

KÜÇÜKÇEKMECE BÜLTEN

Küçükçekmece Belediyesi Aylık Bilgilendirme ve Tanıtım Bülteni | EKİM 2017



CUMHURİYETİMİZİN 94. YIL DÖNÜMÜNÜ COŞKUYLA KUTLADIK





KÜÇÜKÇEKMECE BÜLTEN
EKİM 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 KEŞKİN
CENK TÜRKEZER

Art Director
CÜNEYT GÜRLER

Grafik Tasarım
TUBA İHTİYAR

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

İçindekiler



6

▶ AFETLERE HAZIR
KÜÇÜKÇEKMECE



8-9

▶ KÜLTÜR VE SANATIN
KALBI KÜÇÜKÇEKMECE
YENİ SEZONA HAZIR



12

▶ ULUSLARARASI İSLAM DÜNYASI
SEMPOZYUMU'NA YKB'DE EV SAHİPLİĞİ YAPTIK

▶ DİN GÖREVLİLERİ İLE
BİR ARAYA GELDİK

14

▶ CUMHURİYET BAYRAMINI
COŞKUYLA KUTLADIK

16-17

▶ YİĞİDOLAR 'BOZKIRDAKİ
CENNET'TE BULUŞTU

22-23

▶ GELENEKSEL SANATLAR AKADEMİSİ
İLK MEZUNLARINI VERDİ

26-27

▶ KIŞ ÖNCESİ BAĞIŞIKLIK
SİSTEMİNİZİ GÜÇLENDİRİN

28-30

İKLİM DEĞİŞİKLİĞİNE KARŞI İĞDE AĞACI DİKTİK

Belediyemiz, AB İklim Eylem Haftası kapsamında, İktisadi Kalkınma Vakfı AB Bilgi Merkezi işbirliğiyle Küçükçekmece Nikah Sarayı bahçesinde ağaç dikimi gerçekleştirdi.



AB İklim Eylem Haftası kapsamında, İktisadi Kalkınma Vakfı AB Bilgi Merkezi ve Küçükçekmece Belediyesi işbirliğiyle Küçükçekmece Nikah Sarayı bahçesinde ağaç dikimi gerçekleştirdi. Etkinliğe, Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan, İKV Başkanı Ayhan Zeytinoğlu, öğrenciler ve çok sayıda kişi katıldı.

“AMACIMIZ; FARKINDALIK OLUŞTURMAK”

İklim değişikliği ve çevrenin korunması konusunda farkındalık yaratmak amacıyla gerçekleşen etkinlikte 35 adet iğde ağacının dikimi gerçekleştirildi. İKV Başkanı Ayhan Zeytinoğlu, “Amacımız, İklim Eylem Haftası'nda ağaç dikimiyle farkındalık oluşturma-

bileceğimizi anlatmaktır. İğde ağacı, karbondioksitin oksijene dönüşümünde oldukça güçlü katkı veren bir ağaçtır. Bu yüzden iğdeyi seçtik. Desteklerinden dolayı Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz'e teşekkür ederim” dedi.

Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan ise, böyle anlamlı bir etkinliğe ev sahipliği yapmaktan memnuniyet duyduklarını ifade etti. Etkinlikte protokol üyeleri öğrencilerle birlikte ağaç dikti. İKV Başkanı Ayhan Zeytinoğlu, Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan'a katkılarından dolayı teşekkür ederek, plaket takdim etti. Katılımcılara fide hediye edildi.



GENÇLİK VE SPOR ŞÖLENLERİ DEVAM EDİYOR

Belediyemizin İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü ile ortaklaşa düzenlediği Gençlik ve Spor Şenlikleri ilçedeki okullarda tüm hızıyla devam ediyor. Öğrenciler, okul bahçelerinde kurulan penaltı atışı, gladyatör, canlı langırt, mini golf, bowling, ayak bilyardosu ve şişme oyun gruplarıyla gönüllerince eğleniyor.

ÖĞRETMENLERE GERİ DÖNÜŞÜM EĞİTİMİ VERDİK

Küçükçekmece Belediyesi olarak geri dönüşümle ilgili çalışmalarımıza hız kesmeden devam ediyoruz. Temizlik İşleri Müdürlüğü tarafından düzenlenen eğitimler de bu kez Kanarya İlkokulu öğretmenleri geri dönüşüm konusunda bilgilendirildi.



MÜZİK AKADEMİSİ'NDE HARABAT TRİO DİNLETİSİ

Küçükçekmece Belediyesi Müzik Akademisi 'Harabat Trio' dinletisine ev sahipliği yaptı. Gitarada Emre Ay, bağlamada Ayhan Aydın ve Volkan Kaplan'ın konuk olduğu dinleti programı, Müzik Akademisi öğrencilerinden ve müzikseverlerden büyük ilgi gördü.

UZMANLARDAN ÖNEMLİ BİLGİLER

Atakent Acıbadem Hastanesi işbirliğiyle düzenlediğimiz "Kısırlık ve Tüp Bebek Tedavisi" konulu söyleşide, Çocuk İstiyorum Dayanışma Derneği Başkanı Aliye Sibel Tuzcu ve Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Yrd. Doç. Turgut Aydın katılımcılara önemli bilgiler verdi.



BAYAMER EĞİTİM GÜNLERİ BAŞLIYOR

Bağımlılıklara "hayır" diyen Küçükçekmece Bağımsız Yaşam Merkezi tüm yıl boyunca 7'den 77'ye devam ettiği eğitimlere bir yenisini daha ekliyor. Uzman ekipler ilçemizdeki okullarda öğrenci ve ailelere yönelik seminerlerde sizlerle olacak.



3D SINEMA İLE OKULLARDAYIZ

3D sinema teknolojisini Küçükçekmece öğrencilerimizin ayaklarına götürüyoruz. Son teknolojiyi Küçükçekmece'deki tüm okullarda, öğrencilerle buluşturuyoruz. Bu kez Öğretmen Yusuf Kardeş İlkokulu öğrencilerimize 3D Sinema ile misafir olduk. Çocuklarımız, gençlerimiz ve her yaştan insanımızla mutluluğu, dostluğu paylaşarak, çoğaltıyoruz.

BAŞBAKAN YARDIMCIMIZ KÜÇÜKÇEKMECE'DE

Belediye Başkanımız Temel Karadeniz, Başbakan Yardımcısı Bekir Bozdağ'ın teşrifleriyle İstanbul Aydın Üniversitesi'nin akademik yılı açılış programına katıldı. Ardından Bozdağ ve Temel, Aydın Düşünce Platformu'nun düzenlediği 'Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi' konulu toplantıya da katıldı.



REZERV KONUTLARI YÜKSELİYOR

Yenimahalle, İmaret Caddesi üzerinde, Tepeüstü Mezarlığı'nın altında bulunan alanda inşaatı devam eden Kentsel Dönüşüm Rezerv Konutları projesi yükseliyor. 15.000 m² kapalı inşaat alanı olan projede 108 konut, 4 mağaza ve kapalı otopark bulunmaktadır.

'YARDIM EVİ'Nİ UZAT KERMESİ

AK Parti İstanbul Kadın Kolları Başkanlığı'nın, Arakanlı kardeşlerimiz için "Yardım Evini Uzat" sloganı ile Eminönü Meydanı'nda düzenlediği kermesi, Belediye Başkanımız Temel Karadeniz ve Küçükçekmece AK Parti İlçe Başkanı Mustafa Korkut ziyaret etti.



MUHTARLAR GÜNÜ'NÜ KUTLADIK

Muhtarlar Günü vesilesiyle Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya ve Belediye Başkanımız Temel Karadeniz, ilçemizin 21 mahallesinin muhtarları ile Atakent Selçuklu Sosyal Tesisleri'nde bir araya gelerek hem günlerini kutladılar hem de istişare toplantısı yaptılar.

AFETLERE HAZIR KÜÇÜKÇEKMECE

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 taniması ve nasıl hareket edeceğini daha iyi kavramasıdır. Dilerim böyle afetler hiç ya-

şanmaz ama ülkemizin gerçeği olduğunu ve önlem almayı da unutmamız gerekiyor” diye konuştu.

“FARKINDALIK YARATIYOR”

Mahalle Afet Gönüllüleri Acil Müdahale Ekibi Amiri Hüseyin Karadayı ise afetlere karşı hazırlıklı olunması gerektiğine dikkat çekerek, “Küçükçekmece Belediyesi bu konuyu çok önemsiyor. Burada öğrendik ki, belediye afetlere hazır. Bu tatbikatlara afetlere daha hazır hale geldiğimiz gerçeğini unutmamız 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.

BAŞKAN KARADENİZ, 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 ettirildi.

“AŞURE BİZE KARDEŞLİĞİ HATIRLATIYOR”

Küçükçekmece'de aşure ikramının bu yılki 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 kaynayarak, birbirinden çok farklı yiyeceklerin 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.



KÜLTÜR VE SANATIN KALBI KÜÇÜKÇEKMECE YENİ SEZONA HAZIR

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



Küçükçekmece Belediyesi 2017-2018 kültür-sanat sezonunu açıldı. 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 Türkkan 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 türküleri yorumladı. Hüseyin Köroğlu'da Eyüboğlu'nun şiirlerini kendine özgü üslubuyla seslendirdi.

"KÜÇÜKÇEKMECELİLER ÇOK ŞANSLI"

▶ Açılışa katılan AK Parti İstanbul Milletvekili Halis Dalkılıç yaptığı konuşmada, kültür ve sanatı içselleştirmiş bir başkana sahip oldukları için Küçükçekmecelileri çok şanslı 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 Küçük-



çekmece 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 bahtiyarlığını yaşıyoruz.

Ustanın şöyle bir ifadesi vardır: "Benim şiirlerimi eleştirebilirsiniz, resimlerimi eleştirebilirsiniz fakat öğretmenliğimi eleştiremezsiniz" Hep Türk halkına, sanatseverlere, 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.

"14 ARALIK'A DEK GEZİLEBİLİR"

▶ "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. Sanatseverler sergiyi 14 Aralık tarihine kadar Cennet Kültür ve Sanat Merkezi'nde görebilir" dedi.

İSTİHDAM MASASI İŞ BAŞINDA

Küçükçekmece Belediyesi İstihdam Masası işveren ve iş arayan vatandaşları buluşturmaya devam ediyor.



Sosyal Yardım İşleri Müdürlüğü İstihdam ve Kariyer Merkezi'nin gerçekleştirdiği "Toplu Kariyer Görüşmeleri" kapsamında 2014 yılından bu yana 10 binin üzerinde Küçükçekmeceliye iş fırsatı sunularak, 2binin üzerinde kişinin istihdamına aracılık edildi.

'Toplu Kariyer Görüşmeleri'nin bir yenisi geçtiğimiz günlerde Küçükçekmece İyilik Merkezi'nde gerçekleştirildi. Sosyal Yardım İşleri Müdürlüğü İstihdam ve

Kariyer Merkezi ile personel istihdamını arttırarak faaliyet alanını genişletmeyi planlayan tanınmış iletişim firması General Mobile tarafından düzenlenen toplu görüşmelerde iş arayan 80 vatandaş firmanın yeni çalışanı oldu.

Yeni işlerinin heyecanını yaşayan vatandaşlar, bu süreçte kendilerine destek veren Küçükçekmece Belediyesi'ne teşekkür etti.

NEŞET ERTAŞ'I TÜRKÜLERİYLE ANDIK

Abdallık geleneğinin son büyük temsilcisi, halk ozanı Neşet Ertaş Küçükçekmece Belediyesi'nin düzenlediği programda türkülerıyla anıldı.



Anadolu'nun usta sesi Neşet Ertaş'ı andık. Başak İkiz'in sunuculuğunu yaptığı programa, geçtiğimiz günlerde Ankara Güzel Sanatlar Üniversitesi Rektörlüğü'ne atanan halk müziği sanatçısı, bağlama ustası Prof. Dr. Erol Parlak ve öğrencileri olan genç sanatçılar Fatma Şahin Aydoğan ile Erhan Uslu konuk oldu. Usta sanatçı Neşet Ertaş'ın dillere destan türkülerini seslendiren konuklar, dinleyenleri icralarıyla mest etti. Programa çok sayıda Küçükçekmecelinin yanı sıra Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan da katıldı.

"ONUN SÖYLEDİKLERİ GERÇEKTI"

Neşet Ertaş'ın hayatını kitabına konu eden ve sanatçıyla çokça vakit geçiren Prof. Dr. Erol Parlak,

usta sanatçıyı şu sözlerle anlattı: "Cıvalı imaj devrinde yaşıyoruz. Her toplum kendi gerçeğini yaşıyor. Bizim topraklarımız dünyanın en zengin kültürüne sahip. Aşıklarımız, ozanlarımız var. Büyük değerlerimiz var. Neşet Ertaş, tarihin kaydettiği eşi benzeri olmayan bir usta. 60 yıl bize türküler söyledi. Her kuşak onda kendisini bulabiliyor. Evrensel olanlar bizim ustalarımızdır. Onun söyledikleri tamamen gerçektir. Her toplum kendi gerçeğini yaşıyor. Bu çağın ürünleri ise kulak bile doldurmuyor. Neşet Ertaş bu yüzden ölümsüz ve ahirdir. Söylediği her şey gerçek ve sahicidir." diye konuştu. Program sonunda Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan, konuklara teşekkür ederek, çiçek takdim etti.

ULUSLARARASI İSLAM DÜNYASI SEMPOZYUMU'NA YKB'DE EV SAHİPLİĞİ YAPTIK

İslam dünyasına ilişkin pek çok konunun masaya yatırıldığı Uluslararası İslam Dünyası Sempozyumu'nun kapanış oturumu Küçükçekmece Belediyesi Yahya Kemal Beyatlı Gösteri Merkezi'nde gerçekleştirildi.



İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi bünyesindeki İslam ve Küresel İlişkiler Merkezi (CIGA) tarafından düzenlenen sempozyumun kapanış oturumunun moderatörlüğünü CIGA Başkanı Dr. Sami Al-Arian gerçekleştirdi. Kapanış oturumuna: Georgetown Üniversitesi'nden Dr. John Esposito, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Mehmet Bulut, Oxford Üniversitesi'nden Dr. Tarrık Ramazan konuşmacı olarak katıldı. Sempozyumu Küçükçekmece Belediye Başkan Vekili Besim Müftüoğlu ve çok sayıda katılımcı izledi. Sempozyumun

kapanış oturumunda konuşmacılar, İslam dünyasının içinden geçtiği problemler ile Müslüman ve Batı dünyası arasındaki ilişkileri değerlendirdi.

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Mehmet Bulut, Türkiye'nin son 15 yılda kaydettiği ilerlemenin sebeplerini anlatarak, sempozyuma katkı sağlayan tüm konuklara teşekkür etti. İslam ve Küresel İlişkiler Merkezi Başkanı Dr. Sami Al-Arian oturum sonunda konuşmacılara teşekkür ederek, plaket takdim etti.

15 TEMMUZ'U UNUTMADIK UNUTTURMAYACAĞIZ

İlçedeki okullarda kurduğumuz "15 Temmuz" konulu fotoğraf sergisiyle 15 Temmuz ruhu okullarda anlatılmaya devam ediyor.



Küçükçekmece Belediyesi 15 Temmuz konulu fotoğraf sergisi ile okullarda 15 Temmuz ruhu canlı tutuyor. Bu kapsamda, Dr. Hulusi Behçet Ortaokulu, 15 Temmuz'da vatandaşların ve güvenlik güçlerinin gösterdiği kahramanlığı, milletin ortaya koyduğu iradeyi anlatan fotoğraflardan oluşan sergiye ev sahipliği yaptı. Anadolu Ajansı'nın

kadrajına yansıyan fotoğraflardan oluşan sergi, öğrencilerden de büyük ilgi gördü. Sergiye, eğitim yılı boyunca ilçedeki okullar ev sahipliği yapacak. Öğrencilerin, bilinçli, şuurulu, milli ve manevi değerlerine sahip olan bir gençlik olarak yetişebilmesi adına kurulan sergiyle, 15 Temmuz'un unutturulmaması amaçlanıyor.

DİN GÖREVLİLERİ İLE BİR ARAYA GELDİK

Camiler ve Din Görevlileri Haftası vesilesiyle ilçemizdeki din görevlileri ile bir araya geldik.



▶ İlçede görev yapan din görevlilerini bir araya getiren yemeğe; Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, İlçe Müftüsü Mustafa Temel, Küçükçekmece AK Parti İlçe Başkanı Mustafa Korkut, İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Kalam Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Ömer Aydın da katıldı.

Kuran-ı Kerim tilavetiyle başlayan programda, Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, din görevlilerinin haftasını kutlayarak, programı düzenleyen Başkan Temel Karadeniz ve İlçe Müftüsü Mustafa Temel'e teşekkür etti.

“HEM MANEN HEM MADDEN HİZMET”

▶ Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz katılımcılara, “Küçükçekmece'ye yaptığınız hizmetler için teşekkür ederim. Hocalarımız bizlere sadece manen değil, madden de hizmet ediyor. Allah hepinizden razı olsun. Bu ülkede insanların dinle bağlantılarını zayıflatmaya çalışan yaklaşımlara da maruz kaldık. Ramazan ve Kurban Bayramlarımızı

dansözle kutlayanlara da şahit olduk. Bu kadar büyük tahribata rağmen, bugün yine Allah diyorsak bu din görevlilerimizin başarılı vesilesi sayesinde. Haftanız kutlu olsun” sözleriyle seslendi.

“ÖTEKİLEŞTİRMEYELİM”

▶ İlçe Müftüsü Mustafa Temel de birlik ve beraberliğin önemine dikkat çektiği konuşmasında, “Kimseyi ötekileştirmeyelim. Bazıları var ki cami-deki Müslümanların başına vurmuşçasına onları rencide eden davranışlar sergiliyor. Ancak Yunus Emre diyor ki, 'gönüller yapmaya geldik.' Gönüller yıkan olmamalıdır. İnsanları ötekileştirmemeliyiz. Bu düşüncüyü topluma geçirmenin yolu, öncelikle bizlerden geçiyor” dedi.

Din Görevlileri Derneği Başkanı Erol Özdemir de programı düzenleyen Başkan Temel Karadeniz ve İlçe Müftüsü Mustafa Temel'e teşekkür etti.

Programda ilçeye hizmet eden din görevlilerine protokol tarafından plaket takdim edildi.

“SANATIN İZİ” AKSM'DE

Küçükçekmece Belediyesi Atakent Kültür ve Sanat Merkezi, sanatçı Nalan Manyaslı Alakent'in ilk kişisel resim sergisine ev sahipliği yaptı.



▶ 2008 yılından günümüze çok sayıda karma sergiye katılan Alakent'in, 'Sanatın İzi' başlıklı ilk sergisinde yağlı boya, toz pastel ve karışık teknikle hazırlanmış 41 resmi yer alıyor.

15 KASIM'A DEK İZLENEBİLİR

▶ Yaşamdaki her şeyin birbiriyle ilgisi olduğunu ifade eden Ressam Alakent, yaptığı resimlerde eski, kullanılmış, hatırası olan objelere ve özellikle ahşap malzemeye ağırlık verdiğini ifade etti. Resim yapmanın yetenekten ziyade hevesle ilgili olduğunu söyleyen Alakent, resim yapmak için estetik bir dünya görüşüne sahip olmak gerektiğini de dile getirdi. Sergi, 15 Kasım'a dek AKSM'de izlenebilir.



CUMHURİYET BAYRAMINI COŞKUyla KUTLADIK

29 Ekim Cumhuriyet Bayramı'nın 94. Yıldönümünü, fener alayı yürüyüşü, Yusuf Güney konseri ve daha birçok etkinlikle kutladık.



Selçuklu Parkı Amfi Tiyatroda 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 Temel Karadeniz, herkesin Cumhuriyet Bayramı'nı kutlayarak, "Bugün Türkiye Cumhuriyeti'nin doğum yıldönümü, 94. yıldönümümüzü 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 böldürtmeyeceğiz, bayrağımızı indirtmeyeceğiz, ezanımızı dindirtmeyeceğiz, bayramınız kutlu olsun" diye konuştu.

SAHNE YUSUF GÜNEY'İN

Küçükçekmecelilerin yoğun ilgi gösterdiği konserde sahne alan ünlü şarkıcı Yusuf Güney en sevilen şarkılarını hayranları için seslendirdi. Konseri



izlemeye gelen vatandaşlar da konser coşkusuna ortak olarak ünlü sanatçının şarkılarına hep birliktelikte eşlik etti. Ayrıca konser sonunda Küçükçekmece Belediye Başkan Temel Karadeniz ve Kaymakam Harun Kaya sanatçıya teşekkür ederek çiçek takdim etti.

MINİKLERDEN GURUR VERİCİ KOREOGRAFI

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 puzzleda çocuklar Türkiye haritasını bir araya getirdi.

Ayrıca her yıl olduğu gibi bu yılda Küçükçekmeceli öğrenciler Cumhuriyet için koştu. 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.

PIATANGO BÜYÜLEDİ

Tango müziğini bambaşka ve yepyeni bir bakış açısıyla yorumlayan Piatango, "Yeni Aşk" isimli albümüyle Küçükçekmece Belediyesi Atakent Kültür ve Sanat Merkezi'nde keyifli bir konser verdi.



Modern Arjantin tangosunun yaratıcısı Astor Piazzolla'nın sıra dışı stilinden ilham alarak 2007 yılında kurulmuş olan ve tango müziğini bambaşka bir bakışla yorumlayan Piatango, Küçükçekmece Belediyesi'nin düzenlediği konserde, müzikseverlerle buluştu.

İLGİYLE İZLENDİ

Klasik tangonun içsel ve melodik örgüsünü, etnik ve modern armoniler ve tınlarla harmanlayarak tüm müzikseverlere evrensel ve özgün müzik ziyafeti sunan grup beğeniyle izlendi. Piatango, konserde 'Yeni Aşk' albümlerinden tango örneklerini de icra etti.

DOSTLUK KAZANACAK

Okullar Arası Futbol Turnuvası, Nihat Yüceur Spor Tesisleri'nde oynanan maçlarla başladı.



Bu yıl yapılacak olan Okullar Arası Futbol Turnuvası, Nihat Yüceur Spor Tesisleri'nde start aldı. Turnuvanın açılış maçı öncesi konuşan İlçe Gençlik Hizmetler ve Spor Müdürü Göksun Öz, tüm takımlara başarılar dileyerek dostluğun kazanmasını temenni etti. Göksun Öz, turnuvayı düzenlemedeki amaçlarının, Küçükçekmece'de öğrencilere sporu sevdirmek ve dostlukları pekiştirmek olduğunu ifade ederek, "Spor sayesinde okullar arasında yeni

dostluk ve arkadaşlıklar oluşturmak istiyoruz" dedi. Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, tüm sporculara başarılar dileyerek, spora ve sporcuya destek vermeye devam edeceklerini ifade etti.

Turnuvada, 10 grupta 31 kız,73 erkek futbol takımı olmak üzere 104 takımdan 1248 sporcu, 25 Ekim - 4 Aralık tarihleri arasında takımlarının başarısı için mücadele verecekler.

MINİK ÖĞRENCİLER MINİK DOSTLARINI ZİYARET ETTİ

4 Ekim Dünya Hayvanları Koruma Günü dolayısıyla Küçükçekmeceli öğrenciler, Küçükçekmece Belediyesi Sokak Hayvanları Rehabilitasyon Merkezi'ni ziyaret etti.



Küçükçekmeceli minik öğrenciler, "Dünya Hayvanları Koruma Günü" kapsamında bir etkinlik düzenlediler. Bu anlamlı günde sessiz dostlarını unutmayan öğrenciler, yaşlılarına ve ebeveynlere "Hayvanlara Sahip Çıkalım" mesajı verdi. Anaokulu ve ilkokul öğrencileri, barınaktaki kedi ve köpeklerle bir araya gelerek, barınak yetkililerinden hayvanlarla ilgili bilgi aldı. Gelecek nesillere hayvan sevgisini aşılama amacıyla yapılan ziyarette, öğrenciler keyifli zaman geçirdi.

"ONLARA ZARAR VERMEMELİYİZ"

Hayvanların hakları olduğunu ifade eden 4. sınıf

öğrencisi Ezgi Eren, "Sadece bir gün değil her gün hayvanlara iyi davranmalıyız. Ben hayvanları çok seviyorum. Onlar da birer canlı. Bize zarar verilse biz ne hissederdik düşüncesiyle onlara yaklaşmalıyız. Onlara bir kap su ve yemek koymayı ihmal etmeyelim" diye konuştu.

"HAYVANLARI MUTLU ETMEK ÇOK KOLAY"

Hayvanlara olan sevgisini dile getiren Mehmet Emin Ünalı ise, hayvanlara sahip çıkılması gerektiğini ifade ederek, onları mutlu etmek için bir kap su ve mamanın yeterli olduğunu ifade etti.

EMZİRME HAFTASINDA ANNELERE ÖNEMLİ BİLGİLER

'1-7 Ekim Emzirme Haftası' dolayısıyla düzenlenen sempozyuma katılan anne adaylarına, yeni doğan bebeklerin ihtiyaçlarına yönelik hazırlanan bebek çantası hediye ettik.



Kanuni Sultan Süleyman Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde gerçekleştirilen sempozyumda anne adaylarına, anne sütünün öneminden bahsedilerek, konuyla ilgili doğru bilinen yanlışlara dikkat çekildi. Programın açılış konuşmasını gerçekleştiren Hastane Başhekimi Doç. Dr. Kerem Erkalp, sempozyuma katılan anne adaylarına teşekkür etti.

"NORMAL DOĞUM YAPMALI VE EMZİRMELİSİNİZ"

Ardından Hastane Yenidoğan Klinik Sorumlusu Doç. Dr. Merih Çetinkaya, 'Bebek Beslenmesinde Neden Anne Sütü?' konulu sunumunu gerçekleştirdi. Çetinkaya, her bebek için kendi annesinin sütünün en uygun besin olduğunu ifade ederek, "Hamilelikle beraber ilk 1000 gün bebeğimiz için büyük önem taşıyor. Bebeğin büyümesinin en hızlı olduğu dönem bu dönemdir. Bu büyümeyi belirleyen en önemli şey beslenme şeklimizdir. Beynin en fazla ağırlık kazandığı, bağışıklık sisteminin de en fazla geliştiği dönem bu dönemdir. Anne sağlıklı bir gebelik geçirmeli, normal doğumu tercih etmelidir. Ek gıda dönemine zamanında başlanmalıdır. Antibiyotik

kullanımından uzak kalacaksınız. Bebek normal doğarsa annesinin florasını alarak, sağlıklı doğuyor. Anne sütünde o kadar çok bileşen var ki bebek bunu da alınca yaşama hızlı bir şekilde başlıyor. Bu şekilde bebeğin sağlıklı bir şekilde bağırsak florası gelişmiş olacak. Bağırsak bizler için çok önemli çünkü beynimizdeki hücrelerin aynısı bağırsakta da var" diyerek, tavsiyelerde bulundu.

"ANNE SÜTÜ İLK PROBIYOTİK VE İLK ÇOKLU AŞIDIR"

Ek gıdaya erken başlamanın yanlış olduğunu söyleyen Doç. Dr. Merih Çetinkaya, "Yeni doğan bebek ilk 1 ay içinde 500 gram almalıdır almıyorsa ve normalde 3 ila 8 kez dışkılama yapıyorsa o zaman sütünüz yetmiyordur. Bu durumda ilk tercihimiz anne sütüne yakın formül bileşenler olmalıdır. Anne sütü, ilk probiyotik, ilk fonksiyonel gıda, ilk çoklu aşı, ilk bireysel ilaç ve bebeğe özgü ilk tek besindir. Emziren anneler, daha kolay aldıkları kiloları verebilir. Ayrıca anne sütü onlar için doğal sakinleştiricidir. Hiçbir besin anne sütünün yerini tutamaz" diye konuştu.

YİĞİDOLAR 'BOZKIRDAKI CENNET'TE BULUŞTU

Bu yıl 8.si düzenlenen Sivas Günleri, 'Bozkırdaki Cennet' konsepti ile Yenikapı'da yapıldı.



İstanbul Yenikapı'da Sivas Günleri etkinliği düzenlendi. 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.

SİVAS ANADOLU'NUN ÖZÜDÜR

Açılış töreninde konuşan Milli Eğitim Bakanı İsmet Yılmaz, "Sivas bizim kimliğimiz. Bizi biz yapan değerlerin özü, sırtımızı yasladığımız dağ gibidir. Sivas, Anadolu'nun özüdür. Kuvay-i Milliye'dir, Cumhuriyet'tir, 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. Gurbet-

te yaşayan hemşerilerimiz bu etkinlik sayesinde bir nebze de olsa sıla özlemini giderecektir. Sivas türküleriyle 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 İLGI"

"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.



KÜÇÜKÇEKMECE'DE YEŞİLÇAM GECESİ

Yeşilçam'ın efsane isimlerini, Tarihi Merkezefendi Köftecisi Halkalı restoranında düzenlenen yemekte 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 Gece-si'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.

MINİK SPORCULARIN FUTBOL TURNUVASI FARK İLE BAŞLADI

'11. Küçükçekmece Belediye Başkanlık Minikler Futbol Turnuvası' Halkalı Taştepespor, Söğütlüçeşme Birlikspor takımları arasında oynanan açılış maçı ile start aldı.



Küçükçekmece Belediyesi ve Küçükçekmece Amatör Spor Kulüpleri Destekleme Derneği ile ortaklaşa düzenlenen 11. Küçükçekmece Belediye Başkanlık Minikler Futbol Turnuvası açılış maçında Halkalı Taştepespor, Söğütlüçeşme Birlikspor'u 9-1 yendi. Küçükçekmece genelinden 22 takımın katıldığı turnuvada, final müsabakaları sonucunda turnuvayı kazanan takım belli olacak.

Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz de turnuvaya katılan tüm sporculara başarılar dileyerek, spora ve sporcuya destek vermeye devam edeceklerini ifade etti.

"MİLLİ SPORCULAR YETİŞTİRECEĞİZ"

► Küçükçekmece Amatör Spor Kulüpleri Destekleme Dernek Başkanı Seymen Gençtürk, sporun

gençler ve çocuklar için önemine dikkat çektiği konuşmasında, "Toplumun her kesimine ulaşarak sosyo kültürel ve sportif faaliyetleri öne çıkarmanın gayreti içerisindeyiz. Özellikle gençler ve minikler kategorilerinde yapılacak faaliyetler gelecekteki spor faaliyetlerinin alt yapısını oluşturacaktır. Küçükçekmece Belediyesi'nin miniklere sporu sevdirmek ve teşvik etmek amacıyla geleneksel olarak düzenlediği turnuvanın 11.sini bugün başlatmış bulunmaktayız. Buraya yavrularımızı gönderen ailelerine, emeği geçen eğitmenlere katkılarından dolayı teşekkür ederim. Bu turnuvanın takımlar arasındaki kaynaşmayı sağlayacağına, çocuklarımızın sosyal aktivitelerine katkıda bulunacağına inanıyorum. Küçükçekmece, sporun her alanında büyük başarılar imza atarak milli sporcular yetiştirmiştir. Bu başarılar bizi de mutlu ediyor" dedi.

GELENEKSEL SANATLAR AKADEMİSİ İLK MEZUNLARINI VERDİ

Gelenekten geleceğe köprü olan Küçükçekmece'mizin gururu Geleneksel Sanat Akademisi, ilk mezunlarını, düzenlenen törenle onurlandırdı.



Küçükçekmece Belediyesi Geleneksel Sanatlar Akademisi'nin düzenlediği 'Çerağ' isimli mezuniyet programı renkli görüntülere sahne oldu. Düzenlenen törende, üç yıl boyunca çeşitli sınavlardan geçerek mezun olan, Akademinin 150 öğrencisi sertifikalarını aldı. Programa, Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Besim Müftüoğlu, GSA'nın alanında uzman eğitimcileri ve öğrenciler katıldı.

TECRÜBELERİNİ PAYLAŞTILAR

➤ GSA'nın duayen eğitimcileri Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Hüsrev Subaşı, Yrd. Doç. Latife Aktan Özel, Öğretim Görevlisi Semih İrteş ve Kat'ı üstadı Dürdane Ünver 'Sanat Eğitiminde Geleneksel Disiplin' konulu panelde öğrencileriyle tecrübelerini paylaşarak, onlara geleceğe dair tavsiyelerde bulundu.

'BAŞKAN KARADENİZ'E TEŞEKKÜRLER'

➤ Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Hüsrev Subaşı, gelenekten geleceğe köprü kurarak kendilerine imkan sağlayan Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel

Karadeniz'e teşekkür etti. Panelin ardından Hakan Dedeler ve Meriç Dönük'ün katılımıyla Ehl-i Makam dinleti programı gerçekleştirildi. Coğrafyamızın farklı yörelerine ait formlarda eserleri icra eden ikili, beğeniyle dinlendi.

'HER ALANDA YANINIZDAYIZ'

➤ GSA öğrencilerine mezuniyet sertifikaları eğitimcileri ve Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Besim Müftüoğlu tarafından takdim edildi. Müftüoğlu, Küçükçekmece Belediyesi'nin yerel yönetim olarak her alanda vatandaşların yanında olduğuna dikkat çektiği konuşmasında, GSA'nın eğitimcileri ve öğrencilerini tebrik etti.

'ÇERAĞ İZLEYİCİYLE BULUŞTU'

➤ Mezuniyet programı kapsamında mezun olan öğrencilerin eserlerinden oluşan 'Çerağ' isimli sergi de izleyiciyle buluştu. Tezhip, Minyatür, Ebru, Çini, Cilt, Katı, Kaligrafi, branşlarında mezun olan ve proje gruplarına dâhil olan öğrencilerin 8 ay hazırlık yaparak ürettikleri eserler, geleneğe bağlı kalarak oluşturulmuş yeni tasarımlar olarak dikkat çekiyor.

KIŞ GELİYOR KENDİNİZE DİKKAT EDİN

Kış mevsiminde bağışıklık sisteminin daha fazla önem taşıdığını unutmayın. Eğer yeterli miktarda protein tüketmezseniz vücudunuz enfeksiyonlara karşı zayıf olabilir. Bu nedenle bağışıklığı güçlendirmek için bazı yiyeceklere yönelmek yerine kendinize dengeli bir beslenme programı oluşturmalsınız.



Kış mevsimi, genellikle sağlık sorunlarının artış gösterdiği bir özelliğe sahiptir. Bunu için vücudumuzu ayakta tutan bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi büyük önem taşıyor. Güçlü bir bağışıklık sistemi bir yandan bizi hastalıklara karşı korurken bir yandan da var olan sorunlarla daha kolay baş etmemizi sağlar.

Bir insanın, bağışıklık sisteminin güçlü olmasını sağlamanın ilk şartı temizlik kurallarına riayet etmek ve dengeli beslenmeye özen göstermektir.

Temizlik denilince sadece kişisel temizlik anlaşılmalıdır. Bunu içerisine bulunduğunuz mekanları, yediğiniz gıdaları ve kullandığınız her tür eşya ve malzemeyi dahil etmelisiniz. İşyerinizi, evlerinizi veya bulunduğunuz ortamları yeteri kadar havalandırmanız da bunun bir parçasıdır.

İyi bir bağışıklık sistemi için dengeli ve sağlıklı beslenmeye özen göstermeniz gerekir. Şeker, beyaz un ve türevleri bağışıklık sisteminin düşmanıdır. Günümüzün beslenme alışkanlıklarında bu tür yi-

yeceklerin tüketimi hızla artmakta ve bunlar, insan vücudun için gerekli olan, vitamin ve amino asit bakımından zengin yiyeceklerin yerini almaktadır. Oysa beslenme uzmanları bu yiyecekleri 'boş kalori' olarak tarif ediyorlar.

Uzmanlar 100 gram şekerin (bu yaklaşık olarak bir litre soda da bulunan şeker miktarıdır) bağışıklık sisteminin omurgasını oluşturan akyuvarların çalışmasını beş saat süreyle olumsuz etkilediğini belirtiyorlar.

Yetersiz beslenme nedeniyle zayıflayan bağışıklık sistemi vücudu enfeksiyonlara açık hale getirir ve yaralar daha geç iyileşir. Araştırmalar bağışıklığın yaşla birlikte zayıfladığını ortaya koymaktadır.

Belirli yaşlardan itibaren bağışıklığı güçlendiren yiyecekler tüketmek hastalıklara yakalanma riskinin önemli ölçüde düşürülmesine yardımcı olur. Ayrıca yine tükettiğimiz gıdalar yardımıyla bulaşıcı hastalıkların daha sık görüldüğü kış aylarında daha etkin bir korunma sağlayabiliriz.



BAĞIŞIKLIK SİSTEMİNİ GÜÇLENDİREN VİTAMİN VE MİNERALLER

► Hemen hemen her vitaminin bağışıklık sisteminin korunmasına belirli bir ölçüde katkı sağlar. Bunların başında C Vitamini gelir. C vitamini (askorbik asit) en bilinen ve üzerine en çok araştırma yapılan besin maddesi olarak dikkat çekiyor. Günde birkaç grama kadar C vitamini dozu almak güvenlidir. Daha yüksek dozlarda alındığı zaman, vücudun gerçek anlamda kullandığı C vitamini miktarı azalırken, vücuttan atılan miktar artar. Yine de günde 10 grama kadar günlük C vitamini dozlarının zararlı olmadığı genel kabuldür.

Sigara içenlerin, içmeyenlere göre iki kat daha fazla C vitaminine ihtiyaçları vardır. C vitamini vücuttaki histamin seviyelerini kontrol altında tutar. C vitamini eksikliği kandaki histamin seviyelerinin yükselmesine neden olur. Histamin, alerjik veya astımatik durumlarda salgılanır ve alerjik semptomların da nedenidir. Uzmanlar alerji şikayeti olanların veya astım hastalarının günde en az 800 mg C vitamini

almasının öneriyor. C vitamini eksikliği bağışıklık savunmasını zayıflatır. Özellikle grip mücadele ederken ilaçlarınızla birlikte C vitamini almanız gerekir.

D Vitamini de güçlü bir bağışıklık sistemi için gereklidir. Ancak bu vitamin besinlerde pek bulunmaz ve UV ışını yoluyla cilt tarafından sentezlenir. Ciltte D vitamininin sentezlenebilmesi için, güneş gökyüzünde en az 30 derece açıyla gelmeli ve güneş ışınları cilde en az 3 UV indeksinde ulaşmalıdır. 2007 yılında yürütülen bir çalışmada, üst solunum yolu enfeksiyonları/astım ile kandaki D vitamini seviyelerinin düşük olması arasında net bir bağlantı görülmüştür.

B Vitaminleri, E Vitamini, A Vitamini, Çinko, Bakır, Selenyum, Manganez, Demir gibi vitamin ve mineraller bağışıklık sistemi için gereklidir. Vücudunuzda bu mineral ve vitaminlerin yeterli miktarda bulunmasını sağlamalısınız. Bunların büyük bölümünü dengeli ve sağlık beslenme kurallarına uyduğunuz zaman doğal yollardan almış olursunuz.



BİTKİSEL MALZEMELERLE DESTEK

► Sağlıklı ve dengeli beslenme bağışıklık sisteminin destekleyen en önemli faktörlerden biridir. Vücudun yeterli miktarda vitamin ve mineral alması, protein, karbonhidrat ve yağ bakımından dengeli bir beslenme programı ile bağışıklık kalkanını her an çalışır halde tutabiliriz. Tam tersi durumda ise yetersiz beslenme hastalıklara yakalanma riskini arttırmakta ve hastalıkların iyileşme süresini uzatmaktadır. Bağışıklığı güçlendiren yiyecekler dendiğinde belirli bir besin grubunun veya belirli vitaminlerin akla gelmesi tam olarak doğru değil. Çünkü bağışıklık sisteminin güçlü olması pek çok vitamin ve mineral yanı sıra alınan protein miktarına, esansiyel yağ asitlerine, karbonhidrata, yani beslenmenin geneline bağlıdır.

Halk arasında 'bitkisel ilaç' diye adlandırılan besin takviyeleri, vitaminleri zenginleştirir ve bağışıklık sisteminin güçlenmesine katkı sunar. Ancak bunları kesinlikle kulaktan dolma bilgilerle kullanmayın. Bu konuda mutlak surette uzmanların sesine kulak

verin. Birine iyi gelen bir besin ya da bitki, taşıdığınız herhangi bir sağlık sorunundan dolayı sizde tam aksi bir etkiye yol açabilir. Bu konuda kaş yapmaktan uzak durun. Tabiatta doğal olarak yetişen Yaban Mersini'nin idrar yolu sağlığını (mesane, ve böbrekler) desteklediği bilinir. Yaban Mersini ile mesane enfeksiyonlarının süresinin ve ciddiyetinin azaltılabileceğini gösteren birçok çalışma mevcuttur.

Çam kabuğu ekstresinde de vücudun C ve E vitaminlerini işlemeye yardımcı olan pro-antosiyanidin içeriği yüksektir. Vücut bu şekilde bu antioksidanları gerekli olduğu zaman dönüştürme şansına sahip olur. Soğuk algınlığı üzerine yapılan bir çalışmada bağışıklık sistemi üzerinde olumlu etkileri olduğu tespit edilmiştir. Çam kabuğu ekstresi, C vitamini ve çinko besin takviyesi soğuk algınlığı süresini %50'ye kadar azaltmaktadır.

Risk taşıyan bir bağışıklık sistemi kendini birkaç gün veya hafta içinde toparlayamaz. Sağlıklı ve dengeli

bir beslenmeyle uzun süreli desteklenmesi gerekir. Sigara içenlerin akyuvar fonksiyonları olumsuz yönde etkilenir. Bu nedenle sigara içenler enfeksiyona çok daha yatkındır ve bağışıklık sistemlerini güçlendirmeleri için ekstra önlemler almaları gerekir.

Stres, korku ve üzüntü de bağışıklık sistemini baskı altına alır ve zayıflatır. Stresli dönemlerinizde stresinizi hafifletecek türde önlemler alın. Sağlıklı beslenerek bağışıklık sisteminizi daha da güçlendirin. Bağışıklık sisteminin yeterli uykuya ve egzersize de ihtiyacı vardır. Bağışıklık sisteminizi yaz ayları boyunca güçlendirmeniz önemlidir. Böylelikle kış aylarına zaten zayıf olan bir savunma sistemiyle girmemiş olursunuz.

ÖNEMLİ OLAN DENGE TUTTURMAK

Vitamin ve mineral bakımından zengin bir beslenme programı uygulamak her zaman güçlü bir bağışıklık sistemine sahip olduğunuz anlamına gelmez.

Eğer yeterli miktarda protein tüketmezseniz vücudunuz enfeksiyonlara karşı zayıf olabilir. Bu nedenle bağışıklığı güçlendirmek için bazı yiyeceklerle yönelmek yerine kendinize dengeli bir beslenme programı oluşturmalsınız.

Hazır gıdalar, kalorisi yüksek ve besin değeri düşük atıştırmalıklar, fazla tuzlu veya şekerli hamur işleri, şekerli ve gazlı içecekler yerine her gün farklı renklerde meyveler, bol bol yeşil yapraklı sebzeler yemek, taze sıkılmış meyve suyu içmek, sigarayı bırakmak, haftada 2-3 öğün balık yemek atacağınız ilk ve en önemli adımlardır.

Bazı vitamin ve minerallerin bağışıklık sistemi için ayrı önemi vardır. Ancak bu vitamin ve mineralleri kısa bir süre içinde fazla fazla almanın veya takviye olarak tüketmenin faydası olduğu söylenemez; önemli olan vücudun ihtiyaç duyduğu miktarları düzenli olarak almaktır.



MEDYADA KÜÇÜKÇEKMECE



80 kişi daha iş sahibi oldu
KÜÇÜKÇEKMECE Belediyesi İstihdam Masası, İsvere ve İş arayanları buluşturmaya devam ediyor. Sosyal Yardım İşleri Müdürlüğü İstihdam ve Kariyer Merkezi'nin düzenlediği "Toplu Kariyer Görüşmelerinde, 2014 yılından bu yana 2 binin üzerinde kişinin iş bulması sağlandı. Son yapılan görüşmelerde de, 80 kişi bir işletim şirketinin yeni çalışanı oldu.

MERHUM NESET ERTAŞ TÜRKÜLERLE ANILDI



Abdullâk geleneğinin son büyük temsilcisi, halk ozanı Neset Ertaş Küçükçekmece Belediyesi'nin düzenlediği programda türkülerle anıldı. Başkan İzzet'in samimiyetini yansıtan programda, geçtiğimiz günlerde Ankara Güzel Sanatlar Üniversitesi Rektörüne atanmış halk müziği sanatçısı İbrahim Usta'nın Prof. Dr. Erol Parlak ve öğrencileri genç sanatçılar Fatma Şahin Aydoğan ile Erhan Uslu komik oldu. Usta sanatçı Neset Ertaş'ın dilere destan türkülerini seslendiren konuklar, dinleyenleri icratlarıyla mest etti. Programa çok sayıda Küçükçekmece'nin yanı sıra Küçükçekmece Belediyesi Başkan Yardımcısı Recep Şencan da katıldı. Neset Ertaş'ın hayatını kitabına konu eden ve sanatıyla çocuk vakit geçiren Prof. Dr. Erol Parlak, "Neset Ertaş bu yüzden ölmüştür ve abidir. Soyledir her şey gerçek ve sahicidir" dedi.

BOZKIRIN TEZENESİ TÜRKÜLERİYLE ANILDI

HALK ozanı Neset Ertaş Küçükçekmece Belediyesi'nin düzenlediği gecede türkülerle anıldı. Ankara Güzel Sanatlar Üniversitesi Rektörü ve bağlama ustası Prof. Dr. Erol Parlak ve öğrencileri Fatma Şahin Aydoğan ile Erhan Uslu, Ertaş'ın dilere destan türkülerini seslendirdi. Geceye çok sayıda Küçükçekmece'li de katıldı.



Siir imgesinden yola çıkan sergi...

Küçükçekmece Belediyesi'nin İktisadi Kalkınma Vakfı AB Bilgi Merkezi ve Küçükçekmece Belediyesi işbirliğiyle işte ağaç dikim etkinliği gerçekleştirildi. "Herkes bir fark yaratabilir" mesajıyla Küçükçekmece Nikâh Sarayı bahçesinde düzenlenen etkinlikte Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan'ın yanı sıra, İKV Başkanı Ayhan Zeytinolu katıldı. Çocukların elleriyle işte fidanları diktiği etkinliğin konuşan Şencan, "Çevre konusunda farklılık oluşturmak istedik" dedi.



Gençlik festivali okula taşındı

AVRUPA Birliği İktisadi Kalkınma Vakfı AB Bilgi Merkezi ve Küçükçekmece Belediyesi işbirliğiyle işte ağaç dikim etkinliği gerçekleştirildi. "Herkes bir fark yaratabilir" mesajıyla Küçükçekmece Nikâh Sarayı bahçesinde düzenlenen etkinlikte Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan'ın yanı sıra, İKV Başkanı Ayhan Zeytinolu katıldı. Çocukların elleriyle işte fidanları diktiği etkinliğin konuşan Şencan, "Çevre konusunda farklılık oluşturmak istedik" dedi.



Minik öğrenciler hayvanları sevdi

4 Ekim Dünya Hayvanları Koruma Günü dolayısıyla Küçükçekmece'deki öğrenciler, Küçükçekmece Belediyesi Sokak Hayvanları Bahçesindeki Hayvanları Koruma Merkezi'ni ziyaret etti. Bu anlamda günün mesajını taşıyan öğrenciler, hayvanları korumaya ve sevmeye mesajı verdi. Geleneksel hayvan sevgisini aşılamak amacıyla yapılan ziyarette, öğrenciler keyifli zaman geçirdi. 4. sınıf öğrencisi Ergi Eren, "Sadece bir gün değil her gün hayvanlara iyi davranmalıyız" derken M. Emin Usulda ise, hayvanları korumak için bir kapıya ve manzaraya yeterli olduğunu ifade etti. # # #



HALKALI KAPALI PAZAR YERİ VE AİLE SAĞLIĞI MERKEZİ



**YAKINDA
HİZMETİNİZDE**

Proje Dahilinde; 2 katlı 4722 m² kapalı pazar yeri, 2631 m² kapalı otopark, 20 muayene odalı aile sağlığı merkezi, belediye hizmet birimi, muhtarlık, atölye ve derslikler bulunacaktır.

Aile Sağlığı Merkezi'nde; 20 muayene odası, 2 aşı odası, 2 dinlenme odası ve teras
Belediye Hizmet; Muhtarlık, derslikler, 2 atölye, çok amaçlı toplantı odası



**KÜÇÜKÇEKMECE
BELEDİYESİ**

**TEMEL KARADENİZ
BELEDİYE BAŞKANI**