



SERDAR DEMİRKAN
MİMARLIK

☎ 0454 216 32 45

Fatih Caddesi Taşhan İş Hanı Kat: 1 / GİRESUN

BEREKET İNŞAAT

SANAYİ TİCARET LİMİTE ŞİRKETİ

- ★Demir
- ★Çimento
- ★Örtü Sacı
- ★Çinko
- ★Tuğla
- ★Kireç
- ★Kum Çakıl
- ★Korige Boru
- ★BTG Gaz Beton
- ★Nakliyat
- ★Kereste Çeşitleri
- ★Laminat Parke
- ★Plywood
- ★İnşaat Malzemeleri
- ★Aşkale Çimento Bayii
- ★Gemlik Gübre Bayii
- ★Her Çeşit Boru
- ★Pres Tuğla
- ★Kaplama Tuğla
- ★Ateş Tuğla
- ★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

28 Şubat 2026 Cumartesi

Sayfa: 1

Sayı: 7465

Yıl: 21

Fiyatı: 7 TL

GİRESUNLULAR ANKARA'DA GİRİB'LE GÜÇLENİYOR

Haber: Ufuk Kekül

Giresun İş İnsanları ve Bürokratları Derneği (GİRİB) genel merkezinin bulunduğu Ankara'da iftar yemeği düzenledi. Yenimahalle Ankara Konağından düzenlenen yemeğe; derneğin illerdeki başkanları ve yöneticileri, Ankara'da yaşayan Giresunlular ile bazı milletvekilleri, daire başkanları, birim amirleri, bürokratlar, yargı mensupları, siyasi parti ve STK temsilcileri ile iş insanları yoğun katılım gösterdi.

Yaklaşık 300 dolayında davetlinin katıldığı iftar yemeğinde bir konuşma yapan GİRİB Genel Başkanı Kemal Tokmak, Giresunluların her



platformda beraberliğini ve dayanışmasını sağlamayı amaçladıklarını belirterek, "3 yıl içinde Türkiye'de, yeni şubeler açacağız, 5 yıl içinde de hedefimiz Avrupa ve ABD'de yapılanmak." dedi.

Yemeğe AK Parti Giresun Milletvekilleri Ali Temür, Nazım Elmas, MHP Giresun Milletvekili Ertuğrul Gazi Konal, İYİ Parti İstanbul Milletvekili Burak Akburak, CHP

Kocaeli Milletvekilleri Nail Çiler, Muhip Kanko, AK Parti Kocaeli Milletvekili Sadettin Hülagü, ATA Parti Genel Başkan Yardımcısı Ümrân İlbiçe Haliloğlu Turgut, Sosyal Demokrasi Derneği Genel Başkan Yardımcısı Yazar Kenan Paltun da katıldı.

Sıcak ve samimi bir ortamda gerçekleşen iftar yemeği konuşmaların ardından, topluca fotoğraf çekimiyle sona erdi.



Temür: Giresunumuza 20 Yeni Doktor Geliyor

GİRESUN 127. DÖNEM DHY KURA LİSTESİ				
UNVAN	BİRANŞ	BİRİM ADI	KURULUŞ ADI	
TABİP	YOK	GİRESUN ÇANAKLI TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ	1	
TABİP	YOK	GİRESUN DERELİ İLÇE DEVLET HASTANESİ	2	
TABİP	YOK	GİRESUN EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ	3	
TABİP	YOK	GİRESUN PROF. DR. A. İLHAN ÖZDEMİR DEVLET HASTANESİ	2	
TABİP	YOK	GİRESUN ŞEBİNKARAHİSAR DEVLET HASTANESİ	2	
TABİP	YOK	GİRESUN TÜRK ECZACILAR BİRLİĞİ ALIĞRA TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ	1	
UZMAN TABİP	ANESTEZİYOLOJİ VE REANİMASYON	GİRESUN TIREBOLU DEVLET HASTANESİ	1	
UZMAN TABİP	ÇOCUK CERRAHİSİ	GİRESUN KADIN DOĞUM VE ÇOCUK HASTALIKLARI EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ	1	
UZMAN TABİP	ÇOCUK SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI	GİRESUN PIRAZIZ İLÇE DEVLET HASTANESİ	1	
UZMAN TABİP	HİPOKRAT	GİRESUN İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ	1	
UZMAN TABİP	KADIN HASTALIKLARI VE DOĞUM	GİRESUN KADIN DOĞUM VE ÇOCUK HASTALIKLARI EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ	1	
UZMAN TABİP	RUM SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI	GİRESUN GÖRELE OP. DR. ERGUN ÖZDEMİR DEVLET HASTANESİ	1	
UZMAN TABİP	TIBBİ ONKOLOJİ	GİRESUN EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ	1	
UZMAN TABİP	ADALI TIP	GİRESUN ADALI TIP ŞUBESİ MÜDÜRLÜĞÜ / GİRESUN EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ	1	
UZMAN TABİP	İÇ HASTALIKLARI	GİRESUN PROF. DR. A. İLHAN ÖZDEMİR DEVLET HASTANESİ	1	
TOPLAM			20	

AK Parti Giresun Milletvekili, ATBMM Kamu İktisadi Teşebbüsleri Komisyonu Üyesi Ali Temür, Giresun'a 20 yeni doktor atandığını söyledi. Temür "Giresunumuza sağlık alanında hizmet kalitemizi artırmaya yönelik önemli bir adım daha atıldı. 127. Dönem Devlet Hizmet Yükümlülüğü Kurası kapsamında Giresun'umuza; 9 Uzman Hekim 11 Pratisyen Hekim olmak üzere toplam 20 doktor atanacaktır. Yeni görev yerlerine atanacak

hekimlerimize hoş geldiniz diyor, sağlık hizmetlerimize sunacakları katkılar için şimdiden teşekkür ediyorum.

Giresun'unuzun sağlık altyapısını güçlendirmeye ve vatandaşlarımızın hizmete daha hızlı ulaşmasını sağlamaya kararlılıkla devam ediyoruz. Tüm hekimlerimize görevlerinde başarılar diliyorum. Yapılan doktor atamasının Giresunumuza hayırlı olmasını diliyorum" şeklinde konuştu.

Haber: Fatma Uğurlu

Solakoğlu: Fındık Üreticisi Emeğinin Karşılığını Almalı



Cumhuriyet Halk Partisi Tarım ve Orman Politikaları Kurulu Başkanı Sencer Solakoğlu Giresun Belediye Başkanı Fuat Köse'yi ziyaret etti.

SAYFA 2'DE

KURAN'DA AİLE MODELİ
YAKUP ÇUKUR
(Yazısı Sayfa 3'te)

Daha sakin ve daha düzenli hayat arayanların şehri: Hamminkeln
Hakan ÇELEBİ
(Sayfa 6'da)

Prof. Dr. Ercan Öğreden'den Giresun'da devrim gibi bir ameliyat
SAYFA 3'TE

Damaklarda ayrı bir lezzet
SAYFA 3'TE

Bulancak'ta İftar Programı Yoğun Katılımla Gerçekleşti



Bulancak Belediye Başkanı Necmi Sıbiç'in ev sahipliğinde, Ramazan ayı dolayısıyla Doğa Piknik'te düzenlenen iftar programı şehit aileleri, gaziler, köy ve mahalle muhtarları ile sivil toplum kuruluşu temsilcilerini aynı gönül sofrasında bir araya getirdi. Yoğun katılımın olduğu gecede birlik, beraberlik ve dayanışma vurgusu yapıldı. 2'DE

Eğribel Karayolları Bakım Ekibi 24 Saat Görev Başında



Dereli -Şebinkarahisar Devlet yolu, Pınarlar Eğribel tüneli arası kar yağışı tipi ve fırtına şiddetini artırarak devam ediyor. Sürücülerin can ve mal güvenliği açısından araçlarında mutlaka zincir bulundurmaları, çok acil durum olmadıkça güzergahı kullanmamları istendi. SAYFA 3'TE

Hacı Hasan Köyü İstanbul'da Dev Buluşmaya Hazırlanıyor



Alıçra Hacı Hasan Köyü Güzelleştirme Derneği (HHKGD), Kelkit Vadisi'nin kültürel mirasını İstanbul'a taşıyor.

SAYFA 2'DE

Vali Mustafa Koç'tan Dereli'ye Ziyaret



Giresun Valisi Mustafa Koç ilçe ziyaretlerine devam ediyor. Koç son olarak Dereli ilçesi'ni ziyaret etti.

SAYFA 3'TE



SAYFA 4'TE

Bulancak'ta İftar Programı Yoğun Katılımla Gerçekleşti

Ramazan ayının paylaşma, dayanışma ve kardeşlik ruhunun en güçlü şekilde hissedildiği programda, protokol üyeleri de vatandaşlarla aynı sofrayı paylaştı.

Program; Cumhuriyet Halk Partisi Genel Başkan Yardımcısı Gökhan Zeybek, Giresun Milletvekili Elvan Işık Gezmiş, Bilecik Milletvekili Yaşar Tüzün, Giresun Belediye Başkanı Fuat Köse, Espiye Belediye Başkanı Erol Karadere, Soğukpınar Belde Belediye Başkanı Mustafa Eyice, Görele Belediye Başkan Vekili Aysel Civil Uzun, CHP Giresun İl Başkanı Gökhan Şenyürek,



CHP Gümüşhane İl Başkanı Özgür Deniz Demir, ilçe başkanları ve parti yöneticileri de katılım sağladı. İftar prog-

ramında konuşan Belediye Başkanı Necmi Sıbiç, Ramazan ayının manevi atmosferine dikkat çekerek şu ifadeleri

kullandı: "Ramazan ayı; paylaşmanın, dayanışmanın ve birlik ruhunun en güçlü şekilde hissedildiği müstesna bir zaman dilimidir. Şehit ailelerimiz, gazilerimiz, muhtarlarımız ve sivil toplum kuruluşlarımızla aynı sofrada buluşmak bizler için büyük bir onur ve mutluluktur. Bulancak'ta her zaman birlik ve beraberlik içinde olmaya devam edeceğiz. Bu güzel akşamda gönül soframızı paylaşan tüm misafirlerimize teşekkür ediyorum."

Yoğun katılımın olduğu program, yapılan duaların ardından samimi sohbet ortamında sona erdi.

Haber Merkezi

Hacı Hasan Köyü İstanbul'da Dev Buluşmaya Hazırlanıyor



2 Mart'ta düzenlenecek büyük bayramlaşma programında, köyün çehresini değiştirecek üç vizyon projenin de startı verilecek.

İstanbul'da yaşayan Alucralılar, 2026 yılı Ramazan Bayramı'nın coşkusunu dev bir organizasyonla taçlandırıyor. Hacı Hasan Köyü Güzel-

leştirme Derneği tarafından organize edilen "Geleneksel Bayramlaşma Programı", 22 Mart 2026 Pazar günü (Bayramın 3. günü) saat 10:00 ile 16:00 arasında Kağıthane'deki Urfadan Kebap Salonu'nda gerçekleştirilecek.

KELKİT VADİSİ KÜLTÜRÜ VE SANAT BİR ARADA
Sunuculuğunu Aytaç

Öksüz'ün üstleneceği etkinlikte, Kelkit Vadisi'nin sevilen sesleri Bayram Kantar ve Ayhan Hastaoğlu sahne alarak yöresel ezgileri İstanbul'da yankılayacak. Zurnacı Halil Levent'in eşlik edeceği programda, edebiyat dünyasından şair ve yazarlar İlhan Yuyucu ile Mustafa Yuyucu da söyleşileriyle yer alacak. Çocuklar için hazırlanan Nasrettin Hoca Gösterisi ile bayram sevinci en küçük yaştaki hemşehirlere kadar ulaştırılacak.

KÖYÜN GELECEĞİNİ ŞEKİLLENDİRECEK ÜÇ BÜYÜK PROJE

Programın en kritik gündem maddesini, Hacı Hasan Köyü'nün modernizasyonu ve kalkınması için hazırlanan üç dev yatırım oluşturuyor. Dernek yönetimi, katılımcılara şu projelerin lansmanını gerçekleştirecek:

Okul Tadilatı ve Köy Meydanı Çevre Düzenlemesi: Köy

merkezinin sosyal dokusunu güçlendirecek kapsamlı bir yenileme çalışması.

Yaylaya Ev Yapım Projesi: Kelkit Vadisi'nin eşsiz doğasında yaylacılık kültürünü canlandıracak modern yerleşim planı.

Gölet Çevre Düzenlemesi: Bölgenin doğal güzelliğini ön plana çıkaracak ve sosyal tesis alanı oluşturacak çevre projesi.

"HASRET GİDERMEK VE BİRLİK OLMAK İÇİN"

"Kahvaltıda Buluşalım" sloganıyla tüm üyelerini ailece davet eden dernek yönetimi, bayramın bereketini ve Kelkit Vadisi'nin kardeşlik ruhunu paylaşmak adına tüm hemşehrilerini bu anlamlı güne bekliyor. Organizasyonun, hem hasret gidermek hem de köye yapılacak yatırımlar için güçlü bir dayanışma platformu olması hedefleniyor.

Haber: Yavuz Kayacık

Solakoğlu: Fındık Üreticisi Emeğinin Karşılığını Almalı

Çeşitli programlara katılmak üzere Giresun'a gelen Sencer Solakoğlu'nun ziyaretinde; Cumhuriyet Halk Partisi Giresun İl Başkanı Gökhan Şenyürek, Merkez İlçe Başkanı Olcay Küçük, parti yöneticileri, Belediye Başkan Yardımcısı Mehmet Ali Akten ve Espiye Belediye Başkanı Erol Karadere'de yer aldı.

Belediye Başkanı Fuat Köse görüşmede, bölgenin en önemli geçim kaynağı olan fındık ürününün yaşadığı

problemlerle ve üreticilerin yaşadığı sıkıntılarla ilgili geniş bir sunum yaptı.

Görüşmede, fındığın bölge ekonomisindeki stratejik önemi

vurgulanırken, üreticilerin desteklenmesi, maliyetlerin düşürülmesi ve ürünün katma değerinin artırılmasına yönelik çözüm önerileri üzerinde

duruldu. Tarım politikalarının yereldeki yansımalarının değerlendirildiği görüşmede, üreticinin emeğinin karşılığını almasının gerekliliği ifade edildi. Fındığın uluslararası pazardaki rekabet gücünün artırılması ve markalaşma çalışmalarının önemine dikkat çekildi. Görüşmelerde ayrıca üretici birliklerinin güçlendirilmesi ve tarımsal destek kalemlerinin etkinleştirilmesi konuları da konuşuldu. **Haber: Cahit Akdoğan**



Fındıktan çikolata üreterek bir ilke imza Sıbiç, Bulancak Belediyesi için elektrik üretimi için düğmeye bastı

Sıbiç Elektrik Üretim Devrimine Hazırlanıyor

Bulancak Belediye Başkanı Necmi Sıbiç, belediyenin enerji alanında önemli bir dönüşüm sürecine girdiğini belirterek, "Bulancak Belediyesi artık elektrik tüketen değil, elektrik üreten ve ürettiği elektriğin fazlasını satarak gelir elde eden bir belediye olacak" dedi.

Başkan Sıbiç, Dünya Bankası finansmanlı Türkiye Kamu ve Belediye Yenilenebilir Enerji Projesi (PUMREP) kapsamında, Bilecik'in Pazaryeri ilçesinde kurulacak Güneş Enerjisi Santrali (GES) çalışmalarının titizlikle sürdürüldüğünü ifade etti. Projeye ilişkin Bilecik Pazaryeri Belediyesi ile gerekli tüm protokol ve imzaların tamamlandığını, ÇED etki raporunun olumlu sonuçlandığını ve İller Bankasından da İki Milyon Euro'luk ödeneğin onaylandığını ve 3 yıl geri ödemesiz kredi anlaşmasının yapıldığını

açıkladı.

Projeye sağladığı desteklerden dolayı İftar programına katılan Bilecik Milletvekili Yaşar Tüzün'e teşekkür eden Başkan Sıbiç, Bulancak Belediyesinin yenilenebilir enerji alanında öncü bir adım attığını vurgulayarak, "Bu proje sayesinde belediyemizin tüm elektrik giderleri karşılanacak, üretim fazlası enerji ise gelir olarak belediyemize kazandırılacaktır. Bu hedef artık uzak bir hayal değil, çok yakın bir gerçektir" ifadelerini kullandı.

Sürece katkılarından dolayı Pazaryeri Belediye Başkanı Zekiye Tekin'e de teşekkür eden Başkan Sıbiç, çok önemli bir alan olan yenilenebilir enerji çözümleri konusunda ortaya konan iş birliğinin, yerel yönetimlerde dayanışma ve güç birliğine örnek olacağını altını çizdi.

Haber: Cahit Akdoğan

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

28 Şubat
2026 Cumartesi

GİRESUN
GÜNDEM

SAYI:
7465

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
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

Prof. Dr. Ercan Öğreden'den Giresun'da devrim gibi bir ameliyat

Giresun Eğitim Araştırma Hastanesi Üroloji kliniğinde HoLEP cihazı hizmete girdi. Önceki gün ilk HoLEP ameliyatı Prof. Dr. Ercan Öğreden tarafından başarıyla yapıldı. Öğreden "HoLEP, iyi huylu prostat büyümesi (BPH) tedavisinde günümüzde altın standart kabul edilen, ileri lazer teknolojisine dayalı modern bir cerrahi yöntemdir." dedi ve şu noktalara dikkat çekti

- * Lazer teknolojisi sayesinde

de kanama riski çok düşüktür

- * Büyük prostatlarda bile güvenle uygulanabilir
- * İdrar sondası ve hastane-de kalış süresi kısadır
- * Tekrarlama riski düşüktür"
- * Açık cerrahiye alternatif, kesiksiz ve kapalı yöntemdir

Öğreden"Prostat büyümesi-ne bağlı sık idrara çıkma, gece idrara kalkma, idrar yaparken zorlanma, kesik kesik idrar gibi şikâyetleriniz varsa, HoLEP tedavisi sizin için uygun bir seçenek olabilir. Hastanemiz-



de, deneyimli Üroloji ekibimiz tarafından HoLEP ameliyatları başarıyla uygulanmaktadır. Detaylı bilgi ve değerlendir-

me için Üroloji polikliniğimize başvurabilirsiniz." ifadelerine yer verdi.

Haber: Mustafa Cici

Giresun Valisi Mustafa Koç'tan Dereli'ye Ziyaret

Koç, ilçede mülki idare, yerel yönetim, esnaf ve şehit ailesi- le bir araya geldi.

İlçe programına Dereli Kaymakamlığı ile başlayan Vali Koç, Kaymakam Mustafa Gövercin'den ilçenin genel durumu, devam eden yatırımlar ve yürütülen kamu hizmetleri hakkında detaylı bir brifing aldı. Ardından Dereli Belediye Başkanlığını ziyaret eden Koç, Belediye Başkanı Kazım Zeki Şenlikoğlu ve belediye meclis üyeleri ile makamda bir araya geldi. Ziyarete ilçenin altyapı, ulaşım, turizm potansiyeli ve sosyal belediyeçilik projeleri üzerine istişarelerde bulunuldu. Vali Koç, her iki kurumda da bazı hizmet birimlerini

ziyaret ederek görevli personele çalışmalarında kolaylıklar diledi. Koç, esnafları dükkanlarında ziyaret ederek hayırlı ve bereketli kazançlar temen- nisinde bulundu.

Vatandaşların talep ve beklentilerini yerinde dinleyen Vali Koç, devletin tüm imkanlarıyla her zaman halkın yanında olduğunu ifade etti.

ŞEHİT AİLEMİZE ANLAMLI ZİYARET

Program kapsamında Vali Koç, 2017 yılında Şırnak'ta terör örgütüyle çıkan çatışma- da şehit düşen kahramanımız J.Uzm.Onb. Tuncay Zengin'in Fatih Mahallesi'nde ikamet eden kıymetli ailesini ziyaret etti.

Şehidimizin babası Sadul-



lah Zengin ve annesi Gülseren Zengin ile bir süre görüşerek yakından ilgilenen Sayın Valimiz; şehitlerimizin aziz emanetlerine sahip çıkmanın devletin en temel vazifesi

olduğunu vurgulayarak, "Kahramanlarımızın aileleri bizlere emanettir, kapımız ve gönlümüz onlara her daim açıktır." dedi.

Haber: Fatma Uğurlu

Damaklarda ayrı bir lezzet



Trabzon'un Maçka ilçesinde yapımı yaklaşık bir asırdır süren Hamsiköy sütlacı, yaylalarda beslenen hayvanların sütüyle hazırlandığı için damaklarda ayrı bir lezzet bırakıyor

Trabzon'un coğrafi işaretli lezzetlerinden Hamsiköy sütlacı, yöre halkı ve ziyaretçilerce beğenilerek tüketiliyor.

Anadolu Ajansının Türkiye'nin lezzetlerini tanıtmak amacıyla Karatay Belediyesinin katkılarıyla hazırladığı Memleket Sofrası Projesi

Giresun'un bazı ilçelerinde kar nedeniyle eğitime ara verildi

Giresun'un bazı ilçelerinde kar ve olumsuz hava koşulları nedeniyle yarın eğitime ara verildi.

Valilikten yapılan açıklamada, Dereli ve Çamoluk ilçelerinde



kapsamında Trabzon'un geleneksel tatlılarından Hamsiköy sütlacının yapımı anlatıldı.

Maçka ilçesinde tarihi İpek Yolu güzergahındaki Hamsiköy'ün adıyla anılan ve yaklaşık bir asırdır yapılan sütlaç, yüksek rakımlı yaylalarda beslenen hayvanların sütünün verdiği lezzetle ön plana çıkıyor. Hamsiköy'de çok sayıda işletmenin yanı sıra il genelinde günlük üretilip satışa sunulan sütlaçlar, yerli ve yabancı ziyaretçilerin ilgisini çekiyor. Hamsiköy sütlacının



tarifini AA muhabirine anlatan aşçı Esra Kavazoğlu, geleneksel yöntemlere göre yaptıkları sütlacın beğenilerek tüketildiğini söyledi.

Sütlacın lezzetinde yaylalarda beslenen hayvanların süt kalitesinin etkili olduğunu belirten Kavazoğlu, coğrafi işaret tescilli tatlıyı kente gelenlerin mutlaka tatmaları gerektiğini dile getirdi.

Hamsiköy sütlacı için gerekli malzemeler ve tarifi şöyle: Malzemeler (15 kişilik)

- 5 kilogram süt



- 250 gram pirinç
- 500 gram şeker
- Bir miktar tuz
- Fındık Yapılışı

1. Bakır tencereye konulan süt kaynatılır.
2. Yıkanan pirinç, tuz ve şeker sütün içerisine konulur.
3. Yaklaşık 30 dakika kaynatılan sütün kıvam alması beklenir.
4. Pişirilen sütlaç kase- lere alınarak üzerine isteğe göre fındık eklenir.

TRABZON (AA)

ise aynı gün izinli sayılacağı kaydedildi.

Güce ilçesinde de taşımali eğitime 1 gün süreyle ara verildiği ifade edildi.

GİRESUN (AA)

YAMAN SADECE 10 YAŞINDA VE ŞU AN KÖK HÜCRE NAKLİ BEKLEYEN BİNLERCE ÇOCUKTAN BİRİ

YAMAN AYNI ZAMANDA HERİMİZİN YAKINDAN TANIDIĞI ÜST KLASMAN YARDIMCI HAKEMLERİMİZDEN KÜRSATHAN AKIN'IN OĞLU.

YAŞAM, SADECE BİR EŞLEŞMEYE BAKIYOR. SENİN 3 TUP KANIN, YAMAN İÇİN BİR UMUT, ONUN GİBİ BİNLERCE ÇOCUK İÇİN BİR CESARET OLABİLİR.

WWW.KANVER.ORG

BAŞARABİLİRİZ

“Maarifin Kalbinde Ramazan” etkinliği



Giresun'un Espiye ilçesindeki anaokulunda “Maarifin Kalbinde Ramazan” etkinliği düzenledi. Nene Hatun Anaokulunca organize edilen etkinlikte, İbrahimşeyh Köyü Camisi'nde öğrencilere oruç, iftar ve sahur kavram-

ları ile caminin bölümleri hakkında bilgiler verildi.

İlçe Milli Eğitim Müdürü Turgut Öztürk, yaptığı açıklamada, öğrencilerin etkinlikte hem ramazanı hem de camiye yakından tanıma fırsatı bulduğunu belirtti.

GİRESUN (AA)

Giresun merkezli uyuşturucu operasyonunda 29 kişi tutuklandı

Giresun merkezli üç ilde düzenlenen uyuşturucu operasyonunda gözaltına alınan 49 şüpheli- den 29'u tutuklandı.

Giresun Cumhuriyet Başsavcılığı koordinesinde İl Emniyet Müdürlüğü ekiplerince uyuşturucu madde ticareti yapan “torbacı” olarak tabir edilen sokak satıcılarının ve uyuşturucu suç örgütlerinin deşifre edilmesine yönelik operasyon gerçekleştirildi.

Ekipler, Giresun, İstanbul ve Samsun'da belirlenen 29 adrese eş zamanlı operasyon düzenlendi.

Operasyonda yakalanan 49 şüpheli, emniyetteki işlemlerinin ardından adliyeye sevk edildi. Şüphelilerden 8'i savcılık ifadesinin ardından serbest bırakıldı, 41'i nöbetçi hakimliğe çıkarıldı. Zanlılardan 29'u tutuklandı, 12'si ise adli kontrol kararı ile serbest bırakıldı.

GİRESUN (AA)

Eğribel Karayolları Bakım Ekibi 24 Saat Görev Başında

Karayolları 10 Bölge müdürlüğü 104 şube şefliği ekipleri ise 24 saat Aralıksız kar temizleme çalışmalarına devam ediyor.

Eğribel bakımevi karla mücadele ekibi olarak 7/24 sahada çalışmalarımız aralıksız devam etmektedir.

Acil durumlarda sürücülerin 0454 396 20 10 / 0 454 215 16 81 /

05532431514 ve 159 nolu telefonları aramaları istendi.

Haber: Hasan Seyis





Yahya Mert Yayla

YILMAZ

Galatasaray, play-off turunun ikinci maçında İtalya'nın en başarılı kulübü Juventus'a İtalya'da mağlup olmasına rağmen ilk maçta aldığı sansasyonel galibiyetin avantajı ile Şampiyonlar Ligi'nde on yılı aşkın bir süre sonra son on altı turuna adını yazdırmayı başardı.

Maç öncesinde herkesin beklentisi Juve'nin ilk maçtaki hezimetini unutturmak ve takımımızın direncini kırmak adına ilk yarım saatte bir gol bulmak için istahla saldıracağı yönündeydi. Bu nedenle adına "Okanball" dediğimiz ön alanda baskılı oyunumuzdan ziyade alanı savunacağımız ve hızlı hücum kovalayacağımız açıkça kapanacağı bir oyun bekleniyordu. Bu İstanbul deplasmanına gitmiş Anadolu takımı varı oyun turun kapılarını aralamayacağı gibi rakibi olduğundan güçlü hissettirebilirdi. Fakat ilginçtir ilk maçın sonucunu bilmiyormuş gibi stadyumu dolduran ve takımlarını gırtlak patlatırcasına destekleyen Juve taraftarı ile birlikte rakip, oldukça sert ve bir o kadar baskılı oyunuyla bizi bu istenmeyen oyuna mecbur etti. Özellikle maçın henüz başında altı pastan kaçırdığı pozisyonlardan sonra rakibin güveni arttı ve daha cesurca saldırmaya başladılar. Bu noktada sakinliğimizi koruyabilsek ve topu dolaştırabilsek rakibin bu baskısını savuşturabilirdik fakat biz neredeyse kazandığımız her topu -en kolay kaybedilecek yöntem olan- uzun paslarla kullandık. Hava toplarında etkisiz görünen takım bu oyun anlayışıyla pozisyon üretemediği gibi rakibin daha da istahlanmasına sebep oldu. Bu anlarda sezon başından beri açıkça "sallanan" Davinson, kendisinden beklenmeyen bir hata ile topu kaptırdı ve son aylarda performansı gözle görülür şekilde düşen Torreira'nın yaptığı müdahale sonucunda rakip penaltı kazandı. Penaltı vuruşu aleyhimize skora dönüştüğü anda stadyumu dolduran İtalyanların hevesi arttığı gibi Tüm Türkiye'nin içinde büyük bir endişe doğdu: Ya turu kaybedersek?

İkinci yarı başlarken gönlümüzdeki endişenin haksız çıkacağını ve ilk yarıdan ders çıkararak Galatasaray izleyeceğimizi bekledik. Fakat tam aksine takım, rakip devrenin hemen başında on kişi kalmasına rağmen ilk yarıdan daha kötü göründü. Eksik kalmasına rağmen taraftarının yoğun desteğiyle birlikte Juventus, özellikle kanat oyuncularının üstün performansı sayesinde kalemizde önemli pozisyonlar buldu. Ayrıca biz de rakibimize çok fazla yan top fırsatı verdik. Tüm bunlar üst üste gelince maç boyunca abandone olan takımımız oyundan tamamen koptu. Juve ise baskılı oyununun neticesinde maçı en azından uzatmaya götürecekti ikinci yarının bitmesine on dakika kala buldu.

Maçın normal süresi bittiğinde ilk yarının sonundaki endişemiz kısmen kaybolmuş gibiydi zira Juve eksik oynamanın da neticesiyle son golü bulduktan sonraki süreçte çok yorgun gözüküyordu. Bununla birlikte İlkay nihayet oyuna etki etmeye başlamış ve maçın başında oynamamız gereken oyunu oynamaya başlamıştık. Topa hükmeden topu dolaştıran rakibin yarı alanında pas oyunu oynayan ve savunmada rakibini kendi ikinci bölgesiyle üçüncü bölgesi arasında karşılayan oyun şüphesiz ki turun anahtarını bize doksan dakika sonunda verecekti. Fakat biz bu oyunu üç gol yiyene kadar yaklaşık seksen dakika bekledik. Uzatmaların tamamında ve maçın son anlarıyla birlikte yaklaşık kırk dakika topa hükmeden takım, bu süreçte rakibin de yorulmasıyla turu getirecek golü Osimhen'in ayağından buldu. İtalyanların gardı düştüğünde ise Barış Alper sahneye çıktı ve maçı bitirdi. Rakip henüz yorulmamışken rakibin moralini bozacak golü bulmak mümkün görünmüyordu fakat normal süre içinde doğru oyunu oynayarak daha sağlam durabilseydik rakibimizin tura olan inancı süreyle birlikte eriyecekti. Belki de güle oynaya bir maç çıkararak deplasmanda da gücümüzü gösterecek ilerleyen turlar için gözdağı verebilecektik. Bu noktada saha dışındaki eleştirilerin haksız olduğunu düşündüğüm Okan Hoca'ya olumsuz ama yapıcı eleştirilerde bulunmanın doğru olduğuna inanıyorum.

Galatasaray'ı yıllar sonra buraya kadar getiren Okan Buruk ve ekibi hiç şüphesiz ki başarılıdır. Singo'nun oyuna geç girmesi haricinde yaptığı değişiklikleri doğru buluyorum fakat takımın, Konya ve Juventus deplasmanlarındaki çaresizliği akıl alır gibi değil. Okan Hoca'nın Konya maçında takımını motive edemeyişi ile alınan mağlubiyetin akabinde kaybedilmesi muhtemel lig liderliği vardı. Süper denilen Lig'de her an her şey değişebilir hala çok maç var fakat Şampiyonlar Ligi'nde yaşanabilecek kayıp telafi edilebilecek boyutlarda olmayacaktır. Yıkım haliyle daha büyük olacak ve takım bu enkazın altından kalkamayıp belki Süper (!) Lig'de de tökezleyecekti. Takımı hem ekonomik olarak rahatlatan hem de psikolojik olarak güçlendiren bu turun kazanılması umarım doğru yorumlanır fakat görüyoruz ki bazı şeyler doğru gitmiyor. Umarım bu iki zor deplasmandan çıkmakta zorlanan takım ilerleyen süreçte de muaffer olmaya devam eder ve sezon öncesinde başarı olarak görülen hedeflerin tamamını tutturabilir. Bunun için de biliyoruz ki Okan Hoca'nın kendi deyimiyle hatalarından ders çıkararak saha içine odaklanması gerekecek.

Güzel günler göreceğimize inanıyoruz ve umut ediyoruz. Dualarımız ve çabamız hep daha iyi olmak için.

Müdür Yılmaz: Halk Sağlığı İçin Denetimlerimiz Sürüyor

Giresun'da Ramazan Ayı Gıda Denetimleri Kesintisiz Devam Ediyor. Giresun Tarım İl Müdürlüğü halk sağlığı için gereken adımların atılacağını söyledi.

Yapılan açıklamada, "İl Tarım ve Orman Müdürlüğümüz tarafından ilimiz genelinde vatandaşlarımızın güvenilir gıdaya erişimi için yıl boyunca olduğu gibi Ramazan ayında da gıda kontrol görevlilerimiz denetimlerine kesintisiz devam etmektedir.

İl Müdürlüğümüz Mustafa

Ensar Yılmaz, Merkez ilçedeki gıda denetim çalışmasına İl Müdür Yardımcısı Mehmet Fatih Şahin ve Şube Müdürü Oğuz Yiğit ile birlikte nezaret etti. Gıda kontrol görevlileri, üretim ve satış yerlerinde; hijyen ve genel temizlik kuralları, gıda maddelerinin muhafaza şartları ve soğuk hava depolarının/buzdolaplarının sıcaklık derecelerinin takibi, ürünlerin etiket bilgileri, son tüketim tarihleri, taklit ve taşış gibi hususlarda ayrıntılı kontrol ve denetim

yapmaktadır. Ayrıca işletme sahipleri ve çalışanları, gıda güvenliği ve personel hijyeni konularında bilgilendirilmektedir." denildi.

İl Müdürü Yılmaz, "Denetimlerde eksiklik veya uygunsuzluk tespit edilmesi durumunda 5996 sayılı Kanun gereğince cezai işlem uygulanmaktadır. 2026 yılında şu ana kadar 1.024 denetim gerçekleştiri-

lererek bunlardan 6 işletmeye toplamda 507 bin 790 TL idari para cezası verilmiştir. Gıda güvenliğinin sağlanması kırmızı çizgimiz olup tüketicilerimizin karşılaşacağı gıda güvenliği ile ilgili her türlü olumsuz durumları Alo 174 Gıda Hattı bildirimde bulunmaları büyük önem taşımaktadır." dedi.

Haber:
Fatma Uğurlu



CHP Heyetinden, Görele ve Espiye Belediyelerine Ziyaret



Haber: Namık Baltaoğlu

Bir dizi ziyaretlerde ve incelemelerde bulunmak üzere Giresun'a gelen Cumhuriyet Halk Partisi Yerel Yönetimlerden ve Dirençli Kentlerden Sorumlu Genel Başkan Yardımcısı Gökhan Zeybek, beraberinde Bilecik Milletvekili Yaşar Tüzün, Giresun Milletvekili Elvan Işık Gezmiş, Giresun Belediye Başkanı Fuat Köse, CHP İl Başkanı Gökhan Şenyürek ve CHP Görele İlçe Başkanı Mustafa Günay'la birlikte Görele Belediye Başkanvekili

seçilen Aysel Civil Uzun' a 'hayırlı olsun' ziyaretinde bulundular. Ziyaret sırasında Başkan Civil Uzun'dan belediyenin çalışmaları konusunda bilgiler alan ve başarı dileğini ileten Zeybek, beraberindeki CHP heyeti ile bir ziyaret de Espiye Belediye Başkanı Erol Karadere'ye yaptı. Ziyarete Soğukpınar Belde Belediye Başkanı Mustafa Eyice ve CHP Espiye İlçe Başkanı İbrahim Akgün de eşlik etti.

Başkan Karadere'den belediyenin çalışmaları ile ilgili bilgi alan Gökhan Zeybek, başarılar diledi.

Ramazan konulu konferans verildi

Espiye Müftülüğünce liselerde öğrencilerle yönelik ramazan konulu konferanslar düzenlendi.

Şehit Cengiz Sarıbaş Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, 75. Yıl Çok Programlı Anadolu Lisesi ve Şehit Murat Şahin ile Eyüp Sultan Anadolu İmam Hatip liselerindeki konferanslarda,



ramazanın manevi iklimi, orucun bireysel ve toplumsal hayata katkıları, irade eğitimi ve nefis terbiyesi konuları ele alındı.

GİRESUN (AA)

Yakup Çukur

KURAN'DA AİLE MODELİ

Kur'an-ı Kerim'de Aile Modeli: Merhametin İnşa Ettigi Medeniyet

Aile, bir toplumun en küçük birimi değil; en büyük hakikatidir. Çünkü insanın karakteri evde yoğrulur, vicdanı sofrada şekillenir, merhameti anne duasında, adaleti baba duruşunda kök salar. Kur'an-ı Kerim'in ortaya koyduğu aile modeli, yalnızca biyolojik bir birlik-teliği değil; ahlâkî, hukukî ve ruhî bir sözleşmeyi ifade eder.

Ailenin Temeli: Sükûnet, Sevgi ve Merhamet Kur'an'da evlilik "sükûn bulma" olarak tarif edilir. Bu çok önemli bir kavramdır. Modern çağın yorgun insanı evi bir otel gibi kullanırken, Kur'an evi bir huzur iklimi olarak tanımlar. Sevgi (meveddet) ve merhamet (rahmet), aileyi ayakta tutan iki ana sütundur. Sevgi heyecandır; merhamet ise devamlılıktır. Sevgi azalabilir ama merhamet sürdükçe yuva dağılmaz.

Bugün boşanmaların artışı, sadece ekonomik değil; merhamet yoksulluğudur.

Rol Dağılımı Değil, Sorumluluk Paylaşımı Kur'an'daki aile modeli bir üstünlük yarışı değildir; görev bilincidir. Erkek "kavvam" olarak geçer; bu kelime tahakküm değil, sorumluluk demektir. Ailenin yükünü omuzlama, koruma ve adaletle davranma görevini ifade eder. Kadın ise aile içi huzurun, neslin ve şefkatin merkezidir.

Bu modelde güç değil, emanet bilinci esastır. Anne-Babaya Saygı: Medeniyetin Omurgası Kur'an'da tevhid inancından hemen sonra anne-babaya iyilik emredilir. Bu

sıralama tesadüf değildir. Ailede saygı zedelenirse toplumda otorite çöker. Bugün kuşak çatışmasının temelinde, sadece gençlik psikolojisi değil; saygının kültürel olarak zayıflaması vardır.

Anne-babaya "öf" bile dememek; aslında insanın nefsine sınır koymasidir.

Çocuk: Emanet Bilinci Kur'an'a göre çocuk bir "sahiplik" değil, emanettir. Modern çağ çocuğu proje haline getirirken, Kur'an çocuğu ahlâkî sorumluluk olarak görür. Lokman'ın oğluna verdiği öğütler; iman, edep ve ölçülü davranış üzerine kuruludur.

Aile sadece büyüten değil, yön veren bir kurumdur.

Kriz Anlarında Adalet Kur'an aile içi krizleri de yok saymaz. Tartışma, geçimsizlik, hatta ayrılık ihtimali... Ancak her durumda ölçü adalettir. Tarafgirlik değil hakkaniyet. Çünkü adalet biterse aile güvenli liman olmaktan çıkar.

Günümüzde Sosyal Analiz

Bugün dijital çağ aileyi aynı ev içinde ayrı dünyalara bölüyor. Aynı masada oturup farklı ekranlara bakan bireyler, aslında aynı çatı altında yalnızlaşıyor. Kur'an'ın aile modeli ise yüz yüze iletişim, ortak değer, ortak ibadet ve ortak sorumluluk üzerine kurulu. Aile zayıflarsa toplum kutuplaşır. Aile güçlenirse millet dirilir.

Sonuç olarak. Kur'an'daki aile modeli romantik bir ütopya değil; uygulanabilir bir medeniyet projesidir. Temelinde sevgi, çatısında merhamet, direklerinde adalet vardır. Ve unutmayalım: Bir milletin geleceği mecliste değil; önce evinde yazılır. Gönül de yalanır.

Sağlık Köşesi

Uzun Süreli Açlık ve Susuzluk Epilepsi Hastalarını Etkileyebilir

Uzun süreli açlık ve susuzluğun, epilepsi hastalarının da beynin elektriksel dengesini etkileyebileceğini belirten uzmanlar, bu durumun nöbet riskini artırabileceğini söylüyor.

İlaç saatlerinin sahur ve iftara göre kaydırılmasının, kandaki ilaç düzeyinin düşmesine ve kontrol altındaki nöbetlerin yeniden ortaya çıkmasına yol açabileceğine dikkat çeken Nöroloji Uzmanı Dr. Celal Şalçini; “İlaçsız kalan sürede beynin koruma kalkanı zayıflar ve tek bir doz aksatması veya geciktirilmesi bile aylar süren nöbetsiz dönemin bozulmasına, hatta hastaneye yatış gerektiren şiddetli nöbetlere sebebiyet verebilir.” dedi. Özellikle dirençli epilepsi hastalarının ve birden fazla ilaç kullananların oruç konusunda dikkatli olması gerektiğini vurgulayan Dr. Şalçini, nöbetler kontrol altında olsa bile, oruç kararının mutlaka doktor değerlendirilmesiyle alınması gerektiği uyarısında bulundu.

Üsküdar Üniversitesi NİSTANBUL Hastanesi Nöroloji Uzmanı Dr. Celal



Şalçini, epilepsi hastalarının Ramazan ayında oruç tutarken karşılaşılabileceği riskler hakkında bilgi verdi.

UZUN SÜRELİ AÇLIK VE SUSUZLUK, BEYNİN ÇALIŞMA DÜZENİNİ ETKİLEYEBİLİR

Uzun süreli açlık ve susuzluğun, vücudumuzun hassas dengesini değiştirerek beynin çalışma düzenini etkileyebileceğini ifade eden Dr. Celal Şalçini; “Özellikle kan şekerinin düşmesi (hipoglisemi) ve vücudun susuz kalması (dehidratasyon), sinir hücrelerinin elektriksel dengesini bozarak ‘nöbet eşiği’ dediğimiz koruyucu sınırı aşağı çeker.” dedi.

Dr. Şalçini, bu durumun, normalde nöbet geçirmeyen veya nöbetleri kontrol altında olan bir hastada, beynin elektriksel fırtınalara daha açık hale gelmesine ve beklenmedik nöbetlerin tetiklenmesine neden olabileceğine vurgu yaptı.

İLAÇ SAATLERİNİN KAYDIRILMASI, NÖBET RİSKİNİ ARTIRABİLİR!

Epilepsi tedavisinde en kritik kuralın, ilaçların kandaki seviyesini sabit tutmak

olduğunu aktaran Dr. Celal Şalçini; “İlaçların sahur ve iftar saatlerine göre (örneğin 12 saat arayla alınması gereken ilacın 16-17 saatlik boşluklarla alınması) kaydırılması, kandaki ilaç düzeyinin tehlikeli seviyelere düşmesine yol açabilir. Bu ‘ilaçsız’ kalan sürede beynin koruma kalkanı zayıflar ve tek bir doz aksatması veya geciktirilmesi bile aylar süren nöbetsiz dönemin bozulmasına, hatta hastaneye yatış gerektiren şiddetli nöbetlere sebebiyet verebilir.” şeklinde konuştu.

HER EPİLEPSİ HASTASI ORUÇ İÇİN UYGUN DEĞİL!

Epilepsi hastaları için uykunun, en az ilaçlar kadar hayati bir tedavi bileşeni olduğuna dikkat çeken Dr. Celal Şalçini; “Sahura kalkmak için uykunun bölünmesi, geç yatılması veya sabah erken uyanılması ‘uyku yoksunluğu’ yaratarak beyin hücrelerinin aşırı duyarlı hale gelmesine neden olur.” dedi.

Birçok epilepsi türünde uykusuzluğun, nöbeti tetikleyen en güçlü faktör olduğunun altını çizen Dr. Şalçini, şöyle devam etti:

“Bu nedenle ramazan ayındaki düzensiz uyku ru-



teni, nöbet sıklığının artması konusunda ciddi bir risk taşır. Her epilepsi hastası oruç için uygun değildir. Özellikle ilaçlara rağmen nöbetleri devam eden ‘dirençli epilepsi’ hastaları, gün içinde birden fazla veya üçten fazla ilaç kullanmak zorunda olanlar, nöbetleri uykusuzlukla tetiklenenler ve çocukluk/yaşlılık dönemindeki hastalar için oruç tutmak önerilmez. Ayrıca nöbetleri kontrol altında olsa bile, hayati risk taşıyan

ağır nöbet geçmişi olan kişilerin bu kararı doktorlarına danışmadan almamaları hayati önem taşır.”

EN UFAK NÖBET BELİRTİSİNDE ORUÇ BIRAKILMALI VE DOKTORA BAŞVURULMALI!

Eğer nöbetler uzun süredir tam kontrol altındaysa, tek tip ilaç kullanılıyorsa ve doktor onayı varsa güvenli oruç tutmanın mümkün olabileceğini ifade eden Dr. Celal Şalçini; “Bu süreçte iftar

ile sahur arasında bol sıvı tüketilmeli, ilaçlar doktorun önerdiği yeni zaman dilimlerine harfiyen uyularak alınmalı ve en önemlisi gün içindeki uyku kaybını telafi edecek dinlenme süreleri oluşturulmalı. Ancak oruç tutarken en ufak bir nöbet veya nöbet habercisi (aura) hissedilirse, sağlığı riske atmamak adına oruca hemen ara verilmeli ve durum doktora bildirilmeli.” uyarısını yaparak sözlerini tamamladı.

Ramazan’da Bağışıklığı Güçlendiren 10 Besin Ramazan’da lif, protein, probiyotik dengesi şart

Kışın dondurucu soğukları, kapalı alanlarda geçiren

uzun süreler ve kalabalık ortamlarda enfeksiyonların yüksek bulaş riskine sahip olması, sağlıklı bir Ramazan geçirebilmek için bağışıklık sisteminin her zamankinden daha güçlü olmasını gerektiriyor. Acıbadem Fulya Hastanesi Beslenme ve Diyet Uzmanı Müzeyyen Çelik; “Ramazan’da uzun süren açlık saatleri, değişen öğün ve uyku düzeni ile azalan su tüketimi vücudun bağışıklık sistemini daha hassas hale getirebiliyor. Ancak özellikle doğru besin seçimi Ramazan’ı hem sağlıklı hem de güçlü geçirmek için en önemli desteklerden biri olarak öne çıkıyor” diyor. Özellikle mevsim sebze ve meyvelerinin; vitamin, mineral ve antioksidan içerikleri sayesinde vücudu hem enfeksiyonlara karşı koruyacağını hem de enerji seviyesini dengede tutmaya destek olacağını vurgulayan Beslenme ve Diyet Uzmanı Müzeyyen Çelik, Ramazan’da bağışıklığı güçlendiren 10



besini anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu.

• PORTAKAL

Güçlü C vitamini kaynağı olan portakal, enfeksiyonlara karşı savunmada görevli lökosit (beyaz kan hücreleri) üretimini destekler. Antioksidan etkileri sayesinde hücreleri serbest radikallere karşı korur. İçerdiği çözünür lif, mide boşalmasını yavaşlatarak kan şekerinin ani yükselmesini önler. İftardan sonra tüketildiğinde hem sıvı desteği sağlar hem de tatlı ihtiyacını doğal şekilde dengeleyerek rafine şeker tüketimini azaltmaya yardımcı olur.

• KIRMIZI LAHANA

Kırmızı lahananın içeriğindeki mor pigmentler güçlü antioksidan etki göstererek hücreleri; sindirim sonrası oluşan toksinlerin vücutta oluşturduğu oksidatif stresten korur. Bu şekilde bağışıklık desteklenmesine büyük katkıda bulunur. Özellikle çiğ yendiğinde çiğneme süreci uzun olacağından beyindeki tokluk sinyalinin oluşumunu hızlandırır. Salatalarda limon ve zeytinyağı ile birlikte tüketildiğinde besin değeri artar.

tildiğinde besin değeri artar.

• MANDALİNA

Zengin C vitamini içeriğiyle vücudun enfeksiyonlardan korunmasına, antioksidan etkisiyle de inflamasyonun dengelenmesine destek olur. Liftten zengin olan mandalina kan şekerinin kontrollü yükselmesine yardımcı olurken, antioksidan etkisiyle inflamasyonun dengelenmesini, strese karşı bağışıklık fonksiyonlarının düzenli çalışmasını sağlar. Hafif ve kolay tüketilebilir yapısıyla Ramazan’da vitamin, sıvı ve tatlı ihtiyacına destek olur ama aşırıya kaçılmamalıdır.

• KİVİ

C ve E vitamini kombinasyonu sayesinde hücresel savunma mekanizmalarını güçlendirir. Yüksek lif içeriği bağırsak hareketlerini düzenler, kabızlığı önlemeye yardımcı olur. Uzun süreli açlıkta sık görülen sindirim problemlerinin azaltılmasına destek verir. Aynı zamanda içerdiği doğal enzimler proteinin sindirimine ve iftar sonrası rahatlamaya katkı sağlar.

• İSPANAK

Beslenme ve Diyet Uzmanı Müzeyyen Çelik, iftar sofralarında mutlaka mev-

sim sebzelerinin yer alması gerektiğini belirterek; “İspanağın içeriğindeki; A ve C vitamini vücudun ilk savunma hattı olan mukozal bariyeri güçlendirirken folat hücre yenilenmesini destekler. Düşük kalorili ama hacimli bir sebzedir; mide doluluğu sağlar. Sahurda yumurta ile tüketildiğinde protein ve lif kombinasyonu sayesinde tokluk süresini uzatır” diyor.

• BROKOLİ

C ve K vitamini ile sülfürlü bileşikler açısından zengin olan brokoli, özellikle içerdiği sulforafan sayesinde güçlü antioksidan ve detoks destekleyici etki gösterir. Lif ve su içeriği yüksektir; mide hacmini doldurarak doyumluk sağlar ve iftar sonrası ani acıkmaları önlemeye yardımcı olur. Buharda hafif pişirilerek tüketildiğinde besin değerleri daha iyi korunur.

• HAVUÇ

Beta-karoten açısından zengin olan havuç, özellikle zeytinyağı ile birlikte tüketildiğinde daha iyi emilir ve A vitaminine dönüşerek bağışıklık ve solunum yolları sağlığını destekler. A vitamini, mukozal dokuların korunmasında önemli rol oy-



nar. Lifli yapısı sayesinde çiğ tüketildiğinde uzun süre tokluk sağlar. İftarda salatalara eklendiğinde kan şekerinin daha dengeli yükselmesine katkıda bulunur.

• PIRASA

Beslenme ve Diyet Uzmanı Çelik; “Pirasa zengin prebiyotik ve lif içeriğiyle bağırsak mikrobiyotasını besler. Güçlü bir bağırsak mikrobiyotası, güçlü bir bağışıklığın göstergesidir. Aynı zamanda içeriğindeki lif sayesinde sindirim süresi uzar ve tokluk hissini artırır” diyor.

• LIMON

C vitamini açısından zengin olan limon, bağışıklık fonksiyonlarını desteklerken aynı zamanda sindirime katkı sağlar. İftarda salatalara

sıkılan limon suyu, bitkisel kaynaklı demirin emilimini artırır. Mide asidini dengeleyerek hazımsızlık ve şişkinlik şikayetlerinin azalmasına yardımcı olabilir. Ilık suya eklenerek tüketildiğinde sıvı alımını artırarak gün içindeki susuzluğun dengelenmesine destek sağlar.

• YOĞURT

Beslenme ve Diyet Uzmanı Müzeyyen Çelik; “Yoğurdun içeriğindeki kalsiyum ve probiyotik bakteriler bağışıklık hücrelerini aktive eder. Yüksek protein içeriği mide boşalmasını yavaşlatır. Sahurda tüketildiğinde gün boyu kan şekerini dengeler, iftarda tüketildiğinde iftar sonrası tokluğu uzatarak tatlı isteğini azaltır” diyor.



Hakan ÇELEBİ

Daha sakin ve daha düzenli hayat arayanların şehri: Hamminkeln

Hamminkeln, Almanya'nın Kuzey Ren-Vestfalya (Nordrhein-Westfalen) eyaletinde, Aşağı Ren (Niederrhein) bölgesinde yer alan sakin ve düzenli yapısıyla dikkat çeken bir şehirdir. Wesel ilçesine bağlı olan bu yerleşim, kırsal dokusu, tarım alanları ve doğal güzellikleriyle öne çıkar. Büyük sanayi merkezlerinden uzak, daha çok huzurlu yaşamı tercih edenlerin ilgisini çeken bir karaktere sahiptir.

COĞRAFİ KONUM VE DOĞAL YAPI

Hamminkeln, Ren Nehri'ne yakın konumuyla verimli topraklara sahip bir bölgede bulunur. Çevresi geniş tarım arazileri, çayırılar ve küçük ormanlık alanlarla çevrilidir. Aşağı Ren bölgesi genel olarak düz bir arazi yapısına sahiptir; bu durum hem tarım faaliyetlerini kolaylaştırır hem de bisiklet ve doğa yürüyüşleri için uygun bir ortam sunar.

Şehir, doğa ile iç içe bir yaşam vadeder. Özellikle ilkbahar ve yaz aylarında yemyeşil tarlalar ve çiçekli meralar bölgeye ayrı bir güzellik katar. Bu yönüyle Hamminkeln, yoğun şehir hayatından uzak-

laşmak isteyenler için ideal bir yerleşim yeridir.

TARİHİ GELİŞİM

Hamminkeln'in tarihi Orta Çağ'a kadar uzanır. Bölge, yüzyıllar boyunca tarım ve küçük ölçekli ticaretle geçimini sağlamıştır. Tarih boyunca farklı idari yapılara bağlı kalmış, özellikle Prusya döneminde idari anlamda gelişim göstermiştir.

II. Dünya Savaşı sırasında Aşağı Ren bölgesi stratejik bir konuma sahip olduğu için çatışmalara sahne olmuştur. Savaş sonrasında ise şehir yeniden inşa edilmiş ve modern bir belediye yapısı oluşturulmuştur. Günümüzde Hamminkeln, geleneksel mimari ile modern yapıların bir arada bulunduğu düzenli bir Alman kasabası görünümündedir.

NÜFUS VE İDARİ YAPI

Hamminkeln, büyük bir metropol değil; daha çok orta ölçekli bir şehir yapısına sahiptir. Şehir merkezi dışında Ringenberg, Mehrhoog, Brünen gibi farklı mahalle ve yerleşim birimleri bulunur. Bu mahallelerin her biri kendi yerel kültürünü ve sosyal yapısını korumaktadır.

Nüfus yapısı ağırlıklı olarak Alman vatandaşlarından oluş-

sa da, Almanya'nın genelinde olduğu gibi farklı ülkelerden gelen göçmen topluluklar da mevcuttur. Bu durum kültürel çeşitliliği artırmaktadır.

EKONOMİ

Hamminkeln ekonomisi büyük ölçüde:

- Tarım
- Küçük ve orta ölçekli işletmeler
- Hizmet sektörü üzerine kuruludur.

Aşağı Ren bölgesinin verimli toprakları sayesinde mısır, buğday ve sebze üretimi yaygındır. Bunun yanında hayvancılık da önemli bir geçim kaynağıdır. Sanayi, büyük şehirlerdeki kadar yoğun değildir; ancak çevredeki Wesel, Bocholt ve Duisburg gibi merkezlere yakınlık ekonomik açıdan avantaj sağlar.

ULAŞIM

Hamminkeln, kara yolu ve demiryolu bağlantıları sayesinde çevre şehirlere rahat ulaşım imkânı sunar. Özellikle bölgesel tren hatları ile çevredeki büyük şehirlere erişim mümkündür. Düsseldorf ve Ruhr bölgesine olan bağlantılar, şehirde yaşayanların iş ve eğitim için farklı merkezlere gitmesini kolaylaştırır.

Bisiklet kullanımı bölge-



de oldukça yaygındır. Düz arazi yapısı sayesinde bisiklet yolları günlük yaşamın önemli bir parçasıdır.

KÜLTÜR&SOSYAL YAŞAM

Hamminkeln'de sosyal hayat daha sakin ve yerel etkinlikler etrafında şekillenir. Kültürel faaliyetler genellikle:

- Yerel festivaller
 - Köy şenlikleri
 - Spor kulübü etkinlikleri
- çerçevesinde gerçekleşir. Özellikle yaz aylarında düzenlenen yerel şenlikler, halkın bir araya gelmesini sağlar.

Geleneksel Alman kültürünün kırsal unsurları burada daha belirgin şekilde hissedilir.

EĞİTİM VE YAŞAM KALİTESİ

Şehirde temel eğitim kurumları ve meslek okulları bulunmaktadır. Daha yüksek eğitim için öğrenciler genellikle çevredeki büyük şehirlere yönelir. Güvenli, sakin ve düzenli yapısı sayesinde Hamminkeln aileler için tercih edilen bir yerleşimdir.

Yaşam maliyetleri büyük metropollere kıyasla daha

makul seviyededir. Özellikle müstakil evler ve geniş bahçeli konutlar bu bölgede yaygındır.

GENEL DEĞERLENDİRME

Hamminkeln, Almanya'nın sanayi devleri arasında yer almasa da huzurlu yaşamı, doğayla iç içe yapısı ve geleneksel Alman kasaba kültürünü koruyan atmosferiyle öne çıkar. Büyük şehirlerin karmaşasından uzak, daha sakin ve düzenli bir hayat arayanlar için ideal bir yerleşim yeridir.

Sanayileşmeyle önemli bir gelişim gösteren şehir: Harsewinkel

Harsewinkel, Almanya'nın Kuzey Ren-Vestfalya (Nordrhein-Westfalen) eyaletinde, Gütersloh ilçesine bağlı, sanayi ve tarımın dengeli biçimde geliştiği bir şehirdir. Münsterland bölgesinde yer alan Harsewinkel, hem kırsal dokusunu koruyan hem de güçlü sanayi kuruluşlarına ev sahipliği yapan yapısıyla dikkat çeker. Özellikle tarım makineleri üretimiyle Almanya genelinde tanınan bir merkezdir.

COĞRAFİ KONUM VE DOĞAL YAPI

Harsewinkel, Münster ile Bielefeld arasında konumlanır ve Münsterland'ın tipik düz, yeşil ve tarıma elverişli arazilerine sahiptir. Bölge genel olarak:

- Geniş tarım alanları
- Çayırılar ve küçük ormanlık bölgeler
- Düzenli köy yerleşimleri ile karakterizedir.

Bu düz arazi yapısı, hem tarım hem de bisiklet ulaşımı için son derece uygundur. Münsterland zaten Almanya'da bisiklet kültürüyle bilinen bir bölgedir ve Harsewinkel de bu kültürün önemli bir parçasıdır.

TARİHİ GELİŞİM

Harsewinkel'in tarihi Orta Çağ'a kadar uzanır. Şehir, uzun süre küçük bir tarım yerleşimi olarak kalmış, ancak 19. ve 20. yüzyılda sanayileşmeyle birlikte önemli bir gelişim göstermiştir.

Bölgenin gelişiminde en önemli dönüm noktalarından biri, tarım makineleri üretiminin başlamasıdır. Bu alandaki büyüme Harsewinkel'i sadece yerel bir kasaba olmaktan çıkarıp uluslararası bağlantıları olan bir sanayi merkezine dönüştürmüştür.

EKONOMİ VE SANAYİ

Harsewinkel denildiğinde akla ilk gelen firma, dünyaca ünlü tarım makineleri üreticisi olan CLAAS'tır. CLAAS'ın merkez tesislerinden biri Harsewinkel'de bulunur ve şehir ekonomisinin bel kemiğini oluşturur.

CLAAS:

- Biçerdöver
- Traktör
- Silaj makineleri

gibi tarım ekipmanları üretir ve ürünlerini dünya çapında ihraç eder.

Bu nedenle Harsewinkel, zaman zaman "Mähdrescherstadt" (Biçerdöver Şehri) olarak anılır. Sanayi sektörünün güçlü olması, şehirde istihdam oranını yükseltmiş

ve ekonomik refah seviyesini artırmıştır.

Bunun yanında küçük ve orta ölçekli işletmeler, el sanatları ve hizmet sektörü de şehir ekonomisinde önemli yer tutar.

NÜFUS VE SOSYAL YAPI

Harsewinkel orta ölçekli bir şehir olup hem Alman vatandaşlarına hem de farklı ülkelerden gelen göçmen topluluklara ev sahipliği yapar. Özellikle sanayi nedeniyle iş gücü çeşitliliği oluşmuştur.

Şehir merkezi dışında Greffen ve Marienfeld gibi mahalleler de Harsewinkel'e bağlıdır. Marienfeld özellikle tarihî manastırı ile bilinir.

KÜLTÜR VE TURİSTİK NOKTALAR

Harsewinkel'de kültürel yaşam sakin ama düzenlidir. Yerel festivaller ve yaz şenlikleri sosyal hayatın temelini oluşturur.

Şehirde öne çıkan yerlerden biri:

- Kloster Marienfeld

Bu eski Sistersiyen manastırı 12. yüzyıla kadar uzanan tarihiyle bölgenin en önemli tarihî yapılarından biridir. Manastır kompleksi bugün kültürel etkinlikler ve konserler için de kullanılmaktadır.

Ayrıca tarım makineleriyle



ilgili sergiler ve teknik müzeler de şehirde önemli bir yer tutar.

ULAŞIM

Harsewinkel, karayolu bağlantıları sayesinde çevredeki önemli merkezlere kolay erişim sağlar. Gütersloh, Münster ve Bielefeld gibi şehirler kısa mesafededir. Bölgesel ulaşım ağları sayesinde hem iş hem eğitim amacıyla çevre şehirlere günlük gidip gelmek mümkündür.

Bisiklet yollarının yaygınlığı şehir içi ulaşımı oldukça pratik hale getirir.

EĞİTİM VE YAŞAM KALİTESİ

Şehirde temel eğitim kurumları, meslek okulları ve çeşitli sosyal tesisler bulunmaktadır. Büyük üniversiteler için öğrenciler genellikle Münster veya Bielefeld'e yönelir.

Harsewinkel'in en dikkat çeken özelliklerinden biri yüksek yaşam kalitesidir:

- Düşük suç oranı
- Düzenli şehir planlaması
- Temiz çevre
- Aile dostu ortam

Büyük metropollere kıyasla daha sakin bir hayat sunar ancak sanayi sayesinde ekonomik olarak güçlüdür.

GENEL DEĞERLENDİRME

Harsewinkel, tarım ve sanayiye başarıyla birleştiren, ekonomik açıdan güçlü ama yaşam tarzı bakımından sakin bir Alman şehridir. Özellikle CLAAS sayesinde uluslararası bilinirliğe sahip olan şehir, Münsterland'ın düzenli, yeşil ve huzurlu karakterini yansıtır.

Giresunspor Umutlarını Sürdürmek İstiyor



Nesine 3. Lig 3. Grup'ta kümede kalma mücadelesi veren Giresunspor, ligin 23. haftasında sahasında Fatsa Belediyespor'u konuk edecek. Yeşil-beyazlılar için bu karşılaşma, ligde kalma yolunda "kader haftası" anlamı taşıyor. Ligin son basamağında 14 puanla yer alan Giresunspor, 4 takımın veda edeceği grupta zor günler geçiriyor. Ancak

camia pes etmiş değil. Ordu temsilcisi Fatsa Belediyespor karşısında alınacak bir galibiyet, hem matematiksel umutları tazeleyecek hem de takıma büyük bir moral aşılayacak. Pazar Günü Çotanak Spor Kompleksi'nde Zorlu mücadele 1 Mart 2026 Pazar günü saat 15:00'te başlayacak. Giresunspor, taraftarının desteğiyle sahadan 3 puanla ayrılarak ligde kalma

yolundaki iddiasını sürdürmeyi hedefliyor. Haftanın Programı: 23. Hafta Heyecanı Giresunspor'un rakiplerini de yakından ilgilendiren haftalık maç programı şu şekilde: 28 Şubat Cumartesi: 13:00/ Amasyaspor FK - Çayelispor 13:00/ 52 Orduspor FK - Artvin Hopaspor 13:00/ Karabük İdmanyurdu

- 1926 Bulancakspor 1 Mart Pazar: 13:00/ Zonguldakspor FK - Orduspor 1967 13:00/ Pazarspor - Yozgat Bld. Bozokspor 13:00/ Düzce Cam Düzcüspor - Sebat Gençlikspor 14:00/ Tokat Belediyespor - Kdz. Ereğli Belediyespor 15:00/ Giresunspor - Fatsa Belediyespor **Haber: Murat Bayraktar**

Bulancak Atatürk Ortaokulu Büyük Düşünüyor !

Giresun'un Bulancak ilçesinde spor alanındaki başarılarıyla dikkat çeken Bulancak Atatürk Ortaokulu Voleybol Takımı, elde ettiği derecelerle adından söz ettirmeye devam ediyor.

Yakın zamanda Beden Eğitimi Öğretmeni Selçuk Sekban tarafından kurulan takım, kısa süre içinde önemli bir çıkış yakalayarak önce Giresun il birincisi oldu, ardından bölge şampiyonluğuna uzandı.

TÜM RAKİPLERİNİ YENEREK ŞAMPİYONLUĞA ULAŞTILAR

17-20 Şubat tarihlerinde yine Giresun'da düzenlenen Bölge Birinciliği Voleybol Müsabakalarında sahaya çıkan Bulancak

ekibi, turnuva boyunca karşılaştığı tüm rakiplerini mağlup ederek şampiyonluk kupasını kazandı. Bu sonuçla birlikte takım, Bulancak'a ve okuluna büyük bir gurur yaşattı.

OKUL MÜDÜRÜ GÜNDOĞDU: "GURUR VE MUTLULUK DUYUYORUZ"

Okul Müdürü Mustafa Gündoğdu, elde edilen başarıdan dolayı büyük sevinç yaşadıklarını belirterek, takımın kurulmasında ve hazırlanmasında emeği geçen Beden Eğitimi Öğretmeni Selçuk Sekban'a, sporcu öğrencilere ve ailelerine teşekkür etti.

YENİ HEDEF: TRABZON'DA TÜRKİYE YARI FİNALLERİ



Bulancak Atatürk Ortaokulu Voleybol Takımı'nın sıradaki hedefi ise daha büyük. Temsilcimizin, 25-28 Mart tarihlerinde Trabzon'da yapılacak Türki-

ye Yarı Final Müsabakalarında başarılı olarak Türkiye'nin en iyi 8 takımı arasına kalmak istediği ifade edildi.

Haber: Erol Küçük

Bölgesel Amatör Lig 3.Grup 20. Hafta Sonuçları

Erzincangücü Spor-Bayburt Özel İdare Spor:3-0 (Hükmen)
Ortahisar Futbol Spor-Murgul Belediye Spor :.....2-2
Kelkit 1954 Spor -Batlamaspor :.....0-3
Yeniyoşpor-Şiran Yıldız Spor :.....1-1
Ünye 1957 Spor-Maçka Belediye Spor:1-1
Rize Atletik 1973 Spor -Sivas Gücü Belediye Spor:1-2
Arsin Belediye Spor Kulübü-Ulubey Belediyespor:.....1-1

21. HAFTA PROGRAMI

Maçka Belediye Spor.....- Kelkit 1954 Spor
Murgul Belediye Spor- Arsin Belediye Spor
Erzurum Büyükşehir Belediyesi Spor .- Erzincangücü Spor
Şiran Yıldız Spor.....- Ortahisar Futbol Spor
Batlamaspor- Yeniyoşpor
Ulubey Belediyespor.....- Rize Atletik 1973 Spor Kulübü

*istilacı zararlı
kahverengi kokarca*

böceğini

GÖRDÜĞÜN

YERDE

YOK ET

**TARIMSAL
ÜRETİMİ
KORU**

Batlamaspor, Ömer Faruk Uzuner ile iyi bir hava yakaladı. Hafta sonu oynanacak olan Ortahisar maçına 3 puan parolası ile hazırlandı

YEŞİL-BEYAZLILAR HEDEFE KİLİTLENDİ



Batlamaspor, Ömer Faruk Uzuner yönetiminde adeta kimliğini değiştirdi. Sezonun kritik virajında elde edilen net galibiyetler ve özellikle deplasmanda alınan farklı skorlar, takımın sadece toparlanmakla kalmayıp hedeflerini büyüttüğünü gösterdi. Oyun disiplinindeki artış, savunmadaki denge ve hücumdaki üretkenlik Batlamaspor'u bambaşka bir seviyeye taşıdı.

PLAY-OFF

Çıktığı son 5 maçta 3 galibiyet ve 2 beraberlik alarak toplam 11 puan toplayan

Batlamaspor, gözünü Play-off'a dikti.

Yeşil-beyazlılar, oynadığı 20 karşılaşma 30 puanla 6.sırada kendini yer buldu.Hafta sonu Trabzon deplasmanına çıkacak olan Batlamaspor kazanarak yoluna devam etmek istiyor.

HAKEM TRİOSU

1 Mart Pazar günü oynanacak olan karşılaşmayı Kars Bölgesi Hakemlerinden Fevzi Kadir Üreyil yönetecek. Yardımcıları Esmâ Aydın ve Elanur Kotan. Dördüncü Hakem Abdullah Korkmaz

Haber: Hakan Çelebi



Bulancakspor'da 270 dakikalık ligde kalma savaşı

TFF 3. Lig 3. Grup'ta mücadele eden 1926 Bulancakspor, sezonun en kritik dönemine girdi.

PUAN DURUMU

Takım	O	G	B	M	A	Y	A	P
Sebat Gençlik Spor	22	16	6	0	46	16	30	54
52 Orduspor Fk	22	14	3	5	52	21	31	45
Fatsa Belediyespor	22	12	3	7	27	21	6	39
Yozgat B. Bozok S.	22	11	5	6	44	22	22	38
Zonguldak Spor F.	22	11	5	6	38	17	21	38
Kdz. Ereğli B.Spor	22	10	8	4	30	23	7	38
Pazarspor	22	8	7	7	22	25	-3	31
Düzcespor	22	8	5	9	24	27	-3	29
Tokat Belediye S.	22	7	5	10	21	25	-4	26
Orduspor 1967 A.Ş.	22	6	7	9	23	35	-12	25
Karabük İ. Spor	22	7	4	11	21	38	-17	25
1926 Bulancakspor	22	6	5	11	22	41	-19	23
Artvin Hopaspor	22	6	4	12	22	33	-11	22
Amasyaspor Fk	22	5	6	11	19	32	-13	21
Çayeli Spor Kulübü	22	3	8	11	17	32	-15	17
Giresunspor	22	3	5	14	19	39	-20	14

22. HAFTANIN SONUÇLARI

Sebat Gençlik Spor.....	1 - 0.....	Tokat Belediye Spor Kulübü
Fatsa Belediyespor.....	0 - 2.....	Pazarspor
Yozgat Belediyesi Bozok Spor.....	1 - 1.....	Amasyaspor Fk
Kdz.ereğli Belediye Spor.....	1 - 0.....	52 Orduspor Fk
1926 Bulancakspor.....	0 - 4.....	Zonguldak Spor F. K.
Artvin Hopaspor.....	2 - 0.....	Giresunspor
Çayeli Spor Kulübü.....	0 - 1.....	Karabük İdmanyurdu Spor
Orduspor 1967 A.Ş.....	2 - 0.....	Düzce Cam Düzcespor

23. HAFTANIN SONUÇLARI

Amasyaspor Fk.....	-.....	Çayeli Spor Kulübü
52 Orduspor Fk.....	-.....	Artvin Hopaspor
Karabük İdmanyurdu Spor.....	-.....	1926 Bulancakspor
Pazarspor.....	-.....	Yozgat Belediyesi Bozok Spor
Zonguldak Spor F.....	-.....	Orduspor 1967 A.Ş.
Giresunspor.....	-.....	Fatsa Belediyespor
Düzce Cam Düzcespor.....	-.....	Sebat Gençlik Spor
Tokat Belediye Spor Kulübü.....	-.....	Kdz.ereğli Belediye Spor



Ligde kalma mücadelesi veren kırmızı-beyazlı temsilcimiz için önümüzdeki 3 karşılaşma, adeta sezonun özeti niteliğinde. Karabük İdman Yurdu, Amasyaspor ve Çayelispor ile oynanacak bu 270 dakikalık süreçte alınacak puanlar, Bulancakspor'un ligdeki konumunu ve kaderini doğrudan belirleyecek. 3 maçtan maksimum puan çıkarak düşme hattından tamamen uzaklaşmak ve sezonun kalan bölümüne güvenli bölgede girmek.

İLK DURAK

KARABÜK DEPLASMANI

1926 Bulancakspor, hafta boyunca yüksek tempolu antrenman programı ile Karabük deplasmanına hazırlandı. Temsilcimiz, ligde kendisinden 2 puan önde bulunan Karabük İdman Yurdu ile karşı karşıya gelecek.

Bu maçtan alınacak galibiyet, yalnızca 3 puan değil; aynı zamanda puan tablosunda rakibin üzerine çıkma ve moral üstünlüğü anlamına geliyor. Teknik ekip, oyuncuların antrenmanlardaki isteği ve mücadele

gücünden memnun. Bulancakspor cephesinde Karabük maçı, "final niteliğinde" görülüyor.

3 MAÇ, TEK HEDEF: TFF 3. LİG'DE KALMAK

Bulancakspor'un ligde kalma yolunda kaderini belirleyecek kritik fikstürü şöyle:

Karabük İdman Yurdu (Deplasman)
Ligde 2 puan üzerimizde bulunan rakibe karşı alınacak galibiyet, sıralamada avantajı Bulancakspor'a çevirecek en önemli fırsat.

Amasyaspor (Ev Sahibi)

Ligde 2 puan altımızda yer alan Amasyaspor karşısında iç sahada kayıp, alt sıraları daha da karıştırabilir. Bu nedenle bu mücadele, "evimizde hata yok" maçı olarak öne çıkıyor.

Çayelispor (Deplasman)

Temsilcimizin 6 puan gerisinde bulunan Çayelispor ile oynanacak karşılaşma ise kritik virajın son halkası. Bu deplasmandan da puan ya da puanlarla dönmek, ligde kalmayı büyük ölçüde garantileme anlamına gelebilir.

Haber Merkezi



Hakan ALPARSLAN

BULANCAKSPOR ATEŞ HATTINA DÜŞTÜ ŞİMDİ BİRLİK ZAMANI

Birçok kez yönetim-den veya yetkili isimlerle yaptığım görüşmelerde sezon başından bu yana ve sıkıntılı dönemlerde uyarılar yaptım görüşlerimi aktardım. Sürecin sıkıntılı ilerlediğini yanlışların olduğunu belirttim. Sezon başı sözde beceriksiz idari menajer ile kibir abidesi sözde hoca Bülent efendi, onlarca futbolcu, beş kaleci, 4-5 hoca iki kaleci hocası ile play- off gıyogoyu yaparken de takımın sıkıntılı olduğunu defalarca anlattım. Haftalarca galibiyet alamayan ve ligin en fazla gol yiyen takımı olan Bulancakspor'da her şey değişiyordu ama beceriksiz ego abidesi Bülent efendi değişmiyordu. Devre arası da değişmedi. Devre arası transfer sezonunda nokta transferler yapılacağına kendisi gibi bir beceriksiz menajerin hezeyanları ile 30'un üstünde vasat ve vasatın altında amatör oyuncularla olmak üzere takımı dolduruldu. Bunca transfere rağmen sadece 17-18 yaş ortalaması olan Giresunspor'u yenebilen beceriksiz hoca gitti ama ardında büyük bir

enkaz bıraktı.

Play- off kolpaları yapan bu beceriksiz maalesef bizi ateşin içine atıp gitti. İsimiz zor. Fikstür zor. Ama camiamız büyük. Bulancakspor şişmiş kadroyu derhal gerçek rakama indirerek bir olağanüstü hal durumuna geçmelidir. Fazlalık olan vasat oyuncular belirlenerek gönderilmeli ve rahat bir ortamda çalışmalar yapılmalıdır. İlçemizin önde gelenleri, taraftarımız, futbolcu, hoca yönetim kenetlenmeli. Karabük maçında puan almak için tüm çalışmalar ve hazırlıklar yapılmalıdır.

Karabük'de ligin en fazla gol yiyen ve en az gol atan takımlardan biri. Ateş hattında olan takımlarında bu hafta zor maçları var. Bu hafta oynayacağımız Karabük'ün maçları Sıfır TV arşivlerinde duruyor. O maçlar izlenerek çok iyi analiz edilmeli ve ona göre puan almaya yönelik bir strateji belirlenmelidir. Henüz hiçbir şey bitmedi. Buralara zor çıktık. Bunca yılın hasretini bir sezonda heba etmemek için kenetlenmeliyiz. Şimdi tartışma zamanı değil birlik olup kenetlenme zamanıdır.

Yönetimden tam destek !



Batlamaspor Kulüp Yönetimi sosyal medya hesaplarından yaptığı açıklamada "Teknik heyetimiz, sadece saha kenarında değil; disiplinleri, vizyonları ve özverileriyle kulübümüzün en büyük

gücüdür.

Başarı yolculuğumuzda attığımız her adımda onların imzası, alın teri ve inancı vardır..." ifadelerini kullandı.

Haber: Fatma Uğurlu

