Kuruluş : 2006

Değişim önce gönüllerde başlar...

yeşilpınar

Salı ve Cuma günleri yayınlanır.

Karapınar' ın Yerel Bağımsız Siyasi Gazetesi

www.yesilpinargazetesi.com • himmet6@hotmail.com • pinaroffset@gmail.com | 19 Aralık 2023 Salı | Sayı : 908 | 5 TL KDV DAHİL

MHP Konya Milletvekili Konur Alp Koçak Çiftçilerin Sorunlarını Meclise Taşıdı

MHP Konya Milletvekili Konur Alp KOÇAK'ın 15.12.2023 tarihinde Konya Ovası Projesi (KOP) Bölge Kalkınma İdaresi Başkanlığı 2024 Yılı Bütçesi üzerine Milliyetçi Hareket Partisi Grubu adına TBMM Genel Kurulunda bir konuşma yaptı.

Konya ve çevresinin tarım gündemine bakıldığında, çiftçilerin en büyük beklentisinin tarım arazilerinin yeterince sulanabilmesini sağlayacak sulama projelerinin hayata geçirilmesi olduğunu kaydeden Koçak konuşmasında şu ifadelere yer verdi./4'de

Alba Voleybol Takımı 8. Maçında 8. Galibiyet Elde Etti

Türkiye voleybol 2.ligi 4 grupta mücadele eden Karapınar Alba voleybol takımı 8. maçında 8. galibiyetini elde etti./2'de

Karapınar'da Trafik Kazası 4 Kişi Yaralandı

Karapınar'da meydana gelen trafik kazasında 4 kişi yaralandı.

Kaza, Alaaddin mahallesinde meydana geldi./2'de

Kigal'de Bir Erasmus Yolculuğu Daha Biterken...

Karapınar İbrahim Gündüz Anadolu Lisesi'nin "2022-TR01-KA122-SCH-000076835" numaralı ve "21. Yüzyıl Becerileri için İnovatif Eğitim ve Dijital Öğretim" projesi, Türkiye Ulusal Ajansı tarafından hibelendirilmiş ve başarıyla tamamlanmıştır./4'de

Karapınar İlçesinde 40 Sene Önce Askerlik Yapan Arkadaşlar Düğünde Bir Araya Geldi

Acemi birliklerini Isparta Eğirdir Komando taburunda yapan askerler daha sonra Usta birlikleri olan Hakkari'ye gittiler. 40 sene sonra Karapınar'da Durmuş Ali Diri'nin oğlu Yusuf'un düğününde bir araya gelen 20 arkadaş aileler ve çocukları ile birlikte yeniden bir araya gelmenin mutluluğunu yaşadılar./3'de

Himmet **TÜRKMEN**
İmtiyaz Sahibi
himmet6@hotmail.com

R.Aslıhan **TÜRKMEN**
Siyaset Bilimi Uzm. Sosyolog
himmet6@hotmail.com

Nihat **BAŞBUĞU**
Eğitimci - Sosyolog
nihat_basbugu1967@hotmail.com

İbrahim **BİRGÜL**
Şair - Yazar
ilkumut83@hotmail.com

O.Nevres **YILMAZLAR**
Emekli İl Çevre Müdürü
osmannevres42@gmail.com

Erhan **DARGEÇİT**
Anadoluda Bugün Gazetesi
Genel Yayın Yönetmeni

Matbaa
Davetiye - Kartvizit - Matbu Evrak Basımı
Magnet - Etiket - Broşür - Cepli Dosya - Kaşe
Takvim - Bloknot Çeşitleri - Karton Çanta
Zarf Çeşitleri - Antetli Kağıt - İmsakiye
Spralli Defter - Oto Paspas
Reklam
Afiş - Branda Işıklı Işıksız Tabela - Kutu Harf
Billboard - Roll-Up - Duba Çeşitleri - Bayrak
Kapı İsimlikleri - Duvar Kaplama
Araç Kaplama - Zemin Kaplama
Promosyon
Tişörtler - Şapka - Bardak - Kalemler
Kalemlik - Anahtarlık - Telefon Tutucu
0 538 898 46 64
0 532 315 67 46
0 332 755 79 78
0 332 755 36 53
pinaroffset@gmail.com
himmet6@hotmail.com
Kale Mh. 131350 Sk. No. 6/B
Karapınar/KONYA
www.pinarofset.com.tr
www.yesilpinargazetesi.com
pınarofset
Matbaa • Reklam • Promosyon

Alba Voleybol Takımı
8. Maçında 8. Galibiyet Elde Etti

Karapınar Alba voleybol takımı Karapınar'da Kayseri Elit voleybol kulübüyle karşılaştı. Karapınarlı voleybol severlerin yoğun ilgi gösterdiği karşılaşmada Alba voleybol kulübü rakibini 3-0 mağlup etti ve Liderliğini sürdürdü. Temsilcimiz Karapınar Alba voleybol kulübü, setleri 25-10 25-11 ve 25-17 alarak karşılaşmayı 3-0 kazandı. Karşılaşmayı İl Gençlik ve Spor müdürü Abdurrahman Şahin, Karapınar Belediye başkanı Mehmet Yaka ve Karapınar ilçe Gençlik ve Spor müdürü Muhammet Ali Karakul da takip etti. Karapınar Alba karşılaşmada Celil, Adem, Ömer,Kurtuluş,Uğurcan,Mehmet Ali Kayseri Elit kulübü ise Efe, İbrahim, Nejat Efe,Yasin, Şahin, Ömer Faruk altısıyla mücadele etti.
(M. Korkusuz)

Karapınar'da Trafik Kazası 4 Kişi Yaralandı

Trafik ışıklarında bekleyen Ü.G'nin kullandığı 33 CUF 74 plakalı otomobile M.B'nin kullandığı 42 CGF 63 plakalı petrol yüklü tanker duramayarak otomobile arkadan çarptı. İhbar üzerine kaza yerine polis ve sağlık ekipleri sevk edildi.
Kazada otomobil sürücüsü Ü.G ile otomobilde yolcu olarak bulunan C.G, S.G ve D.G yaralandı. Yaralılar ambulanslar ile Karapınar devlet hastanesinde tedavi altına alındılar.
Kaza ile ilgili polis tarafından soruşturma başlatıldı.
(M. Korkusuz)

Ortaokullar Arası Erkek Voleybol Turnuvası Finalleri Heyecanı

Karapınar İlçe Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından düzenlenen 'Okul Sporları Müsabakaları' kapsamında gerçekleşen Ortaokullar Arası Erkek Voleybol Turnuvası finalleri büyük bir heyecanla tamamlandı. Karapınar İlçe Millî Eğitim Müdürü Ahmet İÇALAN, sportif faaliyetlerin saygı, sevgi ve centilmenlik gibi değerleri öğrettiğini vurgulayarak, yarışmacıların yeteneklerini ortaya koyarak özgüven ve sosyalleşme gibi önemli değerleri kazandıklarını belirtti.
Ayrıca, spor adına yakışır güzel karşılaşmaların yaşandığını ifade etti.
Turnuva sonucunda dereceye giren okullar şu şekilde sıralandı:
1. Duran Sezer Ortaokulu
2. Gazi Mustafa Kemal Ortaokulu
3. 75.Yıl Ortaokulu
İÇALAN, Turnuvaya katılan okullar, yöneticiler, öğretmenler ve ev sahipliği yapan Karapınar Gençlik Merkezi Müdürlüğü'ne teşekkür ederiz.dedi.(H. Türkmen)

Kuruluş : 2006 yeşilpınar Değişim önce gönüllerde başlar...
Karapınar' ın Yerel Bağımsız Siyasi Gazetesi
YIL : 16 19.12.2023 SAYI : 908

SAHİBİ
Himmet TÜRKMEN
Gsm : 0532 315 67 46
e-mail : himmet6@hotmail.com
UETS : 15817-18272-52843

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
Hakan TÜRKMEN

SAYFA EDİTÖRÜ
Mehmet TEZER

MUHABİR
Mithat KORKUSUZ

YAYIN TÜRÜ
YEREL - SÜRELİ (Haftada 2 Gün Salı, Cuma)

DİZGİ - MİZANPAJ - BASIM
Himmet TÜRKMEN

YÖNETİM VE BASIM YERİ
pınarofset yeşilpınar
Kale Mh. 131350 Sk. No:6/B - KARAPINAR
Tel. : 0.332. 755 36 53 Fax : 755 79 78
Gsm. : 0.532. 315 67 46 - 0.538.898 46 64
www.yesilpinargazetesi.com
e-mail : himmet6@hotmail.com

BU GAZETE BASIN MESLEK İLKELERİNE UYAR
Gazetemizde yayınlanan yazıların hukuki sorumluluğu yazarın kendisine aittir.

HUSUSİ İLAN FİYAT TARİFESİ

Siyah Beyaz (1Kartvizit)	: 80x40 mm	100.oo	TL + KDV
Siyah Beyaz (2 Kartvizit)	: 160x80 mm	200.oo	TL + KDV
Siyah Beyaz (Çeyrek Say.)	: 120x180 mm	300.oo	TL + KDV
Siyah Beyaz (Yarım Say.)	: 180x240 mm	600.oo	TL + KDV
Siyah Beyaz (Tam Say.)	: 360x240 mm	1.000.oo	TL + KDV
Siyah Beyaz (Arka Tam Say.)	360x240 mm	1,200,oo	TL + KDV
Ön Logo Üstü	: 46x240 mm	500.oo	TL + KDV

Sütun Santim Fiyatı 70,00 TL+KDV

ZAYİ İLAN FİYAT TARİFESİ

Resmi Kimlik Kartları		100.00	TL + KDV
Kurum Kimlik Kartı		100.00	TL + KDV
K ,K2 Sürücü Belgesi		100.00	TL + KDV
Diploma		100.00	TL + KDV
Ruhsat (Araç ve İşyeri)		100.00	TL + KDV
Fatura İrsaliye Vs.	(Sonraki Her Parça 50 TL)	100.00	TL + KDV

ARALIK AYI NÖBETÇİ ECZANE LİSTESİ

	GÜN		ECZANE	TEL.	ADRES
1	ARALIK	CUMA	YAŞAR ECZANESİ	3327555560	YAPI KREDİ BANKASI YANI
2	ARALIK	CUMARTESİ	ORUÇ ECZANESİ	3327556782	YENİ HASTANE KARŞISI
3	ARALIK	PAZAR	DERMAN ECZANESİ	3327558181	YENİ HASTANE KARŞISI
4	ARALIK	PAZARTESİ	BERAT ECZANESİ	3327553536	1 NOLU SAĞLIK OCAĞI KARŞISI
5	ARALIK	SALI	IŞIK ECZANESİ	3327551482	KÜLLİYE KARŞISI
6	ARALIK	ÇARŞAMBA	VİTAMİN ECZANESİ	3327553404	PTT YANI
7	ARALIK	PERŞEMBE	SAĞLIK ECZANESİ	3327556930	TAHTAKALE
8	ARALIK	CUMA	SEZER ECZANESİ	3327553516	ESKİ KARAKOL KARŞISI
9	ARALIK	CUMARTESİ	FATİH ECZANESİ	3327551774	BELEDİYE ARKASI
10	ARALIK	PAZAR	IŞIK ECZANESİ	3327551482	KÜLLİYE KARŞISI
11	ARALIK	PAZARTESİ	YALÇINÖZ ECZANESİ	3327552266	YENİ HASTANE KARŞISI
12	ARALIK	SALI	GÜNEŞ ECZANESİ	3327556592	HÜKÜMET KONAĞI KARŞISI
13	ARALIK	ÇARŞAMBA	DERMAN ECZANESİ	3327558181	YENİ HASTANE KARŞISI
14	ARALIK	PERŞEMBE	BAŞAK ECZANESİ	3327551463	PTT KARŞISI
15	ARALIK	CUMA	GÜNGÖR ECZANESİ	3327555386	İLÇE SAĞLIK MD.KARŞISI
16	ARALIK	CUMARTESİ	IŞIK ECZANESİ	3327551482	KÜLLİYE KARŞISI
17	ARALIK	PAZAR	VİTAMİN ECZANESİ	3327553404	PTT YANI
18	ARALIK	PAZARTESİ	DEVA ECZANESİ	3327552507	BELEDİYE ALTI
19	ARALIK	SALI	ORUÇ ECZANESİ	3327556782	YENİ HASTANE KARŞISI
20	ARALIK	ÇARŞAMBA	FATİH ECZANESİ	3327551774	BELEDİYE ARKASI
21	ARALIK	PERŞEMBE	YAŞAR ECZANESİ	3327555560	YAPI KREDİ BANKASI YANI
22	ARALIK	CUMA	BERAT ECZANESİ	3327553536	1 NOLU SAĞLIK OCAĞI KARŞISI
23	ARALIK	CUMARTESİ	SEZER ECZANESİ	3327553516	ESKİ KARAKOL KARŞISI
24	ARALIK	PAZAR	GÜNEŞ ECZANESİ	3327556592	HÜKÜMET KONAĞI KARŞISI
25	ARALIK	PAZARTESİ	IŞIK ECZANESİ	3327551482	KÜLLİYE KARŞISI
26	ARALIK	SALI	VİTAMİN ECZANESİ	3327553404	PTT YANI
27	ARALIK	ÇARŞAMBA	SAĞLIK ECZANESİ	3327556930	TAHTAKALE
28	ARALIK	PERŞEMBE	SEZER ECZANESİ	3327553516	ESKİ KARAKOL KARŞISI
29	ARALIK	CUMA	YALÇINÖZ ECZANESİ	3327552266	YENİ HASTANE KARŞISI
30	ARALIK	CUMARTESİ	DERMAN ECZANESİ	3327558181	YENİ HASTANE KARŞISI
3 1	ARALIK	PAZAR	GÜNGÖR ECZANESİ	3327555386	İLÇE SAĞLIK MD.KARŞISI
01	Ocak	PAZARTESİ	ORUÇ ECZANESİ	3327556782	YENİ HASTANE KARŞISI
02	Ocak	SALI	GÜNEŞ ECZANESİ	3327556592	HÜKÜMET KONAĞI KARŞISI
03	Ocak	ÇARŞAMBA	DERMAN ECZANESİ	3327558181	YENİ HASTANE KARŞISI

ÖNEMLİ TELEFONLAR

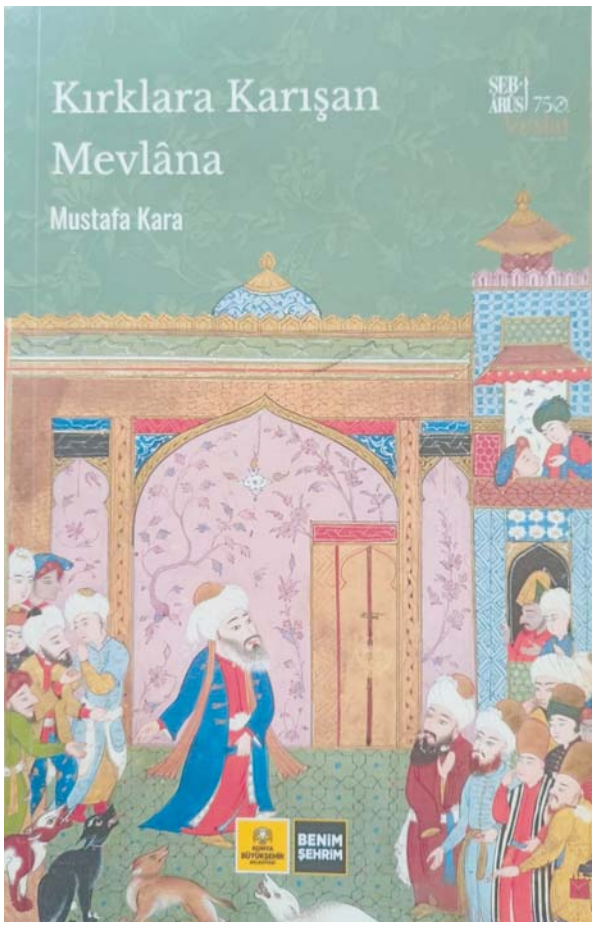
Alo Valilik	310 20 12	G.M.Kemal İlk ve O.okulu	755 10 44
Kaymakamlık	755 68 81	İsmet B.yaylacı İlkokulu	755 13 92
Kaymakamlık	755 68 88	M.A.Ersoy İlk ve O.okulu	755 50 99
Askeri Gazino	755 61 50	Mustafa Şener Ortaokulu	755 12 36
Belediye	755 75 00	Tic.Bor.İlk ve Ortaokulu	755 18 85
Adliye	755 18 47	Vehbi Yurt Ortaokulu	755 13 01
Adliye	755 18 48	Y. Emre İlk ve Ortaokulu	755 24 95
Mesl.Yüko.Md.	755 68 69	T.Y. Selim İlk ve Ortaokulu	755 33 33
İlçe Emn.Müd.	755 69 13	K. Sultanıye Anaokulu	755 57 49
İlçe Emn.Müd.	755 69 14	Karapınar Anaokulu Md.	755 69 43
İlçe Emn.Müd.	755 69 16	Kepez İlk ve Ortaokulu	764 00 67
İlçe Jand.Kom.	755 68 90	Kesmez İlk ve Ortaokulu	763 81 00
Kadastro Birimi	755 69 01	Kayalı İlk ve Ortaokulu	761 80 91
Tapu Sic.Müd.	755 68 99	Sazlıpınar İlk ve Ortaokulu	769 51 29
Müftülük	755 67 80	Güzelkışla İlk ve Ortaokulu	759 01 46
G.Ve Spor Müd.	755 17 00	İslik İlk ve Ortaokulu	766 30 05
Nüfus Müd.	755 69 00	Hotamış İlkokulu	767 22 33
Mal Müdürü	755 69 26	H.Mehmetçik Ortaokulu	767 20 39
İlce M.Eğt.Md.	755 68 94	Salur İlk ve Ortaokulu	759 01 30
G. Tr.Ve Hy. İlçe Md.	755 69 06	H.İmam Hatip Ortaokulu	767 20 39
İlçe Sağlık Müd.	755 15 68	Karapinar İ.H.Ortaokulu	755 81 83
Toplum Sağ. Mer.	755 63 51	K.Meke Anadolu Lıs.	755 66 60
Halk Egt.Müd.	755 68 84	D.Sezer Tic.Mes.Lis	755 25 81
Halk Kü.Me.	755 10 74	İ.H.Lisesi	755 14 07
Öğretmenevi.	755 22 99	Metem	755 68 89
Kara Yol.Bak.E.	0553 245 59 77	KİGAL	755 68 92
Devlet Hastanesi	224 00 00	Kayalı Lisesi	761 81 58
Ptt	755 69 50	Sağlık Meslek Lisesi	755 68 85
T MO. Müd.	755 25 35	Mes.ve Tek.And.Lısesı	755 10 98
T.S. Ar. Tali. İst.	755 69 05	Karapınar Kız And.İ.H.Lis.	755 64 61
Koski	755 39 54	Karapinar And.Öğrt.Lıs.	755 64 61
Konya B. Şehir	221 14 00	Hem.Md.	755 68 84
S.Y.ve Yard. Vakfı	755 61 53	A.Ş.H.Akbulut İlkokulu	762 70 06
Kültür Merkezi	755 40 40	Hasanoba İlkokulu	766 31 14
Ziraat Od. Başkanlığı	755 11 71	Ortaoba İlkokulu	768 60 06
Esn. ve San. Od. Bşk.	755 12 14	Tilkili İlkokulu	761 83 21
Esn.ve Kef.Koop. Bşk.	755 10 61	Küçük Aşlama İlkokulu	459 81 21
Şof.ve Otom. Od. Bşk.	755 11 18	Akçayazi İlkokulu	769 51 20
Tic.ve San. Od. Bşk.	755 12 76	Kayacik İlkokulu	768 60 58
Ticaret Borsası Bşk.	755 76 80	Sultaniye Öğrn.Yurdu	755 32 37
Tarım Kredi Koop.	755 66 56	Ö.Öncü Yö.Kiz Öğr. Yurdu	755 73 72
Ç.Mal. Kor.Bşk.Lığı	755 10 51	Barutçular Öğrenci Yurdu	755 78 78
Ziraat Bölge Şefliği	755 77 57	KYK Sultan Veled Yrdu	755 10 14
A. Meslek Y.okulu	755 68 96	Zehır Danişma	114
Ziraat Bankası	755 69 40	Telefon Ariza	121
Halk Bankası	755 54 54	Ttnet	145
Ptt	755 60 02	Alo Zabita	153
Sgk Büro	755 65 63	Uyuşturucu Bılgı	171
Erozyon	755 69 05	Alo Gida	174
Merkez Sul.Koop.	755 28 29	Alo Tüketıcı	175
Ereğli As. Ş.Bşk.	713 11 12	Alo Rtük	178
Muhtarlar Derneği	755 75 40	Alo Valılık	179
İl Milli Eğitim Müd.	353 30 50	Ruhsal Bunalim Da.	182
Milli Eğitim Müdürü	755 68 94	Kadin Ve Sosyal Hız.	183
75.Yıl İlk ve Ortaokulu	755 75 17	Sağlik Danişma	184
Amil Önal İlkokulu	755 68 87	Su Ariza	185
Atatürk İlkokulu	755 61 91	Elektrık Ariza	186
Cumhuriyet İlkokulu	755 10 78	Cenaze Hizmetlerı	188
Cumhuriyet Ortaokulu	755 31 63	Vergı Danişma	189
Fevzipaşa İlk ve O.okulu	755 72 70		

Karapınar İlçesinde 40 Sene Önce Askerlik Yapan Arkadaşlar Düğünde Bir Araya Geldi

Asker arkadaşları, 1983-84 yıllarında vatani görevini birlikte yaptıkları Durmuş Ali Diri'nin oğlunun, Belediye Düğün salonunda evlenme törenine katıldı. Eski askerler, düğünde hem eğlendi hem de askerlik anılarını anlatarak birbirleri ile hasret giderdi. Ali Diri, oğlunun düğüne katılan asker arkadaşlarına teşekkür ederek, , Türkiye'nin farklı illerinden düğüne katılan asker arkadaşlarıyla yaklaşık 30 yıl önce Eğirdir ve Hakkâri'de aynı koğuşta kaldıklarını ve aynı karavanaya kaşık salladıklarını söyledi. .Oğlunun düğününde asker arkadaşlarını yeniden bir arada olmaktan ve onları görmekten çok mutlu olduğunu dile getiren Diri, şöyle konuştu:" Buradaki arkadaşlarımın hepsi terörle omuz omuza mücadele etti. Yeniden bir arada olmak anılarımız tazelemek ve o yılları yad etmek müthiş bir duygu. Asker arkadaşlarımızla hepimiz birbirimize değer veriyoruz. Türkiye'nin neresinde olursa olsun askerde 'mavi bere' takan tüm arkadaşlarımıza selam gönderiyoruz" Dedi.
Bursa'dan gelen Ömer Aydoğdu adlı vatandaş" Yıllar sonra bu güzel günde bir araya geldik .Çok mutlu olduk. Arkadaşlarımız ile tekrara görüşmek nasip oldu. Askerde başlayan dostluğumuz hala devam ediyor." Dedi.(M. Korkusuz)

HZ. Mevlana'nın 750. Vuslat Yılına Özel "Kırklara Karışan Mevlana" Kitabını Yayımlandı

Konya Büyükşehir Belediyesi'nin katkılarıyla, tasavvuf tarihçisi Prof. Dr. Mustafa Kara tarafından kaleme alınan "Kırklara Karışan Mevlana" kitabı yayımlandı. Konya Büyükşehir Belediye Başkanı Uğur İbrahim Altay, Mevlâna'nın düşüncelerini ve yaşamını anlatan eserin, şehrin kültür ve medeniyetine büyük katkı sağladığına dikkat çekerek, "Hazreti Mevlâna, bugün bütün dünyanın ve özellikle gönül coğrafyamızın yakından tanıdığı ve muhabbetle andığı arif zatlardandır. 750. Vuslat Yıldönümünde rahmet ve muhabbetle andığımız Hazreti Mevlâna'nın düşüncelerinin anlaşılması, hayatının bilinmesi yolunda Büyükşehir Belediyesi olarak yaptığımız sayısız hizmetten biri de işte bu elinizdeki eserdir" dedi.
Prof. Dr. Mustafa Kara'nın hazırladığı eserin, Mevlâna'nın sevgisiyle Konya kültürü ve medeniyetini nasıl şekillendirdiğine dair önemli bilgiler içerdiğini belirten Başkan Altay, Cumhurbaşkanlığı'nın "2023-750. Vuslat Yıldönümü Mevlâna Yılı" genelgesi çerçevesinde gerçekleştirilen çalışmaların şehir için hayati önem taşıdığını da vurguladı.
Eserin yayımında emeği geçenlere teşekkür eden Başkan Altay, Mevlâna'nın anlaşılması ve şehrin gelişmesi yolunda yapılan her türlü çalışmanın çok önemli olduğunu sözlerine ekledi.
Hz. Mevlana'nın vefatının 750. sene-i devriyesi dolayısıyla özel olarak hazırlanan kitap, 17 Aralık'ta



Konya'da ziyarete gelenlere ücretsiz olarak dağıtılacak.
(H. Merkezi)

Kigal'de Bir Erasmus Yolculuğu Daha Biterken...

Karapınar İbrahim Gündüz Anadolu Lisesi, Türkiye Ulusal Ajansı tarafından hibelendirilen "2022-TR01-KA122-SCH-000076835" numaralı ve "21. Yüzyıl Becerileri için İnovatif Eğitim ve Dijital Öğretim" projesi kapsamında önemli bir başarıya imza attı. Proje kapsamında gerçekleştirilmesi gereken faaliyetler başarıyla tamamlanmış ve projenin resmi süresi sona ermiştir.

Okul Müdürü Ünal CESUR, konuyla ilgili yaptığı açıklamada, "Projemizin süresi bitmiş olsa da projemizin amaç ve hedefleri doğrultusunda faaliyetlerle dijitalleşen okul olma yolunda okulumuz adım adım ilerleyecektir. Projemizde emeği geçen tüm öğretmen ve öğrencilerimize teşekkür ederiz" dedi.

(H. Türkmen)

Kendini Başka İnsanlarla Karşılaştırmayı Bırak

Bırakabiliyor musun bu huyunu? Etrafında senden daha başarılı,daha yetenekli,daha zekiinsanlarla karşılaştırmayı ne yazık ki bırakamıyoruz.Yine bizleri kötü durumlarla karşılaştıran bir olay.Yine bizleri kendimizle baş başa bırakmamız gereken bir olay. Çünkü insan kendiyle baş başa kaldığında kendine asla yalan söyleyemezmiş.Eninde sonunda gerçeklerle yüz yüze kalırız.Hadi bu sayfanın başında kendinle bir baş başa kal ve neden başka insanlarla karşılaştırma yapılıyor ve neden yapıyorsun? Kimisi çocukluktan beri maruz kalır bu durumlarla kimisi de yıllar boyunca kayda değer bir başarı kazanamadıysa ve ailesinin gözünde zeki bir çocuk olarak gözükmüyorsa bu ithamlarla ister istemez karşılaşır. Yani başta ailemiz karşılaştırır bu karşılaştırma olayıyla bizleri.Çünkü her ailenin dilinde dolaşır başka insanların başarıları ve yetenekleri.İşte filan kişinin oğlu çok iyi bir puan alıp çok iyi bir yer kazanmış ya da komşunun kızı çok iyi bir puan alıp Tıp Fakültesini kazanmış. Yani başkalarının başarıları hep evin içinde anılır.İşte sen komşunun kızı kadar olamadın diye bu karşılaştırmaları yıllar boyunca bırakamazlar ve bizlerde kendikendimizi başka insanlarla karşılaştırmayı bırakamayız. Neden arkadaşım benden daha iyi bir yere gitti? Neden ben hak ettiğim başarıyı elde edemedim? İşte bu sorular kendimizi gerçekleşmemiş başarılardan uzaklaştırır.Unutma insanoğlu senden hep en iyisi olmanı ister.

Yazılıdan 80 alırsın ailen neden 100 değil der.Yazılıdan 90 alırsın ailen yine niye 100 değil der. Yani bu hayatta hiçbir kimseyi memnun edemeyiz.Sonra bu ithamlar bizleri bir hırs duygusu ile tanıştırır. Hırsla her başarıyı elde edeceğimizi sanırız.Fakat çok fazla hırs bizleri kazandığımız veya kazanamadığımız başarılardan öteye götüremez.Hırsımıza yenik düşmüş bir şekilde hayatımıza kaldığımız yerden devam etmeye çalışırız.Kendi kazandığın başarılarla mutlu olmaya çalış ve kendini iyi bir şekilde yönlendirmeye çalıştır. Belki tam olarak çalıştığın derslerin başarılarını yıllar sonra alacaksın.Belki o an ki o başarı seni yıllar sonrakarşılaştığın insanların başarısından daha iyi bir başarıya götürecek.Ama bunu iki şekildegöreceksin hem yaşayarak hem de kendini başka insanlarla karşılaştırmayı bıraktığın da.Çünkü bıraktığın an senin için güzel bir geleceğin kapıları açılmıştır.Bu karşılaştırma olayı bir şekilde hayatına girdi. Aile içindeki bireyler tarafından girmiş olabilir ama bırakmayan sen olsun onu.Sen kendin için varsın ve elde ettiğin başarılar senin hayatını çizecek başkasının hayatını değil.Sen gelebildiğin yere kadar gel.Çünkü o geldiğin yer geçmişteki başarılarının hakkını alabileceğim yer olabilecek.Başkalarıyla kendini karşılaştırmayı bıraktığın an belki hiçbir zaman karşılaşmadığın yeteneğinle ve zekanla karşılaşacaksın.Belkiler ile yaşamak istemiyorsan kendinikendine ispatla.

MHP Konya Milletvekili Konur Alp Koçak Çiftçilerin Sorunlarını Gündemini Meclise Taşıdı

Merkezi Konya olan KOP Bölge Kalkınma İdaresi Başkanlığı Aksaray, Karaman, Kırıkkale, Kırşehir, Niğde, Nevşehir ve Yozgat'la birlikte toplam yüz ölçümü yaklaşık 96 bin kilometrekare olan 8 ilimizi kapsamaktadır. KOP Başkanlığının temel amacı söz konusu bu illerde yapılacak yatırımların gerektirdiği araştırma, projelendirme, değerlendirme ve koordinasyon hizmetlerini yerine getirmek suretiyle bölgenin kalkınmasını hızlandırmaktır. Türkiye'deki bölgeler arası gelişmişlik farklarının giderilmesi amacıyla uygulanan KOP ve diğer projelerin DAP, GAP ve DOKAP'ın tamamlanması, bu bölgelerde üretim ve istihdam artışının temin edilmesi ile refah seviyelerinin yükseltilmesi, daha dengeli ve topyekûn kalkınmanın sağlanması partimizin büyük önem ve öncelik atfettiği konulardan biridir.

KOP bölgesindeki nüfusun büyük bölümü için geçmişten bugüne temel ekonomik faaliyet tarım olagelmiştir. Memleketim olan Konya Türkiye'nin en büyük tarım sahalarından biridir. Covid-19 salgını ve Ukrayna savaşının ardından baş gösteren gıda güvenliği riskleri, tarımın stratejik bir sektör olduğunu bizlere sarsıcı bir şekilde hatırlatmıştır. Tarım sektöründeki sorunların giderilmesi, tarım üretiminde kendine yeterlilik ve arz talep dengesinin sağlanması gibi hususların gıda güvenliği açısından büyük önem arz ettiği bu krizler neticesinde daha iyi idrak edilmiştir.

Konya ve çevresinin tarım gündemine bakıldığında, çiftçilerimizin en büyük beklentisinin tarım arazilerinin yeterince sulanabilmesini sağlayacak sulama projelerinin hayata geçirilmesi olduğu derhâl görülecektir. Zira, bölgenin tarım alanları Türkiye'deki toplam tarım alanlarının yüzde 19'una tekabül ederken bölgedeki kullanılabilir su kaynağının Türkiye'nin toplam su kaynağına oranı sadece yüzde 8'dir. Konya'nın aldığı yağış miktarının Türkiye ortalamasının altında kaldığı ve iklim değişikliğinin kuraklık ve çölleşme tehditlerini artırdığı da dikkate alındığında sulama yatırımlarının önümüzdeki yıllarda daha ciddi ve acil bir ihtiyaç hâline geleceği endişe verici bir gerçektir. Su havzalarının korunması, su kaynaklarının kontrol altında tutulması, sulama kanallarındaki su kayıplarının önlenmesi hem tarımsal üretim hem de çevre sorunlarının giderilmesi açısından önemli bir mesele hâlini almıştır.

KOP bölgesinde tarımın su ihtiyacının giderilmesi amacıyla Devlet Su İşleri tarafından büyük yatırımlar yapılmış, birçok kanal, baraj ve gölet inşa edilmiş, modern sulama yöntemlerinin yaygınlaştırılması için ciddi çalışmalar yürütülmüştür ancak kapalı bir havza olan Konya Ovası'nın sulamaya ilişkin sorunlarının bütünüyle çözüldüğünü söylemek maalesef şu an için mümkün değildir. Nitekim, KOP Başkanlığının verilerine göre bölgede sulanması planlanan arazinin hâlihazırda yüzde 75'i sulanabilir hâle getirilmiş durumdadır. Konya Ovası'na Yukarı Göksu havzasından su getirilmesi amacıyla hazırlanan Mavi Tünel Projesi'nin tam kapasiteyle faal hâle getirilememiş olması sebebiyle bölgedeki sulama ihtiyacı hâlen devam etmektedir. Mavi Tünel'in ve Apa-Hotamış İletim Kanalı'nın tamamlanmasıyla birlikte KOP'tan istifade edecek vatandaşların beklentileri gerçeğe dönüşecek, tarımsal üretimin sürdürülebilirliği sağlanacak ve bölgesel kalkınma hedeflerine biraz daha yaklaşılmış olacaktır.

Diğer yandan, Mavi Tünel'in ve AHİ Kanalı'nın ulaşmadığı ve yer altı sularında çekilmenin yaşandığı Cihanbeyli, Kulu, Altınekin ve Sarayönü ilçelerimizin tarımsal sulama ihtiyacının giderilmesi için Kızılırmak'tan ve Karasu Çayı'ndan su getirilmesine ilişkin yürütülen çalışmaların bir an önce tamamlanması gerekmektedir."

(H. Merkezi)

TBMM Başkanı Numan Kurtulmuş, Başkan Altay'ı Ziyaret Etti

Türkiye Büyük Millet Meclisi Başkanı (TBMM) Numan Kurtulmuş, Konya Büyükşehir Belediye Başkanı Uğur İbrahim Altay'ı ziyaret etti.
Hazreti Mevlana'nın 750. Vuslat Yıl Dönümü Uluslararası Anma Etkinlikleri'nin son günü olan Şeb-i Arus programına katılmak üzere Konya'ya gelen TBMM Başkanı Numan Kurtulmuş, program öncesinde Başkan Altay'la bir araya geldi.
Şeb-i Arus programının önemi ve bu özel etkinliğin Konya'ya katkılarının ele alındığı ziyarette TBMM Başkanı Kurtulmuş, Konya'nın manevi atmosferinde gerçekleşecek olan bu önemli programın, birlik ve beraberlik duygularını pekiştirdiğine vurgu yaptı.
Konya Büyükşehir Belediye Başkanı Uğur İbrahim Altay da TBMM Başkanı Numan Kurtulmuş'u Konya'da ağırlamaktan onur duyduklarını belirterek, nazik ziyaretleri için teşekkür etti.
(H. Merkezi)

Ahmet Arslan: Şeb-İ Arus'da Hazreti Mevlana'nın Deva Olan Sesine Her Zamankinden Daha Fazla İhtiyaç Hissediyoruz

Hz. Mevlana'nın 750. Vuslat yıldönümü Şeb-i Arus münasebetiyle bir mesaj yayınlayan Gelecek Partisi Konya İl Başkanı Ahmet Arslan, Şeb-i Arus gecesinin ülkeye, İslam dünyasına, mazlum coğrafyalara ve insanlığa bereket, barış, huzur, feyiz getirmesi temennisinde bulundu.

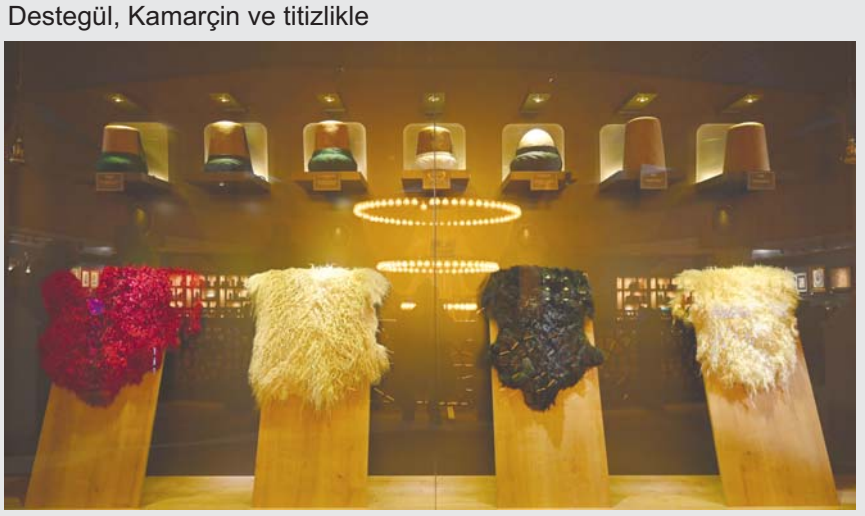
Hazreti Mevlana'nın 750. Vuslat Yıl Dönümü dolayısıyla Gelecek Partisi Konya İl Başkanı Ahmet Arslan yazılı bir mesaj yayınladı. Arslan, "Siyonist İsrail devleti Gazze'de Müslümanlara ve insanlara zulmediyor. Doğu Türkistanlı kardeşlerimiz yıllardır zulüm ve işkenceye maruz kalıyor. O zaman Hz. Mevlana'nın gönül sesini hepimizin bir kez daha duyması lazım" dedi.

Ahmet Arslan:

"Siyonist İsrail ve Çin'in Müslümanlara ve insanlara zulmü her geçen gün artarak devam ediyor. O zaman Hz. Mevlana'nın muhabbet felsefesini, Hazreti Mevlana'nın gönül sesini, Hazreti Mevlana'nın ruhundan yükselen o manevi sesini hepimizin bir kez daha duyması lazım. Bugün İslam dünyası, büyük bir ızdırap içindeyken, aynen Hazreti Mevlana'nın döneminde olduğu gibi İslam medeniyetinin büyük şehirleri yakılıp yıkılırken, biz Şeb-i Arus'da Hazreti Mevlana'nın deva olan sesine her zamankinden daha fazla ihtiyaç hissediyoruz. Rabbim bizi o sesten uzak tutmasın. Allah Hazreti Mevlana'nın gönlünden dünyaya yayılan muhabbet sesinin, muhabbet haykırışının bugünkü sözcülerini bizler kılsın."
(H. Merkezi)

Konya Büyükşehir Türkiye'nin En Büyük "Derviş Çeyizi Müzesi"ni İrfa'da Açtı

Konya Büyükşehir Belediyesi, "Derviş Çeyizi" olarak da bilinen kıyafetleri ve aksesuarları gün yüzüne çıkartıyor.
Konya Büyükşehir Belediyesi tarafından İrfan Medeniyeti Araştırma ve Kültür Merkezi'nde (İRFA) Hazreti Mevlana'nın 750. Vuslat Yılı'na özel hazırlanan "Derviş Çeyizi Müzesi" ile Jürili Geleneksel Sanatlar Sergisi'nin açılışı yapıldı.
Serginin açılışı Konya Valisi Vahdettin Özkan, Konya Büyükşehir Belediyesi Başkan Vekili Mustafa Uzbaş, Kültür ve Turizm Bakanlığı Postnişini Mehmet Fatih Çıtlak tarafından yapıldı.
MEVLEVİ KÜLTÜRÜNE NADİDE EMANETLER SERGİLENİYOR
Hazreti Mevlana'nın vuslatının 750. yıldönümü kapsamında Mevlana dostlarıyla buluşturulan "Derviş Çeyizi Müzesi'nde; yüzyıllar boyunca farklı tarikatlar tarafından kullanılan kıyafetlerin aslına uygun şekilde imal edilmiş rekonstrüksiyonları sergileniyor.
Derviş Çeyizi Müzesi'nde; şeyhlerin veya seyr-ü sülûkte belli bir mertebeye ulaşmış dervişlerin Tâc-ı Şerifleri'nin yanı sıra Haydariyye, Şeyh hırkası, Derviş hırkası, Kuşak-Elif Nemed, Destegül, Kamarçin ve titizlikle muhafaza edilen Mevlevi kültürüne ait emanetler yer alıyor.
"Derviş Çeyizi Müzesi Sergi Galerisi'nde ayrıca "Hz. Mevlâna'nın 750. Vuslat Yılı Jürili Geleneksel Sanatlar Sergisi" de sanatseverle buluşuyor. Gelenekli sanatların en seçkin eserlerinin yer aldığı sergide 63 sanatkârın Hüsn-i Hat, Tezhip, Cilt, Minyatür, Ebru, Çini, Kalem işi ve Kat'ı Sanatı alanlarında 80 eser bulunuyor.
Sergi galerisinde ayrıca "Kudüs'ten Bakarsan Tüm Filistin'i Görürsün" serlevhasıyla hazırlanan "Dinle Kudüs'ten Fotoğraf Sergisi" de sanatseverlerin dikkatini çekiyor.
İRFA'DA SEMA AYİNİ ŞERİFİ DE İLGİYLE TAKİP EDİLİYOR
Öte yandan vuslatın 750. yılı münasebetiyle Konya'ya gelen yerli ve yabancı ziyaretçiler, Mevlana Kültür Merkezi'ndeki sema programının yanı sıra İRFA'da gerçekleştirilen Sema Ayini Şerifi'ni de ilgiyle takip ediyor.
İstanbul Tassavvuf, İrfan ve Meydan Meşkleri Topluluğu tarafından her akşam saat 18.00'de gerçekleşen sema mukabelesini izleyen misafirler, şehrin manevi atmosferini de yoğun olarak hissediyor.
(H. Merkezi)



pinarofset
Matbaa • Reklam • Promosyon
Yeşilpınar
Karapınar' ın Haftalık Süreli Yerel Bağımsız Siyasi Gazetesi
0 532 315 67 46
0 538 898 46 64
0 332 755 79 78
0 332 755 36 53
pinaroffset@gmail.com
himmet6@hotmail.com
Kale Mh. 131350. Sk. No. 6/B
Karapınar/KONYA

Bakan Ersoy: "Depo No: 4 Konya'mızın Kültürel Birikimine Önemli Katkı Yapacak"

Kültür ve Turizm Bakanı Mehmet Nuri Ersoy, Konya Büyükşehir Belediyesi tarafından restorasyon çalışması yapılan Eski Tekel Binası Depo No: 4'te incelemelerde bulundu.
Hazreti Mevlana'nın 750. Vuslat Yıl Dönümü Uluslararası Anma Törenleri kapsamında Konya'ya gelen Bakan Ersoy, Konya Büyükşehir Belediyesi'nin Darü'l-Mülk Projesi kapsamında şehrin kültür ve turizm hayatına kazandırdığı Eski Tekel Binası Depo No: 4'teki çalışmalar hakkında bilgi aldı.
Bakan Ersoy, konuyla ilgili şunları kaydetti:
"Darü'l Mülk Projesi kapsamında mazinin izlerini modern çizgilerle

bugünlere taşıyan ve restorasyonu başarıyla tamamlanan Eski Tekel Binası - Depo No: 4'ü ziyaret ettik. Bu eserin, maziden kopup gelen yeni değerleri gün yüzüne çıkartarak, 'Medeniyet Kuran Şehir' Konya'mızın kültürel birikimine önemli katkılar yapacağına inanıyorum. Bu güzide yapının şehrimize kazandırılmasında emeği olan başta Konya Büyükşehir Belediye Başkanımız Sayın Uğur İbrahim Altay olmak üzere herkese ayrı ayrı teşekkür ediyorum."
Konya Büyükşehir Belediye Başkanı Uğur İbrahim Altay da ziyaretleri ve Konya'nın her projesine verdikleri destek nedeniyle Bakan Ersoy'a teşekkür etti.(H. Merkezi)

Kronik Ağrılar Nasıl Tedavi Edilir?

Algoloji (Ağrı) Uzmanı Dr. Pınar Özlülerden, her türlü kronik ağrının yanı sıra sebebi bilinmeyen şiddetli ağrıların tanı ve tedavisinin de algoloji yöntemleri ile mümkün olduğunu söyledi. Uzm. Dr. Özlülerden kronik ağrılar ve ağrı tedavileri ile ilgili önemli bilgiler verdi.
Ağrı insan hayatını olumsuz etkileyen ve yaşam kalitesini düşüren önemli bir konu. Üç aydan fazla devam eden ağrılar ise kronik ağrı olarak isimlendiriliyor. Ağrı tedavileri günümüzde sağlıkta farklı bir bilim dalı olarak kabul ediliyor. Kronik ağrıların teşhis ve tedavisine ise Algoloji yan dal uzmanı doktorlar bakıyor.
Denizli'de ağrı tedavilerini başarıyla uygulayan Algoloji (Ağrı) Uzmanı Dr. Pınar Özlülerden, ameliyat olmak istemeyen, ameliyat olması gerekmeyen veya ameliyat olmasına rağmen durumu düzelmeyen ağrılı hastaların teşhis ve tedavisinin algoloji yöntemleriyle yapıldığını söyledi.
Dr. Pınar özlülerden, ağrının ve hastanın durumuna göre radyofrekans tedavisi, PRP, kök hüçre, eklem sıvısı, proloterapi uygulamaları, sinir kökü blokajı, ameliyatsız fıtık küçültme ile girişimsel ağrı tedavilerini tercih ettiklerini bildirdi.
Uzm. Dr. Pınar Özlülerden şu bilgileri verdi:
Algoloji Nedir?
Algoloji ya da ağrı bilimi, ağrının nedenlerini inceleyen ve tedavi etmeyi hedefleyen tıp yan dallarından birisi. Anestezi, Nöroloji veya Fizik Tedavi uzmanı doktorlar 2 yıllık ek bir eğitimden sonra algoloji uzmanı ünvanı alıyor. Algoloji uzmanları; her türlü kronik ağrının yanı sıra sebebi bilinmeyen şiddetli ağrıların tanı ve tedavisi ile ilgileniyor.
Ne Tür Ağrılar Tedavi Ediliyor?
Ağrının birçok çeşidi bulunuyor. Bel fıtığı, boyun fıtığı, bel kireçlenmesi, boyun kireçlenmesi, kanal daralması, baş ağrıları, nevrajiler, omuz, diz, kalça gibi eklem ağrıları, yüzde ağrılar, kanser ağrıları, kas tendon yırtıkları hastalarımızın en çok şikayetçi oldukları konular. Hastadan ağrının öyküsünü dinleyip gerekli tetkikleri yaptıktan sonra teşhis ve tedavisine karar veriyoruz.
Hangi Ağrıya Hangi Tedavi?

- Bel ve boyun fıtıklarında ameliyatsız fıtık küçültme
- Bel ve boyun kireçlenmesinde ameliyatsız radyofrekans tedavisi
- Diz, omuz, kalça gibi eklemlere ultrason eşliğinde PRP kök hücre, eklem sıvısı, Proloterapi uygulamaları
- Kas yırtıkları, tendon ve kas zedelenmesi gibi durumlarda ultrason eşliğinde tedaviler
- Trigeminal Nevralji, Oksipital Nevralji, küme baş ağrısı gibi durumlarda sinir kökü blokajı ve radyofrekansı
- Kanser ağrılarında girişimsel ağrı tedavileri

Radyofrekans Tedavisi Nedir? Nasıl Uygulanır?
Radyofrekans; radyo dalgaları aracılığıyla hasta vücudunun belli bir bölgesine yüksek ısı vererek dokuların tedavisini sağlayan bir cihaz. Çok

ilerlemiş fıtık vakaları hariç bel ve boyun fıtığı vakalarının yüzde 95'inde ağrıları Radyofrekans yöntemiyle giderilebiliyor. Fıtık olan bölgeye özel Radyofrekans iğneleri ile giriyoruz. Hem disk içi hem de fıtığın baskı yaptığı sinire kontrollü elektrik enerjisi verilerek fıtıkta küçülme sağlıyor ve baskı altındaki sinirin ağrı iletimi durduruyoruz. Yaklaşık 45 dakikalık işlemden sonra hasta taburcu ediliyor. Ertesi gün de istirahata gerek kalmadan normal hayatına, işine dönebilir. Bel ve boyun fıtığı hastaları, fıtığının durumuna göre bu şekilde uygulanan 1 veya 2 seans ile ağrılarından kurtuluyor.
Daha çok yaşlılarda görülen eklem kireçlenmelerine bağlı ağrıların tedavisinde de Radyofrekans yöntemi uygulanabiliyor.
(H. Merkezi)

UCLG Başkanı Altay: "Tarifsiz Acılar Çeken Gazze Halkının Acılarını En Yüksek Sesle Biz Dile Getirmeliyiz"

Birleşmiş Kentler ve Yerel Yönetimler Dünya Teşkilatı (UCLG) Başkanı ve Konya Büyükşehir Belediye Başkanı Uğur İbrahim Altay, Birleşmiş Milletler (BM) Mülteciler Yüksek Komiserliği tarafından İsviçre'nin Cenevre şehrinde düzenlenen Küresel Göç Forumu'na katıldı.

Dört yılda bir düzenlenen ve dünyada mültecilere yönelik olarak gerçekleştirilen en büyük uluslararası toplantı olan forumda katılımcılara hitap eden Başkan Altay, dünyada barış ikliminin tesis edilmesi, çatışmaların son bulması, zorunlu göçe tabi tutulan insanların haklarının savunulması, iklim değişikliği, gıda krizi ve daha pek çok konuda çözüm üretmek için büyük bir kararlılıkla çalıştıklarını vurguladı.

"SİVİLLERİN HAYATLARINI KORUMAK TÜM İNSANLIK OLARAK ORTAK SORUMLULUĞUMUZDUR"

Bu süreçte en büyük önceliklerinin dünyanın her yerinde yarınların düne göre daha güzel olması için gayret etmek olacağını kaydeden Başkan Altay şöyle devam etti: "Bizler küresel meselelere bu çerçeveden bakarken; ne yazık ki bazı bölgelerde her geçen gün, düne göre daha da kötü bir hal almaktadır. Küresel Mülteci Forumu vesilesiyle burada bir araya geldiğimiz şu günlerde, ablukaya alınan, sığınacak yeri ve imkânı olmayan, tarifsiz acılar çeken Filistin ve özellikle Gazze halkının acılarını en çok ve en yüksek sesle biz dile getirmeliyiz. Bu konuya özellikle değinerek dünyanın her yerindeki zulmü, insanların acı çekmesini önlemek ve sivillerin hayatlarını korumak için somut adımlar atmak tüm insanlık olarak ortak sorumluluğumuzdur. Şehirlerimizin, bölgelerimizin ve ortaklıklarımızın gücü, toplumlarımızda hayatların güvence altına alınmasına ve insan haklarının korunmasına hizmet etmelidir."

Başkan Altay, Avrupa'nın merkezinde düzenlenen Küresel Göç Forumu'nda yaptığı konuşma sonrasında programla ilgili değerlendirmelerde bulundu.

"İSRAİL'İN YAPTIĞI SOYKIRIMI İFADE ETTİK"

Toplantılarda Türkiye'nin mülteciler konusunda ve dünya genelinde insani yardımlarla ilgili yaptıklarını bilgilendirme imkanı bulduklarını kaydeden Başkan Altay, "Ayrıca mülteciler konusunda belediyelerin yaşadığı sorunlar ve çözüm önerileriyle ilgili istişarelerde bulunduk. Toplantının en önemli gündemlerinden birisi bizim için Gazze'de yaşananları ve Gazze'de yaşayan Müslümanların çektiği acıları, İsrail'in yaptığı soykırımı ifade etme fırsatımız oldu. Burada aslında dünya üzerindeki tüm mazlumların sesi olarak yaşadıkları sorunları ifade etmeye çalışıyoruz. Dünya üzerinde çok büyük bir göç ve mülteci hareketi var. Bu durum, şehirlerimizde çok önemli problemler oluşturuyor ama asıl sorun, göç ve mülteci hareketini oluşturan olaylar. İklim değişikliği, savaşların önlenmesi gibi konularda çalışmaya devam ediyoruz. Daha yaşanabilir dünya için çalışmaya ve Konya'mızı temsil etmeye devam edeceğiz" değerlendirmesini yaptı.

(H. Merkezi)

Kalp Krizi Geçirme Olasılığı Sabahları Daha Yüksek Oluyor!

Kardiyoloji Uzmanı Dr. Murat Şener konu hakkında bilgiler verdi.

Yapılan araştırmalar, sabahın erken vakitlerinde gerçekleşen kalp krizlerinin, yüksek miktarda stres hormonu gibi başka sebeplere de bağlı olabileceğini düşünüyor. Güne başladığınız da vücudunuz, vücudunuzu güne hazır hale getirmek için stres hormonları salgılar. Buna ek olarak, vücudunuz uyandığınızda susuz kalma eğilimindedir ve bazı insanlar için eklenen stres hormonları ile dehidrasyonun birleşimi kalp krizini tetiklemek için yeterli olabilir.

Sabahları artan kalp krizi riskinin yanı sıra, araştırmacılar sabah kalp krizlerinin kalbe, günün herhangi bir saatinde meydana gelenlerden daha fazla zarar verebileceğini de buldular

Kalp krizi riski, bu süre zarfında vücutta meydana gelen çeşitli faktörler ve fizyolojik değişiklikler nedeniyle sabahları daha yüksektir:

*Sirkadiyen Ritim: Vücudumuzda kan basıncı, kalp atış hızı ve hormon salınımı dahil olmak üzere çeşitli vücut fonksiyonlarını düzenleyen 24 saatlik bir döngü olan doğal bir sirkadiyen ritim vardır. Bu ritimler kardiyovasküler sistemi etkileyebilir. Sabahın erken saatlerinde, tipik olarak sabah 6 ile 10 arasında, kan basıncında bir tepe noktası ve kortizol ve adrenalin gibi bazı hormonların seviyelerinde bir artış olur ve bu da kalbi strese sokabilir.

*Sabah Kortizol Dalgalanması: Kortizol, sabahları doğal olarak artan bir stres hormonudur. Kortizol seviyelerindeki bu artış, kan basıncının ve kalp atış hızının artmasına neden olabilir ve bu da kalp krizi de dahil olmak üzere kardiyovasküler olay riskini artırabilir.

*Trombosit Agregasyonu: Kandaki trombositlerin sabahları bir araya gelme veya kümelenme olasılığı daha yüksektir. Trombositler kümelendiğinde, arterlerde kan pıhtısı oluşma olasılığını artırabilir. Bu pıhtılar potansiyel olarak kalp kasına giden kan akışını engelleyebilir ve kalp krizine yol açabilir.

*Kalbe Kan Akışının Azalması: Bazı çalışmalar, sabahın erken saatlerinde kalp kasına giden kan akışında bir azalma olduğunu göstermiştir. Bunun nedeni sempatik sinir sistemi aktivitesinin artması ve kan viskozitesindeki değişiklikler gibi faktörler olabilir.

*Uyku Apnesi: Birçok kişi sabahın erken saatlerinde daha belirgin olabilen uyku apnesi yaşar. Uyku apnesi, kişinin uyku sırasında solunumunun tekrar tekrar durduğu ve başladığı bir durumdur. Kalp krizi riskinin artmasıyla ilişkilidir ve sabahın erken saatleri de dahil olmak üzere uyku sırasında daha yaygındır.

Bu fizyolojik nedenlerden dolayı kalp krizi riski sabahları daha yüksek olsa da, kalp krizlerinin günün veya gecenin herhangi bir saatinde meydana gelebileceğini unutmamak önemlidir.(H. Merkezi)

Şehirlerarası yolcu Otobüslerinde Hız Takip Dönemi Başlıyor!

Ulaştırma ve Altyapı Bakanı Abdulkadir Uraloğlu, "Şehirler arası yolcu taşımacılığı faaliyetlerinde kullanılan otobüslerde araç takip cihazı takma zorunluluğu olacak, taşıtların konum, tarih ve saat bilgileri 2 dakikalık periyotlar halinde Bakanlığımızın 'Ulaştırma Elektronik Takip ve Denetim Sistemi'ne (U-ETDS) elektronik ortamda iletilecek." dedi.

Bakan Uraloğlu yaptığı yazılı açıklamada, Türkiye'de yolcu taşımacılığı alanında en fazla tercih edilen şehirler arası otobüslerde yeni döneme geçildiğini bildirdi. Uraloğlu, "Son dönemde maalesef karıştıkları kazalarla gündeme gelen ve şehirler arası yolcu taşımacılığı faaliyetlerinde kullanılan otobüslerde araç takip cihazı takacak ve bu bilgileri anlık olarak Bakanlığımıza bağlı Ulaştırma Hizmetleri Düzenleme Genel Müdürlüğümüzle paylaşacak. 2024 yılı itibarı ile bu uygulamaya başlıyoruz" açıklamasında bulundu.

TAŞITLARIN KONUM BİLGİLERİ 2 DAKİKALIK PERİYOTLARLA BAKANLIĞA BİLDİRİLECEK
Uygulamanın, Karayolu Taşıma Yönetmeliği çerçevesinde yolcu taşımacılığı faaliyeti gösteren taşıtlar için 1 Ocak 2024 yılında yürürlüğe gireceğini belirten Bakan Uraloğlu, "Bu uygulama ile taşıtların konum, tarih ve saat bilgileri 2 dakikalık periyotlar halinde Bakanlığımızın 'Ulaştırma Elektronik Takip ve Denetim Sistemi'ne (U-ETDS) elektronik ortamda iletilecek ve taşıtların etkin bir şekilde takip edilebilmesi sağlanacak" ifadelerine yer verdi.

ARAÇ TAKİP BİLGİLERİNİN İLETİLMESİ İÇİN U-ETDS SİSTEMİ HAZIR
Yolcu taşımacılığında şoför ve yolcu bilgilerinin Bakanlığımızın U-ETDS sistemine elektronik olarak iletildiğini belirten Uraloğlu, "Araç takip bilgilerinin de aynı sisteme iletilmesiyle ilgili tüm hazırlıklar tamamlandı, taşımacı firmalarla gerekli koordinasyon sağlandı, konu hakkında araç takip hizmeti veren firmaların sistemleri üzerinden araç takip bilgileri elektronik olarak Bakanlığımıza iletilecek. Plaka üzerinden tüm sorgulama ve eşleştirme işlemleri Ulaştırma Elektronik Takip ve Denetim Sistemi (U-ETDS) üzerinden yapılacak" dedi. Şehirler arası yolcu taşımacılığı faaliyetlerinde kullanılan otobüslerde araç takip cihazı takma zorunluluğu olacağını da kaydetti.

BİLDİRİLECEK ARAÇ TAKİP BİLGİLERİ KARAYOLU TAŞIMACILIĞINDA DÜZENİN SAĞLANMASI İÇİN BİRÇOK ALANDA KULLANILACAK
Bakan Uraloğlu, U-ETDS sistemine bildirilecek Araç Takip Bilgilerinin, korsan ve usulsüz taşımacılığın engellenmesi, taşımacı firmaların rekabetçi, sürdürülebilir ve adil bir yapıda faaliyetlerine devam etmelerinin sağlanması, vatandaşların herhangi bir mağduriyet yaşamadan güvenli ve huzurlu bir şekilde seyahat etmelerinin sağlanması, yolcuların uygun olmayan yerlerde araçlara bindirilmesi veya araçlardan indirilmesinin engellenmesi, izin verilen güzergah dışına çıkan araçların tespiti ve taşıma verimliliğinin sağlanması amacıyla kullanılacağını belirterek, "Sistem sayesinde mevcut düzenlemelerin etkin bir şekilde uygulanması ve takip edilmesi için bu bilgiler Bakanlığımız tarafından kullanılacak" dedi.

UYGULAMA; TAŞIMA, TRAFİK VE SÜRÜŞ GÜVENLİĞİNE KATKI SAĞLAYACAK
Bakan Uraloğlu uygulama sayesinde, Türkiye'de karayoluyla gerçekleştirilen yolcu taşımacılığında taşıma ve trafik güvenliğinin arttırılmasını da amaçladıklarını ifade etti. Uraloğlu ayrıca, "Karayolu yolcu taşıma hatlarında ve güzergahlarında gerekli planlamaların yapılmasına doğrudan etkisi olacağı gibi, doğal afet, kaza veya buna benzer yaşanabilecek olumsuz diğer durumlar için bu bilgilerin etkin bir şekilde kullanılacağını öngörüyoruz" açıklamasında bulundu. Bakan Uraloğlu, kurallara uyulmaması durumunda da firmalara gerekli uyarıların ve yaptırımların da uygulanacağının bilgisini verdi.

BAKANLIK OLARAK SEKTÖRÜN SORUNLARINI DİNLİYORUZ, ÇÖZÜM ARIYORUZ
Bakan Uraloğlu, 7 Aralık'ta, Bakanlığın ev sahipliğinde, 'Ülkemizdeki Yolcu Taşımacılığı Faaliyetlerinin Sorunları ve Çözüm Önerileri Çalıştayı'nı gerçekleştirdiklerini hatırlattı. Çalıştaya başta Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği (TOBB), Türkiye Şoförler ve Otomobilciler Federasyonu (TŞOF), Türkiye Seyahat Acentaları Birliği (TURSAB), Türkiye Otobüsçüler Federasyonu (TOFED) ve Tüm Otobüsçüler Federasyonu (TOF) olmak üzere birçok sivil toplum kuruluşu ve yolcu taşımacılığı faaliyetinde bulunan firmanın katıldığını belirten Uraloğlu, şehirler arası olarak gerçekleştirilen yolcu taşımacılığında genel anlamda sahada yaşanılan sorunlar ve bu sorunların çözümü için ne yapılması gerektiğinin konuşulduğunu ifade etti.

Yolcu taşımacılığı sektöründe farklı kurumları ilgilendiren birçok husus olduğunu saptadıklarını da kaydeden Bakan Uraloğlu, "Bu konuda 'Yolcu Taşımacılığı Koordinasyon Kurulu'nun kurulması sektörden gelen başlıca taleplerin arasında yer almıştır" dedi.

KORSAN TAŞIMACILIĞIN ENGELLENMESİ İÇİN ETKİN DENETİM
Çalıştayda korsan taşımacılık faaliyetlerinin engellenmesi için de etkin denetim mekanizmalarının kurulması yönünde Bakanlığa talepler iletildiğini ifade eden Uraloğlu, "Gerek karayolu taşımacılarımız gerekse de hizmet alan yolcularımızın, bu hizmetleri en iyi şekilde verebilmesi ve hizmetten yararlanabilmesi için Bakanlığımızca da her türlü tedbirin alınacağı ve gerekmesi halinde mevzuat düzenlemelerinin yapılacağı hususu yapılan çalıştayda tüm paydaşlara iletildi" değerlendirmesinde bulundu. (H. Merkezi)

Nihat **BAŞBUĞU**
Eğitimci - Sosyolog

ÇOCUĞUMUZUN DUYGULARINI AYARLAYABİLİRİZ

Duygu ayarlama, bireyin biyofizyolojik(solunum), davranışsal(bağırma) ve bilişsel(bu haksızlık) düzeyde kişinin duygularını kontrol edebilmesidir. Örneğin çok öfkelendiği zaman nefes alışverişini yavaşlatarak normal hale getirmesi, normal ses seviyesinde konuşması ve aşırı el kol hareketlerini kontrol etmesi ve daha olumlu düşünmesidir.

Duygu ayarlamanın bir bölümü doğuştan getirilir, bir bölümü ise öğrenilir. Duygusunu ayarlayamayan kişi pek çok sorun yaşar. Kaygı duygusunu ayarlayamayan çocuk, anne babasıyla ilişkilerinde sorun yaşayabilir. Üzüntü duygusunu ayarlayamayan çocuk, arkadaşlık ilişkilerinde sorun yaşayabilir. Öfke duygusunu ayarlayamayan çocuk, bunu davranışlarıyla gösteriyorsa akran grubundan dışlanır. Arkadaşlık ilişkilerinde sorun yaşar.
Duygu ayarlama becerisi doğumdan itibaren çevreyle etkileşim sonucunda gelişmeye başlar. Ana babalar zaman içinde çocuğunun sıkıntısının ne olduğunu ağlama biçiminden anlarlar.
Okul öncesi yıllarda çocuğun dil gelişiminin de yardımıyla duygu ayarlama sorumluluğu ana babadan çocuğa kayar. Bununla beraber bu yaştaki çocuklar duygularını düzenlemek için hala yetişkinlerin yardımına ihtiyaç duyar.
Çocuklara Duygu Düzenlemeyi Öğretmek İçin Neler Yapılabilir? Başkalarının duygularını anlamak da duygusal gelişim açısından önemli bir beceridir. Karşımızdakinin yüz ifadesi, beden duruşu, ses tonu o anda ne düşündüğü ve nasıl hissettiği konusunda bilgi verir. Ana baba çocuklarına duygularını ayarlamalarında yardımcı olmak için “Duygu tanıma, Onaylama, İfade etme, Model olma”dışında:
Önce siz sakin olun ve kendinizi kontrol edin: Kendinizde olmayanı başkasına veremezsiniz.
Çocuğunuzu sakinleştirmeye çalışın: Aşırılık durumunda sarılıp, sırtını sıvazlayabilir, ona yardımcı olmaya hazır olduğumuzu söyleyebiliriz.
Zaman verin: Çocuk sakinleşene kadar beklenmeli.
Takdir edin: Çocuk sakinleştikten sonra çabaları için çocuk takdir edilmeli, yardım için hazır olunduğu mesajı verilmeli.
Üzüntü, keder, mutsuzluk, hayal kırıklığı, kızgınlık, öfke, korku, endişe, kaygı gibi duyguların temelinde aslında olumsuz düşüncelerimiz vardır. Bu olumsuz duyguları fark etmek duyguların değişmesinde ilk adımdır. İkinci adım da bu düşüncenin ne kadar isabetli olduğudur. Örneğin çocuğunuz “Arkadaşlarım beni sevmiyor” dediğinde Arkadaşların seni oyuna almadığı için üzülmüşsün” dedikten sonra istersen bu konuda konuşabiliriz, diyebilirsiniz. Daha sonra daha fazla bilgi almak için şu soruları sakin ve anlayışlı bir ses tonuyla sorarak konuşabiliriz.