



Düğünde misafirlere 3 gün boyunca kebab ikram edildi

Osmaniye'de 3 gün süren düğünde misafirler davul zurna eşliğinde hem gönüllerince eğlendi hem de kebabla doydu. Osmaniye'nin Bahçe ilçesinde Ayhan Akdeniz, oğlu Mert Akdeniz'in düğününde ko-

nuklarını 3 gün boyunca kebabla ağırladı. Günün her saatinde mangalda pişen kebabların kokusu mahalleyi sararken, davetliler sofraya oturduklarında hem karınlarını doyurdu hem de gönüllerini şenlendirdi.

◆ Sayfa 3'te...

Osmaniye'de Miniklere Hayvan Sevgisi Aşıldı



Osmaniye'nin Düziçi ilçesi Ellek beldesinde bulunan Peçenek Anaokulu, Dünya Hayvanları Koruma Haftası kapsamında özel bir etkinliğe ev sahipliği yaptı. Programa katılan minik öğrenciler hem eğlendi hem de hayvan sevgisini pekiştirdi.

Programa farklı bir hava katan Osmaniye Akşaçlılar Motosiklet Kulübü temsilcileri, getirdikleri akvaryum balıklarıyla çocuklara unutulmaz bir hediye sundu. Öğrenciler, balıkları büyük bir sevinçle karşıladı.

◆ Sayfa 3'te



"Basın;
Milletin Ortak Sesidir."

08 Ekim 2025 Çarşamba

Yıl: 29

Sayı: 7249

Fiyatı: 5 TL.

AKDENİZ

GÜNLÜK MAHALLİ SİYASİ GAZETE

www.akdenizgazetesi.com



Merkez: Yıldırım Beyazıt Mh. Musa Şahin Blv. Gülbahçem Sit.
Tel: 0328 813 11 22 - Merkez/OSMANİYE

Şube 1: Raufbey Mahallesi Atatürk Caddesi No: 282/A
Tel: 0328 812 22 00 - Merkez/OSMANİYE

Şube 2: Mimar Sinan Mah. Atatürk Cad. 8507 Sk. No: 2A/1B
Tel: 0328 802 68 91- Merkez/OSMANİYE

Müşteri Hizmetleri: 444 2 331

Devlet Hastanesi, Eğitim ve Araştırma Hastanesi Statüsüne Yükseldi



AK Parti Osmaniye İl Başkanı Mehmet Sadi Binboğa, Hastane-si'nin Eğitim ve Araştırma Hastanesi statüsüne yükseldiğini açıkladı. Binboğa, yaptığı açıklamada bu gelişmenin hem Osmaniye halkı hem de sağlık çalışanları açısından büyük bir kazanım olduğunu belirtti. Binboğa açıklamasında, "Ünvanlı hekimler ve akademik kadrolar Osmaniye'mizin hizmetinde olacak. Vatandaşlarımız, daha kaliteli ve hızlı sağlık hizmetine kavuşacak." ifadelerini kullandı. Binboğa, bu iş birliği sayesinde hem doktor adaylarının eğitim göreceğini hem de halkın sağlık hizmetlerinden daha etkin şekilde faydalanacağına dikkat çekti.

Devlet Hastanesi'nin Eğitim ve Araştırma Hastanesi olarak hizmet verecek olmasıyla birlikte, tıp fakültesi öğrencilerinin ve asistan hekimlerin uygulamalı eğitim alabileceği bir ortam oluşturulacak. Bu sayede Osmaniye'de sağlık hizmetlerinin kalitesi artarken, bölgedeki sağlık personeli açığının da azaltılması hedefleniyor. İl Başkanı Binboğa, açıklamasının sonunda bu önemli gelişmede emeği geçen tüm yetkililere teşekkür ederek, "Bu sayede hem doktor adaylarımız yetişecek hem de Osmaniye halkı daha güçlü bir sağlık hizmeti alacak.

◆ Sayfa 3'te...

Cami Engelli Buluşması Gerçekleştirildi



Osmaniye'de Camiler ve Din Görevlileri Haftası etkinlikleri kapsamında düzenlenen "Cami-Engelli Buluşması" programı, duygu dolu anlara sahne oldu.

◆ Sayfa 2'te...

Kaymakam Yurdağül, Köy Muhtarlarıyla Bir Araya Geldi



Osmaniye'nin Düziçi İlçe Kaymakamı Kadir Yurdağül, ilçeye bağlı 25 köy muhtarlarıyla bir araya gelerek köylerin öncelikli ihtiyaçlarını ve çözüm yollarını değerlendirdi.

◆ Sayfa 3'te...

Hasanbeyli Belediyesi'nden Ücretsiz Okul Forması



Osmaniye'nin Hasanbeyli İlçesinde Belediye Başkanlığı tarafından okullardaki tüm öğrencilere ücretsiz okul forması dağıtıldı.

◆ Sayfa 5'te...

Amatör Spor Kulüplerine Yeni Destek: Yusuf Çebi'den

Osmaniye Amatör Spor Kulüpleri Federasyonu Başkanı Levent Öztürk ve Futbol İl Temsilcisi Harun Uygun, Gençlik ve Spor İl Müdürü Yusuf Çebi'yi ziyaret etti. Ziyarette, Osmaniye 1. Amatör Futbol Ligi fikstür çekiminin tamamlandığı bilgisi paylaşıldı. Ayrıca futbol kulüplerinin yaşadığı sorunlar ve saha durumları gündeme alındı. 06-11 Ekim 2025 tarihleri arasında düzenlenecek Amatör Spor Haftası etkinlikleri de ziyarette ele alınan konular arasında yer aldı. Kulüplerin hazırlıkları ve yapılacak organizasyonlarla ilgili fikir alışverişinde bulunuldu. Gençlik ve Spor

İl Müdürü Yusuf Çebi, Osmaniye Amatör Spor Kulüpleri Federasyonu ve Futbol İl Temsilciliği hizmet bürosu için daha geniş bir yer tahsis edildiğini açıkladı. Çebi, "Amatör spor kulüplerimizin daha verimli çalışabilmesi için geniş bir alan tahsis ettik. En kısa zamanda hazırlanması için gerekli talimatları verdik" dedi. Ayrıca Merkez Sentetik, Çardak Sentetik ve Cevdetiye Sentetik sahalarının hazır durumda olduğunu belirten Çebi, "Bu sahalarımız gece gündüz antrenman ve müsabaka için amatör futbol kulüplerimizin hizmetindedir" ifadelerini kullandı.

◆ Sayfa 5'te



Merkez: Yıldırım Beyazıt Mh. Musa Şahin Blv. Gülbahçem Sit.
Tel: 0328 813 11 22 - Merkez/OSMANİYE

Şube 1: Raufbey Mahallesi Atatürk Caddesi No: 282/A
Tel: 0328 812 22 00 - Merkez/OSMANİYE

Şube 2: Mimar Sinan Mah. Atatürk Cad. 8507 Sk. No: 2A/1B
Tel: 0328 802 68 91- Merkez/OSMANİYE

Müşteri Hizmetleri: 444 2 331

AK Parti Kadın Kollarından Gazze için "Sessiz Çığlık" Etkinliği

Osmaniye AK Parti Kadın Kolları İl Başkanlığı tarafından İsrail'in Filistin'deki zulmünün yıldönümünde "Sessiz Çığlık" programı düzenlendi.

Devlet Bahçeli meydanında, ellerinde pankartlar ve Filistin bayrağı bulunan kadınlar bir araya geldi.

Belediye Başkanı İbrahim Çenet ve AK Parti Merkez İlçe Başkanı Alparslan Karaca, Ak Parti İnsan Hakları Başkanı Talha Akif Gürbüz'ün de destek verdiği etkinlikte 10 dakika sessiz protesto yapıldı.

AK Parti Kadın Kolları il başkan yardımcısı meriç Şen, burada yaptığı açıklamada, kadınlar olarak Gazze'nin sessiz çığlığına ses olmak için el ele verdiklerini tüm dünyaya göstermek adına meydanlarda olduklarını belirtti.

Bu zulmü görmezden gelen herkese "Kalbiniz nerede?" diye soran Şen, "şunları kaydetti; 'Bizler İstanbul'dan, Hakka-

ri'den, Trabzon'dan, Erzurum'dan ve Osmaniye'den Türkiye'nin 81 ilinden dünyanın dört bir yanındaki kadınlara, kız kardeşlerimize sesleniyoruz: Barış kadınıla mümkün! Barışçıl bir şekilde yola çıkan ve uluslararası surlarda haydut İsrail'in hukuksuz müdahalesine uğrayan Küresel Sumud Filosu'nu dünya öylece seyretti! Hamdolsun, Türkiye, Cumhurbaşkanımız Sayın Recep Tayyip Erdoğan'ın kararlılığıyla bu adaletsizlik karşısında da sessiz kalmadı. Sadece kendi ülkesinin vatandaşlarını değil, 13 ülkeden 101 vicdan sahibi gönüllünün de ülkelerine güvenle dönmelerini sağladı. Bizler de ablukayı delmek ve insanlık onurunu korumak için mücadele eden kahramanların ülkemize dönüşlerinde oradaydık. Hepsinin dilinde aynı temenni vardı: "Biz elimizden geleni yaptık, umarım Gazze'ye bir umut ışığı olabili-



şizdir." İşte bugün o umut sözleri de bu meydana yankıla-

nyor."

NEHİRDEN DENİZE ÖZGÜR

FİLİSTİN!

Şen, "Bugün Türkiye'den tüm dünyaya tek bir şey söylüyoruz: Barış kadınıla mümkündür" diyen Şen, şöyle devam etti; Slogan atmıyoruz; vicdanlarımızla haykırıyoruz. Çünkü bazı sessizlikler vardır ki, arşı yere indirir. Ve bizim sessizliğimiz, Gazze'nin en gür çığlığı olacaktır" ifadelerini kullandı.

Osmaniye Belediye Başkanı İbrahim Çenet de, Gazze'de yaşananların insanlığın bir imtihanı olduğunu söyledi.

Türk toplumunun uluslararası toplumu harekete geçiren bir toplum olduğunu hatırlatan Çenet, "Altmış beş binden fazla Gazzeli kardeşimiz, maalesef dünyanın gözünü içine baka baka bir soykırıma maruz bırakılıyor. Küçük çocuklar aç bırakılıyor ve her gün gelen bilgilere göre açıklan ölen yavrularımız var. Tabii bu aslında insanlığın imtihanı, hepimizin

imtihanı. Biz Elhamdülillah, Müslümanız. Eğer bir yanlış görüyorsak önce elimizle düzeltmemiz gerekiyor. Buna gücümüz yetmiyorsa, dilimizle bunun yanlış olduğunu ifade etmemiz gerekiyor. Eğer bu da mümkün olmu-yorsa, kalbimizle buğz etmemiz gerekiyor. İşte bizler, bir taraftan uluslararası toplumu harekete geçiren bir ülkenin mensuplarıyız; diğer taraftan da burada kadın, çocuk, genç, yaşlı demeden hep birlikte bu sessiz çığlığa nefes olmak için buradayız.

Biz, yüce Allah'tan ölenlere rahmet diliyoruz. Bu soykırımın, bu zulmün, insanlığın artık katlanamadığı; her gün çocukların hayatını kaybettiği bu zulmün bir an önce sona ermesini bütün dünyaya buradan bir kez daha ifade ediyoruz. Onların acılarını paylaştığımızı hep birlikte buradan dile getiriyoruz" diye konuştu.

Ak Parti

19 yıllık gassal, cenazenin nasıl yıkanacağını anlattı



Diyarbakır'da 19 yıldır gassal olan Abdülkadir Yüksel; yanma, boğulma ve normal ölümlerle gelen cenaze çeşitleri olduğunu belirtirken, yıkama aşamalarını uygulamalı olarak anlattı.

Büyükşehir Belediyesi Sağlık İşleri Daire Başkanlığı Mezarlık ve Cenaze Hizmetleri Şube Müdürlüğü'nde gassal olarak çalışan Abdülkadir Yüksel, bir cenazenin yıkanması, kefenlenmesi, namazı ve definin farz-ı kifaye olduğunu söyledi.

Yüksel, gassallık kelimesinin biraz ağır olduğu için kolay bir meslek olmadığını söyleyerek, "Maneviyyatı yüksek olan çok hassas, kutsal bir görevdir. Takriben 19 senedir gassallık yapıyorum. Diyarbakır büyük olduğu için farklı farklı cenazeler geliyor. Bu konuda biraz pratik olmak lazım. Bir cenazenin yıkanması takriben 15-20 dakika sürer. Buraya bir çeşit cenaze gelmiyor. Evde ölen birinin cenazesi farklı geliyor, adli tıptan farklı geliyor, ateş içinde yanan cenazeler var, su da boğulan cenazeler geliyor. Yıkamaları farklı oluyor" dedi.

Günde takriben 35 cenaze geldiğini kaydeden Yüksel, "Bir gassalın, cenazeyi çok titiz yıkaması lazım.

Çünkü ruh, bedenden çıktığı zaman cenaze yıkandığı, kefenlendiği, namazı kılındığı zaman, defne kadar kendini takip ediyor. Bir gassal cenaze yıkadığı zaman çok hassas bir

şekilde davranması lazım. Biz, burada 24 saat hazırız, görevdeyiz. Haber geldiğinde cenaze gelmeden önce kefenimizi pamuğuyla beraber hazırlıyoruz" diye konuştu.

Normal bir cenaze geldiği zaman yıkanmasının farklı, adli tıptan gelen cenazenin yıkanmasının farklı olduğuna değinen Yüksel, konuşmasını şöyle sürdürdü:

"Adli tıptan gelen cenaze, göğüsten aşağı kadar açılarak, tekrar dikilerek ve kanaması tabii durmuyor. O kaniyla beraber bize getiriyorlar. Yıkaması, abdesti, gusül, pamuk ve naylonla en son kefen yapıyoruz ki o kanaması dışarı saçılmasın. Normal bir cenaze sabunla yıkayabilirsiniz, bir yanma geldiği zaman sabunla yıkayamazsın. Güzelce suyla yıkıyorsun, üstünde necaset var ise onu temizliyorsun."

"Bazı cenazeler tertemiz geliyor. Yıkamaya alıp, yıkadıktan sonra yüzü değişiyor. Kapkara şekle dönüşüyor" diyen Yüksel, "Bu, Allah'ın işidir. Daha farklı olaylara da rastlamışız. Geçenlerde yine bir cenaze geldi, içeri aldık. O cenaze, yaş itibarıyla 70-80. O cenazeyi yıkadığım zaman, sabaha kadar yıkayabilirdim. O kadar rahattım. Burada iki çeşit cenaze var. Birinci cenaze diyor beni yıka, ikinci cenaze diyor beni yıkama. O da Allah'ın hikmetidir" ifadelerinde bulundu.

Kaynak: İHA

Cami Engelli Buluşması Gerçekleştirildi



Osmaniye'de Camiler ve Din Görevlileri Haftası etkinlikleri kapsamında düzenlenen "Cami-Engelli Buluşması" programı, duygulu anlara sahne oldu.

Etkinliğe dernekleri başkanları, görme, işitme, bedensel ve down sendromlu bireyler ile aileleri katıldı.

Kur'an Tilavetiyle Başladı, Dualarla Tamamlandı Program, Kur'an-ı Kerim tilavetiyle başladı. Ardından ilahiler seslendirildi. Katılımcılar manevi atmosferin huzurunu yaşarken, program yapılan dua ile sona erdi.

Müftü Taşcı: "Camiler Herkes için Kucaklaşma



Mekânıdır" Osmaniye İl Müftüsü Dr. Ahat Taşcı, etkinlikte yaptığı konuşmada, camilerin sadece ibadet yeri değil, aynı zamanda toplumsal dayanışmanın merkezleri olduğunu vurguladı. Müftü Taşcı, şu ifadeleri kullandı: "Camilerimiz, engeli ne olursa olsun her insanı ku-

laklayan, gönül kapısı herkese açık mekânlardır. Bu tür buluşmalar, hem farkındalığı artırıyor hem de kardeşlik bağlarımızı güçlendiriyor."

Güller, Balonlar ve İkramlarla Renkli Görüntüler Etkinlikte engelli bireyler, haftanın anısına din görevlilerine gül takdim ederek Camiler ve

Din Görevlileri Haftası'nı kutladı. Çocuklara balonlar dağıtıldı, katılımcılara çeşitli ikramlarda bulunuldu.

Bu anlamlı buluşma, camilerin sadece ibadet değil, aynı zamanda sevgi, paylaşma ve kaynaşma mekânı olduğunu bir kez daha gözler önüne serdi.

M.Ali Ulugöl

Düziçi İlçe Emniyet Müdürlüğü'nde Görev Değişimi



Osmaniye'nin Düziçi İlçesi Emniyet Müdürlüğü'nde görev teslim töreni düzenlendi.

Sağlık sorunları nedeniyle il merkezine görevlendirilen 2. Sınıf Emniyet Müdürü Mustafa Kara, görevini Bahçe İlçe Emniyet Müdürü 2. Sınıf Emniyet Mü-

dürü Ersin Yıldız'a devretti.

Görev süresi boyunca ilçede huzur ve güven ortamının güçlenmesi için önemli çalışmalara imza atan Mustafa Kara'ya hizmetlerinden dolayı teşekkür edildi. Düziçi'nde göreve başlayan Ersin Yıldız'a ise

yeni görevinde başarılar dendi.

Törende konuşan yetkililer, Kara'nın ilçede bıraktığı olumlu izlenimlerden bahsederek, Yıldız'ın da aynı azimle görevini sürdüreceğine inandıklarını ifade ettiler.

Kaynak: İl Emniyet Müdürlüğü

50 yıl sonra aynı sıralarda: Nesibe Öğretmen'e anlamlı sürpriz

İzmir'in Urla ilçesine bağlı Nohutalan Mahallesi'nde, 50 yıl önce aynı sıralarda eğitim gören

mezunlar, yıllar sonra bir araya gelerek emekli öğretmenleri Nesibe Eroğlu'na unutul-

maz bir doğum günü sürprizi yaptı. Urla'nın Nohutalan Mahallesi'nde, 50 yıl önce aynı sıralarda eğitim gören mezunlar, Nohutalan İlkokulu'nda bir araya gelerek emekli öğretmenleri Nesibe Eroğlu'nun doğum gününü kutladı. Yarım asır sonra gerçekleşen buluşmada, öğrenciler yıllar önce kendilerine emek

veren, bilgi ve sevgiyle yetiştiren öğretmenleri Nesibe Eroğlu'na duydukları minneti ifade etti. Duygusal anların yaşandığı buluşmada, geçmişe dair hatıraların paylaşıldığı samimi bir atmosferde gerçekleşti.

Nesibe Öğretmen'in öğrencileri, Eroğlu'nun eğitim hayatları üzerindeki

etkisini, sabrını ve öğrencilerine olan sevgisini vurgulayarak, kendisine teşekkürlerini iletti. Program kapsa-

mında doğum günü pastası kesilerek, öğretmenlerine olan vefa duygusu bir kez daha dile getirildi. Kaynak: İHA



Poyraz balıkçıları limana döndürdü

Marmara Denizi'nde etkili olan poyraz sebebiyle çok sayıda balıkçı teknesi limana çekildi. Sabah saatlerinden itibaren etkisini artıran poyraz, Marmara Denizi'nde dalgalar oluşturdu. Denize açılmak isteyen balıkçıları, fırtına nedeniyle teknelerini limana

çekmek zorunda kaldı. Sahil kesimlerinde zaman zaman dalgaların yoğun olduğu gözlemlendi. Balıkçıları, poyrazın birkaç gün daha etkili olmasının beklendiğini belirterek, hava şartlarının düzelmesini beklediklerini ifade etti.

Kaynak: İHA



AKDENİZ		
GÜNLÜK MAHALLİ SİYASİ GAZETE (Pazar Hariç)		
Yıl: 29	Tarih:08.10.2025	Sayı:7249
(Kuruluş: 13.03.1996)		Yayın Türü: Yerel Süreli Yayın
Kurucusu: Lutfi Taner DENİZ		
Sahibi (Temsilci) Yusuf Alptekin GÜRLER (Tereke Temsilcisi) T.C. Osmaniye 1. Sulh Hukuk Mahkemesi - 28.11.2023 tarih ve 2022/591 Esas,2023/1653 Nolu Kararı		Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Ali CİHAĞİR
UETS Adresi: 17796-97459-47995		E-Mail: akdenizgazete.80@gmail.com
Dağıtım Ergül KARA İstiklal Mh. Atatürk Cd. 5014 Sk. No: 4/B Merkez / OSMANİYE Tel: 0 328 880 00 49		Dizgi - Baskı ve Yönetim Yeri AKDENİZ OFSET Tel: 0 328 813 30 60 İstiklal Mh. Dr. Sadık Ahmet Cd No: 16/A Merkez / OSMANİYE
Not: Gazetemizdeki köşe yazılarından, yazarları sorumludur.		

Mevsim geçişlerinde gizli tehlike: uykusuzluk



Mevsim geçişlerinde artan uyku sorunları yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyebiliyor. Özellikle sonbahar-kış döneminde gün ışığının azalmasıyla uyku bozukluklarının ortaya çıktığını dile getiren Medicana Sağlık Grubu Psikiyatri Bölümü'nden Dr. Öğr. Üyesi Müge Yaşar, bu durumun depresyon ve anksiyete belirtilerini tetiklediğini söyledi.

Sonbaharda, güneş ışınlarının azalmasıyla birlikte uyku sorunları da gün yüzüne çıkabiliyor. Gün içinde odaklanmakta zorluk ve enerji düşüklüğü yaşıyorsa, sık sık uyku ihtiyacı doğuyorsa, nedeni uyku bozukluğu olabilir. Medicana International İzmir Hastanesi Psikiyatri Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Müge Yaşar, uyku bozukluklarıyla başa çıkma yöntemlerini ve mevsim geçişlerindeki etkenlerin yollarını anlattı.

Melatonin salınım dengesi bozulabilir

Çoğu kişide mevsim geçişi evresinde uykuya ilgili problemler olduğunu aktaran Dr. Öğr. Üyesi Müge Yaşar, "Özellikle sonbahar-kış döneminde bu şikâyetler artar. Çünkü sonbaharda gün ışığı süresi kısalmır. Biz farkında olmadan daha fazla karanlığa maruz kalırız. Sabahları daha geç saatte gökyüzü aydınlanmaya başlar. Gözümüzü karanlık bir ortama açmak, melatonin salınım dengesini bozar. Melatonin uyku dengesini sağlayan bir hormondur. Uyku biyolojik bir süreçtir ve sirkadiyen ritmimiz hormonlarla düzenlenir. Güneş ışığı sabah uyanıldığında "uyanıklık hormonu" salgılanmasını sağlar. Ancak uykudan kalkıldığında hâlâ karanlık bir ortam varsa, kişinin biyolojik saati gün başlangıcına tam senkronize olmaz. Vücut uyumuş olsa bile kişi dinlenmemiş hissedebilir" diye konuştu.

Uyku iyi alınmadığında tablo daha da ağırlaşabilir

Sonbaharda hava basıncı değişimi, sıcaklık dalgalanmaları ve güneş ışığının azalması sonucu insanlarda serotonin düzeyinin düştüğünü aktaran Dr. Öğr. Üyesi Müge Yaşar, "Serotoninin düşmesiyle beraber insanlarda enerji kaybı ve yorgunluk oluşabilir. Özellikle bu durum gece uykusunun iyi alınmasıyla daha da ağırlaşabilir. Gündüz uykulu olma hali, sersemlik ve dikkat dağınıklığı artar. Mevsimsel duygudurum bozukluğu dediğimiz bir tablo oluşabilir. Özellikle depresyon ve anksiyete bozuklukları gibi ruhsal sorunlarda mevsimsel dalgalanmalar gözlenebilir. Sonbahar ve kış aylarında depresif belirtiler artabilir. İlk bahar döneminde ise özellikle bipolar bozukluğu olan kişilerde manik veya hipomanik dönemler daha sık görülebilir. Bu nedenle mevsimler ruhsal bozuklukları tetikleyebilir. Tabii uyku bozukluklarının sadece psikiyatrik nedenleri yoktur. Uyku apnesi, tiroit fonksiyon bozuklukları gibi

durumlar da uykuyu bozabilir. O yüzden tetkiklerle değerlendirme yapmak gerekir" ifadelerini kullandı.

Kısr döngüye neden olabilir

Uykunun çok temel bir ihtiyaç olduğunu belirten Dr. Öğr. Üyesi Müge Yaşar, sözlerine şöyle devam etti: "Uyku kötüyse sağlık açısından olumsuz sonuçlar oluşabilir. Uykusuzluğa sıklıkla depresif belirtiler, isteksizlik, keyif alamama, umutsuzluk ve mutsuzluk eşlik edebilir. Bunun yanında anksiyete belirtileri sıklıkla görülebilir. Ayrıca dikkat ve konsantrasyon sorunları çıkabilir. Uykusuz bir gecenin ertesinde kişi kendini, sisli, dalgın ve tahammülsüz hissedebilir. Uykusuzluk arttıkça sinirlilik ve gerginlik de artabilir. Bu süreç zamanla kişinin motivasyonunu düşürür, iş ve okul performansını azaltır. Öğrenme kapasitesi bozulur çünkü yeni öğrenilen bilgilerin işlenmesi uykuda gerçekleşir. Uzun vadede kişinin özgüveni sarsılabilir, sosyal izolasyon ve depresif duygular gelişebilir. Bu bir kısır döngüdür: Düşünceler uykuya engel olur, uyku kaçtıkça düşünceler artar."

Uyku hijyenine dikkat etmek gerekir

Tüm bu sorunların yaşanmaması adına uyku hijyenine dikkat etmek gerektiğinin altını çizen Dr. Öğr. Üyesi Müge Yaşar, "İlaç kullanan kişilerde bile uyku hijyeni sağlanmazsa ilacın etkisi sınırlı olur" dedi. Yaşar, şöyle devam etti: "Her akşam benzer saatlerde yatağa girmek, yatmaya yakın ağır egzersiz yapmamak, saat 18.00'den sonra çay, kahve, kola gibi kafeinli içecekleri tüketmemek, ılık duş rahatlatıyorsa uyumadan önce almak, ancak uyarıcı etki yapıyorsa bundan kaçınmak, oda sıcaklığını 22 derecenin altında tutmak, uyku kıyafetlerinin rahat, örtülerin hafif olmasını sağlamak, odanın tamamen karanlık olmasına özen göstermek, gece lambası kullanmamak, yatakta uzun süre uykuya geçilemediği durumlarda bir süre kitap okumak, mavi ekran maruziyetini en az 1-2 saat önceden kesmek uyku hijyenini için alınabilecek önerilerdendir."

Egzersiz ihmal etmeyin

Dr. Öğr. Üyesi Müge Yaşar, sözlerini şöyle noktaladı: "Akşam ağır yemeklerden kaçınmak gerekir. Sabah gün ışığında egzersiz veya yürüyüş yapmak uyanıklığı artırır. Gün içinde aktif olmak, basit egzersizler veya ev işleriyle hareketli kalmak gece uykusunu kolaylaştırır. Çalışanlar için öğle arasında 10-15 dakikalık yürüyüşler faydalıdır. Öğrenciler akşam geç saatlere kadar ders çalışmak yerine sabah erken çalışmayı tercih etmelidir. Çünkü uyku öncesi yoğun zihinsel aktivite uyumayı zorlaştırır. Gün içinde uyunabilir ancak 20 dakikayı geçmemelidir. Daha uzun uyunduğunda gece uykusunu bozabilir."

Kaynak: İHA

Devlet Hastanesi, Eğitim ve Araştırma Hastanesi Statüsüne Yükseldi

AK Parti Osmaniye İl Başkanı Mehmet Sadi Binboğa, Hastanesi'nin Eğitim ve Araştırma Hastanesi statüsüne yükseldiğini açıkladı.

Binboğa, yaptığı açıklamada bu gelişmenin hem Osmaniye halkı hem de sağlık çalışanları açısından büyük bir kazanım olduğunu belirtti.

Osmaniye'miz Daha Güçlü Bir Sağlık Hizmetine Kavuşacak" ifadesini kullandı.

Binboğa açıklamasında,

"Ünvanlı hekimler ve akademik kadrolar Osmaniye'mizin hizmetinde olacak. Vatandaşlarımız, daha kaliteli ve hızlı sağlık hizmetine kavuşacak." ifadelerini kullandı.

Binboğa, bu işbirliği sayesinde hem doktor adaylarının eğitim göreceğini hem de halkın sağlık hizmetlerinden daha etkin şekilde faydalanacağını kaydetti.

Devlet Hastanesi'nin

si'nin Eğitim ve Araştırma Hastanesi olarak hizmet verecek olmasıyla birlikte, tıp fakültesi öğrencilerinin ve asistan hekimlerin uygulamalı eğitim alabileceği bir ortam oluşturulacak.

Bu sayede Osmaniye'de sağlık hizmetlerinin kalitesi artarken, bölgedeki sağlık personeli açığının da azaltılması hedefleniyor.

Binboğa'dan Teşekkür Mesajı

İl Başkanı Binboğa, açıklamasının



sonunda bu önemli gelişmede emeği geçen tüm yetkililere teşekkür ederek, "Bu sayede hem doktor adaylarımız yetişecek hem de Osmaniye halkı daha güçlü bir sağlık hizmeti alacak. Osmaniye'mize ve ülkemize hayırlı olsun" dedi.

Osmaniye Devlet Hastanesi, bölgenin en kapsamlı sağlık kuruluşlarından biri olarak hizmet veriyor.

Modern tıbbi cihazlarla donatılan hastanede, acil servis, yoğun bakım, cerrahi branşlar ve poliklinik hizmetleriyle her gün bin-

lerce hastaya hizmet sunuluyor.

Eğitim ve Araştırma Hastanesi statüsüne kavuşmasıyla birlikte, hastanenin alt yapısının ve akademik kadrosunun daha da güçlendirilmesi bekleniyor.

AK Parti

Osmaniye'de Miniklere Hayvan Sevgisi Aşıldı



Osmaniye'nin Düziçi ilçesi Ellek beldesinde bulunan Peçenek Anaokulu, Dünya Hayvanları Koruma Haftası kapsamında özel bir etkinliğe ev sahipliği yaptı. Programa katılan minik öğrenciler hem eğlendi hem de hayvan sevgisini pekiştirdi.

Programa farklı

bir hava katan Osmaniye Aksağılar Motosiklet Kulübü temsilcileri, getirdikleri akvaryum balıklarıyla çocuklara unutulmaz bir hediye sundu. Öğrenciler, balıkları büyük bir sevinçle karşıladı.

Başkan Yeşildemir'den Teşekkür
Ellek Belediye



Başkanı Abbas Yeşildemir, etkinlikte yaptığı açıklamada şunları söyledi: "Geleceğimizin

teminatı olan evlatlarımızda merhamet, sevgi ve farkındalık oluşturmak adına düzenle-

nen bu program bizler için çok kıymetlidir. Çocuklarımızın yüzündeki mutluluk en büyük ödülümüzdür. Bu anlamlı etkinliğe katkı sağlayan öğretmenlerimize, velilerimize ve Aksağılar Motosiklet Kulübü temsilcilerimize gönülden teşekkür ediyorum."

Çocuklarda

Farkındalık Oluşturuldu

Etkinlik kapsamında miniklerin hayvan sevgisini yayarak öğrenmesi sağlanırken, veliler ve öğretmenler de çocuklara bu bilinci kazandırmak için gönüllü olarak destek verdi.

Kaynak: Ellek Belediyesi

Düğünde misafirlere 3 gün boyunca kebab ikram edildi



Osmaniye'de 3 gün süren düğünde misafirler davul zurna eşliğinde hem gönüllülerince eğlendi hem de kebabla doydu.

Osmaniye'nin Bahçe ilçesinde Ayhan Akdeniz, oğlu Mert Akdeniz'in düğününde

konuklarını 3 gün boyunca kebabla ağırladı. Günün her saatinde mangalda pişen kebabların kokusu mahalleyi sararken, davetliler sofraya oturdukları hem karınlarını doyurdu hem de gönüllülerini şenlendirdi.

Davul zurnanın yankılanan sesiyle birleşen kebab kokusu, düğün alanını adeta bir bayram yerine dönüştürdü. Yoldan geçenler dahi bu coşkuya kayıtsız kalamazken, gelen misafirler hem eğlencenin hem de ikramların tadını doyaysıya yaşad.

Oğlunu evlendirenmenin ve 30 yıl önce bir düğünde görüldüğü kebab ikramını gerçekleştirdiği için mutlu olduğunu söyleyen baba Ayhan Akdeniz, "Düğünümüz çok güzel gidiyor. 3 gün boyunca düğünü-



müzde Adana kebab yenecek misafirlerimizi böyle ağırlayacağız. Ben bunu 30 yıl önce Düziçi ilçesinde Mehmet Alaca beyin düğününde görmüştüm oradan aklımda kalmıştı. Aslında olması gereken bu her zaman"

ifadelerini kullandı. Düğünde davul sesi ve kebab kokusunun çok güzel olduğunu söyleyen davetlilerden Mustafa Gök, "Ağabeyimiz yapmış olduğu ikramlardan, hizmetlerden dolayı kendisine minnettarız. Adana

kebabıyla Bahçe ilçemizi güzelleştirdiği için kendisine çok teşekkür ediyoruz. En güzel duygu davulun sesi kebabın kokusunu Ayhan ağabeyimizin düğününde tattığımız için mutluyuz" diye konuştu.

Kaynak: İHA

Kaymakam Yurdağül, Köy Muhtarlarıyla Bir Araya Geldi

Osmaniye'nin Düziçi İlçe Kaymakamı Kadir Yurdağül, ilçeye bağlı 25 köy muhtarlarıyla bir araya gelerek köylerin öncelikli ihtiyaçlarını ve çözüm yollarını değerlendirdi. Kaymakamlık

toplantı salonunda düzenlenen buluşmaya, ilgili kurum amirleri de katılmak sağladı. **Köylerin Sorunları Masaya Yatırıldı**

Toplantıda köylerde yaşanan alt yapı sorunları, yol

bakım çalışmaları, içme suyu projeleri, tarımsal destekler ve sosyal hizmetler gündeme geldi. Muhtarlar, köylerindeki öncelikli ihtiyaçları aktarırken çözüm önerileri üzerine karşılıklı fikir

alışverişi yapıldı. **Kaymakam Yurdağül'den Birlik ve İş Birliği Vurgusu**

Kaymakam Kadir Yurdağül, sorunların yerinde çözülmesinin önemine değinerek muhtarlar-

rın devlet ile vatandaş arasında önemli bir köprü görevi gördüğünü vurguladı. Yurdağül, muhtarların işbirliği içerisinde yürüttükleri çalışmalardan duyduğu memnuniyeti dile getirdi.

Toplantı İyi Dileklerle Tamamlandı

Karşılıklı görüşlerin paylaşıldığı toplantı, iyi dilek ve temennilerin ardından sona erdi.

Düziçi Kaymakamlığı



Engelleri aşan altın destek



Tunceli Valiliği koordinasyonunda, Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü öncülüğünde başlatılan projelerle engelli bireyler bir yandan üniversitede eğitim alırken diğer yandan da çalışarak kendi ayakları üzerinde duracak.

Tunceli'de Valilik koordinasyonunda, fikir sahipliği Tunceli Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü'ne ait olan, Munzur Üniversitesi ve İŞKUR İl Müdürlüğü ortaklığında hayata geçirilen "Engelli Dostu Üniversite" ve "Engelsiz İş Gücü Programı" start aldı. Projelerle engelli bireyler ile devlet korumasındaki engelli çocukların sosyal, kültürel ve ekonomik yaşama daha güçlü şekilde dahil olmaları hedefleniyor. Munzur Üniversitesi bünyesinde yürütülen "Engelli Dostu Üniversite" protokolü sayesinde engelli bireylerin sanatsal, kültürel ve sportif etkinliklere katılımı teşvik ediliyor, bu sayede onların sosyal gelişmelerine katkı sunuluyor. Öte yandan "Engelsiz İş Gücü Programı" ise Tunceli İŞKUR İl Müdürlüğü koordinasyonunda uygulanıyor. Program kapsamında devlet korumasındaki engelli vatandaşlar, kamu kurumlarında haftada 3 gün iş deneyimi kazanıyor. Aynı zamanda mesleki eğitimlerle desteklenen katılımcılar istihdamda hazırlanıyor. Çalışılan her gün için bin 83 TL harçlık ve SGK prim ödemesi yapılırken, bu ödemeler altın olarak özel hesaplara aktarılıyor. Böylece katılımcılara hem ekonomik birikim hem de uzun vadeli güvence sağlanıyor. Projeler, ayrıca korunma altındaki çocukların küçük yaşlardan itibaren beceri kazanmalarına, özgüvenlerini geliştirmelerine ve topluma üretken bireyler olarak katılmalarına da önemli katkı sağlıyor.

Tunceli Bedri Es Bakım, Rehabilitasyon ve Aile Danışma Merkezi'nde koruma altında bulunan 18 yaşındaki Ferdi Koça, hem bulunduğu bakım merkezinde güvenlik görevlisi olarak çalışıyor, hem de Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü'nde çalışıyor. Koça, "Evrak götürüyorum, kendi çayımı alıyorum, kendim götürüyorum. Çardağa gidiyorum, müdür bey çay istediğinde çayını götürüyorum" dedi.

"Okulum bitti, işe başladım. Artık para kazanıyorum"

Aynı kurumda, koruma altında bulunan ve Tunceli İŞKUR İl Müdürlüğü'nde güvenlik görevlisi olarak çalışan 20 yaşındaki Aziz Ağırman, "Okulum bitti, işe başladım. Artık para kazanıyoruz. Haftam iyi geçiyor, maaşım da çok olacak. Çalışmaya başladım, burada çok mutluyum. Ablalarla da iyi anlaşıyoruz. Çay içiyoruz, bir sürü şey yapıyoruz. Saat 8'den 12'ye kadar, haftada 5 gün çalışıyorum. Bu arada hep para kazanmak zorunda kalacağım. Para kazanıyorum, ihtiyaçlarımı karşılıyorum" şeklinde konuştu.

"Engelli bireylerimizin hayata katılımını sağlamak gibi bir hedefimiz var"

Tunceli Valisi ve Belediye Başkan Vekili Şefik Aygöl, "Bu 2 programda da amacımız engelli bireylerimizi vatandaşlarımızla bir araya getirmek, normal hayata karıştırmak ve onların da bu duruma ayak uydurmalarını sağlamak.

Burada engelli bireylerimizin hayata katılımını sağlamak gibi bir hedefimiz var. Bu koordinasyonundan dolayı kamu kurum ve kuruluşlarımıza, üniversitemize, yöneticilerine, engelli bireylerimiz adına teşekkür ediyorum" diye konuştu.

Munzur Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Kenan Peker, "Bu arkadaşlara kendi engellerinin engel olmayacağı mesleklerde, üniversitemizin ihtiyacına yönelik kültür, sanat, spor etkinlikleri dahil eğitmek için işin içerisinde yer alıyoruz. İnanıyoruz ki pırlanta gibi gençler. Bu gençleri; kendilerinin ilgi alanlarında yetiştirmesini, yönetim becerilerini geliştirmeyi, herhangi bir alandaki bilgilerini ve teknolojik kullanımlarını 9 ay boyunca tamamladığımız takdirde rahatlıkla istihdam fırsatı yakalayacaklarına inanıyorum" diye kaydetti.

"Hayata daha güvenle bakabilecekler"

Programın fikir sahibi Tunceli Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürü Hüseyin Okan, "Topluma içerisine adapte olacaklar, sosyalleşecekler, insanlarla iletişim kuracaklar. Aynı zamanda para kazanacaklar, onların da birikimi olacak. Hayata daha güvenle bakabilecekler. Devlet koruması altında olsalar da onlar için bu konu çok önemli. Üniversiteye başlayacaklar; orada resim, müzik, beden eğitimi ve İngilizce dersleri görecekle. Sadece bizim koruma altındaki çocuklarımız olmayacak. Toplamda 11 bizim çocuğumuz, 14 de toplum içerisinde bulunan engellilerimizden aldığımız kayıtlı toplam Tunceli genelinde 25 vatandaşıımız hem üniversiteli olacak hem de İŞKUR kapsamında kurumlarda çalışmaya başlayacaklar. Bu konu bizim için çok farklı, topluma adapte olmaları, toplumun içerisinde olmaları çok kıymetli. Kendilerini değerli hissetmelerine sebep oluyor. Sadece devlet kurumlarında, kurum işlerinde değil aynı zamanda toplumun her yerinde engellilerle beraber olmak, görmek ve hayatlarına dokunmak istiyoruz. Bu birkaç gün içerisinde aynı zamanda bizim kurumumuzun sosyal medya hesaplarını da yönetiyorlar, kurumumuzda özel kalem ve güvenlik görevliliğini de yapıyorlar. Gözlerindeki mutluluk bizi çok mutlu ediyor, umut veriyor. Onların bu aşamaya gelmelerinde katkımız olmuşa ne mutlu bize" dedi.

"Kardeşlerimizin hayatına dokunmak bizim için önemli"

İŞKUR Tunceli İl Müdürü Emrah Karakurt ise "Bu kardeşlerimizin hayatına dokunmak bizim için önemli. Toplum dışında kalmamalarını, toplumun içinde yer almalarını istiyoruz. Biz de burada kardeşlerimize sahip çıkıyoruz. Hep beraber, güzel bir aile gibi çalışmaya devam ediyoruz. Bu bizim için çok mutluluk ve keyif verici. Bizim çalışma arkadaşlarımız içinde de Aziz kardeşimiz şimdiden maskot gibi oldu. Tüm arkadaşlarımız onunla sohbet ediyor, şakalaşıyorlar. Aziz de çok mutlu. Bizim arkadaşlarımız da çok mutlu" ifadelerini kullandı.

Kaynak: İHA



Bu bisiklet hem elektrik üretiyor hem de bakiye kazandırıyor

Gaziantep'te Samiye Teymur Emine Ulusoy Ortaokulu öğrencileri "Kartını Tak, Pedalı Çevir, Enerjini Kazan" sloganıyla hayata geçirilen "Pedal Çevir Geleceği Aydınlat Projesi" büyük beğeni topladı.

Şehitkamil ilçesinin Karaca-oğlan Mahallesinde bulunan okulun bilişim teknolojileri sınıfı öğrencileri 9 ay önce Bilişim öğretmenleri Ömer Güneş'in öncülüğünde "Pedal Çevir Geleceği Aydınlat Projesi" ile çalışmalara başladı.

Öğrencilerin projesi büyük takdir topladı

Çalışma kapsamında okul bahçelerine ve koridorlarına, toplu taşıma araçları duraklarına, AVM'ler ile kent meydanlarına konulması için bisiklet üzerinden elektrik üreten ve bakiye kazandıran bir sistem geliştiren öğrencilerin projesi büyük takdir topladı.

Öğrencilerin "Pedal Enerji Durağı" ismini verdikleri durakta bulunan sabit bisiklete binenler, bisikletin pedalını çevirerek hem elektrik üretiyor hem spor yapıyor hem de bakiye kazanıyor.

Durakların, okulların ve AVM'lerin altyapısında kullanılacak olan enerji üreten bisiklete binenler, bisikletin üzerindeki cihaza koydukları kart ile bakiye kazanıyor. Kazanılan bakiye ise durakta veya iş birliği yapılan alanlarda harcanabilecek.

Kartlara yüklenen bakiye anlık olarak görülebilir

Çift pedallı sabit bisikleti ders aralarında kullanan öğrenciler, pedal çevirerek hem spor yapıyor hem de elektrik enerjisi üretiyor. Bisikletlere monte edilen ölçüm cihazları sayesinde öğrenciler ürettikleri enerjiyi ve kartlarına yüklenen bakiyeyi anlık olarak görülebilir. Ekrandaki verileri gören çocuklar ise daha fazla enerji üretmek ve bakiye kazanmak için birbiriyle yarışıyor.

Öğrencilerin hem verimli vakit geçirmesini hem de çevre bilinciyle yetişmesinin hedeflendiği proje ile öğrenciler, bu yıl İstanbul'da düzenlenen dünyanın en büyük havacılık, uzay ve teknoloji festivaline TEKNOFEST'e katılarak finale kaldı.

Öğrenciler gurur kaynağı oldu

Gaziantep'i temsil eden ve geliştirdikleri proje ile TEKNOFEST'teki yerini alan öğrencilerin projesi ise büyük beğeni topladı. Hayal güçlerini kullanarak enerji üretebilen, hayatı kolaylaştıran, spor yaptıran ve bakiye kazandıran sistemler tasarlayan öğrenciler gurur kaynağı oldu.

Okulu ve bilişim teknolojileri sınıfı öğrencilerini temsilen TEKNOFEST'e öğretmenleri Ömer Güneş ile birlikte katılan öğrencilerin projesi göz doldurdu.

Öğrencilerin hem verimli vakit geçirmesini hem de çevre bilinciyle yetişmesinin hedeflendiği projenin daha da geliştirilmesi için Ömer Güneş, öğrencileri ile birlikte çalışmalarına devam ediyor.

"Öğrencilerimizle ve öğretmenimizle gurur duyuyoruz"

TEKNOFEST'te büyük bir ilgi gören projede emeği geçen öğretmen Ömer Güneş'e ve öğrencilerine teşekkür eden okul müdürü Sedaf Fıdanoglu, "Türkiye'nin en büyük havacılık festivali olan TEKNOFEST'e her sene okul olarak başvuru yapıyorduk ve festivale katılma istemimizin heyecanını yaşıyorduk. Ancak bir türlü kismet olmadı. Bu sene Ömer Güneş hocamızla ve öğrencilerimiz sayesinde bu heyecana ortak olduk. 'Kader gayrete aşiktır' sözünü biz kendimize rehber edindik. Bu doğrultuda çalışarak bu sene hem okulumuzu hem de Gaziantep'i TEKNOFEST finallerinde temsil ettik. Öğrencilerime, öğretmenimize Ömer Güneş ile birlikte çok güzel çalışmalar oldu. Öğrencilerimiz ve öğretmenimizle gurur duyuyoruz" dedi.

"Durağın aydınlatma, soğutma ve ısıtmasını güneş enerjisiyle sağlıyoruz"

Projenin 9 ay önce başladığını bildiren Bilişim Teknolojileri Öğretmeni Ömer Güneş, Günümüzde toplu taşıma durakları sadece insanların otobüs beklediği yer olarak kullanılmaktadır. Bizler öğrencilerimizle beraber geliştirdiğimiz projede insanlar sadece otobüsleri beklemeyip durakların ısıtma, soğutma ve aydınlatma sistemini karşılamak üzere birer bisiklet geliştirdik. Geliştirmiş olduğumuz bu bisikletlerle insanlar toplu taşıma kartlarını durakların yanındaki bisikletlere takarak bisikleti aktif hale getiriyor. İnsanlar otobüsleri beklerken birkaç dakika içerisinde pedal çeviriyor ve bu pedal çevirme karşılığında elektrik üretilen toplu taşıma kartlarına belli miktar ücret yükleniyor. Bu ücretle belediyenin anlaşmalı olduğu yerlerde toplu taşıma araçlarına binilebilecek. Projemiz sadece bununla kalmayıp obeziteyle mücadele edip karbon ayak izini ortadan kaldırmayı hedefliyoruz. Sadece duraklarla kalmayacağız, sınıfların koridorlarına, AVM'lerin boş alanına bu sistemi koyup insanların pedal çevirecek oranını da elektrik aydınlatmasını sağ-

lamayı hedefliyoruz. Sistemimiz sadece insan gücüyle pedal çevirerek elektrik üretmiyor, güneş paneliyle beraber hibrit bir sistem olduğu için kimse olmadığında zaman bile yine durağımızın aydınlatma, soğutma ve ısıtma sistemini güneş enerjisiyle sağlıyoruz. Bizler istiyoruz ki insanlar duraklarda otobüs beklerken pedal çevirsinler. Obeziteyle mücadele ve kalp krizi riskini azaltmak istiyoruz" şeklinde konuştu.

"Ürettikleri elektrikleri karşısında miktar para kazansınlar"

Güneş, enerji verimliliği, enerjinin dönüşümü ve çevre bilinci konularında bir farkındalık oluşturmayı amaçladıklarını dile getirerek, "Bizler istiyoruz ki insanlar kendi elektriklerini üretsin. Kendi ürettikleri elektrikleri karşısında bir miktar para kazansın. Yine yeşil ayak izini ön plana çıkarıp karbon ayak izini tamamen ortadan kaldırmayı planlıyoruz. Bu projemiz için Gaziantep bir pilot il olarak belirlensin ve yetkililer tarafından Gaziray, otobüs ve tramvay duraklarına, sınıfların ve alışveriş merkezlerinin müsait olan yerlerine yerleştirilsin. İnsanların pedal çevirerek projemize katkı sunmalarını, obeziteyle mücadele edip, bunun karşılığında elektrik üretilip para kazanmalarını istiyoruz" dedi.

"Gazi şehrimizi TEKNOFEST'te temsil ettik"

Projeyi 9 ayda geliştirdiklerini bildiren Güneş, "Öğrencilerimizle beraber geçen şubat ayında da proje üzerine düşündük. Öncelikle projemiz yenilebilir enerji üzerineydi ve insanları buna nasıl entegre edebiliriz diye düşündük. İnsanların en çok yoğun olduğu alanları belirledik. Milyonlarca insan toplu taşıma duraklarını sadece otobüs beklemek için kullanıyor. 'Biz bunu nasıl geliştirebiliriz?' dedik ve bir bisikleti bu sisteme entegre ettik. Gazi şehrimizi TEKNOFEST'te temsil ettik ve TEKNOFEST'te finallere kaldık. Finallere katılarak son 25 takım arasında kalmayı kazandık. Projemiz geliştirme aşamasına da devam ediyoruz. Bundan sonraki hedefimiz TÜBİTAK yarışmalarına katılmak ve bu projemizi daha da geliştirmek şeklinde sunmayı, ödülleri almayı hedefliyoruz" diye konuştu.

Sınıf öğrencilerinden Necati Adsoy ise heyecanını hep beraber yaşadıkları TEKNOFEST'te Gaziantep'i ve okullarını temsil ettikleri için çok mutlu olduklarını belirtti.

Kaynak: İHA

ASRİ MEZARLIK ÖNÜ

CEBELİBEREKET

ŞEHİTLİK CAMİMİZİN

İNŞAATI İÇİN YARDIMLARINIZI BEKLİYORUZ

0533 466 08 80

ALICI ADI:

Cebeli Bereket Şehitlik Cami Yaptırma ve Yaşatma Derneği

VAKIF KATILIM OSMANİYE ŞUBESİ TL HESABI:

TR75 0021 0000 0007 7266 7000 01

T.C. OSMANİYE VALİLİĞİ

08.12.2022 TARİHİ ve

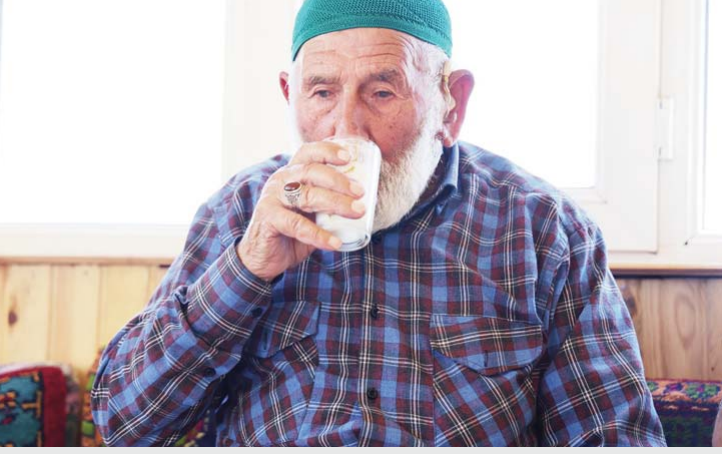
36500 SAYILI OLUR KARARI İLE

AÇILAN YARDIM HESAPLARI

Ziraat Katılım OSMANİYE ŞUBESİ TL HESABI:

TR72 0020 9000 0155 4768 0000 01

95 yaşındaki Mahmut dede, sağlıklı yaşamın sırrı



Sivas'ta yaşayan kimlikte 95, gerçekte ise 100 yaşında olduğu tahmin edilen Mahmut Şimşek, sağlıklı yaşamın sırrının süt ürünleri olduğunu söyledi. Geçen yıl kalça kemiği kırılan Şimşek, tükettiği süt ürünleri sayesinde ameliyattan 2 gün sonra yürümeye başladı.

Sivas kent merkezine 37, Yıldızeli ilçesine 15 kilometre uzaklıkta bulunan Bakircioğlu köyünde doğup büyüyen Mahmut Şimşek (95), ilerleyen yaşına rağmen sağlıklı yaşam sürüyor. Gerçek yaşının 100 olduğu tahmin edilen ve köyünde çiftçilik yaparak geçimini sağlayan Mahmut Şimşek, sağlığını süt ve süt ürünlerine borçlu olduğunu söylüyor.

Önceki yıl abdest aldığı sırada düşerek kalça kemiği kırılan Mahmut Şimşek, ameliyat olduktan 2 gün sonra tekrar yürümeye başladı. Süt, yoğurt, ayran, peynir ve tereyağını çok tükettiğini söyleyen Şimşek, "Allah ömür veriyor bizde yaşıyoruz" dedi.

"Sürekli yoğurdun içine ekmek atar karıştırır yerdim" Sağlıklı yaşamın sırrının süt ürünleri tüketmek olduğunu ifade eden Mahmut Şimşek, "Özellikle bu sıcak zamanlarda sürekli yoğurdun

içine eklemek atar karıştırır yerdim. Sağlığım sıhhatim çok iyi hamdolsun. Kalçamın üzerine düştüğümde biraz iyi değilim ama sonra düzeldim şükürler olsun. Allah ömür veriyor bizde yaşıyoruz" dedi.

"Ameliyattan 2 gün sonra yürümeye başladı"

Mahmut Şimşek'in oğlu Halil İbrahim Şimşek ise "Yumurta ve süt gibi doğal ürünlerle beslendi. Temiz havanın da etkisi var. Sürekli kendi işi ile meşgul olur kimsenin işine karışmaz.

Şimdi ki yaşını köydeki büyüklerle sordukumuz da 95'ten büyük diyorlardı. 98 de olabilir 100 de olabilir. Köyde şuan babamdan büyük kimse olmadığı için. Abdest alırken düşüp kalçasını kırdı. Röntgenden sonra Sivas'taki hastaneye getirdik ve kalçası kırık değil kemik baya dağılmış dediler. Biz daha ayağa kalkamayacağını düşündük. Ameliyattan 2 gün sonra yürümeye başladı. Şuan da çok şükür iyi ama iyileşeceğinden hiç umudumuz yoktu. Tereyağını bizler yiyemiyoruz ama babam kaşık kaşık tereyağı yiyor. Dokunmuyor mu diye sordukumuz da 'bunda ne var ki, tereyağı dokunur mu?' diyor" ifadelerine yer verdi.

Kaynak: İHA

Kediyi kalp masajıyla hayata döndürdü

Şanlıurfa'nın simge noktalarından Balıklıgöl'de, yürekleri ısıtan bir kurtarmak hikayesi yaşandı. Gölette düşen ve boğulma tehlikesi geçiren kedi, görevli personelin yaptığı kalp masajıyla hayata tutundu. O anlar cep telefonu kamerasıyla kaydedildi.

Edinilen bilgiye göre, olay, sabah saatlerinde Balıklıgöl platosunda meydana geldi. Temizlik görevlisi Ahmet Asım Bülte, görev yaptığı sırada bir kedinin gölete düştüğünü fark etti. Kedinin çırpınarak suyun içinde boğulma tehlikesi geçirdiğini gören Bülte, hiç düşünmeden harekete geçti.

File yardımıyla kediyi sudan çıkaran Bülte, kalbi duran hayvana kalp masajı yapmaya başladı. Bir süre yapılan müdahale sonrası kedi yeniden nefes almaya başladı. Daha sonra soğuktan etkilenen hayvanı sobanın yanında ısıtan Bülte, kediyi kendine getirdikten sonra doğal yaşam alanına bıraktı. Bülte'nin kalp masajı yaparak ke-

diyi hayata döndürdüğü anlara ait görüntüler cep telefonuna kamerasıyla kaydedildi. Sosyal medyada hayvan severler tarafından paylaşılan görüntüler, izleyenlerin takdirini topladı. Bülte, Balıklıgöl'de bulunan kedilere gösterdiği ilgi nedeniyle de ziyaretçiler tarafından takdir ediliyor. Kedileri kucağına alan hayvan sever temizlik görevlisi, adeta bebek gibi ilgileniyor.

Balıklıgöl'de temizlik görevlisi olarak çalışan Ahmet Asım Bülte, yaptığı açıklamada, "Sabah 08.00 sıralarında bir kedinin göle düştüğünü gördüm. Hemen file ile çıkardım. Kalbi durmuştu, kalp masajı yaptım ve hayata döndü. Soğuktan etkilendiği için sobanın yanında ısıttım. Bir süre sonra kendine geldi. Çok şükür şu anda sağlıklı bir şekilde dolaşıyor. Zaman zaman görüyorum, mama veriyorum, başını okşuyorum. Bu an bana da büyük mutluluk verdi" diye konuştu.

Kaynak: İHA



Eğitim-Bir-Sen'den Divan Toplantısında Hak ve Mücadele Mesajı



Osmaniye'nin Kadirli ilçesinde Eğitim-Bir-Sen Kadirli ve Sumbas İlçe temsilcilerinin divan toplantısı gerçekleşti.

İlçe temsilcileri, okul yöneticileri ve

işyeri temsilcileri Kadirli Öğretmenevinde bir araya geldi. Toplantıda konuşan Osmaniye Eğitim-Bir-Sen İl Temsilcisi Mahmut Kahraman, sendikamızın çalışanların hak-

ları için mücadelesini sürdüreceğini belirtti. Kahraman, açıklamalarında, "Eğitim-Bir-Sen olarak çalışanlarımızın özlük haklarının iyileştirilmesi, sosyal ve ekonomik refah dü-

zeylerinin artırılması ve sorunların çözülmesine yönelik mücadelemizi kararlılıkla sürdüreceğiz. Geçmişte olduğu gibi bugün de her bir eğitim çalışanımızın hakkını koruyacak

adımları atmaktan geri durmayacağız. Bizlere destek veren tüm yol ve dava arkadaşlarımıza teşekkür ediyorum." dedi.

Kadirli Eğitim-Bir-Sen İlçe Temsilcisi Mustafa Demirci ise

toplantıya katılım sağlayanlara teşekkür ederek, eğitim-öğretim alanında yapılan sendikal çalışmalar hakkında bilgiler verdi.

Gonca Deniz Karaman

Amatör Spor Kulüplerine Yeni Destek: Yusuf Çebi'den

Osmaniye Amatör Spor Kulüpleri Federasyonu Başkanı Levent Öztürk ve Futbol İl Temsilcisi Harun Uygun, Gençlik ve Spor İl Müdürü Yusuf Çebi'yi ziyaret etti.

Ziyarette, Osmaniye 1. Amatör Futbol Ligi fikstür çekiminin tamamlandığı bilgisi paylaşıldı. Ayrıca futbol kulüplerinin yaşadığı sorunlar ve saha durumları gündeme alındı.

06-11 Ekim 2025

tarihleri arasında düzenlenecek Amatör Spor Haftası etkinlikleri de ziyarette ele alınan konular arasında yer aldı. Kulüplerin hazırlıkları ve yapılabilecek organizasyonlarla ilgili fikir alışverişinde bulunuldu.

Gençlik ve Spor İl Müdürü Yusuf Çebi, Osmaniye Amatör Spor Kulüpleri Federasyonu ve Futbol İl Temsilciliği hizmet bürosu için daha geniş bir yer

tahsis edildiğini açıkladı.

Çebi, "Amatör spor kulüplerimizin daha verimli çalışabilmesi için geniş bir alan tahsis ettik. En kısa zamanda hazırlanması için gerekli talimatları verdik" dedi.

Ayrıca Merkez Sentetik, Çardak Sentetik ve Cevdetiye Sentetik sahalarının hazır durumda olduğunu belirten Çebi, "Bu sahalarımız gece gündüz antrenman ve



müsabaka için amatör futbol kulüplerimiz için büyük önem taşıyor. Sayın İl Müdürümüz Yusuf Çebi'ye teşekkür ediyoruz" dedi.

Kaynak: GSİM

Federasyonu Başkanı Levent Öztürk ise yaptığı açıklamada, "Amatör spor kulüplerimize sağlanan bu destekler, gençlerimizin spora

yönelmesi açısından büyük önem taşıyor. Sayın İl Müdürümüz Yusuf Çebi'ye teşekkür ediyoruz" dedi.

Hasanbeyli Belediyesi'nden Ücretsiz Okul Forması



Osmaniye'nin Hasanbeyli İlçesinde Belediye Başkanlığı tarafından okullardaki tüm öğrencilere ücretsiz okul forması dağıtıldı.

Belediye Başkanı

Şevket Yumru-tepe, uygulamanın ailelere ekonomik destek sağlamak amacıyla gerçekleştirildiğini belirtti.

Başkan Yumru-tepe'den Açıklama Başkan Yumru-

tepe, yaptığı açıklamada şu ifadeleri kullandı: "Okullarda üniforma zorunluluğu olması vesilesiyle, ailelere destek olmak amacıyla ilçemizdeki öğrenciye tüm



öğrencilerimizin üniformalarını bugün dağıtmaya başladık. Mehmet Ak hocamın desteğiyle ismini vermek istemeyen hayır sever iş insanımıza da ayrıca teşekkür

ederiz. Eğitime yaptığımız her yatırım, yarınlarımız için en büyük teminattır. Öğrencilerimize ve velilerimize hayırlı olsun."

Başkan Yumru-tepe, bizzat okulları

ziyaret ederek formaları öğrencilere tek tek teslim etti. Veliler ve öğrenciler ise bu anlamlı destek için teşekkürlerini ilettiler.

Kaynak: Hasanbeyli Belediyesi

Osmaniye'de anlamlı buluşma: Şehit aileleri ve gazilere vefa

Osmaniye Sosyal Güvenlik Kurumu (SGK) İl Müdürü Soner Doğan, Şehit Aileleri ve Gaziler Derneği Osmaniye Şubesi'ni ziyaret etti. Gerçekleşen buluşmada, şehit aileleri ve gazilerle samimi bir sohbet ortamı oluştu.

Dernek Şube Başkanı Durmuş Öksüz, ziyaretten duydukları memnuniyeti dile getirerek şu ifadeleri



kullandı: "Şehit ailelerimize ve gazilerimize verilen değer ve yakın ilgi bizleri son derece mutlu ediyor. Devletimizin her daim yanımızda olduğunu

görmek en büyük güç kaynağımızdır. Rabbim devletimize ve milletimize zeval vermesin, birlik ve beraberliğimizi daim eylesin."

Soner Doğan: "Her zaman

yanınızdayız" Ziyaret sırasında konuşan SGK İl Müdürü Soner Doğan ise şehit aileleri ve gazilerin toplumun en kıymetli emanetleri olduğunu vurgulayarak

şu açıklamayı yaptı: "Şehit ailelerimiz ve gazilerimiz, bu vatan için en büyük fedakârlığı yapan kahramanlarımızın bizlere emanetidir. Onların yanında olmak, so-

runlarını dinlemek ve çözüm üretmek bizim en önemli görevimizdir. Bu çerçevede kapımız da gönlümüz de her zaman sizlere açıktır."

Birlik ve beraberlik mesajı

Ziyaret sonunda taraflar, şehit aileleri ve gazilerin toplumun ortak değeri olduğuna dikkat çekerek birlik ve beraberlik vurgusu yaptı.

Haber Bülteni

Adana'da ekim ayında deniz keyfi

Adana'nın Karataş ilçesinde ekim ayında hava sıcaklığı 33 derecedir. Bulunca vatandaşlar denizin keyfini çıkardı.

Yurdun birçok bölgesinde sonbahar serinliği etkili olurken, Adana'da yazdan kalma günler yaşanıyor. Termometrenin 33

dereceyi gösterdiği kentte vatandaşlar, ekim ayında serinlemek için denize akın etti. Karataş sahilinde sıcak havayı fırsat bilen vatandaşlar, denize girip güneşin tadını çıkardı.

"Havası bile değişik"

Serinlemeye gelen vatandaşlar-



dan İbrahim Akyol, "Ben Şanlıurfa'dan geldim. Normalde biz orada soba yakıyoruz, yani kışlık kıyafetlerle geziyoruz. Adana'ya geldik, ekim ayında denize girdik. Burada sıcaktan bezdik. Ekim ayında bu hiç normal değil. Havası bile değişik. Adana'ya kış gelse

bile iki hafta sürer, başka da yok" dedi.

Yusuf Bulut ise, "Adana'ya kış geliyoruz ama biz hâlâ yüzmeye devam ediyoruz. Diğer şehirlerde insanlar uzun kollu giyiyor, biz ise kışın bile kısa kollu giysilerle geziyoruz" ifadelerini kullandı.

Kaynak: İHA

ÜCRETSİZ İNDİRİN
App StoreÜCRETSİZ İNDİRİN
Google Play

FACEBOOK



FACEBOOK



TWITTER



INSTAGRAM



YOUTUBE

www.akdenizgazetesi.com