

# Fuar Hastanesi

Fair Hospital

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

0272 223 44 44

0850 259 30 33



## TAYTAK, "Türk gençleri, vatan diyor, bayrak diyor"



Milliyetçi Hareket Partisi MYK Üyesi ve Afyonkarahisar Milletvekili Mehmet Taytak, "Şimdi Z kuşağı gençler böyle, Z kuşağı gençler şöyle diye bir şey anlatmaya çalışıyorlar. Daha önce milliyetçiliği yük gören Türk gençleri şimdi bozkurt işareti ile geziyorlar. Vatan diyorlar, bayrak diyorlar" dedi. Kongrelerin hayırlı olmasını dileyerek konuşmasına başlayan Milletvekili Taytak, "9 Ağustos tarihinde başlayan ilçe kongrelerinin hayırlı olması diliyorum. 15 Temmuz öncesine kadar AK Parti ile olan mücadelelerimizi biliyorsunuz. O günkü mücadelemizde derdimiz neydi. Diyorduk ki fetö ile bu muhabbeti kesin, HDP ile PKK ile bu ilişkiyi kesin, çözüm sürecinden vazgeçin, milli değerlerimiz üzerinde yürüyelim. Tarihi her zaman genel başkanımızı haklı çıkarmıştır, haklı çıktık.>>8'DE

## AKÜ Rektörü Karakaş'tan, Komutan Alp'e ziyaret

AKÜ Rektörü Prof. Dr. Mehmet Karakaş, Tümgeneralliğe terfi ederek Milli Savunma Bakanlığı Harita Genel Müdürlüğüne atanan Afyonkarahisar İkmal ve Garnizon Komutanı Tümgeneral Osman Alp'e veda ziyaretinde bulundu.



Nezakat ziyaretinden dolayı Tümgeneral Alp, Rektör Karakaş'a teşekkür etti. Karakaş ise Alp'i tebrik ederek yeni görevinde başarılar diledi. Rektör Karakaş, Alp'e üniversitemizin yayını olan "Yüzyüncü Yılında Büyük Tarz ve Başkomutan Meydan Muharebesi" adlı kitabı hediye etti. >>ANAHABER

# Emniyet göz açtırmıyor

Afyonkarahisar'da polis tarafından 'kumar, tombala, oyun makineleri ve yasa dışı bahis' denetimi gerçekleştirildi.

Ülke genelinde gerçekleştirilen "kumar, tombala, oyun makineleri ve yasa dışı bahis" denetimi Afyonkarahisar'da da yapıldı. Denetime 97 polis katıldı. Yapılan denetimde 79 işyeri kontrol edilirken, 623 şahsın ise Genel Bilgi Taraması (GBT) üzerinden kimlik sorgulamaları yapıldı. Denetim sonrasında 4 şahıs ve 2 iş yeri hakkında işlem yapıldığı bildirildi. >>MEVLÜT TINAS



## MHP Merkez ilçede görev değişimi

Milliyetçi Hareket Partisi (MHP) Afyonkarahisar Merkez İlçe Başkanı Av. Fahri Fevzi Kartal, dün düzenlenen törenle görevini İbrahim Danaoğlu'na devretti. MHP Afyonkarahisar Merkez İlçe Başkanı İbrahim Danaoğlu, Fahri Fevzi Kartal'ın, 7 yıldan fazla süredir Merkez İlçe Başkanlığı'nda pek çok emeği olduğunu belirtti. Danaoğlu, şunları kaydetti: "Fahri Fevzi Kartal Başkanuma yönetim kurulu üyelerim ve şahsım olarak emekleri için teşekkür ediyorum. Hizmetlerini daha ileriye götüreceğimizden emin bir şekilde bizlere destek verdi. Bizlerde bu hizmetleri daha ileriye götüreceğimizden emin şekilde görevi devir alıyoruz" dedi.>>2'DE



## Hafızlar belgelerini aldı

Diyanet İşleri Başkanlığı Eğitim Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından yapılan "Hafızlık Tespit Sınavı"nda başarılı olup, belge almaya hak kazanan hafızlara belgeleri, Salar Fatih Kur'an Kursunda yapılan programla takdim edildi. >>2'DE



## Çarpışan otomobillerden birinin tekerleği koptu, 2 çocuk yaralandı

Afyonkarahisar'da iki otomobilin çarpışması sonucu meydana gelen trafik kazasında araçlardan birinin tekerleği koparken, kazada 2 çocuk yaralandı.>>3'TE

## Afyonkarahisar'da yaşanan orman yangınında bilanço ortaya çıktı

Afyonkarahisar'ın Dinar ilçesinde dün yaşanan 3 uçak, 3 helikopter ve 100'e yakın orman işçisinin müdahalesiyle söndürülen orman yangınında yaklaşık 14 hektar alanın zarar gördüğü belirtildi.>>3'TE



## Basketbol turnuvası nefes kesti

Afyonkarahisar Belediyesi, Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü ve Basketbol İl Temsilciliği tarafından geleneksel hale gelen 3x3 Basketbol Turnuvası Zafer Meydanı'nda yapıldı. İki gün boyunca renkli görüntülere sahne olan turnuvada dereceye giren sporcular ödülleri Belediye Başkan Mehmet Zeybek, Gençlik ve Spor İl Müdürü İsmail Hakkı Kasapoğlu, AK Parti Merkez İlçe Başkanı Ziya Coşkun Karadeniz ve Belediye Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürü Sami Çetinağ'ın elinden aldı. >>7'DE



## Başkan Şahin: "Halkımızın sağlığı en büyük önceliğimiz"

Afyonkarahisar'ın İncehisar ilçesinde İçme suyu hattı yenileme çalışmaları kapsamında, asbestli borular, polietilen borularla değiştiriliyor.>>3'TE

Göz sağlığı için dikkat: katarakt 8



AnaHaber Gazetesi



@anahaber afyon



@anahaber afyon



@karahisar tv @karahisar medya

# MHP Merkez ilçede Danaoğlu, dönemi başladı

**Milliyetçi Hareket Partisi (MHP)  
Afyonkarahisar Merkez İlçe Başkanı Av.  
Fahri Fevzi Kartal, dün düzenlenen törenle  
görevini İbrahim Danaoğlu'na devretti.**



Devir teslim töreni sonrası konuşan MHP Afyonkarahisar Merkez İlçe eski Başkanı Av. Fahri Fevzi Kartal, görevini İbrahim Danaoğlu'na devrettiğini söyledi. Kartal, "Yaklaşık 7 yıldır birçok arkadaşımızla beraber MHP Merkez İlçe Başkanlığı yönetimini el birliğiyle yürüttük. Zor günleri, sıkıntılı günleri, meşakkatli günleri atlatarak bugünlere geldik. Bayrağı emin ellere bırakmış olmanın verdiği huzurla görevi daha ileriye, bayrağı daha ileriye taşımak adına görevimizi devrettik. Benim inancım geçmişte üç vekil çıkararak, 40'a yakın belediye çıkararak, MHP'nin yıllarca kalesi olmuş olan bu topraklarda MHP rüzgârını yeniden estirecek olan kadro, bu rüzgârı yeniden estirecek olmaya olan inanmışlık, adanmışlık, yeni yönetim kurulu üyelerimizde de, geçmişte olduğu gibi vardır. Ben buna yürekle inanıyorum. Ve inanıyorum ki yaklaşan 2024 yerel seçimlerinde Afyon merkezde ve tüm ilçelerde, tüm beldelerde yine MHP destanını el birliğiyle yazacağız. Bu bir ayrılık değildir. Yine omuz omuz kutlu davamızı daha ileriye götürmek adına, mücadele etmeye, bu davanın bir neferi olarak gel denildiği zaman koşmaya bizler de devam edeceğiz. İbrahim Başkanım ve yönetim kurulu üyesi arkadaşlarımız davamıza inanmış, davamıza iman etmiş kendi alanlarında uzman ülkücü hareketin

içerisinden gelen hepsi dava adamı diyebileceğimiz dava erleridir. Merkez İlçe de mevcut yapımızı, mevcut Belediye sayımızı koruyarak daha fazlasını da alarak, inşallah 2024 seçimlerini de atlatacağız. Allah Merkez İlçe Başkanlığımızın yeni yönetim kurulu üyelerinin yollarını, bahtlarını açık etsin diyorum. Sağ olsunlar, var olsun Milliyetçi Ülkücü Hareket diyorum. Dedi."

## **BİZLER BU HİZMETLERİ DAHA İLERİYE GÖTÜRECEĞİZ**

MHP Afyonkarahisar Merkez İlçe Başkanı İbrahim Danaoğlu, Fahri Fevzi Kartal'ın, 7 yıldan fazla süredir Merkez İlçe Başkanlığı'nda pek çok emeği olduğunu belirtti. Danaoğlu, şunları kaydetti: "Fahri Fevzi Kartal Başkanımıza yönetim kurulu üyelerim ve şahsım olarak emekleri için teşekkür ediyorum. Hizmetlerini daha ileriye götüreceğimizden emin bir şekilde bizlere destek verdi. Bizlerde bu hizmetleri daha ileriye götüreceğimizden emin şekilde görevi devir alıyoruz. Yerel seçimlerde Afyonkarahisar'da 14 belde, Afyonkarahisar Belediyesini almak için son haddine kadar çalışacağız. Bunu da alabileceğimize gücümüz. Hepimize hayırlı olur inşallah." Devir teslim törenine; MHP Merkez İlçe yönetim kurulu üyeleri, partililer katıldı. Törende sonrası Kartal, Danaoğlu'na; Ayyıldızlı Türk Bayrağı, Kur'an-ı Kerim ve Osmanlı arması hediye etti. >>MEVLÜT TINAS

## Hafızlar belgelerini aldı

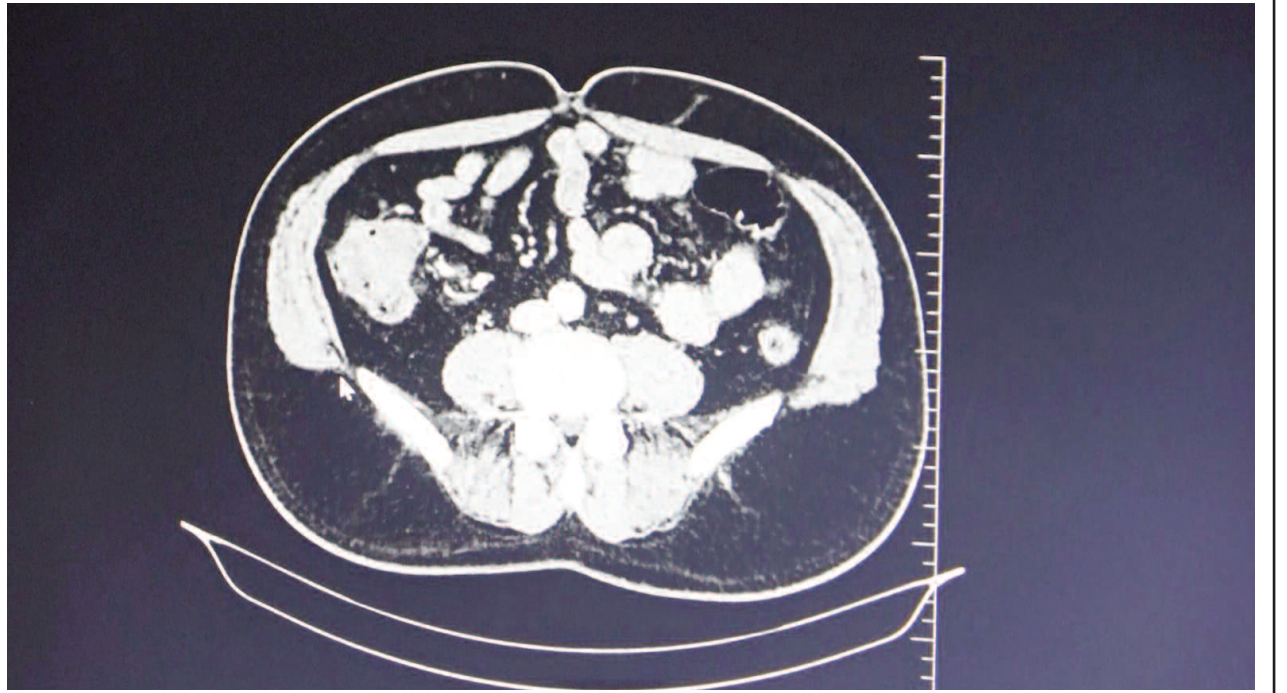
Diyanet İşleri Başkanlığı Eğitim Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından yapılan "Hafızlık Tespit Sınavı"nda başarılı olup, belge almaya hak kazanan hafızlara belgeleri, Salar Fatih Kur'an Kursunda yapılan programla takdim edildi. Belge takdim merasiminde; İl Müftüsü Sinan Kazancı, İl Müftü Yardımcısı Mevlüt Şahiner, Şube Müdürleri, Kur'an Kursu Öğreticileri ve Hafızlar hazır bulundu. Programda konuşan İl Müftüsü

Kazancı: "İlimizden her yıl ortalama 120 civarında hafız, "Hafızlık Belgesi" almaya hak kazanıyor. Hafızların yetişmesinde emeği geçen çok değerli hocalarımıza ve hafızlık müesseselerini maddi ve manevi açıdan destekleyen hayır sahiplerine teşekkür ediyoruz. Evlatlarımızın hafız olması için, Hâfızlık Kur'an Kurslarımızı gönderen hafız anne babalarımıza da tebrik ediyoruz" dedi. Program yapılan ikramla sona erdi. >>İZZET IŞIK



## Başkan Şahin'den, Müdür Akdeniz'e ziyaret

Afyonkarahisar İncehisar Belediye Başkanı Ahmet Şahin, Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın tensipleriyle Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı Çevre Yönetimi Genel Müdürlüğüne atanan Recep Akdeniz'i ziyaret etti. Karşılıklı görüş alışverişinde bulunulan ziyarette ilçede yapılacak olan Millet Bahçesi ve diğer projelerimizle ilgili görüşme gerçekleştirildi. Başkan Şahin, Çevre Yönetimi Genel Müdürü olarak atanan Recep Akdeniz başta olmak üzere, Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığında atanan tüm Genel Müdürlere görevlerinde üstün muvaffakiyetler diledi. >>İZZET IŞIK



## Uzmanlar vatandaşları kolon kanserine karşı uyardı

**Kolon kanserinin erken evrede teşhis edildiğinde tedavi edilebilen bir hastalık olduğunu belirten uzmanlar, 40 yaşından itibaren kontrollerin sürekli yapılması konusunda uyardı.**

Batman'da özel bir hastanede görev yapan Op. Dr. Eyyup Öner, vatandaşları kolon kanseri konusunda uyardı. Kolon kanserinin erken fark edilmesi halinde hastaların tamamen kurtulabileceğini söyleyen Dr. Öner, kontrollerin mutlaka yapılması gerektiğini söyledi. Hastaların kolon kanserine yakalanmaması açısından günlük yaşamda uzun süreler hareketsiz kalmamaları ve yedikleri yemeklere dikkat etmesinin önem arz ettiğini belirten Dr. Öner, "Aile bireylerinde kolon kanseri teşhisi olan insanların dikkat etmesi gerekiyor. Kolon kanseri, kalın bağırsakta anormal kötü hücrenin çoğalması, bunun sonucunda kalın bağırsağı tam tıkanması ve kalın bağırsak tıkanıklığıyla hastanemize başvuran hasta gruplarıdır. Kolon kanseri için risk faktörlerine baktığımızda, hareketsiz yaşam, çok yağlı ve etli yemeklerin tüketilmesi nedenleri sayılabilmektedir" dedi.

### **"TANI KONULDUĞU YAŞTAN İTİBAREN 10 SENE GERİYE GİDİLEREK HASTANIN TARAMA GRUBUNA GİRMELERİ GEREKMEKTE"**

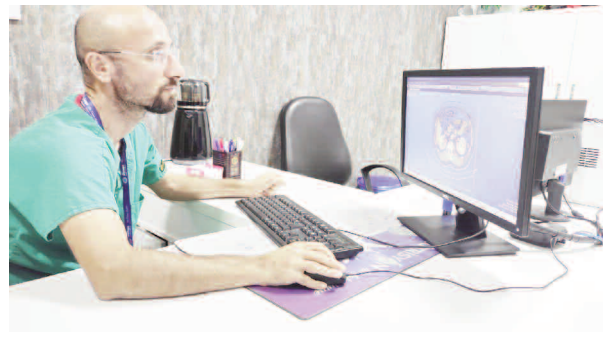
Bunun dışında ailesel yani genetik olarak kanser vakaları bulunmakta olduğunu aktaran Dr. Öner, "Aile bireylerinde kolon kanseri teşhisi konulan hastalarda, aile bireyinin tanı konulduğu yaştan itibaren 10 sene geriye gidilerek hastanın tarama grubuna girmeleri gerekmektedir. Kolon kanseri



şikayetleri karın şişliği, büyük abdesti rahat yapmama, büyük abdest yerinde kanama gibi şikayetlerdir. Kolon kanserine erken tanı koyulması halinde şifa ile sonuçlanabilecek küratif olarak sonuçlanmaktadır. İleri evrede kolon kanseri alan hastalarda ise medikal onkoloji takibine girip, kemoradyoterapi işlemlerine maruziyetleri olabilmektedir" diye konuştu.

### **"40 YAŞINDAN İTİBAREN KONTROLLER AKSATILMAMALI"**

Kolon kanseri hastalarının ameliyatla kurtulabileceğini ve 40 yaşından sonra kontrollerin aksatılmamasının önemli olduğunu vurgulayan Dr. Öner, "Kolon kanserinin oluşmaması için özellikle hareketsiz yaşamdan hareketli yaşama dönülmesi, sebze ve meyvenin sık tüketilmesi, etli ve yağlı yemeklerin en fazla haftada 1-2 defa tüketilmesi gerekmektedir. Kolon kanseri ameliyatlarında ise kitlenin tuttuğu alanı besleyen ana damarlarla beraber alındığı zaman hastalar şifa buluyor. Dünyada kolon kanseri tarama yaş grupları olarak 40 yaşından itibaren yılda bir defa olmak üzere büyük abdest yerinden gaitada gizli kana bakılması, 50 yaşından itibaren ise 10 sene bir olmak üzere büyük abdestten kamera ile bakılması önem arz etmektedir" şeklinde konuştu. >>İHA



## Akdağ Tabiat Parkı'nda atlı jandarma timleri göreve başladı

Türkiye'nin en önemli tabiat parklarından birisi olan Afyonkarahisar'ın Sandıklı ilçesindeki Akdağ Tabiat Parkı'nda atlı jandarma timleri göreve başladı.



Nevşehir Jandarma At ve Köpek Eğitim Merkezi (JAKEM) Komutanlığından görevlendirilen atlı jandarma timi Akdağ Tabiat Parkında devreye başladı. 25 Temmuz - 02 Eylül 2023 tarihleri arasında önleyici kolluk kuvveti olarak görev yapmak üzere Afyonkarahisar İl Jandarma Komutanlığı

kontrolünde görevlendirilen timler Akdağ'da vatandaşların huzur ve güvenliği için görev yapıyor. Akdağ'a gelen vatandaşlara ayrıca orman yangınları hakkında bilgi veren atlı jandarma timlerine vatandaşlarda yoğun ilgi gösterdi. >>İHA

## Çarpışan otomobillerden birisinin tekerleği koptu, 2 çocuk yaralandı

Afyonkarahisar'da iki otomobilin çarpışması sonucu meydana gelen trafik kazasında araçlardan birinin tekerleği koparken, kazada 2 çocuk yaralandı.



Kaza, Çobanlar ilçesi çıkışında meydana geldi. Edinilen bilgilere göre, T.B., idaresindeki 09 AAR 077 plakalı otomobil kavşakta dönüş yapmaya çalışan F.Ö., yönetimindeki 03 ACK 522 plakalı otomobille çarpıştı. Çarpışmanın etkisi ile 09 AAR 077 plakalı otomobilin tekerleği koparken, bariyerlere çarparak durabildi. Kazada tekerleği kopan otomobilde M.B. (5) ile T.C.B. (11) isimli çocuklar yaralandı. Yaralılar çevredekilere haber vermesi ile olay yerine gelen 112 Acil servis ekipleri tarafından ambulanslar ile hastaneye kaldırıldı. Kazanın ardından jandarma tarafından inceleme başlatıldı. >>İHA



## Salda Gölü'nde boğulma tehlikesi geçiren 3 kişi kurtarıldı

Burdur'un Yeşilova ilçesinde bulunan Salda Gölü'nde boğulma tehlikesi geçiren 3 kişi vatandaşlar tarafından kurtarıldı.



Dünyaca ünlü Salda Gölü'ne Afyonkarahisar'dan gezmek için gelen Mustafa Ç. (38) ve Servet Ç. çifti (37) suya girdi. Bir süre sonra eşinin suda çırpındığını gören Mustafa Ç. ile gölge bulunan Mehmet T.K., Servet Ç.'nin bulunduğu bölgeye gidince onlar da boğulma tehlikesi atlattı. Olayı gören çevredeki vatandaşlar 3 kişiyi görünce hemen suya atlayarak Mustafa Ç., Servet Ç. ve Mehmet T.K.'yi kurtararak kıyıya getirdi. 112 Acil Çağrı Merkezine

yapılan ihbar üzerine bölgeye sağlık ve jandarma ekipleri sevk edildi. Olay yerine gelen sağlık ekiplerinin yaptığı müdahale sonrası boğulma tehlikesi atlatan Mustafa Ç., Servet Ç. ve Mehmet T.K. ambulansla Yeşilova Devlet Hastanesine sevk edildi. Burada yapılan müdahalelerin ardından Mustafa ve Servet Ç. Burdur Devlet Hastanesine sevk edilerek müşahade altına alındı. Boğulma tehlikesi geçiren 3 kişinin durumlarının iyi olduğu öğrenildi. >>İHA

## Başkan Şahin: "Halkımızın sağlığı en büyük önceliğimiz"

Afyonkarahisar'ın İncehisar ilçesinde içme suyu hattı yenileme çalışmaları kapsamında, asbestli borular, polietilen borularla değiştiriliyor.

Çalışmalar hakkında bilgi veren Belediye Başkanı Ahmet Şahin, "İlçemiz Çukur Mahallemde asbest ve kullanım ömrünü tamamlamış 200 metrelik içme suyu hattı, ekonomik ömrü uzun, dayanıklı ve daha sağlıklı polietilen borularla değiştiriliyor. Borular çürüdüğü için mevcut hatlar sürekli arızaya yol açıyordu. Yenilenen hatla vatandaşlarımıza daha sağlıklı su temini sağlayacağız" dedi. >>HÜDAYİ ACAR



## Afyonkarahisar'da yaşanan orman yangınında bilanço ortaya çıktı

Afyonkarahisar'ın Dinar ilçesinde dün yaşanan 3 uçak, 3 helikopter ve 100'e yakın orman işçisinin müdahalesiyle söndürülen orman yangınında yaklaşık 14 hektar alanın zarar gördüğü belirtildi.

Yangın, dün akşam saatlerinde ilçeye bağlı Pınarlı köyündeki ormanlık alanda meydana geldi. Rüzgârın etkisi ile kısa sürede büyüyen yangına Afyonkarahisar ile birlikte Isparta'dan gelen orman işletme müdürlükleri ekipleri müdahale etti. Yangına 10 arazöz ve 100 söndürme işçisi, Denizli'den gönderilen 1 helikopter ve Isparta'dan 3 uçak, 3 helikopter ile müdahale edildi. Yangının ardından yapılan hasar tespit çalışmasında ise 14 hektar alanın zarar gördüğü kaydedildi. Öte yandan, yangının çıkış nedeninin belirlenmesi için başlatılan çalışmanın sürdüğü bildirildi. >>İHA



**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

15 AĞUSTOS 2023 SALI  
SAYI : 5235 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

# Sağlıklı bir bağırsak florası yaşam süresini bile uzatabiliyor

Sağlıklı bağırsaklara sahip olmanın hayati öneme sahip olduğunu aktaran Dyt. Deniz Pirçek, "Sağlıklı bir bağırsak florası yaşam süresini bile uzatabilir. Çünkü bağırsak florasını korumak sindirim, bağışıklık hatta ruh sağlığı üzerinde bile önemli rol oynamaktadır" dedi.

İnsan sağlığı açısından bağırsak sağlığının büyük bir önem taşıdığını, bağırsak ile ilgili araştırmaların her geçen gün yeni sonuçlar ortaya çıkardığını belirten Sağlık Grubu Beslenme ve Diyetetik Uzmanlarından Dyt. Deniz Pirçek, "Bağırsak florasını korumak sindirim, bağışıklık hatta ruh sağlığı üzerinde bile önemli rol oynamaktadır. Bağırsak, binden fazla türde milyarlarca bakteriye ev sahipliği yapar ve bağışıklık sistemimizin yaklaşık yüzde 80'i bağırsaklarda bulunur. Son zamanlarda yapılan birçok araştırma bağırsak florasında bulunan dost bakterilerin sayısının bağışıklık sistemini, sindirim sistemini ve psikolojik durumu pozitif yönde destekleyebileceğini göstermektedir. Bu nedenle bağırsak florasına zarar verebilecek yiyeceklerden uzak durmak gereklidir" dedi. Yanlış, düzensiz ve dengesiz beslenmenin bağırsak sağlığını birçok açıdan etkileyebileceğini belirten Beslenme ve Diyetetik Uzmanı Dyt. Deniz Pirçek, "Beslenmenin insan sağlığı üzerinden fiziksel ve ruhsal etkileri vardır. Bu nedenle bağırsak florasını korumak büyük önem taşımaktadır. Bağırsak florası bağırsaklarımızda yaşayan yararlı bakteriler bütünü olarak tanımlanabilir. Sindirim sistemimizde yaşayan çok sayıda bakteri, mantar vb. yiyecekleri sindirmemize, besinleri emmemize ve enfeksiyonlarla savaşmamıza yardımcı olur. Ayrıca sağlıklı bağışıklık fonksiyonunun korunmasında önemli bir rol oynarlar. Faydalı bakteriler sindirimi destekler, enfeksiyonu önler ve bağışıklık sistemini desteklerken, zararlı bakteriler ishal, gaz, şişkinlik ve diğer gastrointestinal semptomlara neden olurlar" dedi.

## BAĞIRSAK FLORASINI NEDEN ÖNEMSEMELİYİZ

Bağırsak florasında zararlı bakteri artışı ve dost bakteri azalışına etki eden gıdaların başında işlenmiş gıdaların olduğunu belirten Dyt. Deniz Pirçek, "Gluten, früktoz şurubu ve endüstriyel yağların yer aldığı bu gıdalar bağırsak florasını tahrip edebilir. GDO'lu gıdaların tüketimi bağırsak mikrobiyotasında yer alan dost bakterilerin azalmasına neden olabilir. Alkol ve sigara kullanımı vitamin ve mineral atılımını artırırken, içeriğindeki toksin ile bağırsak florasını tahrip edebilir. Tüm bunlara ek olarak bil-



inçsiz ve doktor önerisi olmadan antibiyotik ilaç kullanmak bağırsak florasını tahrip edebilir. Sağlıklı bir bağırsak florası, sindirim sistemimizin düzgün çalışmasına yardımcı olur. Ayrıca B12 ve K2 vitaminlerinin yanı sıra kısa zincirli yağ asitleri üreterek bağışıklık sistemimizi destekler. Bu yağ asitleri, iltihaplanma ve enfeksiyonlara karşı koruyan bağırsak astarının bütünlüğünü korumaya yardımcı olur. Sağlıklı bağırsaklara sahip olmak düşündüğünüzden daha önemlidir. Sağlıklı bir bağırsak florası yaşam süresini bile uzatabilir. Bağırsaklar bağışıklık hücrelerinin büyük bölümünü içerir. Ayrıca, bağırsak bakterileri üç temel B vitamini üretir: Biotin, folik asit ve B12 vitamini. Bağırsakların durumu, bağışıklık sistemini ve genel sağlığı etkileyen besinlerin emilimini etkiler. İyi bakterilerle dengelenmiş bağırsaklar vücudu enfeksiyonlara, soğuk algınlığına ve çeşitli hastalıklara karşı etkili bir şekilde korur. Bağırsak florasında bir dengesizlik durumunda yüksek hastalığa yol açan kötü bakterilerle savaşma yeteneğini kaybeder" dedi. Dyt. Deniz Pirçek bağırsak florasına zararlı olanlar besinleri şu şekilde sıraladı:

**İşlenmiş gıdalar:** Her ne kadar üzerinde organik ibaresi yer alsada paketli gıdalar başta endüstriyel yağlar, früktoz şurubu ve gluten olmak üzere pek çok istenmeyen madde içermektedir. Sonuç olarak farkında olunmadan bağırsak florası tahrip edilmektedir.

**Tahıllar:** İçeriğindeki gluten ve lektin nedeniyle tahıllar da uzak durulması gereken gıdalardır. **GDO:** Gıdaların üretiminde kullanılan glifosfat aynı zamanda antibakteriyel bir ajan olarak görev almakta ve vücuda GDO gıdalar alınması durumunda bağırsak florasındaki faydalı mikroorganizmalar yok etmektedir.

**Şeker:** Bağırsak mikropları şekerli yiyecekleri oldukça sever. Bu da yine iyi bakterilerin bastırılmasına yol açar. Yararlı bakterilerin çalışamaz hale gelmesi bağırsak iltihabı ve nöroinflamasyona neden olur. Özellikle yüksek şeker tüketimi, kabızlığı artırabilir ve genel bağırsak fonksiyonunu kötü etkileyebilir. Şekerli ve yağlı beslenme bu noktada mutlaka

kontrol altında tutulmalıdır.

**Fast food:** Hazır gıdalar ve fast food kategorisinde yer alan yiyecekler bağırsak bakterilerindeki dengesizliklere neden olur. Bu durum gastrointestinal

sorunlardan tip 2 diyabete hatta obeziteden kansere ve depresyon gibi hastalıklara kadar birçok hastalığa yol açabilir.

**Alkol:** Vücuttan pek çok vitamin ve mineralin atılmasını şiddetlendiren alkol aynı zamanda toksin içermektedir. Bu nedenle de sindirim kanalı florasını tahrip etmektedir.

**Kronik stres:** Streste vücut için toksik etkiye sahiptir. Stresle ilişkili kortizol, DHEA gibi hormonların metabolizmalarındaki bozukluk vücuttaki enfeksiyonu şiddetlendirmektedir.

**Az uyku:** Günde 7-8 saatten az uyumak, kortizol düzeylerinin artmasına neden olmakta; vücutun parasempatik sinir sisteminden uzaklaşmasına yol açmaktadır. Bu durumda yine vücut enfeksiyona açık hale gelmektedir.

**Sigara:** Sigara kullanımı vitamin ve mineral atılımını artırırken, içeriğindeki toksin ile bağırsak florasını tahrip edebilir.

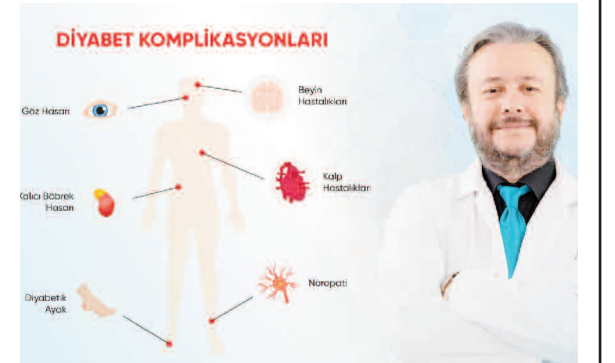
**Klorlu su:** Klor bakterilerinin olmadığı su içebilmek oldukça önemlidir. Fakat yüksek oranda klorlu su sadece sudaki bakterilerin ölmesine değil, bağırsaklardaki dost bakterilerin sayıca azalmasına neden olmaktadır. Bu doğrultuda temizliğinden emin olunan veya artırılan sular tercih edilmelidir.>>İHA

## Kontrol altına alınmayan diyabet ağır hastalıklara davetiye çıkarıyor

Günümüzde yaygın bir şekilde görülen hastalıklardan olan diyabet, birçok hastalığa davetiye çıkarıyor. İç Hastalıkları Uzmanı Uzm. Dr. Ahmet Bilge, kontrol altına alınmayan diyabetin neden olabileceği sonuçlar hakkında çarpıcı açıklamalarda bulundu.

Diyabetin, halk arasında şeker hastalığı olarak bilinen bu hastalığın dikkate alınması gereken önemli bir hastalık olduğunu vurgulayan İç Hastalıkları Uzmanı Uzm. Dr. Ahmet Bilge, "Diyabet, hücrelerde enerji için kullanılması gereken şekerin, hücre yerine kanda şekerin yüksek bulunmasına denilmektedir. Diyabeti tamamen yok edecek bir tedavi bulunmamaktadır yalnız kontrol altında tutulması gereken kronik bir hastalıktır. Kontrol altında tutulmazsa sonuçları hastalar açısından ağır olabilmektedir. Diyabet, ilaç kullanılsa dahi kontrolsüz gitmesi neticesinde hastanın hayatına ve yaşam konforuna etki edecek birçok komplikasyona (istenmeyen sonuçlara) yol açabilmektedir. En önemlileri kalp damar hastalıkları, böbrek yetmezliği, körlük, bacak amputasyonu gibi ağır sonuçları olan hastalıklara kapı aralayabilmektedir" dedi. Bir hastalığın müdahalesi ve önlem alınması için belirtilerin iyi takip edilmesi ve tedavi ile uyumun önemli olduğunu hatırlatan Uzm. Dr. Ahmet Bilge, "Diyabette yorgunluk hissi fazla olur, görüşünüzde bulanıklaşma, fazla idrara

çıkma, normalden fazla su içme isteği, sinirlilik ve ruh halinizde değişiklikler meydana gelebilir. Yaralarınız geç iyileşir. El ve ayaklarınızda karıncalanma ve uyuşma hissi diyabet belirtisi olabilir. Cildinizde kuruluk ve kaşınmada olabilir" ifadelerini kullandı. Diyabet hastalarının periyodik takiplerini ihmal etmemeleri konusunda uyarayan Uzm. Dr. Ahmet Bilge, diyabet hastalarının doktorlarının uyguladıkları tedaviye uymalarını ve bu doğrultuda beslenmelerine özen göstermelerini sözlerine ekledi.>>İHA



Sigara hem öldürür hem süründürür

Ahmet YEŞİLAY

İçme sigarayı sağlıkta sıhhatte kal, içersen bırakmaz sende hal.





## Sandıklı termal turizm festivali sona erdi

**Sandıklı Termal Turizm Festivali 4. Günü, Ece Mumay'ın verdiği muhteşem konser ile sona erdi.**

Festivalin 4. Gününde ilk olarak Rafadan Tayfa gösterisi sahne aldı. Yurtdışı Türkler ve Akraba Topluluklar Başkanlığı tarafından organize edilen program çocuklar tarafından ilgiyle izlendi. Daha sonra gençlerin son zamanlarda şarkılarını dillerinden düşürmediği Ece Mumay sahne aldı. Birbirinden güzel şarkılarını Sandıklı'da seslendiren Ece Mumay'a Belediye Başkanı Dr. Mustafa Çöl tarafından çiçek ve plaket takdimi yapıldı. Ece Mumay'a ilçedeki çocuklar tarafından sürpriz doğum günü pastası kesilirken, Ece Mumay 25. yaşını Sandıklı'da sevenleri ile birlikte kutladı. >>ANAHABER



## ASKF'den önemli açıklama

**Afyonkarahisar Amatör Spor Kulüpleri Federasyonu (ASKF) tarafından yapılan duyuruda U-12 Minikler Şenliği, U-14 Ligi, 1. Amatör Lig, Süper Amatör Lige katılacak takımlarla ilgili açıklama yapıldı.**

ASKF tarafından yapılan açıklamada U-12 Minikler Şenliği, U-14 Ligi, 1. Amatör Lig, Süper Amatör Lige katılacak takımların 5 Eylül mesai bitimine kadar başvuru evrakları ve referans bedellerini yatırmaları istendi. ASKF'den yapılan açıklamada, "2023-2024 futbol sezonu U-12 Minikler Şenliği, U-14 Ligi, 1. Amatör Lig, Süper Amatör Lige katılacak takımlarımızın 5 Eylül Salı günü mesai bitimine kadar lige katılım başvurularını tamamlamaları ve

referans bedellerini yatırmaları gerekmektedir. Katılım başvuruları tamamlandıktan sonra bu liglere ait fikstür çekimi aynı hafta sonunda çekilecek olup, kulüplere fikstür çekim tarihi ve saati ayrıca bildirilecektir. Başvuru evraklarını tamamlayan ve referans bedelini yatırmayan kulüpler fikstüre dahil edilmeyecektir. Kulüplerimize önemle duyurulur" ifadelerine yer verildi. >>İHA



## Kaymakam Sülün, vatandaşları dinledi

**Afyonkarahisar Sandıklı Kaymakamı Mehmet Sülün başkanlığında halk günü toplantısı düzenlendi.**

Afyonkarahisar Sandıklı Kaymakamı Mehmet Sülün, düzenli aralıklarla yapılan halk toplantısı kapsamında vatandaşların sorunlarını dinleyip, ilgili birimlerle koordinasyon sağlayarak çözüm noktasında destek oldu. Talep ve sorunlara hızlıca çözüm üretilmesi için gerçekleştirilen toplantıda Kaymakam Sülün, kendisine iletilen istek, talep, öneri ve şikâyetleri dinledi, not aldı. Taleplerin hızlıca çözüme kavuşturulması için ilgili kurum müdürlerine talimatlar veren Sülün,

kendisine iletilen her konunun takipçisi olduğunu söyledi. "Vatandaşlarımızın huzuru ve güvenliği bizler için öncelikli konu" diyen Kaymakam Sülün: "Devletimiz tüm imkânlarıyla milletimizin her zaman yanında. Bizler bu imkânlar çerçevesinde vatandaşlarımıza destek olmaya, sorunlarına çare olmaya gayret ediyoruz" dedi. Kaymakam Sülün, toplantı sonrası toplantı boyunca hazır bulunan yetkililere teşekkür etti. >>İZZET İŞİK



## Nüfus Müdürlükleri ALES mesaisi yapacak

**Afyonkarahisar İl Nüfus ve Vatandaşlık Müdürlüğü 20 Ağustos 2023 Pazar günü ALES sınavına katılacak adayların iş ve işlemlerinin yapılabilmesi için sabah 7.00-10.00 saatleri arasında açık olacak.**

Afyonkarahisar Valiliği'nden yapılan açıklamada şu ifadeler yer verdi: "20 Ağustos 2023 tarihinde yapılacak olan 2023 Akademik Personel ve Lisansüstü Eğitimi Giriş Sınavına (2023-ALES/2) katılacak adaylardan, Nüfus Cüzdanını veya T.C. Kimlik Kartını kaybeden ve yeniden çıkarmak isteyen adayların, Nüfus Müdürlüklerine başvurarak "Sınav Giriş Belgesi" ile bir adet fotoğrafını yanında getiren

adaylara yeni kart düzenleninceye kadar geçerli fotoğrafı, imzalı- mühürlü/barkodlu-karekodlu "Geçici Kimlik Belgesi" düzenlenebilmesi ve MERNİS Nüfus bilgilerinde sorun olan adayların bilgi güncelleme işlemlerinin yapılabilmesi için 20 Ağustos 2023 Pazar günü 07.00-10.00 saatleri arasında Merkez İlçe Nüfus Müdürlüğü'nün açık bulunur olacaktır." >>KADER KAYA



## Akşener Kocatepe'den halka hitap edecek

**İYİ Parti Genel Başkanı Meral Akşener, Zafer Haftası kutlamaları kapsamında Kocatepe'den halka hitap edecek. İYİ Parti Afyonkarahisar İl Başkanı Muhammet Mısırlıoğlu, Zafer Haftası etkinlikleri kapsamında Afyonkarahisar'a gelecek olan Genel Başkan Akşener'in programı hakkında bilgi verdi.**

İYİ Parti Afyonkarahisar İl Başkanı Muhammet Mısırlıoğlu, Genel Başkan Meral Akşener'in 26 Ağustos'ta Kocatepe'den halka sesleneceğini duyurdu. Mısırlıoğlu, açıklamasında şu ifadeler yer verdi: "Genel Başkanımız Sayın Meral Akşener Hanımefendi ve beraberindeki parti temsilcilerimiz Zafer Haftası'nda Afyonkarahisar'daki etkinliklere katılacak. Genel Başkanımız, hitabetini Afyonkarahisar'ımız için büyük öneme sahip olan Kocatepe'den yapmayı uygun gördü. 26 Ağustos günü hep birlikte büyük zaferin kazanıldığı noktada olacağız. Birlik, beraberlik ve büyük bir maneviyatla zaferimizi kutlayacağız." >>MEVLÜT TINAS



# Ocak-Temmuz döneminde otomobil üretimi yüzde 27 arttı

**Yılın ilk 7 aylık döneminde toplam otomotiv üretimi bir önceki yılın aynı dönemine göre yüzde 18 artarak 870 bin 600 adede ulaştı. Otomobil üretimi ise yüzde 27 artarak 550 bin 615 adet olarak gerçekleşti.**

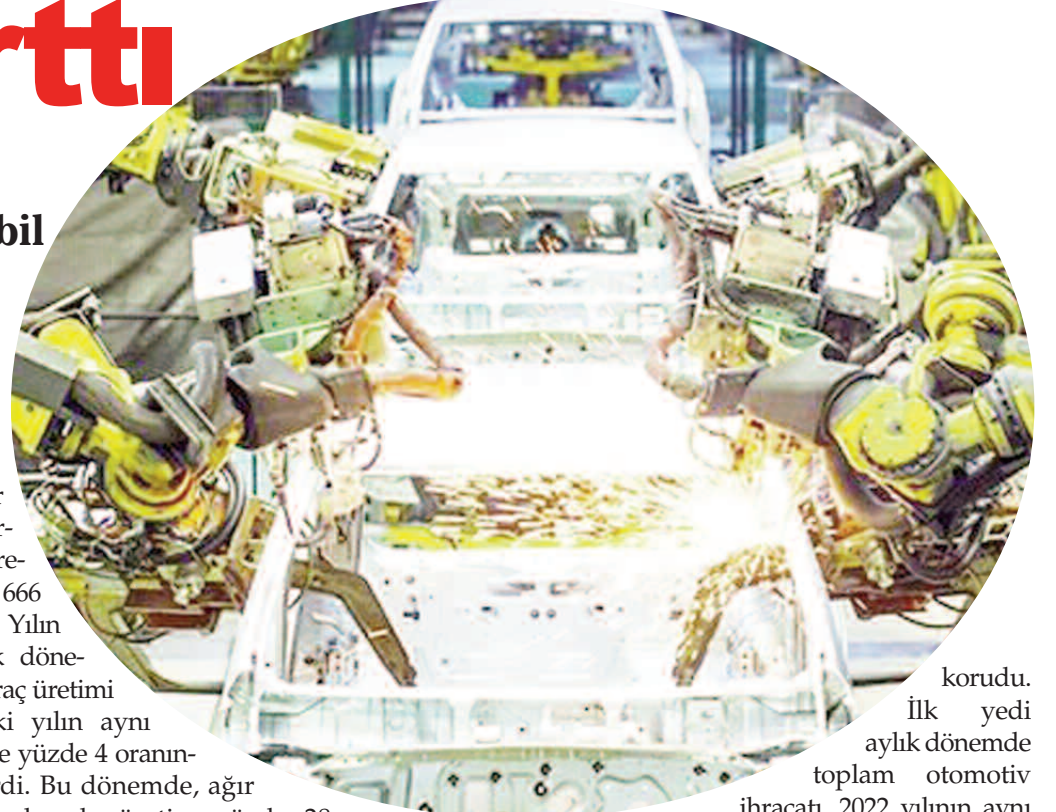
Ocak-Temmuz dönemine ilişkin otomotiv verileri açıklandı. Buna göre, yılın ilk 7 aylık döneminde otomotiv üretimi geçen yılın aynı dönemine göre yüzde 18 artarak 870 bin 600 adet olarak gerçekleşti. Geçen yılın ilk 7 aylık dönemine göre yüzde 27 artış sağlayan otomobil üretimi ise 550 bin 615 adede ulaştı. Traktör üretimiyle birlikte toplam üretim ise 905 bin 666 adede yükseldi. Ticari araç grubunda, yılın ilk 7 ayında üretim yüzde 4, ağır ticari araç grubunda yüzde 28, hafif ticari araç grubunda ise yüzde 2 artış yaşandı. 2022 yılının ilk 7 aylık dönemine göre ticari araç pazarı 62, ağır ticari araç pazarı yüzde 38, hafif ticari araç pazarı ise yüzde 68 artış sağladı. Yılın ilk 7 ayında, bir önce-

ki yılın aynı dönemine göre, toplam otomotiv ihracatı adet bazında yüzde 11 oranında artarken, otomobil ihracatındaki artış yüzde 26 olarak gerçekleşti. Bu dönemde, toplam ihracat 586 bin 795 adet, otomobil ihracatı ise 375 bin 670 adet düzeyinde gerçekleşti. 2023'ün 7 aylık döneminde toplam pazar, geçen yılın aynı dönemine göre yüzde 62 artarak 697 bin 726 adetten kapandı. Bu dönemde, otomobil pazarı da yüzde 62'lik artış sağladı ve 516 bin 288 adede ulaştı. Otomotiv Sanayii Derneği'nin (OSD) 2023 yılının ilk 7 aylık dönemine ilişkin açıkladığı verilere göre; yılın ilk 7 aylık döneminde toplam otomotiv üretimi bir önceki yılın aynı dönemine göre yüzde 18 artarak 870 bin 600 adede ulaştı.

Otomobil üretimi ise yüzde 27 artarak 550 bin 615 adet olarak gerçekleşti. Traktör üretimiyle birlikte toplam üretim ise 905 bin 666 adedi buldu. Yılın ilk yedi aylık dönemde ticari araç üretimi ise bir önceki yılın aynı dönemine göre yüzde 4 oranında artış gösterdi. Bu dönemde, ağır ticari araç grubunda üretim yüzde 28, hafif ticari araç grubunda üretim yüzde 2 arttı. Bu dönemde, otomotiv sanayisinin kapasite kullanım oranı yüzde 75 olarak gerçekleşti. Araç grubu bazında kapasite kullanım oranları ise hafif araçlarda (otomobil + hafif ticari araç) yüzde 75, kamyon grubunda yüzde 91, otobüs-midibüs grubunda yüzde 49 ve traktörde yüzde 79 seviyesinde gerçekleşti.

## **IHRACAT YÜZDE 17 ARTARAK 20,5 MİLYAR DOLARA ULAŞTI**

Yılın ilk yedi aylık dönemde otomotiv ihracatı geçtiğimiz yılın aynı dönemine göre adet bazında yüzde 11 artarak 586 bin 795 adet olarak gerçekleşti. Bu dönemde otomobil ihracatı bir önceki yılın aynı dönemine göre yüzde 26 artarken, ticari araç ihracatı ise yüzde 8 oranında azaldı. Traktör ihracatı ise 2022 yılının aynı dönemine göre yüzde 17 artarak 11 bin 872 adet olarak gerçekleşti. Toplam otomotiv sanayi ihracatı, 2023'ün ilk yedi aylık döneminde yüzde 16 ile sektörel ihracat sıralamasında zirvedeki yerini



korudu.

İlk yedi

aylık dönemde

toplam otomotiv

ihracatı, 2022 yılının aynı

dönemine göre yüzde 17 artarak 20,5

milyar dolar oldu. Euro bazında ise yüzde 17 artarak

18,9 milyar euro olarak gerçekleşti. Bu dönemde,

dolar bazında ana sanayi ihracatı yüzde 20 oranında,

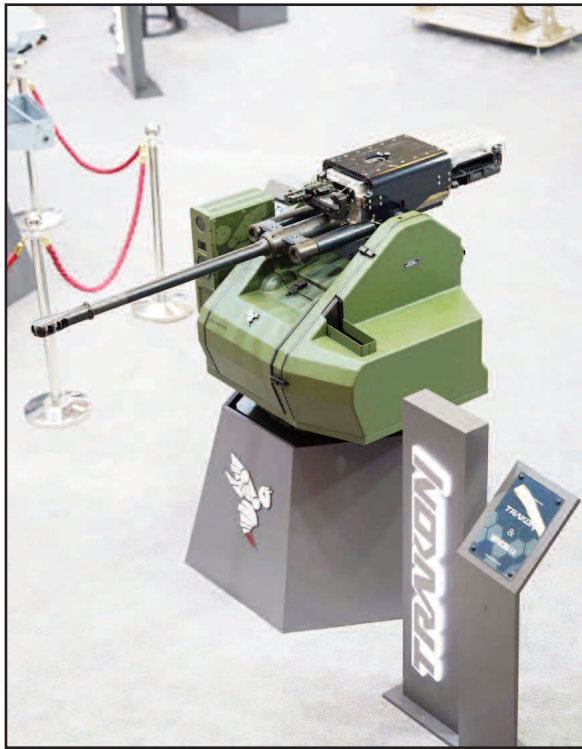
tedarik sanayi ihracatı da yüzde 12 oranında arttı.

## **PAZARDAKI YEDİ AYDA 697 BİN ARAÇ SATILDI**

2023'ün ilk yedi ayında toplam pazar, bir önceki yılın aynı dönemine göre yüzde 62 artarak 697 bin 726 adet düzeyinde gerçekleşti. Bu dönemde, otomobil pazarı da yüzde 62 oranında artış sağladı ve 516 bin 288 adet oldu. Ticari araç pazarına bakıldığında ise yılın ilk yedi ayında, bir önceki yılın aynı dönemine kıyasla toplam ticari araç pazarında yüzde 62, ağır ticari araç pazarında yüzde 38, hafif ticari araç pazarında ise yüzde 68 büyümeye sağlandı. 2023 yılı ocak-temmuz döneminde, geçen yılın aynı dönemine göre otomobil satışlarındaki yerli araç payı yüzde 33, hafif ticari araç pazarında yerli araç payı ise yüzde 52 olarak gerçekleşti.>>İHA



## CANiK ve grup şirketleri İngiltere yolcusu



**Cahit Utku Aral**  
CANiK Genel Müdürü



Türkiye'nin yükselen değeri savunma sanayi şirketleri, başarıları ile dünyada adını duyurmaya devam ediyor. Geçtiğimiz yıl dünyadaki üç orta kalibre top üreticisinden biri olan köklü İngiliz şirketi AEI Systems'ı satın alan CANiK, Uluslararası Savunma Sanayi Fuarı IDEF'ten sonra, büyük beğeni toplayan ürünlerini sergilemek üzere İngiltere'ye gidiyor. Savunma sanayi alanında Türkiye'nin önde gelen şirketlerinden CANiK, Grup Şirketleri ile birlikte, 12-15 Eylül 2023 tarihleri arasında İngiltere'nin başkenti Londra'da düzenlenecek Uluslararası Savunma ve Güvenlik Ekipmanları Fuarı'na (DSEI 2023) katılıyor. Dünyanın en büyük uluslararası savunma ve güvenlik teknoloji fuarlarından biri olan ve bu yıl 22'ncisi düzenlenecek olan DSEI 2023'te, CANiK ve şirketler grubunun, tabancalardan uçaksavarlara, orta kalibre toplardan uzaktan komutalı silah kulelerine kadar bir çok ürün sergileyecek. CANiK tarafından üretilen dünyanın en düşük dağılıma sahip ve en dayanıklı 12.7X 99 mm

NATO ağır makineli tüfek ailesi de fuarda yerini alacak. Ağır makineli tüfek ailesinin en yeni üyesi, Türkiye'nin muharebede kendini kanıtlamış (Combat Proven) milli uçaksavarı CANiK M2 QCB'nin daha yüksek atım hızına sahip yeni versiyonu, CANiK M3 ve CANiK'in de içinde bulunduğu SYS (Samsun Yurt Savunma) grup şirketlerinden UNIROBOTICS tarafından geliştirilen milli uzaktan komutalı stabilize silah (UKSS) kule ailesini de IDEF 23'ten sonra ilk defa yurtdışı fuarında dünyaya tanıtılacak.

"ÜLKEMİZİ GURURLA TEMSİL EDECEĞİZ" CANiK Genel Müdürü Cahit Utku Aral, "Türk savunma sanayi şirketlerinin uluslararası arenada elde ettikleri başarılarla gurur duyuyor, CANiK olarak biz de ülkemize katkı sunmaya devam ediyoruz. Yurtdışında katıldığımız her fuarda, Türk şirketlerine yönelik yoğun ilgi ve övgülerle karşılaşyoruz. Bu motivasyonla, Türkiye'den çıkan global bir marka olarak büyük titizlikle hayata geçirdiğimiz yüksek teknolojiye sahip ürünlerimizi, sınırlarımızın ötesinde

sergilemekten dolayı mutluyuz. Bu alanda yatırımlarımıza ve ihracatımıza son sürat devam etmek istiyoruz. İngiltere'nin CANiK için ayrı bir önemi de var. SYS şirketler grubunun yeni üyesi AEI Systems, kendi anavatanı İngiltere'de, ilk kez CANiK çatısı altında uluslararası bir fuarda orta kalibre top sınıfında yer alan ürünlerini sergileyecek" dedi.

**DSEI İKİ YILDA BİR DÜZENLENİYOR** Her iki yılda bir düzenlenen DSEI, İngiltere Savunma Bakanlığının sponsorluğunda, Londra'daki ExCeL Fuar Merkezi'nde gerçekleşecek. Savunma ve havacılık sanayisine yönelik en son çözüm ve sistemlerin sergileneyeceği DSEI, uluslararası piyasa tecrübesi edinmek ve yeni iş fırsatları oluşturmak için ihtimaller sunuyor. DSEI; hükümet temsilcilerini, ülkelerin silahlı kuvvetlerini, savunma sanayisinin kanaat önderlerini ve küresel savunma ve güvenlik tedarik zincirinin temsilcilerini bir araya getiriyor. DSEI fuarına 2015'te 32 bin ziyaretçi, çoğun-

**Uluslararası Savunma Sanayii Fuarı IDEF'23'te ilk defa sergilediği ürünleri ile büyük beğeni toplayan CANiK, şimdi de İngiltere'ye gidiyor. CANiK, Grup Şirketleri ile birlikte en yeni ürünlerini dünyanın en prestijli fuarlarından DSEI 2023'te görücüye çıkaracak.**

luğu İngiliz ve Amerikan bin 500 firma; 2017'de ise 36 bin ziyaretçi, 54 ülkeden bin 600 firma katılmıştı. 2019'da ise 58 ülkeden bin 700 firma katılmıştı.>>İHA



**ZAYİ**  
10.08.2023'de Kimlik kartımı kaybettim.  
**ÖMER AYDIN**  
**HÜKÜMSÜZDÜR.**

# Basketbol turnuvası nefes kesti

Afyonkarahisar Belediyesi, Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü ve Basketbol İl Temsilciliği tarafından geleneksel hale gelen 3x3 Basketbol Turnuvası Zafer Meydanı'nda yapıldı.

Aralarında İstanbul, Uşak, Balıkesir Eskişehir, Kayseri ve Afyonkarahisar'ın da yer aldığı 50 takımdan oluşan 300'e yakın sporcu kıyasıya bir mücadele sergiledi. 'Spor şehri Afyonkarahisar' sloganı ile şehrimizde çeşitli etkinlikler düzenleyerek spora ve sporcuya destek vermeye devam eden Belediye bu kez de basketbol severleri ve basketbola gönül veren sporcuları Zafer Meydanı'nda bir araya getirdi. 3x3 Basketbol Turnuvası nefes kesen mücadelelerin yanı sıra renkli görüntülere de sahne oldu. Müsabakalara FIBA 3x3 Play Sistem üzerinden kayıt alınırken büyük erkekler 16, genç erkekler 8, yıldız erkekler 8, küçük erkekler 8 yine küçük kızlar 8 takım olmak üzere 5 kategori de mücadele etti.

**"GENÇLERİMİZ SPORLA BULUŞMAYA DEVAM EDİYOR"**  
İki gün boyunca renkli görüntülere sahne olan turnuvada dereceye giren sporcular ödülleri Belediye Başkan Mehmet Zeybek, Gençlik ve Spor İl Müdürü İsmail Hakkı Kasapoğlu, AK Parti Merkez İlçe Başkanı Ziya Coşkun Karadeniz ve Belediye Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürü Sami Çetinaktı'nın elinden aldı.

**6 İLDEN 300 SPORCU KATILDI**  
Turnuva sonunda basın mensuplarına açıklamalarda bulunan Belediye Başkanı Mehmet Zeybek, gençlerimizi sporla buluşturmaya devam ettiklerini söyledi. 2019 yılından bu yana devam eden basketbol turnuvasının bu yıl dördüncüsünü düzenlediklerini hatırlatan Zeybek Başkan katılımın her yıl bir önceki yıldan daha fazla olduğuna

dikkat çekti. Zeybek Başkan; "Göreve geldiğimiz andan itibaren gençlerimizi sosyal medyada ki kötü alışkanlıklardan nasıl uzaklaştırır ve spora nasıl teşvik ederiz mücadelesi içinde olduk. Bu amaçla Gençlik Spor İl Müdürlüğümüz ve Belediye bünyesinde kurduğumuz Spor Hizmetleri Müdürlüğümüzle turnuvanın 2019 yılında ilkini gerçekleştirmiştik. Bu sene dördüncüsünü yapıyoruz. Her yıl bir önceki yıla göre daha fazla katılımı gençlerimizi burada ağırlıyoruz. Bu sene 6 ilden 300'e yakın sporcumuz turnuvaya katıldılar. Belediye olarak gençlerimizin yanında olduğumuzu her daim gösteriyoruz. Turnuvanın para ödülleri belediye olarak biz karşılıyoruz" diye konuştu.

#### RAHVAN AT PİSTİ VE OLİMPİK YÜZME HAVUZU

fRahvan At Pisti'ndeki çalışmalarından da söz eden Başkan Mehmet Zeybek; "Yine rahvan at pistimiz bitmek üzere inşallah Ekim ayında Türkiye Şampiyonasını gerçekleştireceğiz. Aynı zamanda orada Ata Sporlarımız olan okçuluk, binicilik, ilerleyen günlerde yağlı güreş müsabakalarını da yine orada yapmayı planlıyoruz. Olimpik Yüzme Havuzumuz tamamlandı. İnşallah Gençlik Spor İl Müdürlüğümüzle birlikte bir önceki bakanımız Mehmet Muharrem Kasapoğlu ve şu anki Gençlik ve Spor Bakanımız Osman Aşkın Bak'ı Milletvekillerimizi, buraya davet edeceğiz. Onların öncülüğünde açılışını gerçekleştireceğiz. Şehrimize sporun başkenti diyoruz ancak Afyonkarahisar'ı sadece futbolda değil, sporun tüm branşlarıyla ilgilenen bir şehir hale getirmeye çalışıyoruz" dedi. >>HÜDAYİ ACAR



## Yıldız atlet Havana Top'tan bronz madalya

**2023 Anadolu Yıldızlar Ligi Osman Bayrakdar sezonunda Gaziantep'te gerçekleştirilen Atletizm Türkiye birinciliği müsabakaları tamamlandı.**



Yapmış olduğu tüm yarışmalardan derece alarak Türkiye finallerine katılan Afyonkarahisarlı sporcu Havana Top 60m koşu ve uzun atlama branşında yarıştı. 60 metre yarışında 21 sporcu arasında mücadele eden sporcumuz dördüncü olarak bronz madalyayı ilimize getirmeyi başardı.

22 ilden 24 sporcunun yarıştığı uzun atlama branşında da 4,77m atlayan Havana, yarışmayı beşinci olarak tamamladı. Afyonkarahisar İl Müdürlüğü olarak sporcumuzu ve antrenörü Murat Korkusuz'u tebrik eder, başarılarının devamını dileriz. >>İZZET IŞIK



# OTOPRATİK AFYON YETKİLİ SERVİSİNDE;

Tamir Bakım Onarım Bölümlerine

- \* Tamirci Usta Başı
- \* Tamirci Ustalar
- \* Tamirci Teknisyenler
- \* Yedek parça satıcıları alınacaktır.



Adres : Ankara Karayolu Anadolu Efes Karşısı 5km

\* Müracaatlar şahsen olacaktır.

İrtibat Numarası : 0272 230 60 03  
Dahili : 24 / 0552 443 41 43

OTOPRATİK BİR SABANCI HOLDİNG KURULUŞUDUR.

# TAYTAK, "Türk gençleri, vatan diyor, bayrak diyor"

**Milliyetçi Hareket Partisi MYK Üyesi ve Afyonkarahisar Milletvekili Mehmet Taytak, "Şimdi Z kuşağı gençler böyle, Z kuşağı gençler şöyle diye bir şey anlatmaya çalışıyorlar. Daha önce milliyetçiliği yük gören Türk gençleri şimdi bozkurt işareti ile geziyorlar. Vatan diyorlar, bayrak diyorlar" dedi.**

Milliyetçi Hareket Partisi Afyonkarahisar teşkilatının 14. Olağan ilçe kongreleri coşkulu bir şekilde devam ediyor. Kongrelerde konuşan Milliyetçi Hareket Partisi 14. Olağan ilçe kongreleri Bayat, Emirdağ ve Çobanlar ilçe kongreleri ile devam ediyor. İlçe Kongrelerine Milliyetçi Hareket Partisi MYK Üyesi ve Afyonkarahisar Milletvekili Mehmet Taytak, İl Başkan Vekili Doğan Şimşek, parti yöneticileri ile birlikte çok sayıda partili katıldı. Saygı duruşu ve istiklal marşının okunmasıyla başlayan kongreler divan heyetinin seçilmesiyle devam etti. Kongrelerde ilk olarak MHP Lideri Devlet Bahçeli'nin ilçe kongrelerine gönderdiği mesaj okundu. Faaliyet ve mali raporunun okunmasından sonra yapılan konuşmaların ardından seçimlere geçildi. Bayat İlçesinde mevcut Başkan Bayram Eski, Emirdağ İlçesinde mevcut Başkan Mehmet Orbay Divrikli, Çobanlar İlçesinde mevcut Başkan Mehmet Bostancı, oyların tamamını alarak yeniden İlçe Başkanı seçildiler.

**TAYTAK, "ONLARIN AVRUPA BİRLİĞİ VARSA BİZİM DE TÜRK BİRLİĞİMİZ VAR"**  
Kongrelerin hayırlı olmasını dileyerek konuş-



masına başlayan Milletvekili Taytak, "9 Ağustos tarihinde başlayan ilçe kongrelerinin hayırlı olması diliyorum. 15 Temmuz öncesine kadar AK Parti ile olan mücadelemizi biliyorsunuz. O günkü mücadelemizde derdimiz neydi. Diyorduk ki fetö ile bu muhabbeti kesin, HDP ile PKK ile bu ilişkiyi kesin, çözüm sürecinden vazgeçin, milli değerlerimiz üzerinde yürüyalım. Tarihi her zaman genel başkanımızı haklı çıkarmıştır, haklı çıktık. 15 Temmuz'u beraber yaşadık

o gün tek başına direnen genel başkanımızdı. Hiçbir siyasi partinin lambaları yanmadığı gün o saatlerde Milliyetçi Hareket Partisi'nin ışıkları yandı. Genel başkanımız dedi ki 'Türkiye Cumhuriyeti Devletinin karargahı buradadır' dedi. 15 Temmuz'dan sonra Cumhur ittifakı kuruldu. O günden bugüne Cumhur İttifakı sayesinde fikir ve düşüncelerimizle gerçekleştirmeyi düşündüğümüz ancak nasip olmayan meselelerin tümünü çözdük. Bunlar nelerdir öncelikle Ayasofya açıldı, Kapalı Maraş açıldı, Karabağ kurtarıldı ve Mavi Vatan, Libya da varız. Terörle mücadeleyi Türk devleti kazandı. Uluslararası ilişkilerde gayet güçlü bir noktadayız. Türk Devletleri Teşkilatı kuruldu, şimdi diyoruz ki onların Avrupa Birliği varsa bizim de Türk birliğimiz var. İnşallah Kızılelma'yı gerçekleştirene kadar sonsuza kadar bu mücadelemiz sürecektir" dedi.

**TAYTAK, "TÜRK GENÇLERİ, VATAN DİYOR, BAYRAK DİYOR"**

Taytak, "Diyorlar ki Z kuşağı. Z kuşağı diye bir kuşak yok. Vatani seven binlerce gencimiz var. Burada şimdi Z kuşağı gençler böyle, Z kuşağı gençler şöyle diye bir şey anlatmaya çalışıyorlar. Artık, Türk gençleri daha önce milliyetçiliği yük gören Türk gençleri şimdi bozkurt işareti ile geziyorlar. Vatan diyorlar, bayrak diyorlar. Biz bu sayede Sayın Cumhurbaşkanımızın duruşu, ortaya koyduğu tavırlarla, bunların tamamını başardık. Artık Cumhurbaşkanımız her 4 Nisan'da Rahmetli Başbuğumuzun mezarına gelir. Gittiği ilde ülkü ocaklarını ziyaret eder. Allah'a şükürler olsun Türkiye artık rayına oturdu, biz de bu rayın oturulmasında sebep olan vesile olan Sayın Genel Başkanımızın arkasında, satmadan, kıvrımadan dimdik duracağız hiçbir güç bizi bundan vazgeçtirmeyecek" diye konuştu.



**TAYTAK, "KILIÇDAROĞLU, CUMHURBAŞKANI OLMAK İÇİN BİR TİYATRO SAHNESİ KURDU"**

CHP Genel Başkanı kendini Cumhurbaşkanı edebilmek için, oraya oturabilmek için bir tiyatro sahnesi kurdu. Önce 6 oldular sonra 9 oldular, onların hepsine Cumhurbaşkanı yardımcım olacaksınız dedi. Kavala'yı çıkartacağım dedi, Selahattin Demirtaş'ı çıkartacağım dedi. Bakıtı ki olmadı, 14 Mayıs'ta Cumhur ittifakı başarılı çıktı. 14 Mayıs seçimlerinden sonra bu sefer Suriyelilerden bahsetmeye başladı, ne yaptı. Ümit Özdağ ile anlaşmaya çalıştı. Özdağ'a, iki bakanlık bir MİT Müsteşarlığı vermiş. Bu mutabakattan kendi partisinin, genel başkan yardımcılarının haberi bile yok. O zaman soruyorum? Diyorum ki Ümit Özdağ'a bunları verdiğine göre HDP'ye ne verdin PKK'ya ne teklif ettin. Bir masa için, bir sandalye için, bir makam için ülkemizi satacak. Sayın Genel Başkanımız ise hiç bir şey istemeden, hiçbir şey beklemeden 'Önce ülkem ve milletim sonra partim ve ben' diyecek. Bizden başka şerefli var mı arkadaşlar" dedi.  
>>İBRAHİM ARTIÇ



## Fatma Turgut Afyon'da sevenleri ile buluştu

**Park Afyon AVM tarafından gerçekleştirilen Afyon Kahve Festivali'nin son gününde ünlü şarkıcı Fatma Turgut sahne aldı.**



Etkileyici bir atmosfere ve unutulmaz anlara ev sahipliği yapan Park Afyon AVM, Fatma Turgut konseri ile ziyaretçilerine unutulmaz bir gece yaşattı. Festival çerçevesinde 11 Ağustos'ta Retrobüs nostaljik şarkılarla ziyaretçileri geçmişe götürürken, 12 Ağustos'ta Necati ve Saykolar sahne performanslarıyla unutulmaz bir müzik şöleni sundu. Etkinliğin son gününde sahne alan Fatma Turgut, güçlü sesiyle dinleyicilere unutulmaz anlar yaşattı. Binlerce kişinin katıldığı konserde Fatma Turgut seslendirdiği şarkılarla katılımcıları mest etti. >>İHA



## Göz sağlığı için dikkat: katarakt

**Özel Fuar Hastanesi Göz Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Erdoğan Yaşar, katarakt hakkında önemli bilgiler aktardı.**

Doç. Dr. Erdoğan Yaşar yaptığı açıklamada; "Katarakt, göz sağlığı, yaşam kalitemizi etkileyen önemli bir unsurdur ve katarakt, 60 yaşından sonra bu konuda en sık karşılaşılan sorunlardan biridir. Katarakt, genellikle yaşa bağlı olarak göz merceğinin bulanıklaşması sonucu görüşün azalmasına neden olan bir rahatsızlıktır. Bu durum, renkleri soluklaştırabilir, gece görüşünü zorlaştırabilir ve günlük aktivitelerde zorluk yaratabilir. Katarakt, ilerleyici bir durumdur ve zamanında ameliyat edilmediği takdirde görme kaybına yol açabilir. Risk faktörleri arasında yaş, aşırı güneş ışığına maruz kalma, sigara içme, diyabet, obezite ve göz yaralanmaları bulunmaktadır. Ancak unutulmamalıdır ki, katarakt her yaş grubunda ortaya çıkabilir ve herkes bu rahatsızlığa karşı dikkatli olmalıdır. Neyse ki, günümüzde katarakt tedavisi oldukça etkili ve güvenlidir. Cerrahi müdahale, bulanıklaşan merceğin çıkarılması ve yerine yapay mercek konulması işlemidir. Bu işlem sonrasında çoğu hastanın görüşü büyük ölçüde düzelir ve yaşam kalitesi artar. Katarakt cerrahisi günümüzde dikişsiz ultrason enerjisi kullanılarak yaklaşık 20-25 dakika sürecek şekilde yapılmaktadır ve genelde hasta ameliyat sonrası 1 saat sonra taburcu edilmektedir. Ancak hasta ameliyat için gecikirse



katarakt ilerleyeceği için ameliyat riskli hale gelip dikişli ameliyata dönebilir ve hastanede yatış gerektirebilir bu yüzden hekimin önerisi ile düzenli aralıklarla kontrol uygun zamanda ameliyat yapılması önemlidir. Genellikle görüş yüz 50'nin altına düşünce ve katarakt 2.evreye geçince ameliyat gerekmektedir. Katarakt haline gelen bulanıklaşmış mercek çıkarılınca yerine hastanın isteğine ve gözün durumuna göre tek odaklı, iki odaklı ve çok odaklı mercekler konulabilmektedir." >>MEVLÜT TINAS

