

Afyonkarahisar'ı birlikte yönetiyoruz



Afyonkarahisar Belediyesi 2025-2029 Stratejik Planı vatandaş memnuniyet anketinin sonuçları açıklandı. Anket, halkın belediye hizmetleri hakkındaki görüşlerini almak ve gelecekteki planlamalara yön vermek amacıyla yapıldı. Afyonkarahisar Belediyesi, vatandaşlardan gelen bu değerli geri bildirimleri, 2025-2029 Stratejik Planı'nın oluşturulmasında rehber olarak kullanacak. ■ 5'TE

Traktörün ortadan ikiye bölündüğü kazada 3 kişi yaralandı



Afyonkarahisar'da hafif ticari araçlar traktörün çarpıştığı kazada 3 kişi yaralanırken, olayda traktörün ortadan ikiye bölünmesi ise yaşanan kazanın şiddetini gözle önüne serdi. ■ 2'DE



Kaymakam Akgül'e ziyaretler sürüyor

Emirdağ Kaymakamı Yasin Akgül, İlçe Tarım ve Orman Müdürü Halil İbrahim Koku, Çıldırım Sulama Birliği Başkanı Ramazan Karaçor ve Sulama Birliği Müdürü Abdülkadir Yıldırım'ı makamında kabul etti. ■ 8'DE



Gerçekten Haber Verir

AnaHaber

1 AĞUSTOS 2024 PERŞEMBE YIL: 19 SAYI: 5532 FİYATI: 10 TL

WWW.PARKHAYAT.COM

PARKHAYAT

HASTANELERİ

"sizin hastaneniz"

444 40 03

AFYONKARAHİSAR KUTAHYA AKŞEHİR

AK Parti'nin yönetimi belli oldu

AK Parti Afyonkarahisar İl Başkanlığı'nın İl Yönetim Kurulu listesi belli oldu.



AK Parti İl Başkanlığından yapılan açıklamada, "AK Parti Afyonkarahisar İl Yönetim Kurulu üyelerimizin ilimize ve milletimize hayırlı olmasını diler, önceki dönem yönetim kurulu üyelerimize göstermiş oldukları üstün gayret ve çabalardan dolayı teşekkür ediyorum.

AK davamızın ak neferleri olarak bayrağı devralan yeni yönetim kurulu üyelerimizle bugüne kadar olduğu gibi bundan böyle Yeni Türkiye Yüzyılı'nın inşasında var gücümüzle gece-gündüz çalışmaya devam edeceğiz" ifadelerine yer verildi. ■ 7'de

SORUNLARI HIZLI BİR ŞEKİLDE ÇÖZÜME KAVUŞTURUYORUZ

Afyonkarahisar Valisi Doç. Dr. Kübra Güran Yiğitbaşı, Afyonkarahisar Valiliğinde düzenlenen Halk Toplantısı'nda vatandaşları dinledi. Yiğitbaşı yaptığı açıklamada, "Vatandaşlarımızın taleplerini, beklentilerini, ihtiyaçlarını hızlı ve ivedi bir şekilde sonuca çözüme kavuştururuz" dedi



Vatandaşların her türlü istek ve taleplerine etkili ve hızlı çözümler üretebilmek ve toplumun tüm kesimlerine ulaşmak amacıyla düzenli aralıklarla yapılan Halk Toplantısı'nın bu ayki adresi Afyonkarahisar Valiliği oldu. Halk Günü Toplantısı Afyonkarahisar Valiliği B Blok toplantı salonunda yapıldı. Toplantıda Vali Yardımcıları, Belediye Başkan Yardımcıları, İl Müdürleri ve kurum amirleri hazır bulundu. Gerçekleştirilen toplantıda vatandaşlar istek, talep ve şikâyetlerini Vali Yiğitbaşı'na iletti. Toplantı öncesi açıklamalarda bulunan Vali Yiğitbaşı, gerçekleşen halk günlerinde vatandaşlarla bir araya gelerek hayatlarını kolaylaştırmak ve sorunların çözümü için gayretle çalıştıklarını kaydederek; "Bildiginiz gibi periyodik olarak Halk Günü Toplantılarımızı İl Müdürlerimiz, Jandarma Komutanımız, Emniyet Müdürümüz ve Belediye Başkan Yardımcılarımızla gerçekleştiriyoruz. Vatandaşımızın beklentileri talepleri ve sorunları ile ilgili bir araya gelebilmek ve hayatlarını kolaylaştırmak için sorunların çözümü için beklentilerin karşılanması için gayret ediyoruz" dedi.>>HABER SAYFA 8'DE



6 yıl hapis cezası ile aranan şahıs yakalandı



Afyonkarahisar'da 19 farklı suç kaydı bulunan ve 6 yıl hapis cezası ile aranan şahıs polislerin takibi sonrası yakalandı. ■ 3'TE

3 yıl 9 ay hapis cezasıyla aranan yakalandı

Afyonkarahisar'da 3 yıl 9 ay hapis cezasıyla aranan şahıs jandarma tarafından yakalandı. ■ 3'TE



Atlı jandarma ekipleri huzur ve güvenliği sağlayacak

Nevşehir Jandarma At ve Köpek Eğitim Merkezi (JAKEM) komutanlığı tarafından atlı jandarma ekipleri İhsaniye ilçesinde bulunan turistik bölgelerde huzur ve güvenliği sağlayacak. ■ 2'DE



Baraj ve göletlerde denetim gerçekleştirildi

Afyonkarahisar Şuhut İlçe Tarım ve Orman Müdürlüğü, Su Ürünleri Kontrol ekiplerince ilçemizde bulunan baraj ve göletlerde denetim gerçekleştirdi. ■ 3'TE

Kaçak silah tamir atölyesine baskın,

22 ruhsatsız silah ele geçirildi

Afyonkarahisar'da evini silah tamir atölyesine çeviren şahsın adresine yapılan baskında suikast tabancası ile birlikte 22 ruhsatsız silah ele geçirildi. ■ 3'TE



Atletizm Türkiye Şampiyonası'nda iki büyük başarı

Atletizm Türkiye Şampiyonası'nda Afyonkarahisarlı sporcular büyük başarı elde etti. ■ 2'DE



Atlı jandarma ekipleri huzur ve güvenliği sağlayacak

Nevşehir Jandarma At ve Köpek Eğitim Merkezi (JAKEM) komutanlığı tarafından atlı jandarma ekipleri İhsaniye ilçesinde bulunan turistik bölgelerde huzur ve güvenliği sağlayacak.

Afyonkarahisar'ın İhsaniye ilçesinde en önemli turistik noktaları olan Ayazini, Emre gölü ve diğer turistik bölgelerde atlı jandarmalar göreve başlayacak. Jandarmanın temsil ve etkinliğini artırılması, yerli ve yabancı turistlerin can ve mal güvenliğini sağlamak amacıyla atlı jandarma timleri görevlerini yerine getirecek. 2024 yılı yaz tertiplenmesi kapsamında, Nevşehir Jandarma At ve Köpek Eğitim Merkezi(JAKEM) Komutanlığından konuşlandırılan atlı birlikler İhsaniye İlçe jandarma

komutanlığı sorumluluk sahasında bulunan Ayazini Köyünde Pazartesi, Cuma, Cumartesi ve Pazar günleri görev yapacak. Memeç Kayalıkları ve Emre Gölü bölgelerinde ise çarşamba ve perşembe günleri olmak üzere 15.00-18.00 saatleri arasında diğer güvenlik güçleriyle birlikte bölgenin huzur ve güvenliği için görev yapıyor. Yaz aylarında motorlu araçların giremediği arazilerde devriye görevi yaparak vatandaşların güvenliğini sağlamaya devam ediyor. >>İBRAHİM ARTIÇ

Zabita marketleri denetledi

Sandıklı Belediyesi Zabita Müdürlüğü ekipleri, ilçemizde zincir marketlerde denetim gerçekleştirdi.

Sandıklı Belediyesi Zabita Müdürlüğü ekipleri, ilçedeki marketlerde denetimlerini sürdürüyor. Yapılan denetimlerde, marketlerin genel temizliği, ürünlerin son kullanma tarihi ve fiyat etiketleri inceleniyor. Denetimlerde hijyen kurallarına uymayan, son kullanma tarihi geçmiş ürünleri bulun-

duran ve fiyat etiketi kurallarına aykırı davranan işletmelere gerekli uyarılar yapılıyor. Marketleri tek tek gezen zabita ekipleri, reyonlardaki ürünlerin fiyat etiketlerini kasa fiyatları ile karşılaştırdı. Raf fiyatı ve kasa fiyatı arasında fark tespit edilen marketlere tutanak tutuldu. >>İZZET IŞIK



Traktörün ortadan ikiye bölündüğü kazada 3 kişi yaralandı

Afyonkarahisar'da hafif ticari araçlar traktörün çarpıştığı kazada 3 kişi yaralanırken, olayda traktörün ortadan ikiye bölünmesi ise yaşanan kazanın şiddetini gözle önüne serdi.



Kaza, Sinanpaşa ilçesi Güney beldesi yakınlarında meydana geldi. Edinilen bilgilere göre, M.B.Y. idaresindeki 35 AEU 301 plakalı hafif ticari araç henüz belirlenemeyen bir sebepten ötürü R.Ç'nin kullandığı 03 LU 427 plakalı traktörle çarpıştı. Traktörün ortadan ikiye

bölündüğü kazada, her iki araç sürücüsü ile D.Ç. yaralandı. Yaralılar kaza sonrası çevredekilerin haber vermesi ile olay yerine gelen ambulanslarla hastanelere kaldırıldı. Kazanın ardından jandarma tarafından inceleme başlatıldı.>>İHA

Afyonkarahisar'dan Atletizm Türkiye Şampiyonası'nda iki büyük başarı



Atletizm Türkiye Şampiyonası'nda Afyonkarahisarlı sporcular büyük başarı elde etti.

Nihat Karabacak, uzun atlamada Türkiye ikincisi olurken, Hayrunnisa Güleç U14 Türkiye Şampiyonası'nda triatlon branşında Türkiye şampiyonu oldu. Güleç, ayrıca 800 metrede kişisel en iyi derecesini koştı. Afyonkarahisar Gençlik ve Spor İl Müdürü İsmail Hakkı Kasapoğlu, sporcuların bu başarılarının şehrin spor potansiyelini gösterdiğini belirtti ve destek veren herkese teşekkür etti. Karabacak, "Bu başarı, antrenörlerim ve ailemin desteğiyle mümkün oldu. Daha büyük hedeflerim var," dedi. Güleç ise, "Çok çalıştım ve karşılığını aldım. Destek olan herkese teşekkür ederim," ifadelerini kullandı.>>İHA

3 yıl 9 ay hapis cezasıyla aranan şahıs jandarma tarafından yakalandı

Afyonkarahisar'da 3 yıl 9 ay hapis cezasıyla aranan şahıs jandarma tarafından yakalandı.



Edinilen bilgilere göre, Afyonkarahisar İl Jandarma Komutanlığı ekipleri aranan şahısların tespiti ve yakalanmasına yönelik çalışma başlattı. Yapılan incelemelerde Ö.D. isimli şahsın 'ruhsatsız ateşli silahlarla mermileri satın alma veya taşıma veya bulundurma' suçundan 3 yıl 9 ay hapis cezasıyla arandığı belirlendi. Ardından şahsın peşine düşen ekipler şüpheliyi Çay ilçesinde yakaladı. Şahıs işlemleri sonrası sevk edildiği mahkeme tarafından tutuklanarak cezaevine gönderildi. >>İHA

6 yıl hapis cezası ile aranan şahıs polisin takibi sonrası yakalandı

Afyonkarahisar'da 19 farklı suç kaydı bulunan ve 6 yıl hapis cezası ile aranan şahıs polisin takibi sonrası yakalandı.



Edinilen bilgilere göre, Afyonkarahisar İl Emniyet Müdürlüğü'ne bağlı Asayiş Şube Müdürlüğü ekipleri tarafından aranan şahısların yakalanmasına yönelik çalışma yapıldı. Yapılan incelemelerde hakkında 'vergi usul kanununa muhalefet' suçundan 6 yıl hapis cezası bulunan A.O.'nun peşine düştü. Şahıs polis ekiplerinin kent merkezindeki takibi sonrası yakalanarak gözaltına alındı. İşlemleri sonrası adliye sevk edilen şahıs tutuklanarak cezaevine gönderildi. >>MEVLÜT TINAS

Jandarmadan kaçak silah tamir atölyesine baskın, 22 ruhsatsız silah ele geçirildi

Afyonkarahisar'da evini silah tamir atölyesine çeviren şahsın adresine yapılan baskında suikast tabancası ile birlikte 22 ruhsatsız silah ele geçirildi.

Edinilen bilgilere göre, Afyonkarahisar İl Jandarma Komutanlığı ekipleri kent merkezinde S.D., isimli şahsın ruhsatsız tabanca ve av tüfeği tamiri yapmak amacıyla evini atölyeye çevirdiği bilgisini aldı. Ardından harekete geçen ekipler şahsın adresine baskın düzenledi. Baskında yapılan aramalarda 1 adet üzerinde herhangi bir ibare bulunmayan, içerisinde 7,65 çaplı mermi bulunan

suikast tarzı şeklinde yapılmış tabanca, 13 ruhsatsız tabanca, 7 ruhsatsız av tüfeği, halk arasında Saddam diye bilinen, kısa namlulu el yapımı av tüfeği, tabanca yapımında kullanılan malzemeler, şarjörler ve 548 adet tabanca mermisi ile ele geçirildi. Adreste yapılan aramada ayrıca 2 adet dedektör ele geçirildi. Olayın ardından gözaltına alınan şahsın jandarmadaki işlemlerinin devam ettiği bildirildi.>>iha



Emirdağ OSB genişleme yer seçimi komisyon toplantısı gerçekleştirildi

Emirdağ Belediye Başkanı Serkan Koyuncu, Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı Teknik Personelleri önderliğinde Emirdağ Belediyesi toplantı salonunda gerçekleştirilen Emirdağ Organize Sanayi Bölgesi 4. Genişleme alanı yer seçimi komisyon toplantısına katıldı.

Toplantıda Emirdağ Organize Sanayi Bölgesinin mevcut konumu ve yatırım potansiyeli değerlendirilerek ilave alan hakkında istişarelerde bulunuldu. Üretim Şehri Emirdağ'ın sanayi potansiyelini en üst seviyede kullanmak adına Emirdağ Osb'yi genişletme çalışmalarına devam ettiklerini belirten Belediye Başkanımız Serkan

Koyuncu;" İlave 1 milyon metrekare alana sahip Emirdağ Organize Sanayi Bölgesi genişleme bölgesi ile birlikte yatırım potansiyeli daha da artacak. Böylelikle Emirdağ'ımıza yeni yatırım ve yatırımcıları kazandıracaktır. İlave alanımız ülkemizin parlayan yıldızı Emirdağ'ımıza hayırlı olsun." ifadelerini kullandı. >>İBRAHİM ARTIÇ

Baraj ve göletlerde denetim gerçekleştirildi

Afyonkarahisar Şuhut İlçe Tarım ve Orman Müdürlüğü, Su Ürünleri Kontrol ekiplerince İlçemizde bulunan baraj ve göletlerde denetim gerçekleştirdi.



Şuhut İlçe Tarım ve Orman Müdürlüğü, Şuhut'ta bulunan baraj ve göletlerde 1380 sayılı su ürünleri kanunu kapsamında su ürünlerinin korunup geliştirilmesi ve yasa dışı avcılığa karşı denetimlerine devam ediyor. Bu kapsamda ekipler olta balıkçılığı yapan avcılara denetim gerçekleştirerek, kurallara göre avlanma, limit altı avlanma konularında avcılarını denetledi ve bilgilendirildi. >>İBRAHİM ARTIÇ

Biyogaz tesisinde gazdan etkilenen 5 kişi hastaneye kaldırıldı

Afyonkarahisar'da bir biyogaz tesisinde yaşanan olayda gazdan etkilenen 5 işçi hastaneye kaldırıldı. Olay, Küme Evler Mevkisi'ndeki bir biyogaz tesisinde meydana geldi. Edinilen bilgilere göre, biyogaz tesisinde çalışan 5 işçi, atık depolama alanında gazdan etkilenerek rahatsızlandı. Diğer çalışanların haber vermesi üzerine bölgeye 112 Acil servis, jandarma ve AFAD ekipleri sevk edildi. İhbar üzerine olay yerine gelen sağlık ekipleri gazdan etkilenen 5 kişiyi ambulanslarla hastanelere kaldırdı. AFAD ve jandarma ekiplerinin olayla ilgili tesiste başlattığı incelemenin sürdüğü bildirildi.>>iha



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 tanım-

lanabilir. 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 bilinçsiz 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 vücut 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 alsın da paketlenmiş 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 floradaki 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 bakteri-



lerindeki 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; vücudun 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 bulanıklık, 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. >>İHA



Karhisar 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 AĞUSTOS 2024 PERŞEMBE
SAYI : 5532 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



AFYONKARAHİSAR/ MERKEZ

BAHAR
ESKİ DEVLET HASTANESİ KARŞISI
215 93 46
KADINANA
HATTATKARAHİSAR MH. 14. SOK. DOĞAN SITESİ
213 31 50
ŞİFA
ATAKÖY MİGROS KARŞISI
0501 064 00 03





Afyonkarahisar'ı birlikte yönetiyoruz



Vatandaşları Belediyeden memnuniyet ve beklentilerini ölçmek amacıyla oluşturulan 2025-2029 Stratejik Planı Değerlendirme Raporu açıklandı.

Afyonkarahisar Belediyesi 2025-2029 Stratejik Planı vatandaş memnuniyet anketinin sonuçları açıklandı. Anket, halkın belediye hizmetleri hakkındaki görüşlerini almak ve gelecekteki planlamalara yön vermek amacıyla yapıldı. Afyonkarahisar Belediyesi, vatandaşlardan gelen bu değerli geri bildirimleri, 2025-2029 Stratejik Planı'nın oluşturulmasında rehber olarak kullanacak. Belediye Başkanı Burcu Köksal, şeffaf ve toplumcu belediyecilik anlayışıyla hareket ettiklerine dikkat çekerek halkımızın görüşlerine önem verdiklerini dile getirdi. Köksal, vatandaşların talep, şikâyet ve görüşlerini bu tür anketlerle almaya devam edeceklerini ifade etti.

BAŞKANIMIZIN ÇALIŞMALARI TAKDİR TOPLUYOR

Muhtarlık ve Sosyal Hizmetler Müdürlüğü Halkla İlişkiler Servisimiz tarafından 4 Haziran 2024 tarihinde 195 bin kişiye SMS yoluyla ulaşıldı. Ankete 4 bin 104 kişi katıldı. Ankete katılan vatandaşların yüzde 77'si (3.160 kişi), Belediyenin sunduğu hizmetlerden memnun olduğunu belirtti. Belediye hizmetleri ve vatandaşlar arasındaki koordinasyonun yeterli olduğunu düşünenlerin oranı ise yüzde 69 (2.824 kişi) olarak kaydedildi. Ayrıca, vatandaşların yüzde 72'si (2.940 kişi), Belediye Başkanı Burcu Köksal'dan memnun olduklarını ifade etti.

VATANDAŞLARIN EN ÇOK ÖNEM VERDİĞİ UNSURLAR

Anket sonuçlarına göre, vatan-

daşların belediye hizmetlerini değerlendiren en çok önem verdikleri kriterler şu şekilde sıralandı: Şeffaflık, yeniliklere ve değişime açıklık, güvenilirlik ve dürüstlük. **VATANDAŞLARIMIZA GÖRE EN BAŞARILI ALANLARIMIZ** Vatandaşların Afyonkarahisar Belediyemizi çalışma kriterleri açısından değerlendirirken en başarılı buldukları alanlar: Değişimi Yönetebilme, Sosyal Duyarlılık, İş Birliği Yapabilme Kabiliyeti, Hizmet Sunum Hızı. **VATANDAŞLARIMIZA GÖRE EN BAŞARILI HİZMETLERİMİZ** Anket verilerine göre, vatandaşlar Belediyenin en başarılı hizmetlerini park ve bahçe hizmetleri, belediye tesisleri ve temizlik hizmetleri olarak değerlendirdi. Park ve Bahçe Hizmetleri, Belediye Tesisleri, Temizlik Hizmetleri.

GELECEKTE DAHA FAZLA ÖNEM VERİLMESİ GEREKEN ALANLAR

Ankete katılan vatandaşların yüzde 62'si (1.568 kişi), gelecekte daha fazla önem verilmesini istedikleri hizmet alanlarını da paylaştı. Trafik ve ulaşım hizmetleri, otopark sorunu, altyapı çalışmaları, kentsel dönüşüm ve imar ile mülteci sorunları en çok öne çıkan talepler arasında yer aldı. Bu kategoride dağılım şöyle: Trafik ve Ulaşım Hizmetleri, Otopark Sorunu, Altyapı Çalışmaları, Kentsel Dönüşüm ve İmar, Mülteci Sorunu. >>İZZET İŞİK



Milletvekili Olgun, şehir hastaneleri hakkında soru önergesi verdi

İYİ Parti Genel Başkan Yardımcısı ve Afyonkarahisar Milletvekili Av. Hakan Şeref Olgun, Şehir Hastaneleri hakkında Sağlık Bakanı Kemal Memişoğlu'nun cevaplama istemiyle soru önergesi verdi.



İYİ Parti Genel Başkan Yardımcısı ve Afyonkarahisar Milletvekili Av. Hakan Şeref Olgun, Sağlık Bakanı Kemal Memişoğlu'nun cevaplama istemiyle Şehir Hastaneleri hakkında soru önergesi verdi. Olgun, "Bugüne kadar Bakanlığınızca yapışlet modeli ile hangi şehir hastaneleri yapıldı ve sağlık hizmeti veriyor? Şehir hastaneleri nedeniyle toplam kaç hastane kapatılmıştır? Bu şehir hastanelerinin her birine kaç yıldır, yılda ne kadar ödeme yapıldı? Sağlık Bakanlığı ile şirketler arasında imzalanan sözleşmelerin özel hukuk hükümlerine tabi olduğu bilinmektedir. Dolayısı ile, çıkacak uyuşmazlıklarda yabancı tahkime mi gidilecektir? Şehir hastanelerinin sözleşmelerinin ve revizyon hükümlerinin kamuoyu ile paylaşılması düşünülmekte midir?" sorularını yöneltti.

>>MEVLÜT TINAS

Mesleki eğitimler konuşuldu

Sanayi Bölgeleri Üst Kurulu (OSBÜK) Yüksek Koordinasyon Kurulu Üyesi, Afyonkarahisar Merkez 2. OSB Başkanı ve ATSO Yönetim Kurulu Başkanı Hüsnü Serteser, Sanayi ve Teknoloji Bakan Yardımcısı Oruç Baba İnan, OSBÜK Başkanı Memiş Kütükcü ve beraberindeki heyetin katılımı ile Erzurum Valisi Mustafa Çiftçi'yi, Erzurum Büyükşehir Belediye Başkanı Mehmet Sekmen'i, Erzurum Merkez 1. OSB'yi ziyaret etti. Ziyaretlerin ardından Erzurum Merkez 1. OSB'de düzenlenen OSBÜK Temmuz Ayı Genişletilmiş Yönetim Kurulu Toplantısı'na iştirak etti. Toplantıda, OSB'lerin gündemi ve mesleki eğitim, atık su arıtma tesisleri gibi konularda istişarelerde bulunuldu. >>BETÜL SERT



Cumhurbaşkanı Erdoğan:



"7 Ekim'den beri Gazze'de devam eden soykırım konusunda Hamas'ı şeytanlaştırma üzerine kurulu nasıl bir dil tutturduklarını hepimiz biliyoruz"

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, Paris Olimpiyatları'ndaki LGBT propagandasına ilişkin, "Bizim inancımızda insan yaratılmışların en şereflişidir. İnsanın bu dünyadaki çabası yüksek bir ahlak üzerine yücelmektir. Paris'te yapılmak istenen ise eşref-i mahlukat olan insanı esfeli safiline, yani hayvanlardan dahi aşağı seviyeye çekme projesidir" dedi.

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, AK Parti Genel Merkezi'nde Genişletilmiş İl Başkanları Toplantısı'nda konuştu. Kimsenin zorbalıklarına eyvallah etmeyeceklerini dile getiren Cumhurbaşkanı Erdoğan, "İstedikleri kadar çirkinleşsinler, istedikleri kadar çukurlaşsınlar. Tayyip Erdoğan'ın ne kavline, ne kalbine zincir vurabilirler. Tayyip Erdoğan'ın hakkı ve hakikate haykırmasına engel olamazlar. Biz kimsenin tehditlerine boyun eğmeyiz. Kimsenin zorbalıklarına eyvallah etmeyiz. Eli kanlı canilerin provokasyonlarına da gelmeyiz. Şunu herkes çok iyi bilsin ve idrak etsin. Biz bu yola kefenimizi giyerek çıktık. Biz bugünlere çarpışa çarpışa geldik. Biz bugünlere hakkın ve halkımızın desteğiyle geldik. Bize gazete manşetlerinden ömür biçenler oldu ama yanıldılar. Bizi rahmetli Menderes'in ve arkadaşlarının akıbetleriyle tehdit edenler oldu. Avuçlarını yaladılar. Bizi terörle, sokak terörüyle, darbeye devirmek isteyenler oldu. Hepsini bozguna uğrattık. Üstümüze saldıkları ne kadar piyon varsa tamamını ya meydanlara ya da dağlara gömdük" ifadelerini kullandı.

"Bugün de mazlum ve mağdurların yanındayız"

Türkiye'nin tüm imkanlarıyla Filistin halkının yanında olmaya devam edeceğini söyleyen Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Neredeyse yarım asrı bulan siyasi tarihimiz boyunca korkuyu yanımıza hiç yaklaştırmadık. Bugün de aynı yerdeyiz, dimdik ayakta. İsraili yetkililerin küstah açıklamaları karşısında son 2 gündür siyasi parti gözetmeksizin milletimizin fertlerinin sergilediği dik ve dirayetli duruşu çok kıymetli bulduğumu özellikle vurgulamak istiyorum. Buradan şu gerçeği bir kez daha ilan ediyorum; Türkiye olarak bundan 500 yıl önce engizisyonlardan kaçan Musevilere kucak açıysak, Hitler'in toplama kamplarından kaçan Yahudilere nasıl kol kanat gerdiyse bugün de mazlum ve mağdurların yanındayız. Bizim için zalimin de, mazlumun da kimliğinin bir önemi yoktur. Türkiye tüm imkanlarıyla, tüm kapasitesiyle elbette hiçbir ihtimali göz ardı etmeden mazlum Filistin halkının yanındadır. Birileri rahatsız olsa da bu vicdanlı tavrını sonuna kadar koruyacaktır" şeklinde konuştu.

"(Olimpiyatlar) Paris'te yapılmak istenen insanı hayvanlardan dahi aşağı seviyeye çekme projesidir"

İnsana ve insani değerlere yönelik savaşın birçok alanda şiddetini artırarak devam ettiğini dile getiren Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Şu bölüm çok hassas, çok önemli. Paris 2024 Olimpiyat Oyunları'nın açılışında sahnelenen ahlaksızlık. Macron

beni davet etti, ben de gelebileceğimi söyledim. 13 yaşındaki torunum 'Dede gitme' dedi, 'Niye' dedim. 'Orada LGBT gösterisi yapacaklar' dedi. Çıkardı bana Instagram'dan o görüntüleri. 'Tamam, kızım gitmeyeceğim' dedim. Yahu düşünebiliyor musunuz, insanları birleştirmesi gereken bir uluslararası spor etkinliği maalesef insanlığa, fitrata ve insani, insanı insan yapan değerlere düşmanlıkla açıldı. Bakınız bizim inancımızda insan yaratılmışların en şereflişidir. İnsanın bu dünyadaki çabası yüksek bir ahlak üzerine yücelmektir. Paris'te yapılmak istenen ise eşref-i mahlukat olan insanı esfeli safiline, yani hayvanlardan dahi aşağı seviyeye çekme projesidir" ifadelerini kullandı.

"İlk fırsatta Papa'yı da bununla (LGBT) ilgili arayacağım"

Papa ile Hristiyanlara karşı yapılan ahlaksızlığı paylaşacağını söyleyen Cumhurbaşkanı Erdoğan, "İlk fırsatta Papa'yı da bununla

bizde de infial oluşturdu. Macaristan Başbakanı Viktor Orban'ın verdiği haklı tepkiyi takdire karşıladık. Esasında kutsala yönelik bu apaçık saldırı karşısında daha fazla liderin, daha fazla siyasetçinin sesi çıkması gerekiyordu. Maalesef bunu göremiyoruz. Kimi umursamazlıktan, kimi korkudan, kimi siyasi kariyeri uğruna LGBT lobisine ses çıkarmıyor. Biz çıkarıyoruz. CHP çıkarmasa ne yazar, DEM çıkarmasa ne yazar? En küçük bir eleştiriye dahi tahammülü olmayan bu lobi, Avrupa ve Batı dünyasını tamamen esir almış durumda. LGBT lobisi giderek daha da pervasız hale gelirken, eş zamanlı olarak insanlık büyük bir kuşatmayla karşı karşıya bırakılıyor. Küresel ölçekte bu korku iklimini oluşturuyorlar. Burada şunu vurgulamak durumundayım; karşımızda sadece bir yönelim yok, doğrudan çocuklarımızı hedef alan faşizan bir dayatma var. Normale, fitrata, aileye, insan nesline yönelik çok boyutlu, çok kapsamlı, çok

içerisinde başörtülü olanlar varsa onların müsabakalara katılmasını engellemiştir. Nasıl bir mantık, nasıl bir anlayış? Ben Fransa'da yaşayan Faslı, Cezayirli, Tunuslu vesaire bütün oranın halkına bu konuda niçin tavır koymazlar veya koymadılar, bunu anlamakta zorlandığımı ifade etmek isterim. Bunlar sadece İslam'a ve Müslümanlara değil, fitri olan, kutsal olan her şeye düşmanlar. Paris skandalı bu gerçeği bir kez daha gün yüzüne çıkarmıştır. Cinsiyetsizleştirmek demek, insan soyunu bozmak demektir. 14-28 Mayıs seçimleri öncesinde birileri sırf iktidara gelmek adına bunlara şirinlik yaparken, biz ailenin korunmasından yana çok güçlü bir tavır aldık. Bugün dünden daha kararlıyız. Bugün dünden daha çok dikkatliyiz. Sapkın akımlarla ve bunları insanlığın başına bela eden küresel güçlerle mücadeleyi tavizsiz şekilde sürdürüyoruz. Cinsiyetsizleştirme projelerinin ülkemizde hamiliğini bölücü örgütün siyasi uzantılarının ve CHP'li belediyelerin üstlenmesi gerçekten ibret vericidir. Türkiye'ye karşı her taşın altından çıkan DEM'i anlıyoruz da CHP'nin bu projeye niye bu kadar hevesle destek verdiğini açıkçası anlamakta zorluk çekiyoruz. Paris'te sahnelenen rezaletin herkesin gözlerini açacağına, hepimiz için bir uyanış, bir toparlanma vesilesi olacağına inanıyorum. Rabbim evlatlarımızı bu tür melun akımlardan korusun diyorum. Bu düşüncelerle Mevla yar ve yardımcımız olsun diyor, toplantımızın hayırlara vesile olmasını diliyorum." Sahipsiz hayvanlara yönelik kanun teklifini Meclis Genel Kurulu'nda kabul eden tüm milletvekillerini tebrik eden Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Dün gece yoğun ve yorucu bir mesainin ardından sahipsiz hayvanlara yönelik kanun teklifini Meclis Genel Kurulu'nda kabul eden tüm milletvekillerimizi tebrik ediyorum. Muhalefetin tüm kışkırtmalarına, tamamı yalan ve çarpıtma üzerine kurulu kampanyalarına rağmen milletin meclisi bir kez daha milletin sözünü dinlemiş, sessiz çoğunluğun çığlığına kulak tıkamamış, çocuklarımızın feryatlarına bigane kalmamış, son derece kritik bir sınavı alınının aklıyla vermiştir. Gerek yasa teklifinin hazırlık aşamasında gerekse komisyon ve genel kurul sefahatinde emeği geçen tüm arkadaşlarımıza, AK Parti grubuyla birlikte MHP grubuna, sivil toplum kuruluşlarımıza, ailelerimize ve medya mensuplarımıza buradan teşekkür ediyorum. Milletimizin acil çözüm beklediği konuların başında gelen başıboş köpek meselesini hükümet, yerel yönetimler ve hayvanseverler el ele vermek suretiyle inşallah kısa sürede hal yoluna koyacağız" diye konuştu. >>İHA



ilgili arayacağım. Onunla Hristiyan alemine ve tüm Hristiyanlara karşı yapılan ahlaksızlığı paylaşacağım. Olimpiyatlar insan tabiatını bozan, aileyi ifsat eden, nesillerin emniyetini ve bekasını tehdit eden sapkınlığa alet edilmiştir. Olimpiyatların uluslararası etkisi kullanılarak en masum varlıklarımız olan çocuklarımızı iğrenç bir şekilde hedef alınmıştır. Paris'teki rezil sahne sadece Katolik alemine, sadece Hristiyan dünyasını değil, en az onlar kadar bizi de rencide etti,

acımasız bir savaş yürütülmektedir" diye konuştu. Cumhurbaşkanı Erdoğan konuşmasını şöyle sürdürdü: "İslamofobi'yle İslam'a savaş açanlar, LGBT sapkınlığı üzerinden kutsal olan ne varsa hepsine birden savaş ilan etmişlerdir. LGBT sapkınlığını özgürlük olarak lanse edenlerin başörtülü sporculara tahammül edememesi, bunların kafalarındaki özgürlük tarifini de ortaya koymaktadır. Fransa, Fransız sporcuların

AK Parti'nin yönetimi belli oldu

AK Parti Afyonkarahisar İl Başkanlığı'nın İl Yönetim Kurulu listesi belli oldu.

AK Parti İl Başkanlığından yapılan açıklamada, "AK Parti Afyonkarahisar İl Yönetim Kurulu üyelerimizin ilimize ve milletimize hayırlı olmasını diler, önceki dönem yönetim kurulu üyelerimize göstermiş oldukları üstün gayret ve çabalardan dolayı teşekkür ediyorum. AK davamızın ak neferleri olarak bayrağı devralan yeni yönetim kurulu üyelerimizle bugüne kadar olduğu gibi bundan böyle Yeni Türkiye Yüzyılı'nın inşasında var gücümüzle gece-gündüz çalışmaya devam ede-

ceğiz" ifadelerine yer verildi. Yeni il yönetiminde yer alan isimler ise şöyle; İl yönetim kurulu asil üyeleri; Abdullah Özteke, Ahmet Saygı, Ahmet Yıldız, Ali Karkı, Ata Gündüz Kurşun, Ayşe Özyayın, Ceyhan Özcan, Dilek Hanım Çengel, Ecem Atay, Ela Gökkuşum, Emre İleri, Emrullah Keser, Ersin Akpınar, Fahrettin Zobalı, Fatih Mehmet Okyar, Fatma Akbaba, Galip Yit, Halil İbrahim Sevim, Harun Abay, Haydar Kaya, Hüseyin Aksoy, Hüseyin Türkmen, İbrahim Erdoğan, İbrahim Sarı, İsmail

Koçkan, Kadir Çetin, Mahmut Akçıl, Mehmet Ali Tekik, Mehmet Emin Özbay, Mehmet Kumrataşlı, Mehmet Yaşar Öndüç, Memduh Küş, Murat Bozok, Mustafa Yılmazaslan, Münever Şehitoğlu, Nazmiye Tuğral, Nurhayat Adanır, Onur Çelik, Orhan Yalçın, Osman Çakıcı, Selçuk Koçak, Sultan Betül Erişen, Sümeyye Akyıldız, Talha Hüseyin Akkaya, Tolgahan Ayyıldız, Yaşar Arslan, Yavuz Selim Kızıltepe, Yunus Genelioğlu, Zeynep Gürman oldu.

Yedek üyeler ise;

Ali Akcasu, Alper Koman, Arif Birsen, Celal Acar, Cemal Çakır, Fatma Erdoğan, Hakkı Cihan Coşkun, Hamdi Sarıağaç, Hasan Hüseyin Azak, Hasan Hüseyin Düşgün, Hatice Avcı, Hilmi Yıldız, İbrahim Şarlak, İsmail Kızıldağ,

Kenan Şahin, Mehmet Albayrak, Mehmet Emin Sanduvaç, Meriç Kadir Tarkan, Metin Köken, Muharrem Çelikbaş, Murat As, Ömer Akçeken, Serap Güderler, Şemsettin Yasa, Yavuz Gülşen oldu.
>> İBRAHİM ARTIÇ



İçme sigarayı
sağlıkta
sihhatte kal,
içersen
bırakmaz
sende hal.

Ahmet YEŞİLAY



Sigaranın
zararı
çok,
ölümün
zamanı
yok.



Başkan Eroğlundan Başkan Öztaş'a ziyaret



S.S. Afyon Pancar Ekicileri Kooperatifi Yönetim Kurulu Başkanı İbrahim Eroğlu ve beraberindeki yönetim kurulu üyeleri Sandıklı Belediye Başkanı Adnan Öztaş'ı ziyaret etti.



Ziyarete S.S. Afyon Pancar Ekicileri Kooperatifi Yönetim Kurulu Başkanı İbrahim Eroğlu, Başkan Vekili ve Pazarağaç Belediye Başkanı Şevki Kara, Yönetim Kurulu Üyesi Abtil Tıkr, Yönetim Kurulu Üyesi Hamit Çakır ve Kooperatif Müdürü Fazlı Öztürk, Başkan Öztaş'ı makamında ziyaret etti. Ziyaret sırasında Başkan Eroğlu, Başkan Öztaş'a özel bir hediye takdim etti. Fikir alışverişinin yapıldığı toplantı günün anısına fotoğraf çekirilmesi ile sona erdi.
>>KADER KAYA

Başkan Köksal Vali Yiğitbaşı'nı ziyaret etti

Afyonkarahisar Belediye Başkanı Burcu Köksal, Vali Doç. Dr. Kübra Güran Yiğitbaşı'ı makamında ziyaret etti.

Gerçekleştirilen ziyarette Afyonkarahisar'da yapılacak olan projeler hakkında fikir alışverişinde bulunuldu. Vali Yiğitbaşı, ziyaretten duyduğu memnuniyeti dile getirerek, Belediye Başkanı Köksal ile iş birliği içinde çalışmanın önemini vurguladı. Şehrin kalkınması için yapılan projeler hakkında fikir alışverişinde bulunuldu. Belediye Başkanı Burcu Köksal da Vali Yiğitbaşı'na desteklerinden dolayı teşekkür etti ve daha iyi bir Afyonkarahisar için beraber çalışacaklarını ifade etti. >>İZZET İŞİK



Yaz aylarında çocuklar için obezite tehlikesi

Dr. Uğur Bilge çocukluk çağı obezitesi tehlikesine dikkat çekerken, yaz tatilinde çocukların obeziteden mutlaka korunması gerektiğini belirterek konu ile ilgili bilgilendirici bir açıklama yaptı.

Prof. Dr. Uğur Bilge, çocukluk çağı obezitesinin global bir sağlık sorunu olduğunu belirtti. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre dünya çapında yetişkin obezitesinin 1990'dan bu yana iki katına, ergenlik çağındaki obezitenin ise dört katına çıktığını belirten Bilge, "2022 yılında 5 yaş altı 37 milyon çocuk aşırı kilolu iken, 5-19 yaş arası 390 milyondan fazla çocuk ve ergen aşırı kilolu ve bunların 160 milyonu obezdir. Çocukluk çağındaki obeziteye erken müdahale etmek diyabet, kalp hastalığı ve eklem sorunları da dahil olmak üzere yaşamın ilerleyen dönemlerindeki sorunları önleyebilmektedir. Genetik faktörlerin yanı sıra fiziksel aktivite eksikliği, sağlıksız beslenme alışkanlıkları ve hareketsiz bir yaşam tarzı kilo alımına yol açar. Ebeveynler bu konuda dikkatli olmalıdır. Okullar tatilde girdiğinde tüm düzen değişir. Düzensiz uyku, yemek ve aktivite programları, daha fazla ekran süresi, çocukların aşırı kilo alması için mükemmel bir ortamdır. Fazla kilolu veya obez olanlar bu ortama daha yatkındır ve sağlık sorunları riski daha yüksektir. Yaz tatili döneminde çocukları obeziteden korumak için yemek ve ara öğün saatlerini düzenleyin. Yemek düzenleri ortadan kalktığında, çocuklar gün boyunca 'atıştırmaya' eğilimlidir ve daha fazla kalori alırlar. Yemek ve ara öğün saatleri belirleyin ve çocukların yalnızca bu saatlerde yemesine izin

verin. Daha küçük tabaklar ve porsiyon boyutları kullanmak çocukların daha az yemeye alışmasına ve tok hissetmesine yardımcı olur. Düşük şekerli yoğurt, az yağlı peynir, meyve ve sebze gibi sağlıklı atıştırmalıklar bulunur. Çocuğunuzu düzenli olarak su içmeye teşvik edin ve gazlı içecek ve meyve suyu gibi şekerli içecekleri sınırlayın. Ekran süresini sınırlayın. Çocukların önünde aktif olmadıkları gibi, yemek yeme ve yedikleri miktarı artırma eğilimindedir. Ekran süresini sınırlayın ve çocuğunuzu açık havada oyun oynama, okuma veya hobiler gibi alternatif aktivitelere teşvik edin. Düzenli fiziksel aktivite hedefleri koyun. Çocuğunuzda her gün ev işleri, yürüyüşe çıkma veya arka bahçede ya da parkta futbol oynama gibi fiziksel aktiviteler belirleyin. Yeterince uyuduklarından emin olun, yatma ve uyanma saatlerini okul yılı zamanlarına yakın ayarlayın ve bunlara uyun. Düzenli uyku ve yemek programı sürdürmeniz, sağlıklı beslenmeniz, çocuklarla fiziksel aktivite yapmanız, yemek yerken ekrandan uzak durmanız ve çocuklarınızın sahip olmasını istediğiniz diğer sağlıklı alışkanlıkları sizin de edinmeniz çocuklarınızın sizi örnek almasını sağlar. Sağlıklı alışkanlıklar için örnek olmak, çocukların davranışlarını şekillendirmenin en etkili yoludur." diye belirtti.>>iha



Sorunları hızlı bir şekilde çözüme kavuşturuyoruz

Afyonkarahisar Valisi Doç. Dr. Kübra Güran Yiğitbaşı, Afyonkarahisar Valiliğinde düzenlenen Halk Toplantısı'nda vatandaşları dinledi. Yiğitbaşı yaptığı açıklamada, "Vatandaşlarımızın taleplerini, beklentilerini, ihtiyaçlarını hızlı ve ivedi bir şekilde sonuca çözüme kavuştururuz" dedi

Vatandaşların her türlü istek ve taleplerine etkili ve hızlı çözümler üretebilmek ve toplumun tüm kesimlerine ulaşmak amacıyla düzenli aralıklarla yapılan Halk Toplantısının bu ayki adresi Afyonkarahisar Valiliği oldu. Halk Günü Toplantısı Afyonkarahisar Valiliği B Blok toplantı salonunda yapıldı. Toplantıda Vali Yardımcıları, Belediye Başkan Yardımcıları, İl Müdürleri ve kurum amirleri hazır bulundu. Gerçekleştirilen toplantıda vatandaşlar istek, talep ve şikâyetlerini Vali Yiğitbaşı'na iletti.

"BEKLENTİLERİN KARŞILANMASI İÇİN GAYRET EDİYORUZ"

Toplantı öncesi açıklamalarda bulunan Vali Yiğitbaşı, gerçekleşen halk günlerinde vatandaşlarla bir araya gelerek hayatlarını kolaylaştırmak ve sorunların çözümü için gayretle çalıştıklarını kaydederek; "Bildiginiz gibi periyodik olarak Halk Günü Toplantılarımızı İl Müdürlerimiz, Jandarma Komutanımız, Emniyet Müdürümüz ve Belediye Başkan Yardımcılarımızla gerçekleştiriyoruz. Vatandaşımızın beklentileri talepleri ve sorunları ile ilgili bir araya gelebilmek ve hayatlarını kolaylaştırmak için sorunların çözümü için beklentilerin karşılanması için gayret ediyoruz. Ancak doğrudan belki bizim bir şekilde işin içine girmemiz gereken sorunları çözmemiz ya da hızlandırmamız gereken noktalara oluyor. Bu konularla ilgili vatandaşlarımızı dinleyebilmek için periyodik olarak halk günü toplantıları gerçekleştiriyoruz. Bugünde 61. Halk Günü Toplantımızı gerçekleştireceğiz. 200'e



yakın başvuru olduğunu biliyoruz en son bugün bütün gün vatandaşlarımızın sorunlarını ve taleplerini dinleyeceğiz." dedi.

SORUNLARIN ÇOĞU ÇÖZÜME KAVUŞTU

Önceki halk toplantısında vatandaşların iletmiş sorunların yüzde yetmiş altısının

çözüme kavuştuğunu ve mevzuata takılan diğer sorunlarında takibinin yapıldığını belirten Vali Yiğitbaşı, "Önceki Halk Günü Toplantısına başvurularında da gelen taleplerin yüzde yetmiş altı kadarını olumlu bir şekilde değerlendirdik ve çözmüşüz sonuca kavuşturmuşuz. Birtakım mevzuatlara takılan ya da bizim valilik dışımızda olan bakanlıklarda takılan çözümleri veren mevzuatlar var. Onlarında takibini halen devam ettiriyoruz. Bugünde vatandaşlarımızın taleplerini, beklentilerini, ihtiyaçlarını hızlı ve ivedi bir şekilde sonuca çözüme kavuştururuz" dedi. Tüm vatandaşları tek tek dinleyen, taleplerini alan Vali Yiğitbaşı, taleplere çözümler üretirken, gerekli gördüğü konularda toplantıya katılan kurum amirlerine gereğinin yapılması hususunda talimat verdi.

>>>Haber Merkezi



Cumhurbaşkanımız liderliğinde şehrimiz için çalışmaya devam edeceğiz

AK Parti Afyonkarahisar Milletvekili Ali Özkaya, Afyonkarahisar'da bir dizi programlar gerçekleştirdi. Özkaya: "Şehrimiz için vatandaşlarımız için Cumhurbaşkanımız Recep Tayyip Erdoğan liderliğinde çalışmaya, koşturmaya devam edeceğiz" dedi.

İscehisar ilçesinde programlarına başlayan Milletvekili Özkaya, Belediye Başkanlığı, Kaymakamlık ve Seydiler beldesindeki Ankara - Afyonkarahisar Yüksek Hızlı Tren Hattı inşaatında incelemelerde bulundu. Ziyaretleri esnasında vatandaşlarla da sohbet eden Milletvekili Özkaya, vatandaşların talep öneri ve beklentilerini alarak, yetkililer ile yerinde görüşmeler gerçekleştirdi. Afyonkarahisar Kamil Miras Camii'nde Yaz Kuran Kursu'na katılan öğrenciler ile bir araya Milletvekili Özkaya burada cemaat ile de sohbet etti. Afyonkarahisar Ziraat Odası'nda Merkez ve İlçe Ziraat Odalarının Başkanları ile bir toplantı yapan Milletvekili Özkaya, çiftçi ve üreticilerinde beklenti, öneri ve taleplerini dinleyerek çözümü noktasında yapılabilecek çalışmalarını Oda Başkanları ile konuştu. Afyonkarahisar'da Tarım Kredi Kooperatifi tarafından faaliyete başlayacak olan Yağ Fabrikasında da Genel Müdür ile birlikte incelemelerde bulundu.

VATANDAŞLARIMIZLA BULUŞMAYA DEVAM EDİYORUZ

Afyonkarahisar Merkezde esnaf ziyareti de gerçekleştiren Milletvekili Özkaya, programına ilişkin değerlendirmede bulunarak, "Şehrimizin dört bir yanında vatandaşlarımız, esnaflarımız ve üreticilerimiz ile buluşmaya devam ediyoruz.

Vatandaşlarımızın bizlerden ve hükümetimizden beklentilerini, taleplerini ve önerilerini dinliyor, çözümü hususunda yapılabilecekleri konuşuyoruz. Gerekli kurum ve kuruluşlara bu konuları ileterek takibini yapıyoruz. Bugün İscehisar'dan başlayarak tamamlanan Hükümet Konağı'nı inceledik, Belediyemizdeki teşkilatımız ile ilçemiz üzerinde verimli bir toplantı gerçekleştirdik. daha sonrasında Seydiler beldemizde YHT alt yapı çalışmalarını inceledik" dedi.

ELİMİZDEN GELENİ YAPIYORUZ

Ziraat Odası Başkanları ile yaptığı toplantıya ilişkin de bilgiler veren Özkaya, "Çiftçilerimiz için yapılabilecek çalışmaları Oda Başkanlarımız ile istişare ettik. Elimizden ne geliyor ise yapmaya çalışıyoruz. Her zaman olduğu gibi çiftçimizin yanındayız. Bugün ilimizde Tarım Kredi Kooperatifimiz için kazandırdığımız Yağ Fabrikasında Genel Müdürümüz, Milletvekillerimiz ve heyetimiz ile birlikte inceleme yaptık. Bu tesis sayesinde şehrimize bu alandaki üreticilerimiz için büyük bir avantaj sağlayacak. İnşallah benzeri yatırımları şehrimize kazandırmaya devam edeceğiz. Şehrimiz için vatandaşlarımız için Cumhurbaşkanımız Sn Recep Tayyip Erdoğan liderliğinde çalışmaya, koşturmaya devam edeceğiz" dedi.

>>>İZZET IŞIK

Kaymakam Akgül'e ziyaretler sürüyor

Emirdağ Kaymakamı Yasin Akgül, İlçe Tarım ve Orman Müdürü Halil İbrahim Koku, Çıldırım Sulama Birliği Başkanı Ramazan Karaçor ve Sulama Birliği Müdürü Abdülkadir Yıldırım'ı makamında kabul etti.

İlçede tarımsal üretimi, ürün yelpazesi, sulanabilir tarım arazileri, su yönetimi ve hayvansal üretim konularında istişarelerde bulunuldu. Ayrıca, ilçemizde uygulanan tarımsal ve hayvansal üretime yönelik desteklemeler, geliştirilen ve uygulanan projeler

hakkında bilgi alışverişi yapıldı. Özellikle sulu tarımın ön plana çıktığı ilçemizde, tarımsal alanda kullanılan suyun yönetimi, kontrolü ve modern basınçlı sulama sistemlerinin geliştirilmesi konularında görüş alışverişi yapıldı. >>>İBRAHİM ARTIÇ

