

İstiklal

17 MART 2025 PAZARTESİ / 17 Ramazan 1446

GÜNLÜK SİYASİ GAZETE

FİYAT 4 TL


İSTANBUL'UN SOĞUTMA İHTİYACI YÜZDE 44 ARTACAK

Terörle varılacak hiçbir menzil yok

MHP Genel Başkanı Devlet Bahçeli yaptığı yazılı açıklamada, "Artık terörü kalıcı olarak hayatımızdan çıkarmanın zamanı gelip çatmıştır. Çünkü terörle varılacak hiçbir yer, erişilecek hiçbir menzil yoktur" ifadelerine yer verdi



SURİYE'DE MÜHİM BİR EŞİK AŞILDI

■ MHP Genel Başkanı Devlet Bahçeli, gündeme ilişkin yaptığı yazılı açıklamada, Suriye yönetimi ile SDG arasında imzalanan anlaşmaya değinerek, "Suriye ile PYD/YPG anlaşmasıyla mühim bir eşik aşıldı, siyasi-toprak bütünlüğü tescillendi" dedi. Terör örgütü elebaşı Abdullah Öcalan'ın PKK'ya yaptığı "Silah bırakın" çağrısını da hatırlatan MHP lideri, "PKK'nın derhal ve hiçbir şart ileri sürmeksizin 27 Şubat çağrısı doğrultusunda kongresini toplayarak feshini kararlaştırması, kanlı silahların teslimini bir an evvel yapması ertelenemez ve geciktirilemez bir gündem konusudur" ifadesini kullandı.

DEM'İN ZİYARETİNDE YER ALMAYACAK

■ BAHÇELİ, açıklamasında şunları kaydetti: "Kurucu önder ifadesinden rahatsız olanlar, bu tanımlamayı istismar edenler, ucuzlaşmış ve koflaşmış şarlatan tiplerdir. PKK'yı kuran ve kumanda eden teröristbaşı Abdullah Öcalan, aynı zamanda örgütün kurucu önderidir. Kim ne derse desin aleni ve aşikâr gerçek budur. DEM Parti heyetinin siyasi partilerle bir program çerçevesinde görüşmesi, terörsüz Türkiye mücadelesine destekleri takdire şayandır. Hiç kuşkusuz DEM Parti heyetinin gerçekleştireceği ikinci ziyaretinde de olmayı ve karşılıklı görüş alışverişinde bulunmayı arzu ederim."

Bayram sonrası kritik görüşme

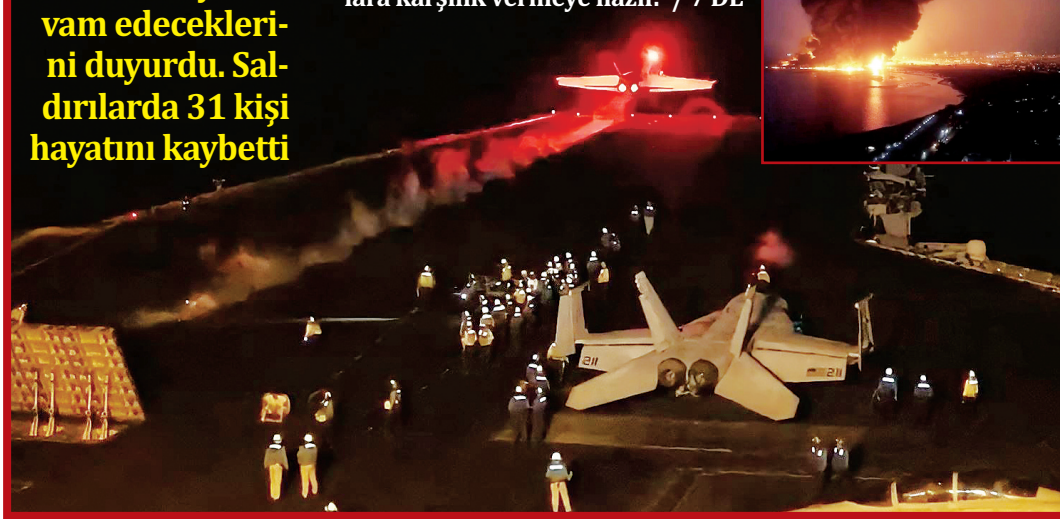
■ CUMHURBAŞKANI Erdoğan ve İmralı heyetinin ne zaman bir araya geleceğine dair ilk açıklama DEM Partili Pervin Buldan'dan geldi. Buldan, Cumhurbaşkanı'nın bazı hazırlıkları olduğunu, bu nedenle görüşmeyi Ramazan Bayramı'ndan sonra gerçekleştirmek istediğini belirtti.

Yemen'i 'Ölüm-cül bir güç' kullanmakla tehdit eden Trump, Husilerin saldırılara son vermesini istedi. ABD ve İngiltere'nin düzenlediği saldırıların 'tam teşekküllü bir savaş suçu' olduğunu açıklayan Husiler, Gazze'ye destek vermeye devam edeceklerini duyurdu. Saldırılarda 31 kişi hayatını kaybetti

Husiler geri adım atmadı

■ DONALD Trump'ın orduya Yemen'i vurma emri sonrası ABD ve İngiltere'nin başkent Sana'ya saldırılarında 31 kişi öldü. Trump'ın tehditlerine karşı Husiler, İran ve Hamas'tan tepki gecikmedi. Husiler ve İran; ABD'nin, İsrail'in Filistinlilere uyguladığı soykırımdan sorumlu olduğunu belirtirken Hamas, saldırıyı uluslararası hukukun açık ihlali olarak niteledi.

■ SALDIRININ ardından Husilerin siyasi bürosu şu açıklamayı yaptı: "Bu saldırganlık, Yemen'i Filistin'e ve Gazze'ye destek görevini yerine getirmekten alıkoymayacak. Saldırıları yarıtsız kalmayacak. Yemen'deki silahlı kuvvetlerimiz saldırılara karşılık vermeye hazır." / 7'DE



Uyuşturucu tacirlerine büyük darbe

■ TİCARET Bakanlığı Gümrük Muhafaza Kaçakçılık ve İstihbarat birimleri, 2025 yılı ocak-şubat aylarında dikkat çeken operasyonlara imza attı. 8,1 milyar Türk lirası değerinde ticari eşya ve uyuşturucu madde ele geçirilen operasyonlarda, 6,3 ton uyuşturucu maddeye el koyuldu.

ABD'yi fırtına vurdu, 33 kişi yaşamını yitirdi

■ ABD'NİN ortababı ve güney eyaletlerinde etkili olan şiddetli fırtınalar, büyük yıkıma yol açtı. Yetkililer ölenlerin sayısının 33'e yükseldiğini bildirdi. Fırtına ve kasırgalar nedeniyle binlerce kişi evsiz kaldı, altyapı zarar gördü ve acil durum ekipleri bölgelerde çalışmalarını sürdürüyor. / 7'DE

NEDEN ORUCUMUZU "TUZ" İLE AÇMALIYIZ?
KADRIYE KÖMÜR 6'DA

YANLIŞ YANLIŞTIR!
HADİ ÖNAL 6'DA

NÜKLEER BİR SAVAŞIN SONUCU NE OLUR
ALİ DUTAL 7'DE

RAMAZAN GÜNLÜĞÜ-17 TAKLİT CEHENNEMİNDEN ÇIKMAK
UĞUR CANBOLAT 10'DA

ISBN 978-924589276-2
789245 892762



Yeni haftada gündem yoğun

■ TÜRKİYE Büyük Millet Meclisi (TBMM) yeni haftada, emekli ikramiyesi için mesai yapacak. Emeklinin bayram ikramiyesini 3 bin liradan 4 bin liraya yükseltecek kanun teklifi, Meclis Genel Kurulu'nda görüşülecek. Teklifin yeni haftada Genel Kurul'da geçmesi halinde ödemelerin 24-28 Mart tarihleri arasında yapılması bekleniyor.

■ TEKLİFLE, doğum yardımı da artacak. 1 Ocak 2025 ve sonrasında doğan çocukları için başvuru yapanlara, tek seferlik veya çocuk 5 yaşını doldurana kadar aylık olarak doğum yardımı yapılacak. Otel Yangınına Araştırma Komisyonu, Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı yetkilileri ile akademisyenleri dinleyecek. / 6'DA

Hapse girmemek için 13 çocuk yaptı

■ İSTANBUL'UN en aktif suçlusu Ceylan Çiçek'in oyunu bu sefer bozuldu. 189 suç kaydı ve 12 yıl kesinleşmiş cezası bulunan Çiçek'in hapisinden kurtulmak için hamilelik gerekçesini defalarca kullandığı belirlendi. 13 çocuğu bulunan suç makinesinin 14. çocuğuna da hamile olduğu ortaya çıktı. Mahkeme, Çiçek'in hamile olmasına rağmen hapse girmesine karar verdi. / 3'TE



Medyumluk ve falcılıklara sıkı takip!

■ HAZİNE ve Maliye Bakanlığı, son dönemlerde fal, astroloji, spirüalizm, medyumluk, hacamat-sülük tedavisi, yıldız haritası, büyü, meditasyon, numeroloji, vefk, reiki gibi birçok alanda hizmet verenlerin çoğalmasından üzerine radarını bu konuya çevirdi. Analiz çalışmasının ilk sonuçlarına göre, 1034 mükellef "riskli" olarak belirlendi, yaklaşık 1,8 milyar lira kayıt dışı hasılat tespit edildi. / 6'DA



İliç faciasında yargılama başlıyor

■ ERZİNCAN'IN İliç ilçesindeki altın madeninde 9 işçinin toprak altında kalarak yaşamını yitirdiği heyelana ilişkin 5'i tutuklu 43 sanığın, taksirle ölüme ve yaralanmaya neden olmak ve 'çevreyi taksirle kirletmek' suçlarından bugün yargılanmasına başlanacak. İddianamede, tüm sanıkların taksirle 2 yıldan 15 yıla kadar hapisle cezalandırılması talep edildi.

Dijital platformlara rekabet soruşturması

Rekabet Kurulu, dijital yayın platformları Netflix, Disney+, Exxen, BluTV, Amazon ve Gain hakkındaki rekabet soruşturması başlattı

■ KURULDAN yapılan açıklamada, film, dizi gibi içeriklere yönelik abonelik temelli isteğe bağlı video hizmeti sunan platforma yönelik rekabeti ihlal ettikleri şüphesiyle soruşturma başlatıldığı bildirildi. Yürütülecek incelemeyle ilişkin bilgi verilen açıklamada, kurulun platformların yapımcılar ve oyuncularla ilişkilerini inceleyeceği aktarıldı. / 6'DA



27 ülkenin askeri lideri Londra'da toplanacak

■ 27 ÜLKEDEN generaller, Ukrayna'ya asker, gemi ve uçak konuşlandırma olasılığını savaş oyunu senaryolarıyla değerlendirmek üzere Londra'da bir araya gelecek. İngiltere Başbakanı Keir Starmer, olası bir ateşkes durumunda bir barış gücü planlamasının artık "operasyonel aşamaya" geçtiğini duyurdu. Perşembe günü yapılacak görüşmelerde, grubun Moskova'yı daha fazla saldırıdan caydırmaya yetecek kaynakları bir araya getirip getiremeyeceği tartışılacak. / 7'DE

Ameliyat sonrası ölüm iddiası

■ İSTANBUL Sultanbeyli'de 32 yaşındaki Yılsu Tümen, özel bir tıp merkezinde yağ alma ameliyatı sonrası yaşamını yitirdi. Kadının kardeşi, ablasının doktor ihmali nedeniyle öldüğünü öne sürdü. Tıp merkezi yetkilileri ise suçlamaları kabul etmedi.

Şişli'de kanlı pus

■ BİR evde tadilat yapan Taştan Karaca, malzeme almak için aracına gittiği sırada 8 el ateş edilerek öldürüldü. Karaca'nın yeğeni tarafından vurulduğu ve olayın sanatçı Züleyha Ortak'ın evine tamir için gittiği sırada yaşandığı ortaya çıktı. / 3'TE

TERÖR ÖRGÜTÜ PKK'NIN TASFİYE SÜRECİ İRAK'A NASIL YANSIR? 4'TE

THY AVRUPA LİGİ'NDE A.EFESTEN ALMANYA'DA KRİTİK GALİBİYET 11'DE

TÜRK TAKIMLARIN BU SEZONKI UEFA GELİRİ 50,28 MİLYON EURO 11'DE

YOUTUBE'NİN GÜNCEL PİYASA DEĞERİ 400 MİLYAR DOLARI AŞTI 12'DE

Bağırsaklarda sinsice ilerliyor!

KOLON kanseri, görülme sıklığı ve ölüm oranlarıyla küresel bir sağlık sorunu olmaya devam ediyor. Dünyada her yıl yaklaşık iki milyon, ülkemizde de yaklaşık 20 bin kişinin bu hastalığa yakalandığı belirtiliyor. Dünya genelinde en yaygın görülen kanserler arasında 3'üncü sırada karşımıza çıkarken, kansere bağlı ölüm nedenleri arasında da 2'inci sıraya yükseliyor. KOLON kanserinin en ölümcül kanserler arasında üst sıralarda yer almasının nedeni ise genellikle ileri aşamaya dek belirti vermeden sinsice ilerlemesi! Acıbadem Maslak Hastanesi Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Arzu Tiftikçi, kolon kanserinin aslında düzenli yapılan kolonoskopi taramasıyla önlenilebildiğine dikkat çekerek, "Kolon kanserinin en yaygın nedeni olan poliplerin tümörleşme süreci on yıldan uzun bir zamanı bulmaktadır. Bu nedenle kolonoskopi yöntemiyle polipler henüz tümöre dönüşmeden yakalanabilmektedir. Kolonoskopi sırasında, ileride kansere dönüşme potansiyeli taşıyan polipler kesilerek çıkarılır ve böylece tümörün gelişimi önlenir. Dolayısıyla, hiçbir yakınması olmasa bile herkesin 50 yaşında, hatta son kılavuzlara göre 45 yaşında kolonoskopi yaptırması önerilmektedir. Ailede kolon kanseri öyküsü olması durumunda 40 yaşında ve kişide ilihabi bağırsak hastalığı varlığı gibi risk faktöründe ise hastalık yaşına göre belki daha da erken kolonoskopi yaptırılması gerekmektedir" diyor.

En yaygın sebebi polipler, ancak...

Kalın bağırsak kanseri, bir başka deyişle kolon kanseri, birçok risk faktörü ile ilişkilendiriliyor. Çevresel faktörler bağırsağın yavaş yavaş durumunu tetikleyerek, kalıtsal faktörler ise genetik mutasyonlar sonucu kanserin oluşumunu başlatabiliyor. Yaş, ırk, erkek olmak, inflammatuar bağırsak hastalığı varlığı (Ülseratif kolit, Crohn hastalığı gibi), ailede kolon kanseri veya polip öyküsü ile genetik sendromlar, kolon kanseri için değiştirilemez risk faktörlerini oluşturuyor. Tütün ve alkol kullanımı, kırmızı ve işlenmiş et tüketimi, hareketsiz bir yaşam ve obezite ise kolon kanserinde değiştirilebilir risk faktörleri arasında yer alıyor. Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Arzu Tiftikçi, kolon kanserinin yaklaşık yüzde 85-90'ında polip olarak adlandırılan oluşumun sorumlu olduğunu belirterek, "Ancak kolonoskopi sırasında çıkarılan bu poliplerin sadece onda biri kolon kanserine ilerleyecektir. Ülkenin sağlık politikalarına bağlı olarak yıllık gaytada



gizli kan baktırılıp pozitifse kolonoskopi yaptırılmalı ya da doğrudan kolonoskopi yaptırılmalıdır. Ayrıca, kolon kanserinden korunmak için başta hatalı beslenme alışkanlığı, obezite, sigara kullanımı ve hareketsiz bir yaşam gibi risk faktörlerine karşı önlem almak da son derece önemlidir" bilgisini veriyor.

Ailede varsa risk 4 kat artabiliyor!

Ailede kolon kanseri öyküsünün olması kolon kanseri için önemli bir risk faktörü. Özellikle bir veya daha fazla sayıda birinci derece akrabalarında kolon kanseri öyküsü ile artan kolon kanseri riski arasında ilişki bulunuyor. Ayrıca kolon kanseri riskinde aile bireyinin tanı yaşı ve risk altındaki kişinin yaşı etkili oluyor. İsveç'te yapılan bir çalışmaya göre; annede veya babada kolon kanseri öyküsü olması kişide kolon kanseri riskini 2 kat artırıyor. Anne veya babada tanı yaşının 60 yaşından küçük olması bu riski 3 katına çıkarıyor. Aynı çalışmada, yine anne ve babasında kolon kanseri öyküsü olan 30-39 yaş aralığındaki kişilerde ise bu riskin yaşlarına göre 4 kat artabildiği ortaya konmuş.

Bu belirtileri asla göz ardı etmeyin!

Kolon kanseri genellikle başlangıç evresinde, hatta çok ileri aşamaya kadar hiçbir şikayet oluşturmadan sinsice ilerleyebiliyor. Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Arzu Tiftikçi, kolon kanserinin en yaygın görülen belirtilerini şöyle özetliyor:

Daha sık veya daha az tualete gitmek
Kabızlık veya ishal
Devamlı dışkınnın var olduğu hissi
Ani dışkılama hissiyatı
Ağrılı dışkılama
Dışkıyı tam boşaltamama hissi
Dışkıda taze kan görülmesi veya makattan kan gelmesi
Karında ani şişkinlik, gaz ve ağrı
Halsizlik, bulantı ve sebebi bilinmeyen kilo kayıpları
Kansızlık

Kolonoskopi ile kanser oluşumu önleniyor!

Kolon kanserinin önlenilebilir bir kanser türü olmasının nedeni, en yaygın görülen sebebi olan poliplerin düzenli yapılan kolonoskopi taraması sayesinde kansere dönüşmeden tespit edilebilmesi. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü'ne bağlı Kanser Dairesi Başkanlığı tarafından belirlenen kolon poliplerinde izleme stratejisinde; ülkemizde 50-70 yaş arasındaki tüm kişilerin taranması hedefleniyor. Önce dışkıda gizli kan bakılması, pozitifse kolonoskopi yapılması öneriliyor. Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Arzu Tiftikçi, kolon kanserini önlemek için hiçbir yakınması olmasa bile herkesin 45-50 yaşından itibaren kolonoskopi yaptırması gerektiği uyarısında bulunarak, "Ailesinde kolon kanseri öyküsü olan kişilerin ise tarama programlarına en geç 40 yaşında başlamaları gerekmektedir. Taramada polip tespit edilmemiş ise bir sonraki kolonoskopi 10 yıl sonra, düşük riskli adenom sap-

tanırsa beş yıl, yüksek riskli adenom varsa üç yılda bir yapılmalıdır" diyor. Prof. Dr. Arzu Tiftikçi, kolonoskopi taramasında kansere dönüşme potansiyeli taşıyan poliplerin aynı işlemde kesilerek çıkarıldığını ve bu sayede kolon kanserinin önlenilebildiğini söylüyor.

Erken evrede polipektomi yeterli geliyor!

Kolon kanseri erken dönemde tespit edildiğinde, son yıllarda tedavide yaşanan gelişmeler sayesinde, tamamen iyileşme sağlanabilen bir kanser türü. Histopatolojik olarak tanı konulduktan ve hastalığın evresi tomografi ile PET (Pozitron Emisyon Tomografisi) gibi çeşitli görüntüleme yöntemleriyle tespit edildikten sonra tedavi yaklaşımları belirleniyor. Erken evrelerde tedavideki amaç kür sağlamak, ilerlemiş olgularda ise tümörün büyümesini durdurmak ve metastaz yapmasını önlemek. Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Arzu Tiftikçi, henüz polip sapına kadar ilerlememiş bir tümörde polipektomi (polibin ameliyatı, endoskopik olarak çıkarılması) yönteminin yeterli geldiğini belirtiyor. "Çok ileri olgularda ise tedavinin amacı yaşam kalitesini yükseltmektir. Cerrahi girişim, kolon kanserinin başlıca tedavisini oluşturmaktadır. Ameliyatla tüm kanserli dokunun çıkarılması hedeflenmektedir. Cerrahi yöntem sonrasında da tümörün evresine göre kemoterapi ve radyoterapi tedavisi yapılmaktadır" diyor.

BÜLTEN HABERİ

Ön çapraz bağ yaralanmalarına dikkat!

DİZLERDE gelişen ön çapraz bağ yaralanmaları sporcu hastalığı olarak bilinse de aslında hemen herkeste görülebiliyor. Kayak yaparken veya karda yürürken kayıp düşmek, kış aylarında ön çapraz bağ yaralanmalarının yaygın nedenleri arasında yer alıyor. Tedavi edilmeyen ön çapraz bağ yaralanmalarında iyileşme potansiyeli yok denecek kadar az! Ancak bağ uyuluk kemiğine tutunduğu taraftan kopmuş ve farklı bir anatomik bölgeye, sıklıkla arka çapraz bağın üzerine gevşek bir biçimde tutunmuş ise "yalancı iyileşme" yaşanabiliyor. Acıbadem Kartal Hastanesi Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı Doç. Dr. Selim Ergün, dolayısıyla "Dizimdeki ağrıım geçti, iyileştim" düşüncesine kapılıp doktora başvurmakta gecikmemesi uyarısında bulunarak, "Ameliyatla zarar gören tüm yapıların onarılması, ön çapraz bağın rekonstrüktive edilmediği hastalarda eklem kıkırdığında aşınma devam eder ve hastanın hareket kabiliyetini kısıtlamasının yanı sıra menisküsün de zarar görmesini ve eklemde artrozu, yani kireçlenmeyi tetikleyebilir. Bu nedenle dizde ağrı ve şişlik dinse bile mutlaka hekim muayenesinden geçilmelidir" diyor. Ortopedi ve Travmatoloji Uzmanı Doç. Dr. Selim Ergün, günümüzde ön çapraz bağ yaralanmalarında "artroskopik cerrahi" yönteminden son derece başarılı sonuçlar alındığını belirterek, "Hastalar iki hafta sonra değeksiz yürüyebilir, dizlerini bükerek oturabilirler. Yeter ki doktora başvurulmakta gecikilmesin" diyor.

Dizlerde adeta kalkan görevi üstleniyor
Ön çapraz bağ; diz eklemine içinde yer alan, kaval (Tibia) kemiği ile uyluk (Femur) kemiğini birbirine eklem içinden bağlayan, yaklaşık 4 cm uzunluğunda sabit bir yapıdır. Doç. Dr. Selim Ergün, bu bağın dizin stabilitesini sağlamakla görevli olduğunu belirterek, "Dönme ve kayma hareketlerine karşı diz eklemine korumak, uyluk ve kaval kemiklerinin birbirlerinden uzaklaşmasını, özellikle kaval kemiğinin öne yer değiştirmesini ve içe dönmesini önlemek gibi önemli işleve sahip. Ancak tüm bunları tek başına yapamaz; menisküsler, arka çapraz bağ ve yan bağlar da bu stabiliteye büyük katkı sağlar" diyor.

Bu hatalar dizde travmaya yol açabiliyor!

Ön çapraz bağ yaralanması, yani kopması sıklıkla burkulmanın meydana geldiği temassız yaralanmalar sonucunda veya temaslı sporlarda dize alınan bir darbeyle gerçekleşiyor. Örneğin, basketbol veya futbol gibi sporlarda ani dönüş yapmak veya yön değiştirmek, koşarken aniden durmak ya da zıpladıktan sonra yere tek ayak üzerine düşmek nedeniyle gelişebiliyor. Travmada oluşan gücün büyüklüğü, uyluk ve kaval kemiklerini bir arada tutmaya çalışan ön çapraz bağın dayanabileceği gücün fazla olduğunda bağda kopma meydana geliyor.

Sporcu hastalığı olarak biliniyor, ancak...

Ön çapraz bağ yaralanması, tekrarlayan hareketlerin kümülatif sonucu olarak değil, tek ve güçlü bir travmada, çoğunlukla da spor yaparken oluşuyor. Ancak spor dışında, merdivenlerden inerken veya kaygan yüzeylerde düşmeye ya da araç dışı trafik kazalarına bağlı da gelişebiliyor. Özellikle kadınlarda, ev kazaları gibi düşük enerjili yaralanmalar nedeniyle de ön çapraz bağ yaralanmaları oluşabiliyor.

Bölgesel ağrı ve şişlik en tipik belirtileri!

Ön çapraz bağ yaralanmasında, travmanın hemen ardından, diz bölgesinde yoğun bir ağrı ve şişme meydana geliyor; travma esnasında gürültülü bir kopma sesi duyulabiliyor. Ağrı ve şişlik ilk 24 saatte yoğunlaşıyor. Hasta ayağının üzerine basmakta ve şişlik nedeniyle dizini tam bükemekte zorlanıyor. İlerleyen günlerde bu sorunlar azalıyor; şişlik indikçe hasta dizini daha rahat bükebilir hale geliyor. Ancak bu kez de dizde boşluk hissi ve güvensizlik belirliyor. Boşluk hissi, özellikle hasta merdivenden inerken veya adım yönünü değiştirirken yaşanıyor.

BÜLTEN HABERİ

Ramazan'da sahur: Sağlıklı beslenmenin anahtarı!

'**BEN** akşamdan yiyip yatıyorum, uyukum da bölünmemiş oluyor', 'sahura kalkmama gerek yok, açlığa dayanıyorum', 'sahur yapınca daha çok acıkıyorum', 'vücudum alışık, sahuruz da rahat oruç tutuyorum'... Bu ve benzeri söylemleri Ramazan'da çok sık duyuyoruz. Ancak dikkat! Sahura kalkmadan oruç tutmak, gün içerisinde baş ağrısından kan şekeri düşüklüğüne, sindirim sorunlarından halsizliğe ve konantrasyon kaybına dek bazı sorunlara neden olabiliyor. Tabi sahurda tüketilen besinlerin seçimi de büyük önem taşıyor. Acıbadem Ataşehir Hastanesi Beslenme ve Diyet Uzmanı Aybala Dönmez "Oruç sürecinde vücudumuz için en önemli öğünlerden biri olan sahurda kalkmak, sağlıklı bir Ramazan geçirmenin temel taşlarından. Bununla birlikte oruç tutan kişilerin gün boyu enerjilerini koruyabilmesi, susuzluk hissini hafifletmesi ve açlıkla başa çıkabilmesi için sahurda doğru gıda seçiminin yapılması da son derece önemlidir" diyor. Sağlıklı ve dengeli bir sahur alışkanlığının Ramazan boyunca kişiyi daha enerjik ve sağlıklı tutacağını belirten Beslenme ve Diyet Uzmanı Aybala Dönmez, sahurda sağlıklı beslenmenin 6 püf noktasını anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu.

Tok tutan besinleri tercih

edin

Sahurda yüksek lifli, protein açısından zengin ve sağlıklı yağlar barındıran peynir, domates, salatalık, yoğurt, tam tahıllı ekmekler, ceviz, badem ve zeytinyağı gibi gıdalar tüketmek tokluk hissi sağlayarak uzun süreli açlığa karşı dayanmayı kolaylaştırır. Sebze, meyve, tam tahıllı ürünler ve baklagiller lif açısından zengindir ve sindirimi yavaşlatarak tokluk hissini artırır. Örneğin; bir kase yoğurt ve yulaf ezmesi üzerine dilimlenmiş meyve ve badem eklenmesi veya bir dilim ekşi maya ekmeği üzerine haşlanmış yumurta, peynir ve avokado dilimleri ile tercih edeceğimiz alternatifler ile gün boyunca tok kalma sürenizi ve enerji seviyelerinizi koruyabilirsiniz.

Yağlı ve şekerli gıdalardan kaçın

Sahurda yağlı yiyecekler ve şekerli besinler tüketmek, sindirim sisteminizi zorlar ve mide problemlerine yol açar. Ayrıca, bu tür yiyecekler kan şekerini yükseltip ardından düşüreceği için daha erken acıkmanıza, gün boyunca halsizlik ve baş ağrılarına sebep olur. Özellikle kavurmuş, kızarmış yiyecekler yerine haşlama veya ızgara tarzı pişirme yöntemlerini kullanabilirsiniz. Doğal tatlılar (hurma veya kuru kayısı) ve sağlıklı yağlar (zeytinyağı gibi) tercih

edin.

Protein kaynakları tüketin

Beslenme ve Diyet Uzmanı Aybala Dönmez "Protein açısından zengin besinler, uzun süre tok tutar ve enerji seviyenizi yükseltir. Yumurta, peynir, yoğurt, süt, baklagiller gibi protein kaynakları sahur için ideal besinlerdir" diyor.

Kompleks karbonhidratlar tercih edin

Kan şekerini hızlı bir şekilde yükselten beyaz ekmek veya hamur işi yerine tam buğday ekmeği, yulaf, esmer pirinç gibi

kompleks karbonhidratlar, sindirimi yavaşlatarak uzun süre tokluk sağlar. Bu tür besinler, kan şekerinin dengelenmesine yardımcı olur ve posa içeriği ile tokluk süresini uzatır.

Bol su için

Vücudun su ihtiyacını karşılamak için sahurda en az 2-3 bardak su içmek çok önemlidir. Sahurda tüketilen su, gün boyunca yaşanabilecek dehidrasyonu (susuzluk) önler. Sahurda kahve, çay ya da kafeinli içecekler tüketmek, idrar söktürücü özelliği nedeniyle oruç sırasında daha fazla su kaybına

yol açar. Bu nedenle su, kafeinsiz içecekler veya bitki çayları daha doğru seçimler olacaktır. Ayrıca iftardan sahur bitimine kadar düzenli aralıklarla 2 litre su tüketmeye çok dikkat edin.

Aşırı tuzdan kaçın

Beslenme ve Diyet Uzmanı Aybala Dönmez "Sahurda aşırı tuzlu gıdalar (zeytin, tuzlu peynir gibi) tüketmek, vücudun su kaybetmesine neden olur ve susuzluk hissini artırır. Bu nedenle, tuz alımını mutlaka sınırlandırın" diyor.

■ ARZU ERDOĞRAL



ENGELLİ BABASINA TEKERLİKLİ SANDALYE ALMAK İSTERKEN DEFALARCA DOLANDIRILDI

Eskişehir'de engelli babasına sosyal medya üzerinden ucuza bulduğunu düşündüğü akülü tekerlekli sandalyeyi 8 bin liraya almaya çalışan Hasan Badem 24 bin lira dolandırıldı.

ESKİŞEHİR'de bacanın dan engelli olan babasına sosyal medya üzerinden ucuza bulduğunu düşündüğü akülü tekerlekli sandalyeyi 8 bin liraya almaya çalışan Hasan Badem, 24 bin lira dolandırıldı.

Eskişehir'de yaşayan Hasan Badem, 1976 yılında iş kazası sonrası sağ ayağını kaybeden babası Murat Badem için internetten akülü tekerlekli sandalye araştır-maya başladı. Sosyal medya uygulamasında açılan bir market grubunda paylaşılan ve benzerlerinden oldukça ucuz olan 10 bin liraya ilana koyulan 2'inci el akülü tekerlekli sandalye için iddiaya göre sözde satıcıyla iletişime geçti. Şahıs, babası yürüyemediği için aldığı sandalyeyi vefat ettiği için ucuza sattığını söyledi. Ufak bir pazarlık sonrası fiyatı 8 bin liraya indirdiğini söyleyince Hasan Badem mutlu oldu.

TOPLAMDA 24 BİN LİRA DOLANDIRILDI

Daha sonra Badem ile iletişime geçen dolandırıcı, alışverişin PTT AVM üzerinden gerçekleşeceğini söyleyerek oluşturdukları sahte sitenin linkini Hasan Badem'e yolladı. Burada sahte bir form dolduran Badem, belirtilen IBAN numarasına 8 bin lira yolladı. Daha sonra iddiaya göre sözde müşteri temsilcisi tarafından aranan Badem'e, parayı yanlış açıklamayla yolladığı, 8 bin lira daha atması söylendi. Toplamda 16 bin lira para gönderen Badem'e, fazladan gönderdiği 8 bin TL'nin iadesi için bir 8 bin TL daha yollaması gerektiğini aksi takdirde paranın uzun süre içinde iade edileceği aktarıldı. Parası iade olamayan Hasan Badem, toplamda 24 bin lira dolandırıldığının farkına vardı.

Öte yandan haber çekimi sırasında bu defa babasının telefonundan dolandırıcıları arayan Hasan Badem, yine aynı kişiden aynı yöntemle dolandırılmaya çalışıldı.

'10 BİN LİRA İSTEDİ PAZARLIKLA 8 BİN LİRAYA KADAR DÜŞÜRDÜ'

Babasına tekerlekli sandalye almaya çalışırken 24 bin lira dolandırılan Hasan Badem, "Babam demiryollarından emekli. İşyerinde 1976 yılında tren yolunda çalışırken tren ayağını kestiği için babamın diz üstünden sağ

şimdi sana bir hesap açacağım. Oraya adresini girip onay vereceksin. Ondan sonra parayı oraya yatıracağım, ben de sana ürünü göndereceğim. Ürün geldikten sonra siz bakacaksınız, eğer ki beğenip tamam dersanız öyle onay vereceksiniz; onay verdikten sonra da para benim hesabıma geçecek" dedi. Tabii arada



ayağı yok. Şu an protez ayak kullanıyor ama tabii yaş ilerledikçe yürümekte güçlük çekiyor. Bizim de bundan dolayı bir akülü sandalyeye ihtiyacımız oldu, babamın da uzun süredir söylediği ve istediği bir şeydi, 'bana artık akülü bir sandalye alalım' diye. Sonra bir internet sitesinde akülü sandalye ilanı görmüş, az kullanılmış olarak belirtiliyordu ve fiyatı da uygundu. Öyle olunca benim irtibata geçmemi istedi. Kendisiyle irtibata geçtim, bana o sandalyeyi babası için aldığını ancak babasının öldüğünü; o yüzden çok az kullanıldığını söyledi. Ücret olarak da 10 bin lira istedi. Biraz pazarlık yapmak istedik, en son 8 bin liraya kadar düşürdü. Tabii bize de cazip geldi, anlaştık. Sandalyenin satışını ve gönderimini PTT AVM üzerinden göndereceğini söyledi. Böyle olunca ister istemez güven oluştu. Sonra PTT AVM üzerinden bana bir link gönderip 'Ben

PTT AVM olunca biz de güven-dik. Attığı linke tıklayınca zaten direkt sitesine yönlendirdi, formu doldurduk. Satıcının ismi Arda Güngör, tabii ne derece doğru onu da bilmiyoruz. Bize bir hesap numarası verdi, dedi ki 'Bu PTT'nin ortak hesabı. Siz 8 bin lirayı göndereceksiniz sonra biz onaylayacağız, arkadaş da sandalyenizi gönderecek.' Biz de babamın hesabından satıcının vermiş olduğu IBAN'a parayı yolladık" dedi.

'SİPARİŞ NUMARASINI YAZIP TEKRAR 8 BİN LİRA GÖNDERDİK'

Sandalye için sözde PTT AVM'den satılan fakat parayı Civan Heves Çiftçi isimli IBAN numarasına gönderdiğini söyleyen Badem, böyle devam etti;

"Orada bizim hatamız, gafletimiz ve olayı fark edemediğimiz nokta şu oldu, orada 'Civan Heves Çiftçi' adına yazıyormuş. PTT AVM'de hiç böyle şahıs adına IBAN nu-

marası olur mu biz de hiç bilemediğimiz için. Ama ben yine orada biraz uyandım, dedim ki 'Bu kim?' Karşıdaki ısrarla 'Abi bu ortak hesap, PTT yeni başladı bu işleme, güvenli alışveriş için bu gerekiyor' dedi. Sonra müşteri hizmetleri olarak bizi ilk arayan Hüseyin isimli kişi tekrar aradı, 'Açıklama kısmına yanlış girmişsiniz, orada yazan sipariş numaranızı girmeniz gerekiyordu' dedi. Biz de o zaman iptal edilsin dedik. O da 'Paramın iadesi ancak 35-90 gün arasında olabilir. Bir de yüzde 35'i kesilecek' dedi. Şaşırdık, anlam da veremedik, ne yapacağımızı sorduk. 'Sipariş numarasını yazarak IBAN'a tekrar para göndereceksiniz. İlk gönderdiğiniz para da 5-7 dakika hesabınıza iade olacak' dediler. Sonra biz açıklama kısmına sipariş numarasını yazıp tekrar 8 bin lira gönderdik. Aradan biraz süre geçti yeniden aradı, 'İşlem numarasını girmişsiniz ama başına işlem numarası olarak da yazmanız gerekiyordu' dedi. Tamam dedik o zaman artık iptal edin; ama öyle bir ikna edici konuşuyor ki iptal ederseniz daha da uzayacak vesaire diyerek. Ondan sonra biz üçüncü defa 8 bin lira gönderdik bu sefer işlem numarasını falan her şeyini yazarak. Biraz süre geçti geri aradılar yine olmamış hata var diyerek, adamdaki uyanıklığa bakar mısınız demek ki bizi ne kadar keriz bellediyse."

"ENGELLİ İNSANLARI DOLANDIRMAK DAHA DA KÖTÜ"

Oğlunun dolandırılması konusunda konuşan Murat Badem, "Bunlar adaba ve edebe sığmayacak şeyler. Bu yapılan kul hakkına giriyor. Hele hele bizim gibi engelli insanların dolandırmak daha da kötü bir şey. Bu bana yapıldı ama başkalarına yapılmasını diliyorum. Ben yandım başkaları yanmasın" ifadelerini kullandı. (AJANSLAR)

14. HAMİLELİK OYUNUNDA YALANI ORTAYA ÇIKTI



BAYRAMPAŞA'da 189 suç kaydı, 472 yıl hükümlü ertelenmiş hapis cezası bulunan ve işlediği her suçta hamileliğini öne sürerek suçtan kurtulmaya çalışan kadın düzenlenen son operasyon sonrası tutuklandı. Suç makinesi kadının ise 14. çocuğuna hamile olduğu ortaya çıktı.

Bayrampaşa'da, 16 Ocak tarihinde bir evin soyulmasının ardından ihbar üzerine polis ekipleri harekete geçti. Ekiplerce hırsızların yakalanmasına yönelik yürütülen çalışmalarda, 51 ayrı iş yeri, toplu taşıma araçları, güvenlik kameraları ve Kent Güvenlik Yönetimi Sistemi görüntüleri tek tek incelendi.

POLİSİ GÖRÜNCE CAMDAN ATLAMAK İSTEDİ

Yürütülen çalışmalarda, şüphelilerin Ceylan Çiçek (36) ve Belkız Ura (18) olduğu belirlendi. Hamile olduğu da ortaya çıkan Çiçek, gözaltı işlemi için ekiplerin adresine geldiği sırada, camdan atlamaya kalktı. Ekiplerin hızlı müdahalesi sonucu yara almadan kısıklarak yakalanan Çiçek, gözaltına alındı.

472 YIL HÜKÜMLÜ ERTELENMİŞ HAPİS CEZASININ BULUNUYOR

Bayrampaşa Polis Merkezi Amirliği'ne götürülen Çiçek'in suç dosyası çıkarıldı. Ekiplerin yürüttüğü çalışmalarda, 189 suç kaydının ve 23 ayrı dava dosyasında hakkında arama kaydının bulunması, 12 yıl kesinleşmiş hapis cezası ile 472 yıl hükümlü ertelenmiş hapis cezasının bulunması dikkat çekti.

Suç makinesi Ceylan Çiçek'in karıştığı olaylarda hapse mahkum edilse de, hamilelik gerekçesiyle cezaları ertelendi. Erte-lenen cezalar sonrası suç işlemeye devam eden ve gözaltına alındığında hamile olduğu belirlenen Çiçek, son karıştığı olayda hapis cezasından kurtulamadı. Hamileliğini koz olarak kullanan şüphelinin 13 çocuğunun olduğu ve 14. Çocuğuna hamile olduğu ortaya çıktı. Emniyette işlemleri tamamlanan Çiçek, 23 Şubat'ta çıkarıldığı adli makamlarca tutuklanarak cezaevine gönderildi. (AJANSLAR)

AMCASINA PUSU KURDU KAYIPLARA KARIŞTI

İSTANBUL'un Şişli ilçesinde bir rezidantta tadilat yapan Taştan Karaca, malzeme almak için aracına gittiği sırada 8 el ateş edilerek öldürüldü. Karaca'nın yeğeni tarafından katledildiği ve olayın Türk Halk Müziği sanatçısı Züleyha Ortak'ın evine tamir için gittiği sırada yaşandığı ortaya çıktı. İstanbul'da silahla vurularak yaralanan kişi hastanede yaşamını yitirirken, cinayet zanlısı olan yeğeni-nin yakalanması için çalışma başlatıldı.

Alınan bilgiye göre, Şişli ilçesi 19 Mayıs Mahallesi'nde bulunan bir rezidantstaki daireye tadilat amacıyla gelen Taştan Karaca (52), malzeme almak için sokakta park halindeki aracının yanına gitti.

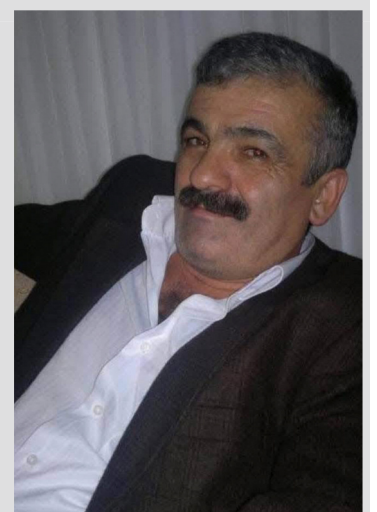
Bu sırada kendisini dışarıda bekleyen bir şüpheli, Karaca'ya silahla 8 el ateş etti. Karaca saldıran ağır yaralanırken, şüpheli geldiği motosikletle olay yerinden kaçtı. İhbar üzerine bölgeye polis ve sağlık ekipleri sevk edildi.

Sağlık görevlilerince hastaneye kaldırılan Karaca, yapılan müdahalelere rağmen kurtarılamadı.

Cinayetle ilgili araştırma yaparak çevredeki güvenlik kameralarının kayıtlarını inceleyen polis ekipleri, zanlının Karaca'nın yeğeni C.K. (20) olduğunu tespit etti.

Emniyette 3 suç kaydı olduğu anlaşılan cinayet zanlısının yakalanması için çalışmalar sürüyor. **KARACA'NIN SANATÇI ZÜLEYHA ORTAK'IN EVİNE TAMİRE GİTTİĞİ ORTAYA ÇIKTI**

Öte yandan yeğeni C.K. tarafından öldürülen amca Taştan Karaca'nın, Türk Halk Müziği sanatçısı Züleyha Ortak'ın evine tamir için gittiği ve olayın bu sırada gerçekleştiği ortaya çıktı. **"AMCA SENİ GÖRMEYE GELDİM, KONUM AT"**

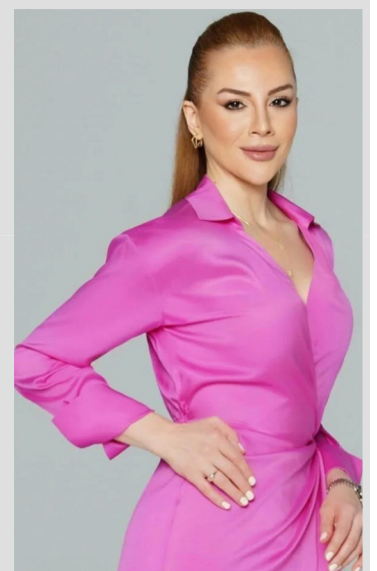


Konuyla ilgili sosyal medya hesabından paylaşım yapan Ortak şu ifadelere yer verdi:

"Evime duşakabin yapımı için gelen adamcağız güpegündüz vuruldu. Allahım inşallah hayattadır. Arabadan malzeme almaya gidiyor. 'Amca seni görmeye geldim, konum at' diyen yeğeni tarafından vuruluyor. Eşyalarımı dokunmadan çıkıyorum evden. Rabbim hayırlı evlat, hayırlı yeğen, hayırlı insanlarla karşılaştırsın."

"MAL DAVASI DİYEN VAR EV MESELESİ OLDUĞU SÖYLENİYOR"

Olayla ilgili konuşan Züleyha Ortak, "Mal davası diyen var ev meselesi olduğu söyleniyor. Umarım katil bir an önce yakalanır. Çok soğukkanlı bir şekilde hareket ediyorum ve 8 el ateş ediyor." dedi. (AJANSLAR)



ALTINLARI İÇİN YAŞLI KADINI YAKTILAR

ÇORUM'un Kargı ilçesinde eşi teravih namazı için camideyken eve giren kimliği belirsiz kişiler tarafından bıçaklanarak öldürülen ve akabinde de ev ile birlikte yakılmak istenilen yaşlı kadın, otopsi işlemlerinin ardından toprağa verildi. Cenazenin ardından konuşan yaşlı kadının kardeşi, ablasının eziyet edilerek öldürüldüğünü ve altınlarının alındığını söyledi.

Olay, 12 Mart gece akşam saatlerinde Çorum'un Kargı ilçesi Akkise köyünde meydana geldi. Edinilen bilgiye göre, 80 yaşındaki Eşref Kış, teravih namazı için camiye gitti. Teravih namazının ardından evine dönen Eşref Kış, evden dumanlar yükseldiğini fark etti. Hemen içeri giren Eşref Kış, eşi Hatice Kış'ın cansız bedenine karşılaştı. Durumun bildirilmesi üzerine olay yerine jandarma ve sağlık ekipleri sevk edildi. Yapılan ilk incelemelerde, 77 yaşındaki Hatice Kış'ın 8 bıçak darbesiyle öldürüldüğü ve cesedinin de ateşe verildiği tespit edildi. Yapılan incelemelerde eve giren şüphelilerin Hatice Kış'ın kolundaki 3 altın bileziği ile evde bulunan kese içerisindeki altınları alarak kaçtıkları belirlendi.

Kargı Cumhuriyet



Savcılığı ile Kargı İlçe Jandarma Komutanlığı ekiplerinin olayla ilgili inceleme ve araştırmaları devam ederken, şu ana kadar herhangi bir ize rastlanılmadığı öğrenildi.

Öte yandan, Kargı Devlet Hastanesinin morguna kaldırılan Hatice Kış'ın cenazesi, otopsi işlemlerinin tamamlanmasının ardından köye getirildi. Burada helallik alınmasının ardından kılınan cenaze namazının akabinde Hatice Kış'ın cenazesi, Akkise köyünde aile kabristanına defnedildi.

Cenazede ailenin yakınları sinir krizi geçirerek yaşanan olaya tepki gösterdiler.

"BU ACI OLAYDAN DOLAYI BÜYÜK BİR ÜZÜNTÜ AYNI ZAMANDA DA MERAK İÇERİSİNDEYİZ"

Olayla ilgili konuşan Hatice Kış'ın kardeşi Üzeyin Avcı, "Bu acı olaydan dolayı

büyük bir üzüntü içerisindeyiz, aynı zamanda da merak içerisindeyiz. Önceki akşam teravih namazı saatinde gerçekleşti. Eşi olan eniştem, teravih namazında olduğu sırada eve gelen kimliği belirsiz kişiler tarafından önce ablam zorlanmış. Değerli eşyalarının, altınlarının ortaya çıkartılması için kendisine baskı ve eziyet edildiğini öğrendik. Bunlar olduk-tan sonra bıçaklama olayı gerçekleşmiş. Ablam canice bıçaklanmış. En sonunda da ara koridorda yakılmış. Ev ile birlikte yanması istenmiş. Çok canice, hunharca bir olay. Çok üzüntülüüz. Jandarma ve savcılık olayın peşindeler. Kendileri ile adli tip kurumunda beraberdik ve görüşüp bilgiler aldık. Devletimiz, ellerinden gelen çalışmayı, soruşturmayı şu aşamada yürütüyor. İnşallah medyadan da bu konuda yardımcı

olmalarını ve hunharca, canice bir şekilde öldürülen ablamın faillerinin bulunmasını, olayın aydınlatılmasını bekliyoruz" dedi.

2 kişinin olayı gerçekleştirdiğini belirten Üzeyir Avcı, "Elimizdeki belgelere göre şu anda okul kamerası görüntüleri bulunuyor. Net olmamakla birlikte iki kişinin eşkalinin olduğu söyleniyor. Kameralara yansımış. Yetkililerden aldığımız bilgi bu. Bunun dışında net bir bilgi bulunmuyor. O yüzden şu anda en yakınlarımızdan başlayarak, köy halkı dahil köyün içinden dışından kimler var ise bir şekilde araştırılması ve bu olayın ortaya çıkartılması gerekiyor. Şu andaki eldeki bilgi ve belgelere göre devletin yetkililerine göre herhangi bir şüpheli ya da net bir bilgi yok" diye konuştu.

En kısa sürede olayın aydınlatılmasını belediklerini belirten Avcı, "En kısa sürede gerçeğin, hakikatin ortaya çıkmasını ve bu canilerin yakalanmasını istiyoruz. Çünkü bu sıradan bir olay değil, sıradan bir öldürme olayı da değil, işin içinde çünkü eziyet var, canilik var, hunharlık var. İnsanlık dışı bir olay. Bir an önce aydınlatılmasını bekliyoruz" ifadelerini kullandı. (AJANSLAR)

Terör örgütü PKK'nın tasfiye süreci Irak'a nasıl yansır?

Terör örgütü PKK'nın Türkiye'de eylem yapma kapasitesi neredeyse kalmadı. PKK ve ilişkili örgütlerin bulunduğu bütün ülkelerde bitirilmesi sadece Türkiye için değil tüm bölge için istikrar üretecek.

AA Akademi Müdür Yardımcısı Dr. Bilgay Duman, terör örgütü PKK'nın tasfiye edilme sürecini ve sürecin Irak'a olası etkilerini AA Analiz için kaleme aldı.

MHP Genel Başkanı Devlet Bahçeli'nin açıklamalarıyla somutlaşan "terörsüz Türkiye" süreci, sadece Türkiye'nin ulusal güvenliği ve terörle mücadelesi açısından değil, Orta Doğu Kürtlüğü açısından da yeni bir dönem. Terör örgütü PKK'nın elebaşı Abdullah Öcalan'ın 27 Şubat 2025'te "PKK'ya yönelik silah bırakma ve kendini feshetme" çağrısının ardından PKK'nın bu karara uyacağını açıklaması, Türkiye'nin son 50 yılındaki en önemli gelişmelerden biri. Bu süreç doğrudan Türkiye'yi ilgilendirdiği gibi Irak ve Irak Kürtlüğü açısından da yeni gelişmeleri içerisinde barındırıyor.

Her şeyden önce terör örgütü PKK'nın esas üs alanı halen Irak toprakları. Her ne kadar PKK yapılanmasına bağlı Suriye'deki YPG, İran'daki PJAK gibi farklı örgütler farklı ülkelerde faaliyet gösterse de örgütsel olarak PKK'nın en güçlü olduğu yer Irak. 1982'de Suriye'den ayrılarak Irak'a yerleşen PKK, 40 yıldan fazla bir süredir Irak'ı hem bir sığınma alanı hem de Türkiye'ye yönelik saldırılarında bir üs gibi kullanıyor. 1980'den itibaren Irak'taki istikrarsız düzen de PKK'nın varlığına alan açtığı gibi Irak devletini de müdahale-



ve yaşam alanları oluşturdu. Silahlı yapı ile sınırlı kalmayan örgüt, Irak'taki idari, siyasi ve güç boşluğundan faydalanarak ya doğrudan ya da farklı etnik, dini ve siyasi oluşumlar üzerinden Irak ve 2003 sonrası hukuki bir statü elde eden Irak Kürt Bölgesel Yönetimi (IKBY) siyasetinde etki üretmeye çalıştı. PKK'nın bu

syonları neticesinde kuzeydeki dağlık alanda baskılanan PKK, daha güneye ve başta şehir hatları olmak üzere farklı alanlara kaymak durumunda kaldı.

PKK'nın varlığı nedeniyle Irak'ın kuzeyinde 600'den fazla köy boşaltılırken, Süleymaniye, Kerkük, Musul'un yanı sıra Bağdat'a kadar uzanan hatta PKK'nın alan bulmaya çalıştığı görüldü. Bu durum hem Irak merkezi otoritesi hem de IKBY'yi PKK ile karşı karşıya getirdi. Bu noktada özellikle Kürt siyaseti açısından PKK, düzen bozucu bir rol oynadı. IKBY iç siyasetindeki rekabette karşı karşıya gelen KDP ve KYB arasındaki ilişkiler, KYB'nin PKK'ya açtığı alan neticesinde daha da gerginleşirken, KYB, PKK'yı hem Türkiye'ye hem de KDP'ye karşı bir koz olarak kullanmaya çalıştı.

Bu anlamıyla PKK yine en büyük zararı Kürtlere vermiş oldu. Nitekim KDP ve KYB arasındaki çekişme nedeniyle daha önce 4 kez ertelenmek durumunda kalan IKBY seçimleri en nihayetinde 20 Ekim 2024'te gerçekleştirildi. Ancak bugüne kadar KDP'nin birinci olarak çıktığı seçimlerin üzerinden neredeyse 5 ay geçmesine rağmen halen hükümet kurulabilmiş değil. Zaten daha önceki dönemlerde 9-10 ay gibi sürelerde hükümetin kurulabildiği IKBY'de çok erken bir hükümet kurulma süreci beklenmiyordu. Ancak mevcut konjonktürde Irak'taki Kürt siyaseti yeni bir sınama ile karşı karşıya.

ENDİŞELER DEVAM EDİYOR



söylentiler güçlü bir biçimde IKBY'de dile getiriliyor. Bu durum Suriye, Lübnan ve Filistin'de zemin kaybeden İran'ın Irak içerisinde "tüm kartları" sahaya sürebileceği endişesi hakim.

Zira PKK ile ilgili başlayan sürecin ardından, Dışişleri Bakanı Hakan Fidan'ın İran konusunda yaptığı açıklamalar da dikkate alındığında bu şüphenin Türkiye açısından da geçerli olduğu görülüyor. Nitekim Irak'taki İran yanlısı gruplara bağlı olan milletvekillerinin son dönemde Türkiye'nin Irak'taki askerlerini çekmesi yönünde bir imza kampanyası başlatmaları da dikkati çekici. Burada Irak ve Iraklı Kürtlerin PKK'nın en büyük zararı kendilerine verdiğini anlaması gerekiyor. Terör örgütü PKK'nın Türkiye'de eylem yapma kapasitesi neredeyse kalmadı. PKK ve ilişkili örgütlerin bulunduğu bütün ülkelere bitirilmesi sadece Türkiye için değil tüm bölge için istikrar üretecek. Tüm tarafların bunun bilincinde hareket etmesi bölgenin tek çıkar yolu gibi görünüyor. Dışişleri Bakanı Fidan'ın, yeni dönemde bölgesel dayanışmanın artırılması gerektiği ve artık eski hataları devam ettirme zamanının olmadığına yönelik açıklamaları bu anlamıyla önemli bir uyarı niteliğinde.

[Dr. Bilgay Duman, AA Akademi Müdür Yardımcısıdır.]



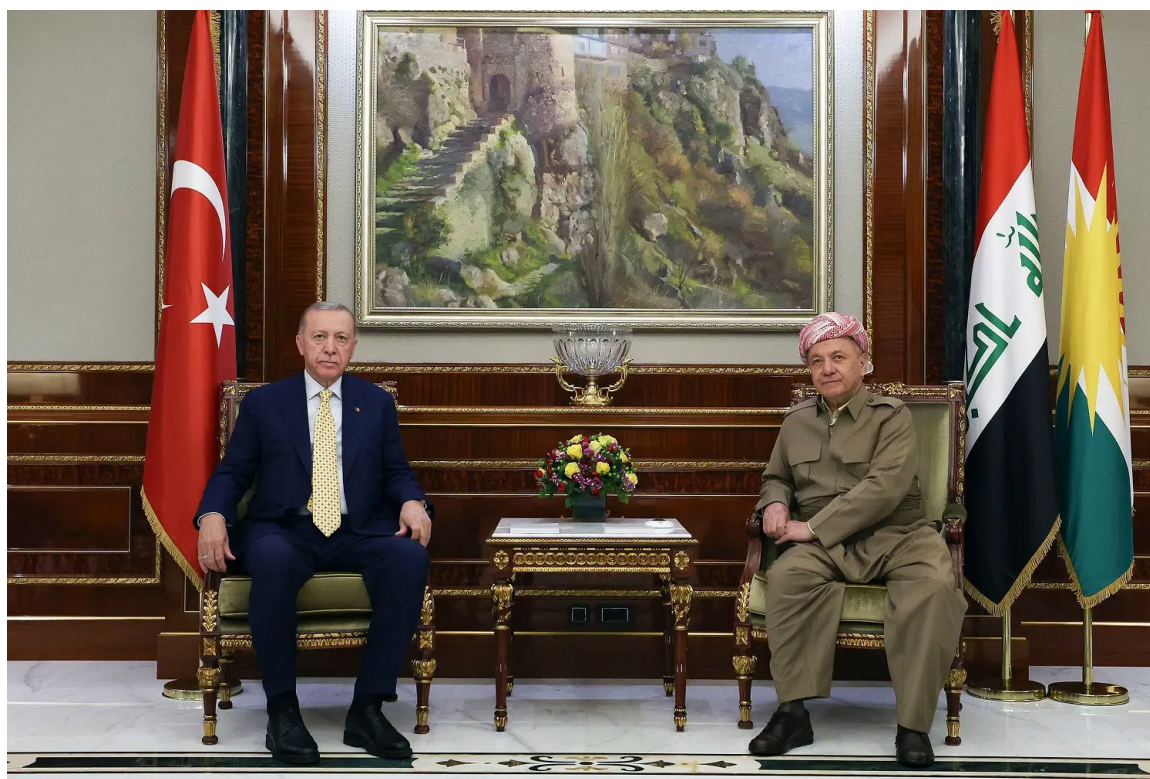
siz kılıyor.

1980 sonrası Irak'taki gelişmeler sıralandığında;

- 1980-88 arasından devam eden İran-Irak savaşı,
- 1991 Körfez Krizi ve Irak'ın kuzeyinde uçuşa yasak bölge oluşturularak Iraklı Kürt grupların fiili bir özerk yönetim elde etmesi,
- 1994'te Irak'taki iki ana yürütücü Kürt partisi olan Kürdistan Demokratik Partisi (KDP) ve Kürdistan Yurtseverler Birliği (KYB) arasındaki iç savaş ve sonrasında KDP'nin Irak'ın devrik lideri Saddam Hüseyin ile anlaşarak Erbil'i alması,
- 2003'teki ABD'nin Irak işgali,
- 2006'da yaşanan Irak iç savaşı,
- 2010'da el-Kaide ile mücadeleye yoğunlaşılması ve ABD'nin Irak'tan çekilmesi,
- 2011'de başlayan "Arap Baharı" süreci,
- 2014 - 2017 arasında DEAŞ'ın Irak'taki varlığı,
- 2019'da Irak'ta yaşanan protesto gösterileri gibi gelişmeler Irak'ta siyasi, sosyal ve güvenlik gibi konularda istikrarsızlıklar ve güç boşlukları oluştururken, PKK ile mücadele Irak açısından birincil bir öncelik ve ana tehdit konusu olmadı. PKK'nın varlığının Irak'ın kuzeyi ile sınırlı kalmasının yanı sıra 1991 sonrası süreçte merkezi hükümetin Irak'ın kuzeyindeki denetimsizliği ve kontrolsüzlüğü, PKK'nın Irak topraklarını kullanma konusunda elini rahatlatmış. Böylece Irak'ın kuzeyindeki dağlık alanda önemli bir alan elde eden PKK, Kandil'in yanı sıra Hakurk, Metina, Zap, Gara, Avaşin-Basyan, Sinat-Haf-tanin ve Asos bölgelerinde üsler, sığınma

varlığı zaman zaman Türkiye'ye karşı bir "silah" olarak da kullanılarak araçsallaştırıldı. **TÜRKİYE'NİN KARARLILIĞI SONUÇ VERDİ**

Ancak Türkiye'nin terörle mücadeledeki kararlılığı, Suriye'nin kuzeyinde yürütülen Fırat Kalkanı, Zeytin Dalı ve Barış Pınarı Harekatları ile somutlaşan ve daha sonrasında Irak'ın kuzeyine yönelik Pençe Harekatları serisi ile devam eden "tehdidi yerinde bertaraf etme" stratejisi ile PKK'nın silahlı güç kapasitesi önemli ölçüde baskılandı. Özellikle Irak'ın sınır bölgesi Türkiye açısından daha güvenli hale gelirken, Türkiye'nin opera-



Turistler, Ege adalarındaki sismik hareketlilik nedeniyle Türkiye'ye yöneldi

Başta Santorini olmak üzere Ege Denizi'ndeki adaları etkileyen deprem fırtınası, tatil için bölgeyi düşünen turistlerin rotasını Türkiye'ye çevirdi.

EĞE Denizi'nde meydana gelen sismik hareketlilik nedeniyle her yıl milyonlarca turisti ağırlayan Santorini ve Yamurgi gibi adalarda günlük yaşam olumsuz etkilendi.

Ana geçim kaynağı turizm olan bu adalarda erken rezervasyon iptalleri, turizmde rotayı Türkiye'ye çevirdi. Yunan hükümetinin turizm sektörünün bu süreçten en az zararlı çıkması için yürüttüğü çalışmalar, Türkiye'nin bu yaz adalardaki turisti kendine çekeceği düşüncesini destekler nitelikte.

Adalarda tatil yapmayı düşünen turistler, son dönemdeki sarsıntılar nedeniyle rezervasyonlarını iptal ederek yakın noktalardan biri olan Türkiye'ye yöneliyor. Bu talep Türkiye'nin tatil merkezlerindeki erken rezervasyona yansdı.

Türkiye Otelciler Federasyonu (TÜROFED) Başkan Yardımcısı Mehmet İşler, AA muhabirine, bir süredir sismik hareketliliğin yaşandığı Ege Denizi'ndeki adaların önemli sayıda turist ağırladığını söyledi.

Türkiye'nin şu anda bir turizm fırsatı içerisinde olduğunun altını çizen İşler, "Elbette böyle afetlerin olmasını istemeyiz ama başta Santorini olmak üzere depremin yarattığı korku ve insanların bu sene rezervasyonlarını oraya yapmama veya iptal etme eğilimi devam ediyor. Aynı deniz ve güneşi kullandığımız iki ülke olarak rezervasyonların daha çok Bodrum ve Muğla bölgesine kaydığını görüyoruz." dedi. İşler, Çeşme'nin yeni destinasyon noktası olarak iyi görüldüğünü ve fuarlar-



da İzmir'i en iyi şekilde tanıtarak daha fazla turisti çekilebileceğini dile getirdi.

Turizmciler olarak tanıtım çalışmaları devam ettiklerini anlatan İşler, "Şu anda adalardan kaçanların Mısır'a ve yeni destinasyon noktası Antalya, Fethiye, Marmaris ile Bodrum'a kaydını görüyoruz. Daha önce Türkiye'ye gelmeyen bu yeni turist profilinin, hedef kitlemizde olması bizim için şans. Bu şans üstün hizmet kalitesi ve uygun fiyatla lehimize çevirebiliriz. Yeni bir pazar, yeni bir müşteri portfö-

yü ile karşı karşıyayız." diye konuştu.

Çeşme Turistik Otelciler ve İşletmeciler Birliği Başkanı Orhan Belge ise Yunan turizminin özellikle adaların erken rezervasyon sorunu yaşadığını vurguladı.

Ege Denizi'ndeki sismik hareketliliğin Türkiye'de erken rezervasyonda artışa neden olduğunu bildiren Belge, şöyle konuştu: "Erken rezervasyondaki artış turistlerin Yunanistan'dan bize doğru kaydığını gösteriyor. Tabii ki doğal afetin hiçbir zaman hiçbir ülkede olmasını istemeyiz ama

bunun bu tarafa doğru kayacağı belliydi ve hareketliliği görüyoruz. Çeşme'de deniz, kum, güneş, tarih, festivaller, gastronomi gibi her şey var. Yani geçen yıl sezon ortasında pahalı algısı oluşturup, adalarla bizi karşılaştıranlar bugün doğru olmadıkları çok iyi gördü. Bu algı yavaş yavaş kayboldu. Bu sene ve önümüzdeki sene, 2023 ve 2024'e hiç benzemeyecek. Bizim 2019 yılı ile öncesini yakalamak, geçmek hedefimiz var ve yakalayacağız. Bu yıl Çeşme için güzel yıl olacak." AA

Uzmanlar site sorunlarını çözmesi beklenen 'Tesis Yönetim Hizmetleri' düzenlemesini değerlendirdi

GAYRİMENKUL hukuku uzmanları, Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığının apartman ve sitelerdeki sorunları gidermek için hazırlıklarını yaptığı "Tesis Yönetim Hizmetleri"ne ilişkin düzenlemenin sektöre kalite getireceğini ifade etti.

Sitelere yüksek aidatlar, hesap vermeyen yönetimler, denetimsizlik ve harcamalarla ilgili bilgilere erişimin kısıtlı olması ile suç örgütlerinin yönetimleri ele geçirme girişimlerine karşı harekete geçen Bakanlık, Kat Mülkiyeti Kanunu'ndaki "Tesis Yönetim Hizmetleri"ne ilişkin mevzuat düzenlemesi üzerinde çalışıyor.

Düzenlemeyle sitelerin yönetiminde faaliyet gösterecek şirketler, Bakanlıkça sınıflandırılacak ve belgelendirilecek. Faaliyetler ve yapılan harcamalar yine Bakanlıkça yetkilendirilecek bağımsız denetim şirketlerince gözden geçirilecek.

Denetimlerin yılda en az bir kez yapılmasının zorunlu olacağı düzenlemeyle kat malikleri denetim talebinde bulunabilecek.

Ayrıca, kat maliklerinin iskan ettikleri yapıların yönetimine dair bilgi ve belgelere sistem üzerinden şeffaf erişimi için Bakanlıkça kurulacak elektronik yazılım sisteminin ortak kullanıma açılması amaçlanıyor.

"DÜZENLEME, USULSÜZLÜK VE YOLSUZLUKLARA KORUMA KALKANI OLABİLECEK"

Gayrimenkul Hukuku Derneği Başkanı Ali Güvenç Kiraz, AA muhabirine, sitelerde yaşanan sorunların bazen insanlar için katlanılamaz duruma geldiğini söyledi.

Bakanlığın Tesis Yönetimi Genel Müdürlüğü kurmasının çok doğru olacağını dile getiren Kiraz, "Türkiye'de site hayatı ciddi şekilde çoğaldı. Buna paralel olarak kayıt dışılık ve yolsuzluk da oluştu. Mevcut tüm süreçler denetlenmediği için ilk aşamada Bakanlık tarafından genel müdürlük kurulması doğru bir adım oldu. Bakanlık, profesyonel olarak yöneticilik yapacak şirketlere bir standart belirliyor. Buna eğitimler, sermaye yeterliliği, çeşitli standart-



lar, kıstaslar getirecektir." dedi.

Kiraz, teminat sunulması mecburiyetinin de gelebileceğini, yönetim şirketinin birtakım usulsüzlükler yaptığı takdirde bedelinin teminat kullanılabilesine imkan sağlanabileceğini ifade etti.

Bakanlığın bu düzenlemesiyle şeffaflaşmanın sağlanacağını, maliklerin çalışacağı şirketin yönetimini tanıyacağını, kat maliklerinin seçebilmesi açısından yetki almış firmayla çalışmanın güvence oluşturacağını aktaran Kiraz, bunun usulsüzlük ve yolsuzluklara karşı koruma kalkani olabileceğini anlattı.

Kiraz, sitelerdeki iç denetimlerin çoğunlukla genel kurullarda yönetim kurulunun isteği doğrultusunda oluştuğuna dikkati çekerek, "Bakanlık, Türk Ticaret Kanunu'ndaki dış denetime tabi şirketlerde olduğu gibi dış denetim zorunluluğu getiriyor. Şimdi şirket denetimi ve sermaye yeterliliği varsa belli güvence verecek ama yine de bu şirket usulsüzlükler yapabilir. Yapılacak dış denetimlerle şirketin hizmet, personel alımları ve ödemeleri takip edilebilir. Denetçi varsa usulsüzlükleri savcılıklara şikayet ederek, kişilerin cezalandırılması yolunu açabilir." diye konuştu.

Düzenlemelerin doğru ve faydalı

olacağını vurgulayan Kiraz, buna karşılık 1965 tarihli Kat Mülkiyeti Kanunu'nun mevcut yapılara uygun olmadığı için ileride değiştirilmesini beklediklerini kaydetti.

Bakanlıkça, kat maliklerinin yönetimlere ilişkin bilgi ve belgelere sistem üzerinden şeffaf erişimi için elektronik yazılım sistemi kurulmasının önemli ve değerli olduğunu dile getiren Kiraz, şunları söyledi:

"Bir binada daire satın alırken veya kiralarken mutlaka yönetim planı okunmalı. Yani yönetim planına göre o sitede aidatların ne şekilde toplanacağını öğrenmelerini kesinlikle öneriyorum. Okumadığımızda çok ciddi mağduriyetler ortaya çıkıyor. Özellikle kat malikleri hatta maliklerden vekalet alarak kiracılar da genel kurullara katılmalı. Varsa raporlara itirazlarını yapıp genel kurul tutanağına geçirmeliler. Eğer tüm süreçlerde hukuka aykırılıklar olduğunu görüyorlarsa bunları mutlaka yazılı hale getirmelerini, ilgili kurumlara yani önce kendi iç denetimine bildirmelerini, ardından da eğer birtakım usulsüzlük ve yolsuzluklar görüyorlarsa Kat Mülkiyeti Kanunu'nun ilgili maddesi kapsamında hakiminin müdahalesi yolunu mutlaka tercih etmelerini öneriyorum."

Gayrimenkul Hukuku Enstitüsü

Başkanı Dr. Ali Yüksel, 634 sayılı Kat Mülkiyeti Kanunu'nun 1965'te kabul edildikten sonra birçok kez değişikliğe uğradığını ancak yapılanların "yama" şeklinde kaldığını vurguladı.

Yüksel, Bakanlığın site ve tesislerdeki yönetim sistemini ele almasının çok önemli olduğunu belirterek, "Site yönetimi ve işletmesinin belli lisans alan şirketlerce işletilebilmesi, bunların kar oranlarının belli ve şeffaf olması hem malikler hem de kiracılar açısından yararlı olacak. Böylece kiracılar da almadıkları hizmetler veya sorumlu olmadıkları giderlerin ödemesinden kurtulacaklardır. Yönetim şirketlerinin doğrudan Bakanlığa ait bir veri tabanında, aldıkları kararlar, genel kurul kararları, işletme projeleri alım ve harcamalarının yer alması, bu alanda belli kalite getirecektir. Diğer taraftan hem maliklerin hem de kiracıların bu sisteme istedikleri zamanda veya en azından belli zamanlarda girebilmesi, sistemin daha şeffaf işlemlerine destek olacaktır." değerlendirmesine yaptı.

Bu alandaki belirsizliğin ve suistimallerin kanundaki yetersizlikten de kaynakladığına işaret eden Yüksel, "Mevcut halde kiracılar Kat Mülkiyeti Kanunu'nda bulunan gider, aidatlar ile kiracı ve mal sahibinin sorumluluk kurallarının da ele alınması gerektiğini söyledi.

Bu kanunlarda kiracı-mal sahibi ilişkilerini düzenleyen bir yönetmelikle belirsizliklerin giderileceğini aktaran Yüksel, "Mevcut halde her iki yasadaki açık olmayan hükümler içerdiği için taraflar mağdur olacaktır. Site yöneticiliği, Çevre ve Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığınca tanımlanmalıdır, bu alandaki Bakanlık çalışmaları çok faydalı olacaktır. Meslek standardı hazırlanmalı, yönetici şirketlerin sermayesi güçlü olmalı, site yönetimlerindeki şikayetler giderilmesi için şeffaf yazılım üzerinden yürütülmelidir. Bu yazılım sisteminin, Bakanlık üzerindeki bir yazılım aracılığıyla yürütülmesi yararlıdır." AA

Son 5 yılda KÖİ modelli otoyolları kullanan 800 bin araçtan geçiş ücreti tahsil edilemedi

KAMU-ÖZEL İşbirliği (KÖİ) modeliyle hizmete sunulan otoyollardan son 5 yılda geçiş yapan 800 bin araçtan tahsilat yapılamadı, bu geçişlerin cezasıyla birlikte toplam bedeli 1,4 milyar liraya yaklaştı. Karayolları Genel Müdürlüğüne (KGM), milletvekillerinin, TBMM Plan ve Bütçe Komisyonundaki görüşmeleri sırasında Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanunu ile Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun Teklifi'ne yönelik sorulara yazılı cevap verildi. Teklifte yer alan KÖİ modeliyle tamamlanan otoyollardan geçiş yapan yabancı plakalı araçların geçiş ücretlerinin gümrük kapılarında tahsil edilmesine yönelik hüküm kapsamındaki sorulara yanıt verildi. Buna göre, KÖİ modeliyle tamamlanarak işletilen otoyollardan ödemesiz geçiş yapan araçların plakasının yerli veya yabancı olmasına bakılmaksızın geçiş ücretlerinin takibi ve tahsilatının, görevli şirketlerin sorumluluğunda olduğu belirtildi. Görevli şirketlerin, söz konusu geçiş ücretlerinin tahsilini yapamadıkları gerekçesiyle kamu idaresinden sözleşmeleri gereğince herhangi bir talepte bulunamayacağı vurgulanarak, kamu idaresinin, ödemesiz geçiş yapan araçlar için garanti ödemesi yapmadığı bildirildi. Özel şirketler tarafından işletilen otoyolların yabancı plakalı araçlar tarafından herhangi bir ücret ödemeden kullanılabildiğine işaret edilerek, söz konusu araç sahiplerinin, bu ücretleri ödemeden ülkeyi terk edebilmelerinin, Türkiye'nin uluslararası düzeydeki prestijini olumsuz yönde etkilediği anlatıldı.

KGM'nin cevabında "Bu durum başta taşımacılık sektörü olmak üzere çeşitli sektörlerde Türk plakalı araçlar ile yabancı plakalı araçlar arasında uygulamada eşitsizlik yaratmakta ve haksız rekabetin ortaya çıkmasına neden olmaktadır." ifadesine yer verildi. Karayolları Genel Müdürlüğüne, Komisyonca milletvekillerinin "ücret tahsilatından genel bütçeye aktarılacak payın yüzde 60'tan daha fazla olması gerektiği" yönündeki değerlendirmesine ise şu yanıt verildi: "Bahse konu ihlali geçiş yapan araçların bilgilerinin kamu idaresine bildirilmesi ve kamu idaresi tarafından Gelir İdaresi Başkanlığı üzerinden gümrük noktalarına istenilen formatta bildirilmesi için görevli şirketlerin yazılım ve donanım yatırımları yapması gerekmektedir. Yapılan analizler sonucu idare hizmet payı olarak yüzde 60, görevli şirket payı olarak yüzde 40 oranlarının optimum seviyeler olduğu tespit edilmiştir."

AA

Yozgat'ta kurulacak Sera Organize Tarım Bölgesi istihdama da ekonomiye de katkı sağlayacak

TARIM ve Orman Bakanı İbrahim Yumaklı, Yerköy Jeotermal Kaynaklı Sera Organize Tarım Bölgesi'nin (OTB) en az 1500 kişilik istihdam oluşturmasının yanı sıra Türkiye ekonomisine yıllık 1,2 milyar lira katkı sağlayacağını bildirdi.

Yumaklı, yazılı açıklamasında, Türkiye'nin jeotermal kentlerinden Yozgat'ın bu potansiyelini değerlendirmek için bir süredir çalıştıklarını ifade etti.

Tarım ve Orman Bakanlığı öncülüğünde Yerköy ilçesine jeotermal kaynaklı Sera OTB kurulması için proje hazırlandığını hatırlatan Yumaklı, bölgenin kuruluş protokolünün onaylanarak tüzil kişilik kazandığını bilgisini verdi.

Sera OTB'nin 1125 dekar alanda faaliyet göstereceğini aktaran Yumaklı, burada fide, sebze ve meyve üretiminin yapılacağını, ürünlerin işlenip paketleneceğini ve depolanarak katma değer kazanacağını vurguladı.

Yumaklı, OTB'de biokütle tesisi, eğitim ve araştırma, güneş enerjisi santrali ve atık yönetim alanları gibi donatıların yer alacağını dikkati çekerek "En az 30 adet 25 dekar büyüklüğünde teknolojik serada yıllık 30 bin ton sebze ve meyve üretimi gerçekleştirilecek. Bölgede en az yüzde 75'i kadın olmak üzere 1500 kişilik istihdam sağlanacak. Projemiz tamamen faaliyete geçtiğinde ekonomiye yıllık 1,2 milyar lira katkı verecek." değerlendirmesinde bulundu.

"OTB'LERE YATIRIMLAR YAPMAYA DEVAM EDECEĞİZ"

Yozgat Yerköy Jeotermal Kaynaklı Sera OTB'de modern tarımsal üretim yöntemlerinin uygulanacağını vurgulayan Yumaklı, şunları kaydetti:

"Jeotermal enerjiyle ısıtılan seralar, yüksek kalite ve verimlilikte yazı meyve ve sebze üreten bir tarım üssü olarak hizmet verecek. Bu OTB sayesinde hem Yozgat ve çevre illerin yaş meyve ve sebze ihtiyacı karşılanacak hem de tarımsal arz güvenliği güçlendirilerek yerel ekonomiye önemli katkılar sağlanacak. Tarım ve Orman Bakanlığı olarak 'üretim ve üreticinin yüzünlüde' şehirlerimizin ve ülkemizin kalkınmasında öncü rol oynayacak OTB'lere yatırımlar yapmaya devam edeceğiz. Güçlü ülkenin güçlü tarımından geçtiği bilinciyle üreticilerimizin daima yanlarında olacağız." AA



NEDEN ORUCUMUZU “TUZ” İLE AÇMALIYIZ?

KADRIYE KÖMÜR

SOFRALARIMIZIN ayrılmaz parçası olan Tuzu, yiyeceklerde lezzet katmak için kullanırız. Ama tek mahareti de bu değildir. Hatta en önemli faydalarını bir çoğumuzun bilmediğine eminim. Özellikle ramazan ayında Peygamber Efendimiz Hz. Muhammed (s.a.v.)'in sünneti olduğu rivayet edilen tuz ile oruç açmak, tuzun bilinmeyen mucizelerine bir kez daha dikkatleri çekmesine sebep oluyor.

O zaman neden tuz ile oruç açmak bu kadar önemli bi bakalım....

Tuz, vücudun temel işlevleri için gerekli olan bir mineraldir. Tuz, kimyasal olarak sodyum ve klor elementlerinin birleşiminden oluşur. İyon formunda bulunan sodyum ve klor, vücutta birçok önemli fizyolojik işlevi yerine getirir. Vücutta bulunan tüm hücreler iç ve dış ortam arasında belirli bir denge kurarak işlevini sürdürür. Elektrolit dengesinin de sağlanmasına ve sinir iletiminin doğru bir şekilde çalışmasına yardımcı olur.

Peki Elektrolit denge ne demek? İnsan vücudunda birçok işlemin gerçekleşebilmesi için elektrolitlere ihtiyaç vardır. Elektrolitler sayesinde dokular, sinirler ve kaslar arasında etkileşim olur. Elektrolitler vücuttaki su dengesini ve kanın pH değerini düzenliyor ayrıca sinir ve kas hücrelerinin işlevleri için önem taşıyor. Bu elektrolitlerin fazla veya az olmasına elektrolit dengesizliği denir. Bireyde halsizlik çabuk yorulma, kas krampları ile açığa çıkar. Elektrolit dengesizliği vücutta çeşitli bozukluklara neden olabilir.

Buraya kadar bahsettiğimiz tuz, doğada doğal olarak bulunan ve işlenmemiş hatta el değmeden sofralarımı-

za ulaşmış olan tuzlardır. Peki marketten aldığımız o rafine yani işlenmiş tuzlar da neyin nesi?



Rafine edilmiş, işlenmiş, doğallığı bozulmuş deniz tuzu ve diğer tuzların kullanımına tamamen karşı çıkan Prof. Dr. Canan Karatay'a göre, rafine sofratuzu kullanımı vücudumuza zarar verir ve çeşitli hastalıkların gelişmesinde büyük bir payı vardır. Çünkü tuzu temizlemek amacı ile yapılan rafine işlemi, tuzun rengini beyazlatmak, akışkanlığını artırmak, topaklanmasını önlemek gibi amaçlarla, tuza kimyasal maddeler eklenmesidir. Bu işlem tuzun içerisinde bulunan doğal mineralleri yok eder ve tuzun sodyum oranının artmasına sebep olur. Ayrıca eklenen kimyasallar insan sağlığına büyük zarar veren ve çeşitli hastalıklara neden olan kimyasallardır.

Rafine sofratuzunun, vücudumuza faydadan çok zarar verdiğini söyleyen Prof. Dr. Canan Karatay'a göre, kaya tuzu, Himalaya tuzu gibi doğal tuzların kullanımı vücudumuzun sodyum ve mineral ihtiyacını karşılamak için son derece önemli.

Rafine edilmemiş, kimyasal eklenmemiş, hava ve çevre kirliliğine maruz kalmamış kristal kaya tuzu kullanımının sağlığımız için çok önemli olduğunu dile getiren Karatay, kristal kaya tuzunun sodyum oranının rafine sofratuz-

zundan %60 daha az olduğunu vurguluyor. Ayrıca farklı bölgelerde bulunan kaya tuzlarının içeriklerinin aynı olduğunu, ancak bulunduğu bölgeye göre bu içeriklerin oranlarında farklılık görülebileceğini söyleyen Prof. Dr. Canan Karatay'a göre kristal kaya tuzu kullanımı vücudumuz için son derece önemli.

Tuzun tansiyonu yükselttiğine yönelik algının da yanlış olduğunu söyleyen Karatay, rafine sofratuzunun içerisinde bulunan kimyasallardan dolayı tansiyonu yükselttiğini ancak kristal kaya tuzunun doğal ve bol minerali yapısı sayesinde tansiyonu yükseltmediğini söylüyor. Ayrıca rafine softa tuzuna yapılan iyot ilavesinin, vücudumuzun iyot ihtiyacını karşılamak için yeterli olmadığını da belirtiyor:



Himalaya Tuzu Nedir?

Himalaya tuzu son yıllarda adını sıkça duyuran bir tuz türüdür. Tıpkı kaya tuzu gibi, yüksek basınç altında kalarak kristalleşir. Neredeyse dört milyar yıl öncesinden günümüze kadar gelen bir tarihi vardır. Bu sebeple oldukça kıymetli bir besin maddesi olarak kabul edilir.

Himalaya tuzunda yaklaşık olarak 84 mineral türü vardır. Mineral açısından zengin olması da Himalaya tuzu özellikleri arasında yer almaktadır. Kimi Himalaya tuzu pembe rengini bu minerallerden almaktadır. Bu minerallerin birçoğu insan sağlığı için faydalı olacak niteliktedir. Pembe Himalaya deniz tuzunda, yüksek oranda iyot ve anti-kümeleşme maddesi yer alır. İyot her insanın alması gereken bir mineraldir. Eksikliğinde çeşitli rahatsızlıklar meydana gelecektir.

Himalaya Tuzu Faydaları

• Astım tedavisinde tercih edilecek alternatif bir ilaçtır. Ortamdaki havayı

dengeleyerek öksürük krizlerini önler.

• Tuz türü olması, yazıyı okuyanlarda "Himalaya tuzu yemeklerde kullanılır mı?" diye düşündürecek. Yemeklerde ölçülü tüketildiği takdirde, kişideki stresi yok eder. Böbreklerdeki asitlerin temizlenmesini sağlar. Vücuttaki zararlı maddeleri atarak antioksidan özelliği ile tercih edilir.

• Uyku düzenini sağlar. Himalaya tuzu lambası ile daha rahat uyku uyuyabilirsiniz. Havadaki nemi dengeler ve bulunduğu yeri arındırır.

• Himalaya tuzu metabolizmayı hızlandırır ve kilo verme sürecinizi kolaylaştırır.

• İyot eksikliği kişide guatr hastalığını meydana getirir. Himalaya tuzunun düzenli tüketiminde guatr riski de ortadan kalkacaktır. Aynı zamanda migren, kemik erimesi ve kireçlenme gibi sorunları da önleyecektir. Himalaya tuzu tiroid bezlerinin düzenli çalışmasında etkilidir.

• Mineraller insan sağlığı için oldukça gereklidir. Himalaya tuzunu duş esnasında küvetinize eklerseniz, deri yoluyla daha verimli şekilde mineral alabilirsiniz.

• Bakteri öldürür ve Himalaya tuzu burun tıkanıklığı şikayetlerinizde, sinüs yolunu açarak daha rahat nefes almanızı sağlar. Himalaya tuzu sinüzit tedavisinde doğal bir ilaç olacaktır.

• Tansiyon hastaları "Himalaya tuzu tansiyonu yükseltir mi?" diye soracaktır. Ölçülü ve az miktarda kullandığınız durumda tansiyonunuz ideal dengede kalacaktır.

• Himalaya tuzu peeling etkisi gören bir madde olduğu için Himalaya tuzu kremi ile cildinizi yenileyebilirsiniz.

Özetleyecek olursak tuz, oruç sebebiyle gün boyu aç kaldıktan sonra vücudumuzun bozulan elektrolit dengesini sağlar. Ayrıca mideyi yemeğe hazırlar, sindirimi kolaylaştırır ve tat alma duyularını canlandırır. Bu yüzden sağlık sorunu olmayanlar için orucu bir tutam tuz ile açmak oldukça faydalıdır.

Sağlıkla kalın....

YANLIŞ YANLIŞTIR!

HADİ ÖNAL



"EGEMENLİK" kayıtsız şartsız Türk milletindir." temel prensibinin tecelli ettiği TBMM'nin yetkilerinin daraltılması, kuvvetler ayrılığı ilkesinin rafa kaldırılması yanlıştır.

Ülkenin birlik ve bütünlüğünün teminatı/temsilcisi olan Cumhurbaşkanının bir siyasi partinin genel başkanı olması yanlıştır.

Dünyada eşi benzeri olmayan bir ucube sistemle devletin yönetilmesi, devletin bütün kurum ve kuruluşlarının iktidar olan siyasi partinin ve o partinin genel başkanının emrine verilmesi yanlıştır.

"Yahu gidişat hoş değil, Türkiye uçuruma gidiyor; dış borcumuz 526 milyar doları aştı. Sız hâlâ israf peşindeyiz, tedbir alın!", diyenlere ters bakılması yanlıştır.

"Uygulanan ekonomi politikaları yanlıştır.

"Bakın, yandaşlarınızın dışında kalan milyonlarca vatandaş açık sınırının altında hayatta kalma mücadelesi veriyor." Sözlerinin kulak ardı edilmesi yanlıştır.

"Son yılların en büyük işsizliğini yaşıyoruz. İşsizlik oranı nerede ise %20'lerde, genç işsizlerde bu oran daha fazla" denildiği zaman; çare olarak TÜİK başkanı ve yönetimini değiştirmek rakamları istenilen oranda değiştirecek kişileri bu makama atama yanlıştır.

"Çok değil 25, 30 yıl önce tarımda kendine yetebilen bir ülke iken bugün arpayı, buğdayı, eti, samanı, soğanı dışarıdan ithal eder duruma düşmüşsek uyguladığımız tarım politikalarımız yanlış. Tarım girdileri; mazot, gübre, tohum, ilaç, nakliye, ambalaj fiyatları beşe, on beşe katlandı; çiftçi, ayakta kalmak için zorlu bir mücadele veriyor. Tarım arazilerimiz küçüldü", denildiğinde. Uygulanan yanlış tarım politikalarını gözden geçirmek ve iyileştirmek yerine Tarım ve Orman Bakanı İbrahim Yumaklı'nın: "Türkiye'nin geçen yıl elde edilen 68,5 milyar dolarlık tarımsal hasılla Avrupa'da birinci olduğunu, dünyada da ilk 10 ülke arasında yer aldığını bildirdi. Çiftçi üretiyor; tarım sektörü rekorlar kırıyor." diyor ve milleti avutmaya çalışıyorsa bu yanlıştır.

2002'den bu yana 9 bakanın değiştirildiği (Erkan Mumcu, Hüseyin Çelik, Nimet Çubukçu, Ömer Dinçer, Nabi Avcı İsmet Yılmaz, Ziya Selçuk, Mahmut Özer, Yusuf Tekin) Gelen her bakanın da yeni bir sistem denemesi, çocuklarımızı deneme tahtası yapılması yanlıştır.

Dinin siyasete alet edilmesi yanlıştır. Allah'la aldatmaya çalışma, her konuda İslam'ı ikbal ve çıkar için kullanmak yanlıştır.

Yanlışla yanlış deme suçunu işleme bahtsızlığına düşen gazetecileri hapse atmak yanlıştır. Ülkemizin basın özgürlüğü endeksinde 180 ülke arasında 158'inci olması, hükümlü ve tutuklu gazeteci sayısının bir hayli fazla olması yanlıştır.

Dün, FETÖ ile kol kola girilmesi; başta Türk Silahlı Kuvvetleri olmak üzere devlete ait kurum ve kuruluşların FETÖ'ye taşeronuna teslim edilmesi yanlıştır. Dün, teröristlerle pazarlık yapılmaz feryatlarına kulak tıkayıp "açılım" hezeyanı yanlıştır. Bugün yine teröristlerle pazarlığa oturmak yanlıştır. Bugün yine aynı hatayı sürdürmek yanlıştır.

Sağlıklı ve kalıcı bir dış politika yerine ABD'nin BOP değirmenine su taşınması yanlıştır.

Ülke insanlarının refah payının, buyur edilen Suriyelilere verilmesi yanlıştır.

Liyakat ve ehliyet yerine adam kayırma ilkesizliği yanlıştır.

Talanın, yağmanın başını alıp gitmesi; rüşvetin sıradanlaşması alanın ve verenin kayırılıp korunması yanlıştır.

Vatandaşın devlet tarafından kaymeti; iktidar partisine yakınlığı ile ölçülür hale gelmesi, getirilmesi yanlıştır.

Devlet yetkilileri tarafından vatandaşların ayırtırmaya, hor görmeye, ötelemeye, ötekileştirmeye hatta hakarete tabii tutulması yanlıştır.

Demokrasinin, rantı açılan kapı olarak görülmesi, demokrasinin "Yemokrasi" haline dönüştürülmesi yanlıştır.

İftira, çamur atmak, bel atı vurmak; komplo, şantaj ve kumpasın sıradan işler haline getirilmesi, yalana altın çağının yasatılması yanlıştır.

Türkçemizin siyasiler tarafından küfür dili haline getirilerek çirkinleştirilmesi yanlıştır.

Yanlış savunacak kadar kör; doğruları inkâr edecek kadar nankör olmak yanlıştır.

Yanlış yanlıştır. Yanlışla doğru demek veya doğru göstermek en basit ifade ile ahlaki yoksunluktur.

Şimdi bana, iyi de siz kimsiniz de bizim süren sürdürülen politikaları yanlış buluyorsunuz, diye soranlar olacak. Biz kim miyiz? Biz, belirli bir süreliğine size; ülkemizi doğrularla buluşturun, doğrularla yönetin diye yetki veren Türk vatandaşlarıyız. İktidarımıza kulak tıkar, yanlışlarınıza devam ederseniz; yeri ve zamanı gelince bu yetkiyi elinizden almasını da biliriz, bilesiniz!

Spiritüalizm, medyumluk, falcılığa Maliye'den sıkı takip!

HAZİNE ve Maliye Bakanlığı, fal, astroloji, spiritüalizm, medyumluk ve yıldız haritası gibi birçok alanda hizmet veren ancak gelirlerini beyan etmeyenleri mercak altına aldı. Edinilen bilgilere göre Bakanlık, son dönemlerde fal, astroloji, spiritüalizm, medyumluk, hacamat-sülük tedavisi, yıldız haritası, büyü, meditasyon, numeroloji, vefk, reiki gibi birçok alanda hizmet verenlerin çoğalmasından dolayı bu konuya çevirdi. Bakanlık, fal ve astroloji danışmanlığı verenler ile spiritüalistlerin elde ettiği gelir kaynaklarını araştırmak için sektördeki iş modellerini yapay zeka ile analiz etti. Bu gelirlerin anlaşılması için dijital izler, internet siteleri, sosyal medya etkileşimleri, çevrim içi ödeme sistemleri ve diğer veriler incelendi. Yüz yüze seanslar, telefon ve mesaj yanında WhatsApp ve Telegram grupları üzerinden astrolojik öngörü, özel spiritüalist bilgi paylaşımları, kişiyi özel doğum haritası, tarot raporları gibi hizmetler verildiği görüldü. YouTube ve TikTok üzerinden etkileşimli canlı yayınlarla, Facebook ve Instagram üzerinden yapılan paylaşımlarla takipçi sayılarının artırdığı belirlendi.(AA)

Meclis'te yeni haftada gündem yoğun olacak

Emeklinin bayram ikramiyesini 3 bin liradan 4 bin liraya yükseltecek kanun teklifi, yeni haftada Meclis Genel Kurulu'nda görüşülecek. Teklif yeni haftada Genel Kurul'dan geçerse ödemelerin 24-28 Mart tarihleri arasında yapılması bekleniyor

TÜRKİYE Büyük Millet Meclisi (TBMM) yeni haftada, emekli ikramiyesi için mesai yapacak. Mevcutta 3 bin lira olan bayram ikramiyesini 4 bin liraya çıkaracak teklif, yarın Genel Kurul'da görüşülecek. Emekli bayram ikramiyesi kapsamında 15,5 milyon kişiye ödeme yapılacak. Bayram ikramiyesindeki bin liralık artışın, 2025 yılı bütçesine 28,4 milyar lira ilave maliyet oluşturacağı hesaplanıyor.

Genel Kurul'da teklifin kabul edilmesi ile birlikte ikramiye ödemelerinin 24 Mart Pazartesi ile 28 Mart Cuma tarihleri arasında yapılması bekleniyor. Teklif, Karayolları Taşıma Kanunu'nda değişiklik de öngörüyor. Buna göre, bisletisiz yolcu taşıyanlar ile sözleşmesiz taşımacılık yapanlara 85 bin liraya kadar, yetki belgesi almadan acente ve taşıma işleri komisyonculuğu yapanlara da 250 bin liraya kadar idari para cezası uygulanacak.

Teklifle, doğum yardımları da ar-



tacak. 1 Ocak 2025 ve sonrasında doğan çocukları için başvuru yapanlara, tek seferlik veya çocuk 5 yaşını tamamlayana kadar aylık olarak doğum yardımı yapılacak. Her bir çocuk için yapılacak yardım miktarı Cumhurbaşkanınca belirlenecek.

Meclis'te yeni haftada komisyonların da gündemi yoğun olacak. Kartalkaya'da

Otel Yangınına Araştırma Komisyonu, Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı yetkilileri ile akademisyenleri dinleyecek. Yapay Zeka Araştırma Komisyonu'na ise, Hazine ve Maliye Bakanlığı yetkilileri bilgi verecek. Yarın ve çarşamba günleri Meclis'te grubu bulunan siyasi partilerin grup toplantıları da yapılacak. (AA)

Dijital platformlara soruşturma

REKABET Kurulu, film, dizi gibi içeriklere yönelik abonelik temelli işteğe bağlı video hizmeti sunan Netflix, Disney+, Exxen, BluTV, Amazon ve Gain hakkında soruşturma açtı. Rekabet Kurumunun internet sitesinde yayımlanan açıklamada, söz konusu teşebbüslere yönelik ön araştırmanın karara bağlandığı bildirildi. Bu teşebbüslerin Rekabetin Korunması Hakkında Kanun'u ihlal ettiği iddiasına yönelik ön araştırma yürütüldüğü aktarılan açıklamada, kurulun, elde edilen bilgi ve belgelerle yapılan tespitleri ciddi ve yeterli bulduğu belirtildi. Açıklamada, Netflix Inc., Los Gatos Turkey Yayın Hizmetleri A.Ş., Los Gatos Turkey Medya Eğlence Ltd. Şti. ve Los Gatos Turkey Yönetim Destek

Hizmetleri Ltd. Şti. teşebbüslerinden oluşan ekonomik bütünlük (Netflix), The Walt Disney Company Medya Eğlence ve Ticaret Ltd. Şti. ve Disney XD Televizyon Yayıncılık A.Ş. teşebbüslerinden oluşan ekonomik bütünlük (Disney+), Exxen Dijital Yayıncılık A.Ş. (Exxen), BluTV İletişim ve Dijital Yayın Hizmetleri A.Ş. (BluTV), Amazon.com Sales, Inc, Amazon.com Services LLC, Amazon Seller Services Private Limited, Amazon Digital UK Limited, Amazon Turkey Perakende Hizmetleri Ltd. Şti ve Amazon Turkey Video Dijital Yayıncılık A.Ş. teşebbüslerinden oluşan ekonomik bütünlük (Amazon) ile Gain Medya A.Ş. (Gain) hakkında soruşturma açılmasının kararlaştırıldığı ifade edildi.

Soruşturma kapsamında yürütülecek incelemeyle ilişkin bilgi verilen açıklamada, şunlar kaydedildi:

"Açılan soruşturma kapsamında, Netflix'in, içeriklere yönelik lisans anlaşmaları kapsamında yapımcı/dağıtıcılar/telif hakkı sahipleri ve yetenek kadrosuna dahil kişilere yönelik münhasırlık koşulları ileri sürerek, Türkiye'de faaliyet gösteren yapımcılar veya orijinal içeriklerde yer alan oyuncu gibi yetenek kadrosuna dahil kişilerin arasında ayrımcılık yapmak, platformda kendi orijinal yapımlarını bağımsız yapımcıların yapımları aleyhine kayırmak gibi davranışlar aracılığıyla hakim durumun kötüye kullanılması kapsamında kanunu ihlal edip etmediği araştırılacak." (AA)

17 MART 2025 PAZARTESİ

İstiklal

YIL: 52 SAYI: 18418

İmtiyaz Sahibi: İSTİKLAL MEDYA
YAYINCILIK A.Ş. adına Seçkin ŞENGÜR

Genel Yayın Yönetmeni:
Hüseyin Arif ÇAKMAK

Sorumlu Yazı İşleri
Müdürü: ABDULMUTTALIP
BAYRAM

Tüzel Kişi
Temsilcisi:
Şeyma ÇAKMAK

Haber Müdürü: Elif ŞİPKA

Muhabir:
Ali BALTAÇI
Mehmet KIZMAZ
Serkan ÖZTÜRK
Arzu ERDOĞRAL

Sayfa Sekreteri:
Mustafa BODUR
Bilal İŞGÖREN
Hüsnü BULUT
Gülşay ADIGÜZEL

Yazar: Merve DERNEK - Ahmet KINA

ADRES: Seyitnizam Mah. Seyitnizam Cad. Ak Evler
NO: 51/2 İç Kapı NO: 44 Zeytinburnu/İstanbul

TEL: 0212 574 06 04

facebook.com/gazeteistiklal twitter.com/gazeteistiklal
e-posta: iletisim@istiklal.com.tr

BASKI: Adakoğlu Baskı TesiSLeri SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
İ.O.S.B. Süleyman Demirel Bulvarı Heskop San. Sit.
S1 Blok No:1 BAŞAKŞEHİR/İSTANBUL

Dağıtım: TÜRKÜVAZ DAĞITIM A.Ş.

Ulusal Elektronik Tebligat Sistemi Adresi: 25939-81507-60748

Yayın Türü:

Yerel Süreli Yayın

Sözleşmesiz yazar, muhabir ve temsilcilere ödeme yapılmaz.



Nükleer Bir Savaşın Sonucu Ne Olur

ALİ DUTAL

DONALD Trump ABD Başkanı ol-
duktan sonraki tüm söylem ve eylem-
leri dünyada endişeye yol açmakla
birlikte bazı uzmanlara göre dünya-
daki savaşları yok etmeye çalışan bir
lider olarak değerlendirilmektedir.

Son iki ayda ABD Başkanı Donald
Trump uluslararası ilişkilerde hem ba-
rış yanlısı hem de sert tutumlar sergi-
leyen açıklamalar yapmıştır.

**Özellikle, Gazze ile ilgili söylem-
leri ve İsrail'e olan her türlü deste-
ği barış değerlendirmelerinin sa-
mimi olmadığını en net biçimde or-
taya koymaktadır.**

ABD ve Rusya arasındaki Rusya-
Ukrayna savaşının sona erdirilmesine
yönelik atılan adımlar ve yakınlaşma,
nükleer savaş riskinin azaltılması açı-
sından önemli bir gelişme olarak gö-
rülebilir.

Ancak, Donald Trump ile Rusya
Devlet Başkanı Vladimir Putin arasın-
daki ilişkiler bazılarında göre barışa yö-
nelik olumlu adımlar olarak değeri-
lendirile de, genel yaklaşımlar her iki li-
dere de güven duyulmadığı yönünde-
dir. Bu güvensizlik nükleer bir savaş
tehlikesini sürekli gündemde tutmak-
tadır.

Nükleer savaş ihtimali düşük

**bir ihtimal olsa bile ihtimal dahi-
linde değil mi?**

Tarihe baktığımız zaman büyük
savaşların akıl, vicdan ve merhamet-
ten uzak bir nevi deli liderlerden çıktı-
ğını biliyoruz.

**Günümüzde böyle liderler yok
diyebilir miyiz?**

Bir nükleer savaş olasılığını göz
önünde bulundurarak nükleer savaş
sonucunda neler yaşanabileceği ile il-
gili araştırmalarımı paylaşmak istiyor-
rum.

1. Kısa Vadeli Sonuçlar
Kitlesele Ölüm: Büyük şehirler-
de milyonlarca insanın yanında yüksek
ısı, patlama dalgası ve radyasyon ne-
deniyle hayatını kaybeder.

Altyapının Çökmesi: Elektrik, su,
ulaşım ve iletişim sistemleri çöker.

Radyasyon Yayılımı: Nükleer ser-
pinti, geniş alanlara yayılır ve ölümcül
sağlık sorunlarına yol açar.

Kaos ve Göç: Hayatta kalanlar gü-
venli bölgelere kaçmaya çalışır, suç
oranları artar, devlet düzeni zayıflar.

2. Orta Vadeli Sonuçlar
Radyasyon Hastalıkları: Kanser,
genetik mutasyonlar, başgıçlık siste-
minin zayıflaması gibi etkiler artar.

Gıda Krizi: Tarım alanları ve su

kaynakları radyasyonla kirlenir, katlık
yaşanır.

Ekonomik Çöküş: Küresel ticaret
durma noktasına gelir, finans sistem-
leri çöker.

Sosyal ve Politik Karışıklık: Ha-
yatta kalan hükümetler, kaynaklar için
çatışmalara girebilir.

3. Uzun Vadeli Sonuçlar
Nükleer Kış: Büyük çaplı savaşta
atmosfere yükselen toz ve duman, gü-
neş ışığını engelleyerek küresel sıcak-
lıkların düşmesine neden olabilir. Bu,
tarımı yok edip büyük bir ekolojik çö-
küşe yol açar.

Kalıcı Radyasyon Etkileri: Bazı
bölgeler yüzyıllarca yaşanamaz hale
gelir.

Medeniyetin Çöküşü: Eğer savaş
küresel çapta olursa, insanlık tescak-
lıkların düşmesine neden olabilir. Bu,
tarımı yok edip büyük bir ekolojik çö-
küşe yol açar.

**Nükleer savaş, insanlık için yok
oluş anlamına gelmezse bile dünya
düzenini tamamen değiştirecek ve
milyarlarca insanın ölümüne ne-
den olacak büyük bir felakettir.**

Hayatta kalanlar için dünya yaşan-
ması zor bir yer olacak. Nükleer sava-
şın ardından geriye kalan toplumlar
temel ihtiyaçlara ulaşmakta büyük
zorluk çekecek.

**Medeniyetin temel taşları olan
elektrik, temiz su, gıda üretimi ve
sağlık hizmetleri büyük ölçüde yok
olacağından insanlar ilkel şartlar-
da hayatta kalmaya çalışacak.**

Nükleer savaşın sonuçlarının ne
büyük felaketlere yol açacağına azda
olsa açıklamaya çalıştım. İsteyen kü-
çük bir araştırmayla daha fazlasına

ulaşabilir; ancak, bunlar bile felaketin
büyüklüğünü ortaya koymak için ye-
terde artar!

**Gelelim esas vermek istedi-
ğim mesajıma:**

Nükleer savaşın bırakalım orta ve
uzun vade etkilerini kısa vade de mil-
yarlarca insanın ölebileceğinin düşün-
cesi bile felaketin büyüklüğünü ortaya
koymaktadır.

**Ben size, nükleer savaş felaketi-
nin felaket bile olmadığı bir felake-
ti söyleyeyim mi?**

Nükleer savaşta insan bir kere ya-
nar ve ölür bu felaketten bir daha ha-
beri bile olmaz; oysa ki, size açıklaya-
cağım felaket insanın ebedi yanması-
na yol açar!

**Bu felaketin ne olduğunu oku-
yucularımıza sormuş olsaydım inanı-
yorum ki, çoğunun hiç düşünme-
den bir çırpıda cevabını vereceğini
biliyorum.**

Yine de cevabını vereyim:

**Dünya hayatında bir insanın ba-
şına gelebilecek en büyük felaket;
İMANISIZ olarak, yani MÜSLÜMAN
olmadan bu dünyadan öbür dünya-
ya gitmesidir.**

Nükleer savaş önleme ve bu sava-
şın felaketinden kurtulma imkanımız
olmayabilir; ancak, kendimizi en bü-
yük felaket olan İMANISIZLIKTAN,
iman ederek kurtarabiliriz.

**Nükleer savaşlar olsa da olmasa
da; her şeyin hiçbir şey olacağı ge-
lip geçici bu dünyadan, her şeyin
gerçek ve ebedi olduğu öbür dün-
yaya Müslüman olarak gitmenin
çabası içinde olalım.**

Gerişi hikaye ve boş!

ABD'NİN YEMEN'E AÇTIĞI SAVAŞA HUSİLER, İRAN VE HAMAS'TAN TEPKİ Husiler geri adım atmadı

ABD, Yemen'e savaş ilan etti. 'Ölümcül bir güç' kullanmakla tehdit eden Trump, Husilerin saldırı-
ra son vermesini istedi. ABD ve İngiltere'nin Yemen'e düzenlediği saldırıların 'tam teşekküllü bir
savaş suçu' olduğunu açıklayan Husiler, Gazze'ye destek vermeye devam edeceklerini duyurdu

ABD Başkanı Donald Trump, orduya
Yemen'e saldırı emri verdiğini resmen
duyurdu. ABD ve İngiltere'nin başkent
Sana'ya saldırılarında 31 kişi öldürüldü.
Trump'ın tehditlerine karşı Husiler, İran
ve Hamas'tan tepki gecikmedi. Husiler
ve İran; ABD'nin, İsrail'in Filistinlilere
uyguladığı soykırımları sorumlu oldu-
ğunu açıklarken Hamas, saldırıyı ulus-
lararası hukukun açık ihlali olarak de-
ğerlendirdi. Saldırının ardından Husile-

rin siyasi bürosu şu açıklamayı yaptı:
"Bu saldırganlık, Yemen'i Filistin'e ve
Gazze'ye destek görevini yerine getir-
mekten alıkoymayacak. Saldırıları yanı-
sız kalmayacak. Yemen'deki silahlı kuv-
vetlerimiz saldırılara karşılık vermeye
hazır. Sivillere yönelik saldırılar, ABD'nin
kendisine karşı olan ülkelere ve halklara
yönelik terörizminin ek bir kanıtı. Ame-
rikan ve İngiliz saldırganlığı, ABD'nin Si-
yonist ülke adına savaştığını ve sava-

maya devam ettiğini doğruluyor."

İRAN: YEMEN HALKINI ÖLDÜRMEKTEN VAZGEÇİN

İran ise, "ABD hükümetinin İran dış
politikasını dikte etme yetkisi veya
görevi yoktur. O dönem 1979'da sona
erdi. Biden geçen yıl, benzeri görülme-
miş şekilde 23 milyar doları soykırım-
cı rejime (İsrail) vermesi için kandırıl-
dı. 60 binden fazla Filistinli öldürüldü
ve dünya tamamen ABD'yi sorumlu
tutuyor." tepkisini gösterdi. Dışişleri
Bakanı Abbas Erahçı, ABD'ye, "İsrail
soykırımına ve terörizmine desteği
sonlandırın. Yemen halkını öldürmek-
ten vazgeçin." çağrısını yaptı.

HAMAS: ULUSLARARASI HUKUKUN AÇIKÇA İHLALİ

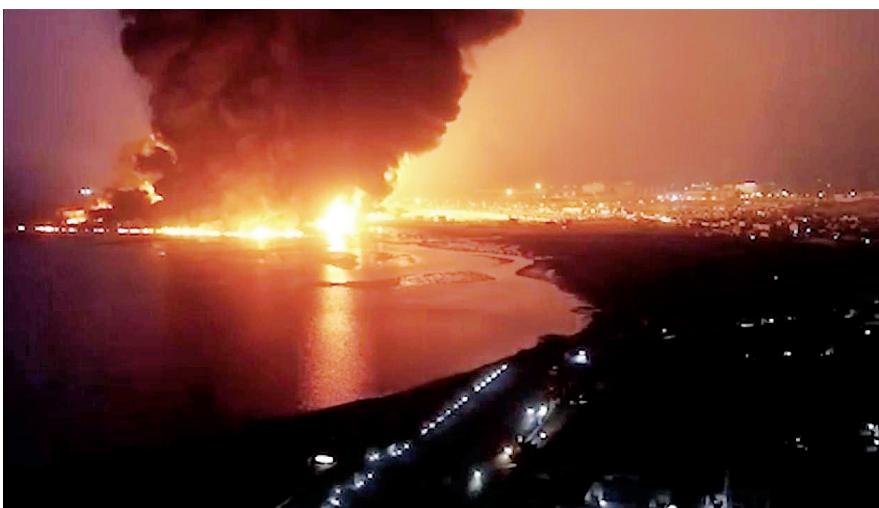
Saldırıları kınayan bir diğer grup ise
Hamas oldu. Hamas, "ABD ve İngilte-
re'nin Yemen'in başkenti Sana'da bir
yerleşim bölgesini hedef alan hava sal-
dırısı en güçlü şekilde kınıyoruz ve
bunu kardeş Yemen'in egemenliğine ve
istikrarına saldırmak suretiyle uluslar-

arası hukukun açık bir ihlali olarak de-
ğerlendiriyoruz." mesajını paylaştı.

31 KİŞİ ÖLDÜRÜLDÜ

Husilerin Sözcüsü Enis el-Asbahi,
yaptığı yazılı açıklamada, başkent
Sana ile Sada kentlerine düzenlenen
hava saldırılarında çoğu kadın ve ço-
cuk olmak üzere 31 kişinin öldüğünü,
101 kişinin de yaralandığını belirtti.
Asbahi, arama kurtarma çalışmaları-
nın devam ettiğini kaydetti.

NE OLMUŞTU?: Filistinli grupların
Akse Tufanı Operasyonu adıyla İsrail'e
gerçekleştirdiği saldırının ardından 8
Ekim'de İsrail Gazze'ye 2 yıl süren bir
saldırı başlatmıştı. Yemen'deki Husiler
ise İsrail'e misilleme olarak Aden Kör-
fezi'nde ticaret gemilerinin geçişini
sekteye uğratan saldırılar ile İsrail'e ve
İsrail müttefiklerine ait gemileri hedef
almıştı. Husilerin saldırıları sürüyordu.
Husiler 7 Mart'ta İsrail'e, Gazze'ye yar-
dımların girişine izin vermesi için 4
gün süre verdiğini, aksi takdirde deniz
operasyonlarını yeniden başlatacağını
belirtmişti. (AJANSLAR)



ABD'yi fırtına vurdu: 33 ölü

ABD'NİN ortabatı ve güney eyaletlerin-
de etkili olan şiddetli fırtınalar, büyük yıka-
ma yol açtı. Yetkililerin yaptığı son açıklama-
lara göre, hayatını kaybedenlerin sayısı 33'e
yükseldi. Fırtına ve kasırgalar nedeniyle bin-
lerce kişi evsiz kaldı, altyapı zarar gördü ve
acil durum ekipleri bölgelerde çalışmalarını
sürdürüyor. Fırtınaların en çok etkilediği
eyaletler arasında Missouri, Kansas, Missis-
sippi, Oklahoma, Texas ve Alabama bulun-
yor. Eyalet yetkilileri, Missouri'de 12, Kan-
sas'ta 8, Mississippi'de 6, Arkansas ve Te-
xas'ta 3'er, Oklahoma'da ise 1 kişinin hayatı-
nı kaybettiğini açıkladı. Yetkililer, en az 29
kişinin yaralandığını ve bazılarının durum-
unun ağır olduğunu belirtti. Hastanelere kal-
dırılan yaralıları için bölgedeki sağlık ekipleri
seferber olurken, fırtınadan etkilenen bölgel-
erde elektrik kesintileri ve altyapı hasarları
nedeniyle büyük sıkıntılar yaşanıyor.

Şiddetli fırtına ve kasırga, özellikle Mis-
sissippi ve Alabama eyaletlerinde büyük yı-
kım neden oldu. Çatılar uçtu, ağaçlar dev-
rildi ve birçok bina ağır hasar aldı. Fırtına
nedeniyle: Binlerce ev iş yerleri kullanıla-
maz hale geldi. Elektrik hatlarında büyük
çaplı kesintiler yaşandı. Yollar kapanırken,
bazı bölgelerde su baskınları meydana geldi.
Acil yardım ekipleri, mahsur kalanları kur-
tarmak için çalışmalarını sürdürüyor. (AA)

Ukrayna'da operasyonel aşamaya geçiliyor

İNGİLTERE Başbakanı Keir Star-
mer, 15 Mart Cumartesi günü 29
dünya lideriyle gerçekleştirdiği sanal
toplantının ardından, Ukrayna'da
olası bir ateşkesi korumak için hazırlan-
an askeri planların "operasyonel
aşamaya" doğru ilerlediğini duyurdu.
Starmer, bu ülkelerin ordularının yö-
neticilerinin de Perşembe günü İngilte-
re'de bir araya gelerek "Ukray-
na'nın gelecekteki güvenliğini güven-
ceye alacak güçlü ve dirençli planlar
hazırlayacağımı" belirtti.

ZELENSKİY: RUSYA'YA BASKI YAPILMASI ŞART

Ukrayna, bu hafta ABD ile yapılan
görüşmelerin ardından 30 günlük bir
ateşkes planı üzerinde uzlaştıklarını
açıklamıştı. Rusya Devlet Başkanı Vla-
dimir Putin de ateşkes fikrini destek-
lediğini ancak bazı koşullar öne sür-
düğünü ifade etmişti. Toplantıya katı-
lan Ukrayna lideri Volodimir Zele-
nskiy, "Sadece konuşmak yetmiyor, aktif
baskı da şart" diyerek, "Barışa giden

yol kayıtsız şartsız başlamalı. Rusya
bunu reddederse, kabul edene kadar
güçlü bir baskı uygulanmalı. Rusya'nın
anladığı tek bir dil var" şeklinde ko-
nuştı. Zelenskiy, Avrupa ülkelerinin
kendi silahlarını üretmesi gerektiğini
vurgulayarak, liderleri ABD yöneticile-
ri ve Başkan Donald Trump'la görüşe-
rek "Rusya'yı kapsamlı yaptırımlar ve
güçlü bir baskıyla barışa zorlama" ko-
nusunda ikna etmeye çağırıyor.

'EYLEMLERE İHTİYAÇ VAR'

Başbakan Starmer, toplantının
ardından yaptığı açıklamada, "Dün-
yanın boş sözlerle değil eylemlere ih-
tiyacı var" dedi. Starmer, "Kremlin'in
Ukrayna'ya saldırmaya devam etme-
si ve ateşkes teklifini yamtsız bırak-
ması, Putin'in barış istediğine dair
sözlerine ters düşüyor: Putin derhal
ve koşulsuz bir ateşkesi kabul etmez-
se onu müzakere masasına getirmek
için baskıyı artırmamız gerek. Bunun
için Ukrayna'ya askeri desteğimizi ve
Rusya'ya yaptırımlarımızı artıracı-

ğız" ifadelerini kullandı.

PUTİN: ATEŞKESİN DENETİMİNİ KİM YAPACAK

Rusya Devlet Başkanı Vladimir
Putin, 13 Mart'taki açıklamasında
ateşkes fikrini desteklediğini ancak
detaylar hakkında sorular yönelttiği-
ni belirtti. Putin, "Ukrayna'nın silah-
lanmasına izin verilecek mi? Ateşke-
sin denetimini kim yapacak?" gibi so-
rularla koşullar öne sürdü. Toplantı-
ya NATO, AB, yaklaşık 20 Avrupa ül-
kesi, Kanada, Avustralya ve Yeni Ze-
landa katıldı. Başbakan Starmer, bu
ay Londra'da düzenlenen bir top lan-
tıda, ateşkesin ardından Ukrayna-
Rusya sınırında görev alacak bir "gö-
nümlüler koalisyonu" kurulmasını
önermişti. Toplantıya Türkiye de ka-
tıldı. Zelenskiy, Londra'daki toplantı-
nın ardından düzenlenen basın top-
lantısında, ateşkesin ardından saha-
da diğer ülkelerin askerlerine ihtiyaç
olacağını ancak bazı ülkelerin bu fik-
re karşı çıktığını söylemişti. (AA)

Kuzey Makedonya'da gece kulübünde yangın: 59 ölü

KUZEY Makedonya'nın Koçana şehrinde
binden fazla kişinin bulunduğu bir gece kulü-
bünde yangın çıktı. Facianın kulüpte düzenle-
nen bir konser sırasında kullanılan alevli ışık
ekipmanları nedeniyle meydana geldiği tah-
min ediliyor. Yangın kısa sürede büyüyerek ku-
lübün tavanına ve çatısına sıçradı.

YANGIN SONRASI İZDİHAM ÇIKTI

Yangında en az 59 kişinin hayatını kaybet-
tiği, 100'den fazla kişinin yaralandığı aktarıldı.
Hayatını kaybeden çoğu kişinin çıkan izdiham
sırasında ezilerek öldüğü tahmin ediliyor. Sav-
cılıktan yapılan açıklamada, can kaybının art-
acağı vurgulanarak, "Yangında ölen ve yarala-
nanların sayısı belirlenmeye çalışılıyor" denil-
di. İçişleri Bakanlığı, etkinliğin organizasyo-
nuyla herhangi bir bağlantısı olan tüm kişileri
gözetaltına aldı. Yangınla bağlantılı olduğu iddia
edilen 4 kişi hakkında tutuklama emri çıkartıl-
dığı açıklandı. Üsküp'te bulunan gazeteci Eran
Hasip, NTV yayınına katılarak faciaya ilişkin
son ayrıntıları anlattı. Hasip şunları söyledi:

"Yayına bağlanmadan önce en son aldığım
bilgi 59 kişi öldü, yüzlerce yaralı. Bu sayıların
artacağı yönünde bilgiler ulaşıyor. 1500 kişi-
nin katıldığı bir konserde yangın çıktı. İddiala-
ra göre yangın, sahne önünde şarkı söylediği
anda kullanılan meşalelerden çıktı. Meşaleler
bir anda yangına neden oluyor, çatının yanma-
sı sonucu izdiham oluşuyor. Ve 1500 kişi me-
kandan çıkmaya çalışırken birbirini eziyor.
Tabi ki zehirlenenler de var ama dediğim gibi;
şu andaki bilgiler 59 ölü olduğu yönünde ve
yüzden fazla yaralı olduğu söyleniyor. Make-
donya'nın en ünlü gruplarından bir tanesinin
konseriydi. Makedonya'nın her yerinden kon-
serte katılım oldu. Şu an Makedonlar çocukları-
nı arıyorlar, bazı bilgilere göre 18 yaşın altında
kişiler de olduğu söyleniyor. Ölü sayısının art-
ması bekleniyor." (AJANSLAR)



Canbolat: Suriye'nin bölünmesi için kullanılmayın artık

LÜBNANLI Dürzi lider Velid Canbolat, Su-
riye'deki Dürzilere "Suriye'nin bölünmesi için
bazılarının takoz olarak kullanılmasından
sakının" uyarısı yaptı. Cebel-i Lübnan bölge-
sinde Dürzilerin yoğun yaşadığı Muhtara'da
İlerlemeci Sosyalist Partisi, Velid Canbolat'ın
babası Kemal Canbolat'ın ölümünün 48. yılı
dolayısıyla anma töreni düzenledi.

Eski İlerlemeci Sosyalist Partisi Başkanı
Canbolat, törendeki konuşmasında 48 yıldan
beri 16 Mart tarihlerinde Kemal Canbolat'ı
mezarı başında anarak mücadelelerini sürdü-
rüklerini söyledi. Masum insanların Muhtara
bölgesi ve dışında haksız ve haince saldırılara
maruz kaldığını dile getiren Canbolat, sözleri-
ni şöyle sürdürdü: "Uzun bir aradan sonra Su-
riye'ye güneş doğdu, özgürlük güneşi doğdu.
Despot ve baskıcı rejimin 54 yıl sonra düşme-
siyle Suriye halkı özgürlüğüne kavuştu. Suri-
ye'deki Ahmed Şara liderliğindeki yeni yöne-
tim de Kemal Canbolat'ın suikastı sorumlusu
(eski Hava İstihbarat Şefi Tümgeneral) İbra-
him Huveyce'yi yakaladı. Bu kara günde kendi
adıma ve ailem adıma, geleneksel hale gelen
anma törenlerine son veriyoruz, çünkü her ne
kadar uzun sürdüyse de adalet yerini buldu."

İlerlemeci Sosyalist Partisi olarak Lübnan'ın
birliğinden yana tutumlarını vurgula-
yan Canbolat, Lübnan'ın "Arap kimliğine bağlı
kalmayı" çağrısında bulundu. Güneydeki İsrail
işgalinin tamamen sona ermesi ve iki ülke ara-
sındaki sınırların da uluslararası kararlar doğ-
rultusunda belirlenmesini talep eden Canbolat,
Lübnan ile Suriye arasındaki ilişkilerin de
yeni kuralları üzerinde inşa edilmesini ve hem
deniz hem de kara sınırlarının belirlenmesi
gerektiğini ifade etti. Suriye'de bir asır önce
Fransız sömürgesine karşı direnen Dürzi lider
Sultan el-Atraş'ı hatırlatan Canbolat, Suri-
ye'deki Dürzilere hitaben şunları kaydetti:
"Sultan Atraş'ın 100. yılında Arap kimliğinizi
koruyun. Suriye'nin Golan topraklarına karşı
işgal, sömürge ve manda yönetimine karşı Su-
riyeli ve Arap vatandaşlarla olan ortak tarihi
mücadelenizi koruyun. İslami mirasınızı koru-
yun, Siyonist sızmalara karşı dikkatli olun ve
Suriye'nin bölünmesi için bazılarının takoz
olarak kullanılmasından sakının. Fikri, müca-
deleci ve siyasi tarihinize sahip çıkın."

Bazı Dürzilerin İsrail'e gitmelerine de tepki
gösteren Canbolat, "Dini ve dini olmayan ziya-
ret de Filistin ve Golan topraklarındaki işgali
ortadan kaldırmış olmayacak" dedi. İsrail bası-
nı, Suriye'deki Dürzi topluluğundan yaklaşık
100 kişilik bir grubun İsrail'e geçtiğini ve bu-
nun 52 yıl aradan sonra gerçekleşen ilk ziyaret
olduğunu duyurmuştu. (AA)

Geleceğin aşçıları okullarının mutfağında hem pratik yapıyor hem de kazanç sağlıyorlar

ORDU'DA, yiyecek ve içecek hizmetleri alanında öğrenim gören lise öğrencileri, okul mutfağındaki yemeklerin hazırlanmasına katkı sağlayıp gelir elde ediyor.

Fatsa Kız Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Yiyecek İçecek Hizmetleri Alanı'nda öğrenim gören öğrenciler, okuldaki eğitimlerinin yanı sıra Erasmus projeleri ile yurt dışına da giderek farklı ülkelere ait mutfak kültürlerini deneyimliyor.

Ulusal ve uluslararası yarışmalara katılarak tecrübe elde eden öğrenciler, işbaşı eğitim programı kapsamında okuldaki üretim mutfağında yemek yaparak kendilerini geliştiriyor.

Aynı zamanda gelir elde eden öğrenciler, ihtiyaç sahiplerine götürülecek yemekleri de hazırlıyor.

Lisenin Yiyecek İçecek Hizmetleri Atölye Şefi Kenan Demirci, AA muhabirine, günlük 3 bin 500 kişilik yemek yaptıklarını, ihtiyaç halinde bu rakamı 7 bin kişiye çıkarabildiklerini söyledi.

Demirci, ramazanda hız kesmeden üretim faaliyetlerine devam ettiklerini belirterek, "3 bin kişilik iftar menüsü dağıttık. Vatandaşlarımıza bunları kusursuz bir şekilde teslim ettik. Bu bağlamda yine vatandaşlarımıza ücretsiz iftar hizmeti veriyoruz. Bunu ramazan boyunca sürdürmeye devam edeceğiz." diye konuştu.

"HIRVATİSTAN'DA GASTRONOMİ YARIŞMASINA KATILACAKLAR"

Demirci, öğrencilerin görev aldıkları Erasmus projeleri ile yurt dışında kendilerini geliştirebildiklerini ifade ederek, "Bu yıl yine Hırvatistan'da yapılacak gastronomi yarışmasına katılacaklar. Geçmiş yıllarda İstanbul'da, Antalya'da uluslararası 40 ülkenin katılımıyla gerçekleştirilen yarışmalar da öğrencilerimiz altın ve gümüş madalyalar aldı. Okulumuzu ve ilçemizi güzel bir şekilde temsil ettik. Bu durum bizi ziyadesiyle mutlu ediyor." ifadelerini kullandı.

Mezuniyet sonrası istekli ve başarılı öğrencileri istihdam edebildiklerine dikkati çeken Demirci, şunları kaydetti:

"Son yıllarda gastronomi bölümüne talep çok fazla. Ordu da turizm anlamında çok fazla yol aldı. Sektörden bize bu bağlamda çok fazla talep var. Biz gelen talep doğrultusunda öğrencilerimizin ihtiyaçlarını belirleyerek bu şekilde sektöre kazandırmaya çalışıyoruz. Öğrencilerimiz güzel bir şekilde eğitimlerini burada tamamlayıp sektöre hazır hale geliyorlar."

11. sınıf öğrencisi Gülay Akyol, ramazan ayına özel iftar menülerinin yanı sıra taşınabilir öğrenciler için de yemek yaptıklarını aktardı. Üretim mutfağında çalışırken işbaşı eğitimi ve karşılığında ücret aldıklarını belirten Akyol, bunun öğrenim gördükleri bölüme karşı olan tutumlarının olumlu etkilediğini dile getirdi.

Akyol, mutfakta dikkatli ve özenli çalıştıklarını, usta öğreticilerden öğrendiklerini uyguladıklarını kaydetti.

"YARDIM ETMEK VE O DUYGUYU TATMAK ÇOK GÜZEL BİR ŞEY"

12. sınıf öğrencisi Şerife Naz Güler de yemek yaparken kendisini iyi hissettiğini belirterek, "Ben içsel olarak da kendimi güzel hissediyorum. Arkadaşlarım da aynı şekilde. Yardım etmek ve o duyguyu tatmak çok güzel bir şey." diye konuştu.

Güler, Erasmus projesi kapsamında Barselona'ya gitme imkanı bulduğunu, aşçılık üzerine olumlu bir deneyim yaşadığını ifade etti.

16 yaşındaki İclal Ordu da ramazanda iftar sofralarına yemek yapmalarının kendilerine mutluluk verdiğini söyledi.

Nisan ayında gastronomi alanında düzenlenecek yarışma için Hırvatistan'a gideceklerini vurgulayan Ordu, yarışma için hazırlıklarını sürdürdüğünü kaydetti. **AA**

İlahiyat Fakültesinin 54. kuruluş yıl dönümü düzenlenen panel ile kutlandı

Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesinin 54. kuruluş yıl dönümü, "İlahiyat Fakültesinin Kuruluşu Erzurum'un Kurtuluşu" başlıklı panel ile kutlandı.

PROGRAM, Erzurum'un düşman işgalinden kurtuluşunun 106. yıl dönümüyle aynı güne denk gelecek tarihi ve kültürel anlam taşıyan bir buluşmaya sahne oldu.

İlahiyat Fakültesinin kuruluş yıllarındaki fotoğraflarından oluşan serginin gezilmesiyle başlayan panele; Erzurum Büyükşehir Belediye Başkanı Mehmet Sekmen, Atatürk Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Ahmet Hacımuftuoğlu, İslâm Âlimleri Vakfı Başkanı Prof. Dr. Nasrullah Hacımuftuoğlu, Atatürk Üniversitesi eski öğretim üyelerinden, İslam ilimleri alanında önemli çalışmalara imza atan Prof. Dr. Yusuf Ziya Kavakçı ile eşi Prof. Dr. Gülseren Gülhan Kavakçı, kızları eski büyükelçi ve eski milletvekili Merve Kavakçı ile Ravza Kavakçı Kan ve torunlarının yanı sıra, Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Reyhan Keleş, İlahiyat Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Muhammed Kızılgeçit, akademisyenler ve çok sayıda öğrenci katıldı.

"İLİM VE TARİHİN KEŞİTİĞİ ANLAMLI BİR GÜN"

Programın açılış konuşmasını yapan İlahiyat Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Muhammed Kızılgeçit, Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesinin 54. kuruluş yıl dönümünü ve Erzurum'un kurtuluşunun yıl dönümünü birlikte kutlamaktan duyduğu mutluluğu dile getirdi. Fakültenin, kurulduğu günden bu yana akademiye ve topluma önemli katkılar sunduğunu vurgulayan Kızılgeçit, geçmişte anarşen geleceğe daha güçlü adımlarla ilerleme sorumluluğu taşıdıklarını belirtti.

"İlim ve İrfan Geleneğini Sürdürmek En Büyük Vazifemiz"

Atatürk Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Ahmet Hacımuftuoğlu ise konuşmasında, fakültenin 12 Mart 1971'de İslami İlimler Fakültesi olarak kurulduğunu, 1982 yılında Erzurum Yüksek İslâm Enstitüsü ile birleştirilerek Ata-



türk Üniversitesine bağlı İlahiyat Fakültesi adını aldığını hatırlattı. Fakültenin, ilim ve irfan geleneğini yaşatarak, kültürel ve akademik çalışmalarla topluma ışık tutmaya devam ettiğini belirten Rektör Hacımuftuoğlu, Erzurum'un kurtuluşunun da aynı gün anılmasının tarihi bir anlam taşıdığını ifade etti.

"ERZURUM, İLİM VE KÜLTÜR MERKEZİ OLMA ÖZELLİĞİNİ YÜZYILLARDIR KORUMAKTADIR"

Konuşmasında, Erzurum'un medeniyet tarihinde önemli bir yere sahip olduğunu belirten Rektör Hacımuftuoğlu, "Çifte Minareli Medrese, Ulu Cami, Yakutiye Medresesi ve Lala Paşa Cami gibi tarihi yapılar, şehrimizin ilim ve kültür merkezi olma özelliğini yüzyıllardır korumaktadır. İlahiyat Fakülteleri, sadece akademik bilgi üreten kurumlar değil, aynı zamanda irfanın ve hikmetin merkezi olan ilim yuvalarıdır. Fakültemiz de bu misyon doğrultusunda çalışmalarını sürdürmektedir" dedi.

Ayrıca, Erzurum'un kurtuluşunun

Türk milletinin birlik ve beraberlik ruhunu yansıtan önemli bir dönüm noktası olduğunu vurgulayan Hacımuftuoğlu, "Bu vesileyle, şehrimizin bağımsızlığı için canlarını feda eden tüm şehitlerimizi ve bu fakültenin gelişimine katkı sunan değerli akademisyenlerimizi rahmet, minnet ve şükranla anıyorum" diye konuştu.

Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesinin taşıdığı öneme vurgu yaparak konuşmasına başlayan Erzurum Büyükşehir Belediye Başkanı Mehmet Sekmen: "Erzurum, tarihi boyunca ilmin, irfanın ve kahramanlığın merkezi olmuştur. Bugün, şehrimizin kurtuluşunun 106. yıl dönümünü kutlarken, aynı zamanda ilim dünyamıza büyük katkılar sunan Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesinin 54. kuruluş yıl dönümünü de anıyoruz. Bu fakülte, yalnızca akademik bir kurum olmanın ötesinde, milletimizin manevi değerlerini yaşatan, kültürel mirasını gelecek nesillere aktaran önemli bir ilim yuvasıdır. Şehrimizin köklü medeniyet birikimiyle harmanlanan bu fakültenin

başarılarının artarak devam edeceğine yürekten inanıyorum. Bu vesileyle, emeği geçen tüm akademisyenlerimiz ve öğrencilerimize başarılar diliyorum" ifadelerini kullandı.

BİLİM DÜNYASININ ÖNDE GELEN İSİMLERİ PANELE BULUŞTU

Panelin oturum başkanlığını İslam Âlimleri Vakfı Başkanı Prof. Dr. Nasrullah Hacımuftuoğlu üstlenirken, konuşmacılar arasında Atatürk Üniversitesinin emekli öğretim üyesi Prof. Dr. Yusuf Ziya Kavakçı, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi öğretim üyelerinden Prof. Dr. Lütfullah Cebeci Prof. Dr. Mustafa Ağırman yer aldı. Panelde, fakültenin geçmişten günümüze uzanan akademik serüveni, dinî ilimler alanındaki çalışmaları ve geleceğe yönelik vizyonu ele alındı.

Program sonunda katılımcılara teşekkür belgeleri takdim edilirken, Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesinin akademik ve kültürel çalışmalarına dair önemli mesajlar verildi. Panel, hatıra fotoğrafı çekimi ile sona erdi. **İstiklal.com.tr**



Avanoslu Ayşe usta "akıtma tekniği" ile özgün seramik eserler üretiyor

NEVŞEHİR'İN Avanos ilçesinde kurs olarak başladığı seramik üretiminde sanatını geliştirerek atölye kuran Ayşe Karataş, seramiği akıtma yöntemiyle boyayarak özgün eserlere imza atıyor.

Ev kadınıyken ilçedeki Halk Eğitimi Merkezi'ndeki bir kursa vaktini değerlendirmek için kayıt yaptıran 47 yaşındaki Karataş, yaklaşık 17 yıl önce seramikle tanıştı.

İlçedeki atölyelerin farklı birimlerinde 10 yıl boyunca çalışan Karataş, 7 yıl önce Nevşehir Valiliği İl Özel İdaresi mikrokredi desteğinden de yararlanarak atölye kurdu.

Nadide eserler ortaya çıkarmak için genellikle akıtma yöntemi kullanan Karataş, ham seramiklerin üzerine fırça yardımıyla damlattığı renkli boyaların farklı alanlara akarak karışmasını sağlıyor.

Renk kombinasyonlarına uygun ra-

pido (teknik çizim kalemi) çizimlerle eseri süsleyen Karataş, daha sonra eserini 950 derece ısıdaki fırında pişirerek çalışmasını tamamlıyor.

"ÇEŞİTLİ ATÖLYELERDE ÇALIŞARAK KENDİMİ GELİŞTİRDİM"

İki çocuk annesi Karataş, AA muhabirine, seramik konusunda bilgi ve yeteneğe sahip olmadığını düşündüğü yıllarda komşusunun tavsiyesiyle bu sanata yöneldiğini söyledi.

Yıllar içinde seramik sanatıyla aralarında değerli bağ oluştuğunu anlatan Karataş, "Hobi amaçlı ahşap boyama kursuna giderken bir komşumuz bu sanatı tavsiye etti. Boyamayla başladım. Çeşitli atölyelerde çalışarak kendimi geliştirdim. Sonra kendi atölyemi açtım. Başta kaç yıl yapabiliyordum diye düşünürken artık elim tuttuğu müddetçe devam edeceğim diyorum. Her gün sanata yeni şeyler katıyoruz" diye konuştu. **AA**

İş adamının pamuk şeker hobbisi: Gençler ve çocuklar için elleriyle pamuk şeker yapıyor

AMASYA'DA bir iş adamı, boş zamanlarında hobi olarak çocuklar ve gençler için elleriyle pamuk şeker hazırlayıp yüzleri güldürüyor. Devasa kaya parçalarının kopartılıp dönüşümünü sağlayan mermer fabrikası sahibi 51 yaşındaki Bekir Kurt'un pamuk şeker tezgahının başında ücretsiz şekilde pamuk şeker yaptığı görülenler şaşırp kalıyor. Amasya Kültür Derneği'nin Ramazan ayında öğrencilere yönelik düzenlediği programda iftar veren 51 yaşındaki Kurt, programın sonunda beraberinde getirdiği tezgahta elleriyle pamuk şeker yapıp dağıttı. 6 Şubat 2023'teki asrın felaketinin ardından gittiği deprem bölgesinde kendisinden pamuk şeker isteyen çocuklardan etkilenip bu renkli iş için kolları sıvayan evli ve 4 çocuk babası Kurt, "Pamuk şeker makinesini satın alıp hazırlanmasını öğrendim. Sonra deprem bölge-

sinde pamuk şeker yapıp dağıttım. Amasya'ya döndüğümde ise okullardaki, derneklerdeki etkinliklere katılıp çocuklara ücretsiz pamuk şeker yaparak yüzlerini güldürmeye çalışıyorum" dedi. Amasya Kültür Derneği Başkanı Mehmet Akıllıoğlu, Ramazan ayı boyunca 60'tan fazla sayıdaki üniversite öğrencisine derneğe ait Şeyhcuî Kütüphanesi'nde iş adamlarının desteğiyle iftar verdiklerini belirterek Bekir Kurt'a teşekkür etti. Pamuk şekerin yüzleri güldürdüğüne işaret eden Akıllıoğlu, "Bekir Bey hazırladığı pamuk şekerlerle gençleri neşelendirdi. Bizleri de çocukluğumuza götürdü. Çünkü eskiden büyükler ceplerinde şeker taşırdı. Çocuklara şeker verip dualarını alırdı. Bekir Bey de böylece gönüllerini hoş ettiği çocukların duasını alıyor. Onu 'şekerci amca' diye hatırlayacaklar" şeklinde konuştu. **İstiklal.com.tr**



Türk-İslam mimarisinin gözbebeği Selimiye Camisi ihtişamıyla 450 yıldır ilgi görüyor

Türk-İslam mimarisinin incisi 450 yıllık Selimiye Camisi, ihtişamıyla ziyaretçilerini hayran bırakıyor.

MİMAR Sinan'ın "ustalık eseri" olan ve Edirne'de 14 Mart 1575'te ibadete açılan Selimiye Camisi, yapıldığı dönemde Osmanlı Devleti'nin gücünün ve büyüklüğünün de simgesi oldu.

Şehrin her tarafından görülen, hem İstanbul hem de Avrupa yönünden girişlerde şehre gelenleri karşılayan Selimiye, UNESCO'nun Dünya Miras Listesi'nde yer alıyor.

Osmanlı mimarisinin simge eserlerinden olan Selimiye, 4,5 asırdır heybetiyle Edirne'den geçenleri selamlıyor.

UNESCO'nun 2011'de ilk kez bir camiyi kültürel eser listesine almasıyla dünya çapındaki ünü daha da artan Selimiye Camisi, özellikleri ve ihtişamlı yapısıyla ilgi görüyor.

Kasnak tekniğiyle 8 sütuna dayalı tek kubbe şeklinde inşa edilen cami, yüksek minareleri, hünkar mahfili, dantel gibi işlenmiş mermer kaplı minberi, çoklu pencere sistemi ve çinileriyle ziyaretçilerini büyülüyor.

"SELİMİYE CAMİSİNDE İLK KEZ ÇİNİLERDE YEŞİL RENK ORTAYA ÇIKIYOR"

Vehbi Koç Ankara Araştırmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi (VEKAM) Direktörü ve Koç Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Filiz Çalışlar Yenişehirlioğlu, AA muhabirine, Selimiye Camisi'nin Osmanlı mimarisinin en önemli yapılarından biri olduğunu söyledi.

Selimiye Camisi'nin sadece Türkiye'de değil dünya çapında önemli bir eser olduğunu ifade eden Yenişehirlioğlu, "Biz hep mimari olarak Selimiye ve Mimar Sinan'ın eseri olarak ön plana çıkartıyoruz ama dünya çapında bu eser inceleniyor. Uzamanlar geliyor, minaresi, yapısı, çinileri hepisini inceliyorlar. Edirne'ye az turist geldiği için İstanbul'daki camiler kadar ziyaret almıyor Selimiye. Dünya gezginleri çapında çok fazla ön plana çıkmıyor bu nedenle." dedi.

Selimiye'nin çinilerinin çok kalı-



teli ve önemli olduğunu aktaran Yenişehirlioğlu, çinilerde ilk kez yeşil rengin burada kullanıldığını aktardı.

Çinilerin duvarların biçimlerine ve mekanın büyüklüğüne göre estetik bir biçimde kullanıldığını vurgulayan Yenişehirlioğlu, şöyle devam etti:

"Selimiye Camisi'nde bunun en güzel noktasını hünkar mahfilinde görebiliriz. Yapıda dengeli bir süsleme programı görülmekte, özellikle çini süslemeler önemli bir grubu oluşturmaktadır. Oradaki normal bir mimari düzeni çini süslemeyle beraber, hünkara özgü, girişinde ve içerisinde sanki taç varmış gibi ayrı bir bezemeyle beraber farklılaşıyor. Böylece hünkarın oturacağı yeri de çok daha fazla vurgulamış oluyor. Selimiye Camisi'nde ilk kez çinilerde yeşil renk ortaya çıkıyor. Daha önceki dönemlerde camilerde güzel bir yeşil renk yok. 1575'ten sonra yapılan camilerdeki çinilerde bu yeşil renklerin kullanıldığını görüyoruz."

Yenişehirlioğlu, Selimiye'nin dünya mimarisinin zirvesini temsil eden yapıların başında olduğunu sözlerine ekledi.

"CAMİLER SADECE İBADET MERKEZLERİ DEĞİLDİR"

Sinan ve Selimiye Camisi Vakfı (SİSEV) Genel Müdürü Yüksek Mi-

mar Mehmet Ali Esmer de AA Selimiye'nin yapıldığı dönemde ibadethane olmasının yanı sıra eğitim merkezi ve şehrin sorunlarının konuşulduğu bir toplanma alanı olarak da hizmet verdiğini söyledi.

Esmer, Selimiye'nin 450 yıl önde tesadüfen yapılmadığını, caminin dikkatlice incelendiğinde yüzlerce yıllık Türk geleneklerini yansıttığını belirtti.

Mimar Sinan'ın Selimiye'yi yaparken insanları tek kubbe altında toplamayı hedeflediğini anlatan Esmer, konuşmasına şöyle devam etti:

"Cami hem statik, hem estetik hem de fonksiyonel açıdan muhteşem bir yapı. En önemlisi tabii ki bir devlet idolünü gerçekleştirmiş olması. Yani o dönemde insanları tek çatı altında topladı. Bu hedefi Mimar Sinan gerçekleştirdi. Camiler sadece ibadet merkezleri değildir, toplanma alanlarıdır. Orada devlet işleri de görüldü. Fakirler doyuruldu, eğitimler yaptırıldı. Selimiye bu açıdan en mükemmeli yakalamıştır."

CAMİNİN ÖZELLİKLERİ

Selimiye'yi diğer cami mimarilerinden ayıran en büyük özelliği, herhangi bir yarım kubbeden destek almadan tek olarak inşa edilen kubbesi. Mimari ve mühendislik üzerine araştırma yapanları şaşırtan kubbe,

43 metre yüksekliğinde ve 32 metre çapında.

Kalem gibi ince, bir dantel gibi süslü 3 şerefeli dört minaresi bulunan Selimiye'nin minarelerinin uzunluğu ise alemi dahil 85 metre. Dönemin şartları düşünüldüğünde "inanılmazın başarıldığı" minareler 3 yollu olarak tasarlandığı için, minareden çıkan 3 kişi birbirini göremiyor.

İznik çinileri ve revaklı avlusuyla da göz dolduran Selimiye'nin, müezzin mahfilinin mermer sütununa işlenmiş ters lale figürü için de halk arasında çeşitli rivayetler dillendiriliyor.

Mimar Sinan, İstanbul'dan Selimiye'yi yapmak için Edirne'ye geldiğinde 8-9 yaşlarındaki çok sevdiği torunu Fatma'ya hasret kalmamak için onu da kente getirir. Bir süre sonra hastalanan ve vefat eden Fatma'ya duyduğu hasret nedeniyle torunu için yaptırdığı türbedeki mermer sandukaya ters lale figürü bırakır, bu üzüntüyü gören çırağı da ustasının üzüntüsünü Selimiye'ye işler.

Caminin yapılmak istendiği, lale bahçesi olan arsanın sahibi kadının zor ikna edilmesi nedeniyle Mimar Sinan'ın, kadının inatçılığını simgeleyen ters lale figürü koydurduğu da rivayetler arasında yer alıyor. AA

Animasyon film "Sırr: Kudüs Macerası" vizyona girecek

SİNEMA salonlarında bu hafta komediden korkuya, gerilimden animasyona 7 film vizyona girecek.

Noemie Merlant'ın yönetmenliğini yapıp, Souheila Yacoub ve Sanda Codreanu ile başrol oynadığı "Balkondaki Kadınlar" Marsilya'da geçen korku, komedi ve fantastik unsurlarla örülmüş bir hikayeyi anlatıyor.

Prömiyerini yaptığı Cannes'da büyük ilgi gören film, komşularını gözetleyen 3 kadının hikayesini merkezine alıyor.

"GECENİN KIYISI"

Türker Süer'in yönetmen koluğunda oturduğu "Gecenin Kıyısı" filminde, Ahmet Rıfat Şungar, Berk Hakman ve Mert Tümer başrolleri paylaştı.

Dünya prömiyerini Venedik'te gerçekleştiren film, Türkiye'nin politik açıdan çalkantılı bir dönemden geçtiği günlerde kardeşini askeri mahkemeye teslim etmesi gereken bir subayın hikayesini ele alıyor.

"BUKALEMUN"

Laird Akeo, Christoph Picezynski ve Dafne Rotolo'nun rol aldığı "Bukalemun", gerilim meraklılarını sinema salonlarına çekmeye aday olacak.

Wade F. Jackson'un senaryosunu yazıp yönetmenliğini üstlendiği filmin konusu özetle şöyle:

"Masumiyetiyle dikkat çeken genç bir adam, cazibeli ve gizemli bir kadının tuzağına düşer. Kadının onu farklı kimliklere büründürmesiyle başlayan tehlikeli oyun, adamı yalanlar ve suçlarla dolu bir dünyaya sürükler. Artık hayatta kalmak için tek çaresi, içine çekildiği bu karmaşık komplo-nun perde arkasını aralamak ve kendi kaderini değiştirmektir."

"SIRR: KUDÜS MACERASI"

Fatih Kandemir'in yönettiği, hikayesini Dr. Şerafettin Kalay'ın kaleme aldığı animasyon film "Sırr: Kudüs Macerası", Mescid-i Aksa'nın yalnızlığını beyaz perdeye taşıyacak.

Filmin konusu kısaca şöyle: "Ömer Dede, Kudüs'te yetimhainenin tapusunun parçalarını ararken torunları da kendilerini Kudüs'te mistik ve gizemli bir maceranın içinde bulur. Kudüs'ten Hazreti Süleyman'ın gizemli sarayına, oradan Mescid-i Aksa'ya uzanan bu macerada Süleyman, Hasan Naci, Masal kuşu ve Hüdhüd yol arkadaşı olacaktır."

"AYI KARDEŞLER: KAHRAMANLAR TAKIMI"

Heqi Shao ve Lin Yongchang'ın yönettiği "Ayı Kardeşler: Kahramanlar Takımı" haftanın bir diğer animasyon filmi olacak.

Çin yapımı film, bir yangında ortadan kaybolan anne ayının aranma hikayesini işliyor.

"SİR-AYET 4"

Gökhan Arı'nın çektiği, Elif Fatma Baysal, Zeynep Betül Şahin ve Taner Şahin'in rol aldığı korku türündeki "Sir-Ayet 4", hasta bir kadının bakıcılığını yapmaya başlayan genç bir kızın başından geçen olayları konu ediyor.

"Zerobaseone: The First Tour" Yoondong Oh ve Hamin Kim'in beyaz perdeye taşıdığı "Zerobaseone: The First Tour", ünlü müzik grubu Zerobaseone'ın 2024'ün sonunda gerçekleştirdiği turneyi sinemaseverlerle buluşturuyor.

AA

İsfahan'daki "Ali Minaresi", işçiliği ve ihtişamıyla Selçuklu mimarisini bugünlere taşıyor

İRAN'IN tarihi ve kültürel zenginlikleriyle ünlü İsfahan kentinde Selçuklu dönemine ait Ali Minaresi, tarihi zenginliği, sanatsal işçiliği ve mimari ihtişamı yerli ve yabancı turistlerin ilgisini çekiyor.

Selçuklular başta olmak üzere tarihe yön vermiş büyük devletlere başkentlik eden İsfahan, bu özelliğiyle yüzlerce yıllık birçok tarihi esere ev sahipliği yapıyor.

Tarihi dokusu, mimari yapıları ve sanatsal mirası sebebiyle yerli ve yabancı turistlerin en çok ziyaret ettiği İran kentlerinin başında gelen İsfahan'da bu yapılar arasında, 12. yüzyılda Selçuklu devleti döneminde inşa edilen Ali Minaresi, ihtişamlı yapısıyla şehrin silüetine önemli katkılarda bulunuyor.

Büyük Selçuklu Devletinde 1118 ile 1157 yıllarında tahta oturan Sultan Sencer zamanında inşa edildiği tahmin edilen Ali Minaresi, yapım tekniği, mimarisi ve tuğla ölçüleri bakımından 12. yüzyıla tarihlendiriliyor.

Minarenin bitişğinde bir camisinin olduğu ancak bu yapının yıkılması üzerine Safeviler zamanında yerine Mescid-i Ali adı verilen şimdiki caminin yapıldığı belirtiliyor. Minare, Meydan-ı Kohne adı verilen Selçuklular döneminde yapılmış meydanın ve döneminin en ihtişamlı yapılarından Mescid-i Cuma'nın yakınında Haruniye Caddesi üzerinde bulunuyor. AA

Van Gölü'nün derinliklerinde burç ve duvar kalıntıları tespit edildi

SU Altı Görüntü Yönetmeni Tahsin Ceylan, Van Gölü'nde yaptığı dalış sırasında Akdamar Adası kıyısında 15 metre derinlikte bulunan burç benzeri yapı ile duvar kalıntıları görüntüledi.

Van Gölü'nün derinliklerinde araştırmalar yapan Ceylan ve ekibi, Sahil Güvenlik Van Gölü Grup Komutanlığı dalgıç ekibi, Türkiye Su Altı Sporları Federasyonu Van Temsilcisi ve Van Diving Dalış Okulu Eğitmeni Serkan Ok ile Van Gölü'ne dalış yaptı.

Akdamar Adası ve Altınşaç bölgelerinde yapılan dalışlar sırasında, adanın kıyısında 15 metre derinlikte burç benzeri yapı ile duvar kalıntıları Ceylan ve ekibi tarafından kayıt altına alındı.

Sahil Güvenlik Van Gölü Grup Komutanı Binbaşı Fırat Aslan'ın yaptığı dalış sırasında duvarın üzerinde amfora (antik testi) parçalarına da rastlayan Ceylan, kıyı bölgelerinde oluşan buz tabakasının altından gölü görüntüledi. Ceylan, AA muhabirine, Van Gölü'nün derinliklerindeki sırları araştırmaya devam ettiklerini söyledi. Gölün güzelliklerini turizme kazandırmayı amaçladıklarını belirten Ceylan, "Zorlu kış koşullarında bile Van Gölü ayrı bir güzel. Van, ülkemizde en çok kar yağışının olduğu bölgelerden biri. Sahil Güvenlik Van



Gölü Grup Komutanlığı dalgıç timleri ve Van Diving Dalış Okulu eğitmenleri ile bu kez Akdamar Adası ve Altınşaç bölgelerinde dalışlar gerçekleştirdik. Yüzey suyunun 4-7 derece arasında olduğu dalışlarda yine son derece ilginç kayıtlara ulaştık." dedi.

Daha önce de Van Gölü'nün derinliklerindeki mikrobiyalitleri, kale kalıntıları ve bazı yapı gruplarını görüntülediklerini anlatan Ceylan, şunları kaydetti: "Akdamar Adası'nın kıyısında yaklaşık 15 metre derinlikte burç benzeri bir antik yapıyı kayıt altına aldık. Hiç bozulmamış konumdaki yapının geçmişte su üstünde olduğunu düşünürsek Van Gö-

lü'nün uzun yıllar içinde 15-20 metre yükseldiği sonucuna ulaşabiliriz. Aynı derinliklerde ilerlediğimizde yine hiç bozulmamış bir duvar kaydı aldık. Muhtemelen büyük bölümü toprak altında kalan duvarın üzerinde ise amfora parçaları gözlemledik. 2 günlük dalışlarımıza dalışsever arkadaşlarımız Mete Ergun da dron kaydı olarak destek sağladı. Sahil Güvenlik Van Gölü Grup Komutanı Binbaşı Fırat Aslan da dalışlarımıza eşlik etti. Gölde buz tutma oranı düşük olsa da kıyısız alanda buz altından birkaç görüntü almayı başardık. Van Gölü'nün sırlarını aralamaya devam edeceğiz." AA



Üniversiteli gençler yaşlıların iftar sofralarını hazırlıyor

Elazığ'da Fırat Üniversitesinde okuyan gençler, Gençlik ve Spor Bakanlığının "Yalnız Değilsin Projesi" kapsamında ramazanda yaşlıların evinde yemek hazırlayarak, onlarla iftar yapıyor.



ELAZIĞ'da Gençlik ve Spor Bakanlığının yurtlarında kalan üniversite öğrencileri, yaşlıların evinde iftar sofrası kuruyor. Fırat Üniversitesinde okuyan gençler, Gençlik ve Spor Bakanlığının "Yalnız Değilsin Projesi" kapsamında kentte gönüllülük esasıyla birçok faaliyette bulunuyor. Harput Kız Öğrenci Yurdu'nda kalan 30 genç de ramazan dolayısıyla yaşlılara sıcak bir aile ortamı sunabilmek için çalışma başlattı. Bu kapsamda market ve semt pazarlarından alışveriş yapan üniversiteliler, önceden tespit edilen yaşlıların evine konuk oluyor. İhtiyaç halinde evlerin temizliğini de yapan gençler, aldıkları malzemelerle yemek hazırlıyor.

Hazırlanan sofrada birlikte yapılan iftarla yaşlılara ramazan coşkusu yaşatılıyor. **"SICAK BİR AİLE SOFRASI KURUYORUZ"** Zafran Mahallesi'nde yaşayan 80 yaşındaki Hatice Ayık'ın evine konuk olan gençlerden Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi 3. sınıf öğrencisi Zelal Aykaz, AA muhabirine, Diyarbakır'dan üniversite eğitimi için Elazığ'a geldiğini söyledi. Aykaz, sosyal sorumluluk projesi ile ramazanda yaşlıları yalnız bırakmadıklarını ifade ederek, "İhtiyaç durumunda evlerini temizliyoruz. Alışverişimizi yapıp, yemeği kendimiz hazırlıyoruz. Onlar için sıcak bir aile sofrası kuruyoruz. Biz de ailelerimizden uzakta olduğumuz için iftar sofrasında onlarla bir araya

geliyoruz." dedi.

"ONLAR BU ORTAMA HASRET KALİYORLAR" İlahiyat Fakültesi 3. sınıfta okuyan Zeynep Ünal ise Adıyaman'dan kente geldiğini, ramazanda yaşlılarla iftar yapmanın memnuniyetini yaşadıklarını belirtti. Ünal, "Yaşlılarımızın evlerine konuk oluyoruz. Yaptığımız yemeklerle Hatice teyzemizin sofrasını da şenlendirmek istedik. O mutlu olunca biz de mutlu olduk. Bu projemizi ninelerimiz ve dedelerimiz için yapıyoruz. Çünkü onlar bu ortama hasret kalıyor." diye konuştu.

Öğrencileri evinde misafir eden 80 yaşındaki Hatice Ayık da gençlerin ziyaretinin kendisini mutlu ettiğini söyledi. Ayık, şöyle konuştu: "Bugün kızlarım, torunlarım geldi. Her zaman gelmelerini istiyorum. Köyde yaşarken çok kişiye misafir ettim ama artık elimden gelmiyor. Hayır sahiplerinden Allah razı

olsun. İnşallah okurlar, ekme-klerini kazanırlar." "Hatice teyzemize bize sofrasını açtığı için teşekkür ediyoruz" Harput Kız Öğrenci Yurdunun eğitim sorumlusu Fadime Açıkkapı da toplumda farkındalık oluşturmak amacıyla gerçekleştirdikleri etkinlikleri ramazanda da sürdürdüklerini belirtti. Öğrencilerle paylaşma ve dayanışmanın önemine dikkatli olduklarını ifade eden Açıkkapı, şunları söyledi: "Konuk olduğumuz Hatice teyzemizin misafirperverliği ile ramazan ayında yaşadığımız en anlamlı iftarlardan biri oldu. Bu proje, gençlerimize de yaşlılara hürmet etmenin ne kadar anlamlı olduğunu gösterdi. Öğrencilerimiz de ailelerinden uzakta oldukları için ev yemekleri ve aile ortamının özlemini yaşıyor. Hatice teyzemize de bize sofrasını açtığı için teşekkür ediyoruz." (AA)



Gelibolu Yarımadası'nda Çanakkale Deniz Zaferi törenlerinin provası yapıldı



18 Mart Şehitleri Anma Günü ve Çanakkale Deniz Zaferi'nin 110. yıl dönümü dolayısıyla tarihi Gelibolu Yarımadası'nda 18 Mart'ta gerçekleştirilecek törenlerin provası yapıldı.

Şehitler Abidesi'nde tören akış programı çerçevesinde gerçekleştirilen provada, 2. Kolordu Komutanlığında görevli askerler bando eşliğinde geçit töreni ve ardından saygı atışı yaptı.

Prova kapsamında Kültür ve Turizm Bakanlığı Çanakkale Savaşları Gelibolu Tarihi Alan Başkanı İsmail Kaşdemir, Donanma Komutanı Oramiral Kadri Yıldız ve 2. Kolordu Komutanı Tümgeneral Rasim Yıldız, tören alanında incelemelerde bulundu.

Gelibolu Yarımadası'nı ziyaret edenler de provayı ilgiyle izledi, askerlerle fotoğraf çekti.

Çanakkale Savaşları ve Gelibolu Tarihi Alan Başkanı Kaşdemir, AA muhabirine, Çanakkale Deniz Zaferi'nin 110'uncu yıl dönümü

kutlamaları için son aşamaya gelindiğini belirterek, Şehitler Abidesi tören alanında hazırlıkları tamamladıklarını, bugün son provanın gerçekleştirildiğini söyledi.

Her yıl olduğu gibi 18 Mart günü devletle ve milletle bu büyük zaferi kutlayacaklarını ifade eden Kaşdemir, şunları kaydetti:

"Bir kez daha o büyük zaferin kahramanlarını, Çanakkale'nin şehit ve gazilerini, Çanakkale'yi geçilmez yapanları rahmet ve şükranla anacağız. O büyük ve yüksek karakterli insanlar 110 yıl önce bu topraklarda Çanakkale'yi geçilmez yaptılar, canlarını ortaya koydular. Hem Türk tarihinin hem de dünya tarihinin akışını değiştirdiler. O büyük zaferden sonra Kurtuluş mücadelemiz ateşlendi, o mücadeleden sonra da Cumhuriyetimize kavuştuk. Çanakkale ruhu bu topraklarda bu millet ve ülke için çok önemlidir, her zaman var olacaktır. Bizler de Çanakkale ruhuna her sahip çıkacağız." (AA)



AK Parti Genel Merkez Gençlik Kolları tüm illerde "Gazze'de Ramazan" sergisi açtı



AK Parti Genel Merkez Gençlik Kolları, Gazze'de yaşanan insani krizi gözler önüne seren fotoğraf ve görsellerin yer aldığı "Gazze'de Ramazan" sergisi açtı.

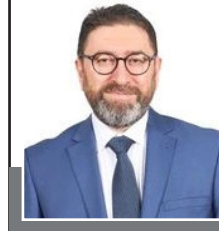
AK Parti Genel Merkez Gençlik Kolları Başkanı Yusuf İbiş, yaptığı yazılı açıklamada, 14 Mart'ta tüm illerde açılan sergiyle Gazze'de yaşanan insanlık dramına ve ramazanın manevi iklimine dikkat çekmenin amaçlandığını belirtti.

Gazze'nin yıllardır insanlık dışı bir abluka ve bombardıman altında olduğunu anımsatan İbiş, şunları kaydetti:

"Yakın zamanda İsrail'in ateşkes kararıyla hepimiz sevince boğulmuştuk. Ama katil İsrail, alınan ateşkes kararına rağmen o günden bu yana 150 Filistinli kardeşimizi daha şehit etti. Bitmeyen bir zulümle ne yazık ki karşı karşıyayız. Ancak buna rağmen oradaki kardeşlerimiz, ramazanı bir umut mevsimi olarak karşılamaya, iftar sofralarını kurmaya ve sokaklarını süslemeye devam ediyor. Bizler de bu sergide yer alan karelerle onların sabırla, imanla ve dirençle yaşadıkları ramazan ruhunu buradan duyurmak için bir araya geldik."

"ZULME KARŞI SESSİZ KALMAYACAĞIZ" İbiş, Gençlik Kolları olarak daha önce gerçekleştirdikleri "Say Stop" eylemleriyle ulusal ve uluslararası arenada Filistin davasını gündeme taşıdıklarını belirterek, şimdi de 81 ilde açılan bu sergilerle Gazze'de yaşanan zulme karşı duyarlılığı artırdıklarını ve ramazanın manevi ikliminde Filistinlilerin yanında olduklarını ifade etti.

Adaletin, insan haklarının ve Filistin davasının yanında olmaya devam edeceklerini vurgulayan İbiş, "Bu zulme karşı sessiz kalmayacağız, bir kez daha İsrail'in işgalci politikalarını kınıyor, tüm insanlığı Filistin halkının yanında durmaya çağırıyoruz. Bu mübarek ramazan ayında dualarımız Filistin, Gazze için." ifadelerini kullandı. (AA)



Ramazan Günlüğü-17

TAKLİT CEHENNEMİNDEN ÇIKMAK

UĞUR CANBOLAT

RAMAZAN bizi birazda taklit cehenneminden azat olmamız için gelir. Ancak bunun olabilmesi için bizim yol analizi yapabilmemiz ve kanıta dayalı sonuçlara ulaşmış olmamız gereklidir. Bu ise zahmetlidir. Konfor bozucudur. Zihnen hafakanlara sürükleyebilir insanı. Yıllardır bildiği ezberleri bir yana bırakıp taklitten vazgeçmek güç olduğu kadar can acıtıcıdır da...

Ama yine de taklit cehenneminde yanarak bir ömrü heba etmekten elbette evlidir.

MÜBAREK ay bizi düşünmeye davet eder. Derin tefekküre sevk eder. Bu ise malum olduğu üzere ancak veriye dayalı olarak yapılabilir. Boş beleş düşünmek tefekkür değildir. İnsanın kendisi olmadığı bir kimliği boynuna asması gibidir. Ama o kimlikte yazan isim kendisine ait değildir. Diğer bilgiler de öyledir. Taklit, başkasının kimliğini giyinip o şekilde yaşamak demektir. Şu an yaptığımızda esasen bundan çok farklı değildir. Biraz samimiyet, azıcık gayret tespit için kafidir.

DELİLE dayanmadan kabul edilen görüşler, taklit görüşlerdir. Delile yaslanmayan eylemler aynı şekilde yine taklittir. Başka bir kimseye özenmektir. Ona öykünmektir. Bir başkası gibi davranmak onun gibi yaşamaya çalışmaktır. Yani kendisi olmamak, olamamaktır.

Oysa Rabbimiz her birimizi orijinal bir özellikte yaratmıştır. Farklı yeteneklerimiz vardır. Başkasına öykünüp onlar gibi yaşamayı alışkanlık hâline getirdiğimizde tüm ömrümüz "Taklit kimlikle" yaşanmış olur ki acınası bir durumdur. Ramazan bize kendimizi bulmayı hatırlatır duyan bir kulağımız varsa...

MUKALLİT bir hayat, sahibini tatmin etmediği gibi ilişkide bulunduğu kişilere de hayır getirmez. Kendisiyle değil başka biriyle muhatap olmuş olmayı kim ister ve bundan nasıl bir doyuma ulaşabilir ki... İşte bu ve pek çok başka sebeple bu konuyu yeniden düşünce masasına taşımalyız.

HERKESİN bir "İsmi Has"ı vardır ve bunu açığa çıkarmakla yükümlüdür. Hayat ancak bu şekilde kolaylaşır ve yaşanılır olur. Meslekler bu yakınlıklar sebebiyle ortaya çıkar ve kişiler başkalarını taklit ederek değil kendisine verilen kabiliyetleri açıkarak ederek üretime geçer. Böylece hayat kolaylaşır ve bir nevi yardımlaşmaya döner.

TAKLİT insanı körleştirir. Körü körüne bir duyguya, fikre veya kişiye saplanır ve hiçbir sorgulamaya tabi tutmadan fanatiklik seviyesinde kopyalar. Böylece tek tip bir hayat ortaya çıkar ki, çok renksizdir.

Bir gülün orijinali başkadır taklidi olmak üzere yapılan resmi ise ne kadar ona benzerse benzesin başkadır. Hatta fotoğraf bile aynı değildir. Sadece çekildiği anı simgeler. Oysa fotoğrafı çekilen çiçek yaşamaya, büyümeye, rengini arttırmaya ve kokusunu salmaya devam etmektedir. Taklidinde ise bunların hiçbirisi yoktur.

TAKLİT etmeyi önceleyen kişi kendisini

öğrenme ve anlama eyleminden emekli eden kişidir. Anlam yolcusu olmaktan çıkmıştır. Yaptığı işi geliştirmek, yorumlamak, form vermek gibi bir derdi yoktur. Yarım yamalak bildiği neyse ona kapaklanmıştır. Bir nevi taklide mahkumiyettir.

İLİM farzını terk etmek taklitçilikle neticelenir. Taklit eden kişiye mukallit denir. Onun tüm emeli taklit ettiği kişiyi aynıyla kopyalamaktan başka bir şey değildir. Düşünmek lüktür. İlim tahsil etmek zordur. Bu düşünce mukallit kişiyi adı tembellik olan yalancı bir konfora sürüklediğinden hiç oradan çıkmak istemez. Meseleyi hatırlatanlara ise düşmanlık besler ve fırsat bulursa saldırıya geçer.

KUR'AN-I KERİM ilmin bizi kendisidir. Asıldır. Hakikattir. Haktır. Nur ve şifadır. Aynı zamanda şereftir. Talip olunduğu zaman hidayet vesilesidir. Dolayısıyla biz müminleri ilme teşvik edicidir.

İnanmışlar olarak vahye sadakatle talebe olunmaya niyet etmek mukallitlikten çıkış kapısıdır. İstenen de budur zaten. Mümin ilim tahsiline başladığında elbette eksikleri hâlen olacaktır. Zaten ana ülkü onların giderilmesidir. Bu sebeple yüce kitabımız bizleri "Ehl-i Zikre" yani kitabın uzmanlarına sual sormak üzere yönlendirmektedir. Yanlış anlaşılman hususunda buraya gizlenmiştir. Sormak taklit cehenneminde yaşamak için değil bu ateşten çıkış içindir.

YÜCE KİTABIMIZ yine taklit cehenneminden çıkışımız için on altı âyette akl-ı selim sahiplerine "Ulu'l Elbab" kavramı ile vurgu yapmaktadır. Basiret sahiplerine sormamız için yönlendirmektedir. Bu şekilde akleden bir kalbe sahip olarak taklit cehenneminden çıkarak hayatı anlamamız ve buna göre bir yaşam sürmemiz işaret edilmektedir. Sözlüklerde "Elbâb" kelimesi "Lübb"ün çoğulu olarak verilir. Katıksız öz demektir. Bir şeyin cevherini yani hakikatini anlatır. Derin kavrayış ve muhakeme ancak böyle elde edilir. Bu ise taklit cehenneminden çıkmayı netice verir.

ŞÜNU unutmamak lazımdır ki, taklit cehenneminde yananlar "Üsve-i Hasene" yani güzel örnek olan Fahr-i Kâinat Efendimizin yolunda yürümeyenlerdir. Oysa O'nun izini sürmeye mecburuz.

Taklit cehennemi ateşini hakikatte hiç O'nunla bağlantısı olmadığı halde kendisini Efendimizin halifesi, gölgesi, tecellisi, zuhuru gibi sunup buna inandırıcırlar. Bize düşen içi kof olan, taklidin taklidini yapmak değil Efendimizin sünnetine şuurla uyumak yakışı. O ise, taklit değil tahkiktir. Tekrar değil testistir. Ezber değil anlam derinliğidir. Süreti imandan kurtulup aslına erişmektir.

Ramazan ayı bize muntika temizliği yaptırır ve ciddi bir yol analizi ile taklit cehenneminden çıkartarak Resulü Zîşan Efendimizin aydınlık izini sürmeye yöneltir. Yeter ki, biz talip olalım.

Ya Selam!

Türk takımlarının bu sezonki UEFA geliri 50,28 milyon avro

Türkiye'yi bu sezon Avrupa kupalarında temsil eden 5 takımın, UEFA para ödülllerinden kazancı toplam 50,28 milyon avro oldu.

TÜRKİYE adına turnuvalara 2024-25 sezonunda Galatasaray, Fenerbahçe, Beşiktaş, Başakşehir ve Trabzonspor katılırken çeyrek final maçları öncesi 5 takım da elenmekten kurtulamadı.

UEFA'nın para ödülü dağıtım kriterlerine göre, Türk takımları içinde en fazla geliri Galatasaray, en az geliri Trabzonspor elde etti.

GALATASARAY'IN PARA ÖDÜLÜ 17,61 MİLYON AVRO

Galatasaray, bu sezon Avrupa kupalarına UEFA Şampiyonlar Ligi play-off aşamasında dahil oldu ve Young Boys ile eşleşti.

İsviçre temsilcisine her iki maçta da yenilerek "Devler Ligi"nin kapısından dönen sarı-kırmızılı ekip, yaklaşık 40 milyon avroluk para ödülünü de kaybetti. Şampiyonlar Ligi'ni kıl payı kaçıran Galatasaray, bir anlamda "teselli ödülü" diyebileceğimiz 4,29 milyon avroyu kasasına koydu ve yoluna Avrupa Ligi'nde devam etti.

Lig etabını 3 galibiyet, 4 beraberlik ve 1 yenilgiyle 14. sırada tamamlayan Cim-Bom, AZ Alkmaar ile eşleştiği son 16 turu play-off etabında Avrupa defterini kapattı.

Sarı-kırmızılı ekip, Avrupa Ligi'ne katılımından 4,31 milyon avro, ligde elde ettiği puanla 1,95 milyon avro, lig-



deki derecesiyle 2,2 milyon avro ve son 16 turu play-off turu oynamasıyla 0,3 milyon avro kazandı.

Galatasaray, UEFA'nın "Değer Sütunu" olarak andlandırdığı, takımların 5 ve 10 yıllık katsayı puanlarıyla yayın havuzundaki gelire göre şekillendireceği kaleminden de 4,56 milyon avro elde edecek.

FENERBAHÇE'NİN KAZANCI 14,88 MİLYON AVRO

Fenerbahçe, Avrupa macerasına Şampiyonlar Ligi 2. eleme turuyla başladı.

İsviçre temsilcisi Lugano'yu saf dışı bırakan sarı-lacivertliler, 3. eleme turunda Fransız ekibi Lille karşısında tutunamadı ve Devler Ligi hayalini bir başka bahara bırakarak yoluna Avrupa Ligi'nde devam etti.

Fenerbahçe, Avrupa Ligi'ni 2 galibiyet, 4 beraberlik ve 2 yenilgiyle 24. sırada tamamlayarak, son 16 turu play-off

maçı oynadı.

Bu turda Anderlecht'i eleyen sarı-kanaryalar, son 16 turunda G.Rangers'a penaltı atışları sonunda boyun eğerek turnuvaya veda etti.

Fenerbahçe, Avrupa Ligi'ne katılımından 4,31 milyon avro, ligde elde ettiği puanla 1,5 milyon avro, ligdeki derecesiyle 1,08 milyon avro, son 16 turu play-off turu oynamasıyla 0,3 milyon avro ve son 16 turuna yükselmesiyle 1,75 milyon avro kazandı.

Sarı-lacivertliler, Şampiyonlar Ligi 2. eleme turuna katılımından 175 bin avro, Avrupa Ligi yayın havuzu ve katsayı kaleminden de (Değer Sütunu) 5,76 milyon avroyu kasasına koyacak.

BEŞİKTAŞ'IN GELİRİ 9,26 MİLYON AVRO

Beşiktaş bu sezon Avrupa kupalarına, Avrupa Ligi play-off etabıyla merhaba dedi. Fenerbahçe'nin Şampiyonlar Ligi ön elemesinde saf dışı bıraktığı Lu-

gano ile eşleşen siyah-beyazlılar, İsviçre ekibini bu turnuvanın da dışına iterek Avrupa Ligi'nde boy gösterdi.

Kara-kartallar lig maçlarında 3 galibiyet alırken 5 maçta sahadan yenilgiyle ayrıldı ve ilk 24 dışında kalarak bu sezon için Avrupa serüvenini noktaladı.

Beşiktaş, lige katılımından 4,31 milyon avro, 3 galibiyete karşılık 1,35 milyon avro, yayın havuzu katsayı kaleminde de 3,6 milyon avro kazandı.

BAŞAKŞEHİR'E 7,43 MİLYON AVRO

Bu sezon Konferans Ligi'nde mücadele eden ve eleme turları oynayan Başakşehir, sırasıyla San Marino'nun La Fiorita, Gürcistan'ın Iberia ve İrlanda'nın St. Patrick's takımlarını eleyerek lig etabına yükseldi. Turuncu-lacivertliler ligde 1 galibiyet, 3 beraberlik ve 2 yenilgi aldı. Bu performansı ligde ilk 24'e girmek için yeterli olmayan Başakşehir, Avrupa'ya veda etti. **AA**



Fenerbahçe Oper'te hedef sezonu 5 kupayla tamamlamak

FENERBAHÇE'NİN kadın basketboldan sorumlu yönetim kurulu üyesi Kemal Danabaş, mücadele ettikleri 3 kupayı da kazanacaklarına inandıklarını söyledi.

ING Kadınlar Basketbol Süper Ligi'nde normal sezonun son haftasında Metro Enerji Salonu'nda konuk ettikleri Danilos Pizza'yı mağlup ettikleri maçın ardından AA muhabirine açıklamalarda bulunan Danabaş, sezon sonu hedeflerine değindi.

Ligde normal sezonu zirvede tamamladıklarını vurgulayan Danabaş, "Normal sezon sona erdi. Arada bir dönem dört mağlubiyet olarak taraftarlarımızı üzdük. Bu maçta da ilk yarıyı 11 sayı geride bitirdik ama bu takım vidaları sıkıldığı zaman zaten kimse rakip olamaz diye düşünüyorum. Güzel ve farklı bir galibiyet oldu. Bizim hedeflerimiz var. Şu an için konuşursak Türkiye Ligi tabii. Şimdi play-off'ta rakibimizi bekliyoruz. Önümüzdeki hafta Türkiye Kupası'nda önce bir çeyrek final oynayacağız Ankara'da Nesibe Aydın'la. İnşallah orayı geçerse ondan sonra hafta sonu cuma, pazar, yarı final ve final geliyor. Hedeflerimiz doğrultusunda çalışmalar devam ediyoruz." diye konuştu.

Lig hedefini tamamlamalarının ardından gözlerini FIBA Avrupa Ligi'ne çevireceklerini aktaran Danabaş, "11-13 Nisan'da FIBA Avrupa Ligi'nde Zaragoza'da önce yarı final, sonra final maçlarına çıkacağız. Bu sene format değişti. Şu anda Dörtlül Final'e kalan sadece iki takım belli. Fenerbahçe ve Valencia. Buraya kadar namağlup geldik. Tek namağlup takım biziz. Kadromuza, hocamıza çok güveniyoruz. İnşallah bu yolun sonu üçüncü bir FIBA Avrupa Ligi şampiyonluğuyla biter diye dua ediyoruz." değerlendirmesinde bulundu.

Zorlu süreç öncesinde yönetim olarak gerekli adımları attıklarını anlatan Danabaş, şöyle devam etti:

"Kadromuzu en iyi şekilde sahaya sürmek için hocamızın idaresinde takımı çalışmalarına devam ediyor. Biz de yönetim olarak takımımızı güçlendirmek adına yeni bir transfer yaptık. Biliyorsunuz eski oyuncumuz dört yıl bu takımda forma giyen, yabancı olmasına rağmen Fenerbahçe'nin evladı diyebileceğimiz McBride'i tekrar kadromuza dahil ettik. Amerika'da özel bir ligde oynuyor; onun da yarı final ve finali var. Bu hafta sonu bitiyor. Önümüzdeki hafta İstanbul'da olacak. İnşallah Türkiye Kupası yarı final ve final maçlarında, Türkiye Ligi play-off'larında ve FIBA Avrupa Ligi Dörtlül Final'inde kadromuzda olacak."

"BU YAPIYI BOZMAK İSTEYENLER VAR"

Kemal Danabaş, son dönemde teknik heyet ve oyuncularla ilgili yapılan ayrılıkların haberlerinin art niyetli olduğunu belirtti.

Takımın çok iyi yolda gittiğini hatırlatan Danabaş, "Şimdi ben hiçbir Fenerbahçelinin bu konularda yorum yapabileceğine ihtimal vermiyorum. Bizim gündemimizde hiç böyle bir şey yok. Fakat birden bire son günlerde sosyal medya hesaplarında Fenerbahçe'ye hocalar geliyor; Fenerbahçe'den hocalar gidiyor. Oyuncular geliyor; oyuncular gidiyor. Bizim böyle bir gündemimiz yok." ifadelerini kullandı.

5 kupa hedefiyle başladıkları sezonda ilk 2 kupayı kazandıklarını ve tek hedeflerinin kalan 3 kupayı da müzelerine götürmek olduğunu dile getiren Danabaş, sözlerini şöyle tamamladı:

"Biz tek bir şeye odaklandık. Önümüzde üç kupa var. Sezon başında bu yolculuğa çıkarken ortada beş kupa vardı. İlk ikisini aldık. FIBA Avrupa Süper Kupası ve Cumhurbaşkanlığı Kupası. Şimdi önümüzde üç kupa daha var. Biz bu kupaları camiamıza hediye etmek istiyoruz. Başkanımıza hediye etmek istiyoruz. Her zaman arkamızda hissettirdiğimiz büyük Fenerbahçe taraftarının desteğiyle hocamızın, oyuncularımızın sahadaki alın terleriyle inşallah bu kupaları da bu camiaya getireceğiz. Ama tekrar söyleyeceğim. Bunu ancak bizi, bu yapıyı bozmak isteyenler ortaya çıkartır. Nereden çıkıyor bu dedikodular anlamış değilim. Bizim gündemimizde olmayan şeylerin sosyal medya hesaplarında her gün çarşaf çarşaf yazılıp çizilmesinin arkasında bir art niyet arıyorum. Başka hiçbir açıklaması yok." **AA**

THY Avrupa Ligi'nde Anadolu Efes deplasmanda Bayern Münih'i mağlup etti

BASKETBOL THY Avrupa Ligi'nin 29. haftasında Anadolu Efes, deplasmanda Almanya temsilcisi Bayern Münih'i 97-92 yenerek üst üste 3. galibiyetini aldı. Deplasmanda da 8 maç sonra kazanan lacivert-beyazlılar; bu sonuçla organizasyondaki 15. galibiyetini elde etti. Almanya temsilcisi ise 12. kez sahadan yenilgiyle ayrıldı. Karşılıklı basketlerle başlayan mücadelede Bayern Münih, 5. dakikayı 12-6 önde geçti. Çeyreğin ikinci bölümünde Beaubois'nın arka arkaya üç sayılık basketleriyle oyuna dengeyi getiren Anadolu Efes, 7. dakikada öne geçti: 12-14. Müsabakaya çok etkili bir başlangıç yapan Fransız basketbolcu, bu çeyreği 16 sayıyla kapatırken, lacivert-beyazlılar da birinci periyodu 26-17 önde tamamladı.

İkinci çeyrekte top kayıpları yapan Alman temsilcisi karşısında tempolu oyununu sürdüren Anadolu Efes, 13. dakikada farkı 14 sayıya (19-33) çıkardı. Lacivert-beyazlı takım, top ka-

yıplarının yanı sıra boş atışlarda da isabetler bulamazken Weiler-Bab ve Voigtmann'la skor üreten Bayern Münih, 12-2'lik seri yakalayarak farkı 4 sayıya düşürdü: 31-35. Kenardan oyuna dahil olan Beaubois ile Larkin'in de devreye girmesiyle yeniden ritmini bulan Anadolu Efes, devreyi 51-37 üstün kapattı.

Bayern Münih, soyunma odasından 11-0'lık seriyiyle döndü ve 23. dakikada farkı 3 sayıya kadar indirdi: 48-51. Anadolu Efes, molanın ardından Poirier ve Bryant ile toparlansa da faul hakkını erken doldurdu. Serbest atış çizgisinden skor üreten Alman ekibi, ritmini kaybeden lacivert-beyazlılar karşısında final periyoduna 67-65 önde girdi. Son çeyrek oldukça çekişmeli geçti. Skor üstünlüğü sık sık el değiştirirken takımlar son 1 dakikaya 90-90 eşitlikle girdi. Bitime 51 saniye kala Larkin ile üç sayılık isabet bulan Anadolu Efes, kalan sürede hata yapmadı ve karşılaşmayı 97-92 kazandı. **AA**



Türkiye şampiyonu 11 yaşındaki yelkenci Rüzgâr Uzel'in hedefi milli takım

TEKİRDAĞ'DA yaşayan Türkiye şampiyonu 11 yaşındaki yelkenci Rüzgâr Uzel, milli takımda yer alıp yeni başarılarına imza atmayı hedefliyor.

Uzel, geçen hafta İzmir'de düzenlenen Türkiye Yelken Federasyonu (TYF) Yelken Ligi 2. Ayak yarışlarında mücadele etti.

Farklı kulüplerden 240 sporcunun katıldığı organizasyonda Uzel, birinci oldu.

Tekirdağlı yelkenci, gelecek hafta yine İzmir'de yapılacak Yelken Ligi 3. ayak yarışlarında da birinci olup milli takımda yer almak için çalışmalarına devam ediyor.

Rüzgâr Uzel, AA muhabirine, yelken de kendini geliştirip daha güzel başarılarına imza atmak istediğini söyledi.

Yelkene ailesinin tavsiyesiyle başladığını ifade eden Uzel, "2020 yılında yelkene başladım. Kendimi geliştirdikten sonra yarışlara katıldım. Uluslararası yarışlarda birincilik, ikincilik ve üçüncülükler elde ettim. Türkiye şampiyonası zordu ama yarışların sonunda birinci olmayı başardım. Hedefim milli takıma girerek ülkemizi temsil etmek." dedi. **AA**

Kadın antrenör, Hakkari'de geleceğin kayakçılarını yetiştiriyor

HAKKARİ Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'nde çalışan antrenör Ayşe Duran, 6 yıl önce atandığı kentte geleceğin kayakçılarını yetiştirerek çocuk ve gençlerin spora yönelmesine katkı sağlıyor. Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü'nden 2013'te mezun olan 36 yaşındaki Kayserili Duran, Kamu Personeli Seçme Sınavında başarılı olarak 2018'de ilk atama yeri Hakkari'ye geldi.

Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü bünyesinde kayak antrenörlüğü yapan Duran, kentte farklı yaş gruplarındaki çocuklara Mergabitan Kayak Merkezi'nde kayak eğitimi vermeye başladı. Şimdiye kadar alp disiplininde yüzlerce sporcuyu yetiştiren birçoğunu kulüplere kazandıran Duran, tecrübelerini aktardığı sporcuların milli takım forması giyebilmeleri için çaba gösteriyor.

Kayak merkezindeki Gençlik Kampı'na gelen üniversite öğrencileri ve vatandaşlara da kayak öğrenmeleri konusunda yardımcı



olan Duran, çocuk ve gençleri spora kazandırmaya çalışıyor.

Duran, 6 yıldır kentteki 6-18 yaş aralığındaki çocuklara kayak eğitimi verdiğini söyledi. Gençlik Kampı kapsamında kente gelen üniversite öğrencilerine de uygulamalı kayak anlattıklarını dile getiren Duran, "Bu sene üniversitelerden gelen yaklaşık 600 öğrenciyi eğitim verdik. Türkiye'nin her yerinden gelen öğrenciler var. Burada hem küçük hem de büyük yaş gruplarına kayak yapmayı öğretiyoruz. Çocukları 6 yaşından başlayıp 18 yaşına kadar yetiştiriyor-

sene sonuna kadar devam ediyoruz. Yazın da paten kursu veriyoruz. Kuvvet antrenmanları yapıyoruz. Kayak merkezindeki pistlerde hazırladığımız sporcuları temelinden başlayıp ileri seviyeye kadar getiriyoruz. Vatandaşlara da kayak eğitimi veriyoruz. Buraya gelip de kayağı bilmeyen birçok kişi oluyor. Hayatında ilk kez kar görenler oluyor. Onlara da yardımcı oluyoruz. Diğer antrenör arkadaşlarla bu işi yürütüyoruz. Aynı ayrı çalışma gruplarımız var. Buradaki çocukların potansiyeli çok yüksek." **AA**



Çin, optik yer gözlem uydularını uzaya fırlattı



ÇİN, "Gaocing" (SuperView) ve Ti-enyan (SkyEye) sınıfı yer gözlem uydularını uzaya gönderdi. Xinhua ajansının haberine göre, "Gaocing 3-02" ve "Ti-enyan 23" uyduları, Long March 2D roketiyle ülkenin kuzeybatısındaki Ciüçien Uydü Merkezi'nden fırlatıldı.

Uyduların planlanan yörünge konumuna yerleştiği fırlatış, Long March roketleriyle icra edilen 564'üncü başarılı taşıma görevi oldu. Kamusal ve ticari kullanım için yüksek çözünürlüklü optik uydü görüntüleme hizmetleri sağlayan Gaocing sınıfı uydular, Çin Uzay Havacılık Bilimi ve Teknolojisi Kurumuna (CASC) bağlı Sıvey İzleme ve Haritalandırma Teknolojisi Şirketi tarafından geliştiriliyor.

Gaocing uydularının ilk grubu, iki çift olarak 2016 ve 2018 yıllarında, ikinci grubun ilk çifti 2022'de, ikinci çifti Ekim 2024'te fırlatılmıştı. Üçüncü grup uyduların ilk çifti de Nisan 2024'te, ikinci çifti ise Şubat 2025'te uzaya gönderilmişti. Gaocing uydularıyla Güneş Eş Zamanlı Yörünge'de 28 uydudan oluşan bir takımyıdu ağı oluşturulması planlanıyor.

Çince adı "Gök Gözü" anlamına gelen Tientan sınıfı ise istihbarat amaçlı kullanılan elektro-optik keşif uydularını ifade ediyor. Tientan-1 ve Tientan-2 uyduları 2019'da, Tientan-5 uydusu 2020'de, Tientan-22 ve Tientan-24 uyduları ise 2024'te uzaya gönderilmişti. (AA)

Piyasa değeri 400 milyar doları geçti



YouTube, 20 yıllık serüveninde basit bir video paylaşım platformundan küresel bir medya devine dönüştü. Günlük 2.44 milyar aktif kullanıcıya ulaşan ve televizyon, kısa formatlı içerik, canlı yayın, haber ve eğlenceyi kapsayan çok yönlü bir platform haline gelen YouTube'un güncel piyasa değeri 400 milyar doları aştı

Küresel ısınma İstanbul soğuma ihtiyacını yüzde 44 artırabilir

DÜNYA Kaynakları Enstitüsünün (WRI) tarafından yapılan ve iklim krizinin şehirleri nasıl etkileyeceğinin ele alındığı "1.5 Derece, 2 Derece ve 3 Derece Küresel Isınma Altında Şehir Düzeyinde İklim Tehlike Göstergeleri" isimli çalışma için 996 şehir incelenerek farklı iklim senaryolarına dair öngörülerde bulunuldu. Araştırmaya göre, 1995-2014 yılları arasında küresel ortalama sıcak hava dalgalarının ortalama süresi 14,2 gün olarak kaydedildi. Ancak küresel ısınmanın 1,5 derece artması durumunda bu sürenin 16,3 güne, artışın 3 derece seviyesine yükselmesi halindeyse 24,5 güne çıkması bekleniyor. İncelenen 996 şehrin ortalamasına göre, küresel sıcaklık artışının 1,5 dereceden 3 dereceye yükselmesi halinde sıcak hava dalgalarının süresi de yüzde 53 artabilir. Sıcaklık artışıyla birlikte sıcak hava dalgalarının sayısı da belirgin bir şekilde yükseliyor.

Şehirlerde ortalama 4,5 sıcak hava dalgası görülürken, sıcaklıkların 1,5 derece artması halinde bu sayı 5'e, 3 derecelik artışta ise 6,5'e çıkabilir. 3 derecelik ısınmada, şehirlerde sıcak hava dalgası sıklığının 1,5 derecelik senaryoya göre ortalama yüzde 29 artması beklenirken yüksek gelirli ülkelerde bu artışın yüzde 14, düşük gelirli ülkelere ise yüzde 45 olacağı öngörülmüş. Küresel ısınma, 35 derece veya daha yüksek sıcaklıklara maruz kalan insan sayısını artırıyor. İncelenen şehirlerin tamamında, 1,5 derecelik sıcaklık artışı gerçekleşirse 547 milyon kişi, 3 derecelik artışta ise 701 milyon kişi, 30 veya daha fazla gün boyunca 35 derece ve üzeri sıcaklıklarla karşılaşabilir. Çalışmaya göre küresel sıcaklık artışı, soğutma talebini de önemli ölçüde artıracak. 1,5 derecelik artış senaryosuna göre 8,7 milyon kişinin soğutma ihtiyacının 1995-2014 ortalamasının iki katına çıkması, sıcaklık 3 derece yükseldiğinde ise soğutma ihtiyacı iki kat artacak insan sayısının 194 milyon olması bekleniyor. Çalışmada, Avrupa'dan 89 şehir incelendi ve bu şehirlerden yola çıkarak kıtanın gidişatı için 1,5 ve 3 derece senaryoları kapsamında ayrıca bir değerlendirme yapıldı. Bu senaryolara göre, sıcaklıkların 1,5 derece artması halinde yıllık en uzun ısı dalgası süresinde 15 gün, 3 derecelik senaryoda ise 19,7 gün artış yaşanması bekleniyor. Soğutma ihtiyacının oluşacağı gün sayısı 1,5 derecelik senaryoda 142 günken, 3 derecelik senaryoda 187,1 gün olarak öngörüldü. 3 derecelik sıcaklık artışında özellikle Güney ve Doğu Avrupa'da sıcaklıkların 35 derecenin üstünde olduğu gün sayısının 30'u aşacağı tahmin edildi.

İncelenen şehirlerden biri de İstanbul oldu. Rapora göre, şehrin sıcaklığı yoğun trafiğin de etkisiyle kötü durumda ve bu da en sıcak günlerdeki koşulları daha da zorlaştırıyor. İstanbul'da en uzun sıcak hava dalgasının ortalama süresinin, 1,5 derece senaryosunda ortalama 18 gün, 3 derecelik senaryoda ise 33 gün artması bekleniyor. Yıl içinde, sıcaklığın 29 derecenin üzerinde olduğu gün sayısı 3 derecelik ısınma senaryosunda yüzde 40 artarak 84 güne çıkabilir ve bu koşullar, ihtiyaç duyulan mekanik soğutma talebini de yüzde 44 artırabilir. (AA)

AMERİKAN merkezli sosyal medya platformu YouTube, günümüzde medya sektörünün en büyük oyuncularından. Platform, 2006 yılında Google tarafından 1.65 milyar dolara satın alındığında, Hollywood'un büyük stüdyoları ve medya şirketleri tarafından telif hakkı ihlallerine neden olan bir tehdit olarak görülüyordu. Ancak geçen yıllar içinde YouTube, hem bireysel içerik üreticilerine hem de büyük medya şirketlerine gelir sağlayan bir ekosistem oluşturdu. YouTube İş Ortağı Programı (YPP) ile içerik üreticilerine reklam, abonelik ve bağış modelleri üzerinden gelir elde etme imkanı sundu. Günümüzde platformda 3 milyondan fazla içerik üretici bulunuyor ve bu içerik üreticilerinin önemli bir bölümü YouTube'dan sürdürülebilir bir gelir elde ediyor.

8 MİLYONDAN FAZLA ABONE

Geleneksel televizyonun yerini almaya başlayan YouTube, TV izlenme süresinde de büyük bir paya sahip. Nielsen verilerine göre, son iki yılda YouTube, ABD'de televizyon ekranlarında en çok izlenen dijital platform oldu ve Netflix, Disney+ gibi büyük rakiplerini geride bıraktı. YouTube TV hizmeti, 8 milyondan fazla aboneye ulaşarak en büyük internet tabanlı canlı TV servisi haline geldi. Bununla birlikte, YouTube'un mobil cihazlardan ziyade televizyon ekranlarından daha fazla izlendiği açıklanarak, platformun büyük ekranlı izleme alışkan-

lıklarına da uyum sağladığı belirtildi.

YouTube'un gelirleri de bu büyümenin önemli bir göstergesi oldu. 2024 yılında platform, küresel reklam gelirlerinde 36.15 milyar dolar elde etti. Aynı dönemde YouTube'un abonelik hizmetlerinden gelen gelir 15 milyar doları aştı. Wall Street analistlerine göre, Google'dan bağımsız bir şirket olarak değerlendirildiğinde, YouTube'un piyasa değeri 400 milyar dolardan fazla olabilir. Bu değer, Disney, Warner Bros. Discovery ve Paramount gibi büyük medya şirketlerinden daha yüksek bir büyüklüğe ulaştığını gösteriyor. Platformun büyümesinde spor anlaşmaları da önemli bir rol oynadı. 2023 yılında NFL ile yapılan anlaşma sayesinde YouTube, ABD'de NFL Sunday Ticket paketinin tek yetkili dağıtıcısı oldu. Bu anlaşma, YouTube'un geleneksel televizyon sağlayıcılarının yerine geçtiğini ve spor içeriklerini doğrudan izleyicilere sunan büyük bir platform haline geldiğini ortaya koydu. YouTube, ayrıca NFL ve popüler içerik üreticileriyle iş birliği yaparak YouTube Creator Flag Football Game gibi etkinlikler düzenledi. YouTube, yapay zeka destekli yeni araçlarla içerik üreticilerine daha fazla imkan sunmaya devam ediyor. Video öneri algoritmalarını geliştiren platform, içerik üreticileri için otomatik dublaj, telif hakkı koruma sistemleri ve yeni gelir modelleri gibi yapay zeka çözümlerini devreye soktu.

Likeness ID adlı güvenlik aracı ile

deepfake gibi sahte içeriklerin tespit edilmesi sağlandı. Ayrıca, içerik üreticilerine yönelik trend analizleri ve video taslakları sunan yapay zeka destekli araçlar, içerik üretim sürecini kolaylaştırdı. YouTube'un gelecekteki büyüme stratejileri arasında premium içeriklere daha fazla yatırım yapmak, spor ve canlı etkinlik yayınlarını genişletmek ve yapay zeka tabanlı içerik oluşturma araçlarını geliştirmek bulunuyor. Şirket, kullanıcı deneyimini daha da iyileştirmek için televizyon ekranlarında sunulan içerikleri artırarak geleneksel medya ile rekabetini sürdürüyor. Neal Mohan'ın YouTube CEO'su olarak görev süresi boyunca platform, büyük bir dönüşüm yaşadı. Google'da üst düzey yöneticilik yaptıktan sonra 2023 yılında YouTube'un başına geçen Mohan, platformun ticari stratejisini genişletmek ve küresel erişimini artırmak için çalışmaları yürüttü. NFL, Disney, Warner Bros. Discovery ve NBCUniversal gibi büyük medya şirketleriyle iş birlikleri geliştiren Mohan, içerik üreticilerle doğrudan iletişim kurarak platformun büyümesini sağladı.

YouTube'un medya dünyasındaki önemi her geçen gün artarken, platformun gelecekte nasıl bir evrim geçireceği merak konusu. Ancak bugüne kadar yapılan yatırımlar ve genişleyen kullanıcı kitlesi, YouTube'un dijital çağın en güçlü medya platformlarından biri olmaya devam edeceğini gösteriyor. ■ **MEHMET KIZMAZ**

Galaxy S26 Ultra, yeni kamera özelliğiyle farkını gösterecek!

Teknoloji devi Samsung'un merakla beklenen telefonu Galaxy S26 Ultra, yeni kamera özelliğiyle gündem oldu. Cihazın diyafram açıklığı fonksiyonunu geri getirmesi bekleniyor



SAMSUNG, Galaxy S26 Ultra modelinde diyafram açıklığı özelliğini geri getirmeye hazırlanıyor. Gelen son bilgilere göre, şirketin bu özelliği yalnızca ana kamerada sunması bekleniyor. Değişken diyafram, kamera sensörüne giren ışık miktarını ayarlayarak farklı çekim senaryolarında daha iyi sonuçlar elde edilmesini sağlayacak. Samsung bu teknolojiyi ilk olarak Galaxy S9 ve Galaxy S9+ modellerinde kullanmıştı. O dönem

telefonlar, f/1.5 ile f/2.4 arasında geçiş yapabilen çift diyaframalı bir mekanizmaya sahipti. f/1.5 diyafram düşük ışık koşullarında daha parlak ve net fotoğraflar çekilmesine yardımcı olurken, f/2.4 diyafram ise gün ışığında daha keskin görüntüler sunuyordu. Bu özellik Galaxy S10 serisinde de yer aldı, ancak Galaxy S20 ile birlikte kaldırıldı. Samsung'un Galaxy S26 Ultra ile bu teknolojiyi geri getirmeyi planladığı anlaşıyor.

Ancak Samsung'un Xiaomi 14 Ultra'daki gibi tam değişken diyafram mı sunacağı, yoksa Galaxy S9'daki gibi yalnızca iki sabit diyafram açıklığı mı sağlayacağı şu an için belli değil. Galaxy S26 Ultra sadece diyafram kontrolüyle değil, kamera sensörlerinde de önemli güncellemeler içerecek. Samsung, Galaxy S24 Ultra'da 50 MP çözünürlüğe 5x optik züm sunan bir telefoto kamera tanıtmıştı. Galaxy S25 Ultra ile ultra geniş açılı kameranın çözünürlüğü 50 MP'ye çıkarıldı. Galaxy S26 Ultra'da ise 3x telefoto kameranın da 50 MP sensörle güncelleneceği tahmin ediliyor.

Samsung'un kamera teknolojilerini geliştirme konusundaki yaklaşımı göz önüne alındığında, değişken diyafram özelliği S26 Ultra'nın fotoğraf ve video performansını artırabilir. ■ **HÜSEYİN ARIF ÇAKMAK**



Samsung yaz saati uygulamasının etkilerini inceledi

ABD, Kanada ve 40'tan fazla Avrupa ülkesindeki kullanıcılar üzerinde yapılan analizlerde, yaz saati uygulamasının haftalar süren uyku düzeni bozulmalarına neden olduğu belirlendi

SAMSUNG, 14 Mart Dünya Uyku Günü kapsamında, yaz saatine geçiş uygulaması nedeniyle saatlerin ileri alındığı dönemlerde Samsung Health kullanıcılarının uyku verilerine dair incelemesini paylaştı. Şirketten yapılan açıklamada paylaşılan ABD, Kanada ve 40'tan fazla Avrupa ülkesindeki kullanıcılar üzerinde yapılan analizlerin sonucuna göre, yaz saati uygulamasının haftalar süren uyku düzeni bozulmalarına neden olduğu belirlendi.

Yaz saati uygulamasının sabahında pek çok kişinin uyku düzeninin bozulduğu gözlemlendi. Saat değişikliğinin yapıldığı gece, insanların uyku öncesinde daha uzun zaman geçirdiği, bir önceki geceye göre 33 dakika daha geç uykuya daldığı ve 19 dakika daha erken uyanıldığı saptandı. Bu durumdan en çok etkilenenler 20'li yaş grubu olduğu ve bu grup çok geç uykuya geçtiği ve daha az uyuduğu belirlendi.

Kullanıcıların toplam uyku süresi, uyanık kalma süresi, uyku döngüsü, fiziksel ve zihinsel iyileşmesinin değerlendirilmesine dayalı olarak hesaplanan Uyku Skoru da haftalar sonra bile en düşük seviyelerde seyrederken, 20'li yaşlardaki kullanıcılar yine en düşük skora sahip oldu. Yedi günlük Uyku Skoru ortalamasına göre, 20'li yaş grubu en yavaş skor iyileşme oranını gösterirken, daha büyük yaş grupları yaz saatine çok daha hızlı uyarlanmış oldu.

Üçüncü haftaya gelindiğinde, tüm yaş gruplarında uyku skorları hala normal düzeye inmedi ve iyi bir gece uykusunun kalitesi tam yakanamadı.

DAHA İYİ GECE UYKUSU İÇİN İPUÇLARI

Dünya Uyku Günü vesilesiyle Samsung, daha iyi gece uykusu için uyku düzeninin ve alışkanlıklarının mümkün olduğunca sorunsuz ve zahmetsiz bir şekilde anlaşılmasını sağlayacak faydalı ipuçlarını paylaştı. İdeal bir uyku ortamı, iyi bir gece uykusu için kritik öneme sahipken, bu ay içerisinde sunulacak olan Samsung Health güncellemesi, Smart Things ve Samsung'un kapsamlı cihaz ekosistemi gücünden yararlanarak Uyku Ortamı Raporu oluşturacak.

Rapor aracılığıyla sıcaklık, nem, karbondioksit ve ortam ışığı dahil olmak üzere uyku kalitesini etkileyen temel faktörler hakkında yol gösterecek ve analizler sunacak. Kullanıcılar, uyudukları ortamın uyku düzenini nasıl etkilediğini daha iyi anlayarak daha iyi bir gece uykusu için oda koşullarını kolayca optimize edebilecek. Uyku ortamını mükemmelleştirmenin yanı sıra, aktivitelerin enerji seviyesini nasıl etkileyebileceğini anlamak da çok önemli. Samsung Health uygulaması güncellemeleri, kullanıcıların gün boyunca ne kadar enerji haralayabileceklerinin görünümünü sunan Enerji Skoru özelliğine de yenilikler getiriyor. Uyku ve kalp atış hızının yanında aktiviteler hakkında ayrıntılı bilgiler veren Aktivite Tutarlılığı, son dört haftanın aktivite seviyelerini değerlendiriyor ve genel durumun daha ayrıntılı anlaşılmasına yardımcı oluyor.

Kullanıcıların nasıl uyuduğunu anlamaları ve uyku eğitimi yoluyla gereken düzenlemeleri yapmaları da önemli. Uyku Koçluğu, kullanıcıların uykusunu 7 gün boyunca takip ediyor ve sonuçlara göre kullanıcıya bir uyku hayvanı atayarak uyku düzenine kavuşulmasını kolaylaştırıyor. ■ **ÇAĞRI CEBECİ**