

Kurban Bayramımız Kutlu Olsun

Dayanışmanın hissedildiği, sevincin eksik olmadığı
bir bayram dileğiyle...

**SEMİH
BALABAN**
YUNUSEMRE BELEDİYE BAŞKANI



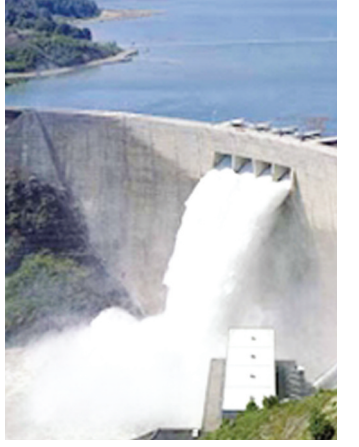
T.C.
**YUNUSEMRE
BELEDİYESİ**



Suya erişim için eylem planı yürürlüğe girdi!

MANİSA, KUZAY EGE HAVZASINDA YER ALIYOR

BATİ Akdeniz, Büyük Menderes ve Kuzey Ege havzalarının su tahsis ve eylem planlarının onaylanmasına karar verildi. Konuya ilişkin Cumhurbaşkanı kararları, Resmi Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe girdi. Kuzey Ege Havzası Su Tahsis Planı ve Eylem Planı da Manisa, İzmir, Balıkesir, Çanakkale illerini kapsarken, havzanın toplam su kapasitesi normal durumda yıllık 2 bin 440 hektometreküpü buluyor. **3'te**



Kişisel Verileri Koruma Kurumu (KVKK), Manisa'daki büyük bir skandalı ortaya çıkardı
MANULAŞ, fide yazılımı saldırısında 1 milyon 268 bin 222 Manisalının tüm bilgilerini çaldırdı

MANULAŞ BİLGİLERİMİZİ ÇALDIRDI! FİDYEÇİLERİN ELİNE DÜŞTÜK!

KVKK'nın aktardığı bilgilere göre gerçekleştirilen siber saldırı, 'Fidye yazılımı saldırısı' olarak adlandırılıyor. Fidye yazılımı saldırı ise şu şekilde tanımlanıyor: "Fidye yazılımı, siber suçluların fidye ödenmezse kurbanın kritik verilerine erişimi engellemek, bunları yok etmek veya yayınlamak için kullandığı bir tür kötü amaçlı yazılım."

HANGİ BİLGİLERİMİZ ÇALINDI? ŞİMDİ NE OLACAK?

MANİSA Büyükşehir Belediyesi'nin iştiraki şirketi olan Manisa Ulaşım Hizmetleri Makina Sanayi ve Ticaret A.Ş.'nin (MANULAŞ), 1 milyon 268 bin 222 Manisalının tüm bilgilerini çaldığı açıklandı. Açıklamayı Kişisel Verileri Koruma Kurumu (KVKK) yaparken, çalınan bilgiler arasında ad, soyad,

T.C. kimlik numarası, doğum tarihi, cinsiyet, telefon numarası, e-posta adresi, açık adres, meslek bilgisi, plaka bilgileri, fotoğraf ve sağlık bilgileri yer alıyor. Yapılan açıklamada, saldırının aynı gün tespit edildiği ancak verilerin dışarıya aktarılıp aktarılmadığının henüz netleşmediği belirtildi. **7'de**



Müslüman dünyasının iki önemli dini bayramından biri olan Kurban Bayramı, yarın başlıyor

Mutlu bayramlar Manisa!

Kurban Bayramı için sağlıklı beslenme uyarıları

MANİSA İl Sağlık Müdürlüğü Diyetisyeni Burcu Bayraktar Yücefaydalı, Kurban Bayramı'nda dengeli beslenmenin önemine dikkat çekerek sadece et tüketiminin sağlıklı olmadığını belirtti. Bayraktar Yücefaydalı, bayram sofralarında etin yanında sebze, meyve, yoğurt gibi besinlerin de tüketilmesi gerektiğini vurguladı. **6'da**

Kurbanlık seçiminde "küpe ve belge" uyarısı

TÜRK Veteriner Hekimleri Birliği Merkez Konseyi Başkanı Ali Eroğlu, kurbanlık seçiminde hayvanın küpeli olmasına ve sağlık belgelerine dikkat edilmesi gerektiğini belirterek, "'Önce kulaktaki küpeye ve belgesine bakacaksınız. Hayvanın kulak küpesi varsa, belgesini de mutlaka soracaksınız. Küpesiz, belgesiz hayvan alınmamalı" dedi. **6'da**



BAYRAM NAMAZI İLE BİRLİKTE KUTLAMA BAŞLIYOR

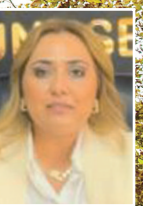
MÜSLÜMAN dünyasının, Ramazan Bayramı ile birlikte iki önemli dini bayramından biri olan Kurban Bayramı yarın itibarıyla başlıyor. Bugün, Kurban Bayramı'ndan önceki son gün olan Arife günü. Arife gününde Manisalıların, mezarlıklara giderek, ebediyete irtihal eden yakınlarının mezarlarını ziyaret etmesi bekleniyor. Yarın da Kurban Bayramı'nın ilk günü idrak edilecek. Manisalılar, 6 Haziran Cuma günü, Diyanet İşleri Başkanlığı'nın açıkladığı saat 06.20'de kılınacak bayram namazından sonra kurbanlarını keserek ibadetlerini yerine getirecek. **6'da**

Beyaz Fil'in yıkılması kentin hafızasının silinmesi demektir!

"İLK YAPILIŞ AMACINA UYGUN ŞEKİLDE YENİDEN HİZMETE SUNULMALIDIR"

MANİSA'NIN simge yapılarından biri olan ve halk arasında "Beyaz Fil" olarak bilinen bina yeniden gündemde. Zamanında tiyatro salonları, sanat atölyeleri ve dükkanlarıyla kentin kültürel yaşamına yön veren yapı, bugün yıkılma tehlikesiyle karşı karşıya. Konuyla ilgili açıklama yapan

İYİ Parti Yunusemre İlçe Başkanı Hayriye Banu Elbirler, yapının korunması gerektiğini belirterek, "Beyaz Fil'in yıkılması, kentin hafızasının silinmesidir" diyerek yetkililere çağrıda bulundu. Elbirler, Beyaz Fil'in restore edilerek yeniden kente kazandırılması gerektiğini vurguladı. **5'te**



**KURBAN
BAYRAMINIZ**
Mübarek Olsun

M U O S B
MURADIYE ORGANİZE SANAYİ BÖLGESİ

Cami imamının on parmağında on marifet



MANİSA'NIN Selendi ilçesinde görev yapan Cami İmam

Hatibi Kasım Toprak, imamlığının yanı sıra camide yaptığı

ustalık çalışmalarıyla takdir topluyor.

51 yaşında ve 3 çocuk babası olan Kasım Toprak, 14 yıl önce Diyanet İşleri Başkanlığı'nda imam hatip olarak göreve başladı. 10 yıl önce Selendi ilçesi Eskin Mahallesi Karaçağıl Sokak'taki camiye atanan Toprak, göreve başladığı günden bu yana caminin bakım ve onarım işlerini de üstlenerek örnek bir tutum sergiledi. Namaz vakitlerinde imamlık görevini yerine getiren Toprak, vakit dışında ise eline aldığı inşaat malzemeleriyle caminin eksiklerini gidermeye çalışıyor. Caminin duvarlarını örüp sıva yapan, çim biçme

makinesiyle cami çevresindeki otları temizleyen, basınçlı su makinesiyle cami halılarını yıkayan Toprak, boya ve peyzaj işlerini de kendisi yürütüyor.

Toprak'ın en dikkat çeken çalışmalarından biri ise minaresi bulunmayan camiye mahalle halkının da desteğiyle minare kazandırması oldu. Mahalle halkının takdirini kazanan Toprak, verilen her işi sahiplenerek gönüllü olarak çalışmalara katılırken, "Bize verilen ücretin karşılığını helal olarak vermeye çalışıyorum. Rabbim bizlere sağlık verdiği sürece görev yaptığımız yerlerde eksiklerimizi gidermeye devam edeceğiz." dedi. **İHA**



Manisalı kadınların kır papatyası mesaisi başladı



MANİSA'NIN Demirci ilçesinin yaylalarında doğada yetişen kır papatyalarını toplayıp kurutan kadınların, emek ve şifa dolu mesaisi başladı.

Demirci'de bahar yağmurları ile doğada açan papatyalar yörede yaşayan kadınlar tara-

fından her yıl topluyor.

İlçeye bağlı Elek, Yavaşlar, Kışlak, Kuzeyir, Yarbasan, Kılavuzlar ve Yeşildere mahallelerinde kadınlar sabah erken saatlerde yaylalara çıkarak papatya hasadı yapıyor. Traktörle, yöresel türkülerini seslendirerek

yaylaya giden kadınlar, mayıs ayı sonunda açmaya başlayan kır papatyalarını temmuza kadar topluyor. Öğle saatlerine kadar papatya mesaisi yapan kadınlar, eve getirdikleri çiçekleri, balkonlarında güneşe seriyor. Kurutulan papatyalar

meşrubat ve ilaç sanayisinde kullanılmak üzere ilçeye gelen tüccarlara kilogramı 260 liradan satılıyor. Elek Mahallesi sakinlerinden Rukiye Çiftçi, papatya hasadının genellikle mayıs sonu haziran başında başladığını söyledi. Yaklaşık bir ay boyunca papatya topladıklarını anlatan Çiftçi, şunları kaydetti:

"Papatyaları başlarından koparıyoruz. Gelecek yıl da yeniden çok olması için köklerini toprakta bırakıyoruz. Evlerimizin balkonlarında kurutup satıyoruz. Papatya hasadı yöredeki kadınlarımızın geçim kaynağı. Şu anda kilosu 260 liradan alınmaya başlandı. Sabah hayvanlarımıza bakıyoruz sonra

papatya toplamaya bazen muhtarımız bazen komşularımız götürüyor. Öğleye kadar topluyoruz sonra evimizdeki işlerimize bakıyoruz."

Elek Mahallesi Muhtarı Tahsin Çiftçi ise kadınların papatya toplayarak ev ekonomisine katkı sunduğunu dile getirdi. **İHA**



MANİSA ORGANİZE SANAYİ BÖLGESİ®
MANİSA INDUSTRIAL PARK

Birlik ve Beraberliğin Çoğaldığı

Nice Güzel Bayramlar Dileriz.

*Kurban Bayramımız
Kutlu Olsun*



Keçiliköy OSB Mahallesi, Cumhuriyet Blv. No:14, Yunusemre, Manisa/TÜRKİYE
Telefon:+90 (236) 233 18 16 **Faks:**+0 (236) 233 25 47
www.mosb.org.tr



**KURBAN BAYRAMIMIZ
MÜBAREK OLSUN!**

*Kurban paylaşımının, birlik ve beraberliğimizi
güçlendirdiği bu özel günde, **sevgi ve saygıyla** dolu
bir bayram geçirmeniz dileğiyle, **iyi bayramlar!***



Batı Akdeniz, Büyük Menderes ve Kuzey Ege havzalarının su tahsis ve eylem planları onaylandı

Suya erişim için eylem planı yürürlüğe girdi

BATI Akdeniz, Büyük Menderes ve Kuzey Ege havzalarının su tahsis ve eylem planlarının onaylanmasına karar verildi.

Konuya ilişkin Cumhurbaşkanları kararları, Resmi Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe girdi.

Planlarla su kaynaklarının havza ve sektörel alt havza ölçeğinde paylaşımının sağlanması, gelecekte her sektörün ihtiyacı olan suyun sosyoekonomik koşullar ve ihtiyaçlar göz

önüne alınarak adil bir şekilde karşılanması amaçlanıyor. Batı Akdeniz Havzası Su Tahsis Planı ve Eylem Planı Muğla, Antalya, Denizli, Burdur ve Aydın illerini kapsarken, havzanın toplam su kapasitesi normal durumda yıllık 7 bin 391 hektometreküpe erişebiliyor.

Büyük Menderes Havzası Su Tahsis Planı ve Eylem Planı ise Ege ve İç Anadolu bölgelerinde 10 ilin belirli bölümlerini

kapsıyor ve havzanın toplam su kapasitesi normal durumda yıllık 3 bin 540 hektometreküpe ulaşıyor.

Kuzey Ege Havzası Su Tahsis Planı ve Eylem Planı da Manisa, İzmir, Balıkesir, Çanakkale illerini kapsarken, havzanın toplam su kapasitesi normal durumda yıllık 2 bin 440 hektometreküpe buluyor.

Havzaların eylem planlarına göre yıllık su potansiyeli su yılı başlangıcında tahmin edile-



cek, havzalar arası ve havza içi su transferleri belirlenecek ve

sektörlere normal, hafif, orta, şiddetli ve çok şiddetli kuraklık

dönemlerine göre su tahsisinde bulunulacak. **AA**

Antalya'nın altyapı yazılımı Manisa'ya taşınıyor



ANTALYA Büyükşehir Belediyesi ASAT Genel Müdürlüğü ALDAŞ Teknoloji Ofisi tarafından geliştirilen "Altyapı Bilgi Yönetim Sistemi", Manisa Büyükşehir Belediyesi'nin kullanımına açılıyor. Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı Muhittin Böcek ile Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Ferdi Zeyrek arasında imzalanan işbirliği protokolüyle, yerli ve milli yazılım çözümü iki şehir arasında ortak kullanılacak. Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı Muhittin Böcek, "Dijital dönüşüme sadece iş dünyası

değil, yerel yönetimlerin de ayak uydurması son derece önemlidir" ifadelerini kullanan; Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Ferdi Zeyrek, "Suyun kaynağından eve ulaşana kadar her adımı izleyen bu sistemi oluşturmak, bizim için çok değerli bir adım" dedi.

Antalya Büyükşehir Belediyesi ASAT Genel Müdürlüğü ALDAŞ Teknoloji Ofisi tarafından geliştirilen "Altyapı Bilgi Yönetim Sistemi", Manisa Büyükşehir Belediyesi'nde kullanılmaya başlanıyor. Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı

Muhittin Böcek ile Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Ferdi Zeyrek'in imzaladığı işbirliği protokolüyle, Antalya'da başarıyla uygulanan yerli ve milli sistem Manisa'nın altyapı süreçlerine entegre edilecek.

İKİ BÜYÜKŞEHİR ARASINDA TEKNOLOJİ KÖPRÜSÜ

Antalya Büyükşehir Belediyesi'nin dijital dönüşüm stratejileri doğrultusunda geliştirilen sistem, altyapı verilerinin dijital ortamda takibini sağlarken; arızaların, bakım süreçlerinin, su kayıp-kaçaklarının ve hizmet

sürelerinin tek merkezden izlenebilmesine imkan tanıyor. İmza töreninde konuşan Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı Muhittin Böcek, dijitalleşmenin kamu hizmetleri açısından taşıdığı öneme dikkat çekerek, "Dijital dönüşüme sadece iş dünyası değil, kamusal alanda biz yerel yönetimlerin de ayak uydurması hizmet kalitesi, zaman yönetimi, işgücü, tasarruf gibi konularda avantaj sağlaması açısından son derece önemlidir" dedi. 2022 yılında belediye iştiraki ALDAŞ'ın Akdeniz Üniversitesi Teknokent bünyesinde nitelikli bir yazılım ekibi kurduğunu, ASAT'ın tüm bileşenlerini ayrıntılı analiz ederek süreçleri yeniden yapılandırıldığını aktaran Böcek, sistemin tamamen belediyeye ait olduğunu ve geliştirme sürecinin belediye mühendisleri tarafından yürütüldüğünü belirtti.

**"TÜM VERİLER
SİSTEME ANINDA
YANSIMAKTA"**
Sistemin kent ihtiyaçla-



rına göre ölçeklendirildiğini ve modern teknolojik altyapıyla donatıldığını ifade eden Böcek, "Tüm veriler sisteme anında yansımakta ve merkezden canlı olarak izlenebilmektedir. İçme suyu ve atıksu hizmetleri veriyeye dayalı olarak takip edilmekte, su kayıp kaçaklarıyla mücadelede büyük katkı sağlamaktadır.

Anzanın konumu, o noktaya gönderilen araç, aracı

kullanan personel, harcanan süre ve kullanılan malzemeye kadar tüm süreç kayıt altında tutulmaktadır. Her arızanın maliyeti ölçülebilmektedir. Pompa performansları, arıza yoğunlukları gibi veriler görülebilmektedir. Sonuç olarak; her zaman ifade ettiğim gibi 'Ölçemediğiniz kontrol edemezsiniz, kontrol edemediğinizi yönetemezsiniz'" diye konuştu. **İHA**

Zehir tacirlerine darbe: 8 kişi tutuklandı



Abartı egzoz ve yüksek ses denetimine rekor ceza

MANİSA'DA emniyet ekipleri tarafından yapılan abartı egzoz ve yüksek ses denetiminde 501 araç ve sürücüsüne 3 milyon 232 bin 74 TL idari para cezası uygulandığı açıklandı.

Manisa İl Emniyet Müdürlüğü Trafik Denetleme Şube Müdürlüğü ve ilçe trafik birimlerince 27 Mayıs - 2 Haziran 2025 tarihleri arasında abartı egzoz ve yüksek ses çıkaran araçlara yönelik yapılan denetimlerde 2 bin 692 araç ve sürücüsü kontrol edildi.

Denetimlerde abartı egzoz maddesinden 25 adet, yüksek ses maddesinden 33 adet ve diğer kanun maddelerinden 443 adet olmak üzere toplam 501 araç ve sürücüsüne 3 milyon 232 bin 74 TL idari para cezası kesildiği açıklandı. Denetimlerde ayrıca, 110 aracın da trafikten men edildiği bildirildi. **İHA**



MANİSA'NIN Alaşehir ilçesinde Manisa Narkotik Suçlarla Mücadele Şube Müdürlüğü ve Alaşehir İlçe Emniyet Müdürlüğü ekipleri tarafından yapılan eş zamanlı uyuşturucu operasyonlarında gözaltına alınan 8 şahıs tutuklandı.

Manisa'nın Alaşehir ilçesinde düzenlenen uyuşturucu operasyonlarında 8 kişi tutuklandı. Manisa Narkotik Suçlarla Mücadele Şube Müdürlüğü ve Alaşehir İlçe Emniyet Müdürlüğü ekipleri tarafından 26-31 Mayıs 2025 tarihleri arasında yürütülen çalışmalarda, uyuşturucu veya uyarıcı madde imal



veya ticareti yaptığı belirlenen şahıslara yönelik eş zamanlı operasyonlar gerçekleştirildi. Nar-

kotik arama köpeğinin de katıldığı operasyonlarda şahısların ev ve eklentilerinde çok sayıda uyuşturucu madde ele geçirildi.

Operasyonlar kapsamında; Y.G. (47), A.Ö. (23), D.Ö. (48), G.Ö. (21), F.G. (59), K.Ö. (46), E.Ö. (25) ve A.G. (40) isimli 8 şüpheli gözaltına alındı. Emniyetteki işlemlerinin ardından adliyeye sevk edilen şüphelliler, çıkarıldıkları mahkemece tutuklanarak cezaevine gönderildi.

Operasyon anlarına ait görüntüler ve ele geçirilen maddelere ilişkin fotoğraflar da kamuoyuyla paylaşıldı. **İHA**

Kurban atıklarıyla ilgili önemli duyuru!

MANİSA Su ve Kanalizasyon İdaresi (MASKİ) Genel Müdürlüğü, yaklaşan Kurban Bayramı öncesinde yurttaşlara uyarılarda bulundu. Kanalizasyon ve yağmur suyu hatları ile dere yataklarına atılan kurban atıklarının hem insan hem de çevre sağlığını etkilediği ifade edilerek, yurttaşların duyarlı olması istendi.

Manisa Büyükşehir Belediyesi MASKİ Genel Müdürlüğü, yaklaşan Kurban Bayramı öncesinde, kurban atıklarının kanalizasyon ve yağmur suyu hatları ile dere yataklarına atılmasının ciddi sorunlar oluşturduğu ifade edilerek yurttaşlara

çağrıda bulundu. Yapılan açıklamada; "Kurum olarak kentimizin dört bir yanında kanalizasyon hatları, yağmur suyu mazgalları ve dere yataklarının periyodik bakım ve temizliklerini düzenli aralıklarla gerçekleştiriyoruz. Kurban Bayramı öncesinde de kanalizasyon ve yağmur suyu taşıyan kanallarda temizlik çalışması yaparak tüm önlemleri alıyoruz. Ne yazık ki bazı yurttaşlarımızın kanalizasyon hatlarını bilinçsiz kullanması ve atılan çöpler nedeniyle akış engellenerek kısa sürede tıkanmalar, kanal taşmaları ve su baskınları yaşanabilmektedir. Tıkanan hatlar,

maddi kayba yol açtığı gibi halk sağlığı açısından da ciddi risk oluşturmaktadır. Kurban Bayramı'nda da bu gibi istenmeyen durumların yaşanmaması

ve herhangi bir sorun oluşması için yurttaşlarımızdan duyarlılıkla hareket etmesini önemle rica ederiz" denildi.

Haber merkezi



Alaşehirli çiftçiler çifte bayram kutluyor



MANİSA'NIN Alaşehir ilçesinde çiftçiler, yaklaşan Kurban Bayramı'nın sevincini, ücretsiz hizmete giren su dolum istasyonlarıyla birlikte yaşıyor. Manisa Büyükşehir Belediyesi ile Alaşehir Belediyesi'nin iş birliğinde kurulan iki adet su dolum istasyonu, üreticilere büyük kolaylık sağladı.

Yeşilyurt Mahallesi'nde kurulan istasyonda tarımsal ilaçlama ve sulamada kullanılan taral tankları, artık ücretsiz olarak doldurulabiliyor. İstasyonlarda çiftçiler, ilaçlama ve gübreleme işlemlerini de rahatlıkla gerçekleştirebilecek.

İlk dolumu gerçekleştiren Alaşehir Belediye Başkanı Ahmet Öküzçüoğlu, "Çiftçileri-

mize hayırlı olsun," diyerek projeyi yerinde inceledi. Hizmetten memnun kalan çiftçiler, istasyon önünde uzun traktör kuyrukları oluşturdu.

"KURBAN BAYRAMI İLE BİRLİKTE SU BAYRAMI KUTLUYORUZ"

Uygulamanın Kurban Bayramı öncesinde hizmete girmesi, çiftçiler tarafından "çifte bayram" olarak değerlendirildi.

Çiftçi Halil Akcan, "Başkanımızdan Allah razı olsun. Bu sene Kurban Bayramı ile birlikte su bayramı yaşıyoruz. Çifte bayram kutluyoruz" ifadelerini kullandı.

Selahattin Tortuk ise, "Ferdî Başkanımıza bu sistemi kurduğu için çok teşekkür ede-

riz. Vatandaş geliyor, ücretsiz olarak taralını dolduruyor, ilacını atıp geri dönüyor" dedi.

Bir diğer çiftçi Savaş Çiçek de, "Daha önce tarallarımızı ücretsiz dolduruyorduk. Büyükşehir Belediye Başkanımız Ferdi Zeyrek'in kurduğu sistem sayesinde artık ücretsiz. Alaşehir Belediye Başkanımız Ahmet Öküzçüoğlu ve Yeşilyurt temsilcimiz Mehmet Doğan'a teşekkür ediyorum. Çifte bayram yaşıyoruz" diye konuştu.

Su pompası açılışına Alaşehir Belediye Başkanı Ahmet Öküzçüoğlu, Belediye Başkan Yardımcısı Muammer İbişoğlu, Belediye Meclis Üyesi Mehmet Doğan ve çok sayıda vatandaş katıldı. **İHA**

Turgutlu Belediyesinden kabristanlara ücretsiz ulaşım desteği

TURGUTLU Belediyesi, Kurban Bayramı dolayısıyla kabristan ziyareti yapacak vatandaşlar için ücretsiz seferler düzenleyecek. Otobüs seferleri, 5 Haziran Perşembe (Arife) günü 09.00-17.00 saatleri arasında yapılacaktır.

Turgutlu Belediyesinin bayram öncesinde kabristanlara sağladığı ulaşım desteği bu Kurban Bayramı'nda da devam edecek. Turgutlu ve Ir-

lamaz Mezarlıklarında kabristan ziyaretini yapacak vatandaşlara yönelik düzenlenecek ücretsiz otobüs seferleri 5 Haziran Perşembe (Arife) günü yapılacaktır. Seferler, Turgutlu Belediyesi önünden 09.00-17.00 saatleri arasında her saat başı olacak şekilde gerçekleştirilecek.

Turgutlu Belediyesi aynı zamanda özel ihtiyaçlı bireylerin daha rahat ve konforlu şe-

kilde kabristan ziyaretlerini yapabilmeleri adına Engelsiz Yaşam Aracıyla ulaşımını sağlayacak.

Turgutlu Belediye Başkan Yardımcısı Hüseyin Maliz, "Her bayramda olduğu gibi bu bayramda da kabristan ziyareti yapmak isteyen ancak ulaşım imkanı olmayan hemşehrilerimiz ve ayrıca özel ihtiyaçlı bireylerimiz için Engelsiz Yaşam Aracımızla Turgutlu ve



İrlamaz Mezarlıklarına ücretsiz ulaşım desteği sağlayacağız.

Hemşehrilerimiz, 09.00-17.00 saatleri arasında otobüs sefer-

lerinden yararlanabilirler" şeklinde konuştu. **İHA**

Yunusemre'de personel bayramlaştı



YUNUSEMRE Belediyesi Başkanvekili Haydar İzci, Belediye Başkan Yardımcıları ile beraber Kurban Bayramı öncesi birimleri ziyaret ederek belediye personeliyle bayramlaştı.

Yunusemre Belediye Başkanvekili Haydar İzci, tüm çalışanlarına iyi bayramlar diledi. Bayramlaşmada Başkanvekili İzci'ye Belediye Başkan Yardımcıları eşlik etti. Personelinin aileleriyle sağlık ve huzur içinde bir bayram geçirmelerini dileyen



İzci, önce şantiyede personelle bayramlaşıp daha sonra belediye bünyesindeki ve Muradiye

Ek Hizmet Binası'ndaki birimleri gezerek personelin bayramını kutladı. **Haber merkezi**



Hayatımıza değer ve anlam katan en özel günlerden olan bayramlar, birlikte geçirdiğimiz sevgi dolu anlarımızı ve bağlarımızı daha da güçlendiriyor.

Standard Profil olarak, Kurban Bayramınızı en içten dileklerimizle kutlar, sağlık, mutluluk ve huzur dolu nice bayramlar dileriz.

Beyaz Fil'in yıkılması kentin hafızasının silinmesi demektir!

● Cansu MERİÇ

MANİSA'NIN simge yapılarından biri olan ve halk arasında "Beyaz Fil" olarak bilinen bina yeniden gündemde. Zamanında tiyatro salonları, sanat atölyeleri ve dükkanlarıyla kentin kültürel yaşamına yön veren yapı, bugün yıkılma tehlikesiyle karşı karşıya. Konuyla ilgili açıklama yapan İyi Parti Yunusemre İlçe Başkanı Hayriye Banu Elbirler, yapının korunması gerektiğini belirterek, "Beyaz Fil'in yıkılması, kentin hafızasının silinmesidir" diyerek yetkililere çağrıda bulundu.



lundu. Elbirler, Beyaz Fil'in restore edilerek yeniden kente kazandırılması gerektiğini vurguladı.

İYİ Parti Yunusemre İlçe Başkanı Hayriye Banu Elbirler, Manisa'nın simgelerinden biri olan Beyaz Fil hakkında açıklamalarda bulundu.

Yaklaşık 65 yıl önce Manisa Belediyesi tarafından inşa edilen, iç ve dış avlularındaki dükkanları, tiyatro ve sinema salonları, sanat evleri ve yazıhane tarzı iş yerleri ile dönemin ilk betonarme yapılarından biri olan Beyaz Fil'in, Manisalılar tarafından benimsenerek "Beyaz Fil"

olarak anıldığını hatırlatan Elbirler, yapının uzun beyaz sütunları ve devasa yapısıyla dönemin önemli simgelerinden olduğunu vurguladı.

"BEYAZ FIL'İN YIKILMASI HAFIZANIN SİLİNMESİ DEMEKTİR"

Anıtlar Kurulu tarafından kültürel değerler kapsamında koruma altına alınan binanın 2017 yılında bu korumanın kaldırıldığını aktaran Elbirler, "Şehrin hafızasında yer alan, simge olan bu binanın yıkılması, hafızanın silinmesi demektir" dedi.

"İLK YAPILIŞ AMACINA UYGUN ŞEKİLDE YENİDEN HİZMETE SUNULMALIDIR"

Yapıldıktan sonra borçlar nedeniyle Sosyal Güvenlik Ku-



rumu'na devredilen binanın, Manisa Büyükşehir Belediyesi tarafından bedeli ödenerek geri

alınması gerektiğini ifade eden Elbirler, "Beyaz Fil'in restorasyonu yapılarak, ilk yapılış ama-

cına uygun şekilde yeniden hizmete sunulmalıdır" çağrısında bulundu.

Türk Eğitim-Sen'den 'Gelir adaletsizliği' tepkisi!

● Cansu MERİÇ

TÜRKİYE İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) mayıs enflasyon verilerini açıklamasının ardından Türk Eğitim-Sen Manisa Şube Başkanı Koray Özgürler, kamu çalışanlarının ekonomik durumuna ilişkin dikkat çeken bir değerlendirmede bulundu. Özgürler, açıklanan veriler doğrultusunda memurların şimdiden yüzde 8,82 oranında enflasyon farkı alacağını kesinleştirdiğini belirtirken, kamu çalışanlarının maaşlarında yaşanan adaletsizliğe de sert tepki gösterdi.

TÜİK verilerine göre mayıs ayında Tüketici Fiyat Endeksi



(TÜFE) yüzde 1,53 arttı. Böylece 2025 yılının ilk beş ayında

oluşan kümülatif enflasyon yüzde 14,82 oldu. Memurlar ve

emekliler, ocak ayında yüzde 6 oranında toplu sözleşme

zammı almıştı. Bu oranı aşan enflasyon farkı ise maaşlara ek zam olarak yansıtılıyor. Bu kapsamda, yüzde 14,82'lik enflasyon karşısında memurların yüzde 8,82 oranında enflasyon farkı alması kesinleşti.

Ancak asıl gündemin bu olmadığını vurgulayan Özgürler, "Bir ilimizde belediye çalışanlarının, müfettişlerin, şube müdürlerinin, hatta öğretmenlerin çok üzerinde maaş alıyor olmaları kabul edilemez bir durumdur" ifadelerini kullandı.

Bu koşullarda öğretmenlerin gençlere meslek tercihi konusunda yön göstermesinin anlamını yitirdiğini belirten Özgürler, gelir dağılımında yaşanan den-

gesizliğin altını çizdi.

"Kimsenin aldığı parada gözümlük yok, kimseyi küçümsemiyoruz" diyen Özgürler, bu adaletsizliğin sorumlusunun hükümet değil, yetkili sendikaların basiretsizliği olduğunu vurguladı. Daha önceki toplu sözleşmelerde yüzde 3,5 gibi düşük zam oranlarının unutulmadığını hatırlatarak, "Maaş zammı, enflasyon farkı ve refah payı bir bütün olarak değerlendirilmelidir. Aksi halde kamu çalışanlarının durumu içler acısıdır" dedi.

Özgürler, temennisini ise "İnşallah bu yıl da bir orta oyununa daha seyirci kalmayız" sözleriyle dile getirdi.

KURBAN BAYRAMI

Kutlu Olsun!

Kurban Bayramını sevdiklerinizle beraber sağlıklı ve huzur içinde geçirmenizi dileriz.

İYİ Parti Yunusemre İlçe Başkanı
Dr. Dr. BANU ELBİRLER

KURBAN BAYRAMINIZ

Kutlu Olsun

Op. Dr.
Gürhan ÖZCAN

KURBAN BAYRAMINIZ

Kutlu olsun

Şenol ÖZKAYA
Ziraat Mühendisi

Müslüman dünyasının iki önemli dini bayramından biri olan Kurban Bayramı, yarın başlıyor... Manisalılara, sağlıklı, huzurlu ve mutlu bir bayram geçirmelerini temenni ediyoruz

Bayramınız kutlu olsun



● **Burhan AKDEMİR**

MÜSLÜMAN dünyasının, Ramazan Bayramı ile birlikte iki önemli dini bayramından biri olan Kurban Bayramı'nın itibarıyla başlıyor. Bugün, Kurban Bayramı'ndan önceki son gün olan Arife günü. Arife gününde Manisalıların, mezarlıklara giderek, ebediyete irtihal eden ya-

kınlarının mezarlarını ziyaret etmesi bekleniyor.

Yarın da Kurban Bayramı'nın ilk günü idrak edilecek. Manisalıları, 6 Haziran Cuma günü, Diyanet İşleri Başkanlığı'nın açıkladığı saat 06.20'de kılınacak bayram namazından sonra kurbanlarını keserek ibadetlerini yerine getirecek. Manisa'da ilgili kurumlarca

kurban kesim yerleri belirlenirken, gerekli önlemler de yine başta Manisa Valiliği olmak üzere Manisa Büyükşehir Belediyesi ve ilçe belediyeleri tarafından alındı.

6 Haziran Cuma günü başlayacak olan Kurban Bayramı 9 Haziran'a kadar devam edecek. 10 Haziran Salı günü ise resmi kurumlarda ve kamu ku-

ruluşlarına mesai başlayacak. **UZMANLARDAN 'DİKKATLİ BESLENİN' UYARISI**

Beslenme uzmanları, bayram öncesinde vatandaşları özellikle sıcak hava nedeniyle aşırı et tüketimine karşı şimdi den uyardı. Uzmanlar, vatandaşlara aşırıya kaçmadan, dikkatli bir şekilde beslenme uyarısında bulundu.

BAYRAMDA HAVA NASIL OLACAK?

Manisa'da bayram günü hava sıcaklıkları ise tahminlere göre yüksek olacak. Manisa'da bayramın ilk günü hava sıcaklığı 37 derece olacak. İkinci ve üçüncü günü sıcaklığın 36 derece dolaylarında olması beklenirken, son gün ise 38 derece civarında bir sıcaklık beklentisi var.

RESMİ BAYRAMLAŞMA ARİFE GÜNÜ

Manisa'da valilik tarafından düzenlenen resmi bayramlaşma töreni, Arife günü yapıla-



cak. Bayramlaşma töreni bugün saat 10.00'da Manisa Polisevi'nde düzenlenecek.

Siyasi partilerde ise bayramlaşma törenleri şu şekilde: Cumhuriyet Halk Partisi'nin bayramlaşma töreni dün yapıldı. AK Parti, MHP ve İYİ Parti'nin bayramlaşma törenleri ise Arife gününde gerçekleştirilecek.

BAYRAM ÖNLEMLERİ ALINDI... KOLLUK KUVVETLERİ MESAİDE OLACAK

Manisa Valisi Vahdettin

Özkan, bayram boyunca il genelinde alınacak tedbirlerle vatandaşlar sağlıklı bir bayram geçirmesi için birimlerin mesai olacağını ifade etti. Bayram süresince trafik güvenliğinin sağlanması amacıyla 46 motorize tim ve 271 ekibin görev yapacağını açıklayan Vali Özkan, toplamda 706 trafik personelinin sahada olacağını söyleyerek, vatandaşların bayram ziyaretlerini güvenli şekilde gerçekleştirebilmeleri için tüm tedbirlerin alındığını kaydetti.

Manisa'da bıçakçılarda bayram yoğunluğu

● **Burhan AKDEMİR**

MANISA'DA Kurban Bayramı öncesi bıçak bileme telaşı başladı. Vatandaşlar, kurban kesiminde kullanacakları bıçakları bilemek için ustaların yolunu tuttu. Tezgahların başında hummalı bir çalışma sürerken, hem esnaf hem de oda yetkilileri vatandaşları merdiven altı ve korsan bıçacılar karşısında dikkatli olmaya çağırdı.

"KORSAN BİLEYİCİLERE DİKKAT!"

Manisa Madeni Sanatkarlar

Esnaf Odası Başkanı Halil Kırılı, bayram öncesi korsan bıçacıların sayısında artış yaşandığına dikkat çekti. Vatandaşların bilinçli davranarak bıçaklarını yalnızca işin ehli kişilere biletmeleri gerektiğini vurgulayan Kırılı, kalitesiz ve tecrübesiz kişilerin bıçaklara zarar verebildiğini, bunun da hem maddi kayıplara hem de kurban kesiminde güçlük yaşanmasına yol açtığını söyledi.

Kırılı, özellikle kayıt dışı çalışan kişilere karşı önlem alınması gerektiğini belirterek, bu

konuda yerel yönetimlerin denetimlerini artırmasını beklediklerini ifade etti. Vatandaşlara sağlıklı davranma çağrısı yapan Kırılı, Kurban Bayramı'nın huzur içinde geçmesini temenni etti.

ESNAFTAN ERKEN GETİRİN UYARISI

Manisa'da uzun yıllardır bıçak bileme işiyle uğraşan esnaflardan İbrahim Özceylan da bayram öncesi yoğunluğa dikkat çekti. Son yıllarda vatandaşların bıçaklarını daha erken getirmeye başladığını ve bu

durumun hizmet kalitesini olumlu etkilediğini belirten Özceylan, erken gelen bıçakların daha özenli bir şekilde bilebildiğini ifade etti.

Bıçak bilemenin sadece teknik bir işlem değil, aynı zamanda dikkat ve tecrübe isteyen bir zanaat olduğuna değinen Özceylan, hizmetin geç saatlere kadar sürdüğünü ancak herkesin aynı titizlikle faydalanabilmesi için son dakikaya kalınmaması gerektiğini söyledi.



Diyetisyenden Kurban Bayramı için sağlıklı beslenme uyarıları



MANISA İl Sağlık Müdürü Diyetisyeni Burcu Bayraktar Yücefaydalı, Kurban Bayramı'nda dengeli beslenmenin önemine dikkat çekerek sadece et tüketiminin sağlıklı olmadığını belirtti.

Bayraktar Yücefaydalı, bayram sofralarında etin yanında sebze, meyve, yoğurt gibi besinlerin de tüketilmesi gerektiğini vurguladı. Yeni kesi-

len etlerin dinlendirilmeden tüketilmesinin sindirim sorunlarına neden olabileceğini belirten Yücefaydalı, etlerin 24 saat dinlendirilmesini önerdi. Yücefaydalı ayrıca, etlerin haşlama, ızgara veya fırında pişirilmesinin tercih edilmesi gerektiğini ifade etti.

Kavurmanın kendi yağında, kısıp ateşte pişirilmesi gerektiğini söyleyen Yücefay-

dalı, sakatat tüketiminde ise kolesterol ve kalp hastalıkları riski taşıyan kişilerin dikkatli olması gerektiğini belirtti. Bayram boyunca tatlı tüketimine de dikkat edilmesi gerektiğini ifade eden Yücefaydalı, sütü ve meyveli tatlıların tercih edilmesini önerdi.

Kurban etinin hijyenik şartlarda kesilmesi, saklanması ve çözdürülmesinde dikkat edilmesi gerektiğini belirten diyetisyen, etlerin buzdolabında bir hafta, derin dondurucuda ise 6 aya kadar saklanabileceğini hatırlattı. Çiğ ya da az pişmiş etlerin tüketilmemesi gerektiğini söyleyen Yücefaydalı, bayramda günlük 30 dakikalık yürüyüşlerin sindirimi kolaylaştıracağını da ekledi. **İHA**

Kurbanlık seçiminde küpe ve belge uyarısı

TÜRK Veteriner Hekimleri Birliği Merkez Konseyi Başkanı Ali Eroğlu, kurbanlık seçiminde hayvanın küpeli olmasına ve sağlık belgelerine dikkat edilmesi gerektiğini belirterek, "Küpesiz, belgesiz hayvan alınmamalı." dedi. Eroğlu, hayvanlardaki bazı hastalıkların kesimden sonra tespit edilebildiğinin altını çizerek, toplu kesim yerlerinde veterinerin karkas kontrolünün olası riskleri önlediğini, kırsalda yapılan bireysel kesimlerde herhangi bir olumsuzlukla karşılaşıldığında en yakın veteriner hekime ya da ilçe tarım ve orman müdürlüklerine başvurulması gerektiğini belirtti.

"KÜPE VE BELGEYE MUTLAKA BAKIN"

Eroğlu, kurbanlık seçiminin



özenle yapılması gerektiğini dile getirerek, şunları kaydetti: "Önce kulaktaki küpeye ve belgesine bakacaksınız. Hayvanın kulak küpesi varsa, belgesini de mutlaka soracaksınız. Küpesiz, belgesiz hayvan alınmamalı. Eğer belgesi varsa bu hayvanın güvenilir ve kontrol edilmiş olduğu anlamına gelir ancak

taşıma sürecinde hayvan bir hastalık etkenine maruz kalması olabilir. Burun ya da göz akıntısı, ağızdan salya gelmesi, ishal, tüylerde matlık ve karışıklık, gözlerde donukluk, iştahsızlık, öksürük gibi belirtiler hayvanda hastalık olduğuna işaret eder. Bu tür belirtiler gösteren hayvanlar kesinlikle alınmamalıdır." **AA**

ADIMIZ KARDEŞLİK

SOYADIMIZ TÜRKİYE

Hayırlı ve Huzurlu

Bayramlar

— NİCELERİNE HEP BİRLİKTE —





AK PARTİ
MANİSA İL BAŞKANLIĞI

Kişisel Verileri Koruma Kurumu (KVKK), Manisa'daki büyük bir skandalı ortaya çıkardı... Yapılan açıklamaya göre MANULAŞ, fidye yazılımı saldırısında 1 milyon 268 bin 222 Manisalının tüm bilgilerini çaldırdı

MANULAŞ bilgilerimizi fidyecilere çaldırdı!

● Burhan AKDEMİR

MANISA Büyükşehir Belediyesi'nin iştiraki şirketi olan Manisa Ulaşım Hizmetleri Makina Sanayi ve Ticaret A.Ş.'nin (MANULAŞ), 1 milyon 268 bin 222 Manisalının tüm bilgilerini çaldırdığı açıklandı. Açıklamayı Kişisel Verileri Koruma Kurumu (KVKK) yaparken, çalınan bilgiler arasında ad, soyad, T.C. kimlik numarası, doğum tarihi, cinsiyet, telefon numarası, e-posta adresi, açık adres, meslek bilgisi, plaka bilgileri, fotoğraf ve sağlık bilgileri yer alıyor. Yapılan açıklamada, saldırının aynı gün tespit edildiği ancak verilerin dışarıya aktarılıp aktarılmadığının henüz netleşmediği belirtildi.

Manisa Büyükşehir Belediyesi'ne bağlı Manulaş Manisa Ulaşım Hizmetleri Makina Sanayi ve Ticaret A.Ş. (MANU-

LAŞ), siber saldırıya uğradı. Kişisel Verileri Koruma Kurumu (KVKK), bu saldırı sonucunda 1 milyonu aşkın Manisalının bilgilerinin çalındığını duyurdu.

25 MAYIS'TA SALDIRI YAPILDI... VERİLERİN DIŞARIYA GİDİP GİTMEDİĞİ BİLİNİYOR
KVKK'dan yapılan açıklamada, veri ihlalinin, veri sistemlerine yapılan siber saldırı sonucunda gerçekleştiği ifade edildi. 25 Mayıs 2025 tarihinde yapılan saldırının hemen ardından ihlalin tespit edildiğine yer verilen açıklamada, "Siber saldırı neticesinde verilerin dışarıya aktarılıp aktarılmadığının henüz tespit edilemediği" ifadeleri yer aldı.

FİDYE YAZILIMI SALDIRISI ALTINDAYIZ!
KVKK'nın aktardığı bilgilere göre gerçekleştirilen siber saldırı, 'Fidye yazılımı saldırısı' ola-

rak adlandırılıyor. Fidye yazılımı saldırı ise şu şekilde tanımlanıyor: "Fidye yazılımı, siber suçluların fidye ödenmezse kurbanın kritik verilerine erişimi engellemek, bunları yok etmek veya yayınlamak için kullandığı bir tür kötü amaçlı yazılımdır."

1 MİLYON 268 BİN 222 KİŞİ ETKİLENDİ AMA...
KVKK'nın açıklamasında, veri ihlalinin etkilenen kişi veya kayıt sayısının 1 milyon 268 bin 222 olduğu, ancak sistem içinde çok sayıda mükerrer kayıt olduğundan dolayı ihlalden etkilenen gerçek kişi sayısının daha az olabileceği de belirtildi.

NELER ÇALINDI NELER!
Yapılan açıklamanın devamında şu ifadeler yer aldı: "İhlalden etkilenen kişisel verilerin; ad, soyad, T.C. kimlik numarası, doğum tarihi, cinsiyet, telefon numarası, e-posta adresi,



açık adres, meslek bilgisi (öğretmen/ polis/öğrenci vb.), plaka no, fotoğraf ve sağlık bilgileri (engellilik bilgisi, engellilik oranı) olduğu, ilgili kişilerin; veri sorumlusunun web sitesi (<https://manulas.com.tr/>), telefon numarası (0 236 232 19 00)

veya e-posta adresi (info@manulas.com.tr) aracılığıyla ihlal hakkında bilgi alabilecekleri" bilgilerine yer verildi.

İHLAL BİLDİRİMİ İLAN EDİLECEK

Açıklamada son olarak şöyle denildi: "Konuya ilişkin

inceleme devam etmekle birlikte, Kişisel Verileri Koruma Kurulunun 03.06.2025 tarih ve 2025/999 sayılı Kararı ile söz konusu veri ihlal bildiriminin Kurumun internet sitesinde ilan edilmesine karar verilmiştir.

MHP Manisa İl Başkanı Cüneyt Tosuner, MANULAŞ'a yapılan siber saldırı sonucu Manisalılarının verilerinin çalınmasına tepki gösterdi



MHP'den verilerin çalınmasına tepki!

● Burhan AKDEMİR

MANISA Büyükşehir Belediyesi'nin iştirak şirketi MANULAŞ'a yönelik 25 Mayıs 2025 tarihinde gerçekleştirilen siber saldırı, kent gündeminde büyük yankı uyandırdı. Milliyetçi Hareket Partisi (MHP) Manisa İl Başkanı Cüneyt Tosuner, saldırıya ilişkin yazılı bir açıklama yayımlayarak yaşanan kişisel veri ihlalinin sert bir

dille kınadı. MHP'li Tosuner, 1 milyon 268 bin 222 kaydın etkilendiği bu olayın yalnızca teknik bir güvenlik açığı olarak görülmemesi gerektiğini vurguladı. Tosuner, veri ihlalinin vatandaşların özel hayatına, mahremiyetine ve kamu güvenliğine yönelik ciddi bir tehdit oluşturduğunu belirtti.

Tosuner, açıklamasına şöyle devam etti: "Vatandaşlarımızın ad, soyad, T.C. kimlik

numarası, adresi ve sağlık bilgileri gibi en mahrem verilerinin tehlikeye atılmış olmasının kabul edilemez bir zafiyettir. Kamu kurum ve kuruluşlarında görev yapan herkesin, halkın emanetini taşıdığı bilinciyle hareket etmesi zorunludur."

Veri güvenliğinin kamu kurumları için vazgeçilmez bir sorumluluk olduğunu hatırlatan Başkan Tosuner, ilgili şir-

ketin ve bağlı idari yapıların hesap vermekten kaçınmaması gerektiğini de vurguladı.

Parti olarak bu sürecin sonuna kadar takipçisi olacağını belirten Tosuner, "Manisa'mızda yaşayan her vatandaşın kişisel verisi, bizim için ve herkes için kıymetlidir. Bu olayın tüm yönleriyle aydınlatılmasını ve gereken adımların vakit kaybetmeden atılmasını bekliyoruz" dedi.

Kurban Bayramınız Mübarek Olsun!

İYİ Parti Manisa İl Başkanı
Ar. Ali Zafer İKSİR

Kurban Bayramınız MÜBAREK OLSUN!

İYİ Parti Şehzadeler İlçe Başkanı
Gözde AYTAÇ

Kurban Bayramı'nda e-ticaret hacminin 350 milyar lirayı aşması bekleniyor

TÜRKİYE Odalar ve Borsalar Birliği (TOBB) e-ticaret Meclis Üyesi Seyhun Özkara, Kurban Bayramı öncesinde e-ticaret platformlarında yoğunluk yaşandığını belirterek, bu dönemde e-ticaret hacminin 350 milyar lirayı aşacağını öngördüklerini söyledi.

Kurban Bayramı'na günler kala çevrim içi alışverişteki artış, e-ticaret platformlarında yoğunluk oluşturdu.

Tüketiciler bu dönemde gıda, mutfak ürünleri, giyim ve hediyelik gibi temel kategorilere yoğun ilgi gösterirken, şirketler de teslimat süreçlerini hızlandırmak ve müşteri memnuniyetini artırmak için özel kampanyalarla lojistik çözümler geliştirdi.

Çevrim içi alışverişin sadece ticari değil, sosyal etkilerle de büyüdüğü bu dönemde e-ticaret hacminin 350 milyar lirayı aşması bekleniyor.

TOBB e-ticaret Meclis Üyesi Özkara, AA muhabirine, bayramların, e-ticaretin yıl

içinde en yüksek hacim artışı yaşadığı dönemlerden biri olduğuna dikkati çekti. Geçen yıl Kurban Bayramı'nda toplam e-ticaret hacminin 250 milyar lirayı geçtiğini aktaran Özkara, şöyle devam etti:

"Özellikle gıda, mutfak ürünleri, giyim ve hediyelik kategorilerinde yüzde 30 ile yüzde 40 arasında büyüme gözlemledik.

Kurban kesimlerinden elde edilen toplam ciro 73,6 milyar liraya ulaşırken, STK'ler online sistemler üzerinden 6 milyar liranın üzerinde vekalet başışı topladı. Bu, sivil toplum kuruluşlarının kurban ekonomisindeki payını yüzde 33 artırarak yüzde 8'in üzerine taşıdı. Tüm bu göstergeler, e-ticaretin sadece ticari değil, sosyal bir etki gücüne de sahip olduğunu ortaya koyuyor."

PLANLI ALIŞVERİŞ VE ESNEK TESLİMAT ÖNE ÇIKIYOR
Özkara, tüketicilerin bayram

alışverişlerini çevrim içi platformlarda daha planlı gerçekleştirdiğini vurgulayarak, ürün araştırmaları, kullanıcı yorumlarını inceleme ve fiyat karşılaştırmalarının çok yaygın olduğunu, fiziksel mağazalarda ise alışverişin daha çok anlık kararlarla deneyim odaklı ilerlediğini anlattı.

Çevrim içi alışverişte kampanya ve indirim kuponlarını takip etmenin de büyük avantaj sağladığını ifade eden Özkara, "Geleneksel mağazalarda bu tür fırsatlar genellikle sınırlı veya müşteri farkındalığına bağlı kalıyor. Tüketiciler zaman ve mekandan bağımsız alışveriş yapabilmenin konforunu önemsiyor." diye konuştu.

Özkara, Kurban Bayramı gibi özel dönemlerde sipariş hacminde ciddi artışlar yaşandığını işaret ederek, şunları kaydetti:

"Gıda, kozmetik, hediyelik ve tekstil gibi kategorilerde artan talep, lojistik operasyon-

larda ciddi planlama gerektiriyor.

Bu nedenle e-ticaret firmaları, kargo iş ortaklarıyla birlikte 'bayramdan önce teslim' garantisi sunan kampanyalar yapıyor.

Bazı markalar, akıllı kargo dolapları ya da mağazadan teslimat gibi alternatif yöntemlerle teslimat süreçlerini esnek hale getiriyor. Özellikle büyük şehirlerde merkezi teslimat bölgelerine öncelik verilerek operasyonel verimlilik sağlanıyor."

TÜKETİCİ KAMPANYALARA YOĞUN İLGİ GÖSTERİYOR

Özkara, bayram döneminde tüketicilerin en çok yüzde indirimli kampanyalara, "ikincisi yüzde 50 indirimli" gibi çapraz satışlara ilgi gösterdiğini söyledi.

Mobil uygulamaya özel indirimler, sadakat programları ve ilk alışveriş özel kuponların da oldukça etkili olduğunu dile ge-

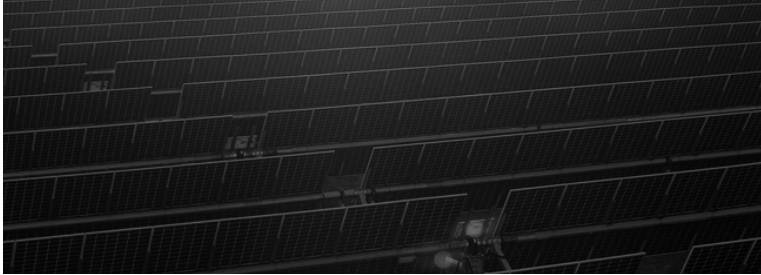


tiren Özkara, "Bayrama Özel" temalı ürün sayfaları ve aynı gün teslimat gibi hızlı çözümler tüketicinin karar verme sürecini doğrudan etkiliyor. Tüm bu kampanya çeşitliliğiyle Kurban Bayramı, e-ticaretin yıl içinde en hızlı büyüdüğü dönemlerden biri haline geliyor." dedi.

Özkara, geçen yıl Kurban Bayramı dönemindeki e-ticaret hacmine ilişkin bilgi vererek, konuşmasını şöyle tamamladı: "Bu rakamın 2025 Kurban

Bayramı'nda 350 milyar lirayı aşacağını öngörüyoruz. Bu da yıllık bazda yaklaşık yüzde 40'lık bir büyüme demek. Bayram dönemlerinde sadece satış hacmi değil, tüketici alışkanlıkları, kampanya yönetimi, lojistik kapasite ve dijitalleşme seviyesi de teste tabi tutuluyor. Sektör olarak bu dönemi sadece bir satış fırsatı değil, aynı zamanda dijital dönüşümün hızlandığı bir süreç olarak değerlendiriyoruz." **AA**

Yaz mevsiminde güneşten elektrik üretiminde yeni rekorlar bekleniyor



TÜRKİYE'NİN elektrik üretiminde güneşin payı her geçen gün artarken güneşlenme süresinin uzadığı yaz döneminde devreye alınan yeni santrallerin katkısıyla güneşten elektrik üretiminde yeni rekorlar bekleniyor.

AA muhabirinin Türkiye

Elektrik İletim AŞ verilerinden derlediği bilgiye göre, 1 Haziran 2024 itibarıyla Türkiye'de bulunan 23 bin 812 güneş enerjisi santralının (GES) kurulu gücü 15 bin 101 megavat iken, bu yıl 1 Haziran'da kurulu güç yaklaşık yüzde 50 artışla 22 bin 483 megavat oldu. Aynı dönemde

santral sayısı yüzde 42 artışla 33 bin 917 olarak kayıtlara geçti. Dijitalleşme, veri merkezleri, yapay zeka alanındaki gelişmeler ve binalarda elektrifikasyonun artması enerji talebini de artırıyor.

Türkiye Ulusal Enerji Planı çalışmasının sonuçlarına göre, Türkiye'nin elektrik tüketiminin 2025'te 380,2 teravatsaat, 2030'da 455,3 teravatsaat, 2035'te 510,5 teravatsaat seviyesine ulaşması bekleniyor.

Türkiye'nin cari açığın azaltılması hedefi ve iklim değişikliğiyle mücadele açısından yerli ve yenilenebilir enerji kaynakları

büyük önem arz ediyor.

Türkiye'nin, 2035'e kadar güneş ve rüzgar enerjisi yatırımlarını artırarak toplam kurulu gücü 120 bin megavata yükseltme hedefi bulunuyor.

Bu yıl havaların ısınmaya başladığı 19 Mayıs'ta toplam elektrik üretimi içinde 142 bin 273 megavatsaatle GES'ler yüzde 17'lik paya sahip oldu. Böylece, Türkiye'de GES'lerden elektrik üretimi günlük bazda yılın en yüksek seviyesine ulaştı. Türkiye'nin elektrik üretiminde güneşin payı giderek artarken güneşlenme süresinin uzadığı yaz döneminde

yeni santrallerin devreye alınmasıyla, güneşten elektrik üretiminde yeni rekorlar bekleniyor.

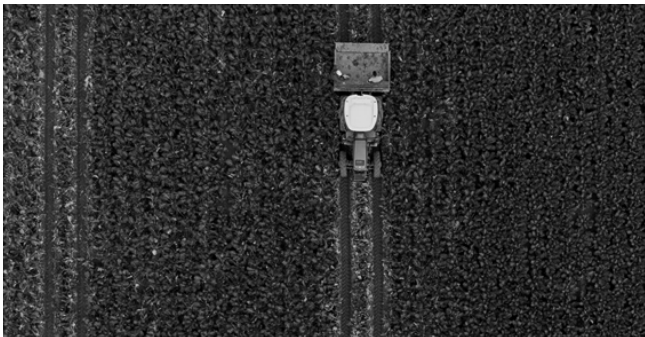
Güneş Enerjisi Sanayicileri ve Endüstrisi Derneği Genel Sekreteri Hakan Erkan, AA muhabirine, güneşten elektrik üretiminde yeni rekor beklentisi bulunduğunu belirterek, "Elektrik üretiminde yerli kaynakların payı giderek artıyor, en hızlı artış güneş enerjisinde yaşanıyor. Ağustos başında güneş enerjisi kurulu gücünün 23 bin megavatlara çıkacağını tahmin ediyoruz. Bu da güneşten elektrik üretiminde yeni rekorlar kırıl-

lacağı anlamına geliyor." dedi.

Erkan, depolamalı GES'lerin de devreye gireceğini dile getirerek şunları söyledi:

"Güneşten elektrik üretiminde en büyük farkı depolamalı GES'lerin hayata geçmesiyle göreceğiz. Yaklaşık 15 bin megavat lisans verildi. Önümüzdeki yıl için konuşursak, 2 yıl içinde düşen güneş ve depolama maliyetlerinden dolayı bu santraller biraz daha hızlı devreye girecektir. Devreye giren santrallerle hızlı bir büyüme sonucu toplam elektrik üretiminde güneşin payı artacaktır." **AA**

Türkiye'nin sulama altyapısına finansman



HAZİNE ve Maliye Bakanlığına, Türkiye'nin sulama altyapısının modernizasyonu için Dünya Bankasından 757,1 milyon avroluk finansman temin edildi.

AA muhabirinin Bakanlıktan edindiği bilgilere göre, Türkiye'nin yurt dışı-

şından uygun koşullu finansman temin çalışmaları devam ediyor.

Türkiye Sulama Modernizasyonu-2 Projesi kapsamında 757,1 milyon avro tutarında kredi, Dünya Bankası İcra Direktörleri Kurulu tarafından onaylandı.

Proje kapsamındaki kredi tutarı Hazine ve Maliye Bakanlığı tarafından Devlet Su İşleri Genel Müdürlüğüne (DSİ) tahsisli sağlanacak ve proje DSİ tarafından yürütülecek. Toplam kaynak 1 milyar avroyu aştı

Proje, yine DSİ tarafından yürütülen Türkiye Sulama Modernizasyonu Projesi'nin devamı niteliği taşıyor. Halihazırda proje kapsamında bankadan 317,3 milyon avro tutarında dış finansman temin edildi. Yeni finansmanla birlikte Türkiye'nin sulama modernizasyonu için bankadan 1 milyar avronun

üzerinde dış finansman sağlanmış oldu.

Türkiye Sulama Modernizasyonu-2 Projesi'yle seçili sulama havzalarında dağıtım altyapısının rehabilitasyonu ve modernizasyonu yoluyla daha iyi sulama hizmeti sunulması hedefleniyor. Ayrıca, su iletim verimliliğinin iyileştirilmesi, sulama birliklerinin kapasitesinin güçlendirilmesi ve uzun vadeli bir sulama modernizasyon programının hazırlanması amaçlanıyor.

Hazine ve Maliye Bakanı Mehmet Şimşek, Türkiye'nin Dünya Bankası ile tarım ve kırsal kalkınma

ve Maliye Bakanlığı tarafından her geçen gün daha da artarak devam et-

mekte, uygulanan program destek görmektedir." **AA**

Elektrik tüketiminde sanayi öne çıkıyor

TÜRKİYE'DE 2023'te 289 bin 317 gigavatsaatlik elektrik tüketimi içinde sanayi yüzde 45 payla liderliğini korudu.

Türkiye Elektrik Dağıtım AŞ (TEDAŞ), 2024 Yılı Türkiye Elektrik Dağıtım Sektörü Raporu'nu yayımladı. TEDAŞ, söz konusu raporda küresel ve ulusal elektrik tüketim trendleri, Türkiye'nin elektrik dağıtım altyapısı, sektörel tüketim dağılımları, iller bazında tüketim verileri,

TEDAŞ'ın sektördeki rolü ve uluslararası karşılaştırmalar hakkında kapsamlı bilgiler sunuyor.

Rapora göre, Türkiye'nin elektrik üretimi 2019'da 303 bin 897 gigavatsaat iken, 2023'te yüzde 9 artışla 331 bin 149 gigavatsaat yükseldi. 2023'te ithalat 6 bin 94 gigavatsaat, ihracat 2 bin 75 gigavatsaat, iletim kaybı 5 bin 600 gigavatsaat ve dağıtım kaybı 23 bin 993 gigavatsaat olarak

kaydedildi.

Bu dönemde net tüketim ise yüzde 12,5 artışla 289 bin 317 gigavatsaat yükseldi. Net tüketimin sektörel dağılımında sanayi yüzde 45 ile ilk sırada yer alırken, onu yüzde 25,7 ile ticaret ve kamu hizmetleri, yüzde 22,6 ile meskenler, yüzde 4,6 ile tarımsal faaliyetler ve yüzde 2 ile aydınlatma takip etti.

Rapora göre, 2023'te Türkiye'de kişi başı orta-



lama elektrik tüketimi 3 bin 390 kilovatsaat oldu. Tüketimin illere göre dağılımında 9 bin 871 kilovatsaatle Bilecik ilk sırada yer alırken, onu 8 bin 7 kilovatsaatle Kocaeli, 7 bin

667 kilovatsaatle Karabük izledi. Tüketimin en düşük olduğu 3 il sırasıyla 1026 kilovatsaatle Ağrı, 1076 kilovatsaatle Muş ve 1079 kilovatsaatle Hakkari oldu. **AA**

MANİSA

OlaY

Günlük-Siyasi-Aktüel Gazete

Yıl: 16

Sayı: 6101

5 Haziran 2025 Perşembe

Yerel süreli yayın

MEDİ Medya Reklam Yönetim Danışmanlık İletişim Hizmetleri San. ve Tic. Ltd.Şti. adına

İMTİYAZ SAHİBİ

MEVLÜT AKTAN

Genel Yayın Yönetmeni

ERTAN KORKMAZ

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

ESRA KALE

Muhabir

: Burhan AKDEMİR

: Didem ALTINAY

Sayfa tasarımı

Magazin

: Pelin UĞURLU YILMAZ

: Evren KASIRGA

Yazar

: Cansu MERİÇ

Yönetim Merkezi

: Merkezefendi Mh. Mimar Sinan Bulvarı No:107/A Manisa

İletişim Numarası

: 0 (236) 211 53 45 - 0542 211 53 45

e-mail

: manisaolaygazetesi45@hotmail.com

web:

: www.manisakulishaber.com

UETS

: 25929-68395-43454

Basım Yeri

: İHLAS GAZETECİLİK A.Ş.

Adres

: Fatih Mah. 1199 Sokak No: 1/7 Sarıncı-Gazimir/ İZMİR

Tel

: 0.232.281 45 30

LİDER AJANS

VE DAĞITIM

: 0.507.607.90.47

ABONE ÜCRETLERİ

6 Aylık: 1200 TL

Yıllık : 1800 TL

RESMİ İLAN

Satın/cm. 140,00 TL

ZAYI İLANI: 500 TL

BOYUT

ÇEYREK

YARIM

TAM

SİYAH-BEYAZ

2500 TL + KDV

5000 TL + KDV

7500 TL + KDV

RENKLİ

4000 TL +KDV

7000 TL + KDV

12000 TL + KDV

SÜRMANSET

4500 TL + KDV

*1 Ocak 2025 tarihi itibari ile geçerli olacak reklam ücretleridir.

Manisa'da faaliyet gösteren ODTÜ GV Danışmanlığında Özel Manisa Ülkem Koleji, yürüttüğü çalışmalarla sağlıklı yaşam alanında önemli bir başarıya imza attı

Ülkem Koleji'ne Sağlıklı Yaşam Sertifikası



● **Burhan AKDEMİR**

MANİSA'DA faaliyet gösteren ODTÜ GV Danışmanlığında Özel Manisa Ülkem Koleji, yü-

rüttüğü çalışmalarla sağlıklı yaşam alanında önemli bir başarıya imza attı. T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından yürütülen "Beslenme Dostu ve Fiziksel

Aktiviteyi Destekleyen İş Yeri Programı" kapsamında yapılan değerlendirme ve denetimlerden başarıyla geçen okul, sertifikaya hak kazandı.

Manisa İl Sağlık Müdürlüğü'nün yaptığı denetimlerde, okulun yalnızca öğrenciler için değil, öğretmenler ve tüm çalışanlar için sağlıklı beslenme ve fiziksel aktiviteyi teşvik eden uygulamaları dikkat çekti. Sertifika, Halk Sağlığı Hizmetleri Başkan Yardımcısı Uzm. Dr. Ümit Atman tarafından Okul Müdürü Esra Cinbiş'e takdim edildi.

Törende konuşan Okul Müdürü Esra Cinbiş, "Bu belge, sağlıklı yaşamı bir kültür haline getirme yolunda attığımız adımların bir göstergesi. Sürece katkı sunan tüm öğretmenlerimize, öğrencilerimize ve



personelimize teşekkür ediyoruz" dedi.

Akademik başarılarının yanı

sıra sağlıklı yaşamı da kurumsal öncelikleri arasına alan Özel Manisa Ülkem Koleji, bu alan-

daki örnek uygulamalarıyla eğitimde öncü kurumlar arasında yer almaya devam ediyor.

Nazım Hikmet Manisa'da şiir ve müzikle anıldı

MANİSA Büyükşehir Belediyesi, Türk edebiyatının en büyük şairlerinden Nazım Hikmet Ran'ı ölümünün 62. yılında düzenlediği etkinlikle andı. Atatürk Kent Parkı'ndaki etkinlikte Nazım'ın şiirleri, onun dizelerinden bestelenmiş şarkılar ve doğanın sesiyle buluştu.

Harun Ümit Yılmaz'ın anlatıcılığında, Piyanist Dengin Ceyhan ve Tenor Fatih Kayhan'ın müzikleri ile gerçekleştirilen etkinliğe, Manisa Büyükşehir Belediyesi Genel Sekreter Yardımcıları Ali Kılıç ve Ulaş Aydın'ın yanı sıra belediye bürokratları, siyasi parti temsilcileri ve çok sayıda vatandaş katıldı.



Etkinlikte, Nazım Hikmet'in yaşamı ve eserleri, Harun Ümit Yılmaz'ın anlatımıyla bir kez daha hafızalarda yer etti. Nazım'ın unutulmaz şiirleri müzikle harmanlanarak dinleyicilere duygusal anlar yaşattı. Sanatçılar, şairin yalnızca kelimeleriyle değil, melodilere dönüşen dizeleleriyle de halkla nasıl bütünleştiğini bir kez daha gösterdi.

Etkinlik boyunca okunan şiirler, anlatım ve müzikle birlikte, şairin mücadele dolu hayatı, barışa, özgürlüğe ve insana olan inancı vurgulandı. Program, Piyanist Dengin Ceyhan eşliğinde, Tenor Fatih Kayhan tarafından seslendirilip hep bir-

likte söylenen Nazım şarkılarıyla son buldu.

"ŞİİRLER, ŞAIRLER YAŞIYOR, NAZIM DA YAŞIYOR, HEP YAŞAYACAK"

Program sonunda konuşan Genel Sekreter Yardımcısı Ulaş Aydın, "Nazım'ı böyle sıcak serin bir yaz akşamında çiçekler, çocuk sesleri, kuş sesleri, şiirle, müzikle anmak bizim için mutluluk verici. Nazım'la büyü- dük ve büyümeye devam ediyoruz. Şiirler yaşıyor, şairler yaşıyor; Nazım da yaşıyor, hep yaşayacak" diyerek sanatçılara ve katılımcılara teşekkür etti.

Haber merkezi

Sarıgöl'de ilk kez "Şiirle buluşma" etkinliği düzenlendi



MANİSA'NIN Sarıgöl ilçesinde öğretmenler tarafından ilk kez düzenlenen "Şiirle Buluşma" etkinliği, katılımcıların büyük beğenisini kazandı.

Sarıgöl Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğretmenleri tarafından organize edilen etkinlikte, ünlü şairlerin şiirleri öğretmenler tarafından seslendirildi. Duygu dolu anların yaşandığı programda, içtenlikle okunan birbirinden güzel şiirler dinleyiciler üzerinde derin bir etki bıraktı.

Sarıgöl Atatürk Kültür Merkezi salonunda gerçekleştirilen etkinliği, şiir-

sever öğretmenler, öğrenciler ve vatandaşlar ilgiyle takip etti.

Programa katılan Sarıgöl İlçe Milli Eğitim Müdürü Cezmi Yıldırak, etkinliğe dair yaptığı açıklamada, "İlçemizde ilk kez Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğretmenlerimiz tarafından böyle bir şiir etkinliği düzenlendi. Oldukça başarılı bir organizasyon oldu. Bizlere ünlü şairlerimizin şiirlerini güzel bir şekilde aktardıkları için katılımcı öğretmenlerimize ve öğrencilerimize teşekkür ediyorum." dedi. **İHA**



ANLATMAK İSTEDİM

DENİZ TABAK



NEDEN YOGA YAPMALIYIZ?

Yoga artık her yerde karşımıza çıkan bir kavram. Günümüzde birçok dala ayrıldığı için insanların kafası karışabiliyor. Haliyle sıkça şu soruyla karşılaşılıyor:

"Hocam hangi yogayı yapmalıyım?"

Öncelikle yoga, kökeni net olmamakla birlikte yaklaşık 3000-2000 yıl öncesine dayanır. İlk dönemlerinde bugünkü gibi bedensel hareketlerden çok, zihinsel ve ruhsal gelişime odaklanan bir pratikti. Zihni sakinleştirmek, olanı olduğu gibi kabul etmek, doğayla ve yaşamla uyum içinde olmak, ahlaki değerleri yaşamak üzerine kuruluydu. Yoga'nın Batı'ya ulaşması ise 19. ve 20. yüzyıla dayanır. Hintli keşiş, filozof ve yazar Swami Vivekananda, Amerika'da yaptığı etkileyici konuşmalarla büyük ilgi görmüş ve yogaya olan merakı artırmıştır. Ana amacı, yoga pratiğini ve Hint Vedanta felsefesini dinsel temalardan uzak, herkesin anlayabileceği sade bir yaklaşımla anlatmaktır. Bu doğrultuda Vedanta Topluğunu kurarak Doğu'nun kadim bilgeliğini Batı dünyasıyla buluşturdu.

Yoga Neden Bu Kadar Popüler Oldu?

Modern çağın en büyük problemlerinden biri zihin yorgunluğu. Sürekli düşünmek, plan yapmak, kaygılanmak, yetişmek zorunda olmak... Gün içinde bedenimizle temasımız kopuyor, nefes aldığımızı bile fark etmeden yaşıyoruz. İşte yoga tam da bu yüzden bu kadar popüler hale geldi. Çünkü bize yavaşlamayı, durmayı, nefes almayı ve anda kalmayı hatırlatıyor.

Teknolojinin hızla ilerlediği, dikkatimizin sürekli dağıldığı bu çağda insanlar yeniden kendilerine dönmenin yollarını arıyor. Yoga ise hem bedenle hem zihninle bağ kurmayı sağlayan kadim bir araç olarak öne çıkıyor. Üstelik sadece fiziksel değil; zihinsel, duygusal ve ruhsal boyutları da kapsadığı için pek çok insana iyi geliyor.

Yoga Hakkında Yanılgılar

Yoga ismi her yerde karşımıza çıksa da, çoğu insan onun gerçekte ne olduğu konusunda net değil. Genellikle esnek olmakla, zor pozisyonlara girebilmekle ya da sosyal medyada gördüğümüz "görsel şov"larla karıştırılıyor. Bir gün telefonla biri arayıp heyecanla şöyle sordu:

"Hocam, ben ne kadar sürede bacağımı kafamın arkasına koyabilirim?"

Gülümsedim. Ona yoganın böyle bir şey olmadığını anlattım. Bu bir yarış ya da akrobatik bir gösteri değil. Yoga, beden ve zihnin izin verdiği ölçüde ilerlemek demek. Kendi sınırlarını fark ederek, kendinle barış içinde olmak demek. Ama telefondaki kişi pek ikna olmadı. Çünkü zihnimiz, başarıyı hep dışarıdan görülebilen bir biçimle ölçmeye alışkın.

Oysa yoga, dışarıdan görünen bir şeyden çok içsel bir dönüşüm yolculuğudur. Esneklik ya da kuvvet zamanla gelişebilir ama asıl kazanım; kendini tanımak, sabretmeyi öğrenmek ve anda kalabilmektir.

Yogayı Sadece Mat Üzerinde Bırakmamak

Yoga çoğu zaman sadece matın üzerinde yapılan bir dizi hareket gibi algılanıyor. Oysa mat, sadece bir başlangıç noktasıdır. Asıl yoga, matın dışında başlar.

Sabah trafikte öfkeli yönetebiliyorsan, zor bir konuşmada karşındakini dinleyebiliyorsan, çocuğunla ilgilenirken gerçekten orada olabi-

liyorsan, nefesin daraldığında bunu fark edip derin bir nefes alabiliyorsan...

İşte o anlarda yoga yapıyorsun.

Mat üzerinde öğrendiğin her şey – sabır, nefesle kalmak, denge, denemeye devam etmek – zamanla yaşamına yansır. Çünkü yoga, sadece bedeni değil, yaşamı da hizalamayı öğretir. O yüzden yogayı sadece mat üzerinde bırakmamalıyız. Onu sofraya, sokağa, işimize, ilişkilerimize taşımalıyız.

Bir Anda Fark Etmek...

Bir sabah, aceleyle hazırlanırken birden nefesimi tuttuğumu fark ettim. Her şey yetişsin diye koştururken bedenim sanki alarmdaydı. Yeterince oksijen alamadığım için zihnim daha da paniklemeye başlamıştı. O anda şunu çok net anladım: Stres nefesi kesiyor, nefes kesilince stres artıyor. Bu bir döngüydü ve ben o döngünün tam ortasıydım.

Durup sadece birkaç derin nefes aldım. Bedenim biraz gevşedi. Zihnim netleşti. Yapacaklarım değişmedi ama ben değişmiştim. İşte yoga tam olarak bu: dış koşullar değil, iç dengemiz belirleyici oluyor.

Yoga Bir Uyanıştır

Yoga, gözlerini kapatarak dünyadan kaçmak değil; gözlerini içe çevirerek hayata daha derin bir yerden bakabilmektir. O sabah nefesimi tuttuğumu fark ettiğimde anladım ki; yoga, matın dışında da benimle. Bu fark ediş bir uyanıştı.

Yoga bizi otomatik pilottan çıkarır. Koşullar aynı kalsa bile, biz aynı kalmayız. Tepki vermek yerine yanıt vermeyi öğreniriz. Daha sabırlı, daha şefkatli, daha farkında oluruz. Bu da hem kendimizle hem çevremizle daha sağlıklı bir ilişki kurmamıza yardımcı olur.

Uyanmak bazen nefesle olur, bazen bir pozda dengeyi kaybedip yeniden denemekle...

Bazen de bir sabah kendimize "Şu an gerçekten burada mıyım?" diye sormakla.

Peki Hangi Yogayı Yapmalıyım?

Bana en çok sorulan sorulardan biri bu: "Hocam, hangi yoga türü bana uygun?" Ama bu soruya geçmeden önce asıl sorulması gereken şu:

"Kiminle yoga yapmalıyım?"

Çünkü yoga bir yolculuktur, ve bu yolculukta kiminle yola çıktığın çok ama çok önemlidir.

Öncelikle doğru öğretmeni bulmak gerekir. Pozlara odaklanmaktan çok, farkındalığa rehberlik eden biri... Egonun gösterişli ve yıkıcı tuzaklarına kapılmamış biri...

Konuşmaları, hayata bakışı, size ve başkalarına davranış biçimi, beden dili, sabrı, bakışı... Tüm bunlar size bir şey anlatır. Öğretmenin kendi hayatında yoga ile ne kadar "uyum" içinde yaşadığını görmek, onun sizi nereye taşıyabileceğini de gösterir.

Yoga öğretmeni bir bilgi aktarıcından çok, bir aynadır. Ve o ayna bazen sizi zorlayan şeyleri de gösterir. Ama samimi ve dengedeyse, o yolculuk şefkatle başlar.

Doğru öğretmeni bulduktan sonra, hangi türün size daha uygun olduğunu birlikte keşfetmek çok daha kolay olur.

Ve Son Olarak...

Benim de bu yolda bana ışık tutan, sadece bilgileriyle değil, duruşlarıyla, yaşamlarıyla ilham olan çok kıymetli öğretmenlerim oldu. Onlara da buradan gönülden bir şükran gönderiyorum.

İyi ki yollarımız kesişti, iyi ki yoga ile tanıştım. Yoga, bir yere varmak değil; her adımda kendine biraz daha yaklaşımdır.

Belki bir pozda değil, ama bir nefeste, bir duraksamada, bir anda başlar...

Ve içten gelen o sade soruyla devam eder: "Ben gerçekten burada mıyım?"



MANİSA Büyükşehir Belediyesi, yaklaşan Kurban Bayramı dolayısıyla ihtiyaç sahipleri için Kurban Bağış Kampanyası başlattı. İslami usullere göre, hijyenik ortamda kesilecek kurbanlar, kavurma yapılarak ihtiyaç sahiplerine ulaştırılacak.

Manisa Büyükşehir Belediyesi, bu yıl da kurban bağışında bulunmak

isteyen Manisalılarla ihtiyaç sahibi vatandaşlar arasında köprü olacak. Büyükşehir Belediyesi'nin dayanışmayı güçlendiren bu kampanyası ile vekaleti alınan bağışçıların kurban kesim işlemleri de Manisa Büyükşehir Belediyesi tarafından takip edilecek. Kesimler belediyenin bellediği mezbahalarda İslami usullere ve hijyen kuralla-

Büyükşehir ihtiyaç sahipleri için kurban bağışı topluyor

rina uygun yapılacak; temizlenen etler veteriner onay belgeli olacak şekilde belediyenin aşevine teslim edilecek. Etler kavurma yapılarak ihtiyaç sahibi vatandaşlara ulaştırılacak.

“KURBAN SOFRALARI SİZLERLE KURULSUN”

Büyükşehir Belediye Başkanı Ferdi Zeyrek, Kurban Bayramı öncesinde hayırsever vatandaşlara çağrıda bulunarak, kurban bağışı kampanyasına destek istedi. Zeyrek, “Manisa Büyükşehir Belediyesi olarak bu bayramda, hayırseverlerimizin bağışladığı

kurbanları ihtiyaç sahibi ailelerimize ulaştırarak dayanışma ruhunu büyütme istiyoruz. Kurban bağışı çağrımıza cevap veren hayırseverlerimiz, belediyemiz aracılığıyla ihtiyaç sahiplerine yardım eli uzatabilecek. Tüm hemşehrilerimizi bu kampanya katılmaya, dayanışmaya ortak olmaya davet ediyorum. Gelin, bu bayramda iyiliği birlikte çoğaltalım. Kurban sofraları sizin desteğinizle kurulsun, bayramın bereketi

hep birlikte paylaşılın” dedi. Kurban bağışında bu-

lunmak isteyen hayırseverler, 444 99 45 numaralı telefonda Manisa Büyük-

şehir Belediyesi ile iletişime geçerek detaylı bilgi alabilir. **Haber merkezi**

İLAN T.C. MANİSA 2. AİLE MAHKEMESİNDEN

ESAS NO : 2025/102 Esas

DAVALI : SERTAÇ BİRCAN - 27466317602 Refii ve Sevgi oğlu

Mahkemenizce dava dilekçesinde belirtilen adresinize dava dilekçesini bildirir davetiye çıkarılmış olup, adresinizden ayrıldığınız gerekçesiyle tebligat yapılamamıştır. Adres araştırmasından da bir netice alınamadığından dava dilekçesi ve duruşma gününün ilan tebliğine karar verilmiştir. Duruşma Günü: 02/10/2025 günü saat: 09:00'da duruşmada bizzat hazır bulunmanız veya kendinizi bir vekille temsil ettirmeniz, aksi takdirde **yokluğunuzda yapılan işlemlere itiraz edemeyeceğiniz**, yine davaya karşı **cevap, beyanlarınızı ile delil ve tanıklarınızı iki haftalık kesin süre içinde mahkememize bildirmeniz**, aksi takdirde HMK 140/5 maddesi uyarınca davalı tarafın delil, tanık bildirmekten vazgeçmiş sayılacağından tebligat yerine kaim olmak üzere 7201 sayılı kanunun 28 ve 29. maddesi gereğince ilan olunur.

Resmi İlanlar www.ilan.gov.tr'de

Basın: ILN02237558

TIBBİ SARF MALZEME SATIN ALINACAKTIR MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ HAFSA SULTAN HASTANESİ DÖNER SERMAYESİ

GÖZ HASTALIKLARI HİDROFOBİK MONOBLOK ASİFERİK PRE-LOADED GÖZ İÇİ LENSİ 21,5 G ALIMI mal alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecek olup, teklifler sadece elektronik ortamda EKAP üzerinden alınacaktır. İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:

İKN	: 2025/846789
1-İdarenin a) Adı	: MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ HAFSA SULTAN HASTANESİ DÖNER SERMAYESİ
b) Adresi	: UNCUBOZKÖY MH. Mimarşinan Sokak 189 45010 YUNUSEMRE/MANİSA
c) Telefon ve faks numarası	: 2362337068 - 2362337100
ç) İhale dokümanının görülebileceği ve e-imza kullanılarak indirilebileceği internet sayfası	: https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2-İhale konusu mal alımın a) Adı	: GÖZ HASTALIKLARI HİDROFOBİK MONOBLOK ASİFERİK PRE-LOADED GÖZ İÇİ LENSİ 21,5 G ALIMI
b) Niteliği, türü ve miktarı	: LENS ALIMI- 1 KALEM Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.
c) Yapılacağı/teslim edileceği yer	: Manisa Celal Bayar Üniversitesi Hafsa Sultan Hastanesi ile Tıp Fakültesi Dekanlığı ve Ekleri
ç) Süresi/teslim tarihi	: Sözleşme imzalandıktan sonra ihtiyaca binaen sipariş tarihinden itibaren 20 (yirmi) gün içerisinde Peyderpey teslim edilecektir. Siparişler yüklenicinin elektronik posta adreslerine gönderilecektir. Ayrıca fiziki evrak ve posta gönderilmeyecektir.
d) İşe başlama tarihi	: Sözleşme imzalandığı tarihten itibaren 3(üç) gün içinde işe başlanır.
3-İhalenin a) İhale (son teklif verme) tarih ve saati	: 01.07.2025 - 10:00
b) İhale komisyonunun toplantı yeri (e-tekliflerin açılacağı adres)	: Manisa Celal Bayar Üniversitesi İhale Odası Tıp Fakültesi Dekanlığı Binası 1.Kat Uncubozköy Yunussemre MANİSA

4. İhaleye katılabilme şartları ve istenilen belgeler ile yeterlik değerlendirmesinde uygulanacak kriterler:

4.1. İsteklilerin ihaleye katılabilmeleri için aşağıda sayılan belgeler ve yeterlik kriterleri ile fiyat dışı unsurlara ilişkin bilgileri e-teklifleri kapsamında beyan etmeleri gerekmektedir.

4.1.1.3. İhale konusu malın satış faaliyetinin yerine getirilebilmesi için ilgili mevzuat gereğince alınması zorunlu izin, ruhsat veya faaliyet belgesi veya belgelerine ilişkin bilgiler: ÜTS Belgesi

4.1.2. Teklif vermeye yetkili olduğunu gösteren bilgiler;

4.1.2.1. Tüzel kişiliklerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgiler idarece EKAP'tan alınır.

4.1.3. Şekli ve içeriği İdari Şartnamede belirlenen teklif mektubu.

4.1.4. Şekli ve içeriği İdari Şartnamede belirlenen geçici teminat bilgileri.

4.1.5 İhale konusu alımın tamamı veya bir kısmı alt yüklenicilere yaptırılamaz.

4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin belgeler ve bu belgelerin taşınması gereken kriterler: İdare tarafından ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin kriter belirtilmemiştir.

4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin belgeler ve bu belgelerin taşınması gereken kriterler:

4.3.1. Numune sunulması istenmektedir.

5. Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.

6. İhale yerli ve yabancı tüm isteklilere açık olup yerli mali teklif eden istekliye ihalenin tamamında % 15 (yüzde on beş) oranında fiyat avantajı uygulanacaktır.

7. İhale dokümanı EKAP üzerinden bedelsiz olarak görülebilir. Ancak, ihaleye teklif verecek olanların, e-imza kullanarak EKAP üzerinden ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.

8. Teklifler, EKAP üzerinden elektronik ortamda hazırlandıktan sonra, e-imza ile imzalanarak, teklife ilişkin e-anahtar ile birlikte ihale tarih ve saatine kadar EKAP üzerinden gönderilecektir.

9. İstekliler tekliflerini, her bir iş kaleminin miktarı ile bu iş kalemleri için teklif edilen birim fiyatların çarpımı sonucu bulunan toplam bedel üzerinden teklif birim fiyat şeklinde verilecektir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekli ile birim fiyat sözleşme imzalanacaktır.

10. Bu ihalede, işin tamamı için teklif verilecektir.

11. İstekliler teklif ettikleri bedelin %3'ünden az olmamak üzere kendi belirleyecekleri tutarda geçici teminat vereceklerdir.

12. Bu ihalede elektronik eksiltme yapılmayacaktır.

13. Verilen tekliflerin geçerlilik süresi, ihale tarihinden itibaren 120 (YüzYirmi) takvim günüdür.

14.Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.

15. Diğer hususlar:

Teklif fiyatı ihale komisyonu tarafından aşırı düşük olarak tespit edilen isteklilerden Kanunun 38 inci maddesine göre açıklama istenecektir.

Resmi İlanlar www.ilan.gov.tr'de

Basın: ILN02238715

Yunusemre'de Kurban Bayramı hazırlıkları tamamlandı

YUNUSEMRE ilçesinde kurban kesim yerleri belli oldu. İlçede ayrıca arife günü 2 noktada pazar kurulacak. Belediye ekipleri vatandaşların mağdur olmaması amacıyla bayram süresince teyakkuzda olacak.

İlçede vatandaşların Kurban Bayramı'nı en güzel şekilde geçirmesi için çalışan Yunussemre Belediyesi, bayram hazırlıklarını tamamladı. Yunussemre'de vatandaşlar, Laleli, Karaköy, Horozköy ve Muradiye Pazaryeri ile İtfaiye bahçesinde kurbanını kesebilecek. Kurban kesim yerlerinde vatandaşlara askılık, poşet, çay ve su dağıtımı yapılacak. Kesim noktalarının dışındaki sokaklarda, meydanlarda, caddelerde, parklarda ve kamuya ait olan yerlerde kurban kesimi yapan kişilere kaymakamlık bünyesinde oluşturulan



komisyon tarafından cezai işlem uygulanacak.

ARİFE GÜNÜ PAZAR 2 NOKTADA KURULACAK

İlçede ayrıca arife günü Muradiye ve Horozköy pazarı kurulacak. Vatandaşlar bayram öncesi alışverişlerini bu pazarlardan yapabilecek. Yunussemre Belediye Başkanı Semih Bala-

ban, çalışmalara ilişkin yaptığı açıklamada, “Kurban Bayramı için hazırlıklarımızı tamamladık. Bayram süresince tüm ekiplerimiz teyakkuzda olacak.

Vatandaşlarımızın bayramlarını en güzel şekilde geçirmeleri için birimlerimizce çalışmalarımızı sürdüreceğiz” diye konuştu. **Haber merkezi**

Şehitlerimizin emanetleri lunaparkta bayram coşkusu yaşadı



MANİSA'NIN Turgutlu ilçesinde Kurban Bayramı öncesinde şehit ve gazi çocukları, aileleriyle birlikte lunaparkta gönüllerince eğlendi. Tamamen ücretsiz gerçekleştirilen etkinlikte çocukların mutluluğu yüzlerine yansırken, Türkiye Harp Malulü Gaziler Şehit Dul ve Yetimleri Derneği Manisa Şube Başkanı Gazi Yusuf Kıyışkan, "Şehitlerimizin ve gazilerimizin aileleri, milletimizin vicdanı, onuru ve özüdür. Sağlanan her imkan, geçmişe saygının ve geleceğe umutla bakmanın gösterge-

sidir." dedi.

Lunapark işletmecisi Ferzande Sayan'ın tüm lunapark hizmetlerini ücretsiz olarak sağlamasıyla şehit ve gazi çocukları ile aileler bayram öncesi mutluluğu doyuyaşıyor. Turgutlu'daki etkinlikte, çocukların mutluluğu gözlerine yansdı.

Türkiye Harp Malulü Gaziler Şehit Dul ve Yetimleri Derneği Manisa Şube Başkanı Gazi Yusuf Kıyışkan, etkinlikte ilgili yaptığı açıklamada, şehit ve gazi ailelerine verilen her desteğin sadece

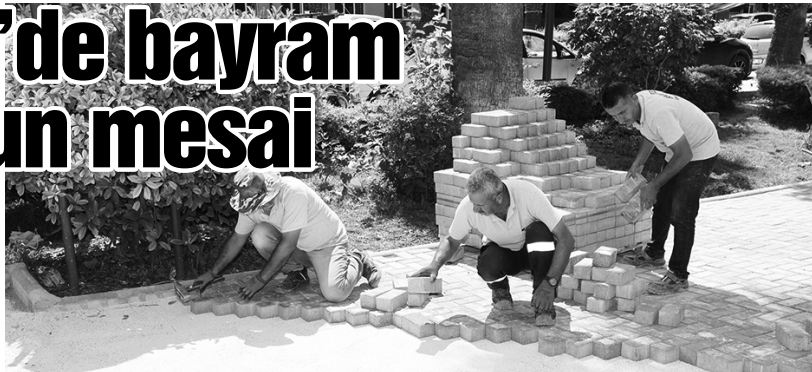
bir yardım değil, aynı zamanda bir vefa borcu ve toplumsal sorumluluk olduğunu ifade etti. Kıyışkan, "Şehitlerimizin ve gazilerimizin aileleri, milletimizin vicdanı, onuru ve özüdür. Sağlanan her imkan, geçmişe saygının ve geleceğe umutla bakmanın göstergesidir." dedi.

Başkan Kıyışkan, etkinliğin organizasyonunda emeği geçen ve gayretiyle örnek bir dayanışma sergileyen Ahmet İter'e ve ASEL Lunapark İşletmecisi Ferzande Sayan'a teşekkürlerini iletti.

Türkiye Harp Malulü Gaziler Şehit Dul ve Yetimleri Derneği tarafından yapılan çağrıda, bayramda şehit mezarlarının ziyaret edilmesi ve özellikle kimsesi olmayan şehitlerin mezarlarına sahip çıkılması istendi. "Şehit emaneti tebusüm ederse, vatan ışıldar. Ve o ışık, hepimizin yolunu aydınlatır" diyen Gazi Yusuf Kıyışkan, başta şehit ve gazi aileleri olmak üzere tüm milletin Kurban Bayramı'nı kutladı. **İHA**

Şehzadeler'de bayram öncesi yoğun mesai

KURBAN Bayramı'na sayılı günler kala Şehzadeler Belediyesi, ilçe genelinde çalışmalarını yoğunlaştırdı. Vatandaşların bayramı huzur ve güven içinde geçirmesi için belediyeye bağlı ekipler, birçok alanda eş zamanlı olarak sahada görev yapıyor. Zabıta Müdürlüğü ekipleri, ilçe genelindeki market ve alışveriş noktalarında fiyat etiketi ve hijyen denetimlerini aralıksız sürdürüyor. Fahiş fiyat ve etiket uygunsuzluklarına karşı hassasiyet gösteren ekipler, kurallara uymayan işletmelere ge-



rekli uyarıları yapıyor.

Park ve Bahçeler Müdürlüğü'ne bağlı ekipler ise ilçe genelindeki parklar, yeşil alanlar ve çocuk oyun alanlarında bakım ve düzenleme çalışmalarını titizlikle yürütüyor.

Çim biçiminden ağaç budamaya, ot temizliğinden peyzaj dü-

zenlemelerine kadar pek çok alanda çalışma gerçekleştiren ekipler, bayram süresince vatandaşların rahatça vakit geçirebileceği ortamlar hazırlıyor. Manisa Şehitliğinde de hummalı bir çalışma yürüten ekipler, şehitliklerde detaylı bakım ve temizlik çalışması yürütüyor. **Haber merkezi**

Uzmanından kurban eti tüketimi önerisi



BAYRAM sofralarında etin ölçüsüzce tüketilmesinin kalp-damar, gut, hipertansiyon ve böbrek hastaları için tehlike oluşturabileceğine dikkat çeken Diyetisyen Pakize Gizem Akgül, "Kırmızı et içerdği bazı B grubu vitaminler, folik asit ve demir içeriği sayesinde faydalı olsa da her gün ve her öğün tüketildiğinde sağlık sorunlarını beraberinde getirebilir" dedi. Kurban Bayramı öncesi uzmanlar, ilk gün dinlendirilmeden yenilen etin zararlarına dikkat çekti. Öğünlerde genellikle ölçü-

nün kaçabildiği Kurban Bayramı'nda sağlıklı beslenme prensiplerini hatırlatan Acıbadem Beslenme ve Diyet Uzmanı Pakize Gizem Akgül, İhlas Haber Ajansı'na açıklamalarda bulundu.

"ETİN ÇİĞNENMESİ ZOR OLUR"

Kurban etinin kesildikten hemen sonra tüketilmesinin sindirim sistemi açısından zararlı olduğuna işaret eden Diyetisyen Akgül, "Bayramın ilk günü sabah saatlerinde kesilen etler, öğlen sofralarda yerini alı-
yor.

Ancak kesildikten hemen sonra tüketilen et sağlık sorunu yaşamınıza neden olabilir. Yeni kesilmiş et serttir ve sindirimi zordur.

Çiğnemesi zordur, mideyi yorar.Etin hem yumuşaması hem de lezzetinin oturması için en az 12-24 saat buzdolabında dinlendirilmesi gerekir" diye konuştu.

"DİNLENMEDEN PİŞİRİLEN ET SİNDİRİM SORUNLARINA NEDEN OLUR"

Etin bekletme süresinin hem mide-bağırsak sistemi hem de pişirme kalitesi açısından önemli olduğunu vurgulayan Diyetisyen Akgül, "Dinlenmeden pişirilen et hem lezzet açısından yetersiz kalır hem de hazımsızlık, şişkinlik gibi sindirim sorunlarına neden olabilir.

Özellikle yaşlı bireyler ve mide hassasiyeti olanlar bu noktaya dikkat etmelidir" ifadelerini kullandı.

Kurban Bayramı'nda mangalın sık tercih edilen bir pişirme yöntemi olduğunu hatırlatan Akgül, "Mangalda pişirme sırasında etin yüzeyinin

yanması, protein yapısının bozulmasına ve sağlıksız birleşiklerin oluşmasına neden olur.

Bu yüzden etin ateşe çok yakın temas etmemesi gerekir. Kızartma ve kavurma gibi yöntemlerden uzak durulmalı, mümkünse etler ızgara, haşlama veya fırında pişirilmelidir. Ayrıca ete pişirme sırasında yağ eklenmemeli, kuyruk yağı veya tereyağı gibi ilave yağlar hem kolesterolü yükseltiyor hem de kalp hastaları için ciddi bir risk oluşturuyor" diye konuştu.

"KRONİK HASTALIĞI OLANLAR TEK ÖĞÜNLE SINIRLANDIRMALI"

Kurban Bayramı boyunca etin günde üç öğün tüketilmesinin yaygın ancak sağlık açısından çok önerilmeyen bir alışkanlık olduğuna değinen Akgül, "Bayramda neredeyse her öğün et tüketiliyor. Ancak bu özellikle kalp, şeker, gut ve böbrek hastaları için son derece tehlikeli. Kırmızı etin proteinini önemli olsa da fazlası vücudu zorlar. Kronik rahatsızlığı olan bireylerin et tüketimini günde bir öğünle sınırlandırır-

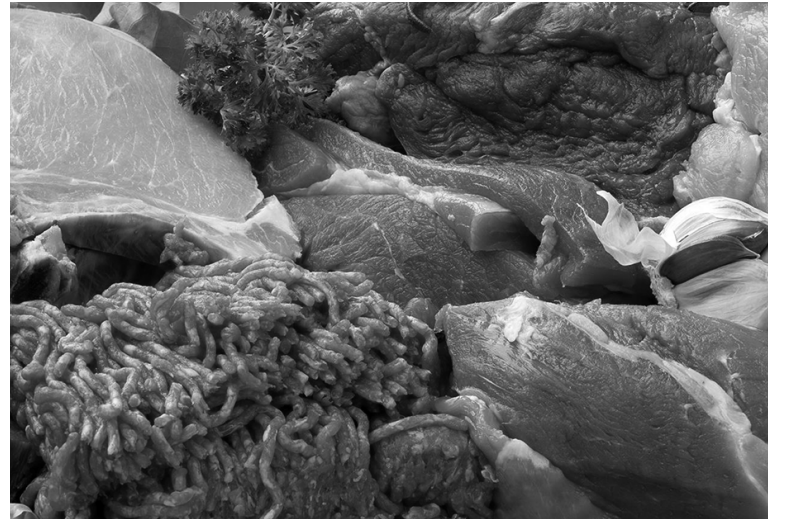
ması daha sağlıklı bir tercih olacaktır" şeklinde konuştu.

"ETLER SOĞUK HAVADA SAKLANMALI"

Etin sebzeler ve salatayla dengelenmesi gerektiğini belirten Akgül, etin uygun şartlarda saklanması gerektiğini vurgulayarak şunları söyledi:

"Etin yanında bol yeşillik, salata, yoğurt ya da zeytin yağı sebze yemekleri tüketilerek hem besin çeşitliliği sağlanır hem de sindirim kolaylaşır. Kurban eti mutlaka eksi 18 derecede dondurulmalı. Etin buzdol-

abına konulmadan önce bir süre dışarıda bekletilmesi, sıcak ortamda kalması bakteriyüremesine zemin hazırlar. Bu da ciddi gıda zehirlenmelerine neden olabilir. Etler yemeklik porsiyonlara bölünmeli, yağlı kağıda ya da buzdolabı poşetine sarılarak derin dondurucuya konulmalı. Bu şekilde eksi 18 derecede 6 ila 12 ay arasında güvenle saklanabilir. Ancak çözdürülen et kesinlikle yeniden dondurulmamalı. Çözdürme işlemi oda sıcaklığında değil, buzdolabının alt rafında yavaş yavaş yapılmalı." **İHA**



YAZ aylarında sık karşılaşılan gıda zehirlenmeleri hakkında uyanılarda bulunan İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Serpil Öztürk, "Gıda zehirlenmeleri, kontamine gıdaların tüketilmesiyle ortaya çıkan sağlık sorunlarıdır. Özellikle yaz aylarında artan sıcaklık ve nem, uygunsuz hijyen koşullarının da etkisiyle mikroorganizmaların çoğalmasını hızlandırdığından bu tür zehirlenmelerin görülme sıklığı da artar. Açıkta satılan yiyecekler, özellikle hijyen standartlarına dikkat edilmeyen ortamlarda mikroorganizmalara maruz kalabilir" dedi.

İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Serpil Öztürk, yaz aylarında sık görülen gıda zehirlenmeleri hakkında açıklamalarda bulundu.

Gıda zehirlenmelerinin ne-

denlerine değinen Uzm. Dr. Öztürk, "Gıda zehirlenmeleri, kontamine gıdaların tüketilmesiyle ortaya çıkan sağlık sorunlarıdır. Özellikle yaz aylarında artan sıcaklık ve nem, uygunsuz hijyen koşullarının da etkisiyle mikroorganizmaların çoğalmasını hızlandırdığından bu tür zehirlenmelerin görülme sıklığı artar.

Gıda zehirlenmeleri çoğunlukla mikroorganizmalar (bakteriler, virüsler, parazitler), toksinler (mikrobiyal toksinler, doğal toksinler) ve kimyasal kontaminantlar (pestisit, ağır metal, temizlik maddeleri kalıntıları) kaynaklıdır. En sık görülen neden enfeksiyöz ajanlardır. İnsanlara kontamine su, kötü saklama koşulları veya hijyenik olmayan gıda hazırlama süreçleriyle bulaşabilir ve ciddi sorunlara neden olabilirler. Dünya

Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre, her yıl milyonlarca insan gıda kaynaklı hastalıklar nedeniyle sağlık birimlerine başvurmaktadır" diye konuştu.

"EN SIK ZEHİRLENMEYE NEDEN OLAN 6 MİKROORGANİZMA"

Uzm. Dr. Öztürk, gıda zehirlenmelerine en sık neden olan mikroorganizmaları şöyle sıraladı:

"Norovirüs: Özellikle toplu alanlarda hızla yayılır, genellikle çiğ kabuklu deniz ürünleri ve kontamine içme suyuyla bulaşır. Salmonella spp.: Özellikle çiğ veya az pişmiş tavuk, yumurta ve süt ürünlerinde bulunur. Escherichia coli (özellikle EHEC): Kontamine kıyma, çiğ sebzeler ve pastörize edilmemiş süt ürünlerinde bulunabilir.

Listeria monocytogenes: Soğuk ortamda dahi çoğalabilir; süt ürünleri, hazır sandviçler ve çiğ sebzeler risklidir. Clostridium perfringens: Toplu yemek servislerinde sık görülür, pişirilip yeterince soğutulmayan gıdalarda çoğalır. Staphylococcus aureus:

İnsan cildinden bulaşır, toksin üretir; sütü tatlılar, sandviçler ve kremalı gıdalara da risklidir."

"GÜNEŞ ALTINDA UZUN SÜRE BEKLEMİŞ GIDALARDA BAKTERİ ÜREMESİ KOLAYLAŞIR"

Yaz aylarında riskli gıdalardan bahseden Uzm. Dr. Öztürk, "Açıkta satılan yiyeceklerin, özellikle hijyen standartlarına dikkat edilmeyen ortamlarda mikroorganizmalara maruz kalabileceğine dikkat çeken Uzm. Dr. Öztürk, "Güneş altında uzun süre beklemiş gıdalarda bakteri üremesi kolaylaşır. Çapraz bulaşma (pişmiş gıdaya çiğ gıdanın teması) sık görülür. Temiz su ve el hijyeni eksikliği, pişmiş yemeklerin uzun süre dışarıda bekletilmesi kontaminasyon riskini artırır. Soğuk zincirin bozulması (özellikle dondurulmuş ürünlerde) bakteriyel üremeye neden olur" dedi.

"AÇIK BÜFEDEKİ YİYECEKLERE DİKKAT"

Gıda zehirlenmesinde görülebilecek belirtilere dikkat çeken Uzm. Dr. Öztürk, "Bulantı, kusma, karın ağrısı, kramplar

ve ishal (kanlı ve şümüklü olabilir) görülebilir. Ateş, halsizlik, baş dönmesi ve kas ağrısı da diğer belirtiler arasındadır. Şiddetli ve geçmeyen ishal (özellikle 3 günden uzun süren), kanlı dışkılama, yüksek ateş, ağız kuruluğu, idrar azalması ve idrar renginde koyulaşma (dehidratasyon) varsa mutlaka doktora başvurulmalıdır."

"EVDE YAPILMASI GEREKENLER"

Gıda zehirlenmesinde evde ilk yapılması gerekenleri anlatan Uzm. Dr. Öztürk, "Bol su içilmelidir. Dehidratasyonu önlemek için önemlidir. Kusturmaya çalışmak önerilmez. Probiyotik yoğurt veya hafif yiyecekler başlanabilir.

Sebze ve meyve gibi lifli gıdalar bağırsak hareketlerini hızlandıracığı için aktif dönemde önerilmez. Haşlanmış patates, makarna, pirinç lapası gibi yiyecekler öncelikle tercih edilebilir.

Ateş ve karın ağrısı için uygun ağrı kesiciler alınabilir, ancak antibiyotik her durumda uygun değildir, gereksiz alınma-

malıdır. Şiddetli semptomlarda, özellikle çocuklar ve yaşlılarda tıbbi yardım alınmalıdır" ifadelerini kullandı.

"KORUYUCU ÖNLEMLER"

Alınabilecek önlemleri vurgulayan Uzm. Dr. Öztürk, "Yemekleri birden fazla kez ısıtmak önerilmez. Mikrodalgalı kullanılıyorsa homojen ısınma sağlanmalıdır. Soğutulmuş gıdalar tekrar ısıtılmadan önce buzdolabında çözdürülmeli. Eller yemekten önce ve sonra yıkanmalıdır.

Çiğ gıda ile pişmiş gıdanın temasının önlenmelidir. Gıdalar uygun ısıda pişirilmelidir. Sokakta satılan yiyeceklerden kaçınılmalıdır. Gıdalar uygun şekilde buzdolabında saklanmalıdır. Son kullanma tarihine dikkat edilmelidir. Sebze ve meyveler iyi yıkanmalıdır. Basit pişirme ve saklama teknikleri uygulamak, açıkta satılan yiyeceklerle dikkat etmek bu zehirlenmelerin büyük çoğunluğunu önleyebilir" diyerek açıklamalarını sonlandırdı. **İHA**

Anne adaylarına kurban bayramı uyarısı

KURBAN Bayramı tatili için yola çıkacak ve kurban eti tüketecek anne adaylarına uzmanlardan uyarı geldi. Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Tuğba Sekmenli Tursun, yola çıkan hamilelerin 2 saat üzerindeki yolculuklarında molayla birlikte yürüyüş yapmaları, et tüketirken ise pişmesi ve yağ oranına dikkat edilmesi noktasında önerilerde bulundu.

Bayram tatili öncesi yola çıkacak anne adaylarının yolda geçirilen sürenin 2 saat üzerine çıkması halinde mola verilerek 5 dakikalık yürüyüş

tavsiyesinde bulunan uzmanlar, anne adayında bacak ödem, varis artışı ve emboli gibi risklerin en aza indirilmesi noktasında önem taşıdığını vurguladı. Kadın Hastalıkları ve Doğum Bölümünden Op. Dr. Tuğba Sekmenli Tursun, "Özellikle araçla seyahat planlanıyorsa, 2 saat ve üzerinde bir yolculuk yapacaksa mutlaka anne adayının kısa kısa molalar verip 5'er dakikalık yürüyüşler yapmasını istiyoruz.

Bu sayede anne adayının bacaklarında ödem, varis artışı ve emboli gibi riskler mini-

malize olacaktır. Bunun dışında annenin seyahat etmeyi planladığı bölgede, sıcak mekanlar olan kaplıca, hamam, sauna gibi bölgelerden uzak durması gerekiyor. Çünkü vücut ısısının 39 derece ve üzerinde olduğu sıcaklıklarda fetus olumsuz etkileniyor ve bunu da unutmamamızda fayda var.

Yine seyahat süresince tropikal bölgelere ve hijyen probleminin olduğu yerlere gebelik boyunca seyahat önermiyoruz enfeksiyon riski nedeniyle. Bunların yanı sıra anne adaylarına, gebelik boyunca önerdiğimiz yarım saatlik günlük yürüyüşlere seyahat süresince de devam edebilirler. Bunu yaparken özellikle yaz aylarında olmamız nedeniyle, saat 12.00 ile 15.00 aralığı dışındaki zaman dilimlerinde tercih edilmelidir. Yürüyüşler sırasında koruyucu şapka, gözlük ve koruyucu krem kullanımını özellikle gebelik maskesi gibi cilt lezyonlarını minimize etmesi adına öneriyoruz" dedi.

Tatile giden hamilelere deniz konusunda öneride bulunan Op. Dr. Tuğba Sekmenli

Tursun, "Deniz mi, havuz mu bizlere çok sorulmakta ve biz deniz olarak öneride bulunuyoruz. Nedeni ise tabii ki çok daha güvenli alternatif, enfeksiyon riskinin daha az olması nedeniyle ve takip eden hekim görüşü, seyahat öncesi mutlaka alınmalıdır.

Çünkü bizler bazen özellikle yüksek risk grubundaki gebelere, seyahat yasağı koyduğumuz dönemler olabiliyor. Ve son olarak da seyahat planlanan bölgede acil bir durumda başvurulacak olan sağlık noktası, sağlık kuruluşu neresi daha önceden not edilmeli ve bilinmeli.

Biliyorum olmasın ama acil durumlarda büyük kolaylık sağlayacaktır" şeklinde konuştu.

"AZ PİŞMİŞ OLAN ET GRUBUNDA ENFEKSİYONLARIN İHTİMALİ DEVAM ETMEKTE"

Kurban Bayramı nedeniyle et tüketimi noktasında da uyanılarda bulunan Op. Dr. Tuğba Sekmenli Tursun, "Tüketilecek olan etlerin mutlaka iyi pişmiş olarak tüketilmesi gerekiyor. Az pişmiş olan et



grubunda brusella, tokso-plazma ve tenya gibi enfeksiyonların ihtimali devam etmekte. Çok aşırı pişmiş et grubunda, protein içeriğinin azaldığını biliyoruz ve yine yanmış et grubu da akrilamid içeriği nedeniyle anne adaylarına önerilen besin gruplarında değildir.

Bunların yanı sıra özellikle etlerin çok yağlı ve çok tuzlu tüketilmesi de hem tansiyon hem de kolesterol dengesiyle ilgili problemleri beraberinde taşıyabileceği için anne adaylarına önerilmez.

Bize çokça sorulan sakatat grubu besinleri de gebelikte hamileliğin başından sonuna

kadar önermiyoruz. Bunun sebebi de yüksek doz A vitamini fetus bebek üzerinde toksik etkileri olabilir. Bu nedenle gebelikte güvenli besin grubu değildir. Etleri tüketirken daha sağlıklı olması adına bol yeşillik ve salatayla alınmış olması durumunda etin içeriğindeki demirin çok daha iyi emileceğini biliyoruz.

Beslenmeyle ilgili bir de tatlılarla ilgili şunu söyleyebiliriz.

Özellikle glisemik indeksi yüksek şerbetli tatlılar yerine, süt tatlılarının tercih edilmesi anne adayları için çok daha sağlıklı bir alternatif olacaktır" diye konuştu. **İHA**



KALPTEN KALBE,
İYİLİK VE AFİYETLE

KURBAN BAYRAMI'MIZ

MÜBAREK OLSUN



MİMAR
FERDİ ZEYREK
MANİSA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYE
BAŞKANI