



"Türk Mutfağı Yaz Okulu"

PROGRAMININ ÜÇÜNCÜ ETABI GERÇEKLEŞTİRİLDİ

Afyon Kocatepe Üniversitesi (AKÜ) Turizm Fakültesinde, Yunus Emre Enstitüsü tarafından "Türk Mutfağı Yaz Okulu" Programı'nın üçüncü etabı gerçekleştirildi.>>2'DE



SELÇİK KÖYÜ'NDE ANLAMLI YÜRÜYÜŞ

Afyonkarahisar'ın, Sandıklı İlçesine bağlı Selçik Köyü'nde, Büyük Önder Mustafa Kemal Atatürk ve Kurtuluş Savaşı'mızı bize kazandıran aziz şehitleri anmak için meşaleli ve bayraklı Zafer Yürüyüşü düzenlendi.>>2'DE

BAŞKAN BURCU KÖKSAL ULUSLARARASI HALKOYUNLARI EKİPLERİNİ AĞIRLADI

Afyonkarahisar Belediyesi, Zafer Haftası etkinlikleri çerçevesinde Uluslararası Halkoyunları Ekiplerini Belediye Meclis Salonu'nda ağırladı.>>5'TE



35 adet motosiklet trafikten men edildi



Afyonkarahisar Çay İlçe Emniyet Müdürlüğü ekipleri ilçe merkezinde denetim yaptı. Bu kapsamda çevreye rahatsızlık veren abartı egzoz ve plakasız 35 adet motosikleti trafikten men edilirken toplam 258 bin739 TL trafik cezası uygulandı.>>3'TE

YAREN GECESİ DÜZENLEDİ

Afyonkarahisar'ın İhsaniye ilçesine bağlı Ayazini Beldesinin turizm potansiyelinin artırılması için Sandıklı İlçesi Kültür Varlıklarını Koruma ve Yaşatma Derneği ekibi tarafından yaren gecesi düzenlendi.>>2'DE



ŞEHİTLER DUALARLA YÂD EDİLDİ

Büyük Taarruz ve Afyonkarahisar'ın düşman işgalinden kurtuluşunun 102. Yıldönümü etkinlikleri kapsamında İmaret Camii'nde Gazi Mustafa Kemal Atatürk ve Aziz Şehitlerin ruhuna mevlid-i şerif okundu.>>5'TE



"Huzurevleri buluşuyor" programı düzenlendi



Bolvadin Huzurevi tarafından düzenlenen "Huzurevleri Buluşuyor" programı, huzurevi sakinleri ve personellere eğlenceli ve keyif dolu anlar yaşattı. >>7'DE

Gerçekten Haber Verir

AnaHaber

28 AĞUSTOS 2024 ÇARŞAMBA YIL: 19 SAYI: 5555 FİYATI: 10 TL

WWW.PARKHAYAT.COM

PARKHAYAT

HASTANELERİ

"sizin hastaneniz"

444 40 03

AFYONKARAHİSAR KÜTAHYA AĞŞEHİR

MİLLİ MÜCADELENİN SEMBOL ŞEHİRİ AFYONKARAHİSAR DÜŞMAN İŞGALİNDEN KURTULUŞUNUN 102. YILINI KUTLADI.

102'İNCİ YILA COŞKULU KUTLAMA



Afyonkarahisar'ın düşman işgalinden kurtuluşunun 102. Yıldönümü Kent Meydanı'nda düzenlenen coşkulu törenle kutlandı. Elleri Türk Bayrakları ile meydanı dolduran Afyonkarahisarlılar kentin kurtuluş coşkusunu bir kez daha yaşadı.



Afyonkarahisar Belediyesi'nin ev sahipliğinde düzenlenen kurtuluş törenlerine Vali Kübra Güran Yiğitbaşı, Afyonkarahisar Milletvekilleri Ali Özkaya, İbrahim Yurdunuseven, Hasan Arslan, Mehmet Taytak, Hakan Şeref Olgun Zafer Haftası kutlamaları için kente gelen misafir generaller, Belediye

Başkanı Burcu Köksal, il müdürleri ile çok sayıda vatandaş katıldı. Saygı duruşu ve İstiklal Marşı'nın okunmasıyla başlayan törende Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın kutlama mesajı okundu. Daha sonra Belediye Başkanı Burcu Köksal, günün anlam ve önemine ilişkin bir konuşma yaptı.

BÜYÜLEYİCİ GÖSTERİ

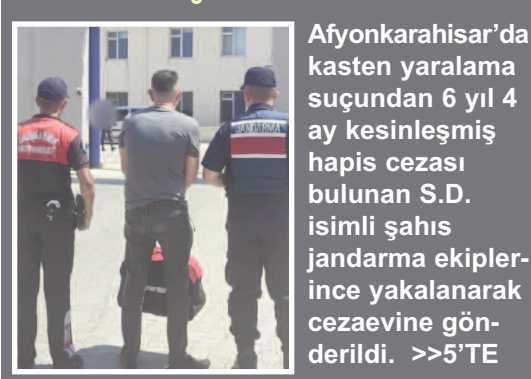
Konuşmaların ardından Uluslararası Halk Oyunları festivali nedeniyle kente bulunan Halk Oyunları ekipleri gösterilerini sundu. Gösteriler ilgiyle izlendi. Tören Genelkurmay Başkanlığı Mehteran Takımının büyüleyici gösterisiyle sona erdi. >> MEVLÜT TINAS



Zafer Haftası judo turnuvası başarılı bir şekilde tamamlandı

Afyonkarahisar ve Uşak'tan 60 sporcunun katılımıyla düzenlenen Judo Zafer Turnuvası, kıyasıya mücadeleler sonucu sona erdi. Turnuvada dereceye giren sporculara ödülleri takdim edilirken, İl Müdürü İsmail Hakkı Kasapoğlu tarafından tebrik edildi. >>7'DE

Adam yaralama suçundan aranan şahıs yakalandı



Afyonkarahisar'da kasten yaralama suçundan 6 yıl 4 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan S.D. isimli şahıs jandarma ekiplerince yakalanarak cezaevine gönderildi. >>5'TE

Dinar'da 30 Ağustos etkinlikleri başladı



5

Egeli gençler Büyük Taarruz'un 102'nci yılını zaferin yaşandığı topraklarda kutladı

Ege Üniversitesi öğrencileri ve akademisyenlerinden oluşan ekip, Afyonkarahisar'da Büyük Taarruz'un 102'nci yıl dönümü dolayısıyla gerçekleştirilen Zafer Haftası etkinliklerine katıldı. EÜ Spor Bilimleri Fakültesi Dr. Öğretim Üyesi Emine Kutlay ve Arş. Gör. Zehra Güneş'in koordinatörlüğündeki ekip, büyük zaferin kazanıldığı toprakları ziyaret ederek şehitleri andı. Geleneksel olarak gerçekleştirilen 'Zafer Yürüyüşü'ne katılan Egeli ekip, 102 yıl önce vatan için mücadele eden kahramanlarla aynı ruh ve heyecanla Kocatepe'ye yürüdü.

Ege Üniversitesi olarak gençlerin, şanlı Türk tarihinin bilincine yetişmelerini hedeflediklerini ifade eden Rektör Prof. Dr. Necdet Budak, "Türkiye Cumhuriyeti Devleti'nin kurulmasına temel teşkil eden Büyük Taarruz'un 102'nci yıl dönümünde öğrencilerimiz ve ekibimiz, şanlı zaferin kazanıldığı toprakları ziyaret ederek, Zafer Yürüyüşüne katıldılar. Yıllar önce vatan için mücadele eden ecdadımızın izinden, aynı ruh ve heyecanla yürüdüler. Tam akreditasyona sahip öğrenci odaklı bir araştırma üniversitesi olarak, Cumhuriyet'e ve milli değerlerine bağlı, vatanına karşı sorumluluklarının bilincinde olan nesiller yetiştirmeyi görev edindik. Bu vesile ile aziz

vatanımızı bizlere miras bırakan başta Gazi Mustafa Kemal Atatürk olmak üzere tüm şehitlerimizi şükranla anıyorum" dedi. EÜ Spor Bilimleri Fakültesi Dr. Öğretim Üyesi Emine Kutlay ise "Üniversitemizin olanakları ile katıldığımız bu etkinlikten duygu yüklü ayrıldık. Bizlerin burada olmasına destek veren herkese teşekkür ediyoruz. Şehitlerimizi bir kez daha rahmetle anıyoruz" diye konuştu. EÜ Ekibi etkinlik kapsamında İstiklal Tanıtım Merkezi'ni ziyaret ederek Büyük Taarruz'un gerçekleştiği alanın maki-tini incelediler. Egeli gençler, Atatürk Evi, Mustafa Kemal Atatürk Anıtı ve Büyük Taarruz Şehitliğini ziyaret ettiler.>>KADER KAYA



Selçik Köyü'nde anlamlı yürüyüş

Afyonkarahisar'ın, Sandıklı ilçesine bağlı Selçik Köyü'nde, Büyük Önder Mustafa Kemal Atatürk ve Kurtuluş Savaşı'mızı bize kazandıran aziz şehitleri anmak için meşaleli ve bayraklı Zafer Yürüyüşü düzenlendi.

Selçik Köyü Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği tarafından düzenlenen yürüyüşe çocuklar, gençler ve yaşlılar olmak üzere tüm köy halkı yoğun ilgi gösterdi. Selçik Köyü Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği Başkanı Metin Süleyman Özdemir, "Büyük Taarruz'un ve kurtuluşumuzun 102. yıl dönümünde Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarının sevgi, saygı ve minnetle anıyoruz. Ayrıca köyümüz, Kocatepe'ye giden süreçte 1.

Süvari Tümeni'nin 24-25 Ağustos'ta konakladığı ve akşamında harekete geçtiği yerdir. Bugünün anlam ve önemine uygun bir şekilde bizde köylülerimizle birlikte, Cumhuriyet'in kazanıldığı topraklardan bayraklarımızla, meşalelerimizle birlikte sesimizi yükseltmek istedik. Atatürk'e ve Cumhuriyet'e bağlılığımızın bir ifadesi olarak bu anlamlı yürüyüşü gerçekleştirmekten onur duyuyoruz" diye konuştu. >>FAHRİYE ÇIRACI



Ayazini'nin turizmine katkı sağlamak için yaren gecesi düzenledi

Afyonkarahisar'ın İhsaniye ilçesine bağlı Ayazini Beldesinin turizm potansiyelinin artırılması için Sandıklı İlçesi Kültür Varlıklarını Koruma ve Yaşatma Derneği ekibi tarafından yaren gecesi düzenlendi.

İhsaniye ilçesine bağlı antik kent olarak bilinen Ayazini Beldesinin turizm potansiyelinin artırılması için Sandıklı İlçesi Kültür Varlıklarını Koruma ve Yaşatma Derneği tarafından kent meydanında halka açık yaren gecesi düzenlendi. Yaren gecesinde yöresel halk oyunları, orta oyunları, kılıç kalkan gösterileri, yöresel türküler ile konuklar doyusya eğlendi. Sandıklı İlçesi Kültür Varlıklarını Koruma ve Yaşatma Derneği Başkanı Ekrem Çavuş, "Ayazini Antik kentinin turizm potansiyelini artırmak için neler yapılabilir" sorusuna cevap bulmak için valimiz Sayın Kübra Güran Yiğitbaşı önderliğinde yapılan bir dizi toplantılara katılım sağlayan derneğimiz, Ayazini nin turizm potansiyelini artırmak adına, ilçemizde yaklaşık 20 yıldır yaşatmaya çalıştığımız Yaren Geceleri etkinliğimizi Ayazini ne taşımak istedik. Bu kapsamda Yaren Gecesi

düzenledik. Güzel bir gece güzel bir etkinlik oldu. Ayazini'nden gelen talep doğrultusunda derneğimiz bu tip etkinlikler düzenlemeye her zaman hazır" dedi. >>HÜDAYI ACAR



"Türk Mutfağı Yaz Okulu" Programının Üçüncü Etapı Gerçekleştirildi

Afyon Kocatepe Üniversitesi (AKÜ) Turizm Fakültesinde, Yunus Emre Enstitüsü tarafından "Türk Mutfağı Yaz Okulu" Programı'nın üçüncü etabı gerçekleştirildi.

Türk Havayolları Sponsorluğunda gerçekleşen program, Kültür ve Turizm Bakanlığı, Balıkesir Valiliği İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü Beylerbeyi Sabancı Olgunlaşma Enstitüsü ve Hacı Bayram Veli Üniversitesinin katkıları ve Afyonkarahisar Valiliği destekleriyle düzenlendi. Almanya, Azerbaycan, Fas, İran, Kosova, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti, Pakistan, Polonya, Romanya, Sırbistan, Umman, Ürdün'ün içinde yer aldığı 12 farklı ülkeden genç mutfak profesyonelleri ve gastronomi öğrencilerinden oluşan 12 katılımcı ve 4 görevli Afyonkarahisar mutfağı konferansı ve atölye çalışmasına katıldı. Programın açış konuşmasında AKÜ Turizm Fakültesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölüm Başkanı Prof. Dr. Mustafa Sandıkçı, Turizm Fakültesinde yer alan bölümler hakkında bilgi verdi. Turizm Fakültesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü öğretim elemanı Arş. Gör. Nurullah Kart ise katılımcılara Afyonkarahisar

Mutfağı hakkında konferans verdi. Turizm Fakültesi uygulama mutfağında devam eden atölye çalışmasında, Turizm Fakültesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü öğretim elemanı Öğr. Gör. Osman Kazancı ile Afyonkarahisar Profesyonel Aşçılar Derneği Başkanı Hamza Kalkan öncülüğünde Afyonkarahisar'ın coğrafi işaretli ürünlerinden olan "haşhaşlı lokul, göce köftesi ve patlıcan böreği" hazırlandı. >>İZZET IŞIK



Özkaya, "Sağlık sorunu yaşayan vatandaşlarımızı hastanemize davet ediyoruz"

AK Parti Milletvekili Ali Özkaya, Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi Araştırma ve Uygulama Hastanesinde incelemelerde bulundu.

Milletvekili Özkaya'ya, AFSÜ Rektörü Prof.Dr Nurullah Okumuş ve Başhekim Ahmet Ali Tuncer ile birlikte Göz Doktoru Doç.Dr. İbrahim Ethem Ay eşlik etti. İncelemelerin ardından açıklamalarda bulunan Özkaya, "Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi Araştırma ve Uygulama Hastanemizde Göz Polikliniklerinde sunulan hizmetleri yerinde inceledik. Rektörümüz Prof.Dr Nurullah Okumuş ve Başhekim Hocamız Ahmet Ali Tuncer ile birlikte Göz Doktorumuz Doç.Dr. İbrahim Ethem Ay'dan hastanemizde göz ile ilgili sunulan hizmetler hakkında detaylı bilgiler aldık. Afyonkarahisar'ın göz bankası ve kornea nakli konusunda bir çok büyükşehirden daha iyi bir noktada olduğunu görmek bizleri gerçekten mutlu

etti. Geçtiğimiz gün kornea nakli yapılan iki hastayı yerinde ziyaret ettik ve her ikisi de gözlerinin nakil sonrası daha iyi gördüğünden bahisle mutluluklarını ifade ettiler. Göz bankası kurulduktan sonra 24'üncü kornea naklinin de yarın yapılacağını öğrendik. Kornea temini ve dağıtım konusunda AFSÜ Göz bankasının Türkiye'de ilk üçte olduğunu öğrenmek ayrı bir sevinç kaynağı oldu. Bu alanda sağlık sorunu yaşayan tüm vatandaşlarımızı gelişmiş teknolojik imkanlara sahip hastanemize davet ediyoruz. Tüm Türkiye'den hasta kabul eden ve vatandaşlarımıza şifa dağıtan hastanemizin tüm yetkililerine teşekkür ediyorum" >
>HÜDAYİ ACAR



"Kontrolümdesin Şekerim" diyen gençler gezerek diyabeti öğrendi

AFSÜ'nün paydaşı olduğu "Kontrolümdesin Şekerim" projesi kapsamında 8-18 yaş arası Tip 1 Diyabetli gençlere yönelik "Gezerek Diyabeti Öğreniyoruz" etkinliklerinde, katılımcıları diyabet konusunda bilgilendirdi.



AFSÜ Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı Öğretim Üyesi, Çocuk Endokrin Uzmanı Doç. Dr. Aysun Ata, Diyabet Eğitim Hemşiresi Songül Arslan ve Hemşire Burcu Akbulut, "Afyonkarahisar Tip-1 Diyabetli Çocuklar Derneği" koordinasyonunda Denizli, Eskişehir ve Ayazini Ören Yerine düzenlenen gezilerde, katılımcı gençlere eşlik etti. Diyabetli çocuklarımızla birlikte üç farklı güzergâhın tarihi mekânları ile eğlence alanlarının ziyaret edildiği, yöresel yemeklerin tadıldığı gezilerde, diyabetin sosyal hayata engel olmadığını altı çizildi. Katılımcı

gençlere, kendi yaşatlarının da gün içinde kan şekeri değerlerini ölçüp insülin kalemi kullanıldığının gösterildiği gezilerde, sağlıklı beslenmenin kan şekerini düzenlediği vurgulandı ve toplum içinde insülin kalemi kullanmaktan çekinilmemesi gerektiği hatırlatıldı. Gezilere katılan gençler ve Afyonkarahisar Tip-1 Diyabetli Çocuklar Derneği üyesi ebeveynler, hem eğlendikleri hem de diyabete dair merak ettikleri konularda AFSÜ'lü uzmanlardan bilgi aldıkları için duydukları memnuniyeti dile getirdiler. >>HÜDAYİ ACAR

Afyonkarahisar'da kaçak hırsız yakalandı



Afyonkarahisar İl Jandarma Komutanlığı, aranan şahısların tespiti ve yakalanmasına yönelik çalışmalarını sürdürüyor. Bu çerçevede büyük veya küçükbaş hayvan hakkında hırsızlık suçundan 6 yıl 3 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan cezaevi firarisi F.Ç. isimli şahsın ekipler tarafından yakalandı. Emirdağ ilçesi Aşağıpirebeyli köyündeki evinde saklanırken yakalanan şahıs çıkarıldığı mahkemece tutuklanarak Bolvadin T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumuna teslim edildi. >>İHA

336 zehir taciri ve sokak satıcısı yakalandı

Emniyet Genel Müdürlüğü Narkotik Suçlarla Mücadele Başkanlığı koordinesinde, Afyonkarahisar il emniyet müdürlüğü tarafından zehir taciri ve sokak satıcılarına yönelik operasyon düzenlendi.

İçişleri Bakanı Yerlikaya sosyal medya hesabından yaptığı açıklamada, aralarında Afyonkarahisar'ında bulunduğu 49 ilde zehir tacirlerinin yerel suç örgütlerine, uyuşturucu madde imalatçılarına yönelik düzenlenen 'Narkoçelik-35' operasyonlarında; 2 ton 428 kilogram uyuşturucu madde, 888 bin 923 adet uyuşturucu hap ele geçirildiğini belirterek 336 zehir taciri ve sokak satıcısının yakalandığını kaydetti. "Aziz milletimizin bilmesini isterim ki; ülkemizi zehir tacirlerinden ve sokak satıcılarından temizlemeye kararlıyız" diyen Bakan Yerlikaya operasyonlarla ilgili şu ayrıntıları paylaştı: "Emniyet Genel Müdürlüğü Narkotik Suçlarla Mücadele Başkanlığı koordinesinde, il emniyet müdürlüklerince; 832

ekip, 2 bin 81 personel, 10 hava aracı ve 39 narkotik dedektör köpeğinin katılımıyla Ankara, İzmir, Gaziantep, Adana, Konya, Diyarbakır, İstanbul, Denizli, Şanlıurfa, Antalya, Samsun, Mersin, Erzincan, Bursa, Kocaeli, Manisa, Tekirdağ, Kırklareli, Malatya, Muğla, Osmaniye, Hatay, Van, Afyonkarahisar, Amasya, Bolu, Aydın, Çorum, Elazığ, Giresun, Sinop, Sivas, Aksaray, Edirne, Karabük, Karaman, Nevşehir, Uşak, Eskişehir, Balıkesir, Kahramanmaraş, Sakarya, Trabzon, Düzce, Niğde, Şırnak, Siirt, Tokat ve Erzurum olmak üzere 49 ilde 'Narkoçelik-35' operasyonları düzenlendi. >>İHA



35 adet motosiklet trafikten men edildi



Afyonkarahisar Çay ilçe Emniyet Müdürlüğü ekipleri ilçe merkezinde denetim yaptı. Bu kapsamda çevreye rahatsızlık veren abartı egzoz ve plakasız 35 adet motosikleti trafikten men edilirken toplam 258 bin739 TL trafik cezası uygulandı. >>İHA

Sağlıklı bir bağırsak florası yaşam süresini bile uzatabiliyor

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

İnsan sağlığı açısından bağırsak sağlığının büyük bir önem taşıdığını, bağırsak ile ilgili araştırmaların her geçen gün yeni sonuçlar ortaya çıkardığını belirten Sağlık Grubu Beslenme ve Diyetetik Uzmanlarından Dyt. Deniz Pirçek, "Bağırsak florasını korumak sindirim, bağışıklık hatta ruh sağlığı üzerinde bile önemli rol oynamaktadır. Bağırsak, binden fazla türde milyarlarca bakteriye ev sahipliği yapar ve bağışıklık sistemimizin yaklaşık yüzde 80'i bağırsaklarda bulunur. Son zamanlarda yapılan birçok araştırma bağırsak florasında bulunan dost bakterilerin sayısının bağışıklık sistemini, sindirim sistemini ve psikolojik durumu pozitif yönde destekleyebileceğini göstermektedir. Bu nedenle bağırsak florasına zarar verebilecek yiyeceklerden uzak durmak gereklidir" dedi.

Yanlış, düzensiz ve dengesiz beslenmenin bağırsak sağlığını birçok açıdan etkileyebileceğini belirten Beslenme ve Diyetetik Uzmanı Dyt. Deniz Pirçek, "Beslenmenin insan sağlığı üzerinden fiziksel ve ruhsal etkileri vardır. Bu nedenle bağırsak florasını korumak büyük önem taşımaktadır. Bağırsak florası bağırsaklarımızda yaşayan yararlı bakteriler bütünü olarak tanımlanabilir. Sindirim sistemimizde yaşayan çok sayıda bakteri, mantar vb. yiyecekleri sindirmemize, besinleri emmemize ve enfeksiyonlarla savaşmamıza yardımcı olur. Ayrıca sağlıklı bağışıklık fonksiyonunun korunmasında önemli bir rol oynarlar. Faydalı bakteriler sindirimi destekler, enfeksiyonu önler ve bağışıklık sistemini desteklerken, zararlı bakteriler ishal, gaz, şişkinlik ve diğer gastrointestinal semptomlara neden olurlar" dedi.

BAĞIRSAK FLORASINI NEDEN ÖNEMSEMELİYİZ

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



inçsiz ve doktor önerisi olmadan antibiyotik ilaç kullanmak bağırsak florasını tahrip edebilir. Sağlıklı bir bağırsak florası, sindirim sistemimizin düzgün çalışmasına yardımcı olur. Ayrıca B12 ve K2 vitaminlerinin yanı sıra kısa zincirli yağ asitleri üreterek bağışıklık sistemimizi destekler. Bu yağ asitleri, iltihaplanma ve enfeksiyonlara karşı koruyan bağırsak astarının bütünlüğünü korumaya yardımcı olur. Sağlıklı bağırsaklara sahip olmak düşündüğünüzden daha önemlidir. Sağlıklı bir bağırsak florası yaşam süresini bile uzatabilir. Bağırsaklar bağışıklık hücrelerinin büyük bölümünü içerir. Ayrıca, bağırsak bakterileri üç temel B vitamini üretir: Biotin, folik asit ve B12 vitamini. Bağırsakların durumu, bağışıklık sistemini ve genel sağlığı etkileyen besinlerin emilimini etkiler. İyi bakterilerle dengelenmiş bağırsaklar vücudu enfeksiyonlara, soğuk algınlığına ve çeşitli hastalıklara karşı etkili bir şekilde korur. Bağırsak florasında bir dengesizlik durumunda 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 alsada paketli gıdalar başta endüstriyel yağlar, früktoz şurubu ve gluten olmak üzere pek çok istenmeyen madde içerir. Sonuç olarak farkında olunmadan bağırsak florası tahrip edilmektedir.

Tahıllar: İçeriğindeki gluten ve lektin nedeniyle tahıllar da uzak durulması gereken gıdalardandır.

GDO: Gıdaların üretiminde kullanılan glifosfat aynı zamanda antibakteriyel bir ajan olarak görev almakta ve vücuda GDO gıdalar alınması durumunda bağırsak florasındaki faydalı mikroorganizmalar yok etmektedir.

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

Fast food: Hazır gıdalar ve fast food kategorisinde yer alan yiyecekler bağırsak bakterilerindeki dengesizliklere neden olur. Bu durum gastrointestinal sorunlardan tip 2 diyabete hatta obeziteden kansere ve depresyon gibi hastalıklara kadar birçok hastalığa yol açabilir.

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

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

Az uyku: Günde 7-8 saatten az uyumak, kortizol düzeylerinin artmasına neden olmakta; 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 olan veya artırılan sular tercih edilmelidir.

>>İHA



İçme sigarayı
sağlıkta
sıhhatte kal,
içersen
bırakmaz
sende hal.

Ahmet YEŞİLAY



Sigaranın
zararı
çok,
ölümün
zamanı
yok.



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

28 AĞUSTOS 2024 ÇARŞAMBA
SAYI : 5555 KURULUŞ: 19 ARALIK 2005

YAYIN TÜRÜ: YEREL SÜRELİ

WEB ADRESİ

WWW.afyonanahaber.com.tr

E-MAIL ADRESİ

info@afyonanahaber.com.tr

Adres: Organize Sanayi Bölgesi 4. Cadde 1. Sokak No: 8

AFYONKARAHİSAR

Tel : (0.272) 222 23 33 / UETS Adresi:25949-68416-49254

Fax : (0.272) 221 15 82

Baskı : Kocatepe Gazetesi Baskı Tesisi

Hacı Abdurrahman Mah. Kurtuluş Cad. Aynioğlu Cami

Sokak No: 3 AFYONKARAHİSAR

Tel : 0 272 215 74 84

İmzalı yazılarda sorumluluk imza sahibine aittir.

Gazetemiz Basın Ahlak Yasası'na uymayı taahhüt eder.



AFYONKARAHİSAR/ MERKEZ

• ERTUNÇ

Eski Göğüs Hastanesi Karşısı

214 55 97

• ESRA

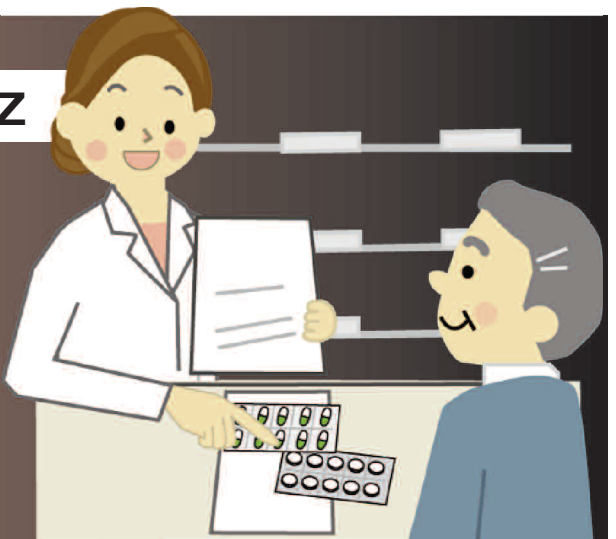
İstek Vakfı (Eski Doğa) Koleji Arkası

254 65 16

• ÖZGÜNDÜZ

Ordu Bulvarı Akbank Yanı

215 40 15



Başkan Burcu Köksal uluslararası halkoyunları ekiplerini ağırladı

Afyonkarahisar Belediyesi, Zafer Haftası etkinlikleri çerçevesinde Uluslararası Halkoyunları Ekiplerini Belediye Meclis Salonu'nda ağırladı.

Belediye Başkanı Burcu Köksal, Gürcistan, Bosna Hersek, Polonya, Romanya, Bulgaristan, Makedonya ve İran gibi farklı ülkelerden gelen ekipleri büyük bir coşkuyla karşıladı. Afyonkarahisar'ın Cumhuriyet tarihi açısından taşıdığı önemi vurgulayan Belediye Başkanı Burcu Köksal, konuk ekiplere şehrimizin misafirperverliğini gösterdi.

"CUMHURİYETİN KAZANILDIĞI TOPRAKLARDA SİZLERİ AĞIRLAMAKTAN GURUR DUYUYORUZ"

Zaferimizin 102. yıl dönümünü bu sene büyük bir coşkuyla kutlamaya çalıştığımızı vurgulayan Belediye Başkanı Burcu Köksal, konuşmasına tüm katılımcıları selamlayarak başladı. Başkan Köksal, "Burası Cumhuriyet'in kazanıldığı topraklar, Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün önderliğinde Türk ordusunun yedi düvele meydan okuduğu topraklar, Cumhuriyet'in kazanıldığı topraklar... Burada sizleri ağırlamaktan dolayı ayrıca gururluyuz, mutluyuz." dedi.

"AFYONKARAHİSAR ZAFER'İN VE CUMHURİYET'İN BAŞKENTİ"

Şehrimizin, Zafer'in, termalin, mermerin başkenti, bir gastronomi şehri, bir Cumhuriyet kenti



olduğunu söyleyen Başkan Burcu Köksal, "Şehrimizin her yönüyle hep gurur duyuyor, iftihar ediyoruz. Sizleri de Afyonkarahisar'da her zaman misafir edeceğimizi, burada bir evinizin, bir kapınızın olduğunu unutmamanızı diliyoruz." şeklinde konuştu.

"AFYON'DA İLK KEZ BİR KADIN BELEDİYE BAŞKANI OLARAK ZAFER HAFTASI'NI KUTLUYORUM"

Afyonkarahisar tarihinde ilk kez bir kadın belediye başkanı olarak Zafer Haftası'nı kutlamaktan duyduğu mutluluğu ifade eden Başkan Burcu Köksal,

"Çok mutluyum, ilk kez bir kadın belediye başkanı olarak Zafer Haftası'nı kutluyorum. Afyon tarihinde ilk kez bir kadın belediye başkanı var. Kendi adıma çok mutluyum. Sizlerle birlikte olmaktan dolayı çok mutluyum." ifadelerini kullandı.

"YOLUMUZ HER ZAMAN GAZİ MUSTAFA KEMAL ATATÜRK'ÜN YOLU OLSUN"

Konuşmasının sonunda Zafer Haftası'nı kutlayan Başkan Burcu Köksal, "Zafer Haftamız kutlu olsun. Yolumuz aydınlık olsun, yolumuz açık olsun, yolumuz her zaman Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün yolu olsun." dedi. Konuşmasının ardından Başkan Burcu Köksal, yurtiçi ve yurtdışından gelen halkoyunları ekiplerine hediyeler takdim etti. >>HÜDAYİ ACAR



Dinar'da 30 Ağustos etkinlikleri başladı



30 Ağustos Zafer Bayramı Haftası nedeniyle Dinar'da düzenlenen programa Dinar protokolü katıldı.

Düzenlenen anma programında konuşan Dinar Belediye Başkanı Veysel Topçu gerçekleştirdiği konuşmada; "Bu tarihi zaferi büyük bir gurur ve coşku ile kutlamak için Bir Aradayız. Zafer Haftası boyunca sürecektir etkinliklerle, bu büyük zaferin ruhunu yaşatmaya devam edeceğiz. Bugüne Kadar Şehadete eren Tüm şehitlerimizin Başta Başkomutan Gazi Mustafa Kemal Atatürk olmak üzere Rahmet ve Minnetle anıyoruz" dedi.

30 AĞUSTOS COŞKUSU KONSERLE DEVAM ETTİ

Dinar'da düzenlenen programda 30 Ağustos Zafer Bayramı Haftası kapsamında Yapılan Etkinlik, Dinar Marsyas Kültür ve Müzik Derneği'nin verdiği konserle devam etti. Akabinde sahne alan Dinar Marsyas Halk Oyunları Gençlik Spor Kulübü Derneği, sergilediği folklor gösterisi ile izleyicilere unutulmaz anlar yaşattırken, Gecenin sonunda sahne alan Grup Gentlemen ise katılımcılara müzik ziyafeti sunarak, vatandaşlarımızın keyifli vakit geçirmesini sağladı. Programa, Dinar Belediye Başkanı Veysel Topçu ve eşi Aydan Topçu'nun yanı sıra Başmakçı Belediye Başkanı Selçuk Gönüllü, Cumhuriyet Halk Partisi İl Genel Meclis Üyesi Nihat Çalışkan, Cumhuriyet Halk Partisi İlçe Başkanı Ali Arıkan, Milliyetçi Hareket Partisi İlçe Başkanı Mustafa Karahan, Büyük Birlik Partisi İlçe Başkanı Nuri Çetin, Dinar Askerlik

Şube Başkanı Mehmet Han Bekiroğlu, Dinar Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Veli Özcan, Dinar Esnaf ve Sanatkarlar Odası Başkanı ve Afyonkarahisar Esnaf ve Sanatkarlar Odaları Birliği Başkanvekili Sabri Can Bekle, Dinar Sebzeçiler ve Pazarcılar Odası Başkanı Mustafa Gökçe, Dinar Belediye Spor Kulübü Başkanı Ahmet Uğur ve belediye meclis üyeleri Oktay Sayın, Ali Uluoğlu, Engin Gülbeyaz ve Hayati Karakoç katıldı. Vatandaşlar da etkinliğe yoğun ilgi gösterdi. >>İZET İŞİK



Şehitler dualarla yâd edildi



Büyük Taarruz ve Afyonkarahisar'ın düşman işgalinden kurtuluşunun 102. Yıldönümü etkinlikleri kapsamında İmaret Camii'nde Gazi Mustafa Kemal Atatürk ve Aziz Şehitlerin ruhuna mevlid-i şerif okundu. Dün öğle namazı öncesinde İmaret Camii'nde düzenlenen Mevlid-i Şerif programında, şehitler rahmetle anılarak dualar edildi. Öğle namazının ardından ise vatandaşlarımıza lokum ikramında bulunuldu. >>KADER KAYA

Afyonkarahisar'da adam yaralama suçundan aranan şahıs yakalandı

Afyonkarahisar'da kasten yaralama suçundan 6 yıl 4 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan S.D. isimli şahıs jandarma ekiplerince yakalanarak cezaevine gönderildi.



Afyonkarahisar İl Jandarma Komutanlığı, aranan şahısların tespiti ve yakalanmasına yönelik çalışmalarını sürdürüyor. Bu çerçevede ekipler tarafından kasten yaralama suçundan 6 yıl 4 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan S.D. isimli şahıs Afyonkarahisar merkezde yakalandı. Yakalanan şahıs, çıkarıldığı mahkemece tutuklanarak Afyonkarahisar T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumuna teslim edildi. >>İHA

Cumhurbaşkanı Erdoğan: “Malazgirt, Türklerle birlikte tüm Müslümanların zaferidir”

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, “Malazgirt, Türklerle birlikte tüm Müslümanların zaferidir” dedi.

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, Malazgirt Zaferi'nin 953. Yıl Dönümü Kutlama Programı'nda konuştu. Erdoğan, 81 vilayeti tamamını 85 milyonu her bir ferdi yürekle selamladı. Erdoğan, dün Bitlis ve Ahlat'ta olduklarını ilk otağın kurulduğu ilk okun atıldığı Ahlat'ta gençlerle kucaklaştıklarını belirtti. Akşam Cumhurbaşkanlığı Ahlat Külliyesi'nde tarihi Kabine Toplantı'nı gerçekleştirdiklerini başkanlığı 21 yıl sonra Ankara dışında yapılan ilk kabine toplantısı önemli mesajlar ihtiva ettiğini söyledi. Erdoğan, ardından bölge valileri ve belediye başkanlarıyla bir araya geldiklerini söyledi. Tarihi ve istikameti belirleyen Malazgirt Zaferi'nin yıldönümünde vatandaşlarla beraber olduğunu ifade eden Erdoğan, “Anadolu'nun kapılarının bir daha kapanmamak üzere ardına kadar açıldığı bu topraklarda Malazgirt Zaferi'nin 953. sene devriyesine ulaşmanın bahtiyarlığını yaşıyoruz. Bugün 85 milyon olarak hep beraber şanlı zaferin yıldönümünü gururla, minnet ve tam 953 yıldır değişmeyen heyecanla kutluyoruz. Bizleri bu günlere kavuşturan milletimize bu günleri gösteren Rabb'im'e sonsuz hamd-u senalar ediyorum” diye konuştu.

Erdoğan, sözlerinin başında Sultan Alparslan'ı ve onun şerefli yiğit askerlerini rahmetle yad ederken mekanları cennet olsun dedi.

Erdoğan, ilk fetih hareketlerinden bugüne kadar ezan susmasın, bayrak inmesin, ocak sönmeyin diye milletimiz huzur içinde alını ak yaşasın diye üzerimize yabancı gölgeler düşmesin, istiklalimize hanel gelmesin diye şehit olan, gazi olan tüm kahramanları şükranla andı.



“Malazgirt ruhu Türkiye ile birlikte Türk ve İslam dünyasında bir iman çağlayanı olarak gürül gürül akıyor”

Malazgirt Zaferinin, milletin binlerce yıllık birlik ve dirlik şuurunun zulme ve zalime karşı duruşunun destanlarından biri olduğunu vurgulayan Erdoğan, “Malazgirt, vahdetin ve zulme karşı kenetlenmenin zaferidir. Bakınız, bundan tam 953 yıl önce Sultan Alparslan atının üzerinden askerine şöyle seslenmişti: ‘Eğer şehit olursam bu beyaz elbise kefenim olsun. Ben nefsimi Allah'a adadım. Benim için şehadet de, muzaffer olmak da bir saadettir. Zaferi kazanırsak istikbal bizindir.’ O büyük sultan 953 sene önce Malazgirt Zaferi ile istikbalin bizim olacağını müjdelmişti. Rabbim, Sultan Alparslan'a ve ordusuna kendisinden dört kat fazla düşmana karşı 26 Ağustos 1071 tarihinde muhteşem bir zafer nasip etti. Zaferden sonra sadece 4 sene sonra İznik'te bu topraklardaki ilk devletimiz olan Anadolu Selçuklu Devletimizi kurduk. Yaklaşık bin yıldır da Anadolu'yu vatan eylemeye, vatanımız olarak tutmaya devam ediyoruz. Üzerinden geçen 953 yıla rağmen Malazgirt ruhu Türkiye ile birlikte Türk ve İslam dünyasında bir iman çağlayanı olarak gürül gürül akıyor. Allah'ın izniyle üste mavi gök çökmedikçe, altta yağız yer yarılmadıkça kıyamete kadar bu ruh gönüllerimizi kuşatmaya devam edecek. Bu milletin her bir ferdi Malazgirt meydanında bulunan gazilerle, şehitlerle aynı

inancı, aynı aşkı, aynı ideali, aynı hassasiyeti taşımayı sürdürecektir. Rabb'im bizleri kahraman şehitlerimizin yolundan ayırmasın diyorum” şeklinde konuştu. Malazgirt, bir zaferden öte yurt doğuran, medeniyet doğuran, bir inşa ve ihya hareketinin de başlangıcı olduğunu belirten Erdoğan, “Çünkü bu toprağı, taşı coğrafyayı vatan yapmak için ruh gerekir, kültür gerekir, bilim gerekir, inanç gerekir. Tüm bunlarla birlikte o toprakların hamurunu kanla karmak, imanla yoğurmak, terle sulamak gerekir. Millet olarak Malazgirt sonrasında Anadolu'yu işte böyle vatan yaptık. Bu toprakları aşkla, sevgiyle, ilim ve hikmetle ilmek ilmek dokuduk. Fethettiğimiz her yeri camilerle, kütüphanelerle medreselerle doldurduk. Anadolu'nun ezeli ve ebedi Türk yurdu olduğunu tüm cihana ilan ettik. İstanbul'un fethine giden sürecin en kritik adımını Malazgirt'te atılmıştır. Malazgirt Zaferi ayrıca Kudüs'ün fethinin önünü açan stratejik bir dönüm noktası olmuştur” ifadelerini kullandı.

“Malazgirt, Türklerle birlikte tüm Müslümanların zaferidir”

Erdoğan sözlerine şu şekilde devam etti:

“Malazgirt, Türklerle birlikte tüm Müslümanların zaferidir. Alparslan'ın ordusunda Kürtler, Araplar ve İslam'la müşerref olan diğer kavimlerden Müslümanlar düşmana karşı omuz omuza savaşmış, mübarek kanları işte bu topraklarda birbirine karışmıştır. Sultan Alparslan'ın sancağı altında kurulan güçlü ittifak 953 yıldır kutladığımız şanlı zaferi bizlere armağan etmiştir.”

“Davamız;hak ile batılın kıyamete kadar sürecek kavgasında her zaman hakkın yanında durmaktır”

Davamız güneşin doğup battığı her yere ilahi kelimetullah'ı götürmek davası olduğunu söyleyen Erdoğan; “Davamız mazluma umut olmak, kanayan yaralara merhem olmak, nesillere ve çağlara ışık olmaktır. Davamız hak ile batılın kıyamete kadar sürecek kavgasında her zaman hakkın yanında durmaktır. Davamız, toprağı, vatani, vatani aziz kılmaktır. Bakınız, zaman değişir, asırlar değişir ama ruh değişmez. Nesiller değişse de kan aynı kandır. Karakter, aynı karakterdir. Malazgirt'te beyaz kefenini giyerek ‘Allah'ım, İslam'ın sancaklarını yücelt ve hayatlarını sana kulluk için esirgemeyen mücahitlerini yalnız bırakma’ niyazıyla düşmana atılanların ruhu, şuuru ve karakteri bugün de ayaktadır. Ne diyor sair? ‘Milletimin her bir ferdi Alparslan'ın nefesidir. Bin yıllık yürüyüşümüz kızıl elma seferidir. Arzı titrer imanımız. Şahit olsun ezanımız, devletimiz, vatanımız Malazgirt'in eseridir.’ Evet, bizim de yürüyüşümüz Türkiye Yüzyılı'nadır. Malazgirt Zaferi'nin rehberliğinde aydınlığında inşallah bu yolu yürüyeceğiz. Sultan Alparslan'ın emanetlerine layıkıyla sahip çıkacağız. Malazgirt ruhunu yaşatacak ömrümüzün son nefesine kadar taşıyacak, bayrağı bizden devralacak yeni nesillere bir emanet gibi şanlı şerefle teslim edeceğiz. Bunu yaparken şu gerçeği hiçbir zaman unutmacağız. Tarihi öğrenmeyenler onu tekrar yaşamak mecburiyetinde kalırlar. Tarih ezberlemek için değil ders ve öğüt alınıp medeniyet dünyamızın üzerine yeni tuğlalar eklemek, yeni zaferlere başlamak için vardır” ifadelerini kullandı.

Malazgirt'i sadece şanlı tarihe ait altın bir halka olarak değil 2071 Türkiye'sine giden yolda yolunu aydınlatan bir fener olarak da görmek gerektiğini bildiren Erdoğan, “Malazgirt'e sahip çıkmak ise coşkulu programlarla birlikte Türkiye'yi kökleriyle, tarihiyle En önemlisi de istikbaliyle buluşturmak suretiyle olur. Hamdolsun, bu yönüyle de Malazgirt'i idrak ve ihya ediyoruz. Dün Ahlat'ta bunun işaretlerini gördüm, şu an Malazgirt Meydanı'nda bunun müjdesini görüyorum. Geçen yıla göre bugün Malazgirt bir başka. İlhamını Malazgirt'ten alan Sultan Alparslan'ı örnek alan TEKNOFEST gençliği bin yılın mirasçısı olarak Allah'a hamdolsun. Umutlarımızı yeşertiyor. İnşallah bu iklimi genç yüreklerde ve zihinlerde kökleşen bu tarih şuurunu daha da güçlendireceğiz” açıklamalarında bulundu. Malazgirt Zaferi inancın ve iman yanısıra birliğin ve beraberliğin meyvesi olduğunu belirten Erdoğan, “Milletçe zorlukların üstesinden ancak bir olursak geliriz. Vatanımıza yönelik saldırıları ancak beraber olursak püskürtürüz. Küfrün



karanlığını özellikle ancak tek yürek olursak parçalarız. Türk, Kürt, Arap, Sünni, Alevi demeden 85 milyon olarak şu nazlı hilalin gölgesinde buluşacağız. Bin yetmiş birden, iki bin yetmiş birin Türkiye'sine uzanan ufuk çizgisindeki hedefleri bir olarak iri olarak, kardeşlik hukukumuzu bozmak isteyenlerle özellikle yapacağımız mücadeleyle bunu gerçekleştireceğiz. Farklılıklarımız üzerinden bizleri ayırmaya çalışanlara, aramıza nifak tohumları ekmeye çalışan fitne odaklarına geçit vermedik. Vermeyeceğiz. Rabbim muhabbetimizi,

kardeşliğimizi daim eylesin diyorum. Malazgirt Zaferi'nin 953. yıldönümünde bu toprakları vatan yapan atalarımızı rahmet ve minnetle yad ediyorum. Şimdi Yahya Kemal ile sizlere sesleniyorum; ‘Şu kopan fırtına Türk ordusudur yâ Rabbî, Senin uğrunda ölen ordu budur yâ Rabbî, Tâ ki yükselsin ezanlarla müeyyed nâmin, Gâlib et çünkü bu son ordusudur İslâm'ın.’ Bu duygu ve düşüncelerle sözlerime son verirken hepinizi saygı ve muhabbetle selamlıyor, coşkunuz için teşekkür ediyorum” dedi.>>İHA



"Huzurevleri buluşuyor" programı düzenlendi

Bolvadin Huzurevi tarafından düzenlenen "Huzurevleri Buluşuyor" programı, huzurevi sakinleri ve personellere eğlenceli ve keyif dolu anlar yaşattı.

Sandıklı Huzurevi, Emirdağ Huzurevi ve Fazlı Macide Halaç Huzurevi'nin sakinlerine ev sahipliği yapan Bolvadin Huzurevi, huzurevi sakinleri ve misafirleri için sosyal bir buluşma platformu oluşturdu.

Ney dinletisi ile başlayan program, bilmece ve çeşitli yarışmalarla devam etti. Katılımcılar, eğlenceli ve neşeli bir akşam geçirerek programın keyfini çıkardılar. >>KADER KAYA

Zafer Haftası judo turnuvası başarılı bir şekilde tamamlandı

Afyonkarahisar ve Uşak'tan 60 sporcunun katılımıyla düzenlenen Judo Zafer Turnuvası, kıyasıya mücadeleler sonucu sona erdi.

Turnuvada dereceye giren sporculara ödülleri takdim edilirken, İl Müdürü İsmail Hakkı Kasapoğlu tarafından tebrik edildi. Kasapoğlu, sporculara bundan sonraki müsabakalarda da başarılar diledi. Zafer Haftası etkinlikleri kapsamında düzenlenen

turnuva, genç sporcuların yeteneklerini sergilemeleri için önemli bir fırsat oldu. Hem Afyonkarahisar hem de Uşak'tan gelen sporcular, gösterdikleri mücadeleyle büyük beğeni topladı. >>FAHRIYE ÇIRACI



Türkiye Kano Federasyonu'nun Afyonkarahisar'daki önemli adımı

Türkiye Kano Federasyonu'nun Afyonkarahisar'da düzenlediği 1. Kademe Durgun Su Kano Yardımcı Antrenör Kursu, sporun hem bölgesel hem de ülke genelindeki gelişimine önemli bir katkı sağlayacak. Bu kurs, sadece yeni antrenörler yetiştirmekle kalmayıp, aynı zamanda sporun daha da profesyonel bir hale gelmesini hedefliyor.



Kaliteli Eğitimci Yetiştirme: Kurs, kano sporunda uzmanlaşmış eğitimci tarafından verilecek, katılımcılara teorik ve pratik bilgi donanımı kazandırmayı amaçlıyor. Bu sayede, yetişen antrenörler sporculara daha etkili ve bilimsel yöntemlerle eğitim verebilecekler. Sporun Profesyonelleşmesi: Kursun bir diğer önemli hedefi, kano sporunun Türkiye'deki tüm branşlarda olduğu gibi daha profesyonel bir yapıya kavuşmasına destek olmaktır. Kaliteli antrenörlerin artmasıyla birlikte, sporcuların performansları yükselecek ve bu da sporun daha geniş kitlelere ulaşmasını sağlayacaktır.

Bölgesel Gelişim: Afyonkarahisar'da düzenlenen bu kurs, bölgedeki gençlerin kano sporuna olan ilgisini artıracak ve yeni sporcuların yetişmesine katkı sağlayacaktır. Afyonkarahisar Gençlik ve Spor İl Müdürü İsmail Hakkı Kasapoğlu'nun kursu ziyaret ederek kursiyerlere başarılar dilemesi, hem federasyonun çalışmalarına verilen değeri gösteriyor hem de sporun gelişimi için yapılan yatırımların önemini vurguluyor. Kasapoğlu'nun, sporun her dalında bu tür eğitimlerin artarak devam etmesi gerektiği yönündeki görüşleri, sporun geleceği için umut verici. >>MEVLÜT TINAS

TFF temsilciler kurulu temsilci mazeret semineri yapıldı

Türkiye Futbol Federasyonu Temsilciler Kurulu, 2024-2025 Futbol Sezonu Sezon Başı Temsilci Mazeret Semineri'ni online olarak gerçekleştirdi.

Temsilciler Kurulu Talimatı kapsamında, 3-5 Ağustos 2024 tarihleri arasında İstanbul'da yapılan sezon başı Temsilci Semineri'ne mazeretleri nedeni ile katılmayan temsilcilere yönelik mazeret semineri yapıldı. Toplantıya Temsilciler Kurulu Başkanı Şerafettin Bural, Temsilciler Kurulu Raportörü Ertuğrul Arslan, Temsilciler Kurulu Üyelerinden Haydar Özdemir, Sururi Saydam ve mazeretli temsilciler katıldı. Eğitim sırasında Temsilci İşleri Koordinatörü Baki Şahin "Olayların İhlallerin Raporlanması, Değişen Statü ve Talimatlar", Temsilci İşleri Müdür Yardımcısı Sadık Yıldırım "İdari Konular, Kurul Tanıtımı ve İstatistikler", Hukuk Müşavirliği'nden Disiplin Müfettişi Av. Hakan Furkan Tarman da "Disiplin Talimatı, Hukuki Konular, Temsilci Raporları" konularında sunumlar yaptı. Sunumların ardından yazılı - görsel sınav uygulaması gerçekleştirildi. Temsilciler Kurulu Başkanı Şerafettin Bural, online seminer kapanış konuşmasında Türkiye Futbol Federasyonu Başkanı İbrahim Ethem Hacısmanoğlu'nun Sezon Başı Temsilci Seminerleri Ortak Açılış Töreni'ndeki şu sözlerini hatırlattı: "Bizim futbola banış ve kardeşliği getirmemiz lazım. Adil ve adaletli olmaktan, bu iklimi oluşturmaktan rahatsız olanlar zaten biz-

den değildir. Sizden istediğim, form, renk ayırt etmeden, güçlü güçsüz ayırt etmeden, namuslu bir şekilde gördüklerinizi yazmak. Amacımız insanları ceza ile terbiye etmek değil, kardeşlik iklimine uyan şekilde kucaklamak, cezaya neden olabilecek faktörleri ortadan kaldırmak." Temsilciler Kurulu Başkanı Şerafettin Bural'ın başarı dileklerinin ardından seminer sona erdi. >>İHA



İLAN

Afyonkarahisar Sinanpaşa Ahmetpaşa Beldesinde Saatte 15 Ton Yem Yapma Kapasiteli Sahibinden Kiralık Yem Fabrikası
İletişim : 0532 416 91 17
Adres: Gölcük Mah.No:24 Ahmetpaşa/Sinanpaşa /Afyonkarahisar



Zafer Meydanı'nda unutulmaz konser

Afyonkarahisar'da Zafer Haftası kapsamında düzenlenen Kıraç konseri, Belediye Başkanı Burcu Köksal'ın Cumhuriyet ve Atatürk vurgusuyla açıldı.

Afyonkarahisar Belediyesi'nin Zafer Haftası etkinlikleri çerçevesinde organize ettiği Kıraç konseri, Zafer Meydanı'nda gerçekleşti. Cumhuriyet'in kazanıldığı topraklarda düzenlenen bu özel etkinlikte, ünlü sanatçı Kıraç'ın sahne performansı ve Belediye Başkanı Burcu Köksal'ın konuşması geceye damgasını vurdu.

ZAFER MEYDANI'NDA ÇOŞKULU KALABALIK

Büyük Taarruz'un 102. yıl dönümünü kutlamak üzere Zafer Meydanı'nda toplanan binlerce vatandaşımız, Kıraç'ın sahneye çıkmasıyla büyük bir coşku yaşadı. Konser boyunca Kıraç, en sevilen şarkılarını seslendirirken, özellikle milli duyguları ön plana çıkaran eserleriyle izleyenlerin yüreğine dokundu.

"CUMHURİYET'İN KAZANILDIĞI TOPRAKLARA HOŞ GELDİNİZ"

Konserin başında konuşma yapan Belediye

Başkanı Burcu Köksal, Kıraç'ı ve tüm katılımcıları coşkuyla selamlayarak sözlerine başladı. Başkan Burcu Köksal, "Çok kıymetli sanatçımıza bütün Afyonkarahisarlı hemşehrilerim adına Cumhuriyet'in Kazanıldığı Topraklara, Zafer'in Başkentine hoş geldiniz demek istiyorum" diyerek, Afyonkarahisar'ın Cumhuriyet tarihi açısından taşıdığı öneme vurgu yaptı.

"CUMHURİYET KADINI OLARAK GURUR DUYUYORUM"

Ulu Önderimiz Mustafa Kemal Atatürk ve Cumhuriyet'e olan bağlılığını vurgulayan Başkan Burcu Köksal, "102 yıl önce yanan bu kurtuluş meşalesini taşımaktan, bir Cumhuriyet kadını olarak, Mustafa Kemal Atatürk'ün askeri olarak onur ve gurur duyuyorum." dedi. Ayrıca, şehrimizin Kurtuluş Savaşı'ndaki stratejik önemine değinen Başkan Köksal, bu toprakların Türk milletinin bağımsızlık mücadelesinin kalbi olduğunu belirtti.

"CUMHURİYET SAYESİNDE BAŞARDIK"

Cumhuriyet'in kadınlara sağladığı haklara dikkat çeken Başkan Burcu Köksal, "Cumhuriyet bizim için çok önemli, özellikle biz kadınlar için. Bu Cumhuriyet sayesinde okuduk, eğitim aldık, mesleğimizi icra ettik. Bu Cumhuriyet sayesinde Mustafa Kemal Atatürk'ün birçok batılı devletten önce Türk kadınına vermiş olduğu 'Seçme ve Seçilme Hakkı' sayesinde siyaset yaptık, memleketimizi temsil ettik." ifadelerini kullandı. Kendisi gibi bir öğretmen çocuğunun Cumhuriyet sayesinde milletvekilliğinden belediye başkanlığına uzanan bir kariyer yapabildiğini vurgulayan Başkan Burcu Köksal, Cumhuriyet'in her türlü engellemelere karşı korunması gerektiğini belirterek, "İşte Cumhuriyet Kayıtsız Şartsız Egemenliğin millette olduğu rejim. Onun için diyoruz ki hiçbir güç, hiçbir makam egemenliğin kayıtsız ve şartsız millet iradesinden üstün değildir. Hiçbir güç milli iradenin üstünde değildir. Makamlar, mevkiler gelip geçer ama millet iradesi her zaman tecelli eder." dedi.

"ZAFER HAFTASI VE MİLLİ BAYRAMLARIMIZI EN BÜYÜK ÇOŞKUyla KUTLAYACAĞIZ"

Konserin Zafer Müzesi'nin önündeki alanda yapılmasını istemelerine rağmen izin verilmediğini belirten Başkan Burcu Köksal, "Kıraç bizi kırmadı, buradan size seslendi. Herkes şunu bilsin ki hepimiz, herkes, Türkiye Cumhuriyeti'nde yaşayan bütün vatandaşlarımız bugün haklarını, makamlarını ve mevkilerini Cumhuriyet'e ve Gazi Mustafa Kemal Atatürk'e borçlu. Hiç kimse bunu aklından çıkarmasın. Onun için Zafer Haftası'nı, Cumhuriyet'i, geçmişimizi, tarihimizi kutlamamıza hiç kimse engel olamayacak. Her yıl Zafer Haftası'nı da, Milli Bayramlarımızı da en büyük coşkuyla sizlerle birlikte kutlayacağız." diyerek sözlerini tamamladı. Başkan Burcu Köksal, konuşmasının ardından sahnede Kıraç'a çiçek ve özel bir hediye takdim etti. Kıraç, gece boyunca sergilediği performansla izleyicilere unutulmaz anlar yaşattırken, Başkan Burcu Köksal'ın anlamlı konuşması da geceye damgasını vurdu. >>HÜDAYI ACAR

Uluslararası Zafer halk oyunları festivaline görkemli başlangıç

Afyonkarahisar Belediye tarafından organize edilen Uluslararası Zafer Halk Oyunları Festivali coşkuyla başladı. Belediye Başkanı Burcu Köksal'ın davetlisi olarak yurtiçi ve yurtdışından gelen halk oyunları ekipleri ilk gösterisini AFİUM AVM'de yaptı.

Festival, zaferin ruhunu ve Türk kültürünün zenginliklerini yansıtan bir etkinlik olarak vatandaşlarımızdan büyük ilgi gördü.

YEREL VE ULUSLARARASI KATILIMLA RENKLİ GÖSTERİLER

Festivalde, hem yerli hem de yabancı birçok halk oyunları ekibi sahne aldı. Afyonkarahisar Karaçay Malkar Kafkas Derneği, Giresun Belediyesi, TÜFEM Halk Oyunları Derneği ve Bandırma Belediyesi'nin yanı sıra, Zonguldak'tan Nesil Halk Oyunları Derneği gibi önemli ekipler sahnedeydi. Bunun yanı sıra, İran Türkleri, Romanya, Bosna Hersek, Bulgaristan, Polonya, Sırbistan, Gürcistan ve Makedonya ekipleri, festivale renk kattı. Her ekip, kendi kültürel mirasını sahneye taşıyan etkileyici performanslar sergiledi. Türk ekipleri, zengin folklorik öğeleriyle izleyenleri büyülerken, yabancı ekipler ise kendi ülkelerinin kültürel çeşitliliğini ve halk oyunlarını şehrimizde sergileyerek izleyicilere unutulmaz anlar yaşattı.

FESTİVAL DEVAM EDİYOR

Zafer Haftası etkinlikleri çerçevesinde düzenlenen Uluslararası Zafer Halk Oyunları Festivali, AFİUM AVM'de başlayan coşkuyu şehir gene-



line yayıyor. Festivalin ikinci gününde, 27 Ağustos Salı günü Watermall AVM'de saat 20.00'de halk oyunları gösterileri devam edecek. 28 Ağustos Çarşamba günü ise Park Afyon AVM'de saat 20.00'de, 29 Ağustos Perşembe günü Akarçay'da saat 20.30'da ve 30 Ağustos Cuma günü Zafer Meydanı'nda saat 18.00'de etkinlikler düzenlenecek. Tüm vatandaşları bu eşsiz gösterilere davet ediyor, Zafer Haftası'nın coşkusunu birlikte yaşamaya çağırıyoruz. >>MEVLÜT TINAS



Emirdağ Kültür Evi'ne Kenyalı ziyaretçi

Emirdağ Gözelleri



Emirdağ Kültür Evi, yurt içinden ve yurt dışından gelen misafirlerini ağırlamaya devam ediyor. Son olarak, Kenya'dan gelen bir ziyaretçi, Emirdağ'ın kültürel mirasını yakından tanıma fırsatı buldu. Ziyaretçi, Emirdağ Kültür Evi'nde sergilenen çeşitli eserleri ve geleneksel kıyafetleri büyük bir ilgiyle inceledi. Özellikle Emirdağ'ın uzun yıllara dayanan saya geleneğini yerinde deneyimlemek, onun için özel bir anlam taşıdı. Saya odasında, bu geleneksel kıyafeti giyerek hatıra fotoğrafları çektiren Kenyalı misafir, Emirdağ belediyesi personellerine misafirperverliği ve sıcak karşılamalarından dolayı teşekkür etti. Emirdağ Kültür Evi, bu tür ziyaretlerle ilçenin tarihini ve geleneklerini yaşatmaya devam ediyor. >>KADER KAYA