



SERDAR DEMİRKAN
MİMARLIK

☎ 0454 216 32 45

Fatih Caddesi Taşhan İş Hanı Kat: 1 / GİRESUN

BEREKET İNŞAAT

SANAYİ TİCARET LİMİTE ŞİRKETİ

★Demir ★Korije Boru ★Aşkalet Çimento Bayii
★Çimento ★BTG Gaz Beton ★Gemlik Gübre Bayii
★Örtü Sacı ★Nakliyat ★Her Çeşit Boru
★Çinko ★Kereste Çeşitleri ★Pres Tuğla
★Tuğla ★Laminat Parke ★Kaplama Tuğla
★Kireç ★Plywood ★Ateş Tuğla
★Kum Çakıl ★İnşaat Malzemeleri ★Favori Boya
★Alçı Malzemeleri

"Temelden Çatıya"

Giresun Trabzon Sahil Yolu
Dereli Kavşağı No: 1
GİRESUN

Tel : 0.454 225 84 57
Faks : 0.454 225 84 67
Gsm : 0.544 616 01 40

EPosta:
bereket.gubre@hotmail.com

Freşa®

FREŞA İÇECEK GRUBU

Freşa Freşa Premium Extra Cplus İnışdibi

GİRESUN

Günlük Siyasi Bağımsız Yerel Gazete

www.giresungundem.com

GÜNDEM

26 Eylül 2024 Perşembe

Sayfa: 1

Sayı: 7024

Yıl: 20

Fiyatı: 5 TL

ÖZYILMAZ YAPI

KÜLTÜR TUĞLASI (DOĞALTAŞ) - SIVA -
MANTOLAMA - DEKORATİF BOYA - ALÇI
SIVA - DEKORATİF PANELLER - ALÇI PAN
ANAHTAR TESLİM DAİRE TADİLATI

Hacısiyam Mah. İnönü Cad. No: 64/B GİRESUN
Mustafa ÖZYILMAZ GSM: 0535 914 58 04

Fatih Erbakan Bugün Giresun'da

Yeniden Refah Partisi Genel Başkanı Fatih Erbakan bugün Giresun'a geliyor. Erbakan saat 9.30'da Giresun Kalesi'nde bir basın toplantısı düzenleyecek ve ardından partililerle Divan Toplantısı yapacak.. Son seçimde çok sayıda il Belediyesi kazanarak tüm dikkatleri üzerine çeken Yeniden Refah Partisi'nin erken genel seçim ihtimaline karşı seferberlik başlattığı ve sahaya indiği ifade ediliyor.

Haber:
Mustafa Cici



Fındıkta Çürük Kabul Oranı ile Kim Niye Oynuyor?

Giresun Ticaret Borsası, fındık ticaretinde yeni kurallar icat edildiğini ifade ederek yetkilileri göreve çağırdı. Başkan Hamza Bölük dayatmalara karşı olduklarını söyledi.

Bölük, "Fındık ticaretinin yoğun olarak yaşandığı şu günlerde kalite bazında yaşanan bir çok sorunun yanında Fındık ticareti için Devletimiz tarafından ortaya konulmuş TS 3074 ve TS 3075 gibi standartlar ve uygulamadaki bir çok mevzuatın yanında fındık sektörünün içerisinde yıllardan beri uygulana gelen örf, adet ve teamüllerin yok sayılarak bunların yerine fındık ticaretinin kurallarını, herkesin kendisini otorite yerine koyarak yeni kurallar ve usuller ihdas etmeye çalıştığını görmekteyiz. Bu türden dayatmaların,



tümden hukuksal ve ticaret etiğine uygun düşmediğini tüm sektörün dikkatine sunuyorum. TSE'ce ortaya konulmuş olan iç fındıktaki % 2 çürük kabul oranının; % 1 ve % 1,3 gibi kendi isteğine göre keyfi uygulamalara gitmek, kanun koyucu gibi davranmaktır ve kabul edilemez." dedi.

Bölük şöyle konuştu; "Türk Fındık Sektöründe yıllardan beri uygulana gelen ve artık teamülden sayılan uygulamaların yerine, iç fındık çuval daralarının düşülerek net üzerinden uygula-

malara gidilmesinin de ticaretin etik ilkelerine aykırı olduğunu ve yeniden uygulamaya çalışılan bu dayatmaların sektörümüzdeki işbirliği ve dayanışmaya sekte vuracağını ifade etmek istiyorum.

Buradan hareketle gerek mevzuat ile konulmuş kuralların gerekse yıllardan beri uygulana gelen ve hukuksal olarak teamül olarak sayılan fındık ticaretinin asli unsuru olarak kabul edilen uygulamaların yerine bu sezon içerisinde konulmak istenen işbirliği, istişare ve dayanışma kültürümüze aykırı her türlü dayatma uygulamaların kabul edilemeyeceğini tüm fındık sektörüne bu vesile ile bildirir yeni sezonun tekrar hepimize hayırlar ve bereketler getirmesini diliyor en derin sevgi ve saygılarımı sunuyorum."

Haber: Fatma Uğurlu

AHİLİK HAFTASI KUTLANIYOR



Ahilik Haftası kutlanırken dün yapılan törene Belediye Başkanı Fuat Köse, GESOB Başkanı Ali Kara ile çok sayıda davetli katıldı.

SAYFA 3'TE



**İSRAİLİ SÖZLÜ
PROTESTO EDENLER
VE BİRDE GÜNLERCE
YÜRÜYENLER**

ŞABAN KARAKAYA

(Yazısı Sayfa 4'te)

Okulların çevresindeki marketlerin denetimleri zabıtalardan yapıldı

SAYFA 2'DE

Giresun Belediyesi'nden Öğrencilere Konser



Giresun Belediyesi öğrencilerin sosyal hayata kazandırılması için konser organize etti. SAYFA 2'DE

SYDV Oldukça Faal

Giresun SYDV, faaliyetlerine tam gaz devam ediyor



Giresun Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı (SYDV), Ağustos 2024 döneminde önemli sosyal yardım çalışmalarını gerçekleştirdi. SAYFA 3'TE

Akdoğan: Giresun Adası'nda Eprenye Malzeme Kullanılmalıdır

Köşe yazarımız Cahit Akdoğan bugünkü yazısında "Giresun Adası Çevre Düzenlemesi Projesi" çerçevesinde yapılacak olan işlerde mutlaka eprenye malzeme kullanılmasının gerekli olduğunu dile getirdi.

Bölgemizin yağışlı rutubetli ve nemli olmasından dolayı ahşap malzeme ile ilgili yapılan işlerin çok kısa sürede çürüyerek yok olduğunu dile getiren Akdoğan, Ada'da kullanılacak ahşap malzemelerin kısa sürede çürümemesi için mutlaka ve mutlaka iyi emp-

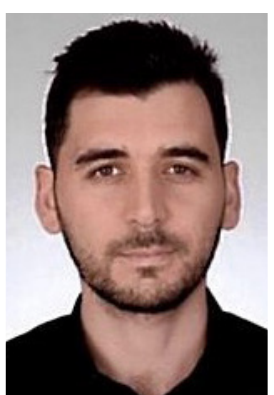
renye edilmiş olması gerektiğini, aksi halde verilen emeklerin boşa gideceğini ve devletin parasının da çarçur olacağından Giresun halkının bu olumsuzluğu ve sorumlularını yıllarca hafızasından silmeyeceğini kaydetti.

Rahmetli Vali Ali Haydar Öner'in görev yaptığı (2000-2002) yıllarında Giresun Adası'nın Cazibe Merkezi olarak altın çağı yaşadığını kaydeden Akdoğan o dönemde yapılan işlerden örnekler verdi.

Proje haricinde Adada diğer acil yapılması gereken işlerle ilgili önerilerini

de sunan Akdoğan, "Yetkililerin müjdelediği gibi Giresun Adası ile ilgili projenin bir an önce ihale edilerek en iyi şekilde yapılması ve önerilerimizin de değerlendirilerek Ada'nın cazibe merkezi haline gelmesi kamuoyu beklentisidir." ifadeleriyle yazısını tamamladı. Akdoğan'ın yazısını gazetemizin bugünkü 2. sayfasında bulabilirsiniz.

Haber Merkezi



**Doçent Nurullah Çalıştan
Önemli Çalışma**

SAYFA 5'TE



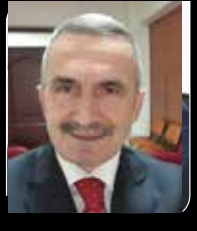
Giresun Belediyesi'nden Öğrencilere Konser



Bu kapsamda, Giresun Belediyesi öncülüğünde, paydaş ve sponsorlar desteğiyle Giresun Üniversitesi öğrencileri için "EFOR" konseri düzenledi. Giresun Üniversitesi'nde gerçekleşen konserte renkli dakikalar yaşandı ve gençler doyuya eğlendi. Giresun Belediye Başkanı Fuat Köse "Güzel Giresun'u-

muzda öğrenim gören öğrencilerimizle güzel bir akşam geçirdik. Bu akşam genç arkadaşlarımızla EFOR konserinde eğlendik. Aydınlık yarınlarımızın sahibi gençlerimizin her zaman yanındayız. Bu konserin düzenlenmesinde emeği geçen tüm paydaşlarımıza ve sponsorlarımıza teşekkür ediyorum" dedi.

Haber Merkezi



**Cahit
AKDOĞAN**

Giresun Adası Nasıl Canlanır?

Temmuz ayı'nın ikinci yarısında Sayın Vali Mehmet Fatih Serdengeçti Sayın Milletvekili Ali Temur ile birlikte Giresun Adası'na giderek "Giresun Adası Çevre Düzenlemesi Projesi" ile ilgili açıklama yaptılar.

Açıklamada önümüzdeki aylarda ihalesi yapılacak olan projenin hayata geçmesiyle Giresun Adası'nın turizmde kazandırılacağını belirttiler.

Rahmetli Vali Ali Haydar Öner'in görev yaptığı (2000-2002) yıllarda altın çağını yaşayan Ada bugünlerde deyim yerindeyse yıkım çağını yaşamaktadır.

O dönemde Çevre Koruma Vakfı'nın desteğiyle Ada'yı koruması ve ufak bakımlarını yapması için bekçi görevlendirilmişti.

Rihtımdan Ada içine doğal yürüyüş merdiveni yapılmış, su kuyusu temizlenerek içilebilir hale getirilmiş ve akarı mevcut tualete bağlanmış, tarihi surlara tehlike oluşturan ağaçların ve yabancı otların sürekli temizliği yapılıyordu. Yine Ada yamaçlarındaki erozyona maruz olan toprağın çalı takviyeli teraslarla muhafaza sağlanmıştı. Bitki envanteri çıkarılarak kayıt altına alınmıştı. En önemlisi ise Adaya ulaşımı sağlayacak bir tekne satın alınmıştı. O dönemlerde Özellikle yaz döneminde Giresun Adası yerli ve yabancı turistlerin cazibe merkezi haline gelerek adeta ALTIN ÇAĞINI yaşamıştı.

Çevre Koruma Vakfı'nın kapatılması ile Ada'ya yapılan hizmetler de askıya alınmıştır.

Ada'nın açıklanan yeni projesinde; seyir terası, yürüyüş yolları, karşılama merkezi, iskele, oturma grupları, banklar ve ahşap yapılar yapılacağı belirtilmektedir.

Daha önceki yazılarımda da belirttiğim gibi 2013 yılında bugünkü para ile yakla-

şık 9 milyon TL'ye yapılan Giresun Kalesindeki seyir terası 10 yılda çürüyüp kullanılamaz hale gelmiştir.

Yine 2004 yılında Ada'ya ahşaptan yapılan seyir terası deniz dalgaları tarafından yutulmuş, piknik masaları kısa sürede çürümüş, ağaçların arasına yapılan suyu ve foseptik çukuru olmayan tuvalet'de kullanılmayan çürüyüp gitmiştir.

Her iki örnekte de görüldüğü gibi bölgemiz yağışlı ve nemli olduğundan ahşaptan yapılan ve üzeri açık oturma grupları ile döşemeler çok kısa sürede çürüyerek kullanılamaz hale gelmektedir.

Bu nedenle Ada da kullanılacak ahşap malzemelerin kısa sürede çürümemesi için mutlaka ve mutlaka iyi emprenye edilmiş olması gerekmektedir. Aksi halde verilen emekler boşa gitmiş ve devletin parası da çarçur edilmiş olur. Giresun halkı da bu olumsuzluğu ve sorunlularını yıllarca hafızasından silemez.

Ayrıca adaya yapılacak işlerin ihale şartnamesine uygunluğu da titizlikle denetlenmelidir.

Proje haricinde Ada'da yapılabilecek öncelikli işleri de şöyle sıralayabiliriz;

Asırlar önce yapılan tarihi surları tehdit eden ağaçların acilen temizlenmesi.

Adaya deniz altından su ve elektrik götürülmesi.

Toprak bütünlüğünün korunması için erozyonu önleyecek çalışmaların yapılması.

Ada'daki diğer tarihi kalıntıların meydana çıkarılarak koruma altına alınması.

Ada'da devamlı bir görevli bulundurulması.

Yetkililerin müjdelediği gibi Giresun Adası ile ilgili projenin bir an önce ihale edilerek, en iyi şekilde yapılması ve önerilerimizin değerlendirilerek Ada'nın cazibe merkezi haline gelmesi kamuoyu beklentisidir.

Köse'den İtfaiyecilere Kutlama Giresun Belediye Başkanı Fuat Köse, İtfaiye Haftasını kutladı

Başkan Köse itfaiyecilerin yangınlarla mücadelede ve acil durumlarda halkın can ve mal güvenliğini sağlamak için büyük bir özveriyle çalıştığını belirterek; "İtfaiye çalışanlarının, sadece yangın söndürmekle kalmayıp, aynı zamanda toplumu bilinçlendirme ve yangın öncesi önlemler alma

konusunda da önemli bir rol üstlenmektedir.

İtfaiyecilerimiz, zor şartlar altında bile cesaretle görevlerini yerine getirerek bizlere güven veriyor. Yangın gibi felaket anlarında hemen müdahale eden, hayat kurtaran bu kahramanların emeklerini takdir etmek ve onların yanın- da olmak hepimizin görevidir.

Onların özverisi, toplumumuzun güvenliğini ve huzurunu korumada büyük bir rol oynamaktadır. Bu anlamlı haftada, itfaiye çalışanlarımızı yürekten

tebrik ediyor, tüm halkımızı yangın güvenliği konusunda daha da bilinçlenmeye davet ediyorum"dedi.

Haber Merkezi



26 Eylül 2024 Perşembe	GİRESUN GÜNDEM	SAYI: 7024
İmtiyaz Sahibi HATİCE CİCİ		
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Mustafa CİCİ		
Sayfa Sekreteri (Editör) Hakan ÇELEBİ	YÖNETİM MERKEZİ Kapu Mah. Gazi Cad. Güven Çarşısı No: 89 Kat: 4 Daire No: 204 GİRESUN	
Muhabir Osman YILMAZ	DİZGİ ve BASIM YERİ Giresun Gündem Gazetesi Matbaası Kavaklar Mah. Soner Sk. No:3/2 GİRESUN	
Muhabir Fatma UĞURLU	İLETİŞİM Tel: 0.454 216 05 75 Fax : 0.454 212 02 88 Gsm : 0.538 414 81 41 EPosta : giresungundem28@gmail.com Web : www.giresungundem.com	
İLAN VE REKLAM TARİFESİ Resmi İlan (Tek sütun cm) 140 TL. Tüzük Kongre İlanı 1.000 TL. Zayı İlanı 200 TL. Özel İlanlar : Pazarlığa Tabiidir. Abone Bedeli : 2000 TL. (Yıllık) : 1000 TL. (6 Aylık)		
NOT: Bu tarifelere KDV dahil değildir.		
YEREL SÜRELİ YAYIN		
Gazetemizde yayınlanan Köşe Yazıları, tamamen yazarın şahsi görüş ve fikirleri olup; hukuken Giresun Gündem'i bağlamaz.		
GİRESUN GÜNDEM, BASIN MESLEK AHLAKINA UYAR		
E-Tebligat Adresi: 15433-34785-15788		

Giresun Coğrafi İşaret Tescil Proje Birimine Teşekkür



Giresun Ticaret ve Sanayi Odası ile Tarım ve Orman Müdürlüğü koordinasyonunda Giresun'a özgü ürünlerin coğrafi işaretle tescillenmesi çalışması devam ederken, son durum masaya yatırıldı.

Giresun Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Hasan Çakırmelikoğlu, Meclis Başkanı N. Şükrü Ataün ile İl Tarım ve Orman Müdürü Dr. Muhammet Angın başkanlığında bir araya gelen coğrafi işaret proje birimi, çalışma ve emeklerinden dolayı plakette ödüllendirildi ve tescil süreci devam eden çalışmalarla ilgili son durum değerlendirildi.

İl Tarım ve Orman Müdürü Dr. Muhammet Angın, "Çamoluk Şeker Fasulyesi coğrafi işaret tescili ile başladığımız bu çalışma da bugüne kadar dokuz ürün tescillenmiştir. Giresun'a özgü yirmiyeye yakın ürün bulunmak-

ta ve çalışmalarımız devam etmektedir. Şuan Tirebolu Çayı coğrafi işaret tescili için proje birimiz yoğun çalışma yürütmektedir. Katkılarından dolayı herkese teşekkür ederim." dedi. Giresun Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Hasan Çakırmelikoğlu, Giresun'a özgü ürünlerin coğrafi işaret ile kayıt altına alınması markalaşma ve ürünlerin ticari kazançlarını artırması açısından gerekli ve önemli olduğuna vurgu yaptı. Başkan Çakırmelikoğlu; "Coğrafi işaret tescili için kurulan proje biriminde yer alan Dr. Malik Arsal Köse'ye, Yüksek Ziraat Mühendisi Mustafa Özgür Güral'a, Ziraat Mühendisi Ahmet Cem Sarıaydın'a, Gıda Mühendisi Barış Yaramış'a, Ziraat Mühendisi Aykut Bekdemir'e ve Ziraat Mühendisi Şaduman Keserüçüncü'ye sonsuz teşekkür ederim." diye konuştu.

Haber Merkezi

SYDV Oldukça Faal

Giresun SYDV, faaliyetlerine tamgaz devam ediyor

Vakıf, Giresun genelinde ihtiyaç sahiplerine yönelik kapsamlı yardımlar yaparken, çeşitli sosyal projelere de imza attı.

Buna göre Vakıf, Ağustos ayında toplam 17 bin 200 aktif dosya ile ilgilenirken, 674 pasif dosya ile çalışmalarını sürdürdü. Vakfa 1 milyon 132 bin TL tutarında aylık periyodik pay aktarıldı. Ayrıca, Giresun'a 1.000 ton kömür yardımı planlandı.

31 Ağustos 2024 itibarıyla 33 bin 711 kişi GSS başvurusu yaptı ve tamamı sonuçlandırıldı. Bu kişiler arasında gelir seviyesi G0 olan 22 bin 482 kişinin primleri devlet tarafından ödenirken, G1 seviyesinde olan 10 bin 148 kişi aylık 600,08 TL prim ödemesi yapmaya devam ediyor.

Bu dönemde 43 kadına toplamda 85 bin TL tutarında nakdi yardım sağlandı.

Şartlı eğitim yardımı olarak 384 kişiye 82 bin 360 TL, şartlı sağlık yardımı olarak ise 125 kişiye 28 bin 700 TL ödeme yapıldı. Engelli ve yaşlı bireylere yönelik yardımlarda 908 kişiye 4 milyon 425 bin 555 TL engelli aylığı, 66 kişiye 260 bin 580 TL engelli yakını aylığı ve 825 kişiye 4 milyon 75 bin 586 TL yaşlı aylığı ödemesi yapıldı.

Vakfın öz kaynaklarından yapılan yardımlarda, 104 haneye toplam 410 bin 270 TL tutarın-



da nakdi yardım sağlanırken, 10 haneye de 56 bin 199 TL ayni yardım yapıldı. Vefat yardımı kapsamında ise 1 kişiye 2 bin 891 TL ödeme gerçekleştirildi. Kronik hastalığı olan 2 kişiye 16 bin 686 TL, öksüz yetim yardımı olarak 13 kişiye 15 bin 600 TL yardım yapıldı.

Yapılan açıklamada yeni projeler hakkında da bilgi verildi. Buna göre 2024 yılında başlatılan VEFA Projesi, yalnız yaşayan yaşlı ve engelli vatandaşların hanelerinin temizliği

için 3 milyon 830 bin 574 TL kaynak ayrıldı ve bu projeden 160 kişi yararlandı. Giresun SYDV'nin ADEM Projesi ise dezavantajlı kadın ve çocuklara yönelik çeşitli kurslar sunarak 2 milyon 175 bin TL kaynakla devam etti.

Son olarak, aşevi hizmetleri kapsamında 300 kişiye sıcak yemek hizmeti verilmeye başlandı. Aşevi için 5 milyon 490 bin TL kaynak aktarımı yapılırken, hasta, yaşlı ve engellilere yönelik bu hizmetin Ağustos ayı

itibarıyla düzenli olarak devam ettiği bildirildi.

Yerel Katılım ve Kurslar: Giresun Aile Destek Merkezi'nde açılan kurslara, Tabii Kumaş Eva Çiçek Yapımı, Makrome Örgü, Basit Nakış ve Takı Tasarımı gibi çeşitli etkinliklerde toplam 47 kursiyer katılım gösterdi.

Çocuklar için açılan akıl ve zekâ oyunları, müzik etkinlikleri ve görsel sanatlar atölyelerine ise 42 çocuk katıldı.

Haber: Fatma Uğurlu

AHİLİK HAFTASI KUTLANIYOR



günümüze kadar uzanan bir kardeşlik kurumudur. Geçmişten günümüze ekonomik ve sosyal hayatımızda önemli bir yer tutan Ahilik, ticaretin sadece kâr elde etmek değil, toplumun huzuru ve refahı için çalışmak olduğunu bizlere daima hatırlatmalıdır. Bugün, ticaretin çehresi değişmiş olsa da Ahiliğin öğretileri hâlâ yaşamaya devam ediyor. Ahilik, meslek erbabına yalnızca teknik bilgi vermekle kalmamış, aynı zamanda insan olmanın, ahlâklı bireyler olmanın erdemlerini de öğretmiştir.

İşte bu yüzden, Ahilik, bizim için sadece bir mesleki teşkilat değil, bir yaşam felsefesi, bir insanlık davasıdır. Giresun, Ahilik kültürünün en güçlü şekilde yaşatılmaya çalışıldığı şehirlerden biridir. Ahilik, Anadolu'nun mayası, Türk toplumunun sosyal ve ekonomik yapısının temel harcıdır. Giresun'da bu ruhu yaşatmak, sadece geçmişimize bir vefa değil, aynı zamanda geleceğimizi inşa etme çabasıdır. Ahilik, bize işin en doğrusunu yapmayı, ticarete ahlâka, kardeşliğe, paylaşmaya önem vermeyi öğretir. Ahi Evran'ın "Eline, beline, diline sahip ol" düsturu, bugünkü modern ticaret anlayışında dahi bize rehberlik etmektedir. Bizler, esnaf

ve zanaatkarlar olarak, Ahilik kültürünü yaşatmak ve geleceğe aktarmakla yükümlüyük. Bu görev, yalnızca dükkânlarımızın kapılarını açıp müşterilerimizi karşılamakla sınırlı değil. Ahilik toplumun farklı kesimleri arasında adaleti, yardımlaşmayı, ticaret ahlakını teşvik etmektedir. Ahi teşkilatı milleti ile devletin, zengin ile fakirin, üretici ile tüketici arasında ilişkiler kurarak toplumun huzur içinde yaşamasını sağlamayı amaç edinmiştir. Güçlünün zayıfı ezdiği, haksız rekabetin tavan yaptığı, insanların birbirlerine güvenlerinin her geçen gün azaldığı bir dönemde Türk İslam inancından beslenen Ahilik ilkelere her zamankinden daha fazla ihtiyaç duyulduğu şüphesizdir.

İyi insan, iyi esnaf olmayı, kardeşlik ruhunu kuşanmayı, yardımlaşmayı, paylaşmayı ve haksız kazançla karşı helal kazançla yaşamayı öğütler. Ahilik kültürünün Giresun'da, geçmişten bugüne dimdik ayakta duruyor olması, bu toprakların mayasında olan dayanışma, birlik ve beraberliğin bir yansımasıdır. Bugün burada, Ahilik Haftası'nı kutlarken, bizlere düşen görev, Ahiliğin sadece bir kutlama konusunu olmadığını hatırlamaktır. Ahilik, her gün yaşanması ve yaşatılma-

sı gereken bir değerdir. Esnafımızın dürüstlüğü, toplumumuzun adaleti, kardeşliği ve huzuru için Ahilik ruhuna her zamankinden daha fazla ihtiyaç duyduğumuz bir dönemdeyiz. Değerli kardeşlerim, bizler Ahi Evran'ın izinden yürüyerek, ticaret hayatımızda dürüstlüğü, adaleti ve yardımlaşmayı esas alacağız. Giresun'un Ahilik ruhunu yaşatmak, sadece geçmişimize değil, geleceğimize de sahip çıkmak demektir. Hep birlikte bu kültürü koruyacak, onu daha da güçlendirecek ve genç nesillere aktaracağız. Bu duygu ve düşüncelerle, 37. Ahilik Haftası'nı kutluyor, tüm esnaf kardeşlerime hayırlı kazançlar diliyorum. Ahilik ruhu daim olsun" dedi.

Haber: Hasan Seyis



ELEMAN ALINACAKTIR

TANCAN MADENİ YAĞ İŞLETMESİNDE İSTİHDAM EDİLMEK ÜZERE USTA, KALFA, ÇIRAK DÜZEYİNDE ÇALIŞANLAR ARANMAKTADIR.

Gedikkaya Mahallesi, 3 Nolu Sokak, Oto Sanayi Sitesi, No: 28. MERKEZ / GİRESUN

TELEFON: 0533 523 47 00 / bilgi@tancan.com.tr

Ahiliğin önemine dikkat çeken Başkan Kara, "Ahilik, yüzyıllar boyunca toplumumuzun omurgası olan esnaf ve zanaatkarın sadece mesleki yeterliliklerini değil, aynı zamanda insanlık onuruna yarışır bir yaşam sürmelerini hedefleyen, bir medeniyet tasavvuru olmuştur. Ahilik, 13. yüzyıldan



Şaban Karakaya

İSRAİLİ SÖZLÜ PROTESTO EDENLER VE BİRDE GÜNLERCE YÜRÜYENLER

İsrail'i sözlü protesto edenler;
Televizyonlarda yarışırca-sına haber yapıyor...
Protestolarını yürüyerek devam edenler;
Ne basında, nede yayın organlarında yer alıyor...
Kendilerine;
Türkiye Halk Temsilcileri Meclisi diyen bir platform...
ABD emperyalizmini ve İsrail'i protesto etmek için;
15 Eylül'de Kartal'dan bir yürüyüş başlatıyorlar...
Ve o günden-bugüne de günlerdir yürüyorlar...
Yaptıkları bu protesto eyleminin;
28 Eylül'de Adana-İncirlikte sonlandırılacaklarını söylüyor-

lar...
Ve isteklerini de şöyle dile getiriyorlar;
ABD'nin İsrail için ÜS olarak kullandığı İncirlik'teki NATO Üssü kapatılsın...
Savaşı durdurmak istemeyen İsrail ile ticari ilişkiler sonlandırılınsın...
Artık şu ABD Emperyalizminin ne yapmak istediği anlaşılınsın...
Mamak'ta bulunan 'NATO-YOLU' ismi kaldırılınsın...
Bu caddenin girişine "BA-ĞIMSIZLIK YOLU" tabelası asılınsın...
Yürüyüş sırasında ve yerleşkelerden geçerken de;
'Boyun eğme memleketine sahip çık'

'Yurtseverler NATO'ya boyun eğmiyor'
'Kahrolsun emperyalizm'
'Kahrolsun Katil İsrail'
'Katil NATO ülkemizden defol'
'İncirlik ÜS'SÜ kapatılsın' sloganları atıyorlar...
Ve bu sloganların altında gittikçe çoğalıyorlar...
Bu sloganların içinde;
Daha çok benim dikkatimi 'İncirlik ÜS'SÜ kapatılsın' sloganı çekiyor...
Beni birdenbire 'zaman tünelinin' içerisine sokuyor...
Ve yarım asır gerilere götürüyor...
İster-istemez Süleyman Demirel'i anımsatıyor...
ABD ve NATO Üsleri için;
ÜS yok 'tesis var' diyen zamanın başbakanı Süleyman Demirel bile Türkiye'de ABD'ye ait olan 21 ÜS ve 'tesisleri' kapatarak bayraklarını indirtmişti...
ABD bayraklarının yerine Türk Bayraklarını çektiymişti...
Kapatılan bu ÜS ve tesislerde;
O tarihlerde tam 5 bin personel bulunuyordu...
(Günümüzde ne kadar var onu bilemiyoruz)
Konuyu daha fazla uzatmadan güncelleyecek olursak;
Dün olduğu gibi günümüzde de ABD ve İngiliz oyunu



hala devam ediyor...
'Arap Baharı ve İlimli İslam' sloganı altında İsrail'in rüyalarını gerçekleştirmek için;
İsrail-Gazze Savaşı bütün acımasızlığıyla devam ediyor...
Ve sırtı ABD tarafından sıvazlanan İsrail hedefe ulaşmak için savaşı sonlandırmıyor...
İşin en düşündürücü tarafı da;
İsrail'in yaptığı bu katliamı Birleşmiş Milletler Örgütü denilen örgüt bir türlü görmüyor...
Daha doğrusu -her nedense- gördüğü halde görmek istemiyor...
Ve bu düşünceden hareketle insan sormadan edemiyor;
Birleşmiş Milletler Örgütü ne işe yarıyor?
Bu durumlarda devreye girmiyorsa, ne zaman giriyor?
Birleşmiş Milletler Örgütün-

den vazgeçtik;
Mangalda kül bırakmayan İnsan Hakları Örgütü hangi gölgede yatıyor?
Soykırım tamamlandıktan sonra mı ortaya çıkması gerekiyor?
Vallahi bu konuda siz ne düşünürsünüz onu bilemem ama...
Bana soracak olursanız, bu bilinmezlik ve kaotik ortamda;
İnsan eskiden olduğu gibi 'iki kutuplu' dünyayı arıyor...
Her neyse...
Geçelim...
Tekrar ana konumuza geri dönelim...
Adına 'Türkiye Halk Temsilcileri Meclisi' diyen bir platform;
İsrail'i ve destekçisi ABD'yi protesto etmek için 15 Eylül'de Kartal'dan yola çıkıyor...
28 Eylül tarihinde Adana-İncirlik ÜS'sünde bitirilecek olan yürüyüş günlerdir kesintisiz bir şekilde devam ediyor...

Ve bu yürüyüşçülerin yürüyüş eylemi;
Bana Deniz Gezmiş ve arkadaşlarının Filistin'e destek için gittikleri günlerini...
Emperyalizmin uydusu İsrail'e karşı savaşıp 12 devrimciyi kaybettiklerini anımsatıyor...
Ve birde Orhan Veli'nin şu dizelerini;
"Neler yapmadık bu vatan için!
Kimimiz öldük...
Kimimiz nutuk attık..."
Bu damıtılmış sözlerinden sonra sanırım daha fazla söze gerek yoktur...
Çünkü şairinde dediği gibi;
Bu vatan için kimler ölüyor?
Kimler kuru-kuraya nutuk atıyor?
Sesli-sesli söylenese de;
Cümle-alem bunların kim olduğunu biliyor...
Son söz;
Her ne kadar Türkiye Halk Temsilcileri Meclisinin yürüyüşüne fiilen katılamazsam da...
Yüreğimin tüm heyecanıyla yanlarında olduğumu bildirmek istiyorum...
Ve uzaktan da olsa tıpkı onlar gibi;
Kahrolsun Savaş Tüccarları...
Kahrolsun Onların Uyduları diyorum...

AYAYDIN OTOMOTİV OTO ALIM SATIM KİRALAMA

YILMAZ AYAYDIN

0535 838 79 28

Çınarlar Mahallesi No: 32
GİRESUN

Belediye ve TSO, Güney Çevre Yolu İçin Çalıştay Orgaize Ediyor



Giresun'da trafik sorunu krize dönüşürken, Belediye Başkanı Fuat Köse, TSO'yu ziyaret ederek Güney Çevre yolu için harekete geçilmesini istedi. Başkan Çakırmelikoğlu ise ilin bu konudaki ihtiyacını bildiklerini ifade ederek ellerinden geleni yapacaklarını söyledi.

Köse ziyaretinde, GTSO Başkanı Hasan Çakırmelikoğlu ve Yönetim Kurulu Üyeleriyle Güney Çevre Yolu projesini içeren bir görüşme gerçekleştirdi.

Şehirde yaşanan trafik sorununun çözümünün Güney Çevre Yolunun hayata geçmesi olduğunu anlatan Belediye Başkanı Fuat Köse, bu konunun Giresun'un birinci gündemi olması gerektiğinin altını çizerek, GTSO'nun bu konuda öncülük etmesini istedi.

Başkan Fuat Köse: "Giresunlu her zaman devletin yanında olmuş, gönüllü olarak savaşa katılmış, ancak bu zamana kadar komşularına ve bölge illerine göre her şeyin en azını almış. Bu durum da merkezi hükümetin Giresun'a bakışından kaynaklanıyor. Biz bu durumu birlik olarak, ayrımadan, el ele vererek kırabiliriz. Şehrin dinamikleri tek yumruk olmalı. Buradan şehrimizin tüm siyasilerine ve sivil toplum kuruluşlarına sesleniyorum. Bu şehirde yaşanan ve hepimizi rahatsız eden trafik sorununun çözümü Güney Çevre Yolunun hayata geçmesidir. Bu projeyi Giresun'un olmazsa olması olarak değerlendiriyorum.

Dönemin Ulaştırma Bakanlığı Müsteşarı, Giresun Güney Çevre Yolu projesi başlangıcını 28 Aralık 2012 tarihli olarak açıklamıştır. Dönemin Gümrük

ve Ticaret Bakanı Nurettin Canikli de projenin yapım ihalesinin 25 Haziran 2015 tarihinde gerçekleştiğini duyurmuştur. Ardından ise projenin 2020 yılında tamamlanacağı açıklanmıştır. Ancak aradan geçen 12 yılda hiçbir adım atılmamıştır.

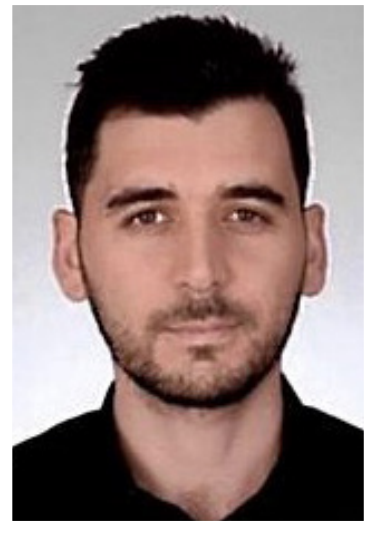
Dolayısıyla çevre yolları komşu illerimizde hizmete girmiş, ancak Giresun'a çok görülmüştür. Bizim şöyle de bir önerimiz var. Bir anda büyük maliyet oluşmaması açısından Güney Çevre Yolu 2 veya 3 proje olarak bölüm bölümde projelendirilebilir. Bir tanesi bittiğinde devamı olarak diğerleri ele alınabilir.

Bu konuda birlik olalım, güçlü bir kamuoyu oluşturalım. Şehrin iş dünyası ve en önemli sivil toplum kuruluşu olarak GTSO'nun bu konuya öncülük etmesini öneriyorum. Ben Giresun Belediye Başkanı olarak bu yürüyüşün en önünde olmaya hazırız" dedi.

GTSO Başkanı Hasan Çakırmelikoğlu ise şehirdeki trafik sorununu iyi bildiklerini belirterek: "Güney Çevre Yolu önerinizi ve konunun çabuklaştırılması yönündeki düşüncenizi destekliyorum. Güney Çevre Yolu zaten bizim gündemimizde. Örneğin havaalanı gibi, nasıl Giresun'un bundan önce hayata geçirilen bazı projelerine öncülük ettiysek, bu proje için de öncülük etmeye hazırız" dedi.

Değerlendirmelerin sonunda ise Başkan Hasan Çakırmelikoğlu'nun önerisiyle Ticaret ve Sanayi Odası tarafından Güney Çevre Yolu konulu geniş katılımlı bir çalıştay düzenlenmesi ve çalışmaya şehrin tüm dinamiklerinin davet edilmesi kararlaştırıldı.

Haber: Hakan Çelebi



Doçent Nurullah Çalıştan Önemli Çalışma

Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nden Doç. Dr. Nurullah Çalıştan, Adalet Sisteminin Sosyal boyuna önem verilmesi halinde beklenen hedeflere ulaşmanın zorlaşacağını söyledi.

Giresun Üniversitesi bu konudaki bilimsel çalışmanın sonuçlarını kamuoyu ile paylaştı.

Açıklamada, "İnsan hakları ve sosyal adalete dayalı sosyal refah yaklaşımları, insan odaklı mesleklerin ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Sosyal hizmetler, dezavantajlı birey ve toplulukların haklarını kullanabilmeleri, ihtiyaçlarını

karşılatabilecekleri bir yaşam seviyesine ulaşmalarına destek olurken, bireysel ve toplumsal gereksinimler arasındaki dengeyi kurmaktadır.

"Adli Sosyal Hizmet" adlı çalışma, adli sosyal hizmetin toplumsal refah ve adalet sistemine olan katkıları ele alınmaktadır. Çalışmada, sosyal hizmetlerin dezavantajlı birey ve grupların haklarını savunma, ihtiyaçlarını karşılama ve bireysel-toplumsal gereksinimler arasındaki dengeyi kurmadaki önemi vurgulanmaktadır.

Sosyal hizmet, insan hakları ve sosyal adalet ilkelerine dayanarak risk altındaki birey, aile ve grupların sorunlarına

çözüm bulmak ve ihtiyaçlarını karşılamak için müdahale yetkisine sahip bir meslek olarak tanımlanmaktadır. Adli sosyal hizmet uzmanları, hukukun işleyişine katkıda bulunarak, adaletin sağlanmasında önemli bir rol üstlenmektedir.

Çalışmada, ceza adalet sisteminin suçun önlenmesinde her zaman etkili olamadığı, bu nedenle onarıcı adalet yaklaşımının önem kazandığı belirtilmektedir. Onarıcı adaletin, suçun zararını telafi etmeyi ve suç işleyen bireylerin topluma yeniden kazandırılmasını hedefleyen bir yaklaşım olduğu vurgulanmaktadır.

Adli sosyal hizmetin, adalet

sistemine dahil olmuş bireyler hak temelli hizmet sunarak onları güçlendirdiği ve topluma kazandırdığı belirtilmektedir. Ayrıca, sosyal hizmetin insan hakları hukuku ile birleşerek adalet sisteminin onarıcı ve telafi edici bir yönünün gelişimine katkıda bulunması gerektiği ifade edilmiştir.

Sonuç olarak, adli sosyal hizmet uygulamalarının, toplumda adaletin ve refahın sağlanmasına önemli katkılar sunduğu ve bu alandaki sosyal politikaların güçlendirilmesi gerektiği vurgulanmaktadır." denildi.

Haber:
Fatma Uğurlu

Okulların çevresindeki marketlerin denetimleri zabıtalardan yapıldı



Bulancaktaki Okulların çevresinde yer alan marketlerin denetimleri zabıtalardan yapıldı

Bulancak Belediyesi'nden yapılan açıklamada, "Belediye

Başkanımız Necmi Sıbiç'in talimatıyla, okullarımızın çevresindeki market ve işletmeler, Zabıta Müdürlüğümüz ve İlçe Tarım Müdürlüğü tarafından denetlendi. Halk sağlığını ve

güvenliğini koruma amacıyla yapılan bu denetimlerde, kurallara uymayan işletmelere gerekli müdahaleler yapıldı. Vatandaşlarımızın dikkatine! Okul çevresinde ya da fark-

lı bölgelerde karşılaştığınız olumsuz durumları Çözüm Merkezimize bildirebilirsiniz. Birlikte daha sağlıklı ve güvenli bir Bulancak için çalışıyoruz!" denildi. **Haber Merkezi**

Sağlık Köşesi

İlgi ve Şefkat; Lohusalık Döneminin İlacı

A ileye katılacak her yeni bebeğin dünyaya geliş süreci kuşkusuz her aile üyesi için büyüü ve heyecanlı bir bekleyiş. Ancak bu süreç mutluluğun yanında bazı zorlukları da barındırıyor. Özellikle anne açısından çok hassas bir dönem olduğunu vurgulayan Anadolu Sağlık Merkezi Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları, Yenidoğan Uzmanı Prof. Dr. Nermin Tansuğ; "Doğum sonrası anne, hormonal değişiklikler sebebiyle fiziksel ve psikolojik olarak hassastır. Dolayısıyla kimi durumlarda depresyon oluşabilir. Bu yüzden hem annenin hem de bebeğin bu dönemde ilgi ve şefkate ihtiyacı olduğu unutulmamalı" uyarısında bulundu.



Gebelik sürecinde annenin vücudunda birçok değişiklik olduğunu ve doğumdan sonraki ilk altı haftanın lohusalık dönemi olarak adlandırıldığını paylaştı Anadolu Sağlık Merkezi Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları, Yenidoğan Uzmanı Prof. Dr. Nermin Tansuğ; "Bu dönemde bebek ve anne birçok değişimle baş etmeye çalışır. Hamilelikte oluşan fiziksel ve duygusal değişiklikler doğumdan sonraki 40 günde yavaş yavaş eski haline döner. Bu değişimlerin tümüyle eskiye dönmesi bir yılı bulabilir. Bu süreçte de birtakım ağrılar, rahimde kasılmalar veya duyu durum bozuklukları yaşanabilir ve bu çok doğaldır" dedi.

TEN VE GÖZ TEMASI ÖNEMLİ
"Anne ve bebek arasındaki bağ, anne karnındaki bebeğin hareketleri ile başlayıp 9 ay boyunca gittikçe artar ve doğumdan sonra doruk noktasına ulaşır" diyor Prof. Dr. Nermin Tansuğ; "Babanın da onların yanlarında olması ve bu anları paylaşması etkileşimi hızlandırır. Doğumdan sonra erken dönemde anne ve bebeğin bir arada kalması, anne ve yenidoğan ilişkisinin hızlıca başlamasına sağlar, aralarındaki ten ve göz teması ilişkisi olumlu yönde pekiştirir" ifadelerini kullandı.
ANNEDEKİ KAYGI, BEBEĞİ ETKİLİYOR
Annenin kaygılı ya da öz güvensiz ruh halinin bebek tarafından hemen fark edildi-

ğini anlatan Prof. Dr. Nermin Tansuğ; "Bu durumda bebek huzursuzlanır ve ağlar. Bebeğin daha sık ağlaması da annenin kaygısını artıran bir kısır döngü yaratabilir. Bu dönemde babanın ve yakın çevrenin destekleyici tavırları anneyi yüreklendirir" dedi. Annenin maruz kaldığı majör değişiklikler sebebiyle zorlu bir süreç yaşadığının göz ardı edilmemesi gerektiğini hatırlatan Prof. Dr. Nermin Tansuğ, "İleri dönemde çocukların kişiliklerinin ruhsal yönden olumlu ya da olumsuz gelişmesi, büyük ölçüde anne ve babaların ilk günlerdeki tutumları ve bebekleri ile aralarındaki ilişkilere bağlıdır" şeklinde konuştu.
DESTEK, SÜRECİ ATLATMANIN ANAHTARI
Prof. Dr. Nermin Tansuğ;

"Anne, vücudunda hormonal değişiklikler yaşarken bir yandan da sütünün gelmesi, memelerinin dolması, kanamalarının devam etmesi, zaman zaman karın ağrılarının olması, bu sırada bebeği sık emzirmek zorunda kalması, uykusuzluk, sütünün bebeğin beslenmesi için yetip yetmediği kaygısı, bebeğin ağlamaları, bebekte gaza neden olabilen bazı sevdiği yiyecekleri yiyememesi veya eskisi gibi sık kahve ve çay içememesi gibi etkenler annenin yaşam kalitesini büyük ölçüde düşürür. Anne doğum öncesi bu süreçte hazırlanmadıysa, gelişen kaygı ve stres ile baş etmekte zorlanabilir ve doğum sonrası depresyona girebilir" diyerek önerilerini sıraladı;
• Öncelikle hem babanın

hem de evde anneye yardım edecek kişilerin doğum sonrası sürece hazırlanmaları ve bu doğrultuda anneyi rahatlatmaları gerekir.
• Anne de konuyla ilgili farkındalığını artırarak, yaşadığı bu değişikliklerin her lohusada olduğunu ve en önemlisi geçici olduğunu bilmelidir.
• Bebeğin uyuduğu zamanlarda annenin de uyumasının sağlanması hem anne sütünü artırır hem de dinlenebilen anne daha az kaygılı olur.
• Anne ve babanın doğum ve bebek bakımı ile ilgili eğitim alması, doğru emzirebilme gibi annenin daha öz güvenli olmasını sağlayacak faydalar yaratır.
• Anneler unutmamasın ki bu dönem geçicidir ve kucağınızdaki bebeğiniz size verilen en büyük hediyedir.

İnsülin Direncini Dengede Tutmanın 6 Etkili Yolu
İnsülin direncine karşı basit ama etkili yöntemler

K endinizi sürekli yorgun hissediyor, yemek sonrası koltukta uyuyakalıyor, gün içerisinde iştahınız bir açılıyor bir kapanıyor, başınızın ağrısından mı yakınıyorsunuz? Bu tür şikayetlerinizin altında insülin direnci sorunu yatıyor olabilir.



Acıbadem Taksim Hastanesi İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Betül Bal; "İnsülin direncinin görülme sıklığı dünyada olduğu gibi ülkemizde de son yıllarda hızlı artış gösteriyor. Özellikle genç yaşlarda da artık insülin direnci sorunu ile çok sık karşılaşıyoruz. Bunun altında yatan temel etkenler ise sağlıksız beslenme alışkanlıkları ve hareketsizlik. İnsülin direnci olan kişilerde kan şekerini dengede tutmak için salgılanması gereken

insülin miktarı artar. Bu artış vücutta enflamasyona yol açar ve zaman içinde Tip 2 diyabet dediğimiz ciddi hastalığa evrilebilir. Ayrıca bu kişilerde kolesterol yüksekliği, yüksek tansiyon ve damar tıkanıklığı gibi hastalıklar da daha sık görülmektedir" diyor. Günlük yaşam alışkanlıklarında yapılacak bazı basit değişikliklerle önemli bir fayda sağlanabileceğini belirten Dr. Betül Bal, insülin direncini dengede tutmak için alınması gereken 6 etkili önlem anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu.
• KAHVALTIDA PROTEİN TÜKETİN
Günün ilk öğünü olan kahvaltayı kesinlikle poğaçaya, börek ve simit gibi karbonhidrat yüklü hamur işleriyle değil;

protein, yağ ve karbonhidrat açısından dengeli şekilde besinlerle yapın. Özellikle protein ve lif açısından zengin ve düşük glikemik indeksli bir öğün yapmak gün içerisinde iştah kontrolüne yardımcı olur.
• YEMekten SONRA 15 DAKİKA YÜRÜYÜN
Gün içerisinde hareket miktarınızı artırın. Özellikle masa başı çalışıyorsanız; mutlaka arada bir düzenli olarak kalkıp ofis içinde yürüyün. Öğle tatilinde dışarıda kısa da olsa yürüyüş yapın. Örneğin; öğün sonrası yapılan 15 dakikalık kısa yürüyüşler bile yemekle vücuda alınan besinlerin hücresele düzeyde enerji olarak kullanımına olanak sağlar, böylece insülin salgısını azaltır.
• YEMEĞE SALATA VEYA SEBZE İLE BAŞLAYIN
Yemeğe salata/sebze



yiyecek başlamak lif alımınızı artırarak ardından gelen besinlerin oluşturacağı kan şekeri yükseltici etkiyi azaltır, böylece insülin salgınızın dengede olmasına yardımcı olur. Ayrıca lif alımı tokluk süresini de uzatacağı için gün içerisindeki kan şekeri ve insülin dalgalanmalarını azaltır. İştah kontrolüne yardımcı olur.

• ÇOK SIK ATIŞTIRMAYIN
İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Betül Bal; "Gün içerisinde çok sık atıştırmak, öğün aralarında sık sık ara öğün yapmak insülin direnci olan kişilerde istediğimiz bir beslenme şekli değildir. İnsülin direncinde amacımız vücuda olabildiğince az insülin salgılatmaktır. Dolayısıyla eğer yaşam tarzı-

nız, yaşınız ve sağlık durumunuz elverişli ise beslenme uzmanı eşliğinde olmak şartıyla 'aralıklı oruç' deneyebilirsiniz.
• AÇ KARNINA TATLI YEMEYİN
Tatlı tüketirken dikkatli olun. Şerbetli, hamurlu ve yağda kızartılan tatlılar yerine sütlü tatlıları tercih edin. Yemekten önce tatlı tüketmekten kaçının. Küçük porsiyonlarda ve yemek sonrası tüketmek, aç karnına tatlı tüketmekten daha az insülin salgısına neden olacaktır.
• DÜZENLİ EGZERSİZ YAPIN
İnsülin direnci olan kişiler mutlaka her gün düzenli olarak egzersiz yapmalıdır. Egzersiz hücrelerin insüline karşı hassas olmasına yardımcı olur. Haftada en az üç gün mutlaka bir saat tempolu yürümeye çalışın.

İş Yerinde Stresi Önlemenin 11 Yolu

S tres, vücudun zorlu veya tehditkar olarak algıladığı durumlara verdiği doğal bir reaksiyondur. Stresin bireyin çevresindeki değişikliklere uyum sağlaması gerektiğinde, zorluklar ya da belirsizliklerle karşılaştığında ortaya çıktığını belirten Anadolu Sağlık Merkezi Hastanesi'nden Uzman Psikolog Ezgi Dokuzlu; "Özellikle iş yerinde; yoğunluk, baskı, belirsiz rol ve beklentiler, güvensizlik, zor çalışma koşulları, iş yaşam dengesinin sağlanamaması gibi etkenler stresi artırır. Uzun süreli iş stresi de baş ağrıları, uyku sorunları, motivasyon eksikliği, tükenmişlik, depresyon ve kardi-



yovasküler hastalıklar gibi sağlık sorunlarına yol açabilir" dedi. Hem bireysel sağlık hem de iş verimliliği açısından iş yeri kaynaklı stresi yönetebilmenin ve strese karşı güçlü olmanın önemli olduğunu paylaştı Anadolu Sağlık Merkezi Hastanesi'nden Uzman Psikolog Ezgi Dokuzlu; "İş yerlerinde stres yönetimi stratejileri uygulamak ve çalışanların sağlıklı bir iş yaşam dengesi kurlmalarını desteklemek gerekir. İş hayatındaki herkes strese mücadele, iş yerinde iletişim, verimli çalışma yöntemleri ve zaman yönetimi gibi konularda farkındalık kazanmalı" dedi.
Uzman Psikolog Ezgi Do-

kuzlu Tezel, iş stresi ile etkin bir şekilde başa çıkabilmek için yapılması gerekenleri paylaştı:
• GÖREV TANIMINA UYGUN ÇALIŞMAK VE HAYIR DİYE-BİLMEK: Kişilerin kendi görev tanımını ve haklarını bilmesi, görev tanımı dışındaki işlere hayır diyebilmesi iş yükünü dolayısıyla iş stresini önlemeye yardımcı olur.
• İŞ YERİNDE SAĞLANAN DESTEK VE EĞİTİMLER: İşverenlerin çalışanlarına stres yönetimi eğitimleri sunması, esnek çalışma saatleri sağlama-sı ve sağlık hizmetlerine erişimi kolaylaştırması önemli. İş yeri hekimi veya psikoloğundan stresle mücadele için yardım alınabilmeli.
• İŞ YERİNDEKİ İLETİŞİM: İş

yerinde açık iletişimin, ekip çalışmasının ve net bilgilendirmenin olması stresin önlenmesine yardımcı olur. Yönetici ve çalışanlar arasındaki verimli iletişim, çalışanların strese daha iyi başa çıkmasını ve iş tatminini artırmasını destekler.
• MOTİVASYONU DESTEK-LEYECEK ETKİNLİKLER: Çalışanlar ve aileleri için yemek gibi etkinlikler planlamak; iş yerindeki bağlılığı, pozitif iletişimi ve motivasyonu artırır.
• ZAMAN YÖNETİMİ VE PLANLAMA: Günlük ve haftalık planlar yaparak iş yükünü yönetmek kolaylaşabilir. Yapılacakları madde madde öncelik sırasına koymak ve hedefleri gözden geçirmek iş stresini azaltmaya yardımcı olur.

• VERİMLİ MOLA VE DİNLENME: Yeterli ve verimli molar vermek strese başa çıkabilmek için olmazsa olmazdır. Mola ve iş saatleri net olarak belirlenmeli, kişi kendini yorgun hissetmese bile düzenli olarak molaya çıkmayı alışkanlık haline getirmeli.
• YETERLİ UYKU: Uykusuzluk; öfke yönetimi, tahammülsüzlük, yorgun hissetme, dikkat hataları ve iş kazaları gibi sonuçlar yaratabilir. Kaliteli ve verimli uyku günlük yaşam kalitesini de etkiler.
• SOSYAL DESTEK: Kişinin ailesi veya sevdiği ile vakit geçirmesi iş stresini azaltarak, kişisel yaşamında işten başka önemli alanları olduğunu hatırlamasına yardımcı olur.

• HOBİLER VE KENDİNE ZAMAN AYIRMAK: Sevilen bir aktivite, hobi veya planlanan bir yere gitmek iş kaynaklı strese mücadelede daha güçlü olmayı sağlar.
• MEDİTASYON VE NEFES EGZERSİZLERİ: Meditasyon ve nefes egzersizleri zihni sakinleştirmeye ve stresi yönetmeye yardımcı olur. Gün içerisinde kısa kısa nefes egzersizleri yapmak stresi kontrol altında tutabilir.
• PROFESYONEL DESTEK ALMAK: İş stresi ile mücadelede büyük zorluk yaşıyorsanız, uzun süren stres durumu varsa, günlük yaşama yansyan huzursuzluk, karamsarlık, isteksizlik gibi faktörler varsa bir uzmanla görüşmek faydalı olur.

U19 ELİT B LİGİ FİKSTÜRÜ

1.Hafta

GİRESUNSPOR	0-2	CORENDON ALANYASPOR
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	3-0	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
BURSASPOR	3-0	BUCASPOR 1928
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	3-0	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
İSPARTA 32 SPOR	0-1	ALTAY
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	0-1	SAKARYASPOR A.Ş.
TURGUTLUSPOR	3-1	ADANASPOR A.Ş.
GÖZTEPE A.Ş.	2-0	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	2-1	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.

2.Hafta

ALTAY	3-2	GİRESUNSPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	0-0	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	2-3	BURSASPOR
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	3-0	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	0-5	İSPARTA 32 SPOR
BUCASPOR 1928	1-1	TURGUTLUSPOR
ADANASPOR A.Ş.	2-3	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	0-0	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
CORENDON ALANYASPOR	3-0	GÖZTEPE A.Ş.

3.Hafta

FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	1-0	CORENDON ALANYASPOR
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	2-2	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
GİRESUNSPOR	3-1	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
ADANASPOR A.Ş.	3-1	BUCASPOR 1928
TURGUTLUSPOR	3-0	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
İSPARTA 32 SPOR	1-1	SAKARYASPOR A.Ş.
GÖZTEPE A.Ş.	4-2	ALTAY
BURSASPOR	1-1	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	3-1	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.

4.Hafta

ADANASPOR A.Ş.	3-0	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	3-3	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
BUCASPOR 1928	0-1	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	2-1	TURGUTLUSPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	2-1	GİRESUNSPOR
ALTAY	0-1	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	2-0	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
CORENDON ALANYASPOR	0-0	BURSASPOR
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	GÖZTEPE A.Ş.

9.Hafta

SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	ALTAY
ADANASPOR A.Ş.	-	SAKARYASPOR A.Ş.
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	GİRESUNSPOR
TURGUTLUSPOR	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	CORENDON ALANYASPOR
BURSASPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
BUCASPOR 1928	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
GÖZTEPE A.Ş.	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR

10.Hafta

MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	BUCASPOR 1928
CORENDON ALANYASPOR	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	TURGUTLUSPOR
ALTAY	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	BURSASPOR
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	ADANASPOR A.Ş.
GİRESUNSPOR	-	GÖZTEPE A.Ş.

11.Hafta

BUCASPOR 1928	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	GÖZTEPE A.Ş.
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	GİRESUNSPOR
TURGUTLUSPOR	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
ADANASPOR A.Ş.	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
CORENDON ALANYASPOR	-	ALTAY
BURSASPOR	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ

12.Hafta

ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	BUCASPOR 1928
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
ALTAY	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	CORENDON ALANYASPOR
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	TURGUTLUSPOR
GÖZTEPE A.Ş.	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
SAKARYASPOR A.Ş.	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
GİRESUNSPOR	-	BURSASPOR
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	ADANASPOR A.Ş.

17.Hafta

ADANASPOR A.Ş.	-	BURSASPOR
ALTAY	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
BUCASPOR 1928	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
SAKARYASPOR A.Ş.	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	GİRESUNSPOR
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
TURGUTLUSPOR	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
CORENDON ALANYASPOR	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	GÖZTEPE A.Ş.

18.Hafta

SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	GÖZTEPE A.Ş.
ALTAY	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
ADANASPOR A.Ş.	-	TURGUTLUSPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
CORENDON ALANYASPOR	-	GİRESUNSPOR
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
BUCASPOR 1928	-	BURSASPOR

19.Hafta

ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	ADANASPOR A.Ş.
GİRESUNSPOR	-	ALTAY
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
GÖZTEPE A.Ş.	-	CORENDON ALANYASPOR
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
TURGUTLUSPOR	-	BUCASPOR 1928
BURSASPOR	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR

20.Hafta

SAKARYASPOR A.Ş.	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	TURGUTLUSPOR
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	GİRESUNSPOR
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	BURSASPOR
CORENDON ALANYASPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
BUCASPOR 1928	-	ADANASPOR A.Ş.
ALTAY	-	GÖZTEPE A.Ş.

25.Hafta

BUCASPOR 1928	-	ALTAY
TURGUTLUSPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
BURSASPOR	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
GÖZTEPE A.Ş.	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	CORENDON ALANYASPOR
GİRESUNSPOR	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
ADANASPOR A.Ş.	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ

26.Hafta

MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	BUCASPOR 1928
ALTAY	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	TURGUTLUSPOR
GİRESUNSPOR	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
CORENDON ALANYASPOR	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	BURSASPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	ADANASPOR A.Ş.
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	GÖZTEPE A.Ş.

27.Hafta

BUCASPOR 1928	-	SAKARYASPOR A.Ş.
BURSASPOR	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
ADANASPOR A.Ş.	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
GÖZTEPE A.Ş.	-	GİRESUNSPOR
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	CORENDON ALANYASPOR
TURGUTLUSPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	ALTAY
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ

28.Hafta

SAKARYASPOR A.Ş.	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	BUCASPOR 1928
GÖZTEPE A.Ş.	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	TURGUTLUSPOR
ALTAY	-	CORENDON ALANYASPOR
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	BURSASPOR
GİRESUNSPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	ADANASPOR A.Ş.

5.Hafta

GÖZTEPE A.Ş.	0-1	SAKARYASPOR A.Ş.
BURSASPOR	4-1	ALTAY
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	2-0	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
ADANASPOR A.Ş.	3-2	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
GİRESUNSPOR	1-0	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
TURGUTLUSPOR	1-0	CORENDON ALANYASPOR
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	2-2	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	2-2	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
BUCASPOR 1928	3-0	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR

6.Hafta

SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	BUCASPOR 1928
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
ALTAY	-	TURGUTLUSPOR
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	GİRESUNSPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	BURSASPOR
CORENDON ALANYASPOR	-	ADANASPOR A.Ş.
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	GÖZTEPE A.Ş.

7.Hafta

BURSASPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
ADANASPOR A.Ş.	-	ALTAY
GİRESUNSPOR	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
TURGUTLUSPOR	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
BUCASPOR 1928	-	CORENDON ALANYASPOR
GÖZTEPE A.Ş.	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR

8.Hafta

ALTAY	-	BUCASPOR 1928
CORENDON ALANYASPOR	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
SAKARYASPOR A.Ş.	-	TURGUTLUSPOR
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	GİRESUNSPOR
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	ADANASPOR A.Ş.
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	BURSASPOR
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	GÖZTEPE A.Ş.

13.Hafta

ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
CORENDON ALANYASPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
TURGUTLUSPOR	-	GİRESUNSPOR
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
BUCASPOR 1928	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
ADANASPOR A.Ş.	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
ALTAY	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
BURSASPOR	-	GÖZTEPE A.Ş.

14.Hafta

UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	BUCASPOR 1928
MANİSA FUTBOL KULÜBÜ	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
GÖZTEPE A.Ş.	-	TURGUTLUSPOR
GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	CORENDON ALANYASPOR
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
SAKARYASPOR A.Ş.	-	ALTAY
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	BURSASPOR
GİRESUNSPOR	-	ADANASPOR A.Ş.

15.Hafta

TURGUTLUSPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.	-	UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR
ALTAY	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
BUCASPOR 1928	-	GİRESUNSPOR
BURSASPOR	-	ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ
CORENDON ALANYASPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
SAKARYASPOR A.Ş.	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR
ADANASPOR A.Ş.	-	GÖZTEPE A.Ş.

16.Hafta

GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
GÖZTEPE A.Ş.	-	BUCASPOR 1928
GİRESUNSPOR	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	ALTAY
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	CORENDON ALANYASPOR
BURSASPOR	-	TURGUTLUSPOR
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	ADANASPOR A.Ş.
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	SAKARYASPOR A.Ş.

21.Hafta

GİRESUNSPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	ALTAY
TURGUTLUSPOR	-	SİLTAŞ YAPI PENDİKSPOR FUTBOL A.Ş.
E KOLEJİ İSPARTA 32 SPOR	-	GAZİANTEP FUTBOL KULÜBÜ A.Ş.
UĞUR OKULLARI İSTANBULSPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
BURSASPOR	-	CORENDON ALANYASPOR
ESKİŞEHİRSPOR KULÜBÜ	-	BUCASPOR 1928
GÖZTEPE A.Ş.	-	MANİSA FUTBOL KULÜBÜ
ADANASPOR A.Ş.	-	SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR

22.Hafta

SİNCAN BELEDİYESİ ANKARASPOR	-	BUCASPOR 1928
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	E KOLEJİ



SÜLEYMAN ANAFOROĞLU® metal grup
metal sanayi ve ticaret A.Ş.
demir-sac-profil
paslanmaz - alüminyum - kompozit
www.anaforglu.com.tr
444 8 028



GİRESUN GÜNDEM SPOR

26 Eylül 2024 Perşembe

Sayfa: 8



Giresunspor, hafta sonu evinde oynayacağı Elazığspor maçının hazırlıklarını sürdürüyor. Rakip çok formda AYDIN 'DAHA FAZLA TARAFTARI MAÇLARIMIZA BEKLİYORUZ'

Giresunspor'un teknik adamı Metin Aydın, futbolcuların verdikleri görevi en iyi şekilde yerine getirdiğini ifade etti.

Haftalar ilerledikçe daha da iyi olacaklarını kaydeden Metin Hoca, bundan sonraki süreçte daha fazla taraftar desteğini arkalarında görmek istediklerini ifade ederek;

"Nazilli Belediyespor ve Vanspor ile oynadığımız karşılaşmalarda arkamızda çok güzel bir taraftar desteği vardı. Elazığspor maçında aynı gücü arkamızda görmek istiyoruz.

Bizim en büyük gücümüz taraftarımız. Bu desteğin daha da artmasını umut ediyoruz. İnşallah bizlerde alacağımız sonuçlarla onların yüzünü güldürmeyi başaracağız" dedi.

RAKİBİN DURUMU
Geçtiğimiz sezon Eynesil Belediyespor'un grubunda yer alan ve gösterdiği başarılı performans ile 2.Lige yükselen konuk ekip çok formda.

Elazığspor, oynadığı 4 karşılaşmada 3 galibiyet 1 beraberlik aldı ve 10 puan topladı.

Haber:
Osman Yılmaz



2024 PETLAS Türkiye Offroad Şampiyonası'nın 4. ayak yarışları tamamlandı. Denizli'de düzenlenen 2024 PETLAS Offroad Şampiyonası'nın 4. ayağında mücadele Şebinkarahisarlı pilotlar İsmail Karancı ve Murat Karancı, ilçeye bir kez daha kupayla döndü.

Liderlik Onların İşİ

Denizli Doğa Sporları ve 4x4 Offroad Spor Kulübü (DENDOFF) tarafından Merkezefendi Belediyesi, Spor Toto ve ICYPPEX katkılarıyla gerçekleştirilen organizasyona 4 kategoride 18 araç ve 36 sporcu katıldı.

İki gün süren yarışlarda Şebinkarahisarlı pilotlarımız, İsmail Karancı ve Murat Karancı damga vurdu. S3 klasmanında mücadele eden Giresun Offroad Kulübü sporcularımız birincilik kupasıyla ilçeye dönerken, şampiyonada liderliğini sürdürdüler.

HEYECAN VE ADRENALİN ZİRVE YAPTI!

İki gün boyunca Denizli Merkezefendi ilçesinde devam eden organizasyon, ilk gün Yeşil Yayla Mahallesi'ndeki Pamukkale etabı, pazar günü ise Merkezefendi Belediyesi seyirci etabında koşuldu. Kalabalık bir izleyici topluluğu tarafından ilgi ve heyecanla takip edilen organizasyon-

da, sporcular zorlu engeller ve rakipleriyle zamana karşı mücadele ettiler.

ŞEBINKARAHISARLILAR ZİRVEDE!

Yarış sonunda genel klasman birincisi Kenan Özsoy-Harun Deynek olurken, Ergün Çirkin-Batuhan Korkut ikinciliği ve Ramazan Karaçelik-Caner Bal da üçüncülüğü elde eden ekipler oldular. Sınıf 3'te İsmail Karancı-Murat Karancı ve Sınıf 4'te Ramazan Karaçelik-Caner Bal ilk sırada yer alırken, SSV sınıfında ise Ergün Çirkin-Batuhan Korkut ile Kenan Özsoy-Harun Deynek eşit puanla birincilikleri paylaştılar.

PETLAS 2024 Türkiye Offroad Şampiyonası, 19-20 Ekim tarihlerinde Trabzon Offroad Kulübü (TROFF) tarafından Akçaabat'ta düzenlenecek olan 5. ayak ile devam edecek.

Haber:
Hatice Bodur Uzun



ERGÜN, Spor Tesislerinde İncelemelerde Bulundu



Gençlik ve Spor İl Müdürü Muzaffer ERGÜN, 2024-2025 futbol sezonu öncesinde, Merkez 75. Yıl Stadı, Bulancak İlçe Stadı, Piraziz İlçe Stadı ve Eynesil İlçe Stadı'nda incelemelerde bulundu. ERGÜN, tesislerdeki çalışmaların durumu yerinde takip ederek, yetkililerden bilgi aldı.

75. Yıl Stadı'ndaki protokol tribünü yapım süreci hakkında detaylar alan ERGÜN, projelerin ilerleyişini değerlendirdi. Piraziz İlçe Stadı'nda sentetik çim halı serme işleminin sona yaklaşmış olduğunu ve tel örgü ile boru

profilleri boyama işlemlerinin tamamlandığını bildirdi. Piraziz İlçe Stadı'ndaki çalışmaların %75 seviyesine ulaştığı öğrenildi.

Ayrıca, Bulancak ve Eynesil İlçe Stadı'ndaki bakım onarım çalışmalarını da yerinde inceleyen İl Müdürü Muzaffer ERGÜN, tesislerin genç sporculara daha iyi hizmet verebilmesi için gerekli adımların atılacağını vurguladı. Spor altyapısının güçlendirilmesi amacıyla yürütülen bu çalışmalar, ilimizdeki spor faaliyetlerine büyük katkı sağlayacak.

Haber: Mustafa Tuncay

U19 ve U17 Elit Liglerinde Heyecan Sürüyor

U19 ve U17 Elit Liglerinde mücadele devam ediyor. 5. haftası geride kalan U19 Elit A Ligi'nde 13'er puana sahip Galatasaray ile Tümosan Konyaspor zirveyi paylaşıyor. U19 Elit B Ligi'nde ise 5. haftanın ardından 13 puanlı Eskişehirspor ilk sırada.

U17 Elit A Ligi'nde 7. hafta karşılaşmaları sonunda Galatasaray 18 puanla ligin tepesinde. 5. hafta maçları tamamlanan U17 Elit B Ligi'nde ise 13 puanlı Kocaelispor ilk basamakta.

Temsilcimiz Giresunspor ise U19 kategorisinde

oynadığı 5 karşılaşmada 2 galibiyet, 3 mağlubiyet alırken 6 puan topladı ve kendisine 12. sırada yer buldu.

U17 Elit liginde ise Çotanaklar, 1 galibiyet, 4 yenilgi aldı ve 3 puan toplayabildi.

Haber: Osman Yılmaz



PUAN DURUMU

TAKIM	O	G	B	M	A	Y	A	P
Menemen FK	4	4	0	0	9	2	7	12
68 Aksaray	4	3	1	0	11	3	8	10
Elazığspor	4	3	1	0	7	2	5	10
Bucaspor 1928	4	3	1	0	7	3	4	10
Serik Bld	4	2	2	0	7	4	3	8
Ankara Demir	4	2	2	0	6	3	3	8
Vanspor FK	4	2	1	1	6	4	2	7
Karacabey Bld	4	2	1	1	5	5	0	7
Arnavutköy Bld.	4	1	3	0	6	5	1	6
Giresunspor	4	1	2	1	2	2	0	5
Somaspor	4	1	1	2	4	4	0	4
Beyoğlu Y.Çarşısı	4	1	1	2	3	4	-1	4
Erbaaspor	4	1	0	3	3	6	-3	3
Karaman FK	4	0	2	2	4	6	-2	2
Bld. Derincespor	4	0	1	3	3	9	-6	1
Diyarbakirspor	4	0	1	3	3	9	-6	1
Yeni Mersin İY	4	0	0	4	3	9	-6	0
Nazilli Spor	4	0	0	4	2	11	-9	0

Haftanın Sonuçları

Nazilli Spor A.Ş.	1-4	Menemen Futbol Kulübü
Bucaspor 1928	3-1	Diyarbakir Spor A.Ş.
Beyoğlu Yeni Çarşısı	0-1	Ankara Demirspor
Van Spor FK	0-2	Çimentaş Elazığspor
Serik Belediyespor	1-0	Giresunspor
Bld. Derince Spor	1-5	Motolux 68 Aksarayspor
Karaman FK	2-2	Arnavutköy Bld. Futbol Sk
Karacabey Belediye Spor A.Ş.	2-1	Somaspor
Y. Mersin İY. Futbol A.Ş.	0-1	Merkür Jet Erbaaspor

5.Haftanın Maçları

Arnavutköy Bld. Futbol Sk	-	Belediye Derince Spor
Menemen Futbol Kulübü	-	Van Spor Futbol Kulübü
Motolux 68 Aksarayspor	-	Nazilli Spor A.Ş.
Merkür Jet Erbaaspor	-	Karaman Futbol Kulübü
Ankara Demirspor	-	Y. Mersin İY. Futbol A.Ş.
Serik Belediyespor	-	Bucaspor 1928
Somaspor	-	Beyoğlu Yeni Çarşısı
Diyarbakir Spor A.Ş.	-	Karacabey Bld. Spor A.Ş.
Giresunspor	-	Çimentaş Elazığspor

