



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 Premium Extra Cplus İnışdibi

GİRESUN

Günlük Siyasi Bağımsız Yerel Gazete

www.giresungundem.com

GÜNDEM

21 Şubat 2026 Cumartesi

Sayfa: 1

Sayı: 7459

Yıl: 21

Fiyatı: 7 TL

VALİ KOÇ İLK İFTARI ŞEHİT YAKINLARI VE GAZİLERLE AÇTI

Giresun Valisi Mustafa Koç ve eşi Neslihan Gül Koç hanımefendi, Ramazan ayının ilk gününde "Şehit Yakınlarımız ve Gazilerimizle Büyük Aile Sofrası" temalı iftar programında şehit aileleri, gaziler ve gazi yakınlarıyla bir araya geldi.

Cumhurbaşkanı Tayyip Erdoğan'ın talimatıyla 81 ilde eş zamanlı olarak düzenlenen program kapsamında, 19 Şubat 2026 Perşembe günü Giresun İl Özel İdaresi Yemekhanesinde gerçekleştirilen iftara 270 şehit yakını ve gazi katıldı.

Giresun Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü koordi-



nasyonunda düzenlenen organizasyonda, il protokolü ile şehit ailelerimiz, gazilerimiz ve aileleri aynı masaları paylaşarak Ramazan'ın manevi

iklimini birlikte soludu. Sıcak ve samimi bir atmosferde geçen programda, Kur'an-ı Kerim tilaveti ve yapılan duaların ardından hep

birlikte oruçlar açıldı.

Vali Mustafa Koç ve eşi Neslihan Gül Koç hanımefendi, davetlilerim masalarını tek tek ziyaret ederek şehit aileleri ve gazilerle yakından ilgilendi, taleplerini dinleyerek Ramazan aylarını tebrik etti.

Giresun merkezindeki programla eş zamanlı olarak tüm ilçelerde de Kaymakamlıkların himayesinde şehit yakınları ve gaziler onuruna iftar sofraları kuruldu.

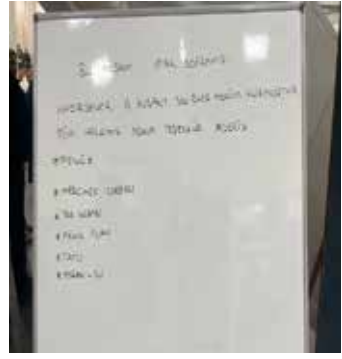
Programda bir konuşma yapan Vali Mustafa Koç, Ramazan'ın ilk iftarını şehit emanetleri ve kahraman gazilerle yapmaktan büyük onur duyduklarını ifade etti.

SAYFA 3'TE

İLK İFTARLAR HAYIRSEVER ÖNER HEKİM'DEN



Giresun Belediyesi Ramazan ayı süresince Belediye Kültür ve Fuar Merkezi'nde iftar yemeği veriyor. Ramazan ayı boyunca yüzlerce kişinin aynı sofrada buluşacağı iftar yemekleri, belediyenin kendi aşevi tırında hazırlanarak vatandaşlara ikram edilecek. Yemeklere çeşitli kişi ve kuruluşlarla isteyen hayırseverler de katkıda bulunacak. **SAYFA 3'TE**



Alucra Kaymakamlığı Ev Sahipliğinde Gönül Köprüleri Kuruldu

İftarda Hızlı ve Aşırı Yemek Metabolizmayı Zorluyor

SAYFA 5'TE

Programın ev sahipliğini üstlenen Kaymakam Emrah AZMAN, iftar öncesinde tüm masaları tek tek ziyaret ederek misafirleriyle yakından ilgilendi.

SAYFA 2'DE



Fındıkta Aynı Sepet Yanışı

(Sayfa 2'de)

Yaşlı Nüfus Artarken, Nüfus Artış Hızının Azaldığını Görüyoruz...

(Yazısı Sayfa 4'te)

Sanayi ve Dönüşüm Süreciyle dikkat çeken şehir: Gladbeck

(Sayfa 6'da)

Başkan Köse Taburcu Oldu



Kalp krizi geçiren ardından da anjiyo ve stent takılarak yoğun bakımda tedavi gören Giresun Belediye Başkanı Fuat Köse, hastaneden taburcu edildi.

SAYFA 2'DE

Giresun Belediyesi'nin İftarında Coşku



Giresun Belediyesi tarafından Ramazan ayı boyunca kurulacak iftar sofraları ilk akşam verilen yemekle başladı.

SAYFA 4'TE

Tirebolu'nun Gururu: Samet Kamat TUS Türkiye 5'incisi Oldu!

Giresunlu hemşerimiz Dr. Samet Kamat, Tıpta Uzmanlık Eğitimi Giriş Sınavı'nda (TUS) gösterdiği üstün başarıyla hem ailesini hem de tüm Giresun camiasını sevince boğdu. **4'TE**



PİRAZİZ'DE İZ BIRAKAN HAMLE



Piraziz Belediye Başkanı M. Esat Ayyıldız, Piraziz sahiline modern bir görünüm kazandıracak önemli bir projede daha sona yaklaştı.

SAYFA 3'TE

Bulancak'ta Halka Ücretsiz Ramazan Pidesi



Bulancak Belediyesi, Halk Et satışının ardından Ramazan pide dağıtımına da başladı. **SAYFA 2'DE**

Bulancak'ta Halka Ücretsiz Ramazan Pidesi



Yapılan açıklamada, "Ramazan süresince Aşevi Yemek Dağıtımı, Sosyal Market ve Halk Et Satışı gibi hizmetleri sürdüren belediye, ilçe genelinde faaliyet gösteren fırıncı esnafının da katkılarıyla temin edilen Ramazan piderlerini ihtiyaç sahiplerine ücretsiz olarak dağıtmaya başladı." denildi.

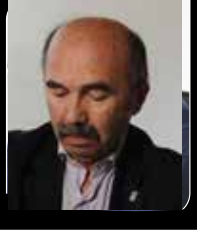
Ücretsiz piderler, Pazartesi, Çarşamba ve Cuma günleri öğleden sonra Halk Et satış reyonundan dağıtılacak olup, uygulama Ramazan ayı boyunca devam edecek.

Belediye Başkanı Nec-



mi Sıbiç, Ramazan ayının yardımlaşma ve paylaşma ayı olduğuna dikkat çekerek, hayırsever vatandaşların ve esnafın desteğiyle ihtiyaç sahiplerinin yanında olmaya devam edeceklerini ifade etti.

Haber Merkezi



**Abdulkadir
Eroğlu**

akadire@hotmail.com

Fındıkta Aynı Sepet Yanlışı

Fındıkta yıllardır uygulanan fiyat politikasıyla zenginlik üretilemez. Aksine, özellikle coğrafi yapısı ve iklim koşulları gereği fındık üretiminin adeta zorunlu olduğu Giresun'da üreticinin daha da fakirleşmesine yol açar.

Çünkü ortada gerçek anlamda bir fiyat politikası yoktur.

Türkiye'de yetişen onlarca fındık türü; çakıldak, delisava, foşa ve diğerleri... Hepsi, dünyanın en kaliteli ürünü olarak kabul edilen Giresun kalitesi ile aynı sepete konuluyor. Ortaya çıkan karışım için tek bir ortalama fiyat açıklanıyor. Sonuç ne oluyor? Daha yüksek olması gereken Giresun kalite fındığın fiyatı, diğer kalitelerin seviyesine çekiliyor.

Kalite cezalandırılıyor, sıradanlık ödüllendiriliyor.

Daha da çarpıcı olan şu: Giresun'daki üretici kuruluşları yaklaşık 30 yıldır bu uygulamaya öncülük ediyor ve sürmesi için çaba harcıyor. Bu sistemde sepetteki her tür eşit şekilde desteklenmiş sayılıyor. Diğer bölgelerde daha düşük kalite ama daha yüksek verimle üretim yapanlar da, menfaatleri gereği bu düzeni destekliyor.

Ezber cümle şu:

"Ülkenin neresinde üretilirse üretilsin, arz fazlası her tür fındık devlet tarafından açıklanan fiyatla satın alınmalıdır."

Peki bu yaklaşım üreticiyi gerçekten koruyor mu?

Veriler ortada. Son yıllarda fındık alanları sürekli artıyor:

Yıl Fındık Alanı (ha)
2017 ~706.667
2018 ~705.000
2019 ~734.000
2020 ~734.725
2021 ~734.725
2022 ~744.000
2023 ~746.749
2024 ~750.000

Alan artıyor. Üretim artıyor. Ama küçük üreticinin refahı artmıyor.

Ortalama yıllık üretimi 1000 kilogram civarında olan ve ülke üretiminin yaklaşık yüzde 65'ini karşı-

layan küçük üreticinin gelir düzeyinde kayda değer bir iyileşme olduğunu söylemek mümkün değil. Yüksek alım fiyatları, satılamayan fındığın üretimini artırmaktan başka bir işe yaramıyor.

Fındık, Doğu Karadeniz'de deniz ile yüksek tepeler arasındaki dar bir kuşakta yetişir. Bu doğal ekoloji, dünyanın en kaliteli fındığını ortaya çıkarır. Ancak yanlış politikalar nedeniyle üretim; bugün yaş meyve, sebze, pirinç ve ayçiçeğinin yetiştirildiği geniş, verimli, yılda birden fazla ürün alınan ovalara kaymıştır.

Bu yeni alanlarda verim birkaç kat yüksek, maliyet birkaç kat düşük, kalite ise daha düşüktür. Ortaya çıkan tablo açık bir haksız rekabettir. Devlet destekleme alımları aslında ekolojik bölgesindeki üreticiyi korumak için yapılırken, uygulama tersine işlemekte; asıl korunması gereken üretici fakirleşmektedir.

Öte yandan Ankara-Istanbul kara yolunun özellikle Bolu-Adapazarı bölümünde görüldüğü gibi, orman alanlarının içinde dahi fındık bahçeleri kurulmuştur. Muhtemeldir ki yarın bu alanlar "2B" kapsamına alınacak ve yerlerine başka projeler yükselecektir.

Bu tablo sürdürülebilir değildir.

Çözüm bellidir:

Fındık iki kalite olarak ele alınmalıdır. Giresun kalitesi ayrı satılmalı, ayrı fiyatlandırılmalı ve alan bazlı destekleme primi daha yüksek belirlenmelidir. "Levant kalite" ile aynı kefeye konulmak, kaliteyi değersizleştirmektedir.

Tarım politikası ortalama-yı değil, değeri korumalıdır.

Siyasetçilerin ve ilgili bakanlık yetkililerinin artık şu gerçeği kabul etmesi gerekir:

Kalite ile miktarı aynı sepete koyarsanız, kazanan bolluk olur; kaybeden ise emek.

Ve bugün kaybeden, Giresun'un üreticisidir.

Alucra Kaymakamlığı Ev Sahipliğinde Gönül Köprüleri Kuruldu



Şehit ailelerimizin hatırlarını soran, gazilerimizle uzun süre hasbihal eden Kaymakam AZMAN, özellikle çocuklarla yakından ilgilenerek onlara çeşitli hediyeler takdim etti. Samimi bir atmosferde geçen görüşmelerde, ailelerin talepleri dinlendi ve devletin her daim yanlarında olduğu vurgulandı.

**Birlik ve Beraberliğin
En Güçlü İfadesi**

Ramazan'ın bereketini aynı sofrada paylaşmanın huzurunun yaşandığı programda, Kur'an-ı Kerim tilaveti ve edilen dualar duygulu anlar yaşattı. Kaymakam AZMAN, yaptığı konuşmada şu ifadelerle yer verdi:

"Aziz şehitlerimizin bizlere emaneti olan kıymetli ailelerimizle ve kahraman gazilerimizle aynı sofrada buluşmak, bu mübarek ayın bizler için en anlamlı yönünü oluşturmaktadır. Sizler, bu vatanın en

değerli varlıklarıdır. Devletimiz ve milletimiz, her zaman sizlerin yanındadır ve yanında olmaya devam edecektir."

**Alucra Protokolü Aileleri
Yalnız Bırakmadı**

Edilen dualar, paylaşılan sofralar ve gönülden kurulan bağlar, Alucra'daki birlik ve beraberliğin ne kadar sarsılmaz olduğunu bir kez daha kanıtladı. İlçe protokol üyelerinin de tam kadro katıldığı programda, şehit yakınları ve gaziler ken-dilerine gösterilen bu ilgiden dolayı memnuniyetlerini dile getirdiler. Gece, toplu halde çekilen hatıra fotoğrafları ve yapılan iyi dilek temennileriyle sona erdi.

Bu anlamlı gece, sadece bir iftar yemeği değil; Alucra'nın devletiyle ve milletle ne kadar büyük bir aile olduğunu simgeleyen bir vefa buluşması olarak hafızalardaki yerini aldı.

Haber: Yavuz Kayacık

İtfaiye'den Baca Temizliği Çağrısı

Giresun Belediyesi İtfaiye Müdürlüğü katı yakıt kullanan fırın, pastane, pide dükkanı, vb. işyerlerine baca temizliği konusunda hem denetim yaptı hem de uyarılarda bulundu. İtfaiye Müdürlüğü ekipleri, söz konusu işyerlerinde baca temizliği yapıp yapılmadığı konusunda gerçekleştirdiği denetimlerde temizlik yapıldığına dair ilgili belgeleri kontrol ederken, baca temizliği yapılmayan işletmelere ise belirli bir süre vererek uyarılarda bulundu.

Müdürlük tarafından yapılan açıklamada: "Düzenli olarak

temizlenmeyen bacalar yangın riskini artırmaktadır. Güvenlik için bacaların periyodik olarak temizlenmesi gerekmektedir. Yaşanabilecek olumsuzlukların önüne geçmek için işyeri sahiplerinin yetkili firmalara baca temizliklerini yaptırmaları zorunludur. Ekiplerimiz tarafından baca denetimlerine devam edilecek olup, denetimlerde temizlenmediği tespit edilen bacaların ait olduğu işyerlerine gerekli cezai işlem uygulanacaktır. Ekiplerimiz aynı zamanda denetimlerine de periyodik olarak devam edecektir" denildi. **Haber Merkezi**

Başkan Köse Taburcu Oldu



Sağlık durumu iyi olan Köse'nin bir süre evinde dinleneceği öğrenildi.

Başkam Köse, hastane çıkışı sonrasında yaptığı açıklamada, şunları söyledi: "Şükürler olsun ki hastanedeki yoğun bakım sürecimi sağlıklı bir şekilde tamamladım. Doktorlarımızın tavsiyesi üzerine istirahat etmek için taburcu edilmiş bulunuyorum.

Bu zorlu süreçte göstermiş olduğunuz ilgi, dualarınız ve güzel temennileriniz bana büyük bir güç verdi. Dünyanın dört bir yanından ilettiğiniz mesajlar ve telefonlar kalbimi ısıttı, moralimi yükseltti. Her birinize gönülden teşekkür ediyorum."

Köse kendisini tedavi eden hastane doktorlarına teşekkür etti.

Haber: Ufuk Kekül



ADABAĞÇE'DE SATILIK DENİZ MANZARALI ARSA

Adabağçe'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

21 Şubat 2026 Cumartesi	GİRESUN GÜNDEM	SAYI: 7459
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 Tüyük İlanı : : 1.500 TL Zayı Öğrenci : 250 TL Zayı İlanı : 500 TL Özel İlan (S/Çm) : 235 TL Yıllık Abone : 3.000 TL 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 NOT: Bu tarifele KDV dahil değildir.		
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		
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		

PATRON ÇILDIRDI!..

Nöbetçi Çiğköfteci Mahmut Doğan'dan yüzleri güldüren kampanya...



Gazi Caddesi'nde, Debboy mevkiinde Ramazan ayının bereketi bu yıl bambaşka bir heyecanla karşılandı. Bölgenin sevilen esnafından, nam-ı diğer "Nöbetçi Çiğköfteci" olarak tanınan Battalbey Çiğköfte işletmesinin işletmecisi Mahmut Doğan, Mübarek Ramazan ayına özel adeta çılgın bir kampanyaya imza attı. "Bir kilo tatlı alana 1 litre içecek bedava" sloganıyla duyurulan kampanya, kısa sürede mahallede büyük yankı uyandırdı.

Ramazan ayı, sadece oruç tutulan bir zaman dilimi değil; aynı zamanda paylaşmanın, dayanışmanın ve bereketin arttığı özel bir dönemdir. İftar sofraları aileleri bir araya getirir, dostlukları pekiştirir. İşte tam da bu ruhu yaşatmak isteyen Mahmut Doğan, müşterilerine

hem tatlı bir lezzet hem de ekonomik bir kolaylık sunmayı hedefledi. Böylesi bir kampanyaya vatandaşın yüzünü güldürdü.

Debboy mevkiinde akşam saatlerine doğru oluşan hareketlilik dikkat çekiyor. İftara kısa süre kala dükkanın önünde oluşan yoğunluk, kampanyanın ne kadar ilgi gördüğünü açıkça ortaya koyuyor. Vatandaşlar hem tatlı ihtiyacını karşılıyor hem de yanında 1 litre içeceği ücretsiz almanın avantajını yaşıyor. Özellikle kalabalık aileler için bu kampanya ciddi bir tasarruf anlamına geliyor.

Mahmut Doğan'ın "Nöbetçi Çiğköfteci" lakabını alması da tesadüf değil. Yıllardır geç saatlere kadar hizmet veren, kimi zaman sahur vakitlerinde dahi müşterisini geri çevirmeyen bir esnaf profili çiziyor. Bu özelli-

ğiyile sadece bir işletmeci değil, mahallenin güvenilir simalarından biri haline gelmiş durumda. Ramazan ayında yaptığı bu kampanya ise onun müşteri memnuniyetine verdiği önemin yeni bir göstergesi oldu.

Tatlı kültürü, Türk mutfağında özellikle Ramazan ayında ayrı bir yere sahiptir. İftardan sonra çayın yanında ikram edilen tatlılar, sohbetlerin vazgeçilmezidir. Bir kilo tatlı alana 1 litre içecek hediyesi ise hem sofraları zenginleştiriyor hem de bütçeye katkı sağlıyor. Kampanyayı duyan birçok kişi sosyal çevresine haber vererek adeta kulaktan kulağa bir tanıtım zinciri oluşturmuş durumda.

Bölgede esnafılık sadece ticaret yapmak değildir; aynı zamanda gönül kazanma işidir. Mahmut Doğan'ın bu yaklaşımı, klasik satış anlayı-

şının ötesine geçerek "kazanç paylaştıkça güzeldir" mesajı veriyor. Ramazan'ın manevi atmosferine uygun olarak yapılan bu jest, mahalle sakinleri tarafından takdirle karşılanıyor.

Sonuç olarak, Gazi Caddesi Debboy mevkiinde Ramazan bu yıl biraz daha tatlı, biraz daha bereketli geçiyor. "Patron çıldırdı" dedirten kampanya hem ekonomik hem de manevi anlamda karşılık bulmuş durumda. Mahmut Doğan'ın bu girişimi, yerel esnafın doğru zamanda yaptığı doğru hamlelerin ne kadar etkili olabileceğini bir kez daha gösteriyor. Ramazan ayının ruhuna uygun bu dayanışma örneği, sadece bir kampanya değil; aynı zamanda paylaşmanın güzel bir yansıması olarak hafızalarda yer ediyor.

Haber Merkezi



BAŞARABİLİRİZ

İLK İFTARLAR HAYIRSEVER ÖNER HEKİM'DEN



Ramazan ayının ilk iftarına ilgi yoğunlu. 1000'i aşkın yurttaş iftar sofrasında bir araya geldi. İftar öncesinde sırada bekleyenler yemeklerini alarak hazırlanan masalarda oruç açtılar.

ÖNER HEKİM, GİRESUN, BULANCAK, PİRİZİZ VE GÜLYALI'DAKİ İFTARLARA DA KATKIDA BULUNUYOR

Kurulacak olan iftar sofralarına, hayırsever vatandaşlar da destek de bulunuyor. İlk sofraya Hekim

Holding Yönetim Kurulu Başkanı hayırsever iş insanı Dr. Öner Hekim tarafından kuruldu. Yemekte Giresun Belediye Başkan Yardımcısı Mehmet Ali Akten, Sosyal Destek Müdürü Gizem Kılıç ve belediye personeli de hazır bulundu. Hayırsever iş insanı Hekim' in ayrıca daha önceki yıllarda olduğu gibi Ramazan boyunca Bulancak, Piraziz ve Gülyalı belediyelerinin de iftar sofralarına destek vereceği bildirildi.

Haber: Ufuk Kekül

PİRİZİZ'DE İZ BIRAKAN HAMLE

Sahil Aydınlatma, Bisiklet ve Yürüyüş Yolu Projesi kapsamında sahil aydınlatmaları bu akşam test edildi. Piraziz Belediyesi tarafından yürütülen proje kapsamında sahil hattında kurulan aydınlatma sistemleri bu akşam test edildi. Yapılan denemelerle birlikte sahilin modern ve estetik görünümüne katkı sağlandı. Proje kapsamında sahilin aydınlatılması, bisiklet yollarının ve yürüyüş yollarının aydınlatılmasıyla birlikte sahilin daha güvenli ve konforlu bir yaşam alanına dönüşeceğini ifade etti.

Başkan Ayyıldız, sahil aydınlatmalarının test edilmesiyle ortaya çıkan manzaranın Piraziz'e çok yakıştığını belirterek, projenin tamamlanmasıyla birlikte sahilin daha güvenli ve konforlu bir yaşam alanına dönüşeceğini ifade etti.

Haber: Fatma Uğurlu



VALİ KOÇ İLK İFTARI ŞEHİT YAKINLARI VE GAZİLERLE AÇTI



Vali Koç, "Bu mübarek Ramazan ayında bu topraklarda hür ve özgür bir şekilde yaşayabiliyorsak, şanlı bayrağımız göklerde dalgalanıyor, minarelerimizden ezan sesleri yükseliyorsa, bunu başta aziz şehitlerimizin ve kahraman gazilerimizin eşsiz fedakârlıklarına borçluyuz. Sizler bu milletin baş tacısınız. Evladınızı, eşinizi, kardeşinizi bu vatan için toprağa verdiniz; acınızın büyük-

lüğünü tarif etmeye kelimeler kifayetsiz kalır ancak biliniz ki devletimiz ve milletimiz her daim yanınızdadır. Sizler asla yalnız değilsiniz, bu millet sizin ailenizdir." dedi

Şehitlerin makamının ali, gazilerin ömrünün bereketli olması temennisinde bulunan Vali Koç, terörle mücadele ve vatan savunmasında gösterilen kararlılığın altını çizerek birlik ve beraberlik mesajı verdi.



Ramazan-ı Şerif'in Giresun'a ve tüm İslam alemine esenlik getirmesini dileyen Vali Koç, "Bu sofraya; aynı kaderi, aynı vatani ve aynı bayrağı paylaştığımızın en güçlü ifadesidir. Bu millet sizlere minnettardır ve minnet duymaya devam edecektir," diyerek konuşmasını tamamladı.

Anımlı buluşmaya Vali Mustafa Koç ve eşi Neslihan Gül Koç hanımefendinin yanı sıra; Giresun Milletvekili

Ertuğrul Gazi Konal, Belediye Başkan Vekili Erkan Hacak, Cumhuriyet Başsavcısı Zeynel Abidin Akkiraz, İdare Mahkemesi Başkanı Suat Bice, Giresun Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Yılmaz Can, Vali Yardımcısı Mehmet Fatih Yakınoğlu, Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürü Ender Yanık, davetli il protokol üyeleri ile şehit yakınları, gaziler ve aileleri katıldı.

Haber: Fatma Uğurlu

Merkez İlçe Başkanı Akın Eltuğral'dan Tebrik

Yeniden Refah Partisi Giresun Merkez İlçe Başkanı Akın Eltuğral, mübarek ayın manevi huzur, sabır ve paylaşma duygularını güçlendiren özel bir dönem olduğunu ifade etti.

Eltuğral, Ramazan ayında ihtiyaç sahiplerine destek

olmanın önemine dikkat çekerek, paylaşma kültürünün yaşatılmasının toplumsal dayanışmayı güçlendirdiğini dile getirdi. Bu mübarek ayda gönüllerin birleşmesi gerektiğini vurguladı.

Ramazan'ın kırıncılıkların

sona erdiği, sevgi ve hoşgörü'nün ön plana çıktığı bir iklim sunduğunu belirten Eltuğral, toplumun her kesiminin ortak değerler etrafında buluşmasının önemine değindi.

Yeniden Refah Partisi Giresun Merkez İlçe Başkanı Akın

Eltuğral, mesajının sonunda başta Giresunlu vatandaşlar olmak üzere tüm İslam âleminin Ramazan ayını tebrik ederek, sağlık, huzur ve bereket dolu bir Ramazan geçirmesi temennisinde bulundu.

Haber: Fatma Uğurlu

Tirebolu'nun Gururu: Samet Kamat TUS Türkiye 5'incisi Oldu!

İstanbul'da yaşamını sürdüren Tirebolulu bir ailenin evladı olan Samet Kamat, başarılarla dolu eğitim hayatını bir Türkiye derecesiyle taçlandırdı. İlköğretim ve lise yıllarındaki azmini üniversiteye de taşıyan Kamat, Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden başarıyla mezun oldu.

Haseki'den Türkiye Derecesine

Mezuniyetinin ardından meslek hayatına İstanbul Haseki Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde adım atan genç doktorumuz, görevine devam ederken hazırlandığı TUS'ta büyük bir başarıya imza attı. On binlerce hekimin

ter döktüğü sınavda Türkiye 5'incisi olan Samet Kamat, Giresunlu gençlerin azmettiğinde neleri başarabileceğini bir kez daha kanıtladı. Doktor Kamat, geçtiğimiz günlerde yaptığı tercih sonucu Beyoğlu Göz Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde uzmanlık eğitimine ve çalışmaya başladı.

Hemşerilerinden Tebrik Yağıyor

Tirebolu ve Giresun yerel kamuyunda geniş yankı bulan bu başarı, sosyal medyada da büyük ilgi gördü. Hemşerilerimiz, Dr. Samet Kamat ve ailesini tebrik yağmuruna tutarken; başarısının diğer gençlere örnek olmasını temenni etti. **Haber Merkezi**



DR. Mustafa Torun
Enfeksiyon Hastalıkları ve
Klinik Mikrobiyoloji Uzmanı

mtorun3@gmail.com

Yaşlı Nüfus Artarken, Nüfus Artış Hızının Azaldığını Görüyoruz...

Nusret FİŞEK hocamız "Her-kese sağlık, eşit ve nitelikli sağlık hizmeti" düşüncesinin savunucusu idi. Işıklar içinde yaşıyor. Ülkemizde Nüfus konusu deyince ilk akla gelen isimlerden birisidir...

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), 2025 yılı adrese dayalı nüfus kayıt sistemi (ADNKS) sonuçlarını geçen hafta yayınladı...

Buna göre Türkiye'de ikamet eden nüfus; 31 Aralık 2025 tarihi itibarıyla bir önceki yıla göre 427 bin 224 kişi artarak 86 milyon 92 bin 168 kişi olduğu görülüyor...

Erkek nüfus 43 milyon 59 bin 434 kişi olurken, kadın nüfus 43 milyon 32 bin 734 kişi olduğu rapor edilmiş...

Diğer bir ifadeyle toplam nüfusun %50,02'sini erkekler, %49,98'ini ise kadınlar oluşturmuş...

ADNKS sonuçlarına göre, ülkemizde ikamet eden yabancı nüfus bir önceki yıla göre 38 bin 968 kişi artarak 1 milyon 519 bin 515 kişi olmuş...

Bu nüfusun %49,3'ünü erkekler, %50,7'sini kadınlar oluşturduğu belirtilmiş...

Yıllık nüfus artış hızı 2024 yılında binde 3,4 iken, 2025 yılında binde 5 olmuş...

Türkiye'de 2024 yılında %93,4 olan il ve ilçe merkezlerinde yaşayanların oranı, 2025 yılında %93,6 olmuş...

Diğer yandan belde ve köylerde yaşayanların oranı %6,6'dan %6,4'e düştüğü vurgulanmış...

Türkiye nüfusunun %67,5'inin yoğun kent, %15,8'inin orta yoğun kent ve %16,8'inin ise kırsal olarak sınıflandırılan yerleşim yerlerinde yaşadığı görül-mekte...

Ülkemizde 2024 yılında bir önceki yıla göre 40 ilin nüfusunda azalma görü-lürken, 2025 yılında 33 ilin nüfusunun azaldığını anlıyoruz...

Nüfus piramitleri, nüfus yaş ve cinsiyet yapısında meydana gelen değişimi gösteren grafikler olarak tanımlanıyor. Türkiye'nin 2007 ve 2025 yılı nüfus piramitleri karşılaştırıldığında,

doğurganlık ve ölümlülük hızlarındaki azalmaya bağlı olarak, yaşlı nüfusun arttığı ve ortanca yaşın yükseldiğini görüyoruz...

Ortanca yaş, nüfusu oluşturan kişilerin yaşları yeni doğan bebekten en yaşlıya doğru sıralandığında ortada kalan kişinin yaşıdır...

Ortanca yaş aynı zamanda nüfusun yaş yapısının yorumlanmasında kullanılan önemli göstergelerden biridir...

Türkiye'de 2024 yılında 34,4 olan ortanca yaş, 2025 yılında 34,9'a yükselmiş...

Cinsiyete göre incelendiğinde, ortanca yaşın erkeklerde 33,7'den 34,2'ye, kadınlarda ise 35,2'den 35,7'ye yükseldiği görülmekte...

Çalışma çağı olarak tanımlanan 15-64 yaş grubundaki nüfusun oranı, 2007 yılında %66,5 iken 2025 yılında %68,5 olmuş...

Diğer yandan çocuk yaş grubu olarak tanımlanan 0-14 yaş grubundaki nüfusun oranı %26,4'ten %20,4'e gerilerken, 65 ve daha yukarı yaştaki nüfusun oranı ise %7,1'den %11,1'e yükselmiş...

Nüfus yoğunluğu olarak tanımlanan "bir kilometrekareye düşen kişi sayısı", Türkiye genelinde 112 kişi olduğu özellikle vurgulanmış...

Bu sonuçlardan çıkan sonuç; ortanca yaş ve yaşlı nüfusu atmakta, doğurganlık hızı düşmektedir. Ekonomik nedenlere bağlı olarak çalışan nüfus ve aynı zamanda çalışan yaşlı nüfus artmaktadır. Yaşlıların giderek dertleri tükenmez duruma gelmiştir...

Halkımız soluk almada zorlanmaktadır...

Çözüm; miting muhalefeti yerine halka dayalı eylemci sokak muhalefettir... Sözlerimi yöremden güzel bir türkü ile bitireyim. Türkü emekçileri Kemal Çığırık ve Nida Tüfekçi hocalarıma saygılarımla...

"Mevlam Birçok Dert Vermiş

Beraber Derman Vermiş Bu Tükenmez Derdime Neden İlaç Vermemiş..."

Sevgilerimle...

Kaymakam Azman ve Başkan Demirağ'dan Genç Yeteneğe Tam Destek: Alucra'da Arda Uçar Rüzgarı

Alucra, lise öğrencisi genç yazar Arda Uçar'ın ilk kitabı "Bir Anne ve Oğlun Hikâyesi" için düzenlenen görkemli imza gününde birleşti.

İlçe protokolünün tam kadro katıldığı etkinlik, Alucra'nın kültürel hayatına damga vurdu.

Protokol ve Halk Genç Yazar İçin Bir Arada

Çınar Kafe'de düzenlenen "Arda'nın İmza Günü" programı, Alucra Kaymakamı Sayın Emrah Azman ve Alucra Belediye Başkanı Sayın Faruk Demirağ'ın katılımıyla gerçekleşti. İlçe protokolünün yanı sıra öğretmenler, öğrenciler ve çok sayıda vatandaşın yoğun ilgi gösterdiği programda, Arda Uçar hem kitabını imzaladı hem de okurlarıyla keyifli bir söyleşi gerçekleştirdi.

Kaymakam ve Belediye Başkanı'ndan Ortak Mesaj: "Gurur Duyuyoruz"

Programda söz alan Kay-



makam Emrah Azman, bir lise öğrencisinin kitap yayımlanmasının ilçe adına büyük bir vizyon olduğunu belirterek; "Genç yazarımızı tebrik ediyor, başarılarının devamını diliyoruz" dedi. Belediye Başkanı Faruk Demirağ ise Alucra'dan yükselen bu genç kalemin tüm gençlere örnek olması gerektiğini vurgulayarak şu ifadeleri kullandı: "Bir lise öğrencimizin kitap yazmış olması, Alucra'mız adına umut verici ve ilham kaynağı bir başarıdır.

Arda Uçar'ı gönülden tebrik ediyor, Alucra'dan daha nice genç kalemlerin yetişmesini temenni ediyoruz."

Duygusal Bir Yolculuk: "Bir Anne ve Oğlun Hikâyesi"

Henüz 10 yaşında şiirle edebiyata adım atan Arda Uçar, Kuzguncuk Kitap tarafından yayımlanan ilk eserinde; acının içinden filizlenen di- renci, aile bağlarını ve sevginin gücünü anlatıyor. 2009 doğumlu genç yazar, babasını hiç tanımadan büyümesine

rağmen annesi ve aneannesinden aldığı güçle olgunlaşan kalemini okurlarıyla paylaşıyor.

Teknoloji ve Edebiyat İç İç: QR Kodlu Şarkı

Arda Uçar, kitabını sadece metinlerle değil, bir şarkıyla da taçlandırdı. Kitabın arka sayfasında yer alan QR kodu okutan okurlar, yazarın bu eser için özel olarak hazırladığı besteye ulaşabiliyor. Bu yenilikçi dokunuş, özellikle imza gününe katılan gençlerden tam not aldı.

Gençlerin Yoğun İlgişi Özellikle öğrencilerin imza standı önünde oluşturduğu uzun kuyruklar, ilçedeki okuma kültürünün canlılığını bir kez daha gözler önüne serdi. Arda Uçar, söyleşi sonunda okurlarına; "Bazen hayatın en güzel hediyesi, bir çocuğun kahkahasına gizlidir" diyerek teşekkürlerini sundu.

Haber: Yavuz Kayacık

Giresun Belediyesi'nin İftarında Coşku

Liman mevkiinde bulunan Kültür ve Fuar Merkezi'nde düzenlenen iftar etkinliği Ramazan ayının ilk gününde ilgi görürken, birlik ve beraberlik atmosferi yaşandı.

Belediye tarafından hazırlanan iftar yemeğine her yaştan çok sayıda vatandaş katıldı. Aynı sofrada buluşan Giresunlular, Ramazan'ın manevi iklimini paylaşmanın mutluluğunu yaşarken, hazırlanan yemekler davetliler tarafından afiyetle tüketildi.

İlk akşamki iftar yemeği menüsünde ise tas kebabı, piriç pilavı, mercimek çorbası, tulumba tatlısı ve ayran yer aldı. Yetkililer, Ramazan ayı süresince iftar sofralarının her gün kurulacağını belirterek, tüm vatandaşları bu bereketli sofralarda buluşmaya davet etti. İftar etkinliğine katılanlar ise, iftar sofrasında vatan-

daşların rahatlıkla orucunu açtığını dile getirerek, sosyal belediyeçilik anlayışıyla yapılan bu organizasyondan dolayı Belediye Başkanı Fuat Köse ve ekibine teşekkür etti.

ETKİNLİKLER DE BAŞLADI

Diğer yandan, yine Belediye tarafından düzenlenen Ramazan ayı etkinlikleri de ilk akşam start aldı.

Etkinlikler kapsamında, Giresun Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Tasavvuf Musikisi Konseri verildi. "Merhaba Ya Şehr-i Ramazan" temasıyla gerçekleşen konserde Ahmet Tonguç'un seslendirdiği eserler, izleyiciler tarafından yoğun ilgiyle dinlendi.

Ramazan etkinlikleri belediyenin sosyal medya hesaplarından duyurulacak program planlamasıyla devam edecek.

Haber Merkezi

Örnek No:55* T.C. GİRESUN İCRA DAİRESİ 2025/6281 ESAS TAŞINMAZIN GAZETE VEYA İNTERNET HABER SİTESİ İLANI

Bir borçtan dolayı aşağıda cins, miktar ve değerleri yazılı mallar satışa çıkarılmış olup mahcuzun ayrıntılı görsellerine, artırmaya ilişkin şartlara ve ayrıntılı açıklamalara esatis.uypap.gov.tr adresi üzerinden **2025/6281 ESAS** sayılı dosya numarası ile erişim sağlanabilir.

Satılmasına karar verilen taşınmazın cinsi, mahiyeti, bulunduğu yer, muhammen kıymeti ve önemli vasıfları:

1 NO'LU TAŞINMAZIN

Özellikleri : Müdürlüğümüz dosyasına sunulan bilirkişi raporuna göre"Giresun İl, Merkez İlçe, KAVAKLAR Mahalle/Köy, 285 Ada, 35 Parsel, Taşınmaz tapu kaydında bahçeli kargir ev olarak geçmektedir, arsa vasfında bulunan taşınmazdır, 115,77m² yüzölçümüne sahip olup üzerinde herhangi yapı bulunmamaktadır. Yüzölçümü : 115,77 m2

İmar Durumu :Konut alanı dâhilinde Bitişik nizam 4 kat yapılaşma koşullarına sahiptir.

Kıymeti : 2.894.250,00 TL KDV Oranı : %10

Kaydındaki Şerhler: Diğer : TAPU SİCİL KAYDINDAKİ GİBİDİR.

Artırma Bilgileri

1.Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati : 14/04/2026 - 10:36 Bitiş Tarih ve Saati : 21/04/2026 - 10:36
2.Artırma	Başlangıç Tarih ve Saati : 14/05/2026 - 10:36 Bitiş Tarih ve Saati : 21/05/2026 - 10:36

(İİK m.114 ve m.126)

(*) İlgililer tabirine ittifak hakkı sahipleri de dahildir.

Resmi ilanlar www.ilan.gov.tr'de

(Basın: ILN02405801)

Sağlık Köşesi

İftarda Hızlı ve Aşırı Yemek Metabolizmayı Zorluyor!
İftarda çorbayla başlayın, tatlı için 1-2 saat bekleyin

Ramazan'da uzun süren açlığın ardından hızlı ve aşırı yemek yemenin sindirim sistemi, kalp sağlığı ve kan şekeri dengesi üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğunu belirten Beslenme Uzmanı Öğr. Gör. Kübra Şahin, iftara çorba veya suyla başlanmasını, 15-20 dakika ara verilmesini ve tatlının ana yemekten en az 1-2 saat sonra tüketilmesini önerdi.



Öğr. Gör. Kübra Şahin; "İftar ve sahur arasında sıvı gereksinimini karşılamak için ortalama 2-2,5 litre su tüketilmelidir ve bunun zaman dilimine yayılması önerilmektedir. Yemekten hemen sonra çay ve kahve tüketilmesi önerilmektedir." dedi.

Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Öğretim Görevlisi Kübra Şahin, Ramazan'da beslenme konusunu değerlendirdi.

İFTARDA HIZLI VE AŞIRI YEMEK TOKLUK MEKANİZMASINI BOZUYOR

Ramazan ayında uzun süreli açlığın ardından iftarda hızlı ve aşırı yemek yemenin sindirim sistemi başta olmak üzere metabolik dengeyi olumsuz etkilediğini kaydeden Öğr. Gör. Kübra Şahin;

"Aşırı yemek yemenin kalp ve dolaşım sistemi üzerinde de etkileri bulunmaktadır. Sindirim

için mide ve bağırsaklara yönelen kan akışı, kalbin yükünü artırabilmektedir. Özellikle yaşlı bireyler ve kronik hastalığı olanlarda çarpıntı ve halsizlik gibi şikâyetler daha sık ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca hızlı yemek tokluk mekanizmasını bozmaktadır. Beynin 'doydum' sinyalini geç algılaması, farkında olmadan fazla enerji alımına neden olmaktadır." dedi.

MİDE HACMİ ANİ ŞEKİLDE GENİŞLİYOR VE HAZIMSIZLIĞA YOL AÇIYOR

Gün boyu boş kalan mideye kısa sürede büyük porsiyonlarda besin alınmasının, mide hacminin ani şekilde genişlemesine neden olduğunu da söyleyen Beslenme Uzm. Kübra Şahin; "Bu durum şişkinlik, mide ağrısı, hazımsızlık ve reflü şikâyetlerini beraberinde getirmektedir. Hızlı yemek, yeterli çiğnemenin önüne geçtiği için sindirim sürecini daha da zorlaştırmaktadır." ifadesinde bulundu.

REAKTİF HİPOGLİSEMİ GÖRÜLEBİLİYOR

Uzun açlık sonrası özellikle karbonhidrat ağırlıklı ve hızlı tüketilen öğünlerin kan şekerinin ani yükselmesine yol

açtığını da ifade eden Şahin; "Buna bağlı olarak insülin salınımı artar ve kısa süre sonra halsizlik, baş dönmesi ve uyku haliyle kendini gösteren reaktif hipoglisemi görülebilmektedir. Bu dalgalanmaların uzun vadede insülin direnci ve kilo artışı riskini artırmaktadır." diye konuştu.

İFTARA ÇORBAYLA BAŞLAYIN

Uzun süren açlığın ardından iftara çorba, hurma ya da suyla başlanmasının hem doygunluk hissinin sağlanması hem de sindirim problemlerinin önlenmesi açısından etkili olduğunu belirten Şahin; "İftara su veya çorba ile başlanması, mide hacminin yavaş yavaş genişlemesini sağlayarak şişkinlik, mide ağrısı ve hazımsızlık riskini azaltıyor. Sıvı içeriği yüksek bu besinler, mide asidinin daha dengeli salınmasına katkı sağlıyor. Hurma ise içerdiği doğal şekerler sayesinde kan şekerinin kontrollü bir şekilde yükselmesine yardımcı oluyor. Aynı zamanda lif içeriğiyle bağırsak hareketlerini uyarak sindirimi destekliyor." şeklinde konuştu.

İFTARDA HEMEN TATLI YEMEYİN

Hızlı ve arka arkaya tüketilen ağır öğünlerin, mide ve kan şekeri üzerinde olumsuz etkiler oluşturabildiğini anlatan Öğr. Gör. Kübra Şahin, şöyle

devam etti:

"Ana yemek sonrası mide besinlerin sindirim açısından yoğun şekilde çalışmaya başlıyor. Bu aşamada hemen tatlı tüketilmesi, mideye ek bir sindirim yükü bindirerek şişkinlik, hazımsızlık ve reflü şikâyetlerini artırabiliyor. Özellikle şerbetli ve yağlı tatlılar mide boşalmasını geciktirerek sindirim sürecini zorlaştırıyor. Ayrıca kan şekerinde ani yükselmelere neden olabiliyor. Bu durum, kısa süre sonra halsizlik ve uyku haliyle kendini gösteren kan şekeri dalgalanmalarına yol açabiliyor. Ana yemekten sonra en az 1-2 saat beklenmesini ve tatlı tercihlerinde sütlü veya meyve bazlı seçeneklere yönelinmesi hem sindirim sistemini rahatlatır hem de kilo kontrolünü sağlar."

ÇORBADAN SONRA 15-20 DAKİKA ARA VERİN

Gün boyu süren açlığın ardından iftara ağır ve büyük porsiyonlarla başlanmasının, mide hacminin ani şekilde genişlemesine neden olduğunu hatırlatan Öğr. Gör. Kübra Şahin; "Bu durum şişkinlik ve mide rahatsızlıklarını artırıyor. İftara çorba, su veya hurma gibi hafif besinlerle başlanması ve 15-20 dakika kısa bir ara verilmesi sonrası az yağlı / ızgara et yemeği, kurubaklagil, sebze yemeği, salata, ayran,

cacık gibi yemeklerle devam edilmesi hem doygunluk hissinin sağlanması hem de sindirim problemlerinin önlenmesi açısından etkili olacaktır."

İFTARDA YAVAŞ YİYİN

Yeterince çiğnenmeden tüketilen besinlerin sindirim yükünü artırırken, tokluk hissinin geç algılanmasına yol açtığını kaydeden Şahin; "Bu nedenle yavaş yemek ve porsiyon kontrolü yapılması önemlidir. İftarda aşırı yağlı, kızartılmış ve baharatlı besinlerin tercih edilmesi reflü riskini artırabiliyor. O nedenle haşlama, fırın veya ızgara yöntemleriyle hazırlanmış yemekleri tercih etmeliler. Tatlı tüketiminin ise ana yemekten hemen sonra değil, 1-2 saat geçtikten sonra tüketilmesi gerekir. Sıvı tüketimi de iftar sonrası halsizlik ve şişkinliği etkileyen faktörler arasındadır. Yemek sırasında aşırı sıvı tüketiminin mideyi gereğinden fazla doldurduğu, bunun yerine sıvının iftar ile sahur arasına yayılması gerekmektedir." diye konuştu.

ÇAYI İFTARDAN 2 SAAT SONRA İÇİN

Vücudun ihtiyacı olan suyun; metabolik su, günlük içtiğimiz sıvılar (çay, kahve, taze sıkılmış meyve suları, ayran, komposto suyu vb.) ve yediğimiz yiyeceklerle sağlandığını anlatan Öğr. Gör. Kübra

Şahin; "İftar ve sahur arasında sıvı gereksinimini karşılamak için ortalama 2-2,5 litre su tüketilmelidir ve bunun zaman dilimine yayılması önerilmektedir. Gazlı içecekler, aşırı kafeinli içecekler ve şekerli içeceklerin ise iftar sonrası dönemde mide şikâyetlerini artırabileceği için bu tür içecekler yerine su, ayran veya şekersiz bitki çayları tercih edilmelidir. Yemekten hemen sonra çay ve kahve tüketilmesi önerilmemektedir. Bu içeceklerde bulunan bazı bileşenler, demirin emilimini azaltmaktadır. Bu nedenle çay ve kahvenin, yemekten en az iki saat sonra tüketilmesi daha uygundur." ifadesinde bulundu.

ANA YEMEKTE 1-2 SAAT SONRA HAFİF BİR ARA ÖĞÜN YAPIN

Ara öğün planlamasının da iftar sonrası denge açısından önemli olduğunu dile getiren Öğr. Gör. Kübra Şahin; "Ana yemekten yaklaşık 1-2 saat sonra yapılacak hafif bir ara öğün, kan şekeri dengesini korumaya yardımcı oluyor. Bu ara öğünlerde süt ve yoğurt gibi protein içeren besinler, meyve ve bir miktar kuruyemiş, şerbetli ve ağır tatlılar yerine sütlü veya meyve bazlı tatlılar gibi sağlıklı seçenekler tercih edilmelidir." şeklinde sözlerini tamamladı.

Ramazan'da Sahur ve İftar Sonrası Diş Fırçalamak Önemli

Ramazan ayında değişen beslenme düzeninin ağız ve diş sağlığını etkileyebildiğini belirten uzmanlar, ağız bakımının zamanlamasının doğru yapılması gerektiğini söylüyor.

Ramazan ayında gün boyu su ve besin tüketilmemesinin, ağız içindeki tükürük miktarını azaltarak dişleri daha savunmasız hale getirebildiğini aktaran Periodontoloji Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Nihal Bahar; "Tükürük ağız için doğal bir koruyucudur. Dişleri temizler, asitleri dengeler ve bakterilerin çoğalmasını sınırlar." dedi. Özellikle sahur ve iftar sonrası düzenli diş fırçalamanın ve diş ipi kullanımının büyük önem taşıdığını vurgulayan Dr. Öğr. Üyesi Bahar, asitli içeceklerden uzak durmanın ve yemekten hemen sonra değil, yaklaşık 30 dakika sonra diş fırçalamanın diş minesini korumaya yardımcı olacağı bilgisini paylaştı.



Üsküdar Üniversitesi Diş Hastanesi Periodontoloji Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Nihal

Bahar, Ramazan ayında değişen beslenme düzeninin ağız ve diş sağlığı üzerindeki etkileri hakkında açıklamalarda bulundu.

TÜKÜRÜK AZALDIĞINDA DIŞ YÜZEYLERİ SAVUNMASIZ HALE GELİYOR

Ramazan ayında ağız ve diş sağlığını etkileyebilecek bazı özel durumlar ortaya çıkabileceğini ifade eden Dr. Öğr. Üyesi Nihal Bahar; "Gün boyunca yemek ve su tüketiminin olmaması, ağız içindeki tükürük miktarını azaltabilir." dedi.

Tükürüğün ağız için doğal bir koruyucu olduğunu aktaran Dr. Öğr. Üyesi Bahar; "Dişleri temizler, asitleri dengeler ve bakterilerin çoğalmasını sınırlar. Tükürük daha savunmasız hale gelir. Bu durum çürük oluşumunu kolaylaştırabilir, diş etlerinde hassasiyet ve iltihap

riskini artırabilir. Bu nedenle Ramazan ayında ağız kuruluğu, ağız kokusu ve diş eti problemleri biraz daha sık görülebilir. Ancak doğru bakım alışkanlıklarıyla bu riskleri büyük ölçüde azaltmak mümkündür." şeklinde konuştu.

AĞIZ BAKIMININ ZAMANLAMASINI DOĞRU YAPMAK ÖNEMLİ

Oruç tutan kişilerin gün boyunca ağızda oluşabilecek bakteri ve tartar birikimini azaltmak için alabileceği önlemlere değinen Dr. Öğr. Üyesi Nihal Bahar, şunları söyledi:

"En önemli nokta, ağız bakımının zamanlamasını doğru yapmaktır. Sahurdan sonra ve iftardan sonra dişlerin mutlaka fırçalanmasını öneriyoruz. Diş ipi kullanımı da ihmal edilmemeli. Gün içinde fırçalama yapılamasa bile, ağız hijyeninin bu iki ana zamanda iyi sağlanması bakteri birikimini önemli ölçüde azaltır. Ayrıca sahurda çok şekerli ve yapışkan gıdalardan kaçınmak dişler için

koruyucu bir önlemdir. İftar ve sahurda yeterli su tüketimi de ağız sağlığını korumak açısından çok önemlidir."

İFTAR VE SAHURDA ASİTLİ İÇECEKLERDEN UZAK DURULMALI

Uzun süre aç kalındığında mide asidinin artabileceği ve bu asidin ağız ortamını da etkileyebileceği bilgisini veren Dr. Öğr. Üyesi Nihal Bahar; "Asidik ortam diş minesini zayıflatabilir." dedi.

Bunun önüne geçmek için yapılabilecekleri sıralayan Dr. Öğr. Üyesi Bahar; "İftar ve sahurda gazlı içecekler, çok ekşi meyve suları gibi aşırı asitli içeceklerden uzak durmak gerekir. Yemekten hemen sonra diş fırçalamak yerine, ağız suyla çalkalanıp yaklaşık 30 dakika sonra fırçalama yapmak diş minesini korumaya yardımcı olur." açıklamasını yaptı.

DOĞRU ZAMANDA YAPILAN AĞIZ BAKIMI VE YETERLİ SU TÜKETİMİYLE SAĞLIKLI BİR AĞIZ YAPISI KORUNABİLİR

Ağız kokusunun, Rama-



zan ayında en sık şikâyet edilen durumlardan biri olduğuna dikkat çeken Dr. Öğr. Üyesi Nihal Bahar; "Bu sorun genellikle tükürük azalmasıyla bağlıdır." dedi.

Gün içinde ağız kokusunu azaltmak için sahurda soğan, sarımsak gibi kokusu yoğun gıdaların fazla tüketilmemesini öneren Dr. Öğr. Üyesi Bahar, sözlerini şöyle tamamladı:

"Sahurdan sonra dişlerin ve özellikle dilin nazıkçe temizlenmesi çok etkilidir. İftar ve sahur arasında yeterli

su içmek, hem ağız kuruluğunu hem de ağız kokusunu belirgin şekilde azaltır. İftar sonrası şekersiz sakızlar tükürük akışını artırarak destekleyici olabilir.

Ramazan ayında ağız ve diş sağlığını korumak zor değildir; sadece biraz daha bilinçli olmak yeterlidir. Doğru zamanda yapılan ağız bakımı, dengeli beslenme ve yeterli su tüketimiyle hem sağlıklı bir ağız yapısı korunabilir hem de Ramazan süreci daha konforlu geçirilebilir."



Hakan ÇELEBİ

Sanayi ve Dönüşüm Süreciyle dikkat çeken şehir: Gladbeck

Gladbeck, Almanya'nın Kuzey Ren-Vestfalya (Nordrhein-Westfalen) eyaletinde, Ruhr Havzası'nın (Ruhrgebiet) kalbinde yer alan bir şehirdir. Coğrafi olarak sanayi yoğunluğu ile bilinen Ruhr bölgesinin kuzey kesiminde bulunur ve komşuları arasında Gelsenkirchen, Bottrop ve Dorsten yer alır. Yaklaşık 75.000 civarında nüfusa sahip olan şehir, hem sanayi geçmişi hem de dönüşüm süreciyle dikkat çeker.

TARİHİ GELİŞİMİ

Gladbeck'in tarihi Orta Çağ'a kadar uzanır. İlk yazılı kaynaklarda 12. yüzyılda adı geçmektedir. Ancak şehir asıl büyümesini 19. yüzyılda sanayileşme ile yaşamıştır. Ruhr bölgesinde kömür yataklarının keşfiyle birlikte Gladbeck hızla bir maden kentine dönüşmüştür.

Özellikle 1870'lerden itibaren açılan kömür ocakları, bölgeye yoğun işçi göçü getirmiştir. Bu dönemde Polonya ve Doğu Avrupa'dan gelen işçiler, şehrin demografik yapısını şekillendirmiştir. 20. yüzyıl boyunca kömür ve ağır sanayi, şehrin ekonomik

temelini oluşturmuştur.

Ancak 1960'lardan sonra Almanya'da kömür üretiminin azalmasıyla birlikte Gladbeck de ekonomik dönüşüm sürecine girmiştir. Madenlerin kapanması, işsizlik sorununu beraberinde getirmiştir.

Buna rağmen şehir, sanayi sonrası dönemde hizmet sektörü ve küçük-orta ölçekli işletmelerle yeniden yapılanmaya gitmiştir.

EKONOMİ VE YAPISAL DÖNÜŞÜM

Gladbeck, klasik bir Ruhr kenti olarak "madencilikten hizmet sektörüne geçiş" sürecini yaşamıştır. Günümüzde:

- Lojistik ve ticaret sektörü
- Küçük sanayi işletmeleri
- Perakende ve yerel

hizmetler

- Eğitim ve kamu hizmetleri
- ekonominin temel unsurlarını oluşturmaktadır.

Şehrin konumu, otoyol bağlantıları sayesinde avantajlıdır. Ruhr bölgesindeki büyük şehirlere kolay ulaşım, Gladbeck'i hem yaşam hem de ticaret açısından cazip hale getirmektedir.

KÜLTÜREL HAYAT VE SOSYAL YAŞAM

Gladbeck küçük ama canlı

bir kültürel yapıya sahiptir. Şehirde tiyatro etkinlikleri, konserler ve yerel festivaller düzenlenir. Belediye kültür merkezleri ve gençlik merkezleri sosyal yaşamın önemli parçalarıdır.

Tarihi yapılardan biri olan Wittringen Şatosu (Wasserschloss Wittringen), hem tarihi hem de turistik açıdan önemli bir yapıdır. Çevresindeki park alanı, halkın dinlenme ve yürüyüş yaptığı popüler bir mekandır.

Ayrıca şehirde spor faaliyetleri oldukça yaygındır. Futbol kulüpleri, yüzme havuzları ve spor kompleksleri genç nüfus için önemli sosyal alanlar sunar.

EĞİTİM VE ALTYAPI

Gladbeck'te ilk ve orta dereceli okulların yanı sıra meslek okulları da bulunmaktadır. Ruhr bölgesindeki büyük üniversitelere (örneğin Bochum, Essen, Duisburg) yakınlığı, yükseköğrenim açısından avantaj sağlar.

Toplu taşıma ağı, Ruhr bölgesinin genel ulaşım sistemiyle entegredir. Tren ve otobüs bağlantıları sayesinde çevre şehirlere ulaşım oldukça kolaydır.



DOĞA VE YAŞAM KALİTESİ

Sanayi geçmişine rağmen Gladbeck, birçok yeşil alana sahiptir. Parklar, bisiklet yolları ve gölet çevreleri şehir yaşamını daha dengeli hale getirir. Özellikle Wittringen Parkı, doğayla iç içe zaman geçirmek isteyenler için

önemli bir noktadır.

Şehir, büyük metropollere kıyasla daha sakin ve uygun maliyetli bir yaşam sunar. Bu nedenle hem aileler hem de emekliler için tercih edilebilir bir yerleşim alanıdır.

GENEL DEĞERLENDİRME

Gladbeck, tipik bir Ruhr

bölgesi kentidir: güçlü bir sanayi geçmişine sahip, dönüşüm sürecini yaşayan ve modern Almanya'nın ekonomik yapısına uyum sağlamaya çalışan bir şehir. Küçük ölçeğine rağmen konumu, altyapısı ve sosyal imkânları sayesinde yaşanabilir bir kent profili çizmektedir.

Kuzey Ren-Vestfalya'nın Tarihi ve Sakin Şehri: Goch

Goch, Almanya'nın Kuzey Ren-Vestfalya (Nordrhein-Westfalen) eyaletinde, Aşağı Ren (Niederrhein) bölgesinde yer alan tarihi ve sakin bir şehirdir. Hollanda sınırına oldukça yakın bir konumda bulunan Goch, hem Almanya'nın iç bölgeleriyle hem de Hollanda şehirleriyle güçlü bağlantılara sahiptir. Yaklaşık 35-40 bin civarında nüfusu bulunan şehir, kırsal yaşam ile şehir düzenini dengeli biçimde bir araya getirmesiyle tanınır.

TARİHİ ARKA PLAN

Goch'un tarihi Orta Çağ'a kadar uzanır. Şehir, ilk olarak 13. yüzyılda yazılı kaynaklarda anılmaya başlanmış ve 1261 yılında şehir haklarını kazanmıştır. Orta Çağ boyunca Goch, surlarla çevrili bir yerleşim yeri olarak ticaret ve savunma açısından önemli bir rol üstlenmiştir.

Tarihi süreçte Goch, çeşitli savaşlardan ve özellikle II. Dünya Savaşı'ndan ciddi şekilde etkilenmiştir. 1945 yılında bölgede yaşanan yoğun çatışmalar sonucunda şehir büyük ölçüde tahrip olmuş, ancak savaş sonrası dönemde planlı bir şekilde yeniden inşa edilmiştir. Bu yeniden yapılanma süreci,

günümüzde Goch'un düzenli ve ferah şehir yapısının temelini oluşturur.

COĞRAFİ KONUM VE ÇEVRE

Goch, Niederrhein bölgesinin tipik özelliklerini taşır: düz araziler, tarım alanları, yeşil çayırlar ve su kanalları. Şehir, doğayla iç içe bir yaşam sunar. Çevresindeki köyler ve mahalleler, Goch'u daha geniş bir kırsal yerleşim ağına bağlar.

Şehir, Kleve, Kevelaer ve Hollanda sınırındaki yerleşimlerle komşudur. Bu konum, hem ticari hem de kültürel etkileşimi artırmaktadır.

EKONOMİ VE İŞ HAYATI

Goch'un ekonomisi büyük sanayi tesislerinden ziyade:

- Tarım ve hayvancılık
- Küçük ve orta ölçekli işletmeler

- Lojistik ve depolama hizmetleri
- Perakende ve yerel

ticaret

üzerine kuruludur.

Tarım, şehrin ekonomik yapısında hâlâ önemli bir yer tutar. Özellikle sebze, tahıl ve hayvancılık faaliyetleri yaygındır. Bunun yanında el sanatları, inşaat sektörü ve teknik hizmetler de şehir ekonomisine katkı sağlar.

Hollanda'ya yakınlık,

sınır ötesi ticaret ve çalışma imkanlarını da beraberinde getirir. Birçok kişi Hollanda'da çalışıp Goch'ta yaşamayı tercih etmektedir.

SOSYAL VE KÜLTÜREL YAŞAM

Goch, küçük ölçekli olmasına rağmen canlı bir sosyal yaşama sahiptir. Şehir merkezinde düzenlenen pazarlar, festivaller ve yerel etkinlikler halkın sosyal hayatında önemli bir yer tutar. Özellikle geleneksel Alman panayırıları ve mevsimsel kutlamalar, şehir kültürünün önemli parçalarıdır.

Tarihi St. Maria Magdalena Kilisesi, Goch'un simge yapılarından biridir ve hem mimari hem de dini açıdan önem taşır. Şehirde ayrıca kültür merkezleri, kütüphaneler ve yerel dernekler aktif şekilde faaliyet göstermektedir.

EĞİTİM VE ALTYAPI

Goch'ta anaokulundan liseye kadar çeşitli eğitim kurumları bulunmaktadır. Mesleki eğitim veren okullar, bölgedeki iş gücü ihtiyacını karşılamada önemli rol oynar. Yükseköğrenim için ise çevredeki büyük şehirler tercih edilmektedir.

Ulaşım altyapısı düzenlidir. Tren ve otobüs bağlantıları sayesinde çevre şehirlerle



kolayca ulaşım sağlanır. Karayolu ağı, özellikle Kleve ve Ruhr bölgesi yönünde avantajlıdır.

DOĞA, ÇEVRE VE YAŞAM KALİTESİ

Goch, yeşil alanları ve sakin atmosferiyle öne çıkar. Bisiklet yolları, yürüyüş parkurları ve kırsal alanlar, doğa ile iç içe bir yaşam sunar. Niederrhein bölgesi genel olarak düşük nüfus yoğunlu-

ğuna sahip olduğu için şehir, kalabalık metropollere kıyasla daha huzurludur.

Yaşam maliyetleri, Kuzey Ren-Vestfalya'nın büyük şehirlerine göre daha uygundur. Kira fiyatları ve genel giderler daha erişilebilir düzeydedir. Bu durum, özellikle aileler ve emekliler için Goch'u daha cazip bir hale getirir.

GENEL DEĞERLENDİRME

Goch; tarihi kökleri, tarımsal yapısı, sakin yaşam tarzı ve sınır ötesi imkanlarıyla öne çıkan bir Niederrhein şehridir. Büyük şehirlerin karmaşasından uzak, düzenli ve huzurlu bir yaşam arayanlar için ideal bir yerleşim yeridir. Aynı zamanda Almanya-Hollanda sınır hattındaki konumu sayesinde ekonomik ve kültürel açıdan da stratejik bir noktada yer alır.

Kistik fibrozis hastalığının tanı ve takibine yönelik yeni yöntem araştırılıyor



Giresun ile Atılım Üniversitesi işbirliğinde, genetik hastalıklardan kistik fibrozisin tanı ve izlenmesinde yenilikçi biyosensör teknolojilerinin geliştirilmesi amacıyla proje yürütülüyor

Giresun Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Murat Usta: “Projemizde, immün analizlerde kullanılan antijen veya antikorların yerini alabilecek, aptamer olarak ifade edilen tek zincirli DNA molekülleri ya da oligonükleotidler temelli bir yöntem geliştirmeyi amaçlıyoruz”

Giresun Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Biyokimya Ana Bilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Murat Usta, yaşamı tehdit eden, ilerleyici bir genetik akciğer hastalığı olan kistik

fibrozisin tanı ve izlenmesinde yenilikçi biyosensör teknolojilerinin geliştirilmesini amaçladıklarını söyledi.

Usta, yaptığı açıklamada, kistik fibrozisin, solunum ve sindirim sistemi başta olmak üzere birçok sistemi etkileyerek enfeksiyonlara ve hasara sebebiyet veren genetik hastalık olduğunu belirtti.

Kistik fibrozisin tanı ve izlenmesinde yenilikçi biyosensör teknolojilerinin geliştirilmesi amacıyla, Atılım Üniversitesi işbirliğinde “Pankreatit ilişkili Proteine (PAP) Karşı DNA Aptamerleri ve Aptamer Temelli Kuvars Kristal Mikroterazi Biyosensörünün Geliştirilmesi Projesi”ni hazırladıklarını ifade eden Usta, projenin “TÜBİTAK 1001-Bilimsel ve Teknolojik

Araştırma Projelerini Destekleme Programı” kapsamında desteklenmeye hak kazandığını vurguladı.

Yaklaşık 2 bin varyantı olan hastalığın erken dönemde teşhisinin önemine dikkati çeken Usta, Sağlık Bakanlığınca yeni doğan bebeklerde kistik fibrozisin tespiti için tarama programı uygulandığını anlattı.

Usta, hastalığın tespitinde yenilikçi biyosensör teknolojilerinin geliştirilmesini hedeflediklerine işaret ederek, şunları kaydetti:

“Rutin laboratuvar pratiğimizde, farklı vücut sıvılarında biyomoleküllerin analizinde kullandığımız yöntemlerimiz bulunmaktadır. Bu yöntemler çeşitlilik göstermekte ama bunlar içerisinde en dikkat çekici

olanlarından biri hormonların, tümör belirteçlerinin, vitaminlerin analizlerinde kullanılan immüno analizlerdir. Bu analizlerde vücut sıvılarındaki biyomoleküller işaretli antijen veya antikorlar analiz edilmektedir. Projemizde immün analizlerde kullanılan antijen veya antikorların yerini alabilecek, aptamer olarak ifade edilen tek zincirli DNA molekülleri ya da oligonükleotidler temelli bir yöntem geliştirmeyi amaçlıyoruz.”

Usta, bu amaca ulaştıkları takdirde PAP’ı aptamer temelli bir yöntemle analiz etmeye çalışacaklarını belirterek, “Bu yöntem sonrasında kistik fibrozis tarama programında kullanılabilir hale getirmek ikinci temel amacımız olacak” dedi.

“Var olan yöntemle bir alternatif ölçüm yöntemi olacak”

Proje yürütücüsü, Giresun Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Biyokimya Ana Bilim Dalı Öğretim Üyesi Dr. Öğretim Üyesi Ömer Emecen ise projede ilk olarak bir prob sentezlemeyi hedeflediklerinin altını çizerek, “Bu probu da kistik fibrozis hastalarında var olan, tarama programlarında kullanılan PAP proteini adını verdiğimiz bir proteine bağlanmasını hedefleyerek sentezleyeceğiz.” diye konuştu.

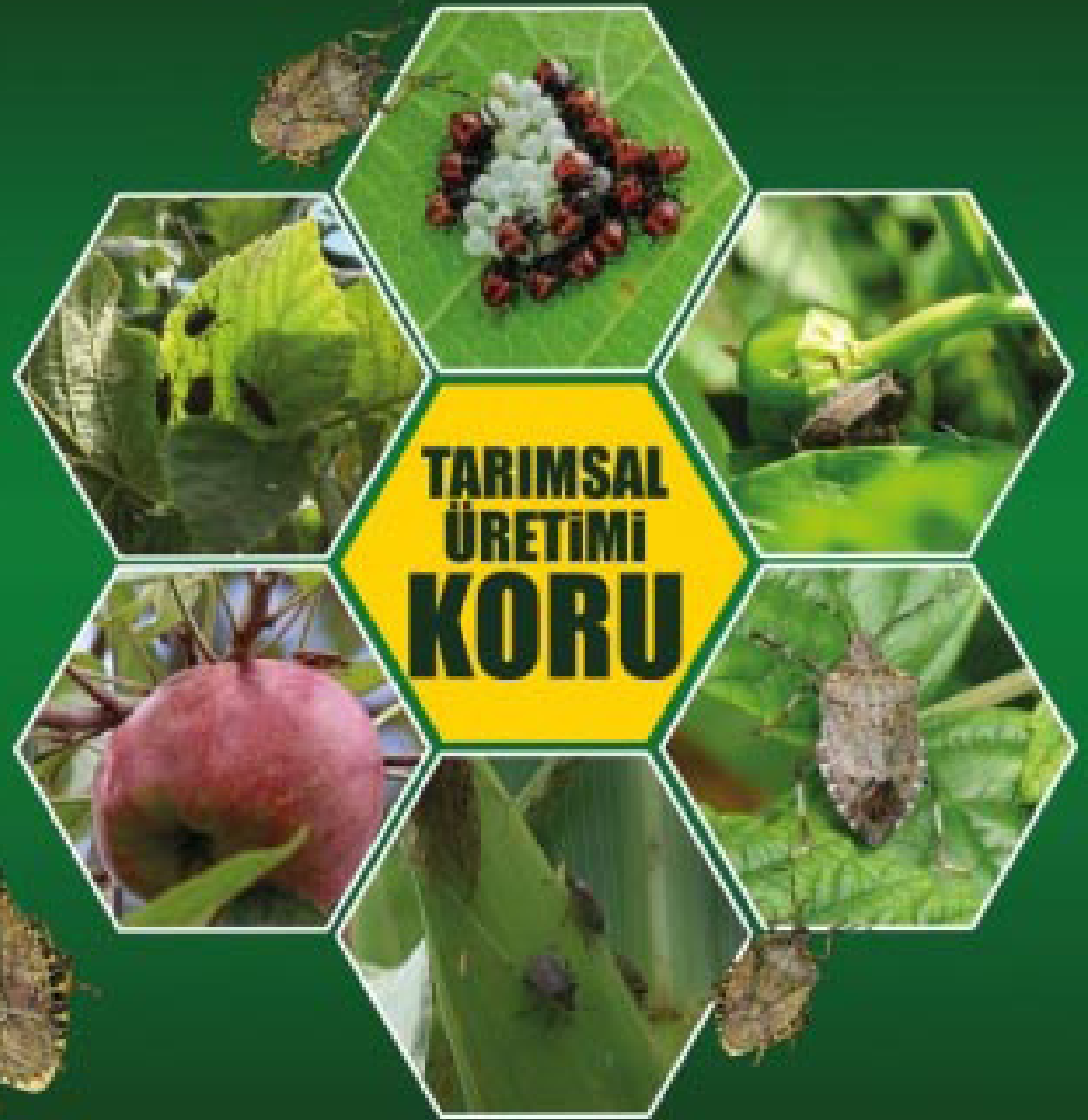
Emecen, bu yöntemin “kuartz kristal mikroterazi” olarak adlandırıldığını dile getirerek, şöyle devam etti:

“Spesifik bir ölçüm yöntemidir. Bunu sensöre entegre edeceğiz. Var olan yöntemle bir alternatif ölçüm yöntemi olacak. Proje tamamlandığında var olan bir yöntemle alternatif olacak. Bilimsel açıdan baktığımızda, literatürde böyle bir proteine karşı sentezlenmiş bir prob mevcut değil. Dolayısıyla bilimsel boşluğu dolduracak. İkinci açıdan baktığımızda da böyle bir sensör mevcut değil. Bu bir alternatif olduğu için belki ticari potansiyeli dahi olabilir.”

Emecen, Atılım Üniversitesi Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Veli Cengiz Özalp’in de yer aldığı projenin 3 yılda tamamlanmasını hedeflediklerini sözlerine ekledi.

GİRESUN (AA)

**İstilacı zararlı
kahverengi kokarca
böceğini
GÖRDÜĞÜN
YERDE
YOK ET!**





Ligde kalması neredeyse imkansız hale gelen Giresunspor, hafta sonu Artvin Hopaspor deplasmanına çıkıyor.

İŞİMİZ ÇOK ZOR

Erğli karşısında Ço-
tanak Spor Komplek-
sinde aldığı mağlu-
biyet sonrası kümede kalması
artık tamamen mucizelere
bağlı olan Giresunspor, hafta
sonu deplasmanda Artvin Ho-
paspor karşısına çıkacak.

Hazırlıklarını tamamlayan
Yeşil-beyazlı ekipte tüm plan-
lar galibiyet üzerine yapılırken
Artvin temsilcisi de evinde
oynamanın avantajını sonuna
kadar kullanmak istiyor.

Teknik direktör Önder Deniz

Kolgu ve teknik ekibinin neza-
retinde gerçekleştirilen çalış-
malarda, taktik disiplin ve gol
yollarındaki bitiricilik üzerinde
duruldu.

HAKEM TRİOSU

Arhavi İlçe Stadyumunda
oynanacak olan karşılaşmayı
İzmir Bölgesi Hakemlerinden
Erdem Demirtaş yönetecek.
Yardımcıları Uğur Başdaş, Yu-
suf Ökmen. Dördüncü hakem
Emre Eren Elan. Müsabakanın
başlama saati ise 13.00

Haber: Fatma Uğurlu



Şimşeklerin Kazanmaktan Başka Düşüncesi Yok



FF 3. Lig'de küme
düşme hattının
sadece bir basamak
üzerinde olan ve tehlike çan-
larını iyiden iyiye hissetmeye
başlayan 1926 Bulancakspor,
zorlu maçın hazırlıklarını
tamamladı. Ligin güçlü ekiple-
rinden Zonguldakspor'u saha-
sında ağırlayacak olan Kırmızı
Şimşekler, bu zorlu mücade-
leyi ligdeki kötü gidişata dur
demek için büyük fırsat olarak
görüyor.

Teknik heyetin taktiksel var-
yasyonlar üzerinde durduğu
çalışmalarda, oyuncuların hır-
s-

lı ve istekli görüntüsü camiaya
umut veriyor.

KÜÇÜK YÖNETECEK

Bulancak İlçe Stadyumunda
oynanacak olan karşılaşmayı
Balıkesir Bölgesi hakemlerin-
den Emre Küçük yönetecek.
Yardımcıları Tuğberk Uygun,
Batuhan Akkuş, Tolga Yurtse-
ver Dördüncü hakem olarak
görev alacak.

22 Şubat Pazar günü oy-
nanacak olan karşılaşmanın
başlama saati 13.00. Taraftar-
larının takımı yalnız bırakma-
ması bekleniyor.

Haber: Fatma Uğurlu

Okul Sporları Voleybol Küçükler Grup Müsabakaları Heyecanı Sürüyor Smaçlar Şampiyonluk İçin Atıldı

Giresun'da düzenlenen
Okul Sporları Voley-
bol Küçükler Kız/Erkek Grup
Mسابakaları, gerçekleştirilen
açılış seremonisiyle başladı.

Açılışta konuşan Şube Mü-
dürü Sinan Ünal, organizasyo-
na katılan tüm takımlara "İlimi-
ze hoş geldiniz. Centilmence,
fair play ruhu içerisinde tüm
sporcularımıza ve takımla-
rımıza başarılar diliyorum."

18-21 Şubat tarihleri ara-
sında dört gün sürecek olan
organizasyonda genç sporcu-
lar, hem illerini en iyi şekilde
temsil etmek hem de yarı

finale yükselmek için müca-
dele edecek. Grup müsaba-
kalarına ev sahibi Giresun'un
yanı sıra Amasya, Erzincan,
Ordu, Samsun, Tokat, Trabzon
ve Sivas'tan takımlar katılı-
yor. Organizasyonda 8 kız ve
7 erkek takımı olmak üzere
yaklaşık 130 sporcu parkede
ter döküyor.

Ev sahibi Giresun'u erkekler
kategorisinde Bulancak Atatürk
Ortaokulu, kızlar kategorisinde
ise Espiye Atatürk Ortaokulu
temsil ediyor.

Karşılaşmalar erkeklerde 19
Eylül Spor Salonu'nda, kızlar-
da ise Batlama Hüseyin Avni
Alparslan Spor Salonu'nda
oynanıyor.

Dört gün boyunca bü-
yük heyecana sahne ola-
cak müsabakalar sonunda
başarılı olan takımlar yarı
finale yükselme hakkı elde
edecek.

Haber:Fatma Uğurlu



Önemli Yarışma Giresun'da

Türk Devletleri Teşki-
latı "Herkes İçin Yüz-
me" projesi kapsamındaki
6. Grup Bölge Müsabakala-
rı, 4-5 Nisan 2026 tarih-
lerinde Giresun Çotanak
Olimpik Yüzme Havuzu'nda
gerçekleştirilecek.

Bu bölge yarışmaları,
Türkiye adına katılacak
yarışmacıları belirlemek
için düzenleniyor. Her kate-
goride (kadın-erkek) birinci
olan yarışmacılar, 25-26
Nisan 2026 tarihlerinde
Konya'da yapılacak Türkiye
Birinciliği'ne katılacak.

Konya'daki Türkiye
Birinciliği'ne katılan yarış-
macılar arasından birinci
olanlar, Azerbaycan'ın
Bakü şehrinde gerçekleştire-
cek final yarışmalarında
ülkemizi temsil etme hakkı
kazanacak.

Katılım sağlamak isteyen
vatandaşlarımız 2-31 Mart
2026 tarihleri arasında e-
devlet üzerinden Gençlik
ve Spor Bakanlığının Spor



Bilgi Sistemi modülüne giriş
yaparak "başvurular" sek-
mesinde yer alan "Ulusal
Spor Projeleri"ni seçerek,
"Türk Devletleri Teşkilatı
Herkes İçin Yüzme Proje-
sine" başvuruda bulunabi-
lirler.

Son Başvuru Tarihi: 31
Mart 2026 – Salı

Haber: Mustafa Tuncay

"Disiplinle Büyür, Judoyla Güçleniriz!"



Okul Sporları Judo
Küçükler İl Birincili-
ği, Merkez Olimpik Yüzme
Havuzu Spor Kompleksi
Judo Salonu'nda gerçekte-
ştirildi. Müsabakalarda
ter dökten tüm sporcuları-
mız azimleri, disiplinleri ve

centilmenlikleriyle takdiri
hak etti. Dereceye girerek
başarı elde eden sporcula-
rımız, 4-5 Nisan tarihlerinde
Rize'de düzenlenecek grup
mسابakalarında ilimizi
temsil etme hakkı kazandı.

Haber: Hakan Çelebi

Giresunlu Öztürk Türkiye Şampiyonası'nda Hakemlik Yaptı

Giresun Doğa Sporları
Kulübü sporcusu ve
Türkiye Dağcılık Federasyo-
nu Dağ Kayağı Hakemi Hü-
seyin Avni Öztürk, Rize'de
düzenlenen Türkiye Dağ
Kayağı Şampiyonası'nda
hakem olarak görev yaptı.
Türkiye'nin farklı illerinden
sporcuların katılımıyla ger-
çekleştirilen organizasyon-
da görev alan Öztürk, ilimizi
ve kulübünü federasyon
nezdinde temsil etti.

GİDOSK Yönetimi tara-
fından yapılan açıklamada,
kulübün yalnızca sporcu
yetiştirmekle kalmayıp ha-

kemlik ve teknik alanlarda
da temsil gücünü artırdığı
vurgulandı.

Açıklamada, "İlimizde
doğa sporlarının gelişimi-
ne katkı sunmaya devam
ediyoruz. Sporcu, hakem
ve organizasyonel katkı-
larımızla Giresun'u ulusal
platformda temsil etmeyi
sürdüreceğiz" ifadelerine
yer verildi.

GİDOSK, doğa spor-
larının yaygınlaşması ve
kurumsal yapısının güçlen-
mesi adına çalışmalarına
aralıksız devam ediyor.

Haber Merkezi