



Tolga ALCA
Röportaj



“Hayatımızı değiştiren asıl güç bilinçaltımızda saklı”

Bioenerji Bilinçaltı Terapi Kişisel Gelişim Hipnoz Uzmanı Asiye Zeynep Güleç, insan davranışlarının arkasındaki görünmeyen dinamikleri ve hayatımızda tekrar eden döngülerin nedenlerini Başkent’e anlattı. Bilinçaltı kalıplarının fark edilmesiyle birlikte bireyin düşünce yapısının, duygularının ve yaşam tercihinin değişebileceğini vurgulayan Güleç, zihinsel farkındalık çalışmalarının yalnızca sorun çözmek için değil, kişinin potansiyelini ortaya çıkarması için de önemli bir yol olduğunu ifade etti. Eğitim ve terapi süreçlerinden örnekler paylaşan Güleç, değişimin küçük farkındalıklarla başladığını ve zamanla yaşamın tüm alanlarına yansıdığını söyledi. **Sayfa 2’de**

“Şüheda 1915” tiyatro oyunu bugün sahnelenecek

Milli Eğitim Bakanlığınca (MEB) hazırlanan “Şüheda 1915” tiyatro oyunu, 18 Mart Şehitleri Anma Günü ve Çanakkale Deniz Zaferi’nin 111. yıl dönümünde Beştepe Millet Kongre ve Kültür Merkezi’nde sahnelenecek. Bakanlıktan yapılan açıklamaya göre, Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli’nin hedefleri doğrultusunda sanatın eğitici ve birleştirici gücünü kullanmak amacıyla Çanakkale Zaferi’nin 111’inci yıl dönümünde “Şüheda 1915” adlı tiyatro oyunu hazırlandı. **Sayfa 8’de**



Başkent

ANKARA’NIN GAZETESİ

18 Mart 2026 Çarşamba

www.baskentgazete.com.tr

FİYAT: 7 TL

İLBANK, kayıp ve kaçakların önlenmesinde su ve atık altyapı yatırımlarına ağırlık verecek

Cevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığının ilgili kuruluşu İller Bankası (İLBANK) Genel Müdürü Eyyüp Karahan, kayıp ve kaçakların önlenmesi amacıyla yerel yönetimlerin içme suyu, kanalizasyon ve atık su yatırımları ile katı atık yönetimi projeleri üzerinde çalışmaya devam edeceklerini bildirdi. **Sayfa 5’te**



“Hekimlik pratiği ve toplum sağlığı etkileniyor”

“Ankara Tabip Odası Hekim Profil Araştırması 2025” Sonuç Raporu’na ilişkin konuşan ATO Yönetim Kurulu Başkanı Dr. Mine Coşkun, sağlık alanında son yirmi yılı aşkın sürede uygulanan politikaların, hekimlik pratiğini ve toplum sağlığını derinden etkilediğine dikkat çekti. **Sayfa 3’te**



Ticaret Bakanlığından “alışverişte raf ile kasa fiyatını karşılaştırın” uyarısı!

Ticaret Bakanlığı, özellikle ramazan ayı öncesi ve süresince de etkin şekilde sürdürüldü. Ekip-ler, bu doğrultuda özellikle temel gıda ve ihtiyaç ürünlerine yönelik fiyat etiketlerini inceledi. Bakanlık temel gıda ve ihtiyaç ürünlerine yönelik fiyat denetimlerini sıkılaştırırken vatandaşların da özellikle marketlerde rafta yazan fiyat ile kasada ödeyecekleri fiyatı karşılaştırmaları, mağduriyet yaşamamaları açısından önem taşıyor. **Sayfa 4’te**



Otobüs firmalarına bayram için ek sefer imkanı

Ulaştırma ve Altyapı Bakanı Abdulkadir Uraloğlu, Ramazan Bayramı’nda artması beklenen yolcu yoğunluğuna karşı şehirler arası otobüs firmalarının turizm taşımacılığı için yetkilendirilmiş araçlarını da seferlerde kullanabileceğini açıkladı.

Bakan Uraloğlu, Ramazan Bayramı tatili sebebiyle şehirler arası otobüs taşımacılığına yönelik uygulanacak düzenlemeyi duyurdu. Bayram dönemlerinde yolcu talebinin olağan sefer kapasitesinin çok üzerine çıktığını hatırlatan Uraloğlu, vatandaşların mağdur olmaması için ek sefer imkanının genişletildiğini kaydetti. **Sayfa 4’te**

Minibüs hattı bedelleri 18 milyon liraya dayandı

Özellikle vatandaşların toplu taşıma için sıkça tercih ettiği minibüslerin hizmet verdiği hatlar için istenen bedeller İstanbul’da 18 milyon lira seviyelerine yaklaştı. Ankara’da fiyatı 12,5 milyon lira, İzmir’de de 8 milyon liraya kadar çıkan hatlar bulunuyor.

Türkiye’de şehir içi ulaşımında yıllardır hizmet veren minibüslerin faaliyet gösterdiği hatlar için İstanbul’da yaklaşık 18 milyon lira talep ediliyor. Minibüsler, büyükşehirlerde metro, tramvay ve otobüs gibi toplu taşıma araçlarına alternatif ulaşım aracı olarak öne çıkarken, birçok Anadolu kentinde ise şehir içi ulaşımında başat konumda bulunuyor. Ticari açıdan alım satıma da konu olan minibüs hatları için üç büyük şehirde istenen bedeller hattın konumu ve işlekliliğine göre 10 milyon liralara ifade ediliyor.

HAT BEDELİNDE İSTANBUL ZİRVEDE

İnternetteki minibüs hat bedeli satış ilanlarından derlenen bilgilere göre, Türkiye’nin en kalabalık kenti İstanbul, minibüs hatları için istenen bedeller açısından da ilk sırada yer alıyor.

İnternette ilanı bulunan hatlardan Beşiktaş-Sarıyer için 17 milyon 500 bin lira, Bakırköy-Esenler 15 milyon lira ve Şişli-Şişhane 14 milyon 500 bin lira isteniyor. Söz konusu kentte Bağcılar-Ömür-Adliye Hattı 13 milyon 250 bin liraya, Taksim-Kadıköy-Bostancı Hattı ise 9 milyon 400 bin liraya alıcısını bekliyor.

ANKARA’NIN GÖZDE HATTI KIZILAY-DİKMEN

Ankara’nın en işlek hatlarından Kızılray-Dikmen, 12 milyon 500 bin liraya satışa sunuluyor. Başkent’te Ulus-Sincan Hattı için 11 milyon 250 bin lira, Ulus-Siteler Hattı için ise 10 milyon 350 bin lira is-

teniyor. Ankara Etlık Şehir Hastanesinin de yer aldığı güzergahı kapsayan Ulus-Etlık Hattı 9 milyon 950 bin liradan, Keçiören-OSTİM Hattı ise 8 milyon liradan satışa sunuluyor. Türkiye’nin en büyük 3. şehri İzmir’de Urla-İzmir Hattı 8 milyon lira, Işıkkent-Al-

sancak Hattı 7 milyon 500 bin liradan satılıyor. Bu kentte Onur Mahallesi-Karşıyaka Hattı’na 7 milyon 450 bin lira, Buca-Bornova Hattı’na 5 milyon 750 bin lira, Bornova-Pınarbaşı Hattı’na 5 milyon 100 bin lira fiyat biçiliyor. (AA)



Yenimahalleli muhtarlar iftarda buluştu

Yenimahalle Belediyesi, ilçe genelinde görev yapan mahalle muhtarlarını ve ailelerini iftar sofrasında bir araya getirdi. Belediyenin Karanfil Salonu’nda gerçekleşen iftar programına ev sahibi Yenimahalle Belediye Başkanı Fethi Yaşar, Başkan Yardımcıları Yaşar Neslihanoglu, Ferudun Güngör ve belediye meclis üyeleri de katıldı. Birlik, beraberlik ve dayanışma ruhunun manevi atmosferde yaşandığı program, Kur’an-ı Kerim tilaveti ve dualarla başladı. **Sayfa 3’te**

Etimesgut’ta kaldırım ve tretuvar çalışmaları sürüyor

Etimesgut Belediyesi Fen İşleri Müdürlüğü ekipleri, ilçe genelinde yaya ulaşımını daha güvenli ve konforlu hale getirmek amacıyla bakım, onarım ve kaldırım düzenleme çalışmalarına aralıksız devam ediyor. **Sayfa 3’te**



ABB kırsaldaki üreticiye can suyu olacak

Ankara Büyükşehir Belediyesi (ABB), kırsaldaki üreticinin yüzünü güldürecek yeni bir projeye daha imza attı. Türkiye’de bir ilk olan “Veteriner Hekimliği Hizmet Projesi” kapsamında, küçük aile işletmelerinin veteriner giderlerinin bir kısmı Büyükşehir tarafından karşılanacak. Başvuruların 1 Nisan 2026’ya kadar süreceği projeden, 1-20 büyükbaş veya 1-200 küçükbaş hayvanı olan tüm üreticiler yararlanabilecek.

Ankara Veteriner Hekimleri Odası iş birliğiyle yürütülen proje kapsamında, hayvan yetiştiricileri, serbest veteriner hekimlerden aldıkları, suni tohumlama, aşı, ilaç, ilaçlı tedavi ve cerrahi müdahale gibi hizmetlerin bedelinin bir kısmını, Başkent Kartlarına yüklenecek destek ile ödeyebilecek. Destek ödemeleri yılda iki defa yapılacaktır.

“AMACIMIZ ÜRETİMİ DEVAM ETTİRMEK”

Projenin Türkiye’de bir ilk olduğunu vurgulayan ABB Kırsal Hizmetler Daire Başkanlığı Hayvancılık Hizmetleri Şube Müdürü Hasan Hüseyin Karakuş, şunları söyledi: “İlçelerde bulunan serbest veteriner hekimler tarafından yetiştiricilerimiz almış olduğu aşı, ilaçlı tedavi, ilaç, suni tohumlama gibi hizmetlerin bedellerinin belirli bir kısmını Kırsal Hizmetler Daire Başkanlığı olarak karşılıyoruz. Yılda iki defa yetiştiricilerin Başkent Kartlarına ödeme yapacağız. Yetiştiriciler, veteriner hekimden hizmetini aldıktan sonra, Başkent Kartlarından çekimlerini gerçekleştirecekler. Amacımız; üretimin devam etmesi, üretime katkıda bulunmak ve yetiştiricilerin daha fazla gelir elde etmelerini sağlamak.” (Haber Merkezi)



Beypazarı’nda bayram tedbirleri kapsamında trafik denetimleri artırıldı

Ankara’nın Beypazarı ilçesinde yaklaşan Ramazan Bayramı dolayısıyla trafik ve emniyet denetimleri artırıldı.

İlçe Emniyet Müdürlüğü ekipleri çeşitli noktalarda denetimler yaparak sürücülerini kuralara uymaları konusunda uyarıyor.

Beypazarı Emniyet Müdürü Murat Dursun, polis ekiplerinin vatandaşın güvenliği için görevi başında olduğunu belirterek, bayram dolayısıyla tüm tedbirleri aldıklarını söyledi. (AA)

Ankara’daki uyuşturucu operasyonlarında 29 şüpheli tutuklandı

Başkentte bir haftada düzenlenen uyuşturucu operasyonlarında gözaltına alınan 87 şüpheliden 29’u tutuklandı.

Alınan bilgiye göre, Ankara Emniyet Müdürlüğü Narkotik Suçlarla Mücadele Şube Müdürlüğü ekiplerince 8 -14 Mart’ta, uyuşturucu temin eden ve ticaretini yapan zanlılara yönelik operasyonlar düzenlendi. Belirlenen adreslerde yapılan aramalarda, 22 kilo 139 gram esrar, 5 bin 714 sentetik ecza, 1 kilo 560 gram kenevir tohumu, 620 uyuşturucu hap, 278 gram metamfetamin, 214 gram kokain, 153 gram sentetik uyuşturucu, 67 gram A.M. maddesi, 66 gram eroin, 39 gram skunk, 2 hassas terazi, 2 tabanca, 11 tabanca fişegi ve 70 bin 620 lira nakit para ele geçirildi. Operasyonlarda gözaltına alınan 87 şüpheliden 29’u, çıkarıldıkları mahkemece tutuklandı. (AA)



Bioenerji Bilinçaltı Terapi Kişisel Gelişim Hipnoz Uzmanı Asiye Zeynep Güleç, insan davranışlarının arkasındaki görünmeyen dinamikleri ve hayatımızda tekrar eden döngülerin nedenlerini Başkent'e anlatıyor. Bilinçaltı kalıplarının fark edilmesiyle birlikte bireyin düşünce yapısını, duygularının ve yaşam tercihinin değişebileceğini vurgulayan Güleç, zihinsel farkındalık çalışmalarının yalnızca sorun çözmek için değil, kişinin potansiyelini ortaya çıkarması için de önemli bir yol olduğunu ifade etti. Eğitim ve terapi süreçlerinden örnekler paylaştan Güleç, değişimin küçük farkındalıklarla başladığını ve zamanla yaşamın tüm alanlarına yansıdığını söyledi.

• **Bilinçaltı terapiden hipnoza, NLP'den EFT'ye kadar birçok alanda eğitim veriyorsunuz. Bu yolculuğa başlamanızın arkasındaki motivasyon neydi?**

İnsan davranışlarını ve hayatımızda tekrar eden döngülerini anlamaya çalışırken şunu fark ettim: İnsan çoğu zaman hayatını bilinçli kararlarıyla yönettiğini düşünür. Oysa birçok seçim, farkında olmadığımız bilinçaltı kalıpları tarafından şekillenir. Bilinçaltı; inançlarımızı, korkularımızı, alışkanlıklarımızı ve ilişkilerimizi etkileyen güçlü bir mekanizmadır. Çocukluk döneminde oluşan birçok duygu ve düşünce kalıbı, yetişkinlik hayatımızdaki davranışlarımızın temelini oluşturur. Bu nedenle bu alana yönelmem benim için yalnızca bir meslek seçimi değil, insanın iç dünyasını anlamaya yönelik derin bir araştırma süreci oldu.

• **Çeşitli yöntemler arasında (hipnoz, NLP, EFT, neuroformat, radyanestezi vb.) uygularken hangi yöntemleri birleştiriyorsunuz ve hangi durumlarda hangisini tercih ediyorsunuz?**

Çalışmalarında tek bir yönetime bağlı kalmıyorum. Çünkü her bireyin ihtiyacı ve dönüşüm süreci farklıdır. Bu nedenle hipnoz, NLP (Nöro Dilbilimsel Programlama), EFT (Duygusal Özgürleşme Teknikleri) ve bilinçaltı terapilerini duruma göre birlikte kullanıyorum. Örneğin yoğun stres ve kaygı yaşayan kişilerde EFT hızlı bir rahatlatma sağlayabilir. Zihinsel kalıpların ve düşünce modellerinin yeniden yapılandırılması gerektiğinde NLP etkili bir yöntemdir. Daha derin bilinçaltı kayıtlarına ulaşmak için ise hipnoz güçlü bir araç olarak kullanılabilir. Önemli olan tekniklerin çokluğu değil, doğru zamanda doğru yöntemin uygulanmasıdır.

• **“STRESLE BAŞA ÇIKMA BECERİLERİNDE İYİLEŞME GÖZLEMLENİR”**

• **İnsanlar bilinçaltı terapinin günlük yaşamlarında ne tür değişiklikler yaratabileceğini bilmiyor olabilir. Bu konuda en çok hangi sonuçları gözlemliyorsunuz?**

Bilinçaltı çalışmaları insanların hayatında genellikle fark edilmesi zor ama güçlü değişimler yaratır. Çünkü birçok kişi hayatında tekrar eden sorunların nedenini anlamakta zorlanır. Örneğin sürekli benzer ilişki problemleri yaşayan ya da aynı başarısızlık döngülerine giren kişilerde bunun arkasında çoğu zaman bilinçaltı inanç kalıpları bulunur. Bu kalıplar fark edilmeye başladığında kişinin düşünce yapısı değişir. Düşünce değiştiğinde davranış değişir, davranış değiştiğinde ise hayatın akışı farklı bir yön almaya başlar. Bununla birlikte en sık gözlemlenen değişimlerden biri, kişinin kendisiyle kurduğu ilişkisinin dönüşmesidir. İnsanlar çoğu zaman dış dünyadaki sorunları çözmeye çalışırken aslında iç dünyalarında taşıdıkları korku, yetersizlik hissi ya da değersizlik algısını fark etmezler. Bilinçaltı çalışmaları sayesinde kişi bu duyguların kökenine inmeye başladığında kendine karşı daha anlayışlı ve kabul edici bir tutum geliştirebilir. Bu da özgüven artışı, karar alma süreçlerinde netleşme ve yaşamdan daha fazla keyif alma gibi sonuçlar doğurur. Ayrıca stresle başa çıkma becerilerinde belirgin bir iyileşme gözlemlenir. Günlük hayatın getirdiği yoğun tempo, belirsizlikler ve sorumluluklar birçok insanın zihinsel olarak yorulmasına neden olur. Bilinçaltı düzeyde yapılan farkındalık çalışmaları, kişinin olaylara verdiği otomatik tepkileri değiştirebildiği için daha sakin, dengeli ve çözüm odaklı bir yaklaşım geliştirmesine yardımcı olabilir. Böylece aynı koşullar devam etse bile kişinin deneyimlediği duygusal yük hafifleyebilir.

• **Eğitim verirken, katılımcıların hangi konularda en çok zorlandığını ve hangi teknikleri hızlıca öğrenebildiklerini gözlemliyorsunuz?**

Katılımcıların en çok zorlandığı konu teknikleri öğrenmek değil, kendi iç dirençleriyle yüzleşmektir. İnsan zihni değişimi ister ama aynı zamanda alıştığı kalıpları bırakmaktan da çekinir. Bu nedenle dönüşüm sürecinde

“Hayatımızı değiştiren asıl güç bilinçaltımızda saklı”

en önemli adım kişinin kendi düşünce kalıplarını fark edebilmesidir. Teknikler bu farkındalığı destekleyen araçlardır. Bunun yanı sıra katılımcıların zorlandığı bir diğer nokta da sabır ve süreklilik konusudur. Birçok kişi değişimin hızlı ve çarpıcı olmasını bekler. Oysa zihinsel ve duygusal dönüşüm çoğu zaman adım adım ilerleyen bir süreçtir. İlk farkındalıklarından eski alışkanlıklara geri dönme eğilimi görülebilir. Bu durum katılımcılarda motivasyon kaybına yol açabilir. Eğitim sürecinde en önemli kazanımlardan biri, değişimin inişli çıkışlı doğasını kabul etmeyi öğrenmek ve süreçte güven duymaktır. Duygularla temas etmek de başlangıçta zorlayıcı olabilir. İnsanlar çoğu zaman bastırdıkları korku, öfke ya da üzüntüyle karşılaşmaktan kaçınır. Ancak güvenli bir eğitim ortamında bu duyguların fark edilmesi ve ifade edilmesi, kişisel gelişimin hızlanmasına katkı sağlar. Katılımcılar zamanla duyguların bir tehdit değil, birer mesaj olduğunu anlamaya başlar. Bu farkındalık hem içsel dengeyi güçlendirir hem de günlük yaşamda daha sağlıklı tepkiler verilmesini destekler. Öte yandan bazı tekniklerin oldukça hızlı öğrenildiği gözlemlenir. Özellikle nefes çalışmaları, basit odaklanma egzersizleri ve zihinsel canlandırma yöntemleri katılımcılar tarafından kolaylıkla uygulanabilir. Bu tekniklerin etkisi kısa sürede hissedildiği için kişilerde öğrenme motivasyonunu artırır. Küçük başarı deneyimleri, bireyin kendi değişim potansiyeline olan inancını güçlendirir.

• **“PROFESYONEL SINIRLARI KORUNMASINA DİKKAT EDİLMELİ”**

• **Farklı terapi ve dönüşüm tekniklerini kullanan profesyonel etik açısından nelere dikkat ediyorsunuz?**

İnsan zihni ve duygusal dünyasıyla çalışılan alanlarda etik son derece önemlidir. Danışanın güvenliği, sınırları ve psikolojik sağlığı her zaman önceliklidir. Her yöntem her durumda uygulanmaz. Bazen kişinin farklı bir uzman desteğine yönlendirilmesi de profesyonelliğin bir parçasıdır. Bu nedenle çalışmalarda her zaman güvenli bir alan oluşturmak ve gerçekçi beklentiler sunmak temel prensiplerim arasında yer alır. Kullanılan tekniklerin amacı, süresi ve olası etkileri konusunda kişiye açık bilgi verilmesi, danışanın süreçte bilinçli bir şekilde katılmasını sağlar. Onay ve gönüllülük ilkesi etik yaklaşımın vazgeçilmez unsurlarındandır. Kişinin hazır olmadığı konulara zorlanmaması, sürecin danışanın hızına göre ilerletilmesi hem güven duygusunu güçlendirir hem de terapötik etkinliği artırır. Gizlilik ilkesi de profesyonel çalışmanın temel taşlarından biridir. Danışanın paylaştığı bilgiler, onun izni olmadan üçüncü kişilerle paylaşılmaz. Bu yaklaşım bireyin kendisini daha rahat ifade edebilmesini ve duygusal olarak açılabilmesini destekler. Aynı zamanda terapötik süreçte oluşabilecek bağımlılık riskini azaltmak için danışanın kendi iç kaynaklarını güçlendirmeye odaklanmak da etik sorumluluk kapsamında değerlendirilir. Amaç, kişiyi yönlendirmek değil; kendi farkındalığını geliştirerek bağımsız kararlar alabilmesini desteklemektir. Profesyonel sınırların korunması da dikkat edilen önemli bir konudur. Terapist ya da eğitmen rolünün dışına çıkmamak, danışanla sosyal ya da duygusal açıdan karmaşık ilişkiler kurmamak sürecin sağlıklı ilerlemesine katkı sağlar. Ayrıca kişinin ruhsal durumunun derin klinik değerlendirme gerektirdiği durumlarda psikiyatri veya klinik psikoloji gibi alanlara yönlendirme yapmak hem danışanın yararı hem de mesleki sorumluluk açısından önemlidir.

• **İnsanlar bu teknikleri kendi başlarına da uygulayabilir mi? Uygularken sık yapılan hatalar nelerdir?**

Bazı temel teknikler günlük yaşamda bireyler tarafından uygulanabilir. Özellikle stres yönetimi ve duygusal denge için kullanılan bazı yöntemler kişinin kendi kendine uygulayabileceği pratikler içerir. Ancak daha derin bilinçaltı travmaları veya yoğun psikolojik süreçler söz konusu olduğunda profesyonel destek almak

daha sağlıklı bir yaklaşım olur. Zihinsel ve duygusal çalışmaların etkili olabilmesi için süreklilik ve disiplin gerekir. Kısa sürede büyük sonuçlar beklemek ya da birkaç denemeden sonra yöntemin işe yaramadığını düşünmek motivasyon kaybına yol açabilir. Oysa küçük ama düzenli uygulamalar zaman içinde daha kalıcı değişimler yaratır. Bir diğer yaygın hata ise teknikleri bir “kaçış aracı” gibi kullanmaktır. Bazı kişiler zorlayıcı duygularla yüzleşmek yerine sadece rahatlatma sağlayan egzersizlere yönelir. Bu durum geçici bir iyi oluş hissi yaratsa da sorunun kökenine inmek mümkün olmayabilir. Sağlıklı bir süreçte amaç duyguların bastırılmak değil, onları anlamak ve dönüştürmektir. Yanlış bilgi kaynaklarından öğrenilen uygulamalar da risk oluşturabilir. Özellikle sosyal medya ya da kulaktan dolma bilgilerle yapılan bilinçaltı çalışmaları bazen beklentilerin gerçekçi olmamasına neden olur. Kişi kendi sınırlarını zorlayabilir veya yoğun duygusal tepkilerle karşılaştığında nasıl ilerleyeceğini bilemeyebilir. Bu nedenle güvenilir kaynaklardan öğrenmek ve gerektiğinde uzman görüşüne başvurmak önemlidir.

• **“BİLİNÇALTİ FARKINDALIĞI ÖNEMLİ BİR DESTEKLEYİCİ UNSUR”**

• **Bu alanlar hakkında daha az bilinen noktalar nelerdir ve hangi durumlarda en etkili olduklarını düşünüyorsunuz?**

Birçok insan bu yöntemlerin yalnızca sorunları çözmek için kullanıldığını düşünür. Oysa bilinçaltı çalışmaları aynı zamanda kişinin potansiyelini ortaya çıkarmasına da yardımcı olabilir. İnsan kendini daha iyi tanıdığında hem kararlarını hem de hayatını daha bilinçli bir şekilde yönlendirmeye başlar. Bunun yanında daha az bilinen noktalardan biri, bu çalışmaların yalnızca zihinsel değil bedensel farkındalık üzerinde de etkili olabilmesidir. Kişi duygu ve düşünce süreçlerini tanıdıkça stresin bedendeki yansımalarını daha erken fark etmeye başlar. Bu farkındalık, günlük yaşamda daha sağlıklı alışkanlıklar geliştirilmesini ve kişinin kendi ihtiyaçlarını daha doğru şekilde gözetmesini destekleyebilir. Ayrıca bu alanların yalnızca kriz anlarında değil, yaşamın “iyi” dönemlerinde de oldukça etkili olduğu görülür. İnsanlar genellikle zorlandıkları zaman destek arar; ancak duygusal olarak dengede oldukları dönemlerde yapılan farkındalık çalışmaları, gelecekte karşılaşabilecek zorluklara karşı psikolojik dayanıklılığı artırabilir. Bu durum, değişim ve belirsizlik dönemlerinde daha esnek ve çözüm odaklı bir tutum geliştirilmesine katkı sağlar. Yaratıcılık ve üretkenlik üzerindeki etkileri de çoğu zaman göz ardı edilir. İçsel blokajların azalmasıyla birlikte kişi yeni fikirler üretme, kendini ifade etme ve hedeflerine odaklanma konusunda daha rahat hareket edebilir. Özellikle kariyer planlama, kişisel gelişim ve performans artırma gibi alanlarda bilinçaltı farkındalığı önemli bir destekleyici unsur olabilir.

• **Eğitim verdiğiniz ya da terapi uyguladığınız süreçte, hayatınıza veya danışanınıza önemli bir dönüşüm yaşatan bir örnek paylaşılabiliyor musunuz?**

İsim vermeden söyleyebilirim ki bazı danışanlar yıllarca değersizlik hissiyle yaşamış oluyor. Süreç ilerledikçe bunun çoğu zaman çocukluk döneminde oluşan inanç kalıplarından kaynaklandığını görüyoruz. Bu kalıplar değişmeye başladığında kişinin kendine bakışı değişiyor. İnsan sınır koymayı, kendini ifade etmeyi ve kendi değerini fark etmeyi öğreniyor. Bu tür dönüşümler mesleğimin en anlamlı taraflarından biri. Bunun yanı sıra bazı danışanlarda değişimin yalnızca içsel bir farkındalıkla sınırlı kalmadığını, günlük yaşamda somut adımlara dönüştüğünü de gözlemlemek mümkün oluyor. Örneğin daha önce sürekli erteleyen, karar vermekte zorlanan ya da başkalarının onayına ihtiyaç duyan bireylerin zamanla kendi ihtiyaçlarını daha net ifade etmeye başladıkları görülüyor. Bu değişim, iş hayatından sosyal ilişkilere kadar birçok alanda daha dengeli ve özgüvenli bir duruş geliştirmelerine katkı

sağlayabiliyor. Bazen süreçte küçük görünen bir farkındalık bile kişinin hayatında büyük bir kırılma noktası yaratabiliyor. Uzun süre kendisini yetersiz hissedene bir danışanın, ilk kez bir konuda “bunu yapabilirim” diyerek adım atması hem onun için hem de süreci yürüten uzman için oldukça anlamlı bir an olabiliyor. Bu tür deneyimler, değişimin her zaman büyük ve dramatik adımlarla değil; çoğu zaman içsel bir kabulde başlayan sessiz ama güçlü bir dönüşümle gerçekleştiğini gösteriyor. Aile ilişkilerinde yaşanan iyileşmeler de dikkat çeken örnekler arasında yer alıyor. Kişi kendi duygularını tanımaya başladıkça geçmişte yaşanan kırılganlıkları daha farklı bir perspektiften değerlendirebiliyor. Bu durum affetme ya da sınır koyma gibi sağlıklı tutumların gelişmesini destekleyebiliyor. Böylece hem bireyin ruhsal yükü hafifleyebiliyor hem de ilişkiler daha gerçekçi ve dengeli bir zemine oturabiliyor.

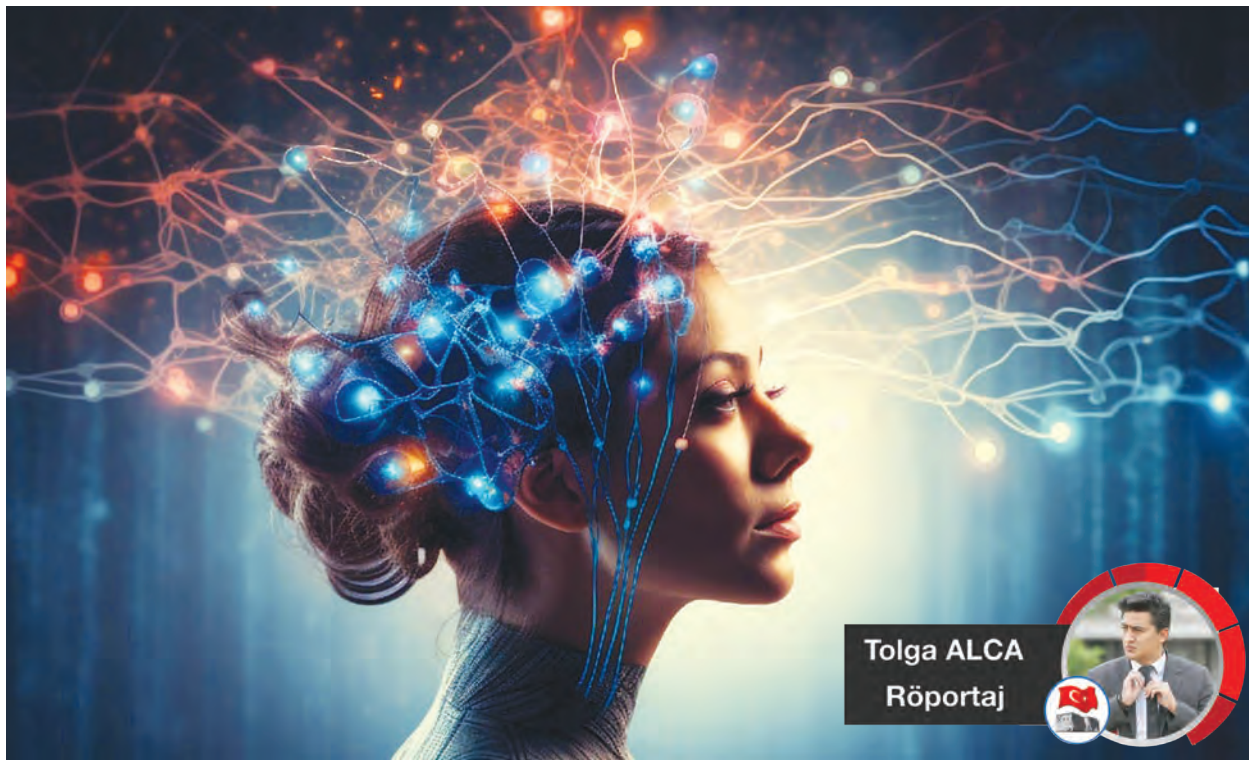
“TOPLUMSAL FARKINDALIĞIN ARTMASINA KATKI SAĞLAYABİLİR”

• **Bu alanda kendinizi ve eğitimlerinizi önmüzdeki 5-10 yılda nasıl geliştirmek istiyorsunuz?**

Önümüzdeki yıllarda eğitim programlarımı daha geniş kitlelere ulaştırmayı ve bu alanda daha sistemli çalışmalar geliştirmeyi hedefliyorum. İnsanların zihinsel farkındalıklarını artırabilecek eğitimler ve seminerler hazırlamak, bilgiyi daha fazla kişiyle paylaşmak benim için önemli. Psikoloji, nörobilim ve davranış bilimleri alanındaki güncel araştırmaları takip ederek eğitim programlarımı sürekli güncellemek, katılımcılara daha etkili ve güvenilir bir öğrenme deneyimi sunmaya katkı sağlayacaktır. Bu doğrultuda hem akademik çalışmalarla temas halinde olmak hem de ulusal ve uluslararası eğitimlere katılarak mesleki donanımı güçlendirmeyi planlıyorum. Teknolojinin sunduğu imkanları kullanarak eğitimleri dijital ortamlara taşımak da önemli hedeflerimizden biri. Online programlar, interaktif atölyeler ve bireysel gelişimi destekleyen dijital içerikler sayesinde coğrafi sınırların ötesine ulaşmak mümkün hâle geliyor. Bu sayede farklı şehirlerde ve hatta farklı ülkelerde yaşayan insanlara da ulaşarak daha kapsayıcı bir etki alanı oluşturmayı amaçlıyorum. Ayrıca eğitmen yetiştirme programları geliştirerek bu alandaki bilgi ve deneyimin sürdürülebilir şekilde aktarılmasını sağlamak istiyorum. İnsanların yalnızca kendi dönüşümlerini yaşamakla kalmayıp başkalarına da rehberlik edebilecek donanıma sahip olmaları, toplumsal farkındalığın artmasına katkı sağlayabilir. Bu tür uzun vadeli çalışmalar, bireysel gelişim alanının daha sistemli ve etik bir çerçevede ilerlemesine destek olacaktır. Kişisel olarak ise kendi içsel gelişim sürecimi ihmal etmeden ilerlemek, düzenli süpervizyon ve mesleki geri bildirim mekanizmalarından yararlanmak önemseydiğim konular arasında yer alıyor. Çünkü bu alanda etkili olabilmek için yalnızca bilgi değil, deneyim ve içsel denge de büyük önem taşır. Bu nedenle hem mesleki hem bireysel anlamda öğrenmeye açık kalmayı, yeni bakış açıları kazanmayı ve kendimi sürekli yenilemeyi uzun vadeli bir yolculuk olarak görüyorum.

• **Yeni başlayanlar veya kendi kişisel gelişimi için bu yöntemleri keşfetmek isteyenler için en kritik ipucu veya öneriniz nedir?**

Kendinizi düzeltecek bir problem gibi görmek yerine, anlaşılması gereken bir bütün olarak görmeniz çok önemlidir. Gerçek dönüşüm, insanın önce kendini tanımasıyla başlar. Kişi kendi düşünce kalıplarını ve bilinçaltı programlarını fark ettiğinde, hayatındaki birçok davranışın aslında otomatik alışkanlıklar olduğunu görür. Bu farkındalık, değişimin ilk adımıdır.



Tolga ALCA
Röportaj

KİTAP VİTRİNİ

Yeşilin Kızı Anne

Yeşilin Kızı Anne ya da diğer adıyla Green Gables'tan Anne, Lucy Maud Montgomery'nin cümlelerinde âdeta parıldayan içtenliği ve gerçekliği sebebiyle hep sevildi. Sinemaya uyarlandı, çizgi filmi yapıldı, çocuklar için kısaltıldı. Erkek çocuk evlat edinmek isteyen Marilla ve Matthew kardeşlerin planları, beklenmedik bir durumla sarıslı. Green Gables'a gönderilen çocuk; duygusalı, samimiyeti, kızıl saçları ve sonu gelmez merakıyla sevimli mi sevimli bir kız çocuğudur. Adının sonuna eklediği “E” harfiyle müzipliğini tamamlayan Anne isimli bu yaramaz, sadece ihtiyar kardeşlerin değil, dokunduğu herkesin hayatını, renklerin birbiriyle kaynaştığı tablolara dönüştürür. Çatı katındaki odasının penceresinden kurduğu hayallerdir bu tabloların fırça izlerinde okuru bekleyen.

Viking Masalları

Viking döneminin son bulmasının üzerinden asırlar geçse de kahramanlıkları ve savaşçı ruhlarıyla Vikingler hâlâ merak ediliyor. Skald adı İskandinav halk ozanlarının dilden dile yaymayı başardığı Viking anlatıları, bugün bile aynı heyecanla okunuyor ve dünyanın dört bir tarafındaki insanlara ilham kaynağı olmaya devam ediyor. Viking Masalları, Thor'a ait saçların, Odin'e ait kuşların kanatlarının uçtuğu, birbirinden korkusuz savaşçının yaşadığı bir coğrafyaya davet ediyor okuru. “Tanrıların Yurdu” olarak anılan bu topraklarda hâkimiyetin sık sık el değiştirdiğini, bu sebeple bilgeliğin hayatta kalabilmek için paha biçilmez bir hazine olduğunu bu masallarla fark edeceksiniz.



Başkent

18 Mart 2026 Çarşamba
Sayı 19864

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/Çm)
1. Sayfa (Renkli) : 300.00 TL
1. Sayfa (Siyah Beyaz) : 230.00 TL
Diğer Sayfalar (St/Çm)
Renkli : 275.00 TL
Siyah-Beyaz : 232.00 TL



“Hekimlik pratiği ve toplum sağlığı etkileniyor”

“Ankara Tabip Odası Hekim Profil Araştırması 2025” Sonuç Raporu’na ilişkin konuşan ATO Yönetim Kurulu Başkanı Dr. Mine Coşkun, sağlık alanında son yirmi yılı aşkın sürede uygulanan politikaların, hekimlik pratiğini ve toplum sağlığını derinden etkilediğine dikkat çekti.

Zehra ŞAHİNDOKUYUCU

Ankara Tabip Odası’nın (ATO) Ankara’daki hekimlerin mesleki profilini değerlendirmek amacı ile 25 Mart-20 Mayıs 2025 tarihleri arasında 987 hekimle yaptığı “Ankara Tabip Odası Hekim Profil Araştırması 2025” Sonuç Raporu kamuoyu ile paylaşıldı. ATO Toplantı Salonunda düzenlenen araştırmanın sonuç toplantısına ATO Yönetim Kurulu Başkanı Dr. Mine Coşkun, Genel Sekreter Dr. Kemal Oskay ile anketin hazırlık ve uygulanma süreçlerine katkı sunan ODTÜ Sosyoloji Bölümü Öğretim Üyesi Dr. Besim Can Zırh katıldı.

Dr. Mine Coşkun açılış konuşmasında sağlık alanında son yirmi yılı aşkın sürede uygulanan politikaların, hekimlik pratiğini ve toplum sağlığını derinden etkilediğini, “Sağlıkta Dönüşüm Programı” ile hızlanan sürecin hekimlerin çalışma koşullarında güvencesizleşmeye, hak kayıplarına ve mesleki özerkliğin zedelenmesine yol açtığını belirtti. Dr. Coşkun sözlerini şöyle sürdürdü: “Ankara Tabip Odası olarak yürüttüğümüz ‘ATO Hekim Profili ve Mesleki Eğilimler Araştırması 2025’, meslektaşlarımızın bu dönüşüme karşı tutumlarını, mesleki sorunlarını, ekonomik koşullarını, sağlık sistemine dair değerlendirmelerini ve örgütümüzden beklentilerini bilimsel verilerle ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu çalışma, yalnızca bir veri toplama aracı değil; aynı zamanda geleceğe dair örgütsel stratejilerimizi belirlemede yol gösterici bir kaynak olacaktır.”

Açıklama metnini okuyan Dr. Kemal Oskay, Ankara Tabip Odası’nın yürüttüğü kapsamlı araştırmanın 983 hekimin katılımıyla mesleğin güncel durumunu, hekimlerin beklentilerini ve sağlık sistemine dair değerlendirmelerini ortaya koyduğunu, çalışmanın 2002’de yapılan anketin ardından yeni bir eşik niteliği taşıdığını ve hekimlerin sesini örgütsel stratejilere taşımayı amaçladıklarını ifade etti.

Dr. Oskay şunları söyledi: “Bu anketin sonuçları, hekimlerin mesleki onurunu ve toplum sağlığı için verdiği mücadelesinin bilimsel zemini ve hekimlerin sesini yükselten bir örgütlenme çağırısıdır. Bulgular, meslek örgütlerinin yalnızca savunucu değil, aynı zamanda yönlendirici ve dönüştürücü bir güç olması gerektiğini bir kez daha göstermektedir.”

Veri Analizi ve Sentez aşaması tamamlanan anket çalışmasının raporlaştırıldığını belirten Dr. Oskay, resmi ra-

porun Türk Tabipleri Birliği, Sağlık Bakanlığı, İl Sağlık Müdürlüğü ve hekimlere ulaştırılacağını, net öneriler ve uygulanabilir adımlar içeren rapor ile de daha geniş kitlelere hitap edecek hale getirileceğini söyledi.

ANKETTE ÖNE ÇIKANLAR

Oskay, ankette öne çıkan başlıkları şöyle aktardı:

Şiddetin Yaygınlığı: Sözlü şiddet hekimlerin çalışma koşullarının gündelik bir parçası haline gelmiş durumdadır. Fiziksel şiddet deneyimi ise mesleki motivasyonu ve bağlılığı doğrudan sarsmaktadır.

- Stres Kaynakları: Hekimlik mesleği yüksek stresli bir iş olarak tanımlanmakta ve stres düzeyinin son bir yılda arttığı bildirilmektedir. Gelir eşitsizliği, şiddet riski, dava edilme korkusu ve mesai dışı ulaşılabilir olma zorunluluğu temel stres faktörleridir.

-Tükenmişlik: Hekimlerin yarısından fazlası kendini duygusal olarak tükenmiş hissetmekte ve işe karşı isteksizlik yaşamaktadır. Kadın hekimlerde ve genç kuşaklarda tükenmişlik belirtileri daha yaygındır.

-Kurumsal Etkiler: Aşırı iş yükü, yetersiz personel ve performans baskısı stres düzeyini artıran temel kurumsal nedenlerdir. Genç hekimler göçe hazırlanıyor. Bu, gelecekte sağlık hakkının sürdürülebilirliği açısından alarm veriyor.

- Sistem Eleştirisi: Sağlık sisteminin geleceğine dair beklentiler son derece olumsuzdur. Tıp fakültesi sayısındaki kontrolsüz artışın ve şehir hastaneleri modelinin hizmet kalitesine katkı sağlamadığı düşünülmektedir.

-Eğitim Niteliği: Hekimler kendi mezun oldukları fakültelerin çalışma hayatına hazırlayıcılığını genel olarak yeterli bulsa da Türkiye’deki güncel tıp ve uzmanlık eğitiminin niteliği konusunda ciddi endişeler taşımaktadır. Niteeksiz fakülte açılışları, liyakat sorunları ve mobbing temel eleştiri konularıdır.

-Mesleki Tatmin Tartışmalı: Her üç hekimden biri ‘Bugün olsa yine tıp alanını seçmezdim’ dedi. Erkeklerde bu oran yüzde 25’e kadar çıkarken, kadınlarda karşılıklı oranı daha yüksekti. Genç kuşaklarda tıp eğitimini yeniden seçme eğilimi yüzde 72’den yüzde 41’e düştü. Tatminsizlik büyüyor mesleğin itibarı ve tatmini erozyona uğruyor; bu, mücadele hattımızı güçlendirmemiz gerektiğini gösteriyor.

Yenimahalleli muhtarlar iftar buluştu

Yenimahalle Belediyesi, ilçe genelinde görev yapan mahalle muhtarlarını ve ailelerini iftar sofrasında bir araya getirdi. Belediyenin Karanfil Salonu’nda gerçekleşen iftar programına ev sahibi Yenimahalle Belediye Başkanı Fethi Yaşar, Başkan Yardımcıları Yaşar Neslihanoglu, Ferudun Güngör ve belediye meclis üyeleri de katıldı. Birlik, beraberlik ve dayanışma ruhunun manevi atmosferde yaşandığı program, Kur’an-ı Kerim tilaveti ve dualarla başladı. Ezanın okunmasının ardından meslektaşlarıyla birlikte oruçlarını açan muhtarlar, Ramazan ayının bereketini aynı sofrada paylaştı.

VATANDAŞA TAM DESTEK

Yaptığı konuşmada Yenimahalle Belediyesi’nin her zaman olduğu gibi Ramazan Ayı’nda da vatandaşlara desteğinin sürdüğünü belirten Başkan Yaşar, “Yenimahalle Belediyesi olarak Ramazan’ın coşkusunu yaşatmak, sofraları genişletmek ve halkımızla iç içe olmak için çalışıyoruz. Bu sene hava şartlarından dolayı mahalle iftarlarımızı yapamadık ama salonlarımızda il ve ilçe demekleriyle, STK’larla her gün iftar yapıyoruz. Aynı zamanda 365 gün ihtiyaç sahibi ailelerin, hasta ve yaşlıların evlerine yemek servisi yapıyoruz. Bu Ramazan’da da sayıyı artırarak 2 binin üzerinde eve 3-4 kişilik yemek gönderiyoruz. Ayrıca sizden gelen ve diğer tespit ettiğimiz listelerle de kimseyi Ramazan’da aç ve açıkta bırakmadık. Biliyorsunuz Ramazan ayında ihtiyaç sahibi vatandaşlara yönelik destek programı başlatıldı ve ilçemizde yaşayan 10 bin haneye hane başı 3 bin TL yardım yaptık. Bunun yanında Derman Market aracılığı ile

15 bin yurttaşımıza alışveriş olanağı sağladık. Bugün de 3 bin aileye daha 2 kg üzerinde eti dağıtmaya başladık” dedi.

YENİMAHALLE’DE BÜTÜNLÜĞÜ SAĞLADIK

Yenimahalle’ye hizmet eden muhtardan çok memnun olduğunun da altını çizen Yaşar, “Ramazan ayı 11 ayın sultanıdır. Bu ay, yaptığımız ibadetlerin hayırların Allah katında en değer bulduğu aydır. Ramazan’da kin ve nefret yoktur. Ramazan ‘da barış var, sevgi var, kardeşlik var, kucaklaşma var. Tüm bayramlarımızı Cumhuriyetin ilçesi Yenimahalle’de coşkuyla kutladık, kutlamaya da devam edeceğiz. Ramazan’ın sonu bayram, bu bayramı ailenizle birlikte güzel geçirmenizi diliyorum. Muhtarlarımızın birlik içinde beraber olmalarından gurur duyuyorum. Hepinize teşekkür ediyorum. Yenimahalle’de bütünlüğü sağladık. Hiçbirinize ayırım yapmadım, hepinize kapım sonuna kadar açık. Hangi mahallede ne eksiklik varsa Yenimahalle’nin imkanları ölçüsünde yaptık, yapmaya da devam edeceğiz” diye konuştu.

(Haber Merkezi)



Etimesgut’ta kaldırım ve tretuvar çalışmaları sürüyor

Etimesgut Belediyesi Fen İşleri Müdürlüğü ekipleri, ilçe genelinde yaya ulaşımını daha güvenli ve konforlu hale getirmek amacıyla bakım, onarım ve kaldırım düzenleme çalışmalarına aralıksız devam ediyor. Belirlenen program doğrultusunda farklı mahallelerde eş zamanlı olarak sürdürülen çalışmalar kapsamında yıpranan alanlar yenilenerek vatandaşların kullanımına daha uygun hale getiriliyor.



Bu kapsamda Şehit Osman Avcı 59. Sokak’ta kaldırım düzenleme ve yenileme çalışmaları gerçekleştirildi. Bölgede zamanla deformasyona uğrayan alanlarda sökümler yapılarak zemin düzenlemesi sağlandı ve yeni kaldırım imalatı tamamlandı. Atayurt Mahallesi’nde ise ekipler tarafından kaldırım döşeme çalışması yürütüldü. Yaya güvenliğini artırmak ve mahalle sakinlerinin günlük yaşamını kolaylaştırmak amacıyla gerçekleştirilen çalışmada yeni taş döşemeleri yapılarak kaldırım hattı düzenlendi.

Eryaman Mahallesi 303. Sokak’ta da benzer şekilde kaldırım bakım ve onarım çalışmaları gerçekleştirildi. Bölgede ihtiyaç duyulan noktalarda zemin iyileştirmesi yapılırken, bordür ve tretuvar düzenlemeleriyle cadde ve sokakların görünümü de iyileştirildi. Ayrıca Yaprıcak Mahallesi 4702 Sokak’ta da kaldırım yapımı ve düzenleme çalışması gerçekleştirildi. Ekipler tarafından yapılan çalışmalar kapsamında yeni kaldırım taşları göndererek yaya ulaşımı daha güvenli ve düzenli hale getirildi. Fen İşleri Müdürlüğü ekipleri, ilçe genelinde ihtiyaç duyulan bölgelerde bakım, onarım ve kaldırım düzenleme çalışmalarını planlanan program dahilinde sürdürmeye devam edecek.

(Haber Merkezi)

İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ HİZMETİ ALINACAKTIR

Periyodik Sağlık Taramaları Hizmet İşleri hizmet alımı 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecektir. İhaleyle ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:

İhale Kayıt Numarası (İKN) : 2026/280417

1- İdarenin

1.1. Adı : ÇEVRE, ŞEHİRCİLİK VE İKLİM DEĞİŞİKLİĞİ BAKANLIĞI - DESTEK HİZMETLERİ DAİRESİ BAŞKANLIĞI
1.2. Adresi : Mustafa Kemal Mahallesi Eskişehir Devlet Yolu (Dumlupınar Bulvarı)9. km. (Tepe Prime Yanı) No: 278 ÇANKAYA/ANKARA

1.3. Telefon numarası

:03124101252

1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası

:https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/

2- İhalenin

2.1. Tarih ve Saati : 02.04.2026 - 11:00

2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin

açılacağı) adres : Destek Hizmetleri Dairesi Başkanlığı Toplantı Salonu (Mustafa Kemal Mahallesi 2082. Cadde

No:52 06530 Çankaya/ANKARA)

3- İhale konusu hizmet alımının

3.1 Adı : Periyodik Sağlık Taramaları Hizmet İşleri

3.2. Niteliği, türü ve miktarı :HEMOGRAM (TAM KAN SAYIMI) 3200 Kişi ALT (SGPT)

3200 Kişi AST (SGOT) 3200 Kişi

HBA1C 3200 Kişi BUN 3200 Kişi KREATİNİN 3200 Kişi AÇLIK KAN ŞEKERİ 3200 Kişi

PA AKCİĞER GRAFİSİ 3200 Kişi EKG 3200 Kişi GÖZ MUAYENESİ 3200 Kişi ODYO-

METRİ TESTİ 3200 Kişi SOLUNUM FONKSİYON TESTİ 3200 Kişi

Ayrıntılı bilgiye EKAP’ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.

3.3. Yapılacağı/teslim

edileceği yer :Çevre ve Şehircilik, ve İklim Değişikliği Bakanlığı Merkez

Teşkilatı (Mustafa Kemal Mahallesi 2082. Cadde No:52 06530 Çankaya/ANKARA)

İşe başlama tarihi 01.05.2026, işin bitiş tarihi 01.11.2026

3.5. İşe başlama tarihi :01.05.2026

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 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.

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

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

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

4.3.1. Son beş yıl içinde bedel içeren bir sözleşme kapsamında kabul işlemleri tamamlanan ve teklif edilen bedelin % 25 oranından az olmamak üzere, ihale konusu iş veya benzer işlere ilişkin iş deneyimini gösteren belgeler veya teknolojik ürün deneyim belgesi.

4.3.1.1. Tüzel kişi tarafından iş deneyimini göstermek üzere kullanılan belgenin, tüzel kişiliğin yarısından fazla hissesine sahip ve 4734 sayılı Kanuna göre yapılacak ihalelere ilişkin sözleşmelerin yürütülmesi konusunda temsile ve yönetime yetkili olan ortağına ait olması halinde, ticaret ve sanayi odası/ticaret odası bünyesinde bulunan ticaret sicili müdürlükleri veya yeminli mali müşavir ya da serbest muhasebeci mali müşavir tarafından ilk ilan tarihinden sonra düzenlenen ve düzenlendiği tarihten geriye doğru son bir yıldır kesintisiz olarak bu şartların korunduğunu gösteren, e-forma uygun belgenin kullanılması zorunludur.

4.3.1.2. 4734 sayılı Kanun kapsamındaki idarelere taahhüt edilenler dışında yurt dışında gerçekleştirilen işlerden elde edilen iş deneyiminin 13/1/2011 tarihli ve 6102 sayılı Türk Ticaret Kanununun 195 inci maddesinin ikinci fıkrası gereğince pay çoğunluğuna dayanarak kurulan şirketler topluluğu belgeleri içinde kullanılması halinde bu hukuki ilişkiyi ve bu ilişkinin süresini tevsik eden belgelerin sunulması zorunludur.

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

Gezici İSG Aracı Faaliyet İzin Belgesi

mesleki yeterlilik belgeleri ve çalışma izin belgeleri OSGB Yetki Belgesi

yetki belgesi ve yaka dozimetresi

4.3.3 Kalite ve Standartla ilişkin belgeler:

Deney ve kalibrasyon laboratuvarları ile muayene kuruluşlarının kalite yeterliğine ilişkin belgelerin Türk Akreditasyon Kurumu veya Uluslararası Laboratuvar Akreditasyon İşbirliği Karşılıklı Tanınma Anlaşmasında yer alan akreditasyon kurumları tarafından düzenlenmesi zorunludur. Bu akreditasyon kurumlarının Uluslararası Laboratuvar Akreditasyon İşbirliği Karşılıklı Tanınma Anlaşmasında yer alan akreditasyon kurumu olduklarının ve bu kuruluşlarca düzenlenen belgelerin geçerliliğini sürdürdüğünün, Türk Akreditasyon Kurumundan alınacak bir yazı ile teyit edilmesi gerekir. Teyit yazısı, ihale veya son başvuru tarihinde geçerli olması koşuluyla düzenlendiği tarihten itibaren bir yıl süreyle kullanılabilir. Ancak Türk Akreditasyon Kurumu tarafından düzenlenen ve TÜRKAK Akreditasyon Markası taşıyan belge ve sertifikalar için Türk Akreditasyon Kurumundan teyit alınması zorunlu değildir. Bu belgelerin ihale tarihinde geçerli olması yeterlidir. İş ortaklıklarında, ortaklardan birinin istenilen belgeyi sunması yeterlidir.

Bu maddede istenen standartla ilişkin diğer belgelere ait bilgiler:

uygunluk ve yeterlilik belgeleri

4.4. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler:

4.4.1. Kamu veya Özelde yapılan Periyodik Sağlık Taramaları işi benzer iş olarak kabul edilecektir.

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:

İhalede Uygulanacak Sınır Değer Katsayısı (R) : Diğer Hizmetler/0,78

Sınır değerini altında teklif sunan isteklilerin teklifleri açıklama istenilmeksizin reddedilecektir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr/de.

BASIN-ILN02426319

“Bu tabloya hazırlıklı mıydık?”

CHP Genel Başkan Yardımcısı ve Parti Sözcüsü Zeynel Emre, MYK gündemi-ne ilişkin açıklama yaparken, “Ülkemize yönelik üçüncü füze gönderildi ve üç füze de düşürüldü NATO unsurları tarafından. Burada bizim açımızdan sorul-ması gereken tablo; biz buna yeterince hazırlıklı mıydık? Bu tabloyu öngördük mü? Gerek ekonomik açıdan gerekse de güvenlik şemsiyesi açısından.” dedi.

Zehra ŞAHİNDOKUYUCU

CHP Merkez Yönetim Kurulu (MYK), parti genel merkezinde Genel Başkan Özgür Özel başkanlığın-da toplandı. CHP Genel Başkan Yardımcısı ve Parti Sözcüsü Zeynel Emre, MYK gündemine ilişkin açıklama yaptı. CHP Genel Başkan Yardımcısı ve Parti Sözcüsü Zeynel Emre, “Biliyorsunuz oradan ülkemize yönelik üçüncü füze gönderildi ve üç füze de düşürüldü NATO unsurları tarafından. Burada iyi taraf, hiç can ve mal kaybı olmaması. Ancak buradaki kriz Türkiye’nin güvenliğini, ekonomisini ve iktidarın sürekli bir anlatıyla iyi yönettiğini iddia ettiği güvenlik şemsiyesi açısından kapasitesini test eden bir tabloya dönüştü. Şimdi en son Malatya Kürecik’te radar hattının bulunduğu bölgede Patriot füzelerinin yerleştirilmesine karar verildi ve konuşlandı. Bu, bölgede bir gerilim var meselesinin ötesine geçmiş durumda; savaş fiilen sınırımızda. Burada bizim açımızdan sorulması gereken tablo; biz buna yeterince hazırlıklı mıydık? Bu tabloyu öngördük mü? Gerek ekonomik açıdan gerekse de güvenlik şemsiyesi açısından... Burada Türkiye NATO’nun tabii güçlü bir üyesi ve NATO unsurları tarafından bu füzelerin düşürülmesi memnuniyet verici; önce bunu ifade edelim. Buradaki ittifak güçlü bir şekilde duruyor. Ancak bununla birlikte bizim kendi savunma sistemimizin kapasitesi ve elde ettiğimiz, daha önce 2017 yılında aldığımız S-400’ler ve bununla birlikte yaşadığımız bazı olumsuzlukların bir kez daha altını çizme ihtiyacı var.” diye konuştu.

Savaşın ekonomiyeye etkilerine değinen Emre, şunları söyledi: “Merkez Bankası’nın 12 Şubat 2026 tarihli enflasyon raporunda, 2026 yılı ortalama ham petrol fiyatını 60,9 dolar olarak, yani yaklaşık 61 dolar olarak varsaydı. Orta vadeli programda iseki tutan bir hesaplama yok, tahmin yok. 2026 Brent varsayımı yaklaşık 65 dolar. Bugün bu savaşın daha ikinci haftasında Brent Petrol 100 dolar seviyesine gelmiş durumda.

Savaşın ilk iki haftasında, ilk şokunda ülkemizdeki bu bedeli kim ödüyor? Üretici, sanayici, emekli, çiftçi, esnaf ödüyor bunu. Bizim duruşumuz burada elbette nettir: Barışçılık, kurumsal akıl ve adalet duygusu, tüm bu süreçlerde uluslararası hukuk anlamında da uluslararası normlar ve oradaki adalet duygusunun önemi.”

Emre, Ekrem İmamoğlu’nun da yargılandığı İBB davasını hatırlatarak, “Bu dava Türk demokrasi tarihi açısından en önemli davalardan biridir. Bir belediye başkanı, şahsın ötesine geçmiştir. Mesele, iktidar alternatifi gelmiş, halk tarafından en çok oyu alan ve desteklenen Cumhuriyet Halk Partisi’nin ve onun temsil ettiği siyasi hattın önünün hangi yollarla kesilmek istenip istenmemesi meselesidir. Mesele, bu ülkedeki seçme seçilme iradesine saldırdır. Mesele, yerel seçim iradesinin tanınmamasıdır. Buradaki mesele demokrasiyi savunmaktır. O nedenle şeffaflık bir şekilde halkın hakemliğine ihtiyaç var” ifadelerinde bulundu.

Emre, daha sonra gazetecilerin sorularını yanıtladı. Özgür Özel ile eski TBMM Başkanı Bülent Arınç’ın görüş-



mesinin ardından pazarlık iddialarının gündeme gelmesine ilişkin soruyu yanıtlayan Emre, “Sayın Arınç’la Sayın Özel’in görüşmesi iki Manisalı olarak iki hemşehrinin görüşmesi. Bu daha önce de zaman zaman olan şeyler. Sanki çok özel gizli bir şeymiş gibi davranılıyor. Öyle olsa zaten gizli tutulur. Yani basına duyurusu yapılmaz, gizli bir şey konuşacaksınız. Bir de şuna da ben anlam veremiyorum açıkçası. Cumhuriyet Halk Partisi tarihin en ağır saldırıları altında. Bu nasıl şantaj nasıl pazarlık ki her gün biz bir operasyonla uyanıyoruz. Her gün operasyonlar ve haksızlıklar var Cumhuriyet Halk Partisi’ne yönelik. Bir yandan da böyle asılsız dedikodular var, gerçeği yansıtmayan şeyler. Biz çok şeffaflık bir partiyiz. Ne olsa yurttaşlarımızla paylaşıyoruz.” diye konuştu.

Emre, Milli Eğitim Bakanı Yusuf Tekin’in CHP Genel Başkanı Özgür Özel ile ilgili sözlerine ilişkin, “En örnek olması gereken kişi milli eğitim bakanı. Öyle bir üslupla cevap veriyor ki yani insanın midesi bulanır. Siz kalkıyor-sunuz bu ülkenin ilk partisi olan Cumhuriyet Halk Partisi’nin Genel Başkanına, dünyanın en köklü partilerinden birinin genel başkanına hitaben burada tekrarlamaktan utanç duyarım, öyle bir üslupla konuşuyorsun. Bu adam nasıl orada çocuklara örnek olacak? Nasıl görevde kalcak? Kişisel olarak baktığında yeterli terbiyeye haiz olmayan biri nasıl örnek olacak? Siyasette atışma olur, bu normaldir. Sert eleştiri de olur; ama küfür olmaz” değerlendirmesinde bulundu.



Ticaret Bakanlığından tüketicilere “alışverişte raf ile kasa fiyatını karşılaştırın” uyarısı!

Ticaret Bakanlığı temel gıda ve ihtiyaç ürünlerine yönelik fiyat denetimlerini sıkılaştırırken vatandaşların da özellikle marketlerde rafta yazan fiyat ile kasada ödeyecekleri fiyatı karşılaştırmaları, mağduriyet yaşamamaları açısından önem taşıyor.

Bakanlıktan edinilen bilgiye göre, tüketicileri fahiş fiyata karşı korumak ve piyasada adil rekabet ortamı oluşturmak amacıyla market, restoran ve kafelere yönelik denetimler yıl boyunca devam ediyor.

Denetimler, özellikle ramazan ayı öncesi ve süresince de etkin şekilde sürdürüldü. Ekipler, bu doğrultuda özellikle temel gıda ve ihtiyaç ürünlerine yönelik fiyat etiketlerini inceledi.

Denetimlerde özellikle un, ekmek, kuru gıda, yağ, süt ve süt ürünleri, yumurta, kırmızı ve beyaz et, çay, şeker, bakliyat, meyve, sebze, deterjan, sabun, şampuan, dişi macunu gibi temel gıda ve ihtiyaç malzemelerindeki fiyat hareketlilikleri kontrol edildi.

19 ŞUBAT-10 MART'TA 38 BİN 216 ÜRÜN DENETLENDİ

Ramazan ayının başladığı 19 Şubat ile 10 Mart’a kadar olan dönemde 3 bin 182 işletme ve 38 bin 216 ürün fahiş fiyat artışları açısından incelendi. Değerlendirme süreci devam eden bu denetim sonuçlarında, mevzuata aykırılık tespit edilmesi durumunda, Haksız Fiyat Değerlendirme Kurulu tarafından gerekli idari yaptırım uygulanacak.

Ekipler, halihazırda günlük ve rutin olarak yaptıkları bu denetimleri Ramazan Bayramı’na sayılı günler kala artırdı.

Bu kapsamda tüketicilerin bayram öncesi mağdur olmamaları için temel gıda ve ihtiyaç ürünlerinin yanı sıra bayram alışverişlerinde sıkça tercih edilen tatlı, şekerleme, çikolata ve atıştırmalıkların etiketleri inceleniyor. Ekipler, etiketteki ile kasadaki fiyat arasındaki uyumsuzluğun yanı sıra haksız fiyat denetimi kapsamında ürünlerin alış ve satış tutarlarına da bakıyor. Haksız fiyat nedeniyle mağduriyet yaşanmaması için vatandaşların dikkat etmesi gereken hususlar da bulunuyor.

Tüketicilerin, alışverişlerinde fiyat etiketlerini dikkatle incelemeleri ve marketlerde rafta yazan fiyatla, kasada ödenen fiyatı karşılaştırmaları gerekiyor. Vatandaşların, alışveriş yaparken fahiş fiyat artışı veya stokçuluk şüphesi oluşturan işletme ve ürünleri ivedilikle Bakanlığa ihbar etmeleri önem taşıyor. (AA)

Otobüs firmalarına bayram için ek sefer imkanı

Ulaştırma ve Altyapı Bakanı Abdulkadir Uraloğlu, Ramazan Bayramı’nda artması beklenen yolcu yoğunluğuna karşı şehirler arası otobüs firmalarının turizm taşımacılığı için yetkilendirilmiş araçlarını da seferlerde kullanabileceğini açıkladı.

Bakan Uraloğlu, yaptığı yazılı açıklamada, Ramazan Bayramı tatili sebebiyle şehirler arası otobüs taşımacılığına yönelik uygulanacak düzenlemeyi duyurdu. Bayram dönemlerinde yolcu talebinin olağan sefer kapasitesinin çok üzerine çıktığını hatırlatan Uraloğlu, vatandaşların mağdur olmaması için ek sefer imkanının genişletildiğini kaydetti.

Uraloğlu, bayram tatilinde şehirler arası yolcu taşımacılığında ciddi bir yoğunluk yaşanmasını beklediklerini belirterek, “Bayramda yoğunluk olacağını öngörüyoruz. Mevcut tarifeli seferlerin bu talebi karşılayabilmesi için biletli yolcu taşımacılığı yapan otobüs firmalarının turizm amaçlı yetkilendirilmiş araçlarını ek seferlerde kullanabilmelerine imkan tanıdık” dedi.

Bakan Uraloğlu, “Biletli yolcu taşımacılığı yapan B1 ve D1 yetki belgesi sahibi firmalar; tarifeli hatlar dışına çıkmama, ücret tarifelerine uyma ve yapılan taşımadaki tüm sorumluluğu üstlenme şartıyla, ayrıca Ulaştırma Elektronik Takip ve Denetim Sistemi’ne (U-ETDS) bildirimde bulunmaları kaydıyla, B2 ve D2 yetki belgesi sahiplerinin 25 ve üzeri koltuk kapasitesine sahip taşıtlarını da kullanarak ek sefer yapabi-



lecek. Firmalar, bu araçlarla gerçekleştirecekleri ek seferlerini 29 Mart gün sonuna kadar sürdürürebilecek” ifadelerini kullandı. (DHA)

ELDİVEN SATIN ALINACAKTIR

1000001294-ELDİVENLER 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) :2026/477360

1- İdarenin

1.1. Adı :TÜRKİYE PETROLLERİ ANONİM ORTAKLIĞI GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

1.2. Adresi :Söğütözü Mahallesi Nizami Gencevi Caddesi No: 10 06530 ÇANKAYA/ANKARA ÇANKAYA/ANKARA

1.3. Telefon numarası :03122072714

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

2- İhalenin

2.1. Tarih ve Saati :14.04.2026 - 14:30

2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres :TPAO GENEL MÜDÜRLÜĞÜ / 6. Kat Toplantı Salonu

3- İhale konusu mal alımının

3.1. Adı :1000001294-ELDİVENLER

3.2. Niteliği, türü ve miktarı :Toplam 12 Kalem Eldiven (Her kalem, kısmi teklife açık) alınacaktır.

Ayrıntılı bilgiye EKAP’ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.

3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer :TPAO Genel Müdürlüğü, Adıyaman, Batman, Trakya ve Şırnak Bölge Müdürlükleri ambarlarına teslim edilecektir. (Bölgelere göre miktar ve beden dağılımları ihale dokümanları ekinde sunulmuştur.

3.4. Süresi/teslim tarihi :TÜM KALEMLERİ İÇİN 90 GÜNDÜR

3.5. İşe başlama tarihi :Sözleşmenin imzalandığı tarih itibarıyladır.

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 İsteklilerin 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 Kaliteye ilişkin belgelere ait bilgiler:

Türk Akreditasyon Kurumu tarafından akredite edilen belgelendirme kuruluşları veya Uluslararası Akreditasyon Forumu Karşılıklı Tanınma Antlaşmasında yer alan ulusal akreditasyon kurumlarının akredite edilmiş belgelendirme kuruluşları tarafından düzenlenmesi zorunludur. İsteklilerden bu bilgilerin tevsik edilmesinin istenilmesi halinde, söz konusu belgelerin, bu belgelendirme kuruluşlarının, Uluslararası Akreditasyon Forumu Karşılıklı Tanınma Antlaşmasında yer alan ulusal akreditasyon kurumlarının akredite edilmiş belgelendirme kuruluşu olduklarını ve bu kuruluşlarca düzenlenen belgelerin geçerliliğini sürdürdüğünün, Türk Akreditasyon Kurumundan alınacak bir yazı ile teyit edilmesi gerekir. İhale tarihi veya bu tarihten önceki bir yıl içinde alınan teyit yazıları geçerlidir. Ancak, Türk Akreditasyon Kurumu tarafından akredite edildiği duyurulan belgelendirme kuruluşları tarafından düzenlenen ve TÜRKAK Akreditasyon Markası taşıyan belge ve sertifikalar için Türk Akreditasyon Kurumundan teyit alınması zorunlu değildir.

Bu belgelerin ihale tarihinde geçerli olması yeterlidir. İş ortaklıklarında, ortaklardan birinin istenilen belgeye ilişkin bilgiyi belirtmesi yeterlidir.

Bu maddede istenen standarda ilişkin diğer belgelere ait bilgiler:

CE UYGUNLUK BELGESİ veya AT UYGUNLUK BEYANI

4.3.2. Numune sunulması istenmemektedir.

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

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr’de.

BASIN-ILN02426939

ZAYİ

Yenimahalle Belediyesi tarafından verilen 882312 Sicil Numaralı “İşyeri Açma belgemi” kaybettim.

Hükümsüzdür

CANAERO HAVACILIK VE MÜHENDİSLİK A.Ş

Şimşek: Cari açık konusunda biraz kaygılıyım

Hazine ve Maliye Bakanı Mehmet Şimşek, “Türkiye’nin rezervleri artmaya devam etti. Kur korumalı mevduattan çıkışı başarıyla yönettik. Savaş şu an önemli bir belirsizlik kaynağı. Cari açık, enflasyon, büyüme ve bütçe üzerinde ciddi potansiyel etkileri olabilecek büyük bir dış şokla karşı karşıyayız. Yine de şokun geçici olacağı varsayımıyla konuşuyorum.” dedi.



Hazine ve Maliye Bakanı Mehmet Şimşek, savaşın etkilerinin gelecek aylarda bir miktar hissedileceğini belirterek, “Savaşın etkileri önümüzdeki aylarda bir ölçüde hissedilecek. Cari açık konusunda biraz kaygılıyım, zira petrol fiyatları doğrudan cari açığı artırıyor. Programın hangi boyutuyla en çok tedirginsiniz diye sorarsanız, şu an için cari açık derim ancak yönetilebilir düzeyde kalacağına inanıyorum.” dedi.

Şimşek, bir televizyon programında gündeme ilişkin soruları yanıtladı.

“Terörsüz Türkiye” sürecine ilişkin bir soruyu yanıtlayan Bakan Şimşek, terörün Türkiye’ye toplam maliyetinin bir araştırma sonucuna göre fırsat maliyeti dahil yaklaşık 2 trilyon dolar olduğunu belirtti. Bu rakamın Türkiye’yi ciddi biçimde geri çeken en önemli faktörlerden biri olduğunu altını çizen Şimşek, şöyle konuştu: “Çok büyük teşvikler veriyoruz ancak terör nedeniyle Doğu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerine yatırım şimdiye kadar sınırlı kaldı. Terörsüz Türkiye ile bu bölgeler ülkemizin yeni büyüme motorları haline gelecek. Türkiye’nin çevresindeki çatışmaların bir kısmı etnik veya mezhep eksenli. Oysa Türkiye, etnik ve mezhepsel farklılıkların bir çatışma kaynağı olarak değil, birer zenginlik olarak görüyor. Bu zenginlik ülkemizin gelişmesi ve kalkınması açısından olduğu kadar bölgesel entegrasyon açısından da büyük önem taşıyor. Bölgemizin tamamında istikrara, barışa ve refaha dayalı bir coğrafyanın oluşması Türkiye’nin doğru-

dan lehinedir. Zira Türkiye, bu bölgenin en gelişmiş sanayi ve hizmet üssüdür.”

“ENFLASYON BU SENE DE DÜŞMEYE DEVAM EDER”

Geçen yıl ekonomi programının rüştünü ispat ettiğini belirten Şimşek, iç gelişmeler ve ticaret savaşları ile zirai don ve tarımsal kuraklığa rağmen enflasyonun düşmeye devam ettiğini aktardı.

Bütçe açığındaki iyileşmenin sürdüğünü ve açığın daraldığını vurgulayan Şimşek, şu değerlendirmeyi yaptı: “Türkiye’nin rezervleri artmaya devam etti. Kur korumalı mevduattan çıkışı başarıyla yönettik. Savaş şu an önemli bir belirsizlik kaynağı. Cari açık, enflasyon, büyüme ve bütçe üzerinde ciddi potansiyel etkileri olabilecek büyük bir dış şokla karşı karşıyayız. Yine de şokun geçici olacağı varsayımıyla konuşuyorum. Enflasyon bu yıl da düşmeye devam eder ancak hedeflediğimiz boyutta olup olmayacağını söylemek için henüz erken. Bütçede ilk iki ayda iyi bir başlangıç yaptık. Savaşın etkileri önümüzdeki aylarda bir ölçüde hissedilecek. Cari açık konusunda biraz kaygılıyım, zira petrol fiyatları doğrudan cari açığı artırıyor. Programın hangi boyutuyla en çok tedirginsiniz diye sorarsanız, şu an için cari açık derim ancak yönetilebilir düzeyde kalacağına inanıyorum.”

Kamuda 2025’te sözleşmesi sona eren kiralık taşıtların sayısında yüzde 21 azaltmaya gittiklerine işaret eden Şimşek, “Tasarruf şuuru çok güçlü ve Maliye Bakanlığının denetimi, raporlamasıyla devam ediyor. Bu sene de tasarruf konusunda gereken maksimum hassasiyeti göstermeye devam edeceğiz.” dedi.

Şimşek, program döneminde yüksek gelir grupları ile sermaye kesimine yönelik vergi yükünü arttırdıklarını, vergide adaleti sağlamaya yönelik çok ciddi çaba içerisine girdiklerini belirterek, bu alandaki çalışmalarını anlattı.

Dolaylı vergilerin toplam vergi gelirleri içindeki payının yüzde 66’dan yüzde 62 civarına gerilediğine dikkati çeken Şimşek, faiz giderlerinin bütçe içindeki payını kontrol altına almak için faiz dışı fazla vermeye çalıştıklarını ve harcamaları da disiplin altında tuttuklarını vurgulayarak şöyle devam etti: “Bu yılın özellikle ilk çeyreğindeki faiz giderlerindeki artışın, son iki-üç yıldaki borçlanmayla neredeyse hiçbir ilgisi yok. İlk iki aydaki faiz giderlerinin yüzde 38’i, aslında 10 yıl önce ihraç ettimiz enflasyona endeksli tahvilin faizidir. Faiz giderlerinin milli gelire oranı 2002-2025 döneminde ortalama yüzde 4,4 iken bu yıl yüzde 3,5’e gerilemesini öngörüyoruz. Ortada Vadedi Program dönemi sonu olan 2028’de bu oranın yüzde 3,3’e düşeceğini öngördük çünkü faiz dışı fazla vermeye başladık. Geçen yıl uzun bir

aranın ardından ilk kez faiz dışı fazla verdik. Faiz harcamalarının vergi gelirlerine oranı 2002’de yüzde 86 iken 2002-2025 döneminde bu oran yüzde 26 civarına geriledi. 2026’da ise yüzde 20’ye düşmesini bekliyoruz. Program döneminin sonunda bu oranın yüzde 18 civarına gerilemesini öngörüyoruz.”

“VATANDAŞIMIZ MÜSTERİH OLSUN”

Gelirleri, kayıt dışılıkla mücadele ederek artırma-ya çalıştıklarını vurgulayan Şimşek, şunları kaydetti: “Milletimiz müsterih olsun. Sıkıntılar yok değil, bölgemiz şu anda bir savaş içinde. Kuzeyde Rusya-Ukrayna savaşı var. Bunların etkileri olacak. Normalde biz faiz düşüşü bekleirken şimdi geçici olarak ikinci piyas faizlerinde bir yükselme var. Dış şokları kontrol edemeyiz ama vatandaşımız müsterih olsun. Cumhurbaşkanı’mızın liderliğinde tecrübeli bir ekip var. İyi programımız var. Programın aksayan yönleri olabilir gereken tedbirleri alırız. Program önemli ölçüde Türkiye’yi dış şoklara karşı dirençli hale getirdi. Kırılganlıklarımızı azalttı.”

Türkiye’nin konumunu nasıl güçlendirebileceklerine ilişkin değerlendirmelerde bulunan Şimşek, son iki haftada Bakanlık ekiplerini bir araya getirdiğini belirterek, “Bölgede transit ticarete önemli bir yere sahip olan bazı ülkelerde şu an ciddi bir kırıla ma yaşanıyor. Türkiye olarak transit ticarete nasıl bir üs haline gelebiliriz? Ekiplerimiz bunu vergi politikalarından diğer politika araçlarına kadar tüm boyutlarıyla çalışıyor.” dedi.

“TÜRKİYE’NİN DOĞRUDAN YATIRIM ÇEKME POTANSİYELİ BÜYÜK”

İstanbul Finans Merkezi’nin (IFM) önemli avantajlar barındırdığına dikkati çeken Şimşek, yeni dönemde IFM’yi çok daha güçlü bir konuma taşımak için çalışmalar yürüttüklerini ifade etti.

Küresel doğrudan yatırımlar için önemli bir cazibe merkezi olan Türkiye’nin komşularının toplam milli gelirinin 1,3 trilyon dolar olduğunu vurgulayan Şimşek, Türkiye’nin milli gelirinin ise 1,6 trilyon dolara ulaştığını belirtti.

Şimşek, Türkiye’nin nüfusunun 86 milyon ve kişi başına milli gelirinin 18 bin dolar olduğunu belirttierek, sözlerini şöyle tamamladı:

“Bu özellikleri itibarıyla Türkiye’nin doğrudan yatırım çekme potansiyeli büyük. Özellikle Cumhurbaşkanı Yardımcımızın başkanlığında ‘yatırım ortamını nasıl iyileştiririz’, ‘büyük yatırımların hukuk güvenliğini nasıl pekiştiririz’, ‘nasıl artırırız’ gibi birtakım konuları çalışıyoruz. Özellikle ihracata dayalı imalat sanayisinde mesela kurumu vergisini arkadaşlara çalışın dedim. Bunların hepsini şu anda çalışıyoruz.” (AA)

Yabancı yatırımlardan Türkiye’nin ihracatına katkı

Ticaret Bakanlığı, Türkiye’ye gelen yabancı sermayeli yatırımların 2025 yılı ihracatının yaklaşık yüzde 30’unu gerçekleştirdiğini bildirdi.

Bakanlıktan yapılan açıklamada, Türkiye’nin, son yıllarda izlediği kararlı sanayi, ticaret ve yatırım politikaları sayesinde uluslararası yatırımlar açısından cazip bir merkez haline geldiği belirtildi.

Türkiye’ye yönelen yabancı yatırımların, üretim kapasitesi ve ihracat performansını desteklediğine işaret edilen açıklamada, Türkiye’nin, lojistik altyapısı, küresel değer zincirlerine entegrasyon kapasitesi ve yatırım ortamına yönelik yapısal iyileştirmelerle, küresel ticaret sisteminde yüksek pazar erişimine sahip, dirençli, stratejik üretim ve tedarik merkezi konumunu daha da güçlendirdiğine dikkat çekildi.

Açıklamada, Türkiye’nin, küresel belirsizlik ortamında uluslararası doğrudan yatırımlarda dikkati çekici bir performans sergilediği aktararak, şunlar kaydedildi: “Birleşmiş Milletler Ticaret ve Kalkınma Konferansı (UNCTAD) tarafından yayımlanan Dünya Yatırım Raporu verileri, Türkiye’nin küresel yatırım ortamındaki güçlü konumunu teyit etmektedir. 2025 yılı itibarıyla uluslararası doğrudan yatırım akımları dünya genelinde yüzde 14 artarak 1,6 trilyon dolara ulaşmıştır. Ancak bu artış dengeli dağılmamış, gelişmiş ekonomilere yönelen yatırımlar yüzde 43 artarak 728 milyar dolara yükselirken gelişmekte olan ekonomilere

yönelen yatırımlar yüzde 2 azalarak 877 milyar dolara gerilemiştir. Gelişmekte olan ülkeler açısından yatırım ortamının zorlaştığı ve küresel ekonomide korumacılık eğilimlerinin arttığı bir dönemde Türkiye, uluslararası doğrudan yatırım girişlerinde kaydettiği yüzde 29’luk güçlü artış ile gelişmekte olan ekonomiler arasında en başarılı ülkelerden biri olarak öne çıkmıştır.”

Türkiye’ye yönelen uluslararası doğrudan yatırımların, son yıllarda istikrarlı artış eğilimi sergilediği belirtilen açıklamada, şu değerlendirmelere yer verildi: “Türkiye Cumhuriyet Merkez Bankası verileri incelendiğinde, 2002 yılında yalnızca 1,1 milyar dolar seviyesinde bulunan uluslararası doğrudan yatırım girişinin, 2025 yılında bir önceki yıla göre yüzde 12,2 artarak 13,1 milyar dolara yükseldiği görülmektedir. Bu gelişme, 2025 yılı genelinde aylık ortalama 1,1 milyar dolarlık istikrarlı bir yatırım akışına işaret etmektedir. Türkiye’nin güçlenen yatırım ekosistemi sayesinde ülkemize yönelen dijital dönüşüm odaklı, iklim dostu ve küresel tedarik zinciri temelli nitelikli yatırımlar, üretim kapasitemizi artırmakta ve ihracatımız üzerinde çarpan etkisi oluşturmaktadır. Bakanlığımızın analizlerine göre, ülkemize gelen yabancı sermayeli firmalar 2025 yılında Türkiye’nin toplam ihracatının yaklaşık yüzde 30’unu gerçekleştirmiştir. Söz konusu firmaların ihracat performansı incelendiğinde, en fazla ihracatın 46,4 milyar dolar ile Avrupa Birliği (AB) ülkelerine gerçek-

leştirildiği görülmektedir. Yabancı sermayeli firmaların en fazla ihracat gerçekleştirdiği ülkeler sırasıyla Almanya, Birleşik Krallık, Amerika Birleşik Devletleri, İtalya ve Fransa olmuştur. Ayrıca söz konusu dönemde en yüksek ihracatı ABD, Almanya ve Hollanda menşeli firmalar gerçekleştirmiştir. En büyük ticaret ortağımız olan AB’nin Türkiye’deki yatırımları, 2025 yılında yabancı sermayeli firmaların toplam ihracatının yüzde 51,2’sini, Türkiye’nin toplam ihracatının yüzde 15,5’ini gerçekleştirmiştir.”

Açıklamada, bu firmaların ihracatında sanayi üretimine dayalı sektörlerin ağırlık taşıdığı bildirilerek, söz konusu firmaların en fazla ihracat gerçekleştirdiği fasılların sırasıyla “Motorlu kara taşıtları”, “Kazanlar, makineler ve mekanik cihazlar” ile “Elektrikli makine ve cihazlar” olduğu aktarıldı.

Bu tablonun, Türkiye’nin küresel üretim ve tedarik zincirleri içerisindeki yüksek katma değerli sanayi üretimini kapasitesini ortaya koyduğunu işaret edilen açıklamada, “Türkiye, küresel ölçekte üretim ve ticaretin merkezi olma kararlılığını stratejik politikalarla sürdürmektedir. Yakalanan güçlü ivme doğrultusunda Bakanlık olarak yatırım ortamını geliştirmeye, küresel değer zincirlerindeki konumumuzu güçlendirmeye, ihracat kapasitemizi artırmaya ve sürdürülebilir kalkınma hedeflerimize ulaşmaya yönelik çalışmalarımıza kararlılıkla devam edeceğiz.” ifadeleri kullanıldı. (AA)

SÖZÜN ARKASI

AYSEL KANBER
ays.kanber@hotmail.com



Kendine not düşen gençler!

Toplum olarak genellikle sonuçlara odaklanılır. Işıklı sahneler, alkışlar ve başarıyla tamamlanan organizasyonlar... Ancak o sahnenin kurulması için harcanan emeği, aylar süren planlamayı ve o yükü omuzlayanları çoğu zaman göz ardı ederiz. Geçtiğimiz günlerde TEDxYouth@BLIS bünyesinde gerçekleşen “Kendime Not” temalı konferans, tam da bu noktada üzerinde durulması gereken bir örnek sundu. Üstelik bu programın emeği gençlerden...

Etkinliğin organizatörlüğünü üstlenen Mert Erdoğan, açılış konuşmasında çok kıymetli bir noktaya değindi: “TEDx sahnesi sadece bir konferans alanı değil, fikirlerin dönüştürücü gücüne tanıklık edilen bir platformdur.” Mert’in bu yaklaşımı, aslında bugünün gençliğinin sadece “etkinlik yapan” değil, “anlam üreten” bir kuşak olduğunu somut kanıttı.

Mert Erdoğan’ın liderliğinde, Ada Derin Özdoğan’ın desteği ve BLIS yöneticilerinin rehberliğinde şekillenen süreç; disiplinin, liyakatin ve adanmışlığın bir özeti gibiydi. Mert’in şu sözleri, başarının mutfağını anlatmaya yetiyor: “Aylarca süren toplantılar, tekrarlanan denemeler... Sahnede 4 kişiyiz ama arkada vazgeçmeyen dev bir ekibiz.”

Aslında bu cümle net olarak bize şunu söylüyor: Gençlerimize alan açıldığında, onlara güvendiğimizde ve doğru bir vizyonla birleştiklerinde; sadece bir okul etkinliği değil, şehre ilham veren bir fikir platformu inşa edebiliyorlar.

Her zaman savunduğumuz bir gerçek var: Makamlar veya unvanlar insanı büyütmez; insan, karakteriyle o koltuğa anlam katar. Mert Erdoğan’ın bu organizasyondaki duruşu; kibri değil nezaketi, “ben” yerine “biz” demeyi seçen o erdemli yönetim anlayışının güzel bir yansıması oldu.

Yalçın Gökçekbağ’ın sanat vefasından Hazer Amani’nin cesur kariyer dönüşümüne, Tamer Levent’in “Sana Evet” çağrısından Murat Karahan’ın dünya sahnelerindeki disiplinine kadar her konuşma aslında Mert ve ekibinin titizlikle seçtiği “geleceğe dair notlar” idi.

Sonuç Olarak;

Bir toplumun asıl gücü, Mert Erdoğan gibi sorumluluk alan, doğruyu savunan ve emeğin kutsallığına inanan gençlerin varlığıyla ölçülür. Bu başarılı organizasyonun gösterdiği gibi; liyakat geri plana itilmediğinde, ego değil fikir konuştuğunda, sonuç her zaman ilham verici oluyor...

Mert Erdoğan ve ekibini; tarihe böylesine anlamlı, nezaket ve adaleat dolu bir not düştükleri için kutluyorum. Başarılarınız daim olsun.

Agrotech’ten tarım ve teknoloji odaklı büyüme stratejisi

Agrotech, tarımsal üretim, teknoloji çözümleri ve perakende alanlarında entegre bir yapı kurarak sürdürülebilir büyümeyi hedefliyor. Şirketten yapılan açıklamaya göre, Agrotech, seracılık, sözleşmeli tarım ve iyi tarım uygulamaları kapsamında yürütülen çalışmalarla modern üretim tekniklerinin yaygınlaştırılmasını planlanıyor. Halihazırda, toplam 2,6 milyon metrekareyi aşan tarım alanında üretim faaliyetleri yürüten şirket, sözleşmeli üretim modeli ve modern sera yatırımlarıyla üretim kapasitesini artırmaya yönelik çalışmalarını sürdürüyor.

Yapay zeka destekli veri analitiği, nesnelerin interneti (IoT) tabanlı akıllı tarım sistemleri ve dijital platformlar üzerinden tarımsal üretimde verimliliği artırmaya yönelik teknolojiler geliştirmeyi sürdüren şirket, “tarladan sofraya” yaklaşımının bir yansıması olarak tarımsal üretim ve tedarik zincirini desteklemek amacıyla perakende alanında da yatırımlarını sürdürüyor. Agrotech, bu kapsamda faaliyet gösteren Agross markasıyla tarımsal girdilerin temininde hızlı, erişilebilir ve sürdürülebilir çözümler sunuyor. Yeni mağaza yatırımlarıyla birlikte Agross’un hizmet ağını genişletilmesi planlanırken, kaliteli ürünlerle herkesin uygun fiyatlarla ulaşması hedefleniyor.

Şirket Türkiye’de yürüttüğü faaliyetlerin yanı sıra uluslararası pazarlarda büyüme stratejisi doğrultusunda yeni işbirlikleri ve teknoloji projeleri geliştirmeyi sürdürüyor. Bugüne kadar 20’den fazla ülkeye teknoloji ihracatı gerçekleştiren şirket, ABD, Avrupa ve Orta Doğu’daki yapılanmaları üzerinden küresel ölçekte işbirliklerini geliştirmeyi amaçlıyor. (AA)

İLBANK, kayıp ve kaçakların önlenmesinde belediyelerin su ve atık altyapı yatırımlarına ağırlık verecek

Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığının ilgili kuruluşu İller Bankası (İLBANK) Genel Müdürü Eyyüp Karahan, kayıp ve kaçakların önlenmesi amacıyla yerel yönetimlerin içme suyu, kanalizasyon ve atık su yatırımları ile katı atık yönetimi projeleri üzerinde çalışmaya devam edeceklerini bildirdi.

Karahan, İLBANK’ın Türkiye genelinde yerel yönetimlerin altyapı yatırımlarına finansman ve teknik destek sağlayan önemli kurumlardan biri olduğunu vurguladı.

Şehirlerin sağlıklı, güvenli ve sürdürülebilir altyapıya kavuşmasının yaşam kalitesi açısından büyük önem taşıdığının altını çizen Karahan, bu kapsamda belediyelerle yürütülen projelerle içme suyu temini, kanalizasyon sistemleri, atık su arıtma tesisleri ve katı atık yönetimi gibi çevresel altyapı yatırımlarına destek verdiklerini aktardı.

Karahan, “Kayıp ve kaçakların önlenmesi amacıyla özellikle içme suyu şebekelerinin yenilenmesi, kanalizasyon hatlarının güçlendirilmesi ve atık su arıtma tesislerinin kapasitesinin artırılmasına yönelik projeler üzerinde çalışmaya devam edeceğiz. Şehirlerin altyapı sistemlerinin daha verimli ve sürdürülebilir hale getirilmesini hedefliyoruz.” diye konuştu.

Yerel yönetimlerin çevresel altyapı yatırımlarına yönelik çalışmaların sürdürüğünü dile getiren Karahan, su kaynaklarının daha etkin kullanılmasına katkı sağlayacak projelerin de önem taşıdığını kaydetti.

Türkiye genelinde katı atık yönetim sistemlerinin yaygınlaştırılmasının çevre ve insan sağlığı açısından önemli olduğunu belirten Karahan, atıkların çevreye zarar vermeden toplanması, ayrıştırılması ve geri kazanım süreçlerinin



geliştirilmesine yönelik çalışmaların devam ettiğini söyledi.

Karahan, “Bu kapsamda belediyelerin modern katı atık tesisleri kurmasına yönelik projeleri desteklemeye devam edeceğiz. Atık yönetim altyapısının güçlendirilmesiyle hem çevrenin korunmasına hem de kaynakların daha verimli kullanılmasına katkı sağlamayı hedefliyoruz.” dedi.

İLBANK Genel Müdürü Karahan, çevresel sürdürülebilirliği geliştirmeyi amaçlayan projeler kapsamında atıkların geri kazanım oranlarının artırılması, düzenli depolama sistemlerinin geliştirilmesi ve çevre dostu altyapı yatırımlarının yaygınlaştırılmasına yönelik çalışmaların sürdüğünü de sözlerine ekledi. (AA)

ADALET BAKANLIĞINDAN

Ankara (kapatılan) 2. İcra Müdürlüğünün 1964/1588 Esas (Ankara 8. Genel İcra Müdürlüğünün 2025/17863 Yeni Esas) sayılı dosyasının imha edilmiş olduğu anlaşıldığından, 4473 sayılı Yangın, Yersarsıntısı, Seylâp veya Heyelân Sebebiyle Mahkeme ve Adliye Dairelerinde Ziyaa Uğrayan Dosyalar Hakkında Yapılacak Muamelelere Dair Kanun hükümlerinin söz konusu dosya için uygulanmasına ve anılan Kanun hükümleri gereğince işlem yapılmasına karar verildiği ilân olunur.

Resmi ilanlar www.www.gov.tr/de.

BASIN-ILN02424804

İLÂN ADALET BAKANLIĞINDAN

Ankara (kapatılan) 12. İcra Müdürlüğünün 2008/7058 Esas sayılı dosyasının zayı olduğu anlaşıldığından, 4473 sayılı Yangın, Yersarsıntısı, Seylâp veya Heyelân Sebebiyle Mahkeme ve Adliye Dairelerinde Ziyaa Uğrayan Dosyalar Hakkında Yapılacak Muamelelere Dair Kanun hükümlerinin söz konusu dosya için uygulanmasına ve anılan Kanun hükümleri gereğince işlem yapılmasına karar verildiği ilân olunur.

Resmi ilanlar www.www.gov.tr/de.

BASIN-ILN02424829

ADALET BAKANLIĞINDAN

Ankara (kapatılan) 16. İcra Müdürlüğünün 2003/634 Esas (Ankara 4. Genel İcra Müdürlüğünün 2003/634 Esas) sayılı dosyasının imha edilmiş olduğu anlaşıldığından, 4473 sayılı Yangın, Yersarsıntısı, Seylâp veya Heyelân Sebebiyle Mahkeme ve Adliye Dairelerinde Ziyaa Uğrayan Dosyalar Hakkında Yapılacak Muamelelere Dair Kanun hükümlerinin söz konusu dosya için uygulanmasına ve anılan Kanun hükümleri gereğince işlem yapılmasına karar verildiği ilân olunur.

Resmi ilanlar www.www.gov.tr/de.

BASIN-ILN02424910

Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Doç. Dr. Kemal Atasayan, “Günlük yaşamı etkileyen, zamanla artan ve uzun süren adet ağrılarının ihmal edilmemesi, erken değerlendirme açısından önemli” dedi.

Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Doç. Dr. Kemal Atasayan, “endometriozis” tanısında yaşanan gecikmelerin ağrı şiddetinin artmasına, yaşam kalitesinin azalmasına ve doğurganlık sorunlarına yol açabildiğini belirtti.

Yapılan açıklamaya göre, üreme çağındaki kadınların yaklaşık yüzde 10’unu etkileyen endometriozis, şiddetli adet sancısı, kronik pelvik ağrı ve kısırlığa kadar uzanan önemli sağlık sorunlarına yol açabilen kronik bir hastalık olarak niteleniyor.

Şiddetli ve günlük yaşamı etkileyen adet ağrıları çoğu zaman normal kabul edilmesine rağmen bu durum, altta yatan önemli bir hastalığın belirtisi olabiliyor.

Açıklamada görüşlerine yer verilen Doç. Dr. Kemal Atasayan, endometriozisin, rahim iç tabakasına benzer dokunun rahim dışına yerleşmesiyle ortaya çıktığını ve zamanla ilerleyerek farklı organları etkileyebildiğini vurguladı.

Endometriozisin yalnızca adet dönemine bağlı bir sorun olarak değerlendirilmemesi gerektiğini ifade eden Atasayan, şunları kaydetti: “Endometriozis kronik ve ilerleyici bir hastalıktır. Tanıda yaşanan gecikmeler ağrı şiddetinin artmasına, yaşam kalitesinin azalmasına ve doğurganlık sorunlarına yol açabilir. Endometriozis, rahim iç yüzeyini oluşturan ‘endometrium’ adı verilen doku benzerinin rahim dışında yerleşmesiyle karakterize hastalığa verilen isim. Zamanla çevre dokularda iltihaplanma, yapışıklık ve kist

oluşumuna neden olabilir. Özellikle yumurtalıklarda oluşan ve halk arasında ‘çikolata kist’ olarak bilinen endometriomalar, hastalığın en sık görülen bulguları arasında yer alıyor.”

Hastalığın oluşum nedenlerinin tam olarak bilinmediğini kaydeden Atasayan, genetik yatkınlık, bağışıklık sistemiyle ilgili faktörler ve hormonal etkilerin hastalığın gelişiminde rol oynayabileceğini ifade etti.

“AĞRI KESİCİLERE RAĞMEN DEVAM ADET SANCISI ÖNEMLİ BİR UYARI”

Atasayan, endometriozisin farklı şikayetlerle ortaya çıkabildiği için tanı sürecinin gecikebildiğini, bazı kadınlarda belirtilerin hafif seyrederken, bazılarında günlük yaşamı ve iş hayatını etkileyen şiddetli ağrılarının görülebildiğini aktardı.

Endometrioziste sık karşılaşılan belirtilere ilişkin Atasayan, şu değerlendirmelerde bulundu:

“Zamanla artan ve ağrı kesicilere rağmen devam eden adet sancısı, önemli bir uyarı olabilir. Adet dönemi dışında da süren kasık ve alt karın ağrısı görülebilir. Özellikle ilişki sırasında hissedilen ağrı, hastalıkla ilişkili olabilir. Adet döneminde artan kabızlık, ishal, ağırlı idrar yapma veya dışkılama görülebilir. Endometriozis, tüplerde ve yumurtalıklarda hasara yol açarak gebelik oluşumunu da zorlaştırabilir.”

Atasayan, hastalığın tanısının gecikme süresinin dünya genelinde ortalama 7-10 yıl olarak bildirildiğini, şiddetli adet ağrısının “normal” kabul edilmesi ve şikayetlerin göz ardı edilmesinin, hastaların sağ-

lık kuruluşlarına geç başvurmaya neden olabildiğini kaydetti.

Tanı sürecinde hasta öyküsünün büyük önem taşıdığına işaret eden Atasayan, gerekli durumlarda ultrasonografi ve ileri görüntüleme yöntemlerinden yararlanıldığını, bazı olgularda ise kesin tanı için cerrahi değerlendirme gerekebildiğini ifade etti.

“FARKINDALIK ERKEN TANIYI DESTEKLİYOR”

Atasayan, tedavinin hastanın yaşı, şikayetlerinin şiddeti, hastalığın yaygınlığı ve gebelik planı göz önünde bulundurularak bireysel olarak planlandığını aktararak, şu değerlendirmelerde bulundu: “Tedavide ağrı kontrolüne yönelik medikal yaklaşımlar, hormonal düzenleyici tedaviler ve gerekli durumlarda cerrahi yöntemler uygulanabilir. Bu hastalık, kronik bir süreç. Düzenli takip ve uzun dönemli yönetim, önem taşıyor. Ayrıca dengeli beslenme, düzenli egzersiz ve stres yönetimi gibi yaşam tarzı düzenlemeleri de semptomların kontrolüne katkı sağlayabiliyor. Martın ‘Endometriozis Farkındalık Ayı’ olarak anılması, hastalığın toplumda daha iyi tanınmasına katkı sağlıyor. Günlük yaşamı etkileyen, zamanla artan ve uzun süren adet ağrılarının ihmal edilmemesi, erken değerlendirme açısından önemli. Erken tanı ve uygun tedavi yaklaşımları sayesinde ağrı kontrolü sağlanabilir, hastalığın ilerlemesi sınırlandırılabilir ve doğurganlık üzerindeki olumsuz etkiler azaltılabilir. Endometriozis konusunda farkındalığın artırılması, kadınların ya-

şadıkları belirtileri normalleştirmeden değerlendirmesini ve zamanında sağlık desteği almasını destekleyen önemli bir adım olarak öne çıkıyor.” (AA)



İHALE İLANI KIZILCAHAMAM DEVLET HASTANESİNİN 38 KALEMDEN OLUŞAN BİYOMEDİKAL TÜKETİM MALZEMESİ ALIM

KIZILCAHAMAM DEVLET HASTANESİNİN 38 KALEMDEN OLUŞAN BİYOMEDİKAL TÜKETİM MALZEMESİ ALIM 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) :2026/477643

1- İdarenin

1.1. Adı :KIZILCAHAMAM DEVLET HASTANESİ BAŞTABIPLİĞİ

1.2. Adresi :İSMETPAŞA MAHALLESİ AKYÜZLER C

KIZILCAHAMAM/ANKARA

1.3. Telefon numarası :03127361008

1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği

internet sayfası :https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/

2- İhalenin

2.1. Tarih ve Saati :31.03.2026 - 10:30

2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin

açılacağı) adres :KIZILCAHAMAM DEVLET HASTANESİ İHALE SALONU

3- İhale konusu mal alımının

3.1. Adı :KIZILCAHAMAM DEVLET HASTANESİNİN

38 KALEMDEN OLUŞAN BİYOMEDİKAL TÜKETİM

MALZEMESİ ALIM

3.2. Niteliği, türü ve miktarı :38 KALEMDEN OLUŞAN BİYOMEDİKAL TÜKETİM

MALZEMESİ ALIM

Ayrıntılı bilgiye EKAP’ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.

3.3. Yapılacağı/teslim

edileceği yer :KIZILCAHAMAM DEVLET HASTANESİ İLGİLİ BİRİM

VE DEPOLARI

3.4. Süresi/teslim tarihi :Sözleşme imzalandıktan sonra kurumun ihtiyacına göre

pey der pey veya tamamı 6 ay içerisinde teslim edilecektir.

3.5. İşe başlama tarihi :Taraflarca sözleşmenin imzalandığı tarihten itibaren 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 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.

4.1.5. 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. Numune sunulması istenmektedir.

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

6- İhaleye sadece yerli istekliler katılacaktır 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 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:

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

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr/de.

BASIN-ILN02425922

Geçmeyen öksürüğe dikkat!

Göğüs Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Tevfik Özlü, özellikle solunum yolu enfeksiyonu geçirmiş hastalarda geçmeyen öksürüğe ilişkin, “Bu öksürük, normal öksürük şurup ve haplarıyla geçmiyor. Balla ve bitki çaylarıyla iyileşmeyen inatçı bir öksürük. Çok rahatsız edici ve günlük yaşam kalitesini bozan bir öksürüktür. 3 ya da 8 haftayı geçiyorsa mutlaka araştırılması gerekir.” dedi.

Göğüs Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Tevfik Özlü, grip ile başlayıp ardından uzun süren ve geçmeyen öksürüğe ilişkin uyarılarda bulundu. İnatçı öksürüğün bilinen öksürük tedavi yöntemleri ile geçmediğini ifade eden Prof. Dr. Özlü, mutlaka göğüs hastalıkları uzmanına danışılması gerektiğini söyledi. Prof. Dr. Tevfik Özlü, “Mevsim itibarıyla kış bitiyor, bahar aylarına giriyoruz. Bu dönemde en çok rastladığımız hasta popülasyonu, öksürükle gelen hastalar. Daha çok grip, soğuk algınlığı gibi bir enfeksiyon geçirip sonrasında ağrı, kırılgılık, halsizlik, üşüme, titreme, nefes darlığı gibi bulgular tamamen düzelebiliyor ama kalıcı bir öksürük olur. Krizler şeklinde gece ve gündüz gelen, uyutmayan öksürükler olur. Bazen balgam olur ama genelde kuru öksürük şeklinde olur. Bu hastaların birçoğunda geniz akıntısı ve bazen de hapsirme olabiliyor.” ifadelerini kullandı.

**“HERKESİN HAVA YOLU
EŞİK DEĞERİ AYNI DEĞİL”**

Prof. Dr. Özlü, hava yolundaki aşırı duyarlılığın öksürüğe neden olduğunu ifade ederek, “Bu tür öksürüklerin sebebi daha çok enfeksiyonunun tetiklediği alerjik bir zeminde ortaya çıkan vakalar olduğunu görüyoruz. Bazılarında önceden astım ya da alerjik nezle teşhisi var. Enfeksiyon bunu

tetiklemiş oluyor ve bir alevlenme şeklinde geliyor. Bazılarında da önceden böyle bir teşhis de yok. İlk defa böyle bir tabloyla gelenler de var. Bazıları da ‘Enfeksiyonlardan sonra da uzayan öksürüklerim oluyordu’ şeklinde bir öykü anlatabiliyor. Bazı kişilerde aşırı duyarlılık dedikimiz, hava yollarımızda aşırı tepkisellik olabiliyor. Bu genelde doğuştan gelen bir özellik, herkesin hava yolu eşik değeri aynı değil. Bazı kişiler enfeksiyonlar, gazlar, kokular, tozlar, küf mantarları gibi farklı alerjenlere aşırı tepki verebiliyorlar. Bazıları ise daha sınırlı tepki verebiliyor. Hava yolu aşırı duyarlılığı öksürüğe neden olabiliyor.” diye konuştu.

**“ÖKSÜRÜK 8 HAFTAYI
GEÇİYORSA ARAŞTIRILMALI”**

Uzayan öksürüklerin ciddiye alınması gerektiğini söyleyen Prof. Dr. Tevfik Özlü, şöyle konuştu: “Bu öksürük, normal öksürük şurup ve haplarıyla geçmiyor. Balla ve bitki çaylarıyla iyileşmeyen inatçı bir öksürük. Çok rahatsız edici ve günlük yaşam kalitesini bozan bir öksürük. Mutlaka değerlendirilip, zeminde kronik bir hastalık var mı diye bakılmalı. Bazen farklı bir patoloji ve öksürük karışabiliyor. Baktığımız zaman kalp yetmezliği vakaları da öksürükle gelebiliyor. Akciğer kanseri de öksürükle teşhisi koyabiliyoruz. Çok da geçiştirmek gerekir. Uzayan öksürükleri ciddiye almak lazım. Normalde solunum yolu enfeksiyonları sonrasında 3-5 gün öksürük hepimizde devam eder ve sonrasında geçer. Bu çok sorun değil ama uzuyor 3 ya da 8 haftayı geçiyorsa mutlaka araştırılması gerekir. Sebepini bulmak ve iyi tedavi edilmek gerekir. Hakikaten ciddi sorunlar çıkabiliyor.” (DHA)

Vertigo ve kulak çınlaması atakları tuz ve sıvı tüketimi kontrolüyle önlenabilir

**“KATKILI GIDALAR VE
ÇİN TUZLARI HASTALIĞI TETİKLİYOR”**

Menierenin genç orta yaşta görülen ve uzun süreli takip gerektiren hastalık olduğundan bahseden Erdem, kendi kendini sınırlayan, her hastada farklı olmakla birlikte belli bir seyri olan hastalık olduğunu anlattı.

Erdem, hastalığı tetikleyen birçok etken olduğuna işaret ederek, “Mutlaka tuz kısıtlaması yapıyoruz. Aşırı çay, kahve tüketiminden uzak durmayı öneriyoruz. Bir de paketli gıdalardaki çok miktardaki katkı maddesi ve Çin tuzları bu hastalığın tetiklenmesine sebep oluyor. Çağımızın hastalığı olan stres de hastalığın ataklarını tetikleyebileceği için stresten uzak durmak çok önemli.” dedi.

Hastanın atak geçirmesini önlemenin çok önemli olduğunu vurgulayan Erdem, “Bunun kullanılabilen çeşitli ilaçları olmakla birlikte tuz kısıtlaması ve yaşam tarzı değişiklikleri bizim için önem arz ediyor. Hasta atak geçirdiği zaman mutlaka hekim tarafından tedavi edilmeli. Tuz alımını kısıtlamak önemli ama su alımı da çok önemli. Hasta az miktarda tuz tüketiyor olabilir fakat yetersiz sıvı alıyorsa bu hastalarda tuz iç kulakta birikeceği için hastalığın ataklarının tetiklenmesine sebep oluyor.” ifadelerini kullandı. (AA)

ANKARA’DAKİ NÖBETÇİ ECZANELER

Eczane Adı	İlçe	Telefon	Eczane Adı	İlçe	Telefon
Hayat	Akyurt	0 - (312) 844 - 1075	Yeni Ayşem	Kalecik	0 - (312) 857 - 0859
Dörtöyl	Altındağ	0 - (312) 320 - 4893	İlkbahar	Keçiören	0 - (312) 331 - 6088
Gülay	Altındağ	0 - (312) 348 - 1068	Yeni Gençlik	Keçiören	0 - (312) 321 - 9787
Çalışkan	Ayaş	0 - (312) 712 - 1829	Şeyma Güneş	Keçiören	0 - (312) 358 - 2837
Bala Merkez Eczanesi	Bala	0 - (312) 876 - 1023	Şulem	Keçiören	0 - (312) 361 - 7671
Berat	Beypazarı	0 - (531) 834 - 3762	Nane	Kızılcahamam	0 - (534) 426 - 9156
Yeni Ata	Çankaya	0 - (312) 476 - 9290	Korhan	Mamak	0 - (312) 363 - 5340
Bahçelievler	Çankaya	0 - (312) 213 - 1284	Kutlu Ozan	Mamak	0 - (312) 564 - 0771
Gençtoy	Çankaya	0 - (312) 326 - 2687	Zeynep Ulucan	Mamak	0 - (312) 865 - 2637
Asal	Çankaya	0 - (312) 446 - 4323	Murat	Nallıhan	0 - (312) 785 - 4679
İlkem	Çankaya	0 - (312) 496 - 1705	Polatlı	Polatlı	0 - (312) 621 - 3734
Şener	Çankaya	0 - (312) 431 - 4344	Zülal	Pursaklar	0 - (553) 760 - 1525
Çavdar	Çankaya	0 - (312) 362 - 8556	Erdem	Şereflikoçhisar	0 - (312) 687 - 8368
Bodur	Çubuk	0 - (312) 838 - 6655	Esinti	Sincan	0 - (312) 267 - 1658
Ozan Türk	Elmadag	0 - (312) 863 - 1245	Ömer Eymen	Sincan	0 - (312) 263 - 0331
Yılmaz	Elmadag	0 - (312) 866 - 3771	Turgut Reis	Sincan	0 - (312) 268 - 9999
Turkuaz	Etimesgut	0 - (312) 261 - 6374	Kumbasar	Sincan	0 - (505) 471 - 1883
Larende	Etimesgut	0 - (312) 283 - 2333	Temelli Pinar	Sincan	0 - (555) 036 - 1726
Elif İpek	Etimesgut	0 - (312) 228 - 0600	Emrehan	Yenimahalle	0 - (312) 806 - 8862
Günya	Gölbaşı	0 - (551) 350 - 9803	Özveler	Yenimahalle	0 - (312) 336 - 6031
Göl	Gölbaşı	0 - (312) 652 - 4501	Ozanlar	Yenimahalle	0 - (312) 250 - 7336
Güdül	Güdül	0 - (312) 728 - 1533	Yeni Şahin	Yenimahalle	0 - (312) 256 - 5606
Kankara	Haymana	0 - (312) 658 - 2425	Mucize	Yenimahalle	0 - (532) 488 - 3925
Ceren	Kahramankazan	0 - (312) 814 - 0088			

Galatasaray tur için sahada

Galatasaray, UEFA Şampiyonlar Ligi son 16 turu rövanş maçında bugün deplasmanda İngiltere temsilcisi Liverpool ile karşılaşacak. Galatasaray'a çeyrek finale yükselbilmesi için beraberlik yeterli olacak. Bir farklı yenilgide maç uzatmalara giderken, 2 ve üstü farkla mağlubiyet durumunda ise Galatasaray Avrupa'ya havlu atacak.

Anfield Stadı'nda yapılacak maç, TSİ 23.00'te başlayacak. Karşılaşmada Polonyalı hakem Szymon Marciniak düdük çalacak. Mücadele, TRT 1 ve Tabii platformundan yayımlanacak.

Avrupa futbolunun kulüpler düzeyindeki en büyük organizasyonunda bu sezon lig etabını 3 galibiyet, 1 beraberlik, 4 mağlubiyetle 20. sırada tamamlayan sarı-kırmızılılar, son 16 play-off etabına yükseldi. Bu turda İtalyan temsilcisi Juventus ile eşleşen Galatasaray, ilk maçı sahasında 5-2 kazanırken deplasmanda uzatmalar sonunda 3-2 mağlup olsa da adını son 16'ya yazdıran ekip oldu.

“Cimbom” Liverpool ile sahasında yaptığı son 16 turu ilk maçından 1-0'lık galibiyetle ayrıldı. Galatasaray'a çeyrek finale yükselbilmesi için yarın beraberlik yeterli olacak. Bir farklı yenilgide maç uzatmalara giderken, 2 ve üstü farkla mağlubiyet durumunda ise Galatasaray Avrupa'ya havlu atacak.

Liverpool ise “Devler Ligi”nde oynadığı 8 müsabakada 6 galibiyet, 2 yenilgi yaşadı. “Kırmızılar” 36 takımlı lig etabını 3. sırada tamamlayarak doğrudan son 16 turuna yükseldi.

BU SEZON 3. RANDEVU

Galatasaray, bu sezon Liverpool ile üçüncü kez karşılaşacak.

Lig etabının ikinci haftasında karşılaştığı İngiliz temsilcisini 1-0'lık skorla yenen sarı-kırmızılı ekip, ikinci maçına son 16 turunda çıktı. Galatasaray, bu mücadeleyi de aynı skorla kazanarak rövanş öncesinde avantaj elde etti.

Galatasaray, güçlü rakibini bir kez daha mağlup ederek adını çeyrek finale yazdırabilmek için ter dökecek.



“Hedefimiz Konferans Ligi’nde turu geçmek”

Samsunspor Basın Sözcüsü Suat Çakır, UEFA Konferans Ligi Son 16 Turu rövanşında deplasmanda oynayacakları Rayo Vallecano maçında turu geçmek istediklerini belirterek, “İlk karşılaşmada aldığımız mağlubiyet nedeniyle bizi zor bir karşılaşmanın beklediğinin farkındayız. Ancak buna rağmen hedefimiz ne olursa olsun turu geçmek. Takım olarak buna inanıyoruz” dedi.

Samsunspor, UEFA Konferans Ligi Son 16 Turu ikinci maçında deplasmanda Madrid ekibi Rayo Vallecano ile karşılaşacak. İlk karşılaşma Samsun 19 Mayıs Stadyumu'nda Rayo Vallecano'nun 3-1'lik üstünlüğü ile sonuçlansa da kırmızı-beyazlı ekip, yarın deplasmanda üst tura çıkmak için çabalayacak. Madrid'de turu geçmek için ellerinden gelen her şeyi yapacaklarını belirten Samsunspor Basın Sözcüsü Suat Çakır, “Biz de yönetim olarak takıma güveniyoruz. Samsunspor'un bu noktaya gelmesi zaten önemli bir başarı ve bu başarıyı daha ileriye taşımak için hep birlikte mücadele ediyoruz. Oyuncularımızın sahada göstereceği mücadeleye birlikte iyi bir sonuç alabileceğimize inanıyoruz. Avrupa'da mücadele etmek hem kulübümüz hem de şehrimiz adına büyük bir gurur ve sorumluluk” diye konuştu.

Rayo Vallecano karşısında yönetim, futbolcu ve taraftar olarak tur için savaşacaklarını söyleyen Suat Çakır, “Bu-

gün sabah saat 10.00'da Rayo Vallecano ile karşılaşmak üzere İspanya'ya uçacağız. Yolculuğumuzun ardından maç hazırlıklarımızı orada sürdüreceğiz ve perşembe günü oynayacağımız karşılaşmaya en iyi şekilde çıkmak için son çalışmalarımızı tamamlayacağız. Sahada elimizden gelen en iyi mücadeleyi ortaya koyarak kulübümüzü en iyi şekilde temsil etmek istiyoruz. Maçın ardından da vakit kaybetmeden direkt Samsun'a döneceğiz. Avrupa kupalarında bu seviyedeki maçların her zaman yüksek tempolu ve zorlu geçtiğini biliyoruz. İlk karşılaşmada aldığımız mağlubiyet nedeniyle de bizi zor bir karşılaşmanın beklediğinin farkındayız. Ancak buna rağmen hedefimiz ne olursa olsun turu geçmek. Takım olarak buna inanıyoruz ve bu inancı sahaya yansıtmak istiyoruz. Futbolcularımızın motivasyonu ve çalışma isteği oldukça yüksek. Teknik ekibimiz de karşılaşmaya en iyi şekilde hazırlanmak için çalışmalarını titizlikle sürdürüyor. Hocamız, yönetimimiz ve en önemlisi de bizi hiçbir yerde yalnız bırakmayan muhteşem taraftarlarımızın desteğiyle bu turu geçmek istiyoruz. Taraftarlarımızın desteğini her zaman arkamızda hissediyoruz. Onların inancı ve desteği bizim için çok değerli. İnşallah sahada en iyi mücadeleyi ortaya koyarak hem taraftarlarımızı hem de şehrimizi mutlu edecek bir sonuç almayı hedefliyoruz” ifadelerini kullandı. (DHA)

‘Üniversitelerarası Korumalı Futbol’da şampiyonlara kupaları verildi

Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu (TÜSF) tarafından düzenlenen ‘Üniversitelerarası Korumalı Futbol’ müsabakalarında dereceye giren takımlar, kupalarını aldı.

TÜSF tarafından düzenlenen ‘Üniversitelerarası Korumalı Futbol’ müsabakalarının ardından dereceye giren takımlar, kupalarını kendi üniversitelerinde düzenlenen törenlerde teslim aldı. TÜSF organizasyonuyla gerçekleştirilen müsabakalar sonunda dereceye giren üniversitelerde düzenlenen törenlere üniversite yöneticileri, akademisyenler ve sporcular katıldı.

Başkent Üniversitesi'nde düzenlenen törende ise Başkent Üniversitesi Kurucusu Prof. Dr. Mehmet Haberal, Başkent Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Hakan Özkardeş, TÜSF Başkanı ve Bayburt Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Mutlu Türkmen, TÜSF Genel Sekreteri Dr. Mehmet Yönel ve TÜSF Koordinatörü Prof. Dr. Taner Bozkuş yer aldı.

TÜSF Başkanı Mutlu Türkmen, üniversite sporlarının gençlerin gelişiminde önemli bir rol üstlendiğini belirterek, “Her sporcunun bir amacı olmalı. Hangi branşta faaliyet gösteriyorsanız o branşta en iyisi olmak için mücadele edin. Üniversite sporları sadece üniversitemizi değil, ülkemizi de uluslararası arenada temsil eden önemli bir yapıdır” dedi.

Başkent Üniversitesi Kurucusu Prof. Dr. Mehmet Haberal da üniversite sporlarının gençlerin gelişimi açısından büyük önem taşıdığını vurgulayarak, dereceye girerek kupa kazanan sporcuların burs oranlarının yüzde 20'ye çıkarıldığını açıkladı. (DHA)



SANCHEZ CEZALI

Galatasaray'ın Kolombiyalı stoperi Davinson Sanchez, sarı kart cezası nedeniyle yarınki rövanş maçında forma giyemeyecek.

Bu sezon sarı-kırmızılı formayla 11 UEFA Şampiyonlar Ligi maçının tamamında forma giyen Sanchez, son Liverpool müsabakasında üçüncü sarı kartını gördü. Cezalı duruma düşen tecrübeli stoper, yarın sahadaki yerini alamayacak.

Cezalı Sanchez haricinde eksik oyuncu bulunmayan Galatasaray'da UEFA kadrosunda yer almayan Arda Ünyay, Renato Nhaga ve Can Armando Güner, statü gereği süre alamayacak.

OKAN BURUK VE 6 OYUNCU CEZA SINIRINDA

Galatasaray'da teknik direktör Okan Buruk'un yanı sıra 6 futbolcu da sarı kart ceza sınırında bulunuyor. Sarı-kırmızılı ekipte kaleci Uğurcan Çakır, savunma oyuncularını İsmail Jakobs, Abdülkerim Bardakçı ve Roland Sallai, hücum oyuncuları Noa Lang ile Victor Osimhen, yarınki müsabakada sarı kart görmeleri durumunda olası çeyrek final ilk maçında forma giyemeyecek. Sarı kart ceza sınırında bulunan teknik direktör Okan Buruk da kart görmesi halinde muhtemel çeyrek final karşılaşmasında takımının başında sahaya çıkamayacak.

HEDEF 7. KEZ ÇEYREK FİNALDE YER ALMAK

Galatasaray, “Devler Ligi”nde 7. kez çeyrek finalde mücadele etmeye çalışacak.

Sarı-kırmızılı ekip, ilk maçı 1-0 kazandığı Liverpool karşısında iyi bir skor alarak adını UEFA

Şampiyonlar Ligi'nin en iyi 8 takımı arasına yazdırmak istiyor.

Galatasaray, daha önce 1962-1963, 1969-70, 1988-89, 1993-94, 2000-01, 2012-13 sezonlarında Avrupa'nın son 8 takımı arasında yer almıştı.

Osimhen, Burak Yılmaz'ın rekorunu egale etmek



BAKIM VE ONARIM HİZMETİ ALINACAKTIR

Metro İşletme Şube Müdürlüğüne Ait Forkliftlerin Periyodik Bakım ve Onarım Hizmet Alımı İşi 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) :2026/409874

1- İdarenin

1.1. Adı :ANKARA ELEKTRİK, HAVAGAZI VE OTOBÜS İŞLETME MÜESSESİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ - SATIN ALMA ŞUBE MÜDÜRLÜĞÜ

1.2. Adresi :Mehmet Akif Ersoy Mahallesi İstiklal Marşı Caddesi No:9 YENİMAHALLE/ANKARA YENİMAHALLE/ANKARA

1.3. Telefon numarası :03123545933

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

2- İhalenin

2.1. Tarih ve Saati :27.03.2026 - 15:00

2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres :Ankara Metrosu İşletmesi Bakım Merkezi Mehmet Akif Ersoy Mahallesi İstiklal Marşı Caddesi No: 9- 1. Kat Toplantı Salonu 06370 Macunköy -Yenimahalle/ANKARA

3- İhale konusu hizmet alımının

3.1 Adı :Metro İşletme Şube Müdürlüğüne Ait Forkliftlerin Periyodik Bakım ve Onarım Hizmet Alımı İşi

3.2. Niteliği, türü ve miktarı :6 Kalem Metro İşletme Şube Müdürlüğüne Ait Forkliftlerin Periyodik Bakım ve Onarım Hizmet Alımı İşi

Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.

3.3. Yapılacağı/teslim

edileceği yer :Ankara Metrosu İşletmesi Bakım Merkezi Mehmet Akif Ersoy Mahallesi İstiklal Marşı Caddesi No: 9- 06370 Macunköy -Yenimahalle/ANKARA

3.4. Süresi/teslim tarihi :İşe başlama tarihinden itibaren 90(Doksan) gündür

3.5. İşe başlama tarihi :Sözleşmenin imzalandığı tarihten itibaren 10 gün içinde işe başlanacaktır.

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.

4.2. 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 gündür.

14- Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.

15- Diğer hususlar:

İhalede Uygulanacak Sınır Değer Katsayısı (R) : Diğer Hizmetler/0,78

Teklifi sınır değerlerin altında kalan isteklilerden Kanunun 38 inci maddesine göre açıklama istenecektir.

Teknik Şartnamedeki tüm maddeler geçerlidir. Dikkat edilmelidir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de.

BASIN-ILN02425504

M Lisa’dan “Gönülçelen”e yeni yorum

Teoman’ın bitmiş bir aşkın zorlamasını anlattığı, 2001 tarihli “Gönülçelen” şarkısı, yeni kuşağın önemli isimlerinden M Lisa ile tekrar hayat buluyor. Teoman’ın 27 şarkılık “Teoman Şarkıları” albümünden single’lar, her hafta dinleyicisiyle buluşuyor. Farklı sesler, Teoman’ın şarkılarını, farklı yorumlarla günümüz dünyasının dinleyicilerine sunuyor.

M Lisa “Gönülçelen” yorumuyla, Bayhan Müzik ve Avrupa Müzik iş birliğiyle tüm dijital platformlarda sizlerle. (Haber Merkezi)



BURÇ’TAN HABER
yalutalp@gmail.com



Koç (21 Mart-19 Nisan) Cesaretiniz ve kararlılığınız ön planda. Kariyerinizde liyakatinizle aldığınız yolda, engelleri aşmak için gereken güce sahipsiniz. Öncü rol üstlenmeniz, çevrenizdeki saygınlığınızı daha da artıracaktır.



Boğa (20 Nisan-20 Mayıs) Maddi değerleriniz ve bütçe planlamalarınızda sağlam adımlar atıyorsunuz. Denetim süreçlerinde gösterdiğiniz titizlik, hak etmeyenlerin öne çıkmasını engelleyecektir. İş hayatınızda güven artırıyorsunuz.



İkizler (21 Mayıs-21 Haziran) Bilginin ve emeğin değerini savunmak, bugün sizin için bir öncelik olmalı. İletişim ve fikir paylaşımı açısından oldukça aktif bir gün. STK faaliyetlerinde birleştirici bir rol üstlenebilirsiniz.



Yengeç (22 Haziran-22 Temmuz) İş yerinizde veya sosyal çevrenizde gelişen haksızlıklara karşı sessiz kalmayacaksınız. Makamın verdiği güçle değil, karakterinizin verdiği nezaketle sorunları çözeceksiniz. Ani gelişen olumsuzlukları yoluna koyacaksınız.



Aslan (23 Temmuz-22 Ağustos) Kibirliliğinizle prim vermeden, gerçek başarıya odaklanacaksınız. Organizasyonlardaki liderliğiniz, liyakatin önemini herkese bir kez daha hatırlatacak. Yeni bir satın alma ile ilgili farklı görüşler olabilir.



Başak (23 Ağustos-22 Eylül) Analiz yeteneğiniz bugün size kritik raporlamalarda büyük avantaj sağlayacak. Detaylardaki dürüstlüğünüz, olası hataların önüne geçiyor. Emeğe saygı duymayanlara karşı mesafenizi koruyacaksınız.



Terazi (23 Eylül-22 Ekim) Sosyal ilişkilerinizde güven tazelemek ve doğruyu savunmak için fırsatlar yakalayabilirsiniz. Karakter erozyonuna karşı duruşunuz, çevrenizde örnek alınacak bir denge oluşturuyor.



Akrep (23 Ekim-21 Kasım) Sezgi-leriniz bugün en gizli niyetleri bile sezmenize yardımcı olacak. Şişirilmiş egoların yarattığı baskıyı, kararlılığınızla kıracaksınız. Stratejik adımlar atarken dürüstlükten ödün vermemek size uzun vadeli başarı getirecektir.



Yay (22 Kasım-21 Aralık) Vizyoner projeler gündeminizde. Genç nesle liyakat ve karakter bilincini aşılamak için harika fırsatlar doğabilir. Geleceğe bıraktığınız ilham dolu notlar, kısa bir süre sonra meyvelerini verebilir.



Oğlak (22 Aralık-19 Ocak) Sorumluluk bilincinizin yüksek olduğu, otorite ile ilgili meselelerde liyakatinizin konuştugu bir gün. Görevlerin geçici, karakterin kalıcı olduğu gerçeği bugün tüm kararlarınızda size rehberlik edecek.



Kova (20 Ocak-18 Şubat) Dayanışma ruhunun ön planda olduğu toplumsal çalışmalarda yer alabilirsiniz. Farklı ve yenilikçi fikirleriniz, liyakate dayalı bir sistem kurma yolunda dikkat çekecek. İstikrarlı ilerleyeceksiniz.



Balık (19 Şubat-20 Mart) İçsel derinliğiniz ve manevi değerleriniz bugün çok güçlü. Çalıştığımız projelerinizde fedakarlık gösterme konusunda üzerinize düşeni fazlasıyla yapacaksınız. Dolayısıyla bu bağlamda eleştirileri dikkate almayın.

“Şüheda 1915” tiyatro oyunu bugün sahnelenecek

Beştepe Millet Kongre ve Kültür Merkezi’nde sergilenecek oyunda Türk milletinin en ağır şartlar altında vatanını, bayrağını ve mukaddesatını koruma iradesini kararlılıkla ortaya koyduğu Çanakkale Zaferi’nin destansı hikayesi konu alınıyor.

Milli Eğitim Bakanlığınca (MEB) hazırlanan “Şüheda 1915” tiyatro oyunu, 18 Mart Şehitleri Anma Günü ve Çanakkale Deniz Zaferi’nin 111. yıl dönümünde Beştepe Millet Kongre ve Kültür Merkezi’nde sahnelenecek.

Bakanlıktan yapılan açıklamaya göre, Türkiye Yüzyılı Maarif Modeli’nin hedefleri doğrultusunda sanatın eğitici ve birleştirici gücünü kullanmak amacıyla Çanakkale Zaferi’nin 111’inci yıl dönümünde “Şüheda 1915” adlı tiyatro oyunu hazırlandı.

Milli Eğitim Bakanı Yusuf Tekin’in senaryo ve tarih danışmanlığını yaptığı, İbrahim Sarıtaş ve Utku Koçak tarafından kaleme alınan, yönetmenliğini Bora Severcan’ın üstlendiği eser, 18 Mart’ta yaklaşık 500 kişilik kadrosuyla Beştepe Millet Kongre ve Kültür Merkezi’nde sahnelenecek.

Programa Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ve Bakan Tekin’in de katılımı bekleniyor.

Oyunda Türk milletinin en ağır şartlar altında vatanını, bayrağını ve mukaddesatını koruma iradesini kararlılıkla ortaya koyduğu Çanakkale Zaferi’nin destansı hikayesi konu alınıyor.

Zaferin aynı siperlerde omuz omuza şehadete yürüten ecdadın kaniyla yazılmış milli birlik ve beraberlik destanı olduğu anlatılan “Şüheda 1915”te, vatan savunması söz konusu olduğunda Osmanlı İmparatorluğu sancağı altında din, dil, ırk gözetmeksizin, dört bir yandan milletin bir araya gelerek yedi düvele karşı ortaya koyduğu “bir olma” iradesi canlandırılıyor.

Türk Telekom’un desteğiyle hazırlanan oyunda birçok usta tiyatro sanatçısının yanı sıra Maarif Tiyatrosu, Maarif Orkestraları, Maarif Koroları ve Maarif Halk Dansları Topluluklarındaki öğretmenler, sahne öne ve sahne gerisindeki süreçlerin tamamında etkin biçimde görev alıyor. (AA)



3 bin yıllık antik kentte “kışkanan çatlasın” yazılı mozaik bulundu

Antalya’nın Alanya ilçesindeki Syedra Antik Kenti’nin Kazı Başkanı Doç. Dr. Ertuğ Ergürer, “Yazıttaki ilk kelime ‘kışkançlık’ ya da ‘kışkanan’ ikinci kelime ise ‘çatlayan, patlayan’ anlamına geliyor. Günümüzde de kullandığımız ‘kışkanan çatlasın’ ifadesine karşılık gelen bir anlatım söz konusu. Yaklaşık 1500 yıl önce yapılmış bir yapının girişinde ‘kışkanan çatlasın’ ifadesine karşılık gelen bir yazıtlı karşılaşmak büyük bir sürpriz” dedi.

Antalya’nın Alanya ilçesindeki Syedra Antik Kenti’nde yürütülen kazılarda, milattan sonra 4 ile 6. yüzyıllar arasında yapıldığı değerlendirilen ve üzerinde “kışkanan çatlasın” ifadesi yer alan yaklaşık 15 metrekairelik mozaik gün yüzüne çıkarıldı.

Geçmiş yaklaşık 3 bin yıl öncesine dayanan antik kentte, Kültür ve Turizm Bakanlığının “Geleceğe Miras Projesi” kapsamında Alaaddin Keykubat Üniversitesi Turizm Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Ertuğ Ergürer başkanlığındaki kazı çalışmaları devam ediyor.

Kazı Başkanı Doç. Dr. Ertuğ Ergürer, kentin en büyük konutlarından birinde sürdürülen kazı çalışmalarını sırasınca önemli bir bulguya ulaştıklarını söyledi.

Yapının, merkez giriş bölümünde çok iyi korunmuş bir mozaığın ortaya çıkarıldığını belirten Ergürer, “Geometrik ve çeşitli çiçek motiflerinden oluşan mozaikte henüz ilk çalışmalarımızı yapıyoruz. Mozaığın 4 ile 6. yüzyıllar arasına tarihlendiğini düşünüyoruz.” dedi.

Yaklaşık 15 metrekairelik mozaığı özel kılan unsurun üzerinde iki yazıt bulunması olduğunu kaydeden Ergürer, şöyle devam etti: “Mozaığın orta bölümünde ‘güle güle kullan’ ya da ‘şansla kullan’ anlamına gelen bir ifade yer alıyor.

Odanın giriş kapısı bölümünde ise yuvarlak bir bordür içerisinde ikinci bir yazıt bulunuyor. Bu yazıtın biraz da mecazi bir anlamı var. Yazıttaki ilk kelime ‘kışkançlık’ ya da ‘kışkanan’, ikinci kelime ise ‘çatlayan, patlayan’ anlamına geliyor. Günümüzde de kullandığımız ‘kışkanan çatlasın’ ifadesine karşılık gelen bir anlatım söz konusu. Yaklaşık 1500 yıl önce yapılmış bir yapının giriş bölümünde böyle bir ifadeyle karşılaşmak bizler için büyük bir sürpriz oldu.”

Ergürer, yapının Syedra’nın önemli konutlarından biri olduğunu değerlendirdiklerini, kazı ve onarım çalışmalarının konutun belli noktalarında sürecini kaydetti.

Üç katlı yapının kuzey bölümünde ikinci ve üçüncü katlara ait girişler bulunduğunu anlatan Ergürer, “Çok sayıda odaya ve ortada merkezi bir avluya sahip yapı, milattan sonra 2. yüzyıldan 7. yüzyıla kadar kullanılmış. Bu süreçte ev sahipleri değişmiş, yeni mekanlar eklen-



miş, katlar çıkılmış ve bazı bölümler kapatılmış. Daha sonraki dönemlerde bu mozaikli bölümün giriş kısmı ve üzeri kapatılmış. Mozaığın üzerinin kapatılmış olması, günümüze kadar bu kadar sağlam ulaşmasını sağlamış.” diye konuştu.

Onarım çalışmalarıyla mozaığın ve yapının koruma altına alındığına dikkati çeken Ergürer, temizlik çalışmalarının süreceğini ifade etti.

Kazı ekibinde yer alan konservatör-restoratör Selma Yağcı da kazı sırasında ortaya çıkarılan mozaığın tespitinin ardından onarım sürecine başladıklarını söyledi.

Mozaığın genel durumunun iyi olduğunu belirten Yağcı, “Lokal acil müdahale gerektiren alanlar oldu. Ardından bordür uygulaması yaptık. Dağılan bölümlerin tespitini yaparak toparladık. Parçaları yerlerine aldıktan

sonra derz dolgularını gerçekleştirdik. Lokal çalışmaların ardından yüzey koruyucu uygulayarak süreci tamamladık.” ifadelerini kullandı. (AA)

sonra derz dolgularını gerçekleştirdik. Lokal çalışmaların ardından yüzey koruyucu uygulayarak süreci tamamladık.” ifadelerini kullandı. (AA)

Palandöken Kayak Merkezi bayram tatilini dolu geçirecek

Suni karlama sistemleri sayesinde yağış olmasa dahi sezonun ilkbahara kadar uzadığı Palandöken Kayak Merkezi’ndeki oteller, Ramazan Bayramı tatilini dolu geçirecek. Erzurum Havalimanı’na 20, kent merkezine ise 4 kilometre uzaklığıyla ziyaretçilerine kolay ulaşım ve konaklama imkanı sunan Türkiye’nin önemli kayak merkezlerinden Palandöken, teknik altyapısı, beş yıldızlı otelleri, uluslararası standartlarda uzun pistleri, kar kalitesi ve eşsiz doğasıyla adından söz ettiriyor.

Sezonu en erken açıp en geç kapanan kış turizm merkezlerinden Palandöken’de uzunlukları 1 ile 14 kilometre arasında değişen 55 pistte kayak yapma imkanı bulan kayakseverler, ayrıca rengarenk ışıklandırılmış pistlerde gece kayağı da yapabiliyor. Suni karlama sistemleri sayesinde yağış olmasa dahi sezonun ilkbahara kadar uzadığı merkezde, Ramazan Bayramı tatilinde rezervasyon yoğunluğu yaşanıyor.

Ara tatilde bayramı çocuklarıyla kayak yaparak geçirmek isteyen ailelerin ilgisi, kar kalınlığının mart ayının ortasında 275 santimetre ölçüldüğü Palandöken Kayak Merkezi’ndeki otellerde rezervasyon yoğunluğunu artırdı. Erzurum Büyükşehir Belediyesi Genel Sekreteri Zafer Aynalı, Palandöken Kayak Merkezi’nde dolu dolu bir sezon geçirdiklerini söyledi. Palandöken’e kayakseverlerin yoğun rağbet gösterdiğini ifade eden Aynalı, “Cumartesi, pazar günleri turnikeden geçiş sayımız günlük 50 bini buluyor. Çok bereketli bir sezon geçiriyoruz.” dedi. Bayram tatilinin yaklaştığı ve bu sürecin yoğun geçecek “Şu an Palandöken Kayak Merkezi’nde bulunan tüm otellerimizde bayram tatili rezervasyonları neredeyse yüzde 100’e ulaştı. Bayram tatilini Palandöken’de geçirecek olan kayakseverlere güzel bir tatil yaşayacaklarını taahhüt ediyoruz. Bayramda ışıklı pistlerimiz açık olacak. Hem gece kayağı yaptırıyoruz hem de gece kayağını rengarenk yaptırıyoruz.” (AA)

Hesarek Kayak Merkezi’nde ilkbaharda kayak keyfi

Doğu Anadolu Bölgesi’nin kış sporu merkezleri arasında yer alan Bingöl’deki Hesarek Kayak Merkezi, ilkbaharda da ziyaretçilerine kayak yapma keyfi sunuyor.

Son yılların en yoğun kar yağışının gerçekleştiği kentte, Hesarek Kayak Merkezi’nde de kar kalınlığı 110 santimetreye ulaştı.

Farklı uzunluklarda 3 pisti bulunan merkezde, mart ayında amatör ve profesyonel kayakçılara kayak yapma fırsatı sunuluyor.

Bingöl’ün yanı sıra Malatya, Tunceli, Elazığ, Diyarbakır, Bitlis, Muş, Şanlıurfa gibi illerden gelen misafirleri de ağırlayan Hesarek Kayak Merkezi’nde sezonun nisan ayına kadar sürmesi bekleniyor.

“HER HAFTA SONU SOLUĞU BURADA ALIYORUZ”

Elazığ’ın Karakoçan ilçesinden gelen Salih Gürbüz, yıllardır çocuklarıyla beraber her sene Hesarek Kayak Merkezi’ne geldiğini söyledi.

Tesisin çok güzel olduğunu ifade eden Gürbüz, kendilerine bu imkanı sağlayan herkese teşekkür etti.

Gürbüz, “Bu sene kızımla ilk defa snowboarda başladık, çok güzel bir spor. Herkesin gelip görmesi gereken bir yer. Çok eğlenceli, çok güzel. Mart ayındayız, umarım nisan ayına kadar burada da keyfini süreriz.

Karakoçan’a çok yakın olduğu için her hafta sonu soluğu burada alıyoruz.” dedi.

“ÇOK GÜZEL SNOWBOARD YAPTIK”

8 yaşındaki Rümeyza Gürbüz de babasıyla bu merkezde çok iyi vakit geçirdiğini anlatarak şunları söyledi: “Burası çok güzel. Her yıl buraya geliyoruz. 4 yıldır kayak yapıyorum, snowboarda da başladım. Çok güzel snowboard yaptık.”

“KAYAK İÇİN UYGUN BİR ORTAMI VAR”

Tunceli’den gelen Eren Yıldız da fırsat buldukça ve hava şartları uygun olduğu sürece burada kayak yaptıklarını belirtti.

Yıldız, “Güzel bir havada kayak yapmanın keyfini yaşadık. Çocuğum çok seviyor burayı. Bu nedenle sürekli buraya gelmeyi tercih ediyoruz. Kar kalınlığı da bu sene bayağı iyi. Gelmek isteyenler için ulaşım çok rahat. Ulaşım yönünden bir sıkıntı yok. Mevsim şartları zor olsa dahi yollar sürekli açık. Her düzeyde pisti var. Kayak için uygun bir ortamı var.” diye konuştu.

Oğlu Ali Yıldız (12) da Hesarek Kayak Merkezi’nin yüksek rakımda bulunduğunu ve çok güzel olduğunu ifade ederek, “O yüzden hep buraya gelmeyi tercih ediyorum. 6-7 yıldır kayak yapıyorum. Kayak çok zevkli. Herkese buraya gelmelerini tavsiye ederim.” dedi. (AA)