

Kripto hesaplara 90 milyar TL aktaran suç örgütü çökertildi!

İÇİŞLERİ Bakanı Yerlikaya, sosyal medya hesabından yaptığı açıklamada, Bursa merkezli 17 ilde hesaplarında 90 milyar TL işlem hacmi bulunan elebaşılığını A.A.O.'nun yaptığı organize suç örgütüne yönelik jandarma tarafından düzenlenen operasyonlarda; elebaşının da içerisinde bulunduğu 67 şüphelinin yakalandığına belirterek şüphelilerden; 38'inin tutuklandığını, 28'i haklarında adli kontrol kararı verildiğini, diğerinin işlemlerinin ise devam ettiğini kaydetti. **4'te**

Son sigarasını içip intihar etti

MANİSA'DA psikolojik sorunları olduğu iddia edilen bir kişi eşiyile tartıştıktan sonra evinden aşağıya inerek bir sigara içti. Ardından yanında taşıdığı ruhsatsız tabancayla başına atış eden N.K., hayatına atış verdi. N.K.'nin alay yerinde yaşamını yitirdiği belirlendi. Olayla ilgili soruşturma başlatıldı. **3'te**

Sarıgöl'de üzüm bağları örtü altına alınmaya başladı

ÖRTÜLEME İŞİNDE ÇALIŞANLARA GÜNLÜK BİN 750 TL YEVMİYE ÖDENİYOR

ÜZÜMÜ aşırı sıcaklık, dolu, iri taneli yağmurlar, kırağı, don ve toz gibi olumsuz şartlardan korumak amacıyla, her yıl uygulanan beyaz kanavice örtüleme işlemi devam ediyor. Üzüm bağlarının her bir sıranın üzeri bu beyaz örtülerle kaplanıyor. Bu işlemi gerçekleştirmek için ilçe ve çevresinde gençlerden oluşan örtü ekipleri çalışıyor. Sabahın erken saatlerinde işe başlayan ekipler, kısa sürede bağların örtüleme işlemini tamamlayarak diğer bağlara geçiyor. **5'te**

Müdür Zeren, köylerdeki sağlık hizmetlerini yerinde inceledi



MANİSA İl Sağlık Müdürü Uzm. Dr. Mehmet Fatih Zeren, kırsal bölgelerde sunulan sağlık hizmetlerini yerinde görmek ve değerlendirmek amacıyla köy aile sağlığı merkezlerine saha ziyaretlerinde bulundu.

Ziyaret kapsamında Aşağı Çobanisa, Karaoğlanlı, San-

caklı Bozköy ve Sancaklı İğdecik Aile Sağlığı Merkezleri'nde incelemeler yapan İl Sağlık Müdürü Zeren, burada görev yapan sağlık çalışanlarıyla birebir görüşerek sohbet etti. Çalışanların ihtiyaçlarını, taleplerini ve çözüm önerilerini dinleyen Zeren, bu notları dikkatle kayıt

altına aldı.

"SAĞLIK HİZMETLERİ BÜTÜNDÜR"

Ziyaret sırasında Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanı ve Destek Hizmetleri Başkan Yardımcısı da hazır bulundu. İl Sağlık Müdürü Zeren, tespit edilen ihtiyaçların en kısa sürede giderilmesi için gerekli adımların atılacağını belirtti. Sağlık hizmetlerinin bir bütün olduğunu ifade eden Zeren, "Şehir merkezinde sunulan hizmetler kadar, köy ve diğer mahallelerde sunulan sağlık hizmetleri de son derece kıymetlidir. Kırsalda yaşayan vatandaşlarımız ve orada görev yapan sağlık çalışanlarımız da bizim için en az merkezdeki kadar değerlidir." dedi.

ZİYARETLER DEVAM EDECEK

Manisa'nın kırsal bölgelerindeki sağlık hizmetlerinin kalitesini artırmayı hedeflediklerini vurgulayan Zeren, köy ziyaretlerinin düzenli aralıklarla devam edeceğini söyledi. İl Sağlık Mü-

dürü Zeren, özveriili çalışmalar için tüm sağlık çalışanlarına teşekkür ederek, "Sağlık hizmetlerinin her vatandaşımıza eşit şekilde ulaştırılması için gece gündüz çalışıyoruz. Çalışanlarımızın şartlarını iyileştirmek için üzerimize düşen her görevi yerine getireceğiz." ifadelerini kullandı. **İHA**



Demirci'de mezuniyet şenlikleri coşkuyla başladı



● **Didem ALTINAY**

MANİSA'NIN Demirci ilçesinde geleneksel olarak her yıl yapılan mezuniyet şenlikleri stantların açılışı ile başladı.

Manisa'nın Demirci ilçesinde geleneksel hale gelen mezuniyet şenlikleri bu yıl da coşkuyla başladı. Etkinliklerin açılışı 23 Haziran Pazartesi günü Prestij Caddesi'nde düzenlenen törenle yapıldı. Açılıştaki stantlar kuruldu, müzik dinletisi ve sergiyle şenliğe renk katıldı.

Törene Demirci Belediye Başkanı Erkan Kara, Eğitim

Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Fatma Şaşmaz Ören, Meslek Yüksekokulu Müdürü Dr. Ali Daşman, İlçe Jandarma Komutanı Üsteğmen Uğurcan Şahin, İlçe Emniyet Müdürü Barış Kaya, siyasi parti temsilcileri ve çok sayıda vatandaş katıldı.

Açılış öncesi konuşan Eğitim Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Fatma Şaşmaz Ören "Belediyemiz ile birlikte gerçekleştirdiğimiz mezuniyet şenliklerimiz kapsamında cad-demizde stant açılışımızı gerçekleştiriyoruz. Mezuniyet törenlerimizin coşku içinde güzel bir şekilde geçmesini temenni ediyorum" dedi.

"KONSERLER, 30 AĞUSTOS'TA KURTULUŞ ETKİNLİKLERİYLE BİRLEŞECEK"

Demirci Belediye Başkanı Erkan Kara ise, "Bu yılki şenliklerimizi kutlama havasında gerçekleştirmek istedik. Ancak Manisa Büyükşehir Belediye Başkanımız Ferdi Zeyrek'in vefatı nedeniyle konser etkinliklerimizi Ağustos ayına erteledik. 26-30 Ağustos tarihlerinde, ilçemizin kurtuluş haftasında konserleri de kapsayan dolu dolu etkinlikler planlıyoruz. Merhuma Allah'tan rahmet diliyorum, mekanı cennet olsun" diye konuştu.

STANTLARDA RENKLİ GÖRÜNTÜLER

Açılış töreninin ardından protokol üyeleri Prestij Caddesi'nde kurulan stantları ziyaret etti. Belediye Başkanı Erkan Kara, esnafa bol ve bereketli kazançlar dileyerek vatandaşlarla selamlaştı. Giyimden gıdaya, hediyelik eşyadan kozmetik ürünlerine kadar pek çok ürünün yer aldığı stantlar ilgi gördü.

Şenlikler kapsamında Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar



Bölümü Müzik Öğretmenliği öğrencileri tarafından müzik dinletisi gerçekleştirildi. Ayrıca

bölüm öğrencilerinin hazırladığı resim sergisi de büyük beğeni topladı.

Kadına şiddet ve çocuk koruma konuları masaya yatırıldı

MANİSA'NIN Salihli ilçesinde, Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele ve Çocuk Koruma İlçe Koordinasyon Kurulu Toplantısı, Kaymakam Ali Güldoğan başkanlığında gerçekleştirildi.

Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele konusunda kamuoyu farkındalığını artırmak, toplumsal bilinci yükseltmek, kurumlar arası iş birliği ve koordinasyonun sağlanması amacıyla "Kadına Yönelik Şiddetle



Mücadele Koordinasyon, İzleme ve Değerlendirme Toplantısı" ve "Çocuk Koordinasyon Kurulu Toplantısı" Kaymakam Ali Güldoğan başkanlığında Salihli Sosyal Hizmet Merkezi Toplantı Salonu'nda yapıldı. Toplantıda, Kadına Yönelik Şiddet ve Çocuk Koruma hakkında ilçemizde yürütülen çalışmalar gözden geçirilerek kurumların iş birliği ve koordinasyon içinde çalışmanın, sağlanması için atıla-

cak olan adımlar görüldü. Toplantı, görüş ve önerilerin değerlendirilmesinin ardından sona erdi. Kaymakam Ali Güldoğan Başkanlığı'ndaki toplantıya İlçe Emniyet Müdürü Burhan Demirkıran, İlçe Jandarma Komutanı Binbaşı Doğukan Karaaslan, İlçe Gençlik ve Spor Müdürü Oktay Ayaz, İlçe Millî Eğitim Müdürü Mahmut Yenen, Sosyal Hizmet Merkezi Müdürü Alim Yavuz katıldı. **İHA**



HAVA DURUMU
İl ve ilçe merkezlerinde
3 günlük hava tahmini

Çar	Per	Cum
40° 22°	39° 23°	39° 22°

NÖBETÇİ ECZANELER
CUMHURİYET ECZANESİ
0236 250 50 45
OKSİJEN ECZANESİ
0236 503 16 00
SOYER ECZANESİ
0236 231 11 22
AYŞEM ECZANESİ
0236 211 00 55

GÜNÜN OLAYI

1876 - Little Bighorn Muharebesi'nde Kızılderililer, ABD 7. Süvari Alayı'nı imha etti, Komutanları Yarbay George Armstrong Custer çatışmada öldü.
1903 - Marie Curie, Paris Üniversitesi'ne sunduğu tezde radyumun keşfini açıkladı.
1917 - Türkiye'de ilk Matbuat Cemiyeti kuruldu. Cemiyetin ilk Başkanı Mahmut Sadık'tı.
1923 - Mustafa Kemal Paşa, İzmir'den milletvekili seçildi.
1925 - Yunanistan'da, General Theodoros Pangalos, bir darbeye iktidarı ele geçirdi.
1940 - Fransa Muharebesi sonucunda 22 Haziran 1940'ta imzalanan ateşkes antlaşması yürürlüğe girdi ve Fransa, Almanlara teslim oldu.

Kızını öldüren anne tutuklandı



MANİSA'NIN Akhisar ilçesinde tartıştığı kızını kabloyla

boğarak öldüren ve daha sonra kendini ihbar eden anne, tutuk-

lanarak cezaevine gönderildi. Rabia Ö. ifadesinde, kızının

davranışlarını uygunsuz bulduğu için öldürdüğünü söyledi.

Olay Manisa'nın Akhisar ilçesinde meydana geldi. Edinilen bilgiye göre, anne Rabia Ö. (42), zaman zaman tartıştığı kızı Cemile Bilen'i (19) odasında kabloyla boğarak öldürdü. Cesedin başında bir süre bekleyen Rabia Ö. daha sonra polisi arayarak kendini ihbar etti. Emniyetteki işlemleri tamamlanan Rabia Ö.'nün psikolojik sorunları olduğu ve daha öncesinde 3 kez intihara teşebbüs ettiği öğrenilirken, ifadesinde ilçedeki bir alışveriş merkezinde çalışan kızı ile uygunsuz davranışları nedeniyle sık sık kavgaya ettiklerini,



lediği ve daha sonra 112 Acil Servis'i arayarak durumu bildirdiği öğrenildi. Olayla ilgili soruşturma sürüyor. **İHA**

Minik Nazlı havuza düşüp hayatını kaybetti

İZMİR'İN Urla ilçesine tatil için gelen Sarıl Ailesi'nin 3 yaşındaki kızları Nazlı Sarıl, site-nin havuzuna düşmesi sonucu boğularak hayatını kaybetti.

Olay, geçtiğimiz pazar günü Urla ilçesi Zeytinler Mahallesi'nde meydana geldi. Edinilen bilgiye göre, Manisa'nın Akhisar ilçesinde Organize Sanayi Bölgesi'nde (OSB) bir işletmede çalışan Emrah Sarıl, eşi Aygül Sarıl, 3 yaşındaki kız-

ları Nazlı Sarıl ve yakınları ile birlikte, tatil yapmak ve dinlenmek amacıyla İzmir'in Urla ilçesinde havuzlu bir ev kiraladı. Aile kiraladıkları eve yerleştikleri sırada, iddiaya göre Nazlı bir anda gözden kayboldu. Kızların evin bahçesindeki havuza düştüğünü farkeden aile fertleri, hemen havuza koşarak Nazlı'yı çıkardı. İhbar üzerine kısa sürede eve gelen sağlık ekipleri, minik Nazlı'yı Urla Dev-

let Hastanesi'ne kaldırdı. Ancak yapılan tüm müdahalelere rağmen talihsiz çocuk kurtarılmadı. Olayla ilgili soruşturma sürerken, Nazlı Sarıl'ın cenazesi, nöbetçi savcının talimatıyla otopsi yapılmak üzere İzmir Adli Tıp Kurumu'na gönderildi.

Minik Nazlı, bugün ikinci namazını müteakip memleketi Akhisar ilçesinde toprağa verilecek. **İHA**



MANİSA'DA psikolojik sorunları olduğu iddia edilen bir kişi eşiyle tartıştıktan sonra silahla intihar etti.

Olay, Manisa'nın Akhisar ilçesinde meydana geldi. Edinilen bilgiye göre, 2 çocuk babası N.K. eşiyle yaşadığı

tartışmanın ardından saat 12.15 sıralarında evinden aşağıya inerek bir sigara içti. Ardından yanında taşıdığı ruhsatsız tabancayla başına ateş eden N.K., hayatına son verdi.

Silah sesini duyan çevre-

dekilerin ihbarı üzerine olay yerine sağlık ve polis ekipleri sevk edildi. N.K.'nin olay yerinde yaşamını yitirdiği belirlendi. N.K.'nin psikolojik sorunları yaşadığı öne sürüldü.

Olayla ilgili soruşturma başlatıldı. **İHA**

Semaver ateşinden çıkan yangın söndürüldü

MANİSA'NIN Soma ilçesinde semaverden sıçrayan kıvılcımların ormanlık alanda sebep olduğu yangında, 1 kişi gözaltına alındı.

Manisa'nın Soma ilçesine bağlı Yukarı Avdan Mahallesi'nde başlayan orman yangını Soma Orman İşletme Müdürlüğüne bağlı ekiplerin hızlı müdahalesiyle söndürüldü. Yangının çıkış sebebinin belirlenmesi amacıyla bölgede inceleme yapan ekipler, yangının semaver ateşinden kaynaklandığını



tespit etti.

Jandarma ekipleri tarafından belirlenen şüpheli yakala-

arak gözaltına alındı. Şüphelinin işlemlerine devam edildiği öğrenildi. **İHA**

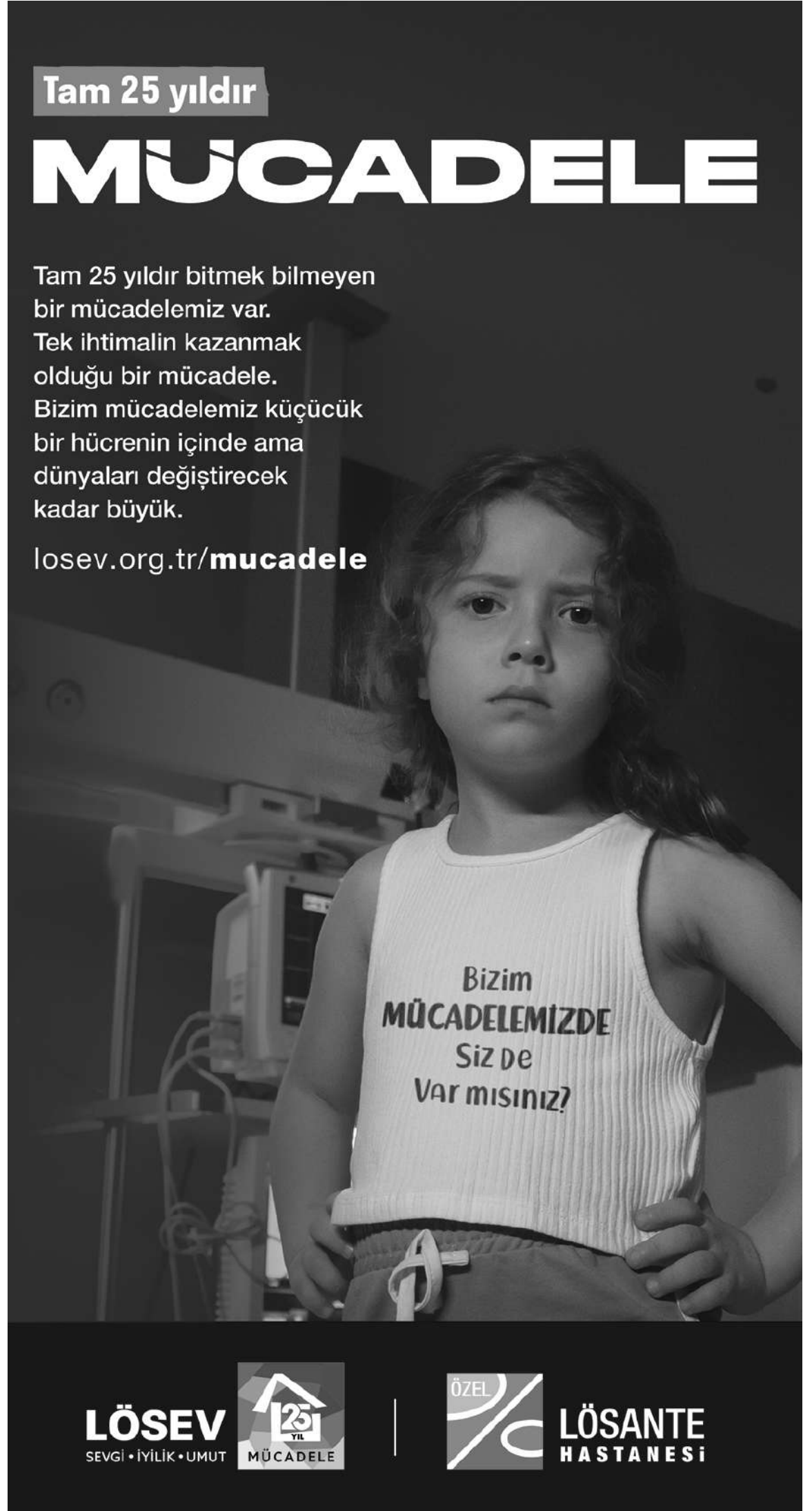


Tam 25 yıldır

MÜCADELE

Tam 25 yıldır bitmek bilmeyen bir mücadelemiz var. Tek ihtimalin kazanmak olduğu bir mücadele. Bizim mücadelemiz küçücük bir hücrenin içinde ama dünyaları değiştirecek kadar büyük.

losev.org.tr/**mucadele**



LÖSEV
SEVGİ • İYİLİK • UMUT



LÖSANTE
HASTANESİ

Maraş depreminin ardından Hatay'dan Manisa'ya taşınan Ümüt ailesi hayatlarının ikinci şokunu yaşadı

Bir anda kayboldu... 12 saatte bulundu



● Cansu MERİÇ

DEPREMZEDE K. Ümüt, bu kez 12 saatlik arama çalışması sonucu hayata tutundu. 6 Şubat 2023 tarihinde merkez üssü Kahramanmaraş'ın

Pazarcık ilçesinde yaşanan 7,6 büyüklüğündeki depremde sağ olarak kurtulan Ümüt ailesi, asrın felaketi olarak adlandırılan depremin ardından Manisa'nın Gölmmarmara ilçesine yerleşti. Aile bu kez de 2 buçuk yaşındaki oğulları K. Ümüt'in kaybolması ile büyük bir şok yaşadı. Gölmmarmara ilçesi Atatürk Mahallesi'nde üretim yapan bir tavuk çiftliğinde yaşanan olay hareketli saatler yaşanmasına neden oldu. Büyük depremin ardından Hatay'dan Manisa'nın Gölmmarmara ilçesine taşınan Ümüt ailesi, tavuk çiftliğinde çalışmaya başladı. Çiftlik içindeki lojmanlarda yaşayan 3 çocuklu ailenin 2 buçuk yaşındaki en küçük çocukları K. Ümüt, akşam saat-

lerinde ailesinin yanından uzaklaşarak, bir anda gözden kayboldu. Çiftliğinin dışına çıkarak, kaybolan küçük çocuk, 12 saatlik bir arama çalışmasının ardından bulunarak ailesine kavuşturuldu. Ümüt ailesi tarafından yapılan ihbar sonucu AFAD koordinesinde bölgeye çok sayıda arama kurtarma ekibi yönlendirildi. Emniyet ve Jandarma, AKUT Arama Kurtarma Derneği, SODOS, TRAC, AFED ve sağlık ekiplerinin katıldığı arama çalışmalarına AFAD tarafından termal drone desteği verildi. K. Ümüt'in, tavuk çiftliğinin güvenlik kameralarına yansıyan son görüntüleri üzerine yoğunlaşan arama çalışmaları saba-



hın ilk ışıklarına kadar sürerken, bölgedeki kırsal alan havadan ve karadan yoğun bir şekilde tarandı.

Geceyi dışarıda geçiren küçük çocuk 12 saatlik bir çalışmanın ardından Jandarma ekipleri tarafından bulundu.

Sağ olarak bulunan K. Ümüt olay yerinde yapılan sağlık kontrolünün ardından ailesine teslim edildi.

Bursa merkezli 17 ilde hesaplarında 90 milyar TL işlem hacmi bulunan organize suç örgütüne operasyon: 67 şüpheli yakalandı



Kripto hesaplara 90 milyar TL aktaran suç örgütü çökertildi!

İÇİŞLERİ Bakanı Ali Yerlikaya, Bursa merkezli 17 ilde hesaplarında 90 milyar TL işlem hacmi bulunan elebaşılığını A.A.O.'nun yaptığı organize suç örgütüne yönelik jandarma tarafından düzenlenen operasyonlarda; elebaşının da içerisinde bulunduğu 67 şüphelinin yakalandığını açıkladı. İÇİŞLERİ Bakanı Yerlikaya, sosyal medya hesabından yaptığı açıklamada, Bursa merkezli 17 ilde hesaplarında 90 milyar TL işlem hacmi bulunan elebaşılığını A.A.O.'nun yaptığı organize suç örgütüne yönelik jandarma tarafından düzenlenen operasyonlarda;

elebaşının da içerisinde bulunduğu 67 şüphelinin yakalandığını belirterek şüphelilerden; 38'inin tutuklandığını, 28'i hakkında adli kontrol kararı verildiğini, diğerinin işlemlerinin ise devam ettiğini kaydetti. Bakan Yerlikaya operasyonla ilgili şu ayrıntıları paylaştı: "Bursa Cumhuriyet Başsavcılığı ve Jandarma Genel Komutanlığı KOM Daire ile Siber Suçlarla Mücadele Daire Başkanlıkları koordinesinde; Bursa İl Jandarma Komutanlığı KOM ve Siber Suçlarla Mücadele ekiplerince yapılan çalışmalar sonucu; Bursa merkezli İstanbul,

Adana, Mersin, Hatay, Antalya, Muğla, İzmir, Aydın, Manisa, Kütahya, Kocaeli, Edirne, Ankara, Kayseri, Van ve Malatya'da düzenlenen operasyonlarda yakalanan şüphelilerin; vatandaşlarımızı çeşitli yöntemlerle dolandırdıkları, elde edilen suç gelirinin şirirleme yöntemiyle (suç gelirlerinin dikkat çekmemek için küçük parçalarla finans sistemine sokulması) izini kaybettirmeye çalıştıkları, suç gelirinin aklanması için kripto varlık hesaplarında çoklu transfer zincirleri oluşturarak uluslararası para aklama yöntemlerini kullandıkları, örgüt elebaşı ve yöneticilerinin, çalışan-

ları üzerine yurt dışı ve yurt içinde açmış oldukları paravan şirketler vasıtası ile suçtan elde edilen gelirleri aklamaya çalıştıkları tespit edildi. Yakalanan şüphelilerin; 'Suç İşlemek Amacıyla Örgüt Kurmak, Bilişim Sistemlerinin Araç Olarak Kullanılması Suretiyle Nitelikli Dolandırıcılık ve Suçtan Kaynaklanan Malvarlığı Değerlerini Aklamaya' suçlarından Savcılıklarımızca haklarında soruşturma başlatıldı." MASAK raporlarına istinaden şüphelilerin hesaplarında yaklaşık 90 milyar TL işlem hacmi bulunduğu tespit edildiğini vurgulayan Bakan Yerlikaya, "Operasyonlar sonucu; 15 adet suçlu, 4 adet ruhsatsız tabanca, yaklaşık 100 milyon TL olan 52 adet lüks kol saati ile 42 Milyon TL değerinde çok sayıda değerli altın ve ziynet eşyası ile çok sayıda kaşe, değerli belge, doküman ve

dijital materyal ele geçirildi. Ayrıca 'Suçtan Kaynaklanan Malvarlığı Değerlerinin Aklanması' suçu kapsamında şüpheli ve şirketlere ait; 2 bin 125 adet banka hesabı, 105 adet kripto varlık hesabı, 68 adet taşınmaz mal varlığı ve 32 adet araca el konuldu" bilgilerini verdi. Yerlikaya şöyle devam etti: "Valilerimizi, operasyonları koordine eden Bursa Cumhuriyet Başsavcılığımızı ve operasyonları gerçekleştiren İl jandarma komutanlarımız, kahrman jandarmamız ve MASAK çalışanlarımızı tebrik ediyorum. Hiçbir suç ve suçlunun cezasız kalmaması için organize suç örgütlerine yönelik yürüttüğümüz mücadelenin her aşamasında, suçluların yakalanması ve adalete teslim edilmesi için operasyonlarımıza kararlılıkla devam ediyoruz." **İHA**

SAĞLIKLI YAŞAM

CEREN KORKMAZ



KARPUZLA GELEN TATLI TUZAK

Yaz akşamlarının vazgeçilmezi: Buz gibi karpuz ya da bir dilim kavun, serin serin... Herkesin dilinde aynı cümle: "Ne olacak canım, meyve bu!" Evet, meyve ama nasıl yediğimiz çok önemli. Çünkü karpuz ve kavun, yaz mevsiminin en masum görünen ama en sık yapılan beslenme hatalarından biri haline geldi. Gelin neden böyle dediğimi anlatalım!

1. Şeker Yükü Sandığınızdan Fazla
Karpuz ve kavun; glisemik indeksi yüksek meyveler arasında yer alır. Yani tüketildikten kısa süre sonra kan şekerini hızla yükseltir, her zaman söylediğim gibi birden yükselen kan şekeri aynı ivme ile düşmeye meyillidir. Yani ardından ani bir düşüş yaşarsınız. Bu da hem çabuk acıkmaya hem de tatlı krizlerine yol açabilir. Özellikle insülin direnci, diyabet ve kilo problemi olanlar için kan şekerindeki bu ani dalgalanmalar ciddi risk oluşturur.

2. Porsiyon Algısı Bozulmuş Durumda
Hanımlar beyler üzgünüm! Karpuzun "yarım ay dilimi", kavunun "kocaman bir parçası" artık bir porsiyon değil; üzgünüm ki mini bir ziyafet... Oysa ortalama 2-3 üçgen dilim karpuz ya da 1 ince dilim kavun, 1 porsiyon meyveye eşdeğer. Bu da yaklaşık 60-70 kaloriye denk geliyor. Ama çoğu kişi farkında olmadan bu miktarın 3-4 katını yiyor!

3. Akşam Tüketimi ve Sindirim Sorunları
Bu ikiliyi en çok hangi saatlerde yediğinizi sorsam muhtemelen 'akşam yemeğinde' cevabını vereceksiniz. Özellikle de akşam saatlerinde karpuz-kavun yemek, pek çok kişiye şişkinlik, gaz ve mide rahatsızlıklarına sebep oluyor. Çünkü bu meyveler sindirim sisteminde hızlı fermente olur ve sindirimi zorlaştırır. Eğer uzun yaz akşamlarında otururken bir serinlik olsun diye düşünerek yiyorsanız da muhtemelen gece boyu midenizi yorar ve uykusuzluğa bile neden olabilir.

4. Karpuz-Peynir Tuzakları
Evet, lezzetli. Karpuzun yanına eklenen peynir aslında şeker kaynağının yanına protein eklemek demek, ki bu da sevdiğimiz bir şey aslında. Ama aranızda bunun yanına ekmeği yakıştıranlar var, biliyorum! Bu ikiliye ekmeği ilave etmek hem karbonhidratı hem de kaloriyi ciddi anlamda artırır. "Biraz hafif yiye-yim" diye oturan sofradan, "ne yedim ben ya?" diyerek kalkmak işten bile değil.

Peki ne yapmalı?
- Karpuz ve kavunu tek başına değil, yanında protein veya yağ içeren gıdalarla dengeli şekilde tüketin. Örneğin: 1-2 dilim karpuz + 1 avuç çiğ badem gibi.
- Akşam değil, öğle veya ikindi saatlerinde tercih edin.
- Porsiyonu aşmamaya özen gösterin. Karpuzda özellikle: çekirdeksiz, tatlı, sulu olanlar daha çok şeker içerir!
- "Tatlı ihtiyacı" bahanesiyle büyük dilimlere yönelmeyin. Gerçekten aç mısınız, yoksa serinlemek mi istiyorsunuz?

Karpuz da kavun da yazın armağanı, doğru kullanıldığında harika. Ama her güzel şey gibi, bunun da fazlası zarar. Şeker yüklemesi yapmak yerine, yazı gerçekten hafif geçirebilmek için soframıza dengeyi davet edelim. Unutmayın, serinlik sadece dilde değil, sindirimde de hissedilmeli!

Kula'da uyuşturucuya darbe: 1 ev hapsi, 1 tutuklama

MANİSA'NIN Kula ilçesinde gece saatlerinde devriye görevini sürdüren İlçe Emniyet Müdürlüğü ekipleri, durumlarından şüphelendikleri iki şahsı durdurularıyla uyuşturucu ticaretine yönelik önemli bir operasyon gerçekleştirdi. Edinilen bilgiye göre, Yunus Emre Caddesi'nde devriye görevini sürdüren bekçiler, şüpheli hareketler sergileyen E.A. (18) ve E.C. (20) isimli şahısları durdurarak üst araması

yaptı. Yapılan kontrolde şahısların üzerinde 55 adet sentetik ecza ele geçirildi. Söz konusu ilaçları F.Ş. (28) ve O.G. (21) isimli şahıslardan temin ettiklerinin belirlenmesi üzerine soruşturma derinleştirildi. F.Ş.'nin iş yerinde yapılan aramada, 99 adet sentetik ecza hap ile 3 adet 300 mg ibareli boş tablet ele geçirildi. İfadelerde ismi geçen Ş.N.U.'nun da evinde yapılan aramada 804 adet sentetik ecza hap tespit edilerek el ko-

nuldu. Gözaltına alınan 4 şahıstan, emniyetteki işlemlerinin ardından O.G. ve E.C. serbest bırakılırken, E.A. ve F.Ş. ise adli yeye sevk edildi. Çıkarıldıkları mahkemece E.A. hakkında ev hapsi cezası uygulanırken, F.Ş. tutuklanarak cezaevine gönderildi. Ayrıca, evinde hap ele geçirilen ve evde bulunmayan şüpheli Ş.N.U. için yakalama çalışmaları devam ediyor. Öte yandan, Kula İlçe Emniyet Müdürlüğü'nce



uyuşturucu madde ticareti ve kullanımına yönelik ka-

rarlı mücadelenin süreceği bildirildi. **İHA**

Büyükşehir'den boğulma riskine karşı uyarı

MANİSA Büyükşehir Belediyesi, hava sıcaklık-

larının artmasıyla birlikte vatandaşların serinlemek

amacıyla tarımsal sulama ve hayvan içme suyu (HİS)



göletlerine girmesinin hayati risk taşıdığı konusunda uyandı. Büyükşehir Belediyesi, göletlerin yüzmeğe uygun yapılar olmadığına dikkat çekerek, bu alanlardan uzak durulması gerektiğini vurguladı. Yapılan açıklamada, "Kazı tipi ve toprak dolgu şeklinde inşa edilen bu göletlerin dip kısımlarında balık ve çamur biriktirmektedir. Bu da suya giren kişilerin hareket kabiliyetini

kısıtlayarak boğulmalara neden olabilmektedir" denildi. Geçmiş yıllarda benzer yapılarla üzücü olayların yaşandığına hatırlatan Büyükşehir Belediyesi, vatandaşların can güvenlikleri için bu tür alanlardan uzak durmaları gerektiğini vurguladı. Ayrıca, bu risklere karşı farkındalık oluşturmak amacıyla göletlerin çevresine uyarı tabelaları yerleştirildiği de ifade edildi. **Haber merkezi**

İtfaiyeden aşırı sıcak uyarısı: Yangın riski üst seviyede



MANİSA'DA bu hafta etkisini artıran sıcak hava dalgası, orman ve tarım arazilerinde yangın riskini ciddi boyutlara taşıyor.

Meteoroloji verilerine göre; hava sıcaklıklarının 40 derecenin üzerine çıkması, 27 Haziran Perşembe günü ise 42 dereceye kadar ulaşması bekleniyor.

Yükselen sıcaklıkla birlikte nem oranının düşmesi, özellikle kırsal ve ormanlık alanlarda



“KÜÇÜK BİR İHMAL, BÜYÜK BİR FELAKETE DÖNÜŞEBİLİR”

yangınların çıkmasını ve hızla yayılmasını kolaylaştırıyor.

Manisa Büyükşehir Belediyesi İtfaiye Dairesi Başkanı Gürhan İnal, aşırı sıcaklara karşı vatandaşları dikkatli olmaya davet etti.

Yangınların büyük çoğunluğunun insan kaynaklı olduğunu hatırlatan İnal, özellikle tarla ve bahçe temizliği amacıyla kesinlikle ateş yakılması gerektiğinin altını çizdi. Hububatların biçerdöverle hasadı sırasında yangın tehlikesine karşı mutlaka su tankeri bulundurulması gerektiğini belirten İnal, anız ve kuru otların yakılmasının da büyük risk taşıdığını vurguladı.

kuru dallardan temizlenmeli. Küçük bir ihmal, büyük bir felakete dönüşebilir” dedi.

Yangın belirtisi, duman veya duman kokusu fark eden vatandaşların zaman kaybetmeden 112 Acil Çağrı Merkezi'ni araması gerektiğini hatırlatan Gürhan İnal, “Ormanlarımız, tarım alanlarımız ve doğal zenginliklerimiz özellikle bu sıcak havalarda büyük bir tehdit altında. Yangınla mücadelede en etkili yöntem, yangını çıkmadan önlemektir. Tüm hemşehrilerimizi daha duyarlı ve dikkatli olmaya davet ediyoruz. Unutmayalım ki bir kişinin dikkati, bir ormanı kurtarabilir” ifadelerini kullandı. **Haber merkezi**



Kırkağaç kavununda tohumlar toprakla buluştu



hedeflediklerini söyleyen Kırkağaç Ziraat Odası Başkanı Emin Özari:

"Bu senede ilçemizde her zaman olduğu gibi kavun ekim işlerimizi tamamladık, topraklarımız tohumlarla buluştu, hatta fidanlarımızda çıktı. Artık coğrafi tescilli benekli Kırkağaç Kavunumuzun yanı sıra dilimli kavunlarımız ile de sofraları süsleyeceğiz. Bu sene yine 10 bin dekarın altına düşmedik. Ortalama her yıl 10 bin-12 bin dekar seviyelerinde bir ekilişimiz oluyor.

Bu kavunlarımızı sizlerle buluşturmak için sabırsızlanıyoruz ve ağustos ayını bekliyoruz. Şu anda hummalı bir çalışma yapıyoruz. Bütün çiftçilerimiz çapa yapıyor, sulama yapıyor, gübreleme yapıyor ve ara sürüm yapıyor. İnşallah ağustos ayı gelince bu güzel lezzetle sizleri buluşturacağız. İnsanlarımız artık sağlıklı ve güvenilir tarım gıdalarıyla beslenmek istiyor. Bu yüzden Kırkağaç Kavunumuzun bir özelliği var. Bizim kavunumuz



MANİSA'NIN Kırkağaç yöresinde tadı, kokusu ve lezzetiyle kendine has bir ürün olan Kırkağaç Kavunu'nda tohumlar toprakla buluşurken, ağustos ayında hasadın başlanması bekleniyor.

Manisa'nın Kırkağaç ilçesinde kavun tohumları toprakla buluşturuldu. Kokusu, tadı ve lezzetiyle kendine has bir ürün olan Kırkağaç Kavunu'nda 10 bin dekarlık arazide ekim ger-

çekleştirilirken bu yıl 30 bin tonluk hasat hedefleniyor. Bazı çiftçiler el yöntemiyle ekimleri gerçekleştirirken bazı çiftçiler ise traktör yardımıyla ekim işlemini tamamladı. Ağustos ayında hasat edilmesi hedeflenen kavunlar, daha sonra güneş görmeyen serin ortamda muhafaza edilerek kış aylarına kadar depolanacak. Kırkağaç'ta dekar başına 3 ton toplamda ise 30 bin ton üretim

bir hibrit değil, iki genetiğiyle oynanmış GDO'lu tohum değil. Yani ata tohum dediğimiz tohum ve gerçekten de ata tohumu. Yani bundan 200 - 300 yıl önce dedelerimiz, atalarımız nasıl tohum yetiştiriyorlarsa bizde şu anda aynı şartlarda bu kavunları yetiştiriyoruz. Bence bizim kavunumuzun özelliği de oradan kaynaklanıyor. Yani lif oranının yüksek olması, dayanma süre-

sinin fazla olması, rengi, kokusu ve nefaseti ile bütün bunları bir araya topladığımızda tamamen organik bir tohum altyapısının olmasından kaynaklı olduğunu düşünüyoruz.

Bu 10 bin dekarlık alandan ortalama 30 bin tonluk bir üretim bekliyoruz. İnşallah fiyatlarda çiftçilerimizin yüzünü güldürecek şekilde oluşur. Arz ve talep meselesi kavunun fi-

yatının oluşmasında çok önemli. O zamanki arz ve talep dengelerinin çiftçilerimizin lehine olacağı ümidini taşıyoruz. Bizim kavunumuz, çapadan sonra seyreltme gibi yapılan işlemlerin ardından en kötü ihtimalle 15 Ağustos'tan sonra eylüle kadar 1 aylık sürede hasadı yapılır, kışlık kavunlar asılır. Çiftçilerimize bereketli bir sezon geçirmelerini diliyorum" dedi. **İHA**

Sarıgöl'de üzüm bağları örtü altına alınıyor



MANİSA'NIN dünyaca ünlü çekirdeksiz sofralık üzümünün yetiştirildiği Sarıgöl Ovası'nda, üzüm bağlarının her türlü iklim şartlarına karşı korunması amacıyla örtüleme çalışmalarına başlandı.

Üzümü aşırı sıcaklık, dolu, iri taneli yağmurlar, kırağı, don ve toz gibi olumsuz şartlardan korumak amacıyla, her yıl uygulanan beyaz kanavice örtüleme işlemi devam ediyor. Üzüm bağlarının her bir sıranın üzeri bu beyaz örtülerle kaplanıyor. Bu işlemi gerçekleştiren

mek için ilçe ve çevresinde gençlerden oluşan örtü ekipleri çalışıyor. Sabahın erken saatlerinde işe başlayan ekipler, kısa sürede bağların örtüleme işlemini tamamlayarak diğer bağlara geçiyor. Örtüleme işinde çalışan ekip üyelerine günlük 1750 TL yevmiye ödeniyor.

BAĞLARDA ÇİFT KAT ÖRTÜ KORUMASI

Sarıgöl Emcelli Mahallesi'nden üzüm üreticisi Behtullah Uysal, bu yıl ilk kez çift korumalı örtü sistemi uyguladığını belirterek, "Bu yıl önce

dolu tül ile bağlarımı örttüm, ardından standart örtümü sererek çift katlı bir koruma sağladım. Önlem almak bizden, takdir Allah'tan. Bu sistemin çok faydasını görüyoruz." dedi.

Bu yıl, geçen yıllardan farklı olarak çift korumalı örtüleme yönteminin yaygınlaşmaya başlaması ise dikkat çekti.

"BAĞLARIN YÜZDE 80'İ ÖRTÜ ALTINA ALINIYOR"

Sarıgöl Ziraat Odası Başkanı Ali İhsan Ülgen, ilçede toplam 113 bin dekar alanda

bağcılık yapıldığını ifade ederek, üzüm bağlarının yüzde 80'inin örtü altına alındığını söyledi. Başkan Ülgen, konuyla ilgili olarak şunları söyledi: "Üzüm bağlarımızı her yıl koruma amaçlı olarak örtü altına alıyoruz. Bu örtüler, hasat tamamlanana kadar bağların üzerinde kalıyor ve ardından toplanarak bir sonraki yıl için saklanıyor."

Sarıgöl'de örtüleme çalışmaları hem üreticilerin ürün kaybını azalttığı hem de kaliteli üzüm elde edilmesine büyük katkı sağladığı öğrenildi. **İHA**



Manisa'da Gıda Okuryazarlığı Eğitimi düzenlendi

● Didem ALTINAY

MANİSA İl Tarım ve Orman Müdürlüğü ile Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü ortaklığında düzenlenen "Gıda Okuryazarlığı" eğitimi, gençler ve sosyal hizmet personelinin gıda güvenliğini konusundaki bilinç düzeyini artırmayı hedefliyor. Manisa İl Tarım ve Orman Müdürlüğü ile Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü iş birliğinde düzenlenen "Gıda Okuryazarlığı" konulu eğitim programı başarıyla tamam-

landı. Program, 12-18 yaş grubundaki genç bireyler ile Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü personelinin katılımıyla gerçekleştirildi.

TEMEL GIDA GÜVENLİĞİ KONULARI ELE ALINDI

Eğitimde, güvenilir gıdaya erişim yolları, gıda etiketlerinin doğru okunması ve yorumlanması, gıda hijyeninin önemi ve uygulanması, gıda israfının önlenmesi gibi temel başlıklar detaylı şekilde ele alındı. Ayrıca, gıda kaynaklı hastalıklar ve zehirlenmelerin nasıl önle-

nebileceği konusunda da katılımcılar bilgilendirildi.

Program sorumluları, bilinçli tüketicilerin sağlıklı beslenme alışkanlıklarını geliştirmesi ve gıda güvenliği konusunda toplumda farkındalığın artması açısından bu tür eğitimlerin önemine dikkat çekti.

Eğitime katılan gençler ve personel, aldıkları bilgilerle günlük hayatlarında daha bilinçli tercihler yapacaklarını belirterek, benzer eğitimlerin devam etmesini talep etti.



Kula Belediyesi'nden patili dostlara doğal yaşam müjdesi



● Didem ALTINAY

KULA Belediyesi, sokak hayvanlarının sağlığını ve refahını ön planda tutan çalışmalarına bir yenisini daha ekliyor. Belediye Başkanı Hikmet Dönmez, mevcut hayvan barınağı-

nın fiziki şartlarının iyileştirilmesi ve ilçeye modern bir doğal yaşam alanı ile yeni bir barınak kazandırılması için sürdürülen çalışmaları yerinde inceledi.

Şantiye alanında yapılan incelemelerde Başkan Dönmez'e, Kula Belediyesi

Veterineri Mustafa Kulaşen ve Fen İşleri Müdürü Halil Özkara eşlik etti. Mevcut barınağın, hayvanların sağlıklı ve güvenli bir ortamda yaşamlarını sürdürebilmeleri için fiziki olarak güçlendirilmesi planlanıyor. Bu kapsamda, barınakta yapılacak yenileme çalışmaları kısa süre içerisinde başlatılacak.

Ayrıca, Seyitali Mahallesi Gargar Küme Evleri mevkiinde yapımına başlanan yeni doğal yaşam alanı ve barınak projesi de hızla ilerliyor. Her bir can dostumuzun 10 metrekairelik alanda özgürce yaşayabileceği şekilde tasarlanan bu yeni alan, sadece bir barınak değil; aynı

zamanda hayvanların doğal davranışlarını sürdürebilecekleri, güvenli ve sağlıklı bir yaşam ortamı olacak.

Hayvan sağlığının sadece bir sorumluluk değil, can dostlarımızın yaşam refahı ile doğru orantılı olduğunu dile getiren Başkan Hikmet Dönmez: "Hayvan dostluğu bizim için sadece bir sorumluluk değil, aynı zamanda gönülden bağlı olduğumuz bir değer.

Sokakta yaşayan can dostlarımızın daha sağlıklı, güvenli ve huzurlu bir ortamda yaşamalarını sağlamak için elimizden gelenin en iyisini yapıyoruz. Yeni barınak ve doğal



yaşam alanı projemizle birlikte, onların da bu kentin bir ferdi olduğunu göstermek istiyoruz. Her canlının yaşam

hakkına saygı duyuyor, hayvan dostu bir belediyeçilik anlayışıyla hareket ediyoruz." ifadelerini kullandı.

Kuru fasulye tohumu ekim çalışmaları başladı



● Burhan AKDEMİR

MANİSA'NIN Kula ve Soma ilçelerinde başlatılan Kuru Fa-

sulye Üretimini Geliştirme Projesi kapsamında çiftçilere yüzde 75 hibeli Zirve çeşidi kuru fasulye tohumu dağıtıldı.

Manisa'nın Kula ve Soma ilçelerinde, 2025 üretim sezonu kapsamında Kuru Fasulye Üretimini Geliştirme Projesi uygu-

lanmaya başladı. Proje ile çiftçilere yüzde 75 hibeli toplam 800 kilogram Zirve çeşidi kuru fasulye tohumu dağıtıldı.

Manisa İl Tarım ve Orman Müdürü Metin Öztürk, Soma ilçesinde düzenlenen tohum ekimi etkinliğinde üreticilerle birlikte ekim yaptı. Etkinlikte Soma İlçe Tarım Müdürü Hayati Aslan, Ak Parti Soma İlçe Başkanı Ali Sezer, Soma Ziraat Odası Başkanı Tuncay Kurt, teknik personeller ve muhtarlar da yer aldı.

ZİRVE ÇEŞİDİ TERCİH EDİLDİ

İl Müdürü Öztürk, projede su ihtiyacı diğer çeşitlere göre daha az olan Zirve çeşidinin tercih edildiğini belirtti. Dekara ekim normunun 6-6,5 kilogram olarak belirlendiğini ifade eden Öztürk, "Toplam 127 dekar

alandaki kuru fasulye ekimi gerçekleştirilecek" dedi.

ÇİFTÇİLERE DESTEK DEVAM EDİYOR

Proje kapsamında toplam 18 çiftçi tohum desteğinden fayda-

lanırken, amaç bölgedeki kuru fasulye üretimini artırmak ve çiftçilerin gelirini yükseltmek olarak açıklandı. Yetkililer, projenin tarım sektörüne olumlu katkılar sağlayacağına dikkat çekti.



Saruhanlı'da Ferdi Zeyrek için pilav hayrı düzenlendi

● Cansu MERİÇ

SARUHANLI MASKİ personelleri tarafından Merhum Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Ferdi Zeyrek anısına düzenlenen pilav hayrına, Saruhanlı Belediye Başkanvekili Mustafa Palalı ve Meclis Üyeleri katıldı.

Saruhanlı Belediyesi, elim bir kaza sonucu hayatını kaybeden Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Merhum Ferdi Zeyrek'in anısını yaşatmak amacıyla anlamlı bir etkinliğe ev sahipliği yaptı. MASKİ Saruhanlı Şube Müdürlüğü personelleri tarafından düzenlenen pilav hayrı, yoğun katılımı gerçekleşti.

Etkinliğe, Saruhanlı Belediye Başkanvekili Mustafa Palalı ve belediye meclis üyeleri de katıldı. Başkanvekili Palalı, "Merhum Ferdi Zeyrek Başkanımıza bir kez daha Allah'tan rahmet diliyoruz. Mekânı cennet olsun. Onu her zaman sevgi ve saygıyla anacağız" ifadelerini kullandı.

Pilav hayrı öncesinde Zeyrek için dualar okundu. Vatandaşların da büyük ilgi gösterdiği etkinlikte birlik ve beraberlik vurgusu öne çıktı.

Merhum Başkan Ferdi Zeyrek Ahmetli'de lokma hayrıyla anıldı

● Cansu MERİÇ

MERHUM Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Ferdi Zeyrek'in aziz hatırası için Ahmetli'de lokma hayrı düzenlendi.

Ahmetli Belediyesi, merhum Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Ferdi Zeyrek'in aziz hatırası için ilçenin kapalı pazar



yerinde lokma hayrı gerçekleştirildi.

Lokma hayrına çok sayıda vatandaş katıldı. Etkinlikte, merhum başkan için dualar edilirken katılımcılar, "Onu hiçbir zaman unutmayacağız. Ruhü şad, mekânı cennet olsun" ifadeleriyle Ferdi Zeyrek'i saygıyla andı.

Belediye yetkilileri Ferdi Zeyrek'in aziz hatırasının bu tür etkinliklerle yaşatılacağını vurguladı.

AK Partili eski Manisa Milletvekili İsmail Bilen, pazartesi günü evinde ölü olarak bulunmuştu... Bilen, Ankara'da sonsuzluğa uğurlandı

İsmail Bilen toprağa verildi

AK Parti'den 22, 23, 26 ve 27'nci dönemde Manisa milletvekilliği görevinde bulunan İsmail Bilen'in, pazartesi günü

Ankara'daki evinde cansız bedeni bulunmuştu. Kalp krizinden dolayı hayatını kaybettiği değerlendirilen Bilen, adli tip-

taki işlemlerin tamamlanmasının ardından Ankara'da toprağa verildi. İsmail Bilen için önce Tür-



kiye Büyük Millet Meclisi Başkanlığı'nda tören düzenlendi. Törende; TBMM Başkanı Numan Kurtulmuş, AK Parti Başkanvekili Efkân Ala, CHP Genel Başkanı Özgür Özel, Adalet Bakanı Yılmaz Tunç, Ulaştırma ve Altyapı Bakanı Abdülkadir Uraloğlu, TBMM Başkanvekili Bekir Bozdağ,

önceki dönem TBMM Başkanları, CHP'ye katılan Memleket Partisi Genel Başkanı Muharrem İnce, BBP Genel Başkanı Mustafa Destici, başta Manisa'da olmak üzere çok sayıda milletvekili, Bilen'in ailesi ve yakınları hazır bulundu. Törende saygı duruşunda bulunuldu ve dualar

okundu.

Bilen'in cenazesi, daha sonra namazın kılınacağı Ahmet Efendi Camii'ne götürüldü. Ahmet Efendi Camii'nde ikinci namazını müteakip kılınan cenaze namazının ardından, Karşıyaka Mezarlığı'nda toprağa verildi. İHA

Başevirgen: Emekli hayatta kalma mücadelesi veriyor

● Burhan AKDEMİR

CHP Manisa Milletvekili Bekir Başevirgen, Almanya ve Türkiye'de emeklilerin maaş ve yaşam koşullarını karşılaştırdı. Başevirgen, emeklilerin aldığı maaşları hesapladı.

CHP Manisa Milletvekili Bekir Başevirgen, Türkiye'de 16 milyon emeklinin zor şartlar altında hayat mücadelesi verdiğini belirterek, Almanya'daki emeklilerle kıyaslama yaptı.

Almanya'da emeklilerin ortalama 1.800-2.000 Euro (güncel kurla 80 bin TL'nin üzerinde) maaş aldığını ve sosyal desteklerle birlikte yılda en az bir kez tatile çıkabildiklerini ifade eden Başevirgen, Türkiye'de ise emeklilerin 15 bin TL civarında maaş alırken sabahın erken saatlerinde ucuz ekmek ya da pazar kuyruğunda yaşamını sürdürdüğünü savundu.

Başevirgen, "Emekli olmak Almanya'da huzurun, Türki-

ye'de hayatta kalma mücadelesinin adı oldu. Almanya'da emekli vatandaşlar ortalama 1.800-2.000 Euro maaş alıyor. Bu da güncel kurla 80 bin TL'nin üstünde bir maaşa denk geliyor. Alman emeklilerin büyük bir bölümü yılda en az bir kez tatile çıkabiliyor. Aynı yaş grubunda ve 15 bin TL maaş alan bir Türk emekli ise sabahın erken saatlerinde ucuz gıda kuyruğunda yaşamını sürdürüyor. Almanya'daki emekli torununa harçlık

veriyor, Türkiye'deki emekli torunundan borç istiyor. Türkiye'de emeklilik artık bir istirahat dönemi değil, tam anlamıyla hayatta kalma savaşına dönmüş durumda." dedi.

"EMEKLİ OLMAK ALMANYA'DA HUZUR, TÜRKİYE'DE HAYATTA KALMA MÜCADELESİ"

Türkiye'de 16 milyon emekli vatandaşın bulunduğu hatırlatan Başevirgen, "Emeklilerimizin 3.8 milyonu 15 bin liralık en düşük emekli maaşını alıyor. Geriye kalan emekliler ise en



düşük emekli maaşına yakın düzeyde ücretlerle yaşamını sürdürmeye çalışıyor. Emeklimiz, kredi kartlarına takla attırırken, kredi borçları altında boğulurken bizi kısıkanan Almanya'da ise durum çok daha farklı. Emekli olmak bir ülkede huzurun, diğerinde ise hayatta kalma mücadelesinin adı oldu. Türkiye ve Almanya'daki emekli vatandaşların yaşam koşulları arasındaki fark, 2025 yılı itibarıyla uçuruma dönüştü. Haziran ayı itibarıyla Türkiye'de en düşük emekli maaşı 14 bin 469

TL" dedi.

"EMEKLİ PAZAR KUYRUĞUNDA YAŞAMINI SÜRDÜRÜYOR"

Emeklilerin büyük bir kısmı geçinebilmek için kredi kartı ya da bireysel krediye başvurduğuna da dikkat çeken Başevirgen, "Emekli maaşının yüzde 60'ı bankalara ya da faturalara gidiyor. Almanya'da emekli vatandaşlar ise ortalama 1.800-2.000 Euro maaş alıyor. Bu da güncel kurla 80 bin TL'nin üstünde bir maaşa denk geliyor. Üstelik bu maaşın yanında,

devletten kira yardımı, sağlık destekleri, toplu taşımada indirim gibi sosyal haklar da sağlanıyor. Alman emeklilerin büyük bir bölümü yılda en az bir kez tatile çıkabiliyor, kültürel etkinliklere katılıyor ve sosyal yaşamın içinde aktif kalıyor. Aynı yaş grubundaki bir Türk emekli ise sabahın erken saatlerinde ucuz ekmek ya da pazar kuyruğunda yaşamını sürdürüyor" ifadelerini kullandı.

"ALMANYA'DAKİ EMEKLİ TORUNUNA HARÇLIK VERİYOR, TÜRKİYE'DEKİ EMEKLİ TORUNUNDAN BORÇ İSTİYOR"

Türkiye emekliler için sadece maaş artışının yeterli olmadığını belirten Başevirgen, "Türkiye'de emeklilik artık bir istirahat dönemi değil, tam anlamıyla hayatta kalma savaşı. Emeklilerimizin büyük bölümü ya ailesine muhtaç ya da borçla yaşıyor. Almanya'daki emekli torununa harçlık veriyor, Türkiye'deki emekli torunundan borç istiyor. Bu utanç verici tablo, sosyal devlet anlayışının tamamen terk edildiğini gösteriyor. Emekli açıklıkla sinanıyor. Türkiye'de yalnızca maaş artışıyla emeklinin sorunları çözül-

müyor. Onurlu bir emeklilik için sadece ekonomik değil, sosyal destek mekanizmalarının da hayata geçirilmesi gerekiyor. Yoksa Türkiye'de emeklilik, huzurun değil, çaresizliğin diğer adı olmaya devam edecek" diye konuştu.

"KİMSE LÜKS İSTEMİYOR, İNSANCA YAŞAM TALEP EDİYOR"

Temmuz ayında emekli maaşlarına düzenleme yapılması durumunda, milyonlarca emeklinin temel ihtiyaçlarını dahi karşılayamayacağına dikkat çeken Başevirgen, iktidara çağrıda bulundu. Başevirgen, "Emeklilere verilecek para bir siyasal tercihtir. Ya halktan yana tavır alır, bu maaşlara derhal zam yaparsınız ya da vatandaş sizi ilk sandıkta zamlarla değil, oyla cezalandırır. Seçim sandığı, susanların konuştuğu yerdir. Bu ülkenin işçisi, emeklisi, genci, kadını lüks istemiyor; insanca yaşam talep ediyor. Oyalamayın, kandırmayın, görmezden gelmeyin. Halk zambekliyor, vatandaşlarımız insanca bir yaşam sürdürebilecekleri ücret alana kadar mücadelemizi sürdüreceğiz" dedi.



● Cansu MERİÇ

İYİ PARTİ Manisa İl Başkanı Av. Ali Zafer İksir, Sanayi, Ticaret, Enerji ve Tabii Kaynaklar, Bilgi ve Teknoloji Komisyonlarında sürdürülen ve sert müzakereler sonrası komisyondan geçen Çevre ve Maden Kanunlarında değişiklik yapılmasına ilişkin torba kanun teklifi hakkında konuştu.

Başkan İksir bu kanun teklifinin tam anlamıyla bir doğa imha kanunu olduğunu ve komisyondan geçen torba kanun teklifinin mecliste kesinlikle reddedilmesi gerektiğini söyledi.

Meclise gelen bu yasa teklifinin meclisten geçmesinin gelecek nesillere yapılacak olan

en büyük ihanetlerden biri olacağını vurgulayan İYİ Partili İksir, "26 saat süren ve Çanakkale Milletvekilimiz Sayın Ridvan Uz'un da büyük bir mücadele verdiği torba kanun teklifi komisyondan maalesef geçerek meclise geldi. 21 maddeden oluşan ve 5 Bakanlığı ilgilendiren bu yasa AKP'nin çevre katliam yasası olarak kayıtlara geçmeli. Türkiye'nin doğal zenginliklerinin ve milletin karşısında 3 büyük holdingin olduğu bir çalışma bu. Peki bu yasanın içerisinde neler var? Madencilik faaliyetlerine başlamak için artık ÇED raporunu beklemeye gerek kalmayacak. Yandaş holdingler istediği gibi cirit atacak. Ormanlar, Maden ve Petrol İşleri Genel Müdürlü-

İYİ Partili İksir'den 'Zeytin Yasası'na sert tepki!

ğü'ne bedelsiz devredilebilecek. Cumhurbaşkanının atadığı bir kurul da altın, çinko gibi değerli madenlerin ruhsatının verilebilmesi için doğrudan yetkili olacak. Yandaşların altın madeni ruhsatı alması artık çok hızlı ve kolay olacak. Stratejik madenlerin bulunduğu bölgelerin kamulaştırılması artık çok hızlı yapılacak. Yani titanyum, uranyum vs. gibi stratejik madenlerin olduğu yerlerin acele kamulaştırılması mümkün olacak. Zeytinlik alanların altında maden varsa, zeytin ağaçları taşınabilecek, taşınamayanlar için para ödenecek. Bu yasada bu alanı 50 köy kapsıyor. Ege köyleri bu şekilde talan edile-

cek. Yasanın geçmesi ile birlikte Türkiye'nin her alanı artık yok edilmeye açık hale getirilecek. Meraların tahsis amacı değişiyor. Yenilenebilir enerji kaynak alanı ilan edilen meralar da bu yasadaki nasibini alacak. Zaten bitmekte olan hayvancılık bu şekilde tamamen yok edilecek. Bu zeytinlikler hiçbirimizin babasının tapulu malı değil. Zeytin ağaçları biz olmadan önce de vardı. Bizlerin gelecek nesillere aktarması elzem olan, bize de atalarımızdan kalan zeytinliklerle dertlerinin ne olduğunu anlamaya çalışıyoruz. Yarn bu kurul kararıyla tüm ülkenin zeytinlikleri ve önemli alanları yandaşlara açıl-

acak demek. Bizler bu talana ortak olmayacağız, herkesin sesi olacağız ve İYİ Parti olarak

bu yasayla sonuna kadar mücadele edeceğiz" ifadelerini kullandı.



Başkan Dönmez'den Kaymakam Altuntaş'a hayırlı olsun ziyareti

● Cansu MERİÇ

KULA Belediye Başkanı Hikmet Dönmez, ilçeye yeni atanan Kaymakam Talha Altuntaş'ı makamında ziyaret ederek, görevinde başarılar diledi ve iş birliği mesajı verdi.

Kula Belediye Başkanı Hikmet Dönmez, ilçeye yeni atanan Kaymakam Talha Altuntaş'ı makamında ziyaret etti. Ziyarette, hayırlı olsun dilekleri iletili.

Başkan Dönmez, ziyarette Kula'nın geleceği için kamu kurumlarıyla iş birliğine önem verdiklerini belirtti. "İlçemiz için el birliğiyle güzel işler yapacağımıza inanıyorum" ifadelerini kullandı.

Ziyaretin sonunda Başkan Dönmez, Kaymakam Altuntaş'a yeni görevinde başarılar diledi ve hoş geldiniz temennisinde bulundu.

Rüzgar ve güneş enerjisinin kurulu güçteki payı yüzde 30'u aştı

TÜRKİYE'NİN yenilenebilir enerji kurulu gücü mayıs itibarıyla 72 bin 492 megavata yükselirken, rüzgar ve güneş enerjisinin elektrik kurulu gücündeki payı yüzde 30,2'ye ulaştı.

Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanlığından Dünya Yenilenebilir Enerji Günü dolayısıyla yapılan açıklamaya göre, güneş enerjisi yatırımlarının henüz devreye girmediği 2005'te 12 bin 906 megavat olan yenilenebilir enerji kurulu gücü, mayıs itibarıyla 72 bin 492 megavata yükseldi.

Bu dönemde, rüzgar ve güneşin kurulu kapasitesi toplam kurulu gücün yüzde 30,2'sine ulaştı.

Yenilenebilir enerji kapasitesi mayıs 2024'te 63 bin 502 megavat, yenilenebilir enerjinin toplam kurulu güçteki payı yüzde 57,6 olarak gerçekleşmiş, aynı dönemde rüzgar kurulu gücü 12 bin 194 megavat ve güneş kurulu gücü 14 bin 995 megavat olarak kayıtlara geçmişti. Rüzgar ve güneş enerjisinin toplam yenilenebilir enerji içindeki payı da yüzde 24,7 olmuştu.Kurulu güç, mayıs so-

nunda hidroelektrikte 32 bin 284 megavat, rüzgarda 13 bin 391 megavat, güneşte 22 bin 648 megavat, jeotermalde 1734 megavat ve biyokütle enerjisinde 2 bin 435 megavata ulaştı. Yenilenebilir enerjinin toplam kurulu güç içindeki payı ise yüzde 60,8'e ulaştı.

HANELERİN ELEKTRİĞİ RÜZGAR VE GÜNEŞTEN

Açıklamada görüşlerine yer verilen Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar, "2005'te yenilenebilir enerjinin toplam kurulu gücümüzdeki payı yüzde 33'tü.

Bugün, bu oran yüzde 60'ı aştı. Türkiye'deki tüm hanelerin yıllık elektrik ihtiyacını, sadece rüzgar ve güneş santrallerinden ürettiğimiz elektrikle karşılıyoruz." ifadelelerini kullandı.

Türkiye'nin rüzgar ve güneş enerjisi kurulu gücünü 2035'e kadar 120 bin megavata çıkarmayı hedeflediklerine işaret eden Bayraktar, "Bunun için toplam 80 milyar dolarlık bir yatırım yapılması gerekiyor. Rüzgar ve güneşte her yıl en az 2 bin megavatlık YEKA yarışmaları yapacağız.



YEKA 2025 kapsamında ekim ayında güneş, kasım ayında da rüzgar projeleriyle ilgili ihaleye çıkmayı planlıyoruz." değerlendirmesinde bulundu.

Bayraktar, sosyal medya platformu X'te yaptığı paylaşımda ise "Güneş ve rüzgarla büyüyor, yerli üretimle panelde

yüzde 75, türbinde yüzde 65 olmak üzere 50 bin kişiye istihdam sağlıyoruz. 'Daha Çok Yerli, Daha Çok Yenilenebilir' diyerek ilerliyoruz. Enerjimiz yerli, gücümüz yenilenebilir! 22 Haziran Dünya Yenilenebilir Enerji Günü kutlu olsun!" ifadelerine yer verdi. **AA**

Yenilenebilir enerjide rüzgar ve güneş kuraklığı riski

YENİLENEBİLİR enerji kaynaklarına talep küresel çapta artarken, uzmanlar özellikle rüzgar ve güneş kuraklıklarının yenilenebilir enerji sistemleri için gelecekte büyük riskler oluşturabileceğini ifade ediyor.

Uluslararası Yenilenebilir Enerji Ajansı (IRENA) verilerine göre, 2024 sonu itibarıyla yenilenebilir enerji kaynakları, küresel kurulu elektrik üretim kapasitesinin yüzde 46'sını oluşturdu.

Küresel yenilenebilir enerji kapasitesi 4 bin 448 gigavat olurken, bunun 1865 gigavatı güneş enerjisinden, 1132 gigavatı rüzgar enerjisinden, 1053 gigavatı ise açık deniz rüzgar enerjisinden elde edildi.Uluslararası Enerji Ajansı (IEA), küresel yenilenebilir enerji kapasitesinin 2030'a kadar 2,7 kat artacağını tahmin ederken, bu artışın önündeki olası engellerin başında rüzgar ve güneş kuraklığı geliyor.

AA muhabirinin çeşitli kaynaklardan derlediği bilgilere göre, bir bölgede en az 7-10 gün normalin altında düşük rüzgarların seyretmesi durumu rüzgar kuraklığı olarak adlandırılıyor.Rüzgar hızının yüzde 10 düşmesi elektrik üretimini yüzde 30 azaltıyor

Hükümetlerarası İklim Değişikliği Paneli (IPCC), iklim değişikliğinin küresel ortalama rüzgar hızlarını etkileyeceğini ve 2100'e kadar yıllık ortalama



rüzgar hızının yüzde 10 düşeceğini öngörüyor.

Rüzgar hızındaki yüzde 10'luk bir düşüş, rüzgar enerjisinden elektrik üretiminde yüzde 30'dan fazla azalmaya yol açarken, rüzgar türbinleri, ancak belirli rüzgar hızının üzerinde çalışabiliyor. Rüzgarın şiddeti, yönü, düzeni ve süresi de türbinlerin verimliliğini etkiliyor.

Özellikle son yıllarda Avrupa'nın birçok bölgesi rüzgar kuraklığından etkilendi. Almanya'da bu yıl rüzgar santrallerinden elektrik üretimi yüzde 31 azaldı. Bu azalışın başlıca nedeninin, türbin seviyesindeki düşük rüzgar hızları olduğu saptandı. Bu durum, Almanya'da rüzgar enerjisinin toplam elektrik üretiminde 2024'ün ilk 4 ayında yüzde 34 olan payının bu yılın aynı döneminde yüzde 24'e düşmesine yol açtı.

2021'in ikinci yarısında Kuzeybatı Avrupa'daki rüzgar kuraklığı nedeniyle rüzgar hızları ortalamanın yüzde 15 altında seyretti. Birleşik Krallık'ın elektrik üretimindeki rüzgar payı sadece yüzde 2'ye düşerken, ülke, kapattığı iki kömür santralini tekrar devreye almak zorunda kaldı. Aralık 2022'de ise rüzgar enerjisindeki düşüş ve doğal gaz fiyatlarındaki artış nedeniyle Birleşik Krallık'ta toptan spot elektrik fiyatları rekor seviyeye yükseldi.

Güneş enerjisi üretimini engellemeye potansiyeli taşıyan "güneş kuraklığı" ise bir bölgedeki bulut örtüsünün normalden fazla süre kalması anlamına geliyor.

Üretilen güneş enerjisinin miktarı, panellerin ne kadar güneş ışığı aldığına ve bu ışığı ne kadar verimli enerjiye çevirdiğine bağlı olarak değişiyor. Bulutlu ve yağışlı havalara, hava

kirliliği ya da sıcak hava dalgaları gibi aşırı hava koşulları, güneş ışığını azaltıp panellerin verimliliğini düşürerek enerji üretimini önemli ölçüde azaltabiliyor.

ABD Ulusal Okyanus ve Atmosfer İdaresinden (NOAA) nisan ayında emekli olan Dr. James M. Wilczak, rüzgar ve güneş kuraklığı kavramının çoğu insanın aşına olduğu yağış ya da hidrolojik kuraklık kadar tanıdık olmadığını söyledi.

Rüzgar türbinleri ve güneş panelleri kurulurken bu tür kuraklık olasılıklarının pek dikkate alınmadığını belirten Wilczak, "Bir ülke genelinde büyük ölçekli bir rüzgar ve güneş enerjisi ağı planlanıyorsa, enerji kuraklığı riskini göz önünde bulundurmak faydalı olabilir.

Ülke yeterince büyükse ya da komşularıyla elektrik payla-

şımı yapıyorsa, rüzgar ve güneş kaynaklarını coğrafi olarak stratejik şekilde dağıtarak bu tür kuraklıkların etkilerini en aza indirmek mümkün hale gelebilir." dedi.

Wilczak, dünyanın yenilenebilir enerji kapasitesini artırmak üzere adımlar attığı göz önünde bulundurulduğunda gelecekte bu gibi risklerin daha kritik olabileceğine işaret etti.

Olası üretim düşüşlerine karşı bugünden planlama yapmanın büyük önem taşıdığının altını çizen Wilczak, "Uzun süreli bir üretim kuraklığı yaşanır ve bunu telafi edebilecek bir sistem kurulmamış olursa, ciddi sorunlar yaşanabilir." uyarısında bulundu.

ATILMASI GEREKEN ADIMLAR

Olası krizlerin önüne geçilmesi için yapılması gerekenlere değinen Wilczak, öncelikli olarak rüzgar ve güneş kuraklığının iyi anlaşılması, bunların ne sıklıkla meydana geldiği, ne kadar şiddetli olabileceği ve ne kadar süre devam edebileceği gibi soruların derinlemesine ele alınması gerektiğini kaydetti.

Bununla birlikte sahada atılması gereken birçok adım olduğunu dile getiren Wilczak, sözlerini şöyle sürdürdü:

"Batarya depolama, hidrojen veya farklı gaz türlerine dayalı enerji depolama sistemleri bu amaçla kullanılabilir. Yedek jeneratörler de bir diğer

çözüm olabilir. Bunlar, örneğin doğal gaz gibi fosil yakıtlarla çalışan sistemler olabilir. Bu jeneratörler belki çok seyrek kullanılacaktır ancak şebeke güvenilirliğini artırarak olası bir kriz ya da kesinti durumunun önüne geçebilirler."

Rüzgar ve güneş enerjisi üretimindeki düşüşleri dengelemek için başvurulabilecek yöntemlerden birinin de iletim altyapısının iyileştirilmesi olduğunu anlatan Wilczak, bir bölgedeki ihtiyaç fazlası rüzgar ve güneş enerjisinin, iletim hatları aracılığıyla başka bir bölgeye aktarılabilceğini ve üretimin düşük olduğu bölgelerdeki talebin karşılanabileceğini belirtti.

Talep yönetiminin bu gibi durumlarda kritik olduğundan bahseden Wilczak sözlerini şöyle tamamladı:

"Yeterli iletim veya depolama kapasitesi olmadığında ve kuraklık yaşandığında, şirketlerin enerji tüketimlerini azaltmaları için teşvik edici programlar geliştirmek mümkün olabilir.

Bu kısıtlama, örneğin birkaç saat sürebilir. Büyük ölçekli enerji tüketicileri, örneğin çimento, çelik üretimi ya da su artırm gibi sektörlerde faaliyet gösteren firmalar, eğer yılın geri kalan 51 haftasında daha uygun maliyetle elektrik kullanabiliyorlarsa, bir hafta kadar tüketimlerini azaltmayı kendileri için avantajlı bulabilirler." **AA**

Küresel enerji geçişi için elektrik altyapısına 21,4 trilyon dolar yatırım gerekli

KÜRESEL enerji sektöründe yenilenebilir kaynaklara yönelik yatırımlar artarken, altyapı ve piyasa yapılarındaki yetersizlikler nedeniyle sadece elektrik iletim altyapısına 2050'ye kadar 21,4 trilyon dolarlık yatırım yapılması gerektiği hesaplanıyor.

AA muhabirinin uluslararası denetim ve analiz şirketi DNV'nin "Enerji Sektörü Analizi 2025 - Ayrık Yapılardan Bütünlüğe Sistemlere" raporundan derlediği verilere göre, küresel enerji sistemleri ayrı sektörlerin bağımsız hareket ettiği bir yapıdan çıkarak, daha entegre ve karşılıklı bağımlı bir yapıya geçiyor.

Mevcut altyapı ve yönetim modelleri ise bu dönüşüme uyum sağlamakta yetersiz kalıyor.

DNV'nin rapor kapsamındaki araştırmasına katılan enerji yöneticilerinin

yüzde 96'sı, mevcut elektrik iletim altyapısının yenilenebilir üretim noktaları ile yüksek talep bölgelerini bağlamakta yetersiz olduğunu belirtiyor. Yenilenebilir enerji sektöründe faaliyet gösterenlerin ise sadece yüzde 19'u mevcut iletim planlamalarının yeterli olduğunu düşünüyor.

Rapor verilerine göre, elektrik iletim sistemlerinin modernizasyonu için iletim altyapısına 2050'ye kadar 21,4 trilyon dolarlık yatırım yapılması gerekiyor.

Katılımcıların yüzde 84'ü, mevcut altyapının ihtiyaçları karşılamadığını, yüzde 86'sı izin süreçlerinin net sıfır hedefleri önünde en büyük engel olduğunu ifade ediyor.

Raporda, 2021'de ABD'nin Teksas eyaletinde doğal gaz üretim ve elektrik üretim altyapıları

arasındaki bağlantı eksikliği sistemlerin çöktüğü enerji krizi önemli bir örnek olarak dikkati çekiyor. 200'den fazla kişinin yaşamını yitirdiği olayda, sektörler arası koordinasyon eksikliğinin felaketi büyüttüğü vurgulanıyor.

Söz konusu raporda, enerji sistemlerinin birbirine bağımlı olduğu ve elektrik, doğal gaz ve tüketici davranışları gibi etkenlerin bütün olarak düşünülmesi gerektiği belirtiliyor.

YATIRIMLARIN DOĞRU NOKTALARA YÖNLENDİRİLMESİ KRİTİK ÖNEMDE

DNV'ye göre enerjide sadece yüksek miktarda yatırım değil, bu yatırımların doğru noktalara yönlendirilmesi kritik önem taşıyor.

Mevcut yaklaşımda birçok ülke iletim hatlarını inşa etmeden büyük yeni-



lenilebilir projelere onay veriyor.

Bu durum, şebeke kısıtları nedeniyle üretilen enerjinin boşa gitmesine neden oluyor.

Rapor, enerji sisteminde aktif katılım gösteren büyük tüketicilerin, özellikle sanayi tesislerinin, şebeke üzerinde hem yük hem de potansiyel çözüm unsuru haline geldiğini ortaya koyuyor.

Bu yıl itibarıyla enerji yoğun sektörlerin yüzde 35'inin doğrudan özel enerji üreticileriyle ikili anlaşmalar yaptığına işaret

edilen raporda, yüzde 51'in şebekelerin yenilenebilir hedeflerini karşılamada yetersiz olduğunu düşündüğü kaydediliyor.

Enerji geçişini sadece kaynak değişimi değil "sistemsel bir evrim" olarak tanımlayan DNV raporuna göre, sadece teknolojik yatırımlar değil, piyasa yapıları, dijital sistemler, tüketici koordinasyonu ve altyapı izni gibi unsurlar da "bütüncül enerji sistemi" anlayışıyla yönetilmediği sürece enerji dönüşümü aksayacak. **AA**

MABEM ve online dershane yaz kursları başlıyor

MANISA Büyükşehir Belediyesi, eğitim alanındaki yatırımlarına 2025 yaz döneminde de hız kesmeden devam ediyor. Geleceğe güvenle ilerlemek isteyen öğrenciler için önemli bir fırsat olan Manisa Büyükşehir Belediyesi Eğitim Merkezi (MABEM) ve Online Dershane Yaz Kursları'nın kayıtları devam ediyor. 6, 7,

8, 10, 11 ve 12'nci sınıf öğrencileri ile mezunlara yönelik olarak planlanan kurslar, 30 Haziran 2025 tarihinde başlayacak. Yaz boyunca öğrencilerin akademik eksiklerini tamamlamaları ve yeni eğitim öğretim yılına daha donanımlı başlamaları hedeflenen kurslarda, öğrencilerin seviyeleri kurs öncesi yapılacak seviye



belirleme sınavları ile tespit edilecek. Eğitim süreci boyunca öğrencilerin gelişimleri, yapay zeka destekli deneme sınavları ve kişiye özel hazırlanan karnelerle takip edilecek. Bu sistem sayesinde her öğrenciye özel bir eğitim modeli sunularak başarıya ulaşmalarında etkin bir rehberlik sağlanması amaçlanıyor.

EĞİTİMDE FIRSAT EŞİTLİĞİ SAĞLIYOR



Manisa Büyükşehir Belediyesi'nin eğitimde fırsat eşitliğini önceleyen anlayışı doğrultusunda hazırlanan yaz kursları, hem yüz yüze eğitim alabilecek durumda olan öğrencilere hem de dijital imkanlarla uzaktan eğitim tercih eden öğrencilere hitap ediyor. MABEM şubelerinde gerçekleştirilecek sınıf içi

eğitimlerin yanı sıra Online Dershane platformu üzerinden de etkin içerikler sunulacak. Kursa baş vuruda bulunmak isteyen öğrenciler, MABEM şubelerine doğrudan müracaat edebilecekleri gibi 0236 231 45 80 numaralı telefonu arayarak da detaylı bilgi alabilecek.

Haber merkezi

YEGEM'de erken kayıtlar başladı



YUNUSEMRE Belediyesi Gençlik Eğitim Merkezi'nde (YEGEM) 2025-2026 Eğitim ve Öğretim Yılı kayıtları başladı. Yunusemre Belediyesi'nin eğitime verdiği önemin bir göstergesi olan Yunusemre Gençlik Eğitim Merkezi'nde (YEGEM) 2025-2026 Eğitim ve Öğretim Yılı için erken kayıt dönemi başladı. Muradiye ve Tefikiye

mahallelerinde faaliyet gösteren merkezler, ortaokul kademesinde 5, 6, 7 ve 8. sınıf; lise kademesinde ise 9, 10, 11, 12. sınıf ve mezun öğrencilere yönelik kurslar düzenleniyor. Eğitim merkezlerinde görev yapan deneyimli branş öğretmenleriyle, öğrencilere hem akademik başarı hem de sınavlara hazırlık konusunda güçlü

bir destek sunuluyor. Merkezlerde verilen eğitimlerle, öğrencilerin okul derslerine yardımcı olmasının yanı sıra LGS ve TYT, AYT gibi sınavlara da etkili bir hazırlık imkânı sağlanıyor. Eğitim hizmeti, sosyal ve ekonomik farklılık gözetmeksizin her kesimden öğrenciye ulaşmayı hedefliyor. Tefikiye YEGEM'e kayıt yaptırmak

veya detaylı bilgi almak isteyenler, 0236 237 10 14 numaralı telefonu, Muradiye YEGEM'e kayıt işlemleri ve bilgi almak için 0236 503 88 70 numaralı telefonu arayabilir.

Kayıt yaptırmak isteyen velileri YEGEM'e davet eden Yunusemre Belediye Başkanı Semih Balaban konuya ilişkin yaptığı açıklamada, "Eğitim

time yapılan yatırım, geleceğimize yapılan yatırımdır. Gençlerimizin akademik anlamda başarılı bireyler olarak yetişmesi için elimizden gelen tüm desteği vermeye devam ediyoruz. YEGEM aracılığıyla her çocuğumuzun kaliteli eğitime ulaşmasını sağlamak en büyük önceliğimizdir" dedi. **İHA**



Stratonikeia'nın kütüphanesi ayağa kaldırılıyor

MUĞLA'nın Yatağan ilçesindeki Stratonikeia Antik Kenti'ndeki kütüphane, yapı elemanlarıyla gün yüzüne çıkarılıyor.

UNESCO Dünya Mirası Geçici Listesi'nde yer alan, "Gladyatörler Şehri" olarak bilinmesinin yanı sıra dünyanın en büyük mermer kentleri arasında gösterilen Stratonikeia'da 1977'de başlayan kazı çalışmaları, yılın 12 ayı devam ediyor.

Stratonikeia ve Lagina Kazı Heyeti Başkanı Prof. Dr. Bilal Söğüt, AA muhabirine, Karia bölgesinin en önemli kentlerinden Stratonikeia ile Lagina Kutsal Alanı'nda, antik dönemlerden bugüne farklı yapılarda arkeolojik kazı, restorasyon ve çizim çalışması yürüttüklerini söyledi.

Kütüphane yapısının kentin merkezinde 4 ana caddenin birleştiği noktada bulunduğunu belirten Söğüt, kütüphanenin Helenistik Dönem'den sonra Roma Dönemi'nde tekrar düzenlendiğini, milattan sonra 4. yüzyılda ise mozaiklerin eklenerek kullanılmaya devam ettiğini bildirdi.

Mozaiklerin üzerindeki yazıtlara göre de kütüphanenin Efes'ten gelen bir ustaya yaptırıldığını anlatan Söğüt, "Yaklaşık 5 yıldır burada kazı çalışması yapıyoruz ve bu çalışmalarda kütüphanenin giriş bölümlerini, Güney Cade'den geçişin olduğu kısımları, portikleri (üstü örtülü, önü sütunlu açık galeri), avlu kısmını, okuma salonunu ve yanında bulunan mekanları belli ölçüde ortaya çıkardık." dedi.

Söğüt, kütüphanenin bulunduğu alanda hamam, çeşme ve diğer kentin dini ve kamu yapı gruplarının yer aldığını söyledi.

Bölgede 610 yıllarında ciddi bir deprem olduğunu ve kentin küçüldüğünü, ardından kütüphanenin kullanılmadığını dile getiren Söğüt, şöyle konuştu:

"Yapının tüm hikayelerini, kurulduğu andan itibaren nasıl değiştiğini, depremden sonra nasıl ayağa kaldırıldığını, tekrar insanların nasıl kullandığını, her dönemde insanların buraya ne kadar önem verdiği tespit ettik. Antik döneme ait kütüphanenin tüm bölümlerini belli bir ölçekte tespit etmiş durumdayız. Avlu kısmına ait sütunları ve üstyapı elemanlarını da gün yüzüne çıkardık. Önümüzdeki süreçte bu sütunların belirli bir kısmını ayağa kaldırarak, ziyaretçilerin antik döneme ait kütüphanenin ihtişamını görmesini istiyoruz. Kazılar sonucunda önemli verilere ulaşarak, gösterişli bir kütüphanede olduğumuz farkına vardık. Artık kütüphanenin tüm planını biliyoruz. Bunun Anadolu'da bildiğimiz diğer kütüphane planlarından farklı olduğunu ve bunun planının da Kuzey Afrika'da bir kütüphaneye örnek teşkil ettiğini tespit ettik." **AA**



GÜNLÜK BURÇ YORUMLARI

KOÇ

Bugün konuşmalarınız ve mesajlarınız beklenmedik kapılar açabilir, fikirlerinizi esnek tutun. Yakın çevrenizle olan diyaloglar sizi yeni bakış açılarına yönlendirebilir.

ASLAN

Arkadaşlarınız ve sosyal gruplarınızla olan ilişkilerde önemli fırsatlar doğuyor. Çevrenizdeki enerjiyi yönetmek, ortak amaçlara ulaşmanızı kolaylaştırır.

YAY

İlişkilerde daha açık ve samimi iletişim bugün öne çıkıyor; sorunları görmezden gelmek yerine çözüm aramak faydalı. Ortaklıklarınızda dengeleri gözden geçirmek için iyi bir zaman.

BOĞA

Gelirinize ve sahip olduğunuzla ilgili planlarınızı gözden geçirmek için uygun bir gün. Harcamalarınızda ve yatırımlarınızda daha fazla bilgi edinmek, uzun vadede rahatlatıcı olabilir.

BAŞAK

İş hayatınızda ve sosyal statünüzde önemli gelişmeler yaşanabilir; kendinizi net ifade etmek kritik olacak. Profesyonel hedeflerinize ulaşmak için planlarınızı güncelleme zamanı.

OĞLAK

İş ve sağlık alanında planlarınızı yenilemeniz gerekebilir; esnek olmak bu dönemde önemli. Günlük alışkanlıklarınızda küçük ama etkili değişiklikler yapabilirsiniz. Kendinize gösterdiğiniz özen, performansınızı artıracaktır.

İKİZLER

Kendinizi ifade etme biçiminiz bugün ön planda; yeni bir sayfa açmak için cesaretle adım atabilirsiniz. Dış dünyaya yansıttığınız enerji, çevrenizdekiler üzerinde beklenmedik etkiler yaratabilir.

TERAZİ

Seyahat planları veya eğitimle ilgili konular bugün gündeminizde olabilir. Öğrendiklerinizi pratiğe dökmek için somut adımlar atmak önem kazanıyor.

KOVA

Yaratıcı projelerinizde ve keyif aldığınız alanlarda enerji dolu bir gün. Duygusal olarak kendinizi ifade etmek, sizi hem rahatlatacak hem de yeni kapılar açacak.

YENGEÇ

Duygusal dalgalanmalarınız sizi derin düşüncelere itebilir; bugün kendi iç dünyanızla başmak için zaman ayırmalısınız. İçsel farkındalığınız, uzun süredir çözüm bekleyen konulara ışık tutabilir.

AKREP

Finansal konularda ve paylaşımlarda kritik kararlar öne çıkabilir; güven duygunuzu koruyun. İçsel dönüşümünüz, dışa yansıyan maddi durumunuza da yansıyor.

BALIK

Ev ortamınızda huzuru sağlamak için adımlar atabilir, aile içi iletişimde daha yapıcı olabilirsiniz. Geçmişle bağlarınızı onarmak, bugün size güç ve denge verecek.

MCBÜ'lü genç mezunlar hayata hazır



● Burhan AKDEMİR

MANİSA Celal Bayar Üniversitesi İletişim Fakültesi, 2024-2025 Akademik Yılı mezunlarını uğurladı. Şehit Prof. Dr. İlhan Varank Yerleşkesi Rekreasyon Alanında düzenlenen törene, Rektör Prof. Dr. Rana Kibar, davetliler, akademik ve idari personel, öğrenciler ile aileleri katıldı.

Fakülte birincisi Ayşe Nur Uğurlu mezunlar adına yaptığı

konuşmada, mezuniyetin bireysel bir başarıdan öte; aile, akademisyen ve arkadaş desteğiyle örülmüş bir yolculuğun sonucu olduğunu ifade ederek, "Her birimiz farklı hikâyelerle geldik ve şimdi farklı yollara doğru ilerliyoruz. Eminim ki burada edindiğimiz bilgi ve deneyimler, yolumuzu aydınlatmaya devam edecek. Hayal kurmaktan ve çabalamaktan asla vazgeçmeyelim. Tıpkı üniversitedeki gibi, karşı-

laşacağımız her zorluk bizi daha da güçlendirecek. Bu başarı; ailemin desteği, hocalarımın rehberliği ve birlikte büyüdüğüm arkadaşlarımın varlığı sayesinde mümkün oldu. Her birine içtenlikle min-

nettarım" ifadelerini kullandı. İletişim Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Meral Özçınar, yaptığı konuşmada fakültenin temel yaklaşımının meslek etiği ve vicdan üzerine kurulu olduğunu vurgulayarak, "Ulusal ve uluslararası projeler, sosyal sorumluluk faaliyetleri, seminerler ve eğitimlerle Manisa'da hemen herkese dokunduğumuza inanıyorum" dedi.

Mezunlara seslenen Prof. Dr. Meral Özçınar, "Yeni bir yolculuğun başındasınız. Yolunuz açık, sözünüz keskin, kalbiniz her zaman etik değerlerle dolu olsun. Bir yıldız gibi parlayacağınıza yürekten inanıyoruz"

sözleriyle başarı dileklerinde bulundu. Rektör Prof. Dr. Rana Kibar



konuşmasında iletişimin toplum üzerindeki etkisine dikkat çekerek şunları söyledi: "Birer iletişim uzmanı olarak artık insanların hayatına dokunacaksınız. Yaptığınız işin etkisi büyük. O yüzden vicdanla, merhametle, etik ilkelerle hareket etmeniz çok kıymetli. Sizlere inanıyor ve güveniyorum. Sahip olduğunuz diplomalarla bu vatana en güzel şekilde hizmet edeceğinize yürekten inanıyorum."

Akademik ve idari personelle teşekkür ederek, öğrenci-

lerin gelişiminde gösterilen özverinin önemine değinen Rektör Prof. Dr. Kibar, ailelere de teşekkür etti ve "Evlatlarınızı bizlere emanet ettiniz."

Bugün onları donanımlı, değerlerine sahip çıkan iletişim uzmanları olarak sizlere gururla teslim ediyoruz" ifadelerini kullandı.

Tören, dereceye girenlere başarı belgelerinin verilmesinin ardından tüm mezunların mezuniyet belgelerini alması, meslek andının okunması ve kep atma töreni ile sona erdi.

Şehzadeler'de temizlik çalışmaları sürüyor

● Burhan AKDEMİR

ŞEHZADELER Belediyesi Temizlik İşleri ekipleri, kent genelinde düzenli temizlik çalışmaları yapıyor. Belediye yetkilileri, vatandaşların çevre temizliğine özen göstermesini istedi.

Şehzadeler Belediyesi Temizlik İşleri Müdürlüğü ekipleri, kent genelinde yürüttükleri temizlik çalışmalarını kesintisiz şekilde sürdürüyor.

Belediye ekipleri, cadde,



sokak, park ve kamu alanlarında düzenli çöp toplama, süpürme, ilaçlama ve genel hijyen çalışmaları yapıyor. Çalışmalar kapsamında özellikle vatandaşların yoğun olarak kullandığı bölgelerde temizlik faaliyetleri öncelikli olarak gerçekleştiriliyor.

Yetkililer, temizlik hizmetlerinin sürekliliği için vatandaşların çevre bilincine dikkat etmelerini, çöplerini çöpe atmalarını ve çevreyi kirlilememelerini istedi.



Sokaklarımızdaki sessiz canlar



**Onlar İçin
Bir Kap Yemek
Bir Kap Su**



Karın ağrısı deyip geçmeyin, ciddi hastalıkların belirtisi olabilir

TIP Fakültesi Çocuk Gastroenteroloji Bilim Dalı'ndan Dr. Öğr. Üyesi Belkis İpekçi, çocuklarda en sık görülen sindirim sistemi hastalıklarına dikkat çekti.

Çocuk gastroenterolojinin çocukların sindirim sistemiyle ilgili hastalıkların tanı ve tedavisiyle ilgilendiğini aktaran Dr. Öğr. Üyesi Belkis İpekçi, "Bu bölümde, yemek borusu, mide, bağırsaklar, karaciğer, safra kesesi ve pankreas gibi organların hastalıkları takip edilir. Örneğin; çocuklarda sık karşılaşılan reflü hastalığı, çölyak hastalığı, inflamatuvar bağırsak hastalıkları (Crohn hastalığı ve ülseratif kolit), karaciğer hastalıkları, kronik karın ağrıları, beslenme bozuklukları ve sık ishal gibi durumlar çocuk gastroenterologlarının ilgilendiği hastalıklar

arasındadır" dedi.

Büyüme-gelişim problemleri ve beslenme sorunlarının da bu bölümün önemli çalışma alanları olduğunu kaydeden İpekçi, çocukların sağlıklı büyü-yüp gelişmesini sağlamayı ve sindirim sistemiyle ilgili problemleri en etkili şekilde tedavi etmeyi amaçladıklarını vurguladı.

Tıp Fakültesi Hastanesi'nde çocuk gastroenteroloji hastalığına yönelik her türlü laboratuvar ve görüntüleme tetkiklerinin mevcut olduğunu belirten Dr. İpekçi, endoskopi ünitesinde çocuklara üst gastrointestinal sistem endoskopisi ve kolonoskopi gibi işlemler de yapılabildiğini dile getirdi.

"MUTLAKA UZMANA BAŞVURULMALIDIR"
Çocuk Gastroenteroloji Kli-

niği'ne hastaların en sık karın ağrısı, kabızlık, ishal, büyüme geriliği, sarılık gibi şikayetlerle geldiğini dile getiren Dr. İpekçi, "Çocuklarda karın ağrısı oldukça sık görülür ve çoğu zaman basit, kendiliğinden geçen nedenlerden kaynaklanır. Ancak bazı durumlarda karın ağrısı ciddiye alınmalı ve mutlaka uzmana başvurulmalıdır. Örneğin; ağrı şiddetliyse, aniden başladıysa veya giderek kötüleşiyorsa, karın ağrısına yüksek ateş eşlik ediyorsa, çocuğun kilo kaybı, iştahsızlık, sürekli kusma, kanlı dışkı gibi belirtileri varsa, karın ağrısı uzun süredir devam ediyor ve günlük hayatını olumsuz etkiliyorsa, karında sertlik, şişlik ya da dokununca çok hassasiyet varsa, çocukta yürüme güçlüğü, idrar yaparken ağrı veya sarılık gibi ek şikayetler varsa mutlaka bir çocuk sağlığı hastalıkları veya çocuk gastroenteroloji uzmanına başvurulmalıdır. Çünkü karın ağrısı bazı ciddi hastalıkların belirtisi olabilir ve erken tanı ile tedavi süreci çok daha başarılı olur" ifadelerine yer verdi.

"DOĞRU TANI İLE YÖNETİLMELERİ ÖNEMLİDİR"

Çocuklarda gıda intoleransı ve alerjilerin de oldukça yaygın olduğuna dikkat çeken İpekçi, aralarında önemli farkların olduğunu vurguladı. Gıda

alerjisini, bağışıklık sisteminin belirli bir gıdaya karşı anormal reaksiyon vermesi durumu olarak açıklayan Dr. Öğr. Üyesi İpekçi, "Çocuklarda en sık görülen gıda alerjileri arasında süt, yumurta, fındık, soya, buğday ve deniz ürünleri bulunur. Yapılan çalışmalara göre, çocukların yaklaşık yüzde 6-8'i hayatlarının bir döneminde gıda alerjisi yaşayabiliyor.

Bazı çocuklarda bu alerjiler zamanla düzelebilir" şeklinde konuştu.

Gıda intoleransını ise bağışıklık sistemiyle ilgili olmayan, genellikle sindirim sistemi kaynaklı reaksiyon olarak açıklayan İpekçi "En yaygın intolerans tipi laktoz intoleransıdır. (süt şekeri sindirilememe) Gıda intoleransları, alerjilere kıyasla daha yaygındır ama genellikle hayatı tehdit edici değildir.

Özetle, hem gıda alerjileri hem de intoleransları çocuklukta sık görülür ve doğru tanı ile yönetilmeleri önemlidir. Çünkü yanlış beslenme alışkanlıkları veya tanısız gıda kısıtlamaları büyüme ve gelişmeyi olumsuz etkileyebilir" diye konuştu.

"FASTFOOD VE HAZIR GIDALARIN TÜKETİMİ SINIRLANDIRILMALI"

Fastfood ve hazır gıdaların, genellikle yüksek yağ, tuz ve şeker içerirken, lif oranlarının ise oldukça düşük olduğuna



değinen Dr. Belkis İpekçi, "Bu tür beslenme alışkanlıkları çocuklarda sindirim sistemi sağlığını olumsuz etkileyebilir. Örneğin, düşük lif tüketimi kabızlık gibi sindirim problemlerine yol açabilir, aşırı yağ ve tuz alımı, mide rahatsızlıkları ve reflü riskini artırabilir. Çocukların sağlıklı büyü-yüp gelişmeleri için mümkün olduğunca taze, dengeli ve lif açısından zengin gıdalarla beslenmeleri çok önemlidir. Fastfood ve hazır gıdaların tüketimi sınırlandırılmalı, ebeveynler ve eğitimciler bu konuda bilinçlendirilmelidir" dedi.

Çocukların sağlıklı bir sindirim sistemine sahip olması için ebeveynlerin dikkat etmesi gereken önemli noktalara da değinen İpekçi, dengeli ve çeşitli beslenmenin önemli olduğunu ifade etti.

Çocuklara taze sebze, meyve, tam tahıllar ve lif açısından zengin gıdalar sunmanın sindirim sistemini desteklediğini dile getiren Öğr. Üyesi İpekçi, fastfood ve işlenmiş gi-

daların mümkün olduğunca azaltmanın önemli olduğunu vurguladı.

"ÇOCUKLARDA STRES VE KAYGI SİNDİRİM PROBLEMLERİNİ TETİKLEYEBİLİR"

Su tüketiminin sindirim sisteminin düzgün çalışması için gerekli olduğunu bildiren Dr. Öğr. Üyesi Belkis İpekçi, günlük su tüketiminin çocukların yaşına ve kilosuna uygun şekilde sağlamaya özen gösterilmesi gerektiğinin üzerinde durdu. Hareketin, bağırsak hareketlerini destekleyerek kabızlığı önlediğini ifade eden Dr. Öğr. Üyesi İpekçi, "Çocuklarda stres ve kaygı sindirim problemlerini tetikleyebilir.

Rahatlatıcı ortamlar ve psikolojik destek gerektiğinde önemlidir. El yıkama gibi basit hijyen önlemleri enfeksiyonları önler ve sindirim sağlığını korur. Sindirimle ilgili şikayetler uzun sürese veya ciddiye mutlaka bir çocuk gastroenteroloğuna başvurulmalı" şeklinde açıklamasını tamamladı. **İHA**



Tatilde çocuklara sorumluluk aşılanmalı

KLİNİK Psikolog Enise Öziç, yaz tatilinde çocuklara sorumluluk duygusunun aşılanması gerektiğini söyledi.

Psikoloji Bölümü'nden Klnk. Psk. Enise Öziç, yaz tatilinde çocuklara verilebilecek sorumluluklar hakkında ebeveynlere önerilerde bulundu. Aileler tarafından yaz tatilinde de çocuklara belirli sorumluluklar verilmesi gerektiğini belirten Enise Öziç, "Yaz olduğu için hiçbir sorumluluk vermiyoruz, okul dönemi zaten yoruldu gibi düşünceler yanlıştır. Sorumluluk, yaşına uygun olacak nitelikte hep olmalı. Bu sorumluluklar bardağını mutfağa götürmek; gereksiz yanan ışığı kapamak kadar basit de

olabilir. Sorumluluk vermek, çocuğu yormak yerine günlük yaşamda yapabileceklerini görmesini sağlar" dedi.

Aileler tarafından yaz tatilinde de çocuklara belirli sorumluluklar verilmesi gerektiğini belirten Klnk. Psk. Öziç, "Yaz olduğu için hiçbir sorumluluk vermiyoruz, okul dönemi zaten yoruldu gibi düşünceler yanlıştır. Sorumluluk, yaşına uygun olacak nitelikte hep olmalı. Bu sorumluluklar bardağını mutfağa götürmek; gereksiz yanan ışığı kapamak kadar basit de



Eksik ve yapmadıklarını ona sunmayın. Bunun yerine sevdiği bir konuda muhabbet açın. Hatıralarınızdan konuşun. Ortak yapmaktan keyif alacaklarınızla ilgili planlamalar yapın. Ekrandan tamamen uzak tutmayın.

Sınırlarken de yerine yapabileceklerini onunla birlikte oluşturun. Zaman zaman sıkılıyorsa, sıkılmasına izin verin. En iyi keyifler kişi sıkıldığı zaman açığa çıkar" diye konuştu. Ebeveynlerin çocuklar için

yaz rutini belirlemesi önerisinde de bulunan Öziç, "Bu rutini kendi isteğinize göre değil, hepinizin ortak fikrine göre değerlendirin. Yazın tamamında tüm seçimleri ona bırakmayın. 'Her şeyi o seçiyor, her şeye o karar veriyor' durumu doğru değil. Evlin otoritesi anne ve babadır. Kendisi için bazı seçimleri yapabilecek olgunlukta olmadığını unutmayın. Çocuğa 'Yaz tatilinde olduğu için hiçbir sorumluluk vermiyoruz, okul dönemi zaten yoruldu' düşüncesi yanlıştır. Sorumluluk yaşına uygun olacak nitelikte hep olmalı. Bu sorumluluklar bardağını mutfağa götürmek; gereksiz yanan ışığı kapamak kadar basit de olabilir. Sorum-

luluk vermek çocuğu yormak yerine günlük yaşamda yapabileceklerini görmesini sağlar. 'Kitap okumuyor, o kadar söylüyoruz' bahanesinin arkasına saklanmayın. Siz de kitap okuyarak ona örnek olun. Sözle değil, davranışla öğretin. Gerekirse okuma saatleri planlayın. Bol bol sarılın. Sevginizi dile getirin. Sevmediğiniz bir davranış sergilerse ona değil, davranışına tepki verdiğinizi iletin. Bol bol hatıra biriktirin. İş yoğunluğunuzda onun için özel zamanlar planlayın. Mümkün olduğunca ortak en az bir öğün yemek yemeye özen gösterin. Ancak herkesin ekranısına özen gösterin" şeklinde konuştu. **İHA**

D vitamini eksikliği anne ve bebeği olumsuz etkiliyor

ÇOCUK Endokrinoloji ve Neonatoloji Bölümü'nden Prof. Dr. Selim Kurtoglu, hamileler ve bebeklerde D vitamini eksikliği ile ilgili önemli uyarılarda bulundu.

Vücutta kemiklerin oluşup sağlıklı kalmasında kalsiyumla birlikte önemli bir fonksiyonu olan D vitamini, bağışıklık sistemini destekleyerek kasların ve beyin hücrelerinin çalışmasını sağlıyor.

DNA'ya doğrudan bağlanabildiği için aynı zamanda bir hormon olarak sınıflandırılan D vitamininin vücuttaki miktarı; cilt rengi, hangi coğrafyada yaşadığı ve yaşam tarzına göre değişebiliyor. Vitamin D'nin eksikliğinin de özellikle anne adayları ve bebeklere olumsuz etkileri olabilir.

"D VİTAMİNİ EN ÇOK GÜNEŞTEN ALINIR"

Prof. Dr. Selim Kurtoglu, D vitamininin en çok güneşten alındığını söyleyerek, "Vücutta ne kadar D vitamini ürettiği birçok unsura bağlıdır. Bunlar arasında güneş ışınlarına hangi saatler arasında maruz kalındığı, mevsim, hangi coğrafyada yaşandığı ve cildin rengi önemlidir.

Mesela nerede yaşadığınız ve yaşam tarzınıza bağlı olarak, kışın güneşten çok ya da az veya hiç D vitamini ala-

mazsınız. Yumurta, süt, balık ile hayvansal besinlerin yanı sıra mantar ve bazı sebzelerde de bulunan D vitamini en çok güneşten alınmaktadır. Vücutta yeterli miktarda D vitamini sentezlenmediğinde ve özellikle gebelik döneminde eksik olan D vitamini hem anede hem de doğumdan sonra bebekte ciddi sağlık sorunlarına yol açmaktadır" dedi.

D vitamininin beyin dokusunda önemli role sahip olduğunu söyleyen Prof. Dr. Kurtoglu, "Vitamin D, bir vitamin olarak bilinmekte ise de hayatın tüm dönemlerinde birçok doku ve fonksiyonlarına olumlu etkileri nedeniyle hormon özelliği taşıdığı da kabul edilmektedir. Vitamin D eksikliği rikets, kemik zayıflığı, kemik erimesi ve çocuklarda erişkinlerde, yaşlılarda kemik kırıklarına yol açmaktadır.

Bu etkilerinin dışında vücut bağışıklığı, kardiovasküler fonksiyonlar, metabolik hastalık tablosu, kanser ve otoimmün hastalıklar açısından koruyucu etkileri ortaya konulmuştur.

Böbreklerde aktif D vitamini formuna dönüşür.

Diğer etkilerine ek olarak beyin dokusunda önemli roller sahiptir. Nöronlarda artma

ve farklılaşma aşamalarında beyin ve sinirlerde vitamin D reseptörlere bağlanarak etki eder. Nörolojik gelişmeye olumlu katkıları ile ileri yaşlarda görülen dejeneratif beyin hastalıkları ihtimali azalmaktadır" ifadelerini kullandı.

D vitamini eksikliğinin anne adayları etkileri hakkında bilgiler veren Kurtoglu, "Gebelikte D vitamini eksikliği maternal inflamasyonun artışı ile birlikte tansiyon yükselmesi ve proteinüri yani preeklampsii ihtimalini artırır.

Bu durum hamileler ve anne karnındaki bebeklerde hayatı riske yol açabilir. Ayrıca gebelik diyabeti gelişebilir. Bebekte ise prematürite ve intrauterin büyüme kısıtlanmasına yol açmaktadır. Gebelikte obezite yüzde 22 oranında gözlenmektedir.

Gebelerde obezite artışı D vitamini eksikliğinde daha sıktır. Yağ dokusunun artışı ile D vitamini düzeyi düşmeye başlar ve anne-bebek için olumsuz sonuçlara yol açar. Gebelikte D vitamini eksikliği bağışıklık sistemini bozarak viral enfeksiyonlarda artışa yol açar ve anne ile bebekte bir dizi probleme yol açar.

Vajende aerobik ve anaerobik bakterilerin artışı bakteriel vajinosiz olarak bilinir.

Vitamin D düzeyi yetersiz olan gebelerde vajinosiz artar ve servikal bölgede (rahim) ve amniyon sıvısında enfeksiyon gelişir.

Bu durum prematüre doğum ve nörolojik problemlere yol açabilmektedir" dedi.

Kurtoglu, D vitamini düşükliğünün bebek üzerindeki etkileri hakkında ise şu ifadeleri kullandı:

"İntrauterin büyüme kısıtlanması, prematür doğum, düşük doğum ağırlığı, nöral tüp defektlerinde artış (belde açıklık ve kese). Gebelikte D vitamini eksikliğine bağlı enflamasyonla beyin gelişimi de olumsuz etkilenmektedir. Bebeklerde serebral palsy, anksiyete, depresyon, otizm ve dikkat eksikliği hiperaktifite bozuklukları sık görülmektedir. İlerleyen yaşlarda şizofreni, depresyon, demans ve Parkinson gibi dejeneratif beyin hastalıkları ihtimali artmaktadır.

Ayrıca kardiovasküler problemler, metabolik sendrom, kanser ve otoimmün hastalıklarda artış daha fazla gözlenir.

Kemik gelişimi ve sağlığında sorunlar oluşabilir. Bunlar arasında raşitizm, osteomalazi, osteopeni, osteoporoz ve kırıklarda artma

gözlenir."

Eksik D vitamini için yapılması gerekenler hakkında bilgiler veren Prof. Dr. Kurtoglu, "Ülkemizde 2005 yılında yapılan araştırmada gebelerde yüzde 81,7 ve bebeklerde yüzde 40 oranında D vitamini eksikliği tespit edilmiştir.

Gebelik öncesinde vitamin D kaynakları ile beslenme ve D vitamini desteği önemlidir. Gebelikte D vitamini düzeyi 20 nanogram/ml altında ise yetersiz, 12 altında ise düşük olarak yorumlanır.

Sağlık Bakanlığı gebelerde 12 haftadan sonra ve doğumdan itibaren 6 ay süreyle günlük D vitamini desteğinin bin 200 ünite olarak uygulanmasını önermektedir. Anne aday-

larında yoğurt tüketimi de önemlidir.

Bebeklere ise günlük 400 ünite D vitamini verilmektedir. Gebeler, D vitamininden zengin olan yumurta, süt, yoğurt, karaciğer ve balık (somon, sardalye, uskumru, morina gibi) tüketimine önem vermeli-dir.

Bir yumurta 20, bir bardak süt 100, 1 tatlı kaşığı balık yağı 400, 100 gram somon balığı 345 ünite D vitamini içermektedir.

D vitamini için güneşlenme önemli bir kaynaktır. Derinin hafif pembeleşmesinin gerçekleştiği 15-30 dakika güneşlenme ile 2 bin ünite D vitamini üretilmektedir" ifadelerini kullandı. **İHA**



Lisanslı kulüp sayısı 32'ye yükseldi

TÜRKİYE Futbol Federasyonu (TFF) Kulüp Lisans Kurulu, en üst 3 lig olan Süper Lig, 1. Lig ve 2. Lig'de 2025-2026 sezonu için lisans alan kulüp sayısının 26'dan 32'ye yükseldiğini açıkladı.

TFF'den yapılan yazılı açıklamada, "TFF Kulüp Lisans Kurulu, Ulusal Kulüp Lisans Sistemi kapsamında değerlendirmelerde bulunarak, yapılan incelemeler sonucunda en üst 3 lig olan Trendyol Süper Lig, Trendyol 1. Lig ve TFF 2. Lig'deki kulüplerin yapmış olduğu başvuruları sportif, futbol sosyal sorumluluk, altyapı, personel-idari, hukuki ve mali kriterlere göre inceledi.

Kulüp Lisans Kurulu 21 Mayıs 2025 tarihinde yapmış olduğu ilk değerlendirmelerinde; Trendyol Süper Lig'den Beşiktaş, Çaykur Rizespor, Fenerbahçe, Galatasaray, Göztepe, Eyüpspor, Kasımpaşa, Başakşehir, Samsunspor ve Trabzonspor; Trendyol 1. Lig'den İstanbulspor; Turckcell Kadın Futbol Süper Ligi'nden Ankara Büyükşehir Belediyesi Fomget G.S.K., Beşiktaş JK Kadın Futbol Takımı, Fenerbahçe Petrol Ofisi Kadın Futbol Takımı, Galatasaray



ve Trabzonspor Kadın Futbol Takımı kulüplerine UEFA Lisansı vermişti.

Kurul ayrıca; Trendyol Süper Lig'den Bodrum FK, Trendyol 1. Lig'den Çorum FK, Iğdır FK, Manisa Futbol Kulübü ve Ankara Keçiörengücü; Nesine 2. Lig'den Beyoğlu Yeni Çarşı Spor Faaliyetleri, Ankara Demirspor, Altınordu, Adana 01 Futbol Kulübü SK ve Karacabey Belediye Spor kulüplerinin Ulusal Lisans almasını uygun

bulmuştu.

Kurul, Ulusal Kulüp Lisansı ikinci aşama kararlarını vermek için toplandı. Buna göre; Trendyol Süper Lig'den Gaziantep Futbol Kulübü, Alanyaspor; 2. Lig'den 68 Aksarayspor, Sarıyer, Batman Petrol Spor ve Fethiyespor kulüplerine, verilen süre içerisinde eksikliklerini tamamladıkları görüldükçe ulusal lisans verildi.

Aynı toplantıda kurul, kalan kulüpler arasında eksikliklerini ta-

mamlayamayan kulüplere ise eksikliklerin giderilmesi için Kulüp Lisans ve Finansal Sürdürülebilirlik Talimatı'nın 26/1. maddesinde düzenlenen kriter ihlallerine uygulanacak yaptırımların belirlendiği Talimatın Ek.XIV tablosu ilgili maddeleri uyarınca, para cezası ve ikinci bir 30 günlük ek süre verdi.

Böylelikle, 2025-2026 sezonu için lisans alan kulüp sayısı 26'dan 32'ye yükselmiş oldu" denildi. **İHA**

Yunusemreli judocular 3 madalya aldı

YUNUSEMRE Belediyespor'un judocuları, Kütahya'da düzenlenen Spor Toto Yıldızlar Türkiye Judo Şampiyonası'nda üç madalya kazanarak Manisa'yı gururlandırdı.

Türkiye Judo Federasyonu'nun 2025 yılı faaliyet programında yer alan Spor Toto Yıldızlar Türkiye Judo Şampiyonası, 66 ilden bin 101 sporcunun katılımıyla Kütahya'da gerçekleştirildi. Müsabakalarda Manisa'yı temsil eden Yunusemre Belediyespor'un judocuları, gösterdikleri performansla üç madalyanın sahibi oldu. Şampiyonada 36 kiloda Rabia Tekin, 40 kiloda Elif Şanier ve 60 kiloda Poyraz Çakal bronz madalyaya imza atarak Türkiye üçüncülüğü sevincini yaşadı. Yunusemre Belediyespor Başkanı Bülent Kanik yaptığı açıklamada, sporcu ve antrenörleri tebrik ederek, desteklerinden ötürü Yunusemre Belediye Başkanı Semih Balaban'a teşekkür etti. Güçlü bir altyapı ile Türk judosuna hizmet ettiklerini vurgulayan Kanik, sporcuların milli takım seviyesinde de ülkeye madalyalar kazandıracağına inandığını söyledi ve tüm ekibe gelecekteki müsabakalarında başarılar diledi.



Spor Servisi

Bronz madalyalar Salihli'ye gitti

KÜTAHYA'DA düzenlenen Yıldızlar Türkiye Şampiyonası'nda, Manisa'nın Salihli ilçesi sporcularından Göksu Delibay 57 kiloda, Hira Kılış 70 kiloda bronz madalya kazandı.

Spor Toto Türkiye Yıldızlar Judo Şampiyonası, 66 ilden bin 101 sporcunun katılımıyla Kütahya Yeni Spor Salonu'nda düzenlendi. Şampiyonada Salihlili sporcular-

dan Göksu Delibay 57 kiloda, Hira Kılış 70 kiloda Türkiye 3. oldu. Delibay ve Kılış, bu başarıyla bronz madalya kazandı. Şampiyonada ayrıca Efe Koçak 60 kiloda 5. olurken, Zeynep Sağır 63 kiloda, Es-masü Dündar 70 kiloda 9. oldu.

Salihli İlçe Gençlik ve Spor Müdürü Oktay Ayaz, sporcuları tebrik edip, başarılarının artarak devam etmesini diledi. **İHA**

MANİSA'YI BİZDEN TAKİP EDİN!

Manisa'nın farklı haber sitesi!



manisakulis haber.com

Büyük kente dair her şey!

/Manisa Kulis Haber