

**ÖZEL LÜLEBURGAZ TIP MERKEZİ**

**Op.Dr. Arzu ASLAN**  
**Op.Dr Mustafa DÖKMECİ**  
Kulak Burun Boğaz (KBB) Hastalıkları Uzmanı

**UZMAN DOKTORLARIMIZLA Hizmetinizdedir**

0288 413 12 88 / 0551 438 90 53  
Yıldız Mh. Cermen Cd. No:3 ( Eski SSK Hastanesi Arka Cd. ) LÜLEBURGAZ



**GENÇERİNŞAAT**

Bilgi İçin (0542) 211 39 39  
www.gencerinsaat.com  
https://www.facebook.com/gencerkent/



**GÖZ HASTALIKLARI UZMANI**  
**OP.DR.YUSUF TÜRKYILMAZ**  
EN GELİŞMİŞ CİHAZLAR İLE YENİ YERİNDE  
**HASTA KABULÜNE BAŞLAMISTIR**

- ✓ KATARAKT AMELİYATI
- ✓ PREMIUM GÖZİÇİ LENS UYGULAMALARI
- ✓ AMBLİYOPI 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 Turckell Bayii Üzeri Kat:1 Daire:5

**GÖRÜNÜM**

15 KASIM 2025 CUMARTESİ GÜNLÜK SİYASİ GAZETE YIL: 31 SAYI: 8324 FİYATI: 10 TL

**VOGUE Plus**  
Kahvaltı ve yemeğin adresi

0 530 675 57 98  
voguecoffeecake

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

**ŞEHİDİMİZİ UĞURLADIK!**

Azerbaycan-Gürcistan sınırında askeri kargo uçağının düşmesi sonucu şehit olan Hava Uçak Bakım Astsubay Üstçavuş Berkay Karaca, Lüleburgaz'da son yolculuğuna uğurlandı. Cenaze törenine, Milli Eğitim Bakanı Yusuf Tekin, Sanayi ve Teknoloji Bakanı Mehmet Fatih Kacır da katıldı. Cenaze töreninde şehidin babası Nedim Karaca ve abisi Bünyamin Karaca büyük acı yaşarken, anne Nurdan Karaca'nın sözleri yürekleri dağladı. Şehidin arkadaşlarına sarılarak, "Sizden benim çocuğumun kokusu geliyor" diyen acılı anne, naaşın başında dakikalarca gözyaşı döktü.

**Kahraman şehidimiz TOPRAĞA VERİLDİ**  
Lüleburgaz Şehitliği

**Baba ocağında helallik alındı**

Hava Uçak Bakım Astsubay Üstçavuş Berkay Karaca'nın naaşı, Ankara'daki törenin ardından Lüleburgaz'a getirildi. Çorlu'da resmi törenle karşılanan şehidimiz için, baba ocağında helallik alındı.

Şehit Hava Uçak Bakım Astsubay Üstçavuş Berkay Karaca, Sokollu Mehmet Paşa Camii'nde kılınan cenaze namazının ardından Lüleburgaz Şehitliği'nde dualarla toprağa verildi. Ailesi ve silah arkadaşları başta olmak üzere yüzlerce Lüleburgazlı gözyaşlarıyla birlikte şehidine veda etti. 2'DE

**NOBEL İSG**

**NOBEL OSGB**  
Fatih Mh. Mustafa Kemal Cd. No: 50/A  
Muratlı / TEKİRDAĞ  
Gsm: 0549 542 46 15

**MOBİL SAĞLIK HİZMETİ**  
Fatih Mh. Mustafa Kemal Cd. No: 50/A  
Muratlı / TEKİRDAĞ  
Gsm: 0542 139 28 39

**HİZMETLERİMİZ**

**NOBEL İLKYARDIM EĞİTİM MERKEZİ**  
Yıldız Mh. Çermen Cd. No: 15/A  
Lüleburgaz / KIRKLARELİ  
Gsm: 0549 413 01 00

**İSG MALZEME**  
Gsm: 0544 349 39 39

**YAŞAM**  
Profesyonel

PROFESYONEL APARTMAN VE SİTE YÖNETİMİ

**Apartman ve Sitelerinizde Her An Şeffaf ve Denetlenebilir Yönetim**

**BİZE ULAŞIN 0850 380 20 58**

Yeni Mh. İstanbul Cd. No: 61 Batu Pasajı B08 Lüleburgaz KIRKLARELİ - Firmamız TRKTYD üyesi ve il temsilcisidir.



# ŞEHİDİMİZİ UĞURLADIK!

**Tevfik İŞÇİ- Özlem KARAKOYUN**

Askeri kargo uçağının Gürcistan-Azerbaycan sınırında düşmesi sonucu şehit olan Hava Uçak Bakım Astsubay Üstçavuş Berkay Karaca, Kırklareli'nde toprağa verildi.

Çorlu Atatürk Havalimanı'ndan askeri törenle alınan Karaca'nın (27) naaşı, Lüleburgaz ilçesine bağlı 8 Kasım Mahallesi'ndeki baba ocağına getirilerek burada helallik alındı.

Ardından şehit Karaca için Lüleburgaz'daki Sokullu Mehmet Paşa Camisi'nde cenaze töreni düzenlendi.

Bekar olan şehidin Türk bayrağına sarılı naaşı, tören mangası tarafından camiye getirildi.

Törende şehidin babası Nedim Karaca ve abisi Bünyamin Karaca büyük bir acı yaşarken, anne Nurdan Karaca'nın sözleri



yüreklere dağıldı. Şehidin arkadaşlarına sarılarak, "Sizden benim çocuğumun kokusu geliyor." diyen acılı anne, naaşın başında dakikalarca gözyaşı döktü.

**"GURBET KUŞUM SİLADAN UÇTU GİTTİ"**

Cami bahçesinde oğlunun resmine sarılan anne Karaca, "Hikayeni yazamadım annem. Yarım koydular bizi. Gurbet kuşlarımız onlar bizim. Gurbet kuşum siladan uçtu gitti. Ben doymadım evladıma, kara toprak nasıl doycak? Bana, 'Anne şehit



olursam senin adını yazdırırım, babam dayanamaz. Sen güçlüsün.' dedi. 'Ama çok ağır yük o, bana verme onu.' dedim. 'Hayır anne dik duracaksın, vatan sağ olsun diyeceksin.' dedi. Ama biliyor musunuz, benim yüreğim taşıyor. Yine de vatan sağ olsun. Vatan sağ olsun güzel evladım." diyerek ağladı.

Emekli uzman çavuş olan baba Nedim



Vali Turan, büyük üzüntü yaşayan şehit babası Karaca'nın elini tutarak onu teselli etmeye çalıştı.

Törene, Milli Eğitim Bakanı Yusuf Tekin, Sanayi ve Teknoloji Bakanı Mehmet Fatih Kacır, Adalet Bakan Yardımcısı Hürşit Yıldırım, Kırklareli Valisi Uğur Turan, Edirne Valisi Yunus Sezer, AK Parti Kırklareli Milletvekili Ahmet Gökhan Sarıçam, CHP Kırklareli Milletvekilleri Fahri Özkan ile Vecdi Gündoğdu, 55. Mekanize Piyade Tugay Komutanı Tuğgeneral Erdal Köse, Kırklareli Belediye Başkanı Derya Bulut, Lüleburgaz Kaymakamı Kemal Yıldız, İl Jandarma Komutanı Kıdemli Albay Yusuf Eskiştir, İl Emniyet Müdürü Sinan

Çamuroğlu, Lüleburgaz Belediye Başkanı Murat Gerenli, ilçe ve belde belediye başkanları, kamu kurum ve kuruluşları ile siyasi parti temsilcileri ve diğer ilgililer katıldı.

Helallik alınmasından sonra İl Müftüsü Yusuf Eviş cenaze namazını kıldırdı.

Top arabasıyla kortej eşliğinde bir süre taşınan şehidin naaşı, ilçe şehitliğine defnedildi.



## Kahraman şehidimiz toprağa verildi



## Baba ocağında helallik alındı

**Hamza DALGIC**

Şehit Hava Uçak Bakım Astsubay Üstçavuş Berkay Karaca, 11 Kasım 2025 sabahı Azerbaycan dönüşü sırasında meydana gelen elim uçak kazasında görev başında şehit düşmüştü. Vatan için verdiği kutsal görev sırasında hayatını kaybeden kahraman askerimiz için önce Ankara'da bir askeri tören düzenlendi.

Sabah saat 09.00'da gerçekleşen törenin ardından şehidimizin naaşı, Lüleburgaz'da defnedilmek üzere yola çıkarıldı.

Gün içerisinde şehidimizin naaşı Çorlu Atatürk Havalimanı'na ulaştı. Burada Kırklareli Valisi Uğur Turan, Kırklareli Belediye Başkanı Derya Bulut, il ve ilçe protokolleri, askeri erkan, silah arkadaşları ve çok sayıda vatandaş hazır bulundu.

Çorlu'daki karşılama töreninin ardından konvoy eşliğinde Lüleburgaz'a getirilen şehit cenazesi, saat 13.10 sularında şehrin girişine ulaştı. Buradan da helallik alınmak üzere 8 Kasım Mahallesi Tuna Sokak'taki baba ocağına getirildi.

Şehidimizi burada ailesi, yakın akrabaları, komşuları ve çok sayıda Lüleburgazlı vatandaş karşıladı. Evinin önünde dualar okundu, gözyaşları sel oldu. Komşular, şehidin ailesine sarılarak acılarını paylaştı.

Baba ocağındaki helalleşme merasiminin ardından şehidimiz için cenaze namazı kılınmak üzere Lüleburgaz Sokollu Mehmet Paşa Camii'ne geçildi.



Şehit Hava Uçak Bakım Astsubay Üstçavuş Berkay Karaca, Sokollu Mehmet Paşa Camii'nde kılınan cenaze namazının ardından Lüleburgaz Şehitliği'nde dualarla toprağa verildi. Ailesi ve silah arkadaşları başta olmak üzere yüzlerce Lüleburgazlı gözyaşlarıyla birlikte şehidine veda etti.

**Hamza DALGIC**

Lüleburgazlı Şehit Hava Uçak Bakım Astsubay Üstçavuş Berkay Karaca, Sokollu Mehmet Paşa Camii'nde düzenlenen cenaze töreni ve kılınan cenaze namazının ardından, binlerce vatandaşın selamları arasında Lüleburgaz Şehitliği'ne doğru yola çıkarıldı.

Cenaze konvoyunun şehitliğe varmasıyla birlikte alanda toplanan vatandaşlar, şehidimizi dualarla karşıladı. Karaca'nın silah arkadaşları, şehidimizin tabutunu şehitliğin içerisine taşıyarak tabutu hazırlan platforma yerleştirdiler.

Şehitlik alanına getirilen naaş, tören alanında bulunan platforma yerleştirildiği sırada duygu dolu anlar yaşandı. Şehidin annesi Nurdan Karaca ve babası Nedim Karaca, tabut başında güçlükle ayakta durabildi. Birbirlerine sarılarak gözyaşları içinde evlatlarına veda eden Karaca çifti, törende bulunan vatandaşların da duygulanmasına sebep oldu.



Törende okunan dualar eşliğinde şehidimizin naaşı toprağa verildi. Defin işlemi sırasında askeri tören kuralları çerçevesinde üç el saygı

atışı gerçekleştirildi.

Şehidimizin toprağa verilmesinin ardından cenaze töreni sona erdi.





# Lüleburgaz'da kültür durağı!

2023 yılında Lüleburgaz'da açılan Kahveci Veysel, kumda kahve geleneği, Osmanlı esintili dekorasyonu ve el yapımı ürünleriyle kısa sürede şehrin dikkat çeken markalarından biri oldu.

## Özlem KARAKOYUN

2023 yılında Lüleburgaz'da kapılarını açan Kahveci Veysel, kahve tutkunlarını yalnızca lezzetle buluşturmakla kalmıyor; aynı zamanda geçmişin izlerini günümüze taşıyan özel bir atmosfer sunuyor.

Kurucuları Veysel Şen, Muhammed Şen ve Samet Suvariler, bu işletmeyi hayata geçirirken amaçlarının yalnızca bir kafe açmak olmadığını, geleneksel kültürü yaşatmak ve misafirlerine unutulmaz bir deneyim sunmak olduğunu vurguladı.

Geleneksel dokuyu her detayında hissettiren Kahveci Veysel'de, personel kıyafetlerinden dekorasyona, sunum biçimlerinden ikramlara kadar her unsur Osmanlı kültürünün zarif çizgilerini taşıyor. "Bizde geleneklere çok önem verilir" diyen Şen ve Suvariler, bu anlayışın hem mekanın ruhuna hem de hizmet anlayışlarına yön verdiğini aktarıyor.

## KUMDA KAHVE, REYHAN ŞERBETİ VE EL YAPIMI LEZZETLER

Kahveci Veysel'in en dikkat çekici özelliği, Osmanlı'dan günümüze uzanan kumda kahve geleneğini yaşatması. Köz tadında, ağır ağır pişen Türk kahvesi, misafirlerine adeta bir zaman yolculuğu yaşıyor.



Bunun yanında, kahvenin yanında ikram edilen Reyhan şerbeti hem ferahlatıcı bir aromaya sahip hem de mekanın kültürel kimliğinin bir parçası.

İşletme sadece kahve sunmakla da yetinmiyor; el yapımı mum, kolonya ve çeşitli aromatik ürünler de burada hazırlanıyor. Bu üretimler, markanın "kendi kültürünü kendi elleriyle yaşatma" düsturunun bir yansıması olarak öne çıkıyor.

Menüde menengiç, dibek ve aromalı Türk kahvelerinin yanı sıra yeni nesil kahve çeşitleri de bulunuyor. Böylece hem klasik lezzetleri arayanlara hem de modern tatları tercih edenlere hitap eden geniş bir menü sunuluyor.

## "AKDENİZ'DEN TRAKYA'YA" UZANAN BİR GİRİŞİMCİLİK YOLCULUĞU

Markanın kurucusu Veysel Şen, esnaflık hikayesi-ne 2000'li yıllarda Mersin sokaklarında başlayan bir isim. "2004 yılında, 14 yaşındayken esnaflığa adım attım" diyerek başlayan hikayesini şöyle sürdürdü:

"Üretmek ve markalaşmak en büyük gayemdi. Mersin ve Tarsus'tan sonra İstanbul ve Tekirdağ'a uzanan bir yolculuğa çıktım. 'Akdeniz'den Trakya'ya' sloganıyla farklı şehirlerde işletmecilik yaptım."

Bu uzun yolculuk, bugün Kahveci Veysel markasının sahip olduğu tecrübenin ve güçlü kimliğin temelini oluşturuyor. Kendi ürettikleri kahve, çikolata ve tatlı çeşitlerini misafirleriyle buluşturan marka, kaliteyi el işçiliğiyle birleştirerek benzersiz bir lezzet anlayışı sunuyor.

**KALİTE, HİJYEN VE MÜŞTERİ MEMNUNİYETİ ODAKLI HİZMET**  
Kahveci Veysel ekibi, işletmenin yalnızca bir



kahve mekânı değil, aynı zamanda kültürün yaşadığı bir alan olduğunu vurguluyor. Veysel Şen, "Kahveci Veysel olarak kalite, hijyen ve müşteri memnuniyetini her zaman ön planda tutuyoruz. Kendi üretimimiz olan özgün tatlarla misafirlerimizi eşsiz bir lezzet yolculuğuna davet ediyoruz," sözleriyle bu anlayışı özetliyor.

## ŞUBELEŞME YOLUNDA İLK ADIMLAR

Marka, gelecekte büyümeyi ve konseptlerini Türkiye'nin farklı şehirlerinde kahve severlerle buluşturmayı hedefliyor. Osmanlı kültürünü modern dokunuşlarla birleştiren bu özel konseptin, her şehirde aynı özen ve geleneksel ruhla hayata geçirilmesini istediklerini söylediler.

Kahveci Veysel, geçmişle günümüzü harmanlayan özgün atmosferi, kültüre sahip çıkan yaklaşımı ve el emeğine dayalı üretimiyle kısa sürede dikkat çekmeyi başarmış bir marka olarak yoluna emin adımlarla devam ediyor. Misafirlerini sadece kahve içmeye değil, köklü bir kültürü deneyimlemeye davet ediyor.

## BASKIDA KALİTE FİYATTA EKONOMİ

- ✓ ETİKET
- ✓ DAVETİYE
- ✓ KARTVİZİT
- ✓ AFİŞ / POSTER
- ✓ EL İLANI
- ✓ ZARF



*Kaliteyi ucuza almak isteyenlerin adresi!*



**0549 412 45 74**



**GÖRÜNÜM MATBAASI**

## GÖRÜNÜM MATBAA

## SAHADA AKTİF OLARAK ÇALIŞACAK PAZARLAMACI

## İŞ ARKADAŞLARI ARIYORUZ!

**MAAŞ + PRİM + SGK+ YEMEK**



**İletişim İçin:**  
**0288 412 45 74**

**Yılmaz Mah.**  
**İsmail Hakkı Yücel Sk.**  
**No: 1 (PTT arkası)**  
**Lüleburgaz/KIRKLARELİ**





Ahmet  
GÜDÜCÜOĞLU

## ORHAN VELİ

Orhan Veli Kanık İstanbul Beykoz'da dünyaya geldi. Babası Mehmet Veli Bey, Cumhurbaşkanı Armoni Orkestrası'nda şef. Orhan Veli 1925'e kadar Galatasaray Lisesi'nde, ardından Ankara Lisesi'nde (Taş Mektep) öğrenimine devam etti. Edebiyat öğretmenleri Ahmet Hamdi Tanpınar ve Rıfki Melül Meriç'in teşvikleriyle yazı ve şiirler yazmaya başladı. Oktay Rifat'la ilkokulda, Melih Cevdet'le lisede tanıştı. 1932'de İstanbul Üniversitesi'nde Felsefe bölümüne başladı. Edebiyat Fakültesi Talebe Cemiyeti Başkanlığı yaptı. Bu sırada Galatasaray Lisesi'nde muallim muaviniydi. Mezun olmadan Ankara PTT Umum Müdürlüğü Telgraf İşlerinde memurluğa başladı. Tercüme Bürosuna girdi ve Fransızcadan çeviriler yaptı. 1949'da Yaprak dergisini yayımlamaya başladı. 28 sayı sürdürdü.

Milli Eğitim Bakanlığı Tercüme Bürosuna çevirmen olarak girdi. İki yıl sonra ayrılarak, 28 sayı yayımlanan Yaprak dergisini çıkardı. Orhan Veli, kısa bir zamanda büyük bir üne kavuşan sayılı şairlerimizden oldu. Arkadaşları Melih Cevdet ve Oktay Rifat'la çıkardığı Garip adlı kitap, yer alan şiirlerin yanı sıra, "edebiyatı edebiyat yapmaktan kurtarmaya gelen" bu öncülerin bir bildirisini de taşıdı. Garip akımı, bu bildiriyi edebiyat dünyasında kendine taraftar buldu. İkinci Yeni akımı çıkana kadar etkin oldu. Bu akımdan etkilenmeyen çok az şair kaldı. Garipçiler diye adlandırılan Garip şairlerinin amacı, şiiri birtakım kalıplardan kurtarmaktı. Dolaysız, yalın, açık seçik bir halk diliyle şiir yazmaktı. Böylece Orhan Veli'nin yaptığı iş, edebiyat tarihimiz açısından "edebiyat zevkimizde devrim" biçiminde anlatılarla karşılandı. Geleneksel şiirimizin kabuğu çatlatıldı, o güne kadar şiirin özü sayılan söz sanatları bir yana bırakıldı, ölçsüz uyaksız, halkın anlayacağı yalınlıkta bir dille şiir yazına yolu açıldı.

Orhan Veli'nin şiirlerinin benimsenmesinde eleştirmen Nurullah Ataç'ın da payı büyük oldu. Ataç, onun şiirleri konusunda şunları söyledi: "Orhan Veli, şiirlerinin hemen hepsinde birer hikaye anlatır, hem de uzun bir hikaye, sanki birer hayat. Ancak bu hikayeleri bütün fazlalıklardan temizler, bize birkaç satırda özü söyleyiverir. O koca hikayeyi şiir üslubuna koyuverir."

Kanık, şiire getirdiği bu yenilikler yüzünden önceleri büyük ölçüde yadırgandı, çok sert eleştiriler aldı ve küçümsendi. Geleneklerin dışına çıkan eserleri, önce şaşkınlık ve yadırgama, daha sonra eğlenme ve aşağılamayla karşılandı da hep ilgi uyandırdı. Bu ilgi ise kısa zamanda şaire duyulan anlayış, sevgi ve hayranlığın artmasına yol açtı. Sait Faik Abasıyanık da Orhan Veli'nin bu yönüne dikkat çekerek onu "üzerinde en çok durulmuş, zaman zaman alaya alınmış, zaman zaman kendini kabul ettirmiş, tekrar inkar, tekrar kabul edilmiş; zamanında hem iyi hem kötü şöhrete ermiş bir şair" olarak tanımladı.

Her ne kadar Garip döneminde yazdığı şiirleriyle öne çıksa da Orhan Veli "tek tür" şiirler yazmaktan kaçınmıştı. Durmadan arayan, kendini yenileyen, kısa yaşamı boyunca

uzun bir şiir serüveni yaşayan Kanık'ın edebiyat hayatı farklı aşamalardan oluşmaktadır. Oktay Rifat bu durumu "Orhan Fransız şairlerinin birkaç nesillik şiir macerasını kısacık ömründe yaşadı. Türk şiiri onun kalemi sayesinde Avrupa şiiriyle atbaşı geldi." ve "Birkaç neslin belki arka arkaya başarabileceği bir değişmeyi o birkaç yılın içinde tamamladı." sözleriyle açıkladı. Aşağıdaki eserleri belirtilmiştir.

Şiir  
Garip (1941, Resimli Ay Matbaası)  
Vazgeçemediğim (1945, Marmara Yayınevi)  
Destan Gibi (1946, Ölmez Eserler Yayını)  
Yeni (1947, İnkılâp Yayınevi)  
Karşı (1949, Güney Matbaacılık ve Gazetecilik)  
Bütün Şiirleri (1951, Varlık Yayınları)  
Hikâye  
Hoşgör Köftçisi (2012, Yapı Kredi Yayınları)  
Hikâye/Şiir  
Nasreddin Hoca Hikâyeleri (1949, Doğan Kardeş Yayınları)

1948'in sıcak bir Haziran gününde ressam Mübin Orhon da Paris'e gidecek bir gemide yol almaya başlıyor. Muhtemelen Mübin, heyecanlı, gelecekten ümitli, eh biraz da kederli el sallıyor. Rıhtımda onu uğurlamaya gelen arkadaşları Mücap Ofluoğlu ve Orhan Veli var. Her ikisi de Paris'i görmek istiyorlar ama işte... Bu arada Mücap Ofluoğlu, şair arkadaşının oldukça kederlendiğini ve cebinden çıkardığı sigara paketine bir şeyler yazdığını görüyor. Bütün halden anlayan adamlar gibi hiçbir şey sormuyor ve ikili Karaköy'de bir meyhaneye kadar tek laf etmeden yürüyor. Birkaç kadehten sonra Orhan Veli az önce yazdığı satırları okumaya başlıyor:

"Bakakalırım giden geminin ardından

Atamam kendimi denize,  
dünya güzel;  
Serde erkeklik var, ağlayamam."

Orhan Veli, 1950'de Ankara'da bir kaza geçirdi. Karanlık bir sokakta, belediyece açtırılan, ama çevresine hiçbir işaret ve lamba konulmayan bir çukura düştü. Baş zedelendi. İki gün sonra İstanbul'a geldi. Bundan sonrasını Orhan Veli'nin kardeşi Adnan Veli Kanık şöyle yazdı: "... Vücudundaki sızılardan şikayet ediyordu. 14 kasım salı günü bir arkadaşının evinde öğle yemeği yerken fenalık geçirdi. Hastaneye kaldırıldı. Beyninde damar çatlaması yüzünden başlayan baygınlığının nedeni ilkin hekimler tarafından anlaşılmadı.

Alkol zehirlenmesine karşı tedavi yapıldı. Saat 20'de komaya girdi. Bütün gayretlere rağmen kurtarılamayarak Cerrahpaşa Hastanesinde hayata gözlerini yumdu."

"Tüfeğini depoya koydular, Esvabını başkasına verdiler. Artık ne torbasında ekmek kırıntısı, Ne matarasında dudaklarının izi;

Öyle bir rüzgar ki,  
Kendi gitti,  
İsmi bile kalmadı yadigar.  
Yalnız şu beyit kaldı,  
Kahve ocağında, el yazısıyla:  
"Ölüm Allah'ın emri, Ayrılık olmasaydı.""

# Muratlılı şehidimiz UĞURLANDI!

Azerbaycan-Gürcistan sınırında askeri kargo uçağının düşmesi sonucu şehit olan Hava Uçak Bakım Astsubay Başçavuş İlker Aykut Muratlı ilçesinde son yolculuğuna uğurlandı.

Askeri kargo uçağının Azerbaycan-Gürcistan sınırında düşmesi sonucu şehit olan Hava Uçak Bakım Astsubay Başçavuş İlker Aykut (39) Muratlı'da toprağa verildi.

Ankara'da düzenlenen törenin ardından Aykut'un Türk bayrağına sarılı naaşı kente getirildi.

Çorlu Atatürk Havalimanı'nda askeri törenle karşılanan şehidin cenazesi, helallik alınması için Muratlı ilçesindeki babaevine götürüldü.

Burada helallik alınmasının ardından şehit Aykut için Kırkkepenekli Mahallesi Camisi'nde cenaze töreni düzenlendi.

Şehidin annesi Zülbiye, babası Ünal, eşi Duygu ve oğlu Poyraz Aykut, tabutun başında gözyaşı döktü.

Şehidin eşi ve çocuğu Aykut'un askeri kamuflajını giydi.

Aykut'un cenazesi, İl Müftüsü Mustafa



Soykök'ün kıldırıldığı namazın ardından Kırkkepenekli Mahalle Mezarlığı'nda toprağa verildi.

Cenaze törenine şehidin yakınlarının yanı sıra, Gençlik ve Spor Bakanı Osman Aşkın Bak, Vali Recep Soyutürk, AK Parti Tekirdağ

milletvekilleri Gökhan Diktaş, Çiğdem Koncagül, CHP Tekirdağ Milletvekilleri İlhami Özcan Aygun, Cem Avşar, İYİ Parti Tekirdağ Milletvekili Selcan Taşçı, Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Candan Yüceer ve çok sayıda vatandaş katıldı. AA



# Buzun parlayan yıldızı!

Ankara doğumlu fakat Lüleburgazlı olan genç sporcu Gökçen İnci Yorulmaz, Atatürk'ü Anma Yarışması'nda milli takım barajını geçerek Türkiye Buz Pateni Milli Takımı'na seçilme hakkı kazandı ve yarışmayı 3'üncülükle tamamladı.

**Özlem KARAKOYUN**

Ankara'da 11 Temmuz 2014'te dünyaya gelen fakat Lüleburgazlı olan genç sporcu Gökçen İnci Yorulmaz, buz pateninde elde ettiği başarılarla adından söz ettirmeye devam ediyor.

Kasım 2018'de Ankara Oran Bülent Ecevit Buz Sporları Salonu'nda henüz 4 yaşındayadım atan Gökçen, kısa sürede terdiği gelişimle antrenörlerin dikkatini çekti.

Beş yaşındayken yarışmalara katılabilmek için zorunlu olan D Testini başarıyla tamamlayan Gökçen, 2020 yılında ilk resmi yarışmasına çıktı. İlk sezonunda 8'incilik ve 7'ncilik dereceleri alan genç sporcu, sezon sonunda elde ettiği 2'ncilik ile yükselişinin sinyallerini verdi. Genç isim, 2021 yılından bu yana katıldığı neredeyse tüm yarışmalarda ilk üç sırayı alarak kürsünün değişmeyen isimlerinden oldu.

Eğitime Ankara Çankaya Ziraat Mühendisleri Ortaokulu 6. sınıfta devam eden Gökçen, yoğun antren-temposu dışınvaktini sık sık Lüleburgaz'da, Kasapoğlu ve anneannesi Kasapoğlu'nun yanında geçiriyor.

Milenyum Buz Sporları (Vizyon) sporcusu olan Gökçen İnci Yorulmaz, uzun yıllardır antrenörü Umur Öztaşdelen ile çalışıyor. Disiplini, kararlılığı ve profesyonel antrenman süreci sayesinde

her geçen yıl performansını artıran genç sporcu, Türkiye'nin gelecek vadeden buz pateni yetenekleri arasında gösteriliyor.

9 Kasım 2025 Pazar günü düzenlenen Atatürk'ü Anma Yarışması'nda pre-novice kategorisinde hem milli takım baraj puanını geçerek

Türkiye  
hak

Buz Pateni Milli Takım sporcusu olmaya kazanan hem de yarışmayı 3'üncülükle tamamlayan Gökçen İnci Yorulmaz, buz üstündeki yükselişini taçlandırdı.





# Validen hastanelere ziyaret



## “Vatandaşlarımızın her zaman yanındayız”

**Tevfik İSCİ**

Kırklareli Valisi Uğur Turan, Lüleburgaz Kaymakamı Kemal Yıldız ile birlikte Lüleburgaz Devlet Hastanesi ve Özel Medikent Hastanesi'ni ziyaret etti.

Hastanelerin çeşitli servislerinde tedavileri devam eden vatandaşlarla tek tek görüşen Vali Turan, geçmiş olsun dileklerini iletti.

Ziyaret kapsamında hastane yönetimi ve sağlık personeliyle de bir araya gelen Turan,

verilen sağlık hizmetleri hakkında bilgi aldı. Servisleri gezerek hastaların durumlarını yerinde inceleyen Vali Turan, sağlık çalışanlarına özverili çalışmalarından dolayı teşekkür etti. Vali Uğur Turan, ziyaret sonrası yaptığı açıklamada şu ifadeleri kullandı:

“Lüleburgaz’da hem devlet hem de özel sağlık kuruluşlarımızda tedavisi devam eden vatandaşlarımızı ziyaret ederek geçmiş olsun dileklerimizi ilettik. Vatandaşlarımızın sağlığı, huzuru ve güvenliği bizim için her zaman

önceliklidir. Hastanelerimizde sunulan sağlık hizmetlerinin daha iyi koşullarda sürdürülebilmesi için gereken tüm desteği vermeye devam edeceğiz. Tedavi gören tüm vatandaşlarımıza acil şifalar diliyorum.”

Turan ayrıca, sağlık çalışanlarının fedakarlığına dikkat çekerek, “Sağlık personelimizin özverili gayretleri hepimiz için büyük bir değerdir. Onlara teşekkür ediyorum.” dedi. Ziyaret, hastalar ve yakınları tarafından memnuniyetle karşılandı.



## Vatan Partisi'nde Kızıltan yeniden!

Vatan Partisi Lüleburgaz İlçe Örgütü, 4. Olağan İlçe Kurultayı'nı gerçekleştirdi. Kurultayda mevcut ilçe başkanı Şaban Kızıltan yeniden seçilirken, konuşmalarda Ergene Nehri'nin kirlilik sorunu üzerine yapılan çalışmalar büyük alkış aldı.

**Hamza DALGIC**

Vatan Partisi Lüleburgaz İlçe Örgütü, 9 Kasım 2025 Pazar günü 4. Olağan İlçe Kurultayı'nı gerçekleştirdi.

Kırklareli İl Başkanlığı yöneticileri ve çok sayıda partinin katıldığı kurultay, İstiklal Marşı ve saygı duruşuyla başladı.

Kurultay boyunca yapılan konuşmalarda güncel siyasi gelişmeler ele alındı, yerel çevre sorunları başta olmak üzere bölgesel meseleler masaya yatırıldı.

Faaliyet raporunun sunulduğu bölümde, özellikle Ergene Nehri'nin kirliliği üzerine yürütülen ve ulusal basında da ses getiren çevre mücadelesi dikkat çekti. Bu çalışmalar salondan büyük alkış aldı.

Kurultayda yapılan seçimler sonucunda yeni yönetim kadrosu belirlendi. Vatan Partisi Lüleburgaz İlçe Başkanlığı görevine yeniden Şaban Kızıltan seçilirken, Yönetim Kurulu Asil Üyeleri arasında Muhsin Kuruçay, Selda Kılıç, Semi Taşkın ve Özcan Başarır yer aldı.

Yedek üyeler ise M. Sait Zorlu ve M. Hakan Ergene oldu. Tebriklerle sona



eren kurultayda yeni yönetim, hedeflerinin ve dosyalarının hazır olduğunu ve çalışmalara hemen başlayacaklarını ifade etti.

## Lastikçilerde “kış lastiği” mesaisi



Trakya’da şehirler arası yük ve yolcu taşıyan ticari araçlar için bugün başlayacak zorunlu kış lastiği uygulaması dolayısıyla satış yerleri ve tamircilerde yoğunluk yaşanıyor.

Zorunlu kış lastiği uygulaması öncesi ticari araçların dışında sürücüler hususi araçlarına da kış lastiği taktırıyor.

Uygulama öncesi kış lastiği taktırmak isteyen sürücüler, lastik satışı yapan işletmeler ile tamircilerde yoğunluk oluştu.

Kırklareli’li lastik tamircisi Hakan Almamış, yaklaşık 2 haftadır ciddi yoğunluk yaşadıklarını söyledi.

Mesailerini gece de sürdürdüklerini ifade eden Almamış, sürücülerin kış lastiği uygulamasına duyarlı olduklarını gözlemlediğini dile getirdi.

Uygulamanın başlayacak olması nedeniyle yoğunluklarının arttığını vurgulayan Almamış, “İşimizin başındayız.

Sırayla araçların lastiklerini değiştiriyoruz. Sürücülerimiz zaten araçlarına kış lastiği taktırma konusunda duyarlı.” dedi.

Aracına kış lastiği taktıran Ali Sürgülü ise can ve mal güvenlikleri için kış lastiği uygulamasının çok iyi olduğunu vurguladı.

Tüm sürücülere araçlarına kış lastiği taktırmasını öneren Sürgülü, bunun çok faydalı olduğunu belirtti.

Edirne ve Tekirdağ’da da lastik tamircilerinde ve satış yerlerinde yoğunluk yaşanıyor. AA

## “Güneşimizi yeniden PARLATACAĞIZ”

İYİ Parti Kırklareli İl Başkan Adayı Oktay Mutlu, 16 Kasım’da yapılacak kongre öncesi birlik ve yenilenme mesajı vererek, “Sarı Liste İYİ Parti’nin bütünüdür” dedi.

**Hamza DALGIC**

İYİ Parti Kırklareli İl Kongresi 16 Kasım Pazar günü gerçekleştirilecek. İl Başkan Adayı Oktay Mutlu seçim öncesi açıklamada bulundu.

1984 doğumlu, 1989 yılında Bulgaristan’dan göç eden Lüleburgazlı Oktay Mutlu, siyasi kariyerindeki istikrarı, girişimciliği ve toplumla kurduğu güçlü bağlarla İYİ Parti teşkilatında Trakya’nın en köklü isimlerinden biri olarak öne çıkıyor.

Mastika Restaurant, Mutlu Yaşam Gayrimenkul ve Mutlu Düğün Salonu gibi işletmelerin sahibi olan Mutlu, iş dünyasındaki deneyimini siyaset sahasına taşıyarak “sahadan gelen” bir siyaset anlayışı benimsedi.

Partinin kuruluş sürecinden bu yana aktif roller üstlenen Mutlu, İYİ Parti Kurucu İlçe Sekreterliği, iki dönem İl Başkan



Yardımcılığı ve Lüleburgaz İlçe Başkanlığı görevlerinde bulundu.

Şimdi ise İYİ Parti Kırklareli İl Başkanlığı için Sarı Liste ile yola çıkan Mutlu, açıklamasında şu ifadeleri kullandı; “Sarı

Liste bir grubun değil, İYİ Parti’nin bütünüdür. Bizim listemiz ayrışmanın değil, birleşmenin; kırılgınlığın değil, iyiliğin listesidir. Amacımız; partimizin güneşini yeniden Kırklareli semalarında parlatmaktır.”

Atatürk ilke ve inkılaplarına bağlılığı vurgulayan Oktay Mutlu, siyaseti makam için değil, millete hizmet için bir sorumluluk olarak gördüğünü belirtti.

“Birlik, Duruş ve Cesaret” ilkeleriyle hareket eden Mutlu, Sarı Liste’nin temsil ettiği umut, yenilenme ve dayanışma ruhunun İYİ Parti’yi Kırklareli’nde yeniden güçlendireceğine inandığını ifade etti.

Mutlu, “Biz bu davanın emekçileriyiz. Bu parti masa başında değil, sahada alın teriyle büyüdü. Şimdi yeniden el ele, gönül gönüle; Sarı Liste’nin birleştirici gücüyle buluşma zamanı.” dedi.

## Gizlenmiş 500 elektronik sigara!

Edirne’de polis ekiplerince düzenlenen operasyonda bir otomobilin farklı yerlerine gizlenmiş gümrük kaçağı 500 elektronik sigara ele geçirildi, otomobil sürücüsü gözaltına alındı.

Edirne Emniyet Müdürlüğü Kaçakçılık ve Organize Suçlarla Mücadele Şube Müdürlüğü ekipleri, kaçak elektronik sigara satışının önlenmesi ve toplum sağlığının korunması çalışmaları kapsamında İpsala’da operasyon gerçekleştirdi.

Operasyonda kaçakçılık şüphelisinin otomobilinde yapılan aramada bagaj ve koltukların altına gizlenmiş gümrük kaçağı 500 elektronik sigara ele geçirildi.

Polis, kaçakçılıkla ilgili şüpheli otomobil sürücüsü gözaltına aldı. AA





# Ehliyetsiz sürücü KOVALAMACASI!



“Polis aracına çarptı”



Edirne’de “dur” ihtarına uymayan ehliyetsiz motosiklet sürücüsü kovalamaca sonucu yakalandı.

Edirne Emniyet Müdürlüğü ekipleri, kontrol noktasında “dur” ihtarına uymayarak kaçan motosikleti takibe aldı. Motosiklet, İstasyon Mahallesi’nde yolu kapatan polis aracına çarparak devrildi.

İhbar üzerine olay yerine sağlık ekipleri sevk edildi.

Yaralanan sürücü B.B.Y. ve yolcu U.U.Y. sağlık ekiplerince Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesine kaldırıldı.

Polis aracında hasar oluştu.

Ehliyetsiz sürücüye 46 bin 621 lira ceza uygulandı, motosiklet yediemin otoparkına çektilirdi. AA

## Uyuşturucuyla yakalandılar!

“6 şüpheli gözaltına alındı”

Tekirdağ’da polislin denetimlerinde uyuşturucuyla yakalanan 6 şüpheli gözaltına alındı.

İl Emniyet Müdürlüğü ekipleri, Süleymanpaşa ve Çorlu ilçelerinde yaptığı denetimlerde durumundan şüphelendiği 6 kişiyi durdurdu.

Şüphelilerin üst aramalarında bir miktar uyuşturucu madde ele geçirildi. Gözaltına alınan zanlıların emniyetteki işlemleri sürüyor. AA



## Tekirdağ’da ASAYİŞ

1 kişiyi silahla yaralayan şüpheli tutuklandı

Tekirdağ’ın Çorlu ilçesinde 1 kişiyi silahla yaralayan şüpheli tutuklandı. Alınan bilgiye göre, aralarında husumet olduğu iddia edilen G.S.K. ile M.T. Atatürk Meydanı’nda tartıştı.

Tartışmanın kavgaya dönüşmesi üzerine M.T. tabancayla G.S.K.’yi bacağından yaraladı. İhbar üzerine olay yerine polis ve sağlık ekipleri sevk edildi.

Yaralanan G.S.K. sağlık ekiplerince Çorlu Devlet Hastanesine kaldırıldı.

Polis tarafından gözaltına alınan M.T. emniyetteki işlemlerin ardından sevk edildiği Çorlu Adliyesinde adli makamlarca tutuklandı.

## Tırdan akaryakıt çalan şüpheli tutuklandı

Tekirdağ’ın Kapaklı ilçesinde mazot çaldığı tıra zarar veren şüpheli tutuklandı.

İlçe Emniyet Müdürlüğü ekipleri, bir tır sahibinin aracına zarar verildiği ve deposundaki yakıtın çaldığı ihbarı üzerine çalışma başlattı.

Ekipler, olayın şüphelisi T.A’yı kısa sürede yakaladı.

Emniyetteki işlemlerinin ardından adliyeye sevk edilen T.A. çıkarıldığı hakimlikçe tutuklandı. AA

## Yöresel lezzetler ARTTIRILACAK



Edirne İl Özel İdaresi Destek Hizmetleri Müdürü Melek İnce, Karaağaç Gastronomi Kafe Restoran’da sundukları yöresel yemeklerin sayısını artıracaklarını belirtti.

İnce, İl Genel Meclisi’nde yaptığı sunumda, müdürlüğün faaliyetleri hakkında bilgi verdi.

Müdürlüğün, İl Özel İdaresinin satın alma, bilgi işlem ve ihaleleriyle sosyal tesislerinden sorumlu olduğunu belirten İnce, sosyal tesislerde kaliteyi ön planda tuttuklarını ifade etti.

Karaağaç Mahallesi’ndeki Gastronomi



Kafe Restoran’ın da ekim ayında bünyelerine katıldığını aktaran İnce, “Amacımız aynı konseptle devam etmek. Normal bir kafe ve restoran olarak işletmeyi düşünmüyoruz. Edirne’nin yöresel yemeklerini ve Osmanlı yemeklerini sunuyoruz. Yoğun bir talep var. Vatandaşların ilgisine cevap vermekte zorlanıyoruz. Bir kış bahçesi yapılarak hizmet kapasitemizi artırdık, önümüzdeki günlerde sunduğumuz yöresel yemek sayısını artıracacağız.” diye konuştu. AA

## Millet Bahçesi üreticilere açıldı



Edirne’de meyve sebze üreticileri Söğütlik Millet Bahçesi’nde kurulan organik pazarda ürünlerini satışa sunacak.

Edirne Valisi Yunus Sezer, Karaağaç Mahallesi’nde Meriç Nehri’ne kıyısı olan Millet Bahçesi’nde oluşturulan organik pazar alanını ziyaret etti.

Üreticilerle sohbet eden Sezer, tezgahlarda satılan organik sebze ve meyveleri de inceledi.

Sezer, gazetecilere yaptığı açıklamada, Edirne’de Osmanlı’dan bu yana bostan kültürünün devam ettirildiğini söyledi.

Karaağaç’ın da saray mutfağında

kaybettiğimiz tarımsal değerlerimiz ve ürünlerimizi yeniden üretecek bir potansiyel yakalayalım diye bu alanı oluşturduk. Karaağaç’taki üreticilerimiz alın teriyle ürettiklerini burada da satışa sunacaklar. Ayrıca çok güzel el emeği ürün yapan ev hanımlarımız, üreticilerimiz var. Fakat ürettiklerini bir şekilde pazarlayamıyorlar. Burada hemen arkanızda bulunan alanı da onlara yapacağız. Saatlik ve günlük olarak kullanacaklar. Mesela evinde çok güzel sarma ve dolma yapıyor. Getirip burada satabileceği ve sattıktan sonra da ayrılacağı bir alan oluşturacağız. Şehir Gönüllüleri Vakfı ile itibata



kullanılan domates, biber, patlıcan, kabak gibi sebze ve meyvelerin yetiştiği önemli merkezlerden biri olduğunu belirten Sezer, “Maalesef zamanla bazı üretim kayıpları söz konusu olmuş. Ancak burada azmederek ata tohumuyla Karaağaç biberini, kabağı, domatesi yetiştiren üreticilerimiz var. Karaağaç’ta alın teriyle üretim yapanların ürettiklerini burada da satmasını istiyoruz.” dedi.

Sezer, haziran ayında açılan Söğütlik Millet Bahçesi’nin yoğun ilgi gördüğünü anlattı.

Millet Bahçesi’nin Edirnelilerin yanı sıra yurt içi ve yurt dışından çok sayıda misafiri ağırladığını aktaran Sezer, şunları kaydetti:

“Hem ilimizin tanıtımı olsun hem

geçilerek onlar da randevu usulüyle çalışacak.

Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanımız Murat Kurum da buraya organik pazar kurulmasını önermişti. ‘Orası özel bir yer, burada bir köy pazarı yapalım’ demişti. Yeni hayata geçirdik ama bundan sonra da yeni fonksiyonlar ekleye ekleye devam edeceğiz.”

Karaağaç Mahallesi Muhtarı Eniz Dirim de pazarın üreticilerin taleplerini karşıladığını, pazarda sadece organik ürünlerin satışa sunulacağını belirterek Vali Sezer’e desteklerinden dolayı teşekkür etti.

Biber üreticisi Tunahan Ule ise üreticinin tarlada ürettiğini direk pazara getirerek satabileceğini belirtti. AA

## Anadolu Lisesi yıkılacak

Edirne Valisi Yunus Sezer, Yıldırım Beyazıt Anadolu Lisesinin yıkılacağını belirtti.

Sezer, gazetecilere yaptığı açıklamada, okulda gerçekleştirilen etüt ve deprem dayanıklılığı çalışmaları sonucunda binanın yıkılmasına karar verildiğini söyledi.

İl Millî Eğitim Müdürlüğünün, lisedeki öğrencileri başka okula taşımak için çalışma yürüttüğünü belirten Sezer, “Öğrenciler geçici olarak 1. Murat Anadolu Lisesinde eğitime devam edecek. Yıldırım Beyazıt Anadolu Lisesindeki yıkım işlemlerini tamamlayıp yatırım programına alarak oradaki liseyi yeniden ayağa kaldıracız. 1. Murat Anadolu Lisesinde boş kapasitemiz var. Malumunuz orayı yeni restore ettirdik. İki lisemiz burada devam edecekler.” diye konuştu.

Öte yandan Sezer, Gazi Osman Paşa Ortaokulunda dayanıksız olduğu gerekçesiyle yıkılan istinat duvarını da inceledi. Sezer, duvarın kısa sürede yapılarak öğrencilerin yeniden güvenli



okul bahçesinde oynayabileceğini kaydetti.

Sezer ayrıca yapımı devam eden okul inşaatlarında incelemede bulundu. AA



Memorial Göztepe Hastanesi  
Göğüs Hastalıkları  
Bölümü'nden

Doç. Dr. Murat Acat



## ÜÇ AŞI İLE VÜCUDUNUZU KIŞA HAZIRLAYIN!

Kış mevsimi yaklaşırken herkesin aklında aynı soru var: “Bu kış sağlıklı nasıl atlattırım?” Soğuk havalarla birlikte grip, zatürre (pnömoni) ve RSV gibi solunum yolu enfeksiyonlarının görülme sıklığı da artıyor. Uzmanlar, bu dönemde bağışıklık sistemini güçlü tutmanın ve hastalıklardan korunmanın en etkili yolunun aşılanmadan geçtiğini belirtiyor. Grip, RSV ve zatürre aşılarını yaptıran bireyler, hem kendi sağlıklarını koruyor hem de toplumda hastalıkların yayılımının azalmasına katkıda bulunuyor. Memorial Göztepe Hastanesi Göğüs Hastalıkları Bölümü'nden Doç. Dr. Murat Acat, kış hastalıklarından korunmada aşılanmanın önemini anlattı.

### Grip basit bir soğuk algınlığı değil

Grip; yüksek ateş, öksürük, kas ağrısı ve halsizlikle seyreden bulaşıcı bir solunum yolu hastalığıdır. Sıradan soğuk algınlığından farklı olarak zatürre, kalp yetmezliği hatta ölüm gibi ciddi sonuçlara yol açabilir. 65 yaş ve üzerindeki kişiler, çocuklar, hamileler ve astım, KOAH, kalp yetmezliği, kanser, diyabet gibi hastalıkları olanlar bu rahatsızlık açısından özellikle risk altındadır. Grip virüsü her yıl yapısını değiştirdiği için, Dünya Sağlık Örgütü'nün önerdiği yeni virüs tiplerine göre aşılar da güncellenmektedir. Bu nedenle her yıl Eylül-Kasım ayları arasında grip aşısının tekrarlanması gerekir.

Aşı, vücudun virüslere karşı antikor üretmesini sağlayarak hastalığın bulaşmasını, ağır seyretmesini ve komplikasyonları önler. Yumurta alerjisine bağlı anafaksi öyküsü olan kişiler hariç 6 ay üzerindeki çocuklar da dahil her birey grip aşısı yaptırılabilir. Aşı özellikle 65 yaş üzeri bireyler, kronik hastalığı olanlar, hamileler, sağlık çalışanları, bağışıklık sistemi zayıf kişiler, bakımevi veya kalabalık ortamlarda yaşayanlar için aşı çok önemlidir. Grip aşıları vücudumuzun virüslere karşı antikor üretmesini sağlar. Hastalığın bulaş riskini azaltmaya yardımcı olur, ağır geçmesini ya da komplikasyonlarını önlemeyi sağlar.

### RSV görüldüğünden daha ciddi tablolar yaratabilir

RSV; yani “Respiratuar Sinsityal Virüs”, çoğu kişide hafif bir soğuk algınlığı gibi seyretece de bazı bireylerde ciddi solunum problemlerine yol açabilir. Özellikle 60 yaş üzerindeki, bebekler ve kronik hastalığı olan bireylerde zatürre, bronşit ve solunum yetmezliği gibi ağır tablolar gelişebilir. RSV'ye karşı geliştirilen aşılar artık ülkemizde de ulaşılabilir durumdadır. Aşılanma ile özellikle 60 yaşın üzerindeki kişiler, kronik hastalığı olan bireyler, 32-36'ıncı gebelik haftaları arasındaki kadınlar koruma sağlayabilirler. Hamilelerin yaptırmış olduğu bu aşı, doğacak bebeklerinin de 6 ay boyunca RSV'ye karşı koruma altında olmasına yardımcı olur.

### Zatürre aşısı hayati bir korumadır

Pnömonokok bakterileri; zatürre, menenjit, sinüzit ve orta kulak iltihabı gibi ciddi enfeksiyonlara neden olabilir. Bu enfeksiyonlar özellikle yaşlılarda, kronik hastalığı olanlarda ve bağışıklık sistemi zayıf kişilerde ağır seyredebilir. Zatürre yani pnömonokok aşısı, sadece zatürre ve menenjit önlemekle kalmaz, aynı zamanda hastane yatış ve ölüm riskini de azaltır. Ülkemizde üç çeşit zatürre aşısı bulunmaktadır. Yeni geliştirilen aşı, 7 farklı bakteri cinsine karşı da koruyucudur ve yaşam boyu sadece bir kez uygulanır. Daha önce farklı tip pnömonokok aşısı yaptıranlar doktorlarına danışarak bu aşıyı olabirler.

### Bağışıklığınızı aşılarla güçlendirin, kış rahat geçirin!

Yaklaşan kış mevsimiyle en sık olarak karşılaştığımız grip (influenza), zatürre (pnömoni) ve RSV (Respiratuar Sinsityal Virüs) enfeksiyonlarıdır. Aslında aşılanma ile bu hastalıklardan korunmak ya da en azından bu hastalıkları ağır geçirmeden atlama mümkündür. Grip aşısı önerilen tüm kişilere zatürre aşısının yapılması da tavsiye edilir. Herhangi bir sebeple dalak ameliyatı olması gereken kişilerin de zatürre aşısı yaptırmaları gerekmektedir.

### Üç aşıyı aynı gün olabilir miyiz?

Grip, RSV ve Prevenar 20 aşılarının üçünü kişi aynı gün yaptırmak istiyorsa, bu üç aşıyı da aynı gün farklı kollardan olabilir. Aşı olunan gün aşı yapılan bölgede hafif ağrı ve kızamıklık olabilir. Yine aynı gün hafif ateş veya yorgunluk gibi yan etkiler yaşanabilir. Ama bu etkiler 1-2 gün içerisinde kendiliğinden geçecektir. Aşılanma ile hem kendinizi hem de sevdiklerinizi koruyacağınızı düşünün ve bu basit yan etkilerin kaygısına kapılmayın.

# YKS tarihi belirlendi

ÖSYM Başkanı Prof. Dr. Bayram Ali Ersoy, Yükseköğretim Kurumları Sınavı'nın (YKS) 20-21 Haziran 2026'da yapılacağını bildirdi.

Ersoy, NSosyal hesabından yaptığı açıklamada, “ÖSYM 2026 Yılı Sınav Takvimi”nin belirlendiğini kaydederek, şu ifadeleri kullandı:

“Yükseköğretim Kurumları Sınavı (YKS) 20-21 Haziran'da, Dikey Geçiş Sınavı (DGS) 19 Temmuz'da, Milli Savunma Üniversitesi Askeri Öğrenci Aday Belirleme Sınavı (MSÜ)

1 Mart'ta gerçekleştirilecek. KPSS Lisans Genel Yetenek-Genel Kültür uygulaması 6 Eylül'de, KPSS Alan Bilgisi uygulamaları 12-13 Eylül'de, KPSS Ortaöğretim 25 Ekim'de, Milli Eğitim Bakanlığı Akademi Giriş Sınavı (MEB-AGS) 12 Temmuz'da uygulanacak. Sınav uygulamalarına katılacak tüm adaylarımıza başarılar dilerim.”

ÖSYM 2026 Yılı Sınav Takvimi'ne “osym.gov.tr” adresinden ulaşılabilir. AA



# 2050 tehlikesi!

**“Dünya genelinde 852 milyon kişide diyabet olması bekleniyor”**

**14 Kasım Dünya Diyabet Gününde diyabetin ciddi bir sorun olduğunu ifade eden Fitoterapi Uzmanı Dr. Ümit Aktaş, “Çoğu zaman hafife alınan, ancak ciddi komplikasyonlarla birlikte seyreden ve çağın vebası olarak gösterilen Tip 2 diyabet, ölümcül sağlık sorunlarında davetiye çıkarır” dedi.**

### Haber Merkezi

Toplum sağlığı açısından ciddi bir sorun olarak tanımlanan diyabet konusunda, International Diabetes Federation'un (IDF) tarafından yayımlanan “Dünya Diyabet Atlası” çarpıcı veriler sunuyor. Fitoterapi Uzmanı Dr. Ümit Aktaş, “2024-2050 yılları arasında dünya genelinde ve IDF Bölgelerine göre 20-79 yaş arası kişilerde diyabetin artacağı öngörüldü. 2024-2050 yılları arasında dünya genelinde ve IDF Bölgelerine göre 20-79 yaş arası kişilerde 2024 yılı verilerine göre, yaklaşık 635 milyon kişinin bozulmuş glukoz toleransına, 488 milyon kişinin ise bozulmuş açlık glukozuna sahip olduğu tahmin edilmektedir. Ayrıca 2024 yılında, 20-79 yaş arası 3,4 milyondan fazla kişi diyabetle ilişkili nedenlerden hayatını kaybetmiştir.

### YANLIŞ BESLENME VE YAŞAM TARZI

Fitoterapi Uzmanı Dr. Ümit Aktaş, “Hem Tip 1 hem de Tip 2 diyabet, yanlış beslenme ve yaşam tarzı alışkanlıkları nedeniyle ortaya çıkabilir. Araştırmalar, doğru beslenme ve düzenli fiziksel aktivite ile Tip 2 diyabetin pek çok olumsuz etkisinin sadece bir haftada azaltılabileceğini, 8 hafta içinde ise tam şifa sağlanabileceğini gösteriyor. Tüm hastalıklarda olduğu gibi diyabette de hastalığı önlemek, tedavi etmekten her zaman daha kolaydır. Bu nedenle anti-diyabet yaşam tarzını bir seçenek olarak değil, hayatı bir zorunluluk olarak benimsemeliyiz” uyarısında bulundu.

### ASIL SUÇLU MODERN ÇAĞIN YANLIŞ BESLENME MODELİ

Çağın vebası diyabetin asıl suçlusunun modern çağın yanlış beslenme modeli olduğunu belirten Dr. Aktaş, “İçerik dolu gazlı içecekler, pizza, makarna, börek, çörek gibi kan şekerini hızla yükselten buğday ürünleri, ketçap, hardal, salata sosu gibi akla hayale gelmeyen yerlerde bile karşımıza çıkan şeker. Daha da kötüsü gıda endüstrisinde kullanılan şeker, şekerin en zararlı hali olan nişasta bazlı şeker, yani NBS'dir. Mısırdan elde edilen bu şeker kan şekerini roket hızıyla fırlatır. Evet şekerin menşei ne olursa olsun her türlü zararlıdır. Bir de insülin metabolizmasını daha da bozan, sorunu derinleştiren işlenmiş yiyeceklerin içindeki kimyasalları, toksik maddeleri ekleyin. Sonuç ortada! Bu sağlık zararlıları ile dolu beslenme modeli sayesinde insülin direnci ve Tip 2 diyabet artık çocukların bile yaşam hakkını elinden alıyor” diye belirtti.

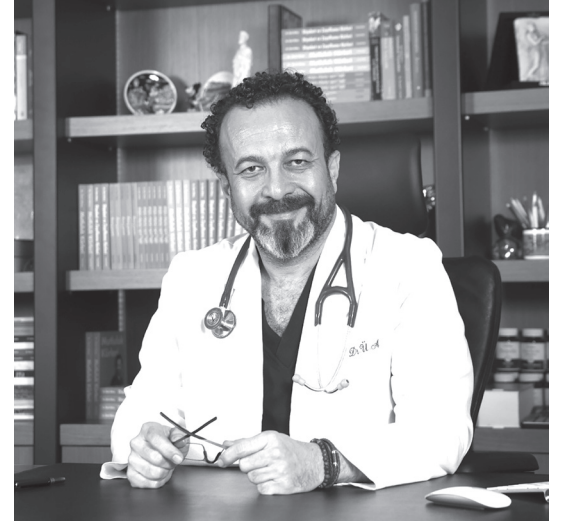
### DİYABETTE İLAÇ TEDAVİSİ YERİNE BESLENME ODAKLI BİR YAKLAŞIM BENİMSENMELİ”

Bilim dünyasının bir süredir Tip 2 diyabet tedavisindeki açmazları sorgulamaya başladığını ve ilaç tedavisi yerine beslenme odaklı bir yaklaşımın benimsenmesi gerektiğini gösteren araştırmaların sayısının her geçen gün arttığını belirten Dr. Ümit Aktaş, “Diyabet tedavisi için kılavuzlar ve tedavi protokolleri vardır. Hastanın kan şekeri yüksekse hemen ilaç verilir. Ancak ilaç tedavisine rağmen hastalığın vücutta yaptığı tahribat giderek fazlalaşır. Zaman içinde ilaçların dozu artırılır, daha sonra ilaç yetmez ve insülin iğnesine geçilir. Birkaç ay önce tip dünyasının en prestijli yayınlarından biri olan The Lancet Dergisi'nde yayımlanan çalışma için dünyanın önde gelen diyabet araştırma merkezlerinden uzmanlar bir araya geldi. Bilim insanları literatürü gözden geçirerek Tip 2 diyabet tedavisinde yeni bir yaklaşımın benimsenmesi; kan şekerini ilaçla düşürmek yerine hastanın beslenmesine ve kilo vermesine odaklanmak gerektiği sonucuna vardılar” dedi.

### ANTI- DİYABET YAŞAM TARZININ OLMAZSA OLMAZLARI

Dr. Aktaş, anti- diyabet yaşam tarzının olmazsa olmazları arasında yer alan maddeleri şöyle sıraladı: “Endüstriyel olarak üretilmiş, içi katkı maddeleriyle dolu, raf ömrü olan işlenmiş yiyeceklerden uzak durun. Doğal ve mevsimsel beslenin. Yani yiyecekleri doğada oldukları halleriyle, sebzeleri, meyveleri mevsiminde tüketin. Evde yoğurt mayalamaya, turşu kurmaya başlayın. Özellikle ev yoğurdu tam anlamıyla bir sağlık mucizesidir. Sofranızdan eksik etmeyin! Soğuk sıkım zeytinyağı, halis tereyağı gibi sağlıklı yağları sakın kısıtlamayın. Etin bile en yağlısını tüketin. Bol bol sakatat yemekye özen gösterin, etli yemek yaparken mutlaka kemikli et kullanın.”

Diyabette mücadelede Omega-3'ün önemine dikkat çeken Dr. Aktaş, “Omega-3 yağ asitleri diyabet riskini ve vücuttaki enflamasyonu azaltıyor. Enflamasyonun insülin direncini derinleştirdiği, tip 2 diyabet riskini artırdığı biliniyor” dedi. Araştırmaların D vitamini eksikliğinin insülin direnci ve diyabet riskini artırdığını gösterdiğine değinen Dr. Aktaş, insülin direnci ve tip 2 diyabet tedavisini destekleyen takviyelere ilişkin şunları söyledi:



“D vitamini takviyesi verilen tip 2 diyabet hastalarında hücrelerin insüline olan hassasiyetinin %60 arttığı görülmüş. İnsülin direnci ve tip 2 diyabet tedavisinde kullandığım takviyelerden biri de enterik, yani bağırsakta çözünen probiyotik takviyesidir. Bilimsel araştırmalar insülin direnci ve tip 2 diyabette bağırsak florası arasında önemli bir ilişki olduğunu gösteriyor. Dost bakterilerden yana zengin, sağlıklı bir bağırsak florasının insülin metabolizmasının düzgün çalışmasında etkin bir rol oynadığını olduğunu biliyoruz. Listeye zeytin yaprağı ve çörekotu ekstresini de ekleyebiliriz. Bu bitkilerin insülin direncini hafiflettiği, kan şekerini dengelediğini gösteren pek çok bilimsel yayın var. Ancak insülin direncini kırmada doğru bir beslenme modelinin yerini hiçbir şeyin tutamayacağını belirtmekte fayda var. Yani bu takviyeler, ekstreler ancak ve ancak doğru beslenişinizde etkili olabilir.”

### DR. ÜMİT AKTAŞ'TAN 5 MADDEDE ANTI-DİYABET BESLENME

Şeker ve tüm işlenmiş gıdalardan uzak durun. Meyvelerin de şeker içerdiği unutmayın. Diyabet hastası iseniz meyveden uzak durun. Hastalık kontrol altına alındıktan sonra, elma gibi şeker oranı düşük meyveleri sınırlı bir şekilde tüketin.

Buğday ve tahıllardan uzak durun. Gluten içerikleri ve yüksek glikemik indeksleri yüzünden her türlü ekmekten, un, bulgur, makarna, erişte, şehriye ve hatta ev tarhanasından bile uzak durun.

Et, yumurta, sakatat serbest. Gezen tavuğun etini, yumurtasını; merada yayılmış hayvanın etini yiyin, deniz balığı tüketin. Tüm sakatatlar faydalı ve gereklidir.

Sağlıklı yağları artırın: Margarinler, çiçek ve mısır özü yağlar toksik maddeler içerirler. Sağlıklı yağlar kan şekerini dengeler. Sızma zeytinyağından ve halis tereyağından korkmayın, bolca tüketin.

Probiyotik zengini gıdalardan tüketin: Ev yoğurdu, kefir, şirden mayasıyla yapılmış peynir, evde kurulumuş turşu, sirke tüketin. Ancak yoğurt, peynir, kefir gibi süt ürünleri az miktarda laktöz içerdikleri için kan şekeriniz dengeli seyredece kadar bunlardan uzak durun.

# Gümrüklerde yeni dönem!

**“Yerli plakalı taşıtların gümrük işlemlerini kolaylaştıracak”**

devreye alınacağı vurgulanan açıklamada, “Ülkemizde tescil edilen taşıtlara ilişkin bilgilerin, trafik sicil kayıtlarından anlık olarak Bakanlık sistemlerine aktarılmasına yönelik düzenleme, 18 Kasım itibarıyla tüm gümrük idarelerinde uygulanmaya başlayacak.” ifadesi kullanıldı.

Açıklamada, söz konusu taşıtların yurt dışına çıkış ve yurda giriş işlemlerinde, tescil aşamasında gerekli taşıt bilgilerinin, gümrük memurlarınca manuel olarak sisteme kaydedilmesi nedeniyle özellikle turizm dönemlerinde bekleme sürelerinde artış yaşanabildiğine dikkati çekildi.

**“GÜMRÜK KAPILARINDA İŞLEM AKIŞI HIZLANACAK”**

Bakanlıkça yürütülen dijital dönüşüm çalışmaları neticesinde, söz konusu bilgilerin artık trafik sicil kayıtlarından eşzamanlı Bakanlık sistemlerine aktarılacak duruma getirildiği belirtilen açıklamada, şunlar kaydedildi:

“Böylece tescil işlemleri sırasında harcanan süre önemli ölçüde azaltılarak, gümrük kapılarında işlem akışı hızlanacak. Ticaret Bakanlığının gümrüklerde yürüttüğü dijitalleşme çalışmaları sayesinde, yerli plakalı taşıtların tescil işlemleri artık daha hızlı, daha doğru ve daha etkin biçimde gerçekleştirilecek, gümrük kapılarındaki bekleme süreleri daha da azaltılarak vatandaşlarımızın sınır geçiş deneyimi iyileştirilecektir.” AA



Türkiye’de tescil edilen taşıtlara ilişkin bilgilerin trafik sicil kayıtlarından anlık Ticaret Bakanlığı sistemlerine aktarılmasına ilişkin düzenleme, 18 Kasım’dan itibaren tüm gümrük idarelerinde uygulanmaya başlanacak.

Ticaret Bakanlığından yapılan açıklamada, trafik sicil verilerinin an-

lık aktarımıyla yerli plakalı taşıtların gümrük işlemlerini kolaylaştıracak yeni bir uygulamanın tüm sınır kapılarına yaygınlaştırılacağı bildirildi.

Yerli plakalı taşıtların, gümrük kapılarında gerçekleştirilen giriş-çıkış işlemlerinin daha hızlı ve doğru şekilde tamamlanmasını sağlayacak önemli bir dijitalleşme adminin



# İstedi ve kazandı!

**17 yaşındaki sporcu Irmak Karaca: “Geçen yıl Balkan Şampiyonası’nda ikinci olup, birinciliği kaçırdığım ve bayrağımızı dalgalandıramadığım için üzülmüş-tüm. Bu sene nasip oldu ve şampiyon olarak bayrağımızı dalgalandırdım”**

Kırklareli’nde geçen yıl katıldığı Balkan Tekvando Şampiyonası’nda rakibine yenilerek ikinci olan 17 yaşındaki milli tekvandoçu Irmak Karaca, bu yıl şampiyon olarak Türk bayrağını dalgalandırmanın gururunu yaşıyor.

Karaca, 8 yaşında cimnastik yaparken tekvandoyla tanışmasının ardından Kırklareli Ergin Spor Kulübünde çalışmalarına başladı.

İstanbul’da 2021 yılında düzenlenen 6. WT Başkanlık Kupası Uluslararası Şampiyonası’nda üçüncü olarak milli takıma seçilen Karaca, Türkiye Yıldızlar Tekvando Şampiyonası’nda üçüncü, Arnavutluk’ta gerçekleştirilen 7. WT Başkanlık Kupası’nda ikinci oldu.

Her geçen yıl tekvandoda başarılarını arttıran Karaca, bu yıl yapılan Türkiye Gençler Tekvando Şampiyonası’nda kategorisinde ikinciliği elde etti.

Geçen yıl Romanya’da yapılan Balkan Tekvando Şampiyonası’nda da ikinci olan Karaca, bu yıl Bulgaristan’ın Dupnitsa şehrinde gerçekleştirilen 25. Balkan Tekvando Şampiyonası’nda 52 kilo genç bayanlar kategorisinde Romanyalı rakibini yenerek kürsüde şampiyon olarak yer aldı.

Balkanlarda adını şampiyon olarak yazdıran Karaca, Türk bayrağını dalgalandırarak İstiklal Marşı’nın okumalarının mutluluğunu yaşıyor.

Karaca, 2026 yılında yapılacak Avrupa ve dünya şampiyonalarına katılmak için hazırlıklarını sürdürüyor.

**“ÇOK MUTLUYUM VE GURURLUYUM”**

Karaca, 9 yıldır tekvandoda önemli



deneyimler edindiğini ve başarılı sonuçlar almaya başladığını belirtti.

Ulusal ve uluslararası müsabakalardan derecelerle dönerek kupa ve maddiyalar kazandığını ifade eden Karaca,

azim ve kararlılıkla olimpiyatlara kadar yükselmeyi hedeflediğini söyledi.

Balkan Şampiyonası’ndan ikinci olarak döndüğünü dile getiren Karaca, “Geçen yıl Balkan Şampiyonası’nda ikinci olup, birinciliği kaçırdığım ve bayrağımızı dalgalandıramadığım için üzülmüştüm. Bu sene nasip oldu ve şampiyon olarak bayrağımızı dalgalandırdım. Şampiyon oldum, çok mutluyum ve gururluyum.” diye konuştu.

Her gün yoğun antrenman yaptığını anlatan Karaca, emeklerinin karşılığını katıldığı müsabakalarda aldığını vurguladı.

2026 yılında yapılacak Avrupa ve dünya şampiyonasına en iyi şekilde hazırlandığını aktaran Karaca, “Sıkı çalışmalarımı birlikte seneye güzel bir başlangıç yapmak istiyorum. Türkiye şampiyonalarında ve uluslararası maçlarda birincilik nasip olursa olimpiyatlara kadar yükselmeyi hedefliyorum.” dedi.



## Engelsiz yüzmede mutlu Çarşamba!

**Kırklareli Kapalı Yüzme Havuzu’nda düzenlenen “Engelsiz Spor Okulları” ve “Mutlu Çarşamba” etkinlikleri özel gereksinimli bireylerle her hafta buluşarak yüzme becerilerini geliştiriyor.**

**Hamza DALGIC**

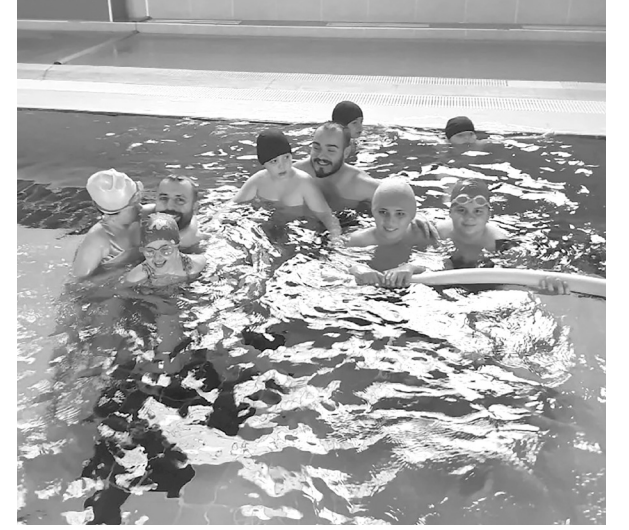
Kırklareli Kapalı Yüzme Havuzu’nda yürütülen “Engelsiz Spor Okulları” ve “Mutlu Çarşamba” eğitim faaliyetleri, özel gereksinimli bireyleri sporla buluşturmaya devam ediyor. Program kapsamında her hafta yüzme eğitimi alan bireyler, hem fiziksel gelişim sağlıyor hem de sosyal bağlarını güçlendiriyor.

Etkinliklerde yüzme eğitimi alan katılımcılar, uzman antrenörler eşliğinde suyla daha güvenli ve etkili bir şekilde tanışıyor.

Bu süreçte bireylerin öz güvenlerinin arttığı, grup içerisinde aidiyet duygularının güçlendiği gözlemleniyor. Sporun birleştirici gücü sayesinde katılımcılar hem eğleniyor hem de gelişimlerini sürdürüyor.

Etkinliğe katkı sunan tüm

antrenörler ve destek veren kişi ve kurumlara teşekkür edilirken, “Birlikte daha mutlu, birlikte daha güçlü” mesajı ön plana çıkarılıyor. Programın, Kırklareli’de özel gereksinimli bireyler için örnek bir model olmaya devam ettiği vurgulanıyor.



## ZENGİN MODEL ÇEŞİTLERİYLE EN EKONOMİK DAVETİYELER



## GÖRÜNÜM DAVETİYELERİ



www.davetiyeninadres.com



davetiyeninadresicom



gorunumdavetiyeleri



0549 412 45 74

0288 412 45 74 PTT ARKASI LÜLEBURGAZ





# Türkiye’de İLK KEZ İğneada’da düzenlenecek

**Yaren SEZEN**

Kırklareli Ticaret ve Sanayi Odası’nın (Kırklareli TSO) koordinasyonunda, Kırklareli’nin Demirköy ilçesi İğneada Belediyesi’nin ev sahipliğinde Av Köpekleri Irkları Federasyonu Setter Club İstanbul Derneği tarafından Türkiye’de ilk kez düzenlenecek olan “Uluslararası Av Bulma Yarışması” İğneada’da gerçekleştirilecek.

Organizasyonla ilgili hazırlıklar kapsamında Kırklareli Ticaret ve Sanayi Odası’nda bir toplantı düzenlendi. Toplantıya; Kırklareli TSO Yönetim Kurulu Başkanı Soner İlk, İğneada Belediye Başkanı Altuğ Erdem, Setter Club İstanbul Derneği Başkanı Bülent Korzay ile Yönetim Kurulu Üyeleri Cüneyt Temek ve Göktürk Bağdan katıldı. Katılımcılar, yapılacak çalışmalar ve organizasyon süreci hakkında değerlendirmelerde bulundu.

Kırklareli TSO Yönetim Kurulu Başkanı Soner İlk, organizasyona ilişkin yaptığı açıklamada şunları söyledi:

“Bizim koordinasyonumuzda ve Kırklareli Valiliğimizin oluru ile Av Köpekleri Irkları Federasyonu Setter Club İstanbul Derneği tara-



findan Türkiye’de ilk defa düzenlenecek olan ‘Uluslararası Av Bulma Yarışması’nı, İğneada Belediyesi’nin ev sahipliğinde Demirköy ilçemizin İğneada beldesinde, 8 ülkeden federasyon temsilcileri ve yarışmacıların katılımıyla Aralık ayının ikinci haftasında gerçekleştireceğiz. Bu kapsamda İğneada Belediye Başkanımız Altuğ Erdem, Setter Club İstanbul Derneği Başkanı

Bülent Korzay ve Yönetim Kurulu Üyeleri Cüneyt Temek ile Göktürk Bağdan ile bir araya gelerek yapılması gereken hazırlıkları değerlendirdik.

Bu organizasyon ile İğneada’nın doğal güzelliklerini ve tarihi değerlerini hem ülkemize hem de dünyaya tanıtmayı, bölgedeki turizmi daha da canlandırmayı hedefliyoruz.”



## Esnaf ve vatandaşlarla buluştu

Pınarhisar Belediye Başkanı İhsan Talay, esnaf ve vatandaşlarla bir araya gelerek sorun ve talepleri yerinde dinledi.

**Yaren SEZEN**

Pınarhisar Belediye Başkanı İhsan Talay, ilçe merkezinde gerçekleştirdiği ziyaretlerde esnaf ve vatandaşlarla buluştu.

Cadde ve sokaklarda hemşehrileriyle sohbet eden Başkan Talay, ilçe halkının taleplerini, ihtiyaçlarını ve önerilerini yerinde dinleyerek belediye olarak yapılabilecek çalışmalar hakkında değerlendirmelerde bulundu.

Ziyaretler sırasında esnafın günlük faaliyetleri, yaşadığı sorunlar ve beklentileri üzerine istişarelerde bulunan Talay, vatandaşların da ilçeyle ilgili görüşlerini tek tek not aldı. Talay, belediyenin devam eden ve planlanan projeleri hakkında da

bilgi vererek, Pınarhisar’ın daha yaşanabilir bir ilçe olması için çalışmaya devam edeceklerini vurguladı.

Başkan İhsan Talay yaptığı açıklamada şu ifadeleri kullandı:

“Esnaf ve vatandaşlarımız ile bir araya geldik. Kıymetli hemşehrilerimizle sohbet edip istek ve taleplerini yerinde dinledik, çözümler ürettik. İlçemizde atacağımız her adımı halkımızla birlikte, onların görüş ve önerilerini dikkate alarak şekillendirmeye devam edeceğiz.”

Talay, bu tür buluşmaların düzenli olarak sürdürüleceğini belirterek, Pınarhisar’ın gelişimi için iş birliğine açık olduklarını söyledi.

## POLİPE KARŞI 8 ETKİLİ ÖNLEM



Acıbadem Taksim Hastanesi Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Ebubekir Şenates

### Sadece birkaç dakikada kanser riskini azaltabilirsiniz!

Kalın bağırsakta (kolon) oluşan polipler, sessizce gelişerek zamanla kansere dönüşebiliyor. Türkiye’de 50 yaş üzerindeki her iki kişiden birinde polip saptanabildiğini belirten Acıbadem Taksim Hastanesi Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Ebubekir Şenates “Daha da çarpıcısı, son yıllarda 40 yaş altı bireylerde de görülme sıklığı artıyor. Bunun en önemli nedenlerinin başında; hızlı yaşam tarzı, düşük lifli beslenme, obezite ve genetik yatkınlık geliyor” diyor.

Poliplerin erken dönemde kolonoskopi sırasında sadece birkaç dakikada çıkarılarak kanser riskinin önlenebildiğini, ancak toplumumuzda bu konuda farkındalığın düşük olduğunu vurgulayan Prof. Dr. Şenates “Ne yazık ki pekçok kişi hala ‘Şikayetim yok, neden kolonoskopi yaptırayım?’ düşüncesine sahip” diye konuşuyor. Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Ebubekir Şenates polipe karşı 8 etkili önlemi anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu.

**Düzenli kolonoskopi yaptırın**  
45 yaşından (ailesinde risk olanlarda 40) itibaren düzenli kolonoskopi, poliplerin kansere dönüşmeden tespit edilmesini sağlar. Doktorunuz size özel belirlediği aralıklarla kolonoskopi yaptırmayı ihmal etmeyin. Erken alınan her polip, kanser riskini engeller.

**Lifli beslenin**  
Sebze, meyve, tam tahıllar ve bakliyat yönünden zengin diyetler bağırsak florasını dengeler ve polip oluşumunu azaltır. Lifler, toksik maddelerin bağırsakta uzun süre kalmasını önler. Bilimsel çalışmalar, yüksek lifli beslenen bireylerde kolon kanseri riskinin yüzde 30’a kadar azaldığını göstermektedir.

**Kırmızı eti azaltın**

Aşırı kırmızı et ve işlenmiş et ürünleri (sucuk, salam, sosis) tüketimi, bağırsakta kanserojen bileşiklerin oluşumunu tetikler. Haftada 2 porsiyonun altında tutulması önerilir. Dünya Sağlık Örgütü bu gıdaları “muhtemel kanserojen” sınıfında değerlendiriyor.

#### İdeal kilonuzu koruyun

Prof. Dr. Ebubekir Şenates “Obezite, özellikle erkeklerde polip gelişimi riskini 2 kat artırır. Vücut kitle indeksini 25’in altında tutmak hem metabolik hem de onkolojik açıdan koruyucudur. 5–10 kg kilo kaybı bile polip riskini anlamlı biçimde azaltabilir” diyor.

#### Sigara ve alkolü bırakın

Tütün ürünleri, bağırsak mukozasında genetik hasarı kolaylaştırır. Alkol de benzer şekilde mukozayı zayıflatır. Uzun süreli içicilerde polip görülme riski yüzde 40 artar. Bırakıldığı andan itibaren risk eğrisi düşmeye başlar.

#### D vitamini ve kalsiyum düzeylerini koruyun

D vitamini, bağışıklık sistemini ve hücre yenilenmesini destekleyerek polip gelişimini engeller. Kalsiyum, zararlı asitlerin bağlanarak dışkı ile atılmasını sağlar. Eksikliği olan bireylerde hekim kontrolünde takviye önerilebilir.

#### Düzenli egzersiz yapın

Fiziksel aktivite, bağırsak hareketlerini düzenler ve inflamasyonu azaltır. Haftada en az 150 dakika orta tempolu yürüyüş, kolon sağlığı açısından koruyucudur. Yapılan çalışmalara göre; aktif yaşam tarzı, polip riskini yüzde 25 azaltır.

#### Bağırsak floranızı koruyun

Probiyotik içeren gıdalar (yoğurt, kefir, fermente sebzeler) bağırsak bakterilerinin dengesini korur. Mikrobiyota bozulması, inflamasyonu tetikleyerek polip zeminini güçlendirebilir. Mikrobiyota dostu beslenme, bağırsak direncinin temelidir.

#### Yeni nesil teknolojiler erken tanıyı yüzde 20 artırdı

Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Ebubekir Şenates, son yıllarda kolonoskopide yapay zeka destekli görüntü analiz sistemlerinin devrim yarattığını belirterek şöyle konuşuyor: “Yüksek çözünürlüklü sistemler, polipleri çıplak gözle fark edilemeyecek kadar erken evrede saptayabiliyor. Yapay zeka algoritmaları, endoskopik görüntüde milimetrik değişiklikleri anında analiz ederek ‘şüpheli lezyon’ uyarısı veriyor. Bu sayede hekim, gözden kaçabilecek polipleri anında çıkarabiliyor. Yeni teknolojiler; erken tanı oranlarını yüzde 20’nin üzerinde artırırken, işlem süresini kısaltıyor ve hasta güvenliğini yükseltiyor. Geçmişte kansere dönüşebilecek bir polip, artık birkaç saniyede tespit edilip ortadan kaldırılabiliyor.”

## Ticaret Bakanlığına personel alınacak



Ticaret Bakanlığı, 65 sözleşmeli ve 30 kadrolu personel istihdam edecek, adaylar 24 Kasım-5 Aralık döneminde başvurularını yapabilecek.

Bakanlığın konuya ilişkin ilanı Resmi Gazete’de yayımlandı.

Buna göre 32 gümrük muhafaza memuru, 7 mühendis, 8 büro personeli, 6 gemi adamı ve 12 destek personeli olmak üzere 65 sözleşmeli personel alınacak.

Kadrolu personel kapsamında ise 18 memur, 10 mühendis ve 2 kimyager olmak üzere 30 kişi istihdam edilecek. Adaylar, 24 Kasım-5 Aralık döneminde e-Devlet’ten (Ticaret Bakanlığı/Kariyer Kapısı) veya “https://kariyerkapisi.gov.tr” adresi üzerinden başvurularını gerçekleştirecek. İlanda başvuru şartları, adaylarda aranan nitelikler, istenen belgeler ve alım süreçlerine ilişkin bilgiler de yer alıyor. AA

## Sağlık Müdürü’nden “Hayırlı Olsun” ziyareti

Kırklareli İl Sağlık Müdürü Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Cerit, Kırklareli Ticaret ve Sanayi Odası’nın (Kırklareli TSO) Yeni Hizmet Binasına “Hayırlı Olsun” ziyaretinde bulundu.

**Tevfik İSÇİ**

Kırklareli İl Sağlık Müdürü Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Cerit, Kırklareli Ticaret ve Sanayi Odası’nın (Kırklareli TSO) Yeni Hizmet Binasına “Hayırlı Olsun” ziyaretinde bulundu.

Cerit, Kırklareli Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Soner İlk tarafından ağırlandı.

Sivil Toplum Kuruluşlarının faaliyet gösterdikleri bölgenin kalkınmasında ve gelişmesinde önemli bir görev üstlenmesi açısından büyük bir öneme sahip olduğunu ifade eden Kırklareli İl Sağlık Müdürü Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Cerit, bu sebeple her zaman birlik ve beraberlik içerisinde çeşitli çalışmalar yapabileceklerini ifade etti.

Ülkelerin kalkınmasının ve refah düzeyinin artmasının Ticaret ve Sanayi’den geçtiğini bildiklerini vurgulayan Kırklareli İl Sağlık Müdürü Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Cerit, Kırklareli Ticaret ve Sanayi Odası’nın da istihdamın artarak, ekonominin canlanması için



lokomotif görevi gördüğünü ifade ederek, Yönetim Kurulu Başkanı Soner İlk’ın nezdinde tüm Yönetim Kurulu ve Meclis Üyelerini tebrik ederek, çalışmalarında başarılar diledi.

Kırklareli İl Sağlık Müdürü Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Cerit’i ağırlamaktan son derece memnun kaldıklarını

ifade eden Kırklareli Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Soner İlk; Oda yönetimi olarak Kırklareli’deki istihdamın artırılarak, ekonominin canlanması için bugüne kadar yapılan ve önümüzdeki günlerde yapılacak olan çalışmalar hakkında bilgiler verdi.



## ÖZEL DERMAN HASTANESİ



**Uzm. Dr. Seyhan BEYHAN**  
Dermatoloji (Cildiye)  
Uzmanı



**Uzm. Dr. Mehmet Samim TÜREGÜN**  
Dahiliye (İç Hastalıkları)  
Uzmanı



**Op. Dr. Tefik YETİŞ**  
Ortopedi ve Travmatoloji  
Uzmanı



**Op. Dr. Mustafa YILDIZ**  
Kadın Hastalıkları ve  
Doğum Uzmanı



SGK İLE ANLAŞMALI OLARAK  
HİZMETİNİZDEYİZ.

**RANDEVU VE  
BİLGİ İÇİN**

0288

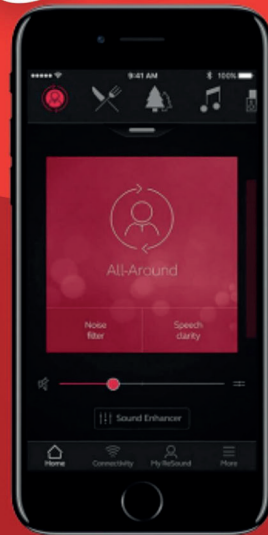
**412 36 00**

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