



**SERDAR DEMİRKAN**  
**MİMARLIK**

☎ 0454 216 32 45

Fatih Caddesi Taşhan İş Hanı Kat: 1 / GİRESUN

**BEREKET İNŞAAT**  
**SANAYİ TİCARET LİMİTE ŞİRKETİ**

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

1 Nisan 2024 Pazartesi

Sayfa: 1

Sayı: 6877

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

# MHP ise 17 oy fark sonrası Dereli'deki seçimlere itiraz etti İşte 16 İlçenin Yeni Belediye Başkanları

Giresun'da yerel seçimler dün yapıldı. Kesin olmayan sonuçlara göre dağılım şöyle oldu. CHP Merkez İlçe, Görele, Espiye, Bulancak'ta seçimleri kazanarak dikkat çekerken, İyi Parti Tirebolu'da Belediye seçimlerini rahat kazandı. CHP'nin Eynesil, Piraziz ve Tirebolu'da elinde bulunan Belediyeleri kaybetmesi ise dikkat çekti. Ak Parti ise Dereli'de 17 oyla farkla seçimleri kazandı. MHP Giresun İl Başkanı Abdullah Karaosmanoğlu ise "Seçimlere itiraz ettik. 17 oy fark var. Oyların yeniden sayılmasını talep ediyoruz" dedi. Duroğlu Beldesi Belediye-si'nde ise mevcut başkan Halil Çetin ise yeniden kazandı

- \* GİRESUN/MERKEZ: Fuat Köse (CHP)
- \* ALUCRA: Faruk Demirağ (Ak Parti)
- \* BULANCAK: Necmi Sıbiç (CHP)

- \* ÇAMOLUK: Ergün Bakırhan (Ak Parti)
- \* ÇANAKÇI: Tuncay Kasım (SP)
- \* DERELİ: Kazım Zeki Şenlikoğlu (Ak Parti)
- \* DOĞANKENT: Ruşen Özden (Ak Parti)
- \* ESPIYE: Erol Karadere (CHP)
- \* EYNESİL: Barış Güdük (MHP/Cumhuriyet İttifakı)
- \* GÖRELE: Hasbi Dede (CHP)
- \* GÜCE: Aytekin Boduroğlu (Ak Parti)
- \* KEŞAP: Tuncay Muhammet Arışan (Ak Parti)
- \* PİRİZ: Mahmut Esat Ayyıldız (Ak Parti)
- \* ŞEBİNKARAHİSAR: Ömer Şentürk (Ak Parti)
- \* TİREBOLU: Bülent Kara (İyi Parti)
- \* YAĞLIDERE: Yaşar İbaş (MHP).

Haber: Hakan Çelebi



## Vali Mehmet Fatih Serdengeçti, ODTÜ Robot Yarışmasının Şampiyon Takımını Ağırladı



Giresun Valisi Mehmet Fatih Serdengeçti, 20. Uluslararası ODTÜ Robot Günleri'nde Giresun'u temsil eden ve şampiyon olan Giresun Gençlik Merkezi Robot

Takımını kabul ederek başarılarının devamını diledi. Valilik makamında gerçekleştirilen kabulde, Giresun Gençlik ve Spor İl Müdürü Muzaffer Ergün başta olmak

üzere İl Gençlik Merkezi Müdürü Barbaros Ahmet Aydın, Robot Takım Sorumlusu Cahit Ensar Temür, takım danışman öğretmenleri ile öğrenciler yer aldı. **SAYFA 2'DE**

## Üst geçidin ayağına çarpan kamyonetteki 1 kişi öldü, 2 kişi yaralandı



SAYFA 3'TE

## Giresun Ticaret ve Sanayi Odası Mart Ayı Meclis Toplantısı Yapıldı



Giresun Ticaret ve Sanayi Odası 2024 yılı mart ayı meclis toplantısı 38 üyenin katılımı sonucu gerçekleştirildi. Meclis Başkanı Necmettin Şükrü Ataün nezinde yapılan toplantıda resmi gündem maddeleri görüşülüp karara bağlandı. **2'DE**



XVIII. YÜZ YILIN İLK YARISINDA GÖRELE (4)

(Yazısı Sayfa 5'te)



KIZILDERİLİLERİN AHLAK YASALARI

(Yazısı Sayfa 2'de)



**Giresun Belediyesi**  
**Giresun Tarihine Işık Tutuyor**

SAYFA 3'TE



**2023 Yılı 2'nci Dönem Buzığı Desteklemesi Müracaatları Başladı**

SAYFA 5'TE



# Vali Mehmet Fatih Serdengeçti, ODTÜ Robot Yarışmasının Şampiyon Takımını Ağırladı



*Mehmet ŞAN*

## KIZILDERİLİLERİN AHLÂK YASALARI

1 – Dua etmek için güneşle birlikte kalk. Tek başına dua et, sık sık dua et. Büyük Ruh dinler...

2 – Yollarında kaybolmuş olanlara karşı anlayışlı ol. Cehalet, kibir, öfke, kıskançlık ve açgözlülük, kayıp bir ruhtan kaynaklanır. Rehberlik bulmaları için dua et.

3 – Kendini, kendi kendine araştırmak, keşfet. Başkalarının senin yolunu senin için belirlemelerine izin verme. O senin, sadece senin yolundur. Diğerleri o yolu seninle birlikte yürüyebilirler, fakat hiç kimse o yolu senin için yürüyemez.

4 – Misafirlerine evinde saygılı davran. Onlara en iyi yiyeceklerini ver, en iyi yatağı ver ve onlara saygı ve onurla muamele et.

5 – Herhangi bir kişiden, bir topluluktan, bir çölden ya da bir kültürden olsun, senin olmayan şeyi alma. O ne kazanılmıştır, ne de verilmiştir. Senin değildir.

6 – Yeryüzü üzerindeki her şeye saygılı ol – ister insan, ister hayvan veya bitki olsun...

7 – Diğer insanların düşüncelerini, isteklerini ve sözcüklerini onurlandır. Başka birinin sözünü asla kesme, alay etme ya da taklidini yapma. Herkese kişisel ifadeleri için izin ver.

8 – Başkalarına asla kötü bir şekilde konuşma. Evrene bıraktığın negatif enerji, sana katlanmış olarak geri döner.

9 – Herkes hatalar yapar. Ve tüm hatalar bağışlanabilir.

10 – Kötü düşünceler zihinsel, bedensel ve ruhsal

hastalıklara neden olur. İyimser ol.

11 – Doğa bizim için değerlidir, o bizim için parçamızdır. Onlar senin dünyasal ailenin parçalarıdır.

12 – Çocuklar geleceğimizin tohumlarıdır. Onların yüreklerine sevgi ek ve bilgelik ve hayatın dersleriyle sula. Onlar büyürken, onlara büyümeleri için yer bırak.

13 – Başkalarının kalplerini incitmekten kaçın. Verdiğin acının zehiri sana geri döner.

14 – Her zaman dürüst ol.

15 – Kendini dengede tut. Senin Zihinsel ben 'in, Ruhsal ben 'in, Duyusal ben 'in ve Fiziksel ben 'in – hepsinin güçlü, saf ve sağlıklı olmaya gereksinimi var. Zihnini güçlendirmek için bedenini çalıştır. Duyusal rahatsızlıkları iyileştirmek için ruhsallıkta büyü.

16 – Kim olacağını ve nasıl davranacağını belirlerken bilinçli kararlar ver. Kendi eylemlerinin sorumluluğunu üzerine al.

17 – Başkalarının mahremiyetine ve kişisel yerlerine saygılı ol. Başkalarının kişisel eşyalarına dokunma, – özellikle kutsal ve dini eşyalarına. Bu yasaktır.

18 – İyi talihini başkaları ile paylaş.

19 – Başkalarının dini inançlarına saygı göster. Kendi inancını başkalarına kabul ettirmeye çalışma.

20 – Önce kendine karşı dürüst ol. Önce kendini besleyemezsen ve kendine yardım edemezsen, başkalarını besleyemezsin ve onlara yardım edemezsin..

**K**abul sonrasında Vali Serdengeçti, sosyal medya hesabından 'Tebrikler gençler!' başlığıyla yaptığı paylaşımda, "20. Uluslararası ODTÜ Robot Yarışmasında Labirent Çözen Robot kategorisinde Türkiye birinciliği kazanan Giresun Robot

Takımımızı Valiliğimizde misafir ederek başarılarının devamını diledik." ifadelerini kullandı.

Orta Doğu Teknik Üniversitesi tarafından geleneksel olarak düzenlenen 20. Uluslararası Robot Günleri 22-23 Mart tarihlerinde Ankara ODTÜ kampüsünde yapıldı.

Giresun adına yarışmaya katılan Giresun Gençlik Merkezi Robot Takımı, Labirent Çözen Robot kategorisinde Türkiye Şampiyonu oldu.

Giresun Gençlik Merkezi Robot Takımı; Hasan Can Girgeç, Burak Çoban, Berat Öğür, Serdar Çetin, Furkan Ensar

İlyas, Mustafa Yekta Denktaş, Ömer Said Sağlam ve Muhammet Talha Pehlivan'dan oluşmaktadır.

Danışman öğretmenler ise Enver Duran, Erkan Kaşık, Hakan Barutçu, Hasan Aydın ve Cahit Ensar Temur'dur.

**Haber: Osman Yılmaz**



## Giresun Ticaret ve Sanayi Odası Mart Ayı Meclis Toplantısı Yapıldı



**G**iresun Ticaret ve Sanayi Odası 2024 yılı mart ayı meclis toplantısı 38 üyenin katılımı sonucu gerçekleştirildi. Meclis Başkanı Necmettin Şükrü Ataün nezinde yapılan toplantıda resmi gündem maddeleri görüşülüp karara bağlandı.

Meclis toplantısının ardından Giresun Ticaret ve Sanayi Odası ortak komite toplantısı gerçekleştirildi. Komite ve sektörlerin sorun ve taleplerinin gündeme geldiği toplantıda, yaşanan ekonomik daralma ana gündem maddesi oldu. **Haber Merkezi**

1 Nisan 2024 Pazartesi	<b>GİRESUN GÜNDEM</b>	SAYI: 6877
<b>İmtiyaz Sahibi HATİCE CİCİ</b>		
<b>Sorumlu Yazı İşleri Müdürü Mustafa CİCİ</b>		
<b>Sayfa Sekreteri (Editör) Hakan ÇELEBİ</b>		<b>YÖNETİM MERKEZİ</b> Kapu Mah. Gazi Cad. Güven Çarşısı No: 89 Kat: 4 Daire No: 204 GİRESUN
<b>Muhabir Osman YILMAZ</b>		
<b>Muhabir Fatma UĞURLU</b>		<b>DİZGİ ve BASIM YERİ</b> Giresun Gündem Gazetesi Matbaası Kavaklar Mah. Soner Sk. No:3/2 GİRESUN
<b>İLAN VE REKLAM TARİFESİ</b>		
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.		
<b>YEREL SÜRELİ YAYIN</b>		
Gazetemizde yayınlanan Köşe Yazıları, tamamen yazarın şahsi görüş ve fikirleri olup; hukuken Giresun Gündem'i bağlamaz.		
<b>GİRESUN GÜNDEM, BASIN MESLEK AHLAKINA UYAR</b>		



## Vali Serdengeçti Başkanlığında, Yatırım Değerlendirme ve Koordinasyon Toplantısı Gerçekleştirildi



Giresun Valisi Mehmet Fatih Serdengeçti başkanlığında, Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği İl Müdürlüğü Yatırım Değerlendirme ve Koordinasyon Toplantısı gerçekleştirildi.

Vali Mehmet Fatih Serdengeçti başkanlığında, 29 Mart Cuma günü gerçekleştirilen toplantıya ilgili Vali Yardımcısı Mehmet Fatih Yakınoğlu ile Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği İl Müdürü Murat Cavunt ve diğer yetkililer katıldı.

Toplantının açılış konuşmasında Vali Mehmet Fatih Serdengeçti, il genelinde gerçekleştirilen çalışmaların ve yapılan yatırımların önemine vurgu yaparak, ilin daha yaşanabilir bir çevre ve daha sağlam bir altyapıya sahip olması için yapılan çalışmalara destek verilmesi gerektiğini ifade etti.

Açılış konuşmasının ardından Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği İl Müdürü Murat Cavunt tarafından kurumun çeşitli alanlardaki faaliyetleri hakkında detaylı bir sunum yapıldı.

Sunumda ilk olarak kurum teşkilat yapısı, personel durumu, mevcut durumda bulunan bina, lojman, tesis ve araç durumu aktarıldı.

Akabinde Hukuk Birimi ve yapı kooperatif çalışmaları ile Yerel Yönetimler

Şube Müdürlüğü, Milli Emlak Müdürlüğü, İmar ve Planlamadan Sorumlu Şube Müdürlüğü, Çevre Yönetimi ve Denetimi Şube Müdürlüğü, ÇED ve Çevre İzinleri Şube Müdürlüğü, Afet Koordinasyon ve İskân Şube Müdürlüğü, Yapı Denetimi ve Yapı Malzemeleri Şube Müdürlüğü, Proje Şube Müdürlüğü, Yapım Şube Müdürlüğü, Kentsel Dönüşüm Müdürlüğü ve Tabiat Varlıklarını Koruma Şube Müdürlüğü gibi önemli birimlerin faaliyetleri detaylı olarak sunuldu.

Toplantıda, ilin karşılaştığı ihtiyaçlar ve sorunlar da detaylı bir şekilde ele alındı. Bu sorunların çözümü için atılacak adımlar ve yapılacak çalışmalar belirlendi.

Yapılan sunum ve alınan kararların ardından katılımcıların soruları, katkıları, görüş ve önerileri dinlenerek toplantı sona erdi.

Vali Serdengeçti, toplantı sonrası sosyal medya hesabından yapmış olduğu paylaşımda "Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği İl Müdürlüğümüzün ilimiz genelinde yürüttüğü çalışmalar ve devam eden kamu yatırımları ile ilgili Değerlendirme ve Koordinasyon Toplantımızı gerçekleştirdik." ifadelerini kullandı.

**Haber: Fatma Uğurlu**

## Üst geçidin ayağına çarpan kamyonetteki 1 kişi öldü, 2 kişi yaralandı

Giresun'un Bulancak ilçesinde kamyonetin üst geçidin beton ayağına çarptığı kazada 1 kişi öldü, 2 kişi yaralandı.

Karadeniz Sahil Yolu'nun Ofran plajı mevkiinde İlyas Kır (60) idaresindeki 41 DE 024 plakalı kamyonet, sürücüsünün direksiyon hakimiyetini kaybetmesi sonucu üst geçidin beton

ayağına çarptı.

Kazada yaralanan sürücü ve beraberindeki Güllü ve Mehmet Kır (79), 112 Acil Sağlık ekiplerince Giresun Prof. Dr. İlhan Özdemir Devlet Hastanesi'ne kaldırıldı. Ağır yaralanan 59 yaşındaki Güllü Kır, müdahalelere rağmen hayatını kaybetti.

**GİRESUN (AA)**



## Giresun Belediyesi Giresun Tarihine Işık Tutuyor

"GİRESUN'UN SÖZLÜ TARİHİ; CUMHURİYET DÖNEMİNDE ŞEHİR VE İNSAN" ADLI KİTABIN TANITIM LANSMANI YAPILDI

Giresun Belediyesi Kültür Yayınları bünyesinde, "Giresun'un Sözlü Tarihi; Cumhuriyet Döneminde Şehir ve İnsan" adlı 3 ciltlik eserin tanıtım lansmanı yapıldı. Giresun'un tarihini ele alan eserin tanıtım lansmanı Giresun Belediyesi Düşünce Okulu'nda gerçekleştirildi.

Giresun Üniversitesi Sosyoloji Bölümü öğretim üyelerinden Doç. Dr. Mustafa Bakırcı'nın yürütücüsü olduğu ve yine Giresun Üniversitesi İletişim Fakültesi öğretim üyelerinden Dr. Öğr. Üyesi İsmail Cem Feridunoğlu'nun genel koordinatörlüğünü yürüttüğü "Giresun'un Sözlü Tarihi; Cumhuriyet Döneminde Şehir ve İnsan" başlığıyla üç cilt olarak

Giresun Belediyesi tarafından bastırıldı.

Tanıtım lansmanına; Giresun Belediyesi Başkan Yardımcısı Abdurrahman Demirel, Belediye Kültür Yayınları Şefi Ali Murat Yılmaz, projenin danışma kurulunda yer alan Nafiz Uğur Karabrahimoğlu, Tuncer Dervişoğlu, Güray Kubilay Yaman, Hüseyin Gazi Menteşeoğlu gibi isimlerin yanında Dr. Ruşen Topallı, Dr. Çetin Arslan, Giresun İlim Yayma Cemiyeti Başkanı Cemalettin Aydınoğlu, Giresun Üniversitesi'nden akademisyenler, öğretmenler ve çok sayıda davetli katılım sağladı.

Göreve geldikleri günden itibaren kültürel yayınlara büyük önem verdiklerini belirten Giresun Belediye Başkanı



Aytekin Şenlikoğlu: "Bu anlamda şehrin tarihine ve kültürüne ışık tutan çalışmaların hayata geçirilmesi bu durumun en önemli göstergesi. Bugüne kadar çıkardığımız sekiz yayın ile bir anlamda geleceğe miras bıraktık diyebiliriz. Son olarak

üç ciltlik bu Giresun'un sözlü tarihi adlı yayınımla da bu çalışmalarımızı sürdürdük ve sürdürmeye de devam edeceğiz. Bu tür çalışmalar gerçekten şehrimiz adına büyük bir kazançtır." dedi

**Haber: Hakan Çelebi**

## Vali Mehmet Fatih Serdengeçti, İftar Buluşmalarına Devam Ediyor

Giresun Valisi Mehmet Fatih Serdengeçti, Ramazan ayının bereketini yansıtan iftar programlarında toplumun farklı kesimleriyle buluşmaya devam ediyor. Bu kapsamda, 29 Mart Cuma günü Espiye L Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumunda gerçekleştirilen iftar programında adli ve idari erkân ile infaz koruma personelleriyle bir araya geldi.

İftar programına Vali Mehmet Fatih Serdengeçti başta olmak üzere Giresun Cumhuriyet Başsavcısı Zeynel Abidin Akkırız, Adalet Komisyonu Başkanı Adem Karataş,

Giresun Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Yılmaz Can, Vali Yardımcıları Mehmet Fikret Çavuş ve Dr. Davut Sinanoğlu, Espiye Kaymakamı Taner Tengir, İl Emniyet Müdürü Recep Güzelyazıcı, İl Jandarma Komutanı J. Kd. Albay Özgür Özer, Espiye Belediye Başkanı Mustafa Karadere, Bulancak Cumhuriyet Başsavcısı Emre Us, adli ve idari erkân ile infaz koruma personelleri katıldı.

Vali Serdengeçti, iftar öncesinde ve yemek sırasında infaz koruma personelleriyle samimi bir şekilde sohbet ederek, toplumun güvenliği ve düzeni için gösterdikleri çaba ve özverinin takdire şayan olduğunu vurguladı.

Espiye İlçe Müftüsü Osman Gülbe tarafından yapılan duaların ardından iftar gerçekleşti ve Vali Serdengeçti, katılımcılara hita-



ben bir konuşma yaptı.

Vali Serdengeçti, konuşmasında adli ve idari erkân ile infaz koruma personelleriyle bir araya gelmekten ve Ramazan ayının bereketini paylaşmaktan büyük memnuniyet duyduğunu belirtti.

Yetkililer de Vali Serdengeçti'ye ziyaretinden dolayı teşekkürlerini dile getirdi.

Vali Serdengeçti, iftar sonrası sosyal medya hesabından

yapmış olduğu paylaşımda ise "Dayanışma ve merhamet iklimi Ramazan-ı Şerif'in 19'uncu gününde düzenlenen iftar programında adli erkân ve infaz koruma personelleriyle bir araya geldik.

Yüce Mevla dua ve ibadetlerimizi kabul, birliğimizi daim eylesin." sözlerine yer verdi.

İftar programı, çekilen hatıra fotoğrafları ile sona erdi.

**Haber Merkezi**







Şaban Karakaya

## BUGÜN CUMARTESİ KONU ARŞİV BİLGİSİ

Merhaba sevgili dostlar,  
Merhaba değerli canlar,  
Bugünkü 'arşiv bilgisi'  
sohbetimizi;

Dereli İlçesi- Kuşluhan Ma-  
hallesinde bulunan ve tarihsel  
yaşı 10 asır olan 'Kuşluhan  
Kalesi' üzerine olacak...

Söz konusu tarihi Kale;  
Tarihsel arşivlere göre bun-  
dan bin yıl önce Cenevizliler  
tarafından yapıldığı belirtil-  
mektedir...

Ve küçük ölçekli bir Kale-  
dir...

Tarihi kayıtların ileri sürdü-  
ğü gerekçeyse;

Sahilden ve Aksu Vadisi  
üzerinden Şebinkarahi-  
sar arası Kervan yolunda,  
kervancılara gidip-gelişlerini  
gözetleme ve aynı zamanda  
güvenliklerini sağlama ve  
konaklama gereksinimlerini

sağlamak için yapıldığı ileri  
sürülmektedir...

Sonra aradan bir-iki yüzyıl  
geçer;

Çepni Boy Beyi Kuşdoğan  
bu Kale Yerleşkesine gelir...

Arşiv bilgileri bu tarihi 1301  
yılları olarak göstermektedir...

Çepni Boy Beyi Tayboğa  
1297 yıllarında Sinop yöresin-  
de ölünce, yerine 'Boy Beyi'  
olarak Kuşdoğan Bey geçer...

Çepni Türkmenlerinin lideri  
Kuşdoğan Bey, 1301 yılında  
Trabzon Pontus İmparatoru

2. Aleksios ile savaşır ve  
Giresun'u ele geçirir...

Aksu vadisindeki Pontuslu-  
ları kovalarken de -sohbetini  
yaptığımız- Cenevizlilerin  
yaptığı kaleye gelir...

Necmi Demir, araştırma-  
sında şöyle der;

"Giresun il merkezine 36

Km. Dereli ilçesinin 4 Km.  
güneyde Kuşdoğan Kalesi  
bulunmaktadır...

Kuşdoğan Kalesinin bu-  
lunduğu köyün adı; 1515 ve  
1530 tarihli Tahrir Defterlerin-  
de 'Karye-i Kuşdoğan' olarak  
kaydedilmiştir."

(Ayrıca Bulancak'ta da  
'Kuşdoğan Kalesi' vardır.)

Birde rivayetlere ve söylen-  
celere göre isim değişikliğine  
uğrar Kuşdoğan Kalesi veya  
Yerleşkesi...

Şöyle ki;

Vakti zamanında buraya  
yerleşmiş bir 'Beylik' ve Kale-  
de bir 'Han' vardır...

Flamasındaki armasında  
'kuş ve han' olduğu için kö-  
yün adının 'Kuşluhan' olarak  
buradan geldiğini söyleyenler  
var...

Bir başka rivayet veya  
söylence; Kale 'Kervan Yolu'  
üzerinde olduğu için, burada  
arpa-buğday gibi tahıl taşıyan  
kervancılara konakladığı bir  
Han vardır...

Bu konaklama sırasında  
Han'a arpa-buğday dökül-  
mektedir...

Dökülen bu tahılları yemek  
için çok kuş geldiği içinde bu  
yöre 'Kuşlu-Han' denildiği  
söylenmektedir...

İsim değişikliğini özetler-  
sek;



Kuşdoğan...

Kuşluğan...

Kuşluhan...

Kalesiyle birlikte algılanan  
yerleşke;

Aradan bin yıl geçmesine  
rağmen, onca kasırgalara  
kafa tutuyor...

Yaşanan onca felaketlere  
'bana mısın' demiyor...

Tarihsel onurunu koru-  
mak istercesine hala ayakta  
duruyor...

Ve bu bin yıllık tarihi süreç  
içerisinde;

Yaşanan doğa felaketleri  
tarihi kalenin bir taşını söke-  
miyor...

Arazisi kaleye yakın olan-  
lar, kalenin taşlarını söküp,  
tarlasının veya bahçesinin  
kenarına duvar yapıyor...

Kalenin altındaki var-olan  
mağarayı;

Bir zamanlar ineği-dana-  
sı ve koyunu olan çobanlar  
yağmurda ıslanmamak için  
sığınak yapıyordu...

Hatta ve hatta hayvanların  
kışın yiyeceği otlar ıslanıp çü-  
rümesin diye 'merek' niyetine  
kullanılıyordu...

'Kalenin altındaki mağara  
dedim de' aklıma geldi...

(Görselde görünen) bu  
mağara içinde bir not düşe-  
cek olursak;

Deniz ve dere kenarında  
bulunan birçok 'tarihi kale-  
lerde' olduğu gibi Kuşluhan  
Kalesinde de Aksu deresine  
merdivenle inilen gizli yolun  
çıkış kısmıdır az önce sözünü  
ettiğimiz mağara...

Bu 'arşiv bilgisi' sohbetimizi  
yapacağım birkaç öneriyle  
özetlemek istiyorum...

Ve naçizane diyorum ki;  
Başta yerel yönetsel güçler  
olmak üzere, merkezi yön-  
etim erkleri, isteseler bu soh-  
betini yaptığımız 'tarihi kaleyi'  
dokusuna uygun bir şekilde  
restore edebilirler...

Örneğin eksik aklımla  
söylüyorum;

Bürokratik yolculuk ta-  
mamlanıp ve gerekli restore  
(onarım) yapıldıktan sonra  
Kalenin üzerine yöreyle ilgili  
bilumum tarihi belgelerin  
arşivlenmesi için küçük bir  
MÜZE yapılabilir...

Müzezi ziyaret etmek için;

Hem Mağaranın bulundu-  
ğu taraftan ve hem de İlçe  
Devlet Hastanesi tarafından  
Kalenin dokusuna uygun  
-kara-taşlardan merdivenlerin  
yapılması düşünülebilir...

(Ki, yörede Allah'a şükür  
taş sıkıntısı da yok)

Ve en önemlisi de;  
Kalenin tarihçesi özetlene-  
rek tabelalar yaptırılabilir...

Ve herkesin göreceği,  
okuyabileceği yere monte  
edilebilir...

Gelecek cumartesi;

Bir başka 'arşiv sohbe-  
tinde' buluşmak üzere kalın  
sağlıcakla...

# GÜNDEM AJANS

HİZMETİNİZDE...

İNİSERT

1

Her  
türlü insert  
tasarımın  
profesyonel  
bir biçimde  
hazırlanır...

GAZETE TASARIM

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

DERGİ TASARIM

2  
Dergileriniz tasarımı  
artık çok daha  
kaliteli olacak

4

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

3

Katalog  
tasarımlarınız  
artık adından söz  
ettirecek kalitede  
olacak...

5

VE  
dahası...





## Şükrü ÇOBAN

### XVIII. YÜZ YILIN İLK YARISINDA GÖRELE (4)

Bu olaylardan sonra Görele yöresinden 600 hane, Sandıklı başta olmak üzere yurdun değişik yerlerine dağıtıldığını daha önceki yazılarımda paylaşmıştım.

Devam edelim:  
"Görele Kazası'nda Çavuş Karyesi'nden İkizoğlu Hacı Osman ve oğlu Mehmet nam şakiler, Çepni tarifelerini tahrik ettiklerinden yakalanıp cezalarının verilmesi, Espiye Madeni tarafına firar edenlerin de Maden Emni Ebubekir tarafından yakalanması istendiği hatırlatılarak, Trabzon Mütesellimi'nin de eşkiyayı teftişine memur olduğu Mart 1733 tarihli yeni bir hükümlerle bildirilmiştir." (Sayfa: 191-192)

Espiye Maden Emni Ebubekir görevini hakkıyla yapamamış olmalı ki, bu görev Erzurum Valisi İsmail Paşa'ya verilmiş görünüyor. İşte belgesi:

"Çepni tarifesinin eşkiyalığın önlenmesi ve iskanları, mahalli yetkililer tarafından gerçekleştirilemeyince Erzurum Valisi İsmail Paşa, Müfettiş olarak görevlendirilmiştir." (Sayfa: 192)

O zamanın eşkiyaları da yaman eşkiyaymış anlaşılıyor!

Acaba eşkiyalarla işbirliği yapan görevliler de mi vardı?

Eşkiyalık o yüzden mi önlenemiyordu?

Okuyalım:

"Darphane Nazırı Sadullah arzuhal gönderip, halen Görele Voyvodası ve Tonya zeameti zaptına memur olan (Üçüncü)oğlu Ömer cesur ve güçlü olmasından dolayı, Gümüşhane ve Espiye madenlerini eşkiyadan korunması ve maden nakli vazifesini başarıyla ifa etmektedir.

Yeniden Görele ve Tonya zeametlerinin uhdesine verilmesini ister.

Bu talep hizmetinin devamı şartıyla kabul edilmiştir.

Eşkiyanın üstüne kararlılıkla gidilmiş olacak ki bir kaç yıl zarfında haklarında şikayete rastlanmıyor." (Sayfa:192)

Görele eşkiyalar tarafından basıldığında, Görerele Voyvodası(Kaymakamı) Üçüncü Ömer Paşa'nın yeğeni Üçüncü Mehmed'dir.

Yazının sonuna geliyoruz, ara vermeden devam edelim:

"Sancağında(Trabzon Sancağı) türeyen eşkiyayı karşı sert tedbirler alan Mutassarrıf Üçüncü oğlu Ömer Paşa, eşkiya ve eşkiya

hamisi nüfuzlu kimselerin de husumetini kazanmıştı.

Denizli Bölgesi'nde zuhur eden Sarıbeyoğlu Mustafa'nın tedibi ile görevlendirilen Üçüncü Ömer Paşa'nın, sancaktarı uzaklaşmasını fırsat bilen hasımları harekete geçerler.

Ser-i cemiyet olan şakilerden Göreleli Yavaşca Mehmet, Sipahioğlu Ahmet, Hacı Bayraktar, Hacı İbrahim, Dalaveroğlu Süleyman vs. eşkiya Ömer Paşa'dan intikam almak kastıyla bundan önce Canik'e Varıp şer ve şekavete cesaret etmekten başka, bu defa üç binden fazla eşkiya ile Üçüncü Ömer Paşa'nın hanesini basıp yağmalama, cami ve medreseyi tahrip, müftünün eşya ve kitaplarına zarar verirken başka, nice bakire kız ve kadınların ırzları tecavüzde bulunan eşkiyanın bertaraf edilmesi hususu muhassıla ve yakın sancakların yetkililerine yazılır.

1739 yılı itibarıyla Sarıbeyoğlu(Denizli Bölgesi'nde) da ortadan kaldırılmış, Üçüncü Ömer Paşa'nın da, sancağına(Trabzon) avdet etmekte olduğu haber verilerek gereken ihtimamın gösterilmesi bildirilmiştir.

Muhtemelen Üçüncü Ömer Paşa'nın dönüşüyle eşkiyanın cemiyeti dağıtılıp, bir kısmı ortadan kaldırılken, bazıları da hapsedilmiştir.

Belgenin derkenarında hadisenin ileri gelenlerinden Hacı İbrahim'in Kırım Hanı'nın iltimasıyla Ocak 1741 tarihinde serbest bırakıldığı kaydı bu görüşümüze teyid etmektedir." (Sayfa: 275)

Başta adını verdiğim kiptan aldığım notlar burada bitiyor.

Yazının başında, aldığım notları yazarken, yazıyı fazla uzatmamak için, araya girmemeye çalışacağımı söylemişim.

Sözümü tutmaya çalıştım...

Burada paylaştığım belgeler, yöre tarihine ışık tutacak bilgiler içeriyor.

Umarım arkadaşlar tarafından değerlendirilir.

Görev ilgi duyan genç arkadaşlara düşüyor.

Yazıyı güzel bir dörtlülle bağlamak istiyorum;

"Uzaktan gelmişim yorgunum hancı,

Şuraya bir yatak ser yavaş yavaş.

Aman karanlığı görmesin gözüm,

Beyaz perdeleri ger yavaş yavaş."

Bekir Sıtkı Erdoğan



## 2023 Yılı 2'nci Dönem Buzağı Desteklemesi Müracaatları Başladı

Giresun İl Tarım ve Orman Müdürlüğü'nden yapılan açıklamada, "Hayvancılık Desteklemeleri Uygulama Tebliği kapsamında yürütülecek olan 2023 yılı buzağı desteklemesinden; en az 4 ay (120 gün) yaşamış ve programlı aşılara (dişilerde brusella ve şap, erkeklerde şap) tamamlanmış olan Türkvet ile E-ıslah veri tabanlarına kayıtlı 2023 yılı doğumlu buzağılar faydalandırılacaktır.

Yetiştiriciler, desteklemeyi hangi yetiştirici/üretici örgütü üzerinden almak istiyorlarsa almak istedikleri örgüt üzerinden, soy kütüğü ilave desteklemesi alacaklar damızlık siğir yetiştiricileri il birlikleri üzerinden; herhangi bir örgüte üye olmayanlar ise doğrudan il/ilçe müdürlüklerine başvururlar.

Buzağı Desteklemesi için 2'nci Dönem başvuruları;

1 Nisan 2024 tarihi itibarıyla başlamış olup, başvurular 17

Haziran 2024 tarihinde sona erecektir.

Destekleme buzağının doğduğu işletmeye ödenecek olup, doğduğu işletmede 120 günü tamamlama şartı aranmaktadır.

Birinci dönemde başvurusu olan yetiştiriciler, ikinci dönemde tekrar başvuru yapamaz.

Süresi geçtikten sonra yapılan tüm başvurular geçersizdir. Başvurular destekleme yılı için geçerlidir.

İlkinde buzağılama yaşı en fazla 960 gün veya destekleme kapsamındaki buzağılaması ile bir önceki buzağılaması arasındaki süre en fazla 600 gün olan ineklerden doğan buzağılara ilave üreme parametresi uygunluk desteği verilir. Bu parametreler e-ıslah kayıtlarından, e-ıslahta kayıtlı olmayan ineklerin ise e-ıslahta kayıtlı buzağılardan hesaplanır.



Buzağı desteklemesi kapsamında buzağı başına verilecek olan destek tutarları listelenmiştir;

1) Temel Destek: 1.150 ₺/baş

(Giresun ili dahil 22 ilde temel desteğe ilave olarak verilen 400 ₺/baş eklenmiş halidir.)

2) Üreme Parametreleri Uygunluk Desteği: İlave 300 ₺/baş

3) Suni Tohumlamadan Doğan Buzağı Desteği: İlave

450 ₺/baş

4) Döl Kontrolü Kapsamında Doğan Buzağı Desteği: İlave 200 ₺/baş

5) Soykütüğü ve Genomik Değer Tespiti İlave Desteği: Bakanlıkça soykütüğü sınıfına göre ilave edilmektedir.

Tebliğe göre "Destekleme süreci içerisinde ve ilgili mevzuat kapsamında, buzağılarının küpeletilmesi, TÜRKVET ve e-ıslah kayıt sistemlerine kaydedilmesi, programlı aşılırlarının yaptırılması ve işletme bilgileri ile desteklemeye esas verilerin kayıt sistemlerinde güncellenmesinden" yetiştiriciler sorumlu olacaktır.

Hayvancılık desteklemeleri konusunda daha ayrıntılı bilgi almak isteyen üreticilerimiz; Giresun merkezde Hayvan Sağlığı ve Yetiştiriciliği Şube Müdürlüğümüze, ilçelerde ise Tarım ve Orman İlçe Müdürlüklerimize başvurabilirler." ifadelerine yer verildi.

Haber Merkezi

## Vali Serdengeçti, Üniversite Öğrencileriyle İftarda Buluştu

Giresun Valisi Mehmet Fatih Serdengeçti, iftarda toplumun farklı kesimleriyle bir araya gelmeye devam ediyor.

Ramazan ayı içerisinde; Şehit aileleri ve Gaziler başta olmak üzere toplumun değişik kesimleri ile iftar buluşmaları yapan Vali Serdengeçti, 30 Mart Cumartesi akşamı da Giresun Seyyid Vakkas Erkek Öğrenci Yurdunu ziyaret ederek, iftarını öğrencilerle birlikte açtı.

İftar programında Vali Mehmet Fatih Serdengeçti başta olmak üzere Vali Yardımcısı Mehmet Fikret Çavuş, Gençlik ve Spor İl Müdürü Muzaffer Ergün, yurt yetkilileri ve öğrenciler yer aldı. İftar öncesi öğrencilerle birlikte sıraya giren Vali Serdengeçti, samimi bir ortamda



öğrencilerle iftar yaparak sohbet etti.

Yemek sırasında öğrencilerle yakından ilgilenen Vali Serdengeçti, gençlerin karşılaştıkları sorunları dinledi ve onlara her zaman destek olacağını vurguladı.

Yapılan duaların ardından iftar programında Vali Serden-

geçti, öğrencilere hitaben bir de konuşma gerçekleştirdi.

Vali Serdengeçti, konuşmasında gençlerin önemine vurgu yaparak, onların ülkenin geleceği olduğunu belirtti. Gençlerin eğitimlerine önem vermelerini, her şeyden önce iyi insan olmalarını, erdem ve fazileti ön planda tutarak hedeflerine

ulaşabilmek için azimli olmaları gerektiğini ifade etti.

Öğrenciler ise Vali Serdengeçti'nin ziyaretinden dolayı memnuniyetlerini dile getirerek teşekkür etti.

Vali Serdengeçti, öğrencilerle yaptığı iftarla ilgili olarak sosyal medya hesabından yapmış olduğu paylaşımda "Yolunuz, bahtınız hep açık olsun gençler! Sevginin, samimiyetin bol olduğu bir iftar sofrasında ilimizde eğitim gören değerli öğrencilerimizle buluştuk ve onların fikirlerinden istifade ettik." sözlerine yer verdi.

Haber: Mustafa Cici



## Sağlık Köşesi

## Sahuru Atlamayın

**R**amazan Ayı beslenme düzenindeki değişiklikleri de beraberinde getirdi. Uzman Diyetisyen Yeşim Nurdan Özkorucuklu, bu dönemde beslenme alışkanlıklarının korunması gerektiğini, özellikle besin ve enerji ihtiyacının dengeli bir şekilde karşılanmasının Ramazan ayının sağlıklı bir şekilde geçirilmesine katkı sağlayacağını belirtiyor.

Her yıl olduğu gibi bu yıl da oruç ibadeti başladı ve iftar sofraları kuruldu. Oruç, bedenimize çeşitli etkilerde bulunurken, bu süreçte nelere dikkat etmeliyiz? Moodist Hastanesi'nden Uzman Diyetisyen Yeşim Nurdan Özkorucuklu Ramazan Ayı'nda beslenme planına dikkat edilmesi gerektiğini belirtiyor. Özkorucuklu önemli olan detayları şu şekilde aktarıyor: "Ramazan ayında yaklaşık 12-14 saati bulan uzun açlıklar yaşanıyor. Kalabalık iftar sofraları tatlılar ile sonlanıyor. Su tüketimi zaman yok diyerek ihmal ediliyor. Orucun bedenimize faydalı olması ve zinde kalabilmemiz için beslenme düzenimizde dengeyi kurmalıyız. İhtiyaçlarımız doğrultusunda ramazan ayında yeterli ve dengeli bir şekilde beslenmemizi



düzenlediğimizde, uzun süreli açlığın neden olduğu kan şekeri düzensizlikleri, yüksek tansiyon, yüksek kolesterol, artan vücut kütlesi gibi riskleri azaltmış oluruz."

Uzun süreli açlık ile birlikte kişide ortaya çıkabilecek kan şekeri düşmesi, açlık hissinin daha yoğun yaşanması, yorgunluk, işte performansın düşmesi, huzursuzluk, sinirlilik gibi bazı problemlerin önüne geçebilmek için sahurun atlanmaması gerektiğini belirten Uzman Diyetisyen Yeşim Nurdan Özkorucuklu, Ramazan'ın ikinci haftasından sonra yavaşlayacak olan metabolizmanın öğün atlayarak daha da yavaşlatılmaması gerektiğini belirtiyor. Aynı zamanda Özkorucuklu sahur yapılmamasının iftarda daha çok yemek yemek anlamına geldiğini ve bunun da sindirim sorunlarına neden olduğunu söylüyor.

**Sağlıklı Sahur için Öneriler:**

1. Gün boyu açlık hissetmemek için sahurda protein ağırlıklı beslenin. Özellikle gün aşırı haşlanmış yumurta ve tuzsuz peynir sahur sofralarından eksik edilmemelidir.
2. Sahurda yer verilecek süt ve süt ürünleri vücudun enerji ihtiyacının karşılanma-



sına yardımcı olacaktır.

3. Sahurda 3-4 dilim tam tahıllı veya çavdarlı ekmeğe, uzun süreli toklukla beraber yüksek lif içeriğinden dolayı bağırsaklarınızın iyi çalışmasına destek olduğu ve glicemik indeksi düşük olduğu için tercih edilmelidir.

4. 3 adet kuru kayısı, erik ya da inciri 1 bardak ılık su ile tüketmek değişen bağırsak alışkanlıklarınıza destek olacaktır.

5. Ramazan ayında vücudun susuz kalmaması için özellikle su içeriği yüksek besinlere de yer verilmelidir. Sahurda susuzluğumuzu gidermek için bol bol may-

danoz, salatalık, dereotlu, kıvırcık gibi su oranı yüksek olan sebzelerin yanında; cacık, komposto, yoğurt gibi sıvı besinleri de tüketmek gerekir.

Uzman Diyetisyen Yeşim Nurdan Özkorucuklu, sağlıklı bir iftar için en önemli noktanın bütün gün boş olan mideyi yormadan yemek yemek olduğunu belirtiyor. Özkorucuklu şöyle devam ediyor: "Bu yüzden yavaş yavaş yiyerek veya zaman zaman da durarak midenizi dinlendirin. Uzun süreli açlık sonrası hızlı ve kontrolsüz bir şekilde yemek yemek hazımsızlığa, anlık şeker

ve tansiyon yükselmelerine sebep olabilir. Bunu önlemenin en güzel yolu iftarı su ile açmak, hurma ve zeytin ile devam etmek olacaktır. Mide, 1 kase çorba tüketildikten sonra 10-15 dakika dinlendirilmelidir. Ardından aşırı tuzlu, baharatlı, yağlı, kızartma olmayan ana yemeğe geçebilirsiniz."

**SAĞLIKLI İFTAR İÇİN ÖNERİLER:**

- Orucunuzu 1-2 adet hurma ile açarak kan şekerinizi dengeleyin.
- Orucunuzu açtıktan sonra 10-15 dakika bekleyin ve dinlenin.
- Daha sonra sebze veya

tahıllı olan ılık yarım kase çorba ile devam edin.

- 2-3 köfte büyüklüğünde et/tavuk/balık veya 6-7 yemek kaşığı etli sebze yemeği tüketin.

- Karbonhidrat grubundan 2-3 dilim tam buğday-tahıllı ekmeğe, 1 üçgen dilim pide, 4-5 kaşık kepekli, sebzeli makarna, pilav veya 1 dilim sebzeli-peynirli börekten birini tercih edin.

- Yoğurt, cacık, ayran gibi proteinli ve kalsiyum içeriği yoğun olan yiyeceklerden 1 porsiyon mutlaka tüketin.

- Çay ve kahve tüketimini yemekten 1 saat sonraya bırakın. Sonrasında susuz kalan vücudun sebep olduğu baş ağrılarını azaltmak ve uyku kalitesini artırmak için kafeinsiz çay, bitki çayı veya su tüketin.

- Hem midenizin rahatlatması hem de mineral desteği açısından iftardan 1-2 saat sonra 1 şişe maden suyu tüketin.

- Yemekler ile birlikte su içmeyin. Bu sizin midenizin genişlemesine neden olacaktır. İftardan 30 dk sonra başlayıp sahura kadar 2 litre su tüketin.

- Şerbetli tatlılar yerine iftardan sonra yapılacak ara öğünde sütlü tatlı-dondurma-meyve tüketin.

- Lokmalarınızı çiğnemenin ve hızlı yutmayın, yavaş yavaş tadına vararak yemek yiyeceğiniz.

## Ramazan'da 'Akdeniz Tipi Beslenme' Önerisi

**A**kdeniz Tipi Beslenme; sağlıklı yağlar, lif, antioksidanlar

ve vitaminler bakımından zengin olan bir beslenme tarzıdır. İstanbul Okan Üniversitesi Hastanesi'nden Dyt. Selin, akdeniz tipi beslenme hakkında bilgilendirmelerde bulundu.

Ramazan'da Akdeniz tipi beslenme sağlıklı ve dengeli bir beslenme planı sunar. İşte bu tarz bir beslenmeyi destekleyen öneriler:

1. **ZEYTİNYAĞI:** Yemeklerde ve salatalarda zeytinyağı kullanın. Doymamış yağ asitleri içerir ve sağlıklı bir yağ kaynağıdır.

2. **TAZE SEBZELER:** Bol miktarda sebze tüketin. Salatalar, yemeğin yanında garnitür olarak veya çiğ sebzeler şeklinde tüketilebilir.

3. **MEYVELER:** İftar sonrası tatlı ihtiyacını meyvelerle karşılayabilirsiniz. Özellikle taze meyveler tercih edin.

4. **BAKLAGİLLER:** Nohut, mercimek, fasulye gibi baklagiller, protein ve lif açısından zengin besinlerdir. Hem

tokluk hissi sağlarlar hem de sindirimi kolaylaştırırlar.

5. **BALIK:** Haftada en az birkaç kez balık tüketmeye çalışın. Somon, sardalya gibi yağlı balıklar omega-3 yağ asitleri açısından zengindir.

6. **TAM TAHİLLAR:** Beyaz ekmeğe yerine tam buğday ekmeği veya kepekli ekmeğe tercih edin. Bulgur, esmer pirinç gibi tam tahıl ürünleri de kullanabilirsiniz.

7. **KURUYEMİŞLER:** İftardan sonra veya sahurda kuruyemiş tüketebilirsiniz. Ceviz, badem, fındık gibi sağlıklı yağlar içeren kuruyemişlerden bir avuç tüketmek faydalı olabilir.

8. **AZALTILMIŞ TUZ:** Yemeklerde tuzu azaltın, yerine baharatlar ve otlar kullanarak lezzetlendirin.

9. **SU TÜKETİMİ:** Sahur ve iftarda bol su içmeyi unutmayın. Susuzluk hissinin gidermek için çay ve kahve yerine su tercih edin.

10. **ARA ÖĞÜNLER:** Akdeniz diyetinde ara öğünler önemlidir. İftardan sahura

uzanan sürede, özellikle sağlıklı atıştırmalıklar tercih edebilirsiniz.

Bu önerilerle Ramazan boyunca dengeli ve sağlıklı bir beslenme programı uygulayabilirsiniz. Herhangi bir sağlık sorununuz varsa veya özel bir diyetiniz varsa, doktorunuza veya bir beslenme uzmanına danışmanız önemlidir.

Akdeniz tipi beslenme insan sağlığına birçok şekilde yardımcı olabilir:

1. **KALP SAĞLIĞI:** Akdeniz tipi beslenme, doymamış yağlar bakımından zengin olan zeytinyağı ile sağlıklı yağları içerir. Bu, kalp-damar hastalıkları riskini azaltabilir.

2. **DIYABET RİSKİNİ AZALTMA:** Akdeniz diyeti, tam tahıllar, lifli gıdalar, meyve ve sebzelerle zengindir. Bu da kan şekeri seviyelerini dengede tutarak tip 2 diyabet riskini azaltabilir.

3. **ANTIÖKSİDAN VE ANTI-ENFLAMATUAR ETKİLER:** Meyve, sebze, zeytinyağı ve balık gibi Akdeniz diyetinin bileşenleri, antioksidanlar ve anti-enfla-



matuar bileşikler içerir. Bu da hücresel hasarı azaltabilir ve iltihabı önleyebilir.

4. **KİLO KONTROLÜ:** Akdeniz tipi beslenme, dengeli ve doğal bir şekilde beslenmeyi teşvik eder. Düşük işlenmiş gıdalar, az miktarda kırmızı et ve sağlıklı atıştırmalıklar içermesi kilo kontrolüne yardımcı olabilir.

5. **KEMİK SAĞLIĞI:** Ak-

deniz diyetinde sıkça tüketilen yoğurt, peynir ve badem gibi besinler, kalsiyum ve D vitamini gibi kemik sağlığı için önemli olan bileşenler içerir.

6. **UZUN ÖMÜRLÜLÜK:** Akdeniz bölgesinde yaşayan insanlar arasında uzun ömürlülükle ilişkilendirilen bir beslenme tarzıdır. Bu beslenme tarzıyla ilişkili olan

sağlık faydaları, uzun ve sağlıklı bir yaşamı destekleyebilir.

Bu nedenlerden dolayı, Akdeniz tipi beslenme birçok araştırma tarafından sağlıklı bir yaşam tarzı olarak önerilmektedir. Bu beslenme tarzını benimsemek, genel sağlığınızı iyileştirebilir ve hastalıklara karşı koruyucu bir rol oynayabilir.



## Voleybol Küçük Kızlar Şampiyonu 1957 Espiyespor



Voleybol İl Temsilciliğinin 2023-2024 sezonu faaliyet programında yer alan Küçük Kızlar İl Birinciliği müsabakaları 23 Şubat - 28 Mart tarihleri arasında 19 Eylül Spor Salonunda oynandı. Dereceye giren takımlara kupa ve madalya takdim edildi.

Katılan ve dereceye gi-

ren tüm takımlarımızı tebrik ederiz.

Sıralama:

1. 1957 Espiyespor
2. Bulancak Belediye Betonspor
3. 1977 Çınarlar Cumhuriyet O.O. Spor A
4. Gençlikspor
5. 1977 Çınarlar Cumhuriyet O.O. Spor B

**Haber: Osman Yılmaz**

Kick Boks Milli Takım Antrenörü Fazıl Karaman, Giresun için özel bir gün yaşandığını ifade etti.

## 'İlk Defa Ring Heyecanı Yaşadılar'



Karaman "İlimizde ilk defa gerçekleştirilen Muay Thai okul sporları il seçmesinde 60 sporcumuz ilk defa ring heyecanı yaşadı. İlk defa kurulan Ring ile artık sporcularımız daha profesyonel hazırlanarak uluslararası ve ulusal anlamda başarılar kazanacaktır, Bizlere bu imkanı sunan

Giresun Gençlik ve Spor İl Müdürlüğüne, Muzaffer Ergün beye, Spor Şube Müdürümüz Halil Demirel'e Okul sporları Şube Müdürü Abdurrahman Genç ve Koordinatör Ökkeş Remzi Çiloğulları'na şükranlarımızı sunarız" dedi.

**Haber: Hakan Çelebi**

## Futbol Aday Hakem Kursu Açılıyor

Türkiye Futbol Federasyonu, Türkiye genelinde aday hakem kurslarını açıyor. Hakemlik kariyerine başlamak isteyen herkes aşağıdaki belirtilen siteyi ziyaret ederek başvuru formunu doldurarak ilk adımı atabilir.

Başvuru Şartları

- 15-30 yaş aralığında olmak
- Atletik yapıya sahip olmak
- Erkekler için en az 1.70 metre
- Kadınlar için ise en az 1.60 metre
- Son başvuru 12 Nisan 2024
- Online sınav 20 Nisan 2024

Atletik test 21 Nisan 2024

Aday Hakem Kursuna katılmak için başvuru.tff.org sitesini ziyaret edebilirsiniz.

Başarılı olan adaylar, aday hakem olarak hakemlik kariyerine başlayacak.

**Haber: Osman Yılmaz**



## Süper Amatör Kümede normal sezonu zirvede tamamlayan Yeniolspor, Play-off maçlarına gözünü dikmiş durumda Demir, Çıkacaklarına İnaniyor

Güzel bir sezon geçirdiklerini belirten Yeniolspor Başkanı Naim Demir, "İyi bir sezon geçirdiğimize inanıyorum. Play off'taki rakiplerimizle de oynamıştık. Kimisiyle berabere kalırken, kimisini de yendik. Sezonun ilk maçında Ali Durağı'yla oynadığımız maçı 3-2 kaybetmiştik. Orada rakibi küçümsedik. Sezonun ilk maçıydı ve kendi oyunumuzu ortaya koyamadık. O günden sonra mağlubiyet yaşamadık. 22 maçlık bir periyotta sadece 1 mağlubiyet, 3 beraberlik aldık. Play off'ta da çıkıp, bu zamana kadar nasıl oynadıysak, buralara nasıl geldiysek, bu ligi nasıl lider olarak bitirdiysek çıkıp topumuzu oynayacağız. Mutlu sona ulaşacağımıza inanıyorum. Çünkü çok emek verdik, masraf ettik. Yeniolspor camiası ve taraftarı bunu hak ediyor. Takımımın da elinden gelen her şeyi yapacağına, bu ligde şampiyon olacağımıza canı gönülden inanıyorum. Rakibimizin bir tanesi Espiye takımı Es Es ki son hafta da zaten onlarla oynadık. Espiye'de 90+6'da şanssız bir penaltı pozisyon sonucu rakibimizle 1-1 beraber kaldık. Burada kendi evimizde oynayacağız. Merkez'de, Et- başoğlu Stadı'nda. Galip gele-



ceğimize inanıyorum. Ardından Batlamaspor'la oynayacağız. Batlamaspor'la da oynayacağımız maçta da bu ligin en iyisinin kim olduğunu Batlamaspor'a da göstereceğiz. Rakiplerimiz eze eze yeneceğiz ve öyle şampiyon olacağız. Bunu başaracak da güçteyiz. Herkese başarılar." dedi.

"HEDEFİMİZ 3. LİG OLACAK"

Bölgesel Amatör Lig'e yükseldikleri takdirde buradaki hedeflerinin 3. Lig olacağını söyleyen Demir, "Ben hedefleri olan bir insanım. BAL'a yükseldiğimiz zaman da hedefimiz 3. Lig olacak. Çalışmalarımızı ona göre yapacağız. Arkadaş çevremizle bir araya gelip ona göre transfer yapacağız. Hedefimiz şampiyonluk olacak tabii. Çünkü şampiyon ola-

madığınız zaman bir dahaki sene düşünüyorsunuz. Böyle bir statü var ama aldığım duyumlara göre seneye profesyonel olarak 4. Lig kurulacak. Biz de Yeniolspor camiası olarak bu ligin içinde olmak istiyoruz. Rabbim hakkımızda hayırlısı neyse onu versin diyorum. Biz çalışmalarımıza devam edeceğiz." Şeklinde konuştu.

**Haber: Volkan Karaman**

## KOCAELİ ONLARI BEKLİYOR!



Türkiye Judo Federasyonu'nun 2024 yılı

faaliyet programında yer alan "Gençler Judo Türkiye Şampiyonası İl Seçmesi" Olimpik Yüzme Havuzu Spor Kompleksi Judo Salonu'nda düzenlendi.

Derece elde eden sporcular 20-21 Nisan 2024 tarihlerinde Kocaeli'de düzenlenecek olan Türkiye Şampiyonasında mücadele etme hakkı elde etti.

**Haber: Mustafa Tuncay**





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



# GİRESUN GÜNDEM SPOR

1 Nisan 2024 Pazartesi

Sayfa: 8



Geçen sezon 40 puanla ligden düşen yeşil-beyazlılar bu sezonda lige veda etti. Oynadığı 27 maçta 21 mağlubiyet, 2 galibiyet, 4 de beraberlik alan temsilcimiz, aldığı 3 puan silme cezası da dahil olmak üzere sadece 10 puan toplayabildi.

## GİRESUNSPOR DİBE VURDU

Transfer yasağı devam eden ve ödemeleri yapılamayınca tecrübeli oyuncularını elinden kaçıran Giresunspor, genç oyuncularıyla umut vermedi. Son 7 karşılaşmada 6 mağlubiyet, 1 beraberlik alan Çotanaklar bu periyotta sadece 1 gol atarken, kalesinde 13 gol gördü.

Yeşil beyazlı ekibimiz, son 7 haftada sadece ilk sıradaki Eyüpspor ile golsüz berabere kalırken; A. Keçiörengücü, Altay SK (D) ve Adanaspor'a 1-0, Manisa FK'ya (D) 2-0, Boluspor'a (D) 2-1 ve Şanlıurfaspor'a da 6-0 yenildi.

En son 2013-2014 sezonunda 2'nci Lig'de şampiyonluk yaşayan yeşil beyazlı ekibimiz, 10 sene sonra 2'nci

Lig'in yolunu tutmaya çok yaklaştı. Çotanaklar 1. Lig'de 27 haftada sadece 7 puan toplayabildi. Giresunspor, geçen yıl Fenerbahçe'yi Kadıköy'de 2-1 yenmiş, sahasında ise 1-1 berabere kalmıştı.

SON 16 MAÇI KAYBETTİK 11. haftada Erzurumspor FK'yı 1-0 mağlup eden Giresunspor, sonraki 16 haftada Eyüpspor hariç diğer tüm rakiplerine mağlup olmaktan kurtulamadı. Ligde zorlu bir periyoda giren yeşil beyazlı ekibimiz haftaya deplasmanda ligdeki bu son galibiyetini aldığı Erzurumspor'la karşı karşıya gelecek. Bu mücadelenin hazırlıklarını sürdüren Çotanaklarda deneyimli teknik adam Serhat Güller, oyuncularına



maç öncesi çok önemi uyarılarda bulunurken, aynı zamanda da gelecek yıl 2. Lig'e hazır

bir kadro oluşturmanın çabası içerisine girmiş durumda.

Haber: Osman Yılmaz

## Erzurum Spor Maçı Hazırlıkları Sürüyor



Trendyol 1.Lig'de Erzurumspor FK'ya konuk olacak olan Bitexen Giresunspor karşılaşmanın hazırlıklarını sürdürüyor.

4 Nisan'da Erzurum'da oynanacak olan mücadeleye teknik direktör Serhat Güller yönetiminde hazırlanan yeşil-beyazlılar, kasım

ayından bu yana galip gelmiyor.

Ligde son olarak Erzurumspor FK'yı Kuvas'ın golüyle 1-0 yenen Giresunspor yine benzer bir sonucu elde edebilmek için mesai harcıyor.

Haber: Mustafa Cici

## 6 yıl sonra aynı takımda buluştular!



Amatör 2.küme Futbol ligi A grubunda yer alan ve ilk 2 haftada önemli galibiyetler alan Duroğlu Gençlik Gelişimspor, 2 önemli transfer yaptı. Mücadele ettikleri ligde şampiyonluk hedefleyen Duroğluspor, tecrübeli isimler

Mustafa Genç ve Şebinkarahisar Belediyespor'dan Kaleci Hakan Çelebi ile anlaşma sağladılar.

Önemli transferler sonrası iki isim 6 yıl sonra aynı takımın başarısı için ter dökcekler.

Haber: Ümit Caniklioğlu

## Eynesil Belediyespor Zorlu Virajda



TFF 3. Ligi İkinci Grupta ateş hattında bulunan Eynesil Belediyespor'u birbirinden zorlu beş karşılaşma bekliyor.

Bu hafta sonu ligde ikinci sırada bulunan Turgutluspor'u misafir edecek olan ekibimiz, ardından lider Batman Petrolspor ile deplasmanda çok zor bir puan mücadelesine girecek. Eynesil Belediyespor

bu maçlarda elde edeceği sonuçlarla hem kendi kaderini çizecek, hem de ligin zirvesini şekillendirecek.

Eynesil Belediyespor, zirveye oynayan iki takımla karşılaştıktan sonra kendisi gibi küme düşme hattında olan Ergene Veli Meşespor ve Silifke Belediyespor ile oynayacak lige Elazığspor maçı ile birlikte noktayı koyacak. Haber: Hakan Çelebi

## Ayrılık İçin Gün Sayıyor

Giresunspor'da tecrübeli oyunculardan Faruk Can ayrılık için gün saymaya başladı. Süper Ligden Antalyaspor ve Gaziantep FK'nin ilgi duyduğu oyunculardan biri olan sol kanat oyuncusunu bazı Birinci Lig ekiplerinin de yeni sezon da kadroya kat-

mayı çok istediği öğrenildi. Faruk Can'ın hem İkinci Ligde mücadele edilecek olunması, hem de maddi imkansızlıklardan dolayı seneye Giresunspor'da kalmaya sıcak bakmadığı iddia edildi.

Haber: Zafer Akten



## Önce Giresun, sonra Karadeniz şimdi de Türkiye'ye isimlerini yazdıracaklar!

Bulancağ Atatürk Ortaokulu Kız Basketbol takımı Türkiye yarı finallerine gitmeye hak kazandı.

Giresun'da okul sporları basketbol küçükler grup müsaba-

kasını kazanarak Rize'ye giden Atatürk Ortaokulu Kız Basketbol takımı, Rize'de Artvin ve Trabzon ortaokullarına eleyerek yarı finale gitmeyi garantilediler. Oynadıkları müsabaka ile önce

Giresun birincisi ardından da Bölge birincisi olan Beden Eğitimi Öğretmeni Köksal Köroğlu ve Atatürk Ortaokulu Kız Basketbol takımı, elde ettikleri başarı ile Bulancağ'ın adını Türkiye'ye

yazdıracaklar. İki hafta sonra Gümüşhane'de gerçekleşecek Türkiye yarı finalinde Atatürk Ortaokulu Kız Basketbol takımı-na başarılar dileriz.

Haber: Erhan Gündoğar