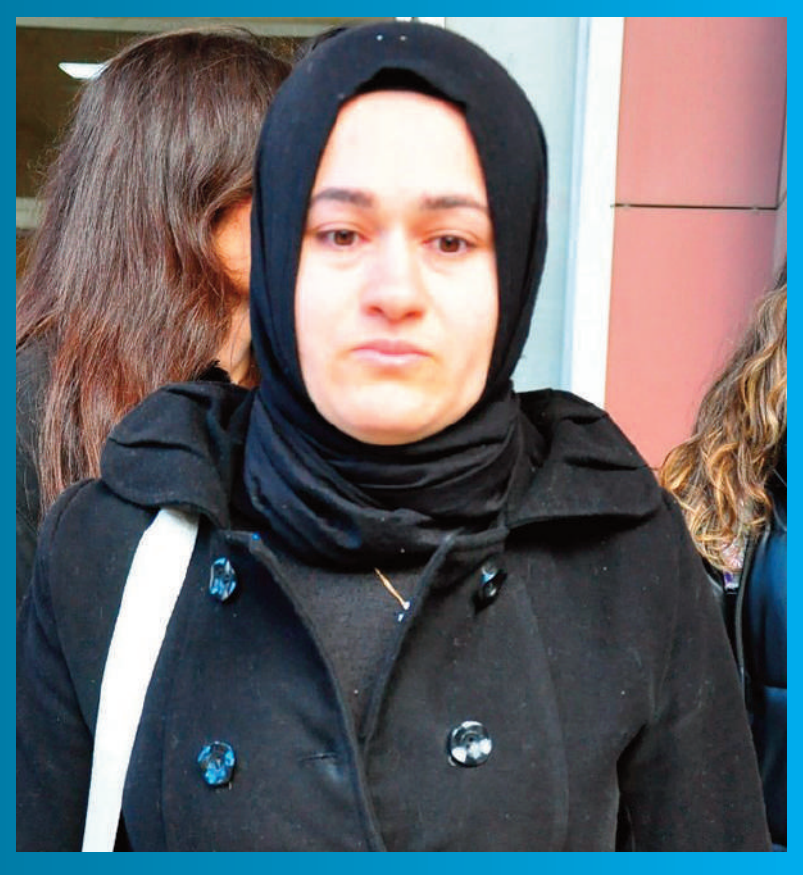
MANİSA OLAY
Günlük-Siyasi-Aktüel Gazete
Manisalının günlük gazetesi

10 Aralık 2025 Çarşamba | www.manisakulishaber.com | 7 Lira

Manisa'da boşanma aşamasında olduğu eşi tarafından saldırıya direndiği için defalarca bıçaklanan ve ölümden dönen 2 çocuk annesi Elvan Özerdim, yaşadıklarını gözyaşlarıyla anlatarak tek isteğinin adalet olduğunu söyledi

ÖLÜMDEN DÖNEN ELVAN ADALET İSTİYOR!



Manisa'nın Yunusemre ilçesinde, boşanma aşamasındaki eşinin cinsel saldırısına direndiği için defalarca bıçaklanarak ağır yaralanan ve 6 gün yoğun bakımda kalan 2 çocuk annesi Elvan Özerdim, tutuklu yargılanan eşi Olcay Ö.'nün ceza davası çıkışında yaşadığı dehşet anlarını anlatırken adalet istediğini söyledi.

AVUKAT ARCAK: OLABİLECEK EN YÜKSEK CEZAYI ALMASI İÇİN ELİMİZDEN GELENİ YAPACAĞIZ

MANİSA'NIN Yunusemre ilçesi Tevfikiye Mahallesi'nde 19 Mayıs 2025 tarihinde yaşanan olayda 3. kez boşanma davası açtığı eşi Olcay Ö. (40) tarafından önce cinsel saldırıya uğrayan ve buna direndiği için 5 kez ölümcül bıçak darbeleriyle ağır yaralanan 34 yaşındaki 2 çocuk annesi Elvan Özerdim geçirdiği sayısız ameliyatların ardından hayata yeniden tutundu. Birçok kadının ölümle sonuçlanan yaşadığı şiddetten ağır yaralı kurtulan Elvan Özerdim tutuklu yargılanan eşi Olcay Ö.'nün hak ettiği cezayı alması için sonuna kadar mücadele edeceğini söyledi. Elvan Özerdim'in avukatı Yalçın Arcak ise duruşma sonrası yaptığı açıklamada, "Bu adliye önünde çok kere basın açıklamaları yaptık, eylemler yaptık kaybettiğimiz birçok kız kardeşim için eylemler yaptık. Davalara katıldık. Bugün şanslıyız ki Elvan Hanım yanımızda. Şu an bu cani, tutuklu inşallah gün yüzü de görmez. Bir hukukçu olarak bunu sağlamak için elimden geleni yapacağım. Karşı taraf kasten yaralama iddiasında bulunuyorlar. Yaralama kastıyla hareket ettiklerini söylüyorlar. Ama müvekkilim beş bıçak darbesi alıyor. Beş bıçak darbesinin beşi de ölümcül darbeler. Tamamen öldürmeye yönelik hareket etmiştir. Biz olabilecek en yüksek cezayı alması için elimizden geleni yapacağız." diye konuştu. 3'te

CHP Soma'da yaprak dökümü

CHP Soma'da istifa dalgası büyüyor. Ramazan Kocabıyık, partisinden ayrıldığını açıklayarak Belediye Meclisi'ndeki görevine bağımsız üye olarak devam edeceğini duyurdu. 4 Aralık'ta Belediye Meclis Üyesi Mustafa Doğanay'ın ayrılmasının ardından, kısa süre içinde bir istifa daha gelmiş oldu. 6'da

MHP Siyaset Okulu'nda Manisa'ya iki mezun birden

SERTİFİKALARINI MHP LİDERİ DEVLET BAHÇELİ VERDİ

MİLLİYETÇİ Hareket Partisi (MHP) Genel Merkezi tarafından teşkilat yapılanmasını güçlendirmek ve partiye nitelikli kadrolar kazandırmak amacıyla düzenlenen 22. Dönem Siyaset ve Liderlik Okulu, bu yıl da Türkiye'nin dört bir yanından katılan temsilcilerle mezuniyet sürecini başarıyla tamamladı. Programdan bu yıl 40 kişi mezun olurken, 16 yıl içerisinde toplam 780 kişi sertifika almaya hak kazandı. Manisa'yı temsilen programa katılan iki isim, Merkez'den Haşim Çimen ve Akhisar'dan Ahmet Çiçer, mezun olarak hem şehirlerine hem de teşkilatlarına büyük bir gurur yaşattı. 6'da

Şehir Hastanesi'nden Gülşah Durbay açıklaması

MANİSA Şehir Hastanesi, kolon kanseri tedavisi gören Şehzadeler Belediye Başkanı Gülşah Durbay'ın çoklu organ yetmezliği tanısıyla yoğun bakımda takip edildiğini açıkladı. Tedavisi bir süredir devam eden Başkan Durbay'ın, kan değerlerindeki bozulmalar nedeniyle 1 Aralık'ta Dahiliye Servisine yatırıldığı belirtildi. Ardından organ fonksiyonlarında tespit edilen olumsuzluklar üzerine yoğun bakıma alındığı açıklandı. 6'da

Görme engellilere Braille okuma yazma kursu

MANİSA'DA görme engelli bireylerin eğitim olanaklarına erişimini güçlendirecek önemli bir adım atıldı. Altınokta Körler Derneği Manisa Şubesi ile Şehzadeler Halk Eğitim Merkezi işbirliğiyle görme engelliler için 120 saatlik Braille okuma yazma kursu başlatıldı. Kurs, hafta içi iki gün Altınokta Dr. İbrahim Türek Eğitim ve Kültür Merkezinde yapılacak. 2'de

Manisa'da yanan alanlar yeniden hayat buluyor!

11.11.2025 Milli Ağaçlandırma Günü'nde "Geleceğe Nefes, Dünyaya Nefes" sloganıyla başlatılan proje çerçevesinde Manisa'da 162 yangında zarar gören 4 bin 562 hektarlık alanın yeniden yeşertilmesi için çalışmalar sürüyor. Proje kapsamında il genelinde 3,1 milyon fidan ve 5,9 milyon tohumun toprakla buluşturulması hedefleniyor. 4'te

Manisa'da görme engellilere Braille okuma yazma kursu

Burhan AKDEMİR

ALTINOKTA Körler Derneği Manisa Şubesi ile Şehzadeler Halk Eğitim Merkezi işbirliğiyle görme engelliler için 120 saatlik Braille okuma yazma kursu başlatıldı. Kurs, hafta içi iki gün Altınokta Dr. İbrahim Türek Eğitim ve Kültür Merkezinde yapılacak.

Manisa'da görme engelli bireylerin eğitim olanaklarına erişimini güçlendirecek önemli bir adım atıldı. Altınokta Körler Derneği Manisa Şubesi ile Şehzadeler Halk Eğitim Merkezi işbirliğinde açılan Braille okuma yazma kursu, okuryazarlık oranlarını artırmayı hedefliyor. Toplam 120 saat sürecek eğitimler Salı ve Çarşamba günleri gerçekleştirilecek. Kursun açılışı kurum yöneticileri tarafından yerinde incelendi.

BRAİLLE OKUMA YAZMA KURSU MANİSA'DA EĞİTİM İÇİN YENİ BİR KAPI AÇTI

Görme engelli bireylerin okuma yazma öğrenmesi amacıyla açılan kurs, Altınokta Dr. İbrahim Türek Eğitim ve Kültür Merkezinde başladı. Şehzadeler Halk Eğitim Merkezi Müdürü İlyas Kayaokay ile kurum yöneticileri Hatice Büyükaltay ve Necdet İnce, kursu ziyaret ederek incelemelerde bulundu.

Kursun haftada iki gün düzenli olarak devam edeceği ve toplamda 120 saatlik bir eğitim programı olduğu belirtildi.

Altınokta Körler Derneği Manisa Şube Başkanı Arif Zengin, kabartma yazının görme engelliler açısından taşıdığı öneme dikkat çekti.

"Kabartma yazı bilmeyen bir kişi okuryazar olarak kabul edilemez. Görme engellinin mutlaka bilmesi gerekiyor" diyen Zengin, kabartma yazının özel araç-gereçlerle, tablet-kalem sistemiyle oluşturulduğunu ifade etti.

Zengin, Türkiye'de engellilerde okuryazarlık oranının düşük olduğuna vurgu yaparak şu bilgileri paylaştı: "Genel nüfusta okuryazarlık oranı yüzde 98'in üzerinde ancak engellilerde bu oran yüzde 76. Engel durumuna rağmen okuyup yazabilecek bireylerin yüzde 24'ü okuma yazma bilmiyor."

Eğitim imkanlarına erişimde büyük güçlükler olduğuna dikkat çeken Zengin, "Bu tabloyu halk eğitimle ve özel geliştirilmiş eğitim politikalarıyla aşabiliriz" dedi.

"HER BİREY İÇİN EĞİTİM" ANLAYIŞIYLA BAŞLATILAN ÇALIŞMA

Şehzadeler Halk Eğitim Merkezi Müdürü İlyas Kayaokay, kurs açılışında yaptığı konuşmada eğitimin toplumun tüm bireylerine eşit şekilde ulaştırılması gerektiğini vurguladı.

Kayaokay, "Bu kurs sadece bir eğitim değil; duyarlılığın, empati kültürünün ve her bireyin değerli olduğu anlayışımızın somut bir göstergesidir" ifadelerini kullandı.

Görme engelli bireylerin sosyal hayata ve istihdama güçlü katılım sağlayabilmesi için Braille eğitimlerinin önemine dikkat çeken Kayaokay, kursiyerlere teşekkür ederek desteklerinin süreceğini belirterek "Kursiyerlerimizin azmi olmasaydı bugün burada olmazdık. Talepler sürdüğü müddetçe farklı kurslar açmaya hazırız" dedi.

Kursa eğitim veren öğretmen Gülsüm Ergene, Braille yazısının öğrenilmesinin görme engelli bireylerin günlük yaşam ve eğitim hayatı için kritik önem taşıdığını ifade etti. Ergene'nin yönlendirmeleriyle kursiyerlerin programa daha hızlı adapte olacağı belirtildi.

MANİSA Olay
Günlük-Siyasi-Aktüel Gazete
10 Aralık 2025 Çarşamba

HAVA DURUMU
İl ve ilçe merkezlerinde 3 günlük hava tahmini

Çar	Per	Cum
12° 2°	12° 2°	13° 2°

NÖBETÇİ ECZANELER

KAYA ECZANESİ	0236 238 18 18
DERMAN ECZANESİ	0236 231 30 91
KARAKÖY ECZANESİ	0236 234 19 99
NEŞE ECZANESİ	0236 234 34 33

GÜNÜN OLAYI

1817 - Mississippi, Amerika Birleşik Devletleri'nin 20. Eyaleti olarak birliğe katıldı.
1863 - Londra metrosu açıldı.
1877 - Osmanlı Rus Savaşı: Rus ordusu 5 aydır süren kuşatma sonrası Plevne'yi aldı.
1898 - İspanyol-Amerikan Savaşı sonrası Küba, İspanya'dan bağımsızlığını kazandı.
1901 - İlk Nobel ödülleri verildi.
1902 - Mısır'da Nil nehri üzerinde inşa edilen Aswan Barajı hizmete girdi.
1906 - Theodore Roosevelt, Rus-Japon Savaşının sona ermesinde oynadığı ara bulucuculuk rolünden dolayı, Nobel Barış Ödülü'nü alan ilk Amerikalı oldu.
1925 - İrlandalı yazar George Bernard Shaw, Nobel Edebiyat Ödülü'nü aldı.
1975 - Rus bilim insanı Andrey Saharov, Nobel Barış Ödülü'nü aldı.
1977 - İstanbul Toptaşı Cezaevi'nden 9 siyasi tutuklu kaçtı.

Manisa'da boşanma aşamasındaki eşi tarafından defalarca bıçaklanan kadın dehşet anlarını anlattı

Ölümden dönen Elvan adalet istiyor!

MANİSA'NIN Yunusemre ilçesinde, boşanma aşamasındaki eşinin cinsel saldırısına direndiği için defalarca bıçaklanarak ağır yaralanan ve 6 gün yoğun bakımda kalan 2 çocuk annesi Elvan Özerdim, tutuklu yargılanan eşi Olcay Ö.'nün ceza davası çıkışında yaşadığı dehşet anlarını anlatırken adalet istediğini söyledi.

Manisa'nın Yunusemre ilçesi Tevfikiye Mahallesi'nde 19 Mayıs 2025 tarihinde yaşanan olayda 3. kez boşanma davası açtığı eşi Olcay Ö. (40) tarafından önce cinsel saldırıya uğrayan ve buna direndiği için 5 kez ölümcül bıçak darbeleriyle ağır yaralanan 34 yaşındaki 2 çocuk annesi Elvan Özerdim geçirdiği sayısız ameliyatların ardından hayata yeniden tutundu. Birçok kadının ölümle sonuçlanan yaşadığı şiddetten ağır yaralı kurtulan Elvan Özerdim tutuklu yargılanan eşi Olcay Ö.'nün hak ettiği cezayı alması için sonuna kadar mücadele edeceğini söyledi.

"SEN BENİMSİN" DİYEREK SALDIRDI

Yaşadığı olayı korku dolu gözlerle yeniden yaşayarak anlatan Elvan Özerdim, "15 yıllık evlilik hayatım vardı. Yani şubat ayında eşimle anlaşamamazlıktan dolayı, çalışmamasından, alkol bağımlılığından dolayı mahkeme açıp boşanmaya karar vermiştim. Ta ki mayıs ayına kadar. Mayıs ayına kadar tehditleri ve 'benimle boşanma, beraber yaşayalım, çocuklarımız var' diye sürekli bana tehditlerde bulundu.

Birlikte yaşamaya devam etmemizi istedi. Ama ben bunu istemedim. Çünkü bu 15 yıl içinde ben ona birçok kez şans vermiştim. Yani iki defa daha

önce boşanma davası açmıştım ama sırf bu ölümden korktuğumdan dolayı ben onu boşayamamıştım. Sonrasında 3. boşanma davası sırasında mayıs ayında bu olay başıma geldi. Beni melek yüzüyle kandırdı açıkçası. Böyle 'Çocuklarımız için' dedi ve kandırdı. 'Yok çocuklarım rahat etsin, gel birlikte eşyaları alalım, toplayalım' falan dedi ve beni ayrıldığım eve götürdü. Ondan sonra ilk önce bana saldırdı. Sonrasında da bıçak darbeleriyle onun isteğine karşılık vermediğim için beni öldürmeye çalıştı. O çocuklarım diyen adamın ne çocuklarımı gözü gördü ne de beni gözü gördü. Kendime ev tutmuştum, ben yeni evimi temizliyordum. Evimi temizlerken oğlumu kandırıp benim evimin yerini öğrendi. Gelip beni evimden eski evimdeki eşyalarımızı alalım diye çocuğumla birlikte beni götürdü. Yani biz oraya gittik. Ben ilk önce gitmek istemedim. Yani inanamadım işte onun o kadar kadar iyi olabileceğine. Ama o beni işte her şekilde iki güzel sözüyle yine kandırmayı başardı. Sonra 'Çocuğum da var işte sana ne yapabilirim ki? Hani onun yanında bir şey yapamam gel' dedi. Sonra çocuğumu kandırıyor. Evden gönderdikten sonra önce bana saldırıyor. Sonrasında da benimle ilişkiye girmeye kalktı. Ben bunu reddettiğimde bıçak darbeleriyle karşılaştım. 'Sen benim karımsın. Hala benimsin. Nikahımdasın. Yapmak zorundasın' dedi bana. Ama ben hiçbir şey zorunda değilim. İki koltuk altımdan, göğsüme, sonrasında da kaburga kemiklerime darbe aldım. Mideme, ciğerlerime falan geldi. O an bilmiyorum nasıl kurtuldum. Bıçak darbelerinin ardından 'Benim çocuklarım var, ölüyorum ben' diye bağırdım ve yere yığıldım ondan sonra bıraktı beni. Sonrasında da döndü etrafımda zarar vermek için ama bilmiyorum artık öldüğümü sandı galiba. Bornozla tampon yaptım kendime. Yani ben kaçıp kendimi banyoya kapattım aslında. Banyoya kapattıktan sonra baktım banyonun kilidi yok. Ben oradan kurtulamıyorum. Kendimi dışarıya atmak için orada baktım bornoz var. Üzerime bornozu giydim. İşte kendimi dışarıya atıp hani insanlar beni görsün de kurtulayım diye ama baktım ki dış kapı kilitli. Ben dışarıya çıkamıyorum. Orada kaldığım yerde baktım kanım fışkırıyor etrafa sıçrıyor. Sonrasında aldım orada böyle elimden ne geldiyse artık oralara bastım, baskı uyguladım. Yani kanımı durdurmaya çalıştım. Sonrasında da ona bağırdım. 'Artık yeter beni kurtar. Çocuklarım var benim. Onlar ne olacak ben ölürsem' gibisine. Sonra benim zaten nefesim kesildi. Sonrasını hatırlamıyorum ben. Bir 6 gün yoğun bakımdaydım. Yoğun bakım sürecim oldu. Yoğun bakım ünitesinde bana gerekli tedaviler uygulandı. Güvenliğim için de sonrasında evime döndüm" şeklinde konuşarak yaşadığı dehşet anlarını anlattı.

"SANIK TAMAMEN ÖLDÜRMEYE YÖNELİK HAREKET ETMİŞTİR"

Elvan Özerdim'in avukatı Yalçın Arcak ise duruşma sonrası yaptığı açıklamada, "Bu adliye önünde çok kere basın açıklamaları yaptık, eylemler yaptık kaybettiğimiz birçok kız kardeşim için eylemler yaptık. Davalara katıldık. Bugün şanslıyız ki Elvan Hanım yanımızda. Şu an bu cani, tutuklu inşallah gün yüzü de görmez. Bir hukukçu olarak bunu sağlamak için elimden geleni yapacağım. Karşı taraf kasten yaralama iddiasında bulunuyorlar. Yaralama kastıyla hareket ettiklerini söylüyorlar. Ama müvekkilim beş bıçak darbesi alıyor. Beş bıçak darbesinin beşi de ölümcül darbeler. Tamamen öldürmeye yönelik hareket etmiştir. Biz olabilecek en yüksek cezayı alması için elimizden geleni yapacağız. Şu an tutukluk hali de devam ediyor. Dosyada birkaç eksiğimiz kaldı. Çok büyük ihtimalle önümüzdeki celse karara çıkar diye düşünüyoruz. İnşallah yüksek bir ceza alacak ve gün yüzü görmeyecek. Biz bunu sağlamak için tekrar söylüyorum. Hep beraber elimizden geleni yapacağız. İddianame öldürmeye teşebbüse yönelik yazılan bir iddianame. Tabii karşı taraf şu an kasten yaralama konusunu kabul ediyor. Bununla alakalı bugün de yine mahkemede pişman olduğunu dile getirdi. Tabii bir de tecavüze yeltenme durumu söz konusu. Bununla alakalı iddianamede bir husus yok. Mahkeme esnasında müvekkilimin ve tarafımın beyanlarıyla ve yine bu konuda tanıklar dinleteceğiz. Çünkü müvekkilim onun isteklerine karşılık da vermeyince kendisinin çok ciddi bir şekilde gözü dönüyor ve müvekkilime saldırıyor. Aslında cinsel bir tecavüz noktasında da ceza alması gerekiyor. Tabii savcılığın önümüzdeki celse nasıl bir mütalaa vereceğini bilmiyoruz ama ben bir hukukçu olarak öldürmeye teşebbüse yönelik bir mütalaa vereceğine inanıyorum. Bu yönde de karar çıkacaktır diye düşünüyorum" dedi.

Tutuklu yargılanan Olcay Ö.'nün ise mahkemedeki ifadesinde eşinin rızasıyla birliktelik yaşadıklarını ve ağır tahrik sonucu bıçakla yaraladığını ancak daha sonra pişman olarak hem ambulansı çağırdığını hem de kendisinin polise teslim olduğunu söylediği öğrenildi.

Mahkeme heyeti dosyadaki eksikliklerin tamamlanması ve tanıkların dinlenmesi için duruşmayı 24 Aralık Çarşamba Günü saat 10.00'a erteledi. **İHA**

Manisa'nın Demirci ilçesinin sevilen isimlerinden Nazlım Sönmez hayatını kaybetti… Acı haberi Demirci Belediye Başkanı Erkan Kara duyurdu

Demirci'nin asırlık çınarı hayatını kaybetti

MANİSA'NIN Demirci ilçesinde, Rahmanlar Mahallesi'nin "asırlık çınarı" olarak tanınan Nazlım Sönmez hayatını kaybetti. İlçe genelinde büyük hüzün yaratan vefat haberini Demirci Belediye Başkanı Erkan Kara açıkladı.

"ASIRLIK ÇINARIMIZI KAYBETTİK"

Demirci Belediye Başkanı Erkan Kara yaptığı açıklamada Sönmez'in ilçede bıraktığı izleri ve değerini vurguladı. Kara, "Rahmanlar Mahallemizin asırlık çınarı, gönlü güzel Nazlım Sönmez amcamızın vefatını derin bir üzüntüyle öğrendim. Onun güler yüzünü, sohbetini ve bizlere kattığı o güzel sıcaklığı unutmamız mümkün değil." ifadelerini kullandı.

Başkan Kara, mesajında merhuma Allah'tan rahmet dilerken, ailesine ve tüm sevenlerine başsağlığı ve sabır temennisinde bulundu.

Haber Merkezi

Uyuşturucu operasyonunda 3 gözaltı

GEBZE-Orhangazi-İzmir Otoyolunun Manisa'nın Akhisar gişelerinde durdurulan araçta sentetik ecza, uyuşturucu madde ve suç geliri olduğu düşünülen 145 bin TL para ele geçirildi. Araçtaki 3 şüpheli gözaltına alındı.

Manisa'nın Akhisar ilçesinde otoyol jandarma ekiplerinin yaptığı denetimde uyuşturucu madde ele geçirildi. Gebze-Orhangazi-İzmir Otoyolu Akhisar gişelerinde 09 Aralık 2025 günü saat 02.00 sıralarında şüphe üzerine durdurulan bir araçta yapılan adli aramada 260 adet çeşitli sentetik ecza hapı, 5 gram uyuşturucu madde, 3 adet uyuşturucu kullanma aparatı ile 145 bin TL suç geliri para ele geçirildi. Araçta bulunan M.R.G. (40), H.A. (36) isimli erkek şahıslar ile Ü.A. (20) isimli kadın şüpheliler gözaltına alınarak adli makamlara sevk edildi. **İHA**

Manisa'da yanan alanlar yeniden hayat buluyor!

MANİSA'DA yanan ormanlık alanların ağaçlandırılması kapsamında yürütülen çalışmalarda 100 bininci fidan, bir özel anaokulunun minik öğrencileri tarafından toprakla buluşturuldu.

11.11.2025 Milli Ağaçlandırma Günü'nde "Geleceğe Nefes, Dünyaya Nefes" sloganıyla başlatılan proje çerçevesinde Manisa'da 162 yangında zarar gören 4 bin 562 hektarlık alanın yeniden yeşertilmesi için çalışmalar sürüyor. Proje kapsamında il genelinde 3,1 milyon fidan ve 5,9 milyon tohumun toprakla buluşturulması hedefleniyor.

100 BİNİNCİ FİDAN TOPRAKLA BULUŞTU

Manisa Orman İşletme Müdürlüğü Ağaçlandırma Şefliği ekiplerinin koordinesinde yürütülen çalışmalarda, 11 Kasım'dan bu yana geçen 29 günde 100 bin fidan dikimi gerçekleştirildi. Yunusemre ilçesi Akgedik mevkiinde gerçekleşen etkinlikte, özel bir anaokulunun 25 öğrencisi öğretmenleri eşliğinde yanan alanda fidan dikti.

Okul Müdürü Cem Erdöl, yaz döneminde yaşanan yangınların herkesi derinden etkilediğini belirterek kaybolan her ağacın geleceğimizden eksilen bir parça olduğunu ifade etti. Öğrencilerle birlikte yeniden yeşertme sorumluluğunu üstlendiklerini vurgulayan Erdöl, şunları söyledi: "Çocuklarımızın doğayla güçlü bir bağ kurmasını, çevre bilinci ve sorumluluk duygusu kazanmasını önemsiyoruz. Bir çocuğun kendi elleriyle fidan dikmesi sadece bir etkinlik değil; çevre bilincinin, vatan sevgisinin ve geleceği sahiplenme duygusunun en somut adımıdır. Bugün dikilen her fidan, yarınlarımızın nefesi olacaktır."

AĞAÇLANDIRMA MART AYINA KADAR SÜRECEK

Manisa Orman İşletme Müdürlüğü yetkilileri, yanan alanların ağaçlandırılmasına mart ayına kadar devam edileceğini bildirdi. Proje kapsamında kalan 3 milyon fidanın dikiminin sürdüğü, doğal gençleştirme şartlarının uygun olduğu sahalara 5,9 milyon tohumun görevliler tarafından serpildiği belirtildi. **İHA**

Kalıntısız üzüm için bir araya geldiler

● **Burhan AKDEMİR**

MANİSA İl Tarım ve Orman Müdürlüğü, Alaşehir ve Sarıgöl'de faaliyet gösteren bitki koruma ürünleri bayileri ve toptancılarına yönelik kapsamlı bilgilendirme toplantısı düzenledi. Toplantıda mevzuatlar, stok takip sistemi ve kalıntısız üretim için yapılması gerekenler detaylı şekilde ele alındı.

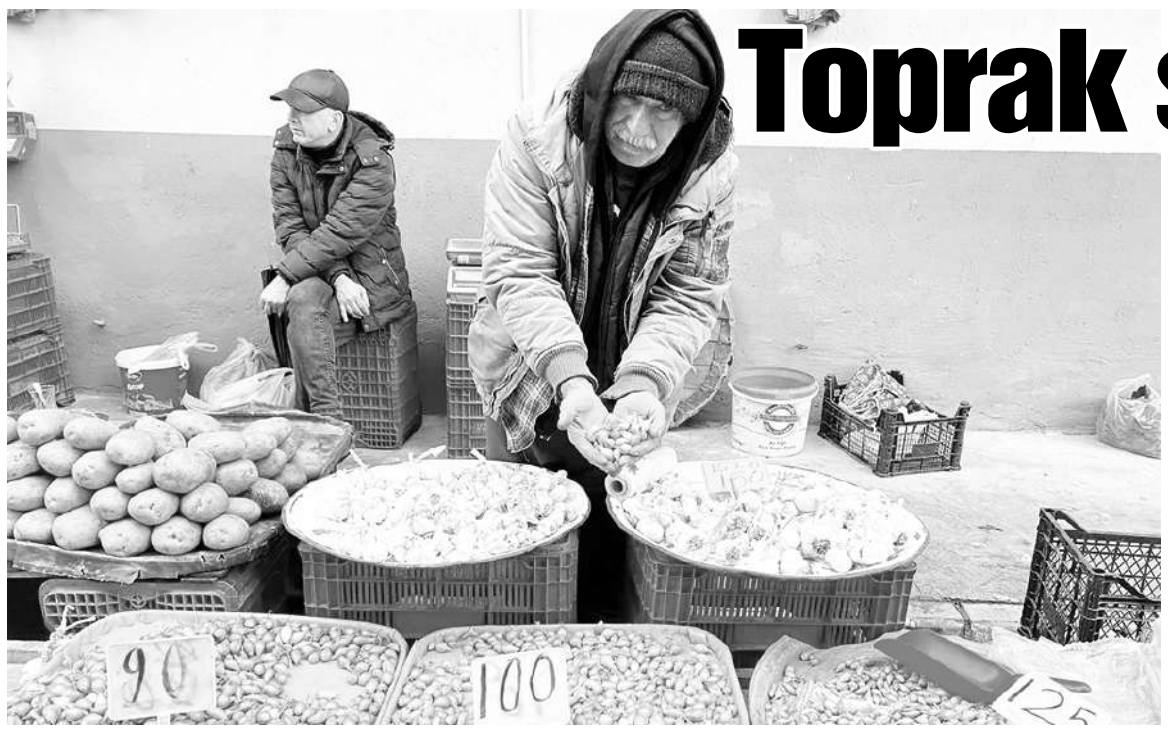
Manisa İl Tarım ve Orman Müdürlüğü tarafından Alaşehir ve Sarıgöl ilçelerinde hizmet veren bitki koruma ürünleri bayileri ile toptancılarına yönelik "Bitki Koruma Ürünleri Bilgilendirme ve Bağda Kalıntı Eylem Planı Toplantısı" Alaşehir Şehit Fethi Sekin Gençlik Merkezi'nde gerçekleştirildi. 8 Aralık 2025 tarihinde düzenlenen toplantı, sektör temsilcilerinin yoğun katılımıyla tamamlandı.

Toplantıda yürürlükte bulunan mevzuatlar, bitki koruma ürünlerinde numune alım süreçleri, bayilerin ve toptancıların sağlaması gereken asgari fiziksel şartlar ile sorumlulukları ayrıntılı şekilde aktarıldı. Ayrıca Bitki Koruma Ürünleri Stok Takip Sistemi ve BKÜ Veri Tabanının doğru kullanımına yönelik bilgilendirmeler yapıldı. B–Reçete uygulamasının usul ve esaslarını içeren sunum da katılımcılara detaylı bir şekilde anlatıldı.

"Bağda Kalıntı Eylem Planı" kapsamında temiz üzüm ve kalıntısız asma yaprağı üretimi için dikkat edilmesi gereken noktalar, biyolojik ve biyoteknik mücadele yöntemlerinin önemi, sürdürülebilir bağcılıkta doğru uygulama teknikleri üzerinde duruldu.

Yetkililer, üretimde kalıntı riskinin en aza indirilmesi için bayiler ve toptancılarla iş birliğinin kritik olduğuna vurgu yaptı.

Toprak soğan dikimine hazır



ALAŞEHİR'DE soğan tohumu satıcısı Kazım Kalın, yağışlarla birlikte toprağın ideal seviyeye ulaştığını belirterek üreticileri, "Verim kaybı yaşamamak için dikim tam şimdi yapılmalı." şeklinde uyardı.

Tohum seçiminde iklim faktörünün kritik olduğunu vurgulayan Kalın, pazardaki güncel fiyatları da açıkladı.

Manisa'nın Alaşehir ilçesinde yıllardır soğan ve soğan tohumu satışı yapan Kazım Kalın, son yağışlarla birlikte toprağın suya doyması ve tavlanması nedeniyle üreticilere önemli bir uyarıda bulundu. Kalın, yeşil ve baş soğan yetiştirmek isteyen çiftçiler için en uygun dikim döneminin başladığını söyledi.

Toprağın tam kıvamına geldiğini belirten Kalın, "Üreticilerimizin verim kaybı yaşamamaları için soğanlarını bu günlerde dikmeleri gerekiyor." dedi.

TOHUM ALIRKEN ÇEŞİT SEÇİMİNE DİKKAT

Soğan tohumlarında çeşit seçiminin büyük önem taşıdığını vurgulayan Kalın, standart yerli, doğal, hobi ve hibrit tohumların yanı sıra olgunlaşma sürelerine göre erkenci, orta erkenci ve geç çeşitlerin tercih edildiğini ifade etti.

İklimin soğan yetiştiriciliğinde belirleyici olduğuna dikkat çeken Kalın, "Gelişme döneminde soğuk hava, baş bağlama sürecinde ise sıcaklık ve serin iklim gerekiyor. Tohum seçerken mutlaka bölgenin iklimi göz önünde bulundurulmalı. Erkenci çeşitler ılıman iklimlerde, orta erkenci olanlar daha soğuk bölgelerde tercih ediliyor. Kışlık soğanlar ise acı çeşitler olarak bilinir." dedi.

EKİM VE FİYAT BİLGİLENDİRMESİ

Bahçe tipi yemeklik soğan dikimi için en uygun döneme girildiğini belirten Kalın, üreticilerin toprağın tavını değerlendirmelerini isterken, aynı dönemde sarımsak dikimlerinin de yapılabileceğini belirtti.

Alaşehir'de salı günleri Kapalı Pazar Yeri, cuma günleri Soğuksu Mahallesi ve pazar günleri Yeni Mahalle'de kurulan semt pazarlarında soğan tohumları çeşidine göre kilogramı 90-125 TL, sarımsak ise 150-300 TL arasında alıcı buluyor. **İHA**

Alaşehir'de "3K'lı Bağcılık" hamlesi

● **Didem ALTINAY**

MANİSA Tarım ve Orman İl Müdürlüğü, Bitkisel Üretim Genel Müdürlüğü koordinasyonunda sürdürülen "İyi Tarım Uygulamalarının Yaygınlaştırılması ve Kontrolü Projesi" kapsamında, 2025 yılı yatırım programına alınan alt proje ile Alaşehir'de önemli bir tarımsal dönüşüme imza attı.

Alaşehir ilçesi Caberfakılı Mahallesi'nde yürütülen proje kapsamında, 310 dekarlık bağ alanında iyi tarım uygulamaları yapan 11 üretici ile sözleşmeli üretim modeli uygulanıyor. Üreticilere salkım güvesi, mildiyö, külleme, unlu bit ve kurşuni küf gibi hastalık ve zararlılara karşı entegre mücadele yöntemleri doğrultusunda toplam 400 adet biyolojik preparat ile gübre ve toprak ıslahında kullanılan sıvı kükürt dağıtıldı.

Bölgede erken uyarı sisteminin desteğiyle hastalık ve zararlılarla ortak mücadele yürütülürken, zirai ilaç kullanımının azaltılması ve üretici örgütlenmesinin güçlendirilmesi amacıyla çalışmaların iki yıl boyunca devam edeceği bildirildi. Proje kapsamında üreticiler düzenli olarak denetlenirken, bağ parsellerinde toprak ve su analizleri Manisa Bağcılık Araştırma Enstitüsü tarafından gerçekleştirildi.

ÜRETİCİLERDEN NUMUNE ALINDI

Hasat döneminde ise her üreticiden numune alınarak Alaşehir Ticaret Borsası Gıda Kontrol Laboratuvarı'nda analizleri yapıldı. Proje sahasında gerçekleştirilen zirai mücadele uygulamaları ise Alaşehir Ziraat Odası bünyesindeki operatörler tarafından, proje teknik ekibi tarafından belirlenen takvime uygun şekilde yürütülüyor. Yetkililer, proje ile hem ihracatta rekabet gücünün artırılacağını hem de tüketicilere güvenilir ve kalıntısız ürün sunulacağını belirtti.

Tadhisar ile Hüseyin Eryüksel Kavşağı arası 5 gün trafiğe kapalı olacak!

● **Cansu MERİÇ**

AKHİSAR Belediyesi, MASKİ Genel Müdürlüğü'nün Hürriyet Mahallesi'nde başlatacağı altyapı çalışmaları nedeniyle sürücüleri yakından ilgilendiren bir uyarı yayımladı.

MASKİ ekipleri, Hürriyet Mahallesi 422 Sokak'ta yağmur suyu hattı yenileme çalışması gerçekleştirecek. Çalışma, Tadhisar Kavşağı ile Hüseyin Eryüksel (Ay Yıldız) Kavşağı arasında kalan yaklaşık 120 metrelik bölümü kapsıyor. Altyapı yenileme çalışmasının, yağmur suyu akışını güçlendirmeyi ve bölgede oluşabilecek taşkın risklerini azaltmayı hedeflediği belirtildi.

GÜZERGÂH 5 GÜN BOYUNCA KAPALI OLACAK

Akhisar Belediyesi tarafından yapılan açıklamada, söz konusu güzergâhın 9 Aralık Salı sabahı itibarıyla trafiğe kapatılacağı bildirildi. Kavşak giriş–çıkışlarının 5 gün boyunca kapalı kalacağı, bu süreçte trafik akışının alternatif yollara yönlendirileceği kaydedildi. Belediye açıklamasında şu ifadeleri kullandı: "MASKİ Genel Müdürlüğü tarafından Hürriyet Mahallesi 422 Sokak'ta, Tadhisar Kavşağı ile Hüseyin Eryüksel (Ay Yıldız) Kavşağı arasında yağmur suyu hattı yenileme çalışması gerçekleştirilecektir. 9 Aralık Salı sabahı başlayacak çalışma kapsamında, yaklaşık 120 metrelik güzergâhta kavşak giriş–çıkışları 5 gün süreyle geçici olarak trafiğe kapatılacaktır. Sürücülerimizin mağduriyet yaşamaması adına alternatif güzergâhları tercih etmeleri ve bölgedeki trafik işaretleri ile yönlendirmelere dikkat etmeleri önemle rica olunur."

Dostlar Meclisi'nin düzenlediği "Kadının Siyasetteki Yeri" toplantısında konuşan İYİ Partili Op. Dr. Gürhan Özcan, siyasette kadınların üstlendiği role dikkat çekerek Manisa'nın ilk kadın belediye başkanı Gülşah Durbay'ı örnek gösterdi

Gürhan Özcan: Gülşah Durbay tüm kadınlara örnek oldu

Didem ALTINAY

DOSTLAR Meclisi'nin gerçekleştirdiği "Kadının Siyasetteki Yeri" toplantısı önemli isimleri bir araya getirdi. Toplantıda konuşan İYİ Partili Op. Dr. Gürhan Özcan, kadınların siyasi hayatta verdiği mücadeleye yönelik çarpıcı mesajlar verdi. Programa İYİ Parti Manisa Milletvekili Şenol Sunat, DEVA Partisi İstanbul Milletvekili Elif Esen ve önceki dönem CHP Manisa Milletvekili Tur Yıldız Biçer de katıldı.

SİYASETTEKİ KADINLARA ÖVGÜ

Konuşmasında siyasette mücadele veren kadınların iki kat emek ortaya koyduğunu vurgulayan Gürhan Özcan, "Siyasetteki kadınlar, ekstra bir yük alarak hem annelik hem de siyaset yaptıkları için kutluyorum" dedi.

"KADINLARIMIZIN DEĞERİNİ DÜNYAYA GÖSTERDİK"

Kadınlara seçme ve seçilme hakkının verilmesiyle ilgili konuşan Özcan, Türkiye'nin bu konuda birçok Avrupa ülkesinden önce adım attığını hatırlatarak, "Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk sayesinde kadınlarımıza 1934 yılında seçme ve seçilme hakkı verdik. Türk toplumu olarak kadınımıza verdiğimiz değeri tüm dünyaya gösterdik" ifadelerini kullandı.

"KADINA ŞİDDETE EN AĞIR CEZA VERİLMELİ"

Kadına yönelik her türlü istismara karşı net bir duruş sergileyen Özcan, "Kadına yapılan her türlü istismar, şiddet, psikolojik baskı gibi davranışlarda erkeğe en ağır ceza verilmelidir" diyerek aile içi eğitimde eşitliğin önemini vurguladı.

"KADINLARIMIZ HER ALANDA BAŞARI GÖSTERİYOR"

Özcan, kız ve erkek çocuklarının eşit yetiştirilmesi gerektiğini belirterek, "Kadınlarımız iş hayatı, akademik başarı, hekimlik ve spor gibi birçok alanda erkeklere örnek olmaktadır" dedi.

"GÜLŞAH DURBAY KADINLARIMIZA BÜYÜK ÖRNEK OLMUŞTUR"

Manisa'nın ilk kadın belediye başkanı olan Şehzadeler Belediye Başkanı Gülşah Durbay'a ayrı bir parantez açan İYİ Partili Gürhan Özcan, şu ifadeleri kullandı: "Manisa'mızın ilk kadın belediye başkanı olan Gülşah Durbay Başkanımız kadınlarımıza büyük örnek olmuştur. Seçim sürecinde sık sık sahalarda birlikte olduk. Çalışma azmine bizzat şahit oldum. Çok başarılı ve heyecanlı bir süreç geçirdi. Gülşah Başkanımın azmine hayran kalmamak mümkün değildi. O güzel kalbi, yüreği ve genç ekibiyle olmaz denileni başardı. Kendisini ilk tebrik edenlerden biri de ben oldum."

"DAHA GÜÇLÜ DÖNDÜĞÜNÜ HEPİMİZ GÖRECEĞİZ"

Durbay'ın tedavi sürecine değinen Op. Dr. Özcan, "Başkanın yaşadığı sağlık sorunlarından dolayı hastanede tedavisi devam etmektedir. Kendisini ziyaret ettim, babası, ailesi ve sevenleri ile görüştüm.

Bir hekim olarak doktorlarından bilgi aldım. Başkanımızın çok güçlü olduğunu gördüm. Bu süreci tamamlayıp daha güçlü olarak bizlerle olacağına inanıyorum" diye konuştu.

"EKSİK ETEK ALGISINI KABUL ETMİYORUM"

Toplumsal algılara yönelik eleştirilerde bulunan Özcan, "Kadınlar için söylenen 'eksik etek' sözünü kabul etmiyorum. Kadınlar eksik değil, tamdır. Kurtuluş Savaşı'nda kadınlarımız olmasaydı başarı mümkün olmazdı. Peygamber Efendimiz de 'Cennet annelerin ayakları altındadır' diyerek bunun önemini vurgulamıştır" dedi.

Başkan Balaban vatandaşla buluştu

HİZMETİN yerinde tespit ve hızlı çözümle mümkün olduğuna dikkat çeken Yunusemre Belediye Başkanı Semih Balaban, Ayni Ali Mahallesi'nde esnaf ziyareti yaptı, vatandaşlarla görüştü.

Yunusemre Belediye Başkanı Semih Balaban, ilçenin dört bir yanında sürdürdüğü esnaf ve mahalle ziyaretlerine Ayni Ali Mahallesi ile devam etti. Mahalleyi adım adım gezen Başkan Balaban, hem esnafa "hayırlı işler" temennisinde bulundu hem de vatandaşın talep ve önerilerini dinleyerek not aldı.

Göreve geldiği günden bu yana halkla iç içe bir yönetim anlayışını benimsediğini vurgulayan Başkan Balaban'a ziyaretinde; Belediye Başkan Yardımcıları Emine Özge Arslan ve Haydar İzci, MAYEB Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı Cengiz Balkan ve belediye birim müdürleri eşlik etti.

Mahalledeki kültür ve taziye evini de inceleyen Başkan Balaban, burada yapılması gereken çalışmalar hakkında ekiplerden bilgi aldı. Ayni Ali Mahallesi Muhtarı Enis Sağman'ı ziyaret eden Başkan Semih Balaban, mahalleyle ilgili yürütülecek projeler konusunda muhtar ile görüş alışverişinde bulundu. Mahalle sakinlerinin ilettiği taleplerin hızlıca çözüme kavuşturulması için ilgili birimlere talimat veren Başkan Balaban, Yunusemre'nin tüm mahallelerinde aynı hassasiyetle çalışmaya devam edeceklerini söyledi. Belediye Başkanı Balaban yaptığı açıklamada şunları söyledi: "Göreve geldiğimiz ilk günden bu yana söz verdiğimiz gibi vatandaşımızla iç içe olmaya, mahalle mahalle gezerek sorunları yerinde dinlemeye devam ediyoruz. Ayni Ali Mahallemizde gördüğümüz her eksiklik için gerekli talimatları verdik. Bizim anlayışımızda hizmet, masa başında değil; sahada, vatandaşımızın arasında üretilir. Bu güzel mahallemize en iyi hizmeti sunmak için çalışmayı sürdüreceğiz."

Haber Merkezi

Kızılay'dan Manisa Bitlisliler Derneği'ne ziyaret

Cansu MERİÇ

ŞEHZADELER Kızılay Şube Başkanı Dilek Ertan Samanlı ve yönetimi, Manisa Bitlisliler Kültür ve Dayanışma Derneği'ni ziyaret ederek faaliyetleri hakkında bilgi verdi.

Şehzadeler Kızılay Şube Başkanı Dilek Ertan Samanlı ve yönetim kurulu üyeleri, Manisa Bitlisliler Kültür ve Dayanışma Derneği'ni ziyaret ederek dernek yöneticileriyle bir araya geldi. Ziyarette Kızılay'ın yürüttüğü insani yardım faaliyetleri, topluma yönelik projeleri ve geleceğe dair çalışmaları hakkında detaylı bilgiler paylaşıldı.

KIZILAY'IN FAALİYETLERİ ANLATILDI

Ziyarette Kızılay'ın bölgede yürüttüğü sosyal yardım projeleri, afet yönetimi çalışmaları ve gönüllülük faaliyetleri hakkında bilgi aktarıldı. Dernek yöneticileri, Kızılay'ın hizmetlerinin toplum açısından taşıdığı öneme dikkat çekerek bu tür buluşmaların iş birliğini güçlendirdiğini ifade etti.

"HALKA HİZMET HAKKA HİZMETTİR"

Manisa Bitlisliler Kültür ve Dayanışma Derneği Başkanı Cevdet Çiçek, konuşmasında önemli mesajlar vererek şu ifadeleri kullandı:

"Bugün dernek binamızda Şehzadeler Kızılay İlçe Başkanı ve yönetim kurulunu misafir ettik. Sayın Dilek Ertan Samanlı, Kızılay'ın yaptığı hizmetlerden bahsetti. Bizler de Manisa Bitlisliler Kültür ve Dayanışma Derneği olarak, 'halka hizmet hakka hizmettir' bilinciyle her konuda Kızılay'ın yanında olacağımızı beyan ediyoruz."

AZMİ AÇIKDİL

TAŞI TOPRAĞA SÜRTMÜŞLER TOZ ÇIKMIŞ

Taş toprak artık problem değil. Altının onsunun her gün artarak tırmanmasının esbab-ı mucibesi Manisa. 'Bu şehr-i Manisa ki altına teşne ola.' Şehzadeler Şehri Manisa Osmanlı İmparatorluğunun idaresi için cihan padişahları yetiştirip İstanbul'a göndermiş. İstanbul için taşı toprağı altın derler ama aslında o taş toprak Manisa'da altın olup suyu çıkarılıp İstanbul'un taşlarına sürülmüştür. Hikayenin aslı böyle mi? Plancılar iyi bilir.

Şu yapılamayan yapılıp da herkesin başına dert olan imar planı, ben ona yaşam planı diyordum. Yaşanacak bir kent olsun Manisa diyerek. Ama 80 parçaya bölünüp 180 parçası ayrı ayrı planlanınca plan prematüre (orası 10, burası 15, şunun şurası 25. Yok mu arttıran?) doğuyor. Doktorlar, erken farkına varırlarsa çocuğu alıyorlar. Daha doğrusu bu işi şehir planlamacıları yapıyor adı üzerinde şehir planlama. Manisa'nın Mani si gitmiş nahı kalmışken.

Bir yanda efsaneler döktürülen dumanlı dağı geçit vermiyor ama, yamaçlar ta-ki.

Alt yanda mümbiti gitmiş, gedizi bitmiş, hastalıklı Gediz Ovası o da hacel ovası çal çal oynanası.

Gediz Ovasını engin mi sandın?
Ayağında çizmesi, ağayı zengin mi sandın?
Ay doğdu, güneş mi sandın?
Toprağın gidiyor, imar mı sandın?

Bir türlü yapılamayan ama gecekonduları 100 yıldır yapılagelen Doğu yakası, konut fabrikası.

Batı yakası Vaka-i Laklakiye. Güzelyurt'un donatısını Karaali kurtardı. Manisa Birlik sözde kooperatif evleri 15 bin planlanırken 5 binde kaldı.

Harcadık mı taşı toprağı altın olan buraları bozuk para gibi. Harcadık.

Şimdi bir düdük çalıyor donatı, hop bir düdük daha masa altı, bir düdük daha rant kavgası, düdükler bitmiyor, maç bitmek üzere bir düdük daha penaltı, hooppaa gol, kavga, maç iptal, erteleme. Bir daha ki seçime, yeni gelen yönetime.

Biri yapıyor diy(ğ)eri yıkıyor. Yapan yaparken alkış alıyor yıkılırken gene alkış alıyor. Arada malı götürenler yerle yeksan olup kayboluyor. Bir bakıyorsun 99 kat duvar panosu Çin Seddi. Dumanlı Dağı kapatıyor. Yanmış Manisa'nın dağı gitmiş, arkada dumanı tütüyor.

Bitmedi.

Şehzadeler şehrinin Boğazı olmayınca vapurları da olmaz tabi. Ama İstanbul'un esamisi var ya. İstanbul'un Boğaz vapurlarında çakı çakmakçılar var. Sayar sayar vereceklerini siz Eminönü'ne gelirsiniz onun saydıklarının bir türlü sonu gelmez. "Bitmediiii, yanında beş renkli bu kalemler de var. Bitmediiii, beş türlü silen silgi de var. Eeee Ali yazar Veli bozarsa bu imar planı yapılır mı? Yapılsa da biter mi? Bitmez tabii. Kahrolası donatı. Manisa'yı donattık gari de planın donu kaldı.

Donsuz gezmeyeceğiz de, şeker çovalından olsa da olmaz mı? Olmazz. Neden? Yarın ağın yırtılır 'net 50 kg' yazısı okunur. Okunmayan bi orası kalmıştı zaten. Hayır, her şey net olsa sıkıntı olmayacak. O düdük var ya zırt pırt çalan. O kaçtı bi tarafımıza ne kadar sıksak ta bir hava almaya gör, ötüveriyor.

Evler ateş pahası alınamayasıca.
Kiralar aldı başını gidiyor durdurulayamasıca,
Planlar çizilemeyesice çizilse de plancılar yaptırılamayasıca.
Ağımız yırtıldı net 50 kilo göründü, artık sorulup soruşturulacak bir şey kalmadı.

Ali yazar Veli bozar
Bundan sonra bu plan kime yarar?

Adam traş olmuş, üç beş tel saçını berber tararken sağa mı yatırayım sola mı diye sormuş. Adam bırak dağınık kalsın, yakında tüy diktireceğim kardeşim. Demiş mi? Demiş.

MHP Siyaset Okulu'nda Manisa'ya iki mezun birden

Burhan AKDEMİR

MHP'NİN 22. Dönem Siyaset ve Liderlik Okulu programını başarıyla tamamlayan Haşim Çimen ve Ahmet Çiçer sertifika almaya hak kazandı.

Milliyetçi Hareket Partisi (MHP) Genel Merkezi tarafından teşkilat yapılanmasını güçlendirmek ve partiye nitelikli kadrolar kazandırmak amacıyla düzenlenen 22. Dönem Siyaset ve Liderlik Okulu, bu yıl da Türkiye'nin dört bir yanından katılan temsilcilerle mezuniyet sürecini başarıyla tamamladı. Programdan bu yıl 40 kişi mezun olurken, 16 yıl içerisinde toplam 780 kişi sertifika almaya hak kazandı.

Manisa'yı temsilen programa katılan iki isim, Merkez'den Haşim Çimen ve Akhisar'dan Ahmet Çiçer, mezun olarak hem şehirlerine hem de teşkilatlarına büyük bir gurur yaşattı.

"GÖREVİMİ EN İYİ ŞEKİLDE İCRA ETMEYİ DÜSTUR EDİNDİM"

Haşim Çimen, mezuniyet sonrası yaptığı açıklamada, "Devletine ve milletine gönülden bağlı bir insan olarak, herhangi bir çıkar gözetmeksizin hizmet etmeyi, görevimi en iyi şekilde icra etmeyi her zaman kendime düstur edindim" ifadelerini kullandı. MHP Lideri Devlet Bahçeli'nin büyük önem verdiği Siyaset ve Liderlik Okulu'nun bir mezunu olmaktan onur duyduğunu belirten Çimen, "Bu güzide davanın bir neferi olarak, 'Akıl, Ahlak ve Adalet' şiarını koruyarak görevimi layıkıyla yerine getirmeye aynı azim ve kararlılıkla devam edeceğimden kimsenin şüphesi olmasın" dedi.

Haşim Çimen'in sertifikası, MHP Genel Başkan Yardımcısı ve Konya Milletvekili Mustafa Kalaycı tarafından takdim edildi.

"BU DAVAYA HİZMET ETMEKTEN ŞEREF DUYUYORUM"

Ahmet Çiçer ise, "Liderimiz Sayın Devlet Bahçeli Bey'in önderliğinde bu kutlu davaya hizmet etmekten ve Siyaset ve Liderlik Okulu'ndan mezun olmaktan büyük bir şeref duyuyorum" şeklinde konuştu. Çiçer'in sertifikası, okulun öğretim üyesi Prof. Dr. Mehmet Sezai Türk tarafından verildi.

Her iki isim de açıklamalarında, "Bu süreçte desteklerinden ötürü MHP Grup Başkanvekili Sayın Erkan Akçay'a, MHP MYK Üyesi Ali Uçak'a, MHP Manisa İl Başkanı Cüneyt Tosuner'e, Ülkü Ocakları Manisa İl Başkanı Emirhan Sallıtepe'ye ve KAMU-SEN Manisa İl Başkanı Aydın Akagündüz'e teşekkürü borç biliriz" ifadelerine yer verdi.

Şehzadeler Belediye Başkanı Gülşah Durbay'ın sağlık durumuna ilişkin Manisa Şehir Hastanesi tarafından önemli bir açıklama yapıldı

Şehir Hastanesi'nden Gülşah Durbay açıklaması

MANİSA Şehir Hastanesi, kolon kanseri tedavisi gören Şehzadeler Belediye Başkanı Gülşah Durbay'ın çoklu organ yetmezliği tanısıyla yoğun bakımda takip edildiğini açıkladı. Tedavisi bir süredir devam eden Başkan Durbay'ın, kan değerlerindeki bozulmalar nedeniyle 1 Aralık'ta Dahiliye Servisine yatırıldığı belirtildi. Ardından organ fonksiyonlarında tespit edilen olumsuzluklar üzerine yoğun bakıma alındığı açıklandı.

BAŞKAN GÜLŞAH DURBAY'IN SAĞLIK DURUMUNA İLİŞKİN RESMİ AÇIKLAMA

Manisa Şehir Hastanesi Başhekimi Uzm. Dr. Serkan Saka, Başkan Gülşah Durbay'ın tedavi sürecine ilişkin detayları kamuoyuyla paylaştı. Açıklamada, Durbay'ın bir süredir kolon kanseri nedeniyle tedavi gördüğü ve 1 Aralık Pazartesi günü kan tablosu ile beslenme durumunda tespit edilen bozukluklar sonucu hastaneye yatırıldığı belirtildi.

Başhekim Saka, 2 Aralık Salı günü yapılan tetkiklerde böbrek ve karaciğer fonksiyonlarında bozulmalar tespit edildiğini ve bu nedenle Durbay'ın Yoğun Bakım Ünitesi'ne alındığını aktardı. Takip eden günlerde hastaya gerekli tüm tıbbi müdahalelerin uygulandığı ifade edildi.

TEDAVİ ÇOKLU ORGAN YETMEZLİĞİ TANISIYLA SÜRDÜRÜLÜYOR

Hastanenin açıklamasına göre Başkan Durbay'ın tedavisi, mevcut durumda çoklu organ yetmezliği tanısı ile yoğun bakım koşullarında sürüyor. Solunum durumunun stabil olduğu ve cihaz desteği gerekmediği bildirildi.

KAMUOYUNA DÜZENLİ BİLGİLENDİRME YAPILACAK

Manisa Şehir Hastanesi, kritik süreçte gelişmeler oldukça kamuoyunun bilgilendirileceğini duyurdu. Açıklama, Başhekim Uzm. Dr. Serkan Saka imzasıyla paylaşıldı. **Haber Merkezi**

CHP Soma'da yaprak dökümü

CHP Soma'da istifa dalgası büyüyor. Ramazan Kocabıyık, partisinden ayrıldığını açıklayarak Belediye Meclisi'ndeki görevine bağımsız üye olarak devam edeceğini duyurdu.

Manisa'nın Soma ilçesinde CHP'de yaşanan istifalara bir yenisi daha eklendi. Belediye Meclis Üyesi Ramazan Kocabıyık, partisinden ayrıldığını açıklayarak görevine bağımsız üye olarak devam edeceğini bildirdi. 4 Aralık'ta Belediye Meclis Üyesi Mustafa Doğanay'ın ayrılmasının ardından, kısa süre içinde bir istifa daha gelmiş oldu.

Kocabıyık açıklamasında, "Soma'da, Cumhuriyet Halk Partisi çatısı altında Belediye Meclis Üyesi olarak sürdürdüğüm görevimde, halkımızın menfaatini, ilçemizin ihtiyaçlarını ve Soma'nın geleceğini her zaman ön planda tutmaya özen gösterdim. Yaptığım kapsamlı değerlendirmeler sonucunda bugün itibarıyla Cumhuriyet Halk Partisi üyeliğinden istifa etme kararı almış bulunmaktayım. Bu karar tamamen şahsi değerlendirmelerim doğrultusundadır.

Meclis üyeliği görevime ise bağımsız olarak, aynı sorumluluk ve kararlılıkla devam edeceğim. Soma'nın sorunlarını çözmek, ilçemizi geliştirmek ve hemşehrilerimizin sesine daha güçlü şekilde karşılık verebilmek için bugüne kadar gösterdiğim çabayı artırarak sürdüreceğim.

Destek veren, eleştiri yapan tüm hemşehrilerime teşekkür ederim. Bugüne kadar olduğu gibi bundan sonra da kapım herkese açık olacaktır." ifadelerini kullandı.

BAĞIMSIZ ÜYELİK SÜRECİ DEVAM EDECEK

Kocabıyık, istifasının ardından meclis çalışmalarını bağımsız olarak sürdüreceğini, Soma'nın sorunlarının çözümüne yönelik çabalarını artırarak devam ettireceğini vurguladı. **Haber Merkezi**

Manisa'da üniversite öğrencilerine destek başlıyor!

MANİSA Büyükşehir Belediyesi'nin ihtiyaç sahibi üniversite öğrencilerine yönelik eğitim desteklerinde sonuçlar açıklandı. 6 bin TL'lik ödemeler bugün hesaplarda olacak.

Manisa Büyükşehir Belediyesi'nin sosyal belediyecilik anlayışıyla hayata geçirdiği Üniversite Eğitim Destekleri kapsamında yapılan başvuruların, incelemeleri tamamlandı. Binlerce ihtiyaç sahibi üniversite öğrencisine sağlanacak desteklerin ödeme tarihi ve başvuru sonuçları belli oldu. Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, "Manisa'yı öğrenci dostu şehir yapma vizyonumuzla çalışmalarımızı sürdürüyoruz. Gençlerimizin yanındayız ve onlara destek olmaya devam edeceğiz" dedi.

Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu'nun ihtiyaç sahibi üniversite öğrencilerine yönelik eğitim desteği müjdesinde tüm çalışmalar tamamlandı. Manisa Büyükşehir Belediyesi'nden yapılan açıklamaya göre, ihtiyaç sahibi olduğu tespit edilen öğrencilerin başvuru durumlarının, resmi web sitesi manisa.bel.tr adresinde açılan sorgulama ekranı üzerinden kontrol edilebileceği duyuruldu.

TOPLAM 6 BİN TL DESTEK 10 ARALIK'TA HESAPLARDA

Yapılan detaylı incelemeler sonucunda destek almaya hak kazanan öğrencilerin, Ekim, Kasım ve Aralık aylarına ait olmak üzere aylık 2 bin TL üzerinden toplam 6 bin TL tutarındaki eğitim desteklerinin, 10 Aralık tarihinde hesaplarına yatırılacağı bildirildi.

BAŞKAN DUTLULU: "MANİSA GERÇEK BİR ÖĞRENCİ DOSTU ŞEHİR OLACAK"

Konuya ilişkin bir açıklama yapan Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, gençlerin ve eğitimin kendileri için en büyük öncelik olduğunu vurguladı. Başkan Dutlulu, "Manisa'yı gerçek bir öğrenci dostu şehir yapma vizyonumuz doğrultusunda adımlarımızı kararlılıkla atıyoruz. Bu destekleri, öğrencilerimizin ekonomik yükünü hafifletmek ve onların sadece derslerine odaklanmalarını sağlamak amacıyla yapıyoruz. Gençlerimizin yanında olmak, onların eğitim hayatına destek vermek bizim en temel görevimizdir. Manisa, gençleriyle birlikte yükselecek" ifadelerini kullandı. **Haber Merkezi**

Manisa'nın geleceği masaya yatırıldı

MANİSA Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, Manisa TSO'da iş dünyasıyla bir araya gelerek kentin geleceğine yön verecek başlıkları değerlendirdi. Toplantıda konut arzı, parsel ihtiyacı ve ulaşım sorunlarına dikkat çekildi.

Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, Manisa Ticaret ve Sanayi Odası'nda iş dünyası temsilcileriyle buluşarak kentin öncelikli gündemlerini ele aldı. Toplantıda konut imarı, sanayi parseli ihtiyacı ve şehir içi trafik düzenlemeleri öne çıktı. Meclis üyeleri, sanayici ve girişimcilerin katıldığı toplantıda, Manisa'nın gelecek vizyonu ele alındı.

"MANİSA HER YIL BÜYÜYOR"

Toplantının açılış konuşmasını yapan Manisa Ticaret ve Sanayi Odası Başkanı Mehmet Yılmaz, Manisa'nın her yıl büyüdüğünü belirterek, büyümenin planlı bir şekilde olması gerektiğini vurguladı. Görüşülen konuların sadece bugünü değil, şehrin geleceğine yönelik vizyonunu da şekillendireceğini söyleyen Mehmet Yılmaz, konut imarının şehirdeki yaşam maliyetlerini doğrudan etkilediğini belirterek, konut arzındaki yetersizliğin kira fiyatlarını artırdığını ve nitelikli işgücünün şehirde kalmasını zorlaştırdığını savundu. Sanayi parseli ihtiyacına da değinen Başkan Yılmaz, "Yeni yatırımcının karşısına çıkan en büyük engel, uygun sanayi parseli bulamamaktır. Bu durum Manisa açısından istihdam ve ekonomik fırsatların kaçırılması anlamına geliyor" dedi. Trafik ve ulaşım konularına da değinen Başkan Yılmaz, yeni yolların, kavşak düzenlemelerinin ve akıllı ulaşım projelerinin önemine vurgu yaptı.

"MANİSA'YI TÜM PAYDAŞLAR İLE YÖNETMEK İSTİYORUZ"

İş dünyasının görüşlerinin kendileri için önemli olduğunu söyleyen Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, Manisa'nın gelişimi için ortak akıl anlayışı ile hareket edeceklerini söyledi. Konut imarı, yeni sanayi alanları ve trafik düzenlemelerine yönelik çalışmaların devam ettiğini belirten Başkan Dutlulu, "Manisa'da iki adet, Akhisar ve Turgutlu'ya birer adet olmak üzere battı çıktı projelerimiz devam ediyor. Bu çalışmalarla trafiğin yoğun olduğu bölgelerde, trafik akışını rahatlatmayı ve trafik yoğunluğunu azaltmayı düşünüyoruz" dedi.

"HALKIN KATILIMINI ÖNEMSİYORUZ"

Halkın katılımına önem verdiklerini vurgulayan Başkan Dutlulu, "Manisa'yı tüm paydaşlar ile yönetmek istiyoruz. Bu şehirde hep birlikte yaşıyoruz ve geleceğimizi ortak akılla şekillendirmek istiyoruz. Bunu her platformda dile getiriyorum, halka karşı değil halkla birlikte bu şehri yönetmek istiyoruz. Bu nedenle her projede vatandaşlarımızın görüşlerini alıyoruz. Muhtarlardan başlayarak talepleri görüşleri alıyoruz. İstenmeyen projeleri yapmadık, yapmayacağız" diye konuştu.

"ŞEHRİN GELECEĞİ İÇİN İMAR ÇALIŞMASINI TAMAMLADIK"

Konut sorununa da değinen Başkan Dutlulu, yıllardır yapılmayan imar planlarını yaptıklarını hatırlatarak, "Mahkemeden geri dönmemesi için gerekli düzenlemeleri yaptık. Şehrin imar planları, bu şehrin geleceği demektir. Yıllardır yapılmayan imar planları için vatandaşlar bekliyor. Mağduriyetlerin yaşanmaması için elimizden geleni yapıyoruz. İmar planlarını yaparak, şehrin önünü açıyoruz. Bunu da yine halka giderek yaptık. İstenmeyen uygulama yok planlarda. Manisa Büyükşehir Belediyesi olarak, Manisa için çalışmaya, Manisa'nın geleceğinin önünü açmak için çalışmalarımıza devam edeceğiz" diye konuştu.

Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu'nun, iş insanları ile buluştuğu programın soru cevap kısmında, Başkan Dutlulu kendisine yöneltilen soruları yanıtlayarak, bilgilendirmede bulundu. Hediye takdiminin yapıldığı program sonunda çekilen hatıra fotoğrafı ile program sona erdi. **İHA**

Kamu çalışanlarından hayat kurtaran bağış

● **Cansu MERİÇ**

MANİSA Tarım ve Orman İl Müdürlüğü personeli, Kızılay'ın kan bağışı çağrısına kayıtsız kalmadı. İl Müdür Yardımcısı ve çalışanların katılımıyla gerçekleştirilen bağış kampanyası yoğun ilgi gördü.

Manisa Tarım ve Orman İl Müdürlüğü, sosyal sorumluluk bilinciyle Kızılay Kan Bağış Merkezi'nin düzenlediği kan bağışı kampanyasına önemli bir destek verdi. İl Müdür Yardımcısı Serdar Mersinli, Tarım Orman Gençlik Konseyi Başkan Yardımcısı Cavit Çağlar Çankaya ve çok sayıda personelin katıldığı etkinlikte bağışlar tek tek alındı.

PERSONELDEN KIZILAY'IN KAN BAĞIŞINA TAM DESTEK

Kızılay Kan Bağış Merkezi ekibi, kan stoklarının artırılması ve düzenli bağış alışkanlığının yaygınlaştırılması amacıyla 09 Aralık 2025 tarihinde Manisa Tarım ve Orman İl Müdürlüğü'nü ziyaret etti.

İL MÜDÜR YARDIMCISI VE YÖNETİMDEN YOĞUN KATILIM

Kan bağışı noktasında farkındalık oluşturmak isteyen yönetim kadrosu da çalışmalara öncülük etti. İl Müdür Yardımcısı Serdar Mersinli ve Tarım Orman Gençlik Konseyi Başkan Yardımcısı Cavit Çağlar Çankaya, kan bağışına destek verdi. İl Müdürü Mehmet Karayılan, kan bağışının hem sağlık hem de insan hayatı açısından taşıdığı önemi şu sözlerle dile getirdi: "Bir damla kan, bir yaşam demektir. Kan her zaman herkesin ihtiyacıdır. Kan vermek toplumsal bir sorumluluk ve dayanışmadır. Unutulmamalıdır ki yarın bizlerin de kan almaya ihtiyacı olabilir."

Demirci'de riskli noktalara güvenlik korkulukları yerleştirildi

● **Didem ALTINAY**

DEMİRCİ Belediyesi tarafından ilçenin iki farklı mahallesinde sürdürülen düzenleme çalışmaları kapsamında, hem istinat duvarı bölgesine hem de Demirci Evi çevresine korkuluk montajı yapıldı.

İçhisar Mahallesi Ballı Pınar Sokak'ta geçtiğimiz hafta tamamlanan istinat duvarı çalışmasının ardından bölgeye korkuluk montajı gerçekleştirildi. Bu uygulama, sokakta yaşayan vatandaşların güvenli kullanımını sağlamak amacıyla hayata geçirildi. Kurulan metal korkuluklar, alanın daha kontrollü bir hale gelmesine katkı sundu.

Şehreküstü Mahallesi'nde Kayabaşı Şelalesi'nin üst kısmında bulunan ve dış cephesi daha önce yenilenen Demirci Evi'nin ön tarafına da dekoratif korkuluk montajı yapıldı. Bu işlem, ziyaretçi ve yayaların geçiş güzergâhında gerekli güvenlik tedbirlerinin tamamlanması için gerçekleştirildi.

Her iki mahallede yapılan korkuluk montajlarının, saha incelemeleri doğrultusunda belirlenen noktalara uygulandığı bildirildi. Çalışmaların planlanan takvim çerçevesinde sürdürüldüğü ve tamamlandığı ifade edildi.

Kula Mezarlıklar Birimi'ne yeni hizmet aracı teslim edildi

● **Didem ALTINAY**

MANİSA Büyükşehir Belediyesi tarafından Kula Mezarlıklar Birimi'ne tahsis edilen çift kabin hizmet aracı düzenlenen buluşmayla teslim edildi.

Kula'da mezarlık hizmetlerinin daha etkin ve hızlı yürütülmesi amacıyla Manisa Büyükşehir Belediyesi tarafından tahsis edilen çift kabin hizmet aracı, düzenlenen teslim programıyla birime ulaştırıldı. Teslim törenine Kula Belediye Başkanı Hikmet Dönmez, CHP Kula İlçe Başkanı Esen Çınar ve birim personeli katıldı.

Kula Mezarlıklar Birimi'ne tahsis edilen çift kabin hizmet aracı, Manisa Büyükşehir Belediyesi tarafından ilçeye gönderildi. Teslim sırasında belediye yöneticileri ve birim çalışanları hazır bulundu. Araç, özellikle cenaze ve defin işlemlerinde daha hızlı ulaşım ve etkin koordinasyon sağlaması amacıyla kullanılacak.

Teslim töreninde Kula Belediye Başkanı Hikmet Dönmez, CHP Kula İlçe Başkanı Esen Çınar ve birim personeli yeni aracın önünde hatıra fotoğrafı çektirdi. Aracın kısa süre içinde göreve başlayacağı belirtildi.

ZAYİ İLANI

22.12.2015 tarih ve 78 sayılı ambalajlı su satış yeri izin belgemi kaybettim. Hükümsüzdür. 29.12.2015 tarih ve 109 sayılı ambalajlı su nakil aracı izin belgemi kaybettim. Hükümsüzdür.

Hakan UZUNOĞLU
Ayberk Ticaret

PİYASALARDA SON DURUM

€ 49.5996

$ 48.5817

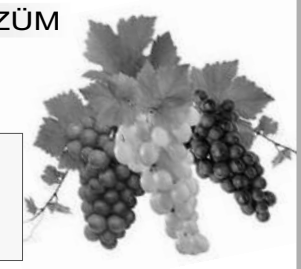
5.755,07

BORSA İSTANBUL 11.171

MANİSA TİCARET BORSASI ÜZÜM PAMUK FİYATLARI

ÇEKİRDEKSİZ KURU ÜZÜM

MUAMELE YOKTUR

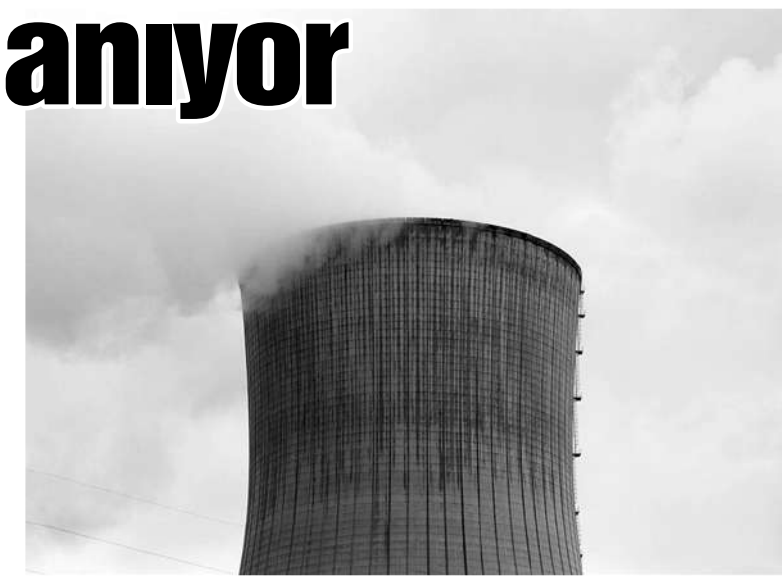


STANDART PAMUK

MUAMELE YOKTUR

MANİSA OLAY
Günlük-Siyasi-Aktüel Gazete
10 Aralık 2025 Çarşamba

Türkiye, enerjide geleceğe küçük modüler reaktör çalışmalarıyla hazırlanıyor



TÜRKİYE, enerji üretiminde yeni teknolojilere yönelerek sürdürülebilirlik hedeflerini desteklemeyi ve enerji bağımsızlığını güçlendirmeyi planlıyor.

Özellikle SMR alanında çalışmalar başlatarak gelecek yıllarda enerji güvenliğini artırmayı hedefleyen Türkiye, nükleer enerji alanında teknoloji ve yatırım açısından stratejik bir konuma gelmeyi hedefliyor.

Anadolu Ajansının (AA) Global İletişim Ortağı olduğu Uluslararası Enerji Ekonomisi Derneğinin (IAEE) Orta Doğu ve Orta Asya (MECA) Konferansı'nda AA muhabirine değerlendirmelerde bulunan Oxford Enerji Çalışmaları Enstitüsü Araştırma Görevlisi Dr. Adnan Shihab-Eldin, SMR'lerin geleneksel büyük nükleer santrallere kıyasla hem yatırım maliyeti hem de güvenlik sistemi bakımından önemli avantajlar sunduğunu belirtti.

SMR'lerin Türkiye açısından önemine değinen Shihab-Eldin, "Birim başına sermaye maliyeti açısından daha küçük oldukları için büyük sermaye riskine girmiyorsunuz.

Güvenlik açısından geliştirilmiş sistemleri var. Çok yönlülük ve farklı uygulamalar için yayılabilme açısından öne çıkıyorlar." diye konuştu.Türkiye'nin SMR çalışmalarını başlatmasının ülkenin geleceği için stratejik bir fırsat sunduğunu vurgulayan Shihab-Eldin, şunları kaydetti:

"Türkiye, SMR'ler gelişirken başta adım atarak öngörü gösterdi. Önümüzdeki yıllarda en iyi teklifleri çekmeye başlayacak.

Ancak Türkiye'ye tavsiyem, ilk örneği inşa eden şirketi değil, ikinci, üçüncü ve dördüncü örnekleri ekonomik maliyetle inşa edebileceğini kanıtlayan şirketi seçmesi. Böylece gözlemleme, seçme ve başarılı olma kapasitesine sahip olacak."

"YENİ ENERJİ KAYNAKLARINA İHTİYAÇ VAR"

Hergüner Bilgen Üçer Avukatlık Ortaklığının Kıdemli Ortağı Ümit Hergüner ise, SMR'lerin Türkiye'nin enerji güvenliğinde kritik rol oynayabileceğini belirterek, sanayi üretiminde rekabeti artıracağını ve Avrupa Birliği'nin (AB) yeşil mutabakatına uyum açısından avantaj sağlayacağını söyledi.Konvansiyonel nükleer santrallere oranla SMR'lerin ihtiyacın olduğu yere kurulabilmesinin en büyük avantajlardan biri olduğunu vurgulayan Hergüner, "Demir-çelik, alüminyum, çimento, gübre, cam gibi ürünlerin enerji girdisi çok yüksek olduğu için bu ürünlerin üretildiği tesislerin dibine kurabileceğimiz SMR'ler, sürdürülebilir enerji kaynağı olarak değerlendirilebilir." ifadesini kullandı.

Konferansta gerçekleşen "SMR'lerin yaygınlaştırılması" oturumunda da değerlendirmelerde bulunan Hergüner, bu teknolojiyle üretilen elektriğin AB pazarında rekabet avantajı sağlayacağının altını çizerek, "Bu kaynaktan alınan elektriği kullanarak yapılan üretim, AB'de herhangi bir yaptırıma tabi olmadan ürünlerimizin satışını sürdürebilmemize vesile olacak." diye konuştu.

Hergüner, mevcut kaynakların sürdürülebilirliğinin garanti edilemediğini belirterek, "Bu nedenle hızlı bir şekilde devreye sokabileceğimiz yeni enerji kaynaklarına ihtiyaç var." dedi.

Rüzgar ve güneş gibi yenilenebilir kaynakların süreklilik sorunu olduğuna işaret eden Hergüner, SMR'lerin bu belirsizlikleri ortadan kaldıracak sürdürülebilir enerji kaynağı olduğunun altını çizdi.

SMR'lerin hızlı inşa edilebildiğini dile getiren Hergüner, "En büyüğünün megavat kapasitesi 400'ü geçmiyor. Konvansiyonel santrallere kıyasla çok daha küçük, çok daha hızlı." dedi.

Hergüner, enerji dağıtımındaki kayıpların da SMR'lerde ortadan kalktığını vurgulayarak, "Akkuyu gibi Mersin'den alıp Anadolu'nun herhangi bir yerinde kullanılmak üzere iletilecek bir enerji kaynağından söz etmiyoruz.

İhtiyacın olduğu yerin hemen dibine kurulabilecek bir enerji kaynağı olduğu için konvansiyonel oranda çok daha büyük avantajları var." diye konuştu.

Küçük modüler reaktörlerin kısa vadede Türkiye'nin enerji güvenliğini güçlendirebileceğini belirten Hergüner, "Onun için SMR'ler Türkiye'nin kısa vadede enerji ihtiyacına çözüm getirebilecek enerji kaynakları diye düşünüyorum." ifadelerini kullandı. **AA**

Motorlu kara taşıtları 2024'te 382,9 milyar kilometre yol katetti

Türkiye'de trafiğe kayıtlı motorlu kara taşıtlarınca 2024'te katedilen yol, 382 milyar 870 milyon kilometre oldu.

Türkiye İstatistik Kurumu, 2024 yılına ilişkin taşıt-kilometre istatistiklerini açıkladı.

Buna göre, Türkiye'de trafiğe kayıtlı motorlu kara taşıtları tarafından 2024'te 382 milyar 870 milyon kilometre yol katedildi.

Toplam taşıt-kilometrenin yüzde 57'si otomobiller, yüzde 19,2'si kamyonetler, yüzde 8,7'si motosikletler, yüzde 5,7'si çekiciler, yüzde 3,8'i kamyonlar, yüzde 3,3'ü minibüsler, yüzde 1,9'u otobüsler ve yüzde 0,5'i özel amaçlı taşıtlar tarafından yapıldı.

Trafiğe kayıtlı motorlu kara taşıtları sayısı 2024'te bir önceki yıla göre yüzde 9,3, toplam taşıt-kilometre yüzde 10 arttı. Taşıt sayısı, motosikletlerde yüzde 23,3, özel amaçlı taşıtlarda yüzde 9,3, otomobillerde yüzde 6,6, çekicilerde yüzde 6,3, kamyonetlerde yüzde 4,8, minibüslerde yüzde 4, kamyonlarda yüzde 3,2, otobüslerde yüzde 1,3 artış gösterdi.

Taşıt-kilometre ise motosikletlerde yüzde 59,9, otomobillerde yüzde 9,1, kamyonetlerde yüzde 5,2, çekicilerde yüzde 4,4, özel amaçlı taşıtlarda yüzde 2,7, minibüslerde yüzde 1,8 artarken kamyonlarda yüzde 5,1, otobüslerde yüzde 0,6 azaldı.

Söz konusu dönemde çekicilerin 66 bin 893, otobüslerin 35 bin 150, minibüslerin 24 bin 917, kamyonların 21 bin 887, özel amaçlı taşıtların 18 bin, kamyonetlerin 15 bin 965, otomobillerin 13 bin 859 ve motosikletlerin 5 bin 896 kilometre yaptığı hesaplandı.

En fazla yol, yüzde 20,5'lik oranla taşıt filosunun yüzde 16,8'ini oluşturan 5-9 yaş grubu taşıtlar tarafından yapılırken bunu sırasıyla yüzde 19,2 ile 10-14 yaş, yüzde 15,6 ile 2-4 yaş, yüzde 15 ile 0-1 yaş, yüzde 11,9 ile 15-19 yaş, yüzde 11,7 ile 25 yaş ve üzeri, yüzde 6,3 ile 20-24 yaş grubu taşıtlar takip etti.

Bu oran, otomobillerde 5-9 yaşındakiler için yüzde 22,5, 10-14 yaş için yüzde 18,8, 2-4 yaş için yüzde 15,5, 25 yaş ve üzeri için yüzde 14,2, 0-1 yaş için yüzde 12,4, 15-19 yaş için yüzde 9,8 ve 20-24 yaş için yüzde 6,8 olarak kayıtlara geçti. **AA**

Türkiye komşularına 25,3 milyar dolarlık ihracat

TÜRKİYE'NİN komşuları Azerbaycan, Bulgaristan, Gürcistan, İran, Irak, Suriye ve Yunanistan'a yaptığı ihracat, ocak-kasım döneminde geçen yılın aynı dönemine kıyasla yüzde 3,4 artarak 25,3 milyar doları buldu.

AA muhabirinin Ticaret Bakanlığı verilerinden yaptığı derlemeye göre, yılın 11 ayında Türkiye'nin ihracatı geçen yılın aynı dönemine kıyasla yüzde 3,7 artarak 247,2 milyar dolara çıktı.

Türkiye, ocak-kasım döneminde komşuları Azerbaycan, Bulgaristan, Gürcistan, İran, Irak, Suriye ve Yunanistan'a 25 milyar 310 milyon 335 bin dolarlık ihracat yaptı.

Söz konusu tutar, 2024'ün aynı döneminde 24 milyar 476 milyon 926 bin dolar seviyesindeydi. Bu ülkelere ihracat, yıllık bazda yüzde 3,4 artış gösterdi.

Türkiye'nin en fazla ihracat yaptığı komşu ülke, yaklaşık 9,3 milyar dolarla Irak oldu.

Bu ülkeyi, 4,2 milyar dolarla Bulgaristan, 3,2 milyar dolarla Yunanistan ve 2,3 milyar dolarla Gürcistan izledi.

Ocak-kasım döneminde yıllık bazda en fazla ihracat artışı sağlanan ülkeler, yüzde 54,2 ile Suriye, yüzde 6,1 ile Azerbaycan ve yüzde 6 ile Bulgaristan olarak kayıtlara geçti.

Türkiye'nin komşularına yaptığı ihracatın sektörlere göre dağılımı incelendiğinde, "kimyevi maddeler ve mamulleri" sektörü ilk sırada yer aldı.

Bu sektörden 7 komşu ülkeye 3 milyar 941 milyon 321 bin dolarlık ihracat yapıldı.

Söz konusu sektörü 2 milyar 870 milyon 581 bin dolarla "hububat, baklıyat, yağlı tohumlar ve mamulleri", 2 milyar 198 milyon 293 bin dolarla "mobilya, kağıt ve orman ürünleri" izledi.

İhracatı en az olan sektör ise 34 milyon 371 bin dolarla "süs bitkileri ve mamulleri" olarak kayıtlara geçti. **AA**

Tiftik, sözleşmeli üretim kapsamına alındı

TİFTİK, sözleşmeli üretim kapsamına dahil edilirken, bu ürünün alım satımında sözleşme süresinin 6 aydan az, 1 yıldan fazla olamayacağı kararlaştırıldı.

Tarım ve Orman Bakanlığı tarafından hazırlanan Sözleşmeli Üretimin Usul ve Esasları Hakkında Yönetmelik'te Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik, Resmi Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe girdi.

Buna göre üretim sözleşmesinin nüsha teslim süresi uzatıldı. Düzenlenen sözleşmenin bir nüshası üreticide, biri alıcıda bırakılmak kaydıyla üçüncüsü imzalanmasını müteakip 30 iş günü içinde üreticinin kayıtlı olduğu Bakanlık il veya ilçe müdürlüğüne teslim edilebilecek.

Tarımsal üretim sözleşmesi hayvansal üretimde çiğ sütte ve tiftikte ürünün tesliminden önce, su ürünleri avcılığında avlanma yasağı uygulanan türlerde avcılık dönemi başlangıcından önce, diğer türlerde ürün tesliminden önce imzalanacak.

Sözleşmeli tohumluk üretiminde üretici tarafından yetiştiricisine verilen materyallerin her hakkı tohum üreticisine ait olacak. Tohumluk materyaller üreticinin bilgisi ve onayı dışında tohum yetiştiricisi tarafından üçüncü kişilere satılamayacak. Tohumluk materyallerin izinsiz üçüncü kişilere satılması durumunda ilgili kanun kapsamında cezai işlem uygulanacak.

Kuruluşuna Bakanlıkça izin verilen, merkez birliği düzeyinde örgütlenmesini tamamlamış ve kendi merkez birliğine üye-ortak olan, hayvancılık faaliyeti yürüten tarımsal amaçlı örgütler, yetki aldığı üreticisi adına sözleşmeli hayvansal üretime ilişkin iş ve işlemleri yürütebilecek. Sözleşmeli usulde tiftik alım satımında sözleşme süresi 6 aydan az, 1 yıldan fazla olamayacak.

Üretici, yaptığı üretim faaliyetine göre Bakanlıktan onaylı su ürünleri yetiştiricilik belgesine veya balıkçı gemileri için su ürünleri ruhsat tezkeresine sahip olacak. Sözleşmeye konu ürün, yetiştiricilik belgesine sahip üretim tesisinde yetiştirilecek veya balıkçı gemileri için su ürünleri ruhsat tezkeresine sahip olan gemiyle avlanacak. **AA**

MANİSA OLAY
Günlük-Siyasi-Aktüel Gazete

Yıl: 16 Sayı: 6259 10 Aralık 2025 Çarşamba

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 tasarım : Pelin UĞURLU YILMAZ
Magazin : 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 Sarnıç-Gaziemir/ 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 Sütun/cm. 140,00 TL
ZAYİ İLANI: 500 TL

BOYUT	SİYAH-BEYAZ	RENKLİ	SÜRMANŞET
ÇEYREK	2500 TL + KDV	4000 TL +KDV	4500 TL + KDV
YARIM	5000 TL + KDV	7000 TL + KDV	
TAM	7500 TL + KDV	12000 TL + KDV	

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

Manisalı öğrenciler uluslararası arenada parladı

● **Cansu MERİÇ**

İSTANBUL Kız Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencileri, Antalya'da düzenlenen Gastro 6. Uluslararası Yemek Yarışmasında 3 altın, 2 gümüş, 2 bronz ve 2 dördüncülük kazandı. Yunusemre İlçe Milli Eğitim Müdürü Yıldıray Demirtaş, başarı gösteren öğrencileri ve öğretmenleri tebrik etti.

Manisa'da İstanbul Kız Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencileri, aldıkları uygulamalı eğitimle hem ulusal hem de uluslararası yarışmalarda yeteneklerini sergiliyor. Antalya'da düzenlenen Gastro 6. Uluslararası Yemek Yarışmasında okul öğrencileri çeşitli kategorilerde 3 altın, 2 gümüş, 2 bronz ve 2 dördüncülük elde ederek Manisa'nın gururu oldular.

Yunusemre İlçe Milli Eğitim Müdürü Yıldıray Demirtaş ve Şube Müdürü Fahriye Okyay, okulu ziyaret ederek öğrencileri tebrik etti. Demirtaş, yarışmada gösterilen başarının önemine dikkat çekerek öğrencilere Yunusemre Halk Eğitim Merkezi kursiyerleri tarafından hazırlanan şef önlüğünü hediye etti. Okul idarecilerine ve öğretmenlere de teşekkür belgeleri takdim edildi.

"GERÇEK ATÖLYE EĞİTİMİ BAŞARIYI GETİRDİ"

Yıldıray Demirtaş, yaptığı açıklamada şu ifadeleri kullandı: "Öncelikle okul müdürümüze, alan şefimize, öğretmenlerimize, öğrencilerimize teşekkür ediyoruz. Üreten okul güçlü insan kaynağı demektir. Gerçek atölyede eğitimle birlikte edindikleri bilgi ve becerileri, ülkemizin farklı yerlerindeki yarışmalara katılarak pekiştirmiş oldular. Yapılan eğitimin ne kadar değerli olduğunu bir kez daha görüyoruz. Basınımıza da teşekkür ediyoruz; gençlerimizin bu başarıları örnek alınması açısından önemli."

"KISA SÜREDE BÜYÜK BAŞARI"

Okul Müdürü Davut Özsarı da öğrencilerin gösterdiği performansı değerlendirdi:

"Borsa İstanbul Kız Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi olarak Antalya'da düzenlenen yarışmada 42 ülkeden yaklaşık 1400 katılımcı vardı. Alan şefimiz Mehmet Keskin, alan öğretmenimiz Eda Yorgancı ve 6 öğrencimizle yarışmaya katıldık. Hazırlıkları kendi imkanlarımızla yaparak 3 gün süren yarışmada hem grup hem bireysel kategorilerde mücadele ettik. Sonuç olarak 3 altın, 2 gümüş, 2 bronz ve 2 dördüncülük ile Manisa'ya döndük. Öğrencilerimiz 10. ve 11. sınıf öğrencileri olup, çok kısa sürede öğretmenlerinin eşliğinde bu başarıyı elde ettiler."

Hemşeriler tanışma gecesinde buluştu

● **Didem ALTINAY**

MANİSA Hemşeri Kültürleri Dayanışma Derneği'nin yeni yönetimi ve Kadın Kolları, birlik ve dayanışmayı güçlendirmek amacıyla tanışma ve kaynaşma gecesi düzenledi.

Manisa'da hemşerilik bağlarını pekiştirmek, dernek üyelerini bir araya getirmek ve dayanışma kültürünü güçlendirmek amacıyla düzenlenen tanışma ve kaynaşma gecesi yoğun ilgi gördü. Manisa Hemşeri Kültürleri Dayanışma Derneği'nin yeni yönetimi ile Kadın Kollarının ortak organizasyonuyla gerçekleştirilen program, sıcak ve samimi atmosferiyle dikkat çekti.

Tanışma ve kaynaşma gecesinde konuşan Dernek Dönem Başkanı Hacı Ali Özsoy, birlik ve beraberliğin önemine vurgu yaparak şu ifadeleri kullandı: "Bu özel gecede yönetim kurulu üyelerimiz, kadın kollarımız, çocuklarımız ve misafirlerimizle güzel anlar paylaşarak keyifli bir buluşma gerçekleştirdik. Birlik, beraberlik ve dayanışma ruhumuzu güçlendiren bu gecenin hazırlanmasında emeği geçen yönetim kurulumuza, kadın kollarımıza ve dostlarımıza teşekkür ediyoruz. Birlikte daha nice güzel etkinliklere."

KADIN KOLLARINDAN ETKİNLİĞE DESTEK

Kadın Kolları Başkanı Dilek Beylik, organizasyona katkı sunmaktan duydukları memnuniyeti dile getirerek katılımcılara teşekkür etti. Etkinliklerin devam edeceğini belirten Beylik, kadınların dernek faaliyetlerindeki rolünün giderek güçlendiğini ifade etti.

HEMŞERİLİK BAĞLARI GÜÇLENDİ

Gecede hem dernek üyeleri hem de farklı hemşeri derneklerinin başkanları ile STK temsilcileri bir araya geldi. Katılımcılar, sohbet ederek yeni dostluklar kurarken mevcut bağlarını da pekiştirme fırsatı buldu. Samimi ortamda gerçekleşen gece, dayanışma ruhunun güçlenmesiyle sona erdi.

Engelli çalışanlara anlamlı hediye

TEKERLEKLİ sandalye kullanan Mustafa Çakmak'ın talebi üzerine ELİ girişine el sensörlü otomatik kapı sistemi kuruldu. Çakmak, uygulamayı "En anlamlı Engelliler Günü hediyesi" olarak değerlendirdi.

Ege Linyitleri İşletmesi Müdürlüğünde (ELİ) görev yapan Mustafa Çakmak, kurum girişindeki manuel kapı nedeniyle her gün yardım almak zorunda kaldığını belirterek durumu İşletme Müdürü Ali Ulu'ya iletti. Çalışanın talebine hızlı bir şekilde karşılık veren Müdür Ulu'nun talimatıyla kurum girişine el sensörüyle çalışan otomatik kapı sistemi kuruldu.

Yeni sistem sayesinde artık hiçbir destek almadan giriş çıkış yapabildiğini söyleyen Çakmak, düzenlemenin kendisi için yalnızca fiziksel bir kolaylık değil, aynı zamanda bir "değer verilme" göstergesi olduğunu ifade etti. "Bu uygulama bana yalnızca rahatlık sağlamadı; aynı zamanda düşünüldüğümü ve önemsendiğimi hissettirdi" diyen Çakmak, süreçte emeği geçen başta İşletme Müdürü Ali Ulu olmak üzere teknik ekibe teşekkür etti.

"EN ANLAMLI ENGELLİLER GÜNÜ HEDİYESİ"

Otomatik kapı sisteminin Dünya Engelliler Günü öncesinde hayata geçirilmesinin kendisi için ayrı bir önem taşıdığını dile getiren Çakmak, "Engelliler Günü ancak engeller kaldırıldığında gerçek anlamına kavuşur. Yapılan bu çalışma benim için en güzel Engelliler Günü hediyesi oldu" dedi. **İHA**

kültür sanat

Kraliçe Amastris'in kurduğu antik kentte Medusa'nın gülümseyen figürü bulundu

BARTIN'IN Amasra ilçesindeki Amastris Antik Kenti'nde yaklaşık 2 bin yıllık stoa yapıda, Yunan mitolojisinde "gözlerine bakanı taşa çeviren, yılan saçlı dişi canavar" olarak bilinen Medusa'nın ender görülen gülümseyen figürü bulundu.

Bartın Üniversitesi (BARÜ) tarafından 3 yıl önce başlatılan kurtarma kazılarında ortaya çıkan eserler üzerinde yapılan incelemeler, antik çağlarda ilçede görkemli yapıların olduğunu ortaya koydu.

BARÜ Arkeoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü Prof. Dr. Fatma Bağdatlı Çam başkanlığında 2 bin 850 metrekare alanda yapılan çalışmalarda, doğal afetler sonucu yıkılan Roma dönemine ait, boyu 9 metreyi bulan mermer sütunlarıyla dikkati çeken stoa yapı bulunduğu belirlendi.

Korint (antik mimaride sütun düzeni) düzeninde inşa edilen yapı, orijinal parçalar kullanılarak gerçekleştirilen titiz çalışmalarla aslına uygun restore ediliyor.

Kültür ve Turizm Bakanlığı Kültür Varlıkları ve Müzeler Genel Müdürlüğünün izni ve Türkiye Petrolleri Anonim Ortaklığının destekleriyle gerçekleştirilen çalışmalara, BARÜ'nün yanı sıra birçok üniversiteden alanında uzman bilim insanı ve öğrenciler katılıyor.

Kültür ve Turizm Bakanlığının "Geleceğe Miras" projesi kapsamında yapılan çalışmalarla anastylosis (antik bir yapının her bir taşına kadar birebir şekilde restorasyonu) uygulamasıyla yapıya ait orijinal mimari parçalardan yararlanılarak üç sütun ayağa kaldırıldı. Diğer 4 sütun ile yapıya ait bloklar, tavan kasetleri ile mimari parçaların tamamı uzun soluklu çalışmalar sonucu gün yüzüne çıkarıldı.

Geniş bir alana yayılan görkemli yapıya ait 4 sütun ile diğer parçaların da yıl sonuna kadar ayağa kaldırılması ve alanın önemli turizm noktası olması hedefleniyor.

Bu arada, mermer blokların üzerine konumlandırılan tavan kasetleri üzerinde, Yunan mitolojisinde "gözlerine bakanı taşa çeviren, yılan saçlı, keskin dişli dişi canavar" olarak bilinen Medusa'nın ender görülen gülümseyen figürüne rastlanması da heyecan yarattı. Prof. Dr. Fatma Bağdatlı Çam, AA muhabirine, Kum Mahallesi'nde okul inşaatı sırasında 2017'de tarihi kalıntılara rastlanmasının ardından koruma altına alınan bölgede 2022'den bu yana devam eden kazı çalışmalarında stoa yapısının ortaya çıktığını ve Roma dönemine ait yapıyı tamamen ayağa kaldırmak için restorasyon çalışmalarının sürdüğünü söyledi. Geçen yıl ayağa kaldırılan 3 sütunun ardından yıl sonuna kadar 4 sütunun daha ayağa kaldırılacağını anlatan Çam, yapının, Karadeniz Bölgesi'nin mermerden yapılmış en anıtsal yapısı olduğunu ve antik kentin de görkemini gözler önüne serdiğini vurguladı. Alanda yeni bir stoa yapının varlığını tespit ettiklerini ve gelecek yıl bu yapıyı ortaya çıkarma çalışmalarının yapılacağını bildiren Çam, şöyle devam etti: "Aslında içinde bulunduğumuz alan agora ya da forum olarak isimlendirdiğimiz, Roma döneminde kentin sosyalleşme alanı, ticaretin, sosyalliğin gerçekleştiği önemli bir merkez olduğunu gösterdi. Bu anlamda stoa yapısından elde ettiğimiz her türlü veri aynı zamanda Amastris Antik Kenti'nin Roma dönemindeki yaşam standartlarını, kültürünü gösteren kanıtlar sundu. Bundan sonraki süreçte de yapının ayağa kaldırılmış halini ziyaretçilerle paylaşmak için heyecan duyuyoruz. Çalışmalarımız planladığımız gibi giderse 2026 sonu en geç 2027 başında alanı kısmi ziyarete açmayı planlıyoruz. Biz de oldukça heyecanlıyız. Alanın bir an önce turizme kazandırılmasını, yerli ve yabancı turistlerin antik kentin yavaş yavaş ayağa kaldırılmasını görmelerini, izlemelerini istiyoruz."

Çam, stoa yapıya ait 9 metre yüksekliğindeki sütunların üzerine konumlandırılan tavan kasetlerinin üzerinde Yunan mitolojisinde "gözlerine bakanı taşa çeviren, yılan saçlı dişi canavar" olarak bilinen Medusa'nın ender görülen gülümseyen figürüne rastlanılmasının da özel bir durum olduğunu dile getirdi. Alanda önceki yıllarda yapılan çalışmalarda Büyük İskender başı, Nymphe (su perisi), Lares (ev tanrısı) heykelleri ile amulet (tılsımlı muska), farklı dönemlere ait sikkeler ve yazıt parçaları bulunmasına karşın gülümseyen Medusa figürünün görülmesinin ender bir durum olduğuna işaret eden Çam, sözlerini şöyle tamamladı:

"Binalar, kalkanlar üzerinde, yapıların alınlarında görülen Medusa normalde yılan saçlı, korkutucu ifadesiyle düşmanı korkutmak, korku salmak, koruyuculuk amacıyla sembolleşmiş bir figürken bizim Medusa'mız tıpkı bir Eros gibi küçücük bir çocuğun yüzü gibi ve gülümser vaziyette yapılmış olması bizleri heyecanlandırdı. Bir Eros gibi gülümsemesi o dönemde kentin huzurunu, refahını yansıtır gibi yapılması bize bundan sonraki süreçte hem yapı bağlamında hem de antik kentin ortaya çıkışı noktasında çok büyük umut verdi." **AA**

Cumhurbaşkanı Erdoğan'dan 10 Mart mesajı!

CUMHURBAŞKANI Recep Tayyip Erdoğan, (Suriye için) "10 Mart Mutabakatın suhuletle uygulanması; istikrarsız, bölünmüş ve güçsüz Suriye'ye yatırım yapan şer odaklarının hesaplarını altüst edecektir" dedi.

Cumhurbaşkanı Erdoğan, AK Parti Kongre Merkezi'nde düzenlenen "İnsanlık İçin Güçlü Türkiye" programına katıldı. Burada konuşan Erdoğan, programın; Türkiye, Türk milleti ve tüm insanlık için hayırlara vesile olmasını dilediğini ifade ederek, İnsan hakları Evrensel Beyannamesi'nin kabul edilişinin 77'nci yıl dönümü olan 10 Aralık İnsan Hakları Günü'nü tebrik etti.

AK Parti Genel Başkanı ve Cumhurbaşkanı olarak kalbi Türkiye ile atan tüm mazlum ve mağdurlara dayanışma mesajı gönderdiğini söyleyen Erdoğan, başta Gazzeliler olmak üzere Afrika'dan Asya'ya kadar acılarını paylaştıkları tüm mazlumları yürekten selamladığını dile getirdi.

"30 MADDEDEN OLUŞAN İNSAN HAKLARI EVRENSEL BEYANNAMESİ İKİ YIKICI DÜNYA SAVAŞINDAN SONRA İNSANLIK İÇİN UMUT KAYNAĞI OLDU"

İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi bundan tam 77 sene önce, 10 Aralık 1948'de büyük bir teveccühle kabul edildiğini hatırlatan Cumhurbaşkanı Erdoğan, "30 maddeden oluşan bu beyanname, iki yıkıcı dünya savaşı sonrasında yeni bir düzen inşa etmeye çalışan insanlık için umut kaynağı oldu. Beyannamenin ilk üç maddesini burada sizlere aktarmak isterim. Bütün insanlar özgür, onur ve haklar bakımından eşit doğarlar. Akıl ve vicdana sahiptirler. Birbirlerine karşı kardeşlik anlayışıyla davranmalıdırlar. Herkes ırk, renk, cinsiyet, dil, din, siyasal veya başka bir ayrım gözetmeksizin bu bildirge ile ilan olunan bütün haklardan ve bütün özgürlüklerden yararlanabilir. Yaşamak, özgürlük ve kişi güvenliği herkesin hakkıdır" ifadelerin kullandı.

"İNSAN HAKLARI CELLATLARININ ÜLKEMİZE ÇIKARDIĞI FATURALARI HALEN ÖDÜYORUZ"

Beyannamede kayıtlı hususların bazı dönemlerde ne kadar tatbik edildiğinin üzerinde durulması gerektiğini kaydeden Erdoğan, "Millete ve milletin değerlerine yönelik husumeti herkesçe bilinen tek parti faşizmi, ilk günden itibaren beyannamenin altını oymuştur. Kimi zaman bürokratik oligarşi, kimi zaman antidemokratik güç odakları olarak kendini deşifre eden bu zihniyet, milletin hafızasında derin yaralar açmış, demokrasimize telafisi uzun yıllar alan zararlar vermiştir. 27 Mayıs'tan 28 Şubat'a kadar her 10 yılda bir tekrarlanan müdahalelerin arkasında bu zihniyetin silueti vardır. Yassıada faciasını, 12 Mart sonrası olanları, 12 Eylül'de adeta işkence kampına dönüşen Mamak'taki C5'leri, Diyarbakır cezaevlerini, beyaz torosları anlatmaya gerek yok. 2002'den bu yana mesaimizin mühim bir kısmını bu ihlallerin bıraktığı tortuları temizlemeye, travmaları iyileştirmeye harcadık. Burada saymaya kalksak saatlerimizi alacak ve adına 'sessiz devrim' dediğimiz reformlarla hamdolsun bu yolda önemli mesafeler aldık. Ancak insan hakları cellatlarının ülkemize, milletimize, demokrasimize ve sosyal barışımıza çıkardığı faturaları halen ödüyoruz" dedi.

"TEK PARTİ ZİHNİYETİNİN YANLIŞ UYGULAMALARI BİR TARAFA BIRAKILDIĞINDA BEYANNAMEDE KAYITLI HAKLARIN BİZE HİÇ DE YABANCI OLMADIĞI GÖRÜLECEKTİR"

CHP Genel Başkanı Özgür Özel'in köşeye her sıkıştığında saldırganlaştığını ya da saçmaladığını belirten Erdoğan, "Yine aynısını yapmış. Haddini de aşarak Sarıkamış'ta şehit düşen rahmetli dedemin bir asır önce nerede olduğunu sormuş. Gençlik kollarımızda bu siyaset acemisine hak ettiği cevabı vermiş. İstanbul halkının kaynaklarını yağmalayan suç örgütüne posta güvercinliği yapmayı marifet zanneden bu şahıs için daha fazla nefes harcamayı israf görüyor, Allah'tan kendisine akıl ve izan vermesini niyaz ediyorum. Tek parti zihniyetinin yanlış uygulamaları bir tarafa bırakılıp milletimizin tarihine, kültürüne ve inanç değerlerine bakıldığında, beyannamede kayıtlı hakların bize hiç de yabancı olmadığı görülecektir. Her şeyden evvel, eşref-i mahlukat olan insana saygı göstermek, insan onurunu korumak, onun yaratılıştan gelen haklarının kullanılmasını temin etmek, bizim için medeniyetimizden tevarüs ettiğimiz ulvi değerlerdir" şeklinde konuştu.

"BİZİM TARİHİMİZDE İNSAN HAKLARI KONUSUNDA MAHCUBİYET DUYACAĞIMIZ HİÇBİR LEKE YOKTUR"

Tarihin ve kültürün her sayfasında insana bakışı anlatan sayısız örnek, deyiş ve ibretlik hadise ile karşılaştıklarını söyleyen Erdoğan, "Köklerimize vurgu yaparken partimizin de hükümetimizin de idare anlayışımızın da pusulası olan Şeyh Edebali'nin 'İnsanı yaşat ki devlet yaşasın' tavsiyesini sık sık hatırlatıyorum. Bu hatırlatmanın arka planında işte böyle bir tecrübe, böyle bir birikim ve insana değer veren yüksek bir şuur bulunuyor. Bizim ne tarihimizde ne de kültür ve medeniyet kodlarımızda insan hakları konusunda mahcubiyet duyacağımız hiçbir leke yoktur. Tam tersine, bugün bize hak ve özgürlük dersi verenlerin hepsinden daha temiz bir sicile, daha kuşatıcı bir zihniyete sahibiz. Bunun altını bugün bir kez daha çizmekte fayda görüyorum. Tarihimizin hiçbir döneminde çiğ süt içmedik, şükür karnımız da ağrımıyor. Başkaları gibi önümüze ne konulur diye düşünmüyor, nerede bir zulüm varsa mazlumun yanında, zalimin karşısında dimdik duruyoruz. Hakkı, adaleti, barışı, insanlık onurunu sadece bölgemizde değil, tüm dünyada cesaretle savunuyoruz. Gururla söylemek isterim ki, Türkiye denilince akla sınırlarını korumakla kalmayıp artık barışı kuran ve diplomasiyi de şekillendiren bir ülke geliyor" değerlendirmesinde bulundu.

"TÜRKİYE'NİN SURİYE VE GAZZE'DE YAŞANANLAR KARŞISINDAKİ VİCDANLI DURUŞU, TEK BAŞINA BİR İNSAN HAKLARI DERSİDİR"

Gazze'den Suriye'ye, Rusya-Ukrayna savaşından Doğu Afrika'daki gerilimler olmak üzere birçok kriz bölgesinde 'İnsanlık İçin Güçlü Türkiye' şiarıyla kendilerine düşenleri layıkıyla yapmaya çalıştıklarını aktaran Erdoğan, "Türkiye'nin Suriye ve Gaze'de yaşananlar karşısındaki vicdanlı duruşu, tek başına bir insan hakları dersidir. İnsan hakları destanıdır. Her iki meselede de ilk günden itibaren tavrımızı çok net ortaya koyduk. Baskılara, tehditlere, farklı sebeplerle zalimlerin yanında hizalanan insanlık fukaralarına prim vermedik. Elimizle, dilimizle, kalbimizle zulmü durdurmanın çabası içinde olduk" ifadelerine yer verdi.

"BUGÜN TERÖRSÜZ TÜRKİYE HEDEFİNDEN BAHSEDEBİLİYORSAK BU, EN BAŞTA KAHRAMAN ŞEHİTLERİMİZİN SAYESİNDEDİR"

Suriye Devrimi'nin birinci yıl dönümüne de değinen Cumhurbaşkanı Erdoğan, her türlü zulme, zorbalığa, vahşete, insanı insanlığından utandıran işkenceye rağmen 13 buçuk yıl boyunca direnen Suriye halkını tebrik ederek, "Esad rejiminin ve terör örgütlerinin alçak saldırılarında can veren Suriyeli kardeşlerimizi rahmetle yâd ediyorum. Devletimizin güvenliğini, aziz milletimizin huzurunu temin etmek amacıyla uluslararası hukuk çerçevesinde gerçekleştirdiğimiz sınır ötesi operasyonlarda şehit düşen kahramanlarımıza Allah'tan rahmet diliyor, Rabbim ruhlarını şad, mekânlarını cennet eylesin diyorum. Şehitlerimizin metanet abidesi ailelerine hürmetlerimi takdim ediyorum. Bugün milletçe terörsüz Türkiye hedefinden, terörsüz bölge idealinden bahsedebiliyorsak bu, en başta kahraman şehitlerimizin sayesindedir" dedi.

"SURİYE HALKININ ÜLKELERİNİ YENİDEN AYAĞA KALDIRMA MÜCADELESİ VERDİKLERİNİ MEMNUNİYETLE GÖRÜYORUZ"

Konuşması sırasında Yasin Suresi'nden alıntı yapan Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Rabbimiz Yasin Suresi'nde şöyle buyuruyor: 'Kün feyekün.' Yani 'Ol der ve oluverir.' Rabbimizin müjdesi Suriye'de de tecelli etmiş, 60 yıllık dikta rejimi sadece 7-8 gün içinde yerle yeksan olmuş, kendi halkını acımasızca katleden diktatör korkakça kaçmış, mazlumların sabrı, mücadelesi ve kıyamı zaferle neticelenmiş, Suriyeli kardeşlerimiz uğrunda yüz binlerce şehit verdikleri hürriyetlerine hamdolsun sonunda kavuşmuşlardır. Suriye halkının son bir yılda onca zorluğa, sıkıntıya, Esad diktatörünün bıraktığı enkaza rağmen hayata dört elle sarıldıklarını, ülkelerini yeniden ayağa kaldırma mücadelesi verdiklerini memnuniyetle görüyoruz. Başkan Şara, işte Emevi Camii'nde, hem sabah namazını kıldırıyor hem de orada verdiği hutbeyle Suriye'nin geleceğine yönelik müjdesini irat ediyordu. Rabbim en yakın zamanda inşallah Şara'ya ve Suriye halkına bu müjdeye kavuşmayı nasip etsin" açıklamasında bulundu.

"10 MART MUTABAKATININ SUHULETLE UYGULANMASI ŞER ODAKLARININ HESAPLARINI ALTÜST EDECEKTİR"

Türkiye ve Türk milleti olarak Suriye'nin ve Suriyelilerin inşa, ihya ve toparlama çabalarını tüm imkanlarla desteklediklerini aktaran Erdoğan, "Suriye devrimi son bir yılda en zoru inşallah geride bırakmıştır. İnanıyorum ki önce Yüce Allah'ın yardımıyla, sonra da Suriye yönetiminin basiretli, dirayetli, kuşatıcı, kucaklayıcı ve adaletli politikalarıyla bir daha eski kötü günlere dönüş olmayacaktır. Bilhassa 10 Mart mutabakatının altında imzası olanlar tarafından ahde vefa ilkesi gereğince hayata geçirilmesi önemli bir düğümü çözecektir. Mutabakatın suhuletle uygulanması; istikrarsız, bölünmüş ve güçsüz Suriye'ye yatırım yapan şer odaklarının hesaplarını altüst edecektir. Böylece Suriye, toprak bütünlüğünü haiz, müreffeh, muzaffer ve bölgesinin muteber bir ülkesi olarak istikbale yürüyecektir" dedi.

"TÜRKLER, ARAPLAR, KÜRTLER, TÜRKMENLER, SÜNNİLER, NUSAYRİLER OMUZ OMUZA VERECEK, SURİYE'Yİ BİRLİKTE İMAR VE İNŞA EDECEĞİZ"

Bir yandan uluslararası baskılara, bir yandan Türkiye'nin her köşesini 'Suriyelileri göndereceğiz' afişleriyle donatanlara rağmen 13 buçuk yıl boyunca ensar ruhuyla Suriye'den gelenlere sahip çıktıklarını ve yeni dönemde de yalnız bırakmayacaklarını vurgulayan Cumhurbaşkanı Erdoğan, sözlerine şöyle devam etti:

"Bu ana muhalefet öyle demiyor muydu? 'Biz Suriyelileri geldikleri yere göndereceğiz' demiyorlar mıydı? Onlar bunu söylerken bu kardeşiniz ne diyordu? Asla gönderemezsiniz, gönderemeyeceksiniz diyorduk ve biz savaşta onlara sırtımızı dönmedik. Barışta da daima yanlarında olacağız.

Türkler, Araplar, Kürtler, Türkmenler, Sünniler, Nusayriler omuz omuza verecek, Suriye'yi birlikte ayağa kaldıracak, birlikte imar ve inşa edeceğiz. Bunu da korkarak, birbirimizden şüphe ederek, hele hele kavga ederek değil; birbirimize güvenerek, inanarak, dayanışmayla gerçekleştireceğiz. Bunu özellikle şunun için söylüyorum; bakın değerli kardeşlerim, eğer biz korkaklara kulak verseydik, korkunun esiri olsaydık, şimdi yanı başımızda bir kan gölü vardı. Hatırlayın, devrimden önce bize neler söylediler? 'Ortadoğu bataklığına girmeyin' dediler. Kim? CHP'nin başındakiler. 'Size ne Suriye'den?' dediler. 'Akan kana sırtınızı dönün' dediler. Buradan tur düzenlediler. Gittiler, Esad'ın elini sıktılar, sırtını sıvazladılar. En son ana kadar Baas diktatörlüğünün muhipliğini yaptılar. Eğer biz bu vizyonsuz ve vicdansızlara kulak assaydık, bugün çok ciddi güvenlik tehditleriyle yüzleşiyor olurduk. Ama biz kendimize inandık, Allah'a inandık, güvendik, cesaretle hareket ettik ve tuzakları, kumpasları, oyunları bozduk. Sabrettik. Allah'ın lütfuyla zafere de şahitlik ettik."

"1967 SINIRLARINDA BAŞKENTİ DOĞU KUDÜS OLAN EGEMEN BİR FİLİSTİN DEVLETİ MUHAKKAK ALLAH'IN İZNİYLE KURULACAK"

Şimdi yeni bir Suriye'nin kurulduğuna, Şam, Halep, Hama ve Humus'un caddelerinde Türkiye'de yaşamış ve burada doğmuş gençlerin Türkçe konuştuğuna dikkati çeken Erdoğan, "13 buçuk yıllık hasretin ardından evlerine dönen kardeşlerimiz bizim için dualar ediyor. 'Allah Türkiye'den ve Türk milletinden razı olsun' diyor. Hemen yanı başımızda, tıpkı Azerbaycan gibi, tıpkı Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti gibi, aynı dili konuştuğumuz kardeş bir devlet, küllerinden yeniden doğuyor. Milletçe bizler de alnımız ak, başımız dik, bu şekilde bu muhteşem dirilişe, yeniden doğuşa sevinç gözyaşlarıyla tanıklık ediyor, kardeşlik ve komşuluk sınavından başarıyla çıkmanın haklı kıvancını yaşıyoruz.

Rabbimizin daha nice müjdelerine nail olacağımıza yürekten inanıyoruz. Bir defa bizim şuna inancımız tam. Kardeşler, zulüm ile abad olanın akıbeti berbat olur. Bunu elhamdülillah Suriye'de bizzat gördük.

Şimdi sıra inşallah Filistin'de. Filistin'de de mazlumların sabrı zaferle taçlanacak, oraya da özgürlük ve barış gelecek, 1967 sınırlarında başkenti Doğu Kudüs olan egemen bir Filistin devleti muhakkak Allah'ın izniyle kurulacak. Yıllardır büyük acılar çekmiş, tarifsiz işkencelerden geçmiş, yakınlarını, çocuklarını kaybetmiş, evleri yıkılmış, hayatları ve toprakları çalınmış Filistin halkı, kendi öz yurtlarında emniyet içinde yaşayacak. Bunun önünü hiçbir kirli, kanlı ve sinsi plan kesemeyecek. Herkesin bir planı varsa, elbette Kadir-i Mutlak olan Allah'ın da bir planı var" diye konuştu. **İHA**

Saruhanlı'da marketlere ortak denetim

● **Didem ALTINAY**

SARUHANLI'DA belediye ve ilgili kurumların ortak denetimlerinde ürün fiyatları, son kullanma tarihleri ve hijyen koşulları detaylı şekilde incelendi. Denetimler halkın güvenli alışverişi için sürecek.

Saruhanlı Belediyesi Zabıta Ekipleri, Manisa Büyükşehir Belediyesi Zabıta Ekipleri ve Saruhanlı İlçe Tarım ve Orman Müdürlüğü iş birliğiyle ilçedeki marketlerde kapsamlı bir denetim çalışması gerçekleştirdi. Cumhuriyet Mahallesi ve Hürriyet Caddesi üzerinde yapılan kontrollerde tüketiciyi korumaya yönelik pek çok başlık mercek altına alındı.

MARKETLERDE FİYAT ETİKETİ VE KASA UYUMU İNCELENDİ

Yapılan denetimlerde ilk olarak ürünlerin raf etiketi ile kasa fiyatları karşılaştırıldı. Ekipler, fiyat uyumsuzluğu olup olmadığını kontrol ederek tüketici mağduriyetinin önüne geçmeyi amaçladı.

SON KULLANMA TARİHLERİ TEK TEK KONTROL EDİLDİ

Ekipler, ŞOK Market ve Kireççiler Market'te gıda ürünlerinin son tüketim tarihlerini inceledi.

Raflarda tarihi geçmiş veya son kullanma tarihi yaklaşmış ürün olup olmadığı titizlikle kontrol edildi.

HİJYEN KOŞULLARI DEĞERLENDİRİLDİ

Marketlerin genel temizliği, depolama alanları ve ürünlerin sağlıklı şartlarda muhafaza edilip edilmediği denetlendi. Hijyen standartlarına uygun olmayan durumlarla ilgili gerekli uyarılar yapıldı.

DENETİMLER ARALIKSIZ DEVAM EDECEK

Saruhanlı Belediyesi, hem sağlıklı gıda güvenliği hem de tüketici haklarının korunması için bu tür ortak denetimlerin süreceğini açıkladı.

Kış enfeksiyonlarına karşı bağışıklığı güçlendirecek gıdalar tüketin uyarısı

KIŞ aylarında artan enfeksiyon riskine karşı bağışıklığın güçlü tutulması gerektiğini belirten uzmanlar, protein, Omega-3, C ve D vitamini ile probiyotik gıdaların günlük beslenmede mutlaka yer alması gerektiği konusunda uyardı.

Uzmanlar, her öğünde protein tüketilmesi, haftada iki kez balık yenmesi, günlük C vitamini ihtiyacı için mevsim meyvelerinin tercih edilmesi ve kışın D vitamini takviyesinin ihmal edilmemesi gerektiğini vurgularken, yoğurt gibi probiyotikler ile soğan ve sarımsak gibi prebiyotiklerin bağırsak sağlığını desteklediğinin altını çizdi.

Kışın su tüketiminin azaldığını belirten uzmanlar, günlük 2-2,5 litre su içilmesini önerdi. Sarımsak, zerdeçal ve kırmızı-mor meyvelerin doğal bağışıklık güçlendirici etki sağladığını ifade eden uzmanlar, çocuklarda ise kahvaltının, protein tüketiminin ve kemik suyunun bağışıklık için önemli olduğunu aktardı.

"HAFTADA İKİ GÜN MUTLAKA BALIK TÜKETMELİYİZ"

Kış aylarında havaların soğuması ve kapalı mekanlarda daha fazla vakit geçirmeye bağlı artan enfeksiyonlara karşı bağışıklık sistemini kuvvetlendirilmesinin çok önemli olduğunu belirten Beslenme ve Diyet Bölümü'nden Uzm. Dyt. Beyza Vural Öten, "Bağışıklık sistemi savaşçıları, antikorları ve savaşçı hücrelerinin üretilmesi, taşınması için yeteri kadar besin ögesi ve enerjiye ihtiyaç duyar. Bu besinlerin dengeli ve mevsimine uygun gıdalardan alınması önemlidir. Protein almak çok önemli. Çünkü bağışıklık sistemi elemanlarının üretilmesi için ve taşınması için proteine ihtiyaç duyarlar. Yumurta, et, balık, kuru baklagiller; protein kaynaklarımız her öğünde mutlaka tüketilmeli. İkinci en önemli bağışıklık sistemi kuvvetlendirici Omega-3'ler. Omega-3 yağ asitleri antiinflamatuvar özellik taşıyor. Haftada iki gün mutlaka balık tüketmeliyiz. Mevsim balığına önem vermeliyiz. Balık tüketemeyenler Omega-3 takviyesi alabilir, ceviz, keten tohumu gibi kaynakları da kullanabilirler. Üçüncüsü C vitamini. Herkesin bildiği bağışıklık sistemi kuvvetlendirici. C vitamini deyince tabii ki aklımıza ilk önce portakal, mandalina gibi narenciyeler geliyor. Günde iki tane portakal, günlük C vitamini ihtiyacımız için yeterli. C vitamini depolanmayan bir vitamin olduğu için kilo kilo portakal, mandalina hastalık döneminde yememize gerek yok. Buna ek aynı zamanda yeşil yapraklı sebzeler, brokoli, maydanoz, kırmızı ve yeşil bibere de C vitamini kaynağı olarak soframızda mutlaka yer vermeliyiz" dedi.

"PROBİYOTİK VE PREBİYOTİK GIDALARI MUTLAKA TÜKETMELİYİZ"

D vitamininin önemli bir vitamin olduğunu söyleyen Uzm. Dyt. Beyza Vural Öten, "Özellikle kış ayında güneşten D vitamini sentezleyemediğimiz için mutlaka takviye olarak kullanmamız gerekiyor. Ama buna ek yumurta ve yağlı balıklar da D vitamini kaynağı, bunları soframızdan eksik etmemeliyiz. Probiyotik ve prebiyotik gıdaları mutlaka tüketmeliyiz. Çünkü bağırsak sağlığımız ne kadar iyiyse bağışıklık sistemimiz de o kadar iyidir. Bağışıklık için önemli bir katkı sağlar bağırsaklar" ifadelerini kullandı.

"GÜNLÜK 2-2,5 LİTRE MUTLAKA SU İÇMELİYİZ"

Su tüketiminin kışın çok unutulduğunu ama lenf sıvısının azalması, dehidrasyonun olması durumunda yine bağışıklık sisteminin düştüğünü ifade eden Beyza Vural Öten, "Lenf sıvısının içinde bağışıklık savaşçıları taşındığı için günlük 2-2,5 litre mutlaka su içmeliyiz. Kırmızı, mor meyveler antioksidan kapasitesi çok yüksek. Vücudumuzdaki atık serbest radikallerin süpürücü etkisini sağlayabilmesi için antioksidan kapasitesi yüksek koyu yeşil yapraklı sebzeler, kırmızı mor meyveler tüketmek gerekiyor. Bunlar mutlaka beslenmede olmalı. Sarımsak önemli bir antimikrobiyal gıda.

Mutlaka tüketilmesi gerekiyor. İçerisinde allicin isimli bir madde var. Bu bağışıklık için çok kuvvetli bir etkiye sahip. Ezilerek tüketilmesini öneriyoruz. Her gün bir diş sarımsak tüketilebilir. Zerdeçal yine kurkumin içeriği nedeniyle iyi bir antienflamatuar gıda. Zerdeçal çorbalara katılabilir, çocuklara hazırlanan smoothielere katılabilir. Karabiberle birlikte etkisi, emilimi daha fazla artan bir baharat. Zerdeçalı soframızda mutlaka bulundurmalıyız" şeklinde konuştu.

"ÇOCUKLARDA HEM BÜYÜME GELİŞMENİN YAKALANMASI HEM DE BAĞIŞIKLIK SİSTEMİ İÇİN PROTEİN TÜKETİMİ ÇOK ÖNEMLİ"

Çocukların bağışıklık sisteminin desteklenmesi için kahvaltının çok önemli olduğunu vurgulayan Beyza Vural Öten, "Kahvaltıda mutlaka yumurta, tahin, pekmez bunlarla destekleyebiliriz. Yeşil yapraklı sebzeleri çocuklar çok tüketmekte zorlanabiliyor.

Böyle durumlarda smoothie olarak meyve sularının içine karıştırabiliriz. Her gün mutlaka bir avuç içi büyüklüğünde yeşil yapraklı sebze çocukların tüketmesini öneriyorum. Buna ek çocuk beslenmesinde meyve tüketimi desteklenmeli. Çocuklar günde 2-3 porsiyon meyveye kadar tüketmeli. Kırmızı et tüketimi ya da balık tüketimi mutlaka olmalı. Çocuklarda hem büyüme gelişmenin yakalanması hem bağışıklık sistemi için protein tüketimi çok önemli.

O yüzden yumurta, et, tavuk, balık mutlaka bunlar beslenmede olmalı. Balık haftada bir hatta iki kere olursa çok daha iyi olur. Balık tüketemeyen, kokusundan hoşlanmayan ya da tüketemeyen çocuklar Omega-3 takviyesi doktor kontrolünde kullanabilir. Buna ek lifli gıdalar, kompleks tahıllar, tam buğday, yulaf, çavdar gibi kompleks tahıllar yine bağışıklık sistemi için çocukların beslenmesinde olması gerekiyor. Çocukların hem bağışıklık sisteminin desteklenmesi, hem büyüme gelişmenin artması için kemik suyu tüketimi çok önemli. En kolay tüketilme şekli çorbalarını eklemek olabilir. Çünkü çocuklar çorba içmeyi genelde çok seviyorlar. Bu kemik suyu hazırlanırken de mutlaka içerisine karabiber, zerdeçal ekleyerek bağışıklık sistemini kuvvetlendirebiliriz" diye konuştu. **İHA**

İnsülin direnci kilo vermeyi zorlaştırabilir

DİYETİSYEN Pınar Doğan, "İnsülin direnci geliştiğinde glikoz hücrelere giremez, kanda birikir ve prediyabet dediğimiz gizli şekere yol açar. Pankreas durumu dengelemek için daha fazla insülin üretir ve bu da vücuda yağ depolama emri verir. Sonuç olarak kilo alımı ve yağlanma kaçınılmaz hale gelir" dedi.

Diyetisyen Pınar Doğan, insülin direnci hakkında açıklamalarda bulundu.

Dyt. Doğan, "İnsülin direnci geliştiğinde glikoz hücrelere giremez, kanda birikir ve prediyabet dediğimiz gizli şekere yol açar. Pankreas durumu dengelemek için daha fazla insülin üretir ve bu da vücuda yağ depolama emri verir. Sonuç olarak kilo alımı ve yağlanma kaçınılmaz hale gelir. Özellikle kilo verememe, yağlanma ve açlık krizleri yaşayan bireyler bu konuda dikkatli olmalıdır" ifadelerini kullandı.

RAFİNE KARBONHİDRAT VE ŞEKER İNSÜLİN DİRENCİNİ TETİKLİYOR

İnsülin direncini tetikleyen gıdalar hakkında bilgi veren Dyt. Doğan, özellikle rafine karbonhidratların etkisinin çok güçlü olduğunu dikkat çekti. Dyt. Doğan, "Beyaz ekmek, makarna, pirinç, simit, patates kızartması, kek ve şeker içeren yiyecekler kan şekerini çok hızlı yükseltir. Pankreas bu yükselişi durdurmak için ani ve yüksek miktarda insülin salgılar. Bu döngü tekrarlandıkça hücreler insüline duyarsızlaşır ve insülin direnci ortaya çıkar" açıklamalarında bulundu.

Rafine şekerin leptin dengesini bozduğunu, karaciğer yağlanmasını artırdığını ve sürekli açlık hissine yol açtığını vurgulayan Dyt. Doğan, mısır şurubu içeren ürünlerin de aynı şekilde insülin sistemini zorladığını ifade etti.

İNSÜLİN DİRENCİ OLANLAR GLİSEMİK İNDEKSİ DÜŞÜK GIDALARI TERCİH ETMELİ

İnsülin direnci olan bireylerin beslenme düzeninde glisemik indeks (GI) kavramının önemli bir rol oynadığını söyleyen Dyt. Doğan, "Glisemik indeksi düşük gıdalar kan şekerini yavaş yükseltir ve insülin salınımını dengeler. Beyaz ekmek, pirinç, patates yerine tam tahıllar, bulgur, karabuğday, kinoa ve yulaf tercih edilmeli. Tabağın yarısı yüksek lifli sebzelerden oluşmalı. Protein tüketimi artırılmalı; tavuk, balık, yumurta, yoğurt ve peynir gibi kaliteli kaynaklar tercih edilmeli. Sağlıklı yağlar, zeytinyağı, ceviz, avokado mutlaka diyete eklenmeli. Şekerli içecekler ve işlenmiş gıdalar sınırlandırılmalı" şeklinde konuştu.

LİF, PROTEİN VE SAĞLIKLI YAĞ DENGESİ KAN ŞEKERİNİ KONTROL ALTINA ALIR

Kan şekerini en iyi dengeleyen tabak modelinin lif-protein-sağlıklı yağ dengesiyle oluşturulduğunu belirten Dyt. Doğan, "Yulaf, sebzeler, kuruyemişler, yoğurt, baklagiller ve yağlı balıklar kan şekerindeki ani iniş çıkışları engeller. Buna karşılık işlenmiş karbonhidratlar uzun vadede ciddi sorunlara yol açar" diye konuştu.

Dyt. Doğan, kan şekeri dengeleyici besinleri şöyle sıralandı: "Yulaf, avokado, badem, ceviz, fındık, ıspanak, brokoli, fasulye, mercimek, yoğurt, tarçın, somon, sarımsak, kabak çekirdeği, çilek, yaban mersini, elma ve Zeytinyağı."

İnsülin direnci olan bireylerin meyve tüketimiyle ilgili yanlış bilgilere sahip olduğunu belirten Dyt. Doğan, "Meyveler lif içerdiği için kan şekerini yavaş yükseltir. Ancak porsiyon kontrolü yapılmazsa kan şekeri dalgalanabilir. Günde 1-2 porsiyon yeterlidir. Şeker içeriği yüksek üzüm ve inciri önermiyoruz. Meyvenin tek başına değil, yanında badem-ceviz gibi protein kaynaklarıyla tüketilmesi daha doğru olur" açıklamasında bulundu.

EKMEK TAMAMEN KESİLMEMELİ; DOĞRU EKMEK SEÇİLMELİ

Dyt. Doğan, insülin direnci olan kişilerin ekmeği tamamen bırakmak yerine doğru türleri tercih etmeleri gerektiğini ifade ederek, "Tam buğday, çavdar, kepekli ve yulaf ekmeği lif içeriği sayesinde kan şekerini dengeli yükseltir ve tokluk sağlar. Porsiyon kontrolü burada da çok önemlidir" dedi.

SIK SIK AZ AZ YEMEK HERKES İÇİN DOĞRU OLMAYABİLİR

Öğün düzeniyle ilgili tartışmalara değinen Dyt. Doğan, şu bilgileri paylaştı:

"Sık sık yemek, sürekli insülin salınımını artırabilir.

Bu durum leptin hormonunun salınımını bozarak kişiyi daha sık acıkan bir hale getirir. Öğün sayısının kademeli azaltılması ve öğün içeriğinin doğru yağ-protein-lif dengesiyle düzenlenmesi, ara öğün ihtiyacını ortadan kaldırır. Böylece insülin ve tokluk hormonu dengesi kurulabilir."

EGZERSİZ, UYKU DÜZENİ VE STRES ÖNEMLİ

Beslenmenin tek başına yeterli olmadığını belirten Dyt. Doğan, "Egzersiz hücrelerin insüline duyarlılığını artırmanın en hızlı yoludur.

Haftada en az 150 dakika yürüyüş ve iki gün kuvvet antrenmanı yapılmalıdır" dedi.

Stres ve uyku bozukluğunun etkilerine de dikkat çeken Dyt. Doğan, "Yüksek kortizol düzeyi insülin dengesini bozar. Günde 7-8 saat kaliteli uyku metabolizmanın düzenlenmesine yardımcı olur" diyerek açıklamalarını sonlandırdı. **İHA**

Bağırsak sağlığı uzun yaşam üzerinde belirleyici rol oynuyor

UZM. DR. Sadettin Dolar, bağırsak sağlığının uzun yaşam üzerinde belirleyici bir rol oynadığına dikkat çekerken, son araştırmaların 100 yaşını aşan bireylerin bağırsaklarında vücudu enfeksiyonlara ve kronik hastalıklara karşı daha dirençli kılan yararlı bakterilerin baskın olduğunu ortaya çıkardığını söyledi. Bağırsaktaki mikrobiyal dengenin bağışıklık sisteminden metabolizmaya pek çok süreci etkilediğini belirten Uzm. Dr. Dolar, "Bilim bize gösteriyor ki bağırsak sağlığı sadece sindirimle ilgili değil, uzun ve sağlıklı bir ömrün de kodlarını taşıyor." dedi.

İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Sadettin Dolar, bağırsak sağlığının insan ömrü üzerindeki etkilerine ilişkin önemli değerlendirmelerde bulundu. Modern yaşamın mikrobiyotaya (insan vücudunda sindirim sistemi gibi belirli bir ortamda bulunan mikroorganizma topluluğu) verdiği zararlar konusunda önemli uyarılarda bulunan Uzm. Dr. Dolar, "Son araştırmalar çok heyecan verici; 100 yaşını deviren insanların bağırsaklarında, onları hastalıklara karşı koruyan biyolojik bir 'uzun ömür imzası' olduğunu görüyoruz." diyerek şöyle konuştu: "100 yaş üstü bireylerde özellikle Akkermansia ve bazı Bifidobacterium türleri gibi 'gençlik bakterilerinin' çok daha yoğun olduğu gözlemlendi. Bu bakteriler bağışıklığı zırh gibi güçlendiriyor ve yaşlanmayı hızlandıran iltihabı baskılıyor. Laboratuvar ortamında hızlı yaşlanan farelere sağlıklı bir bağırsak florası nakledildiğinde ömürlerinin uzaması tesadüf değil. Yani uzun yaşamın sırrı, içimizdeki bu mikroskobik müttefikleri iyi beslemekten geçiyor."

YAŞAM TARZININ BAĞIRSAK SAĞLIĞINA ETKİSİ

Bağırsak sağlığı için önemli beslenme uyarılarında bulunan Uzm. Dr. Dolar, lif açısından zengin beslenmenin, fermente gıdalar tüketmenin, doğru stres yönetimi ve düzenli fiziksel aktivitenin bağırsak mikrobiyotasını olumlu etkilediğini vurguladı. Özellikle modern yaşam tarzının bağırsak sağlığını olumsuz etkileyebildiğini, bu nedenle koruyucu alışkanlıkların küçük yaşlardan itibaren benimsenmesi gerektiğini ifade eden Uzm. Dr. Dolar sözlerini şöyle sürdürdü: "Modern yaşamın konforu, ne yazık ki bağırsaklarımızdaki yaşam savaşını kaybettiriyor.

Yemek sonrası şişkinlik, geçmeyen yorgunluk veya 'beyin sisi' yaşıyorsanız, bu mikrobiyotanızın bir yardım çığlığı olabilir. İşlenmiş gıdalar, düzensiz uyku, yanlış stres yönetimi bağırsak dengesini fazlasıyla etkiliyor. Tek bir kür antibiyotik kullanımı bile florada aylarca iz bırakabiliyor. Bu bozulma obeziteden Alzheimer'a kadar pek çok hastalığa kapı aralıyor. Çözüm ise dengeli bir yaşam: Günlük 30 gram lif, sofrada turşu-kefir gibi fermente gıdalar ve haftada 30 çeşit bitkisel besin tüketimi, yaş ve kas kitlesine uygun spor-meditasyon programları mikrobiyota çeşitliliğini arttırıyor. Çeşitlilik ne kadar fazlaysa, bağırsağınız o kadar güçlüdür."

Hipokrat'a atfedilen 'Tüm hastalıklar bağırsaktan başlar' sözünün günümüzde bilimsel verilerle giderek daha fazla desteklendiğini de vurgulayan Uzm. Dr. Dolar, "Hipokrat yüzyıllar önce 'Bütün hastalıklar bağırsakta başlar' demişti, modern tıp bugün 'Uzun ömür bağırsakta başlar' diyerek bunu doğruluyor. Genetik mirasımız kaderimiz değil; yaşam tarzımızla ve bağırsaklarımıza iyi bakarak bu süreci yönetmek elimizde." dedi. **İHA**

Manisa FK'da Serik mesaisi başlıyor!

TRENDYOL 1. Lig'de oynadığı son maçta Vanspor'u penaltılardan buluğu gollerle geçen Manisa Futbol Kulübü'nde, Serikspor hazırlıkları bugün start alıyor.

Manisa Futbol Kulübü, Trendyol 1. Lig 16. hafta mücadelesinde konuk ettiği Vanspor FK maçından 2-1'lik galibiyetle ayrılıp çok kritik bir 3 puanı hanesine yazdıran Manisa Futbol Kulübü, 1 günlük iznin ardından Serikspor mücadelesinin hazırlıklarına bugün başlıyor.

Vanspor maçının ardından Salı gününü izinli geçiren siyah-beyazlılar, Teknik Direktör Mustafa Dalcı yönetiminde, Serikspor maçının çalışmalarına başlayacak.

Manisa temsilcisi, Vanspor karşısında alınan galibiyeti anlamlandırmak için bu müsabakada da mutlak 3 puan hedeflerken, hazırlıklarını da bu doğrultuda yapacak.

13 Aralık Cumartesi günü saat 13.30'da Serikspor'un ev sahipliğinde oynananacak mücadele, siyah-beyazlılar için çok büyük öneme sahip durumda.

Siyah-beyazlıların hafta boyunca mücadeleye sıkı bir şekilde hazırlanması beklenirken, futbolcular ve teknik heyet de Vanspor galibiyetinin moraliyle bu müsabakaya odaklanacak.

● Burhan AKDEMİR

Manisalı judocular grup şampiyonasında zirveye çıktı

● Cansu MERİÇ

DENİZLİ'DE düzenlenen Okul Sporları Judo Gençler Grup Şampiyonası'nda Manisa ekibi 4 altın ve 5 bronz madalyayla takım halinde birinci oldu.

Manisalı genç judocular, Denizli'de gerçekleştirilen Okul Sporları Judo Gençler Grup Şampiyonası'nda önemli bir başarıya imza attı. İl temsilcileri toplam 9 madalya kazanarak takım sıralamasında birinciliğe uzandı.

MANİSA TAKIMI 4 ALTIN MADALYA İLE ZİRVEDE

Manisa kafilesi, turnuvada gösterdiği performansla grup genelinde en yüksek altın madalya sayısına ulaştı. Nejlanur Tökgöz, Bilal Efe Asırlı, Arda Aydın ve Ramazan İnci kategorilerinde rakiplerini geçerek altın madalya kazandı.

5 SPORCUDAN BRONZ MADALYA BAŞARISI

Altın madalyaların yanı sıra, Manisalı sporcular 5 bronz madalya daha kazanarak turnuvadaki başarısını pekiştirdi. Ali Taha İnci, Arda Kamal, Arda Düzce, Kerem Şayık ve Hüseyin Ertem aldıkları derecelerle takım puanına önemli katkı sundu.

TAKIM HALİNDE GRUP BİRİNCİLİĞİ

Toplam 9 madalya elde eden Manisa ekibi, puan sıralamasında rakiplerinin önünde yer alarak grup birincisi oldu. Turnuva sonrası Manisa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü tarafından sporcular ve antrenörleri tebrik edildi.

Olimpiyat madalyalı judocuya plaket

SALİHLİ Kaymakamı Ali Güldoğan, Japonya'nın Tokyo kentinde düzenlenen 25. İşitme Engelliler Yaz Olimpiyat Oyunları'nda 78 kilo kategorisinde bronz madalya kazanarak büyük bir başarıya imza atan Salihlili milli judocu Yadigar Talayhan'ı makamında ağırlayarak başarısından dolayı plaket takdim etti.

Salihli İlçe Gençlik ve Spor Müdürü Oktay Ayaz'ın da yer aldığı ziyarette Kaymakam Ali Güldoğan, milli sporcu Yadigar Talayhan'ı tebrik ederek kendisine plaket takdim etti. Talayhan'ın elde ettiği olimpiyat derecesinin hem Türkiye hem de Salihli gençliği için gurur verici olduğunu dile getiren Güldoğan,"Yadigar'ın Tokyo'da gösterdiği üstün performans, genç sporcularımıza ilham veren çok değerli bir başarıdır. Kendisini yürekten tebrik ediyor, başarılarının devamını diliyorum." ifadelerini kullandı.

Olimpik organizasyonda yüzlerce sporcu arasında güçlü performansıyla öne çıkan 1922 Salihli Gençlik Spor Kulübü sporcusu Yadigar Talayhan ise nazik kabulleri için Kaymakam Güldoğan'a teşekkür ederek, başarılarını daha ileriye taşımak için çalışmalarını kararlılıkla sürdüreceğini belirtti. **İHA**

MANİSA'YI BİZDEN TAKİP EDİN!
Manisa'nın farklı haber sitesi!