

Fuar Hastanesi

Fair Hospital

www.fuarhastanesi.com / fuarhastanesi
Kültür Park Fuar Alanı Afyonkarahisar

0272 223 44 44

0850 259 30 33

AnaHaber
Gerçekten Haber Verir
27 Temmuz 2023 PERŞEMBE YIL: 18 SAYI: 5220 FİYATI: 5 TL

WWW.PARKHAYAT.COM
PARKHAYAT
HASTANELERİ
"sizin hastaneniz"
444 40 03
AFYONKARAHISAR KÜTAHYA AKŞEHİR



Hıdırlık'ta yangın çıktı

Afyonkarahisar kent merkezinde Hıdırlık tepesi diye adlandırılan bölgedeki ormanlık alanda çıkan yangın yaklaşık 1,5 saatlik müdahalenin ardından söndürülürken, yangında 40 bin metrekarelik alanın zarar gördüğü belirtildi.>>7'DE

Silahlı kavgada 3 kişi yaralandı

OEDAŞ engebeli arazilerin zorluklarını dronlar ile aşıyor

Ormanlık alan, engebeli arazi gibi zorlu saha koşullarındaki bakım onarım çalışmalarını gerçekleştirmek için faaliyet gösterdiği beş ilde dron kullanan OEDAŞ, bu sayede hem arızalara yönelik tespit ve müdahale hızını artırdı hem de daha az araç kullandığı için karbon ayak izini düşürdü.>>2'DE



Girne Koleji gazetecileri ağırladı

24 Temmuz Gazeteciler ve Basın Bayramı nedeniyle Girne Koleji'nin düzenlediği kahvaltıda gazeteciler bir araya geldi. Daha sonra Koleji ile Gazeteciler Cemiyeti arasında imzalanan protokol çerçevesinde kolejde eğitim göreceği gazeteci çocuklarına yüzde 25 indirim sağlanacağı açıklandı.>>2'DE

Bu fabrikada günlük 50 bin ekmeğe üretilecek

Afyonkarahisar Belediyesi sağlıklı ve uygun fiyatlı olan halk ekmeği herkes tüketebilsin diye YÜNTAŞ AŞ. iştiraki ile kuracağı Halk Ekmeği Fabrikasında inşaat çalışmaları tüm hızıyla sürüyor.

Belediye Başkanı Mehmet Zeybek, Fuar Alanına kurulan tesiste incelemelerde bulundu. 2 bin 924 metrekare alanda halkın en temel gıda ürünü ekmeğe ucuz, sağlıklı ve kaliteli bir şekilde erişebilmesi için hayata geçirilecek Halk Ekmeği Fabrikasında çalışmalar devam ediyor. Fuar alanında 2 bin 924 metrekare alanda kurulan tesis kısa zamanda hizmete alınması planlanırken yapacak fırınlar ve makinelerin kurulumu ise ekiplerden tarafından titizlikle gerçekleştiriliyor. Günlük 50 bin ekmeğe üretim kapasiteli olacak fabrikada üretilen ekmeğin büfelerde satışa sunulması vatandaşların sofralarına ulaştırılacak. Halk Ekmeği Fabrikası ile insan sağlığına en uygun ekmeğe ve unlu mamulleri, özel diyet gerektiren gruplar, tam buğday, çavdarlı, tuzsuz, kepekli, zeytinyağlı, Gastronomi Şehri Afyonkarahisar'ın UNESCO tescilli patatesli ev ekmeği de dâhil olmak üzere tüm bireyler için en ekonomik şekilde sunulacak.>>8'DE



Kavşakta çarpışan otomobillerde 2 kişi yaralandı



Afyonkarahisar'da kontrolden çıkarak bariyerlere çarpan otomobilde 2 kişi yaralandı. Kaza, Çay-Dinar ilçe karayolunda meydana geldi. Edinilen bilgiye göre, 20 AFR 672 plakalı otomobil sürücüsü Y.Ş., (50) henüz belirlenemeyen bir nedenden ötürü direksiyon hakimiyetini kaybetti.>>3'TE

100. Yıl motosiklet sürüşüne davetlisiniz



Sandıklı'da Sokak Futbol Turnuvası düzenlendi



Başmakçı'da Spor Okulları eğitimleri devam ediyor



Afyonkarahisar Sandıklı Gençlik Spor İlçe Müdürlüğü koordinesinde 6-12 yaş aralığındaki çocuklara yönelik Sokak Futbol Turnuvası düzenlendi.>>7'DE



LGS Türkiye birincisi için özel veda

Milli Eğitim Bakanlığı tarafından 4 Haziran'da gerçekleştirilen Liselere Giriş Sınavı (LGS) sonrasında 500 tam puan elde ederek Galatasaray Lisesi'ne kabul edilen Kocatepe Ortaokulu öğrencisi Elif Aytulun için özel bir program düzenlendi. Kocatepe Ortaokulu idareci ve öğretmenleri ile ailesinin göğsünü kabartan başarıya imza atan Elif Aytulun ise başarısının sırrını anlattı. Elif; "Eğitim sürecimde günlük ders programımın yanı sıra hafta sonu düzenlenen destek kurslarıyla birlikte evde konu tekrarları yaparak ve testler çözerek hazırlandım" dedi.>>5'TE

Kadına yönelik şiddetle mücadele için broşür dağıtıldı

Afyonkarahisar Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü tarafından semt pazarlarında 'Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele' çerçevesinde broşür dağıtıldı.>>3'TE



Yaz aylarında sorunsuz gebelik için uzmanından tıyolar

Özel Fuar Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Cemile Kurttay, gebeler için yaz aylarında dikkat edilmesi gerekenler hakkında bilgiler verdi.

AYAKLARINIZI UZATIN, DİNLENİN

"Hamilelik döneminde damarların geçişkenliği artıyor" diyen Kurttay; "Buna bağlı olarak da cilt altında ödem görülüyor. İstirahat ile kan akışında artış sağlanıyor. Bu yüzden özellikle çalışan hamilelerin gün içerisinde ayaklarını uzatarak dinlenmesi ödemi azaltıcı bir yöntem oluyor."



Kadın Hastalıkları ve Doğum Op. Dr. Cemile KURTAY

or. Hekime danışarak yapılan temposu düşük yürüyüşler, vücutta insülinin düzenli salınımını sağlayarak hızlı kilo alımını engelliyor" dedi.>>5'TE



AnaHaber Gazetesi



@anahaber afyon



@anahaber afyon



@karahisar tv @karahisar medya

Girne Koleji gazetecileri ağırladı

24 Temmuz Gazeteciler ve Basın Bayramı neden ile Girne Koleji'nin düzenlediği kahvaltıda gazeteciler bir araya geldi. Daha sonra Kolej ile Gazeteciler Cemiyeti arasında imzalanan protokol çerçevesinde kolejde eğitim görecektik gazeteci çocuklarına yüzde 25 indirim sağlanacağı açıklandı.



Kahvaltının ardından Girne Koleji Afyonkarahisar Kampüsü Müdürü Nihat Selek, tüm gazetecilerin gününü kutladı. Gazetecilik yapmanın zor olduğu süreçlerin yaşandığını ifade eden Müdür Selek: "Gazetecilerin eğitime katkıları yadsınmaz. Girne Koleji olarak her öğrencinin hayali olan imkanlara sahibiz. Afyonkarahisar'da 4-5 tane özel okul var. Bu okulların bilinmesi açısından sizlerin desteğine ihtiyacımız var. Ankara yolunda dört dörtlük eğitim veren okul var. Bunu çok fazla bilen olmadığımız düşünüyorum. Bunun bilinmesi için sizlerin desteğine ihtiyacımız var. Bu vesile ile ben tüm gazeteci arkadaşlarımızın gününü kutluyorum" dedi. Konuşmaların ardından gazetecilere okulun tanıtımının olduğu video izletildi. Daha sonra kolejin tüm bölümleri gazetecilere gezdirilerek tanıtıldı. Ardından ise Girne Koleji ile Afyonkarahisar Gazeteciler Cemiyeti arasında protokol imzalandı. Protokol çerçevesinde kolejde eğitim gören gazetecilerin çocuklarına yüzde 25'lik indirim sağlanacak. >>MEVLÜT TINAS

OEDAŞ engebeli arazilerin zorluklarını dronlar ile aşıyor

Ormanlık alan, engebeli arazi gibi zorlu saha koşullarındaki bakım onarım çalışmalarını gerçekleştirmek için faaliyet gösterdiği beş ilde dron kullanan OEDAŞ, bu sayede hem arızalara yönelik tespit ve müdahale hızını artırdı hem de daha az araç kullandığı için karbon ayak izini düşürdü.

Afyonkarahisar, Bilecik, Eskişehir, Kütahya ve Uşak olmak üzere yaklaşık 50 bin kilometrekarelik alana yayılan beş şehirde elektrik dağıtım hizmetini sağlayan Osmangazi Elektrik Dağıtım Anonim Şirketi (OEDAŞ), teknoloji yatırımlarıyla hizmet kalitesini sürekli olarak artırıyor. Bu kapsamda geçtiğimiz yıl başta engebeli arazi ve ormanlık alanlar olmak üzere zorlu saha koşullarındaki bakım onarım çalışmalarını gerçekleştirmek üzere dron kullanmaya başlayan OEDAŞ, bu yatırım sayesinde etkili ve verimli sonuçlar elde ediyor.

MUZAFFER YALÇIN: "ENERJİ TEMİNİ SÜRESİNİ KISALTIYORUZ"

Dron kullanarak yaptıkları çalışmalar hakkında bilgi veren OEDAŞ Direktörü Muzaffer Yalçın: "Bölgede hayatına dokunduğumuz yaklaşık 3 milyon kişiye verdiğimiz hizmetin kalitesini artırmak ve çevresel etkileri gözlemlemek amacıyla geçtiğimiz Kasım ayında dron kullanımına başladık. Dronun sürdürülebilir ve güvenli enerji arzı açısından iki önemli faydası var. Öncelikle en zorlu saha



koşullarında bile bölgemizdeki hatların yüksek kaliteli görüntülerini çekebiliyoruz. Bu sayede ufak hasarları da tespit edebiliyor ve önleyici bakım çalışmalarımızı artırabiliyoruz. Bir diğer önemli faydası da engebeli arazi, ormanlık alan gibi bölgelerde oluşan arızaları çok daha hızlı tespit ederek, müdahale edebiliyoruz. Bu da enerji teminini daha kısa sürede gerçekleştirmemize olanak tanıyor." dedi.

"DRONLAR KARBON AYAK İZİMİZİ AZALTMA HEDEFİMİZE KATKI SAĞLIYOR"

Dronlar ile birlikte araç kullanımının da azaldığına dikkat çeken Yalçın şunları söyledi; "Araçla üç saatte gezilebilecek mesafeleri dron ile ortalama 15 dakikada görüntüleyebiliyoruz. Bu durum özellikle engebeli arazilerde büyük avantaj sağlıyor. Öte yandan daha az araç kullanımımız için karbon emisyonlarımızı da düşürüyoruz. Sıfır emisyon hedefi için karbon ayak izi düşürme çalışmaları yürüten bir şirket olarak, bu alandaki iyileştirmelerimize de dron kullanarak önemli bir katkı sağladık." Yalçın ayrıca her şehirde 4 kişi olmak üzere toplam 20 OEDAŞ çalışanının dron kullanımı için "İHA-1 Ticari Sınıf Pilot Sertifikası" olduğunu sözlerine ekledi. >>İZZET İŞİK

Afyonkarahisar Erkmen ve Akdağ Tabiat Parkı'nda her türlü ateşin yakılması yasaklandı

Afyonkarahisar Valiliği'nden yapılan yazılı açıklamada, 1 Eylül tarihine kadar Erkmen Tabiat Parkı ile Akdağ Tabiat Parkı'nda ateşli piknik yapılması, ateş yakılması, semaver ve nargile yakılmasının yasaklandığı kararı alındığı bildirildi.

Yapılan yazılı açıklamada şu ifadeler yer verildi: "İçinde bulunduğumuz yaz mevsimiyle birlikte bölgemizin hava sıcaklıklarında görülen artışlar, ormanlık alanlarda yoğunlaşan insan ve araç hareketliliği ile kasten ya da kusurlu davranışlar neticesinde orman yangınları meydana gelebileceği değerlendirilmektedir. Belirtilen nedenlerle; 6831 sayılı Orman Kanununun 74. maddesi ve İçişleri Bakanlığı İller İdaresi Genel Müdürlüğü'nün Orman Yangınları konulu genelgelerine istinaden, Afyonkarahisar Orman Yangınlarıyla Mücadele Komisyonunca 24 Temmuz-1 Eylül 2023 tarihleri arasında Erkmen Tabiat Parkı ile Akdağ Tabiat Parkı'nda ateşli piknik yapılması, ateş yakılması, semaver ve nargile yakılmasının yasaklanması kararı alınmıştır. Belirtilen karar ve önlemlere aykırı hareket edenler hakkında 6831 sayılı Orman Kanunu, Türk Ceza Kanunu ve Kabahatler Kanunu uyarınca idari ve adli işlem yapılacaktır." >>MEVLÜT TINAS



Silahlı kavgada 2 kişi yaralandı

Afyonkarahisar'da alacak verecek meselesinden çıkan silahlı kavgada 2 kişi tabanca ile vurularak yaralandı.

Olay, merkeze bağlı Sülün beldesinde meydana geldi. Edinilen bilgilere göre, M.Y. (38) beldedeki kıraathanede alacak meselesi nedeniyle M.K. (47) ve H.K. (32) ile tartıştı. Tartışmanın kavgaya dönüşmesi üzerine M.Y., yanındaki ruhsatsız tabancayla M.K. ve H.K.'nin üzerine ateş açtı. Yaralanan şahıslar ardından

çevredekilerin haber vermesi ile olay yerine gelen 112 Acil servis ambulansları ile Afyonkarahisar Devlet Hastanesine kaldırıldı. Olayın ardından bölgeye gelen jandarma ekipleri ise kaçan M.Y.'yi birkaç saatlik bir çalışma sonrası yakalayarak gözaltına aldı. Olayla ilgili savcılık tarafından soruşturma başlatıldı.>>İHA



Bariyerlere çarpan otomobilde 2 kişi yaralandı

Afyonkarahisar'da kontrolden çıkarak bariyerlere çarpan otomobilde 2 kişi yaralandı.

Kaza, Çay-Dinar ilçe karayolunda meydana geldi. Edinilen bilgiye göre, 20 AFR 672 plakalı otomobil sürücüsü Y.Ş.,(50) henüz belirlenemeyen bir nedenden ötürü direksiyon hakimiyetini kaybetti. Kontrolü sağlanamayan otomobil savrulurken yolun sağ tarafındaki bariyerlere çarptı. Kazada sürücü Y.Ş., ve yanında bulunan O.Ş.,(16)yaralandı. Yaralılar çevredekilerin haber vermesi üzerine bölgeye gelen 112 Acil servis ekipleri tarafından ambulanslar ile Dinar Devlet Hastanesine götürülüp tedavi altına alındı. Jandarma tarafından kazayla ilgili inceleme başlatıldı.>>MEVLÜT TINAS



Kavşakta çarpışan otomobillerde 2 kişi yaralandı

Afyonkarahisar'da kavşakta çarpışan otomobillerde 2 kişi yaralandı.

Kaza, kent merkezi Ertuğrul Gazi mahallesinde meydana geldi. Edinilen bilgilere göre, S.V., idaresindeki 07 EGC 86 plakalı otomobil kavşakta M.A. yönetimindeki 03 ADK 005 plakalı araçlar çarpıştı. Kazada sürücülerden M.A. ve yanında bulunan Y.A., yaralandı. Yaralılar çevredekilerin haber vermesi ile olay yerine gelen 112 Acil servis ambulansları ile Afyonkarahisar Devlet Hastanesine kaldırıldı. Kazanın ardından polis tarafından inceleme başlatıldı.>>İBRAHİM ARTIÇ



Brüksel Saint Josse Belediye Başkanı Kır, Emirdağ'da ziyaretlerde bulundu

Brüksel Saint Josse Belediye Başkanı Emir Kır, Emirdağ Belediye Başkanı Serkan Koyuncu ile Emirdağ ilçesinde ziyaretlerde bulundular.



Başkan Kır ve Başkan Koyuncu ilk ziyaretlerini Kaymakam Osman Bilici'ye gerçekleştirdiler. daha sonra ise İlçenin lezzet durağı Taş Konak Restoran'da öğle yemeği yediler. Ziyaretlerine devam eden kır ve koyuncu Uzun Çarşı'daki esnafları ve

pazarcuları ziyaret etti. Alışveriş yapmak için pazara gelen vatandaşlar ile sohbet ettiler. Ziyaretler vatandaşlar tarafından memnuniyetle karşılanırken Saint Josse Belediye Başkanı Emir Kır'a bu anlamlı ziyaret için teşekkür ettiler.>> İBRAHİM ARTIÇ

Kadına yönelik şiddetle mücadele için broşür dağıtıldı



Afyonkarahisar Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü tarafından semt pazarlarında 'Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele' çerçevesinde broşür dağıtıldı.

Kurumdan yapılan yazılı açıklamada Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele faaliyet planının gerçekleştirilen etkinlikler ile devam ettiği kaydedildi. Bu çerçevede kurum personelleri tarafından kent merkezinde semt pazarlarında kadına yönelik şiddete dikkat çekmek amacı ile vatandaşlara el broşürleri dağıtıldı. Faaliyetlerin ilerleyen günlerde de devam edeceği belirtildi.>>İZZET IŞIK



AnaHaber
Karahisar Basın Yayın Dağ. Matbaa Reklam
Ajans Org. İletişim ve Per. Yön. Hizm.
Tic. Ltd. Şti. adına
İMTİYAZ SAHİBİ
Muhittin YEŞİLAY
GENEL YAYIN YÖNETMENİ
Yasemin ÖZCAN KAPLAN
SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
Mevlüt TINAS
SAYFA SEKRETERİ
Tuğrul ŞAHİN
27 TEMMUZ 2023 PERŞEMBE
SAYI : 5220 KURULUŞ : 19 ARALIK 2005
YAYIN TÜRÜ : YEREL SÜRELİ
WEB ADRESİ : WWW.AFYONANAHABER.COM.TR
E-MAİL ADRESİ : INFO@AFYONANAHABER.COM.TR
Adres: Organize Sanayi Bölgesi 4. Cadde 1. Sokak No: 8
AFYONKARAHİSAR
Tel : (0.272) 222 23 33 / UETS Adresi:25949-68416-49254
Fax : (0.272) 221 15 82
Baskı : Kocatepe Gazetesi Baskı Tesisleri
Hacı Abdurrahman Mah. Kurtuluş Cad. Aynioğlu Cami
Sokak No: 3 AFYONKARAHİSAR
Tel : 0 272 215 74 84
İmzalı yazılarda sorumluluk imza sahibine aittir.
Gazetemiz Basın Ahlak Yasası'na uymayı taahhüt eder

Su içmek için susamayı beklemeyin

Bunaltıcı sıcaklar tüm Türkiye'yi etkisi altına aldı. Sıcaklık ve nemin artışıyla birlikte vücut ısısında görülen artışın başta beyin olmak üzere diğer hayati öneme sahip organlara da olumsuz etkide bulunduğunu ifade eden Beslenme ve Diyetetik Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Merve Bayram; su içmenin önemine değinerek, su içmek için susamanın beklenmemesi gerektiği konusunda uyarıda bulundu.

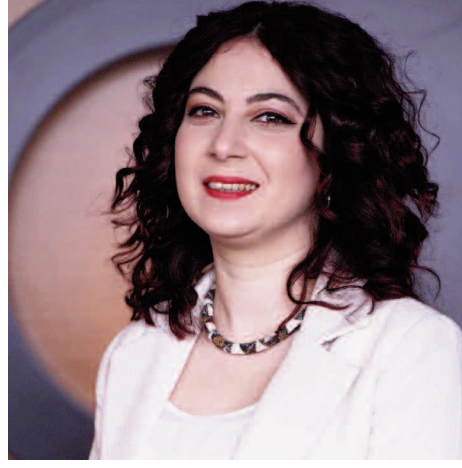


Hava sıcaklığında yaşanan yoğun artış vücutta da belirli değişimleri beraberinde getiriyor. Metabolizma, artan vücut ısısını terleme ile dengede tutmaya çalışsa da, aşırı sıcak havalarda yeterli olamıyor. Artan vücut ısısı da başta beyin olmak üzere diğer hayati öneme sahip organlara olumsuz yönde etki ediyor. Tüketilen besinlere oldukça dikkat edilmesi gerektiğini Beslenme ve Diyetetik Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Merve Bayram, özellikle kronik hastalığı bulunanların, yüksek sıcak havalarda beslenmelerine daha çok dikkat etmeleri konusunda uyarılarda bulundu.

Su tüketiminde zorlanan kişiler için öneriler

Sıvı, vücudun olmazsa olmazı. Özellikle yaz aylarında daha da önemli hâle gelen sıvı takviyesi, hayati bir öneme sahip. Terleme ile

vücutta sıvı, mineral ve elektrolit kaybı görülüyor. Sıvı ve mineral kaybını önlemek için günde en az 2-2,5 litre su içmenin önemine değinen Beslenme ve Diyetetik Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Merve Bayram, "Su içmek için susamayı beklemeyin. Su tüketiminde zorlanan kişiler de, su içimini kolay hale getirmek için suyun içine taze meyve parçaları, nane, limon, zencefil, salatalık gibi yiyecekler ekleyebilirler. Soğuk bitki çayları, ev yapımı limonata, ayran ve maden suyu da sıvı tüketimini artırmaya yardımcı olabilir. Kahve, çay ve gazlı içecekler su tüketme eğilimini azalttığı için, vücutta sıvı kaybının yerine geçmeyecekleri unutulmamalı. Yeterli sıvı tüketiminin olup olmadığını idrar renginden anlaşılabilir. Eğer, idrar rengi renksizse yakınsa sıvı alımı yeterlidir fakat koyu sarı ise sıvı alımı yetersizdir, dikkat edilmesi gerekir" şeklinde belirtti.



"Hem sağlığı hem de çevreyi olumlu yönde etkilediği kanıtlanmış Akdeniz tipi beslenme"

Vitamin, mineral ve su içeriği yüksek sebze ve meyvelerin tüketimi sıcak havalarda büyük önem taşıyor. Meyvenin fruktoz içerdiğinin unutulmaması gerektiğini ve aşırı-

ya kaçılması hâlinde olumsuz sonuçlar doğurabileceğini belirten Bayram, "Sıcak havalarda aşırı yağlı, baharatlı ve şekerli besinlerden kesinlikle uzak durulmalı. Kızartmalar, aşırı yağlı besinler ve sakatlar yerine ızgara, haşlama ve buğulama şeklinde yapılan yağsız etler tercih edilmeli. Balığın da haftada minimum 2 kere tüketilmesine özen gösterilmeli. Aşırı baharatlı yiyecekler bağırsak hareketlerini artırabilir ve vücutta sıvı kaybına yol açabilir. Bunların yerine sıvı, vitamin ve mineral açısından zengin sebze, meyve ve tam tahıllı yiyecekler tüketilmelidir. Hem sağlığı hem de çevreyi olumlu yönde etkilediği kanıtlanmış Akdeniz tipi beslenme buna en güzel örnek" dedi. Akşam yemeği saatinin çok geçe bırakılmaması, mümkünse en geç saat 20.00 gibi yenmesi gerektiğinin altını çizen

Dr. Öğr. Üyesi Merve Bayram, "Uyumadan 2-3 saat öncesinde minik bir ara öğünle günün bitirebileceğini" dedi.

"Tüketilecek besinlerin güneşte uzun süre bekletilmemesine dikkat"

Bayram, sözlerini şöyle sonlandırdı: "Gıda güvenliği özellikle sıcak günlerde daha da önemli bir hâle geliyor. Sıcak havalarda özellikle et ve et ürünleri, tavuk, balık, yumurta, süt ve süt ürünleri içeren yiyecekler daha çabuk bozulmakta ve besin zehirlenmelerine yol açabilmekte. Tüketilirken kesinlikle dikkat edilmesi gerekiyor. Sebze ve meyveler iyice yıkanmalı. Ayrıca, temiz olmayan su kullanımı ve bu sularda yıkanan sebze ve meyvelerin tüketilmesi ishale yol açabilir. Tüketilecek besinlerin güneşte uzun süre bekletilmemesine de dikkat edilmelidir." >>İHA

Bakımsız klima bebeğinizi zatürre yapabilir



"KLİMANIN ÇOCUĞUNUZA DİREKT ÜFLEMESİNİ ÖNLEYİN. BUNUN İÇİN KLİMANIN BAŞLIĞINI YUKARI DOĞRU ÇEVİRİN."

Ara sıra bebeğin burun ucu veya kollarından üşüyüp üşümediğini kontrol edin. 'Soğuk oldu kapatalım, sıcak oldu klimayı açalım' diyerek aç kapa yapmayın. Çocuğunuz terleyip üşüyeceği için hemen hasta olur. Sıcaklığı ayarlayın ve odanın sıcaklığını sabit tutun. Birçok bakteri, hava yoluyla bebeklere zarar vererek zatürre olmalarına yol açar. Bu nedenle klimanın bakımı asla ihmal etmeyin, düzenli aralıklarla filtresini temizleyin. Klima kullanılan odanın camlarını açarak doğal yollarla havalandırılmasına dikkat edin. Bebeğinizi klimalı odada uyutacaksanız ince pamuklu bir battaniye ile üstünü örtün."

ODA SICAKLIĞI 20-24 DERECE OLMALI

Çocuklu ve bebekli evlerde oda sıcaklığının 20-24 derece olması gerektiğini aktaran Dr. Öğr. Üyesi Gökmen Alpaslan Taşkın, yaptığı açıklamada şunları kaydetti; "Gündüzleri oda sıcaklığı 20-24 derece arasında olmalı, geceleri ise 1 derece düşürülmelidir. Yenidoğan döneminde 22-24 derece idealdir. Prematüre bebeklerin cilt altı yağ dokusu yeterli kadar gelişmemiş olduğundan vücut ısılarını koruma refleksi tam olarak gelişmez. Bu nedenle prematüre bebeklerin oda sıcaklığının zamanında doğan bebeklere kıyasla 1-2 derece yüksek olması gerekir. İdeal nem oranı yüzde 50'dir. Nem oranının

Bakterilerin hava yolu ile bebeklere zarar verip, zatürreye yol açabileceğini ifade eden Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Bölümü Dr.

Öğr. Üyesi Gökmen

Alpaslan Taşkın,

"Klimanızın bakımını asla ihmâl etmeyin" uyarısında bulundu.

yüzde 65'ten fazla veya yüzde 35'ten az olmamasına dikkat edilmelidir." İdeal oda sıcaklığının olması gerekenden yüksek olduğu durumlarda ise oda içindeki nem oranının azalarak havanın kuruyacağı bu durumun da bebeklerde hastalık riskini yükselttiğini belirten Dr. Öğr. Üyesi Taşkın, "Sıcak ve kuru havayı soluyan çocuğunuzun solunum yolları olumsuz etkilenir. Burun tıkanıklığı gibi problemlere yol açar. Sıcak havada sürekli uyuma isteği oluşur ve

bebeğinizin beslenme gibi günlük rutinleri olumsuz etkilenir. İsilik gibi çeşitli cilt problemleri görülür" ifadelerini kullandı.>>İHA



Türkiye son yılların en sıcak günlerini yaşıyor. Uzmanlardan sıcak hava dalgası için uyarı geldi. Bunaltıcı sıcaklarda evinde ve kapalı ortamlarda rahat geçirmek isteyenler tek çareyi yoğun klima kullanımında buluyor. Alışveriş merkezlerinden araçlara kadar hemen her ortamda kullanılan klima serinletmesine serinletiyor ama hastalıklara da sebep olabiliyor. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Bölümü Öğr. Üyesi Gökmen Alpaslan Taşkın da klima bakımının ihmale gelmemesi gerektiğini söyleyerek, "Birçok bakteri hava yolu ile bebeklere zarar verip, zatürre olmalarına sebebiyet verir" ifadesini kullandı. Bebek için ideal oda sıcaklığının 22-25 derece olması gerektiğini aktaran Taşkın, bebekli evlerde klima kullanımında dikkat edilmesi gerekenleri sıraladı;

Yaz aylarında sorunsuz gebelik için uzmanından tüyolar

Özel Fuar Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Cemile Kurttay, gebeler için yaz aylarında dikkat edilmesi gerekenler hakkında bilgiler verdi.

Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Cemile Kurttay yaptığı açıklamada; "Günlük beslenmeyi üç ana ve üç ara öğüne yaymak, gaz ve hazımsızlık gibi şikayetleri önüyor. Dengeli beslenme ile kilo kontrolünü sağlamak kolaylaşıyor, metabolizma bu şekilde daha ritmik çalıştığı için gebeliğin getirdiği yorgunluk hissi oluşmuyor. Bebeğin içinde bulunduğu amniyon sıvısı ve plasentanın, içeriğinin zenginliğini sağlamak için hamilelikte sıvı tüketimi her mevsim önem taşıyor. Ancak hormon değişikliği nedeniyle daha fazla terledikleri için, hamilelerin kaybettikleri besin öğelerini yerine koymaları açısından sıvı tüketiminin önemi yazın daha da artıyor" dedi.

AYAKLARINIZI UZATIN, DİNLENİN

"Hamilelik döneminde damarların geçişkenliği artıyor" diyen Kurttay; "Buna bağlı olarak da cilt altında ödem görülüyor. İstirahat ile kan akışında artış sağlanıyor. Bu yüzden özellikle çalışan hamilelerin

gün içerisinde ayaklarını uzatarak dinlenmesi ödemi azaltıcı bir yöntem oluyor. Hekime danışılarak yapılan tempolu düşük yürüyüşler, vücutta insülinin düzenli salınımını sağlayarak hızlı kilo alımını engelliyor. Hamilelik döneminde yapılabilecek iki güzel spor var; yürüyüş ve yüzme. Sağlık sorunu yaşamayan hamileler, hekimlerine danışarak son haftalarına kadar yüzebilirler. Ancak deniz ya da havuz suyunun temiz olması çok önemli. Çünkü bazı vajen enfeksiyonları su kesesinin yırtılmasına, dolayısıyla erken doğuma neden olabiliyor" ifadelerini kullandı.

GÜNEŞE DİKKAT EDİN

Kurttay; "Hamileler güneş ışınlarının dik geldiği 11:00-16:00 saatleri arasında dışarı çıkmamalı. Bu saatlerde dışarı çıkmak zorunda kalan hamilelere, şapka kullanmaları ve 50 koruma faktörlü bir krem sürmeleri öneriliyor. Güneşin zararlı etkilerinden kaçınmak ve yararlarından faydalanmak gerekiyor. Çünkü cilt aracılığı ile alınan güneş ışınları, D vita-

mininin sentezlenmesini, kalsiyum ve mineralin vücut tarafından emilimini sağlıyor. Kalsiyum; kemik, diş ve organ gelişimini etkilediğinden hamileler için önem taşıyor" diye konuştu.

SOL TARAFINIZA YATIN

Kurttay sözlerini şöyle tamamladı: "Hamilelerin uterusu giden damarları baskıdan kurtarmak için sola yatmaları öneriliyor. Sırtüstü yatılması, "vena kava" adlı büyük toplardamarda baskıya neden olabiliyor. Bu durum, hamilelerin tansiyonlarının düşmesine ve baygınlığa yol açabiliyor. Aynı zamanda fetusa giden oksijenin azalması nedeniyle de riskli bir durum oluşabiliyor. Hamilelikte seyahatin en rahat yapılabileceği dönem ikinci trimester, yani 13-28. haftalar arası. Bu, öncesinde ya da sonrasında tatile gidilemez, anlamına gelmiyor. Ancak, özellikle son trimesterde tatile çıkmadan önce doktor kontrolünden geçilmesi öneriliyor."

>> İBRAHİM ARTIÇ

Kadın Hastalıkları ve Doğum
Op. Dr. Cemile KURTAY

Dinar'da revizyon şart

Türk Eğitim- Sen Afyonkarahisar Şube Başkanı Muhtar Demirci, sosyal medya hesabından Dinar İlçe Müdürlüğünde yaşanan tirajı komik bir olayı paylaştı.



Başkan Demirci, sosyal medya hesabından, "Dinar da görevli bir arkadaşımız Mart 2023'te emekliliğe ayrılır, buraya kadar her şey normal. Fakat Dinar İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü emekliye ayrılmış arkadaşına Nisan ayından itibaren maaş yatırmaya devam ederler hem de Temmuz maaş ve farkı dahil. Herhalde Türkiye'deki emeklilerin ekonomik olarak zorda olduğunu düşünüp çift maaş vermek istediler. Biz daha önce sendikamıza üye olan kişinin sendikamıza kesintisi yapılması için Dinar da bir yıla yakın uğraştık, sonunda konu soruşturulmuştu. Tüm bunlar gösteriyor ki, Dinar İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'nde işler iyi gitmiyor, ciddi metal yorgunluğu var, dinlenmeye alınmalıdır. Ayrıca İlçe Müdürlüğü'nün yazısının neresini düzeltmeliyim bilemedim, her yer hata. 1- Dinar Türk Eğitim- Sen Temsilciliktir, Şube değil, 2- Sendika kesintileri temsilcilik hesabına, şube hesabına kesilmez, direkt genel merkez hesabına kesilir, siz parayı yaptırdığımız hesabın muhatabına yazmalısınız. 3- emekliye çift maaş vermenizi olumlu (!) bulmakla birlikte, bu nasıl devlet işi yapmaktır? Yetkililer gereğini yapmasını bekliyoruz" dedi. >>ANAHABER

LGS Türkiye birincisi için özel veda

Milli Eğitim Bakanlığı tarafından 4 Haziran'da gerçekleştirilen Liselere Giriş Sınavı (LGS) sonrasında 500 tam puan elde ederek Galatasaray Lisesi'ne kabul edilen Kocatepe Ortaokulu öğrencisi Elif Aytulun için özel bir program düzenlendi.

Kocatepe Ortaokulu öğrencisi olan ve Afyonkarahisar'dan LGS'de 500 tam puan alan 8 öğrenciden biri olma başarısı gösteren Elif Aytulun için okul yönetimi tarafından özel bir veda programı düzenledi. Düzenlenen veda programında konuşan Kocatepe Ortaokulu Müdürü Tahsin Savaş, Elif'in elde ettiği başarıdan dolayı kendisini ve ailesini tebrik etti. Savaş; "Kocatepe Ortaokulu olarak 2020 yılının ardından 2023 yılında da LGS'de tam puan elde ederek Türkiye Birincisi çıkarmanın mutluluğunu yaşıyoruz. Milli Eğitim Bakanlığı tarafından 4 Haziran 2023 tarihinde yapılan LGS'de okulumuz öğrencilerinden Elif Aytulun tüm sorulara doğru yanıt vererek 500 tam puan aldı ve Türkiye Birincisi oldu. Ben bu süreçte öğrencimiz Elif'i, Aytulun Ailesini ve özveriyle çalışan idarecilerimiz ile öğretmenlerimiz tebrik ediyorum. Pazartesi günü itibarıyla de yerleştirme sonuçları açıklandı ve Elif, Galatasaray Lisesi'ne yerleşti. Ben gelecek süreçte Elif'in istikrarlı ve disiplinli bir şekilde çalışacağını bildiğim için Lise ve Üniversite hayatında da başarılı yerlere geleceğine inanıyorum ve eğitim hayatında başarılar diliyorum" dedi.



PLANLI VE ÇOK TEKRARLI BİR ÇALIŞMA SÜRECİ GEÇİRDİM

Kocatepe Ortaokulu idareci ve öğretmenleri ile ailesinin göğsünü kabartan başarıya imza atan Elif Aytulun ise başarısının sırrını anlattı. Elif; "Eğitim sürecimde günlük ders programımın yanı sıra hafta sonu düzenlenen destek kurslarıyla birlikte evde konu tekrarları yaparak ve testler çözerek hazırlandım. Sınavda tüm soruları doğru cevaplayarak tam puan aldığım için çok mutlu olmuştum. Bu süreçte okul idarecileri ve öğretmenlerimden çok ciddi destek gördüm. Düşük hedeflerle başladığım süreçte zamanla hedeflerimi yükselttim. LGS sonrasında topladığım 500 puan ile Lise eğitimi için Galatasaray Lisesi'ni tercih ettim. Gelecek için mimarlığı düşünüyorum ancak elbette zamanla değişiklik olabilir. İyi bir eğitim süreci geçirmek için çalışmaya devam edeceğim" diye konuştu.

AYTULUN AİLESİ KIZLARIYLA GURUR DUYUYOR

LGS'de 500 tam puan alan kızları Elif ile gurur duyduklarını ifade eden anne Sevgi Aytulun; "Kızımız disiplinli ve planlı bir çalışma anlayışıyla eğitim

sürecini yürüttü. Kendisine ders çalışması yönünde hiç telkinde bulunmamıza fırsat vermedi. Kendi sistemini kuran ve kendi kararlarını verebilen bir çocuktur. Öğretmenlerinin de yönlendirmesi doğrultusunda günlük testlerini de çözerek hazırlanırken bilmediği konularda da danışarak destekler aldı. Başarılı ve disiplinli çalışmasının karşılığını da sınavda aldı. Başarısıyla da bizi gururlandırdı" dedi.

AİLE-OKUL-ÖĞRENCİ SİNERJİSİNDEN GÜZEL BİR SONUÇ ÇIKTI

Kızının başarısıyla büyük bir gurur ve mutluluk yaşadığını ifade eden baba Bahadır Aytulun ise; "Kızıma ve öğretmenlerine çok teşekkür ediyorum. Aile-okul-öğrenci sinerjisinden güzel bir sonuç çıktı. Bize çok güzel bir gurur ve mutluluk yaşattılar. Elif için yeni bir süreç başlayacak. Galatasaray Lisesi'nde de başarılı bir eğitim hayatı geçireceğine inanıyorum" ifadelerini kullandı. Veda programının son bölümünde okul yönetimi adına Okul Müdürü Tahsin Savaş tarafından başarılı öğrenci Elif Aytulun'a gösterdiği başarıdan dolayı hediye olarak bir adet çeyrek altın ve başarı plaketi takdim edildi. >>İZET İŞİK



Cumhurbaşkanı Erdoğan'dan Mescid-i Aksa mesajı

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, "Mescid-i Aksa başta olmak üzere kutsal mekanların tarihi statükosunun değiştirilmesine yönelik eylemleri kabul etmemiz mümkün değildir" dedi.

Cumhurbaşkanı Erdoğan, Filistin Devlet Başkanı Mahmud Abbas ile ortak basın toplantısı düzenledi. Abbas ve heyetini ağırlamaktan memnuniyet duyduğunu ifade eden Erdoğan, Abbas'ın son olarak geçtiğimiz yıl ağustos ayında Türkiye'yi ziyaret ettiğini hatırlattı. Erdoğan, Abbas ile olan yakın teması süreç içinde devam ettirdiklerini belirterek, "Son seçim sürecinde Filistin halkının tüm desteğinin duasını desteğini yanımda hissettik" dedi.

"İSLAM DÜNYASININ FARKLI KÖŞELERİNDEKİ YÜZ MİLYONLARCA KARDEŞİMİZİN GÜVENİNİ BOŞA ÇIKARMAYACAĞIZ"

Cumhurbaşkanı Erdoğan, Filistin halkına seçim sürecindeki destekleri için teşekkür ederek, "Tüm Filistin halkına sevincimize ortak oldukları için teşekkür ediyorum. İslam dünyasının farklı köşelerindeki yüz milyonlarca kardeşimizin güvenini boşa çıkarmayacağız. Bugünkü

görüşmelerimizde Filistin'deki gelişmeleri ayrıntılı şekilde ele aldık. İlişkilerimizin daha da geliştirilmesine yönelik atılacak adımları değerlendirme imkanımız oldu." diye konuştu. Filistin devletinin kapasitesinin güçlenmesine, halkın mevcut refahının yükselmesine yönelik Türkiye'nin desteğinin devam edeceğini ifade eden Cumhurbaşkanı Erdoğan, Filistin meselesinin uzun bir süredir uluslararası toplumun gündeminde hak ettiği ilgiyi toplayamadığına vurguladı. BM başta olmak üzere uluslararası camianın Filistin meselesine angaje olmasının mühim olduğunun altını çizen Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Türkiye olarak Filistin halkıyla dayanışmamızı, Filistin davasına desteğimizi en güçlü şekilde sürdürüyoruz, sürdüreceğiz. Gün geçtikçe artan can kayıplarından, yıkımlardan derin endişe duyuyoruz. Bölgede adil ve kalıcı barışın tek yolu iki devletli çözüm vizyonunu savunmaktan geçmektedir. Mescid-i Aksa başta olmak üzere kutsal mekanların tarihi statükosunun değiştirilmesine yönelik eylemleri de kabul etmemiz mümkün değildir. Filistinli kardeşlerimiz arasındaki birlik ve uzlaşma bu süreçteki temel unsurlardan biridir. Bu alanda her türlü desteği sağlamaya hazır olduğumuzu değerli kardeşimle paylaştım. Faaliyetlerine büyük önem attığımız BM Filistinli Mültecilere Yardım Ajansına katkılarımız devam edecektir. Görüşmelerimizde ikili münasebetlerin yanı sıra bölgesel gelişmeler hakkında da görüş alışverişinde bulunduğumuzu açıklamasında bulundu. Erdoğan, Ramallah'da bir meydana adının verilmesinden dolayı duyduğu memnuniyeti ifade etti. Filistin Devlet Başkanı Abbas ise "Bu tür toplantıları önemsemekteyiz. Türkiye'nin Filistin halkına vermiş olduğu desteklerini önemsiyoruz. Bu bağlamda Türkiye'nin daha çok gelişim ve atılım kaydetmesini arzu etmekteyim. Son dönemde gerçekleşen seçimlerden dolayı sizleri kutlarım. Körfez ülkesine yap-

mış olduğunu başarılı ziyaret Türkiye'nin uluslararası etkinliğini ortaya koymaktadır. Elektrikli aracınızı üretmenizden dolayı sizleri tebrik ederim. Bugün iki ülke arasındaki ilişkilerin daha da gelişmesi adına neler yapabileceğimizi gördük. İsrail işgali daha da güçlendirmek adına bir çok gelişmelere devam etmektedir. Filistinliler olarak meşru hakları koruyabilmek adına gerekli çabalarımızı yapmaktayız. Türkiye her daim Filistin'in uluslararası arenada haklarını savunmaktadır. BM Genel Kurulu, İsrail işgali ile ilgili görüş istemiştir. Amacımız, Filistin halkını ve topraklarını tehdit eden zorluğun ortadan kaldırılması olmuştur." dedi.>>İHA



İsrail medyası

"Netanyahu, Erdoğan'ı yalnızca kıskanabilir"



İsrail merkezli Haaretz gazetesi, Türkiye'ye yönelik hazırladığı analiz haberde Türkiye'nin dış politikasını mercek altına aldı. "Netanyahu Erdoğan'ı yalnızca kıskanabilir" başlıklı yazıda, Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın İsrail Başbakanı Binyamin Netanyahu'nun aksine dış politikasını "Moskova ile Washington ve Ukrayna ile Rusya arasında yönlendirebilir." ifadeleri kullanıldı. "Netanyahu, Cumhurbaşkanı Erdoğan ile görüşme gerçekleştireceği Türkiye ziyaretini ertelemeydi imrenilecek bir

lider ile karşılaşacaktı" ifadelerine yer verildiği yazıda, Türkiye'nin ABD'nin en iyi dostu olduğu kaydedildi. Rusya'nın Tahıl Koridoru Anlaşması'ndan çekilmesinin ardından ABD Dışişleri Bakanı Antony Blinken'in, "ABD, Rusya'yı Karadeniz Tahıl Anlaşması'na geri götürme konusunda Türkiye'ye güveniyor. Türkiye'nin bu anlaşmayı yeniden işlevsel hale getirmesinde zaten oynadığı liderlik rolünü oynamasını bekliyoruz" ifadelerine yer verildi. Yazıda "6 ay önce, Netanyahu böyle bir mesajın yalnızca hayalini kurabilirdi" denildi.

"ERDOĞAN AÇISINDAN ZAMANLAMASI HARİKAYDI"

Analiz yazısında şu ifadeler kullanıldı: "Tahıl Anlaşması, Cumhurbaşkanı Erdoğan'ın geçtiğimiz yılki en önemli başarısıydı. Erdoğan açısından zamanlaması harikaydı. Cumhurbaşkanı Erdoğan'ın, Rusya Devlet Başkanı Vladimir Putin ile yakın ilişkileri var. Bu, Türkiye'nin Avrupa Birliği ve ABD tarafından Rusya'ya uygulanan yaptırımları uygulamamasından da açıkça belli. İki ülke arasındaki ticaret geçtiğimiz yıl neredeyse ikiye katlandı. Rusya'nın,

İsrail merkezli Haaretz gazetesi yayınladığı analiz haberinde Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ile İsrail Başbakanı Binyamin Netanyahu'yu karşılaştırarak "Netanyahu, Erdoğan'ı yalnızca kıskanabilir" ifadelerin kullandı.

Türkiye'ye ihracatı 59 milyar doları bulurken, Türkiye'nin Rusya'ya ihracatı 10 milyar dolara yükseldi." Gazete, tahıl ihracatında her iki taraf içinde olumlu sonuçlar alındığını ifade ederek, "Erdoğan, kendisini yine uluslararası bir arabulucu rolünde buluyor" ifadeleri kullanıldı. Lahey'deki Uluslararası Ceza Mahkemesi tarafından Putin için çıkarılan yakalama kararının Putin'in gezilerini etkilediği ifade edilen yazıda, "Rusya Devlet Başkanı Putin, Johannesburg'da gerçekleştirilecek BRICS toplantılarına katılmayacağını duyurmuştu. Putin'in Türkiye ziyareti şimdilik askıya alındı." denildi.>>İHA

Bunları biliyormuydunuz ?

SU VÜCUDUN EN ÖNEMLİ BESİN KAYNAĞIDIR



Su besin kaynağı mıdır ?

Su, vücudumuzun hayati fonksiyonlarının birçoğunda yer almaktadır. Su, hücrelere mineraller, vitaminler ve glikoz gibi temel besin öğelerini dağıtan bir taşıyıcıdır.

1 günde en fazla kaç litre su içilmeli ?

Her gün tüketilmesi gereken, evrensel olarak kabul edilmiş bir su miktarı yoktur, ancak sağlıklı miktarın ne olduğu konusunda genel bir fikir birliği vardır. Buna göre erkekler için yeterli miktar günde yaklaşık 3 litre, kadınlar için ise yaklaşık 2 litredir.



Kanın vücuttaki akışkanlığını su sağlamaktadır. Su, oksijen ve besin öğelerini hücrelere taşıyarak, hücrelerin fonksiyonlarını sağlıklı şekilde gerçekleştirebilmeleri için gerekli olan katı maddelerin çözünmesini sağlamaktadır. Kasların dengesi ve eklemelerin kayganlığı su ile sağlanmaktadır.

>>>KADER KAYA

Başmakçı'da Spor Okulları eğitimleri devam ediyor

Afyonkarahisar'ın Başmakçı ilçesinde Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Okulları kapsamında ve Halk Eğitim Müdürlüğü destekleriyle 5-18 yaş aralığındaki gençlere ücretsiz olarak; futbol, voleybol, futsal, tenis, badminton ve atletizm eğitimleri veriliyor.



Gençlere yönelik Başmakçı'da düzenlenen Spor Okulları projesi, futbol, voleybol, futsal, tenis, badminton ve atletizm gibi çeşitli spor dallarında spor eğitimi imkanı sunuyor. Başmakçı'da sürdürülen GSB Spor Okulları eğitimlerine yönelik açıklamalarda bulunan Afyonkarahisar Gençlik ve Spor İl Müdürü İsmail Hakkı Kasapoğlu: "Spor eğitimleri, uzman antrenörler tarafından yapılıyor, böylece gençlerin teknik ve taktiksel gelişimleri sağlanıyor. Ayrıca, spor

okulları, sporcu gençlerimiz arasındaki sosyal ilişkileri de güçlendiriyor" şeklinde konuştu. Başmakçı Gençlik ve Spor İlçe Müdürü Doğan Çakar: "Spor Okulları projesinin temel amacı, gençlerin boş zamanlarını daha aktif ve üretken bir şekilde değerlendirmeye yardımcı olmaktır. Gençler, ilgisi olan spor branşlarına başvuru yapıp, uzman eğitmenlerimiz tarafından yetiştiriliyor. Emeği geçen herkese teşekkür ediyorum" dedi.>>TUĞRUL ŞAHİN



Sandıklı'da Sokak Futbol Turnuvası düzenlendi

Afyonkarahisar Sandıklı Gençlik Spor İlçe Müdürlüğü koordinesinde 6-12 yaş aralığındaki çocuklara yönelik Sokak Futbol Turnuvası düzenlendi.

SANJİM Spor Kulübü ve Gençlik Spor İlçe Müdürlüğü tarafından 24 Temmuz günü Belediye Meydanı'nda geleneksel haline

düzenlendi. 6-12 yaş aralığında 60 takım ve 400 genç futbolcunun katıldığı turnuva 4 Ağustos'ta yapılacak final maçıyla son bulacak.>>TUĞRUL ŞAHİN



Başkan Zeybek Basın personelinin bayramını kutladı

Belediye Başkanı Mehmet Zeybek, belediyede görev yapan basın personellerinin gününü kutladı.

Belediye Başkanı Mehmet Zeybek, 24 Temmuz Gazeteciler ve Basın Bayramı dolayısıyla Belediye Basın Birimi personellerine ziyarette bulundu. Ziyarette; Basın personellerimizin bayramını kutlayan Başkan Zeybek, belediyenin proje ve hizmetlerinin tanıtılması noktasında önemli bir sorumluluk üstlenen, personellere çalışmalarında kolaylıklar diledi. Basın Biriminin yaptığı çalışmalar hakkında bilgiler alan Zeybek, yapılacak çalışmalara ilişkin de istişare etti. Yapılan ziyarette Basın Yayın ve Halkla İlişkiler Müdürü Süleyman Kaya, YUNTAŞ Genel Müdürü Arif Birsen ile Basın Yayın Birim Sorumlusu Şükrü Çubuk hazır bulundu. Zeybek Başkan, Basın Yayın ekibi ile birlikte çay içerek sohbet etti. Ziyaret anısına fotoğraf çekildi.



YOL ARKADAŞLARIMIN 24 TEMMUZ BASIN BAYRAMINI TEBRİK EDİYORUM

Başkan Mehmet Zeybek başarılı çalışmalarını nedeni ile ekip arkadaşlarını tebrik ederek yaptığı konuşmada; "Yatırımlarımızın ve faaliyetlerimizin yerel ve ulusal basınıma, kamuoyuna duyurulmasında sizlerin büyük katkısı ve emeği var. Birlik ve beraberlik içinde Afyonkarahisar Belediyesi olarak çalışmalarımızı en iyi şekilde duyurmak için gayret ve çabalarımızı takdir ediyoruz. Günümüz iletişim ve bilişim çağı. Hal böyle olunca tüm kurumlar gibi bizde çalışmalarımızı sosyal medyadan aktarıyoruz. Bu mecra video, fotoğraf içeriklerinin hazırlanması ve bunların çekim aşamalarını an be an takip ediyorsunuz. Bizimle birlikte siz de sürekli sahadasınız. 7/24 özveri ile çalışarak bizleri de en iyi şekilde temsil etmenizden dolayı teşekkür ediyorum. Her zaman söylüyorum, biz bir aileyiz. Bir nevi yol arkadaşlığı yapıyorsunuz. Birlikte daha çok çalışıp, Afyonkarahisar'ımıza nice hizmetler kazandıracağız. 24 Temmuz Gazeteciler ve Basın Bayramınızı tekrardan kutluyorum. Başarı ve kolaylık diliyorum" dedi. Basın Yayın Birimi ise çalışmalarını en iyi şekilde gerçekleştirmek adına her zaman destek veren Başkan Mehmet Zeybek'e nazik ziyareti ve ilgisi dolayısıyla teşekkür ettiler.>>TUĞRUL ŞAHİN

Hıdırlık'da yangın çıktı

Afyonkarahisar kent merkezinde Hıdırlık tepesi diye adlandırılan bölgedeki ormanlık alanda çıkan yangın yaklaşık 1,5 saatlik müdahalenin ardından söndürülürken, yangında 40 bin metrekairelik alanın zarar gördüğü belirtildi.



Yangın, dün öğle saatlerinde meydana geldi. Hıdırlık tepesindeki ormanlık alanda henüz belirlenemeyen bir sebepten ötürü bir anda alevler yükseldi. İhbarın ardından bölgeye çok sayıda Afyonkarahisar Belediyesi İtfaiye Müdürlüğüne bağlı ekip sevk edildi. Olay yerine gelen ekipler arazi engebeli olduğu için bir süre yangına müdahale edemedi. Ardından ekipler farklı yollardan yangın bölgesine ulaşarak alevlere müdahale etti. Çok

sayıda çam ağacının zarar gördüğü yangına daha sonra Afyonkarahisar Orman İşletme Müdürlüğü ekipleri de müdahale etti. Yangın ekiplerin yaklaşık 1,5 saat süren uğraşları sonucu söndürüldü. Yangının çıkış nedeninin belirlenmesi için inceleme başlatılırken, ölen ya da yaralananın olmadığı olayda kaplumbağalar başta olmak üzere birçok canlının zarar gördüğü belirtildi.>>İBRAHİM ARTIÇ

İçme sigarayı
sağlıkta
sıhhatte kal,
içersen
bırakmaz
sende hal



YEŞİLAY
Ahmet Yeşilay

**Sigara hem
öldürür hem
süründürür**



Bu fabrikada günlük 50 bin ekmek üretilecek

Afyonkarahisar Belediyesi sağlıklı ve uygun fiyatlı olan halk ekmeği herkes tüketebilsin diye YÜNTAŞ AŞ. iştiraki ile kuracağı Halk Ekmek Fabrikasında inşaat çalışmaları tüm hızıyla sürüyor.

Belediye Başkanı Mehmet Zeybek, Fuar Alanına kurulan tesiste incelemelerde bulundu. 2 bin 924 metrekare alanda halkın en temel gıda ürünü ekmeğe ucuz, sağlıklı ve kaliteli bir şekilde erişebilmesi için hayata geçirilecek Halk Ekmek Fabrikasında çalışmalar devam ediyor. Fuar alanında 2 bin 924 metrekare alanda kurulan tesis kısa zamanda hizmete alınması planlanırken yapacak fırınlar ve makinelerin kurulumu ise ekiplerden tarafından titizlikle gerçekleştiriliyor. Günlük 50 bin ekmek üretim kapasiteli olacak fabrikada üretilen ekmekler büfelerde satışa sunulacak vatandaşların sofralarına ulaştırılacak. Halk Ekmek Fabrikası ile insan sağlığına en uygun ekmek ve unlu mamulleri, özel diyet gerektiren gruplar, tam buğday, çavdarlı, tuzsuz, kepekli, zeytinyağlı, Gastronomi Şehri Afyonkarahisar'ın UNESCO tescilli patatesli ev ekmeği de dâhil olmak üzere tüm bireyler için en ekonomik şekilde sunulacak.



"HEDEF GÜNLÜK 50 BİN EKMEK ÜRETİMİ"

Başkan Mehmet Zeybek konuya ilişkin yaptığı açıklamada; "Fuar alanında inşaat çalış-

malarında sona geldiğimiz Halk Ekmek Fabrikamızda incelemelerde bulduk. Günlük 50 bin ekmek üretilen olan fabrikada, yöresel ekşi mayalı Afyon Ekmeği de halkımızın hizmetine sunulacak. Şehrimize hayırlı olsun" dedi. >>İZZET İŞİK



Çay MYO'da devir teslim töreni düzenlendi

Afyon Kocatepe Üniversitesi (AKÜ) Çay Meslek Yüksekokulu (MYO) müdürlük görevine Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Mustafa Yalçın getirildi.



Gerçekleştirilen devir teslim törenine AKÜ Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Şuayıp Özdemir, Çay MYO Müdürü Doç. Dr. Mustafa Yalçın ve Çay MYO eski Müdürü Prof. Dr. Fatih Onur Hocaoğlu ile birlikte akademik ve idari personel katıldı. Devir teslim töreninde konuşan Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Şuayıp Özdemir, yürütülen görevlerin bir bayrak yarışına benzediğini belirterek Prof. Dr. Fatih Onur Hocaoğlu'na emeklerinden dolayı teşekkür etti. Özdemir, Doç. Dr. Mustafa Yalçın'a da yeni görevinin hayırlı olmasını diledi. >>TUĞRUL ŞAHİN

100. Yıl motosiklet sürüşüne davetlisiniz

Cumhuriyetin temellerinin atıldığı Afyonkarahisar, Milli Mücadelenin yıl dönümünde "100. Yıl Motosiklet Sürüşü" etkinliği düzenleyecek.

30 Ağustos 2023 tarihlerinde Gençlik ve Spor Bakanlığı, Afyonkarahisar Valiliği, Afyonkarahisar Belediyesi, Türkiye Motosiklet Federasyonu ve Anadolu Motor ve Doğa Sporları Kulübü işbirliği ile düzenlenecek olan "100. Yıl Motosiklet Sürüşü" etkinliğine tüm Afyonkarahisar davet edildi. Kurtuluş mücadelesinin köklü hatrasını yaşatmak üzere Cumhuriyetin 100. yılını zaferin kazanıldığı topraklar olan Afyonkarahisar'da büyük bir coşkuyla kutlanacak. Bu önemli günde motosiklet sürüşüne katılmak isteyenler kayıt formunu eksiksiz ve sadece 1 kayıt yaparak doldurmaları gerekmektedir. Etkinlik programı ise şöyle; 30 Ağustos Çarşamba Saat 09:15 Festival alanından hareket edilecek Anıt Meydan'da toplanılacak. Saat 10:00 Anıt Meydan'dan- Kocatepe'ye hareket edilecek. Orada Saygı Duruşunda bulunulacak ve İstiklal Marşı okunacak. Daha sonra ise rehber eşliğinden günün anlam ve önemine özel anlatım yapılacak. >>İZZET İŞİK

