

Efeler Ligi'nde "Ankara rüzgarı"

Voleybolda SMS Grup Efeler Ligi'nde normal sezona Ankara temsilcileri damga vurdu. Ligde Ankara'yı bu sezon temsil eden Ziraat Bankkart, Halkbank ve Spor Toto, normal sezonu ilk 4'te bitirerek play-off aşamasında mücadele etme hakkı kazandı.

Play-off turunda 3 başkent ekibinin yanı sıra puan tablosunun 3. basamağında bulunan Galatasaray HDI Sigorta da yer alacak. Yarı finallerde Halkbank-Galatasaray HDI Sigorta, Ziraat Bankkart-Spor Toto maçları oynanacak. İki galibiyete ulaşan takımın finale çıkacağı karşılaşmaların ilki 12 Nisan'da yapılacak.

Sayfa 7'de



"Yaşanmışlıklarım dizelere dönüştü"

Şair ve Yazar Seher Zerrin Ceviz Aktaş, şiiri hayatın içinden süzülen duyguların en yalın ve en derin ifadesi olarak görüyor. "Seher Yeli Yürek Kırıntıları" adlı kitabıyla okurlarına iç dünyasının izlerini sunan Aktaş, yazma serüveni,

nini, ilham kaynaklarını ve şiirle kurduğu bağı samimi bir dille anlatıyor. Onun için şiir, planlanarak değil, hissedilerek yazılan, yaşanmışlıkların ve gözlemlerin kalpte birikip kelimelere dönüşmesiyle hayat bulan bir yolculuk. Sayfa 2'de

Ziraat Bankkart, Asseco Resovia'ya konuk olacak

Ziraat Bankkart Voleybol Takımı, CEV Erkekler Şampiyonlar Ligi çeyrek final ilk maçında yarın Polonya kulübü Asseco Resovia ile deplasmanda karşılaşacak.

Rzeszow kentindeki RCWS Podpromie Spor Salonu'nda oynanacak karşılaşma, bugün TSi 20.00'de başlayacak.

İtalya'nın Torino kentindeki 2026 CEV Erkekler Şampiyonlar Ligi Dörtlü Finali'ne seçilecek takım, 31 Mart'ta Ankara'da yapılacak rövanşın ardından belli olacak. (AA)



Başkent

25 Mart 2026 Çarşamba

www.baskentgazete.com.tr

FİYAT: 7 TL

Türkiye'de tüberküloz vaka sayısı 9 binlere geriledi

Sağlık Bakanlığının Türkiye Ulusal Tüberküloz Kontrol Programı kapsamında yürütülen etkin mücadele sayesinde, halk arasında verem olarak bilinen tüberküloz hasta sayısı 2024'te 9 bin 27'ye düştü.

"24 Mart Dünya Tüberküloz Günü" dolayısıyla Sağlık Bakanlığının verilerinden derlenen bilgilere göre, "Mycobacterium tuberculosis" adlı bakterinin neden olduğu bulaşıcı bir hastalık olan tüberküloz, en sık akciğerleri tutuyor. Hastalık kemiklerin yanı sıra böbrekler ve beyin gibi organları da etkileyebiliyor. (AA)

BAYRAM TATİLİNDE TRAFİK KAZALARININ BİLANÇOSU AĞIR:

31 kişi hayatını kaybetti

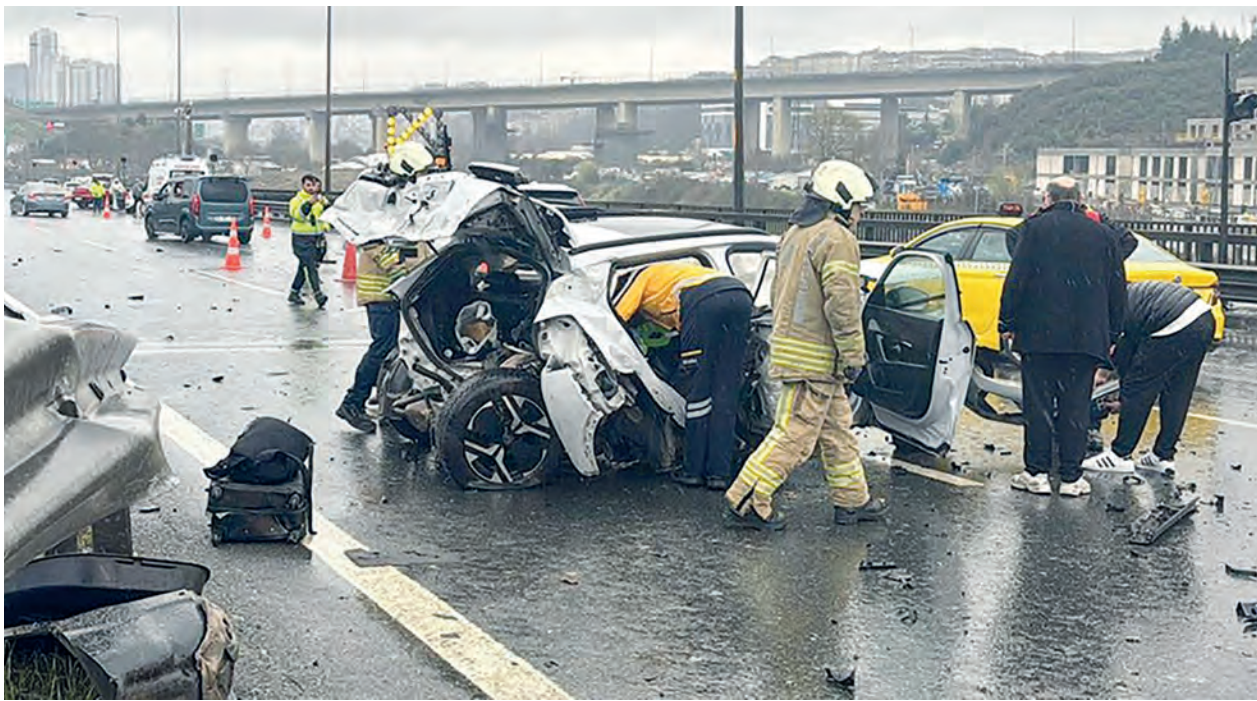
İçişleri Bakanlığı, Ramazan Bayramı tatili süresince ülke genelinde meydana gelen 2 bin 753 trafik kazasında 31 kişinin yaşamını yitirdiğini, 4 bin 861 kişinin yaralandığını bildirdi.

İçişleri Bakanlığı'ndan yapılan açıklamada, Emniyet Genel Müdürlüğü ve Jandarma Genel Komutanlığı verilerine göre, dört günlük Ramazan Bayramı tatili süresince ülke genelinde toplam 2 bin 753 trafik kazasının meydana geldiği belirtildi.

Kazalarda, bayram tatilinin birinci gününde 8, ikinci gününde 12, üçüncü gününde 4 ve dördüncü gününde 7 vatandaş olmak üzere 31 kişinin hayatını kaybettiğinin aktarılan açıklamada, şunlar kaydedildi: "Aynı kazalarda 4 bin 861 vatandaşımız ise yaralandı. 2023 ve 2026 yıllarına ait dört günlük Ramazan Bayramı tatili trafik verileri karşılaştırıldığında, vatandaşlarımızın trafik kurallarına gösterdiği riayet ve hassasiyetin etkisiyle ölümlü kaza sayısı 38'den 23'e gerileyerek yüzde 39,5 oranında, kaza yeri can kaybı ise 44'ten 31'e düşerek yüzde 29,5 oranında azalma gösterdi. Aynı dönemde yaralanmalı kaza sayısı 3 bin 85'ten 2 bin 730'a, yaralı sayısı ise 5 bin 594'ten 4 bin 861'e gerilerken, günlük ortalama can kaybı 11'den 7,75'e düşerek yüzde 29,5 oranında azaldı. Trafik güvenliğinin artırılmasına yönelik denetimler ve farkındalık çalışmaları kararlılıkla sürdürülmektedir."

İçişleri Bakanı Mustafa Çiftçi, NSosyal'deki hesabından yaptığı açıklamada, "Trafik hayatır." ifadesini kullanarak, trafikte kurallara uyan, kendisinin, ailesinin ve trafikteki diğer vatandaşların ve mal güvenliğine azami riayet gösteren tüm vatandaşlara şükranlarını sundu.

Hedeflerinin, kurallara uyararak, uymayanları uyarak trafikte can kaybını sıfıra indirmek olduğuna vurgu yapan Çiftçi, şu ifadeleri kullandı: "Yapılan incelemeler bize bir kez daha gösterdi ki bu kazaların ve yitirilen canların bir numaralı sebebi aşırı hızdır. Sizlerden istirhamım, sevdiklerinize güvenle kavuşmak ve yolları acı tablolarla hatırlamamak için trafik kurallarına harfiyen uymanızdır. Lütfen hız limitlerine riayet edelim, emniyet kemerimizi ön ve arka koltukta mutlaka takalım ve sürüş güvenliğini riske atacak her türlü davranıştan uzak duralım. Yolların sonu her zaman acılara değil sevdiklerimize çıksın." (AA)



Tiyatronun çeyrek asırlık yolculuğu Çankaya'da başladı

Çankaya Belediyesi Tek Kişilik Oyunlar Festivali başladı. Türk tiyatrosuna uzun yıllar emek vermiş ve 2021 yılında aramızdan ayrılan usta oyuncu Erol Demiröz anısına düzenlenen festivalin açılış töreni Çankaya Belediyesi Yılmaz Güney Sahnesinde gerçekleşti. Başkentte tiyatro sanatını geniş kitlelerle buluşturmayı amaçlayan Tek Kişilik Oyunlar Festivali, çeyrek asırlık yolculuğunda bir kez daha Çankayalılara merhaba derken birbirinden renkli ve güzel oyun ücretsiz olarak tiyatro severlerle buluşacak. Sayfa 8'de

Altındağ'da ikinci hayat

17 yaşında geçirdiği kaza sonrası ölümden dönen ancak hafızasını kaybeden Enes, Altındağ Belediyesi Engelsiz Yaşam Merkezi sayesinde hayata yeniden tutundu. Burada katıldığı kurslar sayesinde öğrenme becerilerini yeniden kazanan Enes'in şimdi tek bir hayali var. Memur olmak...

Altındağ Belediyesi, verdiği desteklerle Altındağlı gençlere yeni başlangıçlar sunup, hayatını değiştirmeye devam ediyor. İkinci hayatına başlayan Enes, aldığı destekle yeniden güçleniyor, öğrenme becerilerini yeniden kazanıyor ve sosyal hayata adapte oluyor.

Sayfa 3'te

Cinsel birliktelik ilanı ile yağma ve dolandırıcılığa 14 gözaltı

Ankara'da cinsel birliktelik ilanı ile tuzağa düşürdükleri erkekleri darbedip, para ve değerli eşyalarını gasbeden çeteye yönelik düzenlenen operasyonda 14 kişi gözaltına alındı.

Ankara Cumhuriyet Başsavcılığı Ailenin Korunması ve Kadına Karşı Şiddet ile Cinsel Suçlar Soruşturma Bürosu'nca yürütülen soruşturmada; internet üzerinden cinsel birliktelik yaşamak amacıyla ilan veren şüpheli kadınlarla görüşen erkeklerin tuzağa düşürüldüğü belirlendi. Telefon görüşmesinin ardından davet edildikleri ikamete giden erkeklerin, içeride bulunan ve kadınlarla birlikte hareket eden silahlı şüpheliler tarafından darbedilip, para ve değerli eşyalarının alındığı belirlendi. Yine kadınların, hileli davranışlarla cinsel birliktelik yaşama vadiyle tuzağa düşürdükleri erkeklerin parasını aldıkları saptandı. Soruşturma kapsamında bu şekilde 20 olaya karıştığı belirlenen 23 şüpheli tespit edildi. İl Emniyet Müdürlüğü Asayiş Şube Gasp Büro Amirliği tarafından gerçekleştirilen operasyonda şüphelilerden 14'ü 'Yağma' ve 'Dolandırıcılık' suçlarından gözaltına alındı. Diğer şüphelilerin yakalanmasına yönelik çalışmalar sürüyor. (DHA)

Baba ve kızı, karbonmonoksit gazından zehirlenip öldü

Ankara'da matematik öğretmeni Aydın Ertürk ile zihinsel engelli kızı Deren Ertürk (18) evde karbonmonoksit gazından zehirlenerek hayatını kaybetti. Yenimahalle ilçesi Turgut Özal Mahallesi'nde oturan Aydın Ertürk'ten önceki gün akşam haber alamayan yakınları, site yönetiminden yardım istedi. Site yönetimi tarafından çağırılan çilingir kapıyı açtığında içeride Aydın Ertürk ve kızı Deren'in cansız bedenleri bulundu. Ekiplerin yaptığı ilk incelemede, baba ve kızının doğal gaz sızıntısı sonucu karbonmonoksit gazından zehirlendikleri belirlendi. Baba ve kızının cesetleri Ankara Adli Tıp Kurumu'na gönderildi.

Etimesgut Özkan Erdek Mesleki Eğitim Merkezi'nde matematik öğretmeni olan Aydın Ertürk ile kızı Deren Ertürk'ün cenazeleri, otopsi işlemlerinin ardından yakınları tarafından teslim alınarak toprağa verildi. (DHA)

Başkent'te barajların doluluk oranı geçen yıla göre azaldı

Ankara'da geçen yıl yüzde 29,43 olan barajların doluluk oranı bu yıl yüzde 28,09'a geriledi. Kesikköprü ve Kargalı barajlarında doluluk yüzde 100 seviyesine ulaşırken, bazı barajlarda ise düşük seviyeler kaydedildi.



Başkente su sağlayan barajlarda doluluk oranı geçen yıla göre yüzde 1,34 düşüşle yüzde 28,09 olarak ölçüldü. Ankara Su ve Kanalizasyon İdaresi verilerine

göre, kente su sağlayan 1 milyar 454 milyon 666 bin metreküp kapasiteli barajların doluluk oranı, 23 Mart 2025'te 428 milyon 105 bin metreküple yüzde 29,43 seviyesindeydi.

Kuraklık riskinin sürdüğü Ankara'da, bu yılın aynı tarihinde doluluk miktarı 408 milyon 548 bin metreküpe gerilerken, oran yüzde 28,09 olarak ölçüldü. Böylece doluluk oranı geçen yıla göre yüzde 1,34 azaldı.

Kente, geçen yıl günlük 1 milyon 315 bin 388 metreküp su verilirken, artan nüfusa oranla bu yıl ise 1 milyon 403 bin 87 metreküp su verildi.

Geçen yılın ilk çeyreğinde aylık barajlara gelen su miktarı ocakta 23 milyon 485 bin 595, şubatta 15 milyon 901 bin 776, martta 24 milyon 446 bin 143 olurken, 2026 Ocak ayında 55 milyon 762 bin 949, şubatta 236 milyon 236 bin 797, martta ise 35 milyon 201 bin 557 metreküp olarak ölçüldü.

Yılın ilk çeyreğinde, Kesikköprü ile Kargalı barajının doluluğu yüzde 100, Türkşereflî Barajı yüzde 5,20, Peçenek Barajı ise yüzde 21,74 olarak tespit edildi. (AA)

AYBÜ Spor Kulübü Binicilik Takımı'ndan 5 kupa

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi (AYBÜ) Spor Kulübü Binicilik Takımı, 21-22 Mart tarihlerinde düzenlenen Nevruz Kupası Engel Atlama Yarışmaları'ni 5 kupaıyla tamamladı. Organizasyon, Ankara'da Ahal Teke Atlı Spor Kulübü ev sahipliğinde gerçekleştirildi. Sayfa 7'de



Çankaya'da çocuklar karar süreçlerine katılıyor

Çankaya Belediyesi ve Çankaya Kent Konseyi iş birliğiyle hayata geçirilen Çocuk Meclisi, çocukların yerel karar süreçlerine katılımını güçlendirmek amacıyla ilk buluşmasını 28 Mart Cumartesi günü gerçekleştirecek. Çankaya Belediyesi ve Çankaya Kent Konseyi iş birliğiyle hayata geçirilen Çocuk Meclisi, 28 Mart'ta ilk buluşmasını gerçekleştirecek. 9-17 yaş arası çocuklara açık olan buluşma, çocukların kent yaşamına dair fikirlerini paylaşarak karar süreçlerine katıldığını bir sürecin başlangıcı olacak. 9-17 yaş arası çocukların katılımına açık olan Çocuk Meclisi, çocukların kent yaşamına dair fikirlerini ifade ettiği, birlikte düşünerek karar süreçlerine dahil olduğu bir ka-

tılım sürecinin başlangıcı olacak. Birleşmiş Milletler Çocuk Haklarına Dair Sözleşme'nin 12. maddesi, çocukların kendilerini ilgilendiren konularda görüşlerini ifade etme ve bu görüşlerin dikkate alınmasını isteme hakkını tanıyor. Çankaya Kent Konseyi Çocuk Meclisi de bu hakkın yerel düzeyde hayata geçirilmesini amaçlayan bir katılım mekanizması olarak harekete geçti.

Çocuk Meclisi, çocukların görüşlerinin yalnızca dile getirildiği değil; değerlendirilmediği, takip edildiği ve sonuçlarının paylaşıldığı bir yapı oluşturmaya hedefliyor. Bu yönüyle çocukların yaşadıkları kente dair söz üretmelerini ve sürecin aktif bir parçası olmalarını esas alıyor. (Haber Merkezi)

'ODTÜ Sanat' 6 yıl sonra yeniden başlıyor

Orta Doğu Teknik Üniversitesi (ODTÜ), kuruluşunun 70'inci yılı kapsamında kültür ve sanat geleneğini yeniden canlandırıyor. Üniversitenin en önemli etkinliklerinden biri olan "ODTÜ Sanat", 6 yıllık aranın ardından yeniden sanatseverlerle buluşacak. Sayfa 2'de

“Yaşanmışlıklarım dizelere dönüştü”



Tolga ALCA
Röportaj



Şair ve Yazar Seher Zerrin Ceviz Aktaş, şiiri hayatın içinden süzülen duyguların en yalın ve en derin ifadesi olarak görüyor. “Seher Yeli Yürek Kırıntıları” adlı kitabıyla okurlarına iç dünyasının izlerini sunan Aktaş, yazma serüvenini, ilham kay-

naklarını ve şiirle kurduğu bağı samimi bir dille anlatıyor. Onun için şiir; planlanarak değil, hissedilerek yazılan, yaşanmışlıkların ve gözlemlerin kalpte birikip kelimelere dönüşmesiyle hayat bulan bir yolculuk.

• “Seher Yeli Yürek Kırıntıları” kitabınızın ismi oldukça metaforik. Bu isim nasıl ortaya çıktı, sizin için neyi temsil ediyor?

Seher, nüfusta yazmayan ismim. Seher vakti doğduğum için babamın bana koyduğu isimdir. Çoğunlukla Zerrin derdi ama duygusal olduğu anlarda “Seher yelim” derdi. Bana yazdığı şiirlerde “Seher yeli”ni kullanmış, sonrasında mahlas olarak bana vermiştir. “Yürek Kırıntıları”, gözümün gördüğü, hayatın yaşattığı iyi ve kötü ne varsa yüreğimde birikenlerin dışı vurumu olarak ortaya çıktı. İlk şiir kitabımda yürek kırıntılarımı, ikinci şiir kitabımda duygularımın gölgesini paylaşmak istedim okuyucularımla...

• “ŞİİR ZORLAMAYI KABUL ETMİYOR”

• Şiirlerinizde doğa, zaman ve içsel yolculuk temalarının öne çıktığını görüyoruz. Bu temalar sizin yazma sürecinizde nasıl bir yer tutuyor?

Şiirlerimdeki doğa, zaman ve içsel yolculuk temaları aslında tamamen anın içinden doğuyor. Bazen

rüzgarla savrulan bir ağacın dalı, bazen bir çocuğun ağlayışı ya da birinin bana anlattığı bir dert... Hayatın içindeki o küçük anlar, içimde bir duyguya dönüşüyor ve şiire akıyor. Benim için şiir planlanarak yazılan bir şey değil. Oturup “yazayım” demekle olmuyor; şiir zorlamayı kabul etmiyor. Ne zaman isterse, o an kendini yazdırıyor.

• “Kırkımdan sonra kalem ve kağıtla yeniden barıştım” ifadeniz dikkat çekici. Yazarlık serüveninizde bu dönüşüm nasıl gerçekleşti?

Yazmak aslında hayatımda hep vardı. Okul yıllarımda akrostişlerle, dörtlüklerle kendimi ifade ederdim. Ancak erken yaşta evlilik ve ardından gelen annelikte birlikte bu yanım bir süre sessiz kaldı. Kırkımdan sonra, çocuklarım büyüyüp kendime zaman ayırabildiğimde kalem ve kağıtla yeniden buluştum. Sanki yarım kalmış bir hikayeye kaldığım yerden devam ettim.

• Şiirlerinizde sade ama yoğun bir anlatım dili var. Bu dili oluştururken bilinçli bir tercih mi yaptınız, yoksa zamanla mı şekillendi?

Bu aslında bilinçli bir tercih değildi. İçimden geldiği gibi yazdım. Zamanla şiirin dilini, kurallarını öğrenmeye çalıştıkça o sadelik kendi kendine şekillendi. Sanırım duygu yoğunluğu da eklenince “Seher Yeli” tarzı oluştu. Ben kelimeleri süslemekten çok, duygunun kendisini olduğu gibi aktarmayı önemsiyorum. Okuyanın zihninde karmaşa yaratmak yerine, kalbine dokunabilmek benim için daha kıymetli. Bu yüzden anlatımım zamanla daha duru, daha sade bir hal aldı. Az kelimeyle çok şey anlatabilmek, şiirin gücünü artırıyor diye düşünüyorum. Belki de bu sadelik, yaşadıklarımın ve hissettiklerimin içimde süzülüp damıtılmış halidir.

• “KİMİ ZAMAN BİR TESELLİ, KİMİ ZAMAN BİR FARKINDALIK”

• Okuyucularınızın şiirlerinizle nasıl bir bağ kurmasını arzu ediyorsunuz? Onlarda nasıl bir duygu ya da iz bırakmayı hedefliyorsunuz?

Şiir benim için gözlem ve yaşanmışlığın bir yansıması. Okuyucunun o dizelerin içinde kendinden bir parça bulması, kendi duygusuna dokunması en büyük isteğim. Eğer bir şiirim birine “bu benim hikayem” dedirtebiliyorsa amacına ulaşmış demektir. Bunun yanında, şiirlerimin okuyucunun iç dünyasında küçük de olsa bir iz bırakmasını isterim. Bazen bir dizeyle geçmişine gitmesini, bazen de içinde bastırıldığı bir duyguyla yüzleşmesini... Kimi zaman bir teselli, kimi zaman bir farkındalık, kimi zaman da sadece “anlaşıldım” hissi uyandırabilmek benim için çok değerli. Şiirlerimle bir köprü kurmak, hiç tanımadığım insanların kalbine dokunabilmek en büyük dileğim.

• Günümüz şiirinde sizce en çok eksik olan ya da göz ardı edilen şey nedir? Kendi şiirinizi bu noktada nasıl konumlandırıyorsunuz?

Ben şiiri, sanat dünyasının üvey evladı olarak görüyorum. Ünlü şairlerin kitapları bile geniş kitlelere ulaşmıyor; şiire gönül verenler ancak kendi ilgiyle okuyor. Benim isteğim, şiirlerimin daha çok kişiyle buluşması. Kendimi hala bir çırac olarak görüyorum; ölene kadar öğrenmeye devam edeceğim. Ve en büyük arzum, torunlarıma bir miras gibi şiirlerimi bırakabilmek, onların kaybolmamasını sağlamak.

• Babanız Halil Ceviz’in de edebiyata dair eserleri var. Babanızın bu süreçte size yönelik etkisi ne oldu?

Babam, şiire ve türkölere tutkuyla bağlı bir insandı; çok okurdu ve hafızasında sayısız şiir ve türküyü ezbere bilirdi. Ne yazık ki ezber yetisini değil ama şiir yazma yeteneğini ondan almışım. Okumayı öğrendiğimde bana aldığı ilk kitap Aziz Nesin’di, ilk şiir kitabım ise Nazım Hikmet Ran oldu; edebiyat yolculuğum böylece şekillendi.

• “ŞİİR, ZAMANI GELDİĞİNDE KENDİNİ YAZDIRIR”

• Yazarken sizi en çok besleyen şeyler neler? Yaşanmışlık mı, gözlem mi, yoksa daha çok içsel bir akış mı?

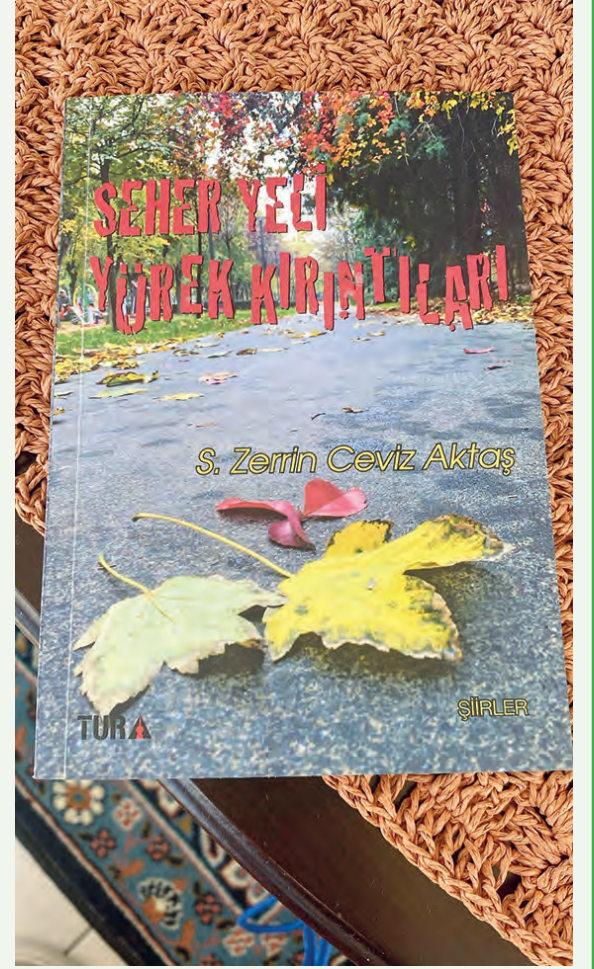
Hepsi diyebilirim. Şiir benim için sadece yazmak değil, nefes almak gibi; yaşamın kendisiyle kurduğum en derin bağ. Yaşanmışlıklar, gözlemler ve içsel akış birbirinden ayrı değil, aksine birbirini besleyen üç damar gibi. Bazen bir anıya dokunur şiir, bazen sokakta gördüğüm bir yüz, bazen de içimde sessizce büyüyen bir duygu kendine yer arar. İyi bir gözlemci olabildiğim ölçüde, hissettiklerimi kalemle buluşturduğumda kelimeler kendiliğinden dizilmeye başlar. Ben yazdığımı düşünürüm ama aslında şiir, zamanı geldiğinde kendini yazdırır.

• Yeni bir kitap ya da farklı türlerde yazma planınız var mı? Okuyucularınızı önümüzdeki dönemde neler bekliyor?



Şu an iki şiir kitabım yayımlandı ama elimde yayımlanmayı bekleyen 10-15 kitap daha var. Ömrüm yeterse kalıcı olması için onları da yayımlamak istiyorum. Ayrıca anılarımı ve yazdığım öyküleri derleyip başka bir kitap çıkarmayı planlıyorum. Ancak 2022’den beri şiirden uzak kaldım; önce babamın rahatsızlığı ve 23 Kasım 2024’te kaybı, şimdi de annemin sağlık durumu önceliğim oldu. İlginçtir, en duygusal dönemlerimde yazmam gerekirken kelimeler sadece birer cümleyle geliyor. İçimdeki çağlayan şu an uyuyor. Ne zaman uyanır, ben de merakla bekliyorum... O cümlelerden birini paylaşayım sizinle...

Ölüm;
Sen ölene kadar çok ağırdı bana,
Sen öldükten sonra o kadar hafifledi ki,
Kuş tüyü halt etmiş yanında...



‘ODTÜ Sanat’ 6 yıl sonra yeniden başlıyor

Orta Doğu Teknik Üniversitesi (ODTÜ), kuruluşunun 70’inci yılı kapsamında kültür ve sanat geleneğini yeniden canlandırıyor. Üniversitenin en önemli etkinliklerinden biri olan ‘ODTÜ Sanat’, 6 yıllık aranın ardından yeniden sanatseverlerle buluşacak.

Türkiye İş Bankası katkılarıyla hayata geçirilen etkinlik, 28 Mart-4 Nisan tarihleri arasında düzenlenecek. ODTÜ’nün ikinci 70 yılına yönelik konumlandırılan organizasyon, kampüsü yeniden kültür ve sanatla buluşturmayı hedefliyor. Etkinlikten elde edilecek gelir ise ODTÜ Öğrenci Burs Fonu’na aktarılacak. Başta Kemal Kurdaş Kültür ve Kongre Merkezi olmak üzere kampüsün farklı noktalarında gerçekleştirilecek program kapsamında konserler, tiyatro gösterileri, film gösterimleri, söyleşiler, sergiler ve atölyeler yer alacak. Öğrenciler, akademisyenler, mezunlar ve sanatseverlerin yanı sıra Ankara’dan katılımcıları da bir araya getirmesi beklenen ODTÜ Sanat, yalnızca kampüs içinde değil, şehir genelinde etkisini hissettiren bir kültür-sanat festivali niteliği taşıyacak.

28 Mart’ta başlayacak ‘ODTÜ Sanat 70’inci Yıl Günleri’ kapsamında Kemal Kurdaş Kültür ve Kongre Merkezi’nin ana sahnesinde ulusal ve uluslararası birçok önemli sanatçı sahne alacak. Programda Kerem Görsev Quartet ft. Fatih Erkoç, Erkan Oğur & İsmail Hakkı Demircioğlu, Bill Lau-

rance & Michael League, Yeni Türkü, Şakalı Akustik-Harun Tekin & Koray Candemir, TRT İstanbul Radyosu Hafif Müzik ve Caz Orkestrası & Sibel Köse, Fazıl Say, Buena Vista All Stars-Una Noche En La Habana ve Dhafer Youssef gibi farklı müzik türlerinden önemli isimler yer alacak.

ETKİNLİK GELİRLERİ ÖĞRENCİ BURS FONUNA AKTARILACAK

ODTÜ Sanat kapsamında gerçekleştirilecek ücretli etkinliklerden elde edilecek gelir, ODTÜ Öğrenci Burs Fonu’na aktarılacak. Böylece festival yalnızca bir kültür-sanat etkinliği değil, aynı zamanda öğrencilerin eğitimine destek sağlayan sürdürülebilir bir dayanışma modeli olacak. Programda yer alan çok sayıda ücretsiz etkinlik ise kampüs yaşamını sanatla buluşturmayı ve farklı yaş gruplarından ziyaretçilerin katılımını teşvik etmeyi amaçlıyor.

Festival boyunca gerçekleştirilecek film gösterimleri, tiyatro oyunları, çocuk etkinlikleri, atölye çalışmaları, sergiler ve pop-up konserler, etkinliğin en güçlü bileşenlerini oluşturuyor. Gün boyu sürecek program akışında, bağimsız film seçkileri, farklı disiplinlerden tiyatro gösterimleri, çocuklara yönelik sahne performansları ve yaratıcı atölyeler dikkat çekerken, kampüsün çeşitli noktalarında gerçekleştirilecek küçük ölçekli konserler ve sürpriz performanslar

festival atmosferini canlı tutacak. Fuaye alanları, açık alanlar ve geçiş noktaları sanatın gündelik yaşamla iç içe geçtiği dinamik mekânlara dönüşecek. Bu yönüyle ODTÜ Sanat, izleyiciyi yalnızca izleyen değil, deneyimleyen ve etkileşime geçen bir katılımcıya dönüştüren çok mekânlı bir kültür-sanat deneyimi sunuyor.

SANAT, TEKNOLOJİ VE KENT KÜLTÜRÜ PANELLERDE BULUŞACAK

Festival kapsamında gerçekleştirilecek panellerde sanat, teknoloji ve kent kültürü farklı perspektiflerle ele alınacak. Programda yer alan söyleşiler arasında ‘Kültür Diplomasisi: Başkent Olmanın Yumuşak Gücü’, ‘Yapay Zeka ve Yaratıcılık: Algoritmalar Sanatı Nasıl Tasarlar?’ ve ‘Ankara’da Kültür Sanatı Konuşmak’ başlıklı oturumlar bulunuyor. Bu panellerde Ankara’daki kültür kurumları, uluslararası kültür enstitüleri, akademisyenler ve sanatçılar bir araya gelecek sanatın güncel üretim biçimlerini ve kültür ekosistemini tartışacak. ODTÜ Sanat’ın yeniden başlamasıyla birlikte kampüs, yalnızca üniversite bileşenleri için değil, Ankara’nın kültür-sanat hayatı için de önemli bir buluşma alanı haline gelecek. Etkinliklerin önemli bir bölümü Ankaralı sanatseverlerin katılımına açık olarak düzenlenecek. (DHA)

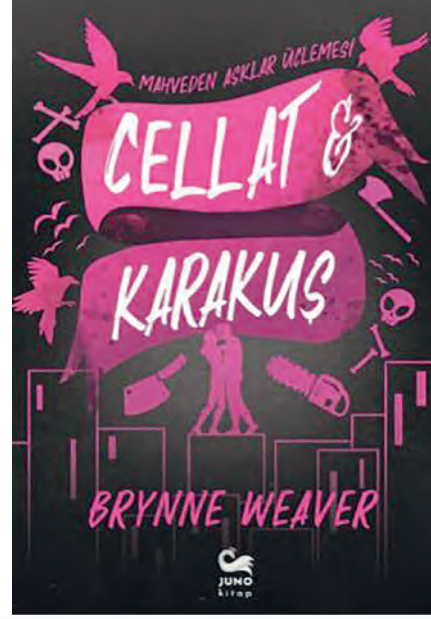
KİTAP VİTRİNİ

Ölümçül Tahtın Senfonisi

Hırsızlar Krallığı, Aadilör diyarında büyü ve kargaşanın yuvası olan gizli bir yerdi. Ölümçül büyücü üçlüsü Mousai, kralığın münzevi hükümdarı Hırsız Kral’a hizmet ederken halka ceza ve zevk dağıtıyordu. Arabessa Bassette, Mousai’nin lideriydi ve yeteneklerini kullanırken kontrolünü asla yitirmezdi. Ancak o irade maskesinin arkasında kendi yolunu çizme arzusuyla yanıp tutuşuyordu. Babasının sağ kolu, çocukluğundan beri aşık olduğu Zimri D’Enieu’yla çalkantılı bir ilişkiye sahipti. Hırsız Kral’ın tahtı için karşısına çıkan beklenmedik bir davet onu ölümçül bir rekabetin içine sürüklediğinde soğukkanlılığını yitirdi ve kendini imkânsız bir seçimle karşı karşıya buldu. En büyük aşkı ve en büyük hırsı arasında bir tercih yapmak zorundaydı.

Cellat ve Karakuş

Her seri katilin bir arkadaşı olmalı
Her oyunun da bir kazanımı
Hedeflerini tamamlamak için birbirleriyle rekabet eden iki seri katil ve beklenmedik bir karşılaşma... Karakuş Sloane, bir yaz günü kendisini son avıyla birlikte bir kafeste bulduğunda sırada yolu karizmatik Rowan, diğer adıyla Cellat ile keşişir. Seri katilleri öldürmekten zevk alan bu iki avcı, çok geçmeden kendilerini ülkenin en tehlikeli canavarlarıyla karşı karşıya getiren kanlı bir oyunun içinde bulur. Gerçekleşmekte olan dostlukları ise onları hayal bile edemeyecekleri tutku dolu bir aşka sürükler fakat arkaalarında bıraktıkları huzursuz hayaletler sadece birkaç adım gerilerindedir. Acaba Rowan ve Sloane bu kaçışı olmayan oyunda birbirinin yıkımına mı yol açacak, yoksa kendi karanlıklarında mutluluğu mu bulacak?



Başkent

25 Mart 2026 Çarşamba
Sayı 19868

Özgün Matbaacılık Sanayi
ve Ticaret A.Ş. Adına Sahibi
FIRAT GÜNDOĞAN

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Gül TERZİ BÜLBÜL

Haber Müdürü

Zehra ŞAHİNDOKUYUCU

Sayfa Sekreteri

Sinem YAKICI

ADRES

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

Ümitköy - Çankaya/ANKARA

Tel: 0 312 419 01 75

Faks: 0 312 425 73 99

e-posta: baskent@ozgun.com

UETS Adresi: 25999-70300-62516

Yayın Türü Yerel Süreli Yayın

Köşe yazarları tarafından hazırlanan makalelerin hukuki sorumluluğu tümüyle yazarlara aittir.

Baskı Özgün Matbaacılık San. ve Tic. A.Ş.
Ankara Polatlı Karayolu 52. Km. Gazi Mahallesi
Özgün Cad. No. 4 Sincan / ANKARA
Tel: 0 312 645 19 10
Faks: 0 312 645 19 19
Dağıtım MATA GRUP BİLİŞİM LOJİSTİK
DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ.

BAŞKENT GAZETESİ İLAN TARİFESİ

(St/Cm)

1. Sayfa (Renkli) : 300.00 TL

1. Sayfa (Siyah Beyaz) : 230.00 TL

Diğer Sayfalar (St/Cm)

Renkli : 275.00 TL

Siyah-Beyaz : 232.00 TL

Fizik tedavi gören felçli 4 kedi için yuva arayışı

Ankara’da veteriner teknikeri ve fizyoterapist Yağmur Denli, geçirdikleri travmalar sonucu sol ön ayakları felç kalan 4 kedinin bakımını üstlendi. Fizik tedavi süreci devam eden kedilerin, tedavilerinin ardından sahiplendirilmesi için yuva aranıyor.

Türkiye’nin çeşitli illerinde geçirdikleri travmalar sonucu sol ön ayakları felç kalan 4 kedi, 2 ay önce hayvanseverler tarafından Ankara’daki veteriner teknikeri ve fizyoterapist Yağmur Denli’ye getirildi. Kediler için öncelikle enfeksiyon tedavisi uygulandı. Tedavinin ardından kediler medikal tedavi, pasif egzersizler, lazer terapi, elektro terapi, manyetik alan terapi ve manuel terapi ile hayata tutundu. Kedilerden birisi için ilerleyen süreçte protez uygulanması planlanıyor. Tedavileri devam eden kediler, sağlık durumları elverdiği ölçüde iyileştirildikten sonra sahiplendirilecek. Denli, kedilerin sokakta yaşamlarını sürdürmeyeceğini belirterek, güvenli ve kalıcı yuvalar bulmayı hedeflediklerini ifade etti.

“TEDAVİLERİNİN ARDINDAN SAHIPLENDİRMEK ZORUNDAYIZ”

Veteriner teknikeri ve fizyoterapist Yağmur Denli, farklı zamanlarda ve farklı şehirlerden gelen 4 kedinin benzer travmalar yaşadığını belirterek, “Hepsinin ön ayaklarında felç mevcut. Bir kısmında pati uçlarında kısmi kazanım sağladık, bazılarını ise henüz kazanamadık. Şu an tedavi süreçleri devam ediyor. Fizik tedavi ile o ayağı yeniden kazandırmaya çalışıyoruz. Dört kedisimiz de sokak kedisi. Üç

bacaklı bir şekilde dışarıda yaşamlarını sürdürmeleri mümkün değil. Bu yüzden tedavinin ardından sahiplendirme yapmak zorundayız. Amacımız onları mümkün olduğunca iyileştirip dört ayakla mezun edebilmek” diye konuştu.

“BİRBİRLERİNİ MOTİVE EDİYORLAR”

Kedilerin tedavi süreçlerinde birlikte vakit geçirdiğini söyleyen Denli, “İlk geldiklerinde ayrı tuttuk. Enfeksiyon riskleri geçtikten sonra kontrollü şekilde bir araya getirdik. Şimdi dördü aynı odada kalıyor, adeta kader birliği yaptılar. Bazen seanslara birlikte alıyoruz, birbirlerini motive ediyorlar” ifadelerini kullandı.

“SOKAĞA BIRAKMAK İSTEMİYORUZ”

Kedilere ‘Edi, Bütü, Yırtık ve Pırtık’ isimlerini verdiklerini söyleyen Denli, sahiplendirme sürecine ilişkin de “Bizim için en önemli şey onların güvenli bir yuvaya gitmesi. Sahiplendirme öncesinde aileyi tanıyoruz ve takip şartı koyuyoruz. Daha sonra bakamayacak durumda olurlarsa kedileri geri istiyoruz. Sokağa ya da barınağa bırakmalarını istemiyoruz. Bu şartları sağlayan, ömürlük yuva olabilecek kişilerle iletişime geçerek sahiplendirme yapıyoruz” dedi. (DHA)



T.C. KAHRAMANKAZAN İCRA DAİRESİ 2025/461 TLMT. Örnek No:55*

TAŞINMAZIN GAZETE VEYA İNTERNET HABER SİTESİ İLANI

Bir borçtan dolayı aşağıda cins, miktar ve değerleri yazılı mallar satışa çıkarılmış olup mahcuzun ayrıntılı görsellerine, artırmaya ilişkin şartlara ve ayrıntılı açıklamalara esatis. uypap.gov.tr adresi üzerinden 2025/461 TLMT. sayılı dosya numarası ile erişim sağlanabilir.

Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, mahiyeti, bulunduğu yer, muhammen kıymeti ve önemli vasıfları:

1 NO'LU TAŞINMAZIN

Özellikleri : Ankara İl, Kahramankazan İlçe, ATATÜRK Mahalle/Köy, 221048 Ada, 1 Parsel, Zemin Kat, 17 Nolu Bağ. Bölüm Nolu Bağımsız Bölüm Ankara ili Kahramankazan ilçesi Atatürk Mahallesi 221048 ada 1 parseli teşkil eden 1.061,00 m2 yüzölçümlü “6 katlı betonarme apartman ve arsası” niteliğinde ana taşınmazdaki; 92/1061(92,00 m2) arsa paylı, zemin kat, 14 bağımsız bölüm nolu ‘dükkan’ niteliğinde taşınmazın tamamı borçluya aittir. Bina Atatürk mahallesi İğmirlî sokak ile Sancarlı sokak kesişimindeki 221048 ada 1 parsel üzerindeki Kutlu apatmanı no:2 binada yer almaktadır. Bodrum+zemin+asma kat+4 normal kattan ve 1 adet dubleks konut, 12 adet konut ve 4 adet dükkan olmak üzere toplam 17 bağımsız bölümden oluşmaktadır. Bina-da kat mülkiyeti tesis edilmiştir. 01.03.2016 tarihli yönetim planından hareketle binanın keşif tarihinden yaklaşık 9 yıl önce inşa edildiği değerlendirilmiştir. Bina kombi ısıtım olarak projelendirilmiştir.

17 nolu dükkan binanın zemin katında yer almaktadır. Zemin+asma kattan oluşmaktadır. Onaylı mimari projeye alanı 98,96 m2dir. Giriş kapısı ve vitrini alüminyum doğramadan oluşmaktadır. Zeminleri seramik, tavan ve duvarları alçı sıva üzeri plastik badanalıdır. Girişe nazaran sol arka köşesinde wc hacmi bulunmakta olup, lavabo dış bölümedir. WCnin sağ tarafında asma katı çıkışı sağlayan merdiven bulunmaktadır. Keşif tarihi itibarıyla dükkanın boş olduğu gözlenmiştir.Değeri 4.500.000,00 TL olarak belirlenmiştir.

Yüzölçümü : 1.061,00 m2
Arsa Payı : Tam
İmar Durumu : Var , İnşaat tarzı 1/1000 ölçekli imar planında kullanım: ticaret+konut alanı, yapı nizamı:ayrık, emsal: 2,75, yençok: 15 kat
Kıymeti : 4.500.000,00 TL
KDV Oranı : %20
Kaydındaki Şerhler : Tapu kaydındaki gibidir. Tapu kaydı dosya arasında mevcuttur. Tapu kaydı dosyamızdan incelenebilir.

Artırma Bilgileri		
1.Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati	: 01/06/2026 - 14:00
	Bitiş Tarih ve Saati	: 08/06/2026 - 14:00
2.Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati	: 02/07/2026 - 14:00
	Bitiş Tarih ve Saati	: 09/07/2026 - 14:00
(İİK m.114 ve m.126) (*) İlgililer tabirine irtifak hakkı sahipleri de dahildir.		
Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr/de .		BASIN-ILN02427824

T.C. KAHRAMANKAZAN İCRA DAİRESİ 2025/19 TLMT. Örnek No:55*

TAŞINMAZIN GAZETE VEYA İNTERNET HABER SİTESİ İLANI

Bir borçtan dolayı aşağıda cins, miktar ve değerleri yazılı mallar satışa çıkarılmış olup mahcuzun ayrıntılı görsellerine, artırmaya ilişkin şartlara ve ayrıntılı açıklamalara esatis. uypap.gov.tr adresi üzerinden 2025/19 TLMT. sayılı dosya numarası ile erişim sağlanabilir.

Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, mahiyeti, bulunduğu yer, muhammen kıymeti ve önemli vasıfları:

1 NO'LU TAŞINMAZIN

Özellikleri : Ankara İl, Kahramankazan İlçe, ATATÜRK Mahalle/Köy, 221104 Ada, 5 Parsel, Zemin Kat, 1 Nolu Bağ. Bölüm Nolu Bağımsız Bölüm Bina 29 Mayıs Caddesine, Kazım Karabekir Caddesine, Akşemsettin Caddesine,Ankara Bulvarına, Kahramankazan Belediyesine ve Kahramankazan Kent Meydanına yürüme mesafesindedir. Bina; Bodrum kat, zemin kat, 4 normal kattan ve toplam 11 bağımsız bölümden oluşmaktadır. Binada kat irtifakı tesis edilmiştir. Yönetim planının 03.07.2007 tarihli olmasından hareketle binanın keşif tarihinden 17-18 yıl önce inşa edildiği değerlendirilmiştir. Bina giriş kapısı camekanlı demir doğramadan oluşmaktadır. Binanın dış cepheleri mantolamalı + akrilik boyalıdır. Binada asansör bulunmaktadır. Satışa Konu 1 Numaralı Bağımsız Bölüm :Binanın zemin katında, bina girişine nazaran sağ tarafa yer almaktadır. Ön, sağ yan ve arka cepheye bakmaktadır. Aşağıda sunulan tasdikli projenin tetkikinden de görüleceği üzere; 2 oda, salon, antre, hol, mutfak, banyo ve wc bölümlerinden oluşmaktadır. Onaylı mimari projeye göre; Dairenin net kullanım alanı 60,40m2'dir. Salon, antre, hol ve odaların zeminleri laminant parke, daire giriş kapısı çelik kapı, iç kapıları panel kapı, pencereleri PVC doğrama + ısı camlıdır. Islak hacimlerin zeminleri seramik ile kaplıdır. Mutfakta mermerit tezgah ve mermerit evye ile mutfak dolapları bulunmaktadır. Alaturka tarzdaki wc'nin duvarları tavana kadar fayansla kaplı olup, lavabo bulunmaktadır. Banyo duvarları tavana kadar fayansla kaplı olup, duş yeri ile lavabo bulunmaktadır. Daire doğalgazlı kombi ile ısıtılmaktadır.

Adresi : Ankara İl, Kahramankazan İlçesi, Atatürk Mahallesi, 221104 Ada 5 Parsel 1 Nolu Bağımsız Bölüm Kahramankazan / ANKARA
Yüzölçümü : 60,40 m2
İmar Durumu : Konut
Kıymeti : 1.750.000,00 TL
KDV Oranı : %1
Kaydındaki Şerhler : Takyidatındaki gibidir

Artırma Bilgileri		
1.Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati	: 03/06/2026 - 10:30
	Bitiş Tarih ve Saati	: 10/06/2026 - 10:30
2.Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati	: 01/07/2026 - 10:30
	Bitiş Tarih ve Saati	: 08/07/2026 - 10:30
(İİK m.114 ve m.126) (*) İlgililer tabirine irtifak hakkı sahipleri de dahildir.		
Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr/de .		BASIN-ILN02427905

“Kedi ve köpeklerin yüzde 40’ı fazla kilolu veya obez”

Royal Canin’in, kedi ve köpek obezitesine ilişkin gerçekleştirdiği araştırmaya ilişkin konuşan Royal Canin Avrasya Bilimsel İletişim ve İlişkiler Yöneticisi Veteriner Hekim Murat Altınyuva, “Fazla kilolu kedi ve köpekleri gördüğümüzde, bize şirin gelmemeliler aksine onlar için endişelenmeliyiz çünkü kedi ve köpek obezitesi ciddi bir sağlık sorunudur.” dedi.

Zehra ŞAHİNDOKUYUCU

Kedi ve köpek obezitesinde küresel artış dikkat çekiyor. Yanlış bilgiler, sağlıklı kilo yönetiminin önündeki en büyük engellerden biri. Royal Canin’in, kedi ve köpek obezitesine ilişkin gerçekleştirdiği kapsamlı uluslararası araştırmanın sonuçlarına göre, dünya genelinde yetişkin kedi ve köpeklerin yüzde 40’ı fazla kilolu veya obez kategorisinde yer alıyor.

İngiltere, Fransa, Çin, Hindistan, Meksika, İspanya, Portekiz ve Brezilya’dan 14 binden fazla hayvan sahibi ile bin 750 veteriner hekimin katıldığı çalışma, kedi ve köpeklerin kilo yönetiminde ciddi bir bilgi eksikliğine işaret ediyor. Araştırma bulgularına göre, kedi ve köpek sahiplerinin; yüzde 26’sı sağlıklı kilonun ne olduğunu bilmediğini belirtiyor. Yüzde 17’si yanlış bilgilendirmenin en büyük engel olduğunu ifade ediyor. veteriner hekimlerin yüzde 29’u, tüketicilere ulaştırılan yanlış veya çelişkili bilgilerin kilo yönetimi konusunda iletişimi zorlaştırdığını düşünüyor. Veteriner hekimlerin, yüzde 44’ü son yıllarda kedi ve köpek obezitesinin arttığını gözlemliyor. Yüzde 45’i ise bireylerin kedi ve köpekte fazla kilonun risklerini hafife aldığını belirtiyor. Veteriner hekimler güvenilir bilgi kaynağı olarak görülse de her 5 kişiden 1’i beslenme ve kilo kontrolü konusunda sosyal medyaya başvuruyor. Bu oran Z kuşağı arasında yüzde 55’e kadar yükseliyor.

Royal Canin Avrasya Bilimsel İletişim ve İlişkiler Yöneticisi Veteriner Hekim Murat Altınyuva konuyla ilgili şu değerlendirmede bulundu: “Fazla kilolu kedi ve köpekleri gördüğümüzde, bize şirin gelmemeliler aksine onlar için endişelenmeliyiz çünkü kedi ve köpek obezitesi ciddi bir sağlık sorunudur. Obezite onlar için diyabetten eklem problemlerine, kalp ve solunum sistemi hastalıklarından yaşam süresinin kısalmasına kadar birçok ciddi sağlık riskini beraberinde getiriyor. Türkiye’de hayvan sahipliğinin artmasıyla birlikte, doğru ve bilimsel temelli beslenme bilgisinin önemi de her ge-



çen gün büyüyor. Sağlıklı kilo yönetimi; doğru porsiyonlama, yaşa ve yaşam tarzına uygun beslenme planı, düzenli egzersiz ve periyodik veteriner kontrollerinin bir bütün olarak ele alınmasıyla mümkün. Tüketicilerin güvenilir bilgiye ulaşmasını desteklemek ve veteriner hekimlerle açık iletişimi teşvik etmek, daha uzun ve sağlıklı bir yaşamın temelini oluşturuyor.”

Türkiye’de kedi ve köpek sahipliği hızla artarken, obezitenin önlenmesi konusunda farkındalığın güçlendirilmesi kritik önem taşıyor. Uzmanlar, kedi ve köpeklerin düzenli kilo takibinin yapılması, ödül mamalarının kontrollü verilmesi ve insan yiyeceklerinden kaçınılması gerektiğini vurguluyor. Doğru beslenme alışkanlıkları ve düzenli veteriner kontrolü, kedi ve köpeklerin daha uzun, sağlıklı ve mutlu bir yaşam sürmesinde belirleyici rol oynuyor.

Altındağ’da ikinci hayat

17 yaşında geçirdiği kaza sonrası ölümden dönen ancak hafızasını kaybeden Enes, Altındağ Belediyesi Engelsiz Yaşam Merkezi sayesinde hayata yeniden tutundu. Burada katıldığı kurslar sayesinde öğrenme becerilerini yeniden kazanan Enes’in şimdi tek bir hayali var. Memur olmak...

Altındağ Belediyesi, verdiği desteklerle Altındağlı gençlere yeni başlangıçlar sunup, hayatını değiştirmeye devam ediyor. Altındağ Belediyesi Güneşevler Gençlik Merkezi üyesi ve Engelsiz Yaşam Merkezi kursiyeri Enes Kelmustafa da (23), Altındağ Belediyesi sayesinde hayatı değişen gençlerden biri... İkinci hayatına başlayan Enes, aldığı destekle yeniden güçleniyor, öğrenme becerilerini yeniden kazanıyor ve sosyal hayata adapte oluyor.

“ALTINDAĞ BELEDİYESİ SAYESİNDE HAYALLERİMİ YENİDEN İNŞA EDİYORUM”

Okuma yazma becerisi dahil her şeyi unutan Enes, şimdi ikinci hayatına var gücüyle tutunmaya çalışıyor. Enes, hayata yeniden dönme mücadelesini şu sözlerle anlatıyor:

“Hayata Altındağ Belediyesi’nin destekleri sayesinde yeniden tutunmaya başladım. Altındağ Belediyesi Güneşevler Gençlik Merkezi’nde okuma yazma becerilerimi yeniden kazanıyorum. Burası bana çok iyi geldi. Burada E-KPSS kursu açıldığını öğrendim, kursa başladım. Bir sürü arkadaş edindim. Hepsisiyle aram çok iyi... Hayallerimi de, geleceğimi de yeniden inşa ediyorum. Kaza geçirmeden önce hayalim uzman çavuş olmaktı. Ama olmadı... Ben de içimde kalmamış diye, askeri kamuflajla fotoğraf çekirttim, hala boynumda asker künyesi taşıyorum. Kaza sebebiyle gerçekleştiremediğim hayallerimin peşinden koşuyorum. Unuttuğum okuma ve yazmayı yeniden hatırlıyorum. Hiç pes etmiyorum. Hocalarım bana çok yardımcı oluyor. Onların destekleriyle yeniden yazabiliyorum. Kazadan önce kitap okumayı da çok severdim. Yeniden su gibi kitap okumayı diliyorum. Onu da başarmacağım inşallah... Kurs benim sosyalleşmeye de çok katkı sağlıyor. Arkadaşlarımla bilardo ve langrit gibi oyunlar oynuyoruz. Kurstayken çok mutluym, psikolojim düzeliyor. İlk defa Altındağ Belediyesi sayesinde konsere gittim. Çok teşekkür ediyorum.”

Şu anda sol kolunu kullanamadığını ama yine de azimle hayata tutunmaya çalıştığını belirten Enes “Kafatasımdan 3 ameliyat geçirdim. Kafatasına yapay kemik konuldu, o da 6 ay sonra enfeksiyon yaptı ve tekrar ameliyat oldum. Doktor-



lar ölümden döndüğümü söylediler. Çok riskli bir ameliyattı. Ancak risk geçmedi. Tekrar ameliyat olmam gerekiyor” dedi.

Geceleri uyurken kafasının sağ tarafına ve sırt üstü yatabildiğini anlatan Kelmustafa, sol tarafına doğru dönemediğini belirterek, “Kafamın içi çöktüğü için ağrı yapıyor. O yüzden bir an önce yapay kemik takılması gerekiyor. Bu nedenle ameliyat olmak istiyorum” ifadelerini kullandı.

“E-KPSS KURSU OĞLUMA İLAÇ GİBİ GELDİ”

Enes’in Annesi Zübeyde Kelmustafa ise oğlunun geçirdiği gelişim sürecini mutlulukla izlediklerini söyledi. Oğlunun çok efendi bir çocuk olduğunu ve herkes tarafından çok sevildiğini belirten Kelmustafa şunları kaydetti:

“Enes’in kaza sonrası sürecinde çok zor, çok acı günler yaşadık. Rabbim onu bize başışladı. Şükürler olsun hayata döndü. Ancak uyanınca baktık ki, hiçbirimizi hatırlamıyor, okuma yazmayı bile unutmuş. Ne yapacağımızı bilemedik önce... Enes bunalıma girdi. Sonra Altındağ Belediyesi’nin kursundan habersiz oldu. Burası oğluma ilaç gibi geldi. Yıllar süren ağır süreçler, yaşadığımız kötü günler geçti gitti. Oğlum burada çok mutlu...” dedi. Enes’in okuma ve yazmayı tekrar öğrendiğini söyleyen anne Kelmustafa “Oğlumun şimdi tek hedefi E-KPSS kursunu başarıyla tamamlayıp, sınavı da başarıyla geçmek... E-KPSS sınavlarını kazanırsa memur olmak istiyor. İnşallah sonrasında bir işe girmesini, ehliyet almasını ve evlenmesini hepimiz çok istiyoruz.” (Haber Merkezi)

Milli Parklar Kanunu'nda değişiklik öngören teklife karşı yaşam savunucuları yaptıkları açıklamada yasanın koruma kılıfı altında korunan alanların fiilen tasfiye edilmesi anlamına geldiğini ifade ederek herkesi mücadeleye çağırdı.



T.C. ELMADAĞ (SULH HUKUK MAH.) SATIŞ MEMURLUĞU 2024/28 SATIŞ

Örnek No:55*

TAŞINMAZIN GAZETE VEYA İNTERNET HABER SİTESİ İLANI

Elmadağ Sulh Hukuk Mahkemesi 14/07/2023 tarih 2022/632 Esas 2023/384 Karar sayılı ilamı kapsamında aşağıda cins, miktar ve değerleri yazılı mallar satışa çıkarılmış olup mahcuzun ayrıntılı görsellerine, artırmaya ilişkin şartlara ve ayrıntılı açıklamalara esatis.uyap.gov.tr adresi üzerinden 2024/28 SATIŞ sayılı dosya numarası ile erişim sağlanabilir.

Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, mahiyeti, bulunduğu yer, muhammen kıymeti ve önemli vasıfları:

1 NO'LU TAŞINMAZIN

Özellikleri : Ankara İl, Elmadağ İlçe, TATLICA Mahalle/Köy, 994 Ada, 3 Parsel, Taşınmaz Arsa vasıflı bir gayrimenkul olup, 584,00m2 alana sahip, Tatlıca mahallesinin güneyinde imara yeni açılan bölgede yapılaşmanın henüz başlamadığı alanda Kılıç Caddesi üzerinde yer almakta, Belediye hizmetlerinin kısmen yararlanmakta, boş arsa niteliğinde olup, üzerinde herhangi bir yapı ve muhdesatın bulunmadığının görüldüğü, geometrik şekli düzgün olmayan çokgen formunda olup, %10-15 eğimli bir topografyaya sahip, her türlü yapılaşmaya uygun olduğu bilirkşi raporunda belirtilmiştir.

Adresi : Ankara İli Elmadağ İlçesi Tatlıca Mahallesi, Kuş Uçuşu Yaklaşık Ankara- Kırıkkale - Samsun Yoluna 1,28Km, Elmadağ İlçe Merkezine (Adliye Binası) 1,95Km Mesafededir.

Yüzölçümü : 584 m2

Arsa Payı : Tam

İmar Durumu : Elmadağ Belediye Başkanlığı İmar ve Şehircilik Müdürlüğü'nün dosyada mevcut yazısında, parselin mer'i 1/1000 ölçekli Uygulama İmar Planı sınırları içerisinde "Ayrık Nizam 2 katlı konut alanı" olarak ayrıldığı, yapılaşma koşulları "TAKS:0,25 KAKS:0,50" olduğu belirtilmiştir.

Kıymeti : 1.679.600,00 TL

KDV Oranı : %10

Kaydındaki Şerhler : Diğer : Tapu kaydındaki gibidir.

Artırma Bilgileri		
1.Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati	: 04/06/2026 - 15:00
	Bitiş Tarih ve Saati	: 11/06/2026 - 15:00
2.Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati	: 29/06/2026 - 15:00
	Bitiş Tarih ve Saati	: 06/07/2026 - 15:00

(İlK m.114 ve m.126)

(*) İlgililer tabirine irtifak hakkı sahipleri de dahildir.

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

BASIN-ILN02427505

T.C. ANKARA GAYRİMENKUL SATIŞ İCRA DAİRESİ 2022/1804 ESAS

Örnek No:55*

TAŞINMAZIN GAZETE VEYA İNTERNET HABER SİTESİ İLANI

Bir borçtan dolayı aşağıda cins, miktar ve değerleri yazılı mallar satışa çıkarılmış olup, mahcuzun ayrıntılı görsellerine, artırmaya ilişkin şartlara ve ayrıntılı açıklamalara esatis. uyap.gov.tr adresi üzerinden 2022/1804 ESAS sayılı dosya numarası ile erişim sağlanabilir. Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, mahiyeti, bulunduğu yer, muhammen kıymeti ve önemli vasıfları:

1 NO'LU TAŞINMAZIN

Özellikleri : Ankara İl, Altındağ İlçe, DOĞANBEY Mahalle/Köy, 146 Ada, 65 Parsel, HANE vasıflı taşınmaz (Taşınmazın geniş evsafı dosyada mevcut bilirkşi raporunda açıklanmıştır.)

Adresi : Hacıbayram Mahallesi (Tapuda Doğanbey Mahallesi) Taşdöşeme Sokak 146 Ada 65 Parsel Nolu Arsa Altındağ / ANKARA

Yüzölçümü : 70,50 m2

İmar Durumu : T.C. ANKARA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYE BAŞKANLIĞI Kültür ve Tabiat Varlıkları Dairesi Başkanlığı Plan ve Proje Şube Müdürlüğü'nün 13/09/2024 tarih E-93544426-115[146/65]-1396768 sayılı yazısında; bahsi geçen ada parselin (146 ada 65 parsel) kentsel sit alanı sınırı ve Ulus Tarihi Kent Merkezi Yenileme Alanı sınırları içerisinde kaldığı, -146 ada 65 parselin Mülga Ankara Yenileme Alanı Kültür ve Tabiat Varlıklarını Koruma Bölge Kurulu'nun 19.11.2008 tarih ve 244 sayılı kararıyla ilan edilen ve Ankara Kültür Varlıklarını Koruma Bölge Kurulu'nun26.05.2022 tarih ve 2495 sayılı kararı ile sınırları güncellenen "Ulus Tarihi Kent Merkezi Kentsel Sit Alanı" ve Bakanlar Kurulu'nun 22.06.2015 tarih ve 2015/7872 sayılı kararıyla ilan edilen "Ankara Ulus Tarihi Kent Merkezi Yenileme Alanı"sınırları içinde olduğu, -Söz konusu 146 ada 65 parselin kadastro parseli olduğu; -Kentsel Sit Alanı'na ilişkin Ankara İl Numaralı Kültür Varlıklarını Koruma Kurulu'nun 22.09.2014 tarih ve 1044 sayılı kararı ile uygun bulunan, Ankara Büyükşehir Belediye Meclisi'nin 14.10.2014 tarih ve 1871 sayılı Kararı ile onaylanan 1/5000 Ölçekli Koruma Amaçlı Nazım İmar Planına ilişkin Ankara 7. İdare Mahkemesi'nin 05.09.2016 tarih ve 2015/1830 esas sayılı kararı ile iptaline karar verildiği, bu kararın Danıştay 6. Daire Başkanlığı'nın 16.01.2019 tarih ve 2016/11424 esas sayılı kararı ile onandığı, -Koruma Amaçlı Nazım ve Uygulama İmar Planlarının yeniden hazırlanıp yürürlüğe girmesine kadar Mülga Ankara İl Numaralı Kültür Varlıklarını Koruma Bölge Kurulunun 27.07.2015 tarih ve 1483 sayılı kararla belirlenen Geçiş Dönemi Koruma Esasları ve Kullanma Şartlarının geçerli olduğu belirtilmiştir. (Müdürlüğümüz dosyasında geniş evsafı mevcuttur.)

Kıymeti : 3.500.000,00 TL

KDV Oranı : %20

Kaydındaki Şerhler : Cebr-i icra yolu ile satışa engel olmadığı bildirilen, GÜMÜŞHANE 2. ASLİYE HUKUK MAHKEMESİ'nin 2024/187 Esas sayılı dosyasından konulan ve11/09/2024 tarih ve 47807 YEV. Sayılı ihtiyati haciz şerhi

Artırma Bilgileri :		
1. Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati	: 06/05/2026 - 11:35
	Bitiş Tarih ve Saati	: 13/05/2026 - 11:35
2. Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati	: 03/06/2026 - 11:35
	Bitiş Tarih ve Saati	: 10/06/2026 - 11:35

(İlK m.114 ve m.126)

(*) İlgililer tabirine irtifak hakkı sahipleri de dahildir.

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

BASIN-ILN02429978

“Herkesi bu direnişin parçası olmaya çağırıyoruz”

Makbule AKGÜL

“Milli Parklar Kanunu ve Bazı Kanunlar ile 375 Sayılı kanun Hükmünde Karamamede Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun Teklifi”ne yaşam savunucuları tepki gösterdi.

İklim Adaleti Forumu'nun çağrısıyla bir araya gelen yaşam savunucuları yaptıkları açıklamada yasanın iddia edildiği gibi doğayı korumaya yönelik bir düzenleme olmadığını, koruma kılıfı altında korunan alanların fiilen tasfiye edilmesi anlamına geldiğini ifade etti.

Yaşam savunucuları yasayla birlikte gelen yıkım mekanizmalarını şu sözlerle ifade etti: “Bu yasa milli parkları şeklen kaldırmamakta ama milli parkların anlamını ortadan kaldırmaktadır. “Kamu yararı ve zaruriyet” gibi son derece muğlak istisnalarla, korunan alanlar için hayatı olan Uzun Devreli Gelişme Planı şartı bertaraf edilmektedir. Yatırım kararları, koruma kararlarının önüne geçirilmektedir. Proje bazı izinler, istisna kararlar ve plan muafiyetleriyle doğa, parça parça açılan bir kullanım alanına dönüştürülmektedir. Korunan alanlar altyapı ve turizm projelerine açılmakta, tahsis yetkileri Doğa Koruma ve Milli Parklar Genel Müdürlüğü'nde toplanarak işletmeler özel şirketlere devredilmektedir. 99 yıla kadar uzatılabilen intifa haklarıyla, bu alanlar tahsis edilebilir, kiralanabilir ve gelir üretmesi beklenen şantiyelere dönüştürülmektedir. Mülkiyet görünürde devredilmese de kullanım hakkı parçalanmakta ve sınırlan-dırılmaktadır. Bu sıradan bir düzenleme değil; doğanın par-

ça parça tahsis edilmesi, kamusal müştereklerimizin açıkça tasfiyesidir. Özellikle bulunduğumuz Akdeniz havzası gibi turizm baskısının ve ekolojik kırılganlığın zirvede olduğu bir bölgede, bu tahsisler taşıma kapasitesinin hızla aşılmasına ve ekosistem çökmesine neden olacaktır.”

“AFET RİSKİ ARTAKTIR”

Yasanın planlı bir kalkınma modeli sunmadığını belirten yaşam savunucuları, “Bu yaklaşım sonucunda; ormanlar parçalanacak, su havzaları zayıflayacak, ekosistemler çökecek ve afet riski artacaktır. Bu yasa, riski azaltmamakta aksine doğanın tam kalbine taşımaktadır” dedi.

Açıklamada, “Meselenin teknik bir itirazın çok ötesinde, topyekün bir yaşamı savunma mücadelesi olduğunun farkındayız. Bu yüzden; suyuna, ormanına, havasına sahip çıkan yöre halkıyla, meslek odalarıyla, ekoloji örgütleriyle ve tüm yurttaşlarla omuz omuza yürüteceğimiz o büyük dayanışma zeminini örmeyi en temel sorumluluğumuz olarak görüyoruz. Bizi bekleyen bu ekolojik yıkımı ancak bir arada durarak, müştereklerimize sahip çıkarak ve omuz omuza mücadeleyle büyüterek durdurabiliriz. Bugün buradan; kentine, ormanına ve müştereklerine sahip çıkan herkesi bu haklı ve meşru direnişin, bu ortak mücadele zemininin bir parçası olmaya çağırıyoruz. Yaşamı ve geleceğimizi sermayenin insafına ve rant politikalarına teslim etmeyeceğiz! Müştereklerimizi hayatın her alanında, hep birlikte savunmaktan asla vazgeçmeyeceğiz.” denildi.

TTB'den İran çağrısı: Uluslararası sağlık kurumları harekete geçmeli

ABD ve İsrail'in İran'a saldırılarına ilişkin açıklama yapan TTB, sağlık altyapısındaki yıkıma dikkat çekerken uluslararası ağıh kurumlarına çağrı yaptı.

Makbule AKGÜL

Türk Tabipleri Birliği (TTB) ABD ve İsrail'in 28 Şubat 2026 günü İran'a yönelik başlattığı saldırıların etkilerine ilişkin açıklama yayınladı. Açıklamada, ölüm, yaralanma ve sakatlıkların yanı sıra açlık, yoksulluk, salgın hastalıklar, ruhsal travmalar, zorunlu göç ve derinleşen insani krizlere işaret edildi.

İsrail'in Gazze'de iki yılı aşkın süredir sürdürdüğü soykırımda sağlık altyapısının özellikle hedef alındığına dikkat çekilen açıklamada Dünya Tabipleri Birliği'nin çağrılarının ise karşılık bulmadığı belirtildi.

TTB, İsrail'in uluslararası hukuku tanımayan tutumunun benzerinin bugün İran'da da görüldüğünü ifade etti. İran Tabipleri Birliği Başkanı Dr. Muhammed Reiszade'nin açıklamalarına yer verilen metinde, saldırılar-

da en az 18 sağlık çalışanının hayatını kaybettiği, en az 20 hastane ve sağlık merkezinin zarar gördüğü ve Gandi Hastanesi'nin tamamen kullanılamaz hale geldiği aktarıldı. Ayrıca 251 sağlık merkezi ile 498 eğitim kurumunun hasar aldığı bildirildi.

Açıklamada, başta Birleşmiş Milletler, Dünya Sağlık Örgütü ve Dünya Tabipleri Birliği olmak üzere uluslararası kurumların savaşı durdurmak ve diplomatik çözüm yollarını devreye sokmak için acilen hareket geçmesi gerektiği belirtildi. TTB ayrıca, savaşın tüm taraflarının sivil halkın ve sağlık çalışanlarının korunmasını öngören uluslararası hukuk kurallarına uyması gerektiğini vurguladı. Tıbbi tarafsızlık ilkesine dikkat çekilen açıklamada, saldırılardan etkilenen herkese ayırım gözetilmeksizin sağlık hizmeti sunulması ve ihtiyaç duyanlara tıbbi ve insani yardım sağlanması çağrısı yinelandı.

“Bir halkı içten çözmeden hiçbir muhasım gücün başarı şansı yoktur”

MHP Genel Başkanı Devlet Bahçeli, “Süregelen savaş göstermiştir ki bir halkı içten çözmeden hiçbir muhasım gücün başarı şansı yoktur. İşte bu yüzden ‘Terörsüz Türkiye’ hedefimizin Türk milletinin iradesinin hikmetli aklı olduğu belgelenmiştir.” dedi.

MHP Genel Başkanı Devlet Bahçeli, partisinin TBMM Grup Toplantısı'nda, ramazan ayı süresince tutulan oruçların, yapılan duaların, verilen sadaka, zekat ve fitrelerin kabul olması temennisinde bulundu. Ramazan ayı boyunca, Türkiye'nin çevresinin savaşın ağırlığıyla kuşatıldığını anımsatan Bahçeli, “Siyonist, emperyalist cinayet şebekesi ramazan demedi, bayram demedi, mukaddes günlerimizi zindana çevirip zehirlemek için her şiddet yolunu denedi.” ifadesini kullandı.

Ramazan Bayramı ile bahar bayramının bu yıl birbirini tamamladığını dile getiren Bahçeli, “Etrafımızda kanla, silahla, şiddetle çizilen dehşet tablosunu dikkatle takip ederken milli birlik ve kardeşliğimizin güçlenen iç barış ve huzur ortamının en büyük direncimiz ve güvencemiz olduğunu bir kez daha gördük ve gösterdik. Aramıza saçılmak istenen nifak tohumlarını bir bir çürütmek için her zamankinden daha arzuluyoruz.” diye konuştu.

Amaçlarının, “daha güçlü bir Türkiye” olduğunu vurgulayan Bahçeli, “Daha müreffeh bir millet gayemizdir. Daha kudretli bir devlet gayretimizdir. Gönüllerinde vatan, millet ve bayrak sevgisi, kalplerinde Allah aşkı bulunan her insanımızla aynı parlak geleceğin taliplisi ve takipçisiyiz. Milliyetçi Ülkücü Hareket olarak, katran dökümü gecelerde ayazları yendik, gözyaşlarımızı içimiye akıtıp ya kader dedik, ne olursa olsun Türk milletine hizmetten asla geri dönmedik. Başkalarının senaryolarıyla oyalanacak vaktimizin olmadığının farkındayız. Dünyanın mazlum ülkeleri ve yardım eli bekleyen insanlık umut aramaktadır. Asırlar öncesinde olduğu gibi devletimizin küresel güç olması için yeni bir imkan doğmuştur. Türk ve Türkiye Yüzyılı atılımı bunun için muteber bir yol haritasıdır.” değerlendirmesinde bulundu.

“Terörsüz Türkiye” hedefinin tarihi bir fırsat kapısı olduğunu vurgulayan Bahçeli, sözlerini şöyle sürdürdü: “Türkiye'nin ve bölge ülkelerinin kalıcı, kapsayıcı barış ve bayram ortamına kavuşması evvela dayanışmayla, yardımlaşmayla aynı kibleye dönmelerinin, aynı safta birleşmenin emsalsiz mükafat ve mücadelesiyle sağlanacaktır. Artık Türk İslam coğrafyalarında savaşlar bitsin istiyoruz. Artık masumların, çocukların, savunmasız ve sivil halkların katledilmesine tahammül edemiyor, bu zulmetin son bulmasını diliyoruz. Artık semalarda füzelerin izi değil hilalin şan ve şerefi, birliğin ve dirliğin namus seslenişi hakim olsun anlaşıp ve özlendirilmez. Böylece bir uyanış ve silkiniş, hürriyete, paylaşıma, hakkaniyete hasret insanlık için Türkiye'mizi de bir kutup başı yapacaktır.

Tekraren vurguluyorum ki Selçuklu bayrağında iki yöne bakan çift başlı kardan Osmanlı'ya ve Cumhuriyet'e miras kalan stratejik vizyon hepimize rehber olmalıdır. Bu, bir pençesi batıyı, diğer pençesi doğuyu kavrayan ve üç kıtada muazzam bir coğrafyayı koruyucu kanatları altına alan ahlak ve azalet simgesidir. Bu mirastan doğan al bayrak jeopolitiğinin önu de ardına kadar açıktır. Sonusuna kadar var olacak Türkiye işte bu vizyondan doğacaktır. Bütün bunlar dünyaya yalnızca başkent Ankara'dan bakarak gerçekleşecektir.” Türk milletinin Türk-İslam alemi-

nin mübarek Ramazan Bayramı'nı bir kez daha kutlayan Bahçeli, Nevruz Bayramı'nın da yeni bir diriliş ruhuna kaynak olmasını temenni etti. Katar'da düşen helikopterde bulunan 4 Katar Silahlı Kuvvetleri ve 1 Türk Silahlı Kuvvetleri personeli ile 2 ASELSAN teknisyeninin şehit olduğunu hatırlatan Bahçeli, şehitlere Allah'tan rahmet, acılı ailelere, mesai arkadaşlarına, Türk milletine ve dost ve kardeş ülke Katar'a başsağlığı diledi.

İRAN'A YÖNELİK SALDIRILAR

Uluslararası barış ve güvenliği korumak, insan haklarını geliştirmek, sürdürülebilir kalkınmayı temin etmek amacıyla 24 Ekim 1945 yılında kurulan Birleşmiş Milletler Teşkilatı'nın tarihinin en aciz ve perişan dönemine hapsedildiğini kaydeden Bahçeli, teşkilatın fiilen hukuksal işlevini ve bağlayıcı iradesini kaybettiğini vurguladı.

ABD ve İsrail'in, eş güdüm halinde İran'a gerçekleştirdiği haksız ve gerekçesiz saldırıların 25. gününde komşu coğrafyaların toz duman içinde olduğunu ifade eden Bahçeli, ABD, İsrail ve İran tarafından yapılan karşılıklı açıklamaların barış ümitlerini sekteye uğrattığını belirtti.

Dünya için stratejik öneme sahip İran'ın Pars Doğal Gaz Sahası ile Natanz Nükleer Tesisinin vurulmasının, ardından da İran'ın, Katar ve Suudi Arabistan'daki petrol rafinerileri ile İsrail'in nükleer sahası olan Arad ve Dimona'ya misillemede bulunmasının tansiyonu zirveye çıkardığını aktaran Bahçeli, şunları kaydetti: “Kabus senaryolarının tedavüle sokulması, üst düzey devlet ve siyaset insanlarına doğrudan suikastların yapılması, 3. Dünya Savaşı'nın fiilen başladığına dönük iddiaların servis edilmesi, nükleer silahların kullanımıyla ilgili korku verici imaların sıradanlaşması, enerji krizinin kapıya dayanması, bu çerçevede Hürmüz Boğazı, Babülmendep Boğazı, Basra Körfezi, Süveyş Kanalı'nı içine alan kaygı uyandıran hesaplaşmalar ve karşılıklı gözdağları, savaşın başlangıç noktasından öngörülemez ve kontrol edilemez bambaşka mecralara savrulduğunu göstermektedir. 1. ve 2. Dünya Savaşları öncesinde yoğunlaşan, tahliye vanaları kapalı duran, jeopolitik sıkışmanın ve zora dayalı sertleşmenin devamlı tımandığı siyasi, askeri ve ekonomik basıncın aynısı, belki daha fazlası bugün müşahede edilmektedir.

İran'ın dini liderlerinin, devlet ve siyaset hayatında sivrilmiş üst düzey isimlerin nokta operasyonlarla hedef alınması husumeti genişletmekle kalmayıp uzun seneler boyunca süreçte ıhtilaf ve cepheleşmeleri de derinleştirmektedir. 28 Şubat'tan bu yana İran İslam Cumhuriyeti'nin kolay lokma olmadığı anlaşılmıştır. Rejim ve devlet yönetimi etrafında kenetlenen, tek yürek halinde birleşen İran halkı saldırılara karşı adeta etken duvar örmüştür. Sınırlarımızın diğer yakasında süregelen savaş göstermiştir ki bir halkı, bir milleti içten çözmeden hiçbir muhasım gücün başarı şansı yoktur. İşte bu yüzden ‘Terörsüz Türkiye’ hedefimizin hem Allah'ın bir lütfü hem de aziz Türk milletinin tarih, kültür ve egemenlik sacayağındaki muazzez ve müessir iradesinin hikmetli aklı olduğu belgelenmiş, hamdolsun teyit edilmiştir.” (AA)

“Vatandaş borca, devlet faize çalışıyor”

Yılın ilk iki ayında faiz ödemeleri 640 milyar lirayı buldu. Konuya ilişkin açıklama yapan CHP’li Gülcan Kış, işsizlik ve borç yüküne dikkat çekti. CHP Adana Milletvekili Dr. Müzeyyen Şevkin de ekonomik krizin toplumun geniş kesimlerini derinden etkilediğini vurguladı.

Makbule AKGÜL

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan’ın “Faizle mücadelele sonuna kadar sürdüreceğim. Faizi savunanlarla beraber olamayız. Faiz sebeptir, enflasyon neticedir. Bu milletin sırtından faiz belasını kaldıracacağız” sözleri, açılan konuya ekonomik verilerle birlikte yeniden tartışma konusu oldu. CHP Mersin Milletvekili Gülcan Kış, konuya ilişkin “Vatandaş borca, devlet faize çalışıyor” dedi.

Yılın ilk iki ayında faiz ödemeleri geçen yılın aynı dönemine göre yüzde 111 artarak 640 milyar liraya ulaştı. Aynı dönemde yatırım harcamalarının yalnızca 64 milyar lirada kaldı. Bu tabloyu değerlendiren Kış, “640 milyar faiz, 64 milyar yatırım... Öncelik kim?” sorusunu yönelterek ekonomi yönetiminin tercihlerini eleştirdi.

Bankalar ve finans kuruluşlarına olan bireysel kredi ve kredi kartı borçlarının 6 trilyon 242 milyar liraya yükseldiğini hatırlatan Kış, “Bugün 2 milyon 682 bin kişi bankaların, 2 milyon 227 bin kişi varlık yönetim şirketlerinin takibinde bulunuyor. İnsanlar artık geçinmek için değil, borcunu ödeyebilmek için yaşıyor. Bu düzen vatandaşın sırtına yük bindiren bir borç düzenidir” diye konuştu.

İstihdam verilerine de dikkat çeken Kış, “Yılın ilk iki ayında işsizlik sigortasına başvuranların sayısı 351 bine ulaştı. Bu veri, yalnızca başvuru yapabillerleri kapsıyor. Gerçek işsizliğin çok daha yüksek olduğuna dikkat çekiliyor. Şubat sonu itibarıyla İş-Kur’a kayıtlı işsiz sayısı ise 2 milyon 456 bine yükseldi. 2 ayda 351 bin kişi işsiz kaldı. Bu sadece görünen kısmı. İnsanlar sessizce işsizleşiyor, yoksullaşıyor” dedi.

Sanayi üretimi hem aylık hem yıllık bazda gerilerken, hizmet sektöründe de küçülme eğilimi başladı. Üretim verilerinin değerlendirilen Kış, “Faizi düşürmeden enflasyonu düşürdüğünü söyleyenler, bugün

üretimi de istihdamı da kaybettirmiş durumda” diye belirtti. Ekonominin daha fazla dış kaynağa bağımlı hale geldiğini aktaran Kış, “Merkez Bankası rezervlerinde yaşanan sert düşüş ise bu kırılmanın en net göstergesi. Kısa sürede net rezervlerde 24,5 milyar dolarlık erime yaşanırken, toplam kaybın 30 milyar dolara yaklaştığı ifade ediliyor” dedi.

Kış, Cumhurbaşkanı Erdoğan’ın sözleri ile ekonomik gerçekler arasındaki farkın artık gizlenemez hale geldiğini belirterek, “Faizle mücadele ediyoruz diyenler, faizi büyüttmüş durumda. Milleti ezdirmeyiz diyenler, milyonları borç altında bırakmış durumda. Bugün Türkiye’de faiz artıyor, borç artıyor, işsizlik artıyor... Ama refah artmıyor.” diye konuştu.

“HEM BORÇ HEM İŞSİZLİK ARTIYOR”

Öte yandan, CHP Adana Milletvekili, TBMM Başkanlık Divanı Üyesi Dr. Müzeyyen Şevkin de vatandaşın artan borç yükü ve icra dosyalarındaki yükselişe dikkat çekerek, ekonomik krizin toplumun geniş kesimlerini derinden etkilediğini vurguladı.

Yılbaşından bu yana bireysel kredi ve kredi kartı borçlarının toplam 383 milyar lira arttığını kaydeden Şevkin, bankaların tahsil edemediği ve icra takibine alınan alacakların 273,8 milyar liraya yükseldiğini, varlık yönetim şirketlerine devredilen batık borçlarla birlikte sistemdeki sorunlu borç miktarının 375 milyar lirayı bulduğunu söyledi.

Ocak ayında 262 bin yurttaşın borçlarını ödeyemediği için icra takibine alındığını hatırlatan Şevkin hem bankalar hem de varlık yönetim şirketlerinin takibindeki toplam kişi sayısının 4 milyon 256 bine yükseldiğine dikkat çekti. Şevkin, “Bu tablo, ekonomideki yanlış politikaların doğrudan sonucudur” dedi.

Ekonomideki güvensizliğin derinleştiğini belirten Şevkin, sıcak para politikalarının sürdürülebilir olmadığını, rezervlerdeki hızlı erimenin kırılma hızı artırdı-

ğını ifade etti. Şevkin, “Ekonomideki belirsizliklerin önemli kısmı dış şoklardan değil, iktidarın yarattığı güvensizlik ortamından kaynaklanıyor” değerlendirmesinde bulundu.

İşsizlikteki artışın da dikkat çekici olduğunu vurgulayan Şevkin, ocak-şubat döneminde işsizlik sigortasına başvuruların geçen yıla göre 29 bin kişi artarak 351 bine ulaştığını, bu verinin en az 351 bin kişinin işini kaybettiğini gösterdiğini söyledi.

Şubat sonu itibarıyla İŞKUR’a kayıtlı işsiz sayısının 312 bin kişi artarak 2 milyon 456 bine yükseldiğini belirten Şevkin, “Hem borç hem işsizlik artıyor. Vatandaşın alım gücü düşerken güvencesizliğin büyüdüğü bir tabloyla karşı karşıyayız. Ekonomide acilen güven veren, üretimi ve istihdamı önceleyen politikalara ihtiyaç var” dedi.



Konutta kredili satışların payı 33 ayın ardından ilk kez yüzde 20’yi geçti

BDDK, konut kredilerine yönelik geçen ayın başında hayata geçirdiği yeni düzenlemeler etkisini göstermeye başlarken, şubatta ipotekli konut satışlarının toplam içindeki payı 33 ayın ardından ilk kez yüzde 20’yi aştı.

BDDK, finansal istikrarın sağlanmasına yönelik koordineli makroihtiyati kararlar doğrultusunda bireysel kredi kartları ve ihtiyaç kredilerinin yeniden yapılandırılması, kredi kartları ve kredili mevduat hesaplarının limitlerinin belirlenmesi ile konut kredilerinde kredi değer oranına ilişkin düzenlemeler yapmıştı.

Bu kapsamda, tüketicilere kullanılan konut kredilerinde kredi tutarının teminat olarak alınan konutun değerine oranı açısından birinci el-ikinci el konut ayrımı kaldırılmış, 2010 yılından sonra yapılan ve asgari C enerji sınıfına sahip konutlar da avantajlı kredi değer oranı uygulanan konutlar kapsamına alınmıştı.

Kurum tarafından şubat ayının başında hayata geçirilen yeni düzenlemeler, ipotekli satışlara hemen yansdı. Şubatta ipotekli konut satışlarının toplam

indeki payı 33 ayın ardından ilk kez yüzde 20’nin üzerine çıktı. Dezenflasyon programının başlaması, makroihtiyati tedbirlerin uygulanması ve konut kredilerindeki kısıtlamalar nedeniyle ipotekli satışların payı son yıllarda gerileyerek 2024’te yüzde 10,7 ile dip yapmıştı.

Geçen yıl yüksek kiralardan yanı sıra mevduat, döviz ve altındaki getirilerin konut alımına yönelmesiyle konut satışları yaklaşık 1,8 milyon adetle rekor kırmış ve bunun yüzde 14,33’ü ipotekli gerçekleşmişti. İpotekli satışların payı yeni yılda da artmaya devam ederken, ocakta yüzde 18,2’ye, şubatta ise yüzde 20,1’e yükseldi. Bu oran en son Mayıs 2023’te yüzde 23,3 ile daha yüksek bir seviyeyi görmüştü. En düşük oran ise yüzde 4,4 ile Aralık 2023’te kaydedilmişti.

BDDK tarafından yapılan düzenleme sayesinde kredi kısıtlamalarının kısmen de olsa gevşetildiğini ve bunun da satışlara yansıdığını belirten uzmanlar, ancak gidilecek çok yol olduğunu, faiz oranlarının yüzde 1 düzeyine gerilemesiyle ipotekli satışların payının yüzde 35-40 düzeyine çıkabileceğini bildirdi.

“FİNANSMAN KANALI YENİDEN ÇALIŞMAYA BAŞLADI”

İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Ali Hepşen, şubatta ipotekli konut

satışlarının toplam satışlar içindeki payının yeniden yüzde 20 seviyesini yakalamasının finansman tarafından sınırlı da olsa bir normalleşmeye işaret ettiğini belirterek, “BDDK tarafından yapılan düzenlemeyle kredi kullanım koşullarının daha geniş bir alıcı kitlesine hitap edecek şekilde yeniden tanımlanması bu artışın arkasındaki önemli faktörlerden biri olarak değerlendirilebilir.” dedi.

Özellikle kredi değer oranlarının konutun enerji sınıfı ve ekspertiz değerine göre yeniden düzenlenmesinin belirli fiyat segmentlerinde krediyeye erişimi bir miktar kolaylaştırdığını vurgulayan Hepşen, bu durumun ilk yansımalarının ipotekli satış payındaki artışta görüldüğünü söyledi.

Hepşen, kredi kullanımındaki hareketin ağırlıklı olarak ikinci el konut piyasasında gerçekleştiğini kaydederek, verilerin, ipotekli alımlarda mevcut stok üzerinden ilerlediğini gösterdiğini aktardı.

Kredi payındaki artışın tek başına yeni konut üretimine güçlü bir ivme verdiğini söylemek için henüz erken olduğunu ifade eden Hepşen, “Daha çok finansman kanalının yeniden çalışmaya başladığını ve talebin belirli ölçüde kredi tarafına geri döndüğünü gösteren bir sinyal olarak okumak daha doğru görünüyor.” diye konuştu. (AA)

SÖZÜN ARKASI

AYSEL KANBER
ays.kanber@hotmail.com



Kendi kendinin öğretmeni olmak!

Bir felsefeci, bir düşünür... Yıllar önce söyleşi yaptığım ve aklımda kalanlardan...

İtiraf edeyim, anlattıkları o gün bana oldukça ağır gelmişti.

Tüm dikkatimle dinlemiş, söylediklerini anlamaya çalışmıştım. Kendi kendini yetiştirmiş bir düşünür Dücane Cündioğlu...

Eğitim, hayatımın önemli bir parçası. Okullar, müfredatlar, sınavlar... Hepsi bize bir yol açmak için var. Ancak her bireyin öğrenme yolculuğu, çoğu zaman bu çerçevenin biraz daha ötesine geçiyor.

Çünkü öğrenmek, yalnızca anlatılanı dinlemekle sınırlı değil.

İşte tam da burada karşımıza önemli bir kavram çıkıyor:

Otodidakt olmak.

Yani kendi kendinin öğretmeni olabilmek.

Bu, mevcut eğitimin yerine geçen bir durum değil; aksine onu tamamlayan bir süreç.

Bugün bilgiye ulaşmak hiç olmadığı kadar kolay. Bir zamanlar uzun zaman alan araştırmalar, artık çok daha kısa sürede yapılabiliyor. Kütüphanelerin raflarında duran bilgiler, artık cebimizde taşıdığımız bir ekranın içinde.

Ama mesele erişim değil.

Mesele neyi aradığını bilmek.

Otodidakt olmak tam da burada başlıyor.

Bir eksikliği fark ettiğinde...

Bir şeyin sana anlatıldığı gibi olmayabileceğini düşündüğünde...

“Bu böyle mi gerçekten?” diye sorduğunda...

Tarih, kendi kendini yetiştiren insanlarla dolu. Bizim millet olarak bilinen en önemli otodidaktımız tabii ki Mustafa Kemal Atatürk...

Leonardo da Vinci resimden mühendisliğe uzanan bilgisini büyük ölçüde kendi çabasıyla inşa edenlerden... Ve diğerlerinden bazıları; Steve Jobs, Elon Musk, Thomas Edison, Malcolm X, Frida Kahlo, Albert Einstein, Henry Ford, Ray Kurzweil gibi isimler, öğrenmenin bir kurumla sınırlı olmadığını yaşayanlar...

Bugün de benzer bir dönemin içindeyiz. Artık bireyin kendi öğrenme sürecine katkı sunması, eksik hissettiği alanları tamamlaması çok daha önem kazanmış durumda...

Eğitim sisteminin eksik bıraktığını tamamlamak artık bireyin sorumluluğunda. Bu bir eleştiri değil, bir gerçeklik.

Merak etmeyen bir zihin, en iyi okulda da olsa eksik kalır. Ama merak eden bir zihin, en sınırlı imkânlarla bile kendine yol açar.

Belki de mesele şudur:

Bize ne öğretildiğinden çok, bizim neyi öğrenmek istediğimiziz.

Din de, siyaset de, tarih de, bilim de... Hepsi aynı yerden başlar: Sormaktan.

Çünkü soru sormayan insan, hazır cevaplarla yetinmeye mahkûmdur.

Oysa insan dedimiz varlık, kendine yetinmeyen bir boşlukla doğar. O boşluğu doldurmanın yolu da başkalarının söylediklerini tekrar etmek değil, kendi yolunu açmaktır.

Otodidakt olmak, yalnız yürümek yerine, kendi yolunu bilerek yürümektir.

Ve belki de bugün en çok ihtiyacımız olan şey tam olarak budur:

Bize anlatılanla yetinmeyen,

gördüğünü sorgulayan,

duyduğunu araştıran insanlar olmak...

T.C. ANKARA GAYRİMENKUL SATIŞ İCRA DAİRESİ 2025/422 TLMT. Örnek No:55*

TAŞINMAZIN GAZETE VEYA İNTERNET HABER SİTESİ İLANI
Bir borçtan dolayı aşağıda cins, miktar ve değerleri yazılı mallar satışa çıkarılmış olup, mahcuzun ayrıntılı görsellerine, artırmaya ilişkin şartlara ve ayrıntılı açıklamalara esatis. uyp.gov.tr adresi üzerinden 2025/422 TLMT. sayılı dosya numarası ile erişim sağlanabilir. Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, mahiyeti, bulunduğu yer, muhammen kıymeti ve önemli vasıfları:

1 NO’LU TAŞINMAZIN Özellikleri	: ANKARA İLİ, KEÇİÖREN İLÇESİ, KANUNİ MAHALLESİ, 30309 ADA, 5 PARSEL, 1. NORMAL KAT, 8 NOLU BAĞIMSIZ BÖLÜMDE BULUNAN TAŞINMAZ.: TAŞINMAZIN KONUMU: Taşınmaz Kanuni Mahallesi sınırları içerisinde 855 Sokak üzerinde yer almaktadır. ANA TAŞINMAZ ÖZELLİKLERİ: Bina; 2 bodrum + zemin + 3 normal kattan oluşmaktadır. 6 katlı, 15 bağımsız bölüm içermektedir. Binada asansör bulunmaktadır. Taşınmazın yer aldığı bina 2015 yılında inşaatına başlanmış olup, 8 yaşındadır. BAĞIMSIZ BÖLÜM ÖZELLİKLERİ: Taşınmaz Mesken nitelikli ve ana yapının 1. katında yer almaktadır. Taşınmaz güney-doğu ve batı cephelidir. Taşınmaz yerinde ve projesine göre; 90 m2 net, 108 m2 brüt kullanım alanına sahiptir. Taşınmaz iç mekan olarak orta seviye yapı ve bakımlı durumdadır. Taşınmaz mimari projesine göre 3 oda, salon, mutfak, antre, hol, 2 balkon, banyo ve wc bölümünden oluşmaktadır. Taşınmazın ısınma şekli doğlagaz sistemidir. Taşınmaz kiracı tarafından kullanılmaktadır. Fiili durumu Mesken olarak kullanılmaktadır. (Taşınmazın geniş evsafı dosyada mevcut bilirkişi raporunda açıklanmıştır.)
Adresi	: Kanuni Mahallesi, 855. Sokak, No: 3/8 Keçiören / ANKARA
İmar Durumu	: Var (Müdürlüğümüz dosyasında mevcut olan Belediye İmar Durumu cevabi yazısında yazmaktadır.)
Kıymeti	: 3.450.000,00 TL
KDV Oranı	: % 1
Kaydındaki Şerhler	: Dosyada mevcut tapu kaydında olduğu gibidir.

Artırma Bilgileri :

1. Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati : 22/04/2026 - 14:10
	Bitiş Tarih ve Saati : 29/04/2026 - 14:10
2. Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati : 27/05/2026 - 14:10
	Bitiş Tarih ve Saati : 03/06/2026 - 14:10

(İlİK m.114 ve m.126)

(*) İlgililer tabirine itiraf hakkı sahipleri de dahildir.

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

BASIN-ILN02427401

Ticaret Bakanlığından yabancı plakalı taşıt işlemlerine yönelik yeni hizmet

Ticaret Bakanlığı, yabancı plakalı taşıtların yurtdışında kalma süresinin takibini kolaylaştırmak ve vatandaşların süre aşımından kaynaklı mağduriyetlerini önlemek amacıyla “Yabancı Plakalı Taşıt İşlemleri” hizmetini dijital ortamda erişime açtı.

Bakanlıktan yapılan açıklamada, yaz döneminde sınır kapılarında yaşanan yoğunluk nedeniyle bazı vatandaşların, taşıtlarının yurtdışında kalma süresinin öğrenemeden ülkeye giriş yapabildiği belirtildi. Özellikle yabancı pasaportla yapılan girişlerde (oturma izni bulunanlar hariç) en fazla 90 gün süre tanınması sebebiyle süre aşımına bağlı mağduriyetlerin oluşabildiğine dikkat çekilen açıklamada, “Söz konusu mağduriyetlerin önlenmesi, işlemlerin daha hızlı ve etkin şekilde yürütülmesi amacıyla Bakanlığın internet sitesinde yer alan ‘e-İşlemler’ sayfası üzerinden erişilebilen ‘Yabancı Plakalı Taşıt İşlemleri’ başlıklı yeni bir internet servis hizmeti oluşturulmuştur.” ifadesi kullanıldı.

Açıklamada yeni hizmetin özelliklerine ilişkin bilgi verilerek, “Kullanıcılar, taşıtlarının yurtdışında kalma süre sonu

ve diğer bilgilerine erişebilecek. Taahhütname işlemlerini elektronik ortamda gerçekleştirebilecek. İletişim bilgilerini sisteme girerek e-posta adreslerini doğrulayabilecek. Süre aşımı nedeniyle mağduriyet yaşanmaması amacıyla süre bitimine ilişkin hatırlatma e-postaları alabilecek.” değerlendirilmesinde bulunuldu.

Söz konusu hizmet üzerinden yabancı taşıtlara ilişkin güncel duyurulara, “Taşıt Ön Beyan Uygulaması”na, “Sıkça Sorulan Sorular” sayfasına, “Taşıt Rehberi”ne ve trafik cezaları ile yol, köprü ve tünel geçiş ücretleri ödeme sayfasına hızlı ve kolay şekilde erişim sağlanabileceği belirtilen açıklamada, şunlar kaydedildi: “Hizmet, İngilizce dil seçeneğiyle de sunulacak ve yabancı uyruklu kişiler tarafından da kullanılabilir. Bakanlığımız, dijital hizmet altyapısını güçlendirerek vatandaşlarımızın ve ülkemize giriş yapan yabancı taşıt kullanıcılarının işlemlerini kolaylaştırmaya, sınır kapılarındaki yoğunluğu azaltmaya ve süre aşımına bağlı mağduriyetleri önlemeye yönelik çalışmalarını kararlılıkla sürdürmektedir.” (AA)

Türkiye’de bu yıl 600 milyon fidanın toprakla buluşturulması hedefleniyor

Orman Genel Müdürlüğü Bekir Karacabey, geçen yıl 517 milyon fidan dikildiğini belirterek, “2026 yılı 11 Kasım’ına kadar 600 milyon fidan ve tohumu toprakla buluşturmuş olacağız. Böylelikle hem orman varlığımızı artıran bir taraftan da yeni karbon yutak alanları tesis etmiş olacağız.” dedi.

Karacabey, 21 Mart Dünya Ormancılık Günü ve Orman Haftası dolayısıyla değerlendirmelerde bulundu. Hem Türkiye’de hem de dünyada 2025’in orman yangınlarıyla gündeme geldiğini anımsatan Karacabey, Orman Genel Müdürlüğü olarak büyük ağaçlandırma çalışmaları yaptıklarını söyledi.

Karacabey, geçen yıl 517 milyon fidan ve tohumun toprakla buluşturulduğunu ve yeni orman alanlarının ülkeye

kazandırıldığını bildirdi. Mevcut ormanlardaki boşlukları ve verimsiz alanları da rehabilite ederek verimli hale getirdiklerini vurgulayan Karacabey, şöyle devam etti: “Bu sayede FAO’nun 2025 yılı Dünya Orman Varlığı Raporu’nda ülkemiz orman varlığını en çok artıran ülkeler sıralamasında 6’ncı sıradan 4’üncü sıraya çıkarak yükselişini devam ettirmiş oldu. Yıllık ortalama 118 bin hektar orman alanını artırmış olarak kayıtlara geçtik. 2026 ile alakalı da Sayın Cumhurbaşkanımız 11 Kasım Milli Ağaçlandırma Günü etkinliklerinde 2026 yılı 11 Kasım’ına kadar bir hedef belirleyip talimatlandırdılar. İnşallah 2026 yılı 11 Kasım’ına kadar 600 milyon fidan ve tohumu toprakla buluşturmuş olacağız. Böylelikle hem orman varlığımızı artırırken bir taraftan da yeni karbon yutak alanları tesis etmiş olacağız.” (AA)

Uzun yaşamamanın sırrı: Kolay mutlu olmak ve anlamlı bir yaşam tarzı

Sağlıklı bir yaşam için üç temel unsurun dengeli olması gerektiğini, bunların maddi varlıklar, sağlık ve bilgeliği kapsadığını söyleyen Prof. Dr. Tarhan, “Bu üç şeyi akıl tepsisine koyarak, dengeli bir şekilde yaşamak, uzun ömürlü ve sağlıklı bir yaşam sürmeyi sağlar. Sıradan şeylerden mutlu olmak, basit ama anlamlı bir yaşam tarzı sürmek, uzun ömrün sırrıdır.” dedi.

Zehra ŞAHİNDOKUYUCU

Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan, Sağlıklı Yaşlanma-Longevity konusunu değerlendirdi. Günümüzde yaşam tarzı eğitimlerine tüm dünyada ağırlık verilmeye başlandığını kaydeden Psikiyatrist Prof. Dr. Tarhan, “Artık yaşam tarzı psikoterapisi adı verilen bir yaklaşım uygulanıyor. Bu yöntem, hasta olmadan önce kişiye sağlıklı yaşama becerileri kazandırmayı amaçlıyor. Bu, aynı zamanda pozitif psikoterapinin de bir türü. Sağlıklı yaşamı desteklemek için duygusal zeka çalışmaları da yapılıyor. Buradaki amaç, sadece uzun yaşamak değil; sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sürebilmek.” dedi.

Tarhan, Longevity (uzun ömür) kavramının, özellikle son yıllarda öne çıkan bir konu haline geldiğini ifade ederek, “Çünkü insanlık tarihinde ortalama yaşam süresi giderek artıyor. 100 yıl kadar önce dünya genelinde ortalama ömür 40’lı yaşlardaydı. Günümüzde ise Türkiye’de bu süre kadınlarda ortalama 78, erkeklerde ise 74-76 yaş aralığına kadar yükseldi. Küresel ölçekte de benzer bir artış söz konusu. Yaşam süresi uzadıkça, daha önce nadir görülen sağlık sorunları da artmaya başladı. Geçmişte insanlar daha erken yaşta hayatını kaybettiği için Alzheimer gibi hastalıklar fazla ortaya çıkmıyordu. Ancak bugün insanlar 70 yaş ve üzerine çıktığında Alzheimer riski belirgin şekilde artıyor. Unutkanlık daha sık görülüyor. Eğer

kişi sağlıklı bir yaşam tarzı benimsememişse, ömür uzasa da pek çok hastalıkla mücadele etmek zorunda kalıyor. Oysa yapılan araştırmalar, hastalıkların yüzde 60-70’inin doğrudan yaşam tarzıyla ilişkili olduğunu gösteriyor. Bu çok ciddi bir oran. Diyabetten depresyona kadar birçok hastalık, sağlıklı beslenme, yetersiz hareket, stresli yaşam gibi faktörlerle ortaya çıkıyor. Yani kişi doğru yaşasa, doğru beslense bu hastalıkların pek çoğu önlenebilir.” dedi.

Günümüzde yaşam tarzı eğitimlerine tüm dünyada ağırlık verilmeye başlandığını kaydeden Prof. Dr. Tarhan, “Artık yaşam tarzı psikoterapisi adı verilen bir yaklaşım uygulanıyor. Bu yöntem, hasta olmadan önce kişiye sağlıklı yaşama becerileri kazandırmayı amaçlıyor. Bu, aynı zamanda pozitif psikoterapinin de bir türü. Sağlıklı yaşamı desteklemek için duygusal zeka çalışmaları da yapılıyor. Buradaki amaç, sadece uzun yaşamak değil; sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sürebilmek.” ifadesinde bulundu.

BEDEN FARKINDALIĞI ÖNEMLİ...

Sağlıklı yaşam tarzı eğitiminde en çok önem verilen konulardan birinin beden farkındalığı olduğunu da belirten Prof. Dr. Tarhan, “Kişinin kendi bedenini tanıması, fark etmesi gerekir. Bir kişiye bakıyorsanız, obez. Beden kitle indeksi 30’ un üzerindedir. Ama ‘Su içsem yarıyor’ diyor. Aslında farkında olmadan sürekli bir şeyler yiyor, atıştırıyor. Gerçekte ne yediğinin farkında değil. Benzer şekilde, bazı kişiler ‘Hiç uyu-

madım’ diyor. Aslında uyumuş ama uykü farkındalığı yok; uyuduğunun farkında değil. Beynimiz algılayan bir organ olduğu için beden farkındalığı çok önemli. Çünkü kişi bedeninin sinyallerini ne kadar iyi tanırsa, o kadar doğru kararlar verir. Farkındalık yanlışsa, alınan karar da yanlış olur.” şeklinde konuştu.

Bedeni tanımanın, güçlü ve zayıf yönlerini bilmenin çok önemli olduğunu, “Hangi gıdalar bana iyi geliyor, hangileri dokunuyor? Nasıl beslenirsem daha sağlıklı olurum? Boyum, kilom ne durumda? Uykü düzenim nasıl? Su tüketimim yeterli mi? Metabolik dengem nasıl?” sorularının yanıtlarının beden farkındalığıyla ilgili olduğunu anlatan Prof. Dr. Tarhan, şöyle devam etti: “Bir de zihinsel farkındalık var. Bu da en az bedensel farkındalık kadar önemli. Zihinsel farkındalık, kişinin psikolojik durumunu, olayları nasıl algıladığını ve nasıl tepki verdiğini içerir. Bir olay yaşıyor, bir ipucu alıyoruz ve buna alışkanlıkla, otomatik bir yanıt veriyoruz. Hoşumuza giden bir şey olduğunda hemen tepki veriyoruz. Oysa bu tepkiler, zihinsel çarpıtmalar ya da çocuklukta öğrenilmiş yanlış kalıp yargılardan kaynaklanıyor olabilir. Zihinsel yanlış kalıp yargılarımız var. Bunları düzeltmek gibi, kendimizi geliştirmek gibi bir hedefimiz yoksa çocukluğumuz öğrendiğimiz zihinsel kalıpları, kalıp yargıları aynen devam ettiriyoruz. Halbuki şartlar değişmiş, ortam değişmiş ama siz değişmemişsiniz. Hastalıklar başlıyor. Ruhsal hastalıklarda zihin farkındalığı önemli. Bedensel hastalıklarda da beden farkındalığı önemli. Bunun birinci şartı kişinin kendini tanıması. Kendini iç iç keşif yolculuğu. Hem bedensel farkındalık açısından hem zihinsel farkındalık açısından kendini tanımak ilk adım. Buna öz bilinç deniyor. Kendinin farkına varmak. Bunu fark ettikten sonra öz yönetim başlıyor. Güçlü zayıf yönlerini yönetmek başlıyor.”

İnsanın diğer canlılardan farklı olarak ilişkisel bir varlık olduğunu, sosyal yapıdan izole olan insanın mutsuz olacağını kaydeden Prof. Dr. Tarhan, “Elbette yalnızlık bazen seçilmiş bir durum olabilir. Tasavvuf’ta da bu tür yalnızlıklar, kişinin kendini geliştirmesi için teşvik edilir. Eski zamanlarda insanlar çilehanelere çekilerek manevî gelişim sağlamaya çalışmışlardır. Ancak günümüzde, bu tür bir yalnızlığı sürdürrebilmek ve onunla gelişmek oldukça zordur. Artık insanlar sosyal hayatın içinde, ilişkilerini yöneterek gelişmek zorundadır. Sağlıklı ve mutlu bir yaşam için kişinin sosyal hayatın içinde ilişkilerini yönetebilmesi gerekir.” dedi.

“YEME ALIŞKANLIKLARI SADE VE SAĞLIKLIL OLMALI”

Tarhan, mavi bölge derlenilen Japonya, İtalya ve Yunan adalarında örneklerine rastlanan bölgelerde yaşayan insanların ortak bazı özellikleri bulunduğunu, en bilinenlerinden birinin Japonya’daki Okinawa Adası olduğu olduğunu ve bu insanların hem uzun yaşadıklarını hem de sağlıklı bir yaşam sürdürdüklerini anlatarak, “Bir diğer ortak özellikleri de beslenme biçimleri. Yeme alışkanlıkları oldukça sade ve sağlıklı-

lı. Bitkisel temelli, renkli tabaklara ağırlık veriyorlar. Sebze odaklı besleniyorlar; meyve tüketimi daha az, ama sebze tüketimi oldukça fazla. Bu kişilerin yaşam felsefeleri de dikkat çekici. Hayata bakışları haz odaklı değil, anlam odaklı. Mesela yemek yerken doymadan kalkıyorlar. Bu, onların en belirgin alışkanlıklarından biri.” diye konuştu.

Midenin her seferinde tıka basa doldurulması durumunda sindirimi sağlamak için midenin genişlemek zorunda kaldığını, her öğünde azıcık genişleyen midenin, bir süre sonra doyma hissini kaybettiğini dile getiren Prof. Dr. Tarhan, “Sonunda kişi doymaz hale gelir ve obezite gelişebilir. Oysa çözüm çok daha basittir: Her öğünde tam doymadan sofradan kalkmak. Tam doymadan sofradan kalkabilen kişilerin mide-si büyümüyor. Hava boşluğu kaldığı için sindirim de kolay oluyor. Ve vücutta toksinler de birikmiyor. Yediklerimize dikkat etmemiz gerekiyor. Çünkü yediklerimiz bağırsaktaki mikrobiyotayı oluşturuyor.” ifadesinde bulundu.

ANADOLU İRFANINI UNUTTUK

Prof. Dr. Nevzat Tarhan, günlük hayatın hızı içinde yapılan 20 dakikalık meditasyon seansının, zihni sakinleştirdiğini ifade ederek, “Mevlana sufi meditasyon şeklinde yapmış. Sema meditasyonu şeklinde yapmış. Bu uygulamalar, bireye kendini gözlemleme ve öz-eleştiri fırsatı sunar. Kişi, ‘Bugün neleri doğru, neleri yanlış yaptım, yanlışlarımdan ne öğrendim?’ sorularını sorarak gelişir. Böylece eleştiriye açık bir zihniyet oluşur ve sürekli öğrenme kültürü benimsenir. Vahşi kapitalizmin tehlikeli virajlarında koşturuyoruz şu anda Türkiye olarak. Böyle olunca Anadolu irfanını unuttuk, kadim kültürümüzü unuttuk.” şeklinde konuştu.

MEDITATİF MEDITASYONUN İLK AŞAMASI, KİŞİNİN ZİHNSEL OLARAK RAHATLAMASI

Meditatif meditasyonun ilk aşamasının, kişinin zihinsel olarak rahatlaması olduğunu dile getiren Prof. Dr. Tarhan, şöyle devam etti: “Kişi kendisine mantra tarzında kişi bir kelime seçiyor. O kelimeyi 20 dakika boyunca düşünüyor, hayal ediyor. Bu esnada beyin, günlük rutinden çıkar. Artık zihni ‘Bu niye böyle oldu, şu neden böyle?’ gibi alışılmış sorular sormaz. Bunun yerine, kişi bu kelimeyle birlikte yeni anlamlar üretir, hayal kurar, zihinsel olarak yaratıcı bir süreç girer. İkinci aşama ise fiziksel egzersizdir. Kişi bu sırada vücudunu gevşetmeye yönelik egzersizler yapar. Üçüncü unsur ise ses. Meditasyonu destekleyecek bir müzik, doğa sesi (su, kuş sesi vb.) ya da geçmişte kişiye iyi hissettiren bir melodi kullanılabilir. Böylece zihinsel, fiziksel ve işitsel boyut birlikte devreye girer. Bu üç unsur bir araya geldiğinde meditasyon etkili olur. Çünkü bu sayede beynin farklı bölgeleri aynı anda aktive edilir. Beş duyumuz hareket geçer: işitsel, görsel, fiziksel... İnce motor, kaba motor, sözel ve duygusal beceriler hep birlikte çalışır. Beynin tüm alanları aktive olur.”

Yaşlılarda kötü ağız sağlığı Alzheimer riskini 4 kat artırıyor

Trakya Üniversitesi (TÜ) Diş Hekimliği Fakültesi Protetik Diş Tedavisi Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Ahmet Altuğ Çilingir, yaşlılarda kötü ağız sağlığının Alzheimer’a yakalanma riskini 4 kat artırdığını belirtti. Çilingir, TÜ Millet Kiraathanesi’nde düzenlenen Yaşlılar Haftası etkinliklerinde “Yaşlılıkta ağız bakımı ve protez temizliği”ne ilişkin bir sunum yaptı. Yaşlılık döneminde en çok diş çürükleri ve diş eti hastalıklarının görüldüğünü belirten Çilingir, bunlara bağlı olarak ağız kuruluğunun arttığını dile getirdi.

Diş eti hastalıklarının vücuttaki çeşitli organlara ciddi sorunlar verdiğini ifade eden Çilingir, “Kalp ve damar sağlığı bunlardan en önemlisi. Diş eti iltihabına neden olan bakteriler bulunduğu anda, fırçalarken ve yemek yerken diş etleri kanayabilir. Bu bölgelerden bakteriler kan dolaşımına geçerek kalp kapığı ve kalp zarına ulaşabilir. Bunun sonucunda da ciddi enfeksiyonlara neden olabilir.” dedi.

Çilingir, yurt dışında yapılan araştırmalara göre diş eti sağlığı kötü olan hastalarda ağır kalp hastalıklarının daha sık görüldüğünü, diş ipi kullanın ve ağız bakımını düzenli yapan yaşlılarda inme riskinin yüzde 20 oranında azaldığını söyledi. Diş sağlığının vücutta oluşabilecek hastalıklarla ilişkili olduğunu belirten Çilingir, “Kalp zarı iltihabına neden olan üç çeşit bakteri var. Bu bakterilerin yüzde 90’ı ağızımızdaki diş taşında bulunuyor. Eğer bu bakterileri ağızdan uzaklaştırmazsak, kanayan diş etlerinden kan dolaşımına girerek kalbe ulaşabiliyor. Bu nedenle özellikle ileri yaşlarda diş taşlarının temizliğine dikkat edilmesi gerekiyor.” diye konuştu. (AA)

“Yeme bozuklukları, sadece yemekle ilgili değil”

Yeme bozuklukları sadece yemekle ilgili olmadığını belirten uzmanlar, kontrol, değer ve kimlik gibi ihtiyaçlarla da bağlantılı olduğunu söylüyor. Klinik Psikolog Sera Elbaşoğlu, yeme bozukluklarının, bireyin iç dünyasında denge arayışının ve duygusal çatışmalarının bir yansıması olarak görülmesi gerektiğini vurguluyor.

Zehra ŞAHİNDOKUYUCU

Klinik Psikolog Sera Elbaşoğlu, yeme bozukluklarının psikolojik kökenleri ile bazı kişilik özellikleri ve çevresel faktörlerin beden algısı üzerindeki etkileri hakkında bilgi verdi. Mükemmeliyetçilik ve kontrol ihtiyacının, yeme bozukluklarının gelişiminde önemli rol oynadığına dikkat çeken Klinik Psikolog Sera Elbaşoğlu, “Özellikle baskıcı aile yapıları veya yoğun denetim içeren çevrelerde büyüyen bireylerde, kontrol edilebilen nadir alanlardan biri beden olabilir. Bu nedenle kişi, yemek yeme davranışı üzerinden hem kontrol hissini yeniden kazanmaya hem de içsel gerilimini azaltmaya çalışır.” dedi. Diyet yapmak ile yeme bozuklukları arasındaki farkın derin psikolojik süreçlerde gizli olduğunu aktaran Elbaşoğlu, yeme bozukluklarının, bireyin iç dünyasında denge arayışının ve duygusal çatışmalarının bir yansıması olarak görülmesi gerektiğini vurguladı.

Mükemmeliyetçilik, kontrol ihtiyacı ve duyguların yer değiştirmesinin, yeme bozukluklarının anlaşılmasında önemli psikolojik dinamikler arasında yer aldığı dile getiren Klinik Psikolog Sera Elbaşoğlu, “Özellikle mükemmeliyetçi kişilik özellikleri, yeme bozukluklarının gelişiminde ve sürdürülmesinde belirgin bir rol oynar.” dedi.

ANOREKSİYA NERVOZA

Bu durumun en çarpıcı şekilde Anoreksiya Nervoz’a örneğinde görüldüğüne değinen Elbaşoğlu, “Mükemmeliyetçi bireyler için kontrol duygusu hayatı bir öneme sahiptir ve bu kontrol ihtiyacı çoğu zaman beden ve yeme davranışı üzerinden sağlanmaya çalışılır. Kişi, yeme düzenini ve bedenini ‘kusursuz’ hale getirdiğinde hayatındaki diğer alanların da yoluna gireceğine inanabilir. Bu düşünce yapısı, yeme davranışını yalnızca fiziksel bir ihtiyaç olmaktan çıkarp psikolojik bir kontrol aracına dönüştürür.” açıklamasını yaptı.

Yeme bozukluklarında sıkça karşılaşılan bir diğer mekanizmanın ise ‘yer değiştirme’ olduğunu aktaran Klinik Psikolog Sera Elbaşoğlu, “Bu savunma mekanizması, bireyin bir alanda yaşadığı duyguyu başka bir alana yönlendirmesi şeklinde işler.” dedi.

Kontrol duygusunu hayatının farklı alanlarında kaybeden bir kişinin, bu ihtiyacını bedenini kontrol ederek telafi etmeye çalışabileceği örneğini paylaşan Elbaşoğlu, şöyle devam etti: “Özellikle baskıcı aile yapıları veya yoğun denetim içeren çevrelerde

büyüyen bireylerde, kontrol edilebilen nadir alanlardan biri beden olabilir. Bu nedenle kişi, yemek yeme davranışı üzerinden hem kontrol hissini yeniden kazanmaya hem de içsel gerilimini azaltmaya çalışır. Ergenlik döneminde ise bu durum daha da belirgin hale gelir; çünkü bu dönem, bireyin bağımsızlık arayışı ile ebeveyn otoritesi arasında çatışmaların yoğun yaşandığı bir süreçtir. Yeme davranışı, bu çatışmanın hem sembolik hem de somut bir ifade alanına dönüşebilir.”

Sosyal medyanın beden algısı üzerindeki etkisinin günümüzde yadsınamaz bir gerçeklik olduğunu dikkat çeken Klinik Psikolog Sera Elbaşoğlu, “Yeme bozukluklarında sıkça görülen Beden Dismorfik Bozukluğu, bireyin kendi bedenini çarpık ve gerçek dışı bir şekilde algılamasına neden olur.” ifadelerinde bulundu.

Sosyal medya platformlarında yaygın olarak kullanılan filtrelerin, kusursuzluk algısını güçlendirirken, bireylerin kendilerini bu idealize edilmiş görüntülerle kıyaslamasına yol açtığını kaydeden Elbaşoğlu, “Özellikle ince beden tipinin güzelliği, başarı ve kontrol gibi olumlu özelliklerle ilişkilendirilmesi, bu algıyı daha da pekiştirir. Araştırmalar, zayıflığı idealize eden içeriklere yoğun şekilde maruz kalan bireylerde, beden memnuniyetsizliğinin ve olumsuz benlik algısının arttığını gösteriyor.” şeklinde konuştu.

Sosyal medya etkisinin özellikle ergenler üzerinde daha güçlü olduğunun altını çizen Klinik Psikolog Sera Elbaşoğlu, “Kimlik gelişiminin ve bedensel değişimlerin yoğun yaşandığı bu dönemde, gençler diş etkilere daha açıktır. Sosyal medyada sunulan ‘kusursuz’ beden imgeleri, ergenlerin kendi bedenlerini yetersiz görmelerine neden olabilir.” diye konuştu.

Ancak yeme bozukluğu olan bireylerin yalnızca ideal bedene ulaşmaya çalışmadığını vurgulayan Elbaşoğlu, “Aynı zamanda kendi mevcut bedenlerini de gerçekçi olmayan bir biçimde algılarlar. Oldukça zayıf bir kişi kendisini hâlâ kilolu olarak değerlendirebilir. Bu durum, sorunun yalnızca diş etkileri değil, aynı zamanda içsel algı bozukluklarıyla da ilişkili olduğunu gösterir.” ifadelerini kullandı.

DİYET YAPMA VE YEME BOZUKLUKLARI ARASINDAKİ FARK

Diyet yapma ile yeme bozuklukları arasındaki farkın da bu noktada belirginleştiğine işaret eden Elbaşoğlu, “Her ne kadar yüzeyde benzer davranışlar içeriyor gibi görünseler de, iki durumun altında yatan zihinsel ve duygusal süreçler oldukça farklıdır.” dedi.

Diyet yapmanın genellikle belirli bir hedef doğrultusunda, kontrollü ve sınırlı bir süreyle kapsayan bir davranış olduğunu; buna karşılık yeme bozukluklarında bireyin zihninin sürekli olarak yemek yememek ve beden üzerine yoğunlaştığını kaydeden Elbaşoğlu, sözlerini şöyle sürdürdü: “Bu düşünceler ki-

şinin günlük yaşamının büyük bir bölümünü kaplar ve ciddi bir zihinsel meşguliyet yaratır. Ayrıca yeme bozukluklarında yeme davranışının anlamı da farklıdır. Bu durum, yalnızca beslenme ile ilgili bir mesele değil; kontrol, değer, yeterlilik ve kimlik gibi daha derin psikolojik ihtiyaçlarla ilişkilidir. Bu nedenle yeme bozukluklarını yalnızca “yemekle ilgili bir sorun” olarak değerlendirmek yetersiz kalır. Aslında bu bozukluklar, bireyin kendi iç dünyasında denge kurma çabasının, kontrol ihtiyacının ve duygusal çatışmalarının bir yansımasıdır.”



ANKARA’DAKİ NÖBETÇİ ECZANELER

Eczane Adı	İlçe	Telefon	Eczane Adı	İlçe	Telefon
Yeşiltepe	Akyurt	0 - (312) 844 - 3193	Arınmış	Güdü	0 - (530) 117 - 8589
Üner	Altındağ	0 - (312) 311 - 2842	Hayat	Haymana	0 - (312) 658 - 1220
Doğantepe	Altındağ	0 - (312) 349 - 3241	Yorulmaz	Kahramankazan	0 - (312) 814 - 1154
Kayran	Ayaş	0 - (312) 712 - 1084	Sağlık	Kalecik	0 - (312) 857 - 1110
Şenbaba	Bala	0 - (312) 876 - 1555	Gülhane	Keçiören	0 - (312) 322 - 2122
Yeni Can	Beyyapazı	0 - (312) 762 - 7727	Yiğitler	Keçiören	0 - (312) 378 - 4121
Ayrancı	Çankaya	0 - (312) 467 - 4799	Akalın	Keçiören	0 - (506) 484 - 7621
Hilalın	Çankaya	0 - (312) 213 - 0896	Altın	Keçiören	0 - (312) 338 - 4600
Cubes Çukurambar	Çankaya	0 - (312) 544 - 6404	Kerim	Kızılcahamam	0 - (312) 736 - 1195
Şube	Çankaya	0 - (312) 223 - 6946	Altınok	Mamak	0 - (312) 514 - 9165
Şevval	Çankaya	0 - (507) 462 - 4688	Sena	Mamak	0 - (312) 369 - 5374
Ecem	Çankaya	0 - (312) 496 - 3830	Müftüoğlu	Mamak	0 - (312) 865 - 1885
Tunalı	Çankaya	0 - (507) 029 - 8278	Şeyma Erol	Nallıhan	0 - (312) 785 - 6001
Emir	Çankaya	0 - (312) 511 - 2221	Kiraz	Polatlı	0 - (312) 622 - 2215
Mutlukent	Çankaya	0 - (533) 301 - 5404	Halk	Şereflikoçhisar	0 - (312) 686 - 2848
Yaprak	Çubuk	0 - (312) 837 - 7763	Kaf	Sincan	0 - (532) 684 - 3621
Esra	Elmadag	0 - (312) 543 - 4194	Görsev	Sincan	0 - (312) 264 - 1323
Yılmaz	Elmadag	0 - (312) 866 - 3771	Oğuzhan Saz	Sincan	0 - (312) 268 - 0602
Atakent	Etimesgut	0 - (312) 260 - 0891	Özge	Sincan	0 - (543) 741 - 7382
Göksu	Etimesgut	0 - (554) 931 - 7801	Altıntaş	Sincan	0 - (536) 281 - 0884
Bağlıca Sağlık	Etimesgut	0 - (553) 447 - 6220	Rabia Tuğba	Yenimahalle	0 - (312) 504 - 5083
Elvankent Meram	Etimesgut	0 - (312) 228 - 1211	Yeni Merve	Yenimahalle	0 - (538) 378 - 3675
İncek	Gölbaşı	0 - (312) 460 - 2001	Nisan Bir	Yenimahalle	0 - (312) 252 - 1316
Özge	Gölbaşı	0 - (312) 484 - 5655	Yiğiter	Yenimahalle	0 - (312) 252 - 5528

Efeler Ligi'nde "Ankara rüzgarı"

SMS Grup Efeler Ligi'nde normal sezonu ilk 4'te bitirerek şampiyonluk için play-off bileti alan takımların üçünün Ankara ekiplerinin olması dikkati çekiyor. Şampiyonluk yarışında Ankara'yı temsil eden Ziraat Bankkart, Halkbank ve Spor Toto'nun yanı sıra Galatasaray HDI Sigorta da yer alıyor. Efeler Ligi'nde son 5 sezonunun şampiyonu başkent Ankara'dan çıktı.

Voleybolda SMS Grup Efeler Ligi'nde normal sezona Ankara temsilcileri damga vurdu. Ligde Ankara'yı bu sezon temsil eden Ziraat Bankkart, Halkbank ve Spor Toto, normal sezonu ilk 4'te bitirerek play-off aşamasında mücadele etme hakkı kazandı.

Play-off turunda 3 başkent ekibinin yanı sıra puan tablosunun 3. basamağında bulunan Galatasaray HDI Sigorta da yer alacak.

Yarı finallerde Halkbank-Galatasaray HDI Sigorta, Ziraat Bankkart-Spor Toto maçları oynanacak. İki galibiyete ulaşan takımın finale çıkacağı karşılaşmaların ilki 12 Nisan da yapılacaktır.

LİDER ZİRAAT BANKKART

CEV Şampiyonlar Ligi'nde de başarılı bir grafik çizen Ziraat Bankkart, Efeler Ligi'nde de normal sezonu 25 maçta 23 galibiyetle zirvede tamamladı.

Ligin son şampiyonu kırmızı-beyazlılar, ligdeki 2 mağlubiyetini ise diğer Ankara temsilcileri Halkbank ve Spor Toto karşısında yaşadı. Ziraat Bankkart'ın toplamda 5 şampiyonluğu bulunuyor. CEV Şampiyonlar Ligi'nde de namağlup çeyrek finale gelen başkent ekibi, Avrupa şampiyonluğunun da favorileri arasında gösteriliyor.

HALKBANK TAKİPTE

Başkent'in köklü voleybol kulüplerinden Halkbank ise ligde oynadığı 25 maçta 20 galibiyet elde ederek ikinci sırada yer aldı. Toplamda 10 kez şampiyon olduğu ligde Halkbank, bir sezon aradan sonra tekrar şampiyonluk sevinci yaşamak için mücadele veriyor.

Başkent ekibi, play-off etabında ligi 3. sırada tamamlayan Galatasaray HDI Sigorta ile eşleşti.

SPOR TOTO SON HAFTALARDA ÇIKIŞ YAKALADI

Son haftalarda aldığı kritik galibiyetlerle play-off potasına giren Spor Toto, sezonu dördüncü sırada tamamladı. Ligde 17 galibiyet elde eden Spor Toto, play-off etabında



lider Ziraat Bankkart ile finale çıkma mücadelesi verecek. Spor Toto tarihindeki ilk şampiyonluğunu yaşamak için ter dökecek.

SON 5 SEZONUN ŞAMPİYONU BAŞKENTTEN

Efeler Ligi'nde son 5 sezonunun şampiyonu başkent Ankara'dan çıktı. Ligde son 5 sezonda 4 kez Ziraat Bankkart, 1 defa da Halkbank şampiyon oldu. Tamamlanan son 11 sezonda ise 9 kez mutlu sona başkent ekipleri ulaşırken, bu süreçte sadece Fenerbahçe ve Arkas Spor birer kez şampiyonluk sevinci yaşadı. (AA)

AYBÜ Spor Kulübü Binicilik Takımı, Nevruz Kupası'ndan 5 kupayla döndü

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi (AYBÜ) Spor Kulübü Binicilik Takımı, 21-22 Mart tarihlerinde düzenlenen Nevruz Kupası Engel Atlama Yarışmaları'nı 5 kupayla tamamladı.

Türkiye Binicilik Federasyonu faaliyet programında yer alan organizasyon, Ankara'da Ahal Teke Atlı Spor Kulübü ev sahipliğinde gerçekleştirildi.

Farklı kulüplerden çok sayıda sporcunun katıldığı yarışmalarda, sporcular parkurlarda derece elde edebilmek için mücadele etti.

Yarışmalarda AYBÜ adına mücadele eden sporculardan Defne Turasan, "Charlett 21" isimli atıyla gösterdiği performansla 4 kupa kazanarak organizasyonun en dikkat çeken isimlerinden biri oldu. Turasan'ın farklı kategorilerde elde ettiği dereceler, takımın genel başarısında önemli rol oynadı.

Takımın bir diğer sporcusu Abdurrahman Serenli ise "Kiantha" isimli atıyla yarışmalarda 1 kupa kazanarak üniversitenin toplam kupa sayısını 5'e çıkardı.

Takım antrenörü Bahar Özsoy, yaptığı açıklamada, elde edilen başarının planlı ve disiplinli çalışmanın sonucu olduğunu belirterek, sporcuların performansından memnuniyet duyduklarını ifade etti.

Sporcular ve antrenörler, desteklerinden dolayı AYBÜ Rektörü Prof. Dr. Ali Cengiz Köseoğlu'na teşekkür etti. (AA)



Sinop, milli heyecana ev sahipliği yapmaya hazırlanıyor

2027 FIFA Kadınlar Dünya Kupası Avrupa Elemeleri B Ligi 2. Grup'ta yer alan A Milli Kadın Futbol Takımı'nın, İsviçre maçını oynayacağı Sinop Şehir Stadi'nda hazırlıklar devam ediyor.

A Milli Takım seviyesinde ilk kez bir uluslararası müsabakaya ev sahipliği yapmaya hazırlanan Sinop'ta, 18 Nisan'da oynanacak Türkiye-İsviçre maçı öncesi hummalı çalışma yürütülüyor. 10 bin seyirci kapasiteli stadyumda ışıklandırma, boyama, skor tabelası ve koltuk yenileme gibi birçok alanda çalışmalarını sürdüren ekipler, kısa sürede tüm eksiklikleri tamamlamayı hedefliyor.

A Milli Takım seviyesinde ilk kez bir uluslararası müsabakaya ev sahipliği yapmaya hazırlanan Sinop'ta geri sayım başladı. 18 Nisan'daki Türkiye-İsviçre randevusu öncesi, 10 bin kişilik stadyum adeta yeniden inşa ediliyor. Işıklarıyla donatılan koltuk yenilemeye, skor tabelasından boyama işlemlerine kadar geniş kapsamlı bir 'yenileme operasyonu' yürüten ekipler, stadi maça yetiştirmek için hummalı bir mesai harcıyor.

Gençlik ve Spor İl Müdürü Mehmet Kalyon, Türkiye'nin en kuzeyinde ilk defa milli bir maça ev sahipliği yapacak olmaktan dolayı heyecan duyduklarını söyledi.

Denize 100 metre mesafede, 22 bin metrekare alan üzerine inşa edilen Sinop Şehir Stadi'nin 2024 yılında hizmete alındığını ancak resmi açılışının henüz yapılmadığını anlatan

Kalyon, 18 Nisan'da hem milli heyecanı yaşayacaklarını hem de stadin resmi açılışının yapılacağını dile getirdi.

Stadin UEFA standartlarına uygun hale getirilmesi için federasyon yetkililerince kendilerine bir liste verildiğini aktaran Kalyon, "Tüm eksikleri tamamlıyoruz." dedi.

Kalyon, 18 Nisan'ın Sinop için tarihi bir gün olacağını, bu tarihi günün heyecanını hep birlikte yaşayacaklarının altını çizerek, şunları kaydetti: "Gerçekten bizim için büyük bir onur olacak. Burada milli takımı ağırlamak ve alnımızın akı ile çıkmak hepimizin hedefi. Bu milli maçın oynanacak olmasıyla biz de stadımızda UEFA standartlarını yakalamış olduk. Bakkanlığımız da bize büyük destek oldu. Özellikle ödenek noktasında sağ olsunlar, gerekli tüm katkılar sundular. Eğer Sinop olarak bu işe sahip çıkarsak, çıkmaya devam edersek bundan sonra da stadımızda böyle müsabakalar olacaktır."

Kalyon, milli maçın kent turizmine de önemli katkı sunacağına inandığını dile getirerek, "Türkiye'nin en kuzeyinde çok güzel bir yerdeyiz. Tarihi zenginlikleri olan bir şehriiz. Bu durum mutlaka misafirlerimizin ilgisini çekecektir. İnşallah hep birlikte güzel bir ortamda bu heyecanı yaşayacağız." ifadesini kullandı. (AA)

T.C.

ANKARA 34. ASLİYE HUKUK MAHKEMESİNDEN ESAS NO : 2022/4 Esas

Davacı Mustafa Yaman tarafından davalılar Hazine ve Maliye Bakanlığı ile Keçiören Belediye Başkanlığı aleyhine açılan işbu davada Ankara Keçiören Köşrelik Mahallesinde bulunan bir güneyinin tescil harici alan, doğusunun Köşrelik mahallesinde 161 ada, 15, 17, 18, 19, 23, 24, 29, 30 ve 36 parseller yer alan, kuzeyi ve batısının ise Bağlım mahallesinde kalan 14.538,64 m2'lik arazinin imar ve ihya edilerek çekişmesiz ve aralıksız olarak davacının zilyetinde olduğundan bahisle olağanüstü zamanaşımı sebebiyle taşınmaz tapu kaydının iptali ve davacı adına tescilli talep edilmiştir.Son ilandan başlanarak üç ay içinde koşulların gerçekleşmediği ileri sürülerek itiraz eden bulunmaz ya da itiraz yerinde görülmez ve davacının iddiası ispatlanmış olursa tescile karar verilebilecek olup TMK 713/5 maddesi uyarınca 1. kez ilanen tebliğ olunur.

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

BASIN-ILN02429579

OKUL ONARIM İŞLERİ YAPTIRILACAKTIR

Ankara İli, Yenimahalle İlçesi, Mimar Sinan Ortaokulu Olmak Üzere Bir Adet Okulun Onarım İşleri yapım işi 4734 sayılı Kamu İhale Kanununun 19 uncu maddesine göre açık ihale usulü ile ihale edilecek olup, teklifler sadece elektronik ortamda EKAP üzerinden alınacaktır.

İhaleye ilişkin ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır:

İhale Kayıt Numarası (İKN) :2026/491621

1- İdarenin
1.1. Adı :MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI - ANKARA İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ
1.2. Adresi :YENİÇAĞ MH. RAGİP TÜZÜN CAD. NO:144 YENİMAHALLE / ANKARA YENİMAHALLE/ANKARA
1.3. Telefon numarası :03123068800-8853
1.4. İhale dokümanının görülebileceği ve indirilebileceği internet sayfası :https://ekap.kik.gov.tr/EKAP/
2- İhalenin
2.1. Tarih ve Saati :03.04.2026 - 10:00
2.2. Yapılacağı (e-tekliflerin açılacağı) adres :ANKARA İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ İNŞAAT VE EMLAK ŞUBESİ

3- İhale konusu yapım işinin
3.1. Adı :Ankara İli, Yenimahalle İlçesi, Mimar Sinan Ortaokulu Olmak Üzere Bir Adet Okulun Onarım İşleri
3.2. Niteliği, türü ve miktarı :Bir Adet Binanın Onarım İşleri (İnşaat, Mekanik ve Elektrik)
Ayrıntılı bilgiye EKAP'ta yer alan ihale dokümanı içinde bulunan idari şartnameden ulaşılabilir.

3.3. Yapılacağı/teslim edileceği yer :Ankara İli, Yenimahalle İlçesi, Mimar Sinan Ortaokulu
3.4. Süresi/teslim tarihi :Yer tesliminden itibaren 30 (Otuz) takvim gündür.
3.5. İşe başlama tarihi :Sözleşmenin imzalandığı tarihten itibaren 5 gün içinde yer teslimi yapılarak 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:

4.3.1. Son on beş yıl içinde bedel içeren bir sözleşme kapsamında taahhüt edilen ve teklif edilen bedelin % 80 oranından az olmamak üzere ihale konusu iş veya benzer işlere ilişkin iş deneyimini gösteren belgeler.

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 ilişkisi içinde kullanılması halinde bu hukuki ilişkiyi ve bu ilişkinin süresini tevsik eden belgelerin sunulması zorunludur.

4.4. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler ve benzer işe denk sayılacak mühendislik ve mimarlık bölümleri:

4.4.1. Bu ihalede benzer iş olarak kabul edilecek işler:
Yapım İşlerinde İş Deneyiminde Değerlendirilecek Benzer İşlere Dair Tebliğ" de yer alan benzer iş gruplarından C/II grubu işler benzer iş olarak değerlendirilecektir.

4.4.2. Bu ihalede benzer işe denk sayılacak mühendislik ve mimarlık bölümleri: Makine Mühendisliği

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, anahtar teslimi götürü bedel üzerinden vereceklerdir. İhale sonucunda, üzerine ihale yapılan isteklikle anahtar teslimi götürü bedel sözleşme imzalanacaktır.

10- Bu ihalede, işin tamamı için teklif verilecektir.

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

12- Bu ihalede elektronik eksiltme yapılmayacaktır.

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

14- Konsorsiyum olarak ihaleye teklif verilemez.

15- Diğer hususlar:

İhalede Uygulanacak Sınır Değer Katsayısı (N) : 1

Sınır değerinin altında teklif sunan isteklilerin teklifleri açıklama istenilmeksizin reddedilecektir.

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

BASIN-ILN02430267



ANKARA'NIN GAZETESİ

Başkent

25 Mart 2026 Çarşamba

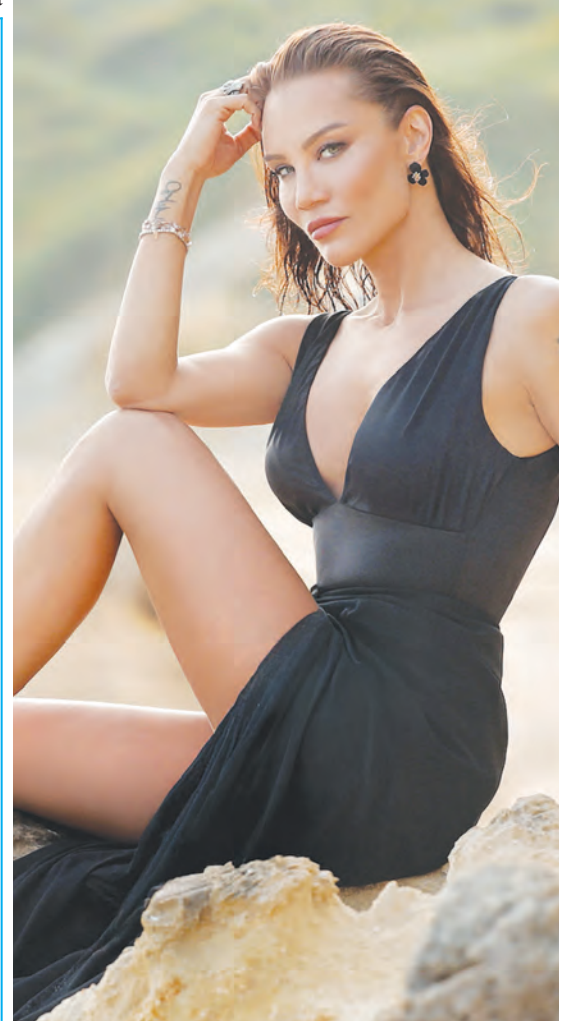
www.baskentgazete.com.tr

Fiyat: 7 TL

Özlem Koldaş'tan Soner Olgun sürprizi

Uzun yıllardır sahnede olan ve pek çok ünlü ismin vokalistliğini üstlenen Özlem Koldaş, yeni şarkılarını sevenleriyle buluşturmaya devam ediyor. İlk teklisi ile büyük beğeni toplayan Koldaş, sözü ve müziği usta isim Soner Olgun'a ait olan 'Nereye Böyle' adlı yeni teklisiyle de dinleyicilerden tam not aldı. Özlem Koldaş, sözü ve müziği Soner Olgun'a

ait olan "Nereye Böyle" isimli teklisi ile müzikseverlerle buluştu. Düzenlemesi Can Atayılmaz'a ait olan şarkı, modern alt yapısı ve duygu yüklü sözleriyle kısa sürede müzikseverlerin beğenisini kazandı. Sevilen şarkının Şile'nin sakin ve doğal atmosferinde çekilen klbinin yönetmenliğini Emre Er üstlendi. **(Haber Merkezi)**



BURÇ'TAN HABER

yalutalp@gmail.com



Koç (21 Mart-19 Nisan) Bugün sabrın getirdiği o sessiz gücü keşfetme vakti. Kararlılığınızı yumuşak bir dille ifade ettiğinizde, aşılmaz görünen yolların kendiliğinden açıldığını göreceksiniz. Önemli projeleriniz hayata geçebilir.



Boğa (20 Nisan-20 Mayıs) Yaşam alanınızda yapacağınız küçük bir değişiklik, ruhunuzdaki durgunluğu dağıtabilir. Estetik bakış açınızın keskinleştiği bir gündesiniz. Sahip olduğunuz güzelliklerin kıymetini bilmelisiniz.



İkizler (21 Mayıs-21 Haziran) Zihninizdeki parlak fikirlerin, bir dost meclisinde hayat bulacak. Kelimelerinizi seçerken kullandığınız o kendine has nezaket, küskünlükleri bitirebilir. Paylaştığınız her bilgi, bugün bir güven köprüsü inşa ediyor.



Yengeç (22 Haziran-22 Temmuz) Bugün sezgilerinizin ne kadar berrak olduğunu bir kez daha fark edeceksiniz. Kimin kalpten konuştuğunu, kimin sadece nezaket gösterdiğini ayıracak bir derinliktesiniz. İç dünyanızdaki huzura sığınacaksınız.



Aslan (23 Temmuz-22 Ağustos) Güne enerji ve birleştirici bir ruh haliyle buluşacaksınız. Yardımlaşmanın ve el vermenin getirdiği o eşsiz tat, unvanlardan çok daha değerli gelecek. Çevrenizde çok farklı karakterlerin arttığını göreceksiniz.



Başak (23 Ağustos-22 Eylül) Hayatın akışındaki o gizli düzeni fark ettiğinizde, sakin bir gün. Titizliğinizi kendinizi eleştirmek için değil, bir sorunu şefkatle çözmek için kullanın. Beklenmeyen bir gelişme büyük güzelliklere neden olabilir.



Terazi (23 Eylül-22 Ekim) Uyumun ve dengenin simgesi olarak, bugün çevrenizdeki pürüzleri zarafetle gidereceksiniz. Sanatın veya estetiğin iyileştirici gücü ruhunuza çok iyi gelecek. Karşılıklı hoşgörü, bugün tüm düğümleri çözecek yegâne anahtarınız.



Akrep (23 Ekim-21 Kasım) Bugün kendi derinliğinizde saklı kalmış bir yeteneğinizi gün yüzüne çıkarabilirsiniz. Sessiz ama derinden ilerleyen çalışmalarınızın takdir gördüğü bir süreçtesiniz. Karakterinizin o vakur duruşu, etkili cevabınız olacak.



Yay (22 Kasım-21 Aralık) Öğrenme ve keşfetme tutkunuzun sizi yeni insanlarla buluşturacağı bir gün. Hayata dair beslediğiniz umut dolu bakış açısı, birine can suyu olabilir. Vizyonunuz, baharın tazeliğiyle birleşerek yeni yollar açıyor.



Oğlak (22 Aralık-19 Ocak) Geçmişten gelen sağlam tecrübelerinizi, geleceğin taze umutlarıyla ilmek ilmek işliyorsunuz. Sorumluluklarınızı bir sevgi borcu olarak görmeniz, yükünüzü hafifletiyor. Güvenirliliğiniz, bugün birinin en büyük sığınağı olabilir.



Kova (20 Ocak-18 Şubat) Dayanışmanın ve kolektif bir ruhla hareket etmenin önemini hissedeceksiniz. Yenilikçi fikirlerinizi nezaketle sunduğunuzda, hiç beklemediğiniz destekler alabilirsiniz. Toplumsal bir güzelliğe imza atabilirsiniz.



Balık (19 Şubat-20 Mart) Maneviyatın zirve yaptığı bir gündesiniz. Kendi değerlerinizi, başkalarının gözünde değil, kendi kalbinizdeki huzurda arayın. Doğanın ve suyun dinginliğine sığınmak, enerjinizi tamamen tazeleyecektir.

Tiyatronun çeyrek asırlık yolculuğu Çankaya'da başladı

Sanatın kalbi Çankaya'da, Çankaya Belediyesi'nin bu yıl 25'incisini düzenlediği Tek Kişilik Oyunlar Festivali tiyatro severleri büyüdü dünyada buluşturdu. Festival bu yıl usta oyuncu Erol Demiröz anısına düzenlendi.

Çankaya Belediyesi Tek Kişilik Oyunlar Festivali başladı. Türk tiyatrosuna uzun yıllar emek vermiş ve 2021 yılında aramızdan ayrılan usta oyuncu Erol Demiröz anısına düzenlenen festivalin açılış töreni Çankaya Belediyesi Yılmaz Güney Sahnesinde gerçekleşti. Başkentte tiyatro sanatını geniş kitlelerle buluşturmayı amaçlayan Tek Kişilik Oyunlar Festivali, çeyrek asırlık yolculuğunda bir kez daha Çankayalılara merhaba derken birbirinden renkli ve güzel oyun ücretsiz olarak tiyatro severlerle buluşacak.

BU YILKI ONUR ÖDÜLÜ EROL DEMİRÖZ'E VERİLDİ

Kentin kültür hayatına değer katan ve tiyatronun büyümesini 25 yıldır yaşatan Tek Kişilik Oyunlar Festivalinde bu yıl onur ödülüne Erol Demiröz layık görüldü. Türk tiyatrosuna uzun yıllar emek vermiş ve 2021 yılında yaşama veda eden Erol Demiröz'ün ödülünü kardeşi Veda Demiröz aldı.

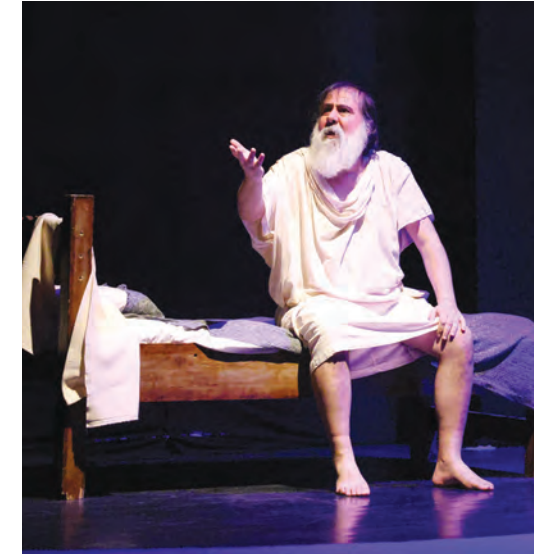
Onur ödülünün yanı sıra tiyatroya emek vermiş sanatçılara da emek ödülleri takdim edildi. Halen tiyatroya emek veren ve aramızdan ayrılan usta oyuncuların Şenol Tiryaki, Mehmet Nurkut İlhan, Erdal Arsoy, Murat Celal Kızıldağ, Kenan Halis Kızıldağ, Mustafa Takmaz ve Fikret Tutçu'ya emek ödülleri verildi.

DÖRT FARKLI SANAT MERKEZİNDE GÖSTERİM

Çankaya Belediyesi'nin tiyatroyu geniş kitlelere yaymak için sürdürdüğü Tek Kişilik Oyunlar Festivali 4 farklı noktada tiyatro severlerle buluşacak. 29 Mart'a dek sürecek ve tamamı ücretsiz olacak oyunlar, Atatürk Sanat Merkezi, Doğan Taşdelen Çağdaş Sanatlar Merkezi, Yaşar Kemal Kültür Merkezi ve Yılmaz Güney Sahnesinde perde diyecek.

İLK OYUNLAR ÜÇ FARKLI YERDE

Tek Kişilik Oyunlar Festivalinin ilk gününde 3 oyun tiyatro severlerle buluştu. Festivalin açılış töreninin yapıldığı Yılmaz Güney Sahnesinde Sokrates'in Savunması oyunu, Yaşar Kemal Kültür Merkezinde Herkes Kocama Benziyor oyunu ve Doğan Taşdelen Çağdaş Sanatlar Merkezinde ise Rosa Lüksemburg oyunu aynı anda perde dedi. **(Haber Merkezi)**



Sillyon, yaklaşık 7 bin yıllık kesintisiz yerleşime ışık tutuyor

Antalya'nın Serik ilçesindeki Sillyon Antik Kenti, yaklaşık 7 bin yıllık kesintisiz yerleşim geçmişine ışık tutan bulgularıyla ziyaretçilerini ağırlıyor.

Kültür ve Turizm Bakanlığının "Geleceğe Miras" projesi kapsamında Opet ana sponsorluğunda çalışmalarını sürdüğü Sillyon Antik Kenti, arkeolojik kazılardan elde edilen bulgularda insan yaşamına dair önemli izlere ev sahipliği yapıyor.

Ziyaretçilerin adeta zamanda yolculuğa çıkaran Pamfilya bölgesinin önemli kentlerinden Sillyon'da birçok medeniyetten izler bulunuyor.

Romalı hayırsever kadın Menodora'dan Hamza Bey'e ve Cumhuriyet'in ilk dönemlerindeki Yörük Türkmenlere kadar birçok hikayeyi barındıran Sillyon, kalesi, hamamları, antik ana yolu, rampalı caddesi, stadyum kalıntıları ve antik tiyatrosuyla ziyaretçilerini bekliyor. Sillyon Antik Kenti Kazı Başkanı ve Pamukkale Üniversitesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Murat Taşkıran, Sillyon'un Pamfilya bölgesinin bereketli topraklarında Aspandos ve Perge antik kentleri arasında yer aldığını anlattı. Bölgede yaptıkları kazılarda M.Ö. 5000'lere kadar inen arkeolojik verilere ulaştıklarını ifade eden Taşkıran, "Uzmanlarımızın yaptığı çalışmalar neticesinde Geç Neolitik veya Erken Kalkolitik dönem olarak isimlendirdiğimiz dönemlere tarihlenen çok önemli veriler ortaya çıktı. Arkeolojik kazılarla elde ettiğimiz veriler Sillyon'un M.Ö. 5000'lerden başlayarak günümüze kadar kesintisiz yerleşim gördüğünü ve yaklaşık 7 bin yıllık tarihi olan bir yerleşim bölgesi olduğunu ortaya çıkardı." dedi.

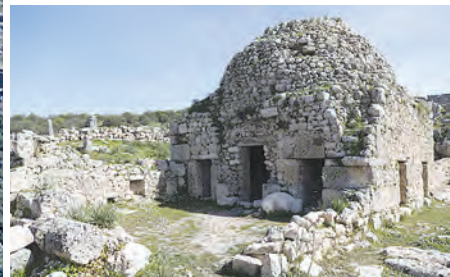
"SILLYON, HITİTLER'İN GÜNEY YERLEŞİMLERİNDEN BİRİ"

Bölgenin kesintisiz şekilde 7 bin yıldır yerleşim alanı olmasının en önemli sebebinin korunaklı tepede kurulduğu için güvenlik olduğunu dile getiren Taşkıran, "Kent çok güvenli bir alanda kurulu ve kendi öz kaynaklarından suyu var. Hala da akan bu kaynak sula-

rı bölgeye hep hayat vermiş." diye konuştu. Kentin denizden uzak olmasının denizden gelecek asker ve paramiliter grupların tehdidinden uzak olmasını sağladığını anlatan Taşkıran, şöyle konuştu: "Dolayısıyla zaman, ortam ve tarih değişse de Sillyon'un kaderi değişmiyor. Bölge Hititler döneminde bir yerleşim alanı ve 'Sallusa' adıyla karşımıza çıkıyor. Sillyon, Hititler'in güney yerleşimlerinden biri. Bu tarihten sonra kesintisiz bir şekilde arkeolojik malzemeler geliyor. Sillyon'un en güçlü dönemi ise 'polis' adını verdiğimiz bütün kurumlarını tamamlamış, kent modeline bürünmüş, sikke basabilen, meclisi ve idari şekli olan haliyle 4. ve 5. yüzyıllarda karşımıza çıkıyor. Burası bu dönemde tam Perslerin Anadolu'ya hakim olduğu süreçte Persler için de bir karakol hüviyetinde. İşte o bahsettiğim korunaklı yapısı Perslerin de bu şekilde burayı kullanmalarını sağlamış. Kentin kendine özgü bir dil yapısı, bir alfabe durumu da var. Seçimlerin yapıldığını da bu kentte yazıtlardan açıkça görüyoruz. Derin tarihi olan bir kent ama klasik kentlerin de öncülleri arasında yer alıyor."

"KALE MESCİDİ EN ÖNEMLİ ERKEN TÜRK-İSLAM DÖNEMİ MİMARİSİ ÖRNEKLERİNDEN"

Helenistik dönemde kentin savunma kurgusuyla ön plana çıktığını belirten Taşkıran, sözlerini şöyle sürdürdü: "Sur ve kulelerle ciddi bir savunma anlayışı geliyor. Büyük İskender'in doğu seferi sırasında Aspandos tarafına geçerken buraya da uğradığı, Sillyonluların buna direndiği ve teslim olmadığını biliyoruz. Helenistik dönem sonrasında Roma İmparatorluğu Dönemi'nde Sillyon'un genişlediğini, büyük bir antik yerleşime döndüğünü görüyoruz. Stadyum, hamam, anıtsal çeşme yapıları gibi birçok yapının bu dönemde inşa edildiğini görmek mümkün. Menodora, bu dönemde yaşayan çok güçlü bir kadın kişilik. Kentin en ünlü hayırseveri. Birçok yapı Menodora'nın teşviki ve yardımlarıyla yapılıyor. Kimsesiz çocuklar adına da bir hayır vakfı kuruyor. Bizans İmparatorluğu döneminde ise çeşitli aklımlar ve siyasi gelişmeler nedeniyle birçok kent küçülürken, Sillyon coğrafi özelliği dolayısıyla büyüyerek askeri birlik merkezi haline dönüyor." (AA)



Bayram tatilinde Safranbolu'yu tercih edenler tarihte yolculuk yaptı

Karabük'ün UNESCO Dünya Mirası Listesi'nde yer alan Safranbolu ilçesi ziyaretçilerine Ramazan Bayramı tatilinde doğa ve tarihle iç içe tatil imkanı sundu.

"Dünyada en iyi korunan ilk 20 kent" arasında gösterilen tarihi ilçe, her dönem yurt içinden çok sayıda ziyaretçinin yanı sıra yabancı turistleri de ağırlıyor.

Osmanlı Dönemi'nden kalma han, hamam, cami, çeşme, köprü ve konaklarla ön plana çıkan Safranbolu'daki genellikle üç katlı, 6-8 odalı, 18. ve 19. yüzyıl ile 20. yüzyılın başlarında inşa edilmiş konak, pansiyon ve otellerde bayram yoğunluğu yaşandı.

Hıdırlık Tepesi'nden şehir manzarasını seyreden ziyaretçiler, lokum ve hediyelik eşya dükkanlarından alışveriş yapmak için tarihi çarşının Arnavut kaldırımlı sokaklarını doldurdu.

Misafirler ayrıca doğa turizmi kapsamında İncekaya Kanyonu üzerine yapılan Türkiye'nin ilk cam seyir terasını ziyaret etti. Tarihi su kemerinin de bulunduğu 80 metre derinliğindeki kanyonda 2012'de inşa edilen 11 metre uzunluğundaki, 75 ton yüke dayanıklı terasa gelen yerli ve yabancı tatileciler, doğa manzaralarını izleyip, yaşadıkları anları fotoğraflayarak ölümsüzleştirdi.

Ziyaretçiler ayrıca oluşumu 65 milyon ila 200 milyon yıl önce başladığı tahmin edilen, 6 bin 52 metre uzunluğunda, 3 katlı oluşuma sahip Türkiye'nin 4. büyük mağarası Pencils'i de gezmek imkanı buldu.

Dört mevsim 15 derece hava sıcaklığıyla dikkati çeken mağaranın 400 metrelik kısmında gezinti yapan turistler, sarkıt ve sütunların yanı sıra kireçli kaya oluşumlarının yer aldığı, bir dönem insanların kullanımında olduğu için de Horasan harcıyla örülmüş duvarlar ile fırına sahip yapıda tarihi atmosferi soludu.

KISA TATİL VE SOĞUK HAVAYA RAĞMEN YOĞUNLUK YAŞANDI

Safranbolu Turizm İşletmecileri Derneği Başkanı Şebnem Urgancıoğlu, bayramda Safranbolu'da ziyaretçi yoğunluğu yaşandığını söyledi.

Bayram tatilinin kısa, havaların ise soğuk olmasına rağmen konaklama yerlerinin yüzde 90 doluluğa ulaştığını belirten Urgancıoğlu, "Bayramı yine keyifle, sağlıklı tamamladık. Güzel bir bayram tatili geçirdik. İnşallah bayramla birlikte artık sezonumuz açılacak ve daha iyi günler geçireceğiz." diye konuştu. **(AA)**