



Sezer KÜÇÜKKURT

Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı



MİLLİYETÇİ
HAREKET PARTİSİ

Zehir tacirlerini jandarma yakaladı

Afyonkarahisar'da şüpheli 4 şahsın ev ve işyerlerinde yapılan aramada binlerce adet sentetik ecza hapi ve çeşitli uyuşturucu maddeler yakalandı. >>3'TE

Gerçekten Haber Verir

AnaHaber

1 Mart 2024 CUMA YIL: 19 SAYI: 5407 FİYATI: 10 TL

WWW.PARKHAYAT.COM

PARKHAYAT

HASTANELERİ

"sizin hastaneniz"

444 40 03

Afyonkarahisar Kütahya Afşerir

BAKAN YARDIMCISI BAĞCI, OSB'DE KOMBİNALARI ZİYARET ETTİ

Tarım ve Orman Bakan Yardımcısı Dr. Ahmet Bağcı, bir dizi ziyaretler kapsamında Afyonkarahisar'a geldi.



Bakan Yardımcısı Bağcı programları çerçevesinde ilk olarak Bolvadin Tarım ve Orman İlçe Müdürlüğü Binası Açılışına katıldı. Burada bir konuşma yapan Bakan Yardımcısı Bağcı, "Tarım ve Orman Bakanlığı olarak üreticilerimize dokunduğumuz gibi aslında üreticilerimizin ürünleri ile de tüketicilerimize dokunuyoruz" dedi.

Tarım ve Orman Bakan Yardımcısı Dr. Ahmet Bağcı ziyaretleri kapsamında Bolvadin TMO Alkaliit Fabrikasını da ziyaret etti. Daha sonra Bakan Bağcı Afyonkarahisar Organize Sanayi Bölgesinde bulunan Et Entegre Tesisi ve lokum üretim tesislerinde incelemelerde bulundu. >>ANAHABER

Korkmaz, Türkiye Şampiyonasında ikinci oldu

Niğde ilinde düzenlenen yıldız erkekler Okul Sporları Serbest Güreş Türkiye şampiyonasında, Afyonkarahisar Sporcu Eğitim Merkezi öğrencisi İrfan Korkmaz, 62 kg kategorisinde Türkiye ikincisi olmayı başardı. /7



Afyon'un kronikleşen sorunlarını çözeceğiz

MHP Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Sezer Küçük Kurt, sadece Türkiye'de değil, dünyada yaşanabilir kentler sıralamasında üst sıralarda yer alan bir Afyonkarahisar hedeflediklerini söyleyerek, "Hedeflerimize ulaşmak için 9 başlıkta 55 ayrı proje hazırladık. Her bir projede şehrimizin kronikleşen sorunlarına çözüm bulmayı hedefledik" dedi. >>8'DE



BAŞKAN ULUÇAY'DAN TAM DONANIMLI DEVLET HASTANESİ SÖZÜ

AK Parti Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Hüseyin Ceylan Uluçay, Ataköy Mahallesi'nde mahalle sakinleri ile bir araya geldi. Burada konuşan Uluçay "Ataköy halkının sesine kulak verdik ve yakın zamanda Ataköy halkımızın ve çevre mahallelerdeki halkımızın da kullanacağı 150 yataklı tam donanımlı Kanlıca Devlet Hastanesi yapılacak" dedi. >>7'DE

YAĞCI "BU ŞEHRE BİR ÇİVİ ÇAKILACAKSA BİRLİKTE ÇAKACAĞIZ!"

İYİ Parti Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Alper Yağcı, yoğun bir gün geçirerek pek çok yerde ziyaretlerde bulundu. /5



Sabah namazında buluştular

Afyonkarahisar İl Müftülüğü tarafından farklı camilerde planlanan sabah namazı buluşmaları bu hafta Merkez Marulcu Camii'nde gerçekleştirdi. /5

KÖKSAL, "YOKSULLUKLA BAŞ ETMEK TEK BAŞINA MÜMKÜN DEĞİL"

CHP Grup Başkanvekili, Afyonkarahisar Milletvekili ve Belediye Başkan Adayı Av. Burcu Köksal, hizmette adalet parolası ile çıktığı başkanlık yolunu zaferle sonuçlandıracağından emin olduğunu belirterek kendisine destek olan herkese teşekkür etti. Köksal, "Afyonkarahisarlı hemşehrilerim kronikleşen sorunları yıllardır çözemeyen bir partiye tekrar oy vermeyecektir" dedi. >>6'DA



Burcu Başkan
Varsa GERİSİ Kelay

Burcu
KÖKSAL

AFYONKARAHİSAR BELEDİYE BAŞKAN ADAYI

AFYONKARAHİSAR MİLLETVEKİLİ

CHP GRUP BAŞKANVEKİLİ

BU
MEMLEKETE
KADIN ELİ
DEĞECEK



ALPER
YAĞCI

AFYONKARAHİSAR BELEDİYE
BAŞKAN ADAYI

memleket
ehline
emanet

SEN İSTE
AFYONKARAHİSAR

www.senisteafyonkarahisar.com



AKÜ'de çarşamba sabah toplantısında "aileye yönelik tehditler" değerlendirildi

Afyon Kocatepe Üniversitesi tarafından (AKÜ) üniversite ile şehir buluşmaları kapsamında düzenlenen Çarşamba Sabah Toplantılarında "Aileye Yönelik Tehditler" konuşuldu.



AKÜ Sosyal Tesislerinde düzenlenen toplantıya Afyonkarahisar Cumhuriyet Başsavcısı Fatih Karabacak, AKÜ Rektör Yardımcıları Prof. Dr. Şuayıp Özdemir ve Prof. Dr. Murat Peker, Fen Edebiyat Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Hüseyin Koçak, İlahiyat Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Mustafa Güler, Fen Bilimleri Enstitüsü Müdürü Prof. Dr. Bekir Yalçın, AKÜ Kadın ve Aile Araştırmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü Doç. Dr. Lefte Özdemir, AKÜ Genel Sekreteri İhsan Ceran, akademik personel ile Afyonkarahisarlı iş ve düşünce insanları katıldı.

"AİLE VE İŞ DENGESİNİ TUTTURMAK GEREKİYOR"

Toplantıda ilk olarak söz alan AKÜ Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Şuayıp Özdemir, kişinin aile-iş dengesini kuramaması aileye yönelik önemli bir tehdit olduğunu belirtti. Özdemir "Aileye ayrılacak zamanı işe ayırıyoruz. Sonra çocuklar farklı şekillerde büyüyor. Bazen işi ailenin önüne koyduğumuz için çocuklardan kopuyoruz. Günümüzde kadınlar çalışma hayatına daha çok katılıyor. Öyle olunca, aile içindeki roller de değişiyor. Çocuk, anne ve babanın rollerini karışmış bir şekilde görüyor. Çocukların hayatında anne ve babaların iş hayatlarından dolayı aile dengesini tutturamaması sorun oluyor. Bazı arkadaşlarımız da tam tersi, aileyi ön plana çıkarıyor ve işleri geri kalıyor. Her iki türü de dengeyi tutturmak gerekiyor. Bu dengeyi tutturamamak önemli bir tehdittir" dedi.



"AİLE İÇİNDEKİ ROLLERİMİZİN DOZUNU İYİ AYARLAYABİLMELİYİZ"

Toplantı moderatörü Fen Edebiyat Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Hüseyin Koçak, kadınların çalışma hayatına girmesinin aile hayatındaki rolleri etkilediğini kaydetti. Koçak, "Tabii ki ekonomik şartlar, hem erkek hem de kadının çalışmasını da gerektiriyor. Dolayısıyla kadınlar çalışmasını da diyemeyiz. Bu durumda kadınlara daha insani bir çalışma imkanı sağlanarak, daha ayrıcalıklı bir çalışma hayatı sunulabilir" diye konuştu. Koçak, "Günlük yaşamda sabah evin erkeği de kadını da çalışmaya gidiyor ki bu durumda çocuklar bakıcıya emanet ediliyor. Döndüklerinde ikisi de yorgun oluyorlar ve evdeki işleri paylaşmaları gerekiyor. Bu durumda çocuk ev içindeki rollerin dağılımında sarsıntı yaşıyor. Bu durum babanın ev içindeki otoritesini de erozyona uğrattırıyor. İlacın dozunu ayarlayamazsak ilaç zehir olur. Aynı şekilde aile içindeki rollerimizin dozunu da iyi ayarlayabilmeliyiz ki dengeyi bozmayalım."

"BİZ SANDVIÇ NESİLİZ"

Aile içi ilişkilerin saygı-sevgi sınırları içinde olmadığı takdirde insanların birbirine karşı "şaşı ve sağır" olduklarını kaydeden Koçak, "Klasik ve geleneksel anne-baba rollerinden dışarıya çıkılıyor. Bunun da ötesinde, çocuklar anne ve babalarının rollerini çalmaya başlıyor. Bizim kuşağın en büyük sıkıntılarından birisi de bu. Bize 'sandviç nesil' deniliyor. Biz

anne ve babalarımızı olduğu kadar çocuklarımızı da üzmemek için azami gayret gösteriyoruz. Durum böyle olunca, çocuklar bizim annelik ve babalık rollerimizi elimizden alıyorlar. Bu durum nasıl normale çevrilebilir, bilmiyorum. Aileye tehdit eden diğer meseleler ise alkol, uyuşturucu ya da teknoloji bağımlılığı gibi bağımlılıklar. Bu bağımlılıklar normal hayatımızın akışını kesintiye uğrattırıyor. Bunların tedavi edilmesi gerekiyor" ifadelerini kullandı.

ÇOCUK SAHİBİ OLMAK AİLE OLABİLMEK İÇİN ÖNEMLİ

İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Maliye Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. İsa Sağbaşı ise yurt dışındaki aile tanımında çocuk sahibi olmanın belirleyici unsur olarak kabul gördüğünü anlattı. Sağbaşı "Yurtdışında bulundum bir süre, Avrupa'daki aileyi gözlemledim. İngilizcede 'family' ifadesini aile olarak çeviriyoruz. Ancak burada dikkat edilmesi gereken bir nüans var. Aile olmanın şartı çocuk. Yabancılar da iki kişi evlendiğinde 'couple' diye anılıyor. Çocuk olunca ise 'family' diye tanımlanıyor" dedi. Sağbaşı, tek çocuklu ailelerin günümüz dünyasında bir realite olduğunu belirterek, "Tek çocuk olarak büyümüş iki kişinin evlilikleri sonucu doğan çocuğun teyze, hala, amca, dayı gibi akraba ilişkileri olmayacak" diye konuştu. LGBT'nin aileye yönelik tehditler arasında yer aldığına da işaret eden Sağbaşı, "Aileye yönelik tehditlerde bir diğer mesele ise LGBT'dir. Türkiye'de de bunu savunanlar var. Geçtiğimiz yaz Londra'da gözlemledim ki LGBT'ye inanılmaz bir destek var. Bu sapkınlar tarafından normalleştiriliyor. Dinlerine bağlı olan ülkelerde ise bu olaya ket vuruluyor. Fakat oralarda dahi tartışılıyor. 1994'te İngiltere'de muhafazakar bir partinin ileri sürdüğü 'back to basics' yani temellere dönüş diye bir durum vardı. Bu durum Avrupa'da bile dile getiriliyor" ifadelerini kullandı.

"BİR TOPLUM BİR ARADA YAŞAMAYI EN KOLAY AİLE İLE BAŞARIR"

İş insanı Kadir Altinkaya ise geleneksel yapının kendi içinde kadim tanımlarının olduğunu belirterek, "Eskiden erkek çok iş yapıyordu. Bu yüzden söz hakkı da çoktu ama artık erkek çok iş yapmıyor. Dolayısıyla söz hakkı da azalıyor. Ben geleneksel bir ailede büyüyen biri olarak, geleneksel ailenin sorunlarına da çokça şahit oldum. Geçmişte de günümüzde de üretim kapasitesini nasıl arttırırız diye yola çıktığı için, kadınlar çalışmaktadır. Üretime dahil olan bu bireyler ister kadın, ister çocuk olsun; istediği değeri görmezse, bu duruma itiraz eder ve karşı koyar. Bir toplum bir arada yaşamayı en kolay aile ile başarır" dedi.

"ORTAYA KOYULAN MÜFREDATIN ÜRÜNÜNÜ ALIRSINIZ"

AKÜ Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Murat Peker ise hedefin mutlu aile kurmak olduğunu ve bu yolda doğru rotaları tespit etmek ve bu doğru rotaları izlemek gerektiğini söyledi. Peker, "Her problem karşısında ilk söylenen ifade 'eğitim şart' şeklinde oluyor. Öğrencilerin önüne hangi müfredatı koyarsanız, ortaya o müfredatın ürünü çıkar. Aile

okulunda bu yılların müfredatına baktığımızda ise sosyal medya ve televizyon gibi mecralarda gösterilen yanlış örneklerin çocukların, gençlerin önüne konulan müfredat olduğunu görüyoruz. Yetişme tarzımıza baktığımızda, çocuk aile olmayı önce ebeveynlerinden ve büyüklerden hemen ardından ise toplumdaki görüyor. Yani aileye ilişkin sürekli müfredatımız değişiyor. Asrı Saâdet'te, peygamberlerin müfredatında ne vardı onlara bakmamız gerekiyor. En iyi aile hayatının olduğu dönemlerin müfredatını incelemek lazım. Navigasyona gideceğiniz hedef noktayı yazdığınızda size farklı rotalar

gösteriyor. Bunların içinde bir tanesi de en iyi rota oluyor. Yanlış yola girdiğinizde ya bir dere kenarında kalıyorsunuz ya da bir uçurumun başında kalıyorsunuz. O nedenle yanlış yolu değil en uygun yolu seçiyorsunuz. Mutlu aile hedefine ulaşmak için de en uygun yolu seçmeniz gerekiyor. Bu nedenle ideal aile müfredatını takip edenler hedefe ulaşabiliyor. Diğerleri ise sürekli farklı problemlerle karşılaşılıyor ve mücadele etmek zorunda. Herkes de mücadele edemediği için ailelerde parçalanmalar meydana geliyor" dedi.

>>İZZET IŞIK

Huzurlu bir seçim ortamı için bir araya gelindi

Afyonkarahisar Emirdağ Kaymakam Osman Bilici, huzurlu bir seçim ortamı geçirilmesi için ilçedeki siyasi parti temsilcileri ile bir araya geldi.

Kaymakamlık makamında gerçekleşen toplantıda, 31 Mart 2024'te yapılacak olan mahalli idareler yerel seçimlerinde ilçede partilerin yürütecekleri çalışmalar, ilanlar, afiş, broşür gibi reklamlar ile reklamların sona erme süresine dair uyulması gereken mevzuat ve kurullarla ilgili bilgilendirmeler

erde bulunuldu. Kaymakam Bilici, seçim süresince yürütülecek çalışmalarda belirlenen mevzuat ve kurullara azami dikkat edilmesinin seçimlerin daha sağlıklı bir ortamda yapılacağını belirterek kazasız ve sorunsuz bir seçim dönemi geçirilmesi temennilerinde bulundu. >>İHA



Sezaryen sonrası vajinal doğum (SSVD) hakkında bilinmesi gerekenler

Sezaryen sonrası vajinal doğum (SSVD), günümüzde giderek daha fazla anne adayının tercih ettiği bir doğum seçeneği haline gelmektedir. Ancak bu seçenek, dikkatlice değerlendirilmiş risk faktörleri ve uygun sağlık koşulları gözetilerek ele alınmalıdır. Özel Fuar Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. İsa Şükrü Öz, SSVD hakkında önemli bilgileri paylaştı.

SSVD NEDİR?

SSVD, daha önce bir kadının sezaryenle doğum yapmış olmasına rağmen sonraki çocuğunu vajinal yolla doğurması anlamına gelir. Bu süreçte, doktorlar tarafından dikkatlice değerlendirilmiş risk faktörleri ve uygun sağlık koşulları gözetilir.

KİMLER İÇİN UYGUNDUR?

SSVD, özellikle önceden normal doğum yapmış veya sezaryen sonrası normal doğumla yeniden doğum yapmış olan kadınlar için uygun olabilir. Ancak her durumda, adaylar detaylı bir değerlendirme için doktorlarına başvurmalıdır.



BAŞARI ORANI VE RİSKLER

SSVD'nin başarı oranı %60 ila %80 arasında değişmektedir. Ancak, bu süreçte bazı riskler de bulunmaktadır, en önemlisi rahim yırtılması olarak bilinen rüptür riskidir. Bu nedenle, adaylar dikkatle değerlendirilmelidir.

FAYDALARI

SSVD'nin avantajları arasında kısa hastanede kalış süresi, hızlı toparlanma süreci ve daha az komplikasyonun görülmesi bulunmaktadır. Ancak her doğum deneyiminin benzersiz olduğunu ve her kadının durumunun farklılık gösterebileceğini unutmamak önemlidir.

HAZIRLIK SÜRECİ

SSVD'ye hazırlanırken, pelvik kasların güçlendirilmesi için egzersizlerin yapılması önemlidir. Bu egzersizler doğumu kolaylaştırabilir ve ilerleyen yaşlarda ortaya çıkabilecek sorunların önüne geçebilir. Sonuç olarak, her kadının doğum deneyimi farklıdır ve doğum seçeneği doktorla birlikte detaylı bir şekilde değerlendirilmelidir. Sezaryen sonrası vajinal doğum, uygun adaylar için güvenli bir seçenek olabilir ancak her durumun özgün koşullarını göz önünde bulundurmak önemlidir. >>İZZET IŞIK

Emirdağ'da 100 kişinin istihdam edileceği somon ve alabalık tesisi kurulacak

Afyonkarahisar'ın Emirdağ ilçesinde somon ve alabalık tesisi kurulması için imzalar atılırken, tesiste ilk etapta 100'e yakın kişinin istihdam edilmesi bekleniyor.

Emirdağ Organize Sanayi Bölgesi'nde (OSB) 14 bin metrekarelik alan üzerinde kurulacak somon ve alabalık işleme tesisi için arsa tahsis sözleşmesi Kaymakam Osman Bilici ve yatırımcı firma yetkilileri arasında imzalandı. İmza töreni

sonrası konuşan Kaymakam Bilici, yatırımın ilçe ekonomisi ve istihdamı adına önemli olduğunu dile getirerek, "Bölgemiz daha fazla büyümekte ve cazibe merkezi haline gelmektedir" dedi. >>İHA



Müdür Parlak, donmuş gıda üretim merkezini gezdi

Afyonkarahisar'da dondurulan bu ürünler Amerika, Avrupa ve Japonya'ya gönderiliyor

Afyonkarahisar İl Tarım ve Orman Müdürü Özkan Parlak Sultandağ'da organik donmuş gıda üretimi yapan firmayı ziyaret etti. Çoğunlukla Organik Tarım ürünlerinin işlendiği işletmede çilek, vişne, kiraz, erik, ahududu, incirdir gibi ürünler donduruluyor.

Sözleşmeli üretim modelinin uygulandığı tesiste 780 üretici ürünlerini pazarlama fırsatı buluyor. Daha çok Amerika'ya ihracat edilen donmuş ürünler sırasıyla Avrupa ülkelerine ve Japonya'ya da pazarlanıyor. >> Yıldız Yarıkkaya



İçişleri Bakanı Ali Yerlikaya: "FETÖ'ye yönelik eş zamanlı operasyonlarda 47 şüpheli yakalandı"

İçişleri Bakanı Ali Yerlikaya, terör örgütü FETÖ'ye yönelik aralarında Afyonkarahisar'ında bulunduğu Antalya merkezli 14 ilde icra edilen 'Kısaç-9' Operasyonları çerçevesinde 47 şüphelinin yakalandığını bildirdi.



Sosyal medya hesabından açıklamalarda bulunan Yerlikaya, "Antalya Cumhuriyet Başsavcılığı, Jandarma Genel Komutanlığı İstihbarat Başkanlığı ve Terörle Mücadele Daire Başkanlığı koordinesinde, Antalya İl Jandarma Komutanlığı'nca yapılan çalışmalar sonucu Antalya merkezli İzmir, Denizli, Mersin, Karabük, Manisa, Çorum, Ankara, Afyonkarahisar, Isparta, Burdur, Uşak, Kırşehir ve Kütahya'da FETÖ'ye yönelik eş zamanlı olarak düzenlenen 'Kısaç-9' operasyonlarında şüphelilerin: 6415 sayılı Terörizmin Finansmanının Önlenmesine Dair Kanuna Muhalefet suçunu işlemek suretiyle; FETÖ'nün cezaevindeki mensuplarıyla haberleşme mekanizması kurmaya çalıştıkları, örgüt mensuplarına nakit para akışı sağladıkları tespit edildi. Operasyonlar sonucu çok miktarda Türk Lirası, dijital materyal ve örgütsel dokümana el konuldu" ifadelerine yer verdi. >>İHA



Zehir tacirlerini jandarma yakaladı

Afyonkarahisar'da şüpheli 4 şahsın ev ve işyerlerinde yapılan aramada binlerce adet sentetik ecza hapsi ve çeşitli uyuşturucu maddeler yakalandı.

Edinilen bilgilere göre, Afyonkarahisar İl Jandarma Komutanlığı ekipleri yapılan istihbari çalışmalar neticesinde, Afyonkarahisar il merkezinde ikamet eden dört şüpheli şahıs hakkına gelen ihbar üzerine harekete geçti. Ekipler, A.I.K, A.I.A., Ö.T. ve S.Ö. isimli şahısların, çeşitli yollardan temin ettikleri yüklü miktarda uyuşturucu maddeyi evlerinde, işyerlerinde bulundurduğunu ve akşam saatlerinde sattıklarını belirledi. Bunun üzerine şüpheli şahısların üstlerinde, ikamet adresinde, işyerlerinde ve eklentilerinde yapılan arama sonucunda; bin 890 adet sentetik ecza, 60 adet extacy hap, 2 gram metamfetamin, 8 adet uyuşturucu kullanma aparatı, 4 adet cep telefonu, suçtan elde edildiği değerlendirilen bin euro ve 6 bin 760 TL ele geçirildi. Şüpheli şahıslar gözaltına alınırken, meydana gelen olayla ilgili adli tahkikata başlatıldı. >>İBRAHİM ARTIÇ



Karahisar Basın Yayın Dağ. Matbaa Reklam
Ajans Org. İletişim ve Per. Yön. Hizm.
Tic. Ltd. Şti. adına

İMTİYAZ SAHİBİ
MUHİTTİN YEŞİLAY

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
MEVLÜT TINAS

1 MART 2024 CUMA
SAYI : 5407 KURULUŞ: 19 ARALIK 2005

YAYIN TÜRÜ: YEREL SÜRELİ

WEB ADRESİ

E- MAIL ADRESİ

WWW.afyonanahaber.com.tr

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. Aymoğlu 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

"Bir avuç kuruyemiştan fazlası zararlı"

Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Taşkiran, kuruyemişin taze, çeşitli ve az miktarda tüketilmesi gerektiğini, aksi takdirde bir çok hastalığa davetiye çıkarabileceğini belirterek uyarılarda bulundu.



Vitamin ve mineral deposu olarak bilinen ve sağlıklı bir atıştırılabilirlik olarak düşünülen kuruyemiş, fazla tüketilmesi durumunda insan vücudu için zararlı bir besin haline alıyor. Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Taşkiran, kuruyemişin taze, çeşitli ve az miktarda tüketilmesi gerektiğini, aksi takdirde birçok hastalığa davetiye çıkarabileceğini söyledi.

"KURUYEMİŞLER ÇOK ZENGİN BİR İÇERİĞE SAHIPTIR"

Dr. Öğr. Üyesi Taşkiran, kuruyemişin zengin içeriğe sahip olduğunu ve bir avuç yenildiği takdirde vücuda birçok faydasının olduğunu ifade ederek, "Tükettiğimiz gıdaların vücudumuzun sistemlerinin işleyişi ve sağlığımızla yakından ilgisi vardır. Bu anlamda kuruyemişlere baktığımız zaman içeriğindeki mikro ve makro besinler itibarıyla çok zengin bir içeriğe sahiptir. Kuruyemişin içerdiği mikrobeyesinler, fitobesinler, antioksidanlar, doymamış Omega 3 yağ asitleri ve içindeki vitamin ve mineraller nedeniyle sağlıklı bir gıda olup çok ciddi manada olumlu etkileri vardır. Fakat kuruyemişler karbonhidrat ve kalori de barındırdıkları için fazla tüketildiği zaman bir takım zararlarıyla da karşılaşabiliriz. Bu sebeple günlük bir avuç kuruyemiş tüketmek içerdiği vitaminler ve mineraller bakımından vücudumuza bir takım olumlu yönleri vardır. Örneğin, kuruyemişlerin sindirim sistemine olumlu etkileri vardır. İçerdiği E vitamini sayesinde cildin güzelleşmesine katkı sağlar. Beyin ve nörolojik açıdan da çok ciddi faydaları bulunmaktadır. Bağırsıklık sistemi ile ilgili birçok sıkıntıda kuruyemişlerin olumlu etkileri mevcuttur. Aynı zamanda, tınaklarımızda ve iç organlarımızda oluşabilecek rahatsızlıkların da önüne geçebilme özelliği vardır" dedi.

"KURUYEMİŞLER FAYDALI GIDALAR OLSA DA ZARARLARI DA MEVCUT"

Kuruyemişlerin faydalı olduğu kadar çok tüketildiğinde oldukça zararlı hale gelebildiğini de aktaran Uzm. Dr. Öğr. Taşkiran, "Kuruyemişler çiğ ve kavrulmuş olarak tüketilmektedir. Fakat ne kadar çok ısıya maruz kalırsa içerdiği olumlu etkileri de azalmaktadır. Bu nedenle mümkün olduğunca çiğ tüketmek daha faydalıdır. Kuruyemişi mide boşken tüketmek daha faydalı oluyor çünkü tokken etkileri azalabiliyor. Özellikle kahvaltı öğünlerimizde tüketmek vücudumuza oldukça fayda sağlayacaktır. Kilo vermek isteyen ve iki öğün beslenmeye çalışanlar, kahvaltılı öğününe kuruyemişleri dahil ederlerse uzun süre tokluk sağlayabilir. Kuruyemişler ne kadar faydalı gıdalar olsa da birtakım zararları da mevcuttur. Fazla tüketildiği zaman kolesterol yüksekliğine neden olabilir. Bazı insanlarda da mide bağırsak sistemine olumsuz etki edebilir. Kuruyemişlerin içerdiği tuz oranı yüksekse ve fazla tüketilirse tansiyon hastalarının tansiyonunu yükseltebilir. Böbrek hastalığı olan insanların kuruyemişi oldukça dikkatli tüketmesi gerekmektedir. Çünkü kuruyemişler magnezyum ve potasyum bakımından zengin gıdalardır. Potasyum normal insanlarda faydalı olabilir ama böbrekle ilgili sıkıntısı olan insanlarda vücuda yük olacağı için kontrollü tüketilmesi gerekmektedir. Ceviz, Antep Fıstığı gibi kuruyemiş çeşit-

leri oldukça faydalıyken, fazla tüketildiği zaman vücuda olumsuz etkileri oluşabilir. Kolesterol yüksekliğine neden olabilir. Aslında her şeyin kararında tüketilmesi gerekmektedir. Mesela yer fıstığının alerjik özelliği nedeni ile olumsuz etkileri olabilir. Ayrıca romatizması olanlar, tansiyonu olan hastalar, Tiroid hastaları, mide bağırsak sorunu olan, kilo veremeyenler, hormonal problemi olan hastaların da yer fıstığı tüketirken dikkat etmesi gerekiyor. Bunun yanı sıra kuruyemiş olmayan ama kuruyemiş olarak tüketilen mısır patlağı ya da kavrulmuş mısır oldukça zararlı gıdalardır. Aslında belli bir miktarda ve çeşitli olduğu takdirde kuruyemiş oldukça faydalıdır. Tek tip beslenme faydalı bir beslenme yöntemi değildir. Bu açıdan çeşitlendirmek gerekir. Kuruyemişler dengeli bir şekilde tüketildiği zaman faydalı olsa da, fazla tüketildiğinde ve uygun ortamlarda saklanmadığında oldukça zararlı olabiliyor." şeklinde konuştu.



"KURUYEMİŞLERİN UYGUN ORTAMLARDA MUHAFAZA EDİLİŞİ ÇOK ÖNEMLİ"

Uygun ortamlarda saklanmayan kuruyemişlerin yol açabileceği hastalıklara değinen Dr. Öğr. Üyesi Taşkiran, "Toprakta çıkan birçok gıda bizler için oldukça faydalıdır. Hasta olmadan önce hastalıkları engellemek de bizim elimizde. Bu nedenle dengeli bir şekilde beslenmek gerekmektedir. Kuruyemişler dengeli bir şekilde tüketildiği zaman faydalı olsa da, fazla tüketildiğinde ve uygun ortamlarda saklanmadığında oldukça zararlı olabiliyor. Kuruyemişi taze tüketmek gerekmektedir. Nemli ortamlarda bulunan kuruyemişler, aflatoksin içerir ve bu da karaciğere ciddi anlamda zarar verir. Örneğin kuru üzümün içerisindeki çekirdekler, içerdikleri bir takım maddelerden dolayı karaciğer yağlanması tedavisinde kullanılır. Fakat iyi muhafaza edilmez ise karaciğeri ortadan kaldırabiliyor. Mantar üreyen küflenmiş kuruyemişler aflatoksin bakımından organ yetmezliğine sebebiyet verebilir. Bu nedenle kuruyemişi taze tüketmek oldukça önemli bir unsurdur" diye konuştu. >>İHA



Çocuklarda D vitamini eksikliğine dikkat

D vitamininin azı hastalıklara sebep olduğu gibi fazlası da zararlı olduğunu ifade eden Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Dr. Mesut Arslan, D vitamini en fazla somon, uskumru, sardalye gibi yağlı balıklarda, karaciğer ve yumurta sarısında, maydanoz, brokoli, süt ve süt ürünlerinde bulunduğunu söyledi.

Vitaminler, büyüme, gelişme ve bağışıklık sisteminin düzenlenmesi için oldukça önemli olduğunu ifade eden Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Dr. Mesut Arslan, "Özellikle çocuklar için çok gerekli olan vitaminlerin başında D vitamini geliyor. Çocuklarda D vitamini eksikliği, kemik yoğunluğunu olumsuz etkileyerek raşitizm gibi hastalıklara yol açabiliyor. Çocuklarda D vitamini eksikliği, büyüme ve gelişmede gerilemeye sebebiyet verebilir. D vitamini genellikle güneş ışınları sayesinde doğal bir şekilde karşılayabiliriz. Bunun için en temel kaynaklardan biri olan güneş, her zaman yeterli olmayabilir. Ancak tükettiğimiz besinler de D vitamini açısından oldukça önemlidir. D vitamininin azı hastalıklara sebep olduğu gibi fazlası da zararlı. D vitamini en fazla somon, uskumru, sardalye gibi yağlı balıklarda, karaciğer ve yumurta sarısında, maydanoz, brokoli, süt ve süt ürünlerinde bulunmaktadır. D vitamininin başlıca kaynağı, ciltte güneş ışınlarının etkisiyle aktifleşen D3 formudur. Normal şartlar altında insan vücudunda bulunan D vitaminin yüzde 90 ile 95'i güneş ışınlarının etkisi ile deride sentez edilir" dedi. Besinlerle alınan D vitamininin büyük bir önemi olmadığını belirten Arslan, "D vitamini eksikliği, vücudun tüm sistemlerini etkilemekte ve pek çok hastalığa davetiye çıkarmaktadır. Günümüzün hayat şartları, kapalı ortamlarda çalışmak, açık havada az zaman geçirmek, yetersiz beslenme D vitamini eksikliğini artırmaktadır. D vitamini eksikliği, her yaş grubunu etkileyen ve önemli sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına sebep olan bir etkidir." diye konuştu. >>İHA



İhtiyaç fazlası kırmızı et tüketimi kanser riskini artırıyor

Genel Cerrahi ve Gastroenteroloji Cerrahisi Uzmanı Dr. Mehmet Güzel, kırmızı etli ürünlerden uzak durulması gerektiğini belirterek ihtiyaç fazlası tüketimin kalın bağırsak kanseri riskini artırdığını söyledi.

Genel Cerrahi ve Gastroenteroloji Cerrahisi Uzmanı Dr. Mehmet Güzel, Türkiye'de 2022 verilerine göre yılda 22 bin kişiye kolon kanseri tanısı konulduğunu belirterek, bunlardan yaklaşık 12 bininin hayatını kaybettiğini söyledi. Dünya Sağlık Örgütü'nün verilerine göre, kalın bağırsak kanserinin kalp damar hastalıklarından sonra en fazla ölümlere neden olan bir hastalık çeşidi olduğuna dikkat çeken Genel Cerrahi ve Gastroenteroloji Cerrahisi Uzmanı Dr. Mehmet Güzel, "Kalın bağırsak kanseri kalp damar hastalıklarından sonra Dünya Sağlık Örgütü'nün verilerine göre en fazla ölüm nedeni olarak yer almaktadır. Kanser hastalıkları arasında ise Akciğer, meme, prostat kanserinde sonra dördüncü

sıklıkta görülmektedir. Türkiye'de 2022 verilerine göre yılda 22 bin kişiye kolon kanseri tanısı konulmaktadır bunların yaklaşık 12 bini vefat etmektedir" dedi. "KOLONOSKOPİ YAPMAKTA FAYDA VAR" Hastalığının belirtileri hakkında bilgiler paylaşan Güzel, "Kalın bağırsak hastalığında belirtileri ise tuvalet alışkanlıkları çok önemli yer tutmaktadır. Eğer tuvalet alışkanlığında değişiklik söz konusu ise uzun süre kabızlık ve kana ve kilo kaybı söz konusu ise kalın bağırsak tümörü açısından şüpheli duruma gelmiştir. Bu noktada kolonoskopi yapmakta fayda vardır" ifadelerini kullandı. Kalın bağırsak kanserinin erkeklerde daha fazla görüldüğünü aktaran Güzel, "Kalın bağırsak kanserinden

korunmaların yolları için ise egzersiz, D ve B vitamini, kalsiyum içeren gıdaların tüketilmesi kırmızı etli ürünlerden uzak durulması gerekiyor. Bitkisel ürünlere ağırlık vermek lazım. Kalın bağırsak kanseri şüphesi olanlar kesinlikle kolonoskopi yaptırmalıdır. Kalın bağırsak kanseri erkeklerde biraz daha fazla görülmektedir" diye konuştu. >>İHA





Yağcı, "Bu şehre bir çivi çakılacaksa birlikte çakacağız!"

İYİ Parti Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Alper Yağcı, yoğun bir gün geçirerek pek çok yerde ziyaretlerde bulundu. Gerçekleştirdiği ziyaretlerin ardından önemli açıklamalarda bulunan Yağcı, sivil toplum kuruluşlarının kent yönetimindeki rolüne dikkat çekti ve "Sivil toplum kuruluşlarımız ile el ele vererek Afyonkarahisar için güzel işlere imza atacağımıza inanıyorum" ifadelerini kullandı.

İYİ Parti'nin Afyonkarahisar için belirlediği başkan adayı Alper Yağcı'nın günlük programında sivil toplum kuruluşlarına yapılan ziyaretler dikkat çekti. Bu ziyaretlerde Yağcı'ya İYİ Parti il yönetim kurulu üyeleri, İzzet Köken ve diğer parti teşkilatı üyeleri eşlik etti. Heyetin ziyaret ettiği yerler arasında Türk Kızılay Derneği Afyonkarahisar Şubesi, Afyonkarahisar Eczacılar Odası, Mimarlar Odası ve Serbest Muhasebeci ve Mali Müşavirler Odası (SMMM) yer aldı.

ALPER YAĞCI: "AFYONKARAHİSAR İÇİN GÜÇ BİRLİĞİ YAPACAĞIZ"

Ziyaretler sonrası değerlendirmelerde bulunan Yağcı, "Bugün ziyaretlerimizin önemli bir kısmını sivil toplum kuruluşlarına ayırdık. Şehrin ve toplumun gelişmesine katkıda bulunan bu kuruluşlara teşekkür ediyorum. Onlar birçok alanda topluma hizmet etmeye devam ediyor. Biz de yerel yönetimler olarak bu kuruluşların

yanında olmak ve destek olmak istiyoruz. İletişim halinde kalarak ihtiyaçlarına çözüm bulmak önceliğimiz olacak ve üzerimize düşeni yapacağız. Sivil toplum kuruluşlarıyla birlikte güzel çalışmalara imza atmayı umuyoruz. Gelecek nesiller için projelerimiz hazır ve bu güne güne kadar Afyon belediyesinde uygulanan ben yaptım zihniyetini kaldıracığıma söz veriyorum. Bir ülkücünün sözü namustur" şeklinde konuştu. Son olarak İYİ Parti heyetiyle birlikte Dumlupınar mahallesinde esnaf ziyaretleri gerçekleştiren Yağcı, esnafın düşünce ve önerilerine kulak verdiğini ve esnafın tecrübelerinin kendi yönetim anlayışı için rehber niteliğinde olacağını söyledi. Başkan adayı Yağcı, "Esnafımızla bir araya gelerek onların sesini dinlemek bizim için çok önemli. Mahalleyi eski canlı günlerine geri döndürecek ve bir cazibe merkezi yapacak projelere sahibiz" dedi. >>MEHMET KASAL

Sabah namazında buluştular

Afyonkarahisar İl Müftülüğü tarafından farklı camilerde planlanan sabah namazı buluşmaları bu hafta Merkez Marulcu Camii'nde gerçekleşti.

Buluşmaya, İl Müftüsü Lütfü İmamoğlu, İl Müftü Yardımcısı Harun Yılmaz, Cami görevlileri ve cemaat katıldı. Sabah namazı sonrası yapılan programda, Kur'an-ı Kerim, tesbihat, ilahi ve

kasideler okundu. İl Müftüsü Lütfü İmamoğlu tarafından yapılan sohbetin ardından dua edildi. Program yapılan ikramlarla sona erdi. >>AYŞEGÜL CENGİZ



Olgun; Emekliye 'Müjde' dediler emekliyi bitirdiler

İYİ Parti Hukuk ve Seçim İşlerinden Sorumlu Genel Başkan Yardımcısı, Afyonkarahisar Milletvekili Av. Hakan Şeref Olgun, 8. Yargı paketiyle ilgili TBMM Genel Kurulunda yaptığı konuşmada, 17 ayrı kanunda değişikliğin yer aldığı torba yasanın, AKP hükümetinin alelacele görüşülerek karara bağlanmasını istemesinin, meclisi itibarsızlaştırdığını söyledi.

Milletvekili Olgun; "Kamuoyuna 'yargı paketi' olarak sunulan, içerisine vatandaşlarımızın ihtiyacına yönelik bir iki madde ekleyip, 'müjde' diye çıkarılan torba kanunları sorunları katmerlendirmekten başka işe yaramayacaktır" dedi. 8. Yargı paketinin 16 Şubat 2024 tarihinde TBMM Başkanlığına sunulduğunu hatırlatan Olgun, 20 Şubat'ta komisyonda görüşülerek, komisyon üyelerine yeterince çalışma yapmasına ve ilgili kurum ve meslek mensubu kişiler veya sivil toplum kuruluşları ile görüşme imkânı tanınmadığını ifade etti.

SİNAN ATEŞ DOSYASI GERÇEĞİ GÖZLER ÖNÜNE SERİYOR

Konuşmasında Sinan Ateş cinayetinin üzerinden 1 yıl geçmesine rağmen yargılama safhasına geçilemediğini belirten Milletvekili Olgun, "Sinan Ateş öldürülebilen bir yıl geçti, hâlâ ortada bir dava yok. Soruşturma süreci bu kadar uzun süren çok az dava vardır. Bu gecikme davaya müdahale edilmesine dair kuşkuları değil, gerçeği gözler önüne sermektedir. En son soruşturmayı yapan savcıya, iddianame yazmaması için "uzun süreli rapor alarak ortadan kaybol" denildiği, savcının da, çocuğunu çocuğunu düşünerek ortadan kaybolduğu, şu anda da dosyaya bakma görevi olmamasına rağmen, bir başsavcı vekilinin dosyayı elinde tuttuğu, dosyayı kapatmak için uygun zaman ve ortam kolladığı dedikoduları ayyuka çıkmıştır" diye konuştu.

YAPTIK OLDU ZİHNİYETİ DEVAM EDİYOR İYİ Parti Hukuk ve Seçim İşlerinden Sorumlu Genel Başkan Yardımcısı, Afyonkarahisar Milletvekili Av. Hakan Şeref Olgun; "8'inci Yargı Paketi olarak bilinen ilgili kanun teklifinde, iktidar geçmişte yaptığı birçok kanun teklifinde olduğu gibi yine 'yaptık oldu' anlayışı ile hareket etmiştir" dedi. Özellikle Tazminat komisyonu kurulmasını düzenleyen teklifin ilgili maddeleri ile Adalet Bakanlığı bünyesinde geçici olarak kurulan Tazminat Komisyonu, 8. Yargı Paketi ile sürekli hale geldiğini belirten Olgun; "Böylece makul sürede yargılamanın tamamlanmasının mümkün olmadığı da bir anlamda resmen kabul edilmiş olmaktadır. Bundan sonra davası makul sürede bitmeyen, haksız yere tutuklanan, haksız yere gözaltına alınan kişiler, tazminat için Adalet Bakanlığı'na başvurmak zorunda olacaktır. Komisyonun benzer olaylarda benzer tazminat miktarına yönelik idari yaklaşımı hukuka aykırılık teşkil edecektir" diye konuştu.



EMEKLİYE MÜJDE DEDİLER EMEKLİYİ BİTİRDİLER

'Emeklilere müjde' adı altında, bu torba kanununda, emeklilere verilen ikramiye tutarının yüzde 50 oranında artırıldığını ancak Adli para cezalarının yüzde 400 artırıldığını dikkat çeken Olgun, şunları kaydetti; "Emekli olarak ilan ettiğiniz 2024 yılında müjde olarak sunduğunuz rakam kabul edilebilir değildir. Milyonlarca emekliye 3.000 TL bayram harçlığını reva görüp bunu 'müjde' olarak sunacağız şimdi bu teklifle. 2018'de emekli bayram ikramiyesi 1.000 TL idi ve bu miktar o dönemin asgari ücretinin yüzde 62'siydi. Aradan geçen 6 yılda emekli ikramiyesini onca enflasyon ve pahalılığa rağmen sadece 1.000 TL artırarak 2.000 TL yaptınız ve asgari ücretin yüzde 12'sine düşürdünüz. Şimdi 2.000 TL'yi yüzde 50 atırıp 3.000 TL yapmakla mı övüneceksiniz? Bir de matah bir şey yapmış gibi bunu 'Emekliler Yılı' kapsamında 'müjde' olarak mı sunacaksınız? Bu teklifi hazırlayan ve destekleyenlere sormak istiyorum 3.000 TL'nin alım gücünden haberdar mısınız? Emekli ikramiyesinin harçlık düzeyine düşüğünün farkında mısınız? Açıklanan 3 Bin TL ikramiye tutarı; kabul edilebilir, indirilebilir, vicdanlarda onaylanabilir bir rakam olmaktan çok uzaktır. Elinizi vicdanınıza koyun lütfen. Emekli maaşlarının asgari ücret seviyesine çekilmesine yönelik çağrılarımıza tıkdığınız kulaklarınızı, kapadığınız gözlerinizi, bari bayram ikramiyesi konusunda alım gücü ve hayatın gerçeklerine açın. Bu çerçeveden baktığımızda, emekli ikramiyesinin enflasyon karşısında erimemesi ve ilk çıktığındaki değeri koruyabilmesi için en az 7000 TL olması için komisyonda verdiğimiz önerge, diğer önergelerin gibi reddedilmiştir. Genel kurulda ilgili maddenin gerçekçi kriterlere göre yeniden güncellenmesini, kabul edilebilir bir düzeye çıkarılmasını umuyorum." >>AYŞEGÜL CENGİZ

Küçükkurt'lardan tam destek

Afyonkarahisar'ın en eski ailelerinden Hacıkavaslar lakabıyla tanınan Küçükkurt ailesinin fertleri, MHP Afyonkarahisar Belediye Başkan adayı Sezer Küçükkurt'u Seçim Koordinasyon Merkezi'nde ziyaret ettiler.



Akrabaları MHP Belediye Başkan adayı Sezer Küçükkurt'a tam destek verdiler. Küçükkurt ailesinin Afyonkarahisar'da yaşamını sürdüren fertleri MHP'nin Belediye Başkan adayı gösterilen akrabaları Sezer Küçükkurt'a tam destek verdiklerini belirtirken, tüm akraba ve dostlarının seçimde

Küçükkurt'un kazanması için çaba gösterdiklerini bildirdiler. Sezer Küçükkurt'un ağabeyi Süleyman Küçükkurt ile amcaoğulları Salim ve İshak Küçükkurt'un öncülük ettiği gruba Hacıkavaslar sülalesinin diğer fertleri de eşlik ettiler. >>İBRAHİM ARTIÇ

Bakan Göktaş, Eskişehir'de Büyük Emirdağlılar Buluşması'na katıldı

Eskişehir'de Büyük Emirdağlılar Buluşması'na katılan Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanı Mahinur Özdemir Göktaş, "Türkiye'de son 22 yıldır, çağın gereklerini iyi tahlil eden, değişim ve dönüşüme ayak uydurabilen, sistemleri ihtiyaca göre düzenleyen bir yönetim söz sahibi" dedi.

Bir dizi program ve ziyaretler için Eskişehir'e gelen Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanı Mahinur Özdemir Göktaş, akşam ise bir davet salonunda düzenlenen Büyük Emirdağlılar Buluşması'na katıldı. Programda kürsüye çıkan Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanı Mahinur Özdemir Göktaş, "Sevgili Emirdağlılar, Türkiye ve dünya son yıllarda büyük dönüşüm içinde. Bölgesel ve küresel gelişmeler, ülkemizin güçlü olmasını zorunlu kılıyor. Şükürler olsun ki Türkiye'de son 22 yıldır, çağın gereklerini iyi tahlil eden, değişim ve dönüşüme ayak uydurabilen, sistemleri ihtiyaca göre düzenleyen bir yönetim söz sahibi. "Yol medeniyettir" diyerek en ücra köşelere kadar yol yapan, "su hayattır" diyerek tarımsal sulamada çığır açan, "gitmediğin yer senin değildir" diyerek Türkiye'yi hızlı tren ağlarıyla ören yine AK Parti iktidarı oldu. AK Parti, belediyeçilik anlayışını da kökten değiştirdi. Emirdağlılar olarak da ülke sevdanız ve azminizle her zaman gururumuz oldunuz. Biliyorsunuz Emirdağ Eskişehir'e oldukça yakın. Her Emirdağlı'nın bir şekilde Eskişehir'e yolu düşer. Eskişehir'de binlerce Emirdağlı'nın yaşadığını biliyoruz.

Hepimiz bu yüzden biraz da Eskişehirliyiz. Eskişehir'deki Emirdağlı hemşehrilerimin, 31 Mart'ta tercihini hizmet siyasetinden yana kullanacağından eminim. Cumhurbaşkanı İttifakı Adayımız Nebi Hatipoğlu Başkanımız, ayırım yapmadan, canla başla Eskişehir için çalışacak. Nebi Başkan, Eskişehir'in uzun yıllardır kronikleşen su, ulaşım, kentsel dönüşüm gibi sorunlarının çözümüne dair sunduğu gerçekçi projeleriyle inşallah 1 Nisan'dan itibaren şehrimizi hizmet ve eser siyasetiyle buluşturacak. Projeler arasında yer alan, çalışan anneler için günde 12 saat hizmet veren kreşler, kadınların sosyalleşebilmeleri için aile yaşam merkezlerinde sunulacak imkânlar, yine kadınlar için doğumdan yaşlılığa kadar kapsayıcı sağlık sigortası ve girişimci kadınlar için işbirliği ve finansman desteği ile ekonomik hayata katılımları sağlanacak. Nebi Başkan'ın sunacağı sosyal yardımlar için destek kartı, özel ihtiyaç sahipleri için yaşam merkezleri, engelli sporcular ve ulaşım konusunda özel ihtiyaç sahiplerini gözetken projeleri de insanımızda hak ettiği değeri verecek etkin adımlar olacaktır" dedi.

"22 YILDA, REFORM NİTELİĞİNDE PEK ÇOK DÜZENLEMİYİ HAYATA GEÇİRDİK"

22 yılda hayata geçirilen projelerden de bahseden Bakan Göktaş şöyle devam etti: "22 yılda, reform niteliğinde pek çok düzenlemeyi hayata geçirdik. Her alanda kadınların, gençlerin önündeki engelleri kaldırdık, hayallerini gerçeğe dönüştürecek birçok adım attık. Tüm bunlar merkezi yönetim ile yerel yönetimlerin uyumlu çalışmasıyla hem daha hızlı hem de daha etkin bir şekilde hayata geçti. Hemşehrilerim bizlere, Sayın Cumhurbaşkanımızın liderliğindeki kadrolara güvensinler: 22 yıldır verdiği her sözü yerine getiren bu kadrolar bundan sonra da ülkemizi, şehirlerimizi ihya etmeye devam edecektir. Kimsenin şüphesi olmasın. Türkiye için, bu millet için iş kuran, üreten, geliştiren tüm girişimcilerimizin yanında ve destekçisi olduğumuzu belirtmek istiyorum. Hep birlikte üreterek el ele gönül gönüle 2023'e ulaştık. İnşallah 2053 ve 2071 hedeflerimizde de aynı şekilde ulaşacağız. Biz tüm imkanlarımızı sizler için seferber ederken, sizlerden de bir isteğimiz var. Her şeyden önce ülkemize ve Sayın Cumhurbaşkanımızın liderliğindeki kadrolara güvenin" diyerek sözlerini sonlandırdı. >>İHA



Köksal: Hemşehrilerim, kronikleşen sorunları yıllardır çözemeyen bir partiye tekrar oy vermeyecektir

CHP Grup Başkanvekili, Afyonkarahisar Milletvekili ve Belediye Başkan Adayı Av. Burcu Köksal, hizmette adalet parolası ile çıktığı başkanlık yolunu zaferle sonuçlandıracağından emin olduğunu belirterek kendisine destek olan herkese teşekkür etti. Köksal, "Afyonkarahisarlı hemşehrilerim kronikleşen sorunları yıllardır çözemeyen bir partiye tekrar oy vermeyecektir" dedi.

Cumhuriyet Halk Partisi (CHP) Belediye Başkan Adayı Av. Burcu Köksal, Türkiye genelinde olduğu gibi Afyonkarahisar'da da en büyük sorunlardan birinin yoksulluk olduğuna dikkat çekerek 1 Nisan itibarı ile hemşehrilerinin bu derdine derman olacağını söyledi. Köksal, kendisine verilen desteğin Afyonkarahisar'da tarihe geçeceğini belirterek, "Benim dönemimde tüm hayaller gerçek olacak." diye konuştu.

YOKSULLUKLA BAŞ ETMEK TEK BAŞINA MÜMKÜN DEĞİL

Yoksullukla baş etmenin tek başına mümkün olmadığını söyleyen Köksal, şöyle konuştu: "İnsanlar çok ciddi maddi sıkıntı içerisinde geçim derdine düşmüş durumda. Bize düşen onlara yönelik projeler üretmek, zoru kolaylaştırmaktır. Mesela emekliler için dedik ki; en düşük emekli maaşı olan 10 bin TL ve aşağısında maaş alan hemşehrilerimize, dul ve yetim maaşı alan hemşehrilerimize 4 ay boyunca kışın aylık 2.500'er TL'lik bir maddi yardım vereceğiz. Bunu özellikle söylüyorum

ısınma gideri onlar için büyük bir yük oluşturuyor. Belediye olarak biz karşılayacağız. Aynı zamanda emekli olmayıp geliri olmayan veya çok düşük gelirlerle yaşamak zorunda kalan ailelerimiz var. İhtiyaç sahibi hemşehrilerimiz. Onlar için de desteklerimiz olacak."

AKCİN'E İMAR, DOĞALGAZ, AKARÇAY ISLAHI SÖZÜ

Karış karış gezdiği Afyonkarahisar'da her gittiği mahallede benzer sorunları dinlediğini belirten Köksal, böylesine yaygın ve kronikleşen sorunları bile çözemeyen bir partiye tekrar yetki verilmeyeceğinden emin olduğunu söyledi. Köksal, "Belediye meclis üyesi adaylarımız ve Merkez İlçe başkanımızla birlikte Akcin'de vatandaşlarımızı ziyaret ettik. Hemen hemen şehrimizin her köşesinde dinlediğimiz sorunları dinledik. Akcin'de tapu sorunu başta olmak üzere arazi ve imarla ilgili sorunları çözeceğiz. Tüm evler doğalgaza kavuşacak. Akarçay ıslahı ile koku ve sinek sorunundan kurtaracağız." ifadelerini kullandı. >>MEVLÜT TINAS



Sigara hem öldürür hem süründürür

Ahmet YEŞİLAY



İçme sigarayı sağlıkta sıhhatte kal, içersen bırakmaz sende hal.



Başkan Uluçay'dan tam donanımlı devlet hastanesi sözü

AK Parti Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Hüseyin Ceylan Uluçay, Ataköy Mahallesi'nde mahalle sakinleri ile bir araya geldi. Burada konuşan Uluçay "Ataköy halkının sesine kulak verdik ve yakın zamanda Ataköy halkımızın ve çevre mahallelerdeki halkımızın da kullanacağı 150 yataklı tam donanımlı Kanlıca Devlet Hastanesi yapılacak" dedi.

AK Parti Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Hüseyin Ceylan Uluçay, seçim çalışmaları kapsamında Ataköy Mahallesi'nde mahalle mitinginde vatandaşlarla bir araya geldi. Ataköy mahallesi ile birlikte Mareşal Fevzi Çakmak ve Kışlacık mahalle sakinlerinin de katıldığı program yoğun ilgi gördü.

TAM DONANIMLI DEVLET HASTANESİ SÖZÜ

Burada bir konuşma yapan AK Parti Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Hüseyin Ceylan Uluçay, "Şehrimize bugüne kadar hangi sözü verdiyse gerçekleştirdik. İnşallah bundan sonra da verdiğimiz bütün sözleri bire bir yerine getirecek ve aziz hemşerilerimizin hizmetine sunmanın mutluluğunu yaşayacağız. Bu kapsamda Ataköy mahallemizin Mareşal Fevzi Çakmak, Kışlacık ve Kanlıca mahallelerimizin kullanabileceği 150 yataklı tam donanımlı bir Devlet Hastanesi'ni inşallah siz aziz hemşerilerimizin hizmetine sunmanın mutluluğunu yaşayacağız. Yılların verdiği tecrübe ile biz sıfırdan değil her zaman söylediğim gibi tecrübeyle başlıyoruz. Kamu kurumları arasındaki ilişkileri, bakanlıklardan yatırımların

talebini ve nasıl bir yol izlenmesi gerektiğini bilen bir belediye başkan adayı olarak karşınızdayım. Biz yasal bir dayanak ve temeli olmayan hiçbir sözü vermeyiz. Her bir projemizin altında bir ekibin saatlerce mesai harcadığı yoğun bir çalışması yatıyor. Çimentosundan tuğlasına, yasaından toprağına kadar hakim olmadığımız hiçbir konuda söz vermeyiz." dedi. >>İBRAHİM ARTIÇ



Korkmaz, Türkiye Şampiyonasında ikinci oldu

Niğde ilinde düzenlenen yıldız erkekler Okul Sporları Serbest Güreş Türkiye şampiyonasında, Afyonkarahisar Sporcu Eğitim Merkezi öğrencisi İrfan Korkmaz, 62 kg kategorisinde Türkiye ikincisi olmayı başardı.

Afyonkarahisar Sporcu Eğitim Merkezi antrenörleri ve sporcu arkadaşlarının da büyük destek verdiği İrfan Korkmaz, Türkiye Şampiyonası'nda elde ettiği bu başarıyla spor camiasında adını duyurdu. Afyonkarahisar Gençlik ve Spor İl Müdürü İsmail Hakkı Kasapoğlu: "İrfan Korkmaz'ın başarısı, Afyonkarahisar'ın güreş branşındaki

potansiyelini bir kez daha ortaya koymuş oldu. Yetenekli sporcuların yetişmesine katkı sağlayan Afyonkarahisar Sporcu Eğitim Merkezi ve antrenörleri, İrfan'ın başarısında büyük pay sahibi oldu. İrfan Korkmaz'ı tebrik ediyor, bu önemli başarısının kendisine nice zaferler getirmesini diliyoruz." ifadelerini kullandı. >>MEVLÜT TINAS



İlkler Hoca Ahmet Yesevi İlkokulu'ndan

Hareketli yaşam ve sportif faaliyetler projesi kapsamında Afyonkarahisar Hoca Ahmet Yesevi İlkokulu ve Anaokulunda en büyük ve en donanımlı kapalı oyun alanının açılışı yapıldı.

Açılışa, Afyonkarahisar İl Milli Eğitim Müdürü Miraç Sünnetci, Milli Eğitim Müdür Yardımcısı Fatih Akçil, okul müdürü Murat Diktaş, idareci, öğretmen ve velilerle katıldı. Hareketli yaşam ve sportif faaliyetler projesi kapsamında okul bahçesine çizimi profesyonel ekiplerce yapılan geleneksel çocuk oyunları alanında öğrencilerle oyunlar oynadı. Öğrenci ve çalışan sağlığını koruma amacıyla yaptırılan revir ziyaretinde bulundu. Anaokulu, bir ve ikinci sınıfların güvenle oyun oynadığı, eğlendiği Afyonkarahisar'ın en büyük ve en donanımlı kapalı oyun alanının açılışı yapıldı. Okul sporları halk oyunları il yarış-

masında minikler dalında il birincisi olan Hoca Ahmet Yesevi İlkokulu Kız Halk Oyunları ekibine madalya töreni yapıldı, öğrencilerle birlikte pasta kesildi. Okul Müdürü Murat Diktaş, "Öğrencilerimizi ve antrenörümüzü halk oyunları il birinciliğinden dolayı kutluyorum, emeklerine sağlık. Akademik açıdan başarılı, hayat boyu yaşamdan keyif alan ve mutlu nesiller yetiştirmek öncelikli hedeflerimiz arasında. Bunun için bahçemizi güzelleştiriyoruz, oyun alanları oluşturuyoruz, revir hizmetimiz var. İdareci arkadaşlarıma, öğretmenlerime, velilerime ve öğrencilerime teşekkür ediyorum" dedi. >>MEVLÜT TINAS

Afyonlu Genç Hasan Emir Yalçinkaya bölge üçüncüsü oldu

Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından düzenlenen Gençler Arası Kültür ve Sanat Yarışmaları Şiir Okuma Yarışması Bölge Finali Manisa'da gerçekleşti.



Afyonkarahisar Gençlik Merkezlerini temsilen 13-17 yaş erkek kategorisinde yarışan Şuhut Gençlik Merkezi gönüllü genci Hasan Emir Yalçinkaya, okuduğu şiir ile bölge üçüncüsü olma başarısını gösterdi. Bölge finaline Ege Bölgesi'ndeki 8 ilden gençler katıldı. Afyonkarahisar'ı temsilen 13-17 yaş (kız -erkek) ve 18-25 yaş (kız -erkek) kategorilerinde 1. olan gençler, bölge yarışmasında şiir performanslarını sergiledi. Afyonkarahisar Gençlik ve Spor İl Müdürü İsmail Hakkı

Kasapoğlu: "Hasan Emir Yalçinkaya, okuduğu şiir ile jüriyi etkilemeyi başardı ve bölge üçüncüsü oldu. Ödülünü Gençlik Hizmetleri Daire Başkanı Murat Duran'dan alan Yalçinkaya'yı tebrik ederiz" dedi. Kasapoğlu konuşmasının devamında: "Bu başarı, Afyonkarahisar'ın gençlerinin sanatsal alanda da ne kadar başarılı olduğunu gösteriyor. Hasan Emir Yalçinkaya'nın başarısı diğer gençlerimize de örnek olacaktır." ifadelerini kullandı. >>HÜDAYİ ACAR

Afyon'un kronikleşen sorunlarını çözeceğiz



MHP Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Sezer Küçük Kurt, sadece Türkiye'de değil, dünyada yaşanabilir kentler sıralamasında üst sıralarda yer alan bir Afyonkarahisar hedeflediklerini söyleyerek, "Hedeflerimize ulaşmak için 9 başlıkta 55 ayrı proje hazırladık. Her bir projede şehrimizin kronikleşen sorunlarına çözüm bulmayı hedefledik" dedi.

Milliyetçi Hareket Partisi (MHP) Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı Sezer Küçük Kurt, Belediye Meclis Üyesi Adayları ve beraberindeki partililerle birlikte, Seçim Koordinasyon Merkezinde düzenlediği basın toplantısının ardından Afyonkarahisar Defterdarı Mehmet Ar'ı ve Defterdarlık personeli, Tapu Müdürü Nezai Aslanpençesi ve Tapu personeli ile Selçuklu Mahallesi'ni ziyaret etti.

ERENLER MAHALLEMİZDE GENÇLİK MERKEZİ KURACAĞIZ

Gittiği her yerde vatandaşların büyük teveccühü ile karşılaşan Belediye Başkan Adayı Sezer Küçük Kurt, "Üniversite gençliğimizin yoğun olarak bulunduğu Erenler Mahallemizde 20 bin metrekarelik alan üzerinde Gençlik Merkezi kuracağız. Bu merkezde kütüphane ve ders çalışma salonları, tiyatro salonu, Mediko (Sağlık birimi), Kafeterya, Halı Saha, Basketbol Sahası, Tenis Kortu, Kum-Voleybol Sahası, Yürüyüş Alanları, Fitness Salonu, Amfi Tiyatro yer alacaktır." diye konuştu.

ÇALIŞAN ANNELERE DESTEK OLMAK İÇİN KREŞ HİZMETİ VERİLECEK, ÇOCUKLARIN KREŞLERE GELİŞ-GİDİŞLERİ DE BELEDİYE TARAFINDAN ORGANİZE EDİLECEK

Kent Konakları bünyesinde, mevcut belediye binalarında çocuklar için atölyeler kuracaklarını dile getiren Küçük Kurt, "Bu projeye çocuklarımızın; bilimsel disiplinler arası ilişki kurabilecek bir bakış açısı kazanmalarını, hobiler edinmelerini, hayallerinin peşinden gidebilmelerini, Türkçeyi kullanma becerileri geliştirmeyi, yaz aylarını aktif geçirebilmelerini amaçlıyoruz. Milli Eğitim Bakanlığı ve iş dünyası ile işbirliği yapılarak sanayi sektörünün ara eleman ihtiyacını çözecek, diğer üretim projelerimizi destekleyecek

eğitim çalışmaları düzenlenecek. Kamu ve özel kurumlarımızdan kreş hizmetleri ile ilgili talepler toplanacak. Uygun bölgelerde kreşler kurulacak. Çalışan annelere destek olmak amacıyla Milli Eğitim ve Halk Eğitim uzmanları nezaretinde kreş hizmetleri verilecek. Çocukların kreşlere geliş-gidişleri de Belediye tarafından organize edilecek." ifadelerini kullandı.

HAYAL TACİRLİĞİ BİZİM SİYASET BİÇİMİMİZ OLAMAZ

Belediye Başkan Adayı Küçük Kurt, "Bizim yönetimimizin temel prensibi ortak akıl, birlikte yönetimdir. Birlikte çalışıp, birlikte üretip, birlikte istihdam sağlamayı ve bu şehri bölgenin üretim üssü, huzur ve refah şehri haline getirmeyi hedefliyoruz. Sadece Türkiye'de değil, dünyada yaşanabilir kentler sıralamasında üst sıralarda yer alan bir Afyonkarahisar hedefindeyiz. Sabahları insanların arı gibi işlerine koştuğu, çalıştığı bir Afyonkarahisar hedefliyoruz. Nüfusu azalan değil artan 2029 seçimlerine büyükşehir olarak girecek bir Afyonkarahisar hedefindeyiz. Afyonkarahisar'ın değerli iş insanları, esnafı, sanatkarları bu hedeflere ulaşma yolundaki önemli paydaşlarımızdır. İş insanlarımız, esnafımız ne kadar güçlü olursa, hedeflerimize ulaşmak o kadar kolaylaşır. İş insanlarımız, esnafımız kendilerini ne kadar güvende hissedersenler şehrinizin sanayisi o kadar güçlenir. Bizler bunun farkında ve bilincindeyiz. Bu hedeflere ulaşmak için 9 başlıkta 55 ayrı proje hazırladık. Her bir projede şehrimizin kronikleşen sorunlarına çözüm bulmayı hedefledik. Projelerimizin gerçekleştirilebilir makul projeler olmasına özellikle dikkat ettik. Hayal tacirliği bizim siyaset yapma biçimimiz olamaz." şeklinde konuştu.

>>MEHMET KASAL



MİLLİYETÇİ HAREKET PARTİSİ

BİR YUVAM OLSUN

DAR GELİRLİ TÜM HEMŞERİLERİMİZ KENDİ ARSASI ÜSTÜNE KENDİ EVİNİ İNŞAA EDECEK !

Afyonkarahisar'ın çevresindeki yeni yapılaşma merkezleri belirlenerek, altyapısı hazır arsa çalışmaları yapılacak. Dar gelirli hemşehrilerimize kendi arsası üzerinde kendi evini inşa edebilme imkanı sağlanacak. Şehrin doğu yakasında bulunan yamaç ve tepelerde yapılaşma özendirilecek, bu bölgelerde oluşturulacak imar alanları ile tarım alanları korunacak. Depreme karşı geçmişte olduğu gibi sağlam zeminlerde yapılaşma sağlanacak. Belediyemize ait şehrimizin farklı noktalarında yer alan arsalar imar düzenlemeleriyle dar gelirli hemşehrilerimizin ev sahibi olabilmeleri için kullanılacak. Toplam 6000 konutluk arsa üretilecek. Hak sahipleri noter huzurunda kurayla belirlenecek.

f Sezer KÜÇÜKKURT

@ sezerkkurt

X sezerkkurt

www.sezerkucukkurt.com

Sezer
KÜÇÜKKURT
Afyonkarahisar Belediye Başkan Adayı



MANTIKLI DEĞİŞİM