



HALI SAHA YAPIMI
5 ADET AÇIK HALI SAHA
YAPIMI TAMAMLANDI.



BİLGE HANE
LİSE AKADEMİSİ VE BİLGEHANE
YAPIMI DEVAM EDİYOR.



ÇOK AMAÇLI SALON
AKÇAYAZI, KAYACIK VE KÜÇÜKAŞLA-
MA MAHALLELERİNE ÇOK AMAÇLI
SALON YAPILDI.



**BÜYÜK
YATIRIMLAR**
Güçlü Karapınar

Uğur İbrahim ALTAY
Konya Büyükşehir Belediye Başkanı

konyaicin.com



Kuruluş : 2006

yeşilpınar

Değişim önce gönüllerde başlar...

Salı ve Cuma günleri yayınlanır.

Karapınar'ın Yerel Bağımsız Siyasi Gazetesi

www.yesilpinargazetesi.com • himmet6@hotmail.com • pinaroffset@gmail.com 12 Mart 2024 Salı Sayı : 932 5 TL KDV DAHİL

Daha Çok Et
Daha Çok Süt
Kaliteli Yem



HARYEM
Karapınar Yem San. ve Tic. A.Ş.

Seçim Güvenliği Toplantısı Yapıldı

31 Mart 2024 tarihinde yapılacak olan yerel seçimlerin huzur ve güven içerisinde geçmesini sağlamak amacıyla Karapınar Kaymakamı Şenol ÖZTÜRK başkanlığında düzenlenen Seçim Güvenliği Toplantısı ilgili bürokrat ve siyasetçilerin katılımlarıyla gerçekleştirildi./3'de



Saadet Partisi Karapınar Belediye Başkan Adayı Kemal Kor Mahalle ve Esnaf Ziyaretlerine Devam Ediyor



Saadet Partisi Karapınar Belediye Başkan adayı Kemal Kor ve Belediye Meclis Üyesi adayları, halkın nabzını tutmak, onların sesine kulak vermek ve desteklerini istemek amacıyla mahalle ve esnaf ziyaretlerine devam ediyor./6'da

Kaymakam Şenol ÖZTÜRK Karapınar Süt Üreticileri Birliğini Ziyaret Etti

Karapınar Kaymakamı Şenol ÖZTÜRK ve Belediye Başkanı Mehmet YAKA, beraberindeki heyet ile Karapınar Süt Üreticileri Birliği'ni ziyaret ederek incelemelerde bulundu./2'de



"Bir Bilene Sor! Kariyer Günleri Etkinlikleri" Programı Gerçekleştirildi

Selçuk Üniversitesi Karapınar Aydoğanlar Meslek Yüksekokulu, Elektrik ve Enerji Bölümü Öğr. Gör. Celalettin BAKIR moderatörlüğünde düzenlenen "Bir Bilene Sor! Kariyer Günleri Etkinlikleri" programı büyük ilgi gördü./2'de



Ailede Mahremiyet ve Sosyal Medya Konulu Konferans Verildi

Diyaret İşleri Başkanlığı Sosyal ve Kültürel İçerikli Din Hizmetleri Daire Başkanlığı Uzman Vaizi Sevdegül Çekiç, Karapınar Kültür Merkezi Konferans Salonunda düzenlenen "Ailede Mahremiyet ve Sosyal Medya" konulu konferansta hanım kardeşlerimizle bir araya geldi./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

0.Nevres YILMAZLAR
Emekli İl Çevre Müdürü
osmannevres42@gmail.com

Erhan DARGEÇİT
Anadoluda Bugün Gazetesi
Genel Yayın Yönetmeni

Karapınar Merkez ve Merkeze Bağlı Mahallelerinde
05.03.2023 - 12-03-2024 Tarihleri Arasında

VEFAT EDENLER

Ebediyete İrtihal Edenlere Allah'tan Rahmet Kederli Ailelerine Başsağlığı Dileriz

Adı Soyadı	Baba Adı	Eşi	D.Yılı
Aysel Mina Sak	Fatih	-----	2019
Kazım Üner	Süleyman	-----	1940
Fatma Ayyıldız	Hüseyin	Yakup	1943
Feyzullah Aydın	Cemalettin	-----	1960
Caner Ala	Ramazan	-----	2004
Yaşar Yalçındağ	Mustafa	-----	1941
Saliha Kanaç	-----	Ali	1935

ZAYI

S.Ü. Aydoğanlar Meslek Yüksekokulundan Almış Olduğum Öğrenci Kiliği kaybettim. Hükümsüzdür.

Nuh Harun TÜRKMEN (176308019)



Karapınar Belediye Meclis Üyesi Adaylarımız

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| 1-Murat İLDİZ | 9-Muhsin AKDOĞAN |
| 2-Hazim BOZTAŞ | 10-Asım Bircan BOZTAŞ |
| 3-Gani Nedim İVRİZ | 11-Yüksel ZORLU |
| 4-Ferit TÜRKMEN | 12-Vahit TELLİ |
| 5-Murat GÜZEY | 13-Cihat SEZGİN |
| 6-İlhan DURMAZ | 14-Abdurrahman KOR |
| 7-Tuncay ÖZDEMİR | 15-Yusuf GÖÇER |
| 8-Sacit BÜTÜNER | 16-Ali ALTAŞ |

KONTENJAN
Murat SÖZEN

DAHA İYİ BİR YAŞAM

senin hakkın
KARAPINAR



Kuruluş : 2006

Değişim önce günüllerde başlar...
yeşilpınar
Karapınar'ın Yerel Bağımsız Siyasi Gazetesi

YIL : 17 12.03.2024 SAYI : 932

SAHİBİ

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

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
Hakan TÜRKMEN

SAYFA EDITÖRÜ
Mehmet TEZER

MUHABİR
Mithat KORKUSUZ

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

DİZGİ - MİZANPAJ - BASIM
Himmet TÜRKMEN

YÖNETİM VE BASIM YERİ



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	200.00 TL + KDV
Siyah Beyaz (2 Kartvizit)	: 160x80 mm	400.00 TL + KDV
Siyah Beyaz (Çeyrek Say.)	: 120x180 mm	750.00 TL + KDV
Siyah Beyaz (Yarım Say.)	: 180x240 mm	1.000.00 TL + KDV
Siyah Beyaz (Tam Say.)	: 360x240 mm	1.750.00 TL + KDV
Siyah Beyaz (Arka Tam Say.)	: 360x240 mm	2.000.00 TL + KDV
Ön Logo Üstü	: 46x240 mm	1.000.00 TL + KDV
Sütun Santim Fiyatı 140,00 TL+KDV		

ZAYI 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

Kaymakam Şenol ÖZTÜRK Karapınar Süt Üreticileri Birliğini Ziyaret Etti

Ziyaret sırasında Karapınar Süt Üreticileri Birliği Başkanı Mehmet TARTAN'dan faaliyetler hakkında detaylı bilgi alan Kaymakam ÖZTÜRK, Süt Üreticileri Birliği'nin süt kalitesini artırmayı, pazarlama gücünü yükseltmeyi, üretici haklarını korumayı ve kayıt dışı süt üretimini engellemeyi amaçlayan önemli çalışmalarına destek verdi. Karapınar Süt Üreticileri Birliği'nin tarım ve hayvancılık sektörü için taşıdığı öneme vurgu



ediyor ve destekliyoruz.



yapan Kaymakam ÖZTÜRK, "Süt Üreticileri Birliği'nin tarım ve hayvancılık sektöründeki rolü büyük. Bu önemli birliğin çalışmalarını yakından takip

Süt kalitesinin artırılması, pazarlama gücünün yükseltilmesi ve üretici haklarının korunması sektörümüz için hayati önem taşıyor.

Birlik üyelerine başarılı çalışmalarının devamını diliyoruz." dedi Karapınar Süt Üreticileri Birliği Başkanı Mehmet TARTAN, "Karapınar Süt Üreticileri Birliği olarak, sütün kalitesini yükseltmek, pazarlama gücünü artırmak ve üreticilerimizin haklarını korumak için kararlı bir şekilde çalışmaya devam ediyoruz. Kaymakam Şenol ÖZTÜRK ve Belediye Başkanı Mehmet YAKA'nın ziyareti ve destekleri bizi motive etti. Sektörümüz için daha iyi bir gelecek inşa etmek adına birlikte çalışmaya devam edeceğiz." dedi. (H. Türkmen)

"Bir Bilene Sor! Kariyer Günleri Etkinlikleri" Programı Gerçekleştirildi



Program kapsamında, SYS Enerji Yönetim Kurulu Üyesi ve Kurucu Ortağı Hüdaverdi YARAR, öğrencilerle bir araya gelerek deneyimlerini paylaştı. Özellikle Alternatif Enerji Kaynakları Teknolojisi Programı öğrencilerine yönelik düzenlenen etkinlik, sektördeki güncel konuları ve kariyer planlaması hakkında önemli bilgiler sunmayı amaçladı. Programa katılan öğrenciler, Hüdaverdi YARAR'ın paylaştığı

tecrübelerden ve Naim Çağlar



DİRİ'nin yönlendirmelerinden büyük ilham aldı. Hüdaverdi YARAR, program sonunda MYO Müdürü Öğr. Gör. Naim Çağlar DIRİ tarafından teşekkür plaketi ile onurlandırıldı. Diri; katılımlarından dolayı Yazar'a teşekkür ederek, "Programın başarılı planlamasında emeği geçen Öğr. Gör. Celalettin BAKIR ve programa katılan akademik-idari personel ile öğrencilerimize teşekkürlerimi sunuyorum." dedi. (M.Korkusuz)

Karapınar'da Maddi Hasarlı Trafik Kazası

Karapınar ilçesinde meydana gelen trafik kazasında, yağış nedeniyle kayganlaşan yolda 47 PZ 790 plakalı bir tir ile 42 HH 505 plakalı bir otomobil çarpıştı. Konya-Karapınar yolu Gaziosmanpaşa Mahallesi'nde gerçekleşen kazada, tir yolun

kenarındaki lokantaya girmek istedi ancak kaldırımların engel olması sonucu kaza meydana geldi. Kazada sadece maddi hasar oluşurken, olay bölgesinde trafik yoğunluğu yaşandı. (M.Korkusuz)

MART AYI
NÖBETÇİ ECZANE LİSTESİ

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

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
Mes.L.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	İslık İlk ve Ortaokulu	766 30 05
Nüfus Müd.	755 69 00	Hotamış İlkokulu	767 22 33
Mal Müdürlüğü	755 69 26	H.Mehmetçik Ortaokulu	767 20 39
İlçe M.Eğt.Md.	755 68 94	Salur İlk ve Ortaokulu	759 01 30
G. Tr.Ve Hy. İlçe Md.	755 69 06	H.Imam Hatip Ortaokulu	767 20 39
İlçe Sağlık Müd.	755 15 68	Karapınar İ.H.Ortaokulu	755 81 83
Toplum Sağ. Mer.	755 63 51	K.Meke Anadolu Lis.	755 66 60
Halk Eğt.Müd.	755 68 84	D.Sezer Tic.Mes.Lis	755 25 81
Halk Kü.Me.	755 10 74	I.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.Lisesi	755 10 98
T.S. Ar. Tali. İst.	755 69 05	Karapınar Kız And.İ.H.Lis.	755 64 61
Koski	755 39 54	Karapınar And.Öğrt.Lis.	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
Sof.ve Otom. Od. Bşk.	755 11 18	Akçayazı İlkokulu	769 51 20
Tic.ve San. Od. Bşk.	755 12 76	Kayacık İlkokulu	768 60 58
Ticaret Borsası Bşk.	755 76 80	Sultanıye Öğrn.Yurdu	755 32 37
Tarım Kredi Koop.	755 66 56	Ö.Öncü Yö.Kız Öğr. Yurdu	755 73 72
Ç.Mal. Kor.Bşk.Liği	755 10 51	Barutçular Öğrenci Yurdu	755 78 78
Ziraat Bölge Şefliği	755 77 57	KYK Sultan Veted Yurdu	755 10 14
A. Meslek Y.okulu	755 68 96	Zehir Danışma	114
Ziraat Bankası	755 69 40	Telefon Arıza	121
Halk Bankası	755 54 54	Tİnet	145
Ptt	755 60 02	Alo Zabita	153
Sgk Büro	755 65 63	Uyuşturucu Bilgi	171
Erozyon	755 69 05	Alo Gıda	174
Merkez Sul.Koop.	755 28 29	Alo Tüketici	175
Ereğli As. Ş.Bşk.	713 11 12	Alo Rtük	178
Muhtarlar Derneği	755 75 40	Alo Valilik	179
İl Millî Eğitim Müd.	353 30 50	Ruhsal Bunalım Da.	182
Millî Eğitim Müdürü	755 68 94	Kadın Ve Sosyal Hiz.	183
75.Yıl İlk ve Ortaokulu	755 75 17	Sağlık Danışma	184
Amil Onal İlkokulu	755 68 87	Su Arıza	185
Atatürk İlkokulu	755 61 91	Elektrik Arıza	186
Cumhuriyet İlkokulu	755 10 78	Cenaze Hizmetleri	188
Cumhuriyet Ortaokulu	755 31 63	Vergi Danışma	189
Fevzipasa İlk ve O.okulu	755 72 70		

Seçim Güvenliği
Toplantısı Yapıldı

Kaymakamlık toplantı salonunda gerçekleşen Seçim Güvenliği Toplantısı'na Kaymakam Şenol ÖZTÜRK, Karapınar Belediye Başkanı Mehmet YAKA, Karapınar İlçe Seçim Kurulu Başkanı Hâkim Nuray ÜNLÜ, Karapınar İlçe Jandarma Komutanı Mustafa SÖNMEZ, Karapınar İlçe Emniyet Müdür V. Salih ERDEM, Karapınar İlçe Milli Eğitim Müdürü Ahmet İÇALAN, Karapınar İlçe Seçim Müdürü Yasin GÜNGÖR, MEDAŞ Müdürü Mustafa KALKIR ve Karapınar Kaymakamlığı Yazı İşleri Müdür V. Muhammet SARNIÇ katıldı. Toplantıda, seçim öncesi alınacak tedbirler, seçim günü



uygulanacak güvenlik önlemleri ve seçim sonrası olası senaryolar üzerinde detaylı olarak görüş alışverişinde bulunuldu. Katılımcılar, demokratik bir seçim ortamının oluşturulması ve seçmenlerin iradesinin doğru şekilde yansıtılması için iş birliği içinde hareket etme kararlılığını ortaya koydular. Karapınar Kaymakamlığı, seçim

sürecinin şeffaf, adil ve güvenilir bir şekilde yönetilmesi için gerekli tüm adımların atılacağı taahhüdünde bulundu. Toplantı sonunda yapılan değerlendirmeler ve alınan kararlar, Karapınar halkının seçim sürecine güvenle bakmasını sağlayacak. (H. Türkmen)

Ailede Mahremiyet ve Sosyal
Medya Konulu Konferans Verildi

Program, Karapınar Müftülüğü Gençlik Koordinatörlüğü ve Karapınar Belediyesi'nin iş birliğiyle gerçekleştirildi. Proje Hafızlık 5/A sınıfı öğrencisi Fatıma Zehra Akdoğan'ın Kur'an-ı Kerim tilavetiyle başlayan etkinlikte, Proje Hafızlık 5/A sınıfı öğrencileri ilahiler seslendirdi. İlçe Müftüsü Dr. Sırrı Fuat Ateş'in açılış konuşmasının ardından Uzman Vaiz Sevdegül Çekiç'in konferansıyla program son buldu. Uzman Vaiz Sevdegül Çekiç, program öncesinde Karapınar Osman Hulusi Ateş Kız İmam Hatip Lisesi konferans



salonunda öğrencilerle bir araya gelerek onlara kendi kitabını imzaladı. Etkinliklerin sonunda Karapınar Müftülüğü Gençlik Koordinatörleri Nihal Sevinç

ve Serkan Ali Güven ile Karapınar TUGVA Temsilciliği tarafından bilgi yarışması düzenlenerek dereceye girenlere ödülleri verildi. (H.Türkmen)

(ALBA) Voleybol Takımı
Kaymakam Şenol ÖZTÜRK'ü Ziyaret Etti

Karapınar'ın gururu Anadolu Leoparları (ALBA) Voleybol Takımı, 1. Lig'e yükselişinin ardından Kaymakam ÖZTÜRK'ü makamında ziyaret etti. Kulüp Baş Antrenörü Ali Kemal BOZTAŞ ve yönetimi, Kaymakam ÖZTÜRK'e takımın başarısı ve hedefleri hakkında bilgi verdi. Ziyaret sırasında Kaymakam ÖZTÜRK, takımın emeklerine ve

başarılarına vurgu yaparak, "Karapınar'ı gururlandıran Anadolu Leoparları Voleybol Takımı'nın yanında olmaktan mutluluk duyuyoruz. Devletimizin imkanları doğrultusunda takımımıza destek olmaya devam edeceğiz." şeklinde konuştu. (H. Türkmen)

Çanakkale Konulu Tiyatro Oyunu Büyük Beğeni Aldı



Konya Büyükşehir Belediyesi'nin ilkokul ve ortaokul öğrencilerine yönelik hizmeti olan Bilgehanelerde, öğrencilerin milli ve manevi yönden gelişmesi için de

etkinlikler düzenleniyor. Çanakkale Zaferi'nin 109. yıl dönümü dolayısıyla Bilgehane öğrencileri anlamlı bir etkinliğe imza attı. Sultan Alaaddin, Yavuz Sultan Selim, Cemil

Meriç ve Selahaddin Eyyubi bilgehanelerinin iş birliğiyle hazırlanan "Dönme Düşünmeyenlerin Destanı" isimli tiyatro oyununu sahnelendi. Selçuklu Kongre Merkezi'nde yoğun katılımı gerçekleştirilen ve Çanakkale şehitlerinin kahramanlıklarının canlandırıldığı oyun izleyenlere duygu dolu anlar yaşatırken büyük beğeni topladı. (H. Merkezi)

Tarım Fuarına Konya Şeker Damgası

Sektör temsilcilerini bir araya getiren, yerli ve yabancı ziyaretçilerin yoğun ilgi gösterdiği 20'inci Konya Tarım Fuarına Konya Şeker damgasını vurdu.

tohumların yanı sıra son teknolojik ürünlerle donatılmış Panplast Damla Sulama Sistemleri, Türkiye'de ilk defa pancar şekerinin pastörize edilerek

KATILIMCILARLA YAKINDAN İLGİLENDİ PANKOBİRLİK Genel Başkanı ve Konya Pancar Ekicileri Kooperatifi Yönetim Kurulu Başkanı Ramazan Erkoyuncu da Konya Şeker standında katılımcıların merak ettikleri soruları yanıtladı. Başkan Erkoyuncu, tarımın ülke ve bölge ekonomisi üzerindeki önemine vurgu yaparak tarımın sadece gıda üretiminden ibaret olmadığını, aynı zamanda istihdamın artırılması, kırsal kalkınmanın desteklenmesi gibi birçok alanda önemli etkilere sahip olduğunu belirtti. Tarım sektörünün sürdürülebilir bir şekilde yönetilmesinin, ülke ekonomisinin istikrarlı büyümesine katkı sağladığını vurgulayan Başkan Erkoyuncu, tarımın modern teknolojilerle buluşmasının yüksek rekolte ve verimliliğin artırılmasına çok önemli katkıları olduğunu aktardı. Başkan Erkoyuncu, 20. Tarım Fuarı'nın ortaya koyduğu vizyonla ülke ve bölge ekonomisinin gelişmesine destek vereceğini, bu yönüyle çiftçilerin yeni tarım teknolojilerini tanıma ve uygulama fırsatı bulduğunu, aynı zamanda sektördeki yenilikleri takip etme ve pazarlama imkanı sunduğunu dile getirdi. (H.Merkezi)



Fuarda Konya Şeker bünyesinde yer alan markaların ürünleri büyük ilgi görürken PANKOBİRLİK Genel Başkanı ve Konya Pancar Ekicileri Kooperatifi Yönetim Kurulu Başkanı Ramazan Erkoyuncu da misafirleri ile yakından ilgilendi. Bu yıl 20'inci kez kapılarını açan Konya Tarım fuarı, tarım sektöründe faaliyet gösteren sektör temsilcilerini bir araya getirdi. Konya Şeker bünyesinde varlığını sürdüren markaların da içerisinde olduğu Konya Şeker stantları ise misafirlerin ilgi odağı oldu. Katılımcıların yoğun ilgi gösterdiği Konya Şeker stantlarında bölgeye ve bölge iklimine uygun nitelikli tohumlar üretmek, tarımsal üretimde verimliliği artırmak ve çiftçi refahını yükseltmek amacıyla kurulan ve Beta Ziraat A.Ş. bünyesinde hazırlanan

üretildiği Birinci Arı Yemi ile meyve, sebze, tarla, endüstri bitkileri, süs bitkileri ve orman ağaçlarında kullanılan Bitkisel Menşeli Sıvı Organik Gübre olan BİOVİN ürünleri yer aldı. Firma temsilcileri ile bir araya gelme fırsatı bulan katılımcılar ise tüm ürünler hakkında detaylı bilgi aldı. **TORKU ÜRÜNLERİ SERGİLENDİ** Anadolu'nun bereketli topraklarında aşkla harmanlanan ve fabrikalarımızda özenle işlenen TORKU ürünleri de stantlarda yerini aldı. Fuarda TORKU'nun et ve et ürünleri, süt ve sütü içecek ürünleri, yoğurt ve ayran ürünleri, peynir, tereyağı, kremalar, atıştırmalık ürünler, dondurulmuş ürünler, bitkisel yağ ürünleri, içecekler, sirke ve sosların yanı sıra modern seracılık domatesler sergilendi. **BAŞKAN ERKOYUNCU**

Kaymakam ÖZTÜRK, Ş.O.A Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde İncelemelerde Bulundu

Kaymakam Şenol ÖZTÜRK, Belediye Başkanı Mehmet YAKA ile birlikte Şehit Oğuzhan Aydınbelge Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'ni ziyaret ederek okulun eğitim faaliyetleri hakkında bilgi aldı. Şehit Oğuzhan Aydınbelge Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'ni ziyaret eden



Kaymakam ÖZTÜRK, okul müdürü Osman BAĞCI'dan okulun kapasitesi, faaliyette

bulunan bölümler ve verilen eğitimler hakkında detaylı bilgiler edindi. Sınıfları ve atölyeleri gezerek incelemelerde bulunan Kaymakam ÖZTÜRK, öğretmenler ve öğrencilerle bir araya gelerek çalışmalarında başarılar diledi. Ziyarete İl Milli Eğitim Müdür Yardımcısı Mustafa YILMAZ ve İlçe Milli Eğitim Müdürü Ahmet İÇALAN da eşlik etti. (H. Türkmen)



Meke'nin Sultanları Şampiyon Oldu

Karapınar İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'nce düzenlenen okulular arası kızlar voleybol karşılaşmalarında Meke Anadolu lisesi şampiyon oldu. Meke Anadolu lisesi 3 rakibini de yenerek Beden Eğitim öğretmeni Mehmet Havutçu ile şampiyonluğa ulaştı. Son derece zevkli geçen karşılaşmada Meke Anadolu lisesi KİGAL'ı 3-1 ile geçerken şampiyon oldu. Turnuvada Kigal ikinci Metem ise üçüncü oldu. Karşılaşmayı İlçe Milli Eğitim Müdürü Ahmet İÇalan'da izleyerek her iki takım öğrencilerini tebrik etti.



Şampiyon Meke Anadolu Lisesi Beden Eğitim Öğretmeni Mehmet Havutçu, "Güzel ve seyir zevki yüksek bir maç oldu. Öğrencilerimiz hem yeteneklerini ortaya koydu hemde derslerin yanında sportif faaliyetlerde yer aldı. Turnuvaya katılan tüm sporcularımız tebrik ediyorum" dedi. (M.Korkusuz)

Ramazan Ayında Dayanışma Ruhunu Daha Da Güçlendirelim



Konya Büyükşehir Belediye Başkanı Uğur İbrahim Altay, mübarek Ramazan ayının gelişi dolayısıyla bir mesaj yayımladı. Başkan Altay'ın mesajı şöyle: "Baş rahmet, ortası mağfaret, sonu ise cehennem azabından kurtuluş olan; on bir ayın sultanı, mübarek Ramazan ayına kavuşmanın huzuru ve mutluluğu içerisindeyiz. Bu mübarek iklim,

gönüllerimizi ısıtır, birlik ve beraberliğimizi perçinler, manevi coşumuzu doruklara ulaştırır. Oruç, sabrın ve şükrün; iftar sofraları, bereketin ve paylaşmanın; teravih namazları ise birliğin ve beraberliğin en güzel sembolüdür. Bu mübarek ayı layıkıyla yaşamak için hep birlikte sofralarımızı ihtiyaç sahiplerine açalım; varsa dargınlıklara, küskünlüklere son verelim. Aramızdaki dayanışma ruhunu daha da güçlendirelim. Çocukları sevindirelim;

gönüller inşa edelim. Başta Filistin ve Doğu Türkistan olmak üzere, zulüm ve acının hâkim olduğu tüm coğrafyalar için dua edelim. Rabbimden hepimizi sağlıklı ve huzurla mübarek Ramazan Bayramı'na kavuşturmasını diliyorum. Bu düşüncelerle; hemşehrilerimin, milletimizin ve tüm İslam âleminin Ramazan-ı Şerif'ini tebrik ediyorum. Hayırlı Ramazanlar..." (H. Merkezi)



Nihat BAŞBUĞU

Eğitimci - Sosyolog

AİLENİN GERÇEK ANLAM (1)

Aile, birbirine doğrudan akrabalık bağlarıyla bağlı olan, erişkin üyelerin çocuklara bakma sorumluluğunu üstlendiği bir insan topluluğudur. (Giddens, 2005) Aile, çocuğun üyesi olduğu ilk toplumsal kurumdur. Çocuğun sosyalleşmesinde en önemli kurumların başında aile gelir. Toplumsallaşma, çocuğun içinde bulunduğu toplumun kurallarını, değerlerini öğrenmesiyle başlar. Bunun önemini kavrayıp da toplumun değerlerine, beklentilerine uygun davranışlar sergilendiğinde çocuk da ilişkilerini uyumlu bir şekilde sürdürür.

Toplumsallaşma çocuğun doğumuyla, ilk aylarda anne babasının dışındaki bireylere gülümsemesiyle başlar ve bireyin bu dünyadaki hayatının sona ermesine kadar devam eder. Toplumsallaşma süreci bireye kanunlara, diğer insanların duygu ve düşüncelerine saygılı olmayı, sorumluluklarının bilincinde olarak birlikte yaşamanın önemini anlaşılmasını sağlar. Birey de toplumun uygun gördüğü, onayladığı bu davranışları sergileyerek mutlu bir şekilde hayatını devam ettirir. Sosyalleşme süreci henüz aile ortamında başlar, çocuğun kendi yaşlıları arkadaşları, akrabaları arasında devam ederken, okula başlamasıyla birlikte öğretmenlerinin yardımıyla yeni bir yön bulur. Aileler ve içinde yaşanılan toplumlar birbirine benzer ve birbirlerinin kopyaları gibidir. Aileler, çocuklarına toplumsal hayatta nasıl davranacakları konusunda bir şeyler öğretirler. Kimi aileler çocuğuna isyankarlığı, kimi aileler bencilliği, kimi aileler ortak yaşama için gerekli olumlu davranışları, kimi aileler sorumluluğu ve adil davranmayı öğretir.

Baba; nesillerin devamı, çocukların toplumsal hayata hazırlanması, kültürün kuşaktan kuşağa aktarılması, aile içinde ahengin sağlanması rolünde önemli bir

yerdedir. Çocuk yetiştirme görevi sadece anneye veya sadece babaya ait olmadığı için, bu görevde baba anneye birlikte hareket ederek çocuğunu toplumsal hayata hazırlar. Bir ailede baba yoksa veya babanın çocuğun yetişmesindeki ilgisizliği çocuğun bir yönünün eksik kalmasına neden olur. Özellikle annenin de bir işte çalışması durumunda, babanın sorumluluğu daha da artar. Çünkü annenin çalışma hayatının getirdiği yorgunluk ve ev işlerindeki yoğunluğu nedeniyle babanın desteğine ve yardımına daha çok ihtiyaç duyulur. Ev işlerinde babanın anneye yardımcı olması, işlerin daha çabuk bitmesine, annenin hem eşyle hem de çocuklarıyla daha fazla zaman geçirmesini sağlar. Aile bireyleri birbirine ne kadar çok zaman ayırırsa ilişkiler de o ölçüde sağlıklı olur. Bir çocuk için güven demek, elini sınımsız tutan babasının eli demektir.

Konyalı Kadınlar, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü Dolayısıyla Komek Pazarında Buluştu



Konya Büyükşehir Belediyesi Meslek Edindirme Kursları (KOMEK) kursiyerleri ve mezunları tarafından üretilen ürünler, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü etkinlikleri kapsamında KOMEK pazarında satışa sunuldu. Konya Büyükşehir Belediyesi Başkanı Uğur İbrahim Altay'ın eşi Ayşe Altay da Melikşah Pazar Alanı'ndaki KOMEK pazarını ziyaret ederek, ürünleri yakından inceledi. Çalışmalarından dolayı kursiyerleri tebrik eden Altay, etkinlikte emeği geçen herkese teşekkür etti.

Etkinlikle KOMEK' te eğitim almış ve halen eğitim gören yaklaşık 300 kursiyer, kendi ürettiği ürünleri ihtiyaç sahibi öğrencilerin eğitimine ve kadın istihdamına katkıda bulunmak için pazar alanında satışa sundu.

Yine pazarda satışı gerçekleştirilen ürünlerden elde edilen gelirin bir kısmı ile Hatay'daki çocuklar için hediyeler alınacak. KOMEK Mezunları ve Mensupları Derneği, toplumsal dayanışma ve yardımlaşmanın

sağlanması amacıyla ihtiyacı olanlara maddi ve manevi anlamda destek olmak, yardım eli uzatmak, aynı zamanda iyilik yapma ve iyiliğe vesile olma gibi temel değerleri yaşatmak ve gelecek nesillere aktarılmasını sağlamak amacıyla çalışmalar yürütüyor.

Ayrıca 8 Mart Dünya Kadınlar Günü kapsamında Konyalı kadınlar için Selçuklu Kongre Merkezi'nde "Mavi Kuş" adlı tiyatro oyunu sahnelenecek. (H. Merkezi)



Kaymakam ÖZTÜRK ve Belediye Başkanı YAKA, Organize Sanayi Bölgesinde İncelemelerde Bulundu



Kaymakam Şenol ÖZTÜRK ve Belediye Başkanı Mehmet YAKA, Karapınar Organize Sanayi Bölgesi'nin giriş kapısında tamamlanmak üzere olan çalışmalar hakkında Organize Sanayi Müdürü Yücel Halıcı'dan brifing aldı.

İnceleme sırasında Kaymakam ÖZTÜRK, "Karapınar Organize Sanayi Bölgesi, bölgenin ekonomik kalkınmasına büyük katkı sağlayacak önemli bir proje. Bu alanda yapılan çalışmaların titizlikle yürütülmesi ve tamamlanması için gerekli adımları atıyoruz." dedi. Belediye Başkanı

YAKA ise yaptığı açıklamada, "Sanayi bölgelerinin geliştirilmesi, bölgenin istihdam potansiyelini artırarak ekonomik anlamda büyümesine olanak tanır. Karapınar Organize Sanayi

Bölgesi'nin tamamlanmasıyla birlikte bölgeye yeni iş olanakları ve yatırımlar çekmeyi hedefliyoruz." şeklinde konuştu. (H. Türkmen)



Saadet Partisi Karapınar Belediye Başkan Adayı Kemal Kor Mahalle ve Esnaf Ziyaretlerine Devam Ediyor

Bu ziyaretler kapsamında, vatandaşların sorunlarını dinleyen partililer onlarla yakından ilgilenerek karşılıklı fikir alışverişinde bulundular. Kemal Kor, ziyaretler sırasında yaptığı açıklamada şunları söyledi: "Biz Saadet Partisi olarak halkımızın

her zaman yanında olmaya ve onların sorunlarına çözüm bulmaya kararlıyız. Mahalle ve esnaf ziyaretlerimiz, vatandaşlarımızla doğrudan iletişim kurmamızı sağlıyor ve onların taleplerini daha iyi anlamamıza yardımcı oluyor."

Belediye Meclis Üyesi adayları da ziyaretler sırasında vatandaşlarla birebir görüşmeler yaparak, belediyenin gelecekteki projeleri ve Karapınar'ın sorunları hakkında bilgi alışverişinde bulunuldu. Saadet Partisi, Karapınar Belediye

Başkan Adayı Kemal Kor liderliğindeki bu samimi ziyaretlerle halkın beklentilerini dikkate alarak daha yaşanabilir bir Karapınar için çalışmalarını sürdüreceğini ve halkımızın desteğini istiyoruz. dedi. (H. Türkmen)



YENİ BİR RAMAZAN

Bir teselli arıyoruz, ruhlarımıza şifa yaralarımıza melhem olacak bir teselli. Ağır imtihanlardan geçen mahzun ve mahsun coğrafyalardaki kardeşlerimizle hemhal olabileceğimiz... Bize asi kimliğimizi hatırlatacak ve bizi yeniden ayağa kaldıracak bir teselli... İşte ramazan yaralı gönüllerimize teselli olsun diye geliyor. Ne çok özledik seni ayların on bir ayın sultanı. Sana ne kadar çok ihtiyacımız var. İyi ki geldin. İyi ki sana eriştik. Hoş geldin ey şehri ramazan...

Kıymetli Dostlar;

Yine bir ramazan ayının ayına kavuşmanın sevinci içindeyiz. Büyüklere duyduğumuz bir söz vardır. "Derler ki Rabbim ibadet için ömür versin". Tesirinde kaldığım çok güzel bir sözdür bu. Çünkü ibadet ayı olan ramazana kavuşmakta ayrı bir nimettir. Onun içinde olabilmek, ona kavuşabilmek, onunla hemhal olabilmek... Ki onun gelişine sevinmek. Evet, onun gelişine

sevinmek imanın alametidir sevgili dostlar. Ne güzel bir söz, ne derin manalı bir cümle...

Gelişyle ruhlarımıza esinti veren, kalbimize heyecan rüzgârı estiren ramazan ne güzel bir aydır. Bize kimliğimizi yeniden hatırlatan, yardımlaşma ve paylaşmanın tadına vardığımız, nimetlerin kıymetini bildiğimiz, komşuluk değerlerine önem verdiğimiz bu ay ne kadar kıymetlidir.

Bir bereket mevsimidir ramazan. Rahmet ve mağfiret iklimidir. Sağ olana her yıl gelir, selam olur selamet olur. Mazlumlar için umut olur, dua olur. Ramazan yeni müjdelere gelir. Ona kulak verenler en mutlu, yolunu gözleyenlere ne mutlu... Ne mutlu onu yaşayabilenlere...

Sahur ayrı bir mevsimdir tadını alabilenlere. Rahmetli Sezai Karakoç'un deyişiyle "Gece sahurda evlerin ışıkları bir bir yanınca, şehir, bir şölen hazırlığındaymışçasına uyanır. Oruç ruhların şölenidir." Bir şehrin yeniden, yeni bir şekilde doğmasıdır. Şaha kalmasıdır bir atın. Şeytana karşı dik durabilmenin

başlangıcıdır. Her perde açılışında, her lamba yanmasında şeytanın yenildiğinin göstergesidir bu. Nefsini ayaklar altına alabilirim demenin çağışıdır bu. Onun adıyla onun selamıyla esenlik dolu güne başlanın şahididir bu.

Gün olur bereketi ile devam eder. Mukabeleler okunur diz diz üstüne. Gün bir başka güzeldir. Mevsim bir ayrı okşar yüzümüzdeki narin tüyü. Bizim iliklerimizde saklı olan paylaşma duygusu peyda olur. İkinci sonraları pıdelerinin tatlı telaşdır gelecek olan. Ezan artık okunacağı bende der. Müezzin bakar saatine ara ara. Şehrin en yüksek yerinden belki topta atılır. Evimizi şenlendirir iftar programları. Güzel olanlar konuşulur, güzel anılar paylaşılır. Bir evin gerçek zenginliğidir birbirine karışmış kaşık sesleri. Bir yudum çayda çoğalırdı mutluluk. Sonra bir çocuğun ulu sesi karışır göklere. En büyük o. Evet en büyük o... Ne güzel işittik, inandık ve itaat ettik diyebilmek...

Kıymetli okurlar;



İbrahim BİRGÜL

Şair - Yazar

ilkumut83@hotmail.com

Yeni bir ramazan ayına kavuşmanın sevinci ve mutluluğu içindeyiz. Bizi bu iklime eriştiren rabbe şükürler olsun. Onu güzel yaşayıp, bayrama günahından arınanlardan olmak en büyük gayemiz. Kalbimizden samimiyet, sofralarımızdan bereket eksik olmasın. Onu dolu dolu yaşayıp, onunla hemhal olabilen, ramazan ayının da bizden razı olabileceği bir zamana yaşamak, yaşatmak umuduyla hepimizi yüreğimizin sahibine emanet ediyorum. Sözlerimi Sezai Karakoç'un satırları ile noktalamak istiyorum. "Ey oruç, diriltici rüzgâr, islâm baharı; Ey insan ruhuna inip yüce ilham dağından, Kevser içir, âb-ı hayat boşalt kristal bardağından, Susamış ufuklara insan kalbinin ufuklarına..."

10-16 Mart Pulmoner Rehabilitasyon Haftası

Pulmoner Rehabilitasyon; uzun süreli solunum problemi olan hastaların tıbbi tedavilerinin yanında önerilen, bu hastaların fiziksel ve psikolojik durumlarını düzeltmeyi ve sağlığını iyileştirmeyi hedefleyen, bireysel olarak belirlenen egzersiz eğitimi ve hasta eğitimi gibi yaklaşımları içeren kapsamlı uygulamalar bütünüdür. Pulmoner Rehabilitasyon kimlere uygulanır?

Pulmoner Rehabilitasyon; nefes darlığı ve günlük aktivitelerinde kısıtlanma, egzersiz kapasitesinde azalma gibi semptomları ciddi şekilde yaşayan kronik solunum hastalığı olan kişilere uygulanmakta olup doğrudan solunum hastalığına veya eşlik eden hastalıklara bağlı olarak ortaya çıkan semptomlar için etkilidir.

Pulmoner Rehabilitasyon Programı; KOAH (Kronik obstrüktif akciğer hastalığı) başta olmak üzere astım, bronşektazi, interstisyel akciğer hastalıkları, kistikfibrozis, göğüs duvarı hastalıkları, nöromusküler hastalıklar, akciğer nakli/cerrahisi öncesi ve sonrası, akciğer kanseri, pulmoner hipertansiyon, obstrüktif uyku apnesi, obezite ilişkili tüm akciğer hastalıkları ile yoğun bakımda ventilatöre bağlı olarak uzun süre yatan hastalarda başarılı bir şekilde uygulanabilmektedir.

Ayrıca COVID-19 enfeksiyonu sonrası akciğer tutulumu olup nefes darlığı, yorgunluk ve günlük yaşam

aktivitelerinde kısıtlanma gibi şikayetleri devam eden hastalarda da pulmonerrehabilitasyon önerilmektedir.

Her yaştaki kronik solunum hastalarının ihtiyaçları doğrultusunda; hastaneye yatırılarak, ayakta takiple ya da ev ortamında gerçekleştirilebilir. Ayrıca, hastanın sanal ortamda, bulunduğu yerden katılabileceği tele-pulmonerrehabilitasyon programları da mevcuttur.

Pulmoner Rehabilitasyonun amaçları nelerdir?

1. Hastalığın ilerlemesinin önlenmesi,
2. Hastalığa bağlı gelişen nefes darlığı, yorgunluk ve fonksiyonel yetersizliğin ortadan kaldırılması,
3. Günlük yaşam aktivitelerinde yeterliliğin artırılması, katılımın sağlanması, bağımsızlığın artırılması,
4. Egzersiz toleransının ve fiziksel aktivite düzeyinin artırılması,
5. Sağlık durumunun iyileştirilmesi,
6. Hastalık atak sayısının azaltılması ve atak şiddetinin hafifletilmesi,
7. Yaşam kalitesinin geliştirilmesi,
8. Hastaneye başvuru sıklığı ve yatış süresinin azaltılması sonucunda sağlıklı ilişkili harcamaların azaltılması,
9. Hastalığa bağlı psikolojik durumun iyileştirilmesi,
10. Sağ kalımda artış sağlanmasıdır.

Pulmonerrehabilitasyonun içeriğinde hangi yaklaşımlar olmalıdır? İlk değerlendirmeden (egzersiz testi, yaşam kalitesi ölçümü, dispne değerlendirmesi, vücut kompozisyonun değerlendirilmesi) sonra hastanın belirlenen ihtiyaçlarına göre bir pulmonerrehabilitasyon programı planlanır.

Pulmonerrehabilitasyonun en önemli ve temel bileşeni egzersiz eğitimidir. Bireyin ihtiyaçları doğrultusunda diğer bileşenler de (hasta ve ailesinin eğitimi, fiziksel aktivite danışmanlığı, komorbidite yönetimi, beslenme desteği, psikososyal destek, ergoterapi, özyönetim eğitimi, balgam çıkarma teknikleri vb.) pulmonerrehabilitasyon programlarında yer almaktadır.

Solunum hastalıklarında egzersiz yapmak neden gereklidir?

Egzersiz toleransındaki azalma, uzun süreli solunum hastalığı olan kişilerin temel şikayetlerinden biridir. Bu hastalarda nefes darlığı ve/veya yorgunluğun neden olduğu hareketsizlik; kemik ve kas içeriğinin, kalp ve akciğer fonksiyonlarının, egzersiz kapasitesinin gittikçe azalmasına neden olur. Egzersiz eğitimi ile kas kuvveti ve dayanıklılığı artarak daha uzun mesafeler yürünür, eklemler daha iyi hareket eder, gevşeme sağlanır, daha güçlü ve enerjik hissedilir, kalbin çalışması iyileşir, yorgunluk ve nefes darlığı azalır. Ayrıca vücut savunma sistemi üzerine olan olumlu etkileri sayesinde enfeksiyonlardan korunma sağlanır. Uzun süreli solunum sorunu olan hastalar pulmonerrehabilitasyon programları ile güvenli bir şekilde egzersiz yapabilirler. Egzersiz eğitimi; yürüyüş gibi dayanıklılık egzersizleri, bacak ve kol kasları kuvvetlendirme egzersizleri, solunum egzersizlerini içermektedir.

Pulmonerrehabilitasyon programının süresi ne olmalıdır?

Pulmonerrehabilitasyon programı en az 8 hafta süre ile haftada iki veya üç seans olacak şekilde, toplam 24 seans uygulanmalıdır. Daha uzun programlar daha fazla yarar sağlayabilir.



Pulmonerrehabilitasyonun önemli bileşeni olan egzersiz eğitimi bırakıldığında kazanılan yararlı etkiler kaybedildiği için egzersiz alışkanlığının devam ettirilmesi gerekmektedir. Bu nedenle, pulmonerrehabilitasyon merkezlerinde verilen egzersiz eğitimi, fiziksel aktivite ve sağlıklı beslenme gibi sağlıklı yaşam öğretileri alışkanlık haline getirilip 'yaşam tarzı' olmalıdır. Pulmonerrehabilitasyon programına nasıl başvurabilirsiniz?

Pulmonerrehabilitasyon üniteleri; göğüs hastalıkları hastaneleri, şehir hastaneleri, üniversite hastaneleri ve eğitim-araştırma hastanelerinde bulunmaktadır. Uzun süreli solunum hastalığından dolayı nefes darlığı, çabuk yorulma ve güçsüzlük hissediyorsanız, günlük aktivitelerinizi yapmakta zorluk çekiyorsanız değerlendirme için göğüs hastalıkları uzmanına başvurabilir ve pulmonerrehabilitasyon programlarından yararlanabilirsiniz.

Katkılarınız ve desteğiniz için teşekkür ederiz.

PULMONER REHABİLİTASYON İLE NEFES AL, HAREKET ET, YAŞADIĞINI FARK ET!

#NefesAlHareketEtYaşadığınıFarkEt!
#RahatNefesAlÖzgürYaşa!
Dr.Mehmet Akif AKYURT
İlçe Sağlık Müdürü

Yerel seçimsiz Ramazan olmaz

Geçtiğimiz bir hafta boyunca iş yoğunluğundan ötürü yazılarımı yazamamıştım. Artık bu hafta iş yoğunluğu oldukça azalır. Ve de çalışan insan için vakit oldukça bolladır. Çünkü Ramazan ayına girdik.

Konya'da Ramazan, oldukça rahat geçer. Öğleye kadar kimse kimseyi rahatsız etmez. Genelde çalışanların iş başlangıç saatleri biraz geç vakte alınır. Zaten işveren de öğleden önce iş yerine gelmez. Öğlen 13.00 gibi işe gelen işveren saat 16.00 gibi de işten ayrılır. İftardan sonra da sahura kadar hareket bitmez. Okey ve nargile muhabbeti sahura kadar sürer. Ardından sahur yapılır ve "tumba" yatak. Ramazan ayı bu yönüyle verimsiz ve üretimsiz bir aydır. Umarım bu sefer böyle olmaz. Çünkü bilindiği üzere İslam dininin özelliği; ibadetin hayatın temel bir parçası olduğu gerçeğidir. Yani birisinin oruç tutup tutmadığı veya namaz kılıp kılmadığı bir başkasının gündemini oluşturmaz. Kendin orucunu tutarsın ama bunun da her yerde "orucum" diye reklamını yapmazsın. Namazını kendini kılarınsın ama "çekilin ortadan ben namaz kılacağım" demezsin. Hele ki öğleye kadar uyumanın sebebini

Ramazan'a veya oruca atmak tamamen iftiradır.

Bu vesileyle İslam Dinini "okuyan", bilen ve ibadetlerini ona göre yapan bir Ramazan geçirmek dileğiyle tüm okurlarımın Ramazan ayını kutluyorum.

Tabii Ramazan ayı muhakkak ki gündem ama bizim asıl gündemimiz malumunuz olduğu üzere 20 gün sonra yapılacak olan yerel seçimlerdir. Artık 20 gün gibi kısa bir zaman kaldı ve seçimler epeyce bir şekillenmeye başladı. Konya merkezden çok bahsetmeye gerek yok. Uğur İbrahim Altay belediye başkanlığına kesinlikle diğer belediye başkanlarına göre bir üst ligde kabul ediliyor. Yani artık Başkan Altay'ı değerlendirmek uygun bile olmaz. Konyalı vatandaş bırak Altay'ı eleştirmeyi, başkası eleştirse savunmasını yapan durumunda. Dolayısıyla Konya Büyükşehir Belediye Başkanı şimdiden belli desek yeridir. Merkez ilçeleri de protokol sıralamasına göre değerlendireyim istiyorum. Tabii ki önce Karatay. Lütfen hiç kimse kusura bakmasın ama Hasan Kılca belediye başkanlığında geliyor. Kılca, Karatay'ın her yarasına merhem olan bir başkandır.

Meram'da Mustafa Kavuş'un başkanlığı gerçekten tuttu. Meramlı vatandaş "Mustafa iyi çalışıyor" sözünü oturtmuş. Meram'da bunu söylemek kolay değildir. Siyasetle ilgilenenler bunu çok iyi bilirler. Selçuklu'da da Ahmet Pekiştirmacı Selçuklu'da yaşayan vatandaşların tüm hizmetleriyle bizzat ilgilenerek vatandaşın gönlünde yer bulmuş.

Bu üç belediye başkanının da hizmetleri oldukça fazla bunu unutmamak gerekir. Ve çoğu yaptıklarını da "ayıp olmasın" diye vatandaşların gözüne sokmuyorlar bile. Şehir dışına başka şehirlere gittiğimizde görüyoruz Konya'da ilçelerde aldığımız bu hizmetlerin çeyreğini bazı illerde büyükşehirlerde göremiyorsunuz inanın.

Konya tek kelimeyle Türkiye'de belediye başkanlığı markasıdır diyerek bu konuyu geçeyim. Konya'da taşradaki ilçelerde durumlar biraz farklı. Buna da Seydişehir'den başlayayım. Seydişehir'de mevcut başkan Mehmet Tural bir hata yapılarak tekrar aday gösterilmedi. Yerine Abdülmuttalip Demirel isimli bir avukat arkadaş aday gösterildi. Ve Ak Partili ve Seydişehirli seçmen bu durumu kabullenmekte biraz zorlandı. Bu arada önceki belediye başkanlarından Abdülkadir Çat da



Erhan DARGEÇİT

Anadoluda Bugün Gazetesi
Genel Yayın Yönetmeni

bu aday belirlemeye tepki olarak Demokrat Parti'den aday olmuştu. Ve bu cemahtaki çekişmeler CHP Konya Milletvekilinin de memleketi olan Seydişehir'de CHP adayı Hasan Ustaoglu'nu zirveye taşıyor. Şu anda Seydişehir'de CHP adayı Ustaoglu'nun seçimi kazanmasına kesin gözüyle bakılıyor. Buna benzer bir durum da Akşehir'de yaşanıyor. Akşehir'de de adayını değiştiren AK Parti çıkardığı adayda aradığını bulamadı. Eski belediye başkanlarından Doktor Nuri Köksal Akşehir'de iyi bir ivme yakaladı. Ve Akşehir'de de CHP adayının ipi göğüsleyeceği konuşulmaya başlandı bile. Tabii son ana kadar, sandıktan çıkmadan bu sonuçlar belli olmaz ama görüntüyü nakletmek adına yazdım bunları. Yani her ne kadar Ramazan ayı başlamış olsa da bu Ramazan ayında gündem daha çok yerel seçim olacaktır. Dostlukla kalın.

GUÇLU KONYA İÇİN**BİR ADIM DAHA****1.5 Milyar TL**
KARAPINAR
YATIRIM**2018-2023**
Güncel Rakamlar**konyaicin.com****Uğur İbrahim ALTAY**
Konya Büyükşehir Belediye Başkanı**pinaroffset**

Matbaa • Reklam • Promosyon

Yeşilpınar

Karapınar'ın Haftalık Süreli Yerel Bağımsız Siyasi Gazetesi

☎ 0 532 315 67 46

☎ 0 332 755 79 78

✉ pinaroffset@gmail.com

Kale Mh. 131350. Sk. No. 6/B

☎ 0 538 898 46 64

☎ 0 332 755 36 53

✉ himmet6@hotmail.com

Karapınar/KONYA