



- ✓ KATARAKT AMELİYATI
- ✓ PREMIUM GÖZİÇİ LENS UYGULAMALARI
- ✓ AMBLİYOPİ TEDAVİSİ
- ✓ KONTAKT LENS MUAYENESİ
- ✓ AYRINTILI GÖZ MUAYENESİ
- ✓ BOTOKS UYGULAMASI
- ✓ GÖZ KAPAĞI ESTETİĞİ

HAFTANIN 7 GÜNÜ HİZMET VERİYORUZ

7/24 BİLGİ & RANDEVU İÇİN:

0288 502 40 41 - 0541 804 19 61

İstanbul Cad. Bercadia Avm Yanı Turkcell Bayi Üzeri Kat:1 Daire:5



GÖRÜNÜM

31 OCAK 2026 CUMARTESİ GÜNLÜK SİYASİ GAZETE YIL: 31 SAYI: 8390 FİYATI: 15 TL

VOGUE Plus
Kahvaltı ve yemeğin adresi

0 530 675 57 98

voguelcoffeeceake

Inönü Mah. İstanbul Cad. No: 50/A
(Cafeler Caddesi) Lüleburgaz

MAAŞLARA kırmızı kart!

“Emekli aylıkları açlık sınırının altında tutulamaz”

Tüm Emeklilerin Sendikası Lüleburgaz Temsilciliği'nin yaptığı basın açıklamasında emekliler seyyanen zam ve sendikal hak taleplerini yeniledi. Lüleburgaz İlçe Temsilcisi Ertun Coşan, “Emekliye insanca yaşam ücreti vermek bir ekonomi değil, adalet meselesidir. Tüm emeklilere derhal seyyanen 20 bin lira zam yapılmalıdır. Emekli aylıkları açlık sınırının altında tutulamaz” dedi. Açıklamanın ardından ise yapılan sembolik oylamada maaşlarından memnun olmayan emekliler kırmızı kartla tepkilerini gösterdi. ▶HABERİ 2'DE



Taksicilerden korsan isyanı!



Lüleburgaz'da taksi şoförleri korsan taşımacılığa karşı isyan etti. Denetimsiz çalışan korsan taksilerin hem esnafı ekonomik kayba uğrattığı hem de yolcu güvenliğini tehlikeye attığı belirtilirken, yetkililere “daha sıkı ve düzenli denetim” çağrısı yapıldı. ▶4'TE

Lokantacılarda yarın seçim var!

▶HABERİ 5'TE

Geleceğin şampiyonları yetişiyor!



Lüleburgaz'da Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından açılan Sporcu Eğitim Merkezi ile mücadele yeni bir sayfa açıldı. Ali Osman Kara öncülüğünde yürütülen çalışmalarla çocuklar minderde sadece rakibini değil, kötü alışkanlıkları da yeniyor. Devlet destekli bu merkez, Lüleburgaz'ı Türk güreşinin geleceğine taşıyor. ▶HABERİ 9'DA

Düz yolda FECİ KAZA!



“Tır taşıyan çekici bariyerlere çarptı”

Lüleburgaz Evrensekiz yolu üzerinde tır taşıyan çekicinin iddiaya göre yağmur nedeniyle bariyerlere çarpması sonucu meydana gelen kazada biri ağır, iki kişi yaralandı. ▶2'DE

200 yıllık Osmanlı parası ALICILARINI BEKLİYOR!



İki asırlık Osmanlı parası ve Sovyetler Birliği'nden simgesel bir cep saati, tarihe dokunmak isteyen koleksiyonerler için satışa sunuldu.

▶HABERİ 4'TE



İSGMALZEME İŞ GÜVENLİĞİ EKİPMANLARI

İŞ AYAKKABILARI EL KORUMA GÖZ KORUMA VÜCUT KORUMA SOLUNUM KORUMA TRAFİK GRUBU ÜRÜNLERİ İŞ KIYAFETLERİ YÜKSEKTE ÇALIŞMA EKİPMANLARI VE DAHASI İÇİN;

YAŞAM Profesyonel
PROFESYONEL APARTMAN VE SİTE YÖNETİMİ

Apartment ve Sitelerinizde Her An Şeffaf ve Denetlenebilir Yönetim Nasıl Mı?

BİZE ULAŞIN 0543 380 12 34 - 0539 456 39 53

İstiklal Mah. Mustafa Kızılay Cad. No:51/A Lüleburgaz KIRKLARELİ - Firmamız TRKTYD üyesi ve il temsilcisidir.

Maaşlara kırmızı kart!

“Emekli aylıkları açlık sınırının altında tutulamaz”

Özlem KARAKOYUN

Tüm Emeklilerin Sendikası Lüleburgaz Temsilciliği, 30 Ocak Cuma günü saat 14.00'te Lüleburgaz Üçgen Park'ta basın açıklaması gerçekleştirdi.

Emeklilerin katılımıyla yapılan açıklamada emekli maaşları, artan hayat pahalılığı, geçim koşulları ve sendikal haklara ilişkin talepler kamuoyuyla paylaşıldı. Basın açıklamasını Tüm Emeklilerin Sendikası Lüleburgaz İlçe Temsilcisi Ertun Coşan okudu.

Okunan açıklamada, emeklilerin uzun süredir düşük maaşlar ve yükselen yaşam maliyetleri nedeniyle ciddi geçim sıkıntısı yaşadığına dikkat çekildi. Açıklamada, emeklilerin kira, fatura, gıda ve ilaç giderleri arasında yaşam mücadelesi verdiği, buna karşın taleplerinin karşılanmadığı ifade edildi. Emeklilerin içine sürüklendiği ekonomik tablonun bir zorunluluk değil, bilinçli tercihler sonucu oluştuğu vurgu-



landı.

Basın açıklamasını okuyan Ertun Coşan, emeklilerin yaşadığı duruma ilişkin şu ifadeleri yer verdi:

“AKP-MHP bloku yıllardır bu ülkenin emeklilerini bilinçli biçimde yoksullaştıran, açlığa iten bir düzenin kurucusudur. Bugün emeklilerin içine sürüklendiği tablo

ekonomik bir zorunluluk değil, sınıfsal bir tercihtir. Milyonlarca emekli kira, fatura, pazar ve ilaç giderleri arasında ezilirken emekliye ‘kaynak yok’ deniliyor; ancak yandaşa, sermayeye, faiz düzenine ve sarayın israfına gelince kaynak bulunuyor. Emeklilere ‘şükredin’, ‘müsaıt zaman’ denilerek sefaletle razı olunması isteniyor. Bu ülkenin emeklileri sadaka topluluğu değildir.”

Açıklamada, emekli maaşlarına yapılacak artışların enflasyon gerekçesiyle engellenmesine de yer verildi. Enflasyonun emeklilerden kaynaklanmadığı belirtilerek, rant politikaları, vergi adaletsizliği, faiz düzeni ve kur politikalarının ekonomik sorunların temel nedenleri olduğu dile getirildi. Emeklilere yapılacak maaş artışlarının lüks tüketim olmadığı, temel ihtiyaçların karşılanmasına yönelik olduğu vurgulandı.

Coşan açıklamasının devamında talepleri şöyle sıraladı:

“Enflasyonu emekli yaratmadı. Emekliye yapılacak zam lüks değildir; et, süt, ilaç ve fatura parasıdır. Emekliye insanca yaşamı üretmek bir ekonomi değil, adalet meselesidir. Tüm emeklilere derhal seyyanen 20 bin lira zam yapılmalıdır. Emekli aylıkları açlık sınırının altında tutulamaz. Emeklilerin sendikal örgütlenme hakkı derhal ve koşulsuz biçimde tanınmalı, sendikamıza yönelik kapatma tehditleri ve hukuki baskılar sona erdirilmelidir. Müsaıt zaman yok, emeklinin sabrı bitmiştir.”

Basın açıklamasında ayrıca emeklilerin demokratik ve meşru mücadele haklarının güvence altına alınması, sendikal faaliyetleri engellemeye yönelik idari ve yargısal girişimlerin geri çekilmesi çağrısı yapıldı. Emeklilerin insanca yaşam ve onurlu gelecek mücadelesini sendikal örgütlülükle sürdüreceği ifade edildi.

Basın açıklamasının ardından alanda



sembolik bir oylama gerçekleştirildi. Yapılan oylamada, aldıkları maaşlardan razı olan emekliler beyaz kart, razı olmayan emekliler ise kırmızı kart kullandı. Kartlar bir kutuda toplandı. Oylama, emeklilerin mevcut maaşlara ve yaşam koşullarına ilişkin tutumunu ortaya koymak amacıyla yapıldı.

Etkinlik, oylamanın ardından sona erdi.



Düz yolda feci kaza!



“Tır taşıyan çekici bariyerlere çarptı”



Tevfik İŞÇİ

Lüleburgaz Evrensekiz yolu üzerinde, Evrensekiz Kavşağı yakınlarında meydana gelen kazada biri ağır olmak üzere iki kişi yaralandı.

Edinilen bilgilere göre, kasasında 3 tır taşıyan çekici, yağış nedeniyle kayganlaşan yolda sürücüsünün direksiyon hakimiyetini kaybetmesi sonucu bariyerlere çarptı.

Kazanın ardından ihbar üzerine olay yerine sağlık, polis ve itfaiye ekipleri sevk edildi.

Araç içerisinde sıkışan sürücü E.Ş., itfaiye ekiplerinin çalışmasıyla bulunduğu yerden çıkarıldı. Ağır yaralı olarak ambulansla hastaneye kaldırılan sürücünün tedavi altına alındığı öğrenildi.

Araçta bulunan C.S.'nin ise hafif yaralandığı ve olay yerinde yapılan ilk müdahalenin ardından hastaneye sevk edildiği bildirildi.

Kaza sonrası yol adeta savaş alanına dönerken, Çorlu istikametinde trafik tamamen durdu. Uzun araç kuyrukları oluştu. Kazaya karşın araçların kaldırılması sırasında da trafik akışı uzun süre kontrollü ve ağır şekilde sağlandı.

Emniyet ekipleri kazayla ilgili inceleme başlattı.

Lüleburgaz Evrensekiz yolu üzerinde tır taşıyan çekicinin iddiaya göre yağmur nedeniyle bariyerlere çarpması sonucu meydana gelen kazada biri ağır iki kişi yaralandı.

Satranç Festivali tamamlandı

Tevfik İŞÇİ

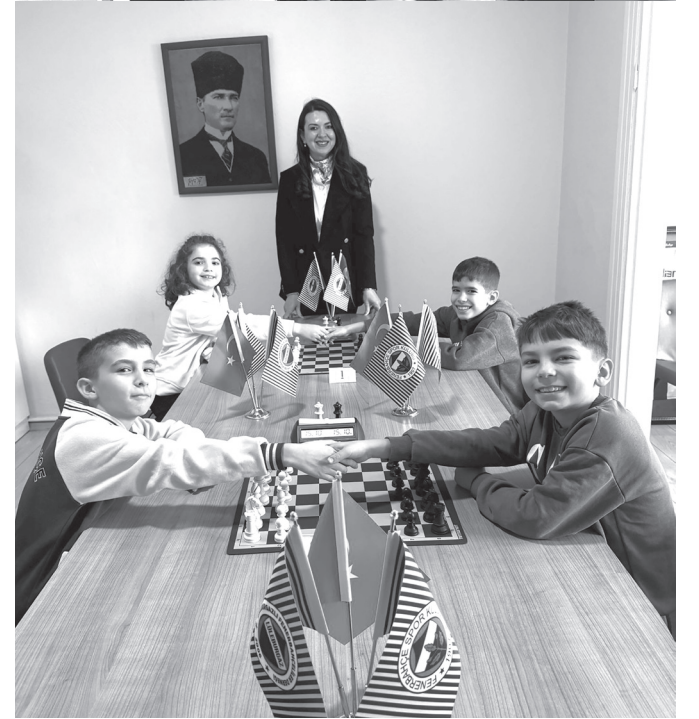
Lüleburgaz Fenerbahçeliler Derneği tarafından organize edilen Satranç Festivali, sadece hamlelerin değil; saygının, emeğin ve fair-play ruhunun da yarıştığı özel bir organizasyon olarak tamamlandı. Çocukların yoğun ilgi gösterdiği turnuva, centilmenliğin kazandığı bir finale hafızalara kazandı.

Turnuvanın birincisi Deniz Aydoğan, ödül olarak Fenerbahçe'nin yeni sezon formasını almaya hak kazandı. Ayrıca dilediği bir Fenerbahçe maçına, bir ebeveyniyle birlikte; yol, maç bileti ve tüm masrafları Lüleburgaz Fenerbahçeliler Derneği tarafından karşılanarak götürülecek.

Turnuvanın ikincisi Umut Mete Arsava'ya ise Beşiktaş taraftarı olması dolayısıyla, etik değerler ve sporun birleştirici ruhu gereği kendi seçtiği takımın formasını hediye edilecek.

Lüleburgaz Fenerbahçeliler Derneği Başkanı Melih Kurteş, organizasyonun ardından yaptığı açıklamada şu ifadeleri kullandı: “Taşlar yerine oturdu, skorlar yazıldı ama asıl kazanan fair-play, saygı ve çocuklarımızın gözlerindeki ışıktı. Satranç bizim için sadece bir oyun değil; sabrın, emeğin ve karakterin sahaya yansımalarıdır. Bugün burada kaybeden yok, kazanan çocuklarımız ve onların geleceği. Bu organizasyon bizim için bir başlangıç. Çocuklarımız için hem sporun hem de aklın bulunduğu etkinlikleri sürdürmeye devam edeceğiz.” dedi.

Öte yandan turnuvada yarı finale kalan tüm çocuklar da unutulmadı. Başkan Kurteş, “Yarı finale kalan, finale yükselen ya da ilk turda elenen fark etmeksizin mücadele eden her evladımızla gurur duyuyoruz.” ifadelerini kullandı.



E NÖBETÇİ ECZANE

NEDİM

ECZANESİ
18:00 - 08:30

Eski Belediye Binası
Arkası - Ulus Pazarı Karşısı-
Tel: 4179408

İREM

ECZANESİ
18:00 - 24:00

E-5 İstanbul Yolu Üzeri,
Yeni Devlet Hastanesi Karşısı-
Tel: 4171921

31 OCAK 2026 CUMARTESİ SAYI: 8390

GÖRÜNÜM
SÜRELİ YEREL YAYIN
www.gorunumgazetesi.com.tr

İN.ADINA GAZETECİLİK
MAT. REK. ORG. SAN VE
TİC. LTD. ŞTİ.
Adına İmtiyaz Sahibi
Ümit Serap SARIOĞLU
Kuruluş Tarihi 29.10.1995

Web sitemiz için
QR kodu okutun!

Gazetemiz Basın Meslek İlkelerine Uymaya Söz Vermiştir.
Kurucular: Mesut Sanoğlu - Halit Kaplan
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü: Tevfik İşçi
Sayfa Editörü: Banu Tufandağ
Danışmanlar: Bircan Sarioğlu, Cüneyt Kırım
Muhabirler: Hamza Dalıcı, Yaren Sezen, Özlem Karakoyun
Baskı: Kubilay Kenar

Yönetim ve Baskı Yeri
İN.ADINA GAZETECİLİK MAT. REK.
ORG. SAN. VE TİC. LTD. ŞTİ.
Adres: Yılmaz Mah. İsmail Hakkı Yücel Sk. Şimşek Ap.
Kat:1 LÜLEBURGAZ Tel:0288 412 4574 - 412 29 57
e-mail: gorunumhaber@gmail.com
e-Tebligat Adresi:
25969-52564-68263

İlan Tarifesi
Resmi İlan : 232 TL
Sütun Santim : 2.500TL
Kongre İlanı : (KDV dahil)
Kayıp İlanı : 500 TL
(KDV dahil)

**BÜYÜK
AÇILIŞ**

6 Şubat'ta Açılıyoruz!

3000 TL

ve üzeri

Alışveriş Yapan

ilk 1000 kişiye

500 TL

Hediye Çeki

**AKBEY
GROSS
LÜLEBURGAZ**

Güneş Mah. Çetin Yelmez Bulv. No:20

Taksicilerden korsan isyanı!

Lüleburgaz'da taksi şoförleri korsan taşımacılığa karşı isyan etti. Denetimsiz çalışan korsan taksilerin hem esnafı ekonomik kayba uğrattığı hem de yolcu güvenliğini tehlikeye attığı belirtilirken, yetkililere "daha sıkı ve düzenli denetim" çağrısı yapıldı.

Özlem KARAKOYUN

Kent genelinde faaliyet gösteren taksi şoförleri, korsan taksicilik nedeniyle hem ekonomik kayba uğradıklarını hem de vatandaşların mağdur edildiğini belirterek yetkililere çağrıda bulundu.

Taksiciler adına konuşan Mithat Kutlu, korsan taksilerin kontrolsüz şekilde çalıştığını söylerken, denetim eksikliğine dikkat çekti.

Kutlu, korsan taşımacılığın her geçen gün arttığını belirterek, "Korsan taksilerin çalışmasını istemiyoruz. Bu konuda ciddi ve düzenli denetimler yapılması gerekiyor" dedi. Yalnızca korsan araçların değil, taksi olarak çalışan tüm araçların da rutin kontrollerden geçirilmesi gerektiğini vurguladı.

Bazı araçların hangi duruşa ya da kuruma bağlı olduğunun bile belli olmadığını ifade eden Kutlu, bu durumun hem sektöre hem de yolcu güvenliğine zarar verdiğini söyledi.

Taksimetre kullanımındaki düzensizliklere de değinen Kutlu, "Taksimetre açmadan çok pahalıya götürülen de var, açmadan ucuza götürülen de var. Bu durum vatandaşın kafasını karıştırıyor, güveni sarsıyor" diye konuştu.

Kısa mesafe ücretlerine ilişkin de açıklama yapan Kutlu, mevcut tarifeye göre kısa mesafe ücretinin 175 lira olduğunu vurguladı. Buna rağmen bazı yolcuların kendilerine "150 liraya gittim" dediğini aktaran Kutlu, bu durumun haksız rekabet yarattığını söyledi.

Bölge dışından gelip kentte çalış



şan taksicilerin de sorun oluşturduğunu belirten Kutlu, "Babaeski, Kırklareli, Vize gibi yerlerden gelip burada çalışan taksiciler var. Herkes kafasına göre çalışıyor. Bu hem bizim emeğimize zarar veriyor hem de sistemin düzenini bozuyor" ifadelerini kullandı.

Mithat Kutlu, yetkililere seslenerek korsan taşımacılıkla mücadelede daha kararlı adımlar atılması gerektiğini vurguladı. Denetimlerin artırılmasının hem esnafı koruyacağını hem de vatandaşın güvenli ve adil bir ulaşım hizmeti almasını sağlayacağını söyledi.

Arsa alacaklara KRİTİK UYARI!



Tevfik İSÇİ

Emniyet Genel Müdürlüğü, son dönemde artan arsa satışlarına ilişkin vatandaşları dolandırıcılığa karşı uyardı.

Yapılan açıklamada; tarım arazileri ve arsaların, "bungalov yapılı, tiny house kurulum, kamp alanı olur, konteyner konabilir" gibi vaatlerle pazarlanmasının ciddi mağduriyetlere yol açtığına dikkat çekildi.

Emniyet tarafından hazırlanan bilgilendirme afişinde, özellikle hisseli tapu ile satılan arazilere vurgu yapıldı.

Hisseli tapuların müstakil parsel olmadığı, tapuda "tam" ibaresi bulunmayan ve ifraz edilmemiş alanlarda izinsiz yapı yapılamayacağı net bir şekilde ifade edildi. "Burası senin özel alanın" gibi sözlü beyanların hiçbir hukuki geçerliliği olmadığını belirtildi.

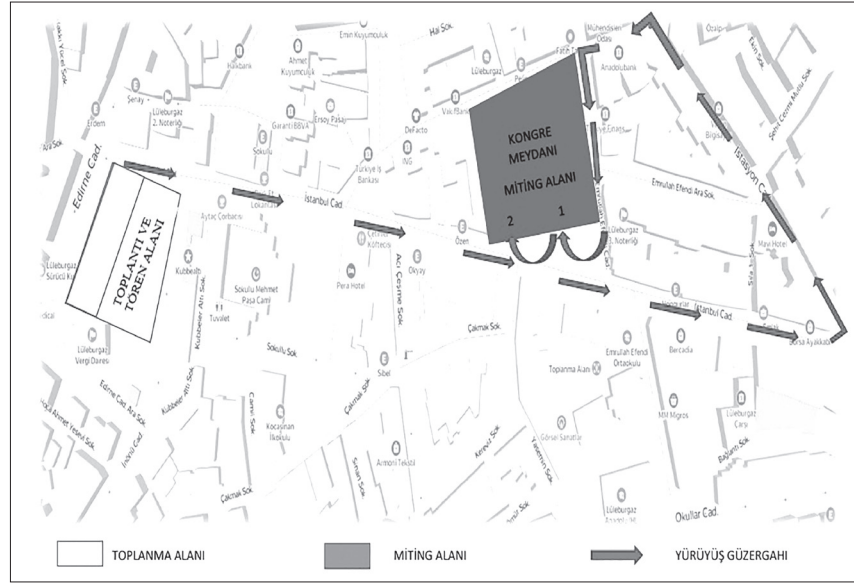
Açıklamada; tekerlekli, sökülebilir veya hafif yapı olsa dahi konteyner, prefabrik ev, bungalov ve tiny house gibi yapıların tamamı için belediyeden ya da İl Özel İdaresi'nden yapı ruhsatı veya faaliyet izni alınmasının zorunlu olduğu vurgulandı.

"Ruhsat hemen çıkar", "ticari kullanıma uygundur", "kamp alanı olur" gibi ifadelerin resmi kurumlarda doğrulanmadıkça bağlayıcı olmadığı da hatırlatıldı.

Emniyet Genel Müdürlüğü, satıcı ve araçların verdiği sözlerin izin yerine geçmediğini belirterek vatandaşlara önemli bir çağrıda bulundu: "İmar durumu doğrulanmadan adım atmayın, resmi kurumlara danışın."

Yürüyüş güzergahları BELİRLENDİ

Lüleburgaz'da toplantı ve gösteri yürüyüşleri için toplanma alanları, yürüyüş güzergahları ve miting yerleri yeniden düzenlendi. Karar, 2911 sayılı Toplantı ve Gösteri Yürüyüşleri Kanunu kapsamında ilan edildi. Afiş ve pankart asılabilecek noktalar da resmi olarak açıklandı.



Hamza DALGIC

Lüleburgaz'da toplantı ve gösteri yürüyüşlerine ilişkin alan, güzergah ve miting noktaları, 2911 sayılı Toplantı ve Gösteri Yürüyüşleri Kanunu çerçevesinde yeniden düzenlendi.

8 Ekim 1983 tarihli Resmi Gazete'de yayımlanan kanun hükümleri doğrultusunda ilçede yapılacak açık hava toplantıları ve yürüyüşler için iki ayrı ana güzergah ve miting alanı belirlendi.

Birinci güzergaha göre toplanma noktası tören alanı önü olarak tanımlandı. Buradan başlayacak yürüyüşün İstanbul Caddesi üzerinden ilerleyip Orduevi kavşağından Mavi Köşe yönüne dönerek Fatih Caddesi ve Emrullah Efendi Caddesi hattını takip edecek, yeniden İstanbul Caddesi'ne bağlanarak Lüleburgaz Belediyesi Katlı Otopark üstü Kongre Meydanı'nda sona ereceği bildirildi.

Bu güzergaha ait açık hava toplantı alanı Kongre Meydanı olarak belirlenirken, dağılımın çevredeki ana

cadde ve bağlantı sokakları üzerinden yapılacağı kaydedildi.

Alternatif güzergah ise Zafer Mahallesi'nde Vatan, Millet ve Hükümet Caddeleri kavşağından başlayacak şekilde planlandı.

Yürüyüşün Millet Caddesi üzerinden ilerleyerek İstasyon Caddesi hattını takiben LYFA etkinlik alanında tamamlanacağı açıklandı. Bu hatta ilişkin miting alanı LYFA etkinlik sahası olarak gösterilirken, dağılımın İstasyon Caddesi ve Millet Caddesi yönlerine doğru sağlanacağı belirtildi.

Düzenleme kapsamında yürüyüş güzergahları ve miting alanlarında afiş ve pankart taşınmasına izin verildiği, pankart asılabilecek ve afiş yerleştirilebilecek noktaların ise belediye tarafından belirlenen cadde kavşakları, durak alanları, billboard ve megalight noktalarıyla sınırlandırıldığı bildirildi.

Ayrıca ihtiyaç halinde kullanılacak üzere helikopter iniş alanlarının ilçe stadyumu ve Karayolları Şefliği sahası olarak belirlendiği duyuruldu.



200 yıllık Osmanlı parası alıcılarını BEKLİYOR!

İki asırlık Osmanlı parası ve Sovyetler Birliği'nden simgesel bir cep saati, tarihe dokunmak isteyen koleksiyonerler için satışa sunuldu.



Özlem KARAKOYUN

Geçtiğimiz gün Neşeli Günler 90'lar Kafe'de düzenlenen mezatta sergilenip satışa sunulan ve ilgi odağı olan iki özel antika eserin sahibi, aynı zamanda işletme sahibi olan Murat Gül, eserler hakkında açıklamalarda bulundu.

Murat Gül, kendisine ait olan antikalardan Osmanlı İmparatorluğu'ndan Sovyetler Birliği dönemine uzanan önemli tarihsel izler taşıdığını belirterek, bu parçaların koleksiyon değeri kadar kültürel önemine de dikkat çekti.

Gül'ün koleksiyonunda yer alan bu eserleri mezatta satışa sunarken, ilki Sultan II. Mahmud dönemine ait 1808 (Hicri 1223) tarihli gümüş 3 Kuruş oldu. Yaklaşık 200 yıllık geçmişe sahip olan ve 33 milimetre çapında, 6

gram ağırlığında bulunan bu Osmanlı parası, dönemin ekonomik yapısını ve para sistemini yansıtan nadir örnekler arasında yer alıyor.

Murat Gül'e ait bir diğer dikkat çekici eser ise Sovyetler Birliği döneminden kalma Molnija marka cep saati oldu. Yaklaşık 60 yıllık olan cep saati; kurmalı mekanizması, sedef kadranı ve üzerinde yer alan Lenin görseliyle Sovyet döneminin simgesel objeleri arasında gösteriliyor.

Kendisine ait antika eserlerin taşıdığı anlamı vurgulayan Murat Gül, açıklamasında şu ifadelerle yer verdi: "Bu eserler yalnızca birer obje değil; ait oldukları dönemin ruhunu, yaşamışlığını ve tarihini günümüze taşıyan çok kıymetli parçalar. Her biri geçmişle bugün arasında güçlü bir bağ kuruyor."



İçişleri Bakanlığı verilerinden derlenen bilgilere göre, en fazla köy 1231 ile Sivas'ta bulunuyor. Sivas'ı 1054 köyle Kastamonu takip ediyor.

En az köy sayısına sahip il 43 köyle Yalova olurken, bu il 131 köyle Niğde takip ediyor.

Türkiye'deki köy isimleri uzunluklarına göre sıralandığında, Uşak'ın Merkez ilçesine bağlı "Halilefendi Çiftlikköyü" 23 harfle en uzun isim olarak öne çıkıyor, Çanakkale'nin Bayramiç ilçesindeki "Koşburnutürkmenleri" köyü ise 20 harfle ikinci sırada.

En kısa isimler arasında ise Adıyaman'ın Kahta ilçesindeki Dut, Bilecik'in Bozüyük ilçesindeki Ece, Siirt'in Şirvan ilçesindeki Oya, Ardahan'ın Hanak ilçesindeki Geç, Afyonkarahisar'ın Şuhut ilçesindeki Efe ve Zonguldak'ın Devrek ilçesindeki Bük bulunuyor.

Haritada dikkati çeken isimlere sahip köyler de yer alıyor. Örnekler şöyle: "Çorum'un Sungurlu ilçesindeki 'Bunalan', 'Dertli' ve 'Asayış',

Erzincan'ın İliç ilçesindeki 'Çöpler', Kırşehir'in Muçur ilçesindeki 'Bazlamaç', Yozgat'ın Şefaati ilçesindeki 'Kaygılı', Iğdır merkezindeki 'Panik', Kütahya'nın Şaphane ilçesindeki 'Gaipler', Afyonkarahisar'ın Sandıklı ilçesindeki 'Ürküt', Kars'ın Kağızman ilçesindeki 'Çilehane', Çanakkale'nin Çan ilçesindeki 'Dondurma', Bilecik'in Gölpazarı ilçesindeki 'Dokuz', Sivas'ın İmranlı ilçesindeki 'Sinek' köyü."

5442 sayılı İl İdaresi Kanunu'na göre, yeniden köy kurulması veya yerinin değiştirilmesi, ilgili bakanlıkların mütalaası alınmak suretiyle İçişleri Bakanlığının onayıyla yapılıyor.

Köylerin aynı ilçe içinde bir bucaktan başka bir bucağa bağlanması, köy adlarının değiştirilmesi, köylerin birleştirilmesi ve ayrılması, bir mahalle veya semtin o köyden ayrılıp başka bir köy ile birleştirilmesinde de aynı usul uygulanıyor. AA

Lokantacılarda yarın seçim var!

Lüleburgaz Lokantacılar ve Köftçiler Esnaf Odası genel kurulu yarın yapılacak. Genel kurulda yeterli çoğunluk sağlanırsa oy verme işlemi saat 13.00'te başlayacak.

Hamza DALGIC

Lüleburgaz Lokantacılar ve Köftçiler Esnaf Odası'nda seçim heyecanı yaşanıyor. Yarın gerçekleştirilecek genel kurul öncesinde başkan adayları Nihat Yaman ve Doğan Başlı, saha çalışmaları ve açıklamalarıyla esnafla temaslarını sürdürmüştü.

Seçimde iki aday oda başkanlığı için yarışacak. Başkan adayı Doğan Başlı, kent merkezi ve köylerde yürüttüğü saha ziyaretlerinde esnafla birebir görüşmeler yaptı. Daha önce ziyaret ettiği iş yerlerine yeniden giderek verdiği sözleri yineleyen Başlı, seçim vaatlerini doğrudan esnafa anlattı ve destek istedi.

Başkan adayı Nihat Yaman ise genel kurul öncesi yaptığı değerlendirmede, görev süresi boyunca hayata geçirilen çalışmalar ile yeni dönem hedeflerine ilişkin bilgiler verdi. Yaman, oda üyelerini genel kurula katılmaya davet etti.

Genel kurul sürecinde saat 11.00'de imza toplanarak yeterli çoğunluğun sağlanması hedeflenecek. Çoğunluğun sağlanması halinde oy verme işlemleri saat 13.00'te başlayacak ve 17.00'de sona erecek.



8 Mart hazırlığı başladı



Lüleburgaz Belediyesi'nin öncülüğünde 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'ne yönelik farkındalık etkinliklerine ilişkin STK temsilcilerinin katılımıyla LYSA'da toplantı düzenlendi. Katılımcılar 8 Mart'ta gerçekleştirilecek farkındalık etkinliklerine ilişkin önerilerini sundu.

Hamza DALGIC

Lüleburgaz'daki kadın dernekleri ve STK'lar, Lüleburgaz Belediyesi'nin öncülüğünde 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü gündemiyle bir araya geldi.

29 Ocak'ta Lüleburgaz Yıldızları Sanat Akademisi'nde (LYSA) 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'nde gerçekleştirilecek farkındalık etkinliklerine ilişkin toplantı düzenlendi.

Belediye Başkan Yardımcısı Derya Aktan, Kültür, Sanat ve Sosyal



İşler Müdür Vekili Samet Servet ile kentteki kadın derneklerini ve STK'lardan temsilcilerin katıldığı toplantıda katılımcılar gerçekleştirilecek farkındalık etkinliklerine ilişkin önerilerini sundu.

Diyabet okulu eğitimi düzenlendi



Lüleburgaz Devlet Hastanesi'nde düzenlenen Diyabet Okulu Eğitimi'nde, diyabet riski taşıyan ve Tip 2 diyabet tanısı almış bireylere hastalık yönetimi, sağlıklı yaşam ve egzersizin önemi anlatıldı. Program sonunda katılımcılara Sağlık Bakanlığı onaylı mezuniyet diploması verildi.

Özlem KARAKOYUN

Lüleburgaz Devlet Hastanesi, diyabetle mücadelede farkındalığı artırmak ve hastaların yaşam kalitesini yükseltmek amacıyla Diyabet Okulu Eğitimi düzenledi. 29 Ocak 2026 tarihinde hastanenin konferans salonunda gerçekleştirilen eğitim programına diyabet riski bulunan ve Tip 2 diyabet tanısı almış bireyler katıldı.

Eğitim, Lüleburgaz Devlet Hastanesi Diyabet Okulu Komitesi üyeleri Uzman Dr. Çiğdem Çınar, Uzman Hemşire Serenay Metiner, Diyetisyen Ceylan Mutlu ve Fizyoterapist Rümeysa Yaramış tarafından verildi. Katılımcılara diyabetin doğru yönetimi konusunda kapsamlı bilgiler aktarıldı.

Program kapsamında sağlıklı yaşam önerileri, diyabetin kısa ve uzun dönem

sonuçları, ilaç kullanımında dikkat edilmesi gereken hususlar ve diyabetin kontrol altına alınmasında fiziksel egzersizin önemi başlıkları ele alındı. Uzmanlar, düzenli takip ve yaşam tarzı değişikliklerinin diyabetle mücadelede kritik rol oynadığını vurguladı.

Eğitimin sonunda programa katılan bireylere Sağlık Bakanlığı onaylı Diyabet Okulu Mezuniyet Diploması takdim edildi.

İl İstihdam ve Mesleki Eğitim Kurulu toplantısı



Kırklareli'nde İl İstihdam ve Mesleki Eğitim Kurulu Toplantısı gerçekleştirildi.

Kırklareli'nde İl İstihdam ve Mesleki Eğitim Kurulu Toplantısı gerçekleştirildi. Kurul, Kırklareli Ticaret ve Sanayi Odası Meclis Salonu'nda, Vali Yardımcısı Faruk Ekiz başkanlığında toplandı.

Toplantıda, Kırklareli Ça-

alışma ve İş Kurumu (İŞKUR) Müdürü Aytaç Babahioğullu, sürdürülen çalışmalar hakkında bilgi verdi.

Gündem maddelerinin görüşüldüğü toplantı, kurul üyelerinin görüş ve önerilerinin alınması ile sona erdi. AA

MUHTARLAR TOPLANTISI düzenlendi



Pınarhisar ilçesinde muhtarlar toplantısı düzenlendi.

Pınarhisar Kaymakamı Enver Özderin başkanlığında, İslambeyli Köyü Çok Amaçlı Toplantı Salonu'nda gerçekleştirilen toplantıya, kurum müdürleri ve muhtarlar katıldı. Toplantıda, köylere ulaştırılan hizmetler, altyapı çalışmaları ve projeler değerlendirilip, gündem maddeleri görüşüldü.

Özderin, köylere yapılan hizmetleri çok önemdediklerini belirterek, vatandaşlara en iyi hizmeti ulaştırmak için tüm kurumların var gücüyle çalıştığını kaydetti. AA

Saha çalışmaları sürüyor



Lüleburgaz'da buğday ve kanola ekili alanlarda fenolojik gözlemler devam ediyor.

Hamza DALGIC

Lüleburgaz ilçesinde tarımsal üretimle yönelik saha çalışmaları devam ediyor.

Buğday ve kanola ekili alanlarda bitkilerin gelişim süreçlerini izlemek amacıyla fenolojik gözlemler, teknik personeller tarafından düzenli olarak gerçekleştiriliyor.

Yapılan gözlemlerle bitkilerin büyüme evreleri takip edilerek, üretimde verim ve kaliteyi artırmaya yönelik planlamalar yapılıyor.

İlçe müdürlüğü tarafından sahada sürdürülen bu çalışmaların, bitkisel üretimde sürdürülebilirliği destekleme-



yi ve üreticilerin daha sağlıklı, verimli sonuçlar elde etmesini hedeflediği ifade edildi.

ACIL DURUMDA SADECE 112



112 ACIL DURUM

Edirne'de dereler taşıdı



Edirne'de etkili olan sağanak nedeniyle bazı dereler taşıdı, cadde ve sokaklarda su birikintileri oluştu.

Kentte önceki gün sabah saatlerinden itibaren etkisini artıran sağanak nedeniyle İstasyon Mahallesi'nde bazı ev ve iş yerlerini su bastı.

Otogar girişindeki alt geçitte biriken su nedeniyle mahsur kalan araçlar, çekici yardımıyla kurtarıldı.

Havsa ilçesine bağlı Oğulpaşa köyünde derenin seviyesi yağışlar nedeniyle yükseldi.

Köprü inşaatı sebebiyle köy içi ulaşımın sağlandığı dere yatağındaki alternatif yol sular altında kaldı.

Devlet Su İşleri (DSİ) 11. Bölge Müdürlüğü ekipleri, yapımı süren köprü'nün üzerine çakıl sererek geçici olarak ulaşımın açılmasını



sağladı.

Merkeze bağlı Demirhanlı köyündeki dere de sağanak nedeniyle yer yer yatağından taşıdı.

Demirhanlı ile Köşençiftliği köylerini birbirine bağlayan yol, tedbir amacıyla ulaşım kapatıldı.

Süloğlu ilçesinde de taşan dere nedeniyle ilçe içindeki bazı yollar trafiğe kapatıldı.

Öte yandan, İskender köyünde su baskı-

nı nedeniyle mahsur kalan 3'ü çocuk 5 kişi AFAD ve Edirne Mahalle Afet Gönüllüleri Acil Müdahale Ekibi (MAG-AME) tarafından kurtularak pansiyonlara yerleştirildi.

MOTOSİKLET VE SKUTERLERİN TRAFİĞE ÇIKMASI YASAKLANDI

Şiddetli sağanak nedeniyle motosiklet, elektrikli skuter ve motokuryelerin trafiğe çıkması Valilik kararıyla yasaklandı.

Valilikten yapılan açıklamada, kentte olumsuz hava koşullarının sürdüğü belirtilerek, "Trafik seyir ve can güvenliği için bir sonraki duyuruya kadar saat 17.00 itibarıyla motosiklet, elektrikli skuter ve motokuryelerin trafiğe çıkışlarına tedbiren izin verilmeyecektir." ifadeleri yer aldı.

Kentte aralıklarla devam etmesi beklenen sağanağın, pazar günü yerini karla karışık yağmura bırakacağı bildirildi. AA

Toplu taşımaya 20 yeni araç!



Haber Merkezi

Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi, kent genelinde toplu taşıma hizmet kalitesini artırmak, vatandaşlara daha konforlu, güvenli ve etkin bir ulaşım hizmeti sunmak amacıyla 20 yeni aracı ulaşım filosuna dâhil etti.

Büyükşehir Belediyesi tarafından filoya katılan 20 yeni araç, yapılan saha incelemeleri ve yolcu yoğunluk analizleri doğrultusunda özellikle öğrenci ve yolcu yoğunluğunun yüksek olduğu hatlarda hizmete girecek. Bu kapsamda, öğrencilerin giriş-çıkış saatleri ile vatandaşların yoğun olarak kullandığı zaman dilimlerinde yaşanan kalabalığın da azaltılması hedefleniyor.

"YENİ ARAÇLARIMIZLA HİZMET KALİTEMİZİ DAHA DA ARTIRDIK"

Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Candan Yüceer, ulaşım hizmet kalitesini artırmaya yönelik çalışmaların aralıksız devam ettiğini kaydederek, "Toplu taşıma hizmetlerimizi daha konforlu, daha etkin ve daha güvenli hale getirmek için çalışmalarımızı sürdürüyoruz. Sabah ve akşam saatlerinde yaşanan yoğunluğu azaltmak, sefer güvenliğini artırmak ve başta öğrenciler olmak üzere vatandaşlarımızın toplu taşımayı daha verimli kullanabilmesini sağlamak amacıyla 20 yeni aracı filomuza kazandırdık. Araçlarımız yolcu yoğunluğunun fazla olduğu saatlerde ve özellikle okul ve üniversite bölgelerinde görevlendirildi. Bu araçlarla birlikte hizmet kalitemizi daha da artırdık. Ulaşım çözüm üretmeye, hep birlikte daha yaşanabilir bir Tekirdağ için çalışmaya devam ediyoruz. Sadece konforlu değil, keyifli yolculuklar da diliyoruz. Araçlarımız Tekirdağ'a hayırlı olsun." diye konuştu.

YAŞ ORTALAMASI EN DÜŞÜK FİLOLAR ARASINDA

Teknolojik donanımı yüksek, modern, konforlu ve geniş iç hacimli araçlardan oluşan Büyükşehir Belediyesi ulaşım filosu, Türkiye genelinde yaş ortalaması en düşük filolar arasında yer alıyor. Yeni araçlarla birlikte daha da gençleşen filo, toplu taşıma hizmet kalitesini önemli ölçüde güçlendirirken, yürütülen çalışmalarla kent genelinde ulaşım hizmetlerinin daha etkin, sürdürülebilir ve vatandaş odaklı bir yapıya kavuşturulması hedefleniyor. Araçların Süleymanpaşa ve Çorlu'da hizmet vereceği açıklandı.

Tır ile otomobil çarpıştı



Tekirdağ'ın Çerkezköy ilçesinde tır ile çarpışan otomobildeki 3 kişi yaralandı. İnönü Caddesi'nde S.S. idaresindeki 34 EDO 866 plakalı tır ile B.A. yönetimindeki 34 FK 6169 plakalı otomobil çarpıştı. Çarpışmanın etkisiyle savrulan otomobil bariyerlere çarptı.

Kazada, otomobil sürücüsü ve otomobilde yolcu olarak bulunan 2 kişi yaralandı.

Yaralılar, ambulanslarla Çerkezköy Devlet Hastanesi'ne kaldırıldı. AA



Engelli gencin iş sevinci!



Edirne Valisi Yunus Sezer, engelli gencin iş sevincini paylaştı.

Valilikten yapılan açıklamaya göre, Sezer, Edirne Milli Eğitim Müdürlüğüne memur olarak atanan Rahman Ucuşlar'ı makamında kabul etti.



Ziyarete Rahman ile yakından ilgilenen ve sohbet eden Sezer, görev ve başlaması vesilesiyle genci tebrik ederek, başarı diledi.

Vali Sezer, Rahman'ın azmi ve çalışkanlığıyla örnek bir başarı hikayesine imza attığını kaydetti. AA

Hayırsever iş kadınından hastanesine araç bağıışı



Tekirdağ'ın Hayrabolu ilçesinde hayırsever iş kadını Eczacı Aytül Yeltekin İnan, Hayrabolu Devlet Hastanesinin evde sağlık hizmetlerinde kullanılmak üzere araç bağışında bulundu.

Bağışlanan araç, düzenlenen törenle hastane yetkililerine teslim edildi.

Törende konuşan Hayrabolu Kaymakamı Eyüp Fırat, yapılan bağışın sağlık hizmetlerinin daha etkin ve hızlı sunulmasına katkı sağlayacağını belirterek, İnan'a

teşekkür etti.

Tekirdağ Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanı Hacı Bayram Zengin de evde sağlık hizmetlerinin özellikle yaşlı ve yatağa bağımlı hastalar için büyük önem taşıdığına dikkati çekti. Hayırsever iş kadını Aytül Yeltekin İnan ise toplum sağlığına katkı sunmaktan memnuniyet duyduğunu ifade ederek, sağlık çalışanlarına görevlerinde başarılar diledi.

Konuşmaların ardından Kaymakam Fırat ve Zengin tarafından İnan'a plaket takdim edildi. AA

Komşusunu bıçaklayan şüpheli tutuklandı



Tekirdağ'ın Çorlu ilçesinde, aynı apartmanda yaşayan komşusunu bıçakla yaralayan şüpheli tutuklandı.

Alınan bilgiye göre, Cemaliye Mahallesi'ndeki olayda S.T. ile aynı apartmanda yaşayan R.Ö. arasında henüz belirlenemeyen nedenle tartışma çıktı.

Tartışmanın kavgaya dönüş-

mesi üzerine S.T. elindeki bıçakla R.Ö.'yü yaraladı.

İhbar üzerine olay yerine sağlık ve polis ekipleri sevk edildi.

R.Ö. sağlık ekipleri tarafından Çorlu Devlet Hastanesi'ne kaldırılarak tedavi altına alındı. Olayın ardından gözaltına alınan S.T. emniyetteki ifadesinin ardından çıkarıldığı hakimlikçe tutuklandı. AA

Emniyet vatandaşlarla bir araya geldi



Edirne Emniyet Müdürü Muhtetin Ayhan, Dilaverbey ve Mithatpaşa mahallelerinin sakinleriyle buluştu.

Ayhan, Dilaverbey Mahallesi'ndeki bir kahvehanede düzenlenen toplantıda, kentte huzur ve asayişin sağlanması için çalıştıklarını söyledi. Mahalle sakinleriyle gerçekleştirdikleri toplantılarda sorun ve talepleri dinlediklerini belirten Ayhan, yaşanan sorunların çözümü kavuşturulması için çalışmalar yaptıklarını ifade etti.

Ayhan, dolandırıcılık olaylarına karşı uyarılarda bulunarak vatandaşların dikkatli olmalarını istedi. Uyuşturucuyla Mücadele

Aplikasyonu (UYUMA) hakkında da bilgi veren Ayhan, vatandaşların bu uygulamayı daha aktif şekilde kullanmalarını tavsiyesinde bulundu.

Toplantıya Dilaverbey Mahallesi Muhtarı Necmettin Erşacmı, Mithatpaşa Mahallesi Muhtarı Turgut Sarıbaşak, emniyet müdür yardımcısı, şube müdürleri ve birim amirleri katıldı. AA

Acıbadem International Hastanesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı



Dr. Özkan Yükselmiş

BEL FITİĞİ 20'Lİ YAŞLARDA GİDEREK ARTIYOR!

Günümüzde uzun süre masa başında çalışmak, hareketsiz bir yaşam sürmek ve çağımızın önemli sorunu olan obezite, bel fitiğinin görülme sıklığını giderek artırıyor. Yapılan çalışmalar, şiddetli bel ve bacak ağrısının en sık rastlanan sebeplerinden biri olan bel fitiğine bağlı sinir kökü sıkışmasının yaşam boyu gelişme riskinin dünya genelinde yüzde 3-5 civarında olduğunu ortaya koyuyor. Türkiye'de ise her 4 kişiden 1'inin son bir yıl içerisinde bel ağrısı yaşadığı belirtilirken, bel fitiğinin bu ağrıların önemli bir kısmını oluşturduğu vurgulanıyor. Acıbadem International Hastanesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı Dr. Özkan Yükselmiş, genellikle 30-50 yaş arasında görülen bel fitiğinin modern yaşam koşullarının etkisiyle son yıllarda 20'li yaşların başında, hatta üniversite çağındaki gençlerde bile giderek artış gösterdiğini belirterek, "Telefon, tablet veya bilgisayar karşısında kambur pozisyonda uzun süre oturmak, hareketsiz bir yaşam sürmek, egzersiz sırasında yanlış tekniklerle ağırlık kaldırmak ve fazla kilolu olmak, özellikle gençlerde bel fitiğinin artışında en sık görülen nedenleri oluşturuyor" diyor.

2 hafta süren şiddetli bel ve bacak ağrısına dikkat!

Omurgamızdaki bel omurları arasında yer alan ve "disk" olarak adlandırılan yastıkcıkların zamanla yıpranıp dışarı doğru bombeleşerek sinir köklerine baskı yapmaları "bel fitiği" olarak tanımlanıyor. Bel bölgesinde ani başlayan veya giderek artan bel ağrısı, belden başlayıp bacağın arkasından topuğa kadar inen "elektrik çarpması" veya "çekilme tarzında" ağrı, hissizlik ile iğnelenme (bacakta, ayakta veya parmaklarda) ve belde kas spazmı, en sık görülen şikayetler arasında yer alıyor.

Ancak hastaların önemli bir bölümü bu belirtileri "geçer" düşüncesiyle göz ardı ederek doktora gitmeyi geciktiriyor. Hastalığın ilerlemesine bağlı olarak ağrının kronikleşmesi ve şiddetinin artması günlük yaşam aktivitelerini ciddi ölçüde kısıtlarken, acil ameliyat gereksinimi de ortaya çıkabiliyor. Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Uzmanı Dr. Özkan Yükselmiş, tedaviden etkin sonuç alınabilmesi ve kalıcı hasarın önlenmesi için bel fitiğinin erken dönem belirtilerini ihmal etmemek gerektiğini anlatarak, "İlaç ve istirahatle rahmen yaklaşık 2 haftadır geçmeyen şiddetli bel ve bacak ağrısında zaman kaybetmeden bir hekime başvurmak son derece önemlidir" uyarısında bulunuyor.

Bel fitiğinin 7 önemli nedeni!

Bel fitiği genellikle birden fazla faktörün birleşmesiyle ortaya çıkıyor. Dr. Özkan Yükselmiş, bel fitiğine neden olan etkenleri şöyle sıralıyor:

Genetik yatkınlık: Ailede bel fitiği öyküsü varsa, disk yapısı daha kolay yıpranabiliyor.
Yaşa bağlı yıpranma: Diskler yaşla birlikte su kaybede-

rek esnekliğini yitiriyor. Bu doğal süreç fitikla sonuçlanabiliyor.

Hareketsiz bir yaşam: Düzenli egzersiz yapmamak ve hareketsiz bir yaşam sürmek riski artıran önemli faktörlerden. Çünkü, özellikle bel ve karın kasları güçlü değilse, omurganın yükünü diskler ve eklemler taşımak zorunda kalıyor.

Yanlış duruş ve uzun süre oturma: Özellikle gençlerde; kambur pozisyonda, öne eğilerek saatlerce telefon veya tablet ekranına bakmak, omurgaya binen yükü artırıyor. Ayrıca, bilgisayar karşısında çalışırken veya araç kullanırken uzun süre hatalı pozisyonda oturmak ve eğilerek çalışmak da aynı nedenle bel fitiğine yol açabiliyor.

Ağır kaldırma ve ani hareketler: Eğilerek ve gövdeyi çevirerek ağır bir yük kaldırmak diskin aniden yırtılmasına ve fitiğin ortaya çıkmasına neden olabiliyor.

Fazla kilo: Vücut ağırlığı arttıkça, bel omurlarına binen yük de artıyor.

Sigara: Disklerin beslenmesini bozarak daha çabuk yıpranmalarına sebep olabiliyor.

Ameliyatsız yöntemlerle tedavi edilebiliyor!

Toplumdaki yaygın inanın aksine, bel fitiği tanısı alan hastaların büyük bir kısmı ameliyatsız yöntemlerle tedavi edilebiliyor. Güncel kılavuzlar, idrar kaçırma, çok ileri güç kaybı ve felç gibi acil durumlar yoksa, öncelikle konservatif (ameliyatsız) tedavilerin denenmesini öneriyor. Dr. Özkan Yükselmiş, "Güncel veriler, erken tanı sayesinde, ameliyata gerek kalmadan, uzman hekim kontrolünde başlanan fizik tedavi, egzersiz ve yaşam tarzı düzenlemeleriyle ağrı ile fonksiyon kaybının belirgin ölçüde düzeldiğini, hastaların büyük bir kısmının günlük yaşamlarına geri döndüğünü gösteriyor. Bazı hastalarda şikâyetler neredeyse tamamen kaybolurken, bazı hastalarda hafif ve aralıklı ağrılar ise kalıcı olabiliyor; bu noktada düzenli egzersiz ile yaşam tarzı değişiklikleri devreye giriyor" diyor.

Bel fitiğinde ilk basamak fizik tedavi!

Fizik tedavi ve rehabilitasyon, bel fitiğinde ameliyatsız tedavinin temel taşını oluşturuyor. Yüzeysel ısı uygulamaları, derin ısı ajanları, elektrik akımları, manuel terapi ve traksiyon, esneme ile güçlendirme egzersizleri, duruş ve ergonomi eğitimi, fizik tedavinin başlıca yöntemlerini oluşturuyor. Dr. Özkan Yükselmiş, bu yöntemlerin genellikle tek tek değil, kombine şekilde uygulandığını; hastanın kliniğine ve MR bulgularına göre kişiselleştirildiğini vurguluyor. Dr. Özkan Yükselmiş, ilaç ve fizik yöntemlerine rağmen ağrısı çok şiddetli olan veya ameliyat öncesinde "ara basamak" tedavisine ihtiyaç duyulan hastalarda ise epidural veya transforaminal gibi girişimsel yöntemlerin de gündeme geldiğini anlatıyor.

Tedavi sonrasında koruma planı çok önemli!

Ameliyatsız tedavinin başarısında hastanın aktif katılımının en az tedavinin kendisi kadar önem taşıdığını ifade eden Dr. Özkan Yükselmiş, bu süreçte dikkat edilmesi gereken başlıca noktaları, "Doktorun verdiği egzersiz programını şikâyetler azalınca bırakmamak, ani ve ağır yük kaldırmaktan kaçınmak, uzun süre aynı pozisyonda kalmamak, doğru oturma ve yatış pozisyonuna özen göstermek, kilo kontrolü sağlamak, sigarayı bırakmak, stres yönetimine dikkat etmek" şeklinde sıralıyor. Ayrıca, bel fitiğinde uzun vadeli koruma planının da kilit bir rol üstlendiğini belirten Dr. Özkan Yükselmiş, "Çünkü, bel fitiği aynı veya farklı seviyede tekrar edebiliyor. Bu risk, düzenli egzersiz, kilo kontrolü ve doğru duruş alışkanlıkları gibi koruyucu yaklaşımlarla ciddi oranda azaltılabiliyor" diye konuşuyor.

Lüleburgaz'a KAR geliyor!

Hamza DALGIC

Lüleburgaz'da önmümüzdeki dört gün için hava durumu tahmini açıklandı.

Pazar günü karla karışık yağmur, pazartesi günü ise kar yağışı bekleniyor. Sıcaklıkların hafta başında sıfırın altına düşeceği öngörülüyor.

Meteoroloji Genel Müdürlüğü'nün yayınladığı dört günlük hava durumu tahmini verilerine göre, hafta sonu ve hafta başında yağışlı ve soğuk hava etkili olacak. Tahminlere göre, Pazar günü karla karışık yağmur bekleniyor. Pazartesi günü ise ilçede kar yağışı öngörülüyor. Günlük en düşük sıcaklığın 0 derece, en yüksek sıcaklığın ise 1 derece civarında seyretmesi bekleniyor. Nem oranının yüksek, rüzgarın ise orta kuvvette olacağı tahmin

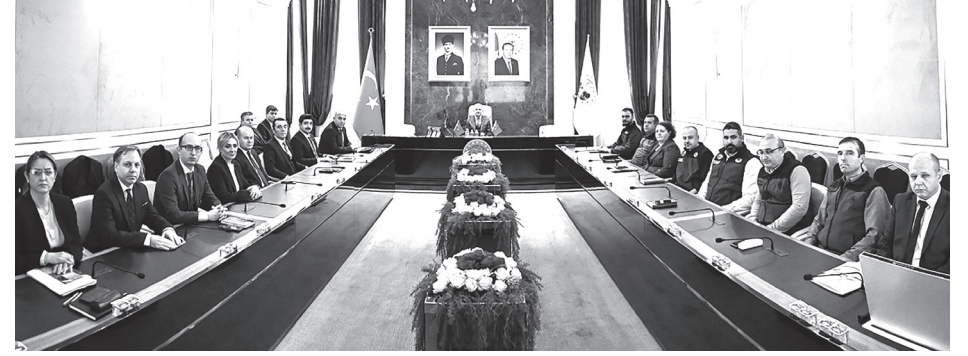
ediliyor.

Salı günü itibarıyla yağışın etkisini azaltması ve parçalı bulutlu havanın görülmesi beklenirken, gece saatlerinde



sıcaklığın eksi derecelere düşeceği belirtiliyor. Yetkililer, özellikle hafta başında buzlanma ve don riskine karşı dikkatli olunması uyarısında bulunuyor.

Tarım ve hayvancılık konuşuldu



Yaren SEZEN

Kırklareli'nde tarım, hayvancılık, orman ve su yönetimine yönelik 2025 yılı değerlendirmeleri ile 2026 yılı hedeflerinin ele alındığı toplantı, Vali Uğur Turan başkanlığında gerçekleştirildi.

Valilik Atatürk Toplantı Salonu'nda düzenlenen toplantıya; Tarım ve Orman İl Müdürlüğü, Devlet Su İşleri (DSİ) 112. Şube Müdürlüğü, Orman İşletme Müdürlüğü ile Doğa Koruma ve Milli Parklar Müdürlüğü yöneticileri katıldı.

Toplantıda, ilgili kurum müdürleri tarafından 2025 yılı içerisinde il genelinde yürütülen çalışmalar ile 2026 yılına yönelik planlanan faaliyetler hakkında kapsamlı sunumlar yapıldı. Sunumlarda; bitkisel üretim, hayvancılık, su ürünleri, kırsal kalkınma destekleri, agro turizm uygulamaları, gıda güvenliği ve denetimleri, hayvan sağlığı ve refahı, mera ıslah çalışmaları ile çiftçilere yönelik destek programları ele alındı.

DSİ yatırımları kapsamında ise baraj ve gölet projeleri, içme suyu temini, tarımsal sulama altyapısının güçlendirilmesi, kapalı sulama sistemleri, taşkın koruma tesisleri ve su kaynaklarının etkin ve sürdürülebilir kullanımına yönelik çalışmalar değerlendirildi.

Orman varlığının korunması ve geliştirilmesine yönelik sunumlarda; ağaçlandırma, orman ıslahı, erozyonla mücadele, biyolojik çeşitliliğin korunması ve "Yeşil Vatan" anlayışı çerçevesinde yürütülen projeler hakkında bilgi verildi. Ayrıca orman köylülerine yönelik gelir artırıcı destekler,

odun dışı orman ürünleri projeleri, kooperatif destekleri ve kırsal istihdamı güçlendiren sosyal projeler ele alındı.

Toplantıda, orman yangınlarıyla mücadele kapsamında alınan önleyici tedbirler, erken uyarı sistemleri, yangınla mücadele altyapısının güçlendirilmesi ile eğitim ve farkındalık çalışmaları da gündeme geldi. Doğa Koruma ve Milli Parklar Müdürlüğü faaliyetleri çerçevesinde ise yaban hayatının korunması, biyolojik çeşitliliğin izlenmesi, korunan alanların yönetimi, sahipsiz sokak hayvanlarına yönelik bakım ve rehabilitasyon çalışmaları ile hayvan bakımevlerine ilişkin projeler değerlendirildi.

Toplantıda konuşan Vali Uğur Turan, Türkiye Yüzyılı vizyonu doğrultusunda tarım, hayvancılık, su ve ormanın ülkenin kalkınmasında stratejik öneme sahip olduğunu vurguladı. Bu alanların yalnızca ekonomik değil, aynı zamanda toplumsal refah, gıda güvenliği ve ekosistem denge-sinin korunması açısından hayati rol oynadığını ifade eden Turan, sürdürülebilirliğin ortak gelecek için vazgeçilmez olduğunu belirtti.

Vali Turan, "Türkiye Yüzyılı'nda devamlılık ve kendine yetme anlayışıyla tüm yaşamı kapsayan ekosistemi güçlendireceğiz" dedi. Yeşil Vatan'ın korunmasının milli bir sorumluluk olduğuna dikkat çeken Turan, orman yangınlarıyla mücadelede şehit olan orman kahramanlarını rahmetle anarak, görev başındaki tüm personele başarılar diledi.

Toplantı, karşılıklı görüş alışverişinin ardından sona erdi.

Sporla hayata hazırlanıyor



Tekirdağ'da Down sendromlu çocuklar, günlük yaşam becerilerini geliştirmek ve fiziksel kapasitelerini artırmak amacıyla dayanıklılık ve güç antrenmanlarına katılıyor.

Antrenör Sergen Duygu, sosyal medya üzerinden takip ettiği Tekirdağ Melekleri Spor Kulübü Başkanı Serdar Koç ile iletişime geçerek, Down sendromlu çocukların ücretsiz antrenmanlara katılması için çalışma başlattı.

Geçen hafta başlayan antrenmanlarda çocuklar, çömelme, kutuya zıplama ve ip atlama gibi egzersizler yaptı.

Üç ay sürmesi planlanan çalışmalarla çocukların dayanıklılık, esneklik, hız, koordinasyon, çeviklik ve denge becerilerinin geliştirilmesi hedefleniyor.

Tekirdağ Melekleri Spor Kulübü Başkanı Serdar Koç, yaptığı açıklamada, çocukları sporla buluşturarak bireysel ihtiyaçlarını ve fiziksel yeterliliklerini artırmayı amaçladıklarını söyledi.

Çocukların antrenmanlara büyük ilgi gösterdiğini belirten Koç, "Özellikle denge ve esneklik üzerine yoğunlaşıyoruz. On günde bir yapılan antrenmanlarla çocukların gelişimini yakından takip ediyoruz. Kaslarını daha aktif kullanmalarını ve ritim duygusunu kazanmalarını istiyoruz." dedi.

Antrenör Sergen Duygu da Down sendromlu çocuklarla bir arada olmaktan mutluluk duyduğunu ifade etti.

Bu çalışmayı çocukların günlük yaşamlarını kolaylaştırmak amacıyla başlattıklarını

dile getiren Duygu, "Antrenmanlarda doğru ağırlık kaldırma, sıçrama ve doğru hareket etme üzerine egzersizler yapıyoruz. Çalışmalarımız yaklaşık bir saat sürüyor." diye konuştu.

Down sendromlu sporculardan Abdullah Ünal ise antrenmanlarda yorulmadığını ve çok mutlu olduğunu söyledi. AA

Balıkçıların 2026 destekleri belli oldu

Hamza DALGIC

Deniz ve iç sularda faaliyet gösteren küçük ölçekli balıkçılığın sürdürülebilir yönetimi amacıyla yürütülen destek programı kapsamında 2026 yılı başvuruları alınmaya başladı.

2017 yılından bu yana uygulanan "Küçük Ölçekli Balıkçılığın Desteklenmesi Tebliği" doğrultusunda destekten yararlanmak isteyen balıkçı gemisi sahipleri, başvurularını 26 Ocak - 10 Nisan 2026 tarihleri arasında gerçekleştirebilecek.

Başvurular, balıkçı gemisi ruhsatının kayıtlı olduğu il veya ilçe mü-

dürlüklerine yapılacak. Destekleme kapsamında gemi boyuna göre farklı tutarlarda ödeme yapılacağı bildirildi.



Destekleme miktarları; 4,99 metreye kadar olan gemiler için 6 bin TL, 5-7,99 metre arası gemiler için 9 bin

TL, 8-9,99 metre arası gemiler için 11 bin TL, 10-11,99 metre arası deniz balıkçı gemileri ile 10 metre ve üzeri tüm iç su balıkçı gemileri için ise 13 bin TL olarak açıklandı.

Öte yandan balıkçı gemisinin sahibi ya da ortağı olan kadınlara yönelik ilave destek de uygulanacak.

Başvuru tarihinde sahiplik veya ortaklığın devam etmesi ve başvurunun bizzat yapılması şartıyla, gemi başına ödenecek destek tutarına yüzde 35 oranında ek ödeme yapılacak. Desteklemenin, küçük ölçekli

balıkçılığın devamlılığı ve kayıtlı üretimin güçlendirilmesini hedeflediği belirtildi.

Lüleburgaz'da derbi heyecanı!

Tevfik İSÇİ

Kırklareli amatör futbolunda hafta sonu oynanacak karşılaşmalar, hem zirve yarışını hem de şampiyonluk ve play-off mücadelesini yakından ilgilendiriyor.

Süper Amatör Lig'de haftanın en dikkat çeken karşılaşması, Lüleburgazspor – Lüleburgaz Kentspor derbisi olurken, zirve hattında ise lider Vizespor ile ikinci sıradaki Çakılıspor arasındaki kritik mücadele futbolseverleri bekliyor.

Öte yandan altyapıda da heyecan dorukta. U18 Play-Off müsabakalarındaki karşılaşmalar, genç yeteneklerin vitrine çıkacağı mücadelelere sahne olacak. Kırklareli genelinde farklı sahalarda oynanacak maçlarla birlikte U16, U15, 1. Amatör Lig ve Süper Amatör Lig'de haftanın programı, futbol dolu bir hafta sonu vaat ediyor.

31 OCAK 2026 CUMARTESİ

KIRKLARELİ SENTETİK ÇİM SAHA

14.00 Kırklareli Doğuşspor-Trakya Fenerspor U16

Ligi Vacit TORAMAN Sezonu

İSTASYON SENTETİK ÇİM SAHA

12.00 Lüleburgazspor-Lüleburgaz 1922spor U16

Ligi Vacit TORAMAN Sezonu

14.00 Lüleburgazspor Atletikspor-Demirköyspor

U16 Ligi Vacit TORAMAN Sezonu

BABAESKİ SENTETİK ÇİM SAHA

14.00 Babaeski Doğanspor-Lüleburgaz Kentspor

U15 Ligi Mustafa ÇİLEK Sezonu

PINARHİSAR SENTETİK ÇİM SAHA

14.00 Lüleburgazspor-Çakılı Gençlerbirliği

U18 Play-Off (1-4)

EVRENEKİZ SENTETİK ÇİM SAHA

14.00 Vizespor-Lüleburgaz Yıldırımspor U18

Play-Off (2-3)

1 ŞUBAT 2026 PAZAR

KIRKLARELİ SENTETİK ÇİM SAHA

12.00 Kırklareli Doğuşspor-Lüleburgaz Yıldırımspor U15 Ligi Mustafa ÇİLEK Sezonu

14.00 Karahırsor-Üsküpspor Süper Amatör Lig

Kenan ÖZKAN Sezonu



KAVAKLI SENTETİK ÇİM SAHA

12.00 Kırklareli 39 Sanayispor-Lüleburgaz Yıldırımspor 1. Amatör Lig Nevçivan SIVACI Sezonu B-Grubu

14.15 Kavaklıspor-Trakya Fenerspor 1. Amatör

Lig Nevçivan SIVACI Sezonu B-Grubu

8 KASIM STADI

14.00 Lüleburgazspor-Lüleburgaz Kentspor Süper

Amatör Lig Kenan ÖZKAN Sezonu

EVRENEKİZ SENTETİK ÇİM SAHA

14.00 Evrensekiz Evrenspor-Pınarhisarspor Süper

Amatör Lig Kenan ÖZKAN Sezonu

VİZE SENTETİK ÇİM SAHA

13.00 Sergenspor-B.Mandıra Hüriyetspor 1. Ama-

tör Lig Nevçivan SIVACI Sezonu A-Grubu

15.15 Çakılıspor-Vizespor Süper Amatör Lig

Kenan ÖZKAN Sezonu

BABAESKİ SENTETİK ÇİM SAHA

14.00 Babaeski Doğanspor-Pehlivan köyspor

1. Amatör Lig Nevçivan SIVACI Sezonu A-Grubu

İSTASYON SENTETİK ÇİM SAHA

11.00 Lüleburgaz 1922spor-Lüleburgazspor U15

Ligi Mustafa ÇİLEK Sezonu

13.00 Sarıcaalısor-İncespor 1. Amatör Lig Nev-

civan SIVACI Sezonu A-Grubu

15.15 Dügüncübaşıspor-Koçazspor 1. Amatör Lig

Nevçivan SIVACI Sezonu B-Grubu

Aden Ünlü Türkiye Şampiyonu oldu

Yaren SEZEN

Kırklareli Ergin Spor Kulübü sporcusu Aden Ünlü, Alanya'da düzenlenen Yıldızlar Batı Grubu Taekwondo Müsabakalarında büyük bir başarıya imza attı.

44 kilogram Yıldız Bayanlar kategorisinde mücadele eden Aden Ünlü, 163 sporcunun yer aldığı zorlu organizasyonda çıktığı 8 karşılaşmayı da kazanarak şampiyonluğa ulaştı. Genç sporcu, elde ettiği bu başarıyla Kırklareli'ni gururlandırdı.

Aden Ünlü'nün başarısı spor camiasında sevinçle karşılanırken, Kırklareli Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü de yayımladığı mesajla sporcuyu ve emeği geçen antrenörleri tebrik etti. İl Müdürlüğü açıklamasında, "Sporcumuzu ve emeği geçen antrenörlerimizi tebrik ediyor, başarılarının devamını diliyoruz" ifadelerine yer verildi.



21,7 milyon dolar

Aralık ihracatı

artarak 26 milyar 373 milyon dolar, ithalat ise yüzde 10,7 artışla 35 milyar 674 milyon dolar oldu.

KIRKLARELİ'NDE EN FAZLA İHRACAT BULGARİSTAN'A

TÜİK verilerine göre Kırklareli'nde Aralık ayında en fazla ihracat Bulgaristan ile gerçekleştirildi. Bulgaristan'a yapılan ihracat 2 milyon 504 bin 850 dolar olurken, Küba'ya 2 milyon 318 bin 3 dolar, Somali'ye ise 1 milyon 542 bin 3 dolarlık ihracat yapıldı.

İTHALATTA İLK SIRADA RUSYA FEDERASYONU VAR

Kırklareli'nin Aralık ayındaki ithalatında ise Rusya Federasyonu ilk sırada yer aldı. Rusya'dan yapılan ithalat 11 milyon 210 bin 33 dolar olarak kaydedildi. Ukrayna'dan 1 milyon 669 bin 693 dolar, Bulgaristan'dan ise 916 bin 828 dolarlık ithalat gerçekleştirildi.

İller bazında yapılan sıralamada Kırklareli, Aralık ayı ihracatında Türkiye genelinde 46'ncı, ithalatta ise 38'inci sırada yer aldı.

Tevfik İSÇİ

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından açıklanan 2025 yılı Aralık ayı dış ticaret verilerine göre, Kırklareli'nin ihracat ve ithalat rakamları belli oldu.

TÜİK ile Ticaret Bakanlığı iş birliğiyle genel ticaret sistemi kapsamında hazırlanan geçici verilere göre, Kırklareli 2025 yılı Aralık ayında 21 milyon 754 bin dolar ihracat, 17 milyon 584 bin dolar ithalat gerçekleştirdi.

Aynı dönemde Edirne'de ihracat 12 milyon 595 bin dolar, Tekirdağ'da ise 270 milyon 376 bin dolar olarak kayıtlara geçti.

Türkiye genelinde ise ihracat, 2025 yılı Aralık ayında bir önceki yılın aynı ayına göre yüzde 12,7

GÖRÜNÜM

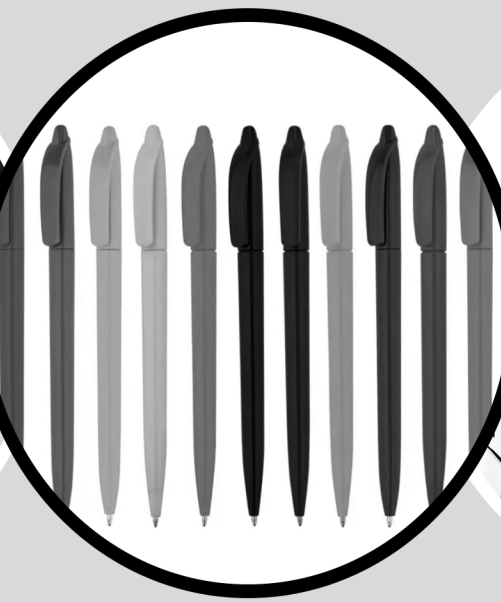
PROMOSYON MATBAA



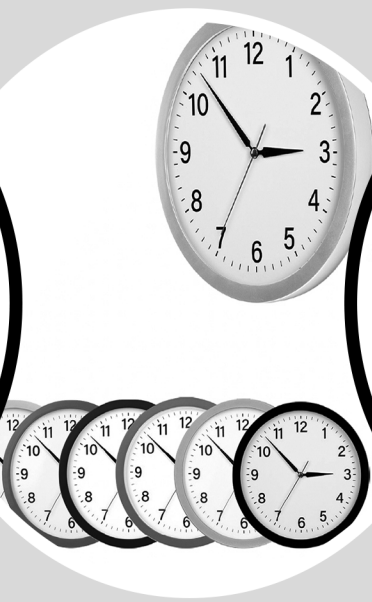
KALEM
TAKVİM
KÜP BLOKNOT



ŞAPKA
ÇAKMAK
AJANDA



BLOKNOT
TİŞÖRT
SAAT



SPIRALLİ DEFTER
ÜÇGEN MASA TAKVİMİ
GEMİCİ TAKVİM



ARAYIN !
FIRSATLARI YAKALAYIN

0549 412 45 74

İnadına KALİTE
İnadına İNDİRİM

Geleceğin şampiyonları yetişiyor!

Lüleburgaz'da Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından açılan Sporcu Eğitim Merkezi ile güreşte yeni bir sayfa açıldı. Ali Osman Kara öncülüğünde yürütülen çalışmalarla çocuklar minderde sadece rakibini değil, kötü alışkanlıkları da yeniyor. Devlet destekli bu merkez, Lüleburgaz'ı Türk güreşinin geleceğine taşıyor.

Özlem KARAKOYUN

Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın Lüleburgaz'da hayata geçirdiği güreş eğitim programı, kısa sürede yoğun ilgi gördü.

Lüleburgaz GSB İlçe Merkezi'nde yürütülen çalışmalarda yaklaşık 60 öğrenci düzenli olarak güreş eğitimi alıyor. Programın başında ise Türk güreşine sayısız sporcu kazandırmış, başarılarla dolu bir meslek hayatına sahip olan Ali Osman Kara bulunuyor.

Yaklaşık 3 ay önce GSB tarafından Lüleburgaz'da açılan Sporcu Eğitim Merkezi, güreşçiler için yeni bir dönemin kapısını araladı. Şu anda merkezde daha önce derece yapmış 8 güreş sporcusu bulunuyor. Bu sporcular, Bakanlık tarafından sağlanacak desteklerle daha sistemli bir gelişim sürecine girecek.

Ali Osman Kara, geçmişte sporcuların gelişebilmek için farklı şehirlere gitmek zorunda kaldığını hatırlatarak şunları söyledi: "Artık çocuklarımız başka illere gitmeden, kendi şehirlerinde bu imkanlara kavuşuyor. Bu çok kıymetli bir adım."

"36 YILDIZ AYNI HEYECANLA"

1990 yılında Lüleburgaz'a atanarak göreve başlayan Ali Osman Kara, 36 yıllık antrenörlük kariyerinde Türk güreşine sayısız başarı kazandı. Kariyerinde 2 dünya şampiyonluğu, 1 dünya ikinciliği, 1 dünya üçüncülüğü ve Avrupa'dan 15 madalya bulunuyor.

Kara, "İmkansızlıklar içinde

çalıştık ama hiçbir zaman vazgeçemedik. Bugün bu merkezde açılan ilk branşın güreş olması benim için ayrı bir gurur. Bu, emeğin karşılığıdır." diye konuştu.

Antrenmanlar, Kara'nın eski sporcuları olan ve spor akademisi mezunu antrenörler Mümin Dik ve Simge Öncü ile birlikte yürütülüyor. Yıllar içinde yetiştirdiği sporcularla gurur duyan Kara,

hedefler kuran sporcular, güreşin hayatlarına kattıklarını samimi sözlerle anlattı.

Geçtiğimiz yıl kategorisinde Türkiye birinciliği elde eden 11 yaşındaki Eymen Çalıışkan, güreşe başlama sürecini anlatırken heyecanını gizleyemedi: "Abim güreşi olduğu için Ali Osman hocam ile tanıştım. Ali Osman hoca beni de çağırdı. Abim gibi güreşçi olmak hayalimdi zaten. Antrenmanlara geldikçe kendime daha çok güvenmeye başladım" dedi.

Aynı yaş grubunda yer alan Elisa Hotun (11) ise güreşin kendisini hem fiziksel hem de ruhsal olarak güçlendirdiğini belirterek, "Güreş bana göre zor değil, aksine çok eğlenceli. Üzgün ya da bitkin hissettiğim zaman buraya gelince mutlu oluyorum. Okuldan sonra antrenmana gelmek bana iyi geliyor" ifadelerini kullandı.

Geçen yıl katıldığı şampiyonada ikinci olan sporculardan Habil Güney Okan (11), güreşle uzun yıllardır iç içe olduğunu belirterek hedefini net şekilde ortaya koydu: "Yedi senedir güreş yapıyorum. Daha önce ikincilik aldım, bu sefer birincilik olmak istiyorum. Kentimizi en güzel şekilde temsil etmek benim için çok önemli" dedi.

Defne Öncü (10) ise güreşe aileyle başlayan sporculardan biri. Güreşin düşündüğü kadar ağır bir spor olmadığını vurgula-



güreşin geleceğini emin ellere bırakmanın huzurunu yaşadığını belirterek, "Benden sonra bu branşı onlara devredeceğim. Gönülüm rahat; güreş emin ellerde olacak" dedi.

ŞAMPİYONLARIN HEDEFLERİ YÜKSEK

Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın Lüleburgaz'daki güreş eğitimlerinde mindere çıkan çocuklar, yalnızca rakipleriyle değil, kendilerini de mücadele ediyor. Küçük yaşlarına rağmen büyük



"Minderde büyüyen hayaller"



yan Defne, "Annem Ali Osman hocanın eski öğrencisi. Lüleburgaz'a taşınınca ben de başladım. Yaklaşık 2,5 yıldır güreşiyorum. Güreş sandıkları gibi zor değil, aksine insanı güçlendiriyor" diye konuştu.

Başarılarıyla dikkat çeken sporcular da hedeflerini kararlılıkla dile getirdi.

U15 ve U13 Türkiye üçüncüsü Aybuke Yalçın, kız sporcu olmanın kendisini daha da motive ettiğini söyleyerek, "Kızlarda katılım az ama erkeklerle antrenman yaptığımız için daha çok mücadele ediyoruz. Babam eski güreşçi, beni o yönlendirdi. Ali Osman hocam ve Mümin hocam her zaman yanımda, bize yol gösteriyor" dedi.

U12 Türkiye üçüncüsü Ersan Efe Özkan, güreşin hayatında önemli bir dönüm noktası olduğunu belirterek, "Spor geçmişim vardı ama güreşe hep merakım vardı. Burada bir etkinlikte başladım. O zamanlar kiloluymdum. Ali Osman hocam sayesinde hem güreşi öğrendim hem de kilo verdim, kendimi daha iyi hissediyorum" ifadelerini kullandı.

U10 Türkiye üçüncüsü Pamir Selçuk ise geleceğe dair hayalini açıkça dile getirerek, "4,5 senedir güreşiyorum. En büyük hayalim Avrupa Şampiyonası'na gitmek. Sonra antrenör olup bu sporu ço-



çuklara öğretmek, nesilden nesile aktarılmasını sağlamak istiyorum" dedi.

"GÜREŞ, ÇOCUĞUN HAYATINI DÜZENLER"

Ali Osman Kara, güreşin yalnızca bir spor dalı olmadığını özellikle vurguladı.

Kara'ya göre güreş, çocukların hem fiziksel hem de ruhsal gelişiminde kritik bir rol oynuyor: "Güreş, çocuğun hayatını baştan sona düzenler ve ona sağlam bir gelecek sunar. Minderde tanışan çocuk ne zaman çalışacağını, ne zaman dinleneceğini bilir; disiplinli olmayı, sabretmeyi ve hedef koymayı öğrenir. Burada kazandığı düzeni okuluna, ailesine

ve sosyal hayatına taşır. Güreş, çocuğa sadece spor yaptırılmaz; özgüven kazandırır, karakterini güçlendirir, zorluklar karşısında yılmamayı öğretir. Bugün minderde mücadele eden çocuk, yarın hayatın içinde de dimdik durur. Bizim amacımız sadece şampiyon sporcu yetiştirmek değil, topluma faydalı, ahlaklı ve güçlü bireyler kazandırmaktır."

Kara, Sporcu Eğitim Merkezi'nin açılmasında emeği geçen isimlere de teşekkür etti.

GSB Bakanı Osman Aşkın Bak'a, Güreş Federasyonu Başkanı Taha Akgül'e, Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezi Koordinatörü Muhammed İlkan'a, GSB İl Müdürü Emrah Yüksel Babuşcu'ya, eski İlçe Müdürü Tayfun Ercan'a ve yeni İlçe Müdürü Hekim Demirci'ye hem kendi adına hem de sporcular adına şükranlarını iletti.

Velilere de çağrıda bulunan Kara, "Sporcu Eğitim Merkezi'nin açılması en büyük hayalimdi. Şimdi velilerimizi çocuklarıyla birlikte bekliyoruz. Güreşle yetişen çocuk, hayatta daha sağlam durur" diyerek sözlerini tamamladı.

Lüleburgaz'da GSB İlçe Merkezi sayesinde minder artık sadece bir spor alanı değil; çocuklar için umut, disiplin ve güçlü bir geleceğin adresi olmaya devam ediyor.

"Ramazan'ı hatırlatan küçük ama değerli bir detay."

İmsakiye

ON BİR AYIN SULTANI

Ramazan

Hesgelin

GÖRÜNÜM

30 ile 40 yaş arasında dikkat

TURKCELL

EREN İL

30 Mart 2025 Pazar Ramazan Bayramının 1.Günüdür | Bayram Namazı: 07:28

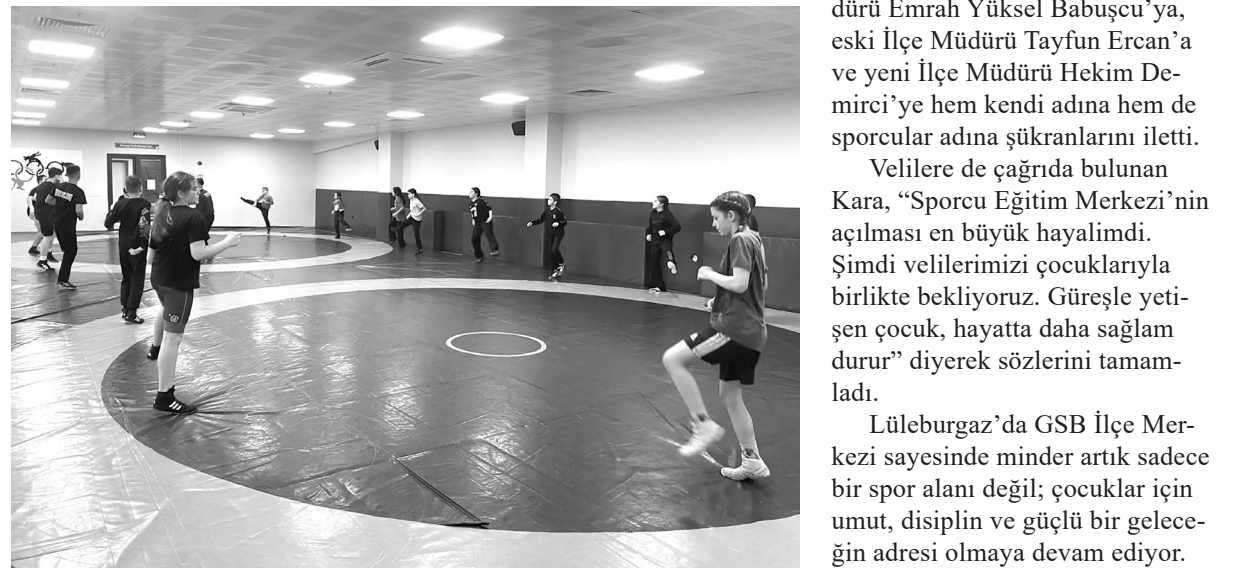
balaban

Hes Gelin Ya Şehr-i Ramazan

OGUZ PETROL

30 Mart 2025 Çarşamba Ramazan Bayramının 1.Günüdür | Bayram Namazı: 07:19

Tarih	Gün	Sabah	Güneş	Öğle	İkindi	Akşam	Yatsı
17 Ocak 1948	31 Mart 2025 Çarşamba	05:43	07:06	12:38	16:34	18:34	19:58
18 Ocak 1948	12 Mart 2025 Perşembe	05:42	07:07	12:38	16:34	18:34	19:58
19 Ocak 1948	23 Mart 2025 Cuma	05:41	07:08	12:38	16:34	18:34	19:58
20 Ocak 1948	31 Mart 2025 Cumartesi	05:40	07:09	12:38	16:34	18:34	19:58
21 Ocak 1948	10 Mart 2025 Pazar	05:39	07:10	12:38	16:34	18:34	19:58
22 Ocak 1948	20 Mart 2025 Pazartesi	05:38	07:11	12:38	16:34	18:34	19:58
23 Ocak 1948	30 Mart 2025 Salı	05:37	07:12	12:38	16:34	18:34	19:58
24 Ocak 1948	9 Mart 2025 Çarşamba	05:36	07:13	12:38	16:34	18:34	19:58
25 Ocak 1948	19 Mart 2025 Perşembe	05:35	07:14	12:38	16:34	18:34	19:58
26 Ocak 1948	29 Mart 2025 Cuma	05:34	07:15	12:38	16:34	18:34	19:58
27 Ocak 1948	8 Mart 2025 Cumartesi	05:33	07:16	12:38	16:34	18:34	19:58
28 Ocak 1948	18 Mart 2025 Pazar	05:32	07:17	12:38	16:34	18:34	19:58
29 Ocak 1948	28 Mart 2025 Pazartesi	05:31	07:18	12:38	16:34	18:34	19:58
30 Ocak 1948	7 Mart 2025 Salı	05:30	07:19	12:38	16:34	18:34	19:58
31 Ocak 1948	17 Mart 2025 Çarşamba	05:29	07:20	12:38	16:34	18:34	19:58



ARAYIN FIRSATLARI YAKALAYIN!

0532 482 44 63

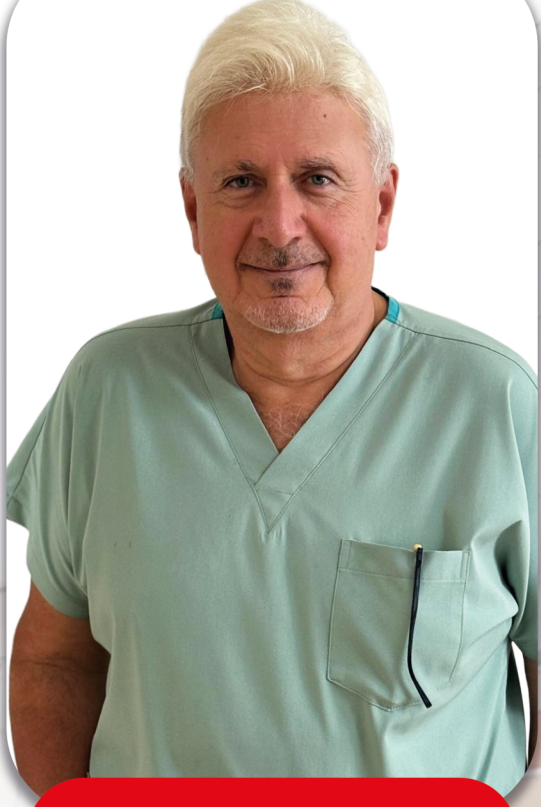
0549 412 45 74

0288 412 45 74

* İMSAKİYE

GÖRÜNÜM
MATBAA

ÖZEL DERMAN HASTANESİ



Op.Dr. Armağan AYYILDIZ
Kadın Hastalıkları ve
Doğum Uzmanı



Uzm. Dr. Seyhan BEYHAN
Dermatoloji (Cildiye)
Uzmanı



Uzm. Dr. Ece ÇAYLAK KORUCU
Kulak Burun Boğaz
Uzmanı



Uzm. Dr. Fatih ÇAYLIKOCA
Çocuk Sağlığı ve
Hastalıkları Uzmanı



SGK İLE ANLAŞMALI OLARAK
HİZMETİNİZDEYİZ.

RANDEVU VE
BİLGİ İÇİN

0288

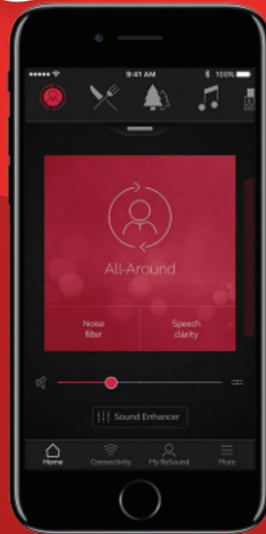
412 36 00

Kocasinan Mah. Okullar Cad. No: 30 Lüleburgaz/KIRKLARELİ

GÖR182

İYİ DUYMAK HAYATA BAĞLAR!

İŞİTME CİHAZLARI



**MARKA
İŞİTME CİHAZLARI**

0546 800 3939

Yeni Mah. Fatih Cad.
No:46/B
(Halk Eğitim Merkezi Karşısı)
Lüleburgaz/Kırklareli

**DUYBENİ
İŞİTME CİHAZLARI**

0544 119 3939

Atatürk Mah. İstanbul Cad.
No:189/A
(Devlet Hastanesi Karşısı)
Lüleburgaz/Kırklareli

**BABAESKİ
İŞİTME CİHAZLARI**

0546 400 3939

Babaeski Devlet Hastanesi
Karşısı
Babaeski/Kırklareli

DETAYLI BİLGİ İÇİN İLETİŞİME GEÇEBİLİRSİNİZ

GÖR54