

Küçükçekmece'de
Hayat
ŞEHİR VE YAŞAM KÜLTÜRÜ DERGİSİ EKİM - ARALIK / SAYI 72

BİNLERCE ÖĞRENCİ İLE
KIŞ SPOR
OKULLARINDA
BULUŞUYORUZ







Sevgili Küçükçekmeceliler,

Küçükçekmece'de Hayat dergimizin 2017 yılına ait son sayısını sizlerle buluşturmanın mutluluğunu yaşıyoruz. Belediyemizden, dünyadan, gündemden haberleri sizlere ulaştırdığımız dergimizde bu ay da sizler için birbirinden güzel içerikler hazırladık. Hem aylık çıkardığımız bültenlerle hem de daha geniş içerikler sunabildiğimiz bu dergimizle, belediye hizmetlerimiz, sağlık, teknoloji, dünya gündemi, eğitim, gezi rehberi, ülkemizdeki yatırımlar gibi pek çok alanda içeriği sizlerin istifadesine sunuyoruz.

Değerli Küçükçekmeceliler;

İlçemizin çok önemli bir imar sorununu çözüme kavuşturduk. Bildiğiniz gibi Atatürk Havalimanı'na oldukça yakın olan kentimizin önemli bir bölümündeki taşınmazların üzerinde Hava Mania olarak adlandırılan düzenleme ve mevzuattan dolayı kısıtlama bulunuyordu. Doğal Mania planından etkilenen yerlerde İmar planlarının öngördüğü yapılaşma hakkı kısıtlandığı için vatandaşlarımız mağdur oluyordu.

Bu mağduriyetin ortadan kaldırılması için belediyemiz, üniversitelerdeki uzmanlardan ve uluslararası teknik heyetten müteşekkil bir ekip çalışmasını başarıyla tamamladı. Belediyemizin bu başarılı çalışması neticesinde sınırlarımız içerisinde yer alan 15.000 parselin imar sorunu çözüme kavuşturularak vatandaşlarımızın 32 yıllık mağduriyetleri giderildi.

İlçemizi ilgilendiren bir diğer gelişme de Havaray projesiyle ilgili. Havaray'ın geçiş güzergâhındaki bazı esnaf ve vatandaşlarımızın uğrayacağı muhtemel zarar bertaraf etmek için Büyükşehir Belediyemizle yürüttüğümüz çalışmalar sonucunda söz konusu güzergaha Havaray yerine Metro ve Hafif Raylı Sistem inşaatına karar verdik.

Değerli Küçükçekmeceliler;

2017 yılının son çeyreğinde yaşadığımız en üzücü olay, ABD'nin Kudüs hakkına almış olduğu hukuksuz karardır. BM'nin onca kararına rağmen ABD tek başına "Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanıdığını" ilan etmiştir. Bunun üzerine İstanbul'da olağanüstü toplanan İİT üyesi ülkeleri oybirliğiyle Kudüs'e sahip çıktılar ve Doğu Kudüs'ü Filistin'in başkenti ilan ettiler. Bu sürecin en önemli gelişmesi ise bu hukuksuz kararı ortadan kaldırmak için toplanan BM Güvenlik konseyi 21 Aralık 2017 günü 'Kudüs' gündemiyle toplandı. Toplantıya iştirak edenlerden 35 ülke çekimsiz kaldı. 137 ülkeden 9'u ABD'den yana oy kullanırken 128 ülke ezici bir çoğunlukla ABD'nin aldığı kararı reddederek hep bir ağızdan "Dünya 5'ten büyüktür" sözünü tekrarlamış oldu.

Hem Türkiyemiz, hem de bütün dünya için 2018 yılının 2017'den daha müreffeh ve barış içinde geçmesi temennisiyle hepimizi Allah'a emanet ediyorum.

Temel Karadeniz
Belediye Başkanı

Küçükçekmece'de Hayat



04
05

DEMEK Kİ
DÜNYA
BEŞ'TEN
BÜYÜKMÜŞ



06

GELENEKSEL
SANATLAR
AKADEMİSİ
ÖDÜL GETİRDİ



07

BAŞKAN
KARADENİZ,
VATANDAŞLARA
AŞURE İKRAM
ETTİ



08

UZAY
MEKİĞİNE
TÜRK
SERAMİĞİ



09

NANO
TEKNIĞİNE
TÜRK BİLİM
ADAMININ
KATKISI



10
13

MEDİNE
MÜDAFİİ
FAHRETTİN
PAŞA



14
15

CUMHUR-
BAŞKANI
ERDOĞAN:
KADINA
ŞİDDET
ASLA KABUL
EDİLEMEZ



16
17

NÜKLEER
TIPTA
YERLİ
DÖNEM



18
19

CUMHURİYET
BAYRAMINI
KUTLADIK

20 ÇÖLÜN ALTINDAKİ MÜHENDİSLİK HARİKASI
22 KÜÇÜKÇEKMECE YENİ SEZONA HAZIR
24 DÜNYANIN EN UZUN İKİNCİ TÜNELİ: OVİT
26 KÜÇÜKÇEKMECE'DE YEŞİLÇAM GECESİ
27 TAHLİYE TATBİKATI İLE AFETLERE HAZIRIZ

28 AKİK TAŞI
30 BİNLER, KUDÜS İÇİN TEK YÜREK OLDU
32 İBB BAŞKANIMIZ MEVLÜT UYSAL KÜÇÜKÇEKMECE'DE
33 GÜNDEMDEKİLER KÜÇÜKÇEKMECE'DE KONUŞULDU
34 SERHAT İLİMİZ KARS



KÜÇÜKÇEKMECE'DE **Hayat**

EKİM - ARALIK 2017

Sahibi

Küçükçekmece Belediye Başkanlığı Adına
TEMEL KARADENİZ

Genel Yayın Yönetmeni ve
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
MURAT DOĞAN

Yayın Danışma Kurulu
M. BESİM MÜFTÜOĞLU
HAMZA GÖNENÇ
AV. RECEP ŞENCAN
MUSTAFA KUZUGÜDEN
GÜVEN AYDIN
MEHMET KAPLAN

Editör

YASEMİN EKMEKÇİ
İSMAİL ÖZCAN

Haber- Araştırma- Dosya
BANU KARAKAYA EKİCİ

Fotoğraf

AZİZ KAYA
CİHAN KESKİN
CENK TÜRKER

Tasarım

İRFAN AYTEKİN

Tasarım-Baskı- Cilt
KARAKUŞ İLETİŞİM



Küçükçekmece Belediyesi
Basın Yayın ve Halkla İlişkiler
Müdürlüğü
Telefon: 444 4 360
Faks: 212 411 07 80
www.kucukcekmece.istanbul
kucukcekmece@kucukcekmece.bel.tr

Hayat'tan

Yeni bir **Hayat**'tan Merhaba..

Dergimizin 72. sayısı ile birlikte bir yılı daha tamamlıyoruz. Saatlerin günleri, günlerin haftaları, ayları kovaladığı ve su gibi hızlı akan ahir zamanda bir yılın daha sonuna geldik. Geçtiğimiz yılbaşında aldığımız kararları, çizdiğimiz plan programları gözden geçirirken yeni yıl için yeni kararlar alma, planlar yapma zamanı. Bu yıl da kendimiz için yeni planlar, yeni yapılacaklar ve yapılmayacaklar listesi hazırlayacağız. Yazıya dökmek bile en azından düşünsel olarak bir hesaplaşma vaktidir genelde yılbaşı ya da doğum günleri zamanları.

Yalnızca bir yılı değil, belki bir ömrü artıları ve eksileri ile değerlendirecek hata ve eksikleri tespit edeceğiz. Aldığımız dersler ve tecrübelerle yeni yollar çizeceğiz. Bir kez daha fark edeceğiz hataların bile güzelliğini; tecrübesinin, öğretisinin değerini. Ne kadar gelişip gelişmediğimizi ölçerek "yine" büyüdüğümüzü zannedeceğiz.

Fark etmek en büyük nimet. İyide de kötude de. Farkındalığınızın şükürünü fark edebileceğimiz, kaçmadan, çabalayarak, çalışarak, doğru soruları sorarak bir yılın daha yolcusu olmaya hazırlanıyoruz. Hayatın en güzel yanı bir an sonrasının belirsiz olmasıdır. Her an değişebilir, her an değiştirebilirsiniz. Yolda olmak varılacak yeri değil yolculuğu önemli kılar. Pencerenizi değiştirir. Gözünüzü, gönlünüzü, aklınızı netleştirir. Büyük resmi görebildiğimiz, aczimizi fark ederek, kaynağımızın büyüklüğünün gücünden, ruhtan, sevgiden, aşktan faydalanarak güzelleşeceğimiz, büyüyeceğimiz, yeni anlamlarda, yeni yollarda **Hayat** bulalım bu yıl. Kararlı bir yolcu olarak değerli kılalım vardığımız yeri, bu yeni yolda.

Yılın son **Hayat** dergisinde yine sizlere birbirinden güzel içerikler hazırladık. Yeni yılda, yeni içeriklerde buluşmak üzere.

Doğru yolda, yolunuz açık olsun..

Yeni yılda, yeni yollara revan, hayırlı bir yolculuk dilerim.

Yasemin EKMEKÇİ

DEMEK Kİ DÜNYA BEŞ'TEN BÜYÜKMÜŞ



■ **Filistin meselesi ve Birleşmiş Milletler Güvenlik Konseyi'nin dünyanın bu en önemli sorunu karşısındaki tavrı, Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın "Dünya 5'ten büyüktür" sözünün ne kadar önemli olduğunu tüm dünyaya bir kez daha gösterdi.**

ABD, İsrail'in güvenliğini sağlamak ve "Büyük İsrail" projesine hizmet etmek için 196 devletin üye olduğu BMGK'yı adeta kendisine ait bir oyuncak gibi kullanıyor. Bunu en iyi ve doğru okuyan lider ise Recep Tayyip Erdoğan. O bu gerçeği yıllar önce gördüğü için GK'nın yapısına itiraz etti ve "Dünya 5'ten

büyüktür" dedi. ABD'nin açık tehditlerine boyun eğmeyecek onun aldığı tek taraflı kararı reddeden BM Genel Kurulu'na katılan üye devletler de dünyanın 5'ten büyük olduğunu gösterdi.

ABD Başkanı Kudüs'ü İsrail'in sözde başkenti olarak tanımayacağına kalkışmakla BM tarafından



alınmış yığınlarca kararın hiçbir anlamının olmadığını söylemeye çalıştı. Erdoğan, bu kez ABD'ye karşı derhal ayağa kalktı. Önce dönem başkanlığını yaptığı İslam İşbirliği Teşkilatı'nı olağanüstü toplantıya çağırdı. Bununla yetinmeyerek konuyu BM Genel Kurulu'na taşıdı. Genel Kurul, 21 Aralık 2017 yılında "Kudüs" gündemiyle toplandı. Toplantıya iştirak edenlerden 35 ülke çekimser kaldı. Evet ya da hayır yönünde oy kullanan 137 ülkeden 9'u ABD'den yana oy kullanırken 128 ülke ezici bir çoğunlukla ABD'nin aldığı kararı reddederek hep bir ağızdan "Dünya 5'ten büyüktür" sözünü tekrarlamış oldu.

ABD, Genel Kurul toplantısına saatler kala dünya ülkelerini açıkça tehdit etmekten çekinmedi. Bir yandan çeşitli ülkelere yaptığı yardımı "evet" oyu kullanmaları halinde keseceğini söylerken bir yandan da "Evet oyu verecek olanları not" edeceğimiz şeklindeki sözleriyle bir kez daha sokak kabadayılığına soyundu. Çekimser kalan ülkeler genellikle yönetim zafiyeti içinde olan (Bosna Hersek gibi) ya da ABD'nin "Para Tehdidi"nden çekinen ülkelerdi. Oyunu ABD'den yana kullanan ülkeler ise ABD ve İsrail ile birlikte dünyada adı dahi bilinmeyen Guatemala (Burası sadece ABD işkencehanesi olarak duyulmuştu), Honduras, Marshall Adaları, Micronezya, Nauru, Togo ve Palau'dan oluşuyor.

VE YANKILAR..

ABD'nin tehditlerine rağmen, Trump'ın Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanıyan kararını reddeden tasarının BM Genel Kurulunda 9'a karşı 128 oyla kabul edilmesi Dünya basınında geniş yer buldu. ABD merkezli CNN haberi, "Haley'in tehdidine rağmen BM, Trump'un Kudüs kararını ezici çoğunlukla kınama yönünde oy kullandı" diye verdi. Reuters,

"BM'de 120'den fazla ülke Trump'a meydan okuyarak Kudüs kararını kınadı" başlığıyla verdiği haberde, 120'den fazla ülkenin BM Genel Kurulunda Trump'a karşı geldiğini belirtti. New York Times gazetesinin haberinde dünya devletlerinin çoğunun, Trump'ın tehdidini görmezden gelerek ve ABD'nin Kudüs kararının geçersiz olduğunu belirterek ABD'yi sert bir şekilde payladığı yorumu yapıldı. Amerika'nın Sesi (VOA) söz konusu gelişmeyi, "BM, ABD'nin Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanıma kararını ezici çoğunlukla reddetti" ifadesiyle aktardı. Washington Post gazetesi de haberde, "BM, ABD'nin Kudüs kararını yankılanarak reddetti" başlığını kullandı.



İsrail gazetesi Haaretz, kararı "BM, ABD'nin Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanıma kararını reddederek Trump ve Netanyahu'ya darbe indirdi" başlığıyla verdi. Yine İsrail gazetelerinden Yediot Aharonot gazetesi de kararı okuyucularına "BM, ABD'nin Kudüs kararını hükümsüz, geçersiz ilan etti" başlığıyla duyurdu.

İsrail'in beş dilde yayın yapan en büyük haber portalı Times of Israel de kararı "BM, Trump'a meydan okudu, ABD'nin Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanıma kararını 9'a karşı 128 oyla reddetti" ifadeleriyle verdi. İngiliz yayın kuruluşu BBC, "BM kararı, Trump'ın beyanını reddediyor"

başlığıyla duyurduğu haberinde, tasarının Türkiye ve Yemen tarafından hazırlandığını belirtti. Bir diğer İngiliz haber kanalı Sky News de internet sitesinden yayımladığı haber bülteninde yer verdiği haberinde, "İngiltere, Donald Trump'ın Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanımasını reddetmek için BM oylamasına katıldı" başlığını kullandı. Guardian da oylamayla "Kudüs meselesinde ABD'nin uluslararası camiada bir kez daha izole edildiği" değerlendirmesinde bulundu.

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ise oylama sonrası yaptığı değerlendirmede Dünya'nın 5'ten büyük olduğunu söylemesinin ne anlama geldiğinin şimdi daha iyi

anlaşıldığının altını çiziyordu. Cumhurbaşkanı Erdoğan oylamadan sonra özetle şunları söyledi: "Türkiye olarak zirve dönem başkanı olduğumuz İslam İşbirliği Teşkilatı'nı harekete geçirerek, Kudüs'ü Filistin Devleti'nin başkenti olarak ilan etmek suretiyle tavrımızı net bir şekilde ortaya koyduk. BM Güvenlik Konseyi, ABD'nin vetosu üzerine bu konuda bir karar alamadı. Biz 'dünya beşten büyüktür' derken işte tam da bu durumu kast ediyorduk. Buradan bir kez daha hatırlatıyor-

uz ki dünya beşten büyüktür. Hele hele birden, hayli hayli büyüktür. 196 kez büyüktür.. Hiçbir ülkenin açık hukuksuzluk örneği olan bu tür durumlarda mali ve siyasi gücüne güvenerek tüm dünyayı pervasızca tehdit etmeye hakkı yoktur. Bu tür şantajlar, BM gibi kurumların tüm ülkelerin iradesini yansıtmaya vasfına darbe vurmaktadır. BM Genel Kurulu tehditlere rağmen, onurlu bir duruş sergileyerek 9 ret oyuna karşı 128 kabul oyuyla Kudüs'e bir kez daha sahip çıkmıştır. Buradan kabul oyu kullanan tüm devletleri tebrik ediyorum. Özellikle şükranlarımı sunuyorum."

Geleneksel Sanatlar Akademisi ÖDÜL GETİRDİ

■ **Marmara Belediyeler Birliği tarafından bu yıl 7.si düzenlenen Altın Karınca Belediyecilik Ödülleri Kültür ve Sanat kategorisinde Geleneksel Sanatlar Akademisi ödüle layık görüldü.**

Marmara Belediyeler Birliği tarafından bu yıl 7.si düzenlenen Altın Karınca Belediyecilik Ödülleri'nde Küçükçekmece Belediyesi Geleneksel Sanatlar Akademisi ile Kültür ve Sanat kategorisinde ödüle layık görüldü. Kazanılan ödülü Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Mevlüt Uysal'ın elinden aldı.

47 PROJE ÖDÜLLENDİRİLDİ

Belediyecilik alanında yapılan örnek projeleri ödüllendirmek ve teşvik etmek amacıyla düzenlenen Altın Karınca Belediyecilik Ödülleri yarışmasında, ödüller sahiplerini buldu. Beşiktaş'ta

bir otelde düzenlenen törene, Marmara Belediyeler Birliği ve İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Mevlüt Uysal, Marmara Belediyeler Birliği'ne üye belediye başkanları ve çok sayıda yerel yönetim temsilcisi katıldı.

"GURURLUYUZ"

Geleneksel sanatların gelenekten geleceğe aktarılması ve kültürel mirasımızın temsili noktasında önemli bir amaca hizmet eden Geleneksel Sanatlar Akademisi'nin ödüle layık görülmesinden gurur duyduğunu ifade eden Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, "Özellikle kültür sanat kategorisinde bu ödüle layık görülme-

beni çok mutlu etti. Burada büyük pay sahibi Geleneksel Sanatlar Akademimizin kadrosuna teşekkür ederim. Geleneksel Sanatlarımız tüm dünyaya anlatmamız gereken ve unutturulması gereken sanatlar. Küçükçekmece Belediyesi olarak kültür-sanat alanında güzel işlere imza atmaya devam edeceğiz" dedi.

7. Altın Karınca Belediyecilik Ödülleri Törenine, Marmara Bölgesi'ndeki belediyeler tarafından 2015 veya 2016 yılı içinde başlatılmış, uygulamaya konulmuş veya tamamlanmış olan 262 proje başvuruda bulunurken, 47 proje ödüllendirildi.





Başkan Karadeniz, **VATANDAŞLARA AŞURE İKRAM ETTİ**

■ **Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Muharrem ayı dolayısıyla binlerce vatandaşa kendi elleriyle aşure ikram etti.**

Küçükçekmece Belediyesi tarafından geleneksel olarak gerçekleştirilen aşure dağıtım etkinlikleri bu yıl da ilçenin farklı noktalarında devam etti. Başkan Karadeniz vatandaşlara aşure ikram etti

"AŞURE BİZE KARDEŞLİĞİ HATIRLATIYOR"

Küçükçekmece'de aşure ikramının bu yıl ki adresi olan Cennet Mahallesi Hürriyet Caddesi'nde kurulan

standlarda vatandaşlar uzun kuyruklar oluşturdu. Yapılan duaların ardından kazanın başına geçerek vatandaşlara aşure ikram eden Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Muharrem Ayı'nın önemine dikkat çektiği konuşmasında, "Muharrem Ayınızı tebrik ederim. Aşurenin diğer tatlılardan farklı bir özelliği var. Bir kazanda kaynarak, birbirinden çok farklı kuruyemişlerin bu kadar güzel bir

tat oluşturması bize kardeşliği, birliği ve beraberliği hatırlatıyor. Biz burada aşure dağıtacağız ama herkesin evinde kendi aşuresini de yapması komşuluğun pekişmesi için önemli. Eskiden bu adetimiz daha yaygındı" dedi.

Vatandaşlar da Küçükçekmece Belediyesi'nin aşure geleneğini yaşatmasından duydukları memnuniyeti dile getirdi.

Uzay Mekiğine TÜRK SERAMIĞI

■ **Metal ve alaşımlar, bin 200 - bin 300 derecede sertlik ve mukavemet özelliklerini kaybediyor. Bu yüzden uzaya gönderilen roket, uzay mekiği ve uydu taşıyıcılarının atmosfer giriş ve çıkışlarında oluşan yüksek sıcaklıklara dayanıklı olabilmesi için, aynı zamanda hafif olan ileri seramik malzemelerin kullanımı büyük önem taşıyor.**



Artık uzaya gönderildiklerinde atmosfere girince cehennem andıran sıcaklıklara maruz kalan roket, uzay mekiği ve uydu taşıyıcılarında, Türk bilim adamlarınca geliştirilen, yüksek sıcaklıklara dayanıklı ve hafif seramik malzemeler kullanılacak.

Atmofere girerken dış yüzeyleri ısıdan akkor hale dönüşen uzay araçlarında, Türk bilim adamlarınca Anadolu toprağından üretilen seramikler kullanılacak.

İzmit ve Kütahya seramikleriyle dünyaya ün salan Türkiye, şimdi de bilimsel seramikleriyle uzaya damgasını vurmaya hazırlanıyor.

Bundan böyle uzaya gönderilen ve atmosfere girişlerinde cehennem andıran sıcaklıklara maruz kalan roket, uzay mekiği ve uydu taşıyıcılarında, Türk bilim adamlarınca geliştirilen, yüksek sıcaklıklara dayanıklı ve hafif seramik malzemeler kullanılacak. Böylece uzaya giden insan ve araçlar hem büyük tehlikeden kurtulmuş olacak hem de seramiğin ucuzluğu nedeniyle ekonomik

açıdan büyük bir kazanç sağlanacak. Bu seramikler için malzeme de, Anadolu'nun seramik konusunda kaliteli toprağından elde edilecek.

ABD'den övgü

Türkiye'de TÜBİTAK'ın bu konuda düzenlediği konferansa katılan ve Türk bilim adamlarının projesini destekleyen Amerikan Uzay ve Havacılık Dairesi NASA, ABD Hava ve Deniz Kuvvetleri, Avrupa Uzay - Havacılık Ofisi yetkilileri, 21. yüzyılda kıtalararası ulaşımda geliştirilmesi planlanan yüksek hızlı dev yolcu uçakları çalışmalarında da aynı seramiklerin kullanılacağını bildirdi.

TÜBİTAK Marmara Araştırma Merkezi'nde seramik projesini yürüten Doç. Dr. Tarık Baykara da, bu konuda şu bilgileri verdi: "Bilindiği gibi metal ve alaşımlar, bin 200 - bin 300 derecede sertlik ve mukavemet özelliklerini kaybeder. Uzaya gönderilen roket, uzay mekiği ve uydu taşıyıcılarının atmosfer giriş ve çıkışlarında oluşan yüksek sıcaklıklara dayanıklı olabilmesi için,

aynı zamanda hafif olan ileri seramik malzemelerin kullanımı büyük önem taşımaktadır. Selçuklu ve Osmanlı ile geleneksel bir sanat ve üretim sürecinde doruklara ulaşan ulusal yeteneğın, ileri seramik teknoloji bilim ve yöntemlerinde öncülük etmesi gurur vericidir."

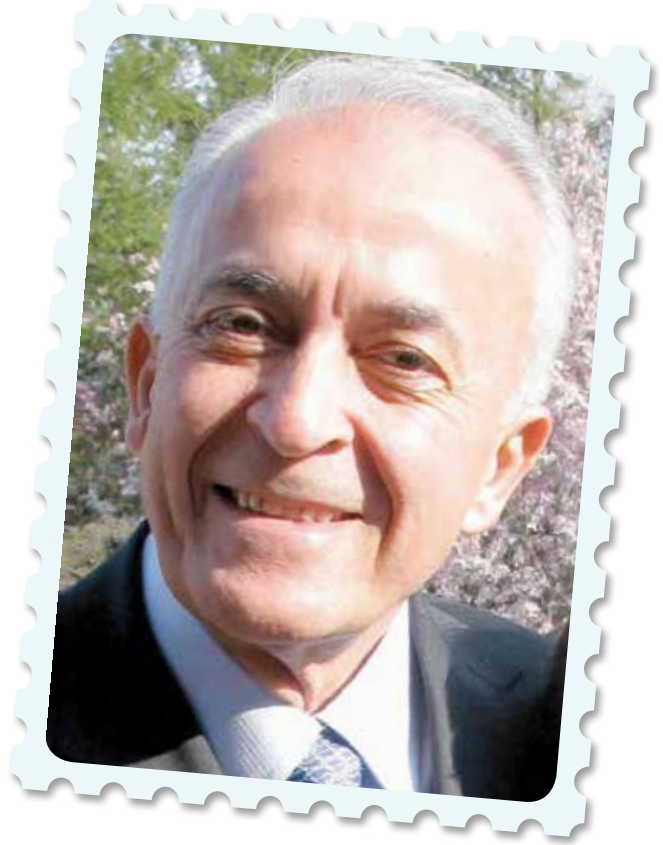
İşte bilim adamlarımız

NASA'nın da desteklediği bu projeyi, gelişmiş ülkelerde bu çalışmaları yürüten İleri Seramik Bilim ve Teknoloji konusunda uzman Türk bilim adamları yürütecek. Bu bilim adamları ve halen çalıştıkları yerler şöyle: Doç. Dr. Tarık Baykara (TÜBİTAK MAM Malzeme ve Kimya Teknolojileri Araştırma Enstitüsü Müdür Yardımcısı), Dr. Nuri Durlu (Tübitak MAM), Dr. Ali Sayır (NASA Lewis Research Center), Prof. Dr. Müfit Akıncı (Iowa State Üniversitesi Malzeme Bilim ve Mühendislik Bölüm Başkanı), Dr. Bilge Saruhan (German Aerospace Center), Prof. Dr. İlhan Aksay (Princeton Üniversitesi), Dr. Mehmet Ali Gülgün (Almanya Max Planck Institute) Doç. Dr. Hasan Mandal (Eskişehir Anadolu Üniversitesi), Dr. Cüneyt Taş (ODTÜ)



Nano Tekniğine TÜRK BİLİM ADAMININ KATKISI

■ **ABD üniversitesinde öğretim üyeliği yapan Prof. Dr. İlhan Aksay, bir grup bilim adamı ile birlikte Amerikan Uzay ve Havacılık Kurumu'nun (NASA) sipariş ettiği proje üzerinde çalışmalarını sürdürüyor.**



ABD'nin Princeton Üniversitesi öğretim üyelerinden Prof. Dr. İlhan Aksay, pilotsuz uçabilen ve herhangi bir sebeple yere düşse bile kendi kendini tamir edebilen bir uçak projesi üzerinde çalışıyor. Nano teknoloji ile imal edilecek casus uçak, düştüğü yerden tekrar havalanarak üssüne dönebilecek. ABD'nin New Jersey eyaletindeki Princeton Üniversitesi kimya mühendisliği bölümü öğretim üyelerinden Prof. Dr. İlhan Aksay, bir grup bilim adamı ile birlikte Amerikan Uzay ve Havacılık Kurumu nun

(NASA) sipariş ettiği proje üzerinde çalışmalarını sürdürüyor.

Güçlü olmanın sırrı

Başarıları ile uluslararası bilim literatüründe önemli bir yer edinen Prof. Aksay, nano teknolojideki gelişmelerle ilgili şunu söylüyor: "Bu teknolojiyi kurmak zannedilenin aksine çok pahalı yatırımlar gerektirmiyor. Türkiye'de de kurulabilir. Yoğurt mayasının olduğu yerde nano teknoloji çalışmaları başlayabilir."

Proje tasarım safhasında

Kanın pıhtılaşmasıyla insan vücudunun kendi kendini tamir etmesinden hareket eden bilim adamları, benzer bir metotla atom taneciklerinin hasarlı veya hatalı bölgeleri bularak kendini tamir edebileceği bir sistem üzerinde çalışıyor. Aksay, projenin henüz tasarım aşamasında olduğunu ancak, en azından üretimde kullanılan malzemenin kendi kendine hasar tespit yapmasının mümkün hale geldiğini belirtiyor.





MEDİNE MÜDAFİİ FAHRETTİN PAŞA

■ **Bugün bazı haddini bilmez ahlaksızların "hırsızlık"la suçladığı Fahrettin Paşa, kendisini suçlayanların dedeleri İngilizlerle işbirliği yapıp Medine'nin düşmesi için çırpınırken adını "Medine Müdafii" olarak tarihe yazdıran kahramandır.**

Ruscuk'ta doğan Fahrettin Paşa Türk tarihinde "Medine Müdafii" olarak anılır. Bu lakabını oraları işgal etmek isteyen İngilizlere karşı kutsal toprakları savunmasından dolayı almıştır. Fahrettin Paşa, 1868 yılında doğdu. Asıl adı Ömer'dir. Soyadı kanunundan sonra Türkkan soyadını aldı. Babası Mehmed Nâhid Efendi, annesi Bâlî oğullarından Fatma Âdile Hanım'dır. 93 Harbî'nden sonra ailesiyle birlikte İstanbul'a gelen Ömer Fahrettin 1888'de Harp Okulu'nu, 1891'de Erkân-ı Harbiyye'yi bitirdi ve kurmay yüzbaşı olarak orduya katıldı. Balkan Savaşı sırasında Çatalca savunmasındaki başarısıyla Edirne'nin geri alınmasında rol oynadı. Osmanlı Devleti 1914'te I. Dünya Savaşı'na girdiği vakit miralay rütbesiyle Dördüncü Ordu'ya bağlı 12. Kolordu kumandanı olarak Musul'da bulunuyordu.

Fahrettin Paşa, 25 Kasım 1914'te mirlivalığa terfi ettirildi. Asakir-i Mansure-i Muhammediye adlı Osmanlı ordusunda miralayın (albay) üstündeki rütbe mirlivaydı. 26 Ocak 1915'te

12. Kolordu'daki vazifesine ilâveten Dördüncü Ordu kumandan vekilliğine getirildi. Burada bir yandan tehçire tâbi tutulan Ermenileri yerleştirirken bir yandan da Urfa, Zeytun, Haçin, Musadağı Ermeni ayaklanmalarını bastırdı.

Bu sırada İngilizler'le anlaşan Mekke Şerifi Hüseyin'in isyana hazırlandığı haberinin alınması üzerine Fahrettin Paşa Dördüncü Ordu kumandanı Cemal Paşa tarafından 28 Mayıs 1916'da Medine'ye gönderildi. Fahrettin Paşa 31 Mayıs'ta Medine'ye ulaştı ve Şerif Hüseyin'in birkaç gün içinde isyan edeceğini Cemal Paşa'ya bildirdi. Şerif Hüseyin ve dört oğlu, 3 Haziran 1916'da Medine çevresindeki demiryolunu ve telgraf hatlarını tahrip ederek isyanı başlattılar. 5-6 Haziran gecesi Medine karakollarına saldırdıysa da Fahrettin Paşa'nın aldığı tedbirler sayesinde geri püskürtüldüler. Başlangıçta asilerin sayısı 50 bin, bütün Hicaz bölgesindeki Osmanlı askerinin sayısı 15 bin civarındaydı. Fahrettin Paşa hemen karşı harekâta başlayarak

Bî'riali, el-İlâve. Bî'rimâşî mevkilerindeki asileri yenilgiye uğrattı.

Fahrettin Paşa, 15 Temmuz 1916'da yeni birliklerle takviye edilen Hicaz Kuvve-i Seferiyyesi kumandanlığına tayin edildi. Asiler, Mekke Valisi Galib Paşa'nın tedbirsizliği yüzünden 9 Haziran'da genel saldırıya geçerek 16 Haziran'da Cidde'ye, 7 Temmuz'da Mekke'ye, 22 Eylül'de de Tâif'e girdiler. Fahrettin Paşa'nın savunduğu Medine dışındaki hemen bütün büyük merkezler asilerin eline geçti. Bu sırada Kanal Harekâtı bütün şiddetiyle devam ettiğinden Hicaz'a asker gönderilemiyordu.

MEDİNE MÜDAFAASI

Fahrettin Paşa elinde bulunan son derece kısıtlı imkânlarla Medine'yi iki yıl yedi ay boyunca müdafaa etti. Önce Medine ve çevresinde bir güvenlik hattı oluşturmak için Aşar Boğazı, Bî'riderviş, Bî'riabbas ve Bî'rirehâ mevkilerini âsilerden temizledi. 29 Ağustos 1916'da Medine çevresinde



100 kilometrelik bir emniyet şeridi meydana getirilmiş oldu. Fahrettin Paşa, Medine'yi savunabilmek için İstanbul'dan devamlı takviye kuvveti istiyor, Osmanlı hükümeti de onun isteklerine cevap verebilecek durumda olmadığını bildiriyordu.

Fahrettin Paşa ve askerleri; çamurlu su içtiler, hurma çekirdeklerinden ekmek yaptılar. En önemlisi çekirge yediler... Sadece düşmanla değil, açlıkla, susuzlukla ve sıcakla da çarpıştılar.

Osmanlı hükümetinin Hicaz'ı kısmen boşaltma kararı alması üzerine Fahrettin Paşa, herhangi bir yağmaya karşı Medine'de Hz. Peygamber'in mezarında bulunan mukaddes emanetlerin İstanbul'a nakledilmesini teklif etti. Sorumluluk kendisinde olmak şartıyla teklifi hükümet tarafından kabul edildi. Fahrettin Paşa bir komisyon kurarak tek tek kontrol ettirdiği otuz parçadan oluşan mukaddes emanetleri 2000 askerin koruması altında İstanbul'a gönderdi. Medine'yi Suriye'den ayıran çölde dolaşan ve yağmacılıkla geçiren bedeviler Şerif Hüseyin'in hileleri ve İngilizler'in paralarıyla kandırılarak Osmanlı Devleti aleyhine harekete geçirildikleri için Medine'yi Suriye'ye

bağlayan demiryolunun korunması güçleşti. Meşhur İngiliz casusu Lawrence demiryolu boyunca dolaşarak rayları dinamitle parçalatıyordu. Her geçen gün çölün ortasında çevre ile irtibatı kesilmiş bir kale durumuna gelen ve iasesi de azalan Medine'nin tahliyesine karar verildi. Önce yeni tayin edilmiş olan

Fahrettin Paşa elinde kalan az sayıdaki kuvvetle hem bu çöl yolunu hem de Medine'yi müdafaaya devam etti. Fakat Hicaz demiryolunun Medine'ye yakın olan Tebük-Medâin arasındaki Müdevvere İstasyonu'nun düşman eline geçmesinden sonra Medine Kalesi isyancılar tarafından kuşatıldı. Hiçbir yerden yardım alamaz duruma gelen

şehirde kalmış olan halk ve asker arasında açlık ve hastalık hüküm sürmeye başladı. Bu güç şartlara rağmen Fahrettin Paşa şehrin müdafaasını sürdürdü. Hatta kuşatmadan önce kaleyi tahliye etmesini teklif eden İstanbul hükümetine, "Medine Kalesi'nden Türk bayrağını ben kendi elimle indiremem, eğer mutlaka tahliye edecekseniz buraya başka

bir kumandan gönderin" cevabını vermişti. Fahrettin Paşa, "Takdîr-i ilâhî, rızâ-yı peygamberî ve irâde-i pâdişâhî şeref-müteallik oluncaya kadar Medine müdafaası devam edecektir" diyordu.

Fahrettin Paşa ve askerleri bir taraftan düşmanla, diğer taraftan açlık ve hastalıkla mücadele ederken Kanal Harekâtı felâketle bitmiş, Filistin

elden çıkmıştı. Bu sırada Osmanlı Devleti mağlûp olmuş ve 30 Ekim 1918'de Mondros Mütarekesi'ni imzalamıştı. Mütarekenin 16. maddesine göre teslim



Mekke Emîri Şerif Haydar Paşa ailesiyle birlikte Medine'den ayrıldı. Onları 3-4000 kişilik yerli halk takip etti.

olması gereken Fahreddin Paşa buna yanaşmadı. Medine'dekiler ise her tarafla irtibatları kesilmiş olduğundan mütarekeden haberdar değillerdi. Olup bitenleri telsiz vasıtasıyla takip eden Fahrettin Paşa, Kızıldağ'da demirleyen bir İngiliz torpidosu mütareke şartlarını ve Medine'ye ait maddeyi kendisine bildirdiği halde buna cevap vermedi. Ayrıca Babiâli'nin Mondros Mütarekesi'ni tebliğ etmek üzere gönderdiği yüzbaşısını hapsederek İstanbul'u da cevapsız bıraktı. Bir yandan İngilizler, bir yandan Medine'yi kuşatmış olan Şerif Hüseyin'in kuvvetleri Medine'nin bir an önce teslim edilmesini istedilerse de bu isteklerine karşılık vermedi. Babiâli İngilizler'in de baskısı üzerine bu defa padişahın imzasını taşıyan bir teslim emrini Adliye Nâzırı Haydar Molla ile Medine'ye gönderdi. Fahrettin Paşa bu emri de dinlemedi. Askerlerin çoğunun hasta olmasına, cephane, ilaç ve gıyecek stoklarının bitmesine rağmen direnmeyi sürdürdü. Ancak sonunda kendi subaylarının da baskısı ile teslim olmaya razı oldu.

Kabul edilen teslim şartlarının başında, "Hicaz Kuvve-i Seferiyyesi kumandanı Fahreddin Paşa hazretleri yirmi dört saat zarfında Hâşimî kuvvetleri karargâhının misâfir-i hâssı olacaktır" ibaresi yer aldığı halde Fahrettin Paşa Ravza-i Mutahhara yakınındaki bir medreseye giderek burada önceden hazırlanmış olduğu yatağına girdi ve bir yere gitmeyeceğini bildirdi. Fakat kendisiyle görüşmeye gelen kumandan vekili Necib Bey ve etrafındakiler tarafından tutulup 10 Ocak 1919'da Hâşimî karargâhında hazırlanmış olan çadırına götürüldü. Şerif Abdullah'ın kuvvetleri antlaşma gereğince 13 Ocak 1919'da Medine'ye girdi. Böylece Mondros Mütarekesi'nden yetmiş iki gün sonra Medine teslim edilmiş oldu.

İngilizler tarafından "Türk Kaplanı" diye adlandırılan Fahrettin Paşa 27 Ocak'ta savaş esiri olarak Mısır'a gönderildi. 5 Ağustos'ta Malta'ya sürgün edildi.



Sürgün sırasında, savaş suçlularını yargılamak üzere işgalci devlet tarafından İstanbul'da kurulan ve başkanından dolayı halk arasında Nemrud Mustafa Dîvânıharbi adı verilen mahkemece ölüme mahkûm edildi. Ancak Fahrettin Paşa Ankara hükümetinin gayretleriyle 8 Nisan 1921'de Malta'dan kurtuldu. Berlin'de karşılaştığı Enver Paşa'nın daveti üzerine Moskova'ya geçti. Burada İslâm İhtilâl Cemiyetleri İttihadı Kongresi'ne iştirak etti. 24 Eylül 1921'de Millî Mücadele'ye katılmak için Ankara'ya geldi. 9 Kasım 1921'de Türkiye Büyük Millet Meclisi'nin Kâbil sefiriğine tayin edildi. Türk-Afgan dostluğunun gelişmesinde önemli rol oynadı. Ruslar'la mücadele eden Başkırdestan Cumhurbaşkanı Zeki Velidi Togan'a yardımda bulundu. 12 Mayıs 1926'da görevinin sona ermesi üzerine yurda döndü. 5 Şubat 1936'da Türk Silâhlı Kuvvetleri'nden tümgeneral rütbesiyle emekliye ayrıldı.

22 Kasım 1948'de vefat etti ve vasiyeti üzerine Rumelihisarı'na defnedildi.





Fahrettin Paşa'nın Askerine Hitabı

"Evlatlarım!

Bir söz verdik. Kutsal şehri isyancılara vermeyeceğiz diyerek, elimizden ne geliyorsa yapmalıyız. Ta ki son mermi, son er ve son kana dek... Bu azim, bu kararlılık bize dayanma gücü verecektir. Bunu hiç unutmayın! Ümitsiz olmayınız.

Malumunuz olsun ki kahraman askerlerim İslam âleminin gözbebeği olan Medine'yi son fişegine, son damla kanına, son nefesine kadar muhafaza ve müdafaaya memurdur.

Belki bizim bu gayretimiz diğerlerine de örnek olursa, her yerde ittifak etmiş düşmanlara, yedi düvele karşı koyunuz!

Bakın, bayrağımıza iyi bakın. Herhangi bir bayrak değildir o. Şu an devletimizin düşen birçok kalesi var. Ele geçirilen birçok şehri var. Ama burası son kaledir.

Bu azim, bu kararlılık bize dayanma gücü verecektir. Bunu hiç unutmayın. Ümitsiz olmayınız. Gecenin sonu aydınlık, yokuşun sonu iniştir.

Memleketi silahsız terkeden bir asker, düşman da olsa, arkadan vurulamaz.

Bir Türk Generali, kendinden küçük rütbede bir İngiliz subayının odasına gitmez. Söyle ona, benimle bir işi varsa, buraya gelebilir!

Beş on baldırı çıplak için kaybedecek vaktimiz yok... İleri arkadaşlar!"

Cumhurbaşkanı Erdoğan: **KADINA ŞİDDET ASLA KABUL EDİLEMEZ**

■ **Cumhurbaşkanımız Recep Tayyip Erdoğan, Yahya Kemal Beyatlı Gösteri Merkezi'nde, "Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Mücadele Günü" kapsamında düzenlenen programa katıldı.**



Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, "Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Mücadele Günü" kapsamında, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı tarafından Küçükçekmece Belediyesi Yahya Kemal Beyatlı Gösteri Merkezi'nde düzenlenen programda yaptığı konuşmada kadına yönelik şiddet eylemlerinde hayatlarını kaybetmiş olan tüm kadınları tazimle yâd ederek, Allah'tan rahmet temennisinde bulundu.

Cumhurbaşkanı Erdoğan, konuşmasının başında ülkemizde kadınların sorunlarının aşılmasında bugün gelinen yer itibarıyla, bakanlığın ve sivil toplum kuruluşlarının çok büyük katkısı, emeği, alın teri olduğunu vurgulayarak, "Kadınlarımız kendi meselelerine sahip çıktıkça, bizler de sizlerden aldığımız güçle daha büyük, daha cesur, daha etkin adımlar attık, atmayı da sürdürüyoruz. İnşallah, bu emekler boşa gitmeyecektir" dedi.

"KADINA ŞİDDET İNSANLIĞA İHANETTİR"

Eşrefi mahlûkat olan insana ve dolayısıyla kadına yönelik şiddetin asla kabul edilemeyeceğini kaydeden Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Kadına şiddeti insanlığa ihanet olarak ilan etmiş bir Cumhurbaşkanı sıfatıyla diyorum ki, bu ihanetin içine giren herkes cezasını çekmelidir" ifadelerini kullandı.

Kadına yönelik şiddet ve baskının sadece ülkemizin değil, tüm dünyanın sorunu olduğunun altını çizen Cumhurbaşkanı Erdoğan, araştırmaların, bu meselenin eğitim düzeyiyle, maddi gelire çok da ilişkili olmadığını belirterek sözlerini şöyle sürdürdü: "Bir üniversitemizin yaptığı araştırma, lise mezunu her dört kadından birinin, üniversite mezunu her 5 kadından birinin, maalesef aile içi şiddete maruz kaldığını gösteriyor. Aynı şekilde, bu meselenin doğu toplumlarına münhasır olduğu yönünde

oluşturulmaya çalışılan art niyetli algı da doğru değildir. Batı toplumları da aile içi şiddet sorunundan ciddi şekilde mustarıptir. Demek ki burada asıl sorun, nerede yaşadığınız, ne kadar okuduğunuz, hangi refah düzeyine sahip olduğunuz değildir. Asıl mesele, cinsiyetten öte insana bakış meselesidir, insana verilen değer meselesidir."

"KADIN YOKSA TOPLUMUN YARISI YOKTUR"

Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Ülkemizde insana ve özellikle kadına dair yanlış algılar, yanlış kabuller, yanlış uygulamalar varsa, bunun sebebinin dinimizde veya kültürümüzde değil, daha derinlerde aramak durumundayız. Bu bakımdan biz, kadınlarımızın meselelerine sahip çıkmakla, aslında tüm milletimizin, hatta tüm insanlığın dertlerine derman aramış oluyoruz" sözleriyle kadın hakları konusunda 15 yılda gelinen noktada yapılanlara dikkat çekti. Cumhur-



başkanı Erdoğan, "Kadınların hak ve adalet temelinde sahip oldukları eğitim, çalışma, ayrımcılık, şiddet gibi sorunlarını çözememiş bir toplumun, hedeflerine ulaşamayacağını da biliyoruz. Çünkü kadın yoksa toplumun yarısı yoktur. Kadının olmadığı bir toplumun kalan yarısı da zaten yok oluştaki doğru gidiyor demektir" ifadelerini kullandı. Cumhurbaşkanı Erdoğan konuşmasının devamında siyaset hayatı boyunca kadınları hem siyasetin, hem hayatın her alanında hak ettikleri şekilde asli unsuru, temel taşıyıcısı hâline getirmenin mücadelesini verdiğini ve kadınların önündeki engelleri kaldırmak için gerçekleştirdikleri reformları şu sözlerle anlattı: "Bu reformların en önemlilerinden biri, 2012 yılında çıkardığımız Ailenin Korunması ve Kadına Karşı Şiddetin Önlenmesine Dair Kanun'dur. Bu kanunun çıkması ülkemizde şiddete maruz kalan kadınlarla ilgili gerçekten tarihî bir dönüm noktasıdır. Bakanlığımız bu çerçevede şu ana kadar şiddete uğramış 20 bin kadının davasına müdahil olarak mağdur kadınlarımızın yalnız olmadığını göstermiştir. Kadına yönelik şiddetle mücadele için hazırlanan eylem planlarını hassasiyetle uyguluyoruz. Bu amaçla çeşitli kurumlarımızda yürütülen eğitim çalışmalarında yüz binlerce kamu görevlisine ve askerimize ulaşıldı. Şiddeti önleme merkezlerini, kadın konukevlerini 81 ile yaygınlaştırdık. Hâlen 6 büyük şehrimizde uygulanan elektronik izleme sisteminin kapsamını da genişletmeyi hedefliyoruz."

"KADINLARIN, SOSYAL HAYAT-TAKİ ETKİNLİKLERİNİN ARTIRILMASI İÇİN YENİ BİR EYLEM PLANI HAZIRLANIYOR"

Cumhurbaşkanı Erdoğan, kadınların hak, fırsat ve imkânlardan eşit şekilde yararlanarak ekonomik ve sosyal hayattaki etkinliklerinin artırılması konusunda da çok önemli adımlar

attıklarını kaydederek, bu çerçevede yılbaşından itibaren uygulanmaya başlayacak yeni bir eylem planı hazırlandığını bildirdi. Erken yaşta ve zorla evliliğin geride bırakılması gereken bir başka önemli sorun olduğuna değinen Cumhurbaşkanı Erdoğan, ortaöğretime katılan kız çocuklarının oranının yüzde 45'ten yüzde 83'e çıkarılmasıyla, erken yaşlardaki evlilik oranının yüzde 4'lere kadar gerilediğini söyledi. İstihdamdaki kadın oranının 2005 yılındaki yüzde 23 seviyesinden bu yılın Temmuz ayı itibarıyla yüzde 34'e çıkmasını devrim olarak niteleyen Cumhurbaşkanı Erdoğan, hedeflerinin 2023 yılında bu oranı en az yüzde 41'e ulaştırmak olduğunu belirtti. 2005 yılından bugüne kadar istihdam



sayısının 9 milyon 200 bin artmış olmasına rağmen, işsizliğin hâlâ çift haneli rakamlarda geziyor olmasının, kadınların iş gücüne katılımındaki bu artıştan kaynaklandığını belirten Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Biz bundan asla şikâyetçi değiliz. Demek ki daha çok istihdam oluşturmamız gerekiyor. İnşallah onu da başaracak, erkeğiyle, kadınıyla, genciyle, eli iş tutan herkesin çalışabileceği bir ekonomiyi inşa edeceğiz" şeklinde konuştu.

"KADIN HAKLARINI İDEOLOJİK İSTİSMAR ARACI HÂLINE DÖNÜŞTÜRENLER MÜCADELEYE ZARAR VERİYOR"

Türkiye'de kadınların, şiddet başta

olmak üzere tüm meselelerinin çözümüne yönelik güçlü bir siyasi iradenin bulunduğunu ve sorunların çözümünün yalnızca zaman meselesi olduğunu belirten Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Kadınlarımızdan tek istediğimiz; bizim bu mücadelemize destek olmalarıdır. Kadın haklarını ideolojik saplantılarının istismar aracı hâline dönüştürmek isteyenler bu mücadeleye en büyük zararı verenlerdir. Bizim şu veya bu ideolojiye değil sadece ve sadece kadınların haklarını savunmayı amaçlayan herkese yüreğimiz ve kollarımız açıktır. Ama diğer pek çok konu gibi kadın meselesini de bize saldırmak için silah gibi kullananlara da hiç kimse kusura bakmasın eyvallah etmeyiz" ifadelerini kullandı. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanı Fatma Betül Sayan Kaya'nın da katıldığı programda Kaya, diline, dinine, rengine ve yaşam tarzına bakmaksızın tüm kadınları kucakladıklarını ve onlarla tam bir dayanışma içinde olduklarını söyledi.

"ARTIK MAHKEMELERİN TEDBİR KARARLARINI ANINDA UYAP SİSTEMİNDEN ALIYORUZ"

Şiddetin önlenmesi ve daha hızlı müdahalede bulunulması için bilgi ve iletişim teknolojilerinden de faydalandığını dile getiren Kaya, şöyle devam etti: "Can güvenliği riski

yüksek olan vakalarda mağdur ile şiddet uygulayanın birlikte takip edildiği elektronik sistem bugün pilot olarak 6 ilimizde, 7/24 esasıyla kesintisiz bir şekilde izleme gerçekleştiriyoruz. Bugün bu teknik takip sistemini 30'dan 600'e çıkartmak için çalışmalarımızı da sürdürüyoruz. Bakanlığımızın veri sistemini Haziran 2017 itibarıyla Adalet Bakanlığının UYAP sistemine entegre ettik. Artık mahkemelerin tedbir kararlarını anında UYAP sisteminden alıyoruz. Bu da müdahaleyi hızlı ve etkin bir şekilde yapmamızı sağlıyor. Bu yenilikler, şiddetin takibi ve önlenmesinde attığımız en yeni önlemlerimiz."

Nükleer Tıpta **YERLİ DÖNEM**

■ **Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığı arasındaki Radyoizotop ve Radyofarmasötiklerin Satışına İlişkin Alım Garantili Sözleşme imzalandı. Sarayköy ve Çekmece Nükleer Araştırma ve Eğitim Merkezlerinde yeni yatırımlar yapıldı. Artık Türkiye nükleer tıp alanında adımlar atacak ve bugüne kadar dışarıya bağımlı olduğu birçok ilacı kendisi üretecek.**



Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığı arasındaki Radyoizotop ve Radyofarmasötiklerin Satışına İlişkin Alım Garantili Sözleşmesi imzalandı. Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Berat Albayrak, nükleerin sadece enerji alanında değil tıp, telekomünikasyon, uydu ve haberleşme gibi farklı alanlarda kullanılacağını belirterek, 'Sarayköy Nükleer Araştırma ve Eğitim Merkezinde

(SANAEM) ciddi bir yatırım ortaya konuldu. Tüm tesislerin yatırımı yaklaşık 100 milyon lirayı geçiyor. SANAEM içindeki İkincil Standart Dozimetri Laboratuvarı'nın açılışının da yapacağı' müjdesini verdi.

Albayrak, Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığı arasındaki Radyoizotop ve Radyofarmasötiklerin

Satışına İlişkin Alım Garantili Sözleşme imza töreninde, enerji ve tıp alanındaki bu iş birliğinin güzel bir gelişme olduğunu söyledi.

Protokol ile sağlık sektöründe yerleşmenin destekleneceğini dile getiren Albayrak, tesiste geliştirilecek yerli ilaçlarla önemli bir dönemin başlayacağını ifade etti.



İLAÇLARI TÜRKİYE'DE ÜRETECEĞİZ

Albayrak, bu ilaçların uzun yıllar boyunca ithal edildiğine dikkati çekerek, "Bugün açılan tesiste kanser teşhisinde, beyin kan akışının görülmesinde, nörolojik hastalıkların ve lenf kanserinin tanısında, organik nakillerde organın vücut tarafından kabul edilip edilmediğinin anlaşılmasında, kan hücrelerinin tespiti ve izlenmesinde, lösemi tespiti ve kalp görüntülenmesinde kullanılan ilaçları artık Türkiye'de üreteceğiz" diye konuştu.

BU HİZMET ARTIK İTHAL EDİLMEMEYELİ

Türkiye'de nükleer sadece enerji alanında değil tıp, telekomünikasyon, uydu ve haberleşme gibi farklı alanlarda kullanılacak.

SANAEM'de ciddi bir yatırım ortaya konuldu. Tüm tesislerin yatırımı yaklaşık 100 milyon lirayı geçiyor. SANAEM içindeki İkincil Standart Dozimetri Laboratuvarı'nın açılışı da yakında yapılacak. Burada tüm Türkiye'deki radyasyon cihazlarının kalibrasyonu yapılacak. Bu çok önemli bir nokta. Türkiye'de bu alanda birçok radyoloji cihazı var. Tıbbi radyoloji cihazımız 15 binden fazla, diş hekimliğinde birçok muayenehanede 11 binden fazla cihaz var. Bu anlamda baktığımızda on binlerce cihazın artık kalibrasyonunu, takibi burada en son teknoloji ekipmanlarıyla yapılacak. Bu hizmeti artık ithal etmeyeceğiz. İnsan kaynağı noktasında da ciddi bir ihtiyacımız var. İnsanımız var mı? Var. O zaman eksiklerimiz ne? Hükümet bu eksikleri giderip daha cazip kılarak sektöre yönelimi arttıracak. Sadece Sarayköy'de değil, Küçükçekmece'deki tesisle ilgili de çok büyük bir dönüşüm gerçekleştirilecek.

SAĞLIKTA TEKNOLOJİ EN ÜST DÜZEYDE KULLANILMALI

Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığı arasındaki Radyoizotop ve Radyofarmasötiklerin Satışına İlişkin Alım Garantili Sözleşme imza töreninde konuşan Sağlık Bakanı Demircan,

sağlığın kesintisiz hizmet veren, bu nedenle de teknolojiyi en üst düzeyde kullanması gereken bir alan olduğunu söyledi.

Sağlığın aynı zamanda bilimin ve teknolojinin de gelişmesine katkı sunduğunu ifade eden Demircan, Türkiye'nin artık sağlıkta dünya ile yarışır bir noktada olduğunu altını çizdi.

**KALİTE ARTIŞINI EN ÜST DÜZEYE ÇIKARACAĞIZ**

Sağlık hizmetlerinin daha iyi bir şekilde alınması için 15 yıllık AK Parti iktidarı döneminde büyük bir mesafe alındığına dikkati çeken Bakan Demircan, "Bugün sağlıkta dönüşüm bir yere geldi. Biz bunu burada tutmayacağız. Daha ileriye taşıyarak, kalite artışını da en üst düzeye çıkaracağız. Yerleşmesi, yani ürünleri bizim üretmemiz bizim de insanlığın hizmetine sunmamız noktasında yeni bir dönemin başlangıcı olacak. Burada küçük bir adım gibi görülse de büyük bir yolun başıdır" dedi.

Sağlık Bakanı Demircan, sağlık hizmetlerinde Türkiye'nin üretim

gücünün devreye giremediğini belirterek, tüketim malzemelerinde, cihazlarda, yüksek teknoloji ürünü olan hem tanı hem de tedavide kullanılan ürünlerin üretilmesi noktasında bunu yapmaya karar verdiklerini söyledi.

RADYOAKTİVİTE ÜRETEN CİHAZLARIN STANDARDİZASYONU TEK ELDEN

AK Parti iktidarı döneminde üretmenin altyapısının yeterince oluşturulduğunu vurgulayan Bakan Demircan, konuşmasını şöyle sürdürdü: "Şimdi biz bunu hızlandırmak istiyoruz. Türkiye'nin, kendi ihtiyacını karşılayacak üretimi yapması yetmez. Biz sadece kendimizden sorumlu değiliz. Biz bu coğrafyadan, bizim gönül coğrafyamızdan hatta bütün insanlığa karşı sorumluluğu olan bir milletimiz. Bizim üretim gücümüzü daha verimli bir şekilde sahaya süreceğiz.

Hastanelerimizin donanımları için yerleşme noktasında kararları aldık, önceden de alınmış kararları da daha ileriye taşıyacağız. Bundan sonra Türkiye'deki bütün radyoaktivite üreten cihazların standardizasyonu ve kalibrasyonu tek merkezden yapılacak. Biz cihazları alıyorduk, kullanıyorduk, standardizasyonu yoktu. Şimdi bunların standardizasyonu bizim elimizde."

DMO İLE BİRLİKTE HAREKET EDECEĞİZ

Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği ile (TOBB) görüşmelerde bulduklarını aktaran Demircan, şunları kaydetti: "Onların da güzel bir laboratuvarı var. Türkiye'deki laboratuvar imkanlarını da birbiri ile konsolide ederek bütün diğer ürünlerin de kalibrasyonu ve standardizasyonunu yapıp ondan sonra o ürünleri sağlık marketi şeklinde Devlet Malzeme Ofisi ile birlikte hareket edeceğiz. Alımları bir merkezden yapıp tüketecek olan hastanelerimizin internet üzerinden ihtiyacını belirleyerek, bize en iyi kargo hizmeti veren kurumla hastanelerimize ulaştıracağız.



CUMHURİYET BAYRAMINI KUTLADIK

■ **Cumhuriyet Bayramı'nın 94. Yıl dönümünü, fener alayı yürüyüşü, Yusuf Güney konseri ve daha birçok etkinlikle kutladık.**

Selçuklu Parkı Amfi Tiyatro'da 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı özel konserinde Yusuf Güney sevilen şarkılarını Küçükçekmeceliler için söyledi. Konsere, Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz ve Belediye Meclis üyeleri ile birlikte binlerce vatandaş katıldı.

"CUMHURİYET EN BÜYÜK DEĞERİMİZ"

İstiklal Marşı ve saygı duruşunun ardından konuşmasını yapan Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, herkesin Cumhuriyet Bayramı'nı kutlayarak, "Bugün Türkiye Cumhuriyeti'nin doğum günü, 94. yıl dönümümüzü kutluyoruz. İnşallah daha nice yıllar, bu ay-yıldız, başımızın

üzerinde dalgalanacak ve aynı topraklarda yaşamının güzelliğini beraber coşkuyla yaşayacağız. Her geçen gün değerini daha iyi anlayacağız. Emin olun Cumhuriyet en büyük değerimiz. Ama Cumhuriyeti sadece bir bayram anlayışıyla kutlamamak gerekiyor. Cumhuriyet bir yaşam biçimidir. Aslında Cumhuriyet yönetim şeklinden ziyade çözüm şeklidir. Çünkü birbirinin



kültürü, anlayışı, dili, yaşayışı farklı olan insanların bir arada yaşayabileceği en temel çözümdür" dedi.

"MEVZİLERİMİZİ TERK ETMEYECEĞİZ"

Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya da "Hepinizin bildiği gibi çok zor zamanlardan geçiyoruz, çok büyük hainlikler yaşadık. 15 Temmuz bize şunu hatırlattı, biz asla mevzilerimizi kaybetmeyeceğiz, vatanımızı böldürmeyeceğiz, bayrağımızı indirtmeyeceğiz, ezanımızı dindirtmeyeceğiz, bayramınız kutlu olsun" diye konuştu.

SAHNE YUSUF GÜNEY'İN

Küçükçekmecelilerin yoğun ilgi gösterdiği konserde sahne alan ünlü şar-

kıcı Yusuf Güney en sevilen şarkılarını hayranları için seslendirdi. Konseri izlemeye gelen vatandaşlar da konser coşkusuna ortak olarak ünlü sanatçının şarkılarına hep birilikte eşlik etti. Ayrıca konser sonunda Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz ve Kaymakam Harun Kaya sanatçıya teşekkür ederek çiçek takdim etti.

MİNİKLERDEN GURUR VERİCİ KOREOGRAFİ

Cumhuriyet bayramı kutlamaları kapsamında Armoni Park AVM'de gerçekleştirilen etkinlikte çocuklar, Mustafa Kemal Atatürk'ün imzasını, minik bedenleriyle yaptıkları koreografiyle alana taşıdı. Gösteriyi ilgiyle izleyen Küçükçekmeceliler çocukları uzun süre

alkışladı. Küçükçekmece Belediyesi Bilgi Evleri korosunun seslendirdiği şarkılarla renklenen etkinlikte, Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan da çocuklarla birlikte "Memleketim" şarkısını seslendirdi. Ardından alandaki dev yapbozda, çocuklar Türkiye haritasını bir araya getirdi.

Ayrıca her yıl olduğu gibi bu yılda Küçükçekmeceli öğrenciler Cumhuriyet için kostu. Küçükçekmece Göl Kenarı'nda gerçekleşen etkinliğe 6 kategoride 157 kız,167 erkek olmak üzere toplam 324 öğrenci katıldı. Okullar arası düzenlenen Cumhuriyet Koşusu'nda öğrenciler, yağın yağmura rağmen dereceye girmek için birbirleriyle kıyasıya yarıştılar.



Türklerin İnşa Ettiği Karız Kanalları: ÇÖLÜN ALTINDAKİ MÜHENDİSLİK HARİKASI

■ **Çinliler tarafından "Yer altındaki büyük kanal" diye adlandırılan Karız Kanalları 2 bin 200 yıl önce çölün altında Türkler tarafından inşa ediliyor. Bugün hala varlığını sürdüren ve Sincan Uygur Özerk Bölgesi'ndeki Turfan'ın su ihtiyacını karşılamakta kullanılan kanallar Çinliler tarafından dünyanın harikaları arasında sayılıyor. Toplam uzunluğu 5 bin 272 kilometre olan yer altı su kanalları tam bir mühendislik harikası.**

Çin'in Sincan Uygur Özerk Bölgesindeki Turfan vilayeti, çöl tanımına uygun kurak bir iklime sahip olsa da, binlerce kilometreden taşınan Tanrı Dağlarının sularıyla bir bereket havzası.

İçinde Han, Uygur, Hui, Moğol gibi birçok etnik unsuru barındıran Turfan kenti, başkent Urumçi'ye iki saat uzaklıkta 600 binlik nüfusuyla canlı bir tarım merkezi Urumçi'nin doğusunda olan ve çok sıcak olmasından ötürü halk arasında

Ateş Bölgesi olarak adlandırılan Turfan, tarihi ve kültürel değerleriyle de yerli ve yabancı turistlerin de bölgedeki ziyaret noktaları arasında bulunuyor.

Tarihte de büyük önem sahip olan Turfan'da Uygurların en önemli eserlerinden Emin Hoca Camisi göze çarpıyor. Cami, geleneksel Uygur mimarisinin özelliklerinin yanı sıra, tarihte meydana gelen savaşların ardından barış ve istikrarın simgesi

konumuna gelmiş. Uygur mimarisinin özelliklerini yoğun bir şekilde taşıyan ve Emin Hoca'nın oğlu tarafından babasının ülkesine ve halkına yaptığı katkılara saygı adına yapılan minare, 37 metre uzunluktaki boyutlarıyla şehrin her noktasından görülebiliyor.

İklim elverişsiz olduğu halde iki nehrin arasına inşa edildiği için asırlardır ayakta kalan ve kayalara oyulan kent, savaşlar ve nehirlerin kurumasıyla beş asır önce



terk edilmiş. Kerpiç surları ve evleriyle binlerce yıllık sert iklim şartlarına rağmen varlığını 1400 yıl sürdürmüş. Deniz seviyesinin altında olan Turfan vilayetinin merkezi olan Turfan şehri, su kaynakları bulunmayan ve iklimi son derece kurak bir bölgede bulunuyor.

Karız Kanalları ise, Orta Asya da, Turfan bölgesinde yapılmış yeraltı su şebekesi sisteminin adı. İşte bu kanallar bundan 2 bin 200 yıl önce Türkler tarafından, çölün altına yapılan bir mühendislik harikası olarak adlandırılıyor.

Bölgedeki su sıkıntısından ötürü 2 bin yıl önce Tanrı Dağlarından Turfan istikametinde toplam uzunluğu 5 bin 272 kilometre olan yer altı su kanalları inşa edilmesinin ardından bölge, cenneti andıran güzel manzaralara sahip olmuş. Karız Kanalları Tanrı Dağlarından topladığı suyu 60 km çölün altından geçirerek Turfan'daki yerleşim

birimlerine götürüyor. Çinliler bu kanalları ülkelerindeki üç harikadan biri olarak gösteriyorlar. Bu kanallar bundan 2 bin 200 yıl önce Uygur Türkleri tarafından yapılmış.

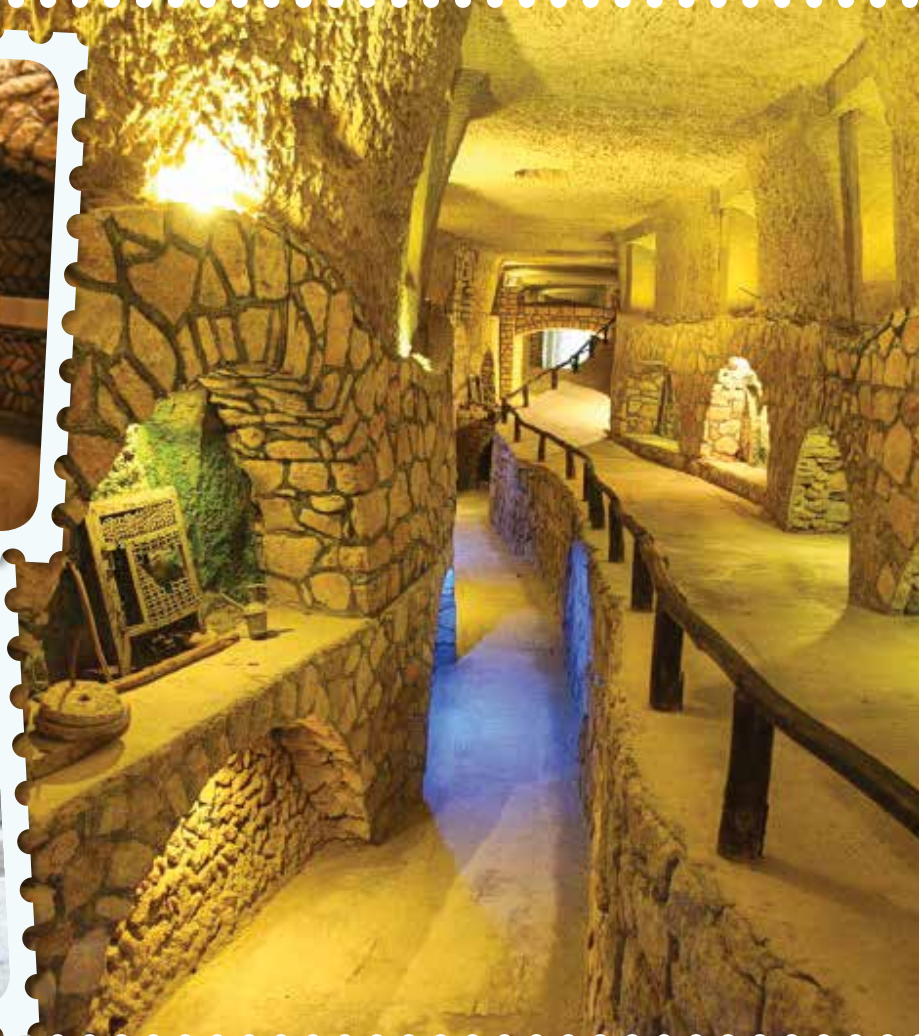
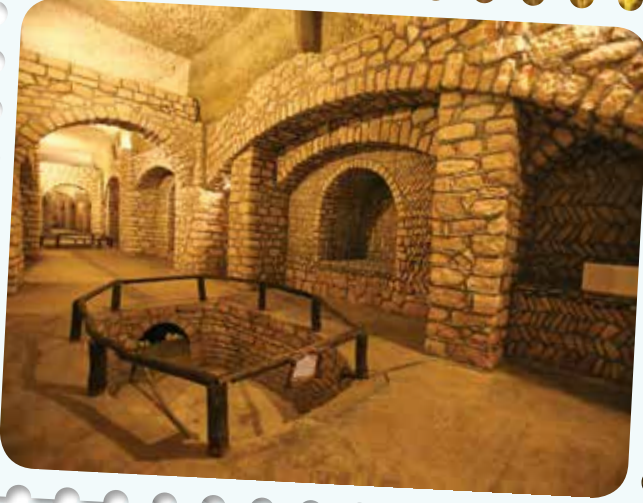
Çölün altında ağ gibi örülmüş olan kanalın derinliği 110 metre den başlıyor. Tarihte kuyu kanalları olarak adlandırılan Karız kanalları, yöre insanların Tanrı Dağlarında eriyen kar sularının yer altına sızmasından oluşan sudan yararlanması için inşa edilen bir sulama projesi.

Aralıklarla açılan kuyular yardımıyla tarım alanları sulanıyor. Tanrı Dağları ile Turfan arasındaki bölge çöl olduğundan suyun aşırı sıcaktan buharlamaması için Karız su kanalları yeraltında inşa ediliyor. Turfan'ın su ihtiyacının yüzde 30'u, hala bu yer altı kuyuları olan Karız kanallarından sağlanıyor. Karız kanallarını Çinliler tarafından

"Yer altındaki büyük kanal" olarak adlandırılıyor. Karız kanalının tarihini ve şimdiki özelliklerini anlatmak üzere oluşturulan sergi, bölgeyi ziyaret edenler tarafından büyük ilgi görüyor.

Karız kanalı müzesinde yer altı su kanallarının üç boyutlu maketi, insanoğlunun doğa koşullarına nasıl meydan okuduğunu net bir şekilde gösteriyor. Tanrı Dağlarından yüzyıllardır bölge halkına hizmet veren yer altı kanalları 1,5 metre yükseklikte, 60-70 cm genişlikte inşa edilmiş ve günde 858 metreküp su taşıyor. Ancak bugün bu oran neredeyse üçte bir oranında düşmüş durumda.

2 bin 500 yıl önce sadece yerçekimi kullanılarak çalışması sağlanan Karız Kanalları, 60 kilometre uzaktaki kurak Turfan bölgesini bereketli vaha haline getirmiş



Kültür ve Sanatın Merkezi KÜÇÜKÇEKMECE YENİ SEZONA HAZIR

■ **Küçükçekmece Belediyesi 2017 - 2018 kültür-sanat sezonunu, 'Al Gözüm Seyreyle' başlıklı Bedri Rahmi Eyüboğlu retrospektif sergisi ve konser ile sezonunu açtı. Türk sanatının usta ismi Eyüboğlu temalı açılışa sanatseverler yoğun ilgi gösterdi.**

Cennet Kültür ve Sanat Merkezi'nde gerçekleşen açılışa; AK Parti İstanbul Milletvekili Halis Dalkılıç, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, AK Parti İlçe Başkanı Mustafa Korkut, Bedri Rahmi Eyüboğlu'nun torunu Rahmi Eyüboğlu, Eyüboğlu Vakfı Başkanı Yakup Eyüboğlu, başkan yardımcıları, meclis üyeleri, tiyatro ve sinema sanatçıları ve çok sayıda Küçükçekmeceli katıldı.

BESTELENMİŞ ŞİİRLERİ SESLENDİRİLDİ

"Al Gözüm Seyreyle" başlığı ile

açılan sergide ressam, şair, yazar ve akademisyen Eyüboğlu'nun bir şiir imgesinden yola çıkılarak hazırlanan bazı eserleri sanatseverlerle ilk kez buluşturuldu. Sergi açılışı ile başlayan etkinlik, Hakan Aysev, Derya Türkan ve Hüseyin Köroğlu'nun konseriyle devam etti. Gecenin sunuculuğunu ünlü oyuncular Altan Erkekli ve Veysel Diker yaptı. Hakan Aysev ve orkestrası Bedri Rahmi Eyüboğlu'nun 'Karadut, Sitem, Zindanı Taştan Oyarlar' isimli bestelenmiş şiirleri ile usta şairin sevdiği türkülerini yorumladı. Hüseyin Köroğlu'da

Eyüboğlu'nun şiirlerini kendine özgü üslubuyla seslendirdi.

"KÜÇÜKÇEKMECELİLER ÇOK ŞANLI"

Açılışa katılan AK Parti İstanbul Milletvekili Halis Dalkılıç yaptığı konuşmada, kültür ve sanatı içselleştirmiş bir başkana sahip oldukları için Küçükçekmecelileri çok şanlı bulduğunu söyleyerek, "Bu ülkenin kökleri var, tarihin derinliklerinde izleri var, merhameti var, şefkati var, kültürü var sanatı var. Bir medeniyetin devamı sanata, sanatçıya,



kültüre ne kadar değer verdiği ile ölçülür. Önceden Küçükçekmece deyince aklımıza farklı şeyler geliyordu, şimdi Küçükçekmece deyince kültür geliyor, sanat geliyor, Küçükçekmecelilerin mutluluğu geliyor, başkanımıza çalışmalarından dolayı çok teşekkür ediyorum" dedi.

"GERÇEK BİR SANATÇI"

Konser sonunda, Bedri Rahmi Eyüboğlu'nun torunu Rahmi Eyüboğlu'na onurluk, sanatçılara da çiçek takdim eden Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, "Yeni

kültür sanat sezonumuzu Bedri Rahmi Eyüboğlu'nun adıyla açıyoruz. Kendisi usta bir şair ve aynı zamanda yazar, diğer yandan da ressam. O, hayatı boyunca sanata ve sanatçıya sahip çıkmış önemli bir insandı. Gerçek anlamda bir sanat adamıydı.

Biz de kültür sanat sezonumuzu onun ismiyle açmanın bahtıyarlığını yaşıyoruz. Ustanın şöyle bir ifadesi vardır: "Benim şiirlerimi eleştirebilirsiniz, resimlerimi eleştirebilirsiniz fakat öğretmenliği eleştiremezsiniz" Hep Türk halkına, sanatse-

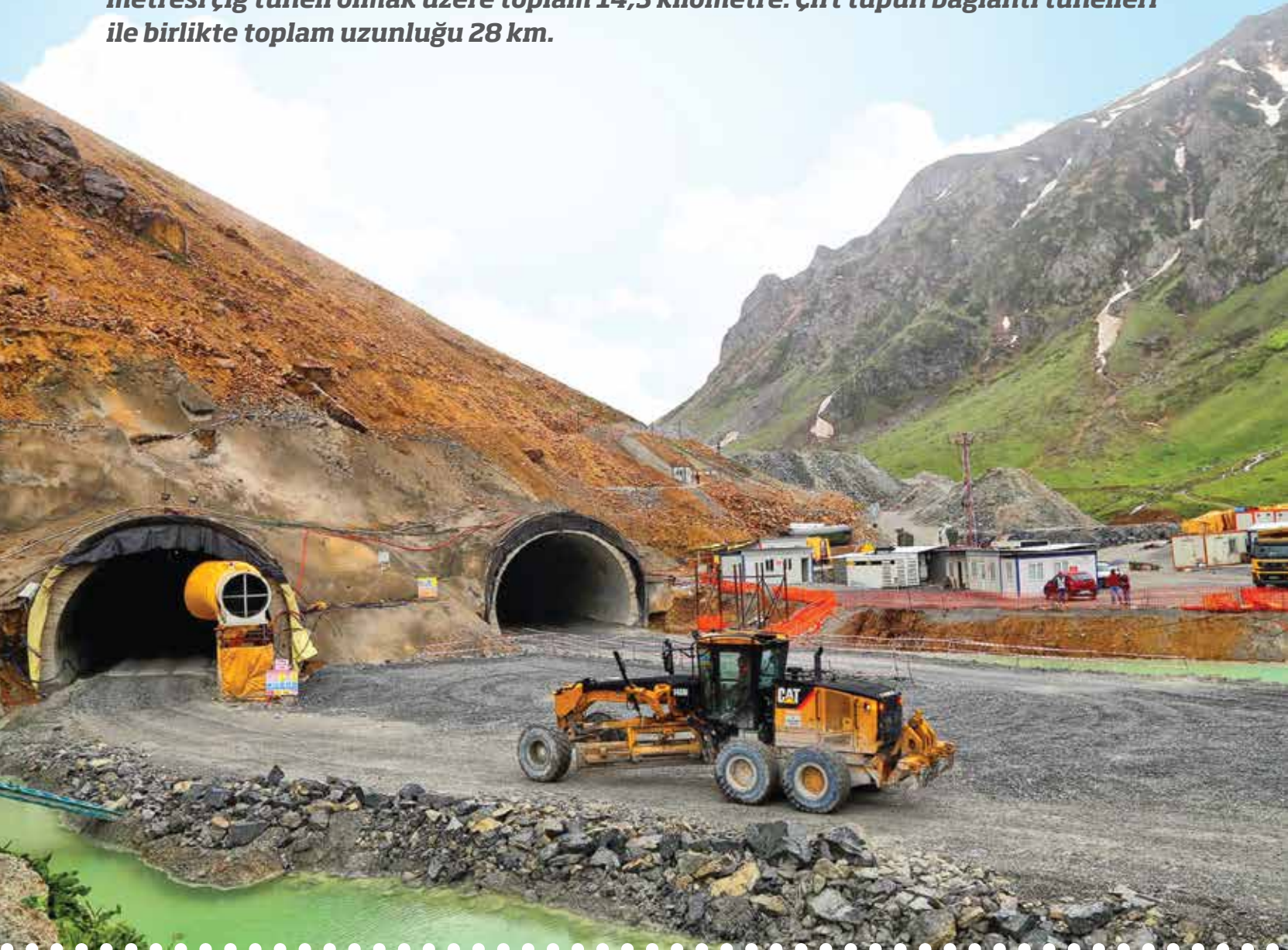
verlere, gelecek nesillere bir şeyler öğretmeye çalışmış ve nevi şahsına münhasır bir kişilik. Bedri Rahmi Eyüboğlu derinlemesine tanınması gereken bir kişi, çocuklarımıza gençlerimize daha iyi anlatmamız lazım" dedi.

Al Gözüm Seyreyle sergisinin küratörlüğünü yapan Erkan Doğanay ise konuşmasında, "Bedri Rahmi Eyüboğlu'nun Anadolu sanatına, Anadolu'daki insanlara kültür ve hayata bakışına getirmiş olduğu yorumları sizlerle paylaşmak istedik" dedi.



DÜNYANIN EN UZUN İKİNCİ TÜNELİ: OVİT

■ Doğu Karadeniz'i Doğu Anadolu üzerinden Kafkaslar'a bağlayan tünel aynı zamanda dünyanın en uzun ikinci tüneli olma özelliği taşıyor. Ovit Tüneli, bin 369 metresi çığ tüneli olmak üzere toplam 14,3 kilometre. Çift tüpün bağlantı tünelleri ile birlikte toplam uzunluğu 28 km.



Doğu Karadeniz'i Doğu Anadolu üzerinden Kafkaslar'a bağlayacak ve tamamlandığında dünyanın en uzun ikinci tüneli olacak olan Ovit Tüneli'nde yapım çalışmaları tamamlanmak üzere.

Tünel Rize'nin İkizdere ilçesi ile Erzurum'un İspir ilçesi arasında bulunuyor. Mevcut yol tünelle birlikte Karadeniz'i Doğu Anadolu'ya, Doğu Anadolu'dan da Orta Asya'ya bağlayan en kestirme ve en hızlı yol oldu.

Doğu Karadeniz'i Doğu Anadolu üzerinden Kafkaslar'a bağlayan tünel aynı zamanda dünyanın en uzun ikinci tüneli olma özelliği taşıyor.

Ovit Tüneli sayesinde Karadeniz'in, İspir ilçesi üzerinden Erzurum'a, bu kent üzerinden de İran, Azerbaycan, Gürcistan ve bütün Orta Asya'ya bağlanması sağlanmış oluyor.

Temeli Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın başkanlığı döneminde 13 Mayıs 2012 tarihinde atıldı. Ovit Tüneli, bin 369 metresi çığ tüneli olmak üzere toplam 14,3 kilometre. Çift tüpün

bağlantı tünelleri ile birlikte toplam uzunluğu 28 km. Tünelin girişi bin 988, çıkışı ise 2 bin 258 koddan açılıyor.

Ovit Tüneli 250 kilometre olan Rize-Erzurum karayolunu, 200 kilometreye düşürürken, Karadeniz ile Doğu ve Güneydoğu Anadolu bölgeleri arasında yılın 5,5 ayı kar ve çığ tehlikesi nedeniyle aksayan ulaşımın, kesintisiz ve güvenli hale gelmesini sağlayacak. Ovit Dağı ulaşım açısından Karadeniz sahili ile Doğu Anadolu Bölgesi arasındaki en büyük engellerden biriydi. Türkiye'nin en uzun karayolu tüneli olma özelliğini taşıyan Ovit'in tamamlanmasıyla bu engel ortadan kalkacak ve tarihi İpek Yolu yeniden canlanacak. Temeli atılırken Başbakanlık koltuğundan oturan Recep Tayyip Erdoğan bu geçitin 160 yıllık bir rüya olduğunu belirtmişti. Ovit tüneli Doğu'yu limanlara bağlayan en önemli yolların başında geliyor. Bunun yanı sıra Bakü-Kars-Tiflis hızlı tren bağlantısı projesiyle bağlantı yapıldığı zaman, İpek Yolu'nu Ural Dağları'na kadar bağlayan bir yol durumuna geliyor.

Doğu illerimiz Ovit Tüneli ile limana bağlanıp komşu ülkelere daha rahat mal sevkiyatı yapma imkanına sahip oluyor. Haliyle bu yatırım gelişmekte olan bölgemiz için çok önemli bir anlam taşıyor.

Bölge illerinin ticaret ve sanayi odaları bu projenin hem bölgenin hem de tek tek illerin ticaret hacmini artıracığı konusunda hemfikirler. Özellikle Ovit ve Kop tünellerinin tamamlanmasının ardından Doğu Anadolu ve Erzurum'un liman vasıtasıyla dış pazara bağlanacak olması büyük önem taşıyor.

Ovit Tüneli'nin özellikleri

Rize'yi Doğu Anadolu'ya bağlayacak tünel, bin 369 metresi çığ tüneli olmak üzere 14 bin 300 metre uzunluğunda. Tünelin giriş kotu bin 919 metre, çıkış kotu 2 bin 236 metre ve tünel içi boyuna eğim yüzde 2,13 olacak. Çift tüp şeklinde inşa edilen ve 800 milyon liraya mal olan tünelin havalandırması için ayrıca yüzde 15 eğimle bin 710 metre uzunluğunda yaklaşık tüneli yapıldı.



Küçükçekmece'de YEŞİLÇAM GECESİ

■ **Yeşilçam'ın efsane isimlerini, Küçükçekmece'de bir araya getirdik.**

Yeşilçam'ın unutulmaz isimleri Nuri Alço, Selma Güneri, Nilüfer Aydan, Engin Çağlar, Cihat Tamer, Belkıs Özener, Ümit Efekan Küçükçekmece'de tarihi bir restoranda düzenlenen Yeşilçam Gecesi'nde yıllar sonra bir araya gelerek eski günleri yâd etti. Sanatçılara vatandaşlar da büyük ilgi gösterdi. Gecede, Küçükçekmece Belediye Başkan Vekili Besim Müftüoğlu, sinemaya katkılarından dolayı sanatçılara plaket takdim etti.

Yeşilçam'da pek çok filmin şarkılarını seslendirmiş olan Belkıs Özener, gecede "Boş Kalan Çerçeve" şarkısını seslendirerek, katılımcılara duygusal anlar yaşattı.

YEŞİLÇAM'IN EFSANELERİNE PLAKET

Türk sinemasına gönül veren sanatçılara teşekkür eden Küçükçekmece Belediye Başkan Vekili Besim Müftüoğlu, "İlçemizde sizleri ağırlamaktan gurur duyuyoruz. Kültür

ve sanat alanında pek çok çalışma yaptık yapmaya da devam ediyoruz. Kültür ve sanat ağırlıklı bir ilçeyiz. Sanata ve sanatçıya destek olmaya devam edeceğiz" diye konuştu. Başkan Vekili Besim Müftüoğlu, unutulmaz oyunculara günün anısına ve sinemaya katkılarından dolayı plaket takdim etti.

Sanatçılar da Küçükçekmece Belediyesi'ne sanata ve sanatçıya desteklerinden dolayı teşekkür etti.



Tahliye Tatbikatı İle **AFETLERE HAZIRIZ**

■ **Sivil Savunma Amirliği ekiplerimiz Belediye Başkanlık binasında tahliye tatbikatı düzenleyerek afetlere karşı hazır olduğunu gösterdi.**

Olası bir deprem veya yangın sonrası binada mahsur kalan kişileri kurtarmaya yönelik düzenlenen tatbikat, gerçeğini aratmadı. 8 katlı binada düzenlenen tatbikatta, senaryo gereği alarm sesinin duyulmasının ardından 1 dakika 30 saniyede bina boşaltıldı. Ardından 5. katta mahsur kalan personel sedye ve halatlar yardımıyla tahliye edilerek, ambulans ile hastaneye sevk edildi.

“AFETLER BİZİM GERÇEĞİMİZ”

Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan, personele hafta boyunca temel afet eğitimi verildiğini ifade ettiği konuşmasında, “Bu eğitimi tahliye tatbikatı ile neticelendirdik. Tatbikat, Küçükçekmece Belediyesi Sivil Savunma Amirliği ve Mahalle Afet Gönüllüleri Acil Müdahale Ekipleri tarafından gerçekleştirildi. Belediyemize gün içinde binlerce vatandaşımız geliyor. Kalabalık bir personelle çalışıyoruz. Esas amaç personelimizin de böyle bir durumda binayı tanınması ve nasıl hareket edeceğini daha iyi kavramasıdır. Dilerim böyle afetler hiç yaşanmaz ama ülkemizin gerçeği olduğunu ve önlem almayı da unutmamamız gerekiyor” diye konuştu.

“KÜÇÜKÇEKMECE BELEDİYESİ FARKINDALIK YARATIYOR”

Mahalle Afet Gönüllüleri Acil Müdahale Ekipleri Amiri Hüseyin Karadayı ise afetlere karşı hazırlıklı olunması gerektiğine dikkat çekerek, “Küçükçekmece Belediyesi bu konuyu çok önemsiyor. Burada öğrendik ki, belediye afetlere hazır. Bu tatbikatlarla afetlere daha hazır hale geldiğimiz gerçeğini unutmamamız gerekiyor. Bu konuyu önemseyen, farkındalık yaratan Küçükçekmece Belediyesi'ne teşekkür ederim” dedi.

TEMEL AFET EĞİTİMİ VERİLDİ

Küçükçekmece Belediyesi İnsan Kaynakları ve Eğitim Müdürlüğü tarafından belediye personeline yönelik “Temel Afet Eğitimi” düzenlendi. Küçükçekmece Belediyesi Sivil Savunma Amiri Emrah Karataş ve AFAD eğitmenleri Hüseyin Karadayı ile Nilüfer Kurt tarafından verilen 4 günlük eğitimde, 535 personel afetlere karşı bilinçlendirildi.



AKIK TAŞI

■ Akik taşı sert ve saydam bir yapıya sahiptir. Ortasından başlayıp halka halka dağılarak dış yüzeye kadar ulaşan bir renk kümesine sahip olması onun tanınmasında bize ipucu verir.



Akik taşı, eski çağlardan beri, süs eşyası, mücevher, bazen de olumsuz enerjilere karşı koruyucu veya olumsuzlukları ortadan kaldırmaya etmen olarak kullanılmıştır.

Akik taşı, sanki çevresindeki varlıkların veya manzaranın enerjisini emerek, bu enerjiyi tabloştürmüş gibidir. Bu tabloştürme işlemi enerji alışverişiyle çok uzak diyarlardaki varlıkların resmini oluşturmak şeklinde de gerçekleşebilir.

Temel rengi kırmızı olmakla birlikte kırmızı akiğin doğal, kahverengi, sarı, beyaz, gri gibi farklı renklerde dalgalı bantlara sahiptir. Yüksek ısıya maruz kalanlarında beyazımsı bir görünüm oluşur.

Akik taşı veya gri/renksiz bölümü, yahut benzeri taşlar yapay şekilde renklendirilerek kırmızı akik diye piyasaya sürülmektedir. Yapay olarak renklendirilen taşlarda çoğunlukla bant oluşumu ya görünmez, ya da belli belirsiz hale gelmektedir. Temel rengi açık yeşil ve beyaz karışımı olan yosunlu akik, içinde yosun görünümü daha koyu renk taşımaktadır. Mavi Akik, rengi maviden griye kadar uzanan, çoğunlukla bu renklerin bantlar halinde birlikte bulunduğu akiktir. Akik taşının gri/renksiz bölümü yahut benzeri taşlar yapay şekilde renklendirilerek mavi akik veya yeşil akik diye piyasaya sürülmektedir. Yapay olarak renklendirilen ve mavi akik diye satışa sunulan taşlarda, çoğunlukla bant oluşumu ya hiç görünmez, ya da belli belirsiz hale gelir.

Akik taşı bazı rivayetlere göre Peygamber Efendimiz (sav) tarafından mühür taşı olarak kullanılmış. Özellikle Caferi geleneğinde bu taşta büyük önem atfedilir. Eski dönemlerden beri bu

taşın bazı durumlarda şifacı özelliğe sahip olduğu düşünülür.



Fosilleşmiş taşlar grubundan olan akik, içinde barındırdığı mineraller açısından da bilimsel olarak sürekli üzerinde çalışmalar yapılan materyallerdendir. Şifalı taşlar arasında, dünyada sıklıkla bulunabilen bir madde olması yönüyle

akik taşı maddi anlamda çok fazla dikkat çekmez.

Eski inanışla dermansız dertlere iyi geldiği iddia edilen akik ile yapılmış birçok madde süs eşyası ya da takı olarak günümüzde de karşımıza çıkmaktadır. Özellikle akik taşı tespihler ve yüzükler bu tür malzeme satan her tedarikçi de rahatlıkla bulunabilmektedir.

Akik taşı sert ve saydam bir yapıya sahiptir. Ortasından başlayıp halka halka dağılarak dış yüzeye kadar ulaşan bir renk kümesine sahip olması onun tanınmasında bize ipucu verir.

Akik Taşının Özellikleri;

Eskiler, özellikle buhranlı geçen lohusalık döneminde yeni anneye ve bebeğe bu taşın faydalı olabileceğini düşünmüşler. Yine eskiden beri onun boğaz çakraları üzerinde faydalı etkiye sahip olduğuna inanılır. Cilt hastalıklarına iyi geldiği, kemik ve diş sağlığı üzerinde olumlu etkilere sahip olduğu hep düşünüle gelmiştir.

İmam Caferi Sadık Hz.lerinin söyle buyurduğu rivayet edilir: Akik yüzük takmak berekettir, akik yüzük takan kişinin akıbeti güzel ve hayırlı olur. Akik yüzük takmak fakirliği, miskinliği ve nifakı yok eder.



Binler, Kudüs İçin **TEK YÜREK OLDU**

■ ABD'nin Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanımasının ardından Kudüs'e destek olmak amacıyla, Yavuz Selim camisinde kılınan Cuma namazı sonrası yürüyüş düzenledik.



Düzenlenen yürüyüşe, Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Büyük Birlik Partisi İl Başkan Yardımcısı Ömer İlhan, AK Parti İlçe Başkanı Av. Mustafa Korkut, MHP İlçe Başkanı Seyfettin Tiryaki, sivil toplum kuruluşları temsilcileri ve çok sayıda vatandaş katıldı.

“ZALİMLERE BOYUN EĞMEYECEĞİZ”

Küçükçekmece Kaymakamı Kudüs ile ilgili mesajında, “Hepinizle gurur duyuyorum. Dünyadaki Müslümanların ezilme çektiklerini göre göre bir şey yapmamak insanı üzüyor, ağlatıyor. Rabbim, oradaki tüm halka derman versin. Şu unutulmamalıdır ki, İslam’ın zaferi kesindir. Biz dünya tarihi boyunca her zaman mazlumun yanında olduk, zalime boyun eğmedik, eğmeyeceğiz” diyerek, birlik ve beraberlik mesajı verdi.

“KUDÜS, YAHUDİ VE HRİSTİYANLARIN DA KIRMIZI ÇİZGİSİ OLMALI”

Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Müslümanların böyle bir karara sessiz kalmayacağını ifade ederek, “Sevgili kardeşlerim, bizim burada toplanmamız acaba Kudüs’e nasıl bir medet verecek? ABD düşüncesinden mi, İsrail yapmak istediklerinden mi vazgeçecek? Belki de hiçbiri olmayacak. Ama biz Müslümanız ve bu işe seyirci kalmayacağımızı göstermek için buradayız. Kudüs’e göz koymanın, yarın Suriye’ye, öbür gün Bağdat’a, bir sonraki gün Mardin’e, bir sonraki gün Edirne’ye göz koymak olacağının farkındayız. Biz de, farkındayız demek için bu

meydandayız. Duyarlılığınız için hepimize teşekkür ederim. Aslında çok şey yaptığımıza inanıyorum. Hepinizden Allah razı olsun. Kudüs 3 dinin de kutsal mekânıdır. Bu anlamda biz, Kudüs’ün kalbine saplanan bu hançer için aklı başında her Müslümanın feryat ettiğini biliyoruz. Her Hristiyan’ın bu meseleye feryat etmesi, her Yahudi’nin feryat etmesi gerektiğini biliyoruz. Kudüs’ü bir ba-

Olup bitenlere seyirci kalacak bir Dünya Müslümanlığı olmadığını bilinmesi gerek. Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan’ın dünya Müslümanlarını bir toplantıya çağırmasının belki de bugüne kadar Müslümanlar anlamında yapacağımız en kıymetli toplantılardan birisi olacaktır. Kendisine bu duyarlılığından dolayı teşekkür ederim” dedi.

“AMAÇ; ORTADOĞU’YA YENİ BİR DİZAYN VERMEK”

Başkan Karadeniz, konuşmasına şu sözlerle devam etti: “Şu anda herkes bir oyun oynuyor. Herkes bir hesap yapıyor. ABD’nin de İsrail’in de yapmak istediği şeyi, sadece Kudüs meselesini bir sahiplenme olarak görmememiz gerekir. Kudüs üzerinden Ortadoğu’ya yeni bir dizayn verme çalışmasının başlangıcıdır.

Müdahale için kargaşa, kan, gözyaşı lazım. Bizim buradaki Kudüs hassasiyetimiz, asla sadece bir Yahudi düşmanlığı değil, Osmanlı İmparatorluğunun, Türkiye Cumhuriyeti’nin Yahudi vatandaşların ne kadar hamisi olduğunu herkes biliyor. Şuan da Türkiye’de pek çok Yahudi vatandaşı var. Bizim onlarla hiçbir hesabımız yok. Bunu biliyorlar. Bizim hesabımız Siyonizm ile bizim hesabımız hain ve şeytan düşüncelerle. Yapılmak istenen provokasyonlara gelmemeliyiz.

Müslümanlar bu meselede sessiz kalmayacak. Bizde başımıza gelen bunca hadiseden sonra kardeş kardeşe bir olmak, iri olmak diri olmak zorundayız. Kardeşler arasında sevgiyi dayanışmayı kaybetmemeliyiz.”



rıs simgesi olarak görüyoruz. Bugün Kudüs sadece Müslümanların kırmızı çizgisi değil, aklı başındaki bütün Yahudi ve Hristiyanların kutsal çizgisi olması gerektiğini biliyoruz. Böyle bir hıyanetle umarım kan dökülmez.



İBB Başkanımız Mevlüt Uysal KÜÇÜKÇEKMECE'DE

■ ***İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Mevlüt Uysal, Küçükçekmece'deki projeleri yerinde inceleyerek, çalışmalarla ilgili basına bilgi verdi.***

İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Mevlüt Uysal ilçe ziyaretinde Küçükçekmece Belediyesi yanı zemin altı Otopark ve Meydan Düzenleme inşaat alanını inceleyerek, gazetecilere önemli açıklamalarda bulundu. Uysal'a Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz eşlik etti.

"HAVARAY'I İPTAL EDİYORUZ"

İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Mevlüt Uysal, belediye yanında inşaatı devam eden otopark ve meydan düzenleme projesini yerinde inceledi. Küçükçekmece için önemli kararlar aldıklarını dile getiren Uysal, eski Küçükçekmece Belediye Binası'nın bulunduğu yerden, yani Sefaköy'den Başakşehir Fatih Terim Stadyumu'na kadar sürecek 15 kilometrelik Havaray sisteminin projesi ve ihalesinin yapıldığını hatırlatarak, projeyi iptal ettiklerini ifade etti.

"HAVARAY YERİNE METRO PROJESİ"

Havaray insanlara çok cazip gelse de projelendirip ihalesi yapıldıktan sonra özellikle Sefaköy bölgesindeki esnaf ve vatandaşın çok ciddi rahatsızlığı olduğunu anlatan Uysal, şunları söyledi: "Havaray, dar bir alandan geçmek zorunda kalacağı için kamulaştırma olacağı, binaların önünden geçeceği içinde görüntü kirliliğine yol açabileceği şeklinde şikayetler aldık. İlçe belediyesi ve Büyükşehir Belediyesi olarak, vatandaşlarımızın bu rahatsızlıklarını dikkate alarak, her ne kadar maliyet biraz artmış olsa bile artık Havaray'ı iptal ediyoruz. Onun yerine metro ve hafif raylı sistemi hayata geçiriyoruz. O projeyi revize edip kısa zamanda buranın yeniden ihaleye çıkmasını sağlayacağız. Metro ve hafif raylı sistemin özellikle Beşyol bölgesinde metro olarak geçmesi

gerekir. Orada hem Büyükşehir adına ciddi bir kamulaştırma yükü hem de vatandaşımız adına onları rahatsız edici bir yapı vardı. Gerekirse daha sonraki yerlerde işi hızlı ve çabuk bitirme adına bazı yerlerde yol üstünde, bazı yerlerde ise yol altında yapılacak. Bunun örnekleri var. Daha önce Aksaray-Esenler ve Vezneciler-Sultançiftliği'nde olduğu gibi. İnşallah yeni bir planlama ile bunu yapacağız."

"YAĞMUR SULARI PROBLEMİNİ ÇÖZECEĞİZ"

Mevlüt Uysal, Küçükçekmece'de ilçenin göle ve denize yakınlığı sebebiyle yaşanan yağmur suları probleminin de en kısa sürede çözüme kavuşacağını altını çizdi. Başkan Uysal ve Karadeniz, inşaat halindeki otopark alanını gezerek, incelemelerde bulundu.



Gündemdekiler Küçükçekmece'de **KONUŞULDU**

■ **Düzenlediğimiz 'Gündemdekiler' konulu söyleşiye Payitaht Abdülhamid dizisinin oyuncuları Hakan Boyav ve Bahadır Yenişehirlioğlu'nu Küçükçekmeceli sevenleri ile buluşturduk.**



Dizide "Mahmut Paşa" karakterine can veren Hakan Boyav ve Tahsin Paşa karakterini canlandıran Bahadır Yenişehirlioğlu içten ve samimi sohbetleriyle dizinin yakın takipçilerinden ve hayranlarından büyük ilgi gördü.

"KOLAY BİR PROJE DEĞİL"

Hakan Boyav, Abdülhamid Payitaht dizisinin başarısının tüm oyuncuların rollerinin hakkını vermesine bağlı olduğunu ifade ederek, "Bu proje kolay bir dizi projesi değildir. Diriliş veya Kurtlar Vadisi seyrettirilmesi kolay projelerdi. Aksiyon ve savaş var. Biz, çok ciddi bir politik, dönem dizisi yapıyoruz. Bunun bu kadar seyirci tarafından izleniyor olması hem yapımın başarısı hem oyuncuların başarısıdır" diye konuştu.

MAHMUT PAŞA'YA MİNİK HAYRANINDAN 'PASTIRMA' İKRAMI

Pastırma yemesi ile hafızalarda yer eden "Mahmut Paşa" rolüne ithafen dizinin minik izleyicisi İrem'in ünlü oyuncuya pastırma ikram etmesi söyleşide renkli görüntüler oluşturdu. Boyav, küçük hayranın ikram ettiği pastırmayı yerken izleyenleri de gülmekten kırdı, geçirdi.

"ABDÜLHAMİD ANLATILMASI ZOR BİR KARAKTER"

Bahadır Yenişehirlioğlu ise Abdülhamid'in anlatılması zor bir karakter olduğunu belirterek, "Zor bir dizi. Çünkü Abdülhamid Han karakteri tarihte bir toplum tarafından yüzde 50-yüzde 50

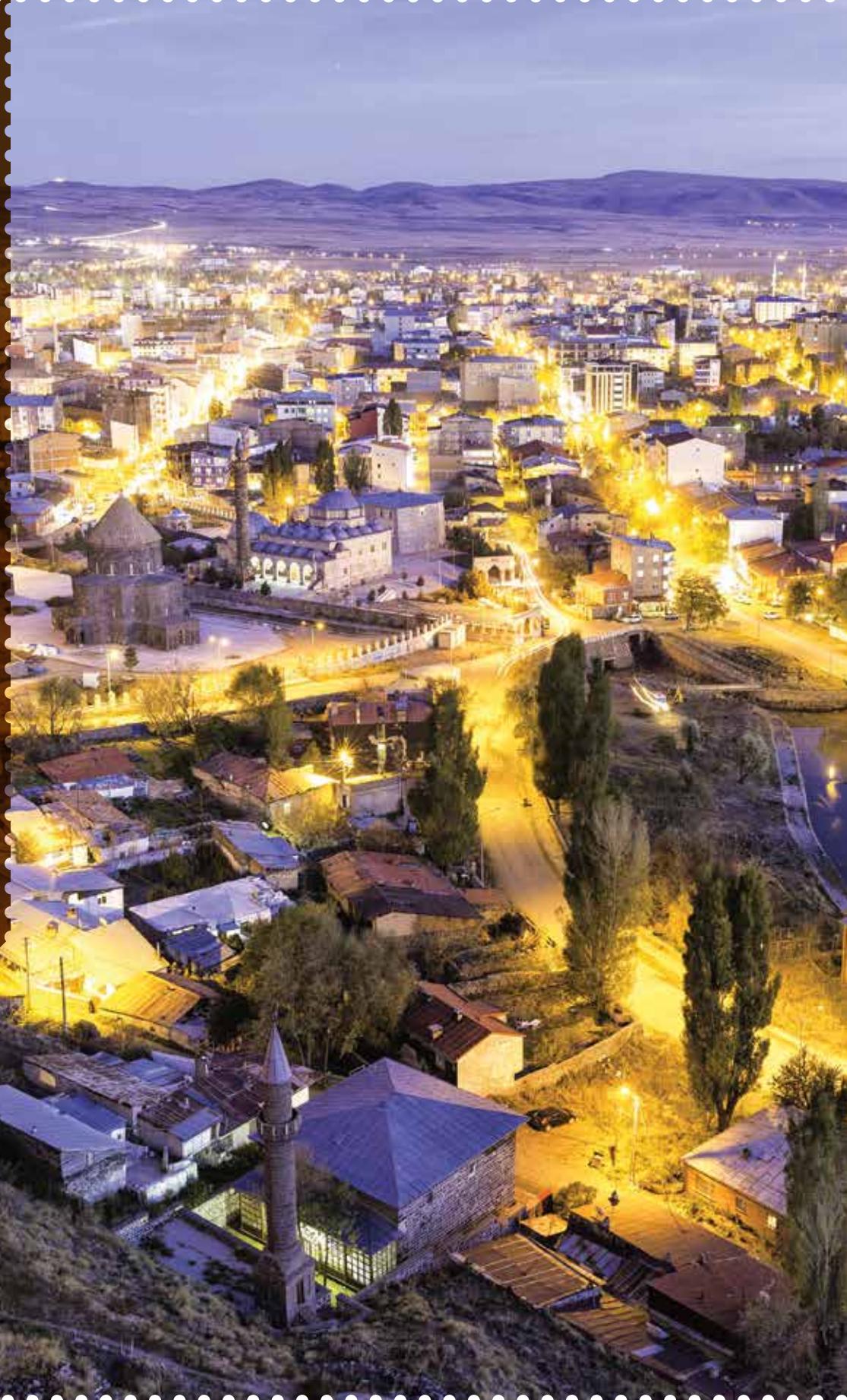
ayrıştırmaya tabi tutulmuş. Toplumun bir kısmı Abdülhamid'e Kızıl Sultan demiş, bir kısmı ismi Abdülhamid Han cennet mekan demiş. Böyle bir karakteri anlatıyor olmak, bıçağın sırtı gibidir. Oyuncular ve cast çok doğru.

Yapım iyi çalışıyor. Kamera arkası oyuncuların birbiriyle olan bağları çok iyi. Dizinin bu kadar kaliteli olmasının bir sebebi de budur. Abi- kardeş ilişkisi altında bu iş yapılıyor" dedi.

Cennet Kültür ve Sanat Merkezi'nde gerçekleştirilen söyleşide kitaplarını da imzalayan Yenişehirlioğlu, bir oyuncu olarak, en çok "Şems" karakterini canlandırmayı istediğini ifade etti.

Serhat İlimiz KARS

■ *Kars adının kaynağı Karsaklar'dan gelmektedir. Karsak Türkleri M.Ö. 130-127 yıllarında Kafkas dağlarının kuzeyinden ve Dağıstan'dan gelerek Kars çevresine yerleşmiş, buraya adlarını vermişlerdir. Bu durum Kars'a Türkiye'deki en eski Türkçe il adı ününü kazandırmıştır.*



1853 - 1856 Osmanlı Rus Savaşında, Kars'ın Rus ordularına karşı kahramanca savunulması sonucunda kazanılan 1855 Kars Zaferi nedeniyle, şehre verilen 'Zafer Madalyası' aynı zamanda Anadolu'da bir şehre verilen ilk Gazilik madalyasıdır. Kars Zafer Madalyası'nın bir yüzünde Kars Kalesi, diğer yüzünde ise Sultan Abdülmecid Tuğrası bulunmaktadır. Madalyalar; 7 dirhem (13,4 gram) ağırlığında, 3,6 cm çapında altın, 29,7 gram gümüş ve 7 dirhem ağırlığında bakırdan 23.000 adet darp edilerek 1856 yılında Kars Zaferini kazanan askerlerimize ve şehit asker ailelerine dağıtılmıştır. 18 Kasım 1877'den 25 Nisan 1918'e kadar 40 yıl Rus işgali altında kaldıktan sonra Türkiye Cumhuriyeti topraklarına katılmıştır. Milli Mücadele döneminde, Karslılar önce Milli Şura sonra Cenub-i Garb-i Kafkas hükümetlerini kurmuşlardır. Tarihi İpek Yolu'nun Anadolu ile kesiştiği coğrafyada yer alan Kars, son yıllarda alternatif seyahat rotası arayanlar için cazibe merkezine dönüştü. Özellikle Doğu Ekspresi yolculuğunun son durağı olarak ünlenen şehir; kültür, tarih, lezzet ve doğal güzellikleri ile öne çıkıyor. İstanbul, Ankara ve İzmir'den gerçekleştirilen direkt uçak seferleri ile kısa sürede ulaşılabilen Kars; tarihi geçmişi, etkileyici mimari yapıları, doğa ve kış turizmi, lezzetli mutfağı, misafirperver halkı ve alternatif rotaları ile keyifli bir seyahat deneyimi yaşıyor. Kars gezilecek yerler için birkaç günden daha fazla zaman ayırmak gerekiyor. İstanbul, Ankara ve İzmir'den direkt uçuş ile Kars'a gidilebiliyor.

KARS'IN TARİHİ MEKANLARI

Taş Köprü

Kars Kalesi'nden şehre bakıldığında ilk göze çarpan yapılardan biri olan Taş Köprü, Kars Çayı üzerindeki geçi sağlıyor. Kale İçi Mahallesi ile Sukapı Mahallesi'ni birleştiren köprü, 1579 yılında Osmanlı Padişahı III. Murat döneminde yaptırılmış. Tamamı kesme bazalt taşlardan inşa edilen köprünün zaman içerisinde yıkılan bölümleri 1725 yılında Karahanoğlu Hacı Ebubekir tarafından yeniden inşa edilmiş. Gürül görül akan Kars Çayı üzerinde şehrin atmosferini hissetmek için Taş Köprü, en iyi duraklardan biri.



Ebu'l Hasan-ı Harakani Türbesi

Kars'ta adıyla en çok karşılaşılan kişi Ebu'l Hasan-ı Harakani. Kars Havalimanı'nın tam adı Kars Harakani olarak geçiyor. Mevlana, Yesevi ve Nakşibendî'nin manevi hocası ve Mevlana'dan 200 yıl önce yaşamış olan Harakani, 1033 yılında Selçukluların Anadolu'ya girişini kolaylaştırmak için yapılan savaşta şehit düşmüş. Evliya Camii ve Hasan-ı Harakani Türbesi içerisinde Harakani'ye ait türbenin etrafında 21 adet mezar bulunuyor. Anadolu'nun dört bir yanından ziyaretçilerin dua etmek için ziyarete geldiği türbe, geniş bir külliye alanından oluşuyor.



Kümbet Camii (Havariler Kilisesi)

Kars Kalesi'nin güneyindeki Havariler Kilisesi, Kars şehir merkezindeki en görkemli Ermeni kiliselerinden biri. Bagratlı Krallığı dönemine uzanan kilise 937 yılında inşa edilmiş. Konik biçimli kubbesi ve bazalt kesme taş kaplamasıyla bölge mimarisini yansıtan yapı etkileyici güzelliğe sahip.

Kars Kalesi'ne çıkış güzergahında, Evliya Camii ve Hasan-ı Harakani Türbesi'nin yanı başında bulunan Havariler Kilisesi, yakın döneme kadar camii olarak kullanılmış. Restorasyon ve çevre düzenlemelerinin devam ettiği kilise, Kars'ta mutlaka görülmesi gereken yerler arasında.

Yanık Kilise (Kazım Karabekir Camii)



Ruslar tarafından 19. yüzyılın sonlarında inşa edilen Yanık Kilise, Sarıkamış'ın en etkileyici yapılarından biri. Baltık mimarisindeki kilise, günümüzde Kazım Karabekir Camii olarak ibadete açık. Yapımında kiliseye dahil olan çan kuleleri günümüze kadar ulaşmayan yapıya sonradan minare eklenmiş. Rus işgalinin sona ermesiyle birlikte uzun yıllar işlevsiz kalan kilise, bir dönem sinema olarak da kullanılmış. 1970'lerde yaşanan yangının ardından camiye çevrilen Yanık Kilise, Sarıkamış Hükümet Konağı'nın yakınında, İnönü Mahallesi'nde yer alıyor.

Namık Kemal Evi



Ünlü Şair Namık Kemal'in 1853-1854 yıllarında çocukluğunu geçirdiği ev, günümüzde Namık Kemal Evi olarak anılıyor. Restore edilerek Aşıklar Evi'ne dönüştürülen ev, Kars kültürünü yakından tanımak için büyük bir fırsat. Kars yöresinin önemli gelenekleri arasındaki aşıklık kültürü, düzenlenen 'Aşıklar Gecesi' etkinliği ile yaşatılıyor. Etkinlikte türkü söyleyen, doğaçlama atışma yapan aşıklar, gülümsemek ve enerji depolamak için bire bir.

Katerina Köşkü



Osmanlı-Rus Savaşı'nın (1877-1878) ardından Kars ve çevresinde 40 yıl devam eden Rus işgali döneminde, Ruslar tarafından askeri bölge ilan edilen Sarıkamış, o yıllara ait birçok izi taşıyor. Sarıkamış'ta halk arasında Katerina'nın Köşkü olarak isimlendirilen Av Köşkü de bu yapılardan biri. Özgün mimarisi ile ziyaretçilerini kendine hayran bırakan Katerina Köşkü, bulunduğu konum nedeniyle Sarıkamış'ı gören harika bir manzaraya sahip. Yapılış tarihi net olarak bilinmese de 1914 yılında Rus Çarı II. Nikola ve eşinin konakladığı köşkün, 1900-1902 yıllarında inşa edildiği düşünülüyor.

Çıldır Gölü



Kars ile Ardahan arasında yer alan Çıldır Gölü'nün tamamı kış aylarında donuyor. Bölgeye kış sezonunda gelenlerin mutlaka ziyaret ettiği Çıldır Gölü'nün her köşesi, bu etkileyici doğa olayına tanıklık etmek için uygun. Çıldır Gölü, kızaklı at turu ve buz tutan gölde balık avı gibi heyecan verici aktivitelere ev sahipliği yapıyor. Kars'ın Arpaçay ilçesi ile Ardahan'ın Çıldır ilçesi boyunca uzanan gölde avlanan, yerel halkın sarı balık ya da şafak balığı dediği balığın tadına bakmadan dönmeyin.

Kars Kalesi

Kars'ta şehir dokusunu hissetmek için en iyi noktalardan biri Kars Kalesi. Kars şehir merkezine kuş bakışı bakmak ve şehrin havasını solumak için tercih edilen kale, 1153 yılında inşa edilmiş. Su Kapısı ya da Çeribaşı Kapısı, Kağızman Kapısı ve Behram Kapısı olmak üzere 3 kapısı olan kalenin içerisinde 12. yüzyıldan kalma Celal Baba Türbesi de bulunuyor. Askeri koğuşlar, tarlalar, cephanelik ve mescitle geniş bir alanda kurulu olan kalede bulunan kafede oturup şehri seyretmenin keyfini çıkarın.



Sarıkamış Kayak Merkezi

Kar kalitesi ve kayak pistleri açısından dünyanın en uygun tesisleri arasında gösterilen Sarıkamış Kayak Merkezi, Kars'ın gözbebeği. Yurtiçi ve yurtdışından çok sayıda kayakseverin kış sezonu boyunca tercih ettiği kayak merkezi, 12 km uzunluğunda, 5 etaplı piste sahip. Etrafı çamlarla kaplı kayak merkezi, kristal karı ile tanınıyor. Günde 5 bin kayakçıyı ağırlayacak kapasitedeki Sarıkamış Kayak Merkezi, çevresinde bulunan konaklama tesisleri ile tatile uygun yapıda.

Ani Antik Kenti

Ermenistan-Türkiye sınırında, Arpaçay Nehri'nin kıyısında bulunan Ani Antik Kenti (Ani Harabeleri) Kars'ın en çok tanınan gezilecek yerlerinden. 4 bin 500 metreyi aşan uzunluğu ve 8 metreye ulaşan yüksekliğe sahip surlarla çevrili antik kent, tadına doyum olmayan ve her saniyesinde insanı zaman yolculuğuna sürükleyen özellikte. Kars'a 42 km mesafedeki antik kent, tarih boyunca Anadolu'nun geçiş güzergahında güvenli bir geçiş kapısı görünümündeymiş. Geçmişten günümüze 'Ani bir dünya ama dünya bir Ani değil' sözüyle anılan şehir, 6. yüzyıldan bu yana yerleşimin görüldüğü, farklı inanç grupları ve etnik yapıardan insanların yaşadığı, çok kültürlü bir yapıya sahip.

Bakireler Manastırı

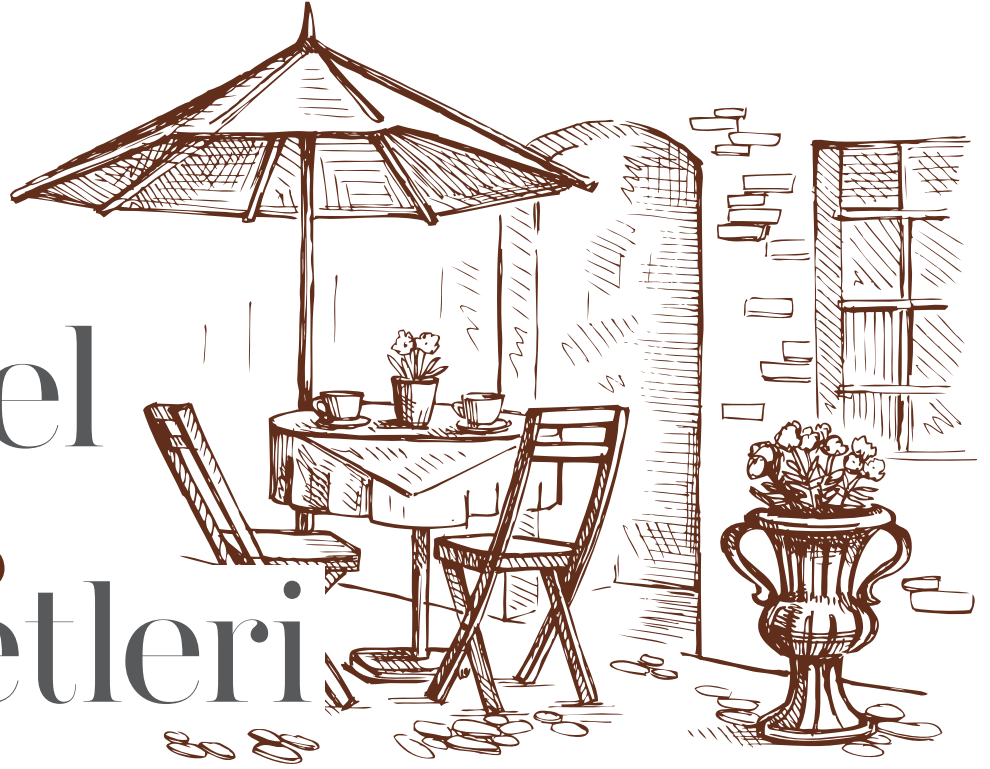
Türkiye - Ermenistan sınırının en uç noktasında, Arpaçay Nehri'nin aktığı derin vadi üzerindeki sarp kayalıklar üzerine kurulan bu manastır, 1215 yılında yapılır. Azize Hripsime'nin bakire şehitlerine adanır. Aziz Krikor Kilisesi'nin bir yazıtı, yakın civarda Tigran Honents tarafından onarılmış Bekhents adlı manastırın varlığından söz eder. Bekhents'in, Bakireler Manastırı olduğu iddia edilir. Bir avlunun içinde, birkaç binanın kalıntıları arasında karşımıza tahminen 13. yüzyılda inşa edilmiş olan küçük, narin ve çok çekici bir manastır olan bu yapı çıkar. Küçük hacmine rağmen kilisenin tasarımı karmaşıktır. Manastıra güneyden birleşen küçük bir de şapel vardır. İçindeki sadelik ve fresk bulunmayan duvarlarıyla manastırın tasarımında Türk kümbet türü mezarlardan etkilendiği düşünülebilir. Bir kayalığın doruğuna oturmuş, kırmızı tuf taşından yapısıyla, manastır kalıntıları son derece güzel ve romantik görünür.

Arpaçay Nehri

Aras Irmağı'nın ikinci büyük koludur. Uzunluğu 174 km. Büyük bölümü, Kars ilinin doğusunda Gümrü'nün güneyinden Aras Irmağı ile birleştiği yere kadar Türkiye ile Ermenistan arasında sınır oluşturacak biçimde akar. Arpaçay'ının Başgedikler'in güneydoğusunda birleşen iki kolu vardır. Birinci kol deniz düzeyinden 1.959 metre yükseklikteki Çıldır Gölü'nden çıkan Çıldır Suyu'dur. İkinci kol Ermenistan topraklarındaki Arpagel Gölü'nden çıkar. Akbaba Dağı'nın doğusunda kalan Arpagel Gölü, dağın yamaçlarından kaynaklanan küçük sularla beslenir. Gölden çıkıp Arpaçay'ını oluşturan kol bataklıklar arasından doğuya daha sonra güneye doğru akarak Gümrü'nün batısından ve bir bölümü Kars ilinde Şuregel Yaylası'ndan geçer. Burada Karahan ve Kars çaylarını sağdan alır. Ermenistan sınırı boyunca güneye doğru akarak Başgedik Deresi ve Digor Çayı ile beslenir. Halıkışlak'ı geçtikten sonra, Tuzluca Kasabası'nın 8 km kadar kuzeyinde Aras Irmağı ile birleşir.



Yöresel Kars Lezzetleri



■ **Yöre mutfağını; un, baklagiller ve hayvansal ürünlere dayalı yiyecek ve yemekler oluşturmaktadır. Bu yemekler genel olarak; helva, hörbe, Kars böreği, hangel, kete, patatesli veya mercimekli erişte pilavı, haşıl, ekşili et, feselli, tencerede şiş kebab, yaprak mantı, tandırda kaz çekmesi, kesme çorba, hasuda, kuymak, katmer, erişte aş, nezik olarak isimlendirilmektedir.**

Hangel

MALZEMELER:

- 1 Kg. Un • Üç Bardak Su • Bir Tutam Tuz
- İki Adet Yumurta • Bir Baş Soğan
- 200 Gr. Tereyağı, • Bir Yemek Kaşığı Salça
- Bir Kilo Yoğurt • İki Diş Sarımsak.

HAZIRLANIŞI:

Ununuzu kaseye aldıktan sonra bir yumurtayı kırarak unun içerisine koyun. Yeterli miktarda tuz da koyduktan sonra yavaş yavaş su ekleyip yoğurarak ele yapışmayan sert bir hamur elde edin. Hamurunuzu azıcık un serptiğimiz tezgahta oklava ile mantı hamuru inceliğinde açıp kare kare kesin. Soğanı küp şeklinde doğrayıp yağla ocakta pembeleşene kadar kavurun ve en son sarımsaklı yoğurdu da hazır edin. Kare şeklinde kestiğiniz hamurları bol kaynar tuzlu suda haşlayın. Haşlanan hangelleri tepsiye alıp önce yoğurdunu, sonra soğanını üzerine yayıp servis edin.



Nezik

MALZEMELER: • Kaymak • Yeteri kadar un.

HAZIRLANIŞI: Hamur su yerine kaymakla yoğrulur. Lezizliğini de zaten burada kazanır. Biraz bekletilen hamur fazla büyük olmamak kaydıyla ve biraz da kalınca yufka biçiminde açılır. Açılan yufkalar doğrudan ters çevrilmiş sacın üzerinde ters düz edilerek pişirilir.



Kars Böre i

MALZEMELER:

- 250 gr. un • 150 gr. tereyağı • ½ litre süt
- 250 gr. gravyer peyniri • 5 yumurta ve bir tutam tuz.

HAZIRLANIŞI:

250 gr. un bir kaba konulur. 5 yumurta kırılıp yumurta teli ile iyice karıştırıldıktan sonra ½ litre süt ve 75 gr. tereyağı ve tuz ilave edilir. Biraz daha karıştırılır. Kalan tereyağı bir kapta eritilir, fırça ile tepsiye sürülür. Tepsi ateşte hafifçe kızarıncaya bulamaçtan ½ kepçe dökülür, ateşte yalnız alt kızardıktan sonra 250 gr. rendelenmiş gravyer peynir biraz süt ile yumuşatılıp maydanoz atılır. Pişirilen hamurların yarısının kızaran yerlerine sürülür. Diğer hamurların kızaran baş yönleri peynirin üzerine kapatılır. Sıcakken servis yapılır.



Umaç Helvası

MALZEMELER:

- 250 gr un • 250 gr şeker • 250 gr yağ

HAZIRLANIŞI:

Önce bir kap içerisine unu koyup üzerine hafifçe su serpererek el içinde umaç haline getirilir. (Tarhana görünümünde). Sonra ocak üzerine konmuş olan kızgın yağın içerisine dökülür. Rengi pembeleşinceye kadar karıştırılır. Sonra ateşten alınarak önceden hazırlanmış, az suyla ısıtılarak karıştırılmış şeker üzerine dökülerek yine karıştırılır. Normal kıvamına gelince servise sunulur. Çabuk hazırlanan, vitamin verici güzel bir tatlıdır.



Erişte Pilavı

MALZEMELER:

- Yeşil mercimek • Erişte • Tereyağı • Tuz • Su • Patates.

HAZIRLANIŞI:

250 gr. Mercimek ayrı bir tencerede haşlanarak süzülüp, acısı giderilir. Ayrı bir tencerede kaynatılan suyun içine bir kilogram erişte dökülür. Az bir süre kaynatılarak suyu süzülür. 3 yemek kaşığı tereyağı eritilerek halka halka doğranan patatesler yağda kızartılarak üzerine erişte ve mercimek ilave edilerek kısık ateşte demlenmeye bırakılır.



Feselli

MALZEMELER:

- 500 gr un • 10 gr kuru maya
- Ilık su • 150 gr tereyağı • 100 gr margarin • Tuz

HAZIRLANIŞI:

Hamur mayalanır ve biraz bekleddikten sonra yufka açılır. İçine yağ sürülür kare şeklinde içe doğru kapatılır. Yakılmış ocağın üzerine sac ters çevrilerek kapatılır. Feselliler sacın üzerine doğrudan temasla, daha sonra ters düz edilerek pişirilir. Oldukça lezzetlidir.



Ek ili Et

MALZEMELER:

- 750 gr. Kuzu eti • 1 çorba kaşığı Margarin veya tereyağı,
- 2-3 adet Orta boy soğan • 2-3 adet orta boy Domates, Yarım limon

HAZIRLANIŞI: Domatesler yıkanır. Etler küçük küçük doğranır. Eğer et yağlıysa hiç yağ koymadan, eğer yağsızsa içine yağ eklenerek kendi suyuyla kavrulur. Etler renk değiştirene ve suyunu çekene kadar kavurmaya devam edilir. Bu arada soğanlar ve domatesler halka halka doğranır. Etler kavrulunca içine soğanları eklenir. Bir süre karıştırılır. 5-10 dakika sonra doğranmış domatesler ilave edilir. Tercihe göre kıyılmış maydanoz katılır. Tuz ve karabiber koyulur. Tencereye hiç kaşık sokulmaz, sallayarak karıştırılır. Yarım saat kısık ateşte pişirildikten sonra yarım limon sıkılır. Ve hazır hale gelir.



Tencerede i Kebap

MALZEMELER:

- 2-3 Adet Domates • 2-3 Adet Yeşil Biber • Soğan,
- Yeteri Kadar Kuşbaşı Doğranmış Et • 150 Gr. Tereyağı.

HAZIRLANIŞI:

Domatesler orta büyüklükte parçalara ayrılır. Biberler üç parçaya bölünür. Soğanların parçalanmamasına dikkat edilerek domatesler gibi doğranır. Daha sonra hazırladığımız malzemeyi ve kuşbaşı etleri aynen şiş kebab yapar gibi çöplere bir et bir sebze gelecek şekilde dizilir. Hazırladığımız şişleri bir büyük kaşık tereyağı koyduğumuz genişçe bir tencerede iyice esmerleşinceye kadar çevrilir. Bütün şişler hazır olduğunda başka bir tencereye bir ya da büyüklerine göre iki domates rendelenir. Bir biber ufak ufak doğranır. Biraz da yağ eklenerek sos hazırlanır. Sonra hazırlanan şişlerde tencereye koyularak yarım saat kısık ateşte pişirilir.



Kuzu Etli Pilav

MALZEMELER:

- Kuzu Göğüs Eti • Pirinç • 2 Su Bardağı Et Suyu,
- 100 Gr Tereyağı • 1 Adet Ayva • Soğan • Salça

HAZIRLANIŞI:

Göğüs eti 3 su bardağı tuzlu suda haşlanarak didiklenir. Etin suyu ayrılır. Etler bir tavaya alınıp kendi yağıyla 5-10 dakika kavrulur. Pirinç bol suyla yıkanıp süzülür. İki buçuk su bardağı et suyu yayvan bir tencereye alınır. Pirinç ve ilave edilerek karıştırılır. Kapağı kapalı olarak suyunu çekinceye kadar 15 dakika pişirilir. 100 gr. Tereyağı küçük parçalar halinde pilava ilave edilir. Tahta kaşıkla harmanlanıp kapağı kapalı olarak 5 dakika dinlendirilir. Ayva soyulup küp şeklinde doğranır. Bir toprak güveçte pilav, et ve ayva harmanlanır. Önceden ısıtılmış 180 derece ayarlı fırında 20 dakika pişirilir. Soğan soyulup, küp şeklinde doğranır. Kalan tereyağı küçük bir tavada kızdırılıp, soğan kavrulur. Salçayı ekleyip ezerek içine karıştırılır. Pilav servis tabaklarına paylaştırılarak üzerine bir iki kaşık salçalı sos eklenir. Sıcak olarak servis yapılır.



Milli Eğitim Bakanımız İsmet Yılmaz KÜÇÜKÇEKMECE'DE

■ **Açık Öğretim Okulları 25. yıl diploma töreni Milli Eğitim Bakanımız İsmet Yılmaz'ın katılımıyla Yahya Kemal Beyatlı Gösteri Merkezi'nde gerçekleştirildi.**



1992 yılında faaliyete başlayan Açık Öğretim Lisesi, kuruluşunun 25. yılı münasebetiyle görkemli bir diploma töreni gerçekleştirdi. Programa Bakan Yılmaz'ın yanı sıra İstanbul Valisi Vasip Şahin, İstanbul Millî Eğitim Müdürü Ömer Faruk Yelkenci, Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürü Ali Rıza Altunel, Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, ilçe protokolü, okul müdürleri, öğretmenler ve öğrenciler katıldı. Programda açık öğretim liselelerinden başarıyla mezun olan öğrenciler hikayelerini katılımcılarla paylaştı. Halk oyunları gösterilerinin de yer aldığı törende, mezun olan öğrenciler diplomalarını Bakan İsmet Yılmaz'ın elinden aldı.

"EĞİTİMDE MESAFELER KATETTİK"

Bakan İsmet Yılmaz eğitim alanında yapılan çalışmalara dikkat çekerek, "Son yıllarda eğitimde önemli mesafeler kat ettik. Eğer açık öğretim okullardan 1 yılda, 527 öğrenciyi hukuk, 1962 öğrenciyi mühendislik, 160 öğrenciyi tıp fakültesine gönderebiliyorsak fırsat eşitliğinde de eğitimde kalitede de belli bir sayıyı yakaladık demektir. Millî gelirden yüzde

6'dan fazla bir kaynağı eğitime ayıran Avrupa'da birinci ülkeyiz. Türkiye'nin yarını bugününden daha iyidir bundan hiç şüpheleniz olmasın. Derslik başına düşen öğrenci sayısı tüm Türkiye'de 36'ydı 24'e düşürdük. Önümüzdeki Şubat ayında 20 bin öğretmeni daha alacağız. İlk defa bu yıl 30 öğrenciyi ortaokula, 30 öğrenciyi de liseye alarak 60 öğrenciyle birlikte özel yetenekli çocuklarımız için bir okul açtık. Önümüzdeki yıldan itibaren bunu Ankara ve İzmir'e yaygınlaştıracacağız. Türkiye'nin ihtiyacı olan bölgelerde bu okulları kuracağız" diye konuştu.

"ÖZGÜVENİ YÜKSEK KAHRAMANLARSINIZ"

İstanbul Valisi Vasip Şahin, "Türkiye'nin dört bir yanında açık öğretim lisesi mezunu unvanını kazanan tüm öğrencileri tebrik ederek, "Özgüveni ve cesareti yüksek kahramanlarla karşı karşıyayız. Hayatının bir döneminde örgün eğitime devam edememiş ya da o imkânı bulamamış insanların bugün azimle, kararlılıkla, gayretle çalışarak o eksikliği tamamladıkları için kendilerine teşekkür ederim" dedi.

İstanbul Millî Eğitim Müdürü Ömer Faruk Yelkenci, mezun olan öğrencileri tebrik ederek, İstanbul'da 3 milyon öğrencinin 309 bininin açık öğretim okullarında eğitim gördüğünü ifade etti.

"BU PROGRAM BENİM İÇİN DE ANLAMLI"

Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz ise "Böylesine kıymetli bir programı Küçükçekmece'de yaptığınız için teşekkür ederim. Bizim kitabımız 'oku' diye başlıyor. 'Kalem' diye bir sure yine bizim kitabımızda var. Kendi değerlerimizle bulduğumuzda okumanın kıymetini bir kere daha anlayacağız. Biz 7 kardeşiz ve ablalarımın birisi de bu okullardan mezun oldu. 28 yaşından sonra, ilk olarak ortaokul, sonra liseyi bitirdi. İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi'ni kazandı ve yaklaşık 15 yıldır İstanbullulara başarılı bir avukat olarak hizmet veriyor. Bu yüzden bu program benim için de ayrı bir anlam taşıyor. Mezun olan tüm öğrencileri tebrik ederim" diye konuştu. MEB Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürü Ali Rıza Altunel, tüm mezunları tebrik ederek, bundan sonraki hayatlarında başarılar diledi.

Bağışıklık Sistemi

SIZI AYAKTA TUTAR

■ **Bir bedeni ayakta tutan bağışıklık sistemi artan ve çeşitlenen hastalıklarla birlikte kendini güvende hissetmiyor. Günümüzde bağışıklık sisteminin işleyişi ve organlarının çok detaylı bir şekilde çözülmesi sayesinde birçok hastalığın da önüne geçilmiş veya tedavi sürecinin kısaltılması sağlanmıştır.**

Bağışıklık sistemi canlıyı dışarıdan gelen her türlü yabancı madde ve biyolojik etkene karşı koruyan, özelleşmiş hücre ve dokulardan oluşan mükemmel bir sistemdir. Bu kadar önemli görevleri olan bir sistemin elbette çok dirençli olması gerekmektedir. Bir bebek doğumla birlikte anne karından ayrılır ayrılmaz dış ortamda sayısız mikroorganizma ve yabancı maddelerle karşı karşıya kalır. Bağışıklık sistemi doğumla birlikte kusursuz bir şekilde çalışmaya başlamaktadır.

Günümüzde bağışıklık sisteminin işleyişi ve organlarının çok detaylı bir şekilde çözülmesi sayesinde birçok hastalığın da önüne geçilmiş veya tedavi sürecinin kısaltılması sağlan-

mıştır. Bağışıklık bilimine "immünoloji" adı verilmektedir. Bağışıklık sistemi doğumla birlikte aktif hale gelir ve canlının ölümüne kadar işleyişine devam eder. Yani doğadaki her canlı kendilerinde olmayan yabancı doku, molekül ve hücrelere karşı bir savunma mekanizmasına sahiptir. Eğer bağışıklık sistemi herhangi bir sebepten dolayı zayıflarsa vücudun koruma yeteneği de zayıflar. Bu zayıflığı fırsat bilen virüsler bir anda vücuda girmeye başlar ve grip, nezle gibi en basit hastalıklara karşı bile direnç gösterilemez.

KENDİNİZE DİKKAT EDİN

Hasta olmamak, mevsim geçişlerini sağlıklı atlama için bağışıklık sisteminin güçlü olması şart. Bunun için



basit birkaç hamle hayatınızı daha kaliteli hale getirecek.

Hazır gıdalar çok pratik farkındayız; ancak bunları hayatınızdan çıkarmanızdır. Biraz zaman ayırıp kendi konservelerinizi evde yaparsanız şahane olur.

Su tüketmek çok önemli. Su içmeyi unutuyorsanız evde kendinize sürekli yanınızda bulunduracağınız bir cam şişe ayırın. Böylece su içmeyi unutmayacaksınız.

Uyku sistemi önemli. Gece uykusunu alın ve düzenli uyuyun.

Mevsiminde sebze ve meyveleri takip edip tüketin.

Düzenli spor yapın. Vücuda giren fazla oksijen bağışıklık sisteminizi güçlendirecek

Müzik dinlemek beyin fonksiyonları üzerinde olumlu etki bırakıyor. O nedenle müzik dinlemekten kendinizi alıkoymayın.

BAĞIŞIKLIK SİSTEMİNİ GÜÇLENDİRMEK İÇİN

Bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi hastalıklara karşı direnç kazanmak ve birçok hastalıktan etkilenme miktarını azaltmak için çok önemlidir. Çünkü vücutta oluşan her türlü hastalık bağışıklık sisteminin zayıf olduğu zamanları fırsat bilerek ortaya çıkmaktadır. Bağışıklık sisteminin genetik faktörler, çevresel faktörler ve beslenme alışkanlıkları gibi unsurlar etkilemektedir. Daha güçlü ve dirençli bir bağışıklık sistemine sahip olmak için yapmanız gerekenler şunlardır:

Sebze ve meyveleri bol bol tüketmeye özen gösterin. Örneğin; domateste bulunan likopen, turuncgiller içeriğindeki karoten, keten tohumundaki lignan, brokoli ve karnabahardaki glukozinolatlar ve daha birçok meyvede bulunan antioksidan gibi maddeler vücudu kanser gibi ciddi hastalıklardan bile korumaktadır.

A vitamini eksikliği olan kişiler viral enfeksiyonlara daha çabuk yakalanırlar; süt, yumurta ve balık yağı tüketerek bu eksikliği giderebilirsiniz. Yeşil yapraklı sebzeler ve havuçta bulunan betakaroten serbest radikallerin tutulmasını sağlar.

Turuncgiller, maydanoz, kavun, kiraz, yeşil sebzelerde bolca bulunan C vitamini bağışıklık sisteminizi güçlendirmede önemli bir yere sahiptir. B12 vitamini, folik asit, çinko, demir, E ve B6 vitaminleri de bağışıklık sisteminizi güçlendirici vitaminlerdendir.

Tek tip beslenmekten kaçının, sevdiğiniz de sevmediğiniz de vücudunuza ve sağlığınıza yararlı her türlü besini tüketmeye çalışmalısınız.

Yetersiz ve verimsiz uyku birçok hastalığa davetiye çıkarmaktadır. Sağlıklı bir bağışıklık sistemi için günde en az 6 saat uyuyun.

Mikropların vücudunuza daha çabuk girmesini engellemek için sık ellerinizi yıkayın ve temizliğe özen gösterin.





Kestane Bahane **BİRLİKTE LİK ŞAHANE**

■ **Küçükçekmece'de bu yıl ilk kez düzenlediğimiz Kestane Festivali, 15 bin kişinin katılımıyla birlik ve beraberliğin en güzel örneğini gösterdi.**

Küçükçekmece Belediyesi'nin Sinop Dernekleri Federasyonu işbirliğiyle Fevzi Çakmak Meydanı'nda gerçekleştirdiği Kestane Festivali'nde, vatandaşlar Sinop Kestanesi yemek için uzun kuyruklar oluşturdu. Festivale, aslen Sinoplu AK Parti İstanbul Milletvekili Şirin Ünal, AK Parti İstanbul Milletvekilleri Nureddin Nebati, Halis Dalkılıç, Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçek-

mece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Sinop Dernekleri Federasyonu Başkanı Engin Kırmızıgül, ilçe protokolü ve binlerce vatandaş katıldı. 15 bin kişinin katıldığı festivalde 2 ton kestane ikram edildi.

SİNOP YÖRESİ TANITILDI

Festivalde, Başkan Karadeniz ve beraberindeki protokol üyeleri, kestane tezgâhının başına geçerek, önce kes-

tane pişirdi, ardından vatandaşlara ikram etti. Sinop yöresinin tanıtıldığı etkinlikte, kestaneden yapılan 15 çeşit yemek de katılımcılara tanıtıldı. Alandaki, aslına uygun dekore edilen köy evi odası, köy evi maketleri, köy değirmeni, vatandaşlardan büyük beğeni topladı. Festival kapsamında sahne alan yöresel sanatçılar ve Rumelili Ekrem, söyledikleri şarkılarıyla katılımcılara eğlenceli bir gün yaşattı.



“BAŞKAN KARADENİZ'E TEŞEKKÜRLER”

AK Parti İstanbul Milletvekili Şirin Ünal, Sinop'un tanıtımına katkı sağladıkları ve festivalle birlik beraberlik atmosferi oluşmasına imkân verdikleri için Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz ve SİNDEF Başkanı Engin Kırmızıgül'e teşekkür etti.

“FESTİVALLERİMİZ DEVAM EDECEK”

Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Küçükçekmece'de festivallerin amacının ilçedeki birlik ve beraberliğe katkı sağlamak olduğunu söyleyerek, “Kardeşliği pekiştirmek, kaynaşmanın güzelliğini görmek ve göstermek bizim için çok önemli. Kestanelerimiz Sinop'tan geliyor. Farklı hemşerilerimizle ve yöresel lezzetlerimizle bu festivalleri devam ettireceğiz” dedi.

“İSTANBUL'UN EN BÜYÜK PAZAR YERİ”

Fevzi Çakmak Kapalı Pazar Yeri alanıyla da ilgili bilgi veren Karadeniz, “Bu meydan ilçemize yeni kazandırıldı. Bu meydana çocuklarınızla birlikte gezecek, spor yapacak, alışverişlerinizi burada kurulan pazarlarda yapacaksınız. Bu meydanın altında 4 katlı bir alan var. İstanbul'da kamu eliyle yapılmış en büyük otopark ve pazar yeridir burası.



Küçükçekmece'de projeler hayat bulmaya devam edecek” diye konuştu.





Hem Beslen **HEM** **ŞİFA BUL**

■ *İnsanın yaşaması için tüketmesi gereken besinlerin her biri aslında şifa kaynağı. Besinlerin tıbbi ilaç olarak kullanılması bugün için mümkün değil. Ancak onları yerinde ve bilinçli tüketerek sağlığınıza büyük katkı sağlamanız mümkün.*

Nohut'un antioksidan özelliği

Uzmanlar zaman zaman çeşitli hastalıklara karşı hangi besinlere öncelik vermemiz konusunda açıklamalarda bulunuyorlar.

Kanser başta olmak üzere birçok hastalığa karşı kalkan görevi gören aynı zamanda da vücuttaki zehri atan besinlerden birisi Nohut. Beslenme uzmanları Türk insanının damak tadına uygun olan ve soframızda önemli bir yer tutan bu besinle ilgili teşvik edici tavsiyelerde bulunuyorlar.

Nohut tanelerinin dış kısımlarındaki kabukların, kalp ve damar sağlığını koruduğu, özellikle kan şekerini düşüren posa içerdiği, özellikle şeker hastalarının bu besini sofralarından eksik etmemesi gerektiği söyleniyor.

Nohut'un, içerdiği antioksidan özellikler sayesinde sigaradan ve çevre kirliliğinden kaynaklanan zehire karşı koruyucu bir özelliğinin olduğu biliniyor. Nohut, vücutta kanserin neden olduğu bileşenlerin zehir etkisini ortadan kaldırması ve bağışıklık sistemini güçlendirmesiyle de ün yapmış bir besin.

Bu önemli gıda ürünü, bulantı, baş dönmesi ve baş ağrısı problemlerine karşı koruyucu etkiye sahip. İçeriğinde yer alan amino asitler sayesinde uyku düzenini sağlamaya yardımcı oluyor. Vücutun bağışıklık sistemini güçlendirip, hastalıklara yakalanma riskini azaltıyor.

Onun sağladığı faydalar arasında stresle başa çıkmaya verdiği katkı da var. İçeriğinde yer alan yüklü miktarda fosfor, kemik ve diş yapısını güçlendirmesinin yanı sıra mutluluk hormonlarına da etki ediyor. Dolayısıyla depresyonun gelişmesini de engelliyor.

Nohut'un arkadaşı:**Kuru Fasulye**

İki tane fasulye tanesini yan yana koyup bir bakın. Böbreğe olan

benzerliğini hemen fark edeceksiniz. Bol miktarda lif içeren fasulye, böbrekleri güçlendirir ve böbrekte oluşan kumun düşürülmesine yardımcı olur. Antioksidan özellikteki kuru fasulyeyi böbrek sağlığınıza için mutlaka tüketin.

Kuru fasulye protein bakımından çok zengindir. Vücuda protein ve bol miktarda kalori verir. Kuru fasulye proteini B gurubu vitaminlerin, patasyum, magnezyum, demir, çinko ve lif açısından çok zengindir. Kuru fasulye tam bir protein deposudur. Kuru fasulye protein yönünden çok zengin olduğu için çocukların ve yetişkinlerin faydalanması gerekir. Hayvansal olmayan proteini içerdiği için ve lif yapısı ile kırmızı etten bir eksikliği yoktur.

Beslenmenizde çok faydalı olan kuru fasulyenin 100 gramı yenildiğinde 281 kalori elde edersiniz. İçerisinde protein de lif de önemli bir seviyededir. 100 gram fasulyede 21 gram bulunur. Yağ oranı oldukça düşüktür. Lif yapısı yanı sıra karbonhidrat değeri de 30 gramdır. Kuru fasulye protein bakımından vitamin ve mineral deposu olduğu için bundan faydalanmanız önemlidir.

Kuru fasulye kışın soframızın vazgeçilmez bir lezzetidir. Kışın daha çok hasta olduğumuz için haftada 2-3 kere kuru fasulye yiyerek protein ihtiyacınızı karşılayabilirsiniz. Kuru fasulyenin yapısında azotlu bileşikler, vitamin, mineral bulunur. Kuru fasulye kalp krizini azaltır. Lifli olduğundan bağırsakların çalışmasında çok etkilidir.

Kan şekerini düzenler. Kandaki kötü kolesterolün düşmesini sağlar. Kuru fasulye protein yönünden olduğu kadar organik tuzlar bakımından da çok zengindir. Kemik yapısının güçlenmesine yardımcı olur. Pişirmeden önce 8 saat suda bekletirseniz bağırsaklarda oluşturacağı gazın önlemini almış olursunuz.



Sivas Günleri YENİKAPI'DA

■ **Sivas'ın yöresel lezzetlerinin ve tarihi değerlerinin tanıtıldığı bu yıl 8'incisi gerçekleştirilen Sivas Günleri, Milli Eğitim Bakanımız İsmet Yılmaz'ın katılımıyla Yenikapı'da yapıldı.**

Açılışa Bakan Yılmaz'ın yanı sıra İstanbul Valisi Vasip Şahin, Sivas Belediye Başkanı Sami Aydın, Sivas Platformu ve İstanbul Sivas Konfederasyonu Başkanı İsmail Erdem, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Cumhuriyet Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Alim Yıldız, Milletvekilleri, Sivasspor Başkanı Mecnun Otyakmaz, Belediye Başkanları,

Sivaslı iş adamları ve sanayiciler ile çok sayıda vatandaş katıldı.

SIVAS ANADOLU'NUN ÖZÜDÜR

Açılış töreninde konuşan Bakan Yılmaz, "Sivas bizim kimliğimiz. Bizi biz yapan değerlerin özü, sırtımızı yasladığımız dağ gibidir. Sivas, Anadolu'nun özüdür. Kuvay-i Milliye'dir, Cumhuriyettir, Aşık Veysel'dir,

Pir Sultan'dır. Anadolu'da var olan kardeşlik birlik ruhunun ete kemiğe büründüğü yerdir. Sivas geleceğine umutlar bağlanan bir kültürdür, medeniyettir, şandır, şereftir. Sivasımızın değerlerini, gelenek ve göreneklerini, aşıklarını, ozanlarını daha geniş kitlelere tanıtacağız. Biz birbirimizi tanırsak, bilirsek düşmanlık bu topraklarda yeşermez.



Gurbette yaşayan hemşerilerimiz bu etkinlik sayesinde bir nebze de olsa sıla özlemini giderecektir. Sivas türkülerıyla halaylarıyla vardır ama halay ve türkülerde Sivas ile vardır. Bizi biz yapan diğerlerinden ayırt eden ancak diğerlerinden üstün kılmayan, hayatı güzelleştiren ve anlamlandıran şey kültürdür. Gerçekten bugün Sivas günleriyle Sivas'ın geleceğine

daha umutla bakıyoruz” dedi.

“KÜÇÜKÇEKMECE BELEDİYESİ STANDINA BÜYÜK İLĞİ”

“Bozkırdaki Cennet” sloganıyla İstanbul'da 8'inci düzenlenen Sivas Günleri'nde standıyla yer alan Küçükçekmece Belediyesi, vatandaşlara çay, içli köfte, Gürün Elması ve kuruyemiş ikramında bulundu.

Küçükçekmece Belediyesi standı ise tanıtım günlerini gezen Sivaslılardan tam not aldı. Gün boyu boş kalmayan Küçükçekmece Belediyesi standı Sivaslı ziyaretçilerini ağırladı. Sivas Günleri'nin açılışını yapan Milli Eğitim Bakanı İsmet Yılmaz'da Küçükçekmece Belediyesi standını ziyaret ederek yapılan çalışmalar hakkında bilgi aldı.





Beşlenirken GÜZELLEŞİN

■ **Yaşamak için tüketmek zorunda olduğunuz bir çok besin bilinçli kullanılması halinde size istediğinizden daha fazlasını vermek için hazır bekliyor. Yeter ki doğru ve yerinde kullanmasını bilin.**

İnsan, doğası gereği doğar, büyür ve ölür. Bu serüven onun fiziksel durumunun aynı kalmamasına yol açan bir serüvendir. Bir bebeğin geliştikçe fiziki değişimler yaşaması kaçınılmazdır. Yaş arttıkça en büyük değişim ciltte yaşanır. Delikanlılık, gençlik dönemi geride kalırken o bebeksi cilt yaşlanmaya ve üzerinde kırışıklıklar oluşmaya başlar. Bu değişim çoğu insanın hoşuna gitmez. İsterler ki yaşları kaç olursa olsun o bebeksi tenleri yerinde dursun. Bu imkansız bir istek. Ama bazı şeylere dikkat ederek daha pürüzsüz, daha genç görümlü bir cilde sahip olmak da mümkün.

Bunu bir takıntı haline getiren bireylerin en sık uğrak yerlerinden birini

kişisel bakım merkezleri oluşturuyor. Çoğu kez cepleriniz dolu olarak koşup boş olarak çıktığınız bu merkezlere gitmeden de bazı tedbirler almanız mümkün.

Yaşamak için tüketmek zorunda olduğunuz bir çok besin bilinçli kullanılması halinde size istediğinizden daha fazlasını vermek için hazır bekliyor. Yeter ki doğru ve yerinde kullanmasını bilin.

Güzel bir cilde sahip olmak herkesin hayali. Cildinizi nemlendirmek, leke, akne ya da sivilcelerden arındırmak ve daha sağlıklı görünmesini sağlamak için çeşitli kozmetik ürünlerden faydalanabileceğiniz gibi doğal ürünlerden de destek alabilirsiniz.



Hindistan cevizi yağı

İçinde bulunan yağ asitleri ve E vitamini sayesinde cilt yaralarının tedavisinde ve akne, sivilce gibi lekelerin giderilmesinde kullanılabilir. Bu yağı nemlendirici krem yerine tercih edebilirsiniz.

Hindistan cevizi yağı orta zincirli yağ asitleri içerir. Trans yağlara oranla oldukça sağlıklı bir yağ asididir ve metabolizmayı hızlandırır. Böylece kilo verimi hızlanır.

Bildiğiniz ve denediğiniz en etkili makyaj temizleyicileri kadar etkilidir. Hatta en dayanıklı su geçirmez maskaranın bile Hindistan cevizi yağı karşısında hiçbir şansı yok. Bir parça pamuğa bir çay kaşığı Hindistan cevizi yağını dökün, cildinize uygulayın ve 10 -15 dakika bekletin. Makyajın eriyip gittiğini göreceksiniz.

Hindistan cevizi yağı için doğal bir deodorant diyebilir. Bu yağın içerisinde bulunan laurik asitler, kötü kokuların oluşumuna engel oluyor.

Hindistan cevizi yağı antifungal ve antibakteriyel özelliklere sahiptir. Bir tatlı kaşığı Hindistan cevizi yağını bir bardak su ile seyreltin ve gargara yapın. Ağızınızın çok ferah koktuğunu hissedeceksiniz. Aynı zamanda ağızdaki zararlı bakteriler yok etmeye yardımcı da olacaktır.

Hindistan cevizi yağı; anti-bakteriyel bir özelliğe sahiptir ve mantar oluşumunu da engeller. Bir parça karbonatla karıştıracağınız hindistancevizi yağıyla dişlerinizi fırçala-

yabilirsiniz. Göz bakımı için fazladan para harcamanıza gerek yok! Her gece yatmadan 30 dakika önce, parmak uçlarınızla Hindistan cevizi yağını gözaltılarınıza masaj yaparak uygulayın. Gözaltı torbalarının ve ince çizgilerin onarılmasında Hindistan cevizi yağı etkili bir seçenektir. Eğer beden temizliği için jilet kullanıyorsanız, tıraş sonrası tahriş ve cilt kuruluğunu önlemek için Hindistan cevizi yağı kullanın. Tıraş köpüğü veya kullandığınız köpürtücünün içine de ekleyebilirsiniz, tek başına da kullanabilirsiniz

Özellikle hamile kadınların evde bir kavanoz Hindistan cevizi yağı bulundurmasında fayda var. Oluşacak çatlakların derecesinin azalmasında, görüntünün düzelmesinde Hindistan cevizi yağının katkısı olacaktır. Vücudu nemlendiren Hindistan cevizi yağı, saçlara da çok iyi geliyor. Saça nem, parlaklık ve yumuşaklık kazandıran Hindistan cevizi yağının saçınıza sürün ve 15 dakika bekletin. Ardından ılık suyla saçlarınızı durulayın. Emziren bir anneyseniz, anne sütünün bebeğin gelişiminde ne kadar önemli olduğunu da biliyorsunuzdur. Hindistan cevizi yağı, içeriğindeki sağlıklı yağlar sayesinde anne sütünün artmasına yardımcı bulunuyor. Tırnaklarınız zayıfsa ve hemen kırılıyorsa, her gece yatmadan önce Hindistan cevizi yağı ile masaj yapın. Hem tırnaklarınızın hem de tırnak çevresindeki derinin güçlendiğini fark edeceksiniz.

Kereviz

Bol lifli sebzelerin başında gelen kereviz, cildi nemlendirmede ve kırıksıklık ile çatlakları azaltmada birebirdir. Kalorisi de oldukça az olduğundan kerevizi sık sık tüketebilir, yemekleriniz, salatalarınızda ve mezelerinizde rahatlıkla kullanabilirsiniz.

Avrupa'da özellikle de Akdeniz bölgesinde yaygın olarak yeşil yapraklı sebzeler ve zeytinyağı ile pişirilen yemekler tercih edilir. Yeşil yapraklı sebzelerin sağlık açısından faydalı olması ve kalorilerinin düşük olması sebebiyle çokça tercih edildikleri görülür. Kereviz de sapsarı ve yeşil yaprakları tüketilen sebzeler arasındadır. Aynı zamanda tohumları da birçok hastalığın tedavisinde kullanılmaları sebebiyle çok eski zamanlardan beri tercih edilir. Roma döneminde bile kereviz şifa kaynağı olarak kullanılırdı. Günümüzde ise kalorisinin düşük olması ve oldukça şifalı olması sebepleri ile tercih ediliyor. 21 kalori olan kereviz, diyet yemeklerinde de yer alır. Yemeği ve salatası yapılan bu şifalı sebzenin suyu içilerek bile şifa bulunabilir.

Yapılan bir araştırmada kereviz suyu içilerek kolesterolün dengelendiği görülmüştür. Bu şifalı sebze safra asidi salgılanmasını arttırarak kötü kolesterolü düşürür. Bu sayede kolesterolü yüksek çıkan kişiler de bu şifalı sebzeyi tüketerek kolesterol seviyelerini dengeye getirebilir.

Belli başlı faydalarını maddelersek, mükemmel bir A ve C vitamini kaynağıdır. Vücudun vitamin ihtiyacının bir bölümünü karşılamaya yardım eder.

Yapısında potasyum, sodyum, kalsiyum ve manganez gibi çok çeşitli mineraller içerir.

Doğal bir antioksidandır.

İyi bir idrar söktürücüdür. Böylece fazla sıvının vücuttan dışarı atılmasına yardım eder.

İdrar yolu enfeksiyonlarına fayda sağlar.

Vücuttaki sıvı dengesini düzenler. Tükürük salgısını ve mide suyunu

arttırır. Bunun sonucunda da hazmı kolaylaştırır. Sindirim sistemini rahatlatmaya yardımcı olur.

İştah açıcı özelliği vardır.

Bağırsaklarda gaz birikmesini önler, bağırsak hareketlerine fayda sağlar.

Bağırsaklarda kramp oluşmasını önler.

Bağırsıklık sistemini güçlendirmesi de kereviz faydaları arasındadır.

Diyabet yani şeker hastalığına karşı da fayda sağlar.

Mide ağrısına iyi gelir.

Antibakteriyel özelliği vardır.

Cildi güzelleştirir. Akne gibi cilt sorunlarına karşı fayda sağlar.

Sedef ve vitiligo gibi cilt hastalıklarında yararlıdır.

Zengin mineral içeriği sayesinde kronik yorgunluğu giderici özelliği vardır. Göz şişkinliklerine karşı lapa olarak kullanılabilir.

Gut hastalığına karşı faydalıdır. Özellikle bu şifalı sebzenin tohumları gut hastalığına karşı kullanılarak şifa bulunabilir.

Özellikle yaşlılarda hafıza kaybı ve unutkanlık için fayda sağlar.

Vücuttaki şişkinliğin ve ödemin atılmasına yardım eder.

Armut

Armut, içeriğindeki yüksek miktarda



C vitamini ile cildi sıkılaştırır, cildin pürüzsüz ve canlı görünmesini sağlar.

Armut, her ne kadar sonbahar ve kış aylarında olgunlaşan bir meyve olarak bilinse de yazın da yetişebilen bir meyvedir. Bu sebeple yılın her mevsimi sofralarımızda armut için yer açabiliriz.

Armut; içeriğindeki zengin lif, vitamin ve mineral ile pek çok şeye fayda sağlayarak pek çok hastalığa şifa olmaktadır. Öncelikle sizler için bu mucizevi meyvenin belli başlı faydalarını maddelersek karşımıza çıkacak faydaları şu şekildedir: İçerdiği zengin C vitamini ile enfeksiyonları önler ve bağışıklık sistemini güçlendirir.

Armutta bulunan K vitamini, kanın pıhtılaşmasını önlemeye yardımcı olur.

Sağlıklı bir kemik dokusu için gerekli K vitaminini sağlar.

Kanı ve böbrekleri besler.

Tip 2 diyabet riskini düşürür.

Çok zengin bir potasyum kaynağıdır. Armut, çok önemli bir potasyum deposudur. Orta boy bir armutta bulunan 212 miligram potasyum, ne kadar zengin bir besin maddesi olduğunu gözler önüne sermektedir. Potasyum vücudun su dengesini düzenlemek adına önemli bir mineraldir. Üstelik kasların gerektiği gibi çalışması ve en önemlisi kalp atışlarını düzenlemesi açısından son derece yararlı bir maddedir.

İçerdiği mineraller ile kalp sağlığı için de oldukça sağlıklı bir besin maddesidir.

Armutun lif bakımından çok zengin bir meyve olduğu bilinmektedir ve bir orta boy armudun günlük lif ihtiyacının %20-25'ini karşıladığı bilinmektedir. Lif miktarının bu derece yüksek olması nedeniyle de sindirime oldukça fayda sağlamaktadır.

Aynı zamanda sindirim sistemi bozukluğu olan kabızlığa da iyi geldiği bili-

nen armut, içeriğindeki zengin lifler sayesinde insan vücudunun daha çok vitamin ve minerali emmesini sağlamaktadır.

C vitamini denince akla genelde portakal gelmektedir. Ancak bu meyve de çok fazla C vitaminine sahiptir. C vitamininin de bağışıklık sistemine olan faydalarını neredeyse bilmeyen yoktur. Yani armut tüketerek enfeksiyonları önler ve bağışıklığı güçlendirir.

Gün içerisinde yeterince C vitamini almanız halinde dokuları güçlendiren ve böylece yaraların kolayca iyileşmesini sağlayan kolajen alımını da desteklemiş olursunuz.

Kalsiyum insan beslenmesinde ayrılmaz bir parçadır ve armudun her porsiyonunda kalsiyum önemli düzeyde bulunmaktadır. Kalsiyum vücutta kemik dokusunun yaratılması için çok önemli bir inorganik maddedir. Aslında, vücudumuzdaki kalsiyumun % 99'u kemik ve dişlerde bulunur. Eğer insan vücudunda yeterli kalsiyum varsa, çeşitli diş sorunlarının yanı sıra osteoporoz gibi yaşla ilişkili kemik bozuklukları önlenmektedir.

Çok düşük kalorili ve doymuş yağ ile birlikte yüksek lif ve etkileyici besin yoğunluğu ile armut kilo vermek için büyük bir yardımcıdır. Bunu yaparken vücut sağlığınızı da korumakta ve size kalorisiz düşük ancak lezzetli atıştırmalık imkanı sunmaktadır.

Armut cilt hastalıklarını önlemeye yardımcı olmakla birlikte kırışıklıkları giderir, yağlı ciltlere karşı şifa kaynağı olabilir, akneye karşı etkilidir, cildin nemli ve sağlıklı kalmasını sağlar. Bunun yanında dudak sağlığını da korur ve çatlakları ortadan kaldırır.

Saç sağlığı için de armut tavsiye edilebilir. Armut saçların köklerini besler ve kuvvetlendirir, kuru saçlara karşı ekili bir tedavi sunabilir, kırış ve kıvrık saçları evcilleştirebilir.

Bunun yanında saçlara yumuşaklık katar saç rengini değiştirebilir.



Doğal Yöntemlerle DIŞ TAŞLARINDAN KURTULUN

■ **Kahve ve sigarayı fazla tüketen insanlarda diş plakları koyu sarı olur. Plak diş çürümelerine ve diş kaybına neden olur. Diş taşı olan yerde diş eti iltihabı olacaktır. İltihaplı bölgede kanamalar ve kötü koku da olacaktır. Kötü koku, ister istemez kişinin sosyal yaşamını etkileyecektir. Alacağınız bazı tedbirlerle bu durumun önüne geçmeniz mümkün.**

Evde hazırlayacağınız doğal karışımlarla diş taşlarınızı yok etmeniz mümkün. Kahve ve sigarayı fazla tüketen insanlarda diş plakları koyu sarı olur. Plak diş çürümelerine ve diş kaybına neden olduğu için en başta önlem almak gerekir. Diş taşlarınızı evde birkaç yöntemle yok edebilirsiniz. İşte sizlere evde hazırlayabileceğiniz diş taşlarınızı yok edecek doğal karışım tarifi:

Güzel görünmek için en temel niteliklerden bir olan dişlere iyi bakmalı. Her gün günde 2 kez fırçalasak dahi elimizde olmayan birçok nedenden dolayı diş taşları gibi bir sorun çıkıyor karşımıza. Peki, bu diş taşlarını nasıl yok ederiz? Evde kolayca hazırlayacağınız dişlerinizi daha güzel ve sağlıklı bir görünüme kavuşturacak yöntem.

Malzemeler:

2 çorba kaşığı ay çekirdeği
2 çorba kaşığı limon suyu
Yarım litre normal su.

Hazırlanışı:

Tüm malzemeleri alüminyum kabın içeri-

sine koyun ve bir saat kaynatın. Karışımı ayda 5 kez dişlerinizi fırçalayarak uygulayın.

Bir diğer yöntem ise diş fırçanızı elma sirkesine batırıp diş fırçasıyla dişlerinizi fırçalamak ve durulamak.

Bunların yanında ağız bakımını da günlük olarak yapmanız gerekir. Doğal içeriğe sahip olan diş macunlarını almaya özen gösterin. Tabii en önemlisi de diş bakımınızı için diş hekiminizi belli aralıklarla ziyaret etmeyi asla unutmayın.

Diş taşı olan yerde diş eti iltihabı olacaktır. İltihaplı bölgede kanamalar ve kötü koku da olacaktır. Kötü koku, ister istemez kişinin sosyal yaşamını etkileyecektir.

Doğrusu, çok bastırmadan diş etlerimizi de dişlerimizle beraber fırçalamak ve iltihabın dışarı akmasına izin vermek olacaktır. Böyle bir durumdan kısa sürede kurtulmanın yolu yine, diş taşı temizliğinizi yaptırmak ve kişisel ağız hijyen yönteminizi öğrenip, bunu sürekli uygulamaktır.

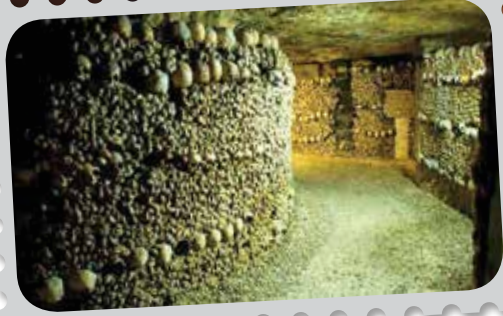
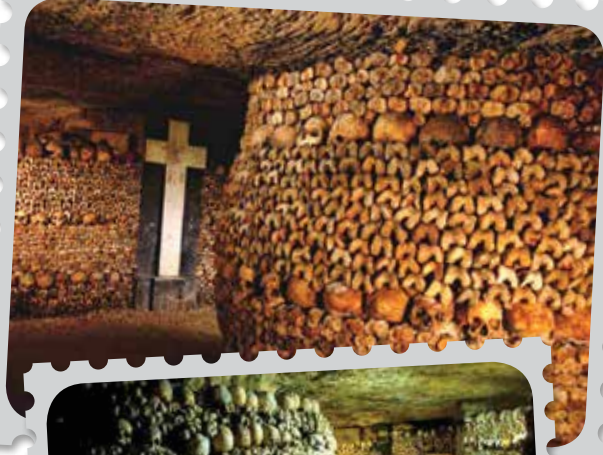
ÜRKÜTÜCÜ VE GİZEMLİ YERLER

■ Yeryüzünde insanların gezip görmekten büyük keyif aldıkları birçok yer olduğu gibi, ziyaretçilerinin içinde ürpertilere yol açan gizemli yerler de bulunmaktadır. Tarih boyunca buralar da en az diğerleri kadar insanoğlunun merakını celbetmiştir. Bu sayımızda dünyanın çeşitli bölgelerinde bulunan bu gizemli yerlerden bazılarını sizlere tanıtmak istedik.



Paris'teki Yeraltı Mezarlığı

Paris'in orta yerinde, kendi halinde bir yapının küçük kapısından içeri girip yeraltında bambaşka bir dünyanın içinde, adeta bir mezar kent burası. Uzun koridorlar, kafatasları ve kemiklerle döşenmiş. Şehrin altında 187 kilometrelik bir alana yayılan mezarlığın sadece küçük bir bölümü ulaşılabilir. Burası aslında Paris'i özel kılan o binaların yapımında kullanılan sarı kalker taşının çıkarıldığı eski taş ocaklarından biri. Normalde kilometrelerce uzunluğunda tünellerden oluşuyor ama günümüzde sadece iki kilometrelik bir bölümü geziliyor. Ve gezdiğiniz bu yerler sadece taş ocağı tünelleri değil, yeraltı mezarlığı şeklinde düzenlenmiş galeriler... İnanın dehşet verici; insan, insanoğlunun yapıp etmeleri karşısında bazen donup öylece kalıyor. Bu gizemli mekanı klastrofobisi olanların gezmesi tavsiye edilmiyor. Hatta bolca kurukafa ve iskelet arasında olmanın ürkütücü olacağını düşünüyorsanız burası yine sizin için uygun değil. Ayrıca çocuğunuz için burası pek tavsiye edilebilecek bir yer olmasa gerek ama yine de ölümün hayatın bir gerçeği olduğunu düşünmesini istiyorsanız tercih sizin.



Mutter Müzesi

Doktorları anatomi ve anormal durumlar konusunda eğitime amaçlı olarak ABD'de kurulan müze geniş kafatası koleksiyonuyla ünlü. Müzede ayrıca gömüldüğü yerde sabuna dönüşen bir kadın cesedi, 2 kafalı bir çocuk iskeleti gibi diğer korkunç şeyler de bulunuyor. ABD'nin Philadelphia eyaletinde kurulan Mutter Müzesi, dünyanın en korkunç yerlerinden biri olarak gösteriliyor. Müzenin en nadide parçası ise gömüldüğü yerde sabuna dönüşen bir kadın cesedi ve 2 kafalı bir çocuk iskeleti. Müzede görülen çoğu şey gerçek. Ancak bu müzenin temel amacı tıbbi araştırmalar için bir örnek oluşturmak olduğundan hastalıklara ait birçok balmumu heykel de bulunuyor. Korunmuş insan böbrekleri, raşitizm tarafından küçücük kalmış vücut, formaldehit banyoda uyuyan bebekler... Hepsi ama hepsi bu müzede sergileniyor. Müzede yer alanlar arasında en ilginç de 4 ayak uzunluğunda bir insan bağırsağı.

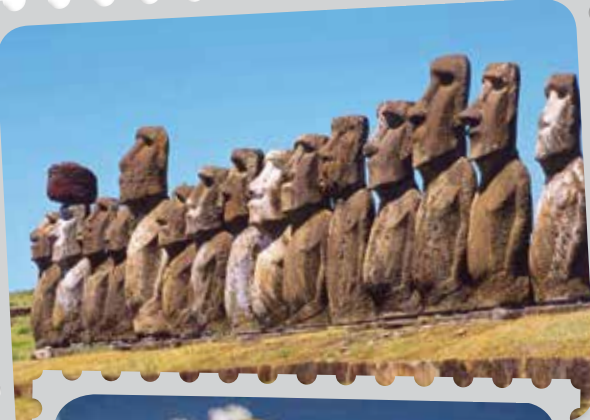


Truk Lagoon

Japon donanmasının büyük kısmı şu anda Hawaii takımadalarının güneydoğusundaki Truk lagününün derinliklerinde yatıyor. Dalgıçlar için çok çekici olan bu hayalet donanmayı görmeye giden dalgıçların neredeyse hiçbiri geri dönemedi. Bu ilginç lagünde olup bitenler hala gün yüzüne çıkartılmayı bekliyor.

Sonora Meksika'daki Cadı Pazarı

Meksika'daki Cadı Pazarı (Sonora Cadı Pazarı) beyhude bir gayretle geleceklerini öğrenmek isteyen Meksikalı yolcular ve turistlerle her gün dolup taşıyor. Sonora'da bulunan küçük barakalarda kalan cadılar yoksulluk ve kafirliğin pençesine düşmüş insanları 10 dolara kurtaracaklarını vaat ediyorlar. Burada gizemli iksirler, yılan kanı ve şans getirdiğine inanılan kurutulmuş sinekkuşları da satılıyor. Bir merak uğruna 10 doları gözden çıkaran ziyaretçilerden geleceğe dair bir şey öğrenene henüz rastlanılmasa da bu aktivite, adada yoksulluk içinde yaşayan insanlar arasında cadıların iyi hayat koşullarına kavuşmasına oldukça yarıyor.



Paskalya Adasındaki Heykeller

Yeryüzünde hiçbir yer, diğer yerleşim bölgelerine Paskalya Adası kadar uzak değildir. Güney Amerika, doğuda 4300 mil, Tahiti ise batıda 2300 mil uzaklıktadır. Bununla birlikte, gelişmiş teknolojiye sahip uygarlıklardan görünürde tecrit olmasına rağmen ada halkı, her nasılsa birçoğu üç katlı bir binadan yüksek, insan biçiminde yüzlerce dev yekpare heykeller yontmuştu. Sonra, her nasılsa bu 'moai' yi adanın bir ucuna taşımış, birçoğunu taş platformların üzerine dikmiş ve dev kırmızı taş blokları üstlerine oturtarak işlerini tamamlamışlardı. Bu ada, taştan oyulmuş dev heykelleriyle ünlü. Heykeller merhamet diler gibi gökyüzüne bakıyorlar. Tuhaf olansa 20 metre yükseklikte ve 90 ton ağırlıkta bu dev heykelleri kimin yaptığını kimsenin bilmemesi. Adada heykeltıraşlık sanatından anlayan bir kişi bile yok!

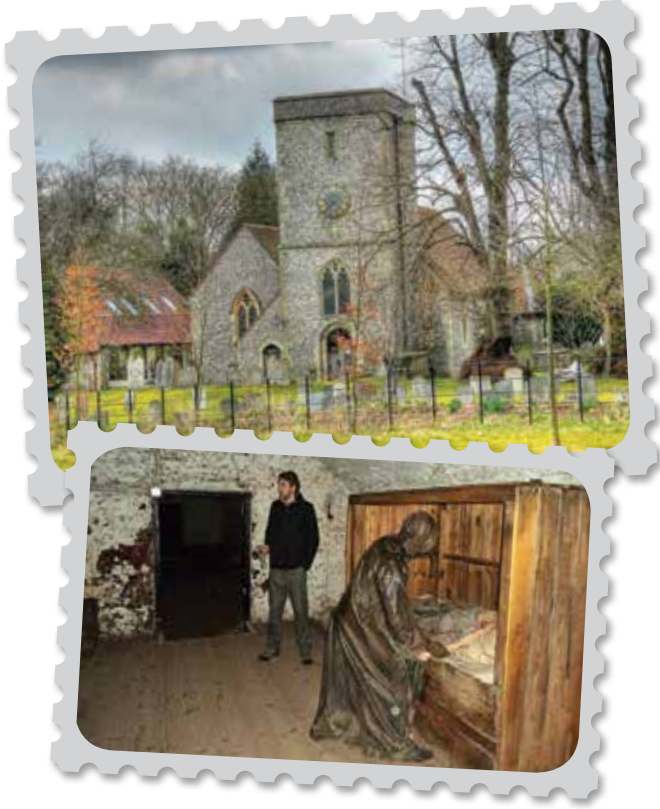
Manchac Bataklığı (Louisiana)

Manchac Bataklığı denilen yer aynı zamanda "hayalet bataklık" olarak da biliniyor. Efsaneye göre bataklık 1920'lerde tutsak edilen bir Voodoo kraliçesi tarafından lanetlenmiş. Bataklıkta kurulmuş 3 küçük köy 1915'teki fırtına yüzünden yok oldu. Dünyada yer alan lanetli yerlerden biri olarak ünlenen bataklık Louisiana'da bulunuyor. Efsaneye göre kara büyü ile uğraşan Voodoo kraliçesi tutsak edilmiş ve kadına haksız yere eziyet etmişler. Hikayenin devamında kadın ölmeden önce bölgeyi lanetlediğine inanılıyor. 1915 yılında oluşan bir fırtınada bu bölgede kurulan 3 köy yok olunca efsaneye inananların sayısı da artıyor.



The Winchester House

The Winchester House, San Jose California'da yer alıyor. Efsaneye göre bir cephanelik fabrikasının varisi olan Sarah, Winchester bir gün falcıya gidiyor. Falcı, Sarah'a hayatı boyunca hayaletlerin peşini bırakmayacağını batıya gidip orda bir ev inşa etmesini ve evin inşaatının ölene kadar devam etmesi gerektiğini söyler. Sarah söylenildiği gibi batıya gider ve San Jose California'da 1884'te evin inşaatına başlar. İnşaat işi Sarah'ın ölümüne kadar 38 yıl boyunca devam eder. Bugün eve ziyarete gelenler hayaletlere inanmasalar bile evde hayalet gördüklerini iddia ediyorlar. Duvarlardaki kapıların ya da tavandaki merdivenlerin buna katkısı olduğu tahmin ediliyor. Ama insanlar efsanenin büyüünden kurtulamayıp akın akın ziyaretlerini sürdürüyorlar.



Mary King Kilisesi

Dünyanın gizemli ve ürkütücü yerleri arasında sayılan bu kilise Edinburgh'ta bulunuyor. Batılılar veba hastalığına yakalanan insanları izole bir yere kilitleyip kaderine terk ediyordu. Mary King Kilisesi de yıllar boyu bu amaç için kullanıldı. 17. yüzyılda veba hastalarının içinde ölüme terk edildikleri bu kiliseyi ziyaret edenler kollarına ve bacaklarına görünmez bir yaratığın dokunduğunu iddia ediyorlar. Yöre sakinleri bunun anne babası tarafından 1645'te burada terk edilen Annie isimli bir kızın hayaleti olduğuna inanıyorlar.

Thelema Manastırı

Sicilya'da bulunan ve Pagan freskleriyle dolu bu manastır bir zamanlar dünyanın en ünlü satanist mekanıydı. Satanistlerin burada toplanıp çok ahlak dışı eylemler yaptığı biliniyor. Ünlü film yapımcısı Kenneth Anger manastırın bir filmi yaptı fakat bu film gizemli bir şekilde ortadan kayboldu. Manastır bugün yıkılmanın eşiğinde.





Hakan Boyav

“AKIL SİZE BAŞKA BİR ŞEYİ SEÇ DESE DE ASLOLAN KALBINİZİN SESİDİR”

■ **Kurtlar Vadisi dizisinde canlandırdığı 'Kara' karakteri ile hafızalara kazınan ve son dönemde Payitaht Abdülhamid dizisindeki 'Mahmut Paşa' rolüyle adından söz ettiren usta oyuncu Hakan Boyav ile keyifli ve samimi bir röportaj yaptık. İşte bilinmeyenleriyle Hakan Boyav...**

Oyunculuğa nasıl başladınız?

İzmir Bornova Suphi Koyuncuoğlu Lisesi mezunuyum. O dönem çok sayıda tembel öğrencinin olduğu bir devlet okuluydu. Tembelin tekiydim, sürekli sınıfta kala kala gelmiştim oraya. İlkokul 1' de bile kalmıştım. Okulun bir özelliği vardı, tiyatro

salonu vardı. Bir gün bana 'Tiyatro koluna girmek ister misin?' diye sordular. 'Avantajı ne?' dedim. 'Öğlen pide falan getiriyorlar' dediler. (Gülüyor) 'İyi bir şey' dedim. 'Pide yeriz.' Sonra oynamaya başladım. Basit ve amatör bir eserde yer aldım. Öğlenleri de hakikaten pide geliyordu. Başka

avantajları da vardı. Kızların da bana ilgisi artmıştı. (Gülüyor) Dedim ki, bu tiyatro oyunculuğu iyi bir şey galiba yavaş yavaş popülerliği tatmaya başladık. Kızlar parmakla gösteriyordu. Lise bitince tiyatro bölümünün sınavlarına girdim oyunculuğu kazandım. Bir taraftan da İstanbul'da iç



mimari ve resim bölümünü kazandım. Çizimim çok iyiydi. O dönem TV ve sinema çok yaygın değildi Türkiye'de. Tiyatrocular fakir fukara adamlardı. Oysa iç mimarlar öyle değildi. Bütün aile benim iç mimar olacağımdan çok emindi. Ben liseden gelen coşkuyla tiyatro oyunculuğunu seçtim. Bütün ailem bana çok kızdı. Fakat kalbimin sesini dinledim. Sonra işler değişti tabii. Her tarafta mimarlar çoğalırken, bir taraftan da TV, sinema, diziler çoğaldı. Buradan da bir mesaj olsun. Bazen akıl size başka bir şeyi seç diyebilir ama aslolan kalbinizin sesidir.

Tiyatro ve dizi oyunculuğu arasında bir fark var mı?

Tiyatroyu montaj masasında kurtarmazsınız, çıkarırsınız oynarsınız. Sinemada hatalarınız montaj masasında düzeltilir. Dolayısıyla çok kişi sinema yapar da çok kişi tiyatro yapamaz. Tiyatroda oynarsınız. Siz oyuncu olarak bir tepki verirsiniz, karşılığında izleyiciden etkisini görürsünüz. Sinemada yayınlandıktan haftalar sonrası size gelir neyi iyi oynadığınızı, neyi kötü oynadığının cevabı. Oynadığınız anda etkiye hemen ulaşmak çok cezbedici.

Oyunculuk eğitimle kazanılabilir mi yoksa yetenekten ibaret midir?

Yetenek doğuştan bir şey. O size bir lütuftur. Bunu siz eğitimle geliştirmek zorundasınız. Özellikle sanat konusunda yetenek şarttır. Sevdiğiniz bir iş yapıyorsanız, bir yeteneğiniz varsa ona sizden başka bir eğitimcinin de dokunmasında bir fenalık yok.

Kurtlar Vadisi Pusu dizisinde 'Kara' karakterine hayat verdiniz ve milyonların gönlünü kazandınız. Şimdilerde Payitaht Abdülhamid dizisinde Mahmut Paşa'yı canlandırıyor sunuz. Bize Mahmut Paşa'yı anlatabilir misiniz?

Mahmut Paşa Osmanlı döneminde Abdülhamid'in yanında, Damat Mahmud Celaledin Paşa olarak geçen, kız kardeşinin kocasıdır. Paşalık vâzifesi de var. Fakat Mahmut Paşa'nın

kötü dediğimiz tarafı Batı hayranı olmasıdır. Batı'nın endüstrisinden, ekonomisinden, askeri gücünden ziyade güzel giyinme kısmına takılmış, balolar düzenlensin biz de katılalım derdinde olan bir adam. Onun bu tutkusu, zaman zaman devlet içinde büyük sorunlara yol açıyor. Abdülhamid'in o İslami muhafazakâr yapısı ile Mahmut Paşa'nın gereksiz Batı hayranlığı çakışıyor. Batıyla bir takım işbirlikleri de var. Mahmut Paşa, kötü ama doğası gereği çok sevimli ve sempatik bir adam. Bu yüzden dizide de çok sevildi, beğenildi. Esasından kötü olduğunu herkes biliyor.

'Mahmut Paşa' karakteri de 'Kara' da çok sevildi, izleyici hangisini daha çok benimsedi?

Oynadığım bütün rollere bir anket yaptım. Kara ile Mahmut Paşa'nın final maçına dönüştü bu anket. Ben Kara'nın kazanacağını düşünüyordum ancak Mahmut Paşa yüzde 60 önde götürdü bu işi.

İzleyici sizi daha çok kötü adam olarak karanlık rollerde tanıdı, siz kendinizi hangisine yakın hissediyorsunuz?

Seyircinin aklında hep kötü adam olarak kalıyorum. Büyük yanlışlığında bu. Ben bir iyi bir kötü oynarım. Böyle akıllarda kalmamın sebebi, benim oynadığım iyilerin, hep kötülerden çok sert hesap soran adamlar olmasıdır. Nerdeyse kötülüğün sınırlarında dolaşan bir karakter oldum. Mesela Kurtlar Vadisi 'Kara' iyi bir adamdı ama kötülerden o kadar sert hesap soruyordu.

ki hep kötünün sınırlarında dolaştı. Hırsız-Polis'teki 'Kaporta Yakup' da iyi bir adamdı. Hayatta herkes, 'Kaporta Yakup' gibi bir abisinin olmasını ister. Bir tek problemi vardı 'Kaporta Yakup'un, hırsızdı be, ne yapsın. (Gülüyor)

Oyuncu olmak isteyen gençlere tavsiyeleriniz nelerdir? Yakışıklılık ve güzellik bu anlamda bir adım önde olmak demek mi?

Oyunculuk, yakışıklılık veya güzellikle ilgili bir şey değil, öyle olsa ben olamazdım. (Gülüyor) Oyunculuk yakışıklılık istemez yetenek ve eğitim ister. Bir kere oyunculuk ile ilgili bir okul okumalıdır. Bir de her rolü eline yüzüne buluşturmadan oynayanlara iyi oyuncu diyoruz. Bu da bence unutulmaması gereken bir kuraldır.

Sosyal medyada çok aktifsiniz. Takipçilerinize bir mesajınız var mı?

Sosyal medyada aktifim. Facebook ve Twitter hesabım kesinlikle yok benim. Bir tek Instagram hesabım var. (hakan_boyav) onun dışındakiler hep sahte hesaplardır. Beni Instagramdan belirttiğim adresten takip edebilirler. Diğer adıma açılmış hesaplarla ilgim yoktur.

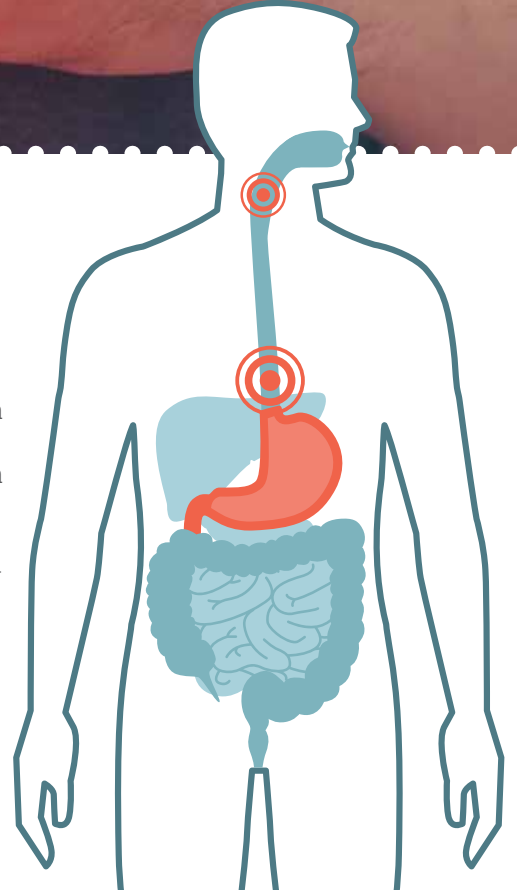


Röportaj:
Banu KARAKAYA EKİCİ

Reflünüz Varsa DİKKAT EDİN

■ **Gastroösefagial reflü hastalığı tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de sıkça rastlanan bir hastalıktır. Ülkemizde yapılan bir çalışmada toplumun %20'sinde reflü hastalığı bulunmuştur. Gastroösefagial reflüye neden olan etkenlerin başında sigara geliyor. Sigara ayrıca tedaviyi zora sokan bir özelliğe de sahip. Öncelikle onu terk etmek gerekiyor.**

Mide içeriğinin (asid) patolojik şekilde mideden yemek borusuna doğru geri kaçışının oluşturduğu rahatsızlığa reflü deniliyor. Hastalar hekime genellikle göğüs kafesinin arkasında yanma şikayetiyle başvuruyorlar. Reflü durumu ortaya çıktığında bazen yemek borusunun arkasındaki yanmanın yanı sıra gıdaların ve acı suyun ağza kadar gelmesine de yol açar. Reflü, sıklıkla yemeklerden sonra olur. Reflü belirtileri deyince ilk akla gelenler baharatlı, yağlı gıdalar, çikolata, alkol veya taze sıkılmış meyve suları tüketildiğinde artan şikayetlerdir. Mideden boğaza doğru yayılan ve daha ziyade yemekten sonra oluşan yanma, en sık görülen reflü belirtisidir. Mide içeriğinin ağza gelmesi, yutma güçlüğü, görülen diğer önemli reflü belirtileri arasında sayılır.



Ağrılı yutkunma, geğirti, hıçkırık, bulantı ve kusma ise daha ender ortaya çıkar. Reflü; yemek borusu, mide ve bağırsak sistemi dışındaki sistemlerde de belirtilere yol açabilir. Reflü öksürüğe, ses kısıklığına, diş çürüklerine ve boğaz ağrısına neden olabilir.

Prof. Dr. Yüksel Gümürdülü, uzun zaman tedavi edilmeyen reflünün, yemek borusu ve gırtlak kanserinin gelişmesine zemin hazırladığına dikkat çekiyor.

Toplumda sıkça görülen bir sağlık sorunu olan reflünün yaşam kalitesini olumsuz etkilediğini, alınacak basit önlemlerle hastalığın seyrinin yavaşlatılabileceğini aklınızdan çıkartmayın.

Mide ve yemek borusu arasında bulunan kasların normalde asit salgısının yukarı doğru gitmesine izin vermediğini kaydeden Gümürdülü, eğer asit kaçağı yemek borusuna kadar geliyorsa hastalığın Gastroözefagial reflü, boğaza kadar geliyorsa gofarin-geal reflü olarak adlandırıldığını ifade ediyor.

Gümürdülü, Reflünün çok sık görülen bir rahatsızlık olduğunu ifade ederek bu konuda şunları söylüyor: "Reflüye neden olan faktörleri, midenin fazla asit salgılaması, sigara, alkol kullanımı, fazla yağlı yiyecek tüketimi, mide fıtığı, obezite, mide ile yemek borusu arasındaki kaslardan oluşan kapağın gevşemesi, devamlı sırt üstü yatmak olarak sıralayabiliriz. Yemek borusuna kaçışta, göğüste yanma, hıçkırık, sindirim bozukluğu gibi şikayetlerin yanında bazen de yalancı kalp ağrısı şikayetleri görülebiliyor. Reflü bazen hiçbir belirti de göstermeyebilir."

BUNLARDAN UZAK DURUN

Asit salgısının boğaza kadar yükselmesi halinde boğazda gıcık hissi, kronik öksürük ve ses kısıklığı gibi belirtilerin görülebileceğini dile getiren Prof. Dr. Yüksel Gümürdülü, hastalığın seyrini hafifletecek önerilerde de bulunuyor.

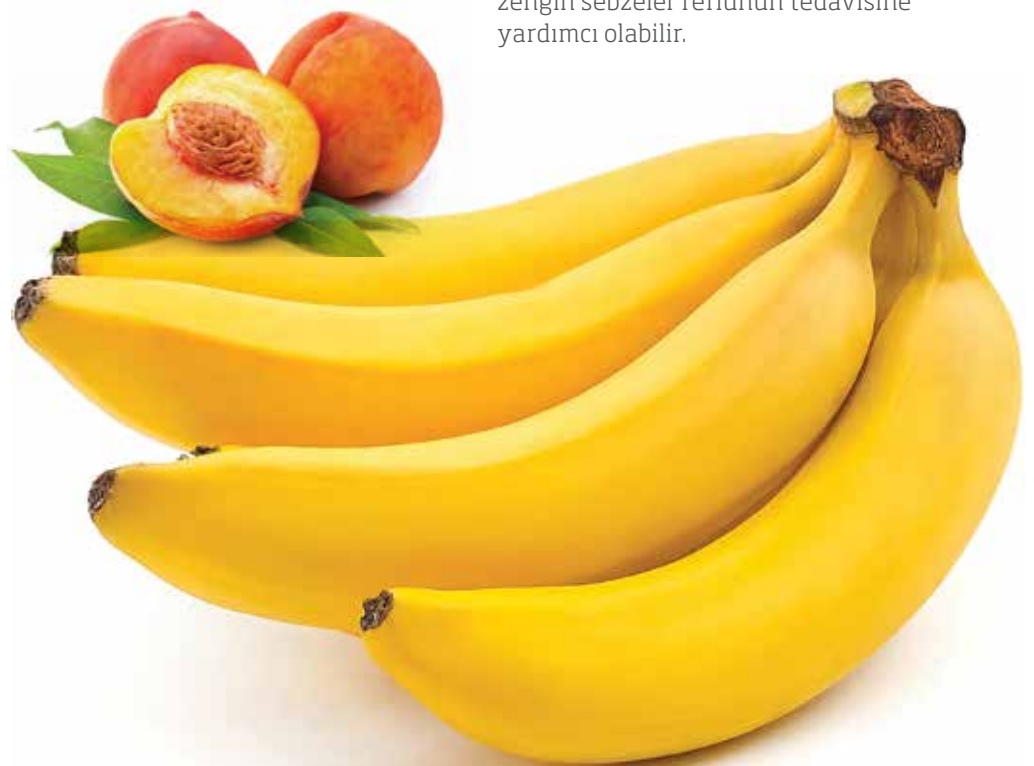
Gümürdülü, reflünün tedavisinde hastaların, sırt üstü yatmamaya, midelerini tıka basa doldurarak yemek

yememeye, uykudan 3 saat önce çay, kahve, alkol, çikolata ve gazlı içeceklerden uzak durmaya özen göstermeleri gerektiğini söylüyor. Ayrıca, sigara içen reflü hastalarının da en kısa zamanda bu alışkanlıktan kurtulmaları gerektiğinin altını çizen Gümürdülü, kilo problemi yaşayan hastaların kilo vermesinin reflünün tedavisinde etkili olduğunu vurguladı.

SİGARA TEDAVİYİ ZORLAŞTIRIYOR

Gastroözefagial reflüye neden olan etkenlerin başında sigaranın yer aldığına işaret eden Gümürdülü, vücuttaki defans mekanizmasında, tükürüğün içerisinde bulunan bikarbonat maddesini yüzde 50 azaltan sigaranın, insanların reflü hastalığına yakalanmasında birebir etkisi olduğunu söylüyor.

Reflü hastası sigara tiryakilerinin tedavisinde başarı oranının, sigara içmeyenlere göre çok daha düşük olduğunu vurgulayan Gümürdülü, "Sigara içildikten sonra mukozadan emilen nikotin, salgı miktarını azaltarak yemek borusuna kaçan asidin temizlenmesini engeller, yemek borusunun hareketlerini ve yemek borusunun alt ucundaki kapağın fonksiyonlarını bozarak reflüye neden olur" diyor.



LİFLİ GIDALAR VE REFLÜ

Lifli besinler sindirim sırasında aşırı mide salgılanmasını engeller ve reflü riskini azaltır.

Beslenmenize tam tahıllı gıdaları, lif bakımından zengin meyve ve sebzeleri ekleyerek reflü nedeniyle yaşanan ağrıları hafifletebilirsiniz.

Muz, elma, seftali, armut, kavun ve çilek reflü diyetinde tavsiye edilen meyvelerdir. Ancak lifli olmalarına karşın aynı zamanda asitli olan portakal, mandalina ve greyfurt gibi meyveler asit reflüye neden olabilir. Domates ve domatesli gıda ürünlerinin genel olarak reflü şikayetlerini arttırdığı bilinmektedir.

Lif bakımından zengin diğer yiyecekler arasında kepekli tahıllar, esmer pirinç, yulaf ezmesi ve bazı makarna türlerini sayabiliriz.

Domates dışında kalan tüm sebzeler reflü hastalarına önerilmektedir. Tabii sebzelerle hazırlanan yemeklerin az yağlı olması ve sebzeleri salata şeklinde tüketeniz salata sosu kullanmamanız tavsiye ediliyor.

Özellikle lahana gibi omega 3 yağ asitleri, vitamin ve mineral bakımından zengin sebzeler reflünün tedavisine yardımcı olabilir.



Adı 'Uçuk' AMA ACI VERİR

■ **Dudak etrafında çıkan uçukları son günlerde geçirdiğiniz basit bir soğuk algınlığının yan etkisi zannedersiniz. Oysa bunun soğuk algınlığıyla ilgisi yoktur. Uçuklara sebep olan şey tıpta Herpes Simpleks Virüsleri diye adlandırılan virüslerdir. Üstelik bu virüsler bir kez vücuda yerleşirlerse ömür boyu varlıklarını sürdürürler.**

Genellikle dudaklarda ve ağız çevresinde önce bir kaşıntı ardından bir kabarcıkla kendini gösteren uçuklar, içi sıvı dolu kabarcık şeklinde çıkar ve sonra da patlayarak yaraya dönüşürler.

Ağrı ve acı veren, görünüm olarak da kişileri rahatsız eden uçuklar yemek yemeyi, konuşmayı, gülmeyi zorlaştırır. İyileşmeleri de en az birkaç haftayı bulur. Pek çok kişi için uçuk sorunu tekrarlayan bir şikayettir.

Uçuk, virüslerin neden olduğu yaygın bir enfeksiyondur. Uçuğa neden olan bu virüsler tıpta 'Herpes Simpleks Virüsleri' olarak adlandırılırlar. Şimdiye dek herhangi bir zamanda ortaya çıkan uçukları siz soğuk algınlığına ya da strese bağlamış olabilirsiniz ama bu bir virüsün eseridir.

Evde alabileceğiniz tedbir
Uçuk kişiyi hem ağrı yönünden rahatsız eder hem de görüntü

itibariyle kişiye rahatsızlık veren bir durumdur. Çok yaygın olarak yaşanan bu sorun genellikle ağız çevresinde meydana gelir.

Haşlanmış patatesleri ezin. Daha sonra uçuk olan bölgeye 3 veya 4 kez koyabilirsiniz.

ilk olarak taze marul yapraklarını haşlanmış suyun içerisinde kaynatın. Daha sonra ezin ve lapa haline getirin. Ilık halde olan lapayı uçukun üzerinde 15-20 dk bekletin.

Ortadan ikiye ayırmış olduğunuz bir diş sarımsağı belirli aralıklarla uçukun üzerine koymak, kısa sürede uçukun geçmesini sağlayacaktır.

Bazı besinler size yardımcı olurlar

Bazı besinlerin içerisinde uçukla savaşmaya yardımcı olan bir amino asit bulunur. Bunlara lizin adı veriliyor. Süt, balık, et, baklagiller gibi besinler lizin içerirler. Arginin



denilen bir amino asit içeren besinler uçuğa neden olan herpes virüsü için elverişlidir. Arginin çikolata, yer fıstığı, kuru meyveler ve bademde bulunur.



Siyah Çay: Eğer uçuk çıkardıysanız, uçuğun üzerine bir siyah çay poşeti koyun ve bir kaç dakika boyunca nazikçe ovalayın. Bu, ağrıyı azaltacak ve kabarıklığın iyileşmesine yardımcı olacaktır.

Sarımsak: Sarımsağın çok sayıda



virüsle savaşılmasına yardımcı olan mikrop öldürücü özelliği oldukça iyi bilinmektedir. Bir diş sarımsağı yarıya kesin ve doğrudan uçuğun üzerine yerleştirin.

Süt: Süt lisin denilen ve uçuğun iyileşmesini hızlandıran bir amino asit içerir. Bir parça pamuğu süte batırın ve doğrudan uçuğun üzerine uygulayın. Bu tedavi en çok uçuk ilk çıkmaya başladığında işe yarar.

Domates ve Aloe Vera: Günlük temizlik için bir kaç damla domates suyunun ardından aloe vera uygulayın. Aloe, cildimiz için yararlı olan pek çok bileşen içerir ve uçukların hızlı bir şekilde kurumasına yardımcı olur.

Bal ve Sirke: Bal da sirke de uçukla savaşmaya yardımcı olacak antiviral özellik taşır. Bir yemek kaşığı balı biraz sirkeyle karıştırıp bir parça pamuk yardımıyla doğrudan uçuğun üzerine uygulayın.

Uçuğun Önlenmesi için uçukla temas etmiş olan bütün diş fırçalarının, havluların ya da diğer kişisel bakım ürünlerinin bir daha kullanılmaması çok önemlidir.

Büyük ihtimalle, bunlara virüs bulaşmıştır ve daha sonra

kullanıldıklarında yeni uçuklara neden olacaktırlar. Eğer mümkünse, çatal, kaşık, bardak gibi malzemeleri de sterilize etmeden yeniden kullanmayın. Ellerinizi temizlemek, bakteri ve virüslerden kurtulmak için dezenfektan jel kullanın.





Şampiyonlara ÖDÜL YAĞDI

■ **Küçükçekmece Belediyesi ve Küçükçekmece Amatör Spor Kulüplerini Destekleme Derneği'nin organize ettiği 2016- 2017 Sezonu Başarı Plaketleri Töreni ve Spor Paneli, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz'in de katılımıyla Sefaköy Kültür Sanat Merkezi'nde yapıldı.**

Sefaköy Kültür ve Sanat Merkezi'nde düzenlenen, Küçükçekmece Belediyesi ve Küçükçekmece Amatör Spor Kulüplerini Destekleme Derneği'nin organize ettiği 2016- 2017 Sezonu Başarı Plaketleri Töreni ve Spor Paneline, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz'in yanı sıra Küçükçekmece İlçe Kaymakamı Harun Kaya, Başkan Yardımcısı Besim Müftüoğlu, Küçükçekmece Kent Konseyi Başkanı Mustafa Aydın, Küçükçekmece Amatör

Spor Kulüpleri Destekleme Dernek Başkanı Seymen Gençtük, Gençlik ve Spor İlçe Müdürü Gökşun Öz, Muhtarlar, kulüp başkanları, yöneticiler, sporcular ve sporseverler katıldı. Törende, 2016-2017 sezonunda yapılan müsabakalar sonunda başarılı olan kulüp ve sporcular ödüllendirildi. Yüzlerce sporcunun katıldığı spor panelinde ilçede faaliyet gösteren tüm spor kulüpleri başkan ve yönetim kurulu düzeyinde temsil edilirken, şampiyon sporcular da podyuma





çıktı. Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya da spora gönül veren tüm sporcuları tebrik etti.

“SPOR FAALİYETLERİMİZ HIZ KESMİYOR”

Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Küçükçekmece’de spor alanındaki çalışmaların hız kesmeden devam ettiğini ifade ederek, “Biz spor alanındaki çalışmalarımıza devam ediyoruz, yeter ki gençlerimizi kendilerini geliştirsin. Bütün spor kulüp başkanlarımıza teşekkür ede-

rim. Gençlerimizi spora teşvik ederek, sokağın zararlı alışkanlıklarından alıkoyuyorlar. Spor yapılarak geçirilmiş bir gün, kazanılmış yarıdır. Tüm sporcularımızı tebrik ediyorum” diye konuştu.

650 SPORCU ÖDÜLLENDİRİLDİ

Küçükçekmece Amatör Spor Kulüplerini Destekleme Derneği Başkanı Seymen Gençtürk, spora ve sporcuya katkılarının dolayı Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz’e teşekkür ederek, spor alanında yapı-

lan çalışmaları anlattı. Konuşmaların ardından 2016- 2017 sezonunda branşlarında ve yaş gruplarında dereceye giren takımlara da plaketleri protokol tarafından takdim edildi. Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz de başarılı olan sporcularla birlikte fotoğraf çektirerek, kulüplere başarılarından dolayı ayrı ayrı teşekkür etti. 16 kulüpten 32 kategoride yaklaşık 650 sporcunun ödüllendirildiği program sonunda sporculara madalya ve kulüplere başarı plaketleri takdim edildi.

Bağımsızlık sistemi henüz kurulmamış bir bebek dünyaya geldiğinde her türlü korunaktan yoksun ve her tehlikeye açık bulunuyor. Onu, hayata karşı korunaklı kılan ilk gıda, anne sütü. Yaratıcı, onun içerisine bir insana lazım olacak tüm besin değerlerini yerleştirmiş.

Doğumdan itibaren aldığımız ilk besin olan süt, başta gelişme çağındaki çocuklar, hamileler, emzirenler ve yaşlılar olmak üzere 7'den 70'e herkesin vücudu için gerekli olan bütün besinleri dengeli olarak içinde bulunduran, vazgeçilmez bir besin kaynağıdır.

Besleyici değeri çok yüksek bir besin olan süt, tüm yaş grupları için gerekli olan kalsiyum ihtiyacının karşılanmasında da kullanılacak en iyi kaynak olarak ifade ediliyor. Bu nedenle uzmanlar sütün sayısız faydalarından yararlanmak için her gün 2 bardak tüketilmesini öneriyorlar. Yine uzmanlara göre çocukların, adolesan dönemindeki gençlerin, hamilelerin, emziren ve menopoz sonrası kadınların da 600-800 ml süt içmesini tavsiye ediyorlar.

Beslenme ve Diyet Uzmanı Olcay Barış, sütün sağlığını ve güzelliğimizi üzerindeki 8 önemli faydasını şöyle anlatıyor:

Göbek yağlarını yakıyor

Kilo alan kişilerde yağlanma göbek ve bel bölgesinde oluşmaya başlıyor. Yapılan araştırmalara göre; orta dereceli kalori kısıtlaması yapılan, az yağlı bir diyetin uygulandığı kişiye özel beslenme programında, günde 2 bardak süt tüketmek yağ yakımı için yeterli oluyor. Uzmanlar tarafından ya-

pılan çalışmalarda, sütün içindeki kalsiyumun vücuttaki yağlanmayı azaltarak kilo kontrolü sağlamaya yardımcı olduğu ortaya konmuş. Süt,

Güçlü kemikler için birebir

Mineral açısından son derece zengin olan süt aynı zamanda zengin bir kalsiyum kaynağı. 1 litre süt içinde bulunan kalsiyum; 10 kilo et, 5.2 ekmeğe, 12,6 kilo patates, 17 kilogram elma, 3,2 kilo marul ya da 2,4 kilogram havuçta bulunan kalsiyuma eş değer oluyor. Bu nedenle sağlıklı kemikler için süt içmemiz şart.

Cildin yıpranmasını ve yaşlanmasını önüyor

Güzel ve sağlıklı bir cilt için yeterli ve dengeli beslenmek çok önemli. Sütün içinde bulunan proteinler, antioksidan özellikteki A vitamini ve çinko ile cilt sağlığı korunmuş oluyor. Süt, cilt üzerinde nemlendirici etki yaparak cildin yıpranmasını ve yaşlanmasını engelliyor. Aynı zamanda sütün içindeki sıvı cildin nem dengesini koruyor. Bu yüzden yetişkin kişilerin, çocukların, adolesan dönemi gençlerin, hamile ve emziren kadınlar ile menopoz sonrası dönemde kadınların her gün 2 bardak süt tüketmeleri önemli.

Beyne ihtiyacı olan enerjiyi sağlıyor

Yediğimiz besinlerin insanın hafıza, zeka ve konsantrasyon gücü üzerinde çok önemli bir etkisi var. Örneğin, vücut ağırlığının sadece yüzde 2 ila 3'ü oranında ağırlığı olan beyin, günlük kalorilerimizin ortalama yüzde 25 - 30'unu harcıyor. Süt beyin için de faydalı ve beynin ihtiyacı olan enerjiyi sağlıyor. İçerdiği yüksek protein ile vücut dokularının gelişmesine yardımcı olan süt odaklanma yeteneğini ve hafızayı güçlendiriyor.

Kalp damar sağlığı için önemli

Hipertansiyon tedavisinde sütün

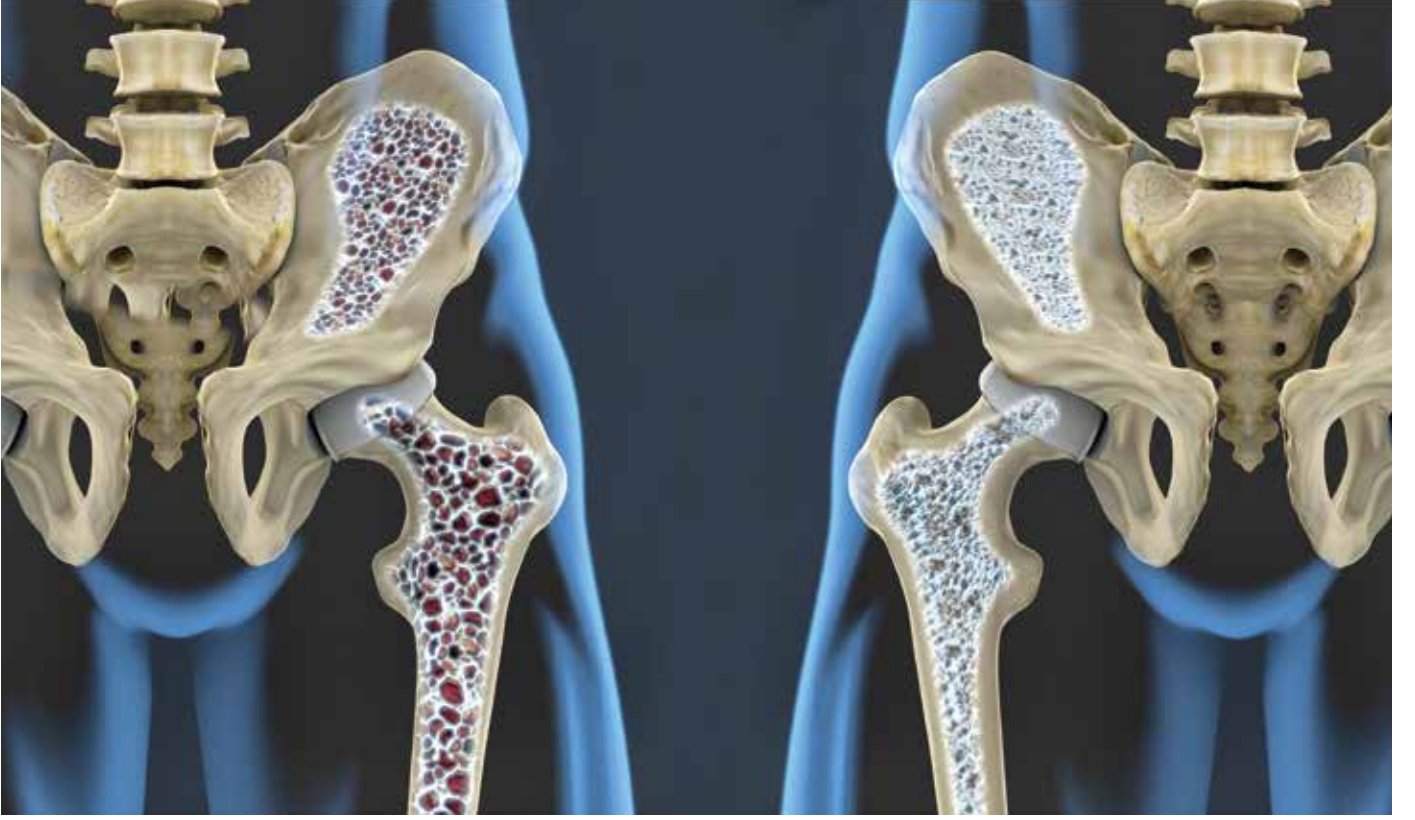


Dünyada İlk Aldığımız Besin Süt

■ **Kilo vermeden bağışıklık sisteminin güçlenmesine kadar sayısız faydasından bahsedilen süt en önemli doğal kalsiyum kaynağı olarak biliniyor. Kemiklerin beslenmesi için büyük önem taşıyan süt, yeni doğan bir bebeğin tüm besinlerden alınabilecek bütün ihtiyaçlarını tek başına karşılıyor.**



ıçerdiği kaliteli protein ve lioneik asit gibi yağ molekülleri ile kilo kontrolüne yardımcı oluyor.



olumlu etkileri biliniyor. Hiper tansiyon için kullanılan bazı ilaçların muhtemel olumsuz etkilerini azaltmada sütün yararları olduğu belirlenmiş. Yağsız ya da yüzde 1 yağ içeren süt vücuda daha fazla kalsiyum sağlıyor. Kalsiyum da tansiyonu yüzde 3-10 arasında, daha da önemlisi kalp-damar hastalığı riskini yüzde 15'e kadar azaltabiliyor.

Kolesterol düşürüyor

Vücudumuzda kolesterol üretilmesinin yanı sıra, biz de hayvansal kaynaklı besinlerden vücudumuza kolesterol alıyoruz. Kan kolesterol seviyesi yüksek olan kişilerde kalp hastalıklarına yakalanma ve kalp krizi geçirme riski daha yüksek oluyor. Az yağlı olan sütteki hayvansal yağ azaldığı için doğrudan kolesterol düşürüyor. Dolayısıyla özellikle süt ve grubunu az yağlı olanlardan tercih etmek, hem daha fazla kalsiyum alımını sağlıyor, hem de günlük doymuş yağ ve kolesterol alımını azaltıyor.



Kronik bronşit ve bağırsak kanserinin önlenmesine yardımcı oluyor

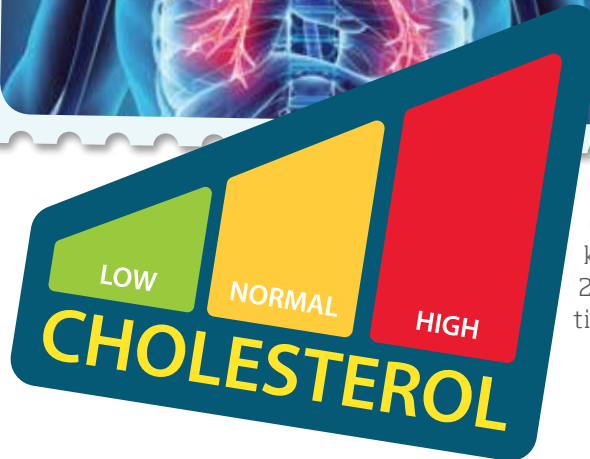
20 yıl boyunca 2000 kişi üzerinde yapılan bir incelemede; günde 2-3 bardak süt içen kişilerde bağırsak sorunlarına, hatta bağırsak kanserine pek rastlamadığı gözlenmiş.

Ayrıca Johns Hopkins Üniversitesi'nde gerçekleştirilen başka bir araştırmada ise süt içen kişilerde kronik bronşite pek rastlanmadığı ortaya konulmuş. Uzmanlar sütün; sigara, alkol ve bol miktarda kahve gibi bağımlılık yapan maddeleri tüketen kişileri bile koruduğuna dikkat çekiyor.

Osteoporozdan koruyor

Osteoporoz, en sık görülen kemik hastalığı olarak belirtiliyor. 50 yaş sonrasında, 2 kadından 1'i ve 4 erkekten 1'inde osteoporozla bağlı kırıklar görülüyor. Yaşla beraber kemik yoğunluğunda azalmanın

önüne geçbilmenin en iyi yolu ise kalsiyum ve D vitamini almak. Günde 2-3 porsiyon (2-3 su bardağı) süt tüketimi kalsiyum alımı için öneriliyor.





Aşk'ı Nebi ve Şeb-i Arus **BİR ARADA**

■ *Hız. Mevlana'yı, 744. vuslat yıl dönümünde anlamlı bir sergi ve Mevlevi Mukabelesi ile yâd ettik.*

Küçükçekmece Belediyesi, Şeb-i Arus etkinlikleri kapsamında; koleksiyoner Mehmet Çebi koleksiyonundan 'Aşk-ı Nebi ve Dua Taneleri' isimli, Hilye-i Şerif ve Tesbih seçkisinden oluşan özel bir sergiyi Cennet Kültür ve Sanat Merkezi'nde sanatseverlerle buluş-

turdu. Sergi açılışına; Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Belediye Başkan Vekili Besim Müftüoğlu, İlçe Milli Eğitim Müdürü Cemal Yılmaz ve çok sayıda Küçükçekmeceli katıldı.

BAZI ESERLER İLK KEZ SERGİLENDİ

Sergide, Mehmet Çebi koleksiyonundan seçilen eserlerin büyük çoğunluğu ilk kez izleyiciyle buluştu. Peygamber Efendimizin kişisel özellikleri ve Peygamberlik vasıflarını anlatan Hz. Ali'den



rivayet Hilye-i Şerif örneklerinin yer aldığı sergide, Peygamber Efendimizin vefat ettiği yaşa hürmeten 63 adet dua tanesi tesbih de yer aldı.

"BAŞKAN KARADENİZ'E TEŞEKKÜR EDERİM"

Sergi açılışında konuşan Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, "Böyle anlamlı bir sergiyi düzenleyen Küçükçekmece Belediye Başkanımıza teşekkür ederim. Peygamber Efendimizin 63 yaşına hürmeten sergideki eserlerin seçilmesi bana çok anlamlı geldi. Anadolu'da yaşlılarımıza yaşını sorduğumuzda 'haddi aşık evladım' derlerdi. Sonra bir büyüğümüze danıştım. 'Efendimize hürmeten 63 yaştan sonraki her yaş için haddini aşma deriz' dedi. Benim Müslüman kardeşlerim, Efendimizden çok yaşamayı hadsizlik sayacak kadar gönül dostudur. Haddi aşık diyebilen bu milletin evlatlarının, Mevlanalara,

Hacı Bektâşi Velilere, Pir Sultan Abdal-lara sahip çıkışı boşuna değildir. Katılım sağlayan herkese çok teşekkür ederim" diye konuştu.

"AŞKI, MUHABBETİ, SEVGİYİ ANLAMAYA ÇALIŞIYORUZ"

Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz ise, katılımcılara "Hz. Mevlana'yı anıyoruz. Aşkı Muham-medî'yi anıyoruz. Kuran'ı anlamaya çalışıyoruz. Aşkı, muhabbeti, hoşgörüyü, sevgiyi anlamaya çalışıyoruz. Hep bunlardan bahsediyoruz ama hakkını acaba ne kadar verebiliyoruz? En son kimi affettik, kimi hoş gördük, sevgi ile ilgili neler yapabildik? Konuşup da bir türlü hayata geçiremediğimiz konular bunlar. Hz. Mevlana aşkın, hoşgörünün ve sevginin zirvesinde olan bu topraklarda yaşamış bir gönül büyüğümüz. O, insan eşref-i mahlûkatıdır sırrını anlatan ve o sırâ uygun yaşayan bir

gönül büyüğümüzdür. İnsan acaba neden eşref-i mahlûkat? Hz. Mevlana hep bu sırla uğraştı. Aşka, hoşgörüye, sevgiye, Kuran'a dair daha güzel şeyler anlamamız ve yaşamamız gerekiyor. Allah bizlere birbirimizi daha çok sevmeyi nasip etsin. Bizlerle birlikte olduğunuz için teşekkür ederim" sözleriyle seslendi.

MEVLEVİ MUKABELESİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ

Sergi açılışının ardından Hezarfen Ney ve Sanat Atölyesi, Mevlevi Mukabelesini gerçekleştirdi. Postnişin Hüseyin Ereğ tarafından katılımcılara Hz. Mevlana ve sema ayini ile ilgili bilgi verildi. Manevi bir yolculuğun yaşandığı gecede, katılımcılar duygusal anlar yaşadı. Program sonunda Başkan Karadeniz, Mevlevi Mukabelesini gerçekleştiren konuklara teşekkür ederek, çiçek takdim etti.



S400 FÜZELERİ

■ **Türkiye, bir NATO ülkesi olarak savunmasında onlarca yıldır batıya bağımlı halde yaşadı. 2000'li yılların başlamasıyla birlikte yeni bir kalkınma seferberliği başlatan ülkemiz geçen on beş yıllık süre içinde özellikle savunma sistemlerimizin millileşmesi için çok büyük hamleler gerçekleştirdi. Bugün için acil ihtiyaç duyduğumuz, ancak henüz milli imkanlarla üretemediğimiz konularda ise ihtiyacımızı dışarıdan karşılamaya devam ediyoruz. Ülkemiz NATO üyesi diğer müttefiklerinden temin edemediği hava savunma sistemleri için başka arayışlara girdi. Rusya'dan satın aldığımız S-400 füzeleri işte bu arayışın ürünü olarak karşımıza çıktı. Türkiye'nin dışında Rusya ve Çin'in elinde bulunan S-400 füzelerinin özellikleri:**



1980'lerin başında Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği'nde geliştirilmeye başlanan S-400 füzeleri, S-300 modelinin ardından geliştirilen yeni nesil Rus yapımı kısa-orta-uzun menzilli hava savunma füze sistemidir.



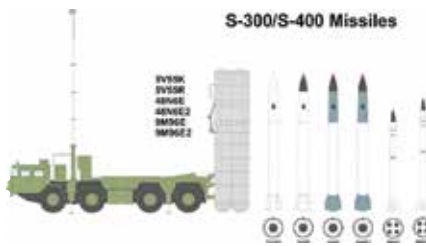
S-400 füzelerini S-300 füzelerinden ayıran en önemli özellik ise birden fazla hedefi aynı anda takip edebilmesi ve gelişmiş elektronik karşı tedbirler barındırmasıdır.



S-400'ün geliştirilme amacı, özellikle yüksek öneme sahip stratejik üs ve tesislerin, başta balistik ve yüksek hızlı seyir füzelerine karşı olmak üzere uzun menzil ve yüksek irtifa hava savunmasını sağlamak.



S-400 sistemine şu ana kadar pek çok devlet ilgi göstermiş olmasına rağmen, Çin Halk Cumhuriyeti haricinde başka bir ülkeye satışı gerçekleşmemiştir.



S-400 hava savunma sisteminde kullanılan füzeler, Rus Hava Kuvvetleri'nin hava savunma sistemlerini azaltma programına paralel olarak kısa, orta ve uzun menzillerde aynı anda kullanılabilen değişik füzelerden seçilmiştir.



S-400 füze sistemlerinin maksimum menzili 400km, ulaşabildiği en yüksek irtifa ise 30 kilometre. Sahip olduğu radarlar ise yaklaşan olası bir tehlikeyi 600km mesafeden algılayabiliyor.



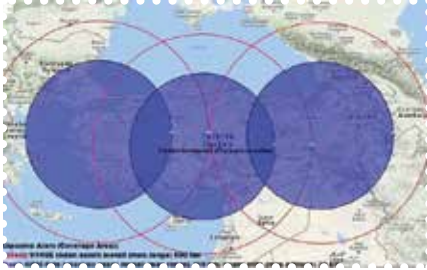
Füze sisteminin içinde her biri 1,8 ton ağırlığında füze bulunuyor. Uzunluğu 8, çapı 50 santimetre olan füzeler, 145 kilograma kadar savaş başlığı taşıyabiliyor.



S-400'ün orta menzilli 9M96 füzesi aktif radar güdümlü bir füze olup 120 km menzile sahiptir ve hedefi vurma kabiliyeti uçaklara karşı 1 üzerinden 0.9 ve insansız uçaklara karşı 0.8 olarak hesaplanmıştır.



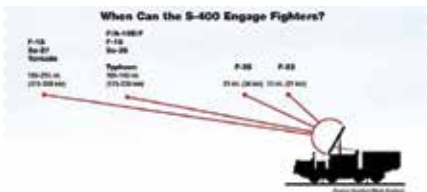
Bu füzenin bir üst türevi olan 48N6DM 30 Nisan 2004 tarihinde Kapustin Yar test merkezinde test edilmiştir.



Uzun menzilli yeni bir füze olan 40N6 ise 400 km menzile sahiptir ve yarı aktif - aktif güdümlü hedefe yönlendirilebilir. Bu füzenin hedefleri AWACS erken uyarı uçakları, sinyal karıştırıcı uçaklar ve balistik füzelerdir.



Füze, 4.8 km/saniye (17280 km/saat) hızı ile yüksek hızda hareket eden hedefleri kolayca vurabiliyor.



S-400'ün savaş uçaklarına güdümlenme menzilleri...

F-15, Su-27 ve Tornado savaş uçaklarına; 315-350 km menzil içinde, F/A-18E/F, F-16 ve Su-35 savaş uçaklarına; 175-235 km menzil içinde, F-35 ve F22 savaş uçaklarına ise 50 km altında bir menzil içinde güdümlenebiliyor.



S-400 RADAR SİSTEMİ

S-400'de S-300 sisteminde kullanılan 64N6 ve 76N6 radarlarının gelişmiş bir türevi olan 96L6 kullanılıyor.



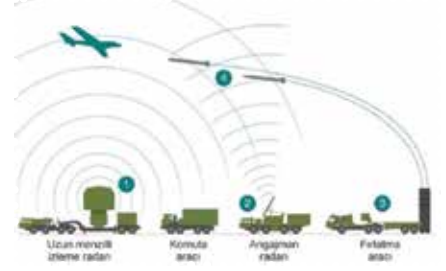
S-400 komuta merkezi aynı anda 6 bataryaya komut verebilir ve her bataryaya 12 fırlatma aracına komuta eden bir 96L6 radara sahiptir.



Bu radarlar hayalet uçak diye tabir edilen hedefleri izleme ve bu hedeflere kilitlenme yeteneğine sahip.



91N6E radarı, arazi ve orman örtüsünden kaynaklanabilecek ölü bölgelerin önüne geçmek için 40V6MR seyyar direk sistemine monte edilerek de kullanılabilir.



S-400 FÜZE SİSTEMLERİ NASIL ÇALIŞIYOR?

Erken uyarı radarı, havada bulunan nesnelere takip ederek elde ettikleri bilgiyi komuta aracına gönderiyor.



Hedeflerin komuta arasında değerlendirilmelerinin imha edilip edilmeyeceklerine karar veriliyor.



Hedef tanımlandıktan sonra komuta aracı füzenin fırlatılması yönünde karar bildiriyor.



Fırlatmanın detayları, hedefe göre en iyi konumdaki fırlatma aracına gönderiliyor ve füzeler, karadan havaya doğru buradan gönderiliyor.



Angajman radarı, füzenin hedefe ulaşması konusunda yardımcı bulunuyor.



S-400'LERİN BİLİNMEYENLERİ

YÜKSEK ETKİLİ KORUMA...

Sovyetler Birliği döneminde S-300 füzelerinin üretilmesinden sonra geliştirilmeye başlanan S-400

sistemi, 2007'den bu yana Rusya'nın silah envanterinde yer alıyor. S-400, önemli siyasi, ekonomik ve askeri hedefleri "yüksek etkili koruma" için tasarlanan bir sistem olarak tanımlanıyor.

HAYALET UÇAK VE BALİSTİK FÜZELERİ YOK EDEBİLİYOR

Dünyadaki en iyi hava savunma sistemlerinden biri olarak nitelendirilen sistem, savaş uçakları, radar tespit ve kontrol uçakları, keşif uçakları, stratejik ve taktik uçaklar, taktik, operasyonel-taktik balistik füzeler, orta menzilli balistik füzeler, hipersonik hedefler ve diğer gelişmiş hava saldırısı araçlarını imha etmek üzere tasarlandı.

S-400 taburu, en az bir mobil operasyon komuta merkezi, 8 fırlatıcı ve 32 füzeden oluşuyor.



600 KİLOMETRE UZAKLIKTAKİ HEDEFLERİ ALGILAYABİLİYOR

Kısa, orta ve uzun menzillerde füzeleri aynı anda kullanabilen S-400, 600 kilometre uzaklıktaki hedefi algılama özelliğine sahip ve saniyede 4,8 kilometre hızla füze gönderilebiliyor. Sistem, hedefe 10 saniyeden daha az sürede tepki veriyor.

S-400, çok uzun menzilli 40N6 model füzeyle 400 kilometre, uzun menzilli 48N6 model füzeyle 250 kilometre, orta menzilli 9M96E2 model füzeyle 120 kilometre ve kısa menzilli 9M96E model füzeyle de 40 kilometredeki hedefleri vurabiliyor.

SAYININ 56'YA ÇIKMASI ÖNGÖRÜLÜYOR

Sistemin hedefleri arasında B-2 ve F-117 hayalet uçaklar, B-1, F-111 ve B-52H stratejik bombardıman uçakları, EF-111A ve EA-6 elektronik

harp uçakları, TR-1 keşif uçağı, E-3A ve E-2C erken uyarı radar (AWACS) uçakları, F-15, F-16, F-35 ve F-22 savaş uçakları, Tomahawk füzeleri ve balistik füzeler yer alıyor.

Rus basınına göre, Rusya'da Moskova bölgesi, Güney Askeri bölgesi, Pasifik ve Baltık filolarında olmak üzere toplam 5 S-400 alayı bulunuyor. Her alayda sekizer fırlatma sisteminin bulunduğu 2'şer tabur yer alıyor. Rusya'daki S-400 tabur sayısının 2020'ye kadar 56'ya çıkarılması öngörülmüyor.

TÜRKİYE DIŞINDA SADECE ÇİN İLE ANLAŞTI

Rusya, S-400 hava savunma sisteminin satışıyla ilgili şu ana kadar Türkiye dışında sadece Çin ile anlaşmış. Rus savunma sanayi yetkilileri, şubat ayında Çin için üretime başladığını açıklamış ancak ilk teslimatın 2018'den önce olmayacağını belirtmişti.

Hindistan ve İran gibi ülkeler de daha önce S-400 alımı için Rusya ile görüşmeler yapmıştı. Rusya Devlet Başkanı Vladimir Putin'in askeri teknik iş birliği Danışmanı Vladimir Kojin, daha önce yaptığı açıklamada, pek çok ülkenin sistemi satın almak için sıraya girdiğini ifade ederek, bu ülkeler arasında Kolektif Güvenlik Anlaşması üyesi ülkeler, Güneydoğu Asya ülkeleri ve Ortadoğu ülkelerinin de bulunduğunu bildirmişti





Kudüs Ümmetin Kanayan Yarası **İSLAM İŞBİRLİĞİ TEŞKİLATI TARİHİNİN EN VERİMLİ TOPLANTISI**

■ **ABD'nin Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanımasından sonra Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın çağrısı ile İslam İşbirliği Teşkilatı 13 Aralık 2017 tarihinde İstanbul'da olağanüstü gündemle toplandı.**

Erdoğan'ın daveti üzerine ABD Başkanı Donald Trump'ın gayri hukuki biçimde Kudüs-ü Şerif'i işgalci güç İsrail'in başkenti olarak tanıdığını açıklaması sonucunda meydana gelen gelişmeleri ve bu kararın İslam ümmetine etkilerini değerlendirmek üzere İstanbul'da gerçekleştirilen zirvede bir araya geldi. Zirve bildirisinde, liderlerin zirveye ev sahipliği yapması nedeniyle Erdoğan'a minnetlerini sunduğu ifade edildi.

İİT'nün bu olağanüstü toplantısı bugüne kadar yapılan toplantıların en verimli olarak tarihe geçti.

İslam İşbirliği Teşkilatı üyesi ülkeler, ABD yönetiminin Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanıması sonrasında İstanbul'da düzenlenen Olağanüstü Zirve'nin bildirisinde, Doğu Kudüs'ü Filistin Devleti'nin başkenti olarak ilan etti. İslam ülkeleri, bütün devletleri Filistin Devletini ve Doğu

Kudüs'ü onun işgal altındaki başkenti olduğunu tanımaya davet etti. Toplantıda diğer devlet yetkililerinden;

Filistin Devlet Başkanı Abbas: ABD'nin barış sürecinde yer almasına asla izin vermeyeceğiz, Kudüslüler İİT'den 'pratik kararlar' bekliyor,

İİT Genel Sekreteri Uzeymin: Filistin'i tanımayan ülkelere, Filistin'i tanıma davetimizi yineliyoruz,



14 Yaşındaki Filistinli Cüneydi Kudüs Direnişinin Sembolü Oldu.

İran Cumhurbaşkanı Ruhani: Müslüman ülkelerin her biriyle iş birliğine hazırız,

İstanbul Deklarasyonu: Doğu Kudüs Filistin'in başkenti.. şeklinde yükselen sesler önemli birer açıklama olarak hafızalara kazandı.

Toplantı sonrası hazırlanan ortak deklarasyon yine liderler tarafından dünya kamuoyuna açıklandı. Filistin'le dayanışmanın vurgulandığı bildiride, "ABD Başkanı'nın Kudüs'ü İsrail'in sözde başkenti olarak tanıyan tek taraflı kararını en güçlü şekilde reddediyor ve kınıyor; hukuken hükümsüz ilan ediyor, bu beyanı

Filistin halkının tarihi, hukuki, doğal ve milli haklarına bir saldırı, bütün barış girişimlerine yönelik kasti bir baltalama, aşırılık ve teröriste ivme verecek bir muharrik ve uluslararası barış ve güvenliği hedef alan bir tehdit olarak görüyor ve tüm üye devletlere Filistin sorununa, özellikle dünyanın diğer taraflarından karşıtlarıyla günlük temaslarında ve dış siyasi gündemlerinde yüksek öncelik vermeleri çağrısında bulunuyoruz" denildi.

Kudüs'ün Müslüman ve Hristiyan halkların kalpleri ve akıllarındaki yerine vurgu yapılan bildiride, iki devletli çözüm temelinde başkenti Doğu Kudüs olan bir Filistin Devle-

ti'ne dayanan adil ve kapsamlı bir barışa bağlılığın teyit edildi ve uluslararası topluma sorunun çözümü için harekete geçme çağrısı yapıldı. "Kapsamlı ve adil bir barışın ancak işgalin sona erdirilmesi ve Kudüs-ü Şerif üzerinde ebedi başkenti olarak tam egemenliğe sahip bulunan bir Filistin Devleti'nin kurulması ile sağlanabileceği" ifade edilen bildiri- de, şunlar kaydedildi:

"Kudüs-ü Şerif'in yasal statüsünü değiştirmeyi amaçlayan bu tehlikeli beyanın hükümsüz ve meşruiyetten uzak olduğunu; uluslararası hukukun ve özellikle de Dördüncü Cenevre Sözleşmesi'nin ve uluslararası meşruiyeti bulunan tüm

İlgili kararların, bilhassa da BM Güvenlik Konseyi'nin 478 (1980) ve 2334 (2016) sayılı kararlarının, barış sürecinin Kudüs-ü Şerif'i nihai statü konusu olarak tespit eden temellerinin ciddi bir ihlalini teşkil ettiğini, Amerika Birleşik Devletleri'nin bu bağlamda imzalamış olduğu anlaşmalar ve verdiği taahhütlerin bu beyanın hemen geri çekilmesini gerektirdiğini değerlendiriyoruz. ABD yönetimini bu yasa dışı beyanın geri çekilmemesinden doğacak tüm sonuçlardan bütünüyle sorumlu tutuyor ve söz konusu beyanı ABD yönetiminin barış destekçisi rolünden çekilmesinin ve bunun tüm paydaşlar tarafından da anlaşılmasının ilanı ve işgalci güç İsrail'in 1967'de işgal ettiği, merkezinde Kudüs-ü Şerif bulunan Filistin topraklarında sürdürdüğü sömürgecilik, yerleştirme, apartheid ve etnik temizlik siyasetinin teşvik edilmesi olarak görüyoruz."

Bildiride, ayrıca, "Doğu Kudüs'ü Filistin Devleti'nin başkenti olarak ilan ediyor ve bütün devletleri Filistin Devleti'ni ve Doğu Kudüs'ün onun işgal altındaki başkenti olduğunu tanımaya davet ediyoruz. Kudüs-ü Şerif şehrini, tarihi statüsünü, kültürel misyonunu ve hukuki statüsünü korumaya ve acımasız İsrail işgalinin ve bu işgalci, sömürgeci ve ırkçı politikaları destekleyen tüm tarafların gerçekleştirdiği ihlalleri sonlandırmak için gereken tüm önlemleri alma konusundaki süregiden taahhüdümüzü ortaya koyuyor; bu bağlamda ABD Kongresi'nin işgalci güç İsrail'in emperyal ve ırkçı politikaları ve uygulamaları lehindeki tam ve haksız önyargısını kınıyoruz." ifadesine yer verildi.

Dünyaya Filistin çağrısı

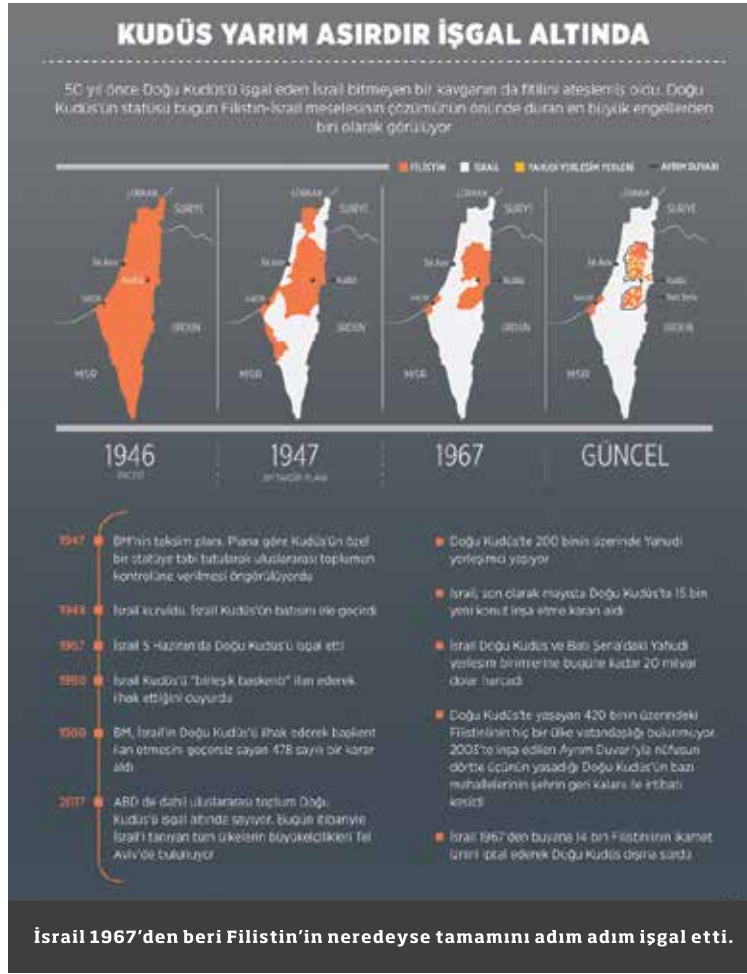
ABD yönetiminin tüm uluslararası meşruiyet kararlarını ihlal eden beyanını bölgede ve dünyada güvenlik ve istikrar üzerindeki ciddi yansımaları nedeniyle reddeden uluslararası oydaşmanın memnuniyetle karşılandığı belirtilen bildiride bunun Filistin'e yönelik güçlü bir destek mesajı olarak kabul edildiği vurgulandı.

Bildiride şunlara yer verildi:
"Ulusal ve uluslararası düzeylerde

rultuda bütün devletleri, ABD'nin Kudüs'ü İsrail'in sözde başkenti olarak tanıyan kararını desteklemekten imtina etmeye ve diplomatik misyonlarını Kudüs-ü Şerif'e taşımaya davet ediyoruz."

"İhlali BM Genel Kurulu'na götürmeye hazırız"

"Birleşmiş Milletler Güvenlik Konseyi'ne, derhal sorumluluklarını üstlenmesi, Kudüs-ü Şerif şehrinin yasal statüsünü teyit etmesi, Filistin Devleti topraklarındaki İsrail işgaline son vermesi, Filistin halkının uluslararası korunma altına alınmasını sağlaması, Filistin Davası'na ilişkin aldığı tüm kararları uygulaması ve bu kararlara uyması çağrısında bulunuyoruz. BM Güvenlik Konseyi'nin harekete geçmemesi halinde, bu ağır ihlali BM Genel Kurulu'nun 377A sayılı "Barış için Birleşme kararı" çerçevesinde BM Genel Kurulu'na götürmeye hazır olduğumuzu teyit ediyoruz." Bildiride, Filistin davası ve Kudüs'ün uluslararası platformlarda temel mesele olarak desteklendiği kaydedilerek, bu duruştan farklı bir tutum benimseyen üye devletin İslami fikir birliğinden kopmuş olarak değerlendirilip bundan sorumlu tutulması gerekeceği ifade edildi. İsrail'in barışçı protestolara yönelik saldırılarının kınandığı bildiride, Filistinli halkın sebatını desteklemek üzere gerekli maddi kaynakları temin etme taahhüdü teyit edildi. Bildiride, BM Yakın Doğudaki Filistinli Mültecilere Yardım ve Bayındırlık Ajansı'nın (UNRWA) çalışmalarına destek dile getirildi ve İİT üyeleri ile İİT organları Filistin halkına ve Filistin Devleti'ne her türlü ekonomik, sosyal, teknik ve maddi destek ile yardımı sağlamaya davet edildi.



Kudüs-ü Şerif şehrinin tarihi ve yasal statüsünün muhafazasına katkıda bulunan tüm hukuki ve siyasi adımları destekliyor ve Filistin Devleti'ni, Kudüs-ü Şerif ve işgal altındaki Filistin topraklarındaki egemenliğini güçlendirmeye yönelik uluslararası forumlardaki tüm gayretlerinde destekliyoruz. Bütün devletleri BMGK'nın 1980 tarihli ve 478 sayılı kararını tam olarak uygulamaya çağırıyor ve bu doğ-

Kudüs'ün Tarihine KISA BAKIŞ

■ **Babil Kralı İkinci Nebukadnezar'ın, M.Ö 597 ve 586'da şehri iki kez sakinlerinden aldı. Burada yaşayan Yahuda kralı ve üst tabakayı esir alarak Babil'de gönderdi ve Süleyman Mabedi'ni yıktırdı. Daha sonra Persler şehri ele geçirince sürgündekilerin dönmesine ve mabedin yeniden yapılmasına izin verildi.**

M.S 63'e kadar Kudüs, Roma İmparatorluğu'nun hakimiyetinde kaldı. Kentteki direniş hareketi M.S 66'da ilk Yahudi-Roma savaşına dönüştü. Savaş dört yıl sonra Roma zaferiyle ve Süleyman Mabedi'nin bir kez daha yıkılmasıyla sonuçlandı. Romalılar ve daha sonra gelen Bizanslılar şehri yaklaşık 600 yıl idare etti.

Daha sonra Suriye topraklarını fetheden Müslüman orduları Filistin'e de ulaştı. İslam Halifesi Hz. Ömer'in emriyle Kudüs 637'de fethedildi. 1070 yılında Papa İkinci Urban'ın emriyle Kudüs'ü Müslümanlardan almak için Haçlı seferleri başlatıldı. 200 yılda Kudüs için beş Haçlı Seferi gerçekleştirildi. Hıristiyanlar ele geçirdikleri şehri fazla tutamadılar ve 1244 yılında Kudüs bir kez daha gerçek hamisi Müslümanların kontrolüne geçti.

Mısır ve Arabistan'ın Osmanlılar tarafından alınmasının ardından Kudüs, 1535'de Osmanlı'nın hakimiyeti altına girdi. Osmanlı yönetimin-

de kent gelişti. Sadece gelişmekle kalmadı, Osmanlı yönetimi bitene kadar bütün dinlerin mensupları tam manasıyla barış içinde yaşadılar. İngilizlerin 1917'de Osmanlı Devleti'ni yenilgiye uğratmasının ardından Kudüs İngilizlerin yönetimine geçti. Kent de bölgede bu tarihten itibaren de bir daha gün yüzü görmedi. Kudüs, Birinci Dünya Savaşı'nın ardından Milletler Cemiyeti tarafından İngiliz mandasına verildi. İkinci Dünya Savaşı ile Birleşik Krallık Filistin Mandası'nın yıkılmasının ardından BM, holokosttan kurtulanlara bir yurt oluşturulması için ülkenin bölünmesine karar verdi. Bunun üzerine bazı Arap ülkeleri ile İsrail arasında savaş yaşandı. İsrail bu tarihten sonra Kudüs'ün bir kısmını işgal etti.

Kudüs, 1948'den 1967 yılına kadar Ürdün ile İsrail arasında bölünmüş bir kentti. İsrail 1967'de Mısır, Ürdün ve Suriye ile Altı Gün savaşına girdi ve Kudüs 1980 yılında İsrail Parlamentosu Knesset tarafından "İsra-

il'in başkenti" ilan edildi. Kudüs'ün statüsü, İsrail-Filistin çatışmasının da en merkezi sorunlarından birini oluşturuyor.

İsrail, 1967'deki Altı Gün Savaşı'nda o zamana kadar Ürdün'ün kontrolü altında bulunan Doğu Kudüs'ü işgal etti. O tarihten bu yana da İsrail işgali altında bulunuyor.

İsrail, 1980 yılında kabul ettiği kanunla Kudüs'ü başkent ilan etti. Bugüne kadar Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanıyan hiçbir devlet olmadı. Bu anlamda, Trump'ın kararı da bir ilk olma özelliği taşıyor. Filistinliler de Doğu Kudüs'ü ileride kurulacak Filistin devletinin başkenti olarak görmeye devam ettiler. Üç semavi dinin de Kudüs'te kutsal kabul ettiği mekanlarının bulunması, kentin tarih boyunca uluslararası öneme sahip olmasına yol açtı. Bu gelişme başta Türkiye olmak üzere hemen hemen bütün dünya devletleri tarafından tepkiyle karşılandı.



Atatürk'ün **FİLİSTİN'E DAİR BEYANATI**

20 Ağustos 1937 tarihinde, Dahiliye Vekâleti (İçişleri Bakanlığı) tarafından Başbakanlığa gönderilen "Matbuat Umum Müdürlüğü" antetli bir evrakta, Bombay Chronicle gazetesinde çıktığı ve Hakimiyet-i Milliye gazetesine dayandırıldığı ifade edilen bir haberden bahsediliyor. İçişleri Bakanı Şükrü Kaya imzası ile "Türkçe örneği ilişik olarak sunulmuştur" denilerek gönderilen evraka göre, söz konusu haberin başlığı "Filistin'e El Sürülemez. Kemal Paşa Avrupa'ya İhtar Ediyor" şeklinde. Bakanlık tarafından tercüme edilen haberin metni şöyle:

"Arapların arasında mevcut olan karışıklığı ve hoşnutsuzluğu, kimse bizim kadar bilemez. Biz, vâkıa birkaç sene Araplar'dan uzak kaldık. Fakat şimdi kendimize kâfi derecede güvenip ve kudretimizi bildiğimiz için, İslâmiyet'in mukaddes yerlerinin, musevilerin ve hıristiyanların nüfuzu altına girmesine mâni olacağız. Binaenaleyh şunu söylemek istiyorum ki buraların Avrupa Emperyalizmi'nin oyun sahası olmasına müsaade etmiyeceğiz. Biz şimdiye kadar dinsiz ve İslâmiyete lâkayt olmakla ittiham edildik; fakat bu ittihamlara rağmen, Peygamber'in son arzusu,

yâni mukaddes toprakların, daima İslâmiyet hâkimiyetinde kalmasını temin için, hemen bugün kanımızı dökmeye hazırız. Cedlerimizin Selâhaddin'in idaresi altında, uğruna Hıristiyanlarla mücâdele ettikleri toprakların, yabancı hâkimiyeti ve nüfuzu altında bulunmasına müsaade etmiyeceğimizi beyân edecek kadar, bugün, Allah'ın inâyetiyle kuvvetliyiz. Avrupa, bu mukaddes yerlere temellük etmek için, yapacağı ilk adımda; bütün İslâm âleminin ayaklanıp, icraata geçeceğine şüphemiz yoktur."



EN ÇOK



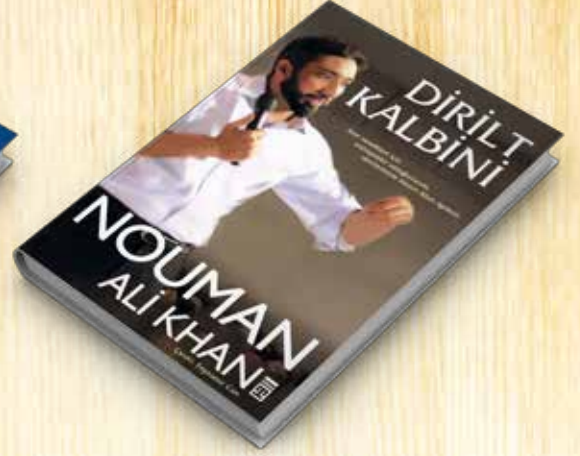
HAYAT APARTMANI

MUSTAFA ULUSOY
KAPI YAYINLARI

26 Kasım perşembe akşamı. Saat, 20.58-21.33 arası.

Hayat Apartmanı'nın önünde esrarengiz bir genç kız beliriyor. Üstünde okul üniforması var. Görünüşü biraz ürkütücü, biraz tekinsiz; sanki başka bir dünyaya ait. Hayat Apartmanı'nın kilidi bozuk kapısından bir hayalet gibi içeri süzülüyor. Issız ve karanlık merdivenlerden ağır ağır çıkmaya başlıyor. Kızın attığı her adımda bir sır açığa çıkıyor, her adımında biri ölüme daha da yaklaşıyor. Dünyanın dört bir yanına saçılmış hayatlar bir noktada birleşiyor.

Hırsız Mülayim Fikirtepe'deki gecekondusunda esrarın dibine vuruyor. Selma buğulu gözlerini televizyona dikmiş, kulağı kapıda bekliyor.



DIRİLT KALBİNİ

NOUMAN ALI KHAN
TİMAŞ YAYINLARI

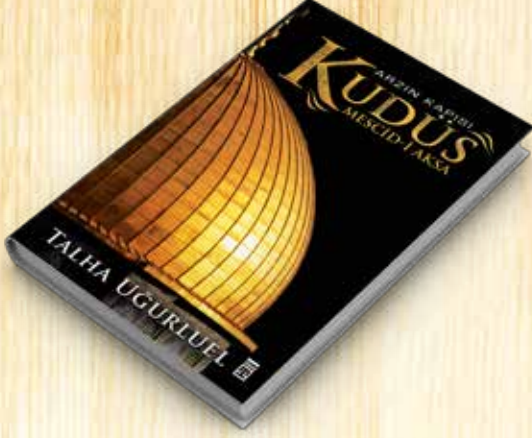
"Teknolojinin önümüze serdiği sınırsız imkânları düşündüğümüzde, bugünün insanını yakalayabilmek için samimi ve bilgece bir üsluba ihtiyacımız var. Gençlerimizin artık eski, kalın kitapları karıştırıp kafa yoracak ne vakitleri var, ne de istekleri. İslâm'ın ilkelerini ve güzelliklerini, tahrif etmeden ama muhatabı taltif ederek sunmamız gerekiyor. Buna 'din dilinin restorasyonu' dememiz caiz olursa eğer, yapmamız gereken tam da bu.

Dirilt Kalbini'yi okurken, şu ayet hep hatırlınızda olsun, zira ayette anlatılan şeyin aynıyle tezahür ettiğini göreceksiniz:

'Allah, hikmeti dilediğine verir. Kime hikmet verilmişse, ona çok büyük bir hayr verilmiş demektir. Bunu ancak, temiz akıl sahipleri düşünüp anlar.' (Bakara, 269)"



OKUNANLAR



ARZIN KAPISI KUDÜS MESCİD-İ AKSA

TALHA UĞURLUEL
TİMAŞ YAYINLARI

Kitapları, televizyon programları ve gezileriyle binlerce insanı keyifli bir tarih yolculuğuna çıkaran Talha Uğurluel anlatıyor.

Arzın Kapısı Kudüs ilk defa kullanılan fotoğraflar ve şehir haritasıyla sizi şehrin damarlarında gezdiriyor, tam bir görsel şölen sunuyor.

Kudüs... Dünyada hiçbir şehir dinler tarihi açısından Kudüs'le yarışamaz. Üç semavi dinin de bu beldeyi aziz tuttuğunu, onun için mücadele ettiğini biliyoruz.

Ya bilmediklerimiz... Anlatılmayanlar... Görülmeyenler...



MEDİNE MÜDAFAASI PEYGAMBERİMİZİN GÖLGESİNDEKİ SON TÜRKLER FAHREDDİN PAŞA

FERİDUN KANDEMİR
YAĞMUR YAYINLARI

Birinci Dünya Savaşı'nda Türklerin Çanakkale'de gösterdikleri kahramanlık destanının bir benzeri de Hicaz'da kutsal toprakların müdafasında yaşanmıştır. Mondros Mütarekesi (1918) ile Osmanlı İmparatorluğu'nu parçalayan güçlerin ve yandaşlarının karşısında Fahreddin (Türkkan) Paşa ve kumandasındaki kahraman Türk Askeri, mütareke şartlarını ve Osmanlı Sarayı'nın emirlerini hiçe sayarak bu toprakları hiçbir karşılık beklemeden dinlerine ve peygamberlerine olan engin sevgi ve saygı ile savunmuşlardır. Türk Askeri'nin bu büyük zaferi, kumandanından erine kadar vatan ve Allah yolunda; Onun yüce peygamberini ve mukaddes topraklarını savunmadaki kahramanlıklarının destanını bu eserde bir roman heyecanı ile okuyacaksınız.





BİRLİKTE KARDEŞÇE Nice Yıllara



KÜÇÜKÇEKMECE
BELEDİYESİ

Temel KARADENİZ
BELEDİYE BAŞKANI