



SERDAR DEMİRKAN
MİMARLIK

☎ 0454 216 32 45

Fatih Caddesi Taşhan İş Hanı Kat: 1 / GİRESUN

BEREKET İNŞAAT

SANAYİ TİCARET LİMİTE ŞİRKETİ

★Demir ★Korige Boru ★Aşkale Çimento Bayii
★Çimento ★BTG Gaz Beton ★Gemlik Gübre Bayii
★Örtü Sacı ★Nakliyat ★Her Çeşit Boru
★Çinko ★Kereste Çeşitleri ★Pres Tuğla
★Tuğla ★Laminat Parke ★Kaplama Tuğla
★Kireç ★Plywood ★Ateş Tuğla
★Kum Çakıl ★İnşaat Malzemeleri ★Alçı Malzemeleri

"Temelden Çatıya"

Giresun Trabzon Sahil Yolu
Dereli Kavşağı No: 1
GİRESUN

Tel : 0.454 225 84 57
Faks : 0.454 225 84 67
Gsm : 0.544 616 01 40

EPosta:
bereket.gubre@hotmail.com

Freşa®

FREŞA İÇECEK GRUBU

Freşa Freşa Premium Extra Cplus İnışdibi

GİRESUN

Günlük Siyasi Bağımsız Yerel Gazete

www.giresungundem.com

GÜNDEM

13 Nisan 2024 Cumartesi

Sayfa: 1

Sayı: 6885

Yıl: 20

Fiyatı: 5 TL

ÖZYILMAZ YAPI

KÜLTÜR TUĞLASI (DOĞALTAŞ) - SIVA -
MANTOLAMA - DEKORATİF BOYA - ALÇI
SIVA - DEKORATİF PANELLER - ALÇI PAN
ANAHTAR TESLİM DAİRE TADİLATI

Hacısiyam Mah. İnönü Cad. No: 64/B GİRESUN
Mustafa ÖZYILMAZ GSM: 0535 914 58 04

GİRESUN'DA BAYRAM COŞKUSU

Vali Mehmet Fatih Serdengeçti'nin Ev Sahipliğinde Toplu Bayramlaşma Yapıldı

Giresun Valisi Mehmet Fatih Serdengeçti'nin ev sahipliğinde, Ramazan Bayramı'nın birinci gününde kamu görevlileri ve vatandaşlarla toplu bayramlaşma yapıldı. Giresun Valiliği Makam katında 10 Nisan Çarşamba günü saat 10.30'da gerçekleşen toplu bayramlaşma programı; Ramazan Bayramı münasebetiyle Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın yayımlanmış olduğu mesajın okunmasıyla başladı. Program, Kur'an-ı Kerim tilaveti ve İl Müftüsü Selçuk Kılıçbay tarafından yapılan dua ile devam etti.

Protokol konuşmaları ve bay-

ramlaşmanın ardından misafirlere yapılan ikramlarla program sona erdi.

Programda, davetlileri selamlayarak bir konuşma yapan Vali Serdengeçti, "On bir ayın sultanı Ramazan'ı, tekrar kavuşmak ümidiyle geride bırakırken bir Ramazan Bayramı'na daha ulaşmanın heyecanını ve mutluluğunu yaşadığımız bu mübarek günde sizlerle bir araya gelmekten duyduğum memnuniyeti ifade ederek hepinize hoş geldiniz diyor ve bayramınızı kutluyorum. Davetimize icabet ettiğiniz için teşekkür ediyor ve mübarek bayramın; ülkemize, Giresun'umuza, Aziz Milletimi-

ze, gönül coğrafyamıza, Âlem-i İslâm'a ve tüm insanlığa, sağlık, huzur ve esenlikler getirmesini temenni ediyor; Aziz Şehitlerimizi, Kahraman Gazilerimizi ve ebediyete irtihal etmiş Devlet Büküklerimizi de rahmet ve minnetle anıyorum. Bayramımız mübarek olsun. Kalın sağlıcakla." ifadelerini kullandı.

Toplu bayramlaşma programına; Vali Mehmet Fatih Serdengeçti, Giresun Milletvekilleri Prof. Dr. Nazım Elmas ve Ali Temür, Giresun Belediye Başkanı Fuat Köse, Giresun Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Yılmaz Can, Giresun Baro Başkanı Av. Soner Karademir, kamu görevlileri,



STK temsilcileri, siyasi parti yetkilileri ve vatandaşlar katıldı.

Vali Serdengeçti, program sonrası yapmış olduğu paylaşımında "Günün bereket ve

heyecanını hep birlikte paylaşıyoruz..."

İl Protokolümüzle, STK'larımızla ve hizmet etmekten büyük onur duyduğumuz aziz Giresun-

lu hemşehrilerimizle bayramlaştık, hasret giderdik, hasbihâl ettik. Birliğimiz daim olsun." sözlerine yer verdi.

Haber: Hakan Çelebi



Giresun'un 6 mahallesini kadın muhtarlar yönetecek

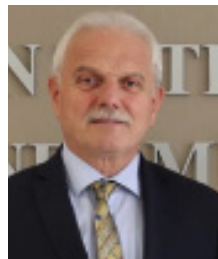
SAYFA 2'DE



KARADA TREN DÜDÜĞÜ DUYULMUYOR DENİZDE YOLCU GEMİSİ GÖRÜLMÜYOR

(Yazısı Sayfa 4'te)

Elmas: Barış Dolu Bir Dünya Diliyorum



AK Parti Giresun Milletvekili Prof. Dr. Nazım ELMAS, Ramazan Bayramını kutladı. Elmas, "Toplumsal ve insani dayanışmanın en üst seviyeye çıktığı, küslerin barıştığı, ayrı düşenlerin kavuştuğu, umutların tazelenildiği, yüreklerin heyecanla çarptığı rahmet ve bereket ayındaki bu mübarek günlerin bütün evlere, gönüllere, huzur ve bereket getirmesini diliyorum. 5'TE



DOSTLAR BAYRAMINIZ MÜBAREK OLA

(Yazısı Sayfa 2'de)

Bektaş Bayramı Kutladı

SAYFA 2'DE

Belediyede Bayramlaşma İlk Gün Yapıldı



Giresun Belediyesi'nde Ramazan Bayramı Bayramlaşma Programı, Bayramın 1. günü belediye ana binasında geniş bir katılım ile yapıldı.

SAYFA 2'DE

Espiye'de bayramlaşma töreni düzenlendi



Giresun'un Espiye ilçesinde Ramazan Bayramı dolayısıyla bayramlaşma töreni gerçekleştirildi. AK Parti İlçe Başkanlığında düzenlenen törene, AK Parti Giresun Milletvekili Nazım Elmas, İl Başkanı Mete Bahadır Yılmaz, İlçe Başkanı Samet Önal ve partililer katıldı. SAYFA 3'TE



Giresun Üniversitesi fındık tarımıyla ilgili 5 ana başlıkta yeni projeler hazırlayacak

SAYFA 5'TE



Müftü Kılıçbay'dan Öğrencilerle Bayram Buluşması

SAYFA 3'TE

Belediyede Bayramlaşma İlk Gün Yapıldı



Geleneksel olarak düzenlenen bayramlaşma töreni Başkanlık makamında gerçekleşti.

Misafirlerini makam odasının girişinde karşılayan Giresun Belediye Başkanı Fuat Köse herkesin bayramını tebrik etti. Bayramlaşma programına; meclis üyeleri, siyasi parti temsilcileri, STK temsilcileri, muhtarlar, vatandaşlar ve belediye personeli katıldı.

Başkan Köse: "Huzur içerisinde idrak

ettiğimiz Ramazan ayının en güzel hediyesi olan bayram vesilesiyle hemşehrilerimizle bir kez daha bir aradayız. Vatandaşlarımızın kazasız, belasız, sağlıklı ve huzurlu bayram geçirmeleri temenni ediyorum. Herkesin bayramı kutlu olsun" dedi. Köse, Giresun Belediyesinin büyük bir aile olduğunu belirterek, zaman kavramı olmadan büyük bir özveriyle çalışacaklarını da söyledi.

Haber Merkezi



**Ferhat
GÜNAYDIN**
Emekli Öğretmen / Halk Şairi

DOSTLAR BAYRAMINIZ MÜBAREK OLA

Recep, Şaban derken geldi Ramazan
Kur'an rehberimiz gerçeği yazan
Ömrün baharına düşse de hazan
Dostlar bayramınız mübarek ola

Batıla kanmayıp hak yolu seçen
İhlasa bürünüp kendinden geçen
Şu rahmet ayında sevabı biçen
Dostlar bayramınız mübarek ola

Şeytanı içinden çıkarıp atan
Hayır yarışına kendini katan
Allah'ın emriyle orucu tutan
Dostlar bayramınız mübarek ola

Günahtan arınır bu ayda beden
Huzuru bulacak hak yolda giden
El açıp Mevli'ya dualar eden
Dostlar bayramınız mübarek ola

İslam'ın şartından oruçtur biri
Sağlıkta insanı tutuyor diri
Bayramlaşmak için durmayın geri
Dostlar bayramınız mübarek ola

Günlerden arefe bayrama geldik
Dargınlık, küskünlük hepsini sildik
Uzaktan yakından tanıdık, bildik
Dostlar bayramınız mübarek ola

BELEDİYE MECLİSİ İLK TOPLANTIDA GÖREV DAĞILIMI YAPTI İşte Yeni Kadro

Belediye Başkanı Fuat Köse başkanlığında gerçekleştirilen toplantı meclis üyelerinin kendisini tanıtımı ile başladı. Saygı duruşu ve İstiklal Marşı'nın okunmasının ardından, gündemde yer alan maddeler görüşüldü.

Gündem maddelerine geçilmeden önce konuşan Başkan Fuat Köse, yeni üyeleri kutladı ve tebrik etti.

Toplantıda daha sonra ise gizli oylama ile 1. ve 2. Başkan Vekilliği, Divan Katip Üyeliği ve Encümen Üyeliği, açık oylama usulü ile de İhtisas Komisyonları seçimleri yapıldı.

Seçimler sonucunda yeni görevler şu şekilde oluştu:

Birinci Başkan Vekili: Taner Yazıcı.

İkinci Başkan Vekili: Alptuğ Kaan Kara.



Katip Üyeler: İlyas Palak, Evrim Özkan (Asil), Zehra Gülşah Bora Bozat, Hüseyin Karakuş (Yedek)

Encümen Üyeleri: Ferhat Karademir, İlyas Palak, Ayhan Özince.

Plan Bütçe Komisyonu: Erkan Hacak, Mehmet Yılmaz, Salih Önal, Fahri Uzun, Hamdi Önde.

İmar Komisyonu: Semih Bayramoğlu, Hüseyin Rüştü

Karaibrahim, Taner Yazıcı, Salih Özdemir, Nuri Karaman.

Çadde ve Sokak İsimleri Komisyonu: Onur Konar, Hüseyin Karakuş, Özcan Konal, Abdullah Önal, Güray Kubilay Yaman.

Trafik Komisyonu: Erkan Mutlu, Mustafa Öztürk, Alptuğ Kaan Kara, Abdullah Önal, Hamdi Önde.

Kadın Erkek Eşitlik Komisyonu: Ayça Kozluca, Evrim

Özkan, Zehra Gülşah Bora Bozat, Hatice Kocaoğlu, İbrahim Tuğrul Unat.

Tarihi Kentler Birliği Üyeleri: Mustafa Öztürk (Asil), Hüseyin Rüştü Karaibrahim (Yedek)

Giresun İli Katı Sıvı Atık İçme Suları Birliği Üyeleri: Hüseyin Rüştü Karaibrahim, Taner Yazıcı, Mehmet Yılmaz, İlyas Palak, Alptuğ Kaan Kara, Erkan Hacak, Ayhan Özince, Senih Bayramoğlu.

Kent Konseyi Üyeleri: Özcan Konal, Hüseyin Rüştü Karaibrahim, Onur Konar, İlyas Palak, Erkan Mutlu, Taner Yazıcı, Erkan Hacak, Salih Önal, Mehmet Yılmaz.

Bir diğer toplantının ise 2 Mayıs 2024 Perşembe günü saat 14.00'te yapılması kararlaştırılarak oturum sonlandırıldı.

Haber Merkezi

Camilerde Bayram Coşkusu

Giresun'da bayramlaşma coşkulu geçti. Camiler tıklım tıklım dolarken, bol bol dua edildi

Giresun'da Ramazan Bayramı'nın ilk günü vatandaşlar bayram namazında camilere akın etti, birbirleriyle bayramlaştı.

Giresun İl Müftülüğünce "Ailece Bayram Namazındayız" programı düzenlendi.

Seyyid Vakkas Camii ve Seyyid Mevlana Sadrettin Efendi Camii'nde düzenlenen programa katılan vatandaşlar bayram sevincini aileleriyle birlikte yaşadı. Sabahın erken saatlerinden itibaren camiyeye gelenler Ramazan Bayramı'nı burada karşıladı. Camileri dolduran vatandaşlar namazın ardından, camilerde bayramlaştı. Seyyid Vakkas Camii'nde düzenlenen programa

katılan Giresun İl Müftüsü Selçuk Kılıçbay, aile fertleriyle birlikte camiyeye gelmenin ve cemaatle ibadet etmenin önemine vurgu yaptı.

"Aile dünyada huzur, ahirette kurtuluştur"

Aile hayatında dini bilinci ve manevi bağları güçlendirmeyi hedefleyen programlar düzenlemeye devam edeceklerini belirten İl Müftüsü Selçuk Kılıçbay, "Aile fertlerinin dini kimliklerini inşa ederken sahipsiz dini bilgi ile buluşmaları, böylece Kur'an ve sünnet eksenli bilgi, birikim ve ahlaki kazanımlar elde etmeleri çok değerlidir. Aile hayatında cami, Kur'an, cemaatle namaz ve dua konularında farkındalık oluştur-

mayı hedefliyoruz. Çünkü aile, güvendir, dayanaktır, sığınaktır. Tüm varlığıyla iyilikte yardımlaşmak, el birliğiyle kötülüğe engel olmaktır. Aile, Yüce Rabbimizin rahmeti ile desteklediği, çocuklar ve temiz rızıklar ihسان ederek güzelleştirdiği mukaddes bir yuvadır. Aile bizim en değerli hazinemiz, vazgeçilmez değerimizdir." dedi.

"İbadet bilinci ailede başlar"

Ramazan Bayramı'nın bereketiyle aile bağlarının güçlendirilmesi gerektiğini ifade eden Müftü Kılıçbay, "İnsanoğlunun ibadet eğitimi ailede başlar. Aile bireylerinin katılımı ile yapılan ibadetler çocuklarda dine olan ilgiyi artırır. Anne babanın temel

görevi, çocuğun fitratındaki iyiyi, güzeli keşfetmesini sağlamaktır. Anne babasında dini yaşayış örneklerini gören çocuğun ibadet bilinci ve alışkanlığı daha canlı olur. Çünkü çocuk, sözden ziyade davranışın etkisinde kalır. Ailede ibadet eğitimi Rahmet Peygamberi Hz. Muhammed'in (sas), 'Müjdeleyiniz, nefret ettirmeyiniz; kolaylaştırınız, zorlaştırmayınız' buyruğu doğrultusunda verilmelidir. Ebeveynler, imanı olgunlaştırıp ruhları yücelten, kalplerde Allah sevgisinin yerleşmesini sağlayan ibadet alışkanlığının kazandırılması noktasında çocuklarına rehberlik etmelidir." diye konuştu.

Haber: Fatma Uğurlu

Bektaş Bayramı Kutladı

Saadet Partisi İl Başkanı Abdulkadir Bektaş, Ramazan Bayramı'nı kutladı. Bektaş, Ramazan ayını idrak etmenin ve Ramazan Bayramı'na ulaşmanın mutluluğunu yaşadıklarını söyledi.

Bektaş, "Bayramlar bizim kültürel ve manevi değerlerimizdir. Sevgi, kardeşlik ve yardımlaşma ikliminin yaşandığı güzel günlerdir. Gazze'de yaşanan insanlık dışı durumlar bayram kutlamamıza gölge düşürse de, bayramlar aynı zamanda bir muştudur ve

yarınlar için bir umuttur. Bu duygu ve düşüncelerle, Giresunlu hemşehrilerimizle, Giresunlu hemşehrilerimizin ve ülkemizin Ramazan Bayramı'nı tebrik ediyor, daha güzel bir yarın ve daha iyi bir yaşam temenni ediyorum." dedi.

Haber: Haber Merkezi



Giresun'un 6 mahallesini kadın muhtarlar yönetecek

Haber: Ufuk Kekül

31 Mart yerel seçimlerde Giresun merkezden 5 kadın aday muhtar olarak seçildi. 2019 yerel seçimlerinde sadece 2 kadın aday muhtarlığı kazanırken 2024 yılında bu sayı 6 oldu. Giresun'da Aydınlar, Çınarlar, Gaziler, Gemilerçekeği, Güre, Hacı Hüseyin mahallerinde kadın adaylar seçimi kazandı.

Kadın muhtarlar Nilgün Çobanoğlu, Canan Şahin, Leyla



Yaşkın, Melike Ejderoğlu, Sultan İbiç, muhtar İpek Can'ın bürosunda buluşarak dayanışma sözü verdiler. Giresun'un 28 Mahalle muhtarı şöyle: Aksu: İlker Uzun, Aydınlar: Sultan İbiç,

Cumhuriyet: Mustafa Katırcı, Çaykara: Ömer Tiftik, Çınarlar: Canan Şahin, Çitlakale: Müjdat Kıldacı, Eriklihan: seçim yenilenecek, Fevzi Çakmak: Cengiz Tiryaki, Gaziler: Nilgün Çobanoğlu, Gedikkaya: Genççağa Karaman, Gemilerçekeği: Leyla Yayla Yaşkın, Güre: Melike Nisa Ejderoğlu,

Hacı Hüseyin: İpek Can, Hacı Mikat: Ömer Zorlu, Hacı Siyam: Sedat Deniz, Kale: Muammer Daban, Kapu: Veli Kemalettin Keçeci, Kavaklar: Naim Demir, Kayadibi: Zafer Işık, Küçükköy: Serdar Yıldız, Nizamiye: Ali Şahin, Osmaniye: Canel Ülgen, Samanlıklarını: Kadir Şen, Seldeğirmeni: Ali Şahin, Sultan Selim: Regaip Aydın, Şeykeremettin: Sebahattin Gedük, Teyyaredüzü: Cihan Demir, Yalı: İsmail Yüksel

13 Nisan 2024 Cumartesi	GİRESUN GÜNDEM	SAYI: 6885
İmtiyaz Sahibi HATİCE CİCİ		
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Mustafa CİCİ		
Sayfa Sekreteri (Editör) Hakan ÇELEBİ	YÖNETİM MERKEZİ Kapu Mah. Gazi Cad. Güven Çarşısı No: 89 Kat: 4 Daire No: 204 GİRESUN	
Muhabir Osman YILMAZ	DİZGİ ve BASIM YERİ Giresun Gündem Gazetesi Matbaası Kavaklar Mah. Soner Sk. No:3/2 GİRESUN	
Muhabir Fatma UĞURLU	İLETİŞİM Tel: 0.454 216 05 75 Fax : 0.454 212 02 88 Gsm : 0.538 414 81 41 EPosta : giresungundem28@gmail.com Web : www.giresungundem.com	
İLAN VE REKLAM TARİFESİ Resmi İlan (Tek sütun cm) : 140 TL. Tüzük Kongre İlanı : 1.000 TL. Zayıf İlanı : 200 TL. Özel İlanlar : Pazarlığa Tabiidir. Abone Bedeli : 2000 TL. (Yıllık) : 1000 TL. (6 Aylık)	NOT: Bu tarifelere KDV dahil değildir.	
YEREL SÜRELİ YAYIN		
Gazetemizde yayınlanan Köşe Yazıları, tamamen yazarın şahsi görüş ve fikirleri olup; hukuken Giresun Gündem'i bağlamaz.		
GİRESUN GÜNDEM, BASIN MESLEK AHLAKINA UYAR		

Espiye'de bayramlaşma töreni düzenlendi



Milletvekili Nazım Elmas, İslam aleminin bayramını kutlayarak, "Rabbim bu ülkenin aziz evlatlarına nice bayramlar göstersin. Filistin'de,

mazlum coğrafyalardaki kardeşlerimizin gözyaşlarının akmadığı bayramları kutlamayı Rabbim nasip etsin." dedi.

GİRESUN (AA)

Ordu'da hava ulaşımına sis engeli

Ordu-Giresun Havalimanı'nda hava muhalefeti dolayısıyla bazı uçak seferleri iptal edildi.

Kentte akşam saatlerinden itibaren etkisini sürdüren sis, hava ulaşımında aksamaya neden oldu.

Hava yolu şirketleri tarafından İstanbul, Sabiha Gökçen ve Ankara Esenbo-

ğa havalimanlarından karışıklık yapılması planlanan bazı seferler iptal edildi.

Esenboğa Havalimanı'ndan Ordu-Giresun Havalimanı'na gelen bir uçak ise Rize-Artvin Havalimanı'na yönlendirildi. Sisin etkisini kaybetmesinin ardından seferlerin normale dönmesi bekleniyor. **ORDU (AA)**

Müftü Kılıçbay'dan Öğrencilerle Bayram Buluşması



Giresun İl Müftüsü Selçuk Kılıçbay, gençlerle bayramlaştı. Kılıçbay, "Gençliğe Değer" projesi kapsamında gerçekleştirilen programda Giresun Üniversitesi öğrencileriyle bir araya geldi.

Giresun İl Müftülüğü tarafından "Gençliğe Değer" projesi kapsamında "Gençlik Buluşması ve Bayramlaşma" programı düzenlendi.

İl Müftülüğü Gençlik Koordinatörlüğü ve Giresun Üniversitesi Genç TDV Topluluğu koordinesinde düzenlenen programa katılan Giresun İl Müftüsü Selçuk Kılıçbay, üniversite öğrencilerinin Ramazan Bayramını tebrik etti.

"Gençler umudumuzun mimarıdır"

Gençlere manevi alanda rehberlik etmenin mutluluğunu yaşadıklarını ifade eden İl Müftüsü Kılıçbay, "Gençlerimizin manevi ve milli değerlerle yoğrulması, sağlam karakterlerle toplumun üyesi olması öncelikli hedeflerimiz arasında yer almaktadır. Gerçekleştirdiğimiz etkinliklerle gençlerimiz arasında kardeşlik bağlarını güçlendirmeyi hedeflerken, birlik ve beraberlik gibi sosyal duyarlılık aktarımını da amaçlamaktayız. Ramazan Bayramı'nın bereketiyle düzenlediğimiz bu buluşma, gençlerimizin dini ve milli bayramlarımızın ruhunu daha yakından hissetmelerini ve bu özel günlerin toplumsal önemini kavramalarını sağlamaktadır.

Gençlerimizin toplumda sağlam bir yer edinmelerine yardımcı olmayı, onların iyi birer birey, faydalı birer vatandaş olarak yetişmelerine katkı sunmayı çok önemsiyoruz." dedi.

"Gençlere, bilgi, hikmet, sabır ve sevgiyle yaklaşmak gerekir" Gençlik döneminin, iman ve ahlakın şekillendiği, hayallerin yerişirip, ideallerin peşinden koşulduğu müstesna bir zaman dilimi olduğunu belirten Müftü Kılıçbay,

"Gençlerimiz, toplumumuzun en dinamik unsurudur. Onların manevi ve ahlaki değerlerle donanmaları, hem dünya hayatındaki başarı hem de ahiret saadeti için büyük önem taşır. Gençlerimize yönelik yaptığımız çalışmalar, onları her türlü kötülükten

koruyarak, sağlam karakterlerle yetişmelerini hedeflemektedir. Gençlik dönemi, aynı zamanda birçok tehlikenin de kol gezdiği bir dönemdir. Şüpheli ve zararlı alışkanlıkların peşinden sürükleyebileceği bu kritik evrede, gençlerimizin yanında olmak, onlara doğru yolu göstermek toplum olarak hepimizin ortak sorumluluğudur." diye konuştu.

Programın sonunda öğrencilere Ramazan ayında hediyeleşmenin geleneğe dönüşmüş en güzel örneklerinden biri olan "diş kirası" verildi.

Programa İl Müftü Yardımcısı Fatih Sarıgül, manevi danışmanlar, gençlik koordinatörleri ve öğrenciler katıldı.

Haber: Fatma Uğurlu

Vali Serdengeçti, Jandarma, Emniyet ve Sahil Güvenlik Personeliyle Bayramlaştı

Giresun Valisi Mehmet Fatih Serdengeçti, Ramazan Bayramı'nın birinci gününde görevi başında olan Polis, Jandarma ve Sahil Güvenlik personellerini ziyaret ederek bayramlarını kutladı.

Vali Serdengeçti, 10 Nisan Çarşamba günü önceden belirlenen program dâhilinde sırasıyla; İl Emniyet Müdürlüğü (Polisevi), İl Jandarma Komutanlığı, Batlama Jandarma Uygulama Noktası, Emniyet Bölge Trafik Uygulama Noktası ve Sahil Güvenlik 73 Komutanlığını ziyaret etti.

Vali Serdengeçti, görevi başındaki personellerle bayramlaşarak, ziyaret ve denetleme defterlerini imzaladı.

İlk önce İl Emniyet Müdürlüğünü ziyaret eden Vali Serdengeçti, görevi başındaki emniyet mensupları ile bayramlaştıktan sonra yaptığı paylaşımda "1845'ten bugüne... Güçlü, Cesur, Kararlı! Bayramı nöbette karşılayan ve Giresun'umuzun huzur ve güvenliği için azim, tecrübe ve fedakârlıkla görev yapan polislerimizle bayramlaştık, kuruluş günlerini tebrik ettik." ifadelerini kullandı.

Vali Serdengeçti, emniyet ziyaretinin ardından görevi



başındaki İl Jandarma Komutanlığı personelleriyle bayramlaşarak "Güzel vatanın güvenliği, emanettir sizlere, Jandarma'dır ulaştırılan adaleti her yere!"

Her günümüz bayram tadında geçsin diye karada, havada, her zaman ve her yerde aziz milletimizin huzuru için çalışan kanun ordusu Jandarma Teşkilatı'mızın değerli mensuplarıyla bayramlaştık." sözlerine yer verdi.

Batlama Jandarma Uygulama Noktası ile Emniyet Bölge Trafik Uygulama Noktasını da ziyaret eden Vali Serdengeçti,

uygulama noktalarında durdurulan araçlarda seyahat eden vatandaşlarımızın bayramını kutlayarak, sürücülerini dikkatli olmaları ve trafik kurallarına uymaları konusunda uyardı.

Uygulama noktalarında görevi başında olan emniyet ve jandarma personellerinin bayramını kutlayan Vali Serdengeçti, yaptığı paylaşımda "İlimizdeki yol kontrol noktalarımızda görev yapan güvenlik güçlerimizle ve uygulama esnasında durdurulan vatandaşlarımızla bayramlaştık. Lütfen trafik kurallarına harfiyen uyalım; emniyet kemerimizi

mutlaka takalım, hız limitlerini aşmayalım." uyarısı yaptı.

Vali Serdengeçti, son olarak Giresun Limanı içerisinde bulunan Sahil Güvenlik 73 Komutanlığını ziyaret ederek personelle bayramlaştıktan sonra yaptığı paylaşımda "Mavi sınırlarımızın kahraman koruyucusu, mazlumlara uzanan şefkat elimiz olan Sahil Güvenlik Komutanlığı'mızın göğsümüzü kabartan mensuplarıyla bayramlaştık. Yüce Mevla güvenliğin güçlerimizi her türlü kötülükten muhafaza etsin." dileğinde bulundu.

Haber Merkezi





Şaban Karakaya

KARADA TREN DÜDÜĞÜ DUYULMUYOR DENİZDE YOLCU GEMİSİ GÖRÜLMÜYOR

Ne iştir, hangi akla hizmetir bilinmez;

Tüm ulaşım ve ulaştırma gereksinimlerimizin yüzde-seksenini karayolları üzerinden yapıyor...

Yani, dağlarımızda-taşları-mızda ve bozkırlarımızda hızlı tren düdüğü duyulmuyor... Ülkemizin üç tarafı denizlerle çevrili ama;

Hızlı yolcu taşıyan gemilerimiz olmadığı için şimdilik bomboş duruyor...

Kabotaj Bayramlarında sadece yağlı direğin ucundan 'bayrak alma' işine yarıyor...

Yani, atıl bir vaziyette kendisine hizmet verileceği günü bekliyor...

Eh, durum böyle olunca

da;

Tüm ulaşım ve ulaştırma gereksinimlerimiz karayolları üzerinden yapıyor...

Ve haliyle bu ağırlığı da karayolları trafiği kaldıramıyor...

Kaldıramadığı içindir ki; Her 'bayram' ziyareti geliş ve dönüşlerinde karayolları 'kan gölüne' dönüşüyor...

Giderilmesi gereken özelemler seyahat halindeyken yarım kalıyor...

Yaşanılması istenen sevinçler, birdenbire hüznü ve acıya dönüşüyor...

Onlarca, yüzlerce ve binlerce insanımız sakat kalıp 'engelli' bir şekilde yaşıyor...

Örneğin içinde bulunduğumuz bu bayramda İçişleri Ba-

kanlığının verdiği bilgiye göre üç gün içerisinde; 615 tarif kazası olduğunu...

20 bin dolayında araca hız ve radar işlemi yapıldığını...

Ve sadece Cumartesi Pazar Pazartesi günleri içinde;

1838 trafik kazasının meydana geldiğini...

19 kişinin hayatını kaybettiğini...

Ve 2 bin 912 kişinin de yaralandığını söylüyor...

(Dönüşte ne kadar trafik kazası olacak ve kaç kişi hayatını kaybedecek? Şimdilik bilinmiyor?)

Peki, bu hep böyle devam mı edecek?

Yani, insanlarımız 'bayram sevinçlerini' yaşamadan mı ölecek?

Şöyle kısaca resmi kayıtlara baktım da;

Ülkemizde trafik kayıtlarında 16 milyon dolaylarında özel otomobil görülüyor...

Ve bu motorlu araçlar her gün kim bilir kaç bin litre mazot ve benzin yakıyor?

Günlük ne kadar yakıt parası veriliyor?

Ve bireyin olduğu kadar, devletinde bu işte karı ve zararı ne oluyor?

Sanırım bu soruların üzerinde -biraz değil- uzun uzun düşünmek gerekiyor...



Örneğin ben elli gramlık aklımla düşünüyorum da; Elin-oğlu günlük yaşamında özel arabasıyla ulaşım yapmayı düşünmüyor...

Bir yere gidecekse, toplu taşıma aracı olan hızlı trenlere binip yolculuk yapıyor...

Ülkesinde denizi olanlar 'hızlı yolcu gemisini' tercih ediyor...

Ve gidecekleri yere, güle-eğlene gidip, güle-eğlene kazasız belasız geri dönüşüyor...

Eeeee?

E'si şu;

Bu deniz ulaşımı konusunda bizler daha zengin olmamıza rağmen neden bizde 'hızlı yolcu gemisiyle' yolculuk yapılması düşünülüyor?

Hı, neden?

Büyük otobüs şirketleri ve firmaları mı rahatsız olur?

Arabalar kaza yapmazsa araba parçaları üreten fabrikatörler iflas mı eder?

Araba parçası satan bayiler, araçlar tefeciler mağdur

duruma mı düşer?

Yoksa paralı köprüler ve tüneller boş kalınca -avantacı tüccarlar- bu dünyadan mı göçer?

Bilmeyenler için söylüyorum;

Hızlı vapur yolculuğu yapılmıyorsa da bir zamanlar bu ülkede vapurla yolculuk yapılırdı...

Bir zamanlar bu ülkede -nereye ray döşenmişse- o tarafa trenle yolculuklar yapılırdı...

Ve hiçbir kimsenin burnu kanamadan da varılacak yere, sağ-salim varılırdı...

Ve hiç unutmuyorum;

Bundan 44 yıl önce 'karma ekonomik sistem' tamamen lağvedilip, serbest piyasaya geçişin bayramının yapıldığı yıllarda (benim gibi) artık kamucu fosiller, kamucu sistemi savunan dinazorlar, toplu taşımacılıkta 'hızlı tren ve gemi yolculuğu' yapılınsı deyince "bizde mi komünist ülkelere benzeyelim?" diye adeta dalga geçiyorlardı...

Halbuki bu sözlerin söylendiği tarihlerde;

Komünist olmadığı halde Japonya toplu taşımacılıkta hızlı trenle yolculuk yapıyordu...

Komünistlikle uzaktan-yakından

hiç ilgisi olmayan Hollanda, Fransa, Almanya gibi birçok Avrupa ülkesinde 'toplu taşımacılık' yapılıyor...

Ve asla da 'komünistlik' filan denilmiyordu...

Özetlersek; Bir an önce ekonomik bağımsızlığımızı elde etmenin yollarını aramalıyız...

Kendimizi dışarıya bağımlı olmaktan kurtarmalıyız...

Yani ekonomik olarak emperyalist ağababalarının kollarımıza bağladığı zincirleri kırmalıyız...

İçeride, dışarıda aramızda hangi araçlar, tefeciler, soyguncular varsa onlardan kurtulmalıyız...

Ve yapacağımız işleri, yatırımları -kamunun ortak çıkarları doğrultusunda- kendi kararlarımızı özgürce kendimiz almamız...

Bu konuda siz ne düşünüyorsunuz onu bilemem...

Ve sizin düşüncelerinizi öğrenmek içinde sözü size bırakıyorum...

Kalın sağlıcakla...



GÜNDEM AJANS

HİZMETİNİZDE...

İNŞERT

1

Her türlü insert tasarımının profesyonel bir biçimde hazırlanır...

GAZETE TASARIM

İsterseniz gazetenizin tamamı isterseniz 1 sayfası tercih sizin siz isteyin biz yapalım...

DERGİ TASARIM

2

Dergilerinizin tasarımı artık çok daha kaliteli olacak

4

Neden sizin broşürleriniz daha kaliteli olmasın... İş uzmanına bırakan...

3

Katalog tasarımlarınız artık adından söz ettirecek kalitede olacak...

5

VE
dahasıccc

Vali Serdengeçti Görevi Başındaki Kamu Personelleriyle Bayramlaştı



Giresun Valisi Mehmet Fatih Serdengeçti, Ramazan Bayramı'nın birinci gününde; 112 Acil Çağrı Merkezi Müdürlüğü ve Giresun Eğitim ve Araştırma Hastanesini ziyaret ederek, personellerin bayramını kutladı.

Vali Serdengeçti, 10 Nisan Çarşamba günü ilk olarak 112 Acil Çağrı Merkezi Müdürlüğünü ziyaret etti.

Görevli personellerle bayramlaşan Vali Serdengeçti, "En zor zamanlarımızda ve ihtiyaç duyduğumuz her an bir telefon kadar uzağımızda olan fedakâr 112 Acil Çağrı Merkezi çalışanlarımızın Ramazan Bayramı'nı tebrik ettik. Verdikleri emekler için yürekten teşekkür ediyor, kıymetli aileleriyle huzur içinde nice bayramlar diliyorum." dedi.

Ardından, Giresun Eğitim ve Araştırma Hastanesini ziyaret eden Vali Serdengeçti, görevi başında olan sağlık çalışanlarının bayramını kutlayarak bayram şekeri ikram etti.

Vali Serdengeçti, ziyaret kapsamında hastanede tedavi gören hastaları da ziyaret etti. Vali Serdengeçti, hasta vatandaşların Ramazan Bayramı'nı kutlayarak acil şifalar dileğinde bulundu.

Vali Serdengeçti, ziyarette ilgili yaptığı paylaşımda "Giresun Eğitim ve Araştırma Hastanemizde tedavi gören hastalarımızın ve onlara şifa olmak için özveri, sabır ve insanüstü gayretleriyle mesleklerini icra eden sağlık çalışanlarımızın bayramını tebrik ettik." ifadelerini kullandı.

Haber: Hakan Çelebi



Elmas: Barış Dolu Bir Dünya Diliyorum

Kalplerimizi dağılayan, her daim yanlarında olduğumuz Gazze'deki kardeşlerimize yapılan zulüm, vahşet, katliam ve insanlık dramının sona ermesini Cenab-ı Mevla'dan niyaz ediyorum. Dili, dini, ırkı ve hangi coğrafyada olursa olsun Dünya'da yaşanan acıların sona ermesi, adil bir yaşamın tüm insanlığa tahsis edilebilmesi bu anlamda en büyük temennimizdir.

Bu duygu ve düşüncelerle hemşehrilerim başta

olmak üzere milletimizin ve tüm İslam âleminin mübarek Ramazan Bayramı'nı en kalbi duygularıyla kutluyor, bayramın ülkemize, milletimize İslam dünyasına ve insanlığa; huzur, saadet ve mutluluk getirmesini, kardeşliğimizi, birlik ve beraberliğimizi güçlendirmesini, barış dolu bir dünya getirmesini Yüce Rabbimden diliyorum, selam ve saygılarımı sunuyorum." dedi.

Haber: Hakan Çelebi

Giresun Üniversitesi fındık tarımıyla ilgili 5 ana başlıkta yeni projeler hazırlayacak



Giresun Üniversitesi, ihtisas üniversitesi olduğu fındıkta bu yıl içinde 5 ana başlıkta projeler hazırlayacak.

Giresun Üniversitesi Fındık İhtisas Koordinatör Yardımcısı Doç. Dr. Ali Turan, Yükseköğretim Kurulunun (YÖK) 13 Kasım 2021'de Giresun Üniversitesini fındık konusunda ihtisas üniversitesi olarak görevlendirdiğini anımsattı.

Üniversite bünyesinde ilgili paydaş kuruluşlarla koordinatörlük kurulduğunu belirten Turan, fındıkta rekabet gücünün ve sağlık üzerine etkilerinin artırılması kapsamında son 2 yılda 8 proje hazırlandığına

işaret etti.

Turan, bu projelerden katma değerli yeni ürünlerin geliştirilmesi, fındığın sağlık üzerine etkilerinin ve erken hasadın fındığın fiziksel ve kimyasal özellikleri üzerine etkilerinin araştırılması projelerinin devam ettiğini kaydederek, "Diğer projeler için de altyapı hazırlıkları sürüyor. 2027'ye kadar çalışmalar sürdürülecek." dedi.

Giresun Üniversitesi olarak bu yıl için belirledikleri 5 ana başlıkta projeler hazırlayacaklarını ifade eden Turan, bunların fındıkta hastalıklar ve zararlılarla mücadele, çiftçi eğitimi, doku kültürüyle sertifikalı fidan üretimi, fındıkta makineli tarım

ve bunların yaygınlaştırılması ile fındık tarımında teknoloji transferi, fındık ürünleri işleme teknolojilerinde inovasyon ve AR-GE çalışmaları olduğunu söyledi.

Turan, bölgedeki yaşlı fındık bahçelerinin gençleştirilmesinin hedeflendiğine dikkati çekerek, "Fındıkta doku kültürüyle fidan üretimi projesi planlanmaktadır. Bölgemizdeki fındık bahçeleri yaşlanmış durumda. Mutlaka gençleştirilmesi, yenilenmesi lazım. Doku kültürüyle sağlıklı fidanlar üretilerek bahçelerimizde uygulanmalı." dedi.

Çiftçi eğitimine de büyük önem verildiğini belirten Turan, "Çiftçilerimizin geleneksel bir

yapısı olduğunu biliyoruz. Tabiri caizse atadan dededen kalma bilgilerle üretim yapılmakta. Dolayısıyla çiftçilerimize yönelik doğrudan budama, zirai mücadele gibi projelere destek sağlanacak." diye konuştu. Doç. Dr. Turan, bölgenin arazi yapısının eğilimli olması nedeniyle makineli tarımda yaşanan sorunların çözümüne yönelik de proje hazırlanmasının planlandığını ifade ederek, bu arazilerin doku kültürüyle üretilen fidanlarla yenilenmesi ve modern tarım tekniklerine uygun hale getirilmesini amaçladıklarını sözlerine ekledi.

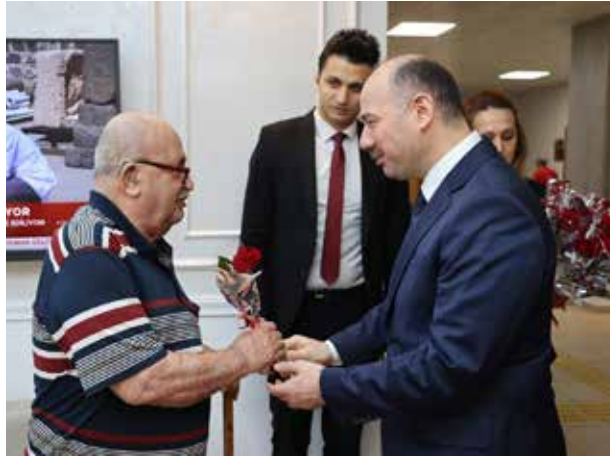
GİRESUN (AA)

Vali Serdengeçti Bayramda Faaldir

Giresun Valisi Mehmet Fatih Serdengeçti, Ramazan Bayramı'nın birinci günü, bayram programı kapsamında sırasıyla; Huzurevi sakinleri, Türkiye Harp Malûlü Gaziler Şehit Dul ve Yetimleri Derneği ile Şehit ve Gazi ailelerini ziyaret etti. Bayramlaşma programı kapsamında ilk olarak Giresun Huzurevini ziyaret eden Vali Serdengeçti, değerli büyüklerimizle Ramazan Bayramı'nın ilk gününde bir arada bulunmaktan duyduğu memnuniyeti dile getirdi.

Huzurevi sakinleri ile yakından ilgilenen Vali Serdengeçti, büyüklerimizin hal ve hatırlarını sorarak "Bu güzel günde milli ve manevi hafızamız olan saygıdeğer büyüklerimizle ve devlet şefkatine emanet edilen çocuklarımızla bir araya geldik. Eski bayramları da aratmayacak şekilde keyifli vakit geçirdik. Rabbim ömürlerini bereketlendirsün, sıhhat ve afiyet ihsan eylesin." dedi.

Program kapsamında Türkiye Harp Malûlü Gaziler Şehit Dul ve Yetimleri Derneğini ziyaret eden Vali Serdengeçti, şehit aileleri ve gazilerle bayramlaşarak "Onlar istiklâlimizin nişanesi... Türkiye Harp Malûlü Gaziler-Şehit Dul ve Yetimleri Derneği Giresun Şubemizle



bayramlaştık. Şartlar ne olursa olsun, hiç düşünmeden 'vatan sağ olsun' diyen kahramanlarımızdan Mevla razı olsun." şeklinde konuştu.

Her fırsatta şehit aileleriyle ve gazilerle bir araya gelen Vali Serdengeçti ve eşi Belkıs Edige Serdengeçti Hanımefendi, bayramın ilk günü gerçekleştirdiği ziyaretlerde de Şehit ve Gazi ailelerini yalnız bırakmadı. Vali Serdengeçti, eşi Hanımefendi ile birlikte, Şehit Polis Memuru Orhan Turan'ın Giresun Merkez Çıtlakkale Mahallesi'nde ikamet eden ailesini ziyaret ederek şehidimizin kıymetli emanetlerinin bayramını kutladı.

Şehitlerimizin geride bıraktığı emanetlerine sahip çıkarak, onlara devletin sıcak ve şefkatli yüzünü gösteren Vali Serdengeçti, Turan ailesine tekrardan sabır ve başsağlığı dileklerinde bulunarak tüm

Şehitlerimize rahmet diledi.

Ziyarete Şehit Polis Memuru Orhan Turan ve tüm Şehitlerimiz için Kur'an-ı Kerim Tilaveti yapılarak dualar edildi. Ayrıca Vali Serdengeçti, Şehidimizin ailesine çeşitli hediyeler takdim etti.

Şehit Polis Memuru Orhan Turan; 01.01.1994 tarihinde Diyarbakır ilinde dış görev için görevlendirildiği kente gittiği karayolunda militanlarca vurularak şehit olmuş ve ilimiz Tirebolu ilçesi Oyraca Köyü Mezarlığına defnedilmişti.

Vali Serdengeçti ziyarette ilgili olarak "Tüllenmiş mağribi, akşamları sarsam yarana, Yine bir şey yapabildim diyemem hâtıranı... Eşim Belkıs Hanım ile birlikte 1994 yılında Elazığ/Maden'de şehit olan Polis Memuru Orhan Turan'ın vakur duruşlu ailesiyle bayramlaştık. Cenab-ı Hak nice bayramlara sağlıklıla eriştirsün." paylaşımın-



da bulundu.

Vali Serdengeçti, Turan ailesini ziyaretinin ardından eşi Belkıs Edige Serdengeçti Hanımefendi ile birlikte aynı mahallede ikamet eden Gazi Polis Memuru İhsan Topçu'yu ziyaret ederek Gazimizin bayramını kutladı.

Gazi Polis Memuru İhsan Topçu; 22.06.1992 tarihinde Bitlis ilinde görevli olarak gittiği Baykan karayolunda pusuya düşürülerek başından vurularak yaralanmış ve Gazi olmuştu.

Vali Serdengeçti ziyarette ilgili olarak "Vatan sevgisinin nişanını bedeninde gururla taşıyan nice yiğitlerimiz var... Eşim Belkıs Hanım ile birlikte 1992 senesinde Bitlis'te gazilik onuruna erişen emekli Polis Memuru İhsan Topçu'yu evinde ziyaret ederek bayramını tebrik ettik." dedi.

Haber: Fatma Uğurlu

Sağlık Köşesi

Kilo Verme Süreçleri Yaşam Tarzına Uygun Olmalı
Popüler diyetler çok ciddi sağlık sorunlarına neden oluyor

Kilo almanın temelinde yetersiz ve dengesiz beslenme ile hormonal değişiklikler ve zamanın ilerlemesiyle beraber metabolizma hızının yavaşlamasının yer aldığını dile getiren uzmanlar, ihtiyacı olmadığı halde kilo verme sonunun ölüme kadar giden çok ciddi sağlık sorunlarını beraberinde getirebildiğini söylüyor. Diyet kavramının çok yanlış empoze edildiğini vurgulayan Beslenme ve Diyetetik Bölüm Başkanı Doç. Dr. Müge Arslan; "Beslenme süreci kişinin yaşam arkadaşısıdır. Uygulanan beslenme listelerinin yaşam tarzına paralel olarak hazırlanıp yürütülmesi gerekiyor."



Doç. Dr. Arslan: "Eğer gerçekten sağlıklı kilo vermek ve verilen kilo tekrardan geri alınmak istenmiyorsa diyetisyenlere gidilerek destek alınmalı." Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölüm Başkanı Doç. Dr. Müge Arslan, sağlıklı beslenme ve diyet konusunu değerlendirdi.

"KİLO ALMANIN TEMELİNDE YETERSİZ VE DENGESİZ BESLENME İLE HORMONAL DEĞİŞİKLİKLER YER ALIYOR"

Kilo almanın temelinde yetersiz ve dengesiz beslenme ile hormonal değişiklikler ve zamanın ilerlemesiyle beraber metabolizma hızının yavaşlamasının yer aldığını ifade eden Doç. Dr. Müge Arslan; "Nasıl ki yetersiz ve dengesiz beslenme paralelinde obezite sorununu getiriyorsa, ortoreksiya nevroza denilen sağlıklı beslenme takıntısı sorunuyla da karşılaşıyoruz. İdeal ağırlığında olması-

na rağmen biraz daha, biraz daha, biraz daha ile gelip daha sonrasında çok ciddi bir sağlık probleminde yol açan bir olay karşımıza çıkıyor. Bazı kişilerde vücut ağırlığı ideal olsa bile yine de biraz daha vermek istiyorum şeklinde yanlış düşünce oluyor. Beynin eğitilmesi denilen bir süreçten bahsediyoruz. Öncelikle vücut analizi yapıp, kişinin gerçekten kilo vermeye ihtiyacı var mı, yok mu? Bunun çok iyi analiz edilmesi gerekiyor. Daha sonra bir uzman eşliğinde yeterli ve dengeli beslenme önemli. İhtiyacı olmadığı halde kilo verme süreçleri beraberinde hormonal değişikliklerden tutun, sonu ölüme kadar giden çok ciddi sağlık sorunlarını beraberinde getirebiliyor."

10 Kilo Verdiyse 20 Kilo Geri Alıyorlar... İnsanların doğru ya da yanlış birtakım yöntemler uygulayarak kilo verdiklerine dikkat çeken Doç. Dr. Müge Arslan, şunları dile getirdi: "Zayıflıyorlar demiyorum, kilo veriyorlar. Fakat sonrasında 10 kilo verdiyse 20 kilo geri alıyor. 5 kilo verdiyse 10 kilo belki daha fazlasında geri alıyor. Yanlış uygulanan her metot, metabolizmaya bir çarpı koyuyor ve sonrasında daha fazla kilo olarak geliyor. 'Hocam 3 ay boyunca sizin her dediğinizi yapacağız, egzersize çok fazla yoğunluk vereceğiz, aç kal deyin, aç kalacağız' diyenler var. Temeldeki hata bu. Yetersiz ve dengesiz beslenme çözüldüğü zaman kilo alma gibi bir sorun olmuyor."

"DİYET KAVRAMI ÇOK YANLIŞ EMPOZE EDİLİYOR"

Diyet kavramının çok yanlış empoze edildiğine de dikkat çeken Arslan; "Diyet denince insanlar yetersiz beslendiklerini, yalnızca tek bir besin grubuna yönelik ya da sadece protein ağırlıklı sebze, meyve ağırlıklı besleneceklerini, aç kalacaklarını düşünüyorlar. Beslenme süreci kişinin yaşam arkadaşısıdır. Bu nedenden ötürü yaşam arkadaşınızla birlikte hareket edebilmek çok önemli. Uygulanan beslenme listelerinin yaşam tarzına paralel olarak hazırlanıp yürütülmesi gerekiyor."

Yıllarca makarna yiyen bir insana; 'Sen makarna yemeyeceksin' demenin gerçekçi olmadığına işaret eden Doç. Dr. Müge Arslan; "Önemli olan makarnayı da yaşam tarzına adapte ederek sağlığını bozmayacak şekilde pişirme yöntemleriyle beslenme sürecine dahil etmek." dedi.

Popüler diyetlere de işaret eden Doç. Dr. Müge Arslan; "Çeşitli diyetler uygulanıyor. Atkins vardı, taş devri diyeti çıktı. Ketojenik diyet var. Gluten-siz diyet bir ara çok modaydı. Fakat bunların tamamı Gastrointestinal (sindirim) sistemin mikrobiyotasını bozuyor ve çok ciddi sağlık sorunlarına neden oluyor." diye konuştu.

KİLO ALMA YA DA VERME SADECE TARTIDAKİ GÖRÜLEN RAKAM DEĞİL... Doç. Dr. Müge Arslan, kilo verme sürecinin nasıl olduğuna vakıf olmak gerektiğini kaydederek; "Zaten bu oturduğu zaman, o vermesi gereken kiloyu

verdikten sonra daha fazla kilo vermek istiyorum düşüncesi ortadan kalkıyor ve sağlıklı bir süreç geliyor. Nedir bu? Öncelikle ideal ağırlığın ne olduğunun analiz edilmesi lazım. Sadece beden kitle indeksini düşünerek 'ben kiloluyum, obezim, şişmanım' diye insanlar kendine komut veriyor. Fakat beden kitle indeksi boy ve kiloya endeks olarak ortaya çıkan bir ortalamadır. Yağı hesaba katmayan bir kriterdir. Bu nedenden ötürü insanlar kilo alma ya da verme eylemlerini sadece tartıdaki gördükleri rakamın düşüklüğü ya da yüksekliği olarak algılıyorlar. Bu nedenden ötürü kişinin beynine ideal ağırlığını, ideal vücut yağını ve buna göre nasıl bir yolda ilerleyeceğini söylemesi lazım." şeklinde konuştu.

YAĞ İDEALE GELMEDİĞİ SÜRECE O VERİLEN KİLO TEKRARDAN GERİ GELİYOR... İnsanların çok hızlı bir şekilde ve kısa sürede kilo verme hedefi içerisinde olduklarını, bunun da çok yanlış bir süreç olduğunu vurgulayan Doç. Dr. Müge Arslan; "Çünkü kilo verme süreci kişiye göre değişir. Morbid obez denilen aşırı derecede şişman olan bir birey, fazla miktarda vücut ağırlığı olduğu için daha hızlı kilo verirken, zayıf diye kategorize edilen vücut ağırlığının altında olan ya da ideal vücut ağırlığında olan kişiler çok daha yavaş kilo verebilirler. Nedir bunun ortalaması? Literatür, bunu haftada yarım kiloyla bir kilo arası der. Ama kişiye göre değişen bir süreçtir. Bir manken danışan haftada 300 gram veriyor. Bu onlar için iyi bir sayı. Fakat çok aşırı kilolu dediğimiz morbid obez danışan haftada

4 kilo 5 kilo verebiliyor. Bu su kaybı oluyor. Verilen kilonun geri alınması konusu da bu. Yani vücut ağırlığınız iniyor aşağıya. Siz kilo verdim diyorsunuz, ama yağ ideale gelmediği sürece o verilen kilo tekrardan geri geliyor." dedi.

"KİLO ALMA YA DA VERME SÜRECİ SADECE BESLENMEYLE ALAKALI DEĞİL" Kilo alma ya da verme sürecinin sadece beslenmeyle alakalı olmadığını da belirten Doç. Dr. Müge Arslan, şöyle devam etti: "Egzersiz de önemli bir yere sahip. Yani alınan enerji ve harcanan enerjinin dengesiyle alakalı bir süreçten bahsediyoruz. Yaşın, ciddi bir önemi var. Zamanın ilerlemesiyle beraber her 10 yılda bir bazal metabolizma yavaşlıyor. Spesifik süreçler var menopoz süreci gibi. Özel dönemler var hamilelik süreci gibi, emzirme süreci gibi. Bazı hastalıkların araya girdiği süreçler var hipotiroidi gibi hashimoto gibi. Endokrinolojik birtakım hastalıklar gibi. Bunların hepsi aslında kilo alma sürecini tetikliyor. Fakat egzersiz olmayan bir hayat da oldukça önemli. Bunun için insanlar çalışma hayatında çok aktif oldukları için özellikle masa başı çalışanlara, pratik önerilerde bulunuyoruz. Mesela arabalarını iş yerlerinden birazcık daha uzağa çekerek yürümek gibi, asansör kullanmamak gibi. Hafta sonları sahil kenarında ya da parkta, bahçede yürüyüş gibi... Bunlar hayatı hareketlendirebilecek küçük ipuçları. Beslenmeyi de düzelterek bunlara dikkat ettiğinizde kilo almanın önüne geçiyorsunuz."

"BESLENME SADECE TEK BESİN GRUBUNA YÖNELİK BİR ŞEY DEĞİL" Beslenme sürecinin pazar haline geldiğini, besin destekleri ve zayıflama pazarı denilen bir süreç haline geldiğini dile getiren Doç. Dr. Müge Arslan, şunları söyledi: "Beslenme sadece tek besin grubuna yönelik bir şey değildir. Kişinin aldığı karbonhidrat, protein ve yağ miktarıdır. Kişi karbonhidrat da almalı, protein de almalı ve yağ da almalı. Bu denge o bireye özgü ayarlanmalıdır. Yapılan en büyük hatalardan bir tanesi bir kişinin zayıfladığı listeyi birçok kişinin uygulaması... Eğitimsiz insanların çok fazla basında göz önünde olması ve bunların beslenmeye yönelik tüyo vermesi. Yanlış ve yetersiz beslendiklerinden dolayı yaşamını kaybeden çok fazla insan var. Sağlık sorununa neden olan çok fazla insan var.

Eğer gerçekten sağlıklı kilo vermek ve verilen kilo tekrardan geri alınmak istenmiyorsa diyetisyenlere gidilerek destek alınması gerektiğinin altını çizmek istiyorum. Beslenme uzmanı ve diyetisyenler tarafından vücut analizi yapılarak beslenme süreçlerinin ayarlanması oldukça önemli."

TEMELDEKİ SORUN YAŞAM TARZINA ADAPTE EDİLMEMİŞ DİYET LİSTELERİ... Doç. Dr. Müge Arslan, tek başına diyet ya da tek başına egzersizin etkili olamayacağını ifade ederek; "Bunların ikisi de bir bütün. Temeldeki sorun yaşam tarzına adapte edilmemiş diyet listeleri ve yaşam tarzını adapte edilmemiş egzersiz programları ile başka bir hayata bürünmek." dedi.

Öfke de Duygusal Yeme Nedeni, Hüzün de...

Üzgün ya da öfkeli olduğunuzda sorunun çözümü buzdolabında değil! Bazı metabolik, psikolojik ya da sosyolojik faktörler nedeniyle kontrol kaybedildiğinde, beslenme sorunları yaşadığınız işaret eden uzmanlar, bunlar arasında en sık görülenin duygusal yeme olduğunu söylüyor.



Duygusal yemenin, olumsuz duygulara karşılık olarak gelişen ve aşırı yeme eğilimini gösteren bir davranış bozukluğu olduğunu vurgulayan Uzman Klinik Psikolog Özgenur Taşkın "Duygusal yeme özellikle olumsuz emosyonlar denilen yoğun stres, anksiyete, depresyon, kızgınlık, öfke ve hüzün gibi duygu yoğunlukları yaşandığında daha çok tetiklendiği biliniyor." dedi. Üsküdar Üniversitesi NİSTANBUL Hastanesi Uzman Klinik Psikolog Özgenur Taşkın, 26 Şubat-3 Mart 2024 tarihleri arasındaki Yeme Bozukluğu Farkındalık Haftasına dikkat çekerek, yeme bozuklukları ve psikoloji konusunu değerlendirdi.

EN SIK GÖRÜLEN YEME BOZUKLUĞU; DUYGUSAL YEME... Uzman Klinik Psikolog Özgenur Taşkın, sağlıklı olabilmenin ön koşullarından birinin yeterli ve dengeli beslenmek olduğunu ifade ederek; "Bu kontrolü bazı metabolik, psikolojik ya da sosyolojik faktörler nedeni ile kaybettiğimizde

çeşitli beslenme sorunları yaşanıyor. Bunlar arasında en sık karşımıza çıkan çeşidi ise duygusal yemektir." dedi. Duygusal yemenin, olumsuz duygulara karşılık olarak gelişen ve aşırı yeme eğilimini gösteren bir davranış bozukluğu olduğunu vurgulayan Uzman Klinik Psikolog Özgenur Taşkın; "Ruh halinde gelişen olumsuzlukları kontrol etme dürtüsü ile ortaya çıkan bu yeme davranışında normalden çok daha fazla yemek yeme, gerekenden daha yağlı, tuzlu ve şekerli yeme davranışları gözleniyor." şeklinde konuştu.

DUYGUSAL YEMEYİ ÖZELLİKLE OLUMSUZ EMOSYONLAR TETİKLEYOR Bilim insanlarının farklı duygu durumlarının yemek yeme sürecinde, bireylerin yemek davranışını nasıl etkilediğini araştırdığını kaydeden Uzman Klinik Psikolog Özgenur Taşkın; "Bunun sonucunda ise duygusal yemenin özellikle olumsuz emosyonlar denilen yoğun stres, anksiyete, depresyon, kızgınlık, öfke ve hüzün gibi duygu yoğunlukları yaşandığında daha çok tetiklendiği ortaya çıkarmıştır." dedi.

YALNIZLIK DUYGUSUNDA BOŞLUK HİSSİ YEMEK YİYEREK DOLDURULMAYA ÇALIŞILIYOR Duygusal yemenin düşük benlik saygısı ve yetersizlik duygularıyla ilişkili olduğunun da saptandığını dile getiren Uzman Klinik Psikolog Özgenur Taşkın, şöyle devam etti: "Kişilerin hayatlarında ya-

şadıkları olumsuzluklar yemek alışkanlıklarını ciddi anlamda etkiliyor. Ayrılmalar, aldatılmalar, kayıplar, işsizlik gibi yaşanan olumsuzluklar kişide ciddi anlamdan bir boşluk hissi yaratıyor. Yalnızlık duygusuyula baş edilememesiyle yeme bozuklukları başlayabiliyor ve sonrasında kişiler aidiyet duygusunu yitirebiliyor. Bu noktada boşluğu yemek yiyerek doldurmaya çalışıyorlar.

"BİTKİN YA DA SIKILMIŞ OLDUĞUNUZDA SORUNUN ÇÖZÜMÜNÜ BULACAĞINIZ ADRES BUZDOLABI DEĞİL" Oysa üzgün, öfkeli, yalnız, bitkin ya da sıkılmış olduğunuzda sorunun çözümünü bulacağınız adres buzdolabı değil. Bilmemiz gereken en önemli nokta, duygusal açlığın

yiyecekler ile doldurulamayacağıdır. İnsan yemek yediği anda kendini iyi hissedebilir ama yemek bittiğinde duygular bitmez üstelik kötü duyguların üstüne bir de fazladan alınan kilolar eklenebilir."

"BİLİNÇSİZCE YEMEK YEME YERİNE BİLİNÇLİ YEMEYİ ÖĞRENEBİLİRSİNİZ" Uzman Klinik Psikolog Özgenur Taşkın, sorunun çözümüne ilişkin de şunları kaydetti: "Duygularınızı ele almanın sağlıklı yollarını bulabilir, bilinçsizce yemek yeme yerine bilinçli yemeyi öğrenebilir, kilonuzu kontrol altına alıp duygusal gıda tüketimine son verebilirsiniz. Eğer siz de duygusal yeme noktasında kendinizi durduramıyorsanız mutlaka psikolojik destek almalısınız." dedi.

U19 Elit A Ligi 1. Grup Sezon 2023-2024

3.HAFTA			
YAĞLIDERESPOR	0	3	SAHİLSPOR
ÇITLAKKALESPOR	4	0	GÜRKÖYSPOR
GÜCE BELEDİYESPOR	0	3	DUROĞLU GELİŞİM
4.HAFTA			
ÇITLAKKALESPOR			YAĞLIDERESPOR
SAHİLSPOR			DUROĞLU GELİŞİM
GÜRKÖYSPOR			GÜCE BELEDİYESPOR
3.HAFTA			
KERASUSSPOR	1	2	SOKAKBAŞISPOR
ARMELİTSPOR	3	2	BAHÇELİEVLERSPOR
ÇAVUŞLU BELEDİYESPOR	0	3H	ASPSPOR
4.HAFTA			
ARMELİTSPOR			KERASUSSPOR
BAHÇELİEVLERSPOR			ÇAVUŞLU BELEDİYESPOR
SOKAKBAŞISPOR			ASPSPOR
3.HAFTA			
ÇEPNİSPOR	1	2	ÇAVUŞOĞLUSPOR
ALUCRASPOR	6	0	DARIKÖYSPOR
KARABULDUKSPOR	7	1	SEKA AKSUSPOR
4.HAFTA			
KARABULDUKSPOR			ÇEPNİSPOR
SEKA AKSUSPOR			ALUCRASPOR
ÇAVUŞOĞLUSPOR			DARIKÖYSPOR

MEHMET AKSU 2.AMATÖR LİG A GRUBU									
SIRA	TAKIM	O	G	B	M	A	Y	P	
1	DUROĞLU GELİŞİM	3	3	0	0	10	0	9	
2	SAHİLSPOR	3	3	0	0	9	2	9	
3	ÇITLAKKALESPOR	3	2	0	1	8	4	6	
4	GÜCE BELEDİYESPOR	3	1	0	2	7	7	3	
5	YAĞLIDERESPOR	3	0	0	3	2	12	0	
6	GÜRKÖYSPOR	3	0	0	3	0	11	0	
• İLK 2 PLAY-OFF OYNAR									

MEHMET AKSU 2.AMATÖR LİG B GRUBU									
SIRA	TAKIM	O	G	B	M	A	Y	P	
1	ARMELİTSPOR	3	3	0	0	8	3	9	
2	BAHÇELİEVLERSPOR	3	2	0	1	9	4	6	
3	ASPSPOR	3	2	0	1	7	5	6	
4	ÇAVUŞLU BELEDİYESPOR	3	1	0	2	7	5	3	
5	SOKAKBAŞISPOR	3	1	0	2	3	9	3	
6	KERASUSSPOR	3	0	0	3	4	12	0	
• İLK 2 PLAY-OFF OYNAR									

MEHMET AKSU 2.AMATÖR LİG C GRUBU									
SIRA	TAKIM	O	G	B	M	A	Y	P	
1	ALUCRASPOR	3	2	1	0	12	3	7	
2	ÇAVUŞOĞLUSPOR	3	2	1	0	4	2	7	
3	KARABULDUKSPOR	3	1	2	0	10	4	5	
4	ÇEPNİSPOR	3	1	0	2	6	7	3	
5	DARIKÖYSPOR	3	1	0	2	3	11	3	
6	SEKA AKSUSPOR	3	0	0	3	2	10	0	
• İLK 2 PLAY-OFF OYNAR									

1.Hafta			
BITEXEN GİRESUNSPOR	2-2	EMS YAPI SIVASSPOR	
CORENDON ALANYASPOR	1-3	FENERBAHÇE A.Ş.	
TÜMOSAN KONYASPOR	0-1	YILPORT SAMSUNSPOR	
ALTINORDU	3-0	EYÜPSPOR	
BOLUSPOR	1-1	İSTANBULSPOR A.Ş.	

3.Hafta			
BITEXEN GİRESUNSPOR	1-1	BOLUSPOR	
TRABZONSPOR A.Ş.	2-2	YILPORT SAMSUNSPOR	
CORENDON ALANYASPOR	0-1	ALTINORDU	
EYÜPSPOR	1-1	EMS YAPI SIVASSPOR	
TÜMOSAN KONYASPOR	2-2	İSTANBULSPOR A.Ş.	

5.Hafta			
BOLUSPOR	0-0	EYÜPSPOR	
TÜMOSAN KONYASPOR	4-0	BITEXEN GİRESUNSPOR	
CORENDON ALANYASPOR	0-2	EMS YAPI SIVASSPOR	
FENERBAHÇE A.Ş.	3-0	ALTINORDU	
TRABZONSPOR A.Ş.	2-1	İSTANBULSPOR A.Ş.	

7.Hafta			
FENERBAHÇE A.Ş.	4-1	EMS YAPI SIVASSPOR	
CORENDON ALANYASPOR	1-1	BOLUSPOR	
YILPORT SAMSUNSPOR	4-2	İSTANBULSPOR A.Ş.	
TÜMOSAN KONYASPOR	2-0	EYÜPSPOR	
TRABZONSPOR A.Ş.	6-1	BITEXEN GİRESUNSPOR	

9.Hafta			
ALTINORDU	1-0	EMS YAPI SIVASSPOR	
FENERBAHÇE A.Ş.	5-2	BOLUSPOR	
CORENDON ALANYASPOR	1-0	TÜMOSAN KONYASPOR	
TRABZONSPOR A.Ş.	4-0	EYÜPSPOR	
YILPORT SAMSUNSPOR	1-2	BITEXEN GİRESUNSPOR	

11.Hafta			
TRABZONSPOR A.Ş.	4-1	CORENDON ALANYASPOR	
ALTINORDU	1-0	BOLUSPOR	
YILPORT SAMSUNSPOR	2-2	EYÜPSPOR	
FENERBAHÇE A.Ş.	0-2	TÜMOSAN KONYASPOR	
İSTANBULSPOR A.Ş.	2-0	BITEXEN GİRESUNSPOR	

13.Hafta			
BOLUSPOR	1-1	EMS YAPI SIVASSPOR	
TÜMOSAN KONYASPOR	1-1	ALTINORDU	
CORENDON ALANYASPOR	1-2	YILPORT SAMSUNSPOR	
TRABZONSPOR A.Ş.	3-0	FENERBAHÇE A.Ş.	
EYÜPSPOR	4-2	İSTANBULSPOR A.Ş.	

15.Hafta			
TÜMOSAN KONYASPOR	1-1	EMS YAPI SIVASSPOR	
TRABZONSPOR A.Ş.	1-0	ALTINORDU	
FENERBAHÇE A.Ş.	1-0	YILPORT SAMSUNSPOR	
EYÜPSPOR	4-0	BITEXEN GİRESUNSPOR	
CORENDON ALANYASPOR	2-1	İSTANBULSPOR A.Ş.	

17.Hafta			
TRABZONSPOR A.Ş.	3-0	EMS YAPI SIVASSPOR	
YILPORT SAMSUNSPOR	2-2	ALTINORDU	
TÜMOSAN KONYASPOR	2-0	BOLUSPOR	
FENERBAHÇE A.Ş.	4-2	İSTANBULSPOR A.Ş.	
CORENDON ALANYASPOR	2-0	BITEXEN GİRESUNSPOR	

19.Hafta			
EYÜPSPOR	0-1	CORENDON ALANYASPOR	
YILPORT SAMSUNSPOR	1-0	EMS YAPI SIVASSPOR	
TRABZONSPOR A.Ş.	1-2	BOLUSPOR	
ALTINORDU	3-1	İSTANBULSPOR A.Ş.	
FENERBAHÇE A.Ş.	4-1	BITEXEN GİRESUNSPOR	

21.Hafta			
İSTANBULSPOR A.Ş.	-	EMS YAPI SIVASSPOR	
YILPORT SAMSUNSPOR	-	BOLUSPOR	
TRABZONSPOR A.Ş.	-	TÜMOSAN KONYASPOR	
FENERBAHÇE A.Ş.	-	EYÜPSPOR	
ALTINORDU	-	BITEXEN GİRESUNSPOR	

2.Hafta			
İSTANBULSPOR A.Ş.	2-2	EYÜPSPOR	
ALTINORDU	2-1	TÜMOSAN KONYASPOR	
YILPORT SAMSUNSPOR	5-1	CORENDON ALANYASPOR	
EMS YAPI SIVASSPOR	1-1	BOLUSPOR	
FENERBAHÇE A.Ş.	4-0	TRABZONSPOR A.Ş.	

4.Hafta			
EMS YAPI SIVASSPOR	2-2	TÜMOSAN KONYASPOR	
İSTANBULSPOR A.Ş.	1-2	CORENDON ALANYASPOR	
ALTINORDU	3-3	TRABZONSPOR A.Ş.	
YILPORT SAMSUNSPOR	1-2	FENERBAHÇE A.Ş.	
BITEXEN GİRESUNSPOR	3-3	EYÜPSPOR	

6.Hafta			
EMS YAPI SIVASSPOR	1-1	TRABZONSPOR A.Ş.	
ALTINORDU	0-1	YILPORT SAMSUNSPOR	
İSTANBULSPOR A.Ş.	1-4	FENERBAHÇE A.Ş.	
BOLUSPOR	1-3	TÜMOSAN KONYASPOR	
BITEXEN GİRESUNSPOR	1-3	CORENDON ALANYASPOR	

8.Hafta			
CORENDON ALANYASPOR	1-2	EYÜPSPOR	
BITEXEN GİRESUNSPOR	1-5	FENERBAHÇE A.Ş.	
EMS YAPI SIVASSPOR	0-7	YILPORT SAMSUNSPOR	
BOLUSPOR	2-3	TRABZONSPOR A.Ş.	
İSTANBULSPOR A.Ş.	1-2	ALTINORDU	

10.Hafta			
EMS YAPI SIVASSPOR	7-1	İSTANBULSPOR A.Ş.	
EYÜPSPOR	3-4	FENERBAHÇE A.Ş.	
TÜMOSAN KONYASPOR	1-0	TRABZONSPOR A.Ş.	
BOLUSPOR	1-1	YILPORT SAMSUNSPOR	
BITEXEN GİRESUNSPOR	0-4	ALTINORDU	

12.Hafta			
YILPORT SAMSUNSPOR	1-2	TÜMOSAN KONYASPOR	
EMS YAPI SIVASSPOR	2-0	BITEXEN GİRESUNSPOR	
EYÜPSPOR	1-1	ALTINORDU	
İSTANBULSPOR A.Ş.	3-1	BOLUSPOR	
FENERBAHÇE A.Ş.	2-0	CORENDON ALANYASPOR	

14.Hafta			
EMS YAPI SIVASSPOR	1-2	EYÜPSPOR	
İSTANBULSPOR A.Ş.	3-2	TÜMOSAN KONYASPOR	
BOLUSPOR	1-0	BITEXEN GİRESUNSPOR	
YILPORT SAMSUNSPOR	2-2	TRABZONSPOR A.Ş.	
ALTINORDU	4-0	CORENDON ALANYASPOR	

16.Hafta			
BITEXEN GİRESUNSPOR	0-2	TÜMOSAN KONYASPOR	
İSTANBULSPOR A.Ş.	0-4	TRABZONSPOR A.Ş.	
EYÜPSPOR	1-1	BOLUSPOR	
ALTINORDU	2-1	FENERBAHÇE A.Ş.	
EMS YAPI SIVASSPOR	3-2	CORENDON ALANYASPOR	

18.Hafta			
EYÜPSPOR	1-0	TÜMOSAN KONYASPOR	
İSTANBULSPOR A.Ş.	2-3	YILPORT SAMSUNSPOR	
BITEXEN GİRESUNSPOR	0-0	TRABZONSPOR A.Ş.	
EMS YAPI SIVASSPOR	2-1	FENERBAHÇE A.Ş.	
BOLUSPOR	2-0	CORENDON ALANYASPOR	

20.Hafta			
BITEXEN GİRESUNSPOR	-	YILPORT SAMSUNSPOR	
EYÜPSPOR	-	TRABZONSPOR A.Ş.	
TÜMOSAN KONYASPOR	-	CORENDON ALANYASPOR	
BOLUSPOR	-	FENERBAHÇE A.Ş.	
EMS YAPI SIVASSPOR	-	ALTINORDU	

22.Hafta			
BITEXEN GİRESUNSPOR	-	İSTANBULSPOR A.Ş.	
EYÜPSPOR	-	YILPORT SAMSUNSPOR	
CORENDON ALANYASPOR	-	TRABZONSPOR A.Ş.	
TÜMOSAN KONYASPOR	-	FENERBAHÇE A.Ş.	
BOLUSPOR	-	ALTINORDU	



Merkez

SÜLEYMAN ANAFOROĞLU® metal grup
metal sanayi ve ticaret A.Ş.
demir-sac-profil
paslanmaz - alüminyum - kompozit
www.anaforglu.com.tr
444 8 028



Alüminyum Şube

GİRESUN GÜNDEM SPOR

www.giresungundem.com

13 Nisan 2024 Cumartesi

Sayfa: 8



Lige veda maçlarını oynayan İç saha ve dış saha fark etmeksizin mağlubiyetler alan Giresunspor, yarın Kocaelispor ile karşılaşacak. HERKES PERDENİN KAPANMASINI BEKLİYOR

Trendyol 1. Lig'den düşmesi kesinleşen Giresunspor, bu sezon iç sahada sadece 1 maç kazanabildi. Transfer yasağı nedeniyle genç bir kadroyla sezona başlayan ekip, 28. haftada Erzurumspor FK deplasmanında aldığı 2-1'lik mağlubiyetle bir alt lige düşmüştü. Yeşil-beyazlılar, iç sahada istediği performansı gösteremedi. Kendi evinde oynadığı 29 maçta sadece Erzurumspor FK'yi 1-0 yenmeyi başarırken, 3 maçta berabere kaldı ve 10 maçı kaybetti. Sezon boyunca sadece 2 iç saha maçında gol atan Giresunspor, Kocaelispor ve Erzurumspor FK karşısında birer gol sevinici yaşadı.

DEPLASMAN

Bitexen Giresunspor Trendyol 1.Lig'in 30.haftasında deplasmanda Kocaelispor'la

karşılaşacak.

14 Nisan 2024 Pazar günü Yıldız Entegre Kocaeli Stadyumu'nda oynanacak karşılaşma saat 19.00'da başlayacak. Ligin ilk yarısında Giresun'da oynanan karşılaşmayı Kocaelispor 4-1 kazanmıştı. Giresunspor'da genç oyuncuların Ertuğrul Şenlikoğlu cezalı duruma düştü.

CEZA

Transfer tahtasını açmadığı için sezon başından bu yana genç oyuncuların ağırlıklı bir kadro ile yoluna devam etmek zorunda kalan ve ligin bitmesine haftalar kala küme düşmesi kesinleşen Çotanaklar'da Ertuğrul Şenlikoğlu hafta sonu deplasmanda Kocaelispor ile oynanacak maçta cezalı olduğu için forma giyemeyecek.

Haber: Hakan Çelebi



Trendyol 1. Lig ekiblerinden Bitexen Giresunspor'un kulüp başkanı Nahid Ramazan Yamak, en kısa zamanda genel kurul kararı alacaklarını bildirdi.

Camia olarak zor günlerden geçtiklerine dikkati çeken Yamak "Şunu bilmenizi isterim ki bu zorluklarla mücadele ederken yönetim kurulundaki arkadaşlarım ve ben hiçbir zaman Giresunspor'umuzu kişisel çıkarlarımız için kullanmadık, kendi ikbalimiz için ku-

Çok Geç Kalındı Çok!

lübümüzü zor duruma sokmadık. Aksine maddi kaynakları tüketilmiş, yaratılan büyük borç yükünün neden olduğu sorunlar ile boğuşan kulübümüzü yaşatmak amacıyla çaba harcadık. Ancak mevcutta gerçekleşen durum, bizlerin verdiği mücadele ve özveri ile maalesef ters orantılı olarak gerçekleşmiştir." dedi.

Yamak, şunları kaydetti: "Bizim 1 yılda yaptığımız çalışmalarla topladığımız kadar daha bir kaynağın sağlanması durumunda Giresunspor'umuzun maddi olarak düzlüğe çıkması gerçekleşmiş olacaktır. Geline nokta yönetim

kurulu olarak Giresunspor bayrağını daha ileriye taşıyacak insanların önünü açmak amacıyla mümkün olan en kısa sürede kongre kararı alacağımızı da belirtmek isteriz. Bizler göreve geldiğimizde karşılaştığımız elde edilemeyen sağlıklı mali verilerin aksine geçmişten farklı olarak kulübümüzün borç durumu, hesap ve defterleri şeffaflıkla tutulmuş olup, görev gelecekte olanlar için aynı şeffaflık ile bilgilerine sunulacaktır."

Giresunspor'un içinde bulunduğu durum ve süreçten yine camia ve taraftarlarla birlikte çıkacağını vurgulayan Yamak, şu değerlendirmede bulundu: "Çotanak Arma, kendine yapılanlara ve yaşanan tüm olumsuzluklara rağmen hala ayakta ve hep ayakta

durmaya devam edecektir. Bizler mücadele nedir iyi bilen bir şehrin ve ataların evlatları olarak, bu mücadeleyi de kazanacak güce ve inanca sahibiz. Ne mutlu bize ki takımını her şartta seven ve iyi gün, kötü gün ayırt etmeksizin armanın peşinden koşan Giresunspor sevdalıları var. Hep var olacaklar. Unutulmamalıdır ki sonuçlar, skorlar, ligler değişir ancak Giresunspor sevgisi ebedidir. Bu koşulsuz sevgiyle Giresunspor'umuz küllerinden yeniden doğacaktır."

Nahid Ramazan Yamak, kadroda yer alan genç oyunculara sahip çıkılmasını isteyerek, aralarında Türk futboluna uzun yıllar hizmet edebilecek gençler olduğuna inandıklarını ifade etti.

Haber: Osman Yılmaz



17 yaşındaki yetenekli futbolcu göz kamaştırıyor!

Bulancakspor'un yetenekli genç oyuncularından 17 yaşındaki Ertuğ Yakan, bu sezon çıktığı maçlarda gösterdiği performansla başka takımlara göz kırptı. A takımda da kadroda yer alan Ertuğ, U17'de gerçekleşen 4 maçta

10 gol atarak tüm dikkatleri üzerine çekti. Aynı zamanda takım kaptanı da olan Ertuğ, oynadığı futbolla birçok kişinin dikkatini çekmeyi başarıyor.

Haber: Hasan Selçuk Karabaş

Giresunspor U19'un Konuğu Komşu Samsunspor



Geride kalan haftada deplasmanda Fenerbahçe'ye 4-1 mağlup olan ve üzgün bir şekilde geri dönen Giresunspor, ligin 20. Haftasında Yılport Samsunspor ile karşılaşacak. Çotanak Spor Kompleksinde oynanacak olan müsabakanın başlama

saati ise 13.00. Yeşil-beyazlılar bu karşılaşma öncesi 1 galibiyet, 4 beraberlik, 12 mağlubiyet aldı ve 7 puan topladı. Rakibi Yılport Samsunspor ise 8 galibiyet, 5 beraberlik, 4 mağlubiyet alırken hanesine 29 puan yazdırdı.

Haber: Osman Yılmaz



Büyük Heyecan Bugün!

Süper Amatör Küme Play- Off mücadelesinde büyük final yarın 75.Yıl sahasında oynanacak. Maçın başlama saati :13.00

Yeniyoğspor ile Batlamaspor takımlarını karşı karşıya getirecek olan müsabaka için her iki tarafta heyecanlı bir şekilde bekleyiş içinde.

Yeniyoğspor Teknik adamı Ali Küçükbayrak, avantajlı tarafın kendileri olduğunu bunu da en iyi şekilde değerlendirmek istediklerini söyledi.

Küçükbayrak " İlk maçımızda almış olduğumuz galibiyet moralimizi üst seviyelere çıkardı. 2 puan ile öndeyiz. Batlamaspor karşısına kazanmak için çıkacağız. İş bitirmek ve Pazar günü Bölgesel Amatöre çıkış biletimizi almak istiyoruz. Bunu da başaracağız. Yeniyoğspor'a gönül

vermiş olan herkesi maça bekliyoruz " dedi.

TOMAK NELER SÖYLEDİ ?

Batlamaspor Teknik patronu Hüseyin Tomak ise koca bir sezona bedel bir karşılaşma oynayacaklarını, tek düşüncelerinin galibiyet olduğunu belirtti.

Maça her yönlü konsantre olduklarının altını çizen Tomak " Normal sezonda geriden geldik ve puan farkını 1 müsabaka seviyesine kadar düşürdük. Şimdi önümüzde çok önemli bir final var. Kazanarak Yeniyoğspor'un önüne geçmek ve camianın çok istediği Bölgesel Amatör Küme'ye yükselmek arzusunu taşıyoruz. Oyuncularımıza sonuna kadar güveniyorum. 7'den 70'e herkesi yanımızda görmek istiyoruz " diye konuştu.

Haber Merkezi