

## Sıla, Başkentli müzikseverlerle buluşuyor

Sıla, 19 Nisan akşamı Congresium Ankara sahnesinde sevenleriyle buluşuyor. Sevilen sanatçı Sıla, Ankaralılara unutulmaz bir akşam yaşatacak. (Haber Merkezi)



## Gençlerbirliği deplasmanda 3 puana hasret kaldı

Kırmızı-siyahlılar bu sezon dış sahada oynadığı 12 maçta 1 galibiyet, 2 beraberlik ve 9 mağlubiyet aldı. Natura Dünyası Gençlerbirliği bu sezon dış sahada-

ki tek galibiyetini 18 Ekim 2025'te Beşiktaş karşısında aldı. Kayserispor ve Kasımpaşa ile berabere kalan kırmızı-siyahlılar, diğer deplasman maçlarından puansız ayrıldı. **Sayfa 7'de**

## Öğrenciler, iftar ve sahurda ABB'nin Gençlik Sofralarında buluşuyor

Ankara'da Ramazan'ın bereketi tüm kente yayılıyor. Ankara Büyükşehir Belediyesi, Ramazan ayı boyunca kentin 4 farklı noktasında üniversite öğrencilerine ücretsiz iftar sofraları kuruyor. Öğrenciler, hafta içi her gün 100. Yıl Kütüphanesi, Sıhhiye, Anıttepe ve Gazi Gençlik Sofralarında 4 çeşit sıcak yemekle oruçlarını açarken, 100. Yıl Gençlik Sofrası'nda cuma ve cumartesi günleri sahur hizmetinden de yararlanabiliyor. (Haber Merkezi)



# Başkent

23 Şubat 2026 Pazartesi

www.baskentgazete.com.tr

FİYAT: 7 TL

## Finansal yatırım araçlarıyla kentsel dönüşüm sürecine daha fazla destek olunması bekleniyor

Ankara Üniversitesi Gayrimenkul Geliştirme ve Yönetimi Bölümü Başkanı Prof. Dr. Harun Tanrıvermiş, "Kentsel dönüşümde sadece Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığının, TOKİ'nin veya ilgili kuruluşların aktör olmasını beklemek yanlış. Bu sürecin topyekun olması, bütün belediyeler, kurumsal inşaat ve gayrimenkul yatırım işletmelerinin de sürece aktif katılması gerekiyor" dedi. Hak sahipleri yönünden dönüşüm projelerinin geliştirilmesi hususunda düzenlemeler yapıldığını dile getiren Tanrıvermiş, kentsel dönüşüm sürecinde tapu kayıtlarına ilişkin "şerh" konulabileceğini bildirdi. **Sayfa 5'te**

# Ankara'da Ocak ayında 10 bin 207 konut satıldı

TÜİK Ankara bölge müdürlüğünden alınan verilere göre Ankara'da Ocak 2026 tarihinde 10 bin 207 konut satıldı. Başkent Ankara'da en fazla ev satışının olduğu ilçe bin 555 adet ile Çankaya olurken, Çankaya'yı bin 341 konut satışıyla Keçiören izledi.

Ankara gayrimenkul piyasası 2026 yılına durağan bir başlangıç yaptı. Ocak ayı verilerine göre Ankara genelinde 10 bin 207 konut el değiştirdi. Geçen yılın aynı ayında bu rakam 10 bin 158 olarak kayıtlara geçmişti. Satış sayısındaki bir sembolik artış, piyasanın "patinaj" yaptığı ve konut stokunun birikmeye başladığını gösteriyor

Gayrimenkul ekonomisi ve ileri düzeyde pazarlama alanında faaliyet gösteren Ankara'nın önde gelen gayrimenkul şirketi Gayrimenkul PR Ocak ayına ilişkin gerçekleşen satış oranlarını şu şekilde analiz etti;

### STOK BİRİKİYOR, REKABET SERTLEŞİYOR

Konut fiyatları ilanlarda üzerinde artıyor gibi görünse de enflasyon ve maliyet karşısında reel olarak düşüş eğiliminde. Nakit paranın gücü, konutun yatırım değerinin önüne geçmiş durumda. İlan sitelerindeki 'hayali' fiyatlar ile gerçekleşen satış rakamları arasındaki fark açılıyor. Alıcılar şişirilmiş ilanlara itibar etmiyor. Satış hızının arzun gerisinde kalmasıyla konut stoku hızla yükseliyor. EİDS'nin uygulanmaya başlamasıyla sadece 'ilan girerek' ev satma dönemi sona erdi. Rekabetin ve PR yöntemiyle satışları artacağı daha net bir sürece girildi.

Ankara'da en çok konut satışını ipotekli konut satışlarındaki gerçekleşti. 2 bin 262 olan ipotekli konut satışları oldu. İlçelere göre konut satışlarında ise Çankaya bin 555 adet konut satışıyla birinci sırada bulunurken, bunu bin 341 adet konut satışıyla Keçiören izledi. (Haber Merkezi)



## Gençlere üniversit yolunda tam destek

Altındağ Belediyesi, üniversite sınavına girecek gençler için Yüksek İhtisas Üniversitesi işbirliği ile "Toplumsal Katkı Koordinatörlüğü" başlıklı bir seminer düzenledi. Sınav sürecinde stresle baş etmenin önemli noktalarına değinen Öğretim Görevlisi Cansu Öztürk "Stresten olumsuz etkilendiğimizi gösteren belli etmenler var. Bunlar uyku düzeninde değişimler, el ve ayakta titremeler, kalp çarpıntısı, nefes alamama, unutkanlık, basit işlemlerde hata yapmak, alınganlık, tırmak yeme, kolay bir şekilde ağlamaya başlama gibi." dedi. **Sayfa 3'te**

## Başkentliler kentin manevi miraslarıyla buluşuyor

Ankara Büyükşehir Belediyesi, Ramazan ayının gelmesiyle kentin tarihi ve kültürel dokularını maneviyatla taçlandırarak "İnanç Miras Rotası" gezi programını hayata geçirdi. Başkentliler; Alaeddin Camisi, Felekeddin (Kesikbaş) Türbesi, Ahi Şerafettin Camisi, Ağaçoğlu Camisi, Cenabı Ahmet Paşa Camisi ve Türbesi, Hallacı Mahmut Camisi ve Türbesi, Zincirli Camisi ve Hacı Bayram-ı Veli Camisi başta olmak üzere kentin önemli tarihi ibadethanelerini ziyaret etti. **Sayfa 3'te**



## "Çocuklara yönelik yaklaşım intikamcı değil, ıslah edici olmalı"

DEVA Partisi Ankara Milletvekili İdris Şahin, suçla sürüklenen çocuklara ilişkin yürütülen tartışmalar ile sosyal medya düzenlemesine dair hazırlıkları hukukçu perspektifiyle kapsamlı biçimde değerlendirdi. Adalet sisteminin hem bireyi hem toplumu koruma yükümlülüğü bulunduğunu vurgulayan Şahin, çocuklara yönelik yaklaşımın "intikamcı değil, ıslah edici" bir zeminde kurulması gerektiğini söyledi. Şahin, özellikle çocuk adalet sisteminde son dönemde artan kamuoyu tartışmaları ve Adalet Bakanlığı'nın üzerinde çalıştığı düzenlemeler bağlamında dikkat çekti. **Sayfa 5'te**



## "Meyve fiyatları bir yılda yüzde 109 arttı"

CHP Niğde Milletvekili ve TBMM Tarım, Orman ve Köyşerhi Komisyonu Üyesi Ömer Fethi Gürer, Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) açıkladığı Ocak 2026 Tarım Ürünleri Üretici Fiyat Endeksi (Tarım-ÜFE) ve Tarımsal Girdi Fiyat Endeksi (Tarım-GFE) verilerine ilişkin açıklamada yaptı. Gürer, verilerin üretimde maliyet baskısının sürdüğünü gösterdiğini belirterek, artan maliyetlerin hem üreticiyi hem de tüketiciyi etkilediğini ifade etti. **Sayfa 4'te**



## "Ramazan ayında ağız ve diş sağlığını korumak zor değil"

Ramazan ayında değişen beslenme düzeni ve uzun süreli açlık-susuzluk, ağız ve diş sağlığını doğrudan etkileyebiliyor. Uzmanlar, özellikle tükürük akışının azalmasıyla dişleri daha savunmasız hale getirdiğine dikkat çekerken, doğru zamanda ve doğru şekilde yapılan ağız bakımının bu riskleri büyük ölçüde ortadan kaldırdığını vurguluyor. Periodontoloji Uzmanı Nihal Bahar, Ramazan ayında ağız ve diş sağlığını korumaya yönelik önemli uyarılarda bulundu. **Sayfa 6'da**



## "Emekli bayram ikramiyesi en az 17 bin 514 TL olmalı"

DİSK, yaptığı açıklamada emeklilerin alım gücünün her geçen yıl düştüğünü, milyonlarca emeklinin açlık sınırının altındaki gelirle yaşamaya zorlandığını belirtti. DİSK, artışlarda yalnızca resmi enflasyonun esas alınmasının emekli aylıklarını eritmeye devam ettiğini vurguladı. **Sayfa 2'de**

## Genç mucitlerin robotuna büyük ödül

Ortaokul ve lise öğrencilerinden oluşan Chaotics Robot Topluluğu, FIRST Tech Challenge (FTC) kapsamında geliştirdikleri robotik projeye katıldıkları Türkiye şampiyonasında "İlham Ödülü"ne layık görüldü. Ankara'da bir özel okulun ortaokul ve lise öğrencileri, robotik, mühendislik ve yazılım becerilerinin değerlendirildiği uluslararası STEM (fen, teknoloji, mühendislik ve matematik) programı olan FTC kapsamında, sahadaki topları toplama ve belirlenen hedeflere yüksek hassasiyetle fırlatma yeteneğine sahip robot tasarladı. **Sayfa 2'de**



## ABB'nin Ramazan ayına özel et satışına yoğun ilgi

Ankara Büyükşehir Belediyesi'nin (ABB), halkın güvenli ve sağlıklı gıdaya erişimini kolaylaştırmak amacıyla Ramazan ayı boyunca sürdüreceği kırmızı et satışını uygulaması ikinci gününde de Başkentlilerden yoğun ilgi gördü.

Ankara Halk Ekmek Fabrikası tarafından yerli üreticilerden temin edilen yüzde 100 yerli besi et ürünleri; 9 Başkent Market ve 3 Başkent Mobil Market aracılığıyla vatandaşların sofralarına ulaştırılıyor. Uygulama kapsamında Ramazan boyunca dana sucuk, kıyma, kuşbaşı, yemeklik-haşlamalık et ürünleri Ankara'nın merkez ve çevre ilçelerinde satışa sunulacak. Et satış; Başkent Mobil Marketler aracılığıyla Sıhhiye

Abdi İpekçi Parkı, Evren, Balâ ve Şereflikoşhisar'da gerçekleştirilirken; GİMAT, Batıkent, Sıhhiye, Kızılay, ASKİ, ABB, Etimesgut, Mamak, Şafaktepe ve Ulus Hali Başkent Market şubeleri ile Gökkuşluğu Fabrika Satış Mağazası'nda da devam ediyor. Uygulamanın ilk iki gününde toplam 7 bin 969 kilogram et satıldı. Marketler Ramazan süresince 10.00-17.00 saatleri arasında hizmet vermeye devam edecek. Yüzde 100 yerli besi hayvanlardan elde edilen etler, Ankara'daki kesimhanelerde veteriner hekim kontrolünde kesilerek antemortem ve postmortem muayenelerden geçiriliyor. Tüm kontrolleri tamamlanan ürünler, hijyenik koşullarda Başkent Market raflarında satışa sunuluyor. (Haber Merkezi)



# “Emekli bayram ikramiyesi en az 17 bin 514 TL olmalı”

Emeklilerin alım gücünün düştüğü ve bayram ikramiyelerinin enflasyon karşısında eridiğini vurgulayan DİSK, emekli bayram ikramiyelerinin artırılması için adil bir düzenleme çağrısı yaptı.

**Makbule AKGÜL**

Devrimci İşçi Sendikaları Konfederasyonu (DİSK), 2026 yılı için emekli bayram ikramiyesinin en az 17 bin 514 TL'ye çıkarılması çağrısı yaptı.

DİSK, yaptığı açıklamada emeklilerin alım gücünün her geçen yıl düştüğünü, milyonlarca emeklinin açlık sınırının altındaki gelirle yaşamaya zorlandığını belirtti. 2008'de yürürlüğe giren 5510 sayılı yasa sonrası aylık bağlama oranlarının düşürüldüğünü, emekli maaşlarının milli gelir artışından koparıldığını hatırlatan DİSK, artışlarda yalnızca resmi enflasyonun esas alınmasının emekli aylıklarını eritmeye devam ettiğini vurguladı.

Açıklamada, AKP hükümetinin emekli aylıklarının insanca yaşam düzeyine çıkarmak yerine en düşük aylığa Hazine desteği ve bayram ikramiyeleriyle sorunu

geçici biçimde “yamamaya” çalıştığı ifade edildi. Ancak bu uygulamaların da giderek değer kaybettiği kaydedildi.

## “BAYRAM İKRAMİYESİ ERİDİ”

2018'de bin TL olarak başlayan bayram ikramiyesinin 2025'te 4 bin TL'ye yükseldiği, ancak aynı dönemde asgari ücret ve enflasyon karşısında ciddi erime yaşadığı belirtilen açıklamada, “Emekli bayram ikramiyesi uygulamaya konduğunda, 2018 yılında emekli bayram ikramiyesi bin TL, asgari ücret ise bin 603 TL idi. Emekli bayram ikramiyesi asgari ücretin yüzde 62,4'tüydü. 2018-2025 arası emekli bayram ikramiyesinin asgari ücretten az artırılması sebebiyle emekli bayram ikramiyesinin asgari ücrete göre kaybı arttı. 2025'te asgari ücret 22 bin 105 TL ve emekli bayram ikramiyesi ise 4 bin TL'ydı” denildi.

## “SADAKA DEĞİL HAKKIMIZI İSTİYORUZ”

DİSK, 2026 yılında emekli bayram ikramiyesinin en az asgari ücret artışı oranında artırılması gerektiğini belirterek tutarın en az 17 bin 514 TL olması çağrısında bulundu.

Açıklamada, “Emekliler bu ülkenin yükü değil onurudur. Sadaka değil, hakkını istemektedir” denilerek şunlar kaydedildi: “Emekli aylıkları insanca yaşamaya yetecek düzeye çıkarılmalı; milli gelir artışından emeklilere adil pay verilmeli ve emeklilikte adalet acilen sağlanmalıdır.

Emeklilerin insanca yaşayacağı bir düzen mümkündür ve bu bir tercih meselesidir. Hükümeti derhal adım atmaya, emeklilerin haklı ve meşru taleplerini karşılamaya davet ediyoruz.”

## Genç mucitlerin robotu FTC, Türkiye şampiyonasında “İlham Ödülü” aldı

Ortaokul ve lise öğrencilerinden oluşan “Chaotics” topluluğu, FIRST Tech Challenge kapsamında, sahadaki topları toplama ve belirlenen hedefe fırlatma yeteneğine sahip robot tasarladı. Chaotics Topluluğu kaptanı Zehra Sinemis Yılmaz, “Uluslararası arenada Türkiye'yi temsil etmek istiyoruz” dedi.

Ortaokul ve lise öğrencilerinden oluşan Chaotics Robot Topluluğu, FIRST Tech Challenge (FTC) kapsamında geliştirdikleri robotik projeye katıldıkları Türkiye şampiyonasında “İlham Ödülü”ne layık görüldü.

Ankara'da bir özel okulun ortaokul ve lise öğrencileri, robotik, mühendislik ve yazılım becerilerinin değerlendirildiği uluslararası STEM (fen, teknoloji, mühendislik ve matematik) programı olan FTC kapsamında, sahadaki topları toplama ve belirlenen hedeflere yüksek hassasiyetle fırlatma yeteneğine sahip robot tasarladı.

Öğrencilerin titiz çalışması sonucunda ortaya çıkan robot, fiziksel dayanıklılığının yanı sıra sahadaki yüksek puanlama kapasitesiyle de teknik yeterliliğini Türkiye şampiyonasında kazandığı ödülle tescillendi.

Okulun Projeler Koordinatörü Ebru Azman, Chaotics Robot Topluluğu olarak öğrencilerle sürdürülebilir bir eğitim sistemi oluşturmaya çalıştıklarını, liseli öğrencilerin ortaokul öğrencilerine mentorluk yaptığı toplulukta akran öğrenmesi ve liderlik becerilerinin geliştirilmesine desteklediklerini belirtti.

Topluluğun üyelerinden 6. sınıf öğrencisi Kayra Gökalp, geliştirdikleri robotun en önemli özelliğinin basit düşünerek tasarlanmış işlemlerin bir araya gelmesi olduğunu ifade etti.

Gökalp, tasarım sürecinde ekipteki herkesin bir mühendislik defterine fikirlerini çizdiğini, tüm fikirlerin içinden en iyilerini seçerek robotu geliştirdiklerini dile getirerek, şunları kaydetti: “Bizim işimiz sadece robot yapmak veya bir yarışmaya katılmak değil. Çünkü biz bu süreçte birlikte üretmeyi, sorumluluk almayı, öğrendiklerimizi başkalarıyla paylaşmayı öğreniyoruz. Bu yüzden saha içi başarımızın yanında topluma dokunan projeler yapmaya da çok önem veriyoruz. Bu projelerden biri otizmlilik arkadaşlarımızla birlikte yürüttüğümüz çalışmalar. Otizm Vakfı işbirliğiyle otizmlilik arkadaşlarımız için STEM atölyeleri kurduk. Bu atölyelerde robotik ve temel mühendislik eğitimleri veriyoruz. Bu süreçte biz, empati kurmayı, sabrı ve gerçek bir takım olmayı öğrendik.”

Akranlarına ve daha küçük çocuklara kodlamayı sevdirmek amacıyla “Chaotic Coding” adlı oyun geliştirdikleri anlatan Gökalp, “Bu oyunda çocuklar kodlamanın temel ilkelerini basit bir oyun oynayarak öğreniyorlar. Oyunumuzu şu ana kadar 9 ülkede binlerce çocukla buluşturduk ve çocukların STEM'e olan ilgilerini artırdık.” dedi.

Gökalp, köy okullarındaki öğrencilere de STEM eğitimleri verdiklerini belirterek, “Buradaki amacımız erişimi olmayanlara da bilim ve teknolojiyi tanıtmak, onları robotikle buluşturmak. Bizim için asıl başarı robot yapmak değil, dokunduğumuz hayatlar ve bıraktığımız olumlu etki.” ifadesini kullandı.

## “DÜNYA ŞAMPİYONASINDA CİDDİ ÖDÜLLER ALMAK İSTİYORUZ”

Chaotics Topluluğu'nun kaptanı 11'nci sınıf öğrencisi Zehra Sinemis Yılmaz da toplulukta 3D tasarım, yazılım ve robot programlamaya yönelik eğitimlerin yanı sıra, el aletlerinin doğru ve güvenli kullanımı, mekanik montaj teknikleri, temel malzeme bilgisi gibi mühendislik alanlarında ciddi bir eğitim süreci yürüttüklerini aktardı.

Ortaokul öğrencilerine mentorluk yapmanın kendi



## Ramazan'ın bereketi paylaşıyor

Kahramankazan Belediyesi, Ramazan ayının bereketini ve paylaşma ruhunu ilçenin dört bir yanına taşımaya devam ediyor. Belediye Ramazan ayı boyunca evinde yemek yapamayacak durumda olan yaşlı, hasta, engelli ve ihtiyaç sahibi vatandaşlara her gün iftarlık sıcak yemek hizmeti sunuyor.

Belediye yemekhanesinde, hijyen kurallarına titizlikle uyularak hazırlanan ve özenle paketlenen yemekler, Sağlık İşleri Müdürlüğü ekipleri tarafından hem merkez hem de kırsal mahallelerde kapı kapı dağıtılıyor. Ramazan'ın dayanışma ve yardımlaşma iklimini yansıtan hizmet sayesinde, ihtiyaç sahibi vatandaşların

sofraları her akşam sıcak yemekle buluşuyor.

Kahramankazan Belediye Başkanı Selim Çırpanoğlu, Ramazan ayının paylaşma ve dayanışma ayı olduğuna dikkat çekerek şunları söyledi: “Ramazan, birlik ve beraberliğimizi pekiştiren, yardımlaşma duygularımızı güçlendiren müstesna bir aydır. Kahramankazan Belediyesi olarak, evinde yemek yapamayacak durumda olan yaşlı, hasta, engelli ve ihtiyaç sahibi hemşerilerimizin her zaman yanındayız. Hiçbir vatandaşımızın Ramazan ayında sofrası boş kalmamasın. Paylaştıkça çoğalan bu bereketi hep birlikte yaşamaya devam edeceğiz.” (Haber Merkezi)

## Başkan Özarslan, özel gereksinimli bireyler ve sporcularla iftarda buluştu

Keçiören Belediye Başkanı Dr. Mesut Özarslan, Mevlana Kültür Merkezi'nde düzenlenen iftar programında özel gereksinimli bireyler ile sporcuları ağırlayıp birlikte iftar yaptı.

İftar programına; Keçiören Belediye Başkanı Dr. Mesut Özarslan'ın yanı sıra; Gençlik ve Spor Bakanlığı Genel Müdür Yardımcısı Hakan Bebek, Olimpiyat Şampiyonu Milli Halterci Halil Mutlu, Hokey Federasyonu Başkanı Mustafa Çakır, Görme Engelliler Spor Federasyonu Başkanı Ayhan Yıldırım, Uluslararası Tüm Engelliler ve Yaşlılar Kimsesizler Federasyonu Başkanı Güldane Kaya Kaçmaz, Vatansızlar Partisi Genel Başkanı Yılmaz Gülüm, Türkiye Taekwondo Federasyonu Başkanı Bahri Tanrıkulu, Taekwondo Federasyonu Yönetim Kurulu Asbaşkanı İbrahim Özbay, Görme Engelliler Spor Federasyonu Genel Sekreteri Yusuf Açıkalin, Özel Sporcular Federasyonu Başkan Vekili Ensar Kurt, AK Parti Keçiören İlçe Yönetimi ve Engelliler Komisyonu Üyeleri, Keçiören İlçe Spor Müdürü Ömer Alışık, Özürlüler Eğitim ve Danışma Vakfı Başkanı Selim Türkler, Taekwondo Federasyonu Bilim Kurulu Başkanı Dr. Bayram Şahin, Ankara Engelliler Derneği Başkanı Erdal Atay, Bir Damla Yardımlaşma Derneği Başkanı Şengül Canik, Engellilerimizi Yaşatalım Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği Başkanı Şenol Altunbay, İnsan Kitap Toplum Araştırmaları Derneği Başkanı Ahmet Sandal, Leman Gebizli Tüm Engellilere Umut Işığı Derneği Ankara İl Başkanı Alisa Çiçek Akyol, Tokat İş Adamları Derneği Başkanı Fezair Tatlıdil, Kamu-Der Engelliler Komisyonu Başkanı Hasan Hüseyin Alaz, özel gereksinimli bireyler ve aileleri, özel gereksinimli sporcular, muhtarlar, belediye başkan yardımcıları ve meclis üyeleri katıldı.

## “EN BÜYÜK İCRAATLARIMIZI ENGELLİ KARDEŞLERİM İÇİN YAPTIK”

Keçiören Belediye Başkanı Dr. Mesut Özarslan, özel gereksinimli bireylere destek olmaya devam edeceklerini vurgulayarak şunları söyledi: “Türk sporu gücünü kendi özünden, milli tarihinden, kendi anatomisinden alır. Bizler yüce Türk milletinin asıl insanlarıyız. Bu değerlerin en başında, Türk milletini yüce yapan, ulu kılın Resulullah Efendimiz'in sancaktarlığını yapmış olmamızdır. Bizleri dindik tutan; Hz. Ali Efendimiz'in adaleti, Ehl-i Beyt'in yolu, Hoca Ahmet Yesevi ve Horasan Erenleri'nin Anadolu coğrafyasında ilmik ilmik işlediği ve bizlere verdiği tedrisattır. Nerede engelli kardeşim varsa, bu Keçiören coğrafyasında bizim başımızın tacı olmuştur. Her zaman yanlarında olmaya devam edeceğim. En büyük icraatlarımızı engelli kardeşlerimiz için yaptık ve bundan sonra da bu işler böyle devam edecektir. Hangi sporcumuz uluslararası arenada bizim şampiyonlarımız gibi şanlı Türk bayrağını kaldırırsa, büyük kazançtayız demektir. Onun için sporcu kardeşlerimiz de başımızın tacıdır, bu böyle biline! Biz kimsenin başına baş olmaya değil, herkese hizmetkâr olmaya geldik ve öyle de devam edeceğiz. Allah yaptığımız ibadetleri kabul ve makbul eylesin. Ne mutlu Türk'üm diyene.”

Olimpiyat Şampiyonu Milli Halterci Halil Mutlu ise sporcuların her zaman yanında yer alan Başkan Özarslan'a teşekkür ederek şu mesajları paylaştı: “Yerel yöneticilerden, sporcuları ve gençlerin yanında olmalarını bekliyorum. Biz sporcular da sporcunun yanında olanların her zaman yanındayız.” (Haber Merkezi)

**Başkent**

ANKARA'NIN GAZETESİ

**23 Şubat 2026 Pazartesi**

**Sayı 19844**

**Özgün Matbaacılık Sanayi ve Ticaret A.Ş. Adına Sahibi**

**FIRAT GÜNDOĞAN**

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

**Gül TERZİ BÜLBÜL**

Haber Müdürü

**Zehra ŞAHİNDOKUYUCU**

Sayfa Sekreteri

**Sinem YAKICI**

**ADRES**

Mutlu Kent Mah. 1964. Cad No. 31/1-4

Ümitköy - Çankaya/ANKARA

Tel: 0 312 419 01 75

Faks: 0 312 425 73 99

e-posta: baskent@ozgun.com

UETS Adresi: 25999-70300-62516

**Yayın Türü Yerel Süreli Yayın**

**Köşe yazarları tarafından hazırlanan makalelerin hukuki sorumluluğu tümüyle yazarlara aittir.**

**Baskı** Özgün Matbaacılık San. ve Tic. A.Ş. Ankara Polatlı Karayolu 52. Km. Gazi Mahallesi Özgün Cad. No. 4 Sincan / ANKARA

Tel. 0 312 645 19 10

Faks. 0 312 645 19 19

**Dağıtım** MATA GRUP BİLİŞİM LOJİSTİK DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ.

**BAŞKENT GAZETESİ İLAN TARİFESİ**

(St/Cm)

1. Sayfa (Renkli) : 300.00 TL

1. Sayfa (Siyah Beyaz) : 230.00 TL

**Diğer Sayfalar (St/Cm)**

Renkli : 275.00 TL

Siyah-Beyaz : 232.00 TL



## KİTAP VİTRİNİ

### Gerçek Aşkın Laneti

Hayal kur, umut et ve sihre inanmaktan hiç vazgeçme, tıpkı Evangeline gibi... New York Times'ın çok satan yazarı Stephanie Garber'dan Caraval serisinin sihirli evreninde geçen lanetli aşk üçlemesi Kırık Bir Kalp, muhteşem bir sona ulaşıyor... Şimdilik.

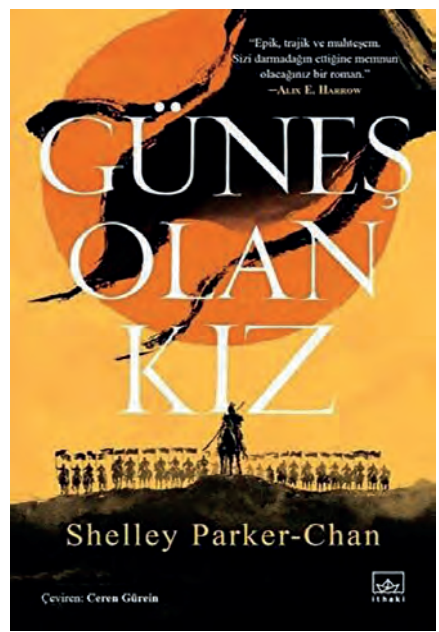
Bir gün mutlaka kendini bir peri masalında bulacağına inanan Evangeline Fox, mutlu sona ulaşmak için Muhteşem Kuzey'e gitti. Burada yakışıklı bir prensle evlendi ve efsanevi bir şatoda yaşamaya başladı.

Ancak Evangeline'in bu masal için ödediği yıkıcı bedelden haberi yok. Ve kocası bunu öğrenmemesi için gereken her şeyi yapmaya kararlı ama önce Kupa Prensi'ni öldürmesi gerekiyor.

### Güneş Olan Kız

1345'te Çin, sert Moğol yönetimi altındadır. Bu topraklarda açlıktan kıran köylüler için azamet yalnızca hikâyelere mahsus bir kavramdır. Zhu ailesinin oğlu Zhu Chongba'ya azamet dolu bir kader bahsedildiğinde kimse bunun nasıl gerçekleşeceğine akıl sürdirmemez. Diğer yandan, ailenin zeki ve becerikli kızına bahsedilen hiçlik şaşırtmaz kimseyi.

Fakat bir haydut saldırısı bu iki çocuğu yetim bıraktığında çaresizliğe boyun eğip ölen Zhu Chongba olur. Kaderindeki ölümden kaçmak için her şeyi yapmaya hazır olan kız, erkek kardeşinin kimliğini üstlenir ve genç bir çömez olarak bir manastıra girer. Hayatta kalma arzusuna sıkı sıkıya sarılan Zhu burada, kaderini değiştirmek için her türlü kötülüğü yapabilecek birine dönüştürecektir.



# Altındağlı gençlere üniversite yolunda tam destek

Altındağlı gençler üniversite yolunda emin adımlarla ilerliyor. Altındağ Belediyesi, Yüksek İhtisas Üniversitesi işbirliği ile Altındağlı gençlere doğru tercih, motivasyon ve stresle başa çıkmaları amacıyla “Toplumsal Katkı Koordinatörlüğü” semineri düzenledi.

Altındağ Belediyesi, üniversite sınavına girecek gençler için Yüksek İhtisas Üniversitesi işbirliği ile “Toplumsal Katkı Koordinatörlüğü” başlıklı bir seminer düzenledi. Aydınlıkevler Kütüphanesi’nde, Yüksek İhtisas Üniversitesi Öğretim Görevlisi Cansu Öztürk ve Toplumsal Katkı Koordinatörü Ayça Bekler tarafından gerçekleştirilen seminerde, Altındağlı gençlere “Üniversite tercihlerinde dikkat edilmesi gerekenler, doğru tercihin nasıl olması gerektiği, stres, stresin faydalı olduğu noktalar, motivasyonun neden gerekli olduğu, içsel ve dışsal motivasyon, içsel motivasyonun nasıl artırılacağı, stresle başa çıkmak için öz şefkat, stresle nasıl başa çıkılır” gibi konular anlatıldı. Seminer Altındağlı gençlerin büyük beğenisini topladı.

Sınav sürecinde stresle baş etmenin önemli noktalarına değinen Öğretim Görevlisi Cansu Öztürk, “Stresten olumsuz etkilendiğimizi gösteren belli etmenler var. Bunlar uyku düzeninde değişimler, el ve ayakta titremeler, kalp çarpıntısı, nefes alamama, unutkanlık, basit işlemlerde hata yapmak, alınganlık, tınak yeme, kolay bir şekilde ağlamaya başlama gibi... Bunlar stresle başa çıkamadığımızı gösterir. Sınav sürecinde yaşadığımız en büyük sıkıntı bu...” dedi. Öztürk, öğrencilere bununla nasıl başa çıkabilecekleri konusunda önemli bilÖğrencilere kendilerine yatırım yapmalarını ve yeni bir dil öğrenmelerini tavsiye eden Yüksek İhtisas



Üniversitesi Toplumsal Katkı Koordinatörü Ayça Bekler ise “Sınav hazırlanma sürecinde meslek hedefimizde netlik oluşturup, gerçekten başarılı olacağımızı düşündüğümüz ve kalben bağlı olacağımız meslekte ilerlemeliyiz. Ne istediğimizi bilen, kendinden emin adımlar atmalıyız” ifadelerini kullandı.

Seminerden sonra, strese karşı bakış açısının olumlu yönde değiştiğini vurgulayan YKS hazırlık öğrencisi Karahan Belligüçük, “Stresle baş etmenin pozitif yollarını öğrendim. Biz gençler olarak stresi hep olumsuz bir şey olarak

görüydük. Ama bazen stresin de güzel olabileceğini, bizi farklı yerlere sevk edebileceğini bilmiyorduk. Bu seminerden sonra strese karşı bakış açım değişti. Stresli olmak, bir yandan da bizi çalışmaya sevk eden bir durummuş... Artık stresle daha profesyonel bir şekilde baş edebilen ve ne istediğini bilen birisiyim” dedi.

Seminerden sonra, kariyerinde net bir düşünceye sahip olduğunu ifade eden bir diğer YKS hazırlık öğrencisi Ecrin Güllü ise, “Üniversite sınavına büyük bir özveriyle hazırlanıyorum. Fakat seminerden önce kafamda kariyerim üzerine net bir düşünce yoktu. Karar verme noktasında nelere dikkat etmem gerektiğini bilmiyordum. Ama seminerden sonra dikkat etmem gereken noktaları öğrendim. Net olmanın daha çok başarıya gideceğini keşfettim. Bizim bilinçlenmemize vesile olan, yolumuzu aydınlatan Başkanımız Veysel Tiryaki’ye çok teşekkürler.” diye konuştu.

Sınav sürecinde Altındağlı öğrencilere motivasyonlarını yüksek tutmalarını tavsiye eden Altındağ Belediye Başkanı Dr. Veysel Tiryaki, “Altındağ Belediyesi olarak gençlerimizin her daim yanındayız ve bilinçlenmeleri için bu tarz seminerlerimizi öğrencilerimize sunmaya devam edeceğiz. Altındağ’daki her öğrencimiz bizim için çok kıymetli... Tüm öğrencilerimize gönülden başarı diliyorum” ifadelerini kullandı. (Haber Merkezi)

## ABB’den şehir hastanelerinde sahur ikramı

Ankara Büyükşehir Belediyesi, Ramazan ayında Etlik ve Bilkent Şehir Hastanelerinde sahur vaktinde sıcak çorba ve sandviç ikramında bulunarak hasta yakınları, sağlık çalışanları ve işçilerin sahur yapmasına katkı sağlıyor.

Ramazan ayında; sosyal belediyecilik ilkesiyle gerçekleştirdiği faaliyetlerine hız veren Ankara Büyükşehir Belediyesi (ABB), sağlık hizmetlerinin kesintisiz sürdüğü şehir hastanelerinde sahur desteği veriyor.

ABB ekipleri, sahur saatlerinde Etlik Şehir Hastanesi ile Bilkent Şehir Hastanesi’nde sıcak çorba ve sandviç dağıtımı gerçekleştiriyor.

Uygulamayla birlikte şehir hastanelerinde geceyi geçirmek zorunda kalan hasta yakınları, görev başındaki sağlık çalışanları ve işçilerin sahur ihtiyaçları karşılanıyor.

Gece saatlerinde hastanede yiyecek temin etmekte zorlanan vatandaşlar ABB’nin sunduğu hizmetten duydukları memnuniyeti şu sözlerle dile getirdiler:

-Gürkan Oruç: “Bunun için emeği geçen herkese teşekkür ediyorum. ‘Karınca kararınca’ derler ya; çorba da olsa, bizim bu gecenin yarısında her yerde bulamayacağımız bir çorba. Emeği geçen herkese teşekkür ediyoruz.”

-Mehmet Olcay: “Etlik Şehir Hastanesinde çalışıyorum. Zor; soğuk hava bir yandan, oruç tutuyoruz, sahur yapacağız... Allah razı olsun Belediyeden.” (Haber Merkezi)



## Başkentliler kentin tarihi ve manevi miraslarıyla buluşuyor

Ankara Büyükşehir Belediyesi, Ramazan ayının maneviyatını Başkent’in tarihi ve kültürel mirasıyla buluşturmak amacıyla “İnanç Miras Rotası” gezisini başlattı. Ramazan ayı boyunca her cumartesi ve pazar günü düzenlenecek olan gezi programıyla, kentteki tarihi ibadethaneler ile türbeler gezilerek Başkent’in kültürel ve manevi mirası daha yakından tanıtılacak.

Ankara Büyükşehir Belediyesi (ABB), Ramazan ayının gelmesiyle kentin tarihi ve kültürel dokularını maneviyatla taçlandırarak “İnanç Miras Rotası” gezi programını hayata geçirdi.

ABB Kent Tarihi Tanıtım ve Turizm Daire Başkanlığı tarafından düzenlenen program kapsamında Başkentliler; Alaaddin Camisi, Felekeddin (Kesikbaş) Türbesi, Ahi Şerafettin Camisi, Ahi Elvan Camisi, Ağaçoğlu Camisi, Cenabı Ahmet Paşa Camisi ve Türbesi, Hallacı Mahmut Camisi ve Türbesi, Zincirli Camisi ve Hacı Bayram-ı Veli Camisi başta olmak üzere kentin önemli tarihi ibadethanelerini ziyaret etti.

Uzman rehber eşliğinde gerçekleştirilen gezide, yapıların tarihsel geçmişi, mimari özellikleri ve kültürel değerleri hakkında kapsamlı bilgiler paylaşılrken; katılımcılar da kentin hem köklü tarihini hem de kentin manevi mirasını Ramazan ayının ruhuyla beraber yerinde gözlemlene imkânı buldu.

**“ANKARA’NIN ÖNEMLİ NOKTALARINI KENTLİLERİMİZE TANITMAYA DEVAM EDECEĞİZ”**

ABB Kent Tarihi Tanıtım ve Turizm Daire Başkanlığı Turizm Şube Müdürü Ömer Faruk Sarı, kentin köklü tarihine ve medeniyetler geçmişiine değinerek “İnanç Miras Rotası” ile kentteki tarihi ibadethaneleri, Ramazan ayının maneviyatı eşliğinde vatandaşlara daha kapsamlı bir şekilde tanıtmak istediklerini belirterek şunları dedi:

“Ankara Büyükşehir Belediyesi Turizm Şube Müdürlüğü olarak Ankara’nın katmanlı ve çok köklü tarihini hem Ankaralılara hem de Ankara’yı ziyaret eden misafire tanıtmak amacıyla UNESCO Miras Listesi Rotalarımıza ve Kent Gezilerimize devam ediyoruz. Bu sene Ramazan ayında başlattığımız ‘İnanç Miras Rotası’ ile birlikte Ramazan’ın manevi ruhuna da uygun olarak Ankara’nın tarihi ve kültürel alanda önemli camilerini ve türbelerini vatan-

daşlarımıza ücretsiz olarak profesyonel rehberler eşliğinde gezdiriyoruz. Yıl boyunca 5 farklı yürüme rotamız olacak. Ankara’nın önemli noktalarını kentlilerimize tanıtmaya devam edeceğiz.”

### VATANDAŞLARDAN GEZİYE TAM NOT VE BÜYÜŞEHİR’E TEŞEKKÜR

“İnanç Miras Rotası” ile UNESCO Dünya Mirası Listesi’ndeki Aslanhane (Ahi Şerafettin) Camisi başta olmak üzere kentteki tarihi ibadethaneleri rehber eşliğinde gezerek daha yakından tanıyan vatandaşlar, geziye tam not vererek memnuniyetlerini şöyle dile getirdiler:

-Dilek Demir: “Bu gezip gördüğümüz yerleri defalarca gördüğümüz hâlde tarihini bilmediğimiz için boş gezmişiz. Bugünkü gezi gerçekten çok faydalı olup tarih bilgimizi de genişletti. Bu tür gezilerin daha çok olmasını ve sadece Ramazan’la sınırlı kalmamasını diliyorum. Bir yıla yayarsanız daha çok keyifli olur, daha çok faydalanırsız.”

-Hatice Şahin: “Ankara Belediyesi’ne teşekkür ederim. Uzun süredir burada oturuyorum ama tarihi yerleri gezdiğimiz zaman tarih hakkında bir bilgi edinerek gözlemlemiyoruz, sadece tarihi eserleri inceliyoruz. Ama bize bu güzelliği sağladığınız için, bilgilendirdiğiniz için teşekkür ediyorum. Gerçekten güzel bir etkinlik oldu.”

-Nilüfer Engin: “Ben bugün İnanç Rotası’na katıldım yıllardır Ankara’dayım ama bu kadar cami, bu kadar türbe olduğunu bilmiyordum. Başta Başkan’ımız Mansur Yavaş’a, turizm müdürümüz Ömer Bey’e ve rehberimiz Betül Hanım’a çok teşekkür ediyorum. Çok güzel, çok verimli bir gezi oldu Ramazan ayında.”

Ramazan ayı boyunca her cumartesi ve pazar günü “İnanç Miras Rotası” ile başkentlileri buluşturacak olan ABB, Başkentlilerin tarihi değerlerle bağını güçlendirmeyi ve kentin kültürel mirasını daha geniş kitlelere ulaştırmayı önceliyor. (Haber Merkezi)

## “Külliye’de Ramazan” etkinlikleri kapsamında MSB Mehteran Birliği Konseri düzenlendi

Cumhurbaşkanlığı Külliyesi’nde düzenlenen “Külliye’de Ramazan” etkinlikleri üçüncü gününde Milli Savunma Bakanlığı (MSB) Mehteran Birliği konser verdi.

Beştepe Millet Sergi Salonu önünde düzenlenen MSB Mehteran Birliği konserine vatandaşlar yoğun ilgi gösterdi.

Konserde, “Genç Osman”, “Plevne Marşı” ve “Ceddin Deden” gibi eserler seslendirildi.

MSB Mehteran Birliği konserinin ardından Muhafız Alayı Tüfekli Birlik Gösterisi de vatandaşların beğenisine sunuldu.

Külliye’de Ramazan etkinlikleri kapsamında ise çocuklar, etkinlik alanında kurulan uygulamalı standartlarda simülasyon deneyimi yaşarken, geleneksel sanat atölyelerinde de ustalar eşliğinde çalışmalara katıldı. “Külliye’de Ramazan”, ramazan boyunca çeşitli etkinliklerle vatandaşları ağırlamaya devam edecek. (AA)



## MOLEKÜLER KİT SATIN ALINACAKTIR

Moleküler Kit (6 kalem) mal alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesi-ne göre açık ihale usulü ile ihale edilecektir.

İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:

İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/264175

1- İdarenin

1.1. Adı : SAĞLIK BAKANLIĞI - HALK SAĞLIĞI GENEL MÜDÜRLÜĞÜ  
1.2. Adresi : Üniversiteler Mahallesi Şehit Mehmet Bayraktar Caddesi No:3 ÇANKAYA/ANKARA  
1.3. Telefon numarası : 03125655133  
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/  
2- İhalenin  
2.1. Tarih ve Saati : 16.03.2026 - 14:00  
2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres : T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Mali İşler ve Stok Yönetimi Dairesi Başkanlığı Toplantı Salonu

3- İhale konusu mal alımının

3.1. Adı : Moleküler Kit (6 kalem)  
3.2. Niteliği, türü ve miktarı : Moleküler Kit Alımı 6 kalem  
Ayrıntılı bilgiye EKAP’ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.  
3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer : Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Mikrobiyoloji Referans Laboratuvarları ve Biyolojik Ürünler Daire Başkanlığı Ulusal Tüberküloz Referans Laboratuvarı  
3.4. Süresi/teslim tarihi : Sözleşme imzalandıktan sonra en geç 45 gün içerisinde ürünler orijinal ambalajında ve ambalajı açılmamış şekilde, uygun sıcaklık koşullarında en geç 45 gün içerisinde tek seferde teslim edilecektir.  
3.5. İşe başlama tarihi : Sözleşmenin imzalanmasına müteakip işe başlanır.

4- Katılım ve yeterlik kriterleri:

4.1. Katılım ve yeterlik kriterlerine ilişkin istekliler tarafından e-teklif kapsamında sunulması gereken bilgi ve belgeler ile fiyat dışı unsurlara ilişkin bilgi ve belgelere aşağıda yer verilmiştir:

4.1.1. Teklif mektubu.  
4.1.2. Teklif vermeye yetkili olunduğunu gösteren bilgi ve belgeler:  
4.1.2.1. Tüzel kişilerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgi ve belgeler.  
4.1.2.2. Vekâleten ihaleye katılma halinde vekile ilişkin bilgi ve belgeler.  
4.1.3. Geçici teminat.  
4.1.4 İsteklinin iş ortaklığı olması halinde iş ortaklığı beyannamesi.

4.1.5. Yerli malı teklif edenler lehine fiyat avantajından yararlanmak isteyen istekliler tarafından sunulacak yerli malı belgesi

4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşınması gereken kriterler:

Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi, belge veya kriter belirtilmemiştir.

4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşınması gereken kriterler:

Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin bilgi, belge veya kriter belirtilmemiştir.

4.3.1. Ürünün piyasaya arzına ilişkin belgelere ait bilgiler:

ÜTS kayıt / bildirim belgesi

4.3.2 Katalog ve/veya fotoğraf ile teknik şartnameye cevapları ve açıklamaları içeren dokümana ilişkin belgelere ait bilgiler:

CE IVD Belgesi

Katalog

Kit Bilgileri Tablosu

Prospektüs

Teknik Şartnameye Cevaplar ve Açıklamalar

4.3.3. Numune sunulması istenmektedir.

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

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

7- İhaleye teklif verecek olanların, EKAP hesabına giriş yaparak ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.

8-Teklifler, EKAP üzerinden teklif mektubu ile ihaleye katılım belgesi ve diğer ekler kullanılarak hazırlanacak ve e-imza ile imzalanarak ihale tarih ve saatine kadar EKAP üzerinden gönderilecektir.

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

10- Bu ihalede, işin tamamı için teklif verilecektir.

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

12- Bu ihalede elektronik eksiltme yapılmayacaktır.

13- Verilen tekliflerin geçerlilik süresi, ihale tarihinden itibaren 90 (Doksan) takvim günüdür.

14- Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.

15- Diğer hususlar:

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

Resmi ilanlar [www.ilan.gov.tr/de](http://www.ilan.gov.tr/de).

BASIN-ILN02406451

# “Çocuklara yönelik yaklaşım intikamcı değil, ıslah edici olmalı”

DEVA Partisi Ankara Milletvekili İdris Şahin, suça sürüklenen çocukların devlet tarafından korunması ve topluma yeniden kazandırılmasının anayasal ve vicdani bir sorumluluk olduğunu ifade etti. Şahin, “Çocuklara yönelik yaklaşım intikamcı değil, ıslah edici olmalı” dedi.

**Tolga ALCA**

DEVA Partisi Ankara Milletvekili İdris Şahin, suça sürüklenen çocuklara ilişkin yürütülen tartışmalar ile sosyal medya düzenlemesine dair hazırlıklı hukukçu perspektifiyle kapsamlı biçimde değerlendirdi. Adalet sisteminin hem bireyi hem toplumu koruma yükümlülüğü bulunduğunu vurgulayan Şahin, çocuklara yönelik yaklaşımın “intikamcı değil, ıslah edici” bir zeminde kurulması gerektiğini söyledi. Şahin, özellikle çocuk adalet sisteminde son dönemde artan kamuoyu tartışmaları ve Adalet Bakanlığı’nın üzerinde çalıştığı düzenlemeler bağlamında dikkat çekti.

## “ÇOCUKLARI YETİŞKİN GİBİ YARGILAMAK KOLAYCILIKTIR”

Şahin, suça sürüklenen çocukların devlet tarafından korunması ve topluma yeniden kazandırılmasının anayasal ve vicdani bir sorumluluk olduğunu ifade etti. Çocukların cezalandırma merkezli bir yaklaşımla ele alınmasının uzun vadede toplumsal sorunları büyüteceğini belirten Şahin, şu ifadeleri kullandı: “Çocukları yetişkin gibi yargılayıp cezalandırmak kolaycılıktır. Devletin görevi intikam almak değil, ıslah etmektir. Çocuk hata yapar; devlet o hatayı kalıcı bir kader haline getiremez.” Şahin’e göre çocuk adalet sisteminde temel hedef, çocuğun yeniden suça yönelmesini engelleyecek sosyal ve psikolojik rehabilitasyon mekanizmalarının güçlendirilmesi olmalı.

## “AĞIR SUÇLARDA TOPTANCI İNDİRİM OLMAZ”

Öte yandan Şahin, çocukların korunması gerektiğini savunurken ağır suçlarda ölçüsüz bir yumuşamanın da doğru olmayacağına dikkat çekti. Adalet terazisinin hassasiyetle kurulması gerektiğini vurgulayan Şahin, kamuoyunda en çok tartışılan denge noktasına işaret

etti. “Cinayette, cinsel istismarda ve örgütlü suçlarda toptancı indirim olmaz. Bir çocuğun kalem çalmasıyla cana kıyması aynı değerlendirilemez. Suçun ağırlığına göre ayrı bir denge kurulmak zorundadır” dedi. Bu yaklaşımın hem mağdur haklarını koruyacağını hem de çocukların rehabilitasyon imkanını ortadan kaldırmayacağını belirtti. Şahin, yalnızca ceza hukukuna odaklanan politikaların sorunu çözmeyeceğini, sosyal politikalarla desteklenen bütüncül bir çocuk koruma sistemine ihtiyaç olduğunu dile getirdi. Özellikle şu alanlarda güçlendirme çağrısı yaptı: “Aile destek mekanizmaları. Okul temelli erken uyarı sistemleri. Rehberlik ve psikososyal destek hizmetleri. Denetimli serbestlik ve izleme programları.” Şahin, uzmanların uzun süredir vurguladığı “önleyici sosyal politika” yaklaşımının hayata geçirilmesi halinde çocukların suç örgütleri tarafından istismar edilmeye devam edeceği uyarısında bulundu.

## SOSYAL MEDYA DÜZENLEMESİNE TEMKİNLİ DESTEK

Şahin, açıklamasında Adalet Bakanı Akın Gürlek tarafından gündeme getirilen sosyal medya düzenlemelerine ilişkin hazırlıkları da değerlendirdi. Dijital platformlarda dezenformasyon, hakaret ve linç kültürünün gerçek bir sorun olduğunu kabul eden Şahin, belirli düzenlemelerin tartışılabilirliğini söyledi. Ancak atılacak adımların ifade özgürlüğünü zedelememesi gerektiğinin altını çizdi. Kimlik doğrulaması ve yaş kısıtlaması gibi önerilerin anayasal haklar açısından dikkatle ele alınması gerektiğini belirten Şahin, şu uyarıyı yaptı: “Eğer bu adım muhalefeti susturma ve eleştiriyi bastırma aracına döntürürse karşısında oluruz. Kimlik doğrulaması anayasal hakları yaralamamalıdır.” Şahin’e göre düzenlemenin meşruiyeti, şeffaflık ve çoğulcu tartışma zeminiyle doğrudan bağlantılı. Çözümün ortak akıl ve parlamenter müzakere olduğunu vurgulayan Şahin, hü-

kümete açık çağrıda bulundu. Düzenlemelerin kapalı kapılar ardında değil, Meclis zemininde tüm boyutlarıyla ele alınması gerektiğini söyledi. Şahin, açıklamasını şu sözlerle tamamladı: “Düzenlemeyi Meclis’e getirin, şeffafla tartışalım. Adalet seçici olmaz, terazisi şaşmaz. Hem çocuğu kazanalım hem de toplumun adalet duygusunu koruyalım. Aksi hâlde sistem yamalı bohçaya döner ve suç örgütleri çocukları maşa yapmaya devam eder.” Şahin’in değerlendirmeleri, önümüzdeki dönemde hem çocuk adalet sistemi hem de sosyal medya düzenlemeleri başlığında Meclis gündeminin yoğunlaşacağına işaret ediyor.



## Saadet Partisi İstanbul İl Başkanlığınca geleneksel iftar programı düzenlendi

**Saadet Partisi Genel Başkanı Mahmut Arıkan, “Bu sofralar Türkiye”nin dört bir tarafında rengi, ırkı, dili, dini, inancı ne olursa olsun tüm kardeşlerimize açık olan sofralardır. Çünkü bu sofralarda kimlikler değil, insanlar bizim misafirimizdir. Bu sofralarda merhamet olacak. Bizim için adalet, adliye koridorlarından, mahkeme salonlarından önce sofralarda başlayacaktır” dedi.**

Saadet Partisi İstanbul İl Başkanlığı tarafından “Adalet Sofraları” temalı geleneksel iftar programı düzenlendi. Yenikapı’daki Dr. Mimar Kadir Topbaş Gösteri ve Sanat Merkezi’nde düzenlenen programda konuşan Saadet Partisi Genel Başkanı Mahmut Arıkan, ramazanın yer yüzünde kurtuluşa ve anınmaya vesile olması temennisinde bulundu.

Ramazanın aynı zamanda bir okul olduğunu, buluşmayı, dayanışmayı, paylaşmayı, sadece aç kalmamayı değil, aç bırakmamayı öğrettiğini ifade eden Arıkan, bu ramazanın iyilikleri ve güzellikleri çoğaltmak, dayanışma ve kardeşliği büyütmek için fırsata çevirmek istediklerini dile getirdi. Arıkan, “Bu sene Saadet Partisi olarak Türkiye’nin dört bir yanında adalet sofralarını kuruyoruz, aziz milletimizle bu sofralarda buluşuyoruz. Bugün bizleri kırmayarak adalet soframıza teşrif ettiğiniz için tüm misafirlerimize bir kez daha yürekten teşekkür ediyorum. Bu sofralar Türkiye’nin dört bir tarafında rengi, ırkı, dili, dini, inancı ne olursa olsun tüm kardeşlerimize açık olan sofralardır. Çünkü bu sofralarda kimlikler değil, insanlar bizim misafirimizdir. Bu sofralarda merhamet olacak. Bizim için adalet, adliye koridorlarından, mahkeme salonlarından önce sofralarda başlayacaktır.” diye konuştu. Gayretlerinin siyasette, ekonomide, ailede, kamuda, sokakta adaletin yeniden tesis edilme gayreti olduğunu belirten Arıkan, şöyle devam etti: “Saadet Partisi olarak kutuplaşmayı ve kavgayı büyütmek

için değil, kucaklaşmak için kalpten kalbe, gönülden gönüle yeni bir yol inşa etmek istiyoruz. Ayrıştırmayı derinleştirmek için değil, hak ve adalet temelinde bir arada yaşamanın zeminini oluşturmak istiyoruz. Bu sebeple işe adaletle başladık. Bu sofralarımıza adalet adımı verdik. Biz inanıyoruz ki herkes için adalet ve herkes için onurlu bir yaşam mümkündür.”

Ankan, partisinin temel misyonunun tüm yeryüzünde adalet ve barış olduğuna işaret ederek, tüm insanlığa “Hep birlikte hak ve adalet içinde yeni bir dünyayı kurabilmek için hep beraber çalışalım.” çağrısında bulundu.

## “ÜLKENİN BARİŞ İÇİNDE YAŞAYABİLMESİNİN ADIMLARI AÇACAĞIZ”

AK Parti Genel Başkanvekili Mustafa Elitaş da iftar programı dolayısıyla Saadet Partisi teşkilatına teşekkür etti. Konuşmasında birlik ve beraberlik vurgusu yapan Elitaş, Türkiye’nin bulunduğu bölgenin uzun yıllardır karmaşaların, fitnenin ve fesadın bir coğrafyası olduğunu kaydetti. Elitaş, “Terörsüz Türkiye” sürecine ve siyasi partilerin temsilcilerinden oluşturulan Milli Dayanışma, Kardeşlik ve Demokrasi Komisyonunun hazırladığı rapora değinerek, “Bu ülkeyi zor durumda bırakan terör örgütünün kendisini feshetmesiyle 40 yıldır terörle mücadele eden bu ülkenin artık barış içinde yaşayabilmesinin ön adımlarını açacağız demektir.” ifadesini kullandı.

Yeniden Refah Partisi Genel Başkanı Fatih Erbakan ise böyle bir dostluk iftarında buluşmalarına vesile oldukları için Saadet Partisi teşkilatına teşekkür etti.

Eski başbakanlardan Prof. Dr. Necmettin Erbakan’ın ölüm yıl dönümüne kısa süre kaldığını anımsatan Erbakan, onun milletin ve Milli Görüş camiasının ortak değer olduğunu, kendisini rahmetle andığını ifade etti. DEVA Partisi Genel Başkanı Ali Babacan da Gazze’de yaşananlara dikkati çekerek,

## “Gelir paylaşımında adalet istiyoruz”

CHP Genel Başkanı Özgür Özel, “Bugün ülkemizdeki herkesin temel beklentisi adalettir. Mahkemelerde, sosyal yaşamda adalet istiyoruz. Özellikle gelirden, gelirin paylaşımında adalet istiyoruz.” dedi. Özel, İstanbul Yenikapı’daki Mimar Kadir Topbaş Gösteri ve Sanat Merkezi’nde gerçekleştirilen Saadet Partisi Geleneksel İftar Programı’nda yaptığı konuşmada, 11 aydır özlenen, 2 aydır yolu gözlenen, 3 gündür idrak edilen mübarek ramazanın hayırlı olmasını diledi, bayrama da hep birlikte sağlık içinde kavuşmayı temenni etti.

Bugün çok kıymetli ve 20 yılı aşan geleneksel iftar sofrasının etrafında kendilerini bir araya getiren Saadet Partisi Genel Başkanı Mahmut Arıkan ve tüm teşkilatını selamlayan Özel, masada oturanların ortak noktasının rahmetli Necmettin Erbakan olduğunu dile getirdi.

Erbakan ve Bülent Ecevit’in 1974 yılındaki koalisyon hükümetini hatırlatan Özel, o tarihlerde Kıbrıs mezamil altındayken, tüm dünya tarafından Kıbrıs’a yapılacak bir hareketin görülmekle tehditlerle engellenmeye çalışıldığını belirtti.

Özel, CHP ve o günkü Milli Selamet Partisi’nin kıymetli bir birlik-telikle ve kararlılık gösterdiğini anlatarak, şöyle konuştu: “Aynı dönemde Filistin’le dayanışma noktasında da hep birlikte olmuş, birbirimizden geri kalmamıştık. 71 binin üzerinde çoğu kadın ve çocuk olan Filistinlilerin katledildiği böyle bir süreçte bizlerin hep birlikte davranmaları son derece önemlidir. Filistin’e, Gazze’ye bakınca, ‘Orayı beğendim, orada Filistinlilerin işi yok, onları etraftaki Müslüman ülkelere yolla-yacağız. Oraya oteller, casinolar yapacağız. Önündeki hidrokarbonlar değerli, orayı istiyorum.’ diyen (ABD Başkanı Donald) Trump’ın adına Barış Kurulu dediği bir kurulda, sanki Filistin’e barış getirecekmış gibi attığı adıma mesafeli ve endişeyle yaklaştık. O kurula davet edilen çok sayıda ülkenin Filistin’e barış getirecek kurula katılmaması, ‘Filistin’in kararını Filistinliler verir.’ demesi kıymetliydi.”

## “ÜLKEMİZDEKİ HERKESİN TEMEL BEKLENTİSİ ADALETTİR”

Saadet Partisi’nin bu güzel ramazan sofrasına, geleneksel iftarlarına “Adalet Sofraları” ismini vermesini son derece isabetli ve kıymetli bulduğunu kaydeden Özel, “Bugün ülkemizdeki herkesin temel beklentisi adalettir. Mahkemelerde, sosyal yaşamda adalet istiyoruz. Özellikle gelirden, gelirin paylaşımında adalet istiyoruz. Kısacık aç kaldığımız, yemek yemediğimiz, su içemediğimiz bu saatlerden sonra iftar sofrasında yemeğe, suya kavuştuğumuzda, kavuşamayanların, açlık, yokluk çekenlerin halinden anlamak, dinimizin bizlere en önemli ibadetlerden biri olarak işaret ettiği orucun önemini ifade etmekte. Ama her birimizde de açın şairinden anlamak için bu büyük gelir adaletsizliklerini ortadan kaldırmak için önemli görevler yüklemektedir.” ifadelerini kullandı.

Özel, bunun için geçmişten bugüne adil düzen isteyen yaklaşımıyla Saadet Partisi’nin ve benzer düşünen tüm partilerin toplumdaki hak-sızlıkları, adaletsizlikleri, eşitsizlikleri kaldırma noktasında atılacak adımlarda ortaklaşma ümidini çok kıymetli bulduğunu söyledi.

Bundan sonraki ramazanlarda hep birlikte daha çok kazandıkları, adil bir vergi düzeniyle çok daha doğru şekilde devletin gelirlerini artırdıkları, adil bir paylaşımın yoksulun, açın kalmadığı bir Türkiye’ye ulaşmanın herkesin ümidi ve siyaset yapanların en önemli görevi olduğunu dile getirdi. (AA)

**YakınPlan**

**Sami GÖKÇE**



## İktidar yine ne planlıyor?

Çorlu ve Çerkezköy’e 5 bin kişilik konteyner kent neden kuruluyor. Çatalca ve Silivri’nin dağılması denilebilecek köylerin arazilerindeki olağanüstü değer artışı neden? O köylerde altın madeni mi bulundu?

Dostlarımız;

Son dönemlerde ilginç gelişmelere tanıklık ediyoruz. Muhalefetin Cumhurbaşkanı adayını saf dışı etmekle suçlanan bir savcı Adalet Bakanlığı görevine getiriliyor; ülke halkının vergileriyle yapılan köprü ve otoyollar bir yıllık geliri karşılığ 25 yıllığına yabancılara verilmek üzere yine yabancı firmalara fizibilite çalışması yaptırılıyor.

İstanbul’un su kaynaklarının bulunduğu havzada ikinci boğaz için çalışmalar aralıksız sürdürülürken Çorlu ve Çerkezköy’de her biri 2 bin 500 kişilik konteyner kentler kuruluyor.

Ayrıca;

Çatalca ve Silivri’nin Sayalar, Hallaçlı, Dağmandıra, Gümüşpınar, Yaylacık, Aydınlar, Büyük Çavuşlu köylerinde 2022 yılında dönümü 100 bin TL olan araziler ne oldu de iki yıl içinde olağanüstü artışla 4 milyon 500 bin TL’ye çıktı?

O bölgelerdeki değer artışıyla siyasilerin ilgisi var mı acaba?

Köylüler tapuyla ilgili olarak Çatalca Belediye başkanına gidip sorduğunda Başkan neden “Beni bu işlere karıştırmayın” diye köylüleri başından savıyor?

5 bin kişilik iki ayrı konteyner kent neden kuruluyor?

Ortada deprem yok.

Yıkım yok.

Acil barınma ihtiyacı da yok.

Bu, tedbir değil.

Bu, ön hazırlık.

Ama neyin hazırlığı?

Tekrar soralım? Konteyner kentler kimler için kuruluyor?

Eğer bu bir deprem planıysa, neden İstanbul çevresi değil? Bir sosyal konut çözümü ise, neden konteyner?

Türkiye’de “geçici” kelimesinin ne anlam geldiğini biliyoruz.

Geçici denir, kalıcı olur.

İstisna denir, normalleşir.

Sonra kimse nedenini hatırlamaz. Bugün konteyner kurulur, yarın mahalle, ertesi gün “zaten oradaydı.”olur. Bu yüzden mesele konteyner değildir...

Ve evet...

Bazen büyük olaylar gelmeden önce her şey “çok mantıklı bir tedbir” gibi anlatılır.

Sonra analarız ki mesele deprem değilmiş. Çorlu–Çerkezköy hattında neler oluyor. TOKİ bölgede neden çok katlı bina yapma hazırlığında?

Bir de bölgede at çiftliği kuran muhalefet milletvekili kim?



## “Muhalefet memleketi yönetme güveni veremiyor”

Anahtar Parti Genel Başkanı Yavuz Ağralıoğlu, muhalefet partilerini eleştirerek, “Memlekette bu kadar sorun var da iktidar hala hata yaparak iktidarda kalıyorsa, muhalefetin, memleketin umutlarına dokunma sorunu var demektir. Muhalefet memleketi yönetme güveni veremiyor demektir. Muhalefet neyi bekleyeceğine milletini inandıramıyor demektir. Anahtar Parti kuruldu, onu da bozacağız” dedi.

Anahtar Partisi Genel Başkanı Yavuz Ağralıoğlu, partisinin Bursa İl Başkanlığı tarafından düzenlenen iftar programına katıldı. İftar programında Ağralıoğlu’nun yanı sıra, Genel Başkan Yardımcısı Sedat Yalçın, İl Başkanı Fikret Aslan ve partililer yer aldı. Programda konuşan Yavuz Ağralıoğlu, muhalefet partilerini eleştirerek, “Muhalefet evlere şenlik. Böyle muhalefette olup muhalefeti konuşmayı sevmiyorum ben. Ama muhalefetin böyle olması siyaset kalitemizi bozuyor. Muhalefet doğru yapsa, iktidar doğruya mecbur oluyor. Anahtar Parti, Bursa’da sokak sokak geziyor, AK Parti peşinizden geziyor. Nasılmış siyaset? Siz iftar yapıyorsunuz, iftar yapıyorlar. Esnaf geziyorsunuz, esnaf geziyorlar. Köylere gidiyorsunuz, köylere gidiyorlar. Niye? Kaliteli siyaset, rekabet oluşturan siyaset iktidarı sokaya indirir. Milletin yanına getirir. Ben de arkadaşlarıma gittiğiniz, gezdiğiniz her köyde deyin ki onlara ‘Biz geldik, peşimizden AK Parti gelecek. Ne istiyorsanız söyleyin onlara’” ifadelerini kullandı.

## “ANAHTAR PARTİ KURULDU, ONU DA BOZACAĞIZ”

Muhalefetin sorumluluğunun olduğunu belirten Ağralıoğlu, şunları söyledi: “Memlekette bu kadar sorun var da, iktidar hala hata yaparak iktidarda kalıyorsa, muhalefetin, memleketin umutlarına dokunma sorunu var demektir. Muhalefet memleketi yönetme güveni veremiyor demektir. Muhalefet neyi bekleyeceğine milletini inandıramıyor demektir. Anahtar Parti kuruldu, onu da bozacağız. Artık muhalefet şöyle, muhalefet böyle, yok muhalefet onu yapamaz. Artık muhalefetin babası var burada. Muhalefet nasıl yapılacak göstereceğiz.” (DHA)

## T.C. ANKARA BATI İCRA DAİRESİ 2026/1 İFLAS

Örnek No: 35\*\*

ADİ TASFİYENİN AÇILIŞI İLE 1. ALACAKLILAR TOPLANTISINA DAVETİYE İLANI

Müflisin adı soyadı ve adresi: (İflas Nedeniyle) Tasfiye Halinde Özunteks İlaç İtiryat

Medikal Ticaret Limited ŞirketiTicaret Sicil No : 530357

Vergi no : 7160493478

İflasın açıldığı tarih : 21/01/2026

Ankara 1. Asliye Ticaret Mahkemesince iflasına karar verilmiş olan yukarıda ismi ve adresini yazılı müflis hakkındaki tasfiyenin şimdilik ADİ TASFİYE şeklinde icrası tensip kılınmış olduğundan:

1 - Müflisten alacaklı olanlarla taşınır ve taşınmazlar üzerinde istihkak iddiasında bulunanlar ilandan itibaren bir ay içinde Ankara Batı İflas Dairesine yazılı olarak alacak ve istihkak iddialarını kaydettilmeleri ve delillerini (senet, defter, hılasası vesaire) nin asıl veya onaylı örneklerini tevdi etmeleri,

2 - Müflise borçlu olanların aynı süre içinde kendilerini ve borçlarını bildirmeleri, aksi halde İcra ve İflas Kanununun 336 ncı maddesi uyarınca cezai sorumluluğu gerektireceği.

3 - Müflisin mallarını her ne suretle olursa olsun ellerinde bulunduranlar, o mallar üzerindeki kanuni hakları saklı kalmak şartıyla bunları aynı süre içinde iflas dairesi emrine tevdi etmeleri ve etmezlerse geçerli mazeretleri bulunmadıkça cezai sorumluluğa uğrayacakları ve rüçhan haklarından mahrum kalacakları,

4 - 24/03/2026 günü saat 14:00 de ANKARA BATI ADALET SARAYI -1 KAT Toplantı Salonu (İcra Müdürlüğü Danışma Arkasında ) ilk toplantı yapılacağından alacaklıların bu toplantıya gelmeleri veya yetkili bir vekil göndermeleri ve aynı zamanda müflis ile müşterek borçlu olanlar ve kefillerinin ve borcu tekefüll edenlerin veya bunların vekillerinin bu toplantıda hazır bulunmaya hakları olduğu ilan olunur. 17/02/2025

\*\* Müflisin faaliyet izni talebi bulunduğuundan yapılacak olan toplantıda faaliyet izni talebi görüşülüp karara bağlanacaktır.

\* 1- Pek uzak yerlerde veya yabancı ülkelerde ikamet eden alacaklılar için süre uzatılabilir.

2- Reddedilen bir mirasın tasfiyesi lazım geldiginde miras hükümleri gereğince evvelce alacaklılar davet edilmişse 1 numaralı bentteki süre (10) güne indirilir.

\*\* : Bu örnek, bu Yönetmelikten önceki uygulamada kullanılan Örnek 70'e karşılık gelmektedir.

Resmi ilanlar [www.ilan.gov.tr](http://www.ilan.gov.tr)'de.

BASIN-ILN02406043

# “Meyve fiyatları bir yılda yüzde 109 arttı”

**TÜİK verilerine göre meyve fiyatları yıllık yüzde 109 arttı. CHP’li Ömer Fethi Gürer, artan üretim maliyetlerinin tüketiciye zam olarak yansıdığını belirterek, “Sofradaki meyve her geçen gün azalıyor” dedi.**

**Makbule AKGÜL**

CHP Niğde Milletvekili ve TBMM Tarım, Orman ve Köyşhleri Komisyonu Üyesi Ömer Fethi Gürer, Türkiye İstatistik Kurumu’nun (TÜİK) açıkladığı Ocak 2026 Tarım Ürünleri Üretici Fiyat Endeksi (Tarım-ÜFE) ve Tarımsal Girdi Fiyat Endeksi (Tarım-GFE) verilerine ilişkin açıklama yaptı. Gürer, verilerin üretimde maliyet baskısının sürdüğünü gösterdiğini belirterek, artan maliyetlerin hem üreticiyi hem de tüketiciyi etkilediğini ifade etti.

TÜİK verilerine göre Tarım-ÜFE’nin aylık yüzde 8,46 artarak son yedi ayın en yüksek seviyesine çıktığını hatırlatan Gürer, “İktidar enflasyonun düştüğünü anlatıyor ancak TÜİK’in kendi verileri üretimde yansımadığını gösteriyor. Üretici enflasyonu bir ayda yüzde 8’den fazla artıyorsa, bu durum birkaç ay sonra market raflarında yeni zam dalgası anlamına gelir” dedi.

Meyvede yıllık artışın yüzde 109’u geçtiğini, sebzede ise sadece bir ayda yüzde 30,43’lük artış yaşandığını belirten Gürer, “Bir yılda iki katından fazla artan meyve fiyatı, dar gelirlinin sofrasından eksilen öğündür. Sebze de bir ayda gelen yüzde 30’luk zam, mutfaktaki yangının ne kadar büyüdüğünü gösteriyor.

Düşük asgari ücretle, düşük emekli maaşıyla pazar arabasının neden boş kaldığı bu rakamlarda gizli” diye konuştu.

## “GİRDİ MALİYETLERİNDE ARTIŞ SÜRÜYOR”

Tarım-GFE verilerine de dikkat çeken Gürer, Aralık 2025 itibarıyla endeksin yıllık yüzde 33,15 arttığını ifade etti. Tarımda kullanılan mal ve hizmetlerde yıllık artışın yüzde 34,48, tarımsal yatırıma katkı sağlayan mal ve hizmetlerde ise yüzde 25,56 olduğunu belirten Gürer, alt kalemlerdeki artışlara ilişkin şu bilgileri paylaştı: “Veteriner harcamaları yüzde 72,78 artmış. Gübre ve toprak geliştiricilerde artış yüzde 44,95. Tohum ve dikim materyali yüzde 38,98, hayvan yemi yüzde 34,37 yükselmiş. Bu tablo, çiftçinin üretime başlarken nasıl bir maliyet duvarıyla karşılaştığını gösteriyor. Girdi maliyetleri düşmeden üretim maliyetinin gerilemesi mümkün değildir.”

Üretim aşamasındaki maliyet artışlarının tüketici fiyatlarına zincirleme şekilde yansıdığını ifade eden Gürer, “Tarlada yüzde 8 artan maliyet, market rafında çok daha yüksek oranlara çıkıyor. Bu zincirde üretici de tüketici de kaybediyor” dedi.

## “HALKIN SOFRASI KÜÇÜLÜYOR”

Meyvede yıllık artışın yüzde 109’a ulaşmasının doğrudan tüketici fiyatlarını etkilediğini belirten Gürer, “Geçen yıl 200 liraya dolan mütevazı bir meyve sepeti bugün 400 liraya çıktı. Bu, en temel gıda ürünlerinde yüzde 100 artış demektir. ‘Enflasyon düştü’ denilen bir ortamda halkın sofrası küçülüyor” ifadelerini kullandı.

Sebze fiyatlarındaki artışın emeklilerin alım gücü-



nü de etkilediğini dile getiren Gürer, “Bayram ikramiyesi daha hesaba yatmadan pazarda eriyor. Emekli torununa harçlık vermeyi değil, indirimli ürün kovalamayı düşünür hale geldi” dedi. Gürer, bayram ikramiyesinin en az asgari ücret düzeyine çıkarılması gerektiğini de ifade etti.

## “ÜRETİCİ KORUNMALIDIR”

Tarımda girdi maliyetlerinin kontrol altına alınmasının önemine dikkat çeken Gürer, “Yem, gübre, ilaç, tohum, mazot, su ve elektrik giderleri kontrol

altına alınmadan gıda fiyatlarını düşürmek mümkün değildir. İktidar fahiş fiyatı engelleyen değil, seyreden konumdur. Oysa destekler tohum toprağa düşmeden başlamalı, üretici korunmalıdır” dedi.

Tarımın stratejik bir alan olduğunu vurgulayan Gürer, “Üretici ayakta kalmazsa tüketici uygun fiyata gıdaya erişemez. Tarımda planlama, girdi desteği ve etkin piyasa denetimi sağlanmadıkça hem tarladaki eziyet hem mutfaktaki yangın büyümeye devam edecektir” diye konuştu.

## Hava yollarında dijital sistemle 30 bin 750 yolcu talebi alındı

Ulaştırma ve Altyapı Bakanı Abdulkadir Uraloğlu, Sivil Havacılık Genel Müdürlüğünce (SHGM) dijital ortamda uygulamaya alınan yolcu hakları başvuru sistemiyle, Mart 2025’ten bu yana 30 bin 750 başvuru ele aldıklarını ve bunlardan 24 bin 150’sini sonuçlandıklarını bildirdi.

Uraloğlu, dijitalleşme çalışmaları kapsamında SHGM tarafından yolcu hakları başvuru sisteminin uygulamaya alındığını belirtti. Sistemle, Mart 2025’ten bu yana 30 bin 750 yolcu hakkı

başvurusunu elektronik ortamda ele aldıklarına işaret eden Uraloğlu, “Sistemle 24 bin 150 başvuru dijital ortamda sonuçlandırdık.” ifadesini kullandı.

Uraloğlu, sivil havacılık faaliyetlerinde yolcu haklarının korunması ve yolcuların etkin şekilde başvuru yapabilmesi amacıyla süreçleri dijital ortama taşıdıklarını anımsatarak, şu değerlendirmelerde bulundu: “Başvuru ve değerlendirme işlemleri artık tamamen elektronik ortamda yürütülüyor.” dedi. (AA)

## MALZEMESİZ TEMİZLİK HİZMETİ ALIM İŞİ

MALZEMESİZ TEMİZLİK HİZMETİ ALIM İŞİ hizmet alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecektir.

İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:

İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/242713

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1- İdarenin                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                       |
| 1.1. Adı                                                                                                                                                                                                                                                                                         | : TÜRK STANDARDLARI ENSTİTÜSÜ BAŞKANLIĞI - ULUSLARARASI UYGUNLUK DEĞERLENDİRME SERVİSİ ANONİM ŞİRKETİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ |
| 1.2. Adresi                                                                                                                                                                                                                                                                                      | : DUDULLU OSB MAHALLESİ 3. CADDE NO:13PK 34776 ÜMRANIYE/İSTANBUL ÜMRANIYE/İSTANBUL                                    |
| 1.3. Telefon numarası                                                                                                                                                                                                                                                                            | : 02164154880                                                                                                         |
| 1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası                                                                                                                                                                                                                       | : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/                                                                                       |
| 2- İhalenin                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                       |
| 2.1. Tarih ve Saati                                                                                                                                                                                                                                                                              | : 04.03.2026 - 10:00                                                                                                  |
| 2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres                                                                                                                                                                                                                                                  | : Eskişehir 7. km. Mustafa Kemal Mah. 2123. Cad. No:2-D Çankaya/ANKARA                                                |
| 3- İhale konusu hizmet alımının                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                       |
| 3.1 Adı                                                                                                                                                                                                                                                                                          | : MALZEMESİZ TEMİZLİK HİZMETİ ALIM İŞİ                                                                                |
| 3.2. Niteliği, türü ve miktarı                                                                                                                                                                                                                                                                   | : 2 kişi 12 ay süreli Malzemesiz Temizlik Hizmeti Alımı                                                               |
| Ayrıntılı bilgiye EKAP’ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabılır.                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                       |
| 3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer                                                                                                                                                                                                                                                             | : İşin Teknik Şartnamesinde belirtilen adreslerde.                                                                    |
| 3.4. Süresi/teslim tarihi                                                                                                                                                                                                                                                                        | : İşe başlama tarihi 01.04.2026, işin bitiş tarihi 31.03.2027                                                         |
| 3.5. İşe başlama tarihi                                                                                                                                                                                                                                                                          | : 01.04.2026                                                                                                          |
| 4- Katılım ve yeterlik kriterleri:                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                       |
| 4.1. Katılım ve yeterlik kriterlerine ilişkin istekliler tarafından e-teklif kapsamında sunulması gereken bilgi ve belgeler ile fiyat dışı unsurlara ilişkin bilgi ve belgelere aşağıda yer verilmiştir:                                                                                         |                                                                                                                       |
| 4.1.1. Teklif mektubu.                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                       |
| 4.1.2. Teklif vermeye yetkili olduğunu gösteren bilgi ve belgeler:                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                       |
| 4.1.2.1. Tüzel kişilerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgi ve belgeler.                                                                                           |                                                                                                                       |
| 4.1.2.2. Vekâleten ihaleye katılma halinde vekile ilişkin bilgi ve belgeler.                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                       |
| 4.1.3. Geçici teminat.                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                       |
| 4.1.4 İsteklinin iş ortaklığı olması halinde iş ortaklığı beyannamesi.                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                       |
| 4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşınması gereken kriterler:                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                       |
| Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi, belge veya kriter belirtilmemiştir.                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                       |
| 4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşınması gereken kriterler:                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                       |
| Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin bilgi, belge veya kriter belirtilmemiştir.                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                       |
| 5- Ekonomik açıdan en avantajlı teklif sadece fiyat esasına göre belirlenecektir.                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                       |
| 6- İhaleye sadece yerli istekliler katılabilecektir.                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                       |
| 7- İhaleye teklif verecek olanların, EKAP hesabına giriş yaparak ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                       |
| 8-Teklifler, EKAP üzerinden teklif mektubu ile ihaleye katılım belgesi ve diğer ekler kullanılarak hazırlanacak ve e-imza ile imzalanarak ihale tarih ve saatine kadar EKAP üzerinden gönderilecektir.                                                                                           |                                                                                                                       |
| 9- İstekliler tekliflerini, her bir iş kaleminin miktarı ile bu iş kalemleri için teklif edilen birim fiyatların çarpımı sonucu bulunan toplam bedel üzerinden teklif birim fiyat şeklinde vereceklerdir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan istekliyle birim fiyat sözleşme imzalanacaktır. |                                                                                                                       |
| 10- Bu ihalede, işin tamamı için teklif verilecektir.                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                       |
| 11- İstekliler teklif ettikleri bedelin %3’ünden az olmamak üzere kendi belirleyecekleri tutarda geçici teminat vereceklerdir.                                                                                                                                                                   |                                                                                                                       |
| 12- Bu ihalede elektronik eksiltme yapılmayacaktır.                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                       |
| 13- Verilen tekliflerin geçerlilik süresi, ihale tarihinden itibaren 60 (Altmış) takvim günüdür.                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                       |
| 14- Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                       |
| 15- Diğer hususlar:                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                       |
| Sınır değerinin altında teklif sunan isteklilerin teklifleri açıklama istenilmeksizin reddedilecektir.                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                       |
| Resmi ilanlar <a href="http://www.ilan.gov.tr/de">www.ilan.gov.tr/de</a> .                                                                                                                                                                                                                       | BASIN-ILN02406177                                                                                                     |

## Finansal yatırım araçlarıyla kentsel dönüşüm sürecine daha fazla destek olunması bekleniyor

**Ankara Üniversitesi Gayrimenkul Geliştirme ve Yönetimi Bölümü Başkanı Prof. Dr. Harun Tanrıvermiş, “Kentsel dönüşümde sadece Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığının, TOKİ’nin veya ilgili kuruluşların aktör olmasını beklemek yanlış. Bu sürecin topyekun olması, bütün belediyeler, kurumsal inşaat ve gayrimenkul yatırım işletmelerinin de sürece aktif katılması gerekiyor” dedi.**

Ankara Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Fakültesi Gayrimenkul Geliştirme ve Yönetimi Bölümü Başkanı Prof. Dr. Harun Tanrıvermiş, gayrimenkul yatırım fonu ve gayrimenkul sertifikası gibi finansal araçların, kentsel dönüşüme daha fazla yönlendirilmesi gerektiğini söyledi. Tanrıvermiş, afet riski altındaki alanların dönüştürülmesine ilişkin hususları düzenleyen yönetmelikte değişiklik yapıldığını belirtti.

Hak sahipleri yönünden dönüşüm projelerinin geliştirilmesi hususunda düzenlemeler yapıldığını dile getiren Tanrıvermiş, kentsel dönüşüm sürecinde tapu kayıtlarına ilişkin “şerh” konulabileceğini bildirdi.

Tanrıvermiş, kentsel dönüşüm kapsamında yıkılan yapıya ilişkin parseldeki bütün işlemlerin Afet Riski Altındaki Alanların Dönüştürülmesi Hakkında Kanun kapsamında yürütülmeye devam edeceğini vurguladı.

## “KATILIMCI YAKLAŞIMLA KENTSEL DÖNÜŞÜM YAPILACAK”

Tanrıvermiş, artık katılımcı yaklaşımla kentsel dönüşüm yapılacağını ve salt çoğunluk ilkesinin getirildiğini söyledi. “Yeni düzenlemeyle, dönüşüm projelerinde malikler ve pay sahiplerinin toplantıya çağırılması ve toplantı yapılması zorunluluğu getirilmiş ve maliklerden en az birinin istemiyle tüm maliklerin toplantıya çağırılmasına imkan sağlanmış.” diyen Tanrıvermiş, sözlerini şöyle sürdürdü: “Toplantıda karar yine salt çoğunluk ile alınacak ve tutanağa bağlanacak. Vergi ve harçlara ilişkin muafiyet ve teminat oranı da yeniden düzenlendi. Eskiden yüzde 10 olan teminat oranı, yüzde 6’ya kadar çekilebilecek. 1 Ocak 2024’ten sonra yapılan bütün sözleşmelerde de müteahhit isterse teminat oranını yüzde 6’ya indirebilecek. Bu durum, müteahhitlerin ve özel sektörün kentsel dönüşüm projelerine daha fazla odaklanmasına imkan verebilir.”

Mevzuatta imar hakkı aktarımına da açıklık getirildiğine dikkati çeken Tanrıvermiş, böylece yapılaşmaya kapalı alanlarda vatandaşın imar hakkının yakın adalara aktarılabilceğini, bu bölgede de harç muafiyetlerinin belirli şartlar kapsamında devam edeceğini söyledi.

Tanrıvermiş, özel sektörün mümkün olduğunca dönüşüm projelerinin finansmanına katılacağını, kentsel dönüşümün sadece gönüllü projelerle tamamlanamayacağını ifade etti. Dönüşüm projelerinde kamunun gücünün ön plana çıkması gerektiğinin altını çizen Tanrıvermiş, şöyle konuştu: “6 Şubat 2023 depremlerinde hasar gören illerde Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı ile belediyeler tarafından dönüşüm projelerinin teklif edildiğini ancak birçoğunun kabul görmediğini biliyoruz. Türkiye’nin dönüşüm seferberliğinin yarın değil belki bugün, şimdi, şu saatte başlaması gerekiyor. Bunun için de sadece Bakanlığın, TOKİ’nin veya ilgili kuruluşların aktör olmasını beklemek yanlış. Bu sürecin topyekun olması, bütün belediyeler, kurumsal inşaat ve gayrimenkul yatırım işletmelerinin de sürece aktif katılması gerekiyor. Adeta milli mücadele ruhu veya seferberlik yaklaşımı ile kentsel dönüşüm ve afet risk

azalma sürecinin ele alınmasına ihtiyaç var. Ülkenin her bir bireyinin, her bir firmasının, her bir kuruluşunun dönüşüm için elini taşın altına koyması gerekiyor.”

## “FİNANSAL ARAÇLAR KENTSEL DÖNÜŞÜME YÖNLENDİRİLMELİ”

Tanrıvermiş, başta proje gayrimenkul yatırım fonu (GYF) ve gayrimenkul yatırım ortaklıkları (GYO) ile gayrimenkul sertifikası gibi araçların büyük ölçekli kentsel dönüşüm projelerinde teşvik edilmesi ve projelerin finansmanının yeniden ele alınması gerektiğini söyledi.

Bu projelerin finansmanında gayrimenkul sertifikasının önemli olduğuna işaret eden Tanrıvermiş, “Bu araçların kamuoyuna iyi anlatılması gerekiyor. Piyasadaki aktörlerin gayrimenkul sertifikasını öğrenmesi lazım. Proje GYF ve gayrimenkul sertifikası gibi finansal araçların kentsel dönüşüme daha fazla yönlendirilmesi gerekiyor. Ayrıca Türkiye, burada mutlaka uluslararası kuruluşlardan ya da uluslararası yatırımcılardan gelen fonları, proje GYF kuruluşları ile etkin kullanmalı. En önemlisi, kendi özel sektörünün gücünü harekete geçirmeli.” diye konuştu.

## “KENTSEL DÖNÜŞÜME BÜTÜN İLLERİN İHTİYACI VAR”

Tanrıvermiş, kentsel dönüşüme bütün illerin ihtiyacının bulunduğunu vurguladı. “Bakanlığın strateji belgesine göre, ülkede 6,7 milyonla 7 milyon arasında riskli yapı var.” diyen Tanrıvermiş, şunları dile getirdi: “1,2 milyonu acil dönüşmeli. 1,2 milyon riskli yapının çoğunluğu maalesef Kuzey Anadolu Fay Hattı üzerinde. İstanbul’un Marmara çevresindeki ilçelerinde, Sakarya’da, Adapazarı’nda, Düzce’de, Bolu’da... Erzurum’dan Kars’a kadar olan aks üzerindeki yerleşimlerin çoğunluğu aynı şekilde. Doğu Akdeniz Bölgesi’nde ve Ege kıyılarında dönüşüme muhtaç olan yerleşim yerleri var.” (AA)



## MÜSİAD Geleneksel İftar Programı gerçekleştirildi

**Müstakil Sanayici ve İşadamları Derneği Genel Başkanı Burhan Özdemir, “Anadolu’dan küresel pazarlara uzanan başarı hikayelerinin arkasında sabır, emek ve inanç bulunuyor. MÜSİAD, tarihsel sorumluluğunun bilinciyle hareket ediyor. Birlik ruhu geleceğe dair kararlılığı daha da pekiştiriyor” dedi.**

Müstakil Sanayici ve İşadamları Derneği (MÜSİAD) Genel Başkanı Burhan Özdemir, Anadolu’dan küresel pazarlara uzanan başarı hikayelerinin arkasında sabır, emek ve inanç bulunduğunu belirterek, “MÜSİAD, tarihsel sorumluluğunun bilinciyle hareket ediyor. Birlik ruhu geleceğe dair kararlılığı daha da pekiştiriyor.” ifadelerini kullandı.

MÜSİAD tarafından her yıl ramazan ayının ilk haftasında geleneksel olarak düzenlenen Geleneksel İftar Programı, Ticaret Bakanı Prof. Dr. Ömer Bolat, İlim Yayma Vakfı Mütevelli Heyeti Başkanı Necmeddin Bilal Erdoğan, MÜSİAD Genel Başkanı Özdemir ve 2 bini aşkın MÜSİAD üyesinin katılımıyla derneğin genel merkezinde gerçekleştirildi.

MÜSİAD Genel Başkanı Burhan Özdemir, birlik ve kararlılığın geleceğe yön veren en büyük güçleri olduğunu belirterek, MÜSİAD’ın kuruluşundan bugüne taşıdığı medeniyet tasavvuruna ve sorumluluk bilincine dikkati çekti.

Özdemir, MÜSİAD’ın yalnızca ekonomik bir yapı olmanın ötesinde, ortak zihniyet, değerler bütünü ve istikamet

etrafında şekillenen güçlü camia olduğunu vurguladı.

Türkiye’nin içinden geçtiği küresel ve bölgesel dönüşüm sürecinden güçlü liderlik, kararlılık ve zihinsel dayanıklılığın verdiği güçle ilerlediğini ifade eden Özdemir, MÜSİAD camiasının her dönemde üretim, istihdam ve ihracat odaklı katkılarıyla bu sürecin önemli parçası olduğunu kaydetti.

Anadolu’dan küresel pazarlara uzanan başarı hikayelerinin arkasında sabır, emek ve inanç bulunduğunu dile getiren Özdemir, “MÜSİAD, tarihsel sorumluluğunun bilinciyle hareket ediyor. Birlik ruhu geleceğe dair kararlılığı daha da pekiştiriyor.” dedi. (AA)



# “Menopozda vücut önceden haber verir”

**Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Gülsün Soypaçacı, menopozun yalnızca adet kesilmesi olarak değerlendirilmemesi gerektiğini vurgulayarak, “Kadınlar çoğu zaman belirtileri fark etse de bunu menopozla ilişkilendirmeyebilir. Oysaki vücut genellikle sürecin başladığını önceden haber verir.” diye konuştu.**

**Zehra ŞAHİNDOKUYUCU**

Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Gülsün Soypaçacı, menopozla ilgili açıklamalarda bulundu. Soypaçacı, “Kadın yaşamının doğal dönüm noktalarından biri olan menopoz, çoğu zaman sanıldığı gibi bir anda başlayan bir süreç değildir. Aksine, vücut bu döneme yıllar öncesinden çeşitli hormonal dalgalanmalarla hazırlanır ve pek çok kadında ilk sinyaller yavaş yavaş ortaya çıkar. Bu değişimleri doğru okumak, hem fiziksel hem de ruhsal sağlığın korunması açısından önemlidir.” ifadelerinde bulundu. Soypaçacı, menopozun yalnızca adet kesilmesi olarak değerlendirilmemesi gerektiğini vurgulayarak, “Kadınlar çoğu zaman belirtileri fark etse de bunu menopozla ilişkilendirmeyebilir. Oysaki vücut genellikle sürecin başladığını önceden haber verir.” ifadelerinde bulundu. Soypaçacı, şunları söyledi: “Menopozdan önceki yılları kapsayan perimenopoz dönemi, hormonal dalgalanmaların en yoğun yaşandığı evrelerden biridir. Bu süreçte yumurtalık fonksiyonları yavaşlamaya başlar ve östrojen seviyelerindeki iniş çıkışlar vücutta çeşitli değişimlere yol açar. Bu dönemi çoğu kadın fark etmeden geçirebilir. Menopoz belirtileri bazen hafif başlayıp zamanla belirginleşebilir. Özellikle 40’lı yaşların ortalarından itibaren ortaya çıkan yeni şikayetlerin bütüncül şekilde değerlendirilmesi öneriliyor. Menopoz yaklaşırken en erken fark edilen değişimlerden biri adet düzenindeki farklılıklardır. Daha önce düzenli seyreden döngünün aralıklı hale gelmesi, kanama miktarında belirgin artış veya azalma ya da bazı aylar adet görülmemesi menopoz geçişinin habercisi olabilir. Her adet düzensizliği menopoz anlamına gelmez; tiroit hastalıkları, stres, kilo değişimleri veya

farklı jinekolojik nedenler de benzer tablo oluşturabilir. Bu nedenle özellikle 40 yaş sonrası gelişen değişimlerde hekim değerlendirmesi önemlidir.”

## “SICAK BASMALARI MENOPOZUN EN BİLİLEN BELİRTİSİDİR”

Soypaçacı, “Ani sıcak baskmaları menopozun en çok konuşulan belirtilerinden biri olsa da, aslında tablonun yalnızca bir parçasıdır. Genellikle yüz, boyun ve göğüs bölgesinde ani ısı artışı, terleme ve zaman zaman çarpıntı hissiyle ortaya çıkan bu ataklar, özellikle gece yaşandığında uyku kalitesini belirgin şekilde bozabilir.” diyerek, sıcak baskmalarının şiddetinin kişiden kişiye değiştiğini söyledi. Soypaçacı, menopozda, yaşam kalitesini etkileyen durumlarda destek alınmasının süreci kolaylaştırabileceğini ifade etti. Bu dönemdeki uyku kalitesine dikkat çeken Dr. Soypaçacı, sözlerini şöyle sürdürdü: “Menopoz geçiş döneminde birçok kadının fark ettiği ancak çoğu zaman yoğun tempoya bağladığı bir diğer durum uyku kalitesindeki bozulmadır. Gece sık uyanma, yüzeysel uyku, sabah yorgun kalkma ve gün içinde enerji düşüklüğü bu dönemde sık görülebilir.”

Hormonal değişimlerin uyku düzenini doğrudan etkileyebileceğini belirten Op. Dr. Soypaçacı, uzun süren uyku sorunlarının hem ruh hali hem de metabolik sağlık üzerinde etkili olabileceğine dikkat çekerek, “Menopoz yalnızca fiziksel değil, psikolojik değişimleri de beraberinde getirebilir. Nedsiz huzursuzluk, tahammülsüzlük, ani duygu değişimleri, odaklanma güçlüğü ve unutkanlık hissi bu dönemde bazı kadınlarda belirginleşebilir.” diye konuştu.

Soypaçacı, şu ifadelerle bulundu: “Menopoz belirtileri çoğu zaman günlük stresle karıştırıldığı için menopozla bağlantısı geç kuruluyor. Östrojen sevi-

yesindeki düşüş, vajinal dokuda incelmeye ve kuruluğa yol açabilir. Bu durum bazı kadınlarda ilişkide rahatsızlık hissi, hassasiyet veya tekrarlayan idrar yolu enfeksiyonları şeklinde kendini gösterebilir.”

Op. Dr. Soypaçacı, bu şikayetlerin çoğu zaman dile getirilmediğini ancak yaşam kalitesini doğrudan etkilediğini belirterek, uygun yaklaşımlarla büyük ölçüde kontrol altına alınabildiğini ifade etti.



## “Ev yapımı çorbanın birçok faydası var”

**Beslenme ve Diyet Uzmanı Hülya Yiğit İspiroğlu, özellikle iftar sofralarının vazgeçilmezi olan çorbanın faydaları hakkında açıklamalarda bulunarak, “Sebze, baklagil, tahıl, yoğurt ve et grubu besinlerin bir arada kullanılabilmesi sayesinde; karbonhidrat, protein, lif, vitamin ve mineral alımına katkı sağlar.” dedi.**

**Zehra ŞAHİNDOKUYUCU**

Çorbanın iftar sofralarının gözdesi olduğunu belirten uzmanlar, günlük beslenmede hem doyurucu hem de besleyici bir seçenek olarak öne çıktığını söyledi. Sebze, baklagil, tahıl ve yoğurt bazlı çorbaların vitamin, mineral ve lif açısından önemli katkı sağladığını aktaran Beslenme ve Diyet Uzmanı Hülya Yiğit İspiroğlu, “Sıvı ve ılık yapısı sayesinde çorbalar sindirimi destekler, mideyi yormadan bağırsak hareketlerine katkı sağlar.” dedi. Kış aylarında bağırsıklık sistemine destek sunan çorbaların, sıvı ihtiyacının karşılanmasında da etkili rol oynadığını vurgulayan İspiroğlu, ev yapımı çorbaların içerik kontrolü ve katkı maddesi içermemesi nedeniyle daha sağlıklı bir alternatif oluşturduğunu aktardı.

Beslenme ve Diyet Uzmanı Hülya Yiğit İspiroğlu, özellikle iftar sofralarının vazgeçilmezi olan çorbanın faydaları hakkında açıklamalarda bulundu. Çorbanın, günlük beslenme düzeninde önemli bir yere sahip olduğunu dile getiren İspiroğlu, “Sebze, baklagil, tahıl, yoğurt ve et grubu besinlerin bir arada kullanılabilmesi sayesinde; karbonhidrat, protein, lif, vitamin ve mineral alımına katkı sağlar.” ifadesinde bulundu. Özellikle sebze tüketiminin yetersiz olduğu bireylerde çorbanı, bu açığı kapatmanın pratik ve sürdürülebilir bir yolu olduğunu aktaran İspiroğlu, “Sıvı ve ılık yapısı sayesinde çorbalar sindirimi destekler, mideyi yormadan bağırsak hareketlerine katkı sağlar. Aynı zamanda çorba tüketimi yemek yeme süresini uzatır. Yemek süresinin uzaması, toklukla ilişkili hormonların salgılanmasını destekleyerek daha erken doyma ve daha uzun süre tok kalma hissine yardımcı olur.” şeklinde konuştu.

Kış aylarında çorba tüketiminin bağırsıklık sistemi açısından da önem taşıdığına dikkat çeken Hülya Yiğit İspiroğlu, “Sebze, et suyu veya yoğurt bazlı çorbalar; vitamin, mineral ve sıvı alımını destekleyerek vücudun savunma mekanizmalarına katkı sağlar.” dedi.

### SOĞUK HAVALARDA

Soğuk havalarda sıvı tüketiminin azaldığı dönemlerde çorbanın, bu ihtiyacın karşılanmasında da etkili bir rol üst-

lendığını ifade eden İspiroğlu, “Kilo kontrolü açısından bakıldığında ise, çorbanın içeriği belirleyicidir. Sebze, baklagil ve yoğurt bazlı çorbalar; lif ve protein içeriği sayesinde enerji alımının dengelenmesine yardımcı olur. Fazla yağ ve unla hazırlanan çorbalar yerine, un miktarı sınırlı tutulan ve doğal içeriği öne çıkan çorbalar daha sağlıklı bir seçenek oluşturur.” açıklamasını yaptı.

Ev yapımı çorbaların, hazır çorbalara kıyasla içerik kontrolü açısından önemli bir avantaja sahip olduğuna vurgu yapan çeken İspiroğlu, “Tuz miktarı ayarlanabilir, katkı maddeleri içermez ve besin çeşitliliği artırılabilir.” dedi. Bu avantajın çorbayı yalnızca doyurucu değil, aynı zamanda besleyici bir öğün haline getirdiğinin altını çizen İspiroğlu, sözlerini şöyle sürdürdü: “Bu yaklaşımın en iyi örneklerinden biri ise, geleneksel mutfagımızda uzun yıllardır özel bir yere sahip olan yayla çorbasıdır. Yoğurt çorbası olarak da bilinen yayla çorbası, Türkiye’de ‘hasta çorbası’ olarak anılan ve özellikle kış aylarında tercih edilen hafif ama besleyici bir seçenektir. Yoğurttan gelen protein ve kalsiyum, pirinç ya da arpa ile sağlanan enerji ve nane gibi baharatların sindirimi destekleyici etkisi, bu çorbayı dengeli bir öğün haline getirir. Günlük yaşamda şifa niyetiyle tüketilen yayla çorbasının dünyanın en iyi çorbaları arasında yer alması, geleneksel beslenme kültürümüzde iyi gelen olarak tanımlanan birçok uygulamanın evrensel düzeyde de karşılık bulduğunu gösteriyor. Ev yapımı çorbalar; sade içeriği, sindirimi destekleyen yapısı ve besleyici değeriyle, sağlıklı beslenmenin zamansız ve güvenilir bir parçasıdır.”



## “Ramazan ayında ağız ve diş sağlığını korumak zor değil”

**Ramazan’da değişen beslenme düzeni ağız ve diş sağlığını etkileyebilse de doğru zamanda yapılan bakım riskleri büyük ölçüde azaltıyor. Periodontoloji Uzmanı Nihal Bahar, sahur ve iftar sonrası düzenli ağız hijyeni ile yeterli su tüketiminin sağlıklı bir ağız yapısını korumada kritik rol oynadığını vurguladı.**

**Tolga ALCA**

Ramazan ayında değişen beslenme düzeni ve uzun süreli açlık-susuzluk, ağız ve diş sağlığını doğrudan etkileyebiliyor. Uzmanlar, özellikle tükürük akışının azalmasının dişleri daha savunmasız hale getirdiğine dikkat çekerken, doğru zamanda ve doğru şekilde yapılan ağız bakımının bu riskleri büyük ölçüde ortadan kaldırdığını vurguluyor. Periodontoloji Uzmanı Nihal Bahar, Ramazan ayında ağız ve diş sağlığını korumaya yönelik önemli uyarılarda bulundu.

### “TÜKÜRÜK AZALMASI RİSKLERİ ARTIRIYOR”

Ramazan ayında gün boyunca yemek ve su tüketilmemesinin ağız ortamında bazı değişikliklere yol açabildiğini belirten Dr. Öğr. Üyesi Nihal Bahar, özellikle tükürük miktarındaki azalmanın kritik olduğuna işaret etti. “Tükürük ağız için doğal bir koruyucudur” diyen Bahar, şu bilgileri paylaştı: “Tükürük; diş yüzeylerini temizler, ağız içindeki asit dengesini düzenler ve bakterilerin çoğalmasını sınırlar. Gün içinde tükürük akışı azaldığında dişler ve diş etleri diş etkenlere karşı daha savunmasız hale gelir.” Bu durumun özellikle şu sorunların görülme sıklığını artırdığını ifade etti: “Diş çürükleri. Diş eti hassasiyeti ve kanama. Ağız kokusu. Ağız kuruluğu şikayetleri...” Bahar’a göre Ramazan ayında bu şikayetlerin artması normal olsa da doğru ağız bakım alışkanlıklarıyla riskleri önemli ölçüde azaltmak mümkün. Oruç tutan bireylerin gün içinde diş fırçalamamasının tek başına büyük bir sorun olmadığını belirten Bahar, asıl önemli noktanın bakımın doğru zamanlarda yapılması olduğunu söyledi. Bahar, şu önerilerde bulundu: “Sahurdan sonra dişler mutlaka fırçalanmalı. İftardan sonra ağız bakımı tekrar yapılmalı. Diş ipi kullanımı ihmal edilmemeli.” “Gün içinde fırçalama yapılmasına bile, bu iki ana zaman diliminde etkili bir ağız hijyeni sağlanması bakteri birikimini ciddi ölçüde azaltır” diyen Bahar, özellikle sahur sonrası bakımın gece boyunca ağızda kalacak bakteri yükünü azaltmada kritik rol oynadığını vurguladı.

### SAHURDA BESİN SEÇİMİ DİŞLERİ ETKİLİYOR

Ramazan’da sadece fırçalama değil, tüketilen gıdaların türü de ağız sağlığını doğrudan etkiliyor. Dr. Öğr. Üyesi Nihal Bahar, sahurda özellikle şekerli ve yapışkan gıdaların kaçınılması gerektiğini belirtti. Bahar’a göre riskli

besinler şunlar: “Çok şekerli tatlılar. Reçel, bal gibi yapışkan ürünler. Ağızda uzun süre kalan karbonhidratlı atıştırmalıklar.” Bahar, bu tür gıdaların diş yüzeyine tutunarak bakteri oluşumunu kolaylaştırdığını ifade etti. Uzun süre aç kaldığında mide asidinin artabildiğini ve bunun ağız ortamını da etkileyebildiğini söyleyen Bahar, özellikle asidik içeceklerin diş minesine zarar verebildiğine dikkat çekti. “Asidik ortam diş minesini zayıflatabilir. Bu nedenle iftar ve sahurda gazlı içecekler ve çok ekşi meyve suları mümkün olduğunca sınırlandırılmalı” dedi. Bahar, ayrıca yemekten hemen sonra diş fırçalamanın doğru olmadığını belirtti ve ekledi: “Yemekten hemen sonra fırçalamayın. Önce ağız suyla çalkalanmalı. Yaklaşık 30 dakika beklendikten sonra fırçalanmalı. Bu süre, asitle geçici olarak yumuşayan diş minesinin yeniden sertleşmesi için gerekli.”

### AĞIZ KOKUSU RAMAZAN’DA NEDEN ARTIYOR?

Ramazan ayında en sık dile getirilen şikayetlerin başında ağız kokusu geliyor. Periodontoloji Uzmanı Nihal Bahar’a göre bunun temel nedeni yine tükürük azalması. Bahar, “Tükürük azaldığında ağız içi temizlenmesi yavaşlar. Bakteri faaliyetleri artar. Koku oluşumu kolaylaşır. Ancak bazı basit önlemlerle bu durum kontrol altına alınabiliyor” dedi. Bahar, özellikle sahur alışkanlıklarının gün boyu ağız kokusunu etkilediğini belirterek şu önerilerde bulundu: “Sahurda soğan ve sarımsak tüketimi sınırlandırılmalı. Sahur sonrası dil yüzeyi nazikçe temizlenmeli. İftar ile sahur arasında yeterli su içilmeli. İftar sonrası şekeriz sakız tercih edilebilir. Şekersiz sakızın tükürük akışını artırarak ağız içi temizliğine destek olabilir.” Bahar’a göre Ramazan’da ağız sağlığını korumanın en temel unsurlarından biri de yeterli su tüketimi. İftar ile sahur arasında yetersiz su içilmesi, ağız kuruluğunu ve buna bağlı şikayetleri belirgin şekilde artırabiliyor. Nihal Bahar, “Yeterli su tüketimi hem ağız kuruluğunu azaltır hem de ağız kokusunun kontrolüne yardımcı olur” diyerek özellikle gece saatlerine yayılan dengeli su içiminin önemine dikkat çekti. Ramazan ayında ağız ve diş sağlığını korumanın zor olmadığını vurgulayan Bahar, sözlerini şöyle tamamladı: “Doğru zamanda yapılan ağız bakımı, dengeli beslenme ve yeterli su tüketimiyle Ramazan süreci ağız ve diş sağlığı açısından sorunsuz geçirilebilir. Biraz daha bilinçli olmak ve rutinleri aksatmamak yeterlidir.”

## ANKARA’DAKİ NÖBETÇİ ECZANELER

| Eczone Adı        | İlçe      | Telefon          | Eczone Adı   | İlçe            | Telefon          |
|-------------------|-----------|------------------|--------------|-----------------|------------------|
| Yeşiltepe Anadolu | Akyurt    | (551) 078 - 0096 | Güdül        | Güdül           | (312) 728 - 1533 |
| Dabak             | Altındağ  | (312) 363 - 6963 | Alp          | Haymana         | (536) 616 - 0896 |
| Cadde Güneşevler  | Altındağ  | (312) 348 - 1445 | Şifa         | Kahramankazan   | (312) 814 - 1416 |
| Kayıran           | Ayaş      | (312) 712 - 1084 | Sağlık       | Kalecik         | (312) 857 - 1110 |
| Yeni Bala         | Bala      | (534) 352 - 6225 | Filizer      | Keçiören        | (312) 352 - 0959 |
| Berat             | Beypazarı | (531) 834 - 3762 | Oktan        | Keçiören        | (312) 543 - 1080 |
| Botanik           | Çankaya   | (553) 204 - 6100 | Tunçlar      | Keçiören        | (312) 355 - 6000 |
| Çelikkan          | Çankaya   | (312) 480 - 8927 | Yeni Yeşim   | Keçiören        | (312) 580 - 5663 |
| Kıvanç            | Çankaya   | (312) 468 - 0580 | Merve        | Kızılcahamam    | (312) 736 - 1332 |
| Nev201            | Çankaya   | (553) 593 - 3711 | Babayiğit    | Mamak           | (507) 610 - 1282 |
| Sun               | Çankaya   | (312) 213 - 1678 | Çam          | Mamak           | (312) 364 - 3525 |
| Zeynep            | Çankaya   | (312) 480 - 2881 | İlker Evren  | Mamak           | (312) 364 - 8007 |
| Ataselin          | Çankaya   | (312) 495 - 5055 | Müftüoğlu    | Mamak           | (312) 865 - 1885 |
| Neva              | Çankaya   | (531) 674 - 6488 | Tayfun Taner | Nallıhan        | (312) 785 - 6000 |
| Yeni Çınar        | Çankaya   | (312) 439 - 5553 | Merve        | Polatlı         | (312) 621 - 3040 |
| Ozan Ülkü         | Çankaya   | (312) 417 - 4780 | Yaman        | Pursaklar       | (312) 328 - 1808 |
| Karagöz           | Çankaya   | (312) 431 - 1753 | Meral Uzunöz | Şereflikoçhisar | (312) 687 - 6218 |
| Bilkent Alp       | Çankaya   | (312) 545 - 7034 | İlaçevi      | Sincan          | (312) 272 - 7077 |
| Merve Baysal      | Çankaya   | (312) 235 - 7274 | Sanatkar     | Sincan          | (312) 263 - 2233 |
| Onur              | Çubuk     | (312) 837 - 1499 | Senem        | Sincan          | (312) 276 - 1920 |
| Ozan Türk         | Elmadag   | (312) 863 - 1245 | Nesrin Polat | Sincan          | (532) 731 - 0251 |
| Yılmaz            | Elmadag   | (312) 866 - 3771 | Altıntaş     | Sincan          | (536) 281 - 0884 |
| Karataş           | Etimesgut | (312) 260 - 2084 | Özercan      | Yenimahalle     | (312) 221 - 3782 |
| Eryaman Prestij   | Etimesgut | (312) 514 - 9091 | Birinci      | Yenimahalle     | (312) 346 - 8140 |
| Arın              | Etimesgut | (312) 502 - 0300 | Şentepe      | Yenimahalle     | (312) 332 - 1044 |
| Efe               | Etimesgut | (312) 543 - 5644 | Bartu        | Yenimahalle     | (312) 278 - 7048 |
| Selin             | Gölbaşı   | (312) 485 - 0059 | Büyük        | Yenimahalle     | (312) 566 - 6900 |

# Gençlerbirliği deplasmanda 3 puana hasret kaldı

Kırmızı-siyahlılar bu sezon dış sahada oynadığı 12 maçta 1 galibiyet, 2 beraberlik ve 9 mağlubiyet aldı. bu sezon dış sahadaki tek galibiyetini 18 Ekim 2025'te Beşiktaş karşısında aldı. Kayserispor ve Kasımpaşa ile berabere kalan kırmızı-siyahlılar, diğer deplasman maçlarından puansız ayrıldı.

Trendyol Süper Lig ekiplerinden Natura Dünyası Gençlerbirliği'nin dış saha maçlarındaki 3 puan özlemi sürüyor.

Ligin 23. haftasında ikas Eyüpspor'a deplasmanda 1-0 mağlup olan başkent ekibi, bu sezon dış sahadaki tek galibiyetini 18 Ekim 2025'te Beşiktaş karşısında aldı. Kayserispor ve Kasımpaşa ile berabere kalan kırmızı-siyahlılar, diğer deplasman maçlarından puansız ayrıldı.

Bu sezon iç sahada oynadığı 11 maçta 5 galibiyet, 3 be-

raberlik ve 3 mağlubiyet alarak 18 puan toplayan Gençlerbirliği, deplasmanda ise aynı başarıyı gösteremedi. Başkent temsilcisi, dış sahada oynadığı maçlarda 1 galibiyet, 2 beraberlik ve 9 mağlubiyetle 5 puanda kaldı.

Kırmızı-siyahlılar, topladığı 5 puanla Fatih Karagümrük'ten sonra ligde dış sahada en kötü performans sergileyen takım konumunda yer alıyor.

Öte yandan başkent ekibinin yeni Teknik Direktörü Levent Şahin ilk maçından mağlubiyetle ayrıldı. (AA)



## Galatasaray zirve yarışında “yara” aldı

Lider Galatasaray, Trendyol Süper Lig'in 23. haftasında deplasmanda TÜMOSAN Konyaspor'a 2-0 mağlup olarak zirve mücadelesinde “yara” aldı.

Galatasaray Trendyol Süper Lig'in 23.haftasında deplasmanda Konyaspor'a 2-0 mağlup oldu. Sarı-kırmızılılar bu mağlubiyetle zirve yarışında büyük yara alırken, yeşil-beyazlılar ise 12 maç sonra kazanarak taraftarını sevindirdi. Maçta goller Adil Demirbağ ve Kramer'den geldi.

8. dakikada Melih İbrahimoglu'nun sol çaprazdan sert şutunda top, direğin yanından dışarıya çıktı.

28. dakikada Sara'nın pasında ceza sahasında topla buluşan Yunus Akgün'ün şutu, auta gitti.

29. dakikada Yunus Akgün'ün pasında ceza sahasında topla buluşan Icardi'nin sert şutunda top, yan ağlarda kaldı.

36. dakikada Eren Elmalı'nın pasında topa gelişine vuran Sallai'nin şutunda meşin yuvarlağı kaleci Bahadır Güngördü kontrol etti.

Karşılaşmanın ilk yarısı 0-0 tamamladı.

İkinci yarı

49. dakikada Leroy Sane'nin attığı gol, hakem Atilla Karaoğlu'nın VAR incelemesi sonucu geçersiz sayıldı.

55. dakikada Deniz Türüç'ün kullandığı serbest vuruşta top, direğin yanından az farkla dışarıya çıktı.

60. dakikada ceza sahasında topla buluşan Andzouana'nın pasında, Muleka'nın dokunduğu meşin yuvarlak, direğin yanından az farkla auta gitti.

73. dakikada serbest vuruşta topun başına geçen Gabriel Sara'nın şutunda meşin yuvarlak, kaleci Bahadır Güngördü'de kaldı.

75. dakikada Konyaspor öne geçti. Deniz Türüç'ün kullandığı kornere kafayla topa dokunan Uğurcan Yazgılı'nın pasında Adil Demirbağ, meşin yuvarlağı ağlarla buluşturdu: 1-0.

81. dakikada Konyaspor farkı 2'ye çıkardı. Ceza sahası içerisine giren Bardhi'nin pasında topla buluşan Kramer, meşin yuvarlağı ağlara gönderdi: 2-0.

Galatasaray, Süper Lig'de 10 maç sonra mağlup oldu.

Bu sezonki tek yenilgisini 12. haftada konuk olduğu Kocaelispor'a 1-0 kaybederek yaşayan sarı-kırmızılılar, sonraki 10 müsabakada 8 kez kazandı. “Cimbom” bu süreçte 2 de beraberlik yaşadı.

Galatasaray, söz konusu dönemde Gençlerbirliği, Sam-sunspor, Hesap.com Antalyaspor, Kasımpaşa, Mısırlı.com.tr Fatih Karagümrük, Zecorner Kayserispor, Çaykur Rizespor ve ikas Eyüpspor'un mağlup ederken Fenerbahçe ve Gaziantep FK ile berabere kaldı.

Konyaspor'a 2-0 kaybederek ligdeki 10 maçlık yenilmezlik serisini sürdürmeyen sarı-kırmızılı ekip, bu sezonki ikinci mağlubiyetini aldı.

Galatasaray Teknik Direktörü Okan Buruk, Konyaspor'u çalıştıran meslektaşları İlhan Palut karşısında ilk mağlubiyetini yaşadı.Buruk, bu müsabakaya kadar Başakşehir'in başında 2, Galatasaray ile 7. kez İlhan Palut'un çalıştırdığı Göztepe, Konyaspor ve Çaykur Rizespor'a rakip oldu. Tecrübeli teknik adam, Başakşehir ile Palut'un Göztepe'sine karşı 2 maçta birer galibiyet ve beraberlik aldı. Okan Buruk, sarı-kırmızılı takımın başında ise İlhan Palut'un çalıştırdığı Konyaspor'a 2. kez rakip olurken Çaykur Rizespor ile 5 kez karşılaştı. Bu maça kadar İlhan Palut'a karşı yenilgi görmeyen Okan Buruk, rakip teknik adam karşısında ilk kez kaybettili.

### GALATASARAY, KONYA TEMSİLCİSİNE 5 MAÇ SONRA YENİLDİ

Sarı-kırmızılı ekip, Konyaspor'a 5 maçın ardından mağlup oldu. Yeşil-beyazlılara karşı son puan kaybını 2022-23 sezonunun ikinci yarısında deplasmanda 2-1'lik skorla yaşayan Galatasaray, sonrasındaki 5 maçı da kazandı.

TÜMOSAN Konyaspor, Galatasaray ile sahasında yaptığı son 6 maçın 4'ünü kazandı.

Sarı-kırmızılıları konuk ettiği 2020-21, 2021-22 ve 2022-23 sezonlarındaki maçları kazanan Konya temsilcisi, sonraki 2 sezonda rakibine mağlup oldu.

## Baba-kız, tekvando şampiyonasında altın madalya almanın gururunu yaşıyor



Tekvando antrenörü Ömer Atug, 11 yaşındaki kız Gülbilge Atug ile birlikte çıktığı tatamide altın madalya kazandı.

Çocuk yaşta tekvandoya başlayan 42 yaşındaki Atug, 2000-2001 yıllarında üst üste 2 kez Türkiye şampiyonu ol-



Galatasaray'a karşı tüm galibiyetlerini (6) iç sahada yaşayan yeşil-beyazlılar, bunlardan 4'ünü son 6 sezonda elde etti.

### GALATASARAY, OKAN BURUK YÖNETİMİNDE 2. KEZ 2 FARKLI YENİLDİ

Sarı-kırmızılı takım, Teknik Direktör Okan Buruk'un göreve başladığı 2022'den bu yana ilk kez bir Süper Lig maçını 2 farklı kaybettili.

Galatasaray, Konyaspor mücadelesiyle Buruk yönetimindeki 132. Süper Lig maçına çıktı. Söz konusu karşılaşmalarda 9. yenilgisini yaşayan sarı-kırmızılılar, ikinci kez 2 farklı mağlup oldu.

“Cimbom” daha önce 2 farklı mağlubiyetini BURuk idaresinde 2022-23 sezonunun 32. haftasında deplasmanda Beşiktaş'a karşı 3-1'lik skorla yaşadı.

### SALLAI, SOL KANAT OYNADI

Galatasaray'ın Macar futbolcusu Roland Sallai, sol kanatta görev yaptı. Geçen sezonun son bölümü ve bu sezonun genelinde sağ bekte görev yapan Sallai, Konyaspor karşılaşmasında hücum hattının solunda mücadele etti.

Tecrübeli futbolcu, ikinci yarı öncesinde Mauro Icardi'nin oyundan alınmasıyla santrfora geçti. Sallai'ye 10 numara ve sağ kanat pozisyonlarında da görev verildi.

### OKAN BURUK'TAN DEVRE ARASINDA MÜDAHALE

Galatasaray Teknik Direktörü Okan Buruk, mücadelenin devre arasında 3 oyuncu değişikliği yaparak takımına müdahale etti. Hafta içinde UEFA Şampiyonlar Ligi'nde Juventus'u 5-2 yendikleri maçın ilk 11'inde 6 değişikliğe giden Buruk, devre arasında 0-0 eşitlikle girilince ikinci yarıya üç değişiklikle başladı. Mauro Icardi, Yunus Akgün ve Abdülkerim Bardakçı'yı oyundan çıkaran Buruk, yerlerine Noa Lang, Barış Alper Yılmaz ve Lucas Torreira'yı aldı.

Sarı-kırmızılı takımın 49. dakikada bulduğu gol Video Yardımcı Hakem (VAR) incelemesinin ardından iptal edildi. Mücadelenin ikinci yarısına hızlı başlayan Galatasaray, 49. dakikada Leroy Sane'nin ayağından golü buldu. Pozisyonda hakem Atilla Karaoğlu, orta noktayı gösterdi.

VAR'daki Davut Dakul Çelik'in uyarısıyla pozisyonu yeniden izleyen Karaoğlu, ofsayttaki Sacha Boey'in gol sırasında rakibinin geçişini engellediği için kararını değiştirdi. (AA)

duktan sonra milli takım forması giydi.

Tekvandoya ara vermek zorunda kalan ve 2 kızının tekvando antrenörü olan Atug, 25 yıl aranın ardından Almanya'da 6-7 Şubat'ta düzenlenen 29'uncu Uluslararası Avrupa Tekvando Çocuk Şampiyonası'nda baba-kız kategorisinde yarışmaya karar verdi.

Kızı Gülbilge Atug ile çıktığı tatamide rakiplerini yenerrek altın madalyayı boynuna takan Ömer Atug, kazandıkları başarının gururunu yaşadıklarını söyledi.

Sporculuğun ardından antrenörlük yaptığını vurgulayan Atug, şöyle konuştu: “25 yıldır antrenörlük hayatım devam ediyor. Birçok sporcu yetiştirdim. Almanya'daki şampiyona bizim için farklı bir tecrübe oldu. 12 ülkeden çok sayıda sporcunun katıldığı bir yarışmaydı. Baba kız, güzel performans sergileyerek müsabakaları kazandık, birinci olduk. Bu gururu yaşamak ayrıca mutlu etti. Sporculuk yıllarımı hatırladım, çok mutlu oldum. Özellikle kızımla aynı tatemi- de müsabakalara çıkmak çok güzel anı oldu.”

Üç yıl önce Avrupa şampiyonu olan Gülbilge Atug ise babası ve ablası sayesinde tekvandoyla tanıştığını ifade etti.

Baba-kız yarışmanın çok farklı hissettirdiğini belirten Atug, şunları kaydetti: “Zor bir kategoride olmama rağmen rakiplerim bana kolay geldi, hepsini yendim. Hem babamla yarıştığım kategoride hem de bireysel kategoride birinci oldum. Hedefim milli takıma girip, olimpiyatlar ve dünya şampiyonalarında birinci olmak. Babamla çalışmak çok güzel bir his. Antrenmanlarımız çok zorlu geçiyor. Böyle madalyalar alınca tüm zorluğu geçiyor.” (AA)

## GIDA ÜRÜNLERİ SATIN ALINACAKTIR

SÜT VE SÜT ÜRÜNLERİ mal alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecektir.

İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:

İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/289083

1- İdarenin

1.1. Adı : DESTEK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

1.2. Adresi : Atatürk Bulvarı No98 3. Kat C Blok Bakanlıklar ÇANKAYA/ANKARA

1.3. Telefon numarası : 0 (312) 413 18 88

1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası : https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/

2- İhalenin

2.1. Tarih ve Saati : 09.03.2026 - 10:00

2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres : Milli Eğitim Bakanlığı Destek Hizmetleri Genel Müdürlüğü Satın Alma Daire Başkanlığı (Atatürk Bulvarı Kat: 5 C Blok No: 98 Bakanlıklar 06648 Çankaya/ANKARA)

3- İhale konusu mal alımının

3.1. Adı : SÜT VE SÜT ÜRÜNLERİ

3.2. Niteliği, türü ve miktarı : 9.000 Lt Uht Süt, 15.000 Kg Yoğurt, 1.300 Kg Süzme Yoğurt, 1.300 Kg Tereyağı, 306 Kg Beyaz Peynir, 350 Kg Kaşar Peyniri , 50.000 Adet Ayrancı Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.

3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer : Atatürk Bulvarı No: 98 MEB Merkez Yemekhanesi ve Emniyet Mahallesi Gazeteci Yazar Muammer Yaşar Bostancı Caddesi MEB Beşevler Yemekhanesi

3.4. Süresi/teslim tarihi : Sözleşme imzalandıktan sonra Milli Eğitim Bakanlığı ihtiyacı olan ürün siparişlerini, yüklenici firmaya bir hafta önceden yazılı olarak veya mail yoluyla haber verilmek kaydıyla haftada bir veya iki gün teslimat olacak şekilde verilecektir. Teslimatlar Milli Eğitim Bakanlığına bağlı Merkez ve Beşevler yemekhaneleri olmak üzere iki ayrı yemekhaneye yapılacaktır. Siparişler en geç saat 08.00'e kadar kurumumuz mutfaklarına teslim edilecektir. Söz konusu gıda malzemeleri belirtilen teslim süreleri içerisinde idare tarafından belirtilen ya da belirlenecek olan yerlere teslim edilecektir. Siparişler yıl içerisinde peyder pey 30.09.2026 tarihine kadar teslimatları gerçekleştirilecektir.

3.5. İşe başlama tarihi : Sözleşme imzalanmasına müteakip 5 (beş) gün içerisinde

4- Katılım ve yeterlik kriterleri:

4.1. Katılım ve yeterlik kriterlerine ilişkin istekliler tarafından e-teklif kapsamında sunulması gereken bilgi ve belgeler ile fiyat dışı unsurlara ilişkin bilgi ve belgelere aşağıda yer verilmiştir:

4.1.1. Teklif mektubu.

4.1.2. Teklif vermeye yetkili olunduğunu gösteren bilgi ve belgeler:

4.1.2.1. Tüzel kişilerde; isteklilerin yönetimindeki görevliler ile ilgisine göre, ortaklar ve ortaklık oranlarına (halka arz edilen hisseler hariç)/üyelerine/kurucularına ilişkin bilgi ve belgeler.

4.1.2.2. Vekâleten ihaleye katılma halinde vekile ilişkin bilgi ve belgeler.

4.1.3. Geçici teminat.

4.1.4. İsteklinin iş ortaklığı olması halinde iş ortaklığı beyannamesi.

4.1.5. Yerli malı teklif edenler lehine fiyat avantajından yararlanmak isteyen istekliler tarafından sunulacak yerli malı belgesi

4.2. Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşınması gereken kriterler:

Ekonomik ve mali yeterliğe ilişkin bilgi, belge veya kriter belirtilmemiştir.

4.3. Mesleki ve teknik yeterliğe ilişkin bilgi ve belgeler ile bunların taşınması gereken kriterler:

4.3.1 İhale konusu işin ya da malın satış faaliyetinin yerine getirilebilmesi için ilgili mevzuat gereğince sicil, izin, ruhsat, faaliyet belgesi vb. belgeler:

İşletme Kayıt Belgesi

4.3.2. Yetkili satıcılığı veya imalatçılığı gösteren belgelere ilişkin bilgiler:

a) İmalatçı ise imalatçı olduğunu gösteren belge veya belgelere ilişkin bilgiler, b) Yetkili satıcı veya yetkili temsilci ise yetkili satıcı ya da yetkili temsilci olduğunu gösteren belge veya belgelere ilişkin bilgiler, c) İstekli Türkiye'de serbest bölgelerde faaliyet gösteriyor ise yukarıdaki belgelerden biriyle birlikte sunduğu serbest bölge faaliyet belgesi.

İsteklilerin yukarıda sayılan bilgilerden, kendi durumuna uygun bilgi veya bilgileri belirten isteklilerin ihaleye katılım belgesi uygun kabul edilir.İsteklinin alım konusu malı teklif etmeye yetkisinin bulunup bulunmadığını gösteren belgeler şunlardır:

Tarım ve Orman Bakanlığı Tarafından Düzenlenen ve Ürünün Üretici Olduğunu Gösteren Belgeler

Yetkili Satıcı Belgesi

4.3.3. Numune sunulması istenmektedir.

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

6- İhaleye sadece yerli istekliler katılabilecek olup yerli malı teklif eden yerli istekliye ihalenin tamamında % 15 (yüzde on beş) oranında fiyat avantajı uygulanacaktır.

7- İhaleye teklif verecek olanların, EKAP hesabına giriş yaparak ihale dokümanını indirmeleri zorunludur.

8-Teklifler, EKAP üzerinden teklif mektubu ile ihaleye katılım belgesi ve diğer ekler kullanılarak hazırlanacak ve e-imza ile imzalanarak ihale tarih ve saatine kadar EKAP üzerinden gönderilecektir.

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

10- Bu ihalede, kısmi teklif verilebilir.

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

12- Bu ihalede elektronik eksiltme yapılmayacaktır.

13- Verilen tekliflerin geçerlilik süresi, ihale tarihinden itibaren 60 (Altmış) takvim gündür.

14- Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.

15- Diğer hususlar:Teklif fiyatı ihale komisyonu tarafından aşırı düşük olarak tespit edilen isteklilerden Kanunun 38 inci maddesine göre açıklama istenecektir.

Resmi ilanlar [www.ilan.gov.tr](http://www.ilan.gov.tr)'de.

BASIN-ILN02406822



# Yabancı öğrenciler Türk yemeklerine merak saldı

Trabzon'da yükseköğrenim gören yabancı öğrenciler, Türk mutfağına ait yemekleri öğreniyor. Azerbaycan, Yemen, Somali, Gine, Gürcistan, Suriye, Afganistan, Pakistan, Cezayir, Etiyopya, Sudan, Bangladeş, Libya ve Tunus gibi ülkelerden Trabzon'a gelen öğrencilerden bazıları, Yurtdışı Türkler ve Akraba Topluluklar Başkanlığı ile Karadeniz Uluslararası Öğrenci Derneği (KULDER) işbirliğinde düzenlenen Türk Mutfağı Aşçılık Akademisi'ne katılıyor.

Karadeniz Teknik Üniversitesi (KTÜ) ile Trabzon Üniversitesinde eğitimlerini sürdüren 59 öğrenciye KULDER Kadın Komisyonu Başkanı Sevinç Civelek, yaklaşık iki aydır Türk yemekleri hazırlamayı öğretiyor.

Trabzon'un yöresel lezzetlerini de pişirmeyi öğrenen gençler, mısırın öğütülüp un haline gelme aşamalarını da değerinde takip etti. Öğrenciler, geleneksel yöntemlerle öğütülen mısır unundan daha sonra kuymak yaptı.

Sevinç Civelek, derneğin mutfağında öğrencilere çeşitli yemeklerin yapılışını öğrettiğini söyledi.

Öğrencilerin Türk yemeklerini öğrenmeye meraklı olduğunu belirten Civelek, "Öğrencilerimiz, genellikle kahvaltıda yaptığımız kuymağın mısır ununun özünü hep merak ediyorlardı. Bugünkü dersimizde de öğrencilerimize mısırın tanelerini ufalayarak, nasıl una dönüştüğünü göstermek istedik." dedi.

Aynı zamanda Gülbaharhatun Uluslararası Öğrenci Derneği Başkanı da olan Civelek, kursa Azerbaycan, Yemen, Somali, Gine, Gürcistan, Suriye, Afganistan, Pakistan, Cezayir, Etiyopya, Sudan, Bangladeş, Libya ve Tunus gibi ülkelerden öğrencilerin katıldığını ifade etti.

## "ÇOK GÜZEL BİR TECRÜBE OLDU BENİM İÇİN"

Türk Mutfağı Aşçılık Akademisi'ne katılan, KTÜ yüksek lisans öğrencisi Arakanlı Abulkalam Rıyan ise proje sayesinde hem Trabzon'u daha yakından tanıdığını hem de Türk yemeklerinin yapılışını öğrendiğini söyledi.

Rıyan, ilk defa değişim gördüğünü anlatarak, "Değirmene gelmek bizim için sürpriz oldu. Ülkemde ve gittiğim diğer ülkelerde böyle bir şey yoktu. Çok güzel bir tecrübe oldu benim için. Mısırları nasıl öğütüyorlar, nasıl kırıyorlar ilk defa gördüm." diye konuştu.

Öğrendiği Türk yemeklerini zaman zaman yaptığı dile getiren Rıyan, "Türk yemeklerini yapmaya başladım. Tavuk sote yapmayı deniyorum, öğrendiklerimi uygulamaya çalışıyorum." dedi. Biyoloji bölümünde doktora yapan Gürcü İnga Aşlarba da kursta Türk yemeklerini deneyleriyle öğrenmeye çalıştığını belirtti.

(AA)



## Keçe sanatçısı kadın, sanatını gelecek nesillere aktarmayı hedefliyor

**Van'da unutulmaya yüz tutan keçe sanatını yaşatan 53 yaşındaki Necmiye Tekin, atölyesinde koyun yününden takke, şal, çanta, tablo, hediyelik eşya ve dekoratif ürünler yapıyor. Keçe sanatçısı Tekin, "Atölyeye girdikten sonra dış dünyayı unutuyorum. Keçe, yünle resim yapma sanatıdır. Yünle o resmi yapmak, o duyguyu yaşamak, bana büyük mutluluk veriyor" dedi.**

Van'da keçe sanatının kültürel miras taşıyıcısı 53 yaşındaki Necmiye Tekin, geleneksel yöntemlerle sürdürdüğü mesleğini genç kuşaklara aktarmayı hedefliyor. İpekyolu ilçesinde yaşayan 3 çocuk annesi Tekin, gençlik yıllarında evlerde koyun yününden hazırlanan ürünlerden esinlenerek keçe sanatına merak saldı.

Kültürel Miras ve Turizm Bölümü'nden mezun olan Tekin, sanatla bağını koparmadan uzun yıllar boyunca hem el sanatları alanında eğitimcilik yaptı hem de keçe sanatıyla uğraştı. Ankara ve İstanbul'da keçe üretimiyle ilgili eğitim alarak bu alanda ustalaşan 53 yaşındaki Tekin, önceki yıl Van'da açtığı atölyede üretmeye başladı.

Ürünlerini kendi markasıyla sanatseverlere ulaştıran Tekin, 2023'te Kültür ve Turizm Bakanlığınca düzenlenen sınavlarda başarı sağlayarak "Somut Olmayan Kültürel Miras Taşıyıcısı" ünvanı aldı.

Deneyimlerini yeni kuşaklara aktarmayı amaçlayan Tekin, atölyede öğrencileriyle koyun yününden takke, şal, çanta, tablo, hediyelik eşya ve dekoratif ürünler yaparak hem kadim sanatı yaşatıyor hem de ekonomik kazanç elde ediyor.

## "AMACIM BU KADİM SANATI GELECEK NESİLLERE AKTARMAK"

Tekin, gençlik yıllarında evlerde yapılan yaygı, çanta ve şapka gibi ürünlerden esinlenerek keçe sanatına yöneldiğini belirtti. Sanata olan merakını hep canlı tuttuğunu ifade eden Tekin, şunları kaydetti: "12 yıldır profesyonel olarak keçe sanatını icra etmekteyim. Keçe, atkısı ve çözgüsü olmayan dünyanın ilk tekstil ürünüdür. İnsanlık tarihi kadar eski olan ve doğayla uyum içinde var olmuş kadim bir üretim biçimidir. Keçe, doğal yün, su, sabun ve emekle şekillenen, kimyasalı olmayan değerli bir malzemedir. Keçe sadece bir el sanatı olarak görmüyorum. Keçe, sabrın, emeğin ve dönüşümün bir sembolüdür. Bu yönüyle keçe hem kültürel mirasımızı yaşatıyor hem de doğa ile uyum içinde yaşamının mümkün olduğunu hatırlatıyor. Amacım

bu kadim sanatı gelecek nesillere aktarmak ve kimyasal atık içermeyen, doğa dostu bir ürün bırakmaktır."

Atölyede yerel ve ithal yün kullandıklarını anlatan Tekin, "Yerel yünümüzün mikronu yüksek olduğu için onu genelde kalın kumaşlarda, yaygılarda, çadırlarda ve çizmelerde kullanıyoruz. Mikronu düşük olan ithal yünleri ise aksesuar, iç giyim, şal, şapka, elbise gibi ürünlerde kullanıyoruz. Tablolarımda ise Urartu, Selçuklu ve Osmanlı medeniyetlerine ait motifler kullandım." dedi.

## "ATÖLYEYE GİRDİKTEN SONRA DİŞ DÜNYAYI UNUTUYORUM"

Keçe üretimini insanın içsel yolculuğuyla kurulan derin bir bağın ifadesi olarak gördüğünü ifade eden Tekin, "Atölyeye girdikten sonra dış dünyayı unutuyorum. Keçe, yünle resim yapma sanatıdır. Yünle o resmi yapmak, o duyguyu yaşamak, bana büyük mutluluk veriyor. Van minyatürünü çalıştığım zaman o döneme gittim, sokaklarda gezdim, eserleri yaşayarak yaptım." değerlendirmesinde bulundu.

(AA)



## Palandöken'de tatilcilerin ramazanda kayak keyfi

Türkiye'nin önemli kayak merkezlerinden Palandöken'de tatilciler ramazanda kayak yapmanın keyfini yaşıyor. Her yıl onlarca kişi sporları organizasyonuna ev sahipliği yapan ve binlerce yerli-yabancı turisti ağırlayan Palandöken Kayak Merkezi'nde sezon devam ediyor.

Havalimanına 20, kent merkezine 4 kilometre uzaklığıyla misafirlerine kolay ulaşım olanağı sunan ve kar kalınlığının 216 santimetre ölçüldüğü merkezde vatandaşlar, kayak ve snowboard yaparak eğlenceli vakit geçiriyor.

İstanbul'dan kayak yapmaya gelen Erden Erkut Erkol, Palandöken Kayak Merkezi'nin dünyada adını duyurmuş bir kişi turizm noktası olduğunu söyledi.

Erkol, merkezin hem acemi hem de profesyonel kayakçılara hitap ettiğini belirterek, "Hafta sonu tatili için geldim. Palandöken çok güzel, kaymayı burada öğrendim.

15 yıl sonra tekrar geldim, benim açımdan duygusal oldu, ramazanda ayrı keyifli. Dün kar yağdı, pistler yumuşadı güzel oldu. Türkiye'deki bütün kayak merkezlerine gittim ama Palandöken'in yeri ayrı, karı çok güzel toz gibi o yüzden akşam sonrası buz olmuyor, o yüzden pistler güzel. Gastronomi turizmi açısından da akşamları güzel oluyor, bol bol çağ kebabi yedim." dedi.

Kahramanmaraş'tan gelen Ahmet Rifat Doğramacı da Palandöken Kayak Merkezi'ni çok beğendiğini anlattı.

Doğramacı, "Arkadaşlarımla kayağa geldik, ilk kez burada kayıyorum, gayet güzel. Daha önce Uludağ, Kartalkaya ve Erciyes'e gitmiştim buraya ilk kez geldim. İstanbul üzerinden transfer çok kolay, pistlerin uzunluğu ve otel bolluğu gayet güzel. Şehri de çok beğendim, yemekleri de çok güzel. Muhtemelen seneye tekrar gelirim." ifadelerini kullandı.

(AA)

## "Suya Yazılan" ebru sergisi Bağımsız Sanat Vakfı'nda açıldı

İstanbul'da ebru eğitimi alan Letonyalı sanatçılar ile ebru sanatçısı Özden Aydın'ın eserlerini bir araya getiren "Suya Yazılan" sergisi sanatseverlerin beğenisine sunuldu.

Bağımsız Sanat Vakfı'nın Çağaloğlu'ndaki binasında Letonya'nın Ankara Büyükelçisi Bahtijor Hasans ve sanat dünyasından davetlilerin katılımıyla gerçekleştirilen açılıшта, sanatçılar ney dinletisi eşliğinde özgün teknikleriyle ebru performansı sergiledi.

Büyükelçi Hasans, sergi için özel olarak Ankara'dan İstanbul'a geldiğini belirterek, "Buraya gelip bu serginin açılışına katılmak eşsiz bir fırsat çünkü kültür insanları arasında bağ kurulmasını sağlıyor. Günümüzde insanlar arasında temas sağlamak ve bu temas sürdürmek çok önemli." dedi.

Hasans, "Sanat evrensel bir dildir, sınırları yoktur. Bugün sergilenen tüm bu sanat eserleri nasıl işbirliği yapabileceğimizi gösteriyor. Bizler aynı insanlarız ve aynı bütütün parçalarıyız. Aslında sanatın kendisi de barışın bir parçası." şeklinde konuştu. Letonyalı üç ebru sanatçısının eserlerini bir arada görmekten duyduğu memnuniyeti dile getiren Hasans, "Ebru sanatı günümüzde hala yaşıyor. Sadece yaşıyor olmakla kalmıyor, Türkiye ile Letonya arasında köprüler kurmaya devam ediyor. Bu, bizim elçiler olarak yaptığımız şeyle aynı, köprüler kuruyoruz. Duvarlar kurmakansa köprüler kurmak daha iyidir. Sadece Türk sanatseverlere değil, tüm dünyadaki sanatseverlere köprüler kurmak hoşuma gidiyor." değerlendirmesini yaptı.

(AA)

## BURÇ'TAN HABER yalutalp@gmail.com



**Koç (21 Mart-19 Nisan)** Haftanın tümü için kararlar almak ve kendinize vakit ayırmak için harika bir gün. Hem fiziksel görünümünüz hem de kişisel ihtiyaçlarınızla ilgilenmek size büyük bir keyif verecek.



**Boğa (20 Nisan-20 Mayıs)** Kazançlarınızı artırmak adına somut adımlar atmak isteyebilir, harcamalarınızda daha temkinli davranabilirsiniz. Kendinizi güvende hissetmek bugün sizin için en önemli öncelik olacak.



**İkizler (21 Mayıs-21 Haziran)** Uzun süredir görmediğiniz dostlarınızla bir araya gelebilir veya gelecek projeleriniz için sağlam bağlar kurabilirsiniz. Grup çalışmalarında huzuru sağlayan kişi siz olacaksınız.



**Yengeç (22 Haziran-22 Temmuz)** Kalabalıklardan uzak durmak, zihninizi dinlendirmek ve ruhsal çalışmalar yapmak için uygun bir gün. Kendi kabuğunuzda huzur bulacak, enerjinizi hafta ortasındaki yoğunluğa saklayacaksınız.



**Aslan (23 Temmuz-22 Ağustos)** Hedeflerinize ulaşırken sergilediğiniz sabırlı ve kararlı tutum, üstlerinizin dikkatinden kaçmayacak. Uzun vadeli projelerde somut ilerlemeler kaydetmek için ideal bir zaman.



**Başak (23 Ağustos-22 Eylül)** Yeni bir eğitim, seyahat planı veya hukuki süreçlerle ilgili kalıcı ve güven verici gelişmeler yaşanabilir. İnançlarınızın ve değerlerinizin arkasında duracağınız, kendinizi bilgi hissettiğiniz bir gün.



**Terazi (23 Eylül-22 Ekim)** Finansal paylaşımlar, ortaklı kazançlar veya banka işleri bugün gündeminizi meşgul edebilir. Maddi konularda daha güvenli yollar arayacak, risken kaçınacaksınız. Sezginiz bugün size karlı kapılar açabilir.



**Akrep (23 Ekim-21 Kasım)** Çalışma ortamınızda oldukça üretken ve sabırlısınız. Yarım kalan işleri bitirmek, sağlıklı yaşam için yeni adımlar atmak veya evcil hayvanlarınızla ilgilenmek size çok iyi gelecek.



**Yay (22 Kasım-21 Aralık)** Odağınız tamamen ikili ilişkilerde ve ortaklıklarda. Partnerinizle aranızdaki bağı daha huzurlu ve sağlam bir temele oturtmak isteyeceksiniz. Uzlaşmacı ve sakin tavrınızla, her türlü pürüzü kolayca giderebileceksiniz.



**Oğlak (22 Aralık-19 Ocak)** İletişim trafiğinizin sakin ama etkili olduğu bir gün. Yakın çevrenizle, kardeşlerinizle yapacağınız sohbetlerde kalıcılık ve dürüstlük ön planda. Planlarınızda oldukça somut sonuçlar elde edebilirsiniz.



**Kova (20 Ocak-18 Şubat)** Eviniz, aileniz ve iç dünyanız bugün sizin için en güvenli liman. Yaşam alanınızda konforu artıracak değişiklikler yapabilir veya ailenizle keyifli bir sofrada toplanabilirsiniz.



**Balık (19 Şubat-20 Mart)** Aşk hayatınızda ve yaratıcılığınızda oldukça keyifli bir enerji var. Hobilerinizi vakit ayırmak veya sevdiğiniz kişilerle romantik ve huzurlu anlar paylaşmak için mükemmel bir gün. Hayatın tadını çıkartın.



## Günce'den sıra dışı bir şarkı "Sor"

Alternatif pop müzik kulvarının güçlü ve iddialı yorumcularından Günce, sözü müziği kendisine düzenlemesi Genco Arı'ya ait yeni teklisi "SOR"la müzikal çıkışını yükseltti.

Genco Arı Production etiketiyle dijital platformlarda yerini alan yeni Günce şarkısı "Sor", piyano, davul ve yaylılarla genişleyen bir ses alanı kuruyor. Kendi sözlerini ve melodilerini sıklıkla paylaşma kararı alan Günce, şimdiye kadar en bütünlüklü ve en bilinçli risk aldığı şarkılarından biriyle dinleyicisini yine şaşırttı.

Günce akustik yapıya sahip yeni teklisi için şunları söyledi: "Aşk aslında insanın kendine açtığı bir savaş. Korktuğun her şey senin içinde. Elbet Aşk da.Biraz bu ironinin içinde dolaştığım zamanlarda yazılmış bir şarkı. Aslında sözleri fazla dramatik görünse de, kendi içinde verdiği savaşı düşse kalsa olsa da kazanan biri var." Şarkılarında her zaman canlı müzik performansını yansıtan Günce, yıllar içinde ne kadar yol kat ettiğine dikkat çekiyor. Sor; dinleyende yaşamın temposunu yavaşlatıp, içindeki tatlı ve hoş duyguları harekete geçiriyor.

(Haber Merkezi)