aile ve Sosyal Hizmetler Mersin İl Müdürü Naci Yılmaz, MÜSİAD Mersin Şube Başkanı Mehmet Sait Kayan ve MÜSİAD üyeleri katılım sağladı. Program Kur'an-ı Kerim Tilaveti ve Ezan-ı Şerif'in okunması ile başladı. Aile ve Sosyal Hizmetler Mersin İl Müdürü Naci Yılmaz, iftar programında yaptığı konuşmada, bu anlamlı buluşmanın sevincini çocuklarla paylaşan MÜSİAD ailesine teşekkür etti.

İl Müdürlüğü olarak yürüttükleri çalışmalar hakkında bilgi veren Yılmaz, 18 bin engelli vatandaşa, 4 bin 200 yoksul aileye, 1.400 şehit ailesine, 750 çocuğa ve 500 yaşlıya hizmet verdiklerini belirtti. Devletin sosyal hizmet politikaları kapsamında birçok alanda destek sunduklarını ifade eden Yılmaz, "Kimsesizlerin kimsesi olmak için tüm gücümüzle çalışıyor, toplumun her kesimine dokunmaya gayret ediyoruz," şeklinde konuştu.

BAŞKAN KAYAN'DAN SEVGİ, KARDEŞLİK, BİRLİK MESAJI
Programda konuşan MÜSİAD Mersin Şube Başkanı Mehmet Sait Kayan, iftar buluşmasının yalnızca bir yemek paylaşımı olmadığını vurgulayarak, duygularını şu sözlerle dile getirdi: "Bugün burada sadece bir iftar yemeği paylaşmıyoruz, birlikte sevgiyi,

dayanışmayı ve umutları paylaşıyoruz. Bugün bir çocuğun kalbine dokunabiliysek, onun gözlerinde bir an olsun mutluluk görebiliysek, işte en büyük kazanç budur. Bu güzel sofrayı sizler katılarak güzelleştirdiğiniz ve bu bereketli sofrayı bizlerle paylaştığınız için hepimize teşekkür ediyorum. Bize bu vesileyle bir araya gelme fırsatı veren Cenab-ı Hak'a şükrederek sözlerime başlamak istiyorum. Hepsinizi sevgiyle selamlıyorum. Bugün burada iftar soframızın başköşesinde, gözlerindeki ışıkla hepimize umut veren, yüzlerindeki tebessümle kalbimizi ısıtan sevgili çocuklarımız var. Öncelikle şunu bilmenizi istiyorum: Sizler bizim için çok kıymetlisiniz.

Belki bazılarınız bu dünyada yalnız olduğunuzu düşünüyor olabilir, ama asla yalnız değilsiniz. Bugün burada olduğumuz gibi her zaman yanınızdayız. Sizler bu ülkenin yarınları, bizim evlatlarımızıdır. Biz yalnızca bir iftar sofrasını değil, sevgimizi, dostluğumuzu, kardeşliğimizi de paylaşmak için buradayız. Ramazan, sadece oruç tutmak değil; birlik olmak, paylaşmak ve birbirimize daha çok sarılmak demektir. İşte biz de bugün sizlerle bir arada olmanın huzurunu yaşıyoruz. Hep birlikte oturduğumuz bu sofranın en büyük bereketi, sizlerin varlığıdır. Sevgili çocuklar, şunu asla unutmayın: Her biriniz çok değerlisiniz. İçinizde keşfedilmeyi bekleyen büyük yetenekler, umut dolu hayaller var. Belki içinizde doktor olmak isteyenler var, belki öğretmen, sanatçı ya da mühendis olmak isteyenler... Ama ne olursanız olun, en önemlisi iyi insan olmak, hayata sınırsız sarılmak ve hayallerinizden asla vazgeçmemektir.

"MÜSİAD AİLESİ HER ZAMAN YANINIZDA"

MÜSİAD olarak Türkiye'nin her ilinde, hatta dünyanın 84 ülkesinde de varız. Şundan emin olun ki, sizlerin de dünyanın 84 ülkesinde ve Türkiye'nin 81 ilinde her zaman çalacak bir kapınız, sofranızda yer açacak bir MÜSİAD aileniz var. Hayatın her alanında sizlerle birlikte olmayı ve gelecekte de yan yana yürümeyi umut ediyoruz. Çünkü bizler, bu kadim medeniyetin evlatları ve bekçileriyiz. Birlik ve beraberliğimiz sadece bugüne özgü değil, hayatımızın her anında devam edecek.

Müstakil Sanayici ve İşadamları Derneği (MÜSİAD) Mersin Şubesi, Ramazan ayının birlik ve beraberlik ruhunu yaşatmak amacıyla Sevgi Evleri'nde kalan 400'e yakın çocukla bir araya gelerek anlamlı bir iftar programı düzenledi.

Silifke
Belediyesi
araç filosunu
güçlendirdi

(İHA) - Silifke Belediye Başkanı Mustafa Turgut, ilçe genelindeki hizmet kalitesini artırmak amacıyla araç filolarını güçlendirdiklerini duyurdu. Vatandaşlara daha hızlı ve kaliteli hizmet verebilmek amacıyla saha araçlarına yenileri ekleyen Silifke Belediyesi, bu alandaki yatırımlarını sürdürerek araç filosunu güçlendirdi. Silifke Belediyesi özellikle yaz döneminde beş katına çıkan nüfus dolayısıyla, yoğunluğun artması sonucunda vatandaşlara daha hızlı ve kaliteli hizmet sunabilmek adına araç filosuna yenilerini ekledi.

PAZARCILAR BAYRAMA HAZIR

PAZARCILAR 72 NOKTADA SİZLERİ BEKLİYOR



Mersin Pazarcılar Esnaf Odası Başkanı Abdulhalim Batur, Mersinli vatandaşlardan ricada bulunarak alışverişlerini pazarcı esnaftan yapmaları çarşısında bulundu.

**ÖZEL HABER:
CEYLAN KURTULMUŞ**

Yaklaşan Ramazan Bayramı öncesi alışveriş yapacak vatandaşlara çağrıda bulunan Pazarcılar Odası Başkanı Abdulhalim Batur, vatandaşları yerli ve milli olan pazarcı esnafından alışveriş yapmaya davet etti.

BAŞKAN BATUR'DAN ÇAĞRI

Mersin'de 4 ilçede ve 72 noktada kurulan Mahalle pazarları ile esnafın hizmet verdiğini anlatan Batur, "Mahalle pazarlarımızda sabahın seherinden gecenin geç saatlerine kadar esnafımız kaliteli ve ekonomik ürün-

lerini vatandaşlarımızla buluşturacak. Meyveden sebze, giyimden ayakkabıya, gıdadan daha bir çok ürüne kadar zengin ürün yelpazesi ile değerli Mersin halkından esnafımıza destek vererek bu alışverişlerini pazarlardan yapmalarını rica ediyorum. Yerli ve Milli olan Pazarcı Esnafımızdan yapılacak olan alışverişler ile hem küçük ölçekli esnaf kazanacak hem de vatandaşlarımız kaliteyi daha ucuza mal etmiş olacak" dedi. Başkan Abdulhalim Batur, son olarak tüm Mersinli vatandaşların ve pazarcı esnafının Ramazan Bayramını kutladı.



KAPSAMLI BAYRAM TEMİZLİĞİ BAŞLADI

HABER MERKEZİ

Mezitli Belediyesi Temizlik İşleri Müdürlüğü ekiplerince, Ramazan Bayramı'na sayılı günler kala kentin cadde ve sokaklarında kapsamlı temizlik çalışması gerçekleştiriliyor. Ramazan Bayramı öncesi şehri bayrama hazırlamak üzere kolları sıvayan Mezitli Belediye ekipleri, caddeleri, sokakları, parkları köşe bucak temizliyor.

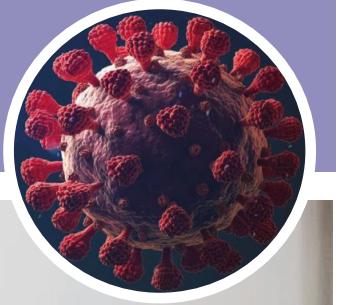
**SOKAKLAR CADDELER VE
PARKLAR BAYRAMA HAZIRLANIYOR**

"Temiz Şehir Mezitli" parolası ile yıl boyunca faaliyetlerini tavizsiz bir şekilde sürdüren Mezitli Belediyesi çalışmalarına bayramda hız verdi.



Vatandaşların yoğun olarak kullandıkları ana arterler, sokaklar, caddeler ve parklarda sokak yıkama çalışmaları gerçekleştirildi. Tatilin tadını çıkarmak isteyen ailelerin ve çocukların uğrak noktaları olan parklar ve yeşil alanlar da unutulmadı. Ekipler tarafından çimler biçildi, parklar temizlendi ve çocuk oyun grupları yıkandı. Bahar sıcaklarının kendini yavaş yavaş hissettirmesi ile konteyner temizliklerine de ağırlık veren ekipler, konteynerleri ve çevresini bakteri oluşumunu ve kötü koku yayılmasını önlemek amacıyla periyodik olarak dezenfekte ediyor, yenilemeler yapıyor.

TÜRKİYE BAYRAMA HASTA GİRİYOR



**ACİLLERDE
VİRÜS
ALARMI!**

Havaların bir ısınıp bir soğuması gripi de beraberinde getirdi. Solunum yolu enfeksiyonu şikayeti ile acilleri dolduran vatandaşların sayısında ciddi bir artış olduğu gözlemlendi.

ÖZEL HABER: ÖKKEŞ İŞÇİ

Tüm yurttan aniden düşen hava sıcaklıkları hastanelerin dolup taşmasına neden oldu. Kış ayı boyunca influenza virüsü yüzünden bir türlü iyileşmeyen vatandaşlar, yaşanan grip salgını ile birlikte tekrar başa dönmeye başladı.

UZMANLARDAN SARI SERUM UYARISI

Virüsünün artış göstermesiyle birlikte uzmanlar sarı serum tehlikesi için de sürekli uyarılarda bulunurken, daha önce can kayıplarına neden olan serumların mutlaka doktor kontrolleri eşliğinde yapılması gerektiğini söylediler.

BOL BOL C VİTAMİNİ ALIN

Büyük, küçük herkesin akın ettiği acil servislerde aşırı bir yoğunluk yaşanırken uzmanlar bahara geçiş sürecinde vatandaşları bol bol C vitamini almaları hususunda uyardı.

**SARI
SERUMA
DİKKAT!**



Uzmanından uyarı: "Varis vücudun farklı bölgelerinde görülebilir"

(İHA) - Medicana International Ankara Hastanesi Kalp ve Damar Cerrahisi Bölümü'nden Prof. Dr. Mahmut Mustafa Ulaş, varisin yalnızca bacaklarda değil, vücudun farklı bölgelerinde de görülebileceğine dikkati çekti. Varis, günümüzde birçok insanın karşılaştığı yaygın bir sağlık sorunuyken; genetik yatkınlık, aşırı kilo, sigara kullanımı gibi faktörlerin yanı sıra uzun süre ayakta kalmak veya hareketsiz oturmak da varis oluşumunda önemli bir rol oynuyor. Medicana International Ankara Hastanesi Kalp ve Damar Cerrahisi Bölümü'nden Prof. Dr. Mahmut Mustafa Ulaş, varis hastalığının yalnızca estetik bir problem olarak değerlendiril-

memesi gerektiğinin altını çizerek, erken teşhisin yararları hakkında bilgi verdi.

VARİS VÜCUDUN FARKLI BÖLGELERİNDE GÖRÜLEBİLİR
Varisi, normalden fazla genişleyen ve kıvrımlı hale gelen toplardamarları tanımladığını aktaran Prof. Dr. Ulaş, "Varis yalnızca kozmetik bir sorun değildir. Genellikle bacaklarda görülen bu hastalık, toplardamarlardaki kan basıncının artması sonucu ortaya çıkar. Kanın kalbe doğru tek yönlü hareket etmesini sağlayan kapakçıkların hasar görmesi, kanın damar içinde göllenmesine ve damarın genişlemesine sebep olur" dedi.



4 KİŞİDEN 1'İNDE TÜBERKÜLOZ GÖRÜLÜYOR

24 Mart Dünya Tüberküloz Günü dolayısıyla bir açıklamada bulunan Denizli Devlet Hastanesi Göğüs Hastalıkları Uzmanı **Dr. Zahide Alaçam**, doğru ve etkin tedavi ile bu hastalıktan tamamen kurtulmanın mümkün olduğunu söyledi.



(İHA) - Halk arasında verem olarak bilinen tüberkülozun insanlık tarihi kadar eski olduğunu ifade eden Denizli Devlet Hastanesi Göğüs Hastalıkları Uzmanı Dr. Zahide Alaçam, geçmiş zamanlarda büyük salgınlara yol açan bu hastalık hakkında önemli açıklamalarda bulundu. Tüberkülozun tedavisinin bulunmasına rağmen dünyada en sık ölüme neden olan enfeksiyonlar arasında yer aldığını belirten Uzm. Dr. Alaçam, "Tüberküloz, mycobacterium tuberculosis isimli bakterinin yaptığı bir enfeksiyon hastalığıdır. Aslında çok eski bir mikrop olmasına rağmen ilk defa 24 Mart 1982 tarihinde Robert Koch tarafından mikroskop altında tespit edildiği için 24 Mart günü Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından 1996 yılından itibaren 'Dünya Tüberküloz Günü' olarak ilan edilmiştir. Bu günde; etkinliklerle tüberküloz hastalığına dikkat çekilerek hastalık hakkındaki

farkındalığın artırılması amaçlanmaktadır. 1982'de mikrop tanımlanmış, bu mikroba yönelik antibiyotikler 1940'lı yıllarda keşfedilmiş ve sonrasında etkin tedaviye başlanmıştır" dedi.

"TÜBERKÜLOZ ÖNLENEBİLİR VE TEDAVİ EDİLEBİLİR BULAŞICI BİR HASTALIKTIR"

Tüberküloz mikrobunun en çok akciğeri tuttuğunu ve dünya nüfusunun dörtte birinin halen tüberküloz basili ile enfekte olduğunu vurgulayan Uz. Dr. Zahide Alaçam, "Tüberküloz mikrobi en çok akciğeri tutar, genelde de zaten akciğer tüberkülozu olarak bilinir. Fakat tüberküloz, genellikle akciğerler olmak üzere tüm organ ve dokuları tutabilen, önlenebilir ve tedavi edilebilir bulaşıcı bir hastalıktır. Bulaş sadece solunum yoluyla olur. Yani hastalıklı kişinin öksürmesi, hapsirmesi ile havaya yayılan mikroplar, havada damlacık enfeksi-

yonu şeklinde asılı kalır ve sağlıklı bir birey o damlacığı nefes yoluyla solunarak suretiyle akciğerlerine ulaştırarak hastalığın oluşmasına sebep olur. İşin esasında dünyadaki tüm insanların yaklaşık dörtte biri civarı bu mikropla karşılaşır. Yani mikrobi bir şekilde biz, hasta kişiden alırız ve o bizim vücudumuzda sessiz olarak kalır. Ancak mikrop vücuda ulaştıktan sonra bu kişilerin yaklaşık onda birinde bağışıklığı baskılayan AIDS, kronik karaciğer, şeker ya da kalp hastalığı, sigara, alkol, madde kullanımı olduğu zaman bu mikrop sessizce beklemeyi bırakır ve aktifleşerek hastalığa sebep olur" diye konuştu.

"KAŞIK, ÇATAL, YASTIK, YORGAN YA DA ORTAK HAVLU KULLANMAK BULAŞA SEBEP OLMAZ"

Bulaş yolu ile ilgili en çok merak edilen konulara dikkat çeken Alaçam, bulaşın sadece solunum yoluyla gerçekleştiğini belirterek, "Hastalıklı kişinin kaşığı, çatalını kullanmak, yastığını, yorganını ya da ortak havlu kullanmak gibi şeyler bulaşa sebep olmaz. Kısa süreli temasta bulunan kişilerle hemen kolaylıkla bulaş olması beklenmez. Hasta kişiyle aynı evde yaşayan ya da ortamda çalışan kişiler bulaş açısından risklidir. Tüberküloz, eğer tedavi edilmezse mikrobun tuttuğu organda harabiyet oluşur, organ fonksiyonunu yapamamaya başlar ve bu durum ölüme sonuçlanabilir. Ancak tüberküloz mikrobuna yönelik 1940'lardan bu yana yeni birçok antibiyotikler geliştirilmiştir. Bunlara bağlı olarak da etkin ve uygun tedaviler vardır. Ülkemizde tüberkülozun tedavileri; Verem Savaş Dispanserlerinde Doğrudan Gözetimli Tedavi (DGT) yoluyla tamamen ücretsiz olarak gerçekleştirilmektedir. Burada yürütülen etkin tedaviler sayesinde her geçen yıl yüzde 6-7 oranında verem hastası görülme oranı azalmaktadır. Bu hastalıktan etkin ve doğru tedavi ile yüzde yüz kurtulmak mümkündür" dedi.

SARKOPENİ, DÜŞME RİSKİNİ ARTIRIYOR

(İHA) - Sarkopeniyi önlemenin en önemli adımlardan birinin düzenli egzersiz alışkanlığı kazanmak, diğerinin ise sağlıklı ve dengeli beslenme olduğunu belirten Araştırma Görevlisi Şevval Zeynep Girit, "Kas dokusunun korunması için düzenli ve kaliteli uyku da şart" uyarısında bulundu.

Halk arasında "kas erimesi" olarak adlandırılan, yaş alma süreci ile kas kuvveti ve fonksiyonunda ilerleyici kayıp ile karakterize edilen bir durum olan sarkopeni, hareket kabiliyetini ve dengeli olumsuz etkileyerek düşme riskini artırıyor. İstanbul Atlas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü Araştırma Görevlisi Şevval Zeynep Girit, Yaşlılar Haftası kapsamında sarkopeni ile ilgili değerlendirmede bulundu.

Sarkopeni, 60 yaş ve üzerini etkiliyor. Sarkopeninin yaş alma süreci ile kas kuvveti ve fonksiyonunda ilerleyici kayıp ile karakterize edilen bir durum olduğunu belirten Girit, "Sıklıkla 60 yaş ve üzeri bireyleri etkileyen ve görülme oranı yaşla birlikte artan bu durum, bireylerin hareket kabiliyetinde azalmaya sebep olarak bağımsız yaşam sürmelerini kısıtlayan bir faktördür" dedi.

İLK BELİRTİLER: KAS KÜTLESİNDE KAYIP VE KAS KUVVETİNDE AZALMA

Kas kütlelerinde kayıp ve kas kuvvetinde azalmanın sarkopeninin ilk belirtilerinden biri olduğunu kaydeden Girit, "Sarkopenisi olan yaşlı bireyler nesnelere kaldırmak, merdiven çıkmak, yük taşımak gibi kas kuvveti gerektiren aktiviteleri yerine getirirken güçlük yaşar. İlerleyen süreçte fiziksel performansta düşüş ile birlikte hareketlerde yavaşlama, sandalyeden oturup kalkmakta güçlük gibi durumlar görülebilir. Kas kütle ve kuvvetindeki azalma ile ilişkili olarak bireyler kondisyon kaybı yaşar, bu durum da bireylerin fiziksel aktiviteler sırasında daha yorgun hissetmelerine yol açan bir durumdur" diye konuştu.

Sarkopeni çeşitli faktörlerden etkileniyor. Yaşlılarda sarkopeninin çeşitli faktörlerden etkilenen çok yönlü bir durum olduğunu ifade eden Girit, "Bireyler yaş aldıkça kas kütle ve işlevinde doğal bir düşüş gerçekleşir. Ancak bu süreçte yaşlanmanın yanında hormonal dengesizlikler, hareketsizlik, yetersiz beslenme ve bazı kronik hastalıklar sarkopeninin hızlı bir şekilde ilerlemesine sebep olabilir" uyarısında bulundu.

POLEN ALERJİSİ OLANLAR DİKKAT

(İHA) - Bahar aylarında havaların ısınması, çiçeklerin açması ve ağaçların yeşermesi beraberinde alerjiyi de getiriyor. Saman nezlesi ya da alerjik rinit olarak da bilinen bahar alerjisi en çok çayır, çiçek ve ağaç polenlerinden kaynaklanıyor. Tedavi edilmediğinde astıma dönüşebilen bahar alerjisine karşı alınacak önlemler ise hastalığın daha hafif geçmesine yardımcı oluyor. Bahar aylarında burun akıntısı, hapsirme, göz kızarması, öksürük, nefes tıkanması ve cilt kaşınmasından yakınanların sayısı artıyor. Medicana Bursa Hastanesi KBB ve Baş Boyun Cerrahisi Uzmanı

Op. Dr. Hüsamettin Olgun, "Şehirlerde görülen polen miktarları yılda yüzde 3 oranında artış göstermektedir. Bunun sebebi ise hava sahasındaki karbondioksit oranına bağlanmaktadır. Karbondioksit, hava ve iklim ısınmasına sebep olduğu için çiçekler her yıl daha erken açmaya başlamakta ve buna bağlı olarak polenler daha erken ve daha uzun süreli uçmaktadır. Halk arasında saman nezlesi olarak da bilinen polen alerjisi, daha çok 5 ile 40 yaş grubu arasındakileri etkilemektedir. Polen alerjisi olan kişiler, özellikle temizliğe önem vermelidir.



ÇENGEL BULMACA SAYFASI

Nazım Hikmet'in bir romanı Gözün ağ tabakası	Tür, çeşit Aç gözlülük	Bir orman ağacı	Satrançta çapraz oynatılan taş	Bir nota Fas plakası	Musallat olan Buzul taşı	Bizmut Motor gücü birimi	"... KARAHAN" (Sağ alttaki oyuncu)	Kötü, fena Panama plakası	Ayı balığı	Yıpratıp eskitme	Aktinyum	Üzüm ağacı
			Kadın cezaevi				Delici kılıç oyunu Kuyruk sokumu kemigi		Eide bulunanların hepsi			
Çimentolu döşeme sıvası Yarı		Ara verme Gıda, azık		Göçebe konak yeri Müstahsil		Uç uca eklemek Felç				Mevki, kat	Surla çevrili yapı	Gelecek
		Romen rakamıyla elli										
"... BAŞAR" (Sol alttaki oyuncu) Polonyalı				Bir organ Mana		E. dilde eklemek Açıkça				Dar ve kalın tahta Endonezya'da bir ada		
		Sanat eserinde konu					Kısa bitki örtüsü Yasal ölçü modeli					Bir tür cetvel
Gıpta	Boru sesi Togo plakası			Pürüzsüz kaygan kağıt	Ayıklama Tahıl tozu					Kuzu sesi Kabaca evet		Genel görünüm
						Bir binek hayvanı					Peru plakası Eskiden yengi	
Kısaca para çekme makinesi Vilayet		Kısaca numara	Kısaca santimetre İzlenim	Vücutu iyi gelişmiş Yabancı bir haber ajansı	Oksijen	Dizlere kadar inen bir üst giysisi	Kısaca kilo- amper Çapraz düğmeli kısa yelek	Boyun bağı	Çok karşıtı Binek hayvan oturma	Yapma, etme Galyum	Bir nota	Kalay
	Parçanın cana yakın çalınması Bozkır					Erteleme Gümüş		Saray konut Tava vs. altlığı				
Gözde, favori Midi		Bir sayı Utanma duygusu		Polonya plakası Üvey anne	"... KESKİN" (Sol üstteki oyuncu) Esenlik		İcazet Bir binek hayvanı		Sütun Kurşun kalay alaşımı tutturucu			
		Uzaklık anlatır Germanyum		İlham		Kaldıraç				Rütbesiz asker Tavir		Eğreti dikiş
Kapak, cilt	Hukukta reşit Kanuni-esasi			Güvence Yapay engel			Üzeri dalgalı, çizgili kumaş Tantal			Boyutlar Kapat bezi		
		Dağ kırlangıcı Bilgin			Potasyum	Batarya	Lezzet		Odacı Kars ilçesi			
Satıcı tahta tepsi	Çaput	İlgi Eski dilde askerler			Rütbesiz asker	Çeşitli şeylerin karışımı		Yüz, çehre Geveze			Kamer Kesilmiş ağaç kökü	
			Şarkı, türkü		Okuma parçası Borsa işlem birimi		Belçika plakası Ayıklama Becerikli				İspanya plakası	Kuruntu- ya düşürme
Ümitsizlikten doğan karamsarlık Sekreter			Erzak saklama yeri İnce yapılı			Isıdam	Bir gösterme sözü Tulyum		Kırmızı Gözün renkli tabakası		Kum falı	
				Blucin	Biricik	Taşın dış yüzü	Çok koyu Cambazlık				Beddua	Eskiden çekişme, bozuşma
Kusurda bulunma	Biyolojide kopya Uçma organı Geçme, bulaşma				Protez			Boyun eğen		Koruyucu	İnsanın kendi varlığı Başkanlık	
				Pasak	Gök İnce dantel		Buhran Kainat		Haydut, hırsız Denizin kabarması			
Sevi	Coşkulu Malca			Oksijen	Zihinde oluşan keşin yargı		Açık sarı renk Birini görmeye gitme				Çözümleme	Yumuşak ve yağlı toprak
			Nikel Cisimlerin genişliği		Kısaca yüzyl	Yapı döküntüsü Elinden iyi iş gelen		Rutubet		Giyisinin boyun bölümü		
Şefkatli Klor			İskambilde papaz		Ruşça'da evet	Hayır için dağıtılan içme suyu		Titan		Ansızın yapılan Aktırma		Emanet olarak
	Bir şaşma sözü Büyük şamandıra					Donuk cama benzer bir cila Mercan adası						
İyi ahlak İnatçı					Yılan Lezzet		Nazi Hücum Kıtası Gemi aktarma havuzu			Bir organ Özen		Bitkisel
			Giden, yürüyen				Mitolojik bir çağ Petrol dağıtım					
Yerine kullanma	Posta paketi	İçkiyle yenen yiyecek			Deniz taşımacılığı Bakır taşı			Dişi sıgır		Usaç, bezginlik anlatan bir söz	Kadın Ağ torba	
											Berilyum Yarı	
İş merkezi	Konut Satrançta bir taş		Yarış kayığı	Duygu	Hangi şey	Lityum	Norveç plakası	G. Afrika Cum. plakası	Soy Bağışlama	Dingil	Ayak direme	
			Neden ve sonuç belirten bir söz			Lale bahçesi				Nitelik		
Piston				"... ŞEKERCİ" (Sağ üstteki oyuncu)			Kars'taki devlet üniversitesi				Güvenli	



Satan Mevcut	K	Sarı kan Kaya	B	Köle, fene	K	Sür	H	Sonali gizli	S	Beyaz kumaş	K	Durmadan sıra	V	Günül ön	R	Savna	D	Kuraz, cin fikri	F	Mazur kime	S	Dokunmuş mürekkep	A	Marmar sarı		
D	Ö	Ş	E	M	E	A	N	O	M	A	L	i	L	E	T	i	C	i	H	K						
Eski Buz	Ç	A	R	M	O	D	A	B	A	F	E	R	i	N	F	i	N	A	T	O						
T	E	R	K																							
Kısaca kilon	K	T	M	A	T	E	A	T	E	A	E	K	A	M	A	P	A									
U	Ç	P	O																							
Düğü hepsi	E	L	i	K																						
A	L	i	R	L	A																					
E	K	O	L	M	T																					
F	R	i	G	O	A	L	A	Y																		
Riya Küfür	D	Ü	Ş	T	E	L																				
E	K	i	N	D	E	V	A	S	A	T	E	N														
A	T	Ş	M	A	S	K																				
A	D	E	S	E	A	R	E	E	L																	
E	A	L	A	T	E	N	A	V	A	R	A															
A	Ş	A	M	A	I	N	E	K																		
Düğü rakamı	L	E	K	F	i	Ş																				
İ	B	A	D	E	T	Ç	i	N	O	B	A	K	R	A	T	E	R	T	E	K						
E	B	E	A	R	A	S	B	O	K																	
İ	Z	A	N	P	E	P	E	A	D	A	K	L	I	S	E	F	A									
R	A	D	Y	A	N	R	E	Z	i	D	A	N	S	K	E	K										
D	A	i	M	P	i	K	R	E	Z	E	i	S	K	A	N	C	A	Z								
B	E	M	A	K	E	B	A	P	T																	
S	E	H																								
R	E	S	T																							
A	S	I	S	T																						
A	Z	A	R	O	M	A	A	N	A																	
A	R	I	T	I	M	E	V	i	A	T	E	R	i	N	A	A	N	O	R	A	K					



SEZONU KAPATMAYA HAZIRLANAN BALIKÇILARA 'ÇAÇA' SÜRPRİZİ

Samsun Su Ürünleri Kooperatifi Başkanı **Atif Malkoç**, bereketli bir sezonu kapatmaya hazırlanırken başladıkları çaça avının çok verimli geçtiğini ve tüm teknelerin denize açıldığını söyledi.

(İHA) - Karadeniz, son yılların en verimli balık avı dönemini geride bırakmak üzere. Son iki gündür avlanmaya başlanan çaça balığı, balıkçılara büyük bir sürpriz yaptı. Bol miktarda çıkan çaçayı avlamak için tüm tekneler denize açıldı. Samsun Su Ürünleri Kooperatifi Başkanı Atif Malkoç, "Bu sezon son yılların en bol çaça dönemini yaşıyoruz. Karadeniz'in her bölgesinden tekneler, altın dönem yaşayan sanayi balığı çaçayı avlamak için birbiriyle yarışıyor" dedi. Başkan Malkoç, çaça avının balıkçılara büyük bir sevinç kaynağı olduğunu belirterek, "Av sezonu oldukça verimli geçiyor. Balıkçılarımız bu bereketli sezondan memnun" ifadelerini kullandı.



"ÇAÇA, İLK KEZ BU KADAR BOL" İlk kez bu kadar çok çaça bolluğu yaşadığına değinen Malkoç, "Çaça, son yılların en bol dönemini yaşıyor. 2 gündür balıkçılar çaça bolluğu yaşıyor. Karadeniz'in her yerinden tekneler denize indi. Önceden nisanda başlayan çaça avı artık mart ayında başladı. Tüm tekneler çaçaya gitti. Karadeniz'in her yerinde şu anda çaça var. Allah'a şükür sanayi balığı olan çaça, bizi kurtaracak bir balık. Balık yağı ve balık unu ihtiyacını karşılayan çaça, aynı zamanda katma değeri olan da bir balık. Çaça, böyle bol devam ederse balıkçılar para kazanır. Çok yıllardan beri ilk kez bu kadar bol çaça görülüyor" diye konuştu.

"KARADENİZ'DE 2 YILDIZ KARAYEL ESTİĞİNDEN BALIK BOL OLUYOR"

Denizlerde balığın bol olmasının iklim ve rüzgarlar ile bağlantılı olduğuna dikkat çeken Atif Malkoç, "Bu sezon balık av sezonu iyi geçti. 10 üzerinden puan versek 8 puan diyebiliriz. Balıkçılık bol oldu ve

herkes borcunu ödedi. Tutulan balık da para etti. İklim, balık bolluğunda etkili. Havalarda sıcak geliyor, derelerden de akan sular denizleri besliyor. O nedenle deniz plankton tutuyor. Karadeniz'de özellikle karayel eserse deniz her zaman bol olur. Çünkü böyle olursa balık yumurtası tutuyor. Poyraz estiği zaman, doğu rüzgarları etkili olduğu zaman ise deniz verimsiz oluyor. Son 2 yıldır Karadeniz'de karayel estiğinden denize bir sıcaklık geliyor. Böyle olunca deniz yumurta tutuyor. Poyrazda ise denizdeki balık yumurtaları tutmuyor. Buna bakarak bu sezon başı balık çok olacak demistik. Palamut ve çinekopa belli olmuyor ama geri kalan Karadeniz balıkları demirbaşdır. Hamsi, palamut bolluğundan bu sene biraz az oldu. Geriye kalan balıkların hepsinde bolluk yaşandı. Sezon da hala devam ediyor" şeklinde konuştu.

LASTİKÇİLER UYARDI "SON GÜNE BIRAKMAYIN"



(İHA) - Bu yıl Ramazan Bayramı ile zorunlu kış lastiği uygulamasının bitimi aynı günlere denk gelince lastikçiler sürücülere uyararak "Son güne bırakmayın" çağırısı yaptı. Bu yıl hem Ramazan Bayramı hem de zorunlu kış lastiği bitiş sezonu aynı

günlere denk geliyor. Sürücüler hem kış lastiği değişimi hem yaza geçiş süreci hem de Bayramda yola çıkmasın önce araçlarına bakım yaptırıyor. Düzce'de lastikçiler ise sürücülere Ramazan Bayramı'na sayılı günler kala uyarılarda bulunarak, hem kış lastiği bitiş sezonunun hem de bayram yoğunluğunda sıkıntı yaşamamaları için kontrolleri yaptırmaları gerektiğini belirtiyor.

"MAĞDURİYET YAŞANMAMASI İÇİN"

Sürücülerin yoğunluk yaşamaması için lastikçilere gitmesi gerektiğini belirten Lastikçi Ümit Sel, "Kış lastiği bitiş sezonu bu yıl Ramazan Bayramı'na denk geliyor. Yoğunluk başlayacağı düşünüyoruz. Biz de şimdiden hazırlıklarımızı yaptık ve önlemlerimizi aldık. Bayrama bırakmadan şimdiden işi çözmekte fayda var. Çünkü bayramda yoğun olacağını düşünüyoruz. Mağduriyet yaşanmaması veya sıkıntı olmaması için şimdiden değişim yapmalarında fayda var. Önümüzde bayram olduğu için insanlar yola çıkacaklar. Yolculuk yapacak sürücüler. Araçlarımızda kıştan çıktı. Hem periyodik bakımlarını hem de yazlık kontrollerini, yağ bakımlarını, lastik değişimlerini, bayram gelmeden bu sakin günlerde halletmelerinde fayda var" dedi.

ENERJİSA ENERJİ, OLAĞAN GENEL KURUL TOPLANTISI GERÇEKLEŞTİ

(İHA) - Enerjisa Enerji, 2024 Genel Kurul Toplantısı'nı tamamladı. Şirket, finansal başarılarla geçirdiği 2024 yılında sürdürülebilirlik, dijitalleşme ve toplumsal sorumluluk alanlarında attığı adımlarla öne çıktı. 2025 yılı ve sonrası için şirket stratejilerinin de ele alındığı Genel Kurul Toplantısı'nda konuşan Enerjisa Enerji Yönetim

ve stratejik planlamalar konuşuldu. 'Herkes İçin Daha İyi Bir Gelecek' vizyonuyla hareket eden Enerjisa Enerji, 2024 yılında da zorlu piyasa koşullarına rağmen sürdürülebilir büyüme stratejisi ve dengeli yatırımlarıyla büyümeye ivmesini sürdürdü. Finansal dayanıklılığını korumayı başaran şirket, toplumsal sorumluluklarını da ihmal



Kurulu Başkanı Kıvanç Zaimler, "Daha iyi bir gelecek hedefiyle yatırım stratejilerimizi genişleterek, enerji dönüşümünü desteklemeye ve geleceğin enerji altyapısını inşa etmek için çalışmaya devam edeceğiz" dedi. Sürdürülebilirliği stratejisinin merkezine koyarak, insan ve teknoloji odağıyla daha akıllı ve yeşil bir dünyaya katkı sunmak için projeler üreten Türkiye'nin önde gelen elektrik dağıtım, perakende satış ve müşteri çözümleri şirketlerinden Enerjisa Enerji'nin Olağan Genel Kurul Toplantısı 24 Mart 2025 tarihinde Sabancı Center'da gerçekleştirildi. Toplantıda, 2024 yılına ait önemli ve kritik olaylar, finansal sonuçlar

etmeden çevreye duyarlı ve toplumsal fayda odaklı çalışmalarına hız verdi. Tüm iş kollarında 2024 hedeflerine başarıyla ulaşıldı Enerjisa Enerji, 2024 yılı sonu finansal sonuçlarını yatırımcılarıyla paylaşarak belirlediği mali hedeflerine başarıyla ulaştığını duyururken, enflasyona endekslenmiş faaliyet gelirini geçen yılın aynı dönemine göre 2,3 milyar lira artırarak 41,2 milyar liraya çıkardığını yatırımcılarıyla paylaştı. Ek olarak, Genel Kurul'a yapılan brüt 2,87 TL kâr payı dağıtım önerisi ve bu kâr payının 21 Nisan 2025 tarihi itibarıyla ödenmeye başlanması da Genel Kurul Toplantısı'nda kabul edildi.



GÜLER SABANCI GÖREVİ BIRAKIYOR

(İHA) - Güler Sabancı, 2004 yılından bu yana sürdürdüğü Sabancı Holding Yönetim Kurulu Başkanlığı görevini, 27 Mart 2025 tarihi itibarıyla bırakıyor. Başkanlık görevine, halen Yönetim Kurulu Üyesi olarak görev yapan Hayri Çulhaçlı'nın önerilmesi planlanıyor.

Sakıp Sabancı'nın vefatının ardından Sabancı Holding Yönetim Kurulu Başkanlığı'nı devralan Güler Sabancı, 27 Mart'taki Genel Kurul'da son kez Sabancı Holding Yönetim Kurulu Başkanı unvanıyla hissedarlarla bir araya gelecek. Sabancı Vakfı Mütevelli Heyeti Başkanlığı, Sabancı Üniversitesi Kurucu Mütevelli Heyeti Başkanlığı ve Sakıp Sabancı Müzesi Yönetim Kurulu Başkanlığı görevlerine devam edecek Güler Sabancı konuyla ilgili yayımladığı mesajında şu ifadeleri kullandı.

ABB Başkanı Yavaş: "Bu benim son dönemim"

(İHA) - Ankara Büyükşehir Belediye (ABB) Başkanı Mansur Yavaş, "Bu benim son dönemim. İnşallah Ankara'da ve Polatlı'mızda güzel hizmetler yaparak ikinci dönemin sonunda görevi bırakmayı düşünüyorum" dedi. Ankara Büyükşehir Belediye (ABB) Başkanı Mansur Yavaş, bu dönemin son dönemi olduğunu söyleyerek, "Bu benim son dönemim. İnşallah Ankara'da ve Polatlı'mızda güzel hizmetler yaparak ikinci dönemin sonunda görevi bırakmayı düşünüyorum. Buraya vedalaşmaya, helalleşmeye geleceğiz yine inşallah" diye konuştu.

İftar programından sonra İHA Muhabiri, Yavaş'a konserler ile ilgili açılan soruşturmayla alakalı bir soru yöneltti. Ancak Mansur Yavaş bu soruya yanıt vermedi.



ÖZGÜR ÖZEL, ŞEHİT AİLELERİ VE GAZİLERLE İFTAR PROGRAMINDA BULUŞTU



(İHA) - CHP Genel Başkanı Özgür Özel, İstanbul'da bir otelde şehit aileleri ve gazilerle iftar programında buluştu. Özel, İBB Başkanı Ekrem İmamoğlu'nun tutuklanmasıyla ilgili gündeme ilişkin açıklamalarda bulundu. CHP Genel Başkanı Özgür Özel, Şişli'deki bir otelde düzenlenen iftar programında şehit aileleri ve gazilerle buluştu. İftar yemeği öncesinde konuşan Özel İBB Başkanı Ekrem İmamoğlu'nun tutuklanmasıyla ilgili gündeme ilişkin açıklamalarda bulundu. Özel, "18 Mart Şehitler ve Gaziler Günü'nde, Ekrem İmamoğlu bu akşamki iftar

"ELDE ETTİĞİMİZ KAZANIMLARA HALEL GELMESİNE ASLA İZİN VERMEYECEĞİZ"

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, "İki yıldır uyguladığımız yeni ekonomi programımız sayesinde elde ettiğimiz kazanımlara hanel gelmesine asla izin vermeyeceğiz. Proaktif ve esnek bir yaklaşımla ihtiyaç duyulan tedbirler alınacaktır. Kurumlarımız, piyasaların sağlıklı işleyişi için hem yetkiye hem de iradeye sahiptir" dedi.

(İHA) - Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, Kabine Toplantısı sonrası Millete Sesleniş konuşmasını gerçekleştirdi. Son toplantıdan bu yana iftar programlarıyla, yabancı kabullerle, telefon görüşmeleriyle, çeşitli etkinliklerle yoğun bir mesai programı yürüttüklerini belirten Erdoğan, "İsrail saldırıları başladığında ülkemize getirdiğimiz Gazzeli mazlumlardan sağlık çalışanlarımıza, devlet koruması altındaki evlatlarımızdan Harbiyeli gençlerimize, çiftçi kardeşlerimizden önceki dönem ve 28. dönem milletvekillerimize kadar halkımızın çok çeşitli kesimleriyle muhabbet sofrasında bir araya geldik, kucaklaştık, hasbihal edip, hasret giderdik. Bugün de Külliyyemizde eğitim öğretim ordumuzun neferlerini ağlayacak, yarın ise Kredi Yurtlar Kurumu'ndaki öğrencilerimizle bir arada olacağız. Ertesi gün işçi emekçi kardeşlerimizi milletin evinde misafir edeceğiz. Yani son güne kadar dayanışma, paylaşma ve kardeşlik ayı Ramazan-ı Şerif'i manasına uygun şekilde idrak etmeye çalışacağız" dedi.

Yine bu süreçte bayram öncesinde yüzlerini Türkiye'ye dönmüş mazlum ve mağdurlara el uzatmanın yanında olacaklarını kaydeden Cumhurbaşkanı Erdoğan, dünyanın dört bir yanında zulme uğrayan bölgelere yönelik yardımları hem gönüllü kuruluşlar hem de resmi kurumlar vasıtasıyla artırdıklarını bildirdi. "Ülkemiz içinde de bir taraftan belediyelerimiz ve parti teşkilatlarımız, diğer taraftan Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakıflarımız aracılığıyla ihtiyaç sahiplerinin kapısını çalıyor, halini hatırını soruyoruz" diyen Erdoğan, "Son 23 yıldır olduğu gibi bugün de garibin, yetimin, öksüzün, Allah'tan ve devletten başka kimsesi olmayanların imdadına koşuyoruz. Onlara kol kanat germeyi hamdolsun azimle sürdürüyoruz" ifadelerini kullandı.

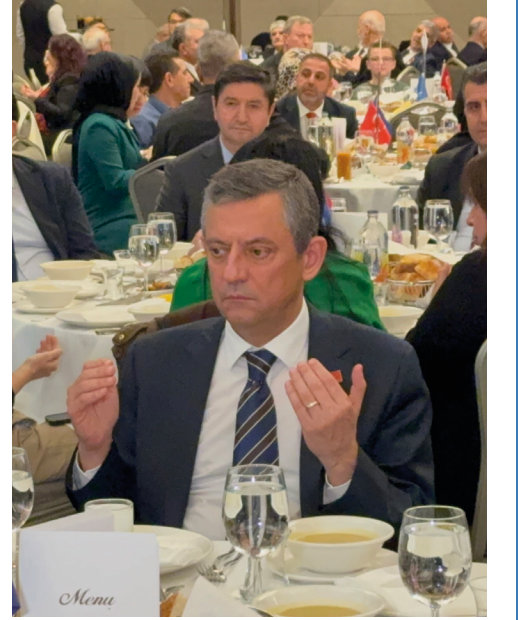
Polonya Başbakanı Donald Tusk'ın Türkiye'yi ziyaretinin son derece anlamlı olduğunu vurgulayan Cumhurbaşkanı Erdoğan, Tusk ile yaptığı görüşmelere ilişkin, "Kendisiyle Ukrayna-Rusya savaşındaki son durumun yanı sıra Avrupa ülkeleriyle son günlerde yoğunlaşan diyalogumuzu da istişare ettik. Geçtiğimiz haftalarda yaşanan hararetli tartışmalar Türkiye'siz bir Avrupa güvenliğinin mümkün olmayacağını göstermiştir. Sadece güvenlik boyutuyla değil, ekonomiden diplomasiye, ticaretten sosyal hayata birçok alanda Avrupa'nın ülkemize olan ihtiyacı açıkça ikrar edilmeye başlandı. Avrupalı dostlarımız politikalarını rasyonel bir zeminde belirledikçe Türkiye ile münasebetlerin önemini de idrak ediyorlar. Bunları Türkiye-Avrupa



Birliği ilişkilerinin geleceği açısından ümit verici gelişmeler olarak okuyoruz. Küresel ölçekte meydana gelen hızlı ve ani değişimler daha fazla diyaloga ve kurumsal işbirliğine ihtiyacımız olduğunu ortaya koyuyor" değerlendirmesini yaptı.

Türkiye'nin ortak çıkarlar ve karşılıklı saygı çerçevesinde Avrupa ülkeleri ve birlikte ilişkilerini ilerletmeye hazır olduğunu altını çizen Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Elbette bu Türkiye'nin tek başına sergileyeceği bir irade değildir. Aynı iradenin muhataplarımızda da mevcut olması esastır. Türkiye'nin yıllardır istikrarlı bir şekilde izlediği stratejik yaklaşımın Avrupalı mevkidaşlarımızın politikalarına da yön vereceğine inanıyorum. Ukrayna'daki savaşla ilgili son gelişmeleri de dikkatle takip ediyoruz. İlk günden beri Türkiye olarak burada çok doğru bir yerde konumlandık. Dünyadaki hiçbir hadiseden haberi olmayan ülkemizdeki muhalefet başta olmak üzere kimsenin doldurmasına gelmedik. İki komşunun arasında dengeli, hakkaniyetli, her ikisine de güven veren bir tutum sergiledik. Barışın kaybedeninin olmayacağını her platformda vurguladık. Bugün de aynı çizgimizi koruyoruz" dedi.

Dördüncü yılına giren bu savaşın daha fazla kan dökülmeden, daha fazla yıkım olmadan adil bir barışla sona ermesini arzu ettiklerini yineleyen Cumhurbaşkanı Erdoğan, "ABD'nin 30 günlük ateşkes teklifine Rusya'nın kısmen de olsa olumlu yaklaşımını barışa giden yolda mütevazî fakat kıymetli bir adım olarak görüyoruz. Bölgenin bir an önce istikrarsızlık ve çatışma anaforundan çıkması için tüm diplomatik imkanlarımızı seferber etmiş durumdayız. Bu konudaki düşüncelerimizi ABD Başkanı Sayın Trump'la yaptığımız telefon görüşmesinde kendisiyle de paylaştım. Oldukça samimi geçen görüşmemizde Sayın Trump'la belirlediğimiz 100 milyar dolarlık ticaret hedefimizin önündeki tüm engellerin kaldırılması dahil, birçok önemli meseleyi ele aldık. Suriye başta olmak üzere bölgemizdeki güncel kritik gelişmeleri detaylıca değerlendirdik. Sayın Trump'ın ikinci döneminde Türk-Amerikan ilişkilerinin farklı bir ivme yakalaması pekala mümkündür. Bölgemizdeki tüm zorluklara rağmen özellikle iki müttefik ülkenin iş birliğini zehirlemeye çalışan lobilere rağmen tüm coğrafyamızın selameti için bunu başaracağımıza, başarmamız gerektiğine inanıyorum" şeklinde konuştu.



için davette bulunmuş, sözleşmiş, bugün burada, bu masada şehit annelerimizle babalarımızla, gazilerimizle eşleri ile birlikte sohbet etme, gün boyu açın halinden anlamak için tuttuğu orucunu hurmasıyla açma, sizinle birlikte iftarını yapmayı ümit ediyordu. Ancak bu gelişmeden bir gün sonra, 19 Mart tarihinde maalesef kendisine karşı başarısız bir darbe girişimi oldu. Bütün darbeler milletin seçtiklerini, görev verdiklerini hazmetmeyip milletin verdiği yetkiyi onlardan zorla alıp, onu halktan koparıp, onu hizmetten koparıp, onun yerine birilerini geçirmek üzerine yapılırlar" dedi.

Programda iftar sonrası Kuran-ı Kerim tilaveti okundu. Özel'e konuşması sonrası hediye verilirken, Özel hediyesi cezaevinde bulunan Ekrem İmamoğlu'na iletmeye çalışacağını ifade etti.



Zelenskiy: "Görünüşe göre Putin'in korktuğu tek kişi Donald Trump"

(İHA) - Ukrayna Devlet Başkanı Vladimir Zelenskiy, ABD başına verdiği röportajda, "Görünüşe göre Putin'in korktuğu tek kişi Donald Trump" dedi. Ukrayna Devlet Başkanı Vladimir Zelenskiy, Suudi Arabistan'da Rusya-Ukrayna arasındaki ateşkes görüşmeleri devam ederken ABD başına röportaj verdi.

HEDEF 3 PUAN



YENİ MERSİN İDMANYURDU, BUGÜN OYNAYACAĞI GİRESUNSPOR MAÇI ÖNCESİ HAZIRLIKLARINI SÜRDÜRÜYOR.



► **TEKNİK DİREKTÖR AHMET CİNGÖZ** yönetiminde çalışmalarına devam eden kırmızı-lacivertliler, deplasmandan 3 puanla dönerek üst sıralara tırmanmayı hedefliyor. TFF 2. Lig Kırmızı Grup'ta mücadele eden Yeni Mersin İdmanyurdu, yarın deplasmanda oynayacağı Giresunspor maçı öncesi hazırlıklarını sürdürüyor. Macit Özcan Spor Kompleksi'nde Teknik Direktör Ahmet

Cingöz yönetiminde gerçekleştirilen antrenmanlarda takım, teknik ve taktik çalışmalarına ağırlık verdi. Ligde üst sıralara tırmanmayı hedefleyen kırmızı-lacivertliler, Giresunspor deplasmanından 3 puanla dönerek çıkışı sürdürmek istiyor. Teknik heyet ve futbolcular, galibiyet için yoğun şekilde çalışmalarına devam ederken, takımda morallerin yüksek olduğu gözlemlendi.



HEM FİZİKSEL HEM MENTAL SAĞLIKLARINI KORUYORLAR

HABER MERKEZİ

Farklı spor branşlarını vatandaşlarla buluşturarak şehrin spor kültürünün gelişmesine katkı sunan Mersin Büyükşehir Belediyesi, Gençlik ve Spor Hizmetleri Dairesi Başkanlığı bünyesinde uzman eğitmen eşliğinde haftanın 4 günü tenis kursu veriyor. 7'den 70'e her yaşın katılıma açık olan kursta temel tenis tekniklerinden, stratejilerine kadar birçok konuda eğitim verilirken, sporseverler hem eğlenerek hem de fiziksel sağlıklarını geliştirerek tenis sporunu daha yakından tanıma fırsatını buluyorlar.

Kent genelinde spor kültürünün yaygınlaştırmak ve sağlıklı yaşamı desteklemek için futbol, voleybol, yüzme, basketbol, jimnastik, taekwondo gibi farklı spor branşlarını vatandaşlarla buluşturan Mersin Büyükşehir Belediyesi, haftanın 4 günü tenis kursu veriyor. Gençlik ve Spor Hizmetleri Dairesi Başkanlığı bünyesinde uzman eğitmen eşliğinde verilen kurstan her yaşta Mersinli ücretsiz bir şekilde faydalanabiliyor.

Başlangıç seviyesinden ileri düzeye kadar farklı yaş ve beceri gruplarına

hitap eden tenis kursunda katılımcılara temel tenis tekniklerinden, stratejilerine kadar birçok önemli konuda eğitim veriliyor. Tenis sporuna yeni başlamış olan sporseverler kısa sürede tenis oynamayı öğrenirken, deneyimli sporcular da tekniklerini geliştirme şansı yakalıyor. Sporseverler kurs sayesinde fiziksel ve mental sağlıklarını geliştirirken, aynı zamanda yeni arkadaşlar edinip sosyalleşme imkanı da bulabiliyor.

ALTNER: "TENİS, FİZİKSEL VE ZİHİNSEL GELİŞİME KATKI SAĞLAYAN, EĞLENCELİ BİR SPOR BRANŞI"

Büyükşehir Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Dairesi Başkanlığı'nda Tenis Antrenörü Hasan Can Altner, tenis eğitimi ile ilgili bilgi vererek, "Biz kursumuzda, 7'den 70'e her yaş grubuna hizmet

veriyoruz. Bununla birlikte, tenis ekipmanlarını da ücretsiz bir şekilde karşılıyoruz. Kursiyerlerimiz, haftanın iki günü olmak üzere toplamda on hafta ders alıyorlar. Başvuru yapmak isteyen vatandaşlarımız, Büyükşehir Belediyesi kurs kayıt merkezi veya Gençlik ve Spor Hizmetleri Dairesi

Başkanlığı'na başvurarak kayıt yaptırabilirler" dedi.

Tenis eğitimlerini Pazartesi- Çarşamba, Salı- Perşembe haftada 2 gün olacak şekilde yaptıklarını sözlerine ekleyen Altner, "Tenis, fiziksel ve zihinsel gelişime katkı sağlayan, eğlenceli bir spor branşı. Bu spora başlamak için tek yapılması gereken bize başvurmak. 7'den 70'e herkesin yapabileceği bir spor" ifadelerini kullandı.

KORKMAZ: "DIŞARIDA BU EĞİTİMİ ALACAK OLSAYDIK ÇOK MALİYETİ OLURDU"

Kursiyerlerden Nazlıcan Korkmaz, daha aktif bir spor hayatı için tenis kursuna yazıldığını söyleyerek, "Yaklaşık 5-6 haftadır eğitim alıyorum ve güzel bir yol kat ettiğimizi düşünüyorum. Hem grup hem ikili derslerimiz oluyor. Dışarıda bu eğitimleri alacak olsak ciddi maliyetleri olurdu ama bize burada tenis, raket gibi tüm ekipman sağlanıyor. Bizim için böyle bir avantajı var. Hocamızdan da çok memnunuz. Bana iyi geldiğini düşündüğüm için devam ediyorum" dedi.

