



SERDAR DEMİRKAN
MİMARLIK

☎ 0454 216 32 45

Fatih Caddesi Taşhan İş Hanı Kat: 1 / GİRESUN

BEREKET İNŞAAT
SANAYİ TİCARET LİMİTE ŞİRKETİ

★Demir ★Korige Boru ★Aşkale 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® Extra Cplus İnışdibi

GİRESUN

Günlük Siyasi Bağımsız Yerel Gazete

www.giresungundem.com

GÜNDDEM

22 Ocak 2026 Perşembe

Sayfa: 1

Sayı: 7433

Yıl: 21

Fiyatı: 7 TL

Bahçeli'den Giresun'a Sıcak İlgisi

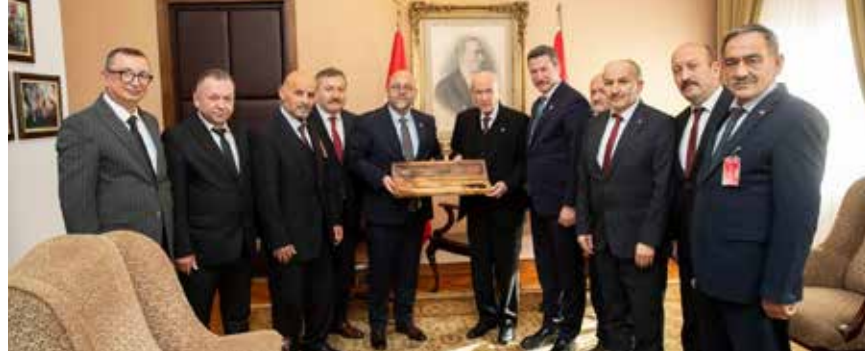
MHP Giresun İl Başkanı Salih Akgün ve parti kurmayları, Parti lideri Bahçeli tarafından kabul edildi. MHP Giresun heyeti önce partinin grup toplantısına katıldı. Ardından MHP Lideri Bahçeli'yi ziyaret eden Milletvekili Ertuğrul Gazi Konal ve İl Başkanı Salih Akgün ve beraberindeki heyet kendisiyle fikir alışverişinde bulundular..

Bahçeli'ye teşekkür eden Akgün" Genel Başkanımız Sayın Devlet Bahçeli'yi, grup toplantısının ardından TBMM'deki makamında ziyaret ettik. Ziyaretimizde; Çepni kültürünün önemli unsurlarından biri olan ve Milli Mücadele yıllarında 42.

ve 47. Giresun Gönüllü Alayları tarafından kullanılan, Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün Nutuk'ta "Bellerindeki sivri uçlu Giresun bıçakları ile düşmanı eski siperlerine geri püskürtmüşlerdir." sözleriyle ifade ettiği bıçaklardan biri olan "Giresun Saldırması"nı İl Teşkilatımız adına zat-ı alilerine takdim ettik.

Kültür ve Turizm Bakanlığı Bıçak Sanatçısı, hemşehrimiz Mahir Henden tarafından özel olarak üretilen bu anlamlı eseri kabul buyurdukları için Sayın Genel Başkanımıza teşekkürlerimizi arz eder; kendilerine sağlıklı, huzurlu ve hayırlı uzun ömürler dilerim." dedi.

Haber: Fatma Uğurlu



Ali Zafer Topşin

Giresun'un "Kaderi bu mu?"

Giresun... Yeşilin en cömert tonuyla mavinin en hırçın halinin kucaklaştığı, fındığın başkenti, kirazın anavatanı. Ancak ne yazık ki son yıllarda bu güzel şehir, doğal güzelliklerinden çok, sahil yolunda kilitlenen trafiği ve bir türlü gerçekleşmeyen altyapı projeleriyle anılır oldu. Her seçim döneminde meydana kurulan kürsülerden Giresunluya iki büyük müjde

verilir: Dal-Çık Projesi ve Güney Çevre Yolu. Alkışlar kopar, umutlar yeşerir, sandıklar dolar taşar. Fakat seçim otobüsleri şehri terk ettikten sonra Giresun, sahil şeridinde hapsolmuş kaderiyle baş başa kalır.

Peki, komşu iller tünellerle, viyadüklerle, çevre yollarıyla çağ atlarken, Karadeniz'in incisi Giresun neden "bekleme odasında" tutuluyor?

SAYFA 4'TE

Profesör Demet Şengül ve ekibi 2025'te 48 bin materyali inceleyerek tam not aldı..

İŞTE SEVK ÇİLESİNE SON VEREN KADRO



Giresun Eğitim Araştırma Patoloji Kliniği 2025 yılında oldukça faal bir çalışma dönemi geçirdi..

Yapılan açıklamada, "Patoloji Kliniğimiz, 2025 yılı boyunca Giresun ve çevre ilçelere tanı hizmeti sunarken

doğru ve zamanında tanının hasta bakımındaki önemini esas almıştır. **3'TE**



'Karadeniz'in Tarihi Mirasını Konuşacağız'

SAYFA 4'TE



Sözün bittiği yerdeyiz

(Yazısı Sayfa 3'te)



Baesweiler: Tarih, Doğa ve Modern Yaşamın Buluştuğu Alman Kenti

(Sayfa 6'da)

Musiki Cemiyeti'nden, Harika Bir Konser Daha



Haber: Namık Baltaoğlu

Başkanlığını Seher Ataün' ün yaptığı Giresun Musiki Cemiyeti, "Yusuf Nalkesen Besteleri" adlı bir konser düzenledi.

SAYFA 2'DE



Kahveciler ve Otelciler Odası kongresi yapıldı ve Ercan Ayhan Güven tazeledi. kurulunda, Mevcut başkan Ercan Ayhan seçime tek liste olarak girdi. Üyelerin tamamına yakınının oyunu alan Ayhan yeniden başkan seçildi. **Haber: Hasan Seyis**

Vali Mustafa Koç ve Eşi Hanımefendiden şehit ve gazilere vefa



Önceki gün göreve başlayan Giresun Valisi Mustafa Koç, eşi Neslihan Gül Koç Hanımefendi ile birlikte ilk gününde bir dizi anlamlı ziyaret gerçekleştirdi. **3'TE**

Kara'dan Esnaf İçin 5 Maddelik Talep



GESOB Başkanı Ali Kara, esnafın mali dengesinin son yıllarda altüst olduğunu iddia ederek yetkilileri göreve çağırdı. **SAYFA 2'DE**

Obezite Polikliniği devrede



Giresun Üniversitesi Giresun Eğitim ve Araştırma Hastanesi, çağımızın en önemli sağlık sorunlarından biri olan obeziteyle mücadele amacıyla Aile Hekimliği Kliniği bünyesinde Obezite Polikliniği'ni hizmete açtı. **SAYFA 3'TE**

Gezmiş: Giresun Yok Sayılıyor



Cumhuriyet Halk Partisi (CHP) Giresun Milletvekili Elvan Işık Gezmiş, komşu illere giden yatırımlar gibi Giresun'a da yatırım yapılmasını istedi.

SAYFA 2'DE

Gezmiş: Giresun Yok Sayılıyor

Gezmiş, “Komşu illerde dev projeler yükselirken, Giresun AKP iktidarında bir kez daha ‘üvey evlat’ muamelesi gördü.” dedi.

Milletvekili Gezmiş, TBMM’de AKP’nin 2026 Yatırım Programı üzerine yaptığı konuşmada, “Ne yazık ki memleketim Giresun için tablo yine içler acısı. Siz Giresun’u yok sayıyorsunuz, biliniz ki Giresun da sizi sandıkta yok

sayacak.” dedi

Gezmiş “Komşu illerde dev projeler yükselirken, Giresun AKP iktidarında bir kez daha ‘üvey evlat’ muamelesi gördü. Şehirde trafik artık ilerlemiyor, her gün kazalar oluyor dedik, ne çare; 2015 yılında dönemin bakanı tarafından müjdelenen, Karadeniz’in diğer çevre illerinde çoktan hayata geçirilen Güney Çevre Yolu, yatırım programında YOK.

Karadeniz’i İç Anadolu’ya bağlayan en kısa ve en kritik güzergâh olan Tirebolu–Torul Yolu, yatırım programında YOK.

Giresun trafiğini rahatlatması şart olan, iki bakanın katılımıyla temeli atılan Liman mevkiindeki Şehir İçi Geçiş Projesi, yatırım programında YOK.

SİZ GİRESUN’U YOK SAYIYORSUNUZ, BİLİNİZ Kİ

GİRESUNLU DA SANDIKTA SİZİ YOK SAYYACAK.

Giresun, 23 yıldır her yatırım döneminde sistematik biçimde görmezden gelinmektedir. Artık hemşehrilerim vaat değil, masal değil; icraat görmek istiyor. Giresun’u yok sayıyorsunuz; biliniz ki Giresunlu da günü geldiğinde sizi sandıkta yok sayacaktır.” dedi.

Haber:
Cahit Akdoğan



Başkan Ali Kara’dan Esnaf İçin 5 Maddelik Talep

Kara, “Esnaf ve sanatkarlarımız ülke ekonomisinin bel kemiği istihdamın taşıyıcı gücü ve sosyal yapının vazgeçilmez unsurudur.

Son yıllarda yaşanan yüksek enflasyon artan girdi maliyetleri daralan piyasa şartları ve alım gücündeki ciddi düşüş esnaf ve sanatkarlarımızın mali dengelerini derinden sarsmıştır. Bu ağır ekonomik koşullar altında bir çok esnaf ve sanatkarlarımız iradesi dışında kredi kartlarını ödemede zorlanmış mevcut kredi borcu bulunanların yeni kredi ve finansman imkanlarından tamamen mahkum bırakılması sorunu çözmek yerine daha da derinleştirmiştir “dedi

Kara şu noktalara dikkat çekti

- Kredi borcu bulunan esnafın finansmana erişiminin kesilmesi işletmelerin faaliyetlerini sürdüremez hale gelmesi
- Borcun tahsil edilmeme-



sine

- İşler ve iş yerleri kapanışlarının artması
- İstihdam kaybına ve kayıt dışılığa yol açmasına yol açmaktadır.

Oysa esnafın borcunu ödeyebilmesi için tek yol olmaya devam etmesi üretmesi ve nefes alabilmesidir.

Kredi kapılarının kapatılması borcun geri dönüşünü de imkansız hale getirmektedir.”

Odalar Birliği olarak taleplerini anlatan Kara yetkililerden destek istedi.Kara 5 maddelik çözüm önerisi sundu

1. Kredi borcu bulunan esnaf ve sanatkarların borçlar gerekçe gösterilerek kredi ve desteklerden tamamen dışlanması son verilmesi
2. Mevcut borçların yeniden yapılandırılması vade uzatımı ve faiz yükünün hafifletilmesi
3. Borcu bulunan ancak

faaliyetine devam eden esnaf için kontrollü ve amaca yönelik yeni kredi modellerinin oluşturulması

4. Doğal afet ekonomik daralma ve piyasa koşullarında kaynaklı borçlar için ayrıştırıcı ve adil düzenlemeler yapılabilmesi

5. Esnafın ödeme gücünü artıracak can suyu niteliğinde finansman ve destek mekanizmalarının hayata geçirilmesi...

Kara ayrıca, “Unutulmama-lıdır ki esnaf ayakta kalırsa ekonomisi de ayakta kalır borçlarda ancak bu şekilde ödenebilir esnafı sistemin dışına iten değil sistemin içinde tutan çözümler üretilmelidir bu nedenle ilgili tüm kurum ve kuruluşları esnaf ve sanatkarların gerçeklerini dikkate alan sürdürülebilir ve hakkaniyetli çözüm yollarını birlikte oluşturmaya davet ediyorum” ifadele-rine yer verdi.

Haber:
Cahit Akdoğan

Vali Koç’a Tebrik Ziyaretleri Sürüyor



Giresun Valisi Mustafa Koç’a hayırlı olsun ziyaretleri başladı. İlk ziyaretleri, Cumhuriyet Başsavcısı Zeynel Abidin Akkiraz, İdare Mahkemesi Başkanı Suat Bice ve 3. Ağır Ceza Mahkemesi Başkanı Hamza Alperen gerçekleştirdi. Bu ziyarette, Vali Koç görevinde başarılar dileyen misafirlerle bir süre görüştü.

Aynı gün, akşam saatlerinde Milli Eğitim Bakanlığı Strateji Geliştirme Başkanı Ercan Türk, Vali Mustafa Koç’u Valilik Makamında ziyaret etti. Vali Koç ile Ercan Türk arasında gerçekleştirilen görüşmede, ilin eğitim stratejileri ve geleceğe yönelik projeler üzerinde bilgi alışverişinde bulunuldu.

Haber: Mustafa Cici

ADABAHC’DE SATILIK DENİZ MANZARALI ARSA

Adabahçe’de imar izni alınmış,doğalgaz,su,elektrik ,yol ve kanalizasyon sorunu olmayan 950 m2 arsa sahibinden satılıktır.

Arsa için nakit para veya daire karşılığı takas da mümkündür..Arsanın önü açıktır ve ileride yeni yapılacak konutların önünün kapanması mümkün değildir

İLETİŞİM: 0530 845 19 55

Musiki Cemiyeti’nden, Harika Bir Konser Daha

Giresun Kültür ve Fuar Merkezi’nde Şef Muammer Usta yönetiminde, saz sanatçıları Ahmet Çetin Karamehmetoğlu, Mustafa Ensar Usta, Erdem Usta, Caner Tek, Mustafa Mengütekin, Mehmet Meral,Doğancan Başustaoğlu ve Ahmet Abrur eşliğinde sahne alan koro sanatçıları Seher Ataün, Nilüfer Karamehmetoğlu, Ferda Gemicioğlu, Aylin Şahin, Işıl Aksüt, Fehiman Göksu, Eda Bayraktar, Büşra Özdemir Usta, Nilgün Şahinde Aktaş, Ayşegül Coşar, Perihan Yıldırım, Hamiyet İlgezdi, Sevgi Sağlık, Özlem Sıbiç, Arzu Torun, Sevinç Dervişoğlu, Emel Esin Cantürk, Hatize Bayrakdar, Melek Kümbül, Nihan Tosun, Rabia Karadeniz, Gonca Aydın, Kadriye Kefal, Hasan Kılıççı, Güven Uzunoğlu,Mustafa Kemal Yıl-



maz, Kenan Gemicioğlu, Aziz Gürel, Mehmet Güvelioğlu, Cavit Akkaya, Mustafa Sıpcıkoğlu,Kadir Karaduman, Sabri Kasapoğlu, Selim Mumcuoğlu, Murat Yılmaz, Yavuz Mağden, İsmet Topşir, Yücel Demirci ve Mustafa İşsever söyledikleri birbirinden güzel şarkılarla

müzikseverlere unutulmaz bir gece daha yaşattılar.

Sunumunu Aylin Şahin’ in yaptığı konseri Giresun Belediye Başkan Yardımcısı Mehmet Ali Akten, Giresun Kent Konseyi Başkanı Dr.İsmail Cem Feridunoğlu, CHP İl Başkanı Dr.Gökhan Şenyürek, Giresun

Turizm ve Tanıtma Derneği Başkanı Uğur Karabrahimoğlu, bazı kurum-kuruluş, STK ve müzik topluluğu yöneticileri, iş insanları ile çok sayıda davetli izledi.

Konser çiçek sunumu ve fotoğraf çekiminin ardından sona erdi.

22 Ocak 2026 Perşembe	GİRESUN GÜNDEM	SAYI: 7433
İmtiyaz Sahibi HATİCE CİCİ		
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Mustafa CİCİ		
İLAN VE REKLAM TARİFESİ RESMİ İLAN (Tek Sütun Santimi)..... : 232 TL Kongre İlanı (12 x 12 cm'ye kadar)..... : 1.500 TL Tüzük İlanı : : 1.500 TL Zayıf Öğrenci..... : 250 TL Zayıf İlanı..... : 500 TL Özel İlan (S/Cm)..... : 235 TL Yıllık Abone..... : 3.000TL 6 Aylık Abone..... : 1.500 TL Çeyrek Sayfa İlan..... : 1.000 TL Yarım Sayfa İlan..... : 2.000 TL Tam Sayfa İlan..... : 4.000 TL 2 Sütun x 5 cm..... : 200 TL 4 Sütun x 5 cm..... : 400 TL		YÖNETİM MERKEZİ Kapu Mah. Gazi Cad. Güven Çarşısı No: 89 Kat: 4 Daire No: 204 GİRESUN DİZGİ ve BASIM YERİ Giresun Gündem Gazetesi Matbaası Kavaklar Mah. Soner Sk. No:3/2 GİRESUN 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
NOT: Bu tarifele KDV dahil değildir.		
Sayfa Sekreteri (Editör) Hakan ÇELEBİ Muhabir Cahit AKDOĞAN Muhabir Fatma UĞURLU		
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		

Profesör Demet Şengül ve ekibi 2025'te 48 bin materyali inceleyerek tam not aldı..

İŞTE SEVK ÇİLESİNE SON VEREN KADRO



Kliniğimize gönderilen tüm örnekler, tanı sürecinin güvenilirliği açısından bilimsel kurallar ve kalite standartları çerçevesinde değerlendirilmiştir. 2025 Yılı Tanısal Faaliyetlerimiz

- 2025 yılı içerisinde 48.232 adet biyopsi materyali incelenmiştir.

- 1.587 hastada kanser teşhisi konularak ilgili kliniklere yönlendirme yapılmıştır.
- 12.209 endoskopik vaka değerlendirilmiştir.
- Kadın sağlığı taramaları kapsamında servikal smear testleri ve tiroid nodüllerinin ayırıcı tanısı amacıyla toplam 12.209 örneği incelenmiştir.

Tanısal süreçlerde histokim-



yasal ve immünohistokimyasal yöntemler kullanılarak klinik birimlerle koordinasyon içinde çalışılmıştır. Ayrıca, moleküler tanı kapasitesinin geliştirilmesine yönelik olarak Real-Time PCR ve Yeni Nesil Dizileme (NGS) ile ilgili çalışmalar sürdürülmektedir." denildi. Tıbbi Patoloji Kliniği kadrosu şu isimlerden oluşuyor

"Prof. Dr. Demet Şengül
Doç. Dr. İlkay Çınar
Dr. Öğr. Üyesi Esmâ Çınar
Dr. Öğr. Üyesi Birgül Tok
Dr. Öğr. Üyesi Sevdâ Dalar
Uzm. Dr. Hülya Öksüz
Kabadayı
Uzm. Dr. Özge Aydın
Uzm. Dr. Muhammet Kolomuç
Uzm. Dr. Gözde İlhan"
Haber: Mustafa Cici

Obezite Polikliniği devrede



Aile Hekimliği uzmanı Öğretim üyesi Neslişah Gürel Köksal" Obezite, diyabet, hipertansiyon, kalp-damar hastalıkları, eklem hastalıkları, polikistik over sendromu, infertilite, uyku apnesi sendromu ve bazı kanser türleri gibi birçok kronik hastalığın gelişiminde önemli bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır. Obezite Polikliniği'nde; obeziteyle mücadelede alanında uzman hekimler ve diyetisyenlerden oluşan bir ekip tarafından;

- Genel sağlık değerlendirmesi ve ilgili kronik hastalıkların izlemi ,
- Kişiye özel beslenme ve egzersiz programları,
- Yaşam tarzı değişiklikleri danışmanlığı,
- Profesyonel tartı ile ayrıntılı vücut analizi ve değerlendirilmesi

hizmetleri sunulmaktadır." dedi.

Haber: Fatma Uğurlu

Vali Mustafa Koç ve Eşi Hanımefendiden şehit ve gazilere vefa

Öncelikle Türkiye Harp Malulü Gaziler-Şehit Dul ve Yetimleri Derneği Giresun Şubesi'nde şehit aileleri ve gazilerle bir araya gelen Vali Koç, "Onlar istiklâlimizin hamisi, onlar istikbâlimizin nişanesi... Millet'in şerefiyle yazılmış hayatların sahipleriyle, aziz şehitlerimizin muhterem yakınları ve gazilik payesiyle onurlanan kahramanlarımızla birlikteyiz," dedi.

Daha sonra lenfoblastik lösemi tedavisi gören altı yaşındaki Masal adlı küçük kıızı evinde ziyaret eden Vali Koç, ziyaretle ilgili olarak "Masal kıızımız altı yaşında ama yüreği koca bir mücadeleye sığacak

kadar büyük. Masal gösterdiği metanetle, güler yüzüyle biz büyüklere örnek oluyor. Bahtın açık olsun sevgili kıızım," dedi. Vali Koç, Giresunlu son şehit İkmal Er Semih Erdoğan'ın ailesini de ziyaret ederek şehidimizin geride bıraktığı emanetin milletin vicdanında ve devletin himayesinde olduğunu vurgularken "Aziz ruhu şâd olsun," ifadelerini kullandı. Fevzi Çakmak Mahallesi sakinlerinden Murat amca ve Kıymet teyze ile de bir araya gelen Vali Koç Ziyaretler sırasında "Giresun'daki her gönülde yer bulmak vazifemiz... Haneleri, kalplerini bizlere açan kıymetli komşu-



larımıza teşekkür ediyorum," diye konuştu. Son olarak, 2005 yılında Elazığ'da vatani görevini yerine getirirken şehit olan Jandarma Onbaşı Zafer Konak'ın ailesini ziyaret eden Vali Koç,

şehitlik mertebesine ulaşan Zafer'in emanetini daima yüreklerinde taşıyacaklarını ve büyük bir vefa ile sadakatle koruyacaklarını ifade etti.

**Haber
Merkezi**



BAŞARABİLİRİZ



Mehmet ŞAN

Sözün bittiği yerdeyiz

Bayrak namustur
Uzanan eller kırılır
Söz Arif Nihat Asya da
Bayrak
Ey mavi göklerin beyaz
ve kızıl süsü,
Kız kardeşimin gelinliği,
şehidimin son örtüsü,
Işık ışık, dalga dalga
bayrağımı!
Senin destanını okudum,
senin destanını yazacağım.
Sana benim gözümle
bakmayanın
Mezarını kazacağım.
Seni selamlamadan
uçan kuşun
Yuvasını bozacağım.
Dalgalandığın yerde ne
korku, ne keder...
Gölgende bana da, bana
da yer ver.
Sabah olmasın, günler

doğmasın ne çıkar:
Yurda ay yıldızının ışığı
yeter.
Savaş bizi karlı dağlara
götürdüğü gün
Kızılığında ısındık;
Dağlardan çöllere düştü-
ğümüz gün
Gölgene sığındık.
Ey şimdi süzgün, rüzgar-
larda dalgalı;
Barışın güvercini, sava-
şın kartalı
Yüksek yerlerde açan
çiçeğim.
Senin altında doğdum.
Senin altında öleceğim.
Tarihim, şerefim, şirim,
her şeyim:
Yer yüzünde yer beğen!
Nereye dikilmek istersen,
Söyle, seni oraya dike-
yim!

Alucra KYK Yurdu'nda Yangın: Merdivenli İtfaiye Aracının Olmayışı Tepki Çekti

Giresun'un Alucra ilçesinde dün gece saat 01.00 sularında KYK öğrenci yurdunda çıkan yangın paniğe neden oldu. Yangında bir oda tamamen yanarken, olayda can kaybı yaşanmaması olası bir facianın önüne geçti.

Yangına müdahale süre-

cinde ortaya çıkan eksiklikler ise kamuoyunda tepkilere yol açtı. Alucra Belediyesi'ne ait merdivenli itfaiye aracının ilçede bulunmadığı, aracın yaklaşık 8,5 aydır "tamir" gerekçesiyle ilçe dışına gönderildiği ve henüz geri getirilmediği öğrenildi.

Yangına, merdivensiz itfai-

ye aracıyla ve Türk Telekom'a ait merdivenler kullanılarak müdahale edilmesi dikkat çekti. Olayla ilgili değerlendirmelerde bulunan vatandaşlar ve bazı çevreler, bu durumun ciddi bir yönetim zafiyeti olduğunu ifade etti.

Yetkililer tarafından daha önce dile getirilen uyarıların

dikkate alınmadığını savunan eleştirilerde, yangının üst katlarda çıkması veya alevlerin yayılması halinde çok daha ağır sonuçların yaşanabileceği vurgulandı.

Yaşanan olay sonrası sorumluluğun, merdivenli itfaiye aracının uzun süredir ilçeye kazandırılmamasından dola-

yı Alucra Belediye yönetimine ait olduğu yönünde çağrılar yapıldı. Konunun siyasi değil, doğrudan can güvenliğiyle ilgili olduğu ifade edilirken, sürecin takipçisi olunacağı belirtildi.

İtfaiye Personeline Teşekkür
Tüm imkânsızlıklara rağmen

men Alucra Belediyesi itfaiye personelinin, canlarını riske atarak yangına sürgülü merdivenle müdahale ettiği ve yangını kontrol altına aldığı bildirildi. Gösterilen özveri ve cesaret, kamuoyunda takdirle karşılandı.

**Haber:
Yavuz Kayacık**

GİMEV Başkanı Bilal Dede'den Davet: "Karadeniz'in Tarihi Mirasını Konuşacağız"

GİMEV PAZAR BULUŞMALARI

KONUK:
MEHMET FATSA
Yazar, Araştırmacı, Giresun Üniversitesi Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanı

KONU:
ORTA VE DOĞU KARADENİZ'İN TÜRKLEŞMESİ VE İSLAMLAŞMASI

01 ŞUBAT PAZAR 2026 SAAT:10:00

PROGRAM AKIŞI:
-KAHVALTI: 10:00
-AÇILIŞ
-KONUŞMACI
-YAZAR MEHMET FATSA
-SORU/CEVAP

PROGRAM ADRESİ
Eyüp Sultan İlçe Müftülüğü Konferans Salonu
Kalenderhane Cad. No:9
Merkez, Eyüp Sultan / İSTANBUL

GİMEV Geleneksel Pazar Buluşmalarını, Yazar Mehmet FATSA'nın konuşmacı olarak katılımı ile Gerçekleştireceğiz. Programımıza teziflerinizden onur duyarız.

İletişim: 05356438621, 05465492834

Giresun ve İlçeleri İmam Hatip Lisesi Mezun ve Mensupları Eğitim ve Kültür Vakfı (GİMEV), "Geleneksel Pazar Buluşmaları" serisine yazar Mehmet Fatsa ile devam ediyor. Vakıf Başkanı Bilal Dede, tüm hemşerilerini bu anlamlı buluşmaya davet etti.

GİMEV'in gelenekselleşen sabah buluşmalarında bu ay, bölge tarihine dair derinlikli bir inceleme yapılacak. Giresun Üniversitesi Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanı, araştırmacı-yazar Mehmet Fatsa, "Orta ve Doğu Karadeniz'in Türkleşmesi ve İslamlaşması" konusunu ele alacak.

Bilal Dede: "Kimliğimizi ve Geçmişimizi Bilmek Geleceğimize Işık Tutacaktır"

Programla ilgili açıklamalarda bulunan GİMEV Başkanı Bilal Dede, bu tür etkinliklerin kültürel bağı güçlendirdiğine dikkat çekerek şunları söyledi: "GİMEV olarak sadece bir mezun derneği değil, aynı

zamanda bir kültür köprüsü olma gayretindeyiz. Kıymetli hocamız Mehmet Fatsa ile Karadeniz'in bugünlere nasıl geldiğini, tarihi ve manevi temellerini konuşacağız. Geçmişini bilmeyen, geleceğini inşa edemez. Tüm hemşerilerimizi ve tarih dostlarını 1 Şubat'ta Eyüpsultan'daki soframıza ve bu değerli sohbeti bekliyoruz."

01 Şubat Pazar günü Eyüp Sultan İlçe Müftülüğü Konferans Salonu'nda gerçekleşecek programın akışı şu şekilde belirlendi:

- 10:00: Kahvaltı (Geleneksel Pazar Buluşması)
- Açılış: Protokol konuşmaları ve selamlama
- Konferans: Yazar Mehmet Fatsa - "Orta ve Doğu Karadeniz'in Türkleşmesi ve İslamlaşması"
- Soru/Cevap: Katılımcıların merak ettiği soruların yanıtlanması

Katılım Bilgileri
• Tarih: 01 Şubat 2026, Pazar

• Saat: 10:00
• Adres: Kalenderhane Cad. No:9, Eyüpsultan/İSTANBUL (Eyüp Sultan İlçe Müftülüğü)

Konferans Salonu)
• İletişim: 0535 643 86 21 - 0546 549 28 34.
Haber: İbrahim Balcioğlu



**Ali Zafer
TOPŞİN**

Giresun'un "Kaderi bu mu?"

Neden Yapılmıyor? "Üvey Evlat" Hissi

Ordu çevre yolunu tamamladı, Trabzon Kanuni Bulvarı ve sayısız tünelle trafiğini rahatlatmaya çalışıyor. İki büyükşehir arasında sıkışan Giresun'da ise projeler neden bir türlü kazma vurulacak aşamaya gelmiyor? Bunun birkaç sebebi konuşuluyor ancak hiçbirisi Giresunluyu tatmin etmiyor:

Lobi Eksikliği: Şehrin siyasi ve bürokratik mekanizmalarda, komşu iller kadar masaya yumruğunu vuramadığı algısı giderek güçleniyor.

Maliyet Bahaneleri: Coğrafi zorluklar ve maliyetler öne sürülüyor. Ancak Karadeniz'in diğer illerinde dağlar delinirken Giresun'a gelince "bütçe kısıtı" denmesi inandırıcı gelmiyor.

Öncelik Sıralaması: Giresun, transit geçiş güzergahında bir "dar boğaz" olarak görülüyor ancak çözüm, merkezi planlamada sürekli erteleniyor.

Dal-Çık Projesi: Şehri Denizle Barıştırmak Şehrin göbeğinden geçen uluslararası yol, Giresun'u adeta bıçak gibi ikiye bölüyor. Dal-Çık Projesi, sadece bir trafik düzenlemesi değil, şehrin denizle kucaklaşması projesidir.

Eğer bu proje, söz verildiği gibi Keşap Durağı, Liman Kavşağı gibi kilit noktalara uygulansaydı ne olurdu?

• Kesintisiz Trafik: Transit geçen araçlar yer altına alınır, şehir içi trafik üstte rahat bir nefes alır. Işıklar da bekleme çilesi biterdi.

• Görsel Estetik: O koca asfalt yığını ve egzoz dumanı yerin altına iner, üst kısım yayalaştırılır, yeşil alanlar artar.

• Şehir-Deniz Bütünleşmesi: Giresunlu, sahil şeridine ulaşmak için adeta bir engelli parkurunu aşmak zorunda kalmaz, şehriyle denizi arasında organik bir

bağ kurulurdu.

Güney Çevre Yolu: Bir Yol Değil, Şehrin Geleceği Giresun'un asıl kurtuluş reçetesi ise şüphesiz Güney Çevre Yolu'dur. Şehir şu an denize paralel, ince uzun bir çizgiye sıkışmış durumda. Arkası dağ, önü deniz; şehir boğuluyor.

Güney Çevre Yolu yapılsa:

• Şehir Güneye Büyür: Şehir, sahil bandındaki sıkışıklıktan kurtulur. Yeni yerleşim alanları, ticari merkezler güneye, iç kısımlara doğru kayar. Bu, Giresun'un imar planını ve geleceğini kurtarır.

• Ağır Vasıta Terörü Biter: Şehir merkezinden geçen tırlar, kamyonlar çevre yoluna aktarılır. Hem gürültü kirliliği biter hem de trafik güvenliği sağlanır.

• Hava Kirliliği Azalır: Şehir merkezinde dur-kalk yapan binlerce aracın yarattığı egzoz dumanı şehri terk eder. Giresun'un o meşhur temiz havası geri gelir.

• Transit Geçiş Hızlanır: Doğu Karadeniz'i kullanan ticaret ve turizm araçları Giresun trafiğine takılmadan yollarına devam eder.

Lütuf Değil, Hak Giresun halkı artık "proje aşamasında", "etüt çalışmaları sürüyor" gibi cümleler duymak istemiyor. Özellikle yaz aylarında ve bayramlarda Keşap'tan girip Piraziz'den çıkmanın saatler sürdüğü bu çile, modern bir şehre yakışmıyor.

Dal-Çık ve Güney Çevre Yolu, Giresun için bir lüks veya estetik tercih değildir; bu şehrin nefes borusudur, ticari hayatının can damarıdır. Verilen sözlerin tutulması, dosyaların raftan inmesi ve iş makinelerinin sahaya inmesi gerekiyor.

Giresun, iki büyükşehir arasında sıkışıp kalmış bir "geçiş noktası" değil, yatırımı ve hizmeti sonuna kadar hak eden bir varış noktasıdır.

Dr. Öğr. Üyesi Kıymet İclal Ayaydın Yılmaz'dan Rahim Kanseri İçin Tarihi Uyarılar..

1-31 Ocak tarihinde her yıl kutlanan Rahim Ağzı (Serviks) Kanseri Farkındalık ayı vesilesiyle değerlendirmelerde bulunan Giresun Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Kıymet İclal AYAYDIN YILMAZ, vatandaşları uyardı..

YILMAZ, bu kanser türünün düzenli kontroller sayesinde büyük oranda önlenabilir olduğuna dikkat çekti.

Yılmaz, "Buna rağmen Türkiye'de hâlâ geç evrede tanı alan vakalarla karşılaşmaktadırlar."

Rahim ağzı kanserinin başlıca nedeni Human Papilloma Virüsü (HPV) enfeksiyonudur. HPV toplumda oldukça yaygın

olmakla birlikte, dünya genelinde kadınların bu virüsle hayatları boyunca karşılaşma ihtimali yüzde 85 civarındadır." dedi.

Dr. Öğr. Üyesi Kıymet İclal AYAYDIN YILMAZ, düzenli olarak yapılan smear ve HPV testlerinin, kansere dönüşme potansiyeli taşıyan hücresel değişiklikleri erken aşamada ortaya koyduğunu ve rahim ağzı kanserinin bu tarama programıyla önlenabilir bir kanser olduğunu dile getirdi.

Kadınların 21 yaşından itibaren ya da cinsel olarak aktif olduktan sonra düzenli jinekolojik muayenelerini aksatmaması gerekmektedir. Dr. Öğr. Üyesi Kıymet İclal AYAYDIN

YILMAZ, "Tarama programı için uygun hastalarınızdan poliklinik şartlarında, jinekolojik muayene esnasında, smear ve HPV testini almaktayız. Hem görsel hem de smear ve HPV testlerinin sonucuna göre kısa sürede ve ağrısız tanı koyup, bir yol haritası oluşturmaktayız."

Ayrıca Kanseri Erken Teşhis ve Tarama Merkezi'nde (KETEM) de smear ve HPV testlerinin taramaları yaptırılmaktadır.

HPV testinde kritik olan 15 adet tip olmakla birlikte, bunlardan en önemlileri 16 ve 18 dediğimiz tiplerdir. Bunların pozitifliğinde direkt servikal kolposkopik biyopsi işlemi

öneriyoruz. Erken evrede tespit edilen lezyonların, basit ve etkili tedavi yöntemleriyle tamamen ortadan kaldırılabilirliğini söyledi. "İfadelerine yer verdi

Düzenli kontrol ile bu hastalıktan korunmak mümkün olduğunu vurgulayan Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Kıymet İclal AYAYDIN YILMAZ, Ocak ayının kadınların kendi sağlıklarını yeniden gözden geçirmeleri için önemli bir fırsat sunduğunu, tüm kadınlara düzenli kontrollerini yaptırmaları, bedenlerinden gelen uyarı sinyallerini ciddiye almaları çağrısında bulundu.

Haber: Fatma Uğurlu

Giresun 112 Acil Çağrı Merkezi Hızıyla Türkiye Ortalamasını Geride Bıraktı

Vali Mehmet Fatih Serdengeçti, Giresun 112 Acil Çağrı Merkezi'nin 2025 yılı verilerini kamuoyuyla paylaştı.

Açıklanan rapora göre, 112 Acil Çağrı Merkezi personeli, çağrı karşılama süresindeki hızıyla Türkiye ortalamasının üzerinde bir performans sergiledi.

Yarım Milyona Yakın Çağrı Alındı

Giresun 112 Acil Çağrı Merkezi, 2025 yılı boyunca yoğun bir mesai harcamayarak toplam 482.328 çağrıya yanıt verdi.

Vatandaşların yardım taleplerini saniyeler içinde ilgili birimlere ulaştırılan merkez, 7/24 esasına göre kesintisiz hizmet sundu.

Çağrıların Yarısı Asılsız veya Yarım Kaldı

Veriler, 112 hattının gereksiz yere meşgul edilmesi sorununu da gözler önüne serdi. Gelen aramaların %25,62'si "asılsız" olarak kayıtlara geçerken, %22,91'lik bir kısım ise anons sırasında kapanan çağrılardan oluştu.

Merkeze ulaşan ve "asıllı"

olarak nitelendirilen 248.255 çağrı (%51,47) ise konularına göre tasnif edilerek hızla ilgili kurumlara yönlendirildi.

Koordinasyonun sağlandığı kurumlar arasında AFAD İl Müdürlüğü, İl Sağlık Müdürlüğü, İl Jandarma Komutanlığı, İl Emniyet Müdürlüğü, Sahil Güvenlik Bot Komutanlığı, Orman İşletme Müdürlüğü ve İtfaiye Müdürlüğü yer aldı.

Saniyelerle Yarışta Türkiye Ortalamasından Daha Hızlı

Acil durumlarda hayati önem taşıyan "çağrı alıcı reaksiyon

süresi" konusunda Giresun 112 personeli başarılı bir grafik çizdi. Türkiye genelinde ortalama reaksiyon süresi 2,43 saniye iken, Giresun 112 Acil Çağrı Merkezi bu süreyi 2,34 saniyeye düşürerek olaylara müdahale hızında fark oluşturdu.

Vali Serdengeçti, verileri paylaşırken acil durum personelinin özverili çalışmalarına dikkat çekerek, asılsız çağrılar konusunda vatandaşların duyarlılığının önemini bir kez daha hatırlattı.

Haber: Fatma Uğurlu

Sağlık Köşesi

Kış Aylarında Gripten Korunmanın 6 Etkili Yolu

Soğuk havaların etkisini artırdığı, kapalı alanlarda daha fazla zaman geçirdiğimiz kış aylarında grip, nezle ve diğer üst solunum yolu enfeksiyonları daha sık görülüyor. Gripten korunmak ya da hastalığı daha hafif atlatmak için bağışıklık sistemimizi güçlendirmemiz gerekiyor. Doğru beslenerek vücudun savunma mekanizmalarını güçlendirmek bu hastalıklara karşı doğal bir kalkan oluşturabiliyor. Memorial Şişli Hastanesi Beslenme ve Diyet Bölümü'nden Uz. Dyt. Sinem Türkmen, bağışıklık sistemini güçlendiren beslenme yöntemleri hakkında bilgi verdi.

PROTEİN, VİTAMİN VE ANTİOKSİDAN İÇEREN BESİNLERİ TERCİH EDİN

Bağışıklık sistemi; virüs, bakteri ve diğer zararlı mikroorganizmalara karşı vücudu koruyan karmaşık bir savunma ağıdır. Bu sistemin hücreleri; vitaminlere, minerallere, proteine ve antioksidanlara ihtiyaç duyar. Yetersiz ve dengesiz beslenme, bağışıklık hücrelerinin sayısını ve etkinliğini azaltarak grip gibi enfeksiyonlara yakalanma riskini artırır. Grip ve nezle gibi üst solunum



yolu enfeksiyonlarından korunmak için bu yöntemler;

• SAVUNMANIN

TEMEL TAŞI PROTEİN: Bağışıklık hücrelerinin yapımı için yeterli protein alımı şarttır. Yumurta, yoğurt, kefir, balık, tavuk, hindi, kırmızı et, kuru baklagiller; grip savar beslenmenin olmazsa olmazlarıdır. Özellikle iştahsızlığın arttığı hastalık dönemlerinde, çorbalara eklenen et, tavuk veya bakliyatlar protein alımını destekler.

• **EN BİLİNER BAĞIŞIKLIK DESTEKÇİSİ C VİTAMİNİ:** C vitamini, bağışıklık hücrelerinin aktivitesini artırır ve enfeksiyon süresinin kısılmasına yardımcı olabilir. Portakal, mandalina, limon, kivi, kuşburnu, kırmızı biber, brokoli ve maydanoz en zengin kaynaklardır. C vitamini kaybı olmaması için bu gıdalar çiğ olarak tüketilmelidir. Ancak unutulmamalıdır ki C vitamini tek başına mucize değildir; düzenli ve yeterli alımı önemlidir.

• **SOLUNUM YOLLARININ KORUYUCUSU A VİTAMİNİ VE BETA KAROTEN:** A vitamini, burun ve boğaz mukozasının bütünlüğünü koruyarak virüslerin vücuda girişini zorlaştırır. Havuç, balkabağı, ıspanak, roka,

yumurta sarısı ve süt ürünleri bu açıdan değerlidir.

• **BAĞIŞIKLIK HÜCRELERİNİN GİZLİ KAHRAMANLARI ÇİNKO VE DEMİR:** Çinko eksikliği, enfeksiyonlara yatkınlığı artırır. Kırmızı et, kabak çekirdeği, tam tahıllar ve baklagiller iyi çinko kaynaklarıdır. Demir ise oksijen taşınmasını sağlayarak bağışıklık hücrelerinin etkin çalışmasına katkıda bulunur. Kırmızı et, ciğer, mercimek, yumurta, yeşil yapraklı sebzeler demir kaynağıdır. Demir kaynağı gıdaların emilimini artırmak için C vitamini kaynağı olan besinlerle birlikte tüketilmelidir. Bitkisel demir kaynağı içeren gıdalarla birlikte süt ürünü tüketilmemelidir. Örneğin ıspanak yemeği ile yoğurt birlikte tüketildiğinde ıspanaktaki demirin emilimi azalmaktadır.

• **BAĞIRSAK SAĞLIĞI GÜÇLÜ BAĞIŞIKLIK SİSTEMİ DEMEKTİR PROBIYOTİKLER:** Bağışıklık hücrelerinin yaklaşık büyük bir kısmı bağırsaklarda bulunur. Yoğurt, kefir, ev yapımı turşu ve fermente gıdalar; bağırsak florasını destekleyerek vücudun hastalıklara karşı direncini artırır. Şeker, işlenmiş ve katkı maddesi içeren gıdalar ise bağırsak sağlığını olumsuz etkilediği için baği-

şıklığı zayıflatabilmektedir.

• **BAĞIŞIKLIĞIN SESSİZ DESTEKÇİLERİ ANTİOKSİDANLAR:** Grip ve benzeri enfeksiyonlar sırasında vücutta oksidatif stres artar. Antioksidanlar, hücrelere zarar veren serbest radikalleri etkisiz hale getirerek bağışıklık sisteminin daha güçlü ve dengeli çalışmasına yardımcı olur. Renkli sebze ve meyveler antioksidanlardan zengindir. Özellikle nar, yaban mersini, üzüm, portakal, kivi, havuç, balkabağı ve koyu yeşil yapraklı sebzeler; bağışıklık hücrelerini destekleyen önemli bileşenler içerir. Yeşil çay, zerdeçal ve zencefil gibi besinler ise antiinflamatuvar etkileriyle hastalık sürecinin daha hafif geçirilmesine katkı sağlar. Antioksidanlar en etkili şekilde doğal besinler yoluyla alınır. Bilinçsiz kullanılan takviyeler yerine, çeşitli ve dengeli bir beslenme modeli bağışıklık sistemi için en güvenilir yaklaşımdır.

GRİP VE NEZLEYİ DAHA HAFİF ATLATMAK İÇİN BOL SIVI TÜKETİN

Yeterli sıvı alımı; boğazın nemli kalmasını sağlar, toksinlerin atılmasına yardımcı olur ve ateşle artan sıvı kaybını telafi eder. Suya ek olarak ıhlamur, adaçayı, ekinezya, zencefil-limon gibi bitki çayları tercih edilebilir.

Ancak bitki çaylarının da aşırı tüketilmemesi gerektiği ve bazı ilaçlarla etkileşime girdiği unutulmamalıdır, bu nedenle kronik hastalığı olan kişiler tüketmeden önce mutlaka hekimine danışmalıdır. Grip döneminde aşırı şeker tüketimi bağışıklık hücrelerinin etkinliğini azaltabilir. Paketlenmiş gıdalar, şekerli içecekler ve aşırı rafine karbonhidratlar yerine; doğal, ev yapımı ve besleyici öğünler tercih edilmelidir. Alkol tüketimi de bağışıklık sistemini baskılayıcı etki gösterebilir.

BAĞIŞIKLIK DOSTU ÇORBA

Gripten korunmak yalnızca birkaç günlük bir çaba değil; bütüncül bir yaşam tarzının sonucudur. Düzenli ve dengeli beslenme, yeterli uyku, stres yönetimi ve fiziksel aktivite bir araya geldiğinde bağışıklık sistemi en güçlü haline ulaşır. Unutmayın, mutfakta atılan küçük ama doğru adımlar, kış aylarını daha sağlıklı ve enerjik geçirmenin anahtarıdır.

Soğuk kış günlerinde bağışıklık sistemini desteklemenin en pratik yollarından biri, besin değeri yüksek ve sindirimi kolay çorbalar. Aşağıdaki tarif; protein, antioksidan, vitamin ve mineral bir araya getirerek grip

döneminde vücudu desteklemeyi amaçlar. Bu çorba; iştahsızlık, boğaz hassasiyeti ve halsizlik gibi grip belirtilerinin görüldüğü dönemlerde, ana öğün yerine veya destekleyici bir öğün olarak rahatlıkla tüketilebilir.

MALZEMELER (4 PORSİYON):

- 1 adet orta boy soğan
- 1 diş sarımsak
- 1 adet havuç
- 1 küçük kase kırmızı mercimek
- 1 yemek kaşığı zeytin yağı
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- 1 çay kaşığı rendelenmiş taze zencefil
- 5-6 su bardağı sıcak su veya ev yapımı tavuk suyu
- Tuz, karabiber
- Servis için birkaç damla limon suyu

HAZIRLANIŞI:

Zeytinyağını tencereye alın, doğranmış soğan ve sarımsağı hafifçe kavurun. Küp doğranmış havucu ve yıkanmış kırmızı mercimeği ekleyin. Zerdeçal ve zencefil ilave ederek kısa süre karıştırın. Üzerine sıcak su veya tavuk suyunu ekleyip mercimekler yumuşayana kadar pişirin. Piştikten sonra çorbayı blenderdan geçirin, tuz ve karabiber ekleyin. Servis ederken birkaç damla limon suyu ilave edin.

Çocuklar İçin Sağlık; Sporda...

‘Başarı odaklı’ değil, ‘süreç odaklı’ yaklaşım önemli

Cocukluk döneminin, hem bedensel hem de ruhsal

gelişimin en yoğun olduğu evre olduğunu belirten uzmanlar çocukların bedensel ve ruhsal gelişimi için sporun kritik bir araç olduğunu söylüyor.

Düzenli egzersizin, kasları güçlendirirken stres ve kaygıyı azalttığını, dikkat ve hafızayı desteklediğini ifade eden Uzman Klinik Psikolog Aybeniz Yıldırım; “Çocuğun zorlandığı ya da öfkelenildiği anlarda sporu bir ‘duygusal regülasyon aracı’ olarak kullanabilmesi, sağlıklı baş etme becerilerini pekiştirir.” dedi. Ebeveynlerin, sürece odaklanarak çocuklarını desteklemesi ve küçük başarıları takdir etmesi gerektiğine dikkat çeken Yıldırım, Sporun, yükümlülük değil, keyif alınan bir yaşam alanı olarak sunulması gerektiğini kaydetti.

Üsküdar Üniversitesi NP Feneryolu Tıp Merkezi Uzman Klinik Psikolog Aybeniz Yıldırım, çocukların fiziksel ve ruhsal gelişimi için sporun

önemi, psikolojik faydaları ve ebeveynin motivasyondaki rolünden bahsetti.

**ÇOCUĞUN HEM FİZİKSEL HEM RUHSAL GELİŞİMİ İÇİN DÜZENLİ SPOR ÖNEMLİ**

Çocukluk döneminin, hem bedensel hem de ruhsal gelişimin en yoğun olduğu evre olduğunu ifade eden Uzman Klinik Psikolog Aybeniz Yıldırım; “Düzenli spor aktiviteleri, kas-iskelet yapısını güçlendirir, obezite riskini azaltır ve motor becerilerin gelişimini destekler.” dedi.

Ancak yalnızca fiziksel faydalarıyla değil, çocuğun kendi bedenini tanıması ve olumlu bir beden algısı geliştirmesi açısından da büyük önem taşıdığına dikkat çeken Yıldırım; “Sporla birlikte çocuk, kendi sınırlarını ve kapasitesini öğrenir, ‘bedenim bana ait ve güçlü’ hissini geliştirir.” şeklinde konuştu.

DÜZENLİ FİZİKSEL AKTİVİTE, ENDORFİN SALGISINI ARTIRARAK STRES VE KAYGIYI AZALTIYOR

Sporun çocukların psi-



kolojik sağlığı üzerindeki etkisinin oldukça belirgin olduğunu dile getiren Uzman Klinik Psikolog Aybeniz Yıldırım; “Düzenli fiziksel aktivite, endorfin salgısını artırarak stres ve kaygıyı azaltır.” dedi.

Çocuğun zorlandığı ya da öfkelenildiği anlarda sporu bir ‘duygusal regülasyon aracı’ olarak kullanabilmesinin, sağlıklı baş etme becerilerini pekiştirdiğini de sözlerine ekleyen Yıldırım, şöyle devam etti: “Ayrıca takım sporlarında yaşanan işbirliği

ve paylaşım, sosyal bağları güçlendirirken çocuğa aidiyet duygusu kazandırır.

Nöropsikolojik açıdan bakıldığında, sporun dikkat, hafıza ve yürütücü işlevler üzerinde doğrudan etkileri vardır. Düzenli egzersiz, beyin öğrenme ve hafıza ile ilişkili bölgelerini (hipokampus) aktive eder. Bu sayede çocuk, derslerinde daha uzun süre odaklanabilir, problem çözme becerisi artar ve akademik performansında gözle görülür bir yükseliş olur.”

EBEVEYNİN ÖRNEK OLUP BAŞARIYI TAKDİR ETMESİ MOTİVASYONU ARTIRIR

Ebeveynlerin burada kritik bir rolü olduğuna vurgu yapan Uzman Klinik Psikolog Aybeniz Yıldırım; “Çocuğu spora motive ederken ‘başarı odaklı’ değil, ‘süreç odaklı’ yaklaşmak önemlidir.” dedi.

Çocuğun yaptığı aktiviteden keyif aldıkça sporu hayatının doğal bir parçası haline getireceğini aktaran Yıldırım; “Ebeveynin rol model olması, çocuğun ilgisini

fark edip desteklemesi ve küçük başarıları takdir etmesi, motivasyonu güçlendirir.” açıklamasını yaptı.

SPOR BİR ‘YÜKÜMLÜLÜK’ DEĞİL, ‘ZEVK ALINAN BİR YAŞAM ALANI’ OLARAK SUNMALI

Çocuk spora başlarken göz önünde bulundurulması gereken noktalara da değinen Uzman Klinik Psikolog Aybeniz Yıldırım, sözlerini şöyle tamamladı:

“Çocuğun yaşına, gelişim düzeyine ve ilgisine uygun bir spor dalı seçilmeli. Rekabetçi yaklaşım yerine, destekleyici ve güven verici bir tutum benimsenmeli. Çocuğun başarısızlıkla karşılaşabileceği ihtimali doğal görülmeli, bu anlar öğrenme fırsatına dönüştürülmeli. Aile, sporu bir ‘yükümlülük’ değil, ‘ zevk alınan bir yaşam alanı’ olarak sunmalı.

Spor, yalnızca bedensel değil, ruhsal dayanıklılığın ve sağlıklı bir benlik algısının gelişiminde de temel bir araç. Çocuğa sporu kazandırırken asıl hedef, onun kendini güçlü, değerli ve yeterli hissetmesini sağlamak olmalı.”



Hakan ÇELEBİ

Baesweiler: Tarih, Doğa ve Modern Yaşamın Buluştuğu Alman Kenti

Almanya'nın Kuzey Ren-Vestfalya (Nordrhein-Westfalen) eyaletinde yer alan Baesweiler, Aachen (Aachen) bölgesine bağlı, köklü geçmişi ve modern şehir yapısıyla dikkat çeken bir yerleşim yeridir. Hollanda sınırına oldukça yakın konumuyla hem Almanya içinden hem de komşu ülkelerden gelen ziyaretçiler için cazip bir noktada bulunur. Yaklaşık 28 bin civarındaki nüfusuyla Baesweiler, küçük bir şehir olmasına rağmen sunduğu yaşam kalitesiyle öne çıkar.

TARİHİ ARKA PLAN

Baesweiler'in tarihi Orta Çağ'a kadar uzanır. Şehrin adı ilk kez 12. yüzyıl civarında yazılı kaynaklarda geçmiştir. Uzun yıllar boyunca tarım ve madencilikle geçimini sağlayan kent, özellikle kömür madenciliği sayesinde 19. ve 20. yüzyıllarda önemli bir ekonomik gelişim yaşamıştır. Baesweiler'deki maden ocakları, sadece ekonomik değil sosyal ve kültürel yapıyı da şekillendirmiştir. Madencilik sona ermesinden sonra şehir, bu geçmişini tamamen silmek yerine endüstri mirasını koruyarak yeni bir kimlik oluşturmayı başarmıştır.

MADENCİLİKTE MODERN KENTE

Baesweiler, Almanya'da sanayi sonrası dönüşümün başarılı örneklerinden biridir. Eski maden sahaları bugün parklar, spor alanları ve yaşam merkezleri olarak yeniden düzenlenmiştir. Bu dönüşüm, hem çevre bilincinin artmasına hem de şehirdeki yaşam kalitesinin yükselmesine katkı sağlamıştır. Günümüzde Baesweiler, daha çok hizmet sektörü, küçük ve orta ölçekli işletmeler ile çevre dostu projelerle öne çıkar.

DOĞAL GÜZELLİKLER VE YEŞİL ALANLAR

Baesweiler çevresi, doğayla iç içe yaşamı sevenler için oldukça uygundur. Yürüyüş ve bisiklet yolları, düzenli parklar ve yeşil alanlar şehrin genel dokusuna yayılmış durumdadır. Özellikle eski maden alanlarından dönüştürülen rekreasyon alanları, hem yerel halkın hem de çevre şehirlerden gelen ziyaretçilerin uğrak noktaları arasındadır. Sessiz ve sakin atmosferi, şehir hayatının stresinden uzaklaşmak isteyenler için ideal bir ortam sunar.

SOSYAL YAŞAM VE KÜLTÜR

Baesweiler'de sosyal yaşam küçük bir şehir için oldukça canlıdır. Yıl boyunca düzenlenen yerel festivaller, halk şenlikleri ve pazarlar

şehir kültürünün önemli bir parçasıdır. Geleneksel Alman festivallerinin yanı sıra, çok kültürlü yapının etkisiyle farklı mutfaklardan ve kültürel etkinliklerden izler görmek mümkündür. Spor kulüpleri, müzik dernekleri ve gönüllü kuruluşlar, şehirdeki sosyal bağları güçlendiren önemli unsurlardır.

EĞİTİM VE AİLE YAŞAMI

Şehir, aileler için güvenli ve düzenli bir yaşam sunar. Anaokullarından başlayarak temel ve ortaöğretim kurumlarına kadar eğitim altyapısı yeterli seviyededir. Aachen gibi büyük bir üniversite şehrine yakın olması, yükseköğrenim ve akademik imkanlara erişimi de kolaylaştırır. Bu yönüyle Baesweiler, özellikle çocuklu aileler tarafından tercih edilen bir yerleşim yeridir.

ULAŞIM VE KONUM AVANTAJI

Baesweiler, Aachen, Alsdorf ve Geilenkirchen gibi önemli yerleşimlere yakın konumdadır. Karayolu bağlantıları sayesinde bölge içi ulaşım oldukça rahattır. Ayrıca Hollanda sınırına olan yakınlığı, şehri uluslararası hareketlilik açısından da avantajlı kılar. Büyük şehirlerin kalabalığından uzak ama onlara kolay erişilebilir bir konumda olması, Baesweiler'in



en önemli artılarından biridir.

GÜNÜMÜZDE BAESWEILER

Bugün Baesweiler; sakin, düzenli ve güvenli yapısıyla dikkat çeken, modern altyapıya sahip bir şehir olarak öne çıkmaktadır. Geçmişten gelen madencilik mirasını korurken geleceğe dönük çevreci ve sürdürülebilir projelere önem

veren kent, hem yaşamak hem de ziyaret etmek için ideal bir noktadır.

SONUÇ

Baesweiler, küçük bir Alman kenti olmasına rağmen tarih, doğa ve modern yaşamı dengeli bir şekilde bir arada sunmayı başaran özel bir yerleşimdir. Sessizliği,

yeşil alanları, güçlü toplumsal yapısı ve stratejik konumuyla Kuzey Ren-Vestfalya bölgesinde kendine özgü bir karaktere sahiptir. Büyük şehirlerin karmaşasından uzak, huzurlu ama bağlantıları güçlü bir yaşam arayanlar için Baesweiler, kesinlikle dikkate değer bir seçenektir.

Balve: Doğanın Kalbinde, Tarih ve Huzurun Buluştuğu Alman Kasabası

Almanya'nın Kuzey Ren-Vestfalya (Nordrhein-Westfalen) eyaletinde, Märkischer Kreis bölgesinde yer alan Balve, doğal güzellikleri, tarihi dokusu ve sakin yaşam tarzıyla öne çıkan küçük ama etkileyici bir kasabadır. Sauerland bölgesinin güneyinde konumlanan Balve, ormanlar, vadiler ve kireçtaşı kayalıklarıyla çevrili eşsiz bir coğrafyaya sahiptir. Yaklaşık 12 bin civarındaki nüfusuyla Balve, büyük şehirlerin kalabalığından uzak, huzurlu bir yaşam sunar.

TARİHİ KÖKENLER

Balve'nin tarihi binlerce yıl öncesine uzanır. Bölge, tarih öncesi dönemlerden itibaren yerleşime sahne olmuştur. Bu durumun en önemli kanıtlarından biri, Balve'nin simgesi hâline gelen **Balver Höhle (Balve Mağarası)**'dır. Avrupa'nın en büyük kültür mağaralarından biri olarak kabul edilen bu mağara, Taş Devri'nden Orta Çağ'a kadar birçok dönemde insanlar tarafından kullanılmıştır.

Balve adı yazılı kaynaklarda ilk kez Orta Çağ'da geçer. Uzun yıllar boyunca tarım, hayvancılık ve madencilik

kasabanın ekonomik temelini oluşturmuştur. Bölge, özellikle kireçtaşı ve demir cevheri açısından zengin olması nedeniyle tarih boyunca stratejik bir öneme sahip olmuştur.

BALVER HÖHLE: KASABANIN KALBİ

Balve denildiğinde akla ilk gelen yer Balver Höhledir. Devasa yapısı, etkileyici doğal oluşumları ve akustiğiyle bu mağara, yalnızca bir doğa harikası değil aynı zamanda önemli bir kültür ve etkinlik alanıdır. Günümüzde Balver Höhle; konserlere, tiyatro gösterilerine, festivallere ve geleneksel etkinliklere ev sahipliği yapar. Özellikle yaz aylarında düzenlenen etkinlikler, Balve'yi çevre şehirlerden gelen ziyaretçiler için cazip bir merkez hâline getirir.

DOĞA VE ÇEVRE

Balve, Sauerland'ın tipik doğal özelliklerini taşır. Sık ormanlar, yürüyüş yolları, bisiklet parkurları ve temiz hava, doğa severler için ideal bir ortam sunar. Bölge, özellikle yürüyüş ve doğa sporlarıyla ilgilenenler için keşfedilmeye değer rotalara sahiptir. Doğal yapının korunmasına büyük önem verilmesi, Balve'nin sakin ve temiz

atmosferinin günümüze kadar ulaşmasını sağlamıştır.

SOSYAL VE KÜLTÜREL YAŞAM

Küçük bir kasaba olmasına rağmen Balve'de sosyal yaşam canlıdır. Yerel festivaller, geleneksel Alman şenlikleri ve kilise etkinlikleri, kasaba halkını bir araya getiren önemli unsurlardır. Toplumsal dayanışmanın güçlü olduğu Balve'de, dernekler ve gönüllü kuruluşlar sosyal hayatın merkezinde yer alır.

Balve aynı zamanda geleneklerine bağlı bir yerleşim yeridir. Yöresel mutfak kültürü, aile işletmeleri ve küçük esnaf kasaba kimliğinin önemli parçalarıdır.

EKONOMİ VE GÜNLÜK YAŞAM

Balve'nin ekonomisi büyük ölçüde küçük ve orta ölçekli işletmelere dayanır. Tarım ve hayvancılığın yanı sıra metal işleme ve küçük sanayi faaliyetleri de bölgede önemli bir yer tutar. Çevredeki daha büyük şehirlerle kurulan ekonomik ilişkiler sayesinde kasaba, istikrarlı bir yapıya sahiptir.

Günlük yaşam temposu sakin ve düzenlidir. Trafik yoğunluğu azdır, yaşam mali-



yetleri büyük şehirlere kıyasla daha uygundur. Bu özellikleriyle Balve, özellikle emekliler ve doğayla iç içe yaşamak isteyen aileler için cazip bir yerleşim yeridir.

ULAŞIM VE KONUM

Balve, Iserlohn, Menden ve Hemer gibi şehirlere görece yakın konumdadır. Karayolu bağlantıları sayesinde bölge içi ulaşım kolaydır. Büyük şehir merkezlerine tren ve otobüs bağlantılarıyla erişim

sağlanabilmektedir. Doğayla iç içe bir konumda olmasına rağmen ulaşım açısından tamamen izole değildir.

BALVE'DE YAŞAM

Balve'de yaşamak; sessizlik, güvenlik ve doğayla iç içe bir hayat anlamına gelir. Kasaba, çocuklu aileler için güvenli bir ortam sunarken, yaşlı nüfus için de sakin ve düzenli bir yaşam imkânı sağlar. Komşuluk ilişkileri güçlüdür ve insanlar arasında

samimi bir iletişim vardır.

SONUÇ

Balve; tarihi derinliği, Balver Höhle gibi eşsiz bir doğa harikası, korunmuş doğal çevresi ve huzurlu yaşam tarzıyla Sauerland bölgesinin saklı güzelliklerinden biridir. Modern hayatın hızından uzak, doğayla uyumlu ve köklü bir kültürel mirasa sahip bir yer arayanlar için Balve, keşfedilmeye değer özel bir kasabadır.

Süper Amatör Küme Haftanın Sonuçları

Tireboluspor-Keşapspor: 0-2
Alucraspor-Görelespor: Ertelendi
Ören Belediyespor-Doğankentspor: 0-3(Hükmen)
Derelispor-Pirazizspor: 2-0
1957 Espiyespor (Bay)

14.HAFTA PROGRAMI

Pirazizspor - Ören Belediyespor
Doğankentspor - Alucraspor
1957 Espiyespor - Tireboluspor
Keşapspor - Derelispor

1. Amatör Küme Haftanın Sonuçları

Şebinkarahisar Belediyespor -Akınspor:..... Ertelendi
Sahilspor-Pazarsuyu Yıldızspor: 4-1
Armelitspor-Körlimanspor: 4-1
Duroğlu 1977 Spor-Yağlıderespor: 3-0(Hükmen)

14.HAFTA PROGRAMI

Pazarsuyu Yıldızspor - Şebinkarahisar Belediye
Yağlıderespor-Armelitspor: 0-3(Hükmen)
Körlimanspor - Sahilspor
Akınspor - Duroğlu 1977 Spor

Antalya'dan Madalya ile Dönüldü

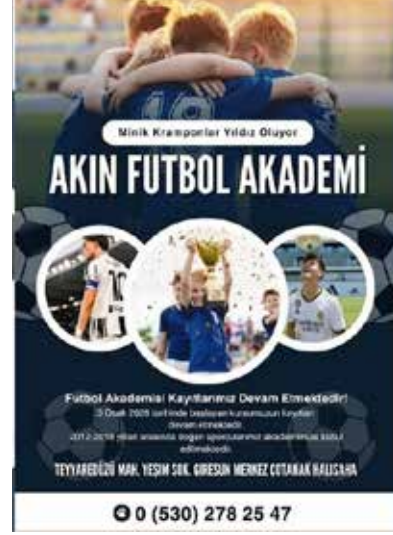
Büyükler Taekwondo Doğu Grubu müsabakaları 17-18 Ocak tarihlerinde Antalya /Alanya'da düzenlendi. Sporcularımız bu önemli organizasyondan derecelerle döndü. 87 kg'da Görkem Türkmen ve 63 kg'da Burak Kaan Öztürk üçüncülük elde etti.

Sporcularımız bu derecelerle 27-28 Şubat tarihlerinde Ankara'da gerçekleştirilecek Türkiye Şampiyonası'na katılmaya hak kazandı.

Sporcularımızı ve antrenörleri Necati Yaman ile Onur Kesik'i tebrik ediyor, Türkiye finallerinde başarılar diliyoruz
Haber: Fatma Uğurlu



Akın Futbol Akademisi Geleceğin Yıldızlarını Arıyor



şehre yeni yetenekler kazandırmak için çalışmalarını sürdürüyor.

3 Ocak 2026 tarihinde başlayan kurslarda, çocuklar hem spor disiplini kazanıyor hem de futbolun inceliklerini öğreniyor. Akademi yetkilileri, yoğun ilgi gören kurslar için kayıt sürecinin devam ettiğini duyurdu. 2012 ile 2018 yılları arasında doğan sporcuların kabul edildiği eğitimler, Teyyaredüzü Mahallesi Yeşim Sokak'ta bulunan Çotanak Halı Saha tesislerinde, güvenli bir ortamda gerçekleştiriliyor.

Haber Merkezi

Giresun'da "Minik Kramponlar Yıldız Oyluyor" sloganıyla yola çıkan Akın Futbol Akademisi,

Giresun'da kara saplanan otomobilin üzerine çığ düştü

Çığ bölgesi ile aracın kurtarılması için yürütülen çalışmalar, Karayolları ekiplerinin cep telefonu kamerasıyla kaydedildi. Giresun'un Şebinkarahisar ilçesinde fırtına ve tipinin etkisiyle kara saplanan otomobilin üzerine çığ düştü, olayda yaralanan olmadı.

İl genelinde aralıklarla yağın kar, yaşamı olumsuz etkiliyor.

Yağışın etkisiyle Giresun-Şebinkarahisar kara yolunun Asarcık köyü mevkinde çığ düştü.

Kara yolunun ulaşımına kapanması üzerine bölgeye Karayolları Eğribel Bakımevi ekipleri sevk

edildi.

Ekipler, kar yağışının etkisini sürdürdüğü bölgede yaptıkları çalışmayla yolu yeniden ulaşım açtı. Üzerine çığ düşen otomobil kurtarıldı.

Fırtına ve tipinin etkisiyle güzergahta seyreden otomobil kara saplandı.

Sürücünün çıkmasının ardından aracın üzerine çığ düştü, olayda yaralanan olmadı.

Çığ bölgesi ile aracın kurtarılması için yürütülen çalışmalar, Karayolları ekiplerinin cep telefonu kamerasıyla kaydedildi.

GİRESUN (AA)

istilacı zararlı
kahverengi kokarca
böceğini

GÖRDÜĞÜN
YERDE
YOK ET

