

## Burdurlu Bakan Yardımcısı Gümen'den kuraklık uyarısı:

# "SU'YA HÜKMEYEN, GIDA'YA HÜKMEYER"



➡ Tarım ve Orman Bakan Yardımcısı Prof. Dr. Ahmet Gümen, Burdur Valiliği tarafından Ulu Cami avlusunda düzenlenen bayramlaşma törenine katıldı.

➡ Burada yaptığı konuşmada, gıda arz güvenliği ve suyun önemine dikkat çeken Gümen, üretim planlamasında suyun merkeze alındığını vurguladı.

➡ Kuraklık tehdidine karşı suyun doğru yönetilmesi gerektiğini belirten Gümen, "Suya hükmeden, gıdaya; gıdaya hükmeden ise dünyaya hükmedecek" dedi.

Tarım ve Orman Bakan Yardımcısı Prof. Dr. Ahmet Gümen, üretim planlamasında suyun merkeze alındığını belirterek, kuraklık ve yağış eksikliğinin gıda arz güvenliğini tehdit ettiğini vurguladı.

Yağmur eksikliği ve artan kuraklık nedeniyle gıda arz güvenliğinin küresel bir sorun haline geldiğini belirten Gümen, suyun verimli kullanılması ve tasarruf yapılmasının önemine dikkat çekti.

Ayrıca, suya hükmedenlerin gıdaya, gıdaya hükmedenlerin ise dünyaya hükmedeceğini ifade etti. 7'DE

## Çevremizde 86 çeşit zehirli bitki var

5'TE



## BURDUR'A BAHAR GELİYOR

Renk renk çiçekler açmaya başladı...

8'DE



İLK 1 YILINI GERİDE BIRAKTI

YEŞİLOVA'DA HERKESİN  
BAŞKANI OLMAYA  
DEVAM EDECEĞİZ

6'DA

## Burdur'da Küçükbaş Yetiştiricilerinin Seçim Heyecanı

7'DE



BURDUR'DA 63 YAŞINDAKİ ADAMI  
ARAMA ÇALIŞMALARINI SÜRÜYOR

2'DE

## HER ÇOCUK ÖZEL DİR BAZISI BİRAZ DAHA FARKLI

DİNLEMİYİ ÖĞRENDİĞİMİZDE  
GERÇEKTEN ANLARIZ



➡ Her çocuk dünyaya kendi hikâyesiyle gelir, ama otizmliler biraz daha sessiz anlatır hikâyelerini. Bir bakışıyla "ben buradayım" der, bir melodide huzur bulur, bir dokunuşta dünyasını savunur. Onları anlamak için sadece konuşmak değil, susmanın da bir dil olduğunu bilmek gerekir. Çünkü bazen bir kelimenin yerini, bir sarılmanın sıcaklığı doldurur. Bizim dünyamıza uymaya çalışmak yerine, biz onların dünyasına adım attığımızda gerçek iletişim başlar.

➡ Otizmlilerimizin bizden beklediği tek şey, onların da bu toplumda yer alabileceğini ve onurlu bir yaşam sürmeye, saygı görmeye ve sevmeye hakları vardır. Farkındalık, bir güne sığacak bir şey değildir. 2 Nisan Dünya Otizm Farkındalık Günü'nü elbette kutlayalım; ama otizmlilerimizin mücadeleleri her gün devam ediyor. 8'DE

## Acil müdahaleyi bilmiyoruz, kalp krizi anında neler yapılmalı?



Kalp krizinin önüne geçmek ve hayat kurtarmak için farkındalık şart. Peki, gerçekten hazır mıyız?

Sanatçı Volkan Konak'ın sahnede kalp krizi geçirerek hayatını kaybetmesinin ardından ani ölümler yeniden gündeme geldi. Konak'ın kalp krizi geçirdiğini kimsenin fark etmemesi ve sonrasında müdahale biçimi, "Kalp krizi anında neler yapılacağını biliyor muyuz?" sorusuna neden oldu. Her yıl yaklaşık 300 bin kişinin kalp krizi geçirdiği Türkiye'de, bu vakaların yüzde 66'sı hayatını kaybediyor. 3'TE



# Acil müdahaleyi bilmiyoruz, kalp krizi anında neler yapılmalı?



**Sanatçı Volkan Konak'ın sahnede kalp krizi geçirerek hayatını kaybetmesinin ardından ani ölümler yeniden gündeme geldi. Konak'ın kalp krizi geçirdiğini kimsenin fark etmemesi ve sonrasındaki müdahale biçimi, "Kalp krizi anında neler yapılacağını biliyor muyuz?" sorusuna neden oldu. Her yıl yaklaşık 300 bin kişinin kalp krizi geçirdiği Türkiye'de, bu vakaların yüzde 66'sı hayatını kaybediyor.**

Türkiye'de kalp ve damar hastalıkları, ölümlerin başlıca nedenleri olurken, son zamanlarda üst üste gelen kalp krizi vakaları da dikkat çekiyor. Sanatçı Volkan Konak'ın da sahnede kalp krizi geçirerek hayatını kaybetmesi bunun son örneklerinden biri oldu. Her yıl yaklaşık 300 bin kişinin kalp krizi geçirdiğini belirten uzmanlar, bu vakaların yaklaşık yüzde 66'sının ölümle sonuçlandığını vurguluyor. Kalp krizi kaynaklı ölümlerde Türkiye, Avrupa Birliği ülkeleri ile kıyaslandığında birinci sırada.

## HAYATTA KALMA ORANI DÜŞÜK

Peki, kalp krizi anında doğru müdahaleyi biliyor muyuz? Kalp krizinde altın saatler olarak adlandırılan

ilk iki saat içinde yapılan müdahaleler hastanın hayatta kalma şansını önemli ölçüde artırıyor. Kardiyoloji Uzmanı Doç. Dr. Mustafa Aytekin Şimşek, "Erken müdahale sayesinde damar tıkanıklığı açılabilir ve kalp kasına giden kan akışı tekrar sağlanabilir. İlk saatlerde yapılan tedavi, kalp kası hasarını en aza indirerek hastanın ölüm riskini azaltır ve takip eden yıllarda yaşam kalitesini korumasına yardımcı olabilir" dedi. Şimşek, sağlıklı ve dengeli beslenmenin, düzenli egzersiz yapmanın ve sigaradan uzak durmanın kalp krizi riskini önemli ölçüde azalttığını sözlerine ekledi.

## BELİRTİLERE DİKKAT

Kardiyoloji Uzmanı Prof. Dr. Mehmet Baltalı, son zamanlarda gençlerde yani 45 yaş altı kadınlarda ve erkeklerde kalp krizi oranının arttığını hatırlattı ve "Genetik, ailesel, polijenik faktörler, sigara içmek, kolesterol gibi kalp krizine neden olan risk faktörleri var. Özellikle sigara içme oranı arttırdığı için gençlerde kalp krizi oranı daha yüksek görülebiliyor" dedi. Kalp krizinin her yaşta tehlikeli olduğunun altını çizen Baltalı, önlem olarak risk faktörlerinin ortadan kaldırılması

gerektiğini dile getirdi. Kalp krizinin çok çeşitli belirtilerle ortaya çıktığını belirten Prof. Dr. Mehmet Baltalı, "Birincisi, hiçbir belirti vermeyebiliyor. İkinci ve en sık olan belirti ise göğüs ağrısı veya sol kol ağrısıdır"

## BELİRTİLERİ HAFİFE ALMAYIN

Kardiyolog Prof. Dr. Özlem Esen de kalp krizi belirtilerine dikkat çekerek, "Kalbimizin dur dediği yönler halsizlik, olağandışı bir güçsüzlük, takatsizlik, kalp atışlarında düzensizlik, baş dönmesi, kas ağrıları, kramplar bunlar küçük satır araları. Bizim dikkate almamız gereken ufak mesajlar var aslında. Bedenimizi doğru okumamız gerekiyor. Kalp krizinin ufak belirtileri olabiliyor. İlla çok ya da hayatımızda görmediğimiz şiddette ağrılar olması gerekmiyor. Bunlar rahatsız edici ufak sızılar, sırta vuran yanmalar, göğüste özellikle midede ekşime gibi haller bile kalp krizine yorulabilir. 'Hiçbir şey olmaz' demeyip bir hekime mutlaka başvurmak gerekiyor. Artık kalp krizinin teşhisi son derece kolay. Teknolojik olarak da kolay tedavi edilen bir hastalık. Ama gecikme de bir o kadar hayati olabiliyor" şeklinde konuştu.

■ HABER GLOBAL

❖ Kalp krizinin önüne geçmek ve hayat kurtarmak için farkındalık şart. Peki, gerçekten hazır mıyız?

❖ Sanatçı Volkan Konak'ın sahnede geçirdiği kalp krizi sonucu hayatını kaybetmesi, ani ölümleri yeniden gündeme taşıdı. Üzücü olayın ardından birçok kişi, kalp krizine müdahalede ne kadar bilinçli olduğumuzu sorgulamaya başladı. Türkiye'de her yıl yaklaşık 300 bin kişi kalp krizi geçiriyor ve bu vakaların yüzde 66'sı ölümle sonuçlanıyor.

❖ Ölümleri Önlemenin Anahtarı: Erken Müdahale

Kardiyoloji Uzmanı Doç. Dr. Mustafa Aytekin Şimşek, kalp krizinde ilk iki saatin hayati öneme sahip olduğunu belirterek, "Erken müdahale, damar tıkanıklığını açarak kalp kasına giden kan akışını yeniden sağlayabilir. Bu süreçte yapılan doğru tedavi, kalp kası hasarını en aza indirir ve hastanın hayatta kalma şansını artırır" diyor. Ayrıca, sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz ve sigaradan uzak durmanın kalp krizi riskini önemli ölçüde azalttığını da ekliyor.

❖ Gençlerde Kalp Krizi Artıyor

Prof. Dr. Mehmet Baltalı ise özellikle 45 yaş altı bireylerde kalp krizi vakalarının arttığını vurguluyor. Genetik yatkınlık, sigara kullanımı ve yüksek kolesterol gibi faktörlerin risk oluşturduğunu belirten Baltalı, "Genç yaşta kalp krizleri, sigara içme oranıyla doğrudan bağlantılı. Risk faktörlerini kontrol altına almak hayati önem taşıyor" diyor.

❖ Bedeninizin Verdiği Mesajları Dinleyin

Kardiyolog Prof. Dr. Özlem Esen de kalp krizinin her zaman şiddetli belirtilerle gelmediğini hatırlatıyor: "Halsizlik, düzensiz kalp atışları, baş dönmesi, kas ağrıları, göğüste ya da sırtta hafif yanmalar, mide ekşimesi gibi şikayetler kalp krizinin habercisi olabilir. 'Bana bir şey olmaz' demek yerine bu belirtileri dikkate almak ve zaman kaybetmeden doktora başvurmak hayat kurtarır."



YAŞAM

## Baharda açan çiçekler doğayı renklendirdi

### FOTO HABER

Mart ayını geride bırakıp Nisan ayına girerken Türkiye, Anadolu coğrafyası baharı karşılamaya hazırlanıyor. Baharın müjdecisi de, uyanan doğanın göstergesi de açan çiçekler... Anadolu Ajansı (AA) yaşam haberlerinde Türkiye'nin dört bir yanında açan çiçeklerin görüntüsünü paylaştı.



# Küçük alışkanlıklarla büyük sonuçlar almak mümkün mü?

## Küçük alışkanlıklarla büyük sonuçlar almak mümkün mü?

Bilim insanları, küçük değişimlerin zamanla dev sonuçlar yaratabileceğini söylüyor. Peki minik adımlarla hayatınızı dönüştürmek gerçekten mümkün mü?

### Küçük değişimlerin önemi...



**Bilim insanları, küçük değişimlerin zamanla dev sonuçlar yaratabileceğini söylüyor.**

**Peki; minik adımlarla hayatınızı dönüştürmek gerçekten mümkün mü?**

Günlük yaşamda bazen büyük hedefler peşinde koşarken detayları gözden geçiriyoruz.

Oysa uzmanlar, her gün yalnızca birkaç dakikanızı ayırarak edineceğiniz küçük alışkanlıkların uzun vadede şaşırtıcı dönüşümlere yol açabileceğini belirtiyor. Örneğin, beş dakikalık okuma süresi bile yıl sonunda onlarca kitabı geride bırakmanıza imkan tanıyor. Günde on dakikalık basit egzersizlerse hem bedensel hem de zihinsel olarak fark edilir bir iyileşme sağlıyor.

İstatistiklere bakınca bu yaklaşımın ne kadar etkili olduğu ortaya çıkıyor. Küçük ve düzenli davranış değişikliklerinin başarı oranını yüzde 30'a kadar yükseltebileceği söyleniyor.

Üstelik yeni bir alışkanlığın oluşması için yaklaşık 66 güne ihtiyaç duyulduğuna dair araştırmalar mevcut.

Tüm bu veriler, büyük hedeflere yerine küçük ve gerçekçi adımlarla ilerlemenin daha sürdürülebilir olduğunu kanıtlan nitelikte. Biz de konuyu derinleştirmek için Klinik Psikolog Mehmet Büyükçorak'la görüşüyoruz.

Büyük hedefler çoğu zaman kişiye psikolojik yük getirir ve erteleme davranışına neden olur. Küçük alışkanlıklara odaklanmak ise hedefleri ulaşılabilir ve sürdürülebilir kılar.

**Büyük hedefler çoğu zaman kişiye psikolojik yük getirir ve erteleme davranışına neden olur. Küçük alışkanlıklara odaklanmak ise hedefleri ulaşılabilir ve sürdürülebilir kılar.**

**Klinik Psikolog Mehmet Büyükçorak**

### Küçük adımlar, büyük etki

Her gün üst üste eklenen ufak davranışlar, zamanla etkileyici sonuçlar doğuruyor. Gün içinde yalnızca beş dakika fazladan yürüyüş

yapmak, basit esneme egzersizlerine başlamak ya da sabahları birkaç sayfa kitap okumak, bir süre sonra otomatikleşen rutinlere dönüşüyor.

Büyükçorak, bu otomatikleşmenin beynin sinir yollarını yeniden yapılandığına vurguluyor:

"Küçük alışkanlıklar, beyinde yeni sinir yollarının oluşmasını sağlar. Beyin, düzenli tekrar eden küçük eylemlerle kalıcı değişiklikleri benimser. Bu küçük alışkanlıklarla gelen başarıma hissi, kişinin özgüvenini artırır, disiplinini güçlendirir ve genel olarak hayat kalitesini yükseltir."

Böylelikle hem kendinize olan inancınız artıyor hem de yeni hedeflere daha kolay adapte oluyorsunuz. Üstelik bu süreç, yalnızca fiziksel değil, psikolojik dayanıklılığınızı da güçlendiriyor.

### Neden ufak hedefler daha etkili?

Büyük hedefler bazen insanı ürkütüyor. Yapılması gereken onlarca şey gözümde büyüdükçe, erteleme davranışı kaçınılmaz hâle geliyor.

Büyükçorak, bu durumun motivasyonu düşürdüğünü ve kişide başarısızlık hissi yarattığını dile getiriyor:

"Büyük hedefler çoğu zaman kişiye psikolojik yük getirir ve erteleme davranışına neden olur. Küçük alışkanlıklara odaklanmak ise hedefleri ulaşılabilir ve sürdürülebilir kılar. Bu sayede kişi, sık sık küçük zaferler yaşayarak dopamin salgısını artırır ve motivasyonu uzun süre canlı tutabilir."

Her küçük başarı, kendinizi daha iyi hissetmenizi sağlıyor ve bir sonraki adıma özgüvenle ilerlemenize yardımcı oluyor.

Günün sonunda büyük resmi şekillendiren şey, bu ufak ama sürdürülebilir adımlar oluyor.

### Motivasyon dalgalandığında ne yapmalı?

Hayatın her anında yüksek motivasyonla ilerlemek pek mümkün değil. Bazen iş yoğunluğu, bazen de kişisel nedenler, rutinlerimizi sürdürmeyi zorlaştırıyor. Büyükçorak, irade ve öz disiplini bir kas gibi düşünmemizi öneriyor. Sürekli yük altında tutmak yerine, düzenli tekrar ve doğru planlama ile geliştirmek gerektiğini belirtiyor:

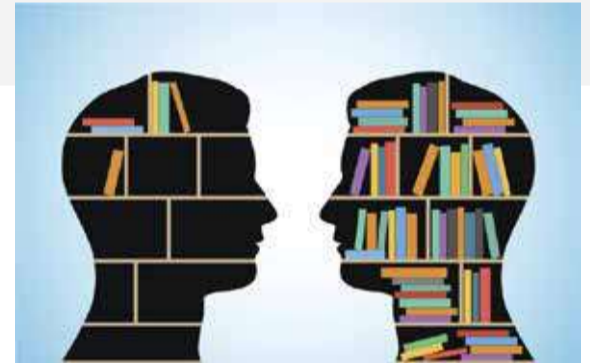
"Alışkanlığı tekrar başlatmak için küçük ve kolay adımlar belirleyin. Başarıları somutlaştırmak için ilerlemeyi günlük olarak kayıt altına alın ve kendinizi teşvik edecek küçük ödüller kullanın. Mümkünse bir destek veya sorumluluk partneri/arkadaşı bulun. Ayrıca motivasyonun düştüğü anlarda, 'neden başladığınızı' kendinize hatırlatmak büyük önem taşıyor. Hedefinizi parçalara ayırmak, gözünüzde büyüyen o büyük süreci ulaşılabilir adımlara dönüştürüyor."

### Yeni alışkanlıklara yol açmak

Her alışkanlık, onu tetikleyen bir zaman, mekan veya duyguya dayanıyor. Örneğin, sabah kahvenizi içerken elinizin hemen yanı başında duran kitap, okuma rutininizi başlatan bir tetikleyiciye dönüşüyor. Büyükçorak, bu mekanizmayı bilinçli şekilde kurgulamanın önemini şöyle ifade ediyor:

"Net ve belirgin hedefler belirleyin. Yeni alışkanlığı mevcut günlük rutininize bağlayarak bir 'tetikleyici' oluşturun. Alışkanlığı basitleştirin, ulaşılabilir ve gerçekçi yapın. Tekrar ederek beyindeki alışkanlık döngüsünü güçlendirin ve sabırlı olun."

Örneğin, egzersiz alışkanlığı için her sabah spor kıyafetlerinizi hazırlayıp



görebileceğiniz bir yere koymak, beyninize "harekete geçme" sinyali veriyor. Bu ufak hazırlık, egzersizi

ertelenecek bir zorunluluk olmaktan çıkartıp günlük rutin haline getiriyor.

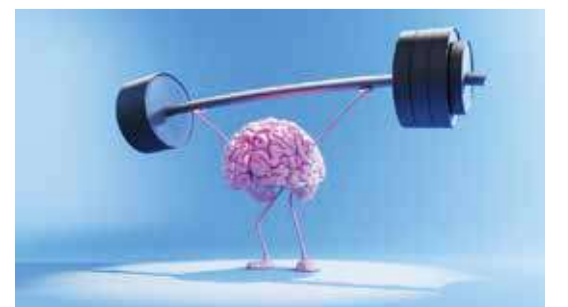
Bir de isteyerek ya da istemeden hayatımızı yönlendiren, otomatikleşmiş alışkanlıklar var: "Fırsat buldukça ekran başına geçmek" ya da "Strese girince tatlıya yönelmek" gibi...

Büyükçorak'a göre, bu tür alışkanlıklar için de temel prensip önce farkındalık oluşturmaktır:

"Otomatik davranışınızı tetikleyen zamanları, mekanları, duyguları veya düşünceleri not edin. Bu tetikleyicilerin yerine geçecek sağlıklı alternatif davranışlar oluşturun ve bunları hayatınıza yerleştirin. Alternatif davranışları düzenli olarak uygulayarak yeni alışkanlıkların pekişmesini sağlayın. İlerlemenizi düzenli olarak takip edin ve kendinizi motive edecek ödüller belirleyin."

Küçük ama istikrarlı değişimlerin bir süre sonra yaşam kalitesini artırdığına dair pek çok çalışma var. Davranışlarınızı gözlemlediğinizde, sizi olumsuz etkileyen otomatik alışkanlıklarınızı fark etmeniz ve yerine daha sağlıklı pratikler koymanız kolaylaşıyor.

(TRT HABER - dosya haber - Esra Sayın)



# Çevremizde 86 çeşit zehirli bitki var

**Tarım ve Orman Bakanlığı'nın hazırladığı listeye göre Türkiye'de 'zehirli' olan ve besinlerde kullanılmaması gereken 86 bitki var. Bunlardan bazıları ölümlere bile yol açabiliyor. Listede; baldıran, kurtboğan, Cezayir Menekşesi, acı kavun, müge, zakkum, ökseotu gibi çok bilinen bitkiler de bulunuyor.**

**Biyolojik çeşitlilik zengini Türkiye, 4 bini endemik (yalnızca belirli bir bölgede yaşayan) olmak üzere 12 binden fazla bitki türüne ev sahipliği yapıyor.**

\*\*\*\*\*

Bu bitkiler hem doğal yaşamın sürmesi hem hayvanların beslenmesi hem de insanlar için gerekli. Oldukça faydalı bitkiler kadar, kullanıldığında sağlığa zarar verebilecek ve ölüme kadar götürülecek bitkiler de bulunuyor.

Tarım ve Orman Bakanlığı sağlığa zararlı olabilecek bu bitkileri düzenli olarak inceliyor ve "Zehirli ve Zararlı" bitkiler listesi hazırlıyor.

Güncelleme yapılan listeler de dönem dönem kamuoyuyla paylaşıyor. Bu bitkilerin gıda ürünlerinde kullanılmasını da yasak. Böyle bitkileri takviye olarak kullanmak, bitki çayı gibi yöntemlerle tüketmek de aynı derecede sakıncalı.

### Risk değerlendirmesi yapıyor

Bitkiler konusundaki incelemeler ve uyarıcı listelerin yayınlanmasına 2006 yılında başlandı. 2011 yılında listeler Gıda ve Kontrol Genel Müdürlüğü Risk Değerlendirme Daire Başkanlığı kurulmasıyla yeni bir aşamaya taşındı. 'Gıda Olarak Kullanılabilecek Bitkiler Komisyonu' oluşturuldu ve incelemeleri bu birim yapmaya başladı.

Komisyonunda farmasötik botanik, toksikoloji, tıbbi ve aromatik bitkiler gibi alanlarda uzman bilim insanları bulunuyor. Komisyon hem mevcut bitkilerle ilgili veri tabanını güncel gelişmelere göre yeniliyor hem de yapılan başvuruları inceliyor. Kamuoyuna duyurulan listeler bu şekilde hazırlanıyor. Ayrıca '174 Alo Gıda' hattından ya da web sitesinden bilgi edinilmesi için veri temin ediliyor.

'Zehirli ve Zararlı Bitkiler' listesinde Kurtboğan, güzelavrat otu, kenevir, Cezayir menekşesi, acı kavun, baldıran, müge, sarısalkım tohumu, yüksük otu, eşekhiyarı, karaardıç, adam otu, mine, yaban yasemini, ökseotu gibi bitkiler var. Listede yer alan bitkilerin sadece beslenme programlarına eklenmesi değil, aktarlarda satılması ve tüketilmesi de yasak.

### Bitkilerin hangi şartlarda kullanılabilirliği de anlatılıyor

Bakanlığın ayrıca, 676 bitki hakkında değerlendirmelerin bulunduğu, bitkinin hangi şartlarla gıda, çay, katkı ya da kozmetik ürünlerde kullanılabilirliğini gösteren bir listesi daha bulunuyor.

Bu listede halen var olan ürünlerin piyasadan çekilmesi için verilen sürelerle de yer verilirken, hangi ürünlerin çocuklar ya da hamileler tarafından kullanılmayacağı gibi bilgiler veriliyor. (TRT HABER)

**Türkiye'de 86 Zehirli Bitki Var**

Tarım ve Orman Bakanlığı bugüne kadar **676 bitkiyi inceledi.** İncelemede Türkiye'deki 86 bitki türünün zehirli olduğu belirlendi. **Bu bitkilerin gıda amaçlı kullanımı yasak.** İşte bazı zehirli bitkiler...

- Baldıran
- Mine (Unutma beni)
- Cezayir Menekşesi
- Acıkavun
- Müge
- Akasma
- İtüzümü
- Ökseotu
- Kurtboğan
- Balık Otu
- Afşarotu
- Güzelavrat Otu
- Zeravent Kökü
- Şeytan Şalgamı
- Kendir
- Acıkarpuz
- Sarısalkım Tohumu
- Mezeryon
- Yüksük otu
- Erkek eğrelti otu

TRT HABER



*Türkiye'de 'zehirli' olan ve besinlerde kullanılmaması gereken 86 bitki var. Bunlardan bazıları ölümlere bile yol açabiliyor.*

*Listede; Baldıran, Kurtboğan, Cezayir Menekşesi, Acı Kavun, Müge, Zakkum, Ökseotu gibi çok bilinen bitkiler de bulunuyor.*





# İLK 1 YILINI GERİDE BIRAKTI

## YEŞİLOVA'DA HERKESİN BAŞKANI OLMAYA DEVAM EDECEĞİZ

Yeşilova Belediye Başkanı Okan Kurd, göreve gelişinin birinci yılını geride bırakırken, geçen 12 aylık sürede ilçede yürütülen çalışmalar ve hayata geçirilen projelere dair kapsamlı bir değerlendirmede bulundu. Hizmet sürecinde karşılaşılan zorluklara rağmen altyapıdan eğitime, sosyal yardımlardan çevre düzenlemelerine kadar pek çok alanda somut adımlar attıklarını belirten Başkan Kurd, önceliklerinin her zaman halkın ihtiyaçları doğrultusunda çözüm üretmek olduğunu ifade etti. Şeffaflık, katılımcılık ve hesap verebilirlik ilkeleriyle hareket ettiklerini vurgulayan Kurd, hem tamamlanan projeler hem de önümüzdeki döneme dair hedeflerini kamuoyuyla paylaştı.

**Yeşilova Belediye Başkanı Okan Kurd, göreve gelişinin birinci yılını geride bırakmasının ardından ilçede hayata geçirilen projelere dair kapsamlı bir değerlendirme yaptı.**

Kurd, geride kalan bir yıllık süreçte şehircilikten sosyal hizmetlere, altyapıdan eğitim ve kültüre kadar pek çok alanda somut adımlar attıklarını belirterek, şeffaf, hesap verebilir ve katılımcı bir belediyecilik anlayışı benimsediklerini vurguladı.

Başkan Kurd, görev süresinin ilk gününden itibaren "dinlenmemek üzere yola çıkanlar asla yorulmaz" anlayışıyla çalışmalarını ve her bir hizmetin arkasında halkın güveni ve desteği olduğunu ifade etti. Belediyeciliği sadece bina ve yol yapmakla sınırlı görmediklerini belirten Kurd, esas hedeflerinin sosyal adaleti, kültürel gelişimi, çevresel sürdürülebilirliği ve ekonomik canlılığı bir arada sağlamak olduğunu söyledi.

Belediye olarak ilçenin tüm dinamiklerini harekete geçiren ve kapsayıcı bir yönetim anlayışını benimsediklerini belirten Başkan Kurd, bu sayede bir yıl gibi kısa sürede önemli işlere imza attıklarını vurguladı. Halkla iç içe, sorunlara duyarlı ve çözüme odaklı bir anlayışla çalışmalarını sürdürdüklerini ifade eden Kurd, her bir projede şeffaflık ve hesap verebilirliği esas aldıklarını belirtti. Bu süreçte her kesimden vatandaşın fikrine kulak verdiklerini ve talepleri öncelik sırasına göre planlayarak hayata geçirdiklerini aktardı. Kurd, "Belediyemizin kapıları halkımıza sonuna kadar açık. Bizim için yöneticilik, makamda oturmak değil, sokakta vatandaşla yan yana olmaktır," dedi.

Göreve gelişinin yıl dönümünde, yapıları anlatmanın hem bir teşekkür hem de bir hesap verme olduğunu söyleyen Kurd, yeni yıl için daha büyük hedefler belirlediklerinin de altını çizdi.

### Altyapıdan Sosyal Hizmetlere Uzanan Geniş Yelpazeli Hizmetler

Başkan Okan Kurd, bir yıllık görev süresinde ilk olarak ilçenin en temel sorunlarından biri olan altyapıya odaklandıklarını ifade etti. Bu doğrultuda doğalgaz yatırımları öncelikli gündem maddelerinden biri oldu. Göreve geldikleri ilk ayda Karayolları Bölge Müdürlüğü ile görüşülerek çevre yolu başvurusu yenilendi ve 2026 yılı yatırım programına alınması için sürecin takibi başlatıldı. İlçede ikinci etap doğalgaz hattı kapsamında Kayadibi Mahallesi ve TOKİ konutlarına toplamda 17 kilometrelik doğalgaz hattı döşendi. Üçüncü etapta ise Karayolları güzergâhında kalan ve önceden izin verilmeyen bölgelere gerekli izinlerin alınmasını birlikte 7 kilometrelik ek doğalgaz hattının döşenmesi planlandı.

Ayrıca belediye binası, öğrenci yurdu ve

düğün salonu gibi kamu binaları da toplamda 627 bin TL'lik yatırımla doğalgaz sistemine kavuşturuldu. Kurd, ilçenin su sıkıntısı yaşamaması için yeni sondaj çalışmaları yaptıklarını ve 2000 metre hibe su borusu temin ettiklerini de ifade etti. Su borularının asbest içerikli olanlarının değişimi için İller Bankası'ndan 650 bin TL tutarında kredi desteği alınarak çalışmalar başlatıldı. Tüm bu projelerin finansmanı için hem kamu kaynakları hem de hibe desteklerinden yararlandıklarını vurgulayan Kurd, yaklaşık 650 milyon TL'lik altyapı projesi için de Dünya Bankası destekli hibe finansman arayışlarının sürdüğünü aktardı. Altyapı yatırımlarının ilçenin geleceği açısından vazgeçilmez olduğunu belirten Kurd, bu alandaki çalışmaların kararlılıkla sürdürüleceğini ifade etti.

### Eğitimden Spora, Gençliğe Yatırım

Yeşilova Belediyesi, eğitim ve gençlik alanında da önemli yatırımlara imza attı. İlçede uzun süredir ihtiyaç duyulan Anadolu Lisesi projesinin ihalesi yapıldı ve temel atma hazırlıkları tamamlandı. Öğrencilere yönelik desteklerin sadece fiziksel yatırımlarla sınırlı kalmadığını belirten Başkan Kurd, üniversite ve lise sınavlarına hazırlanan gençler için ücretsiz deneme sınavları düzenlediklerini ifade etti.

Ayrıca Atatürkçü Düşünce Derneği ve hayırseverlerin desteğiyle 12 üniversite öğrencisine burs sağlandığını, Eylül ayında ise 120 birinci sınıf öğrencisine malzemeyle birlikte çanta hediye ettiklerini açıkladı. Belediye olarak ücretsiz öğrenci servislerine devam ettiklerini, özellikle Kayadibi Mahallesi'nden gelen ilkökul öğrencilerine her gün sıcak yemek hizmeti sunduklarını dile getirdi. İlçeye kazandırılmak istenen kapalı yüzme havuzu için Gençlik ve Spor Bakanlığı'na resmi başvuru yapıldığını ve 2025 yılı yatırım programına alınmasının beklendiğini söyledi. Ayrıca çocuk gündüz bakımevi ve kreş projeleri üzerine de yoğun şekilde çalışıldığını belirten Kurd, çalışan annelerin yükünü hafifletmek istediklerini söyledi. Yaz aylarında açılan çocuk futbol okulu ise 55 öğrencinin katılımıyla büyük ilgi gördü.

Belediye bünyesinde kurulan halk oyunları kursuyla da yöresel kültürün yaşatıldığını ifade eden Kurd, eğitimde fırsat eşitliği sağlamak için ellerinden geleni yapacaklarını söyledi.

### Kültür, Sanat ve Sosyal Yaşamda Yeni Bir Soluk

Belediye, sosyal ve kültürel alanda Yeşilova'ya canlılık kazandıracak çeşitli projeleri hayata geçirdi. İlçede ilk defa büyük kapsamlı bir çocuk şenliği düzenlendi ve binlerce çocuk bu etkinlikte gönüllerince eğlendi. Yaz döneminde düzenlenen açık hava sinemaları ve konser etkinlikleri halktan yoğun ilgi gördü. Fakir Baykurt anma programı ise

ilçede ilk kez düzenlenerek edebiyatseverleri bir araya getirdi. Pazaryerinde yemek pişirme alanları tamamen yenilendi, otel mutfağı genişletildi ve Halk Günleri uygulaması başlatılarak her Çarşamba günü halkın Salda Gölü manzarasında uygun fiyatlı yemek yiyebileceği bir ortam oluşturuldu.

Eski okul binası restore edilerek çocuk parkı kuruldu, meydan düzenlemeleri ve park alanlarının yenilenmesiyle ilçeye estetik bir görünüm kazandırıldı. Ayrıca belediye tarafından tamamen hibe ve kendi üretimi olan oturma bankları, ilçenin çeşitli sokaklarına yerleştirilerek vatandaşların dinlenebileceği alanlar oluşturuldu. Şehitlik duvarları yeniden inşa edilerek kutsal alan daha saygın bir hale getirildi. Başkan Kurd, bu tür sosyal ve kültürel projelerle ilçede toplumsal dayanışmayı ve aidiyet duygusunu güçlendirmeyi hedeflediklerini belirtti.

### Doğada Sürdürülebilirlik Vurgusu

Yeşilova Belediyesi, doğa dostu uygulamalarıyla da dikkat çekti. İlçede temizlik seferberliği başlatıldı ve otlarla kaplanmış refüjler kuru peyzaj uygulamalarıyla yeniden düzenlendi. Çiçeklendirme çalışmalarıyla Yeşilova'nın görsel estetiği artırıldı. Sokak hayvanları için Salda Canları Derneği ile işbirliği yapılarak çöplük bölgesinde yaşam alanları oluşturuldu ve barınaklara taşınmalar yapıldı. Kuraklık riskine karşı yeni sondaj kuyuları açılarak su temini güvence altına alındı.

Ayrıca ilçede enerji verimliliğini artırmak adına Pazaryeri Güneş Enerji Santrali projesi revize edildi. EPDK'dan alınan izinle projenin süresi uzatıldı, finansman sağlandığında 420 kW'lık santralin yapımı planlanıyor. Yeşilova'nın doğal zenginliklerinin korunması için belediye tarafından hazırlanan çevre projeleri, bakanlıklarla koordineli bir şekilde yürütülüyor. Kurd, doğaya saygılı ve sürdürülebilir bir ilçe hedefiyle çalışmalarına kararlılıkla devam ettiklerini ifade etti.

### Halkla İç İçe, Şeffaf ve Katılımcı Yönetim

Başkan Okan Kurd, halkla iç içe ve katılımcı bir yönetim anlayışıyla hareket ettiklerini vurguladı. "Herkesin başkanı" olma iddiasıyla ayırım gözetmeksizin hizmet verdiklerini belirtti.

Alo Belediye ve WhatsApp ihbar hattıyla vatandaşlardan gelen talepleri doğrudan değerlendirdiklerini söyleyen Kurd, belediye binasına giren herkesin kendini evinde hissetmesi için personelin güler yüzlü hizmet anlayışıyla görev yaptığını belirtti. İhtiyaç sahibi vatandaşlar için odun, kömür, gıda ve nakdi yardımlar yapıldığını, hastaneye gidemeyenlerin belediye araçlarıyla ulaştırıldığını aktardı. Cenaze hizmetlerinde ücretsiz çadır, yemek, kefen desteği sağlandığını ve taziye çadırlarının bağışçılarla birlikte belediyeye kazandırıldığını belirtti.

Kurd, halktan aldıkları güvenin sorumluluğunu taşıdıklarını ve her kuruşu dikkatle harcadıklarını vurguladı. Ziyaretlerle halkla bağlarını güçlendirdiklerini ifade eden Kurd, yeni doğan bebek ziyaretlerinden esnaf ve kahvehane buluşmalarına kadar her kesimle temas kurduklarını dile getirdi. Belediye imkanlarını tüm vatandaşlara eşit şekilde sunmanın temel görevleri olduğunu söyledi.

### Turizm ve Tanıtımda Yeni Ufuklar

Yeşilova'nın Salda Gölü gibi eşsiz doğal bir değere sahip olduğunu vurgulayan Başkan Kurd, bu potansiyeli hem turizmde hem de bilimsel çalışmalarda değerlendirmek istediklerini söyledi. Salda kıyısında bir Bilim Merkezi kurularak astronomi üzerine faaliyetlerin başlatılması ve sıcak hava balonu turizmiyle ilçeye yeni bir çekim merkezi kazandırılması planlanıyor. Sultanpınarı'nın çevre düzenlemesi için Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı ile ortak projeler geliştirilmekte.

Ayrıca ilçeye kazandırılması hedeflenen huzurevi için ilgili dernekle birlikte çalışmalar sürdürülüyor. Kurd, Yeşilova'nın sadece Türkiye'de değil, dünyada da bilinirliğini artıracak projelerle bölgeyi turizmde markalaştırmak istediklerini belirtti. Bu çalışmaların sadece turizm değil, aynı zamanda ekonomik kalkınma açısından da büyük katkı sağlayacağını dile getirdi.

### İşimiz Gücümüz Yeşilova

Başkan Kurd, değerlendirmesinin sonunda göreve geldikleri günden bu yana kararlılıkla çalıştıklarını ve tüm zorluklara rağmen mazeret üretmeden hizmet ettiklerini ifade etti. "İşimiz gücümüz Yeşilova" sloganıyla yürüttükleri tüm projelerin merkezinde insan olduğunu vurguladı. İlçede yıllardır yapılmayan yolların tamamlanması, yeni sosyal alanların oluşturulması ve kamu kurumlarına sağlanan desteklerle kısıtlı bütçeye rağmen büyük işler başarıldığını söyledi.

Kurd, belediye olarak halktan aldıkları desteği boşa çıkarmadıklarını ve hizmetlerin büyük bölümünün hibe destekleriyle gerçekleştirildiğini de hatırlattı. Önümüzdeki dönemde daha hızlı, daha kapsamlı ve daha katılımcı projelerle Yeşilova'yı Türkiye'nin örnek ilçelerinden biri haline getirmeyi hedeflediklerini belirtti. "Güveninize layık olmak için çalışıyoruz" diyen Başkan Kurd, yeni projelerin yakın zamanda kamuoyuyla paylaşılacağını ifade etti.

"Halkla birlikte, halk için yönetim" anlayışının bir günlük değil, sürekli bir ilke olduğunu belirterek, Yeşilova'ya olan vurgularının her şeyin üzerinde olduğunu vurguladı.

Şadiye ÜNAL

Tarım ve Orman Bakan Yardımcısı Prof. Dr. Ahmet Gümen, Burdur Valiliği tarafından Ulu Cami avlusunda düzenlenen bayramlaşma törenine katıldı. Burada yaptığı konuşmada, gıda arz güvenliği ve suyun önemine dikkat çeken Gümen, üretim planlamasında suyun merkeze alındığını vurguladı. Kuraklık tehdidine karşı suyun doğru yönetilmesi gerektiğini belirten Gümen, "Suya hükmeden, gıdaya; gıdaya hükmeden ise dünyaya hükmedecek" dedi.



Burdurlu Tarım ve Orman Bakan Yardımcısı Prof. Dr. Ahmet Gümen, "İçinde bulunduğumuz günlerde gıdaya ulaşım, gıda arz güvenliği en önemli sorunumuz haline geldi" dedi.

Burdurlu Tarım ve Orman Bakan Yardımcısı Ahmet Gümen, Burdur Valiliği'nin Ulu Cami avlusunda düzenlediği bayramlaşma törenine katıldı. Gümen, burada yaptığı konuşmada şunları söyledi; "Bakanlık olarak son dönemlerde yaptığımız en önemli şeyin üretim planlanması olduğunu ve bunun merkezine de suyu



■ ŞADIYE ÜNAL

## Damızlık Koyun Keçi Yetiştiricileri Birliği'nde; Mustafa Yıldız güven tazeledi

Burdur Damızlık Koyun Keçi Yetiştiricileri Birliği'nde başkanlık seçimi heyecanı yaşandı. Mevcut Başkan Mustafa Yıldız, yapılan seçimde rakiplerini geride bırakarak güven tazeledi.

Birliğin genel kurulunda Burdur merkez ve 11 ilçeden gelen yetiştiriciler sandık başına gitti. Çavdır ilçesinden Uğur Aydos ve Yeşilova Bayırbaşı Köyü Muhtarı Şükrü Özalp'ın de başkanlık için yarıştığı seçimde 720 üye oy kullandı.

Oylama sonucunda Mustafa Yıldız 342 oy alarak yeniden başkan seçilirken, Uğur Aydos 273 oy, Şükrü Özalp ise 137 oy aldı. Böylece Yıldız, birlik üyelerinin desteğini arkasına alarak görevine devam etmeye hak kazandı.

Seçim sonrası konuşan Yıldız, kendisine destek veren üyelere teşekkür ederek, küçükbaş hayvancılığın gelişimi için projelerini kararlılıkla sürdüreceğini vurguladı.

■ ŞADIYE ÜNAL



## Burdur'da Küçükbaş Yetiştiricilerinin Seçim Heyecanı

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanı Mahinur Özdemir Göktaş, doğum yardımı uygulaması için bayramdan sonra başvuruların alınmaya başlanacağını belirterek, "Bayram sonrasında inşallah başvuruları alacağız. İlk doğan çocuklarımıza, 2025 yılı'nın 1 Ocak itibarıyla doğan her bir çocuğumuza 5 bin liralık tek seferlik desteğimiz, ikinci çocuğumuza 1500 liralık annenin hesabına desteğimiz, üçüncü çocuk itibarıyla de annenin hesabına 5 bin bin liralık nakdi desteğimiz olacak. Şimdiden bütün vatandaşlarımıza hayırlı uğurlu olmasını diliyorum" dedi.

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanı Mahinur Özdemir Göktaş, Ramazan Bayramı'nın ilk gününü Tekirdağ'da geçirdi. Tekirdağ Polisevi'nde düzenlenen bayramlaşma törenine katılan Bakan Göktaş'ı Vali Recep Soytürk, Büyükşehir Belediye Başkanı Candan Yüceer, AK Parti Tekirdağ milletvekilleri Mestan Özcan, Gökhan Diktaş, CHP Tekirdağ Milletvekili İlhami Özcan Aygun ile protokol üyeleri karşıladı. Emniyet personeli ve vatandaşlarla bayramlaşan Göktaş, çocuklara bayram harçlığı verdi. Daha sonra Zübeyde Hanım Sevgi Evi ile şehit Jandarma Er İker Akkaya'nın ailesine ziyaret edip bayramlaşan Göktaş, AK Parti teşkilatında partililerle bir araya geldi.

Partililerle bayramlaşan Göktaş, gazetecilere yaptığı açıklamada, huzurlu bir bayram diledi. Göktaş, "Bugün Tekirdağ'da kıymetli teşkilatımızla bayramlaştık ama aynı zamanda şehit ailelerimizle, çocuklarımızla ve ildeki idarecilerimizle, jandarma-



mızla, halkımızla beraber bayramlaştık. Bugün tabii Tekirdağ'da bulunmaktan mutluyuz. Bayramın birinci günü, inşallah Rabbim hayırla, huzurla nice bayramlar nasip eylesin tüm ülkemize, aynı zamanda tüm İslam coğrafyasının bayramını kutluyorum. Tabii biliyorsunuz günümüzde de maalesef bombalar altında hala bayram geçirmeye çalışan çocuklarımız var. Filistin'de, Gazze'de zor zamanlarda, bayram eda etmeye çalışan bütün ailelerimizin de bayramını buradan tebrik ediyorum. Dualarımız her zaman Filistinli ve Gazzeli çocuklarımız için" dedi.

### 'DOĞUM YARDIMI BAŞVURULARINI BAYRAM SONRASI ALIYORUZ'

Bakan Göktaş, aile yılı kapsamında hayata geçirilen, Türkiye Büyük Millet

Meclisi'nden kabul edilmesinin ardından bugün de Resmi Gazete'de yayınlanarak yürürlüğe giren doğum yardımı hakkında da bilgi verdi. Göktaş, "Bu sene biliyorsunuz Aile Yılı, 85 milyon vatandaşlarımızla ailelerimizin huzuru, refahı için, her türlü çalışmaları devam ediyoruz.

Özellikle doğum yardımlarımız da biliyorsunuz artık meclisten geçti. Bayram sonrasında inşallah başvuruları alacağız. İlk doğan çocuklarımıza, 2025 yılının 1 Ocak itibarıyla doğan her bir çocuğumuza 5 bin liralık tek seferlik desteğimiz, ikinci çocuğumuza 1500 liralık annenin hesabına desteğimiz, üçüncü çocuk itibarıyla de annenin hesabına 5 bin liralık nakdi desteğimiz olacak. Şimdiden bütün vatandaşlarımıza hayırlı uğurlu olmasını diliyorum. Tabii bu süreçte bizlere destek olan bütün milletve-

killerimize teşekkür etmek istiyorum. Gerçekten yoğun mesai harcadılar bayram arifesi, bayrama yetişsin ve bayram sonrasında da arkadaşlarımıza bu güzel hizmetlerimizi aile yılına yaraşır bir şekilde yakıştırmak ve bütün vatandaşlarımızın istifadesine sunmak için bunlar çok çok kıymetli" şeklinde konuştu.

### 'AİLE VE GENÇLİK FONUNU HAYATA GEÇİRDİK'

Geçtiğimiz 13 Ocak'ta 81 ilde Aile ve Gençlik Fonu'nu da hayata geçirdiklerini hatırlatan Göktaş, "Diğer yandan biliyorsunuz Aile Yılı kapsamında 13 Ocak itibarıyla 81 ilimizde de Aile ve Gençlik Fonu'nu gençlerimizin evlilik yolunda desteklemek amacıyla çok güzel projeler hayata geçirdik. Bunu Sayın Cumhurbaşkanımız ilan etmişti. Tekirdağ'da başvurularımız devam ediyor. 18-29 yaş arasındaki bütün gençlerimize 150 bin liralık bir kredi desteğimiz olacak. Ama aynı zamanda tabii bu fondan faydalanan bütün gençlerimize de çeyiz yardımlarında da farklı şekilde desteklerimiz olacak. Ben bütün vatandaşlarımıza hayırlı uğurlu olmasını diliyorum.

Tekirdağ'da biliyorsunuz iki tane yatırımımız inşallah en yakın zamanda başlıyoruz. Programımız tamamlandı. Yakın zamanda Tekirdağ'da iki huzur evimiz ve il müdürlüğümüzü hayata geçireceğiz. Ben bütün vatandaşlarımıza, bütün Tekirdağ halkına ve bütün Türkiye'nin şimdiden bayramını tebrik etmek istiyorum. Hayırla, huzurla, nice sağlıklı, huzurlu bayramlar geçirmenizi temenni ediyorum" ifadelerini kullandı.

■ HABER MERKEZİ

**Otizm, doğuştan gelen ve genellikle yaşam boyu süren, beynin farklı şekilde çalışmasına neden olan bir durumdur. Tıpta "Otizm Spektrum Bozukluğu" olarak geçer. Bu durumdaki bireyler, genellikle sosyal iletişim kurmakta, göz teması kurmakta, bazı hareketleri tekrar etmede ya da değişikliklere uyum sağlamada zorluk yaşayabilirler. Örneğin bazı otizmliler göz göze gelmeyi sevmez ya da kalabalık ve gürültülü ortamlarda huzursuz olabilirler. Bu onların kaba ya da ilgisiz olduğu anlamına gelmez; sadece dünyayı algılama biçimleri farklıdır. Yani nasıl bazı insanlar sağ elle, bazıları sol elle yazıyorsa, otizmliler de bilgiyi kendine özgü bir şekilde işler. Otizmin sebebi tam olarak bilinmemekle birlikte, genetik (kalıtsal) ve çevresel bazı etkenlerin birlikte rol oynadığı düşünülmektedir. Otizm, anne ya da babanın hatası değildir, çocuğun da suçu değildir. Bu bir hastalık değil, gelişimsel bir farklılıktır. Bazı otizmliler hiç konuşmazken, bazıları çok iyi konuşabilir ama sosyal ilişkilerde zorlanabilir. Bazıları belli konularda çok üstün yeteneklere sahip olabilir: mesela bir otizmliler çocuk, hiç unutmadan takvim hesaplayabilir ya da müzikte olağanüstü bir kulağa sahip olabilir. Ancak bu durum herkes için geçerli değildir; her otizmliler bireyin özellikleri farklıdır. Bu yüzden "spektrum" denir, yani geniş bir yelpazede farklı belirtiler görülebilir. Otizmliler bireylerin topluma katılmaları için anlayış, sabır ve destek şarttır. Onları anlamaya çalışmak, onlara daha sakin ve düzenli ortamlar sunmak önemlidir. Örneğin ani sesler, kalabalıklar veya rutinlerin bozulması onları strese sokabilir. Bu durumlarda bağırarak, yargılamak yerine neden böyle davrandıklarını anlamaya çalışmak gerekir. En büyük ihtiyaçları sevgi, güven ve kabul görmektir. Her insan gibi onlar da mutlu olmak, saygı görmek ve anlaşılma ister.**

Her çocuk dünyaya kendi hikâyesiyle gelir, ama otizmliler çocuklar biraz daha sessiz anlatır hikâyelerini. Bir bakışla "ben buradayım" der, bir melodide huzur bulur, bir dokunuşta dünyasını savunur. Onları anlamak için sadece konuşmak değil, susmanın da bir dil olduğunu bilmek gerekir. Çünkü bazen bir kelimenin yerini, bir sarılmanın sıcaklığı doldurur. Bizim dünyamıza uymaya çalışmak yerine, biz onların dünyasına adım attığımızda gerçek iletişim başlar.

Otizm, kelimelere sığmayacak kadar derin, gözlerdeki bir bakışta saklı koca bir evrendir. Otizmliler bir çocuğun gözlerine dikkatle baktığınızda, orada alışılmışın dışında bir derinlik, anlam ve dinginlik bulursunuz. Onlar, dünyanın gürültüsünden kaçan ama kendi iç seslerinde müziği duyan çocuklardır. Otizmliler bir bireyin hayatı, sadece onun değil, ailesinin de görünmeyen mücadelesidir. Bir sabah sıradan bir kahvaltının bile nasıl özel bir çabaya dönüştüğünü bilmeyiz çoğu zaman. Dışarıdan bakıldığında anlaşılmayan bu çaba, sevgiyle örülmüş sabırdan oluşur. Bir anne ya da baba, çocuğunun göz kontağı kurduğu ilk anı unutmaz; çünkü bu, aylarca hatta yıllarca beklenen bir mucizedir. Diğer çocuklar ilk kelimelerini söylerken, otizmliler çocukların aileleri bir bakışı, bir işareti, bir gülümsemeyi kutlar. Bizim fark etmediğimiz küçük ayrıntılar, onların hayatında bir devrimdir. İşte bu

yüzden, otizm farkındalığı sadece bilgin değil, yürekteki gelen anlayıştan doğar. Her bireyin farklı öğrenme şekli olduğu gibi, otizmliler bireylerin de dünyayı algılayışını kendine özgüdür. Ve bu özgünlük, onların eksikliği değil, dünyaya kattıkları

daha yavaşlamamızı, biraz daha sabretmemizi ister. Bir çocuğun seslerden rahatsız olması, göz temasından kaçınması ya da farklı rutinler istemesi onun kaptırlı değil, farklı olduğunu gösterir. Bu farklılık korkulacak ya da dışlanacak bir şey değil; bizlere

Kabul etmemizdir. Onları değiştirmeye çalışmak yerine, birlikte yaşamayı öğrenmek bu sürecin en kıymetli adımımızdır. Empati, bir gün onların yerine geçmek değil; onların olduğu haliyle kabul edilmesini sağlamak demektir. Her birey gibi onları

elbette kutlayalım; ama otizmliler bireylerin mücadeleleri her gün devam ediyor. Onlar için en büyük destek, yılın sadece bir günü değil, her günü gösterilen sabır, anlayış ve kabul duygusudur. Eğitimden istihdama, sosyal hayattan sağlığa kadar her alanda kapsayıcı politikalar üretmek ve uygulamak gerekiyor. Çünkü otizmliler bireyler, yeterli destekle büyük başarılar elde edebilir. Birçoğu inanılmaz yeteneklere sahiptir; kimi rakamlarla dans eder, kimi resimle hayal dünyasını yansıtır, kimi ise kelimelerle büyülü dünyalar kurar. Onların içindeki cevheri fark etmek için sadece doğru bakış açısına sahip olmamız yeterlidir. Otizm bir engel değil, farklı bir gelişim biçimidir; ve bu farklılık içinde eşsiz bir güzellik barındırır. Otizm, bu dünyanın renklerinden sadece biri... Ve her rengin kendine has bir ışıltısı vardır. Otizmi sadece "rahatsızlık" ya da "bozukluk" gibi görmekten vazgeçip, onu anlamaya çalıştığımızda çok şey değişecek. Otizmliler bireylerin iç dünyasına açılan o özel kapıyı sabırla çaldığımızda, karşımıza sevgi dolu, duyarlı ve yaratıcı bir dünya çıkacak. O kapıyı çalmaktan korkmayın. Sadece bir tebessüm, bir selam ya da bir bakışla bile dünyalarını güzelleştirebilirsiniz. Onların sessizliğini anlamaya çalışın, çünkü bazen en yüksek ses en derin sessizlikte saklıdır. Ve unutmayın: Otizm eksiklik değil, farklılıktır. Farklılık ise insan olmanın en doğal halidir.

E.Selcan TUNCEL

**HER ÇOCUK ÖZEL DİR  
BAZISI BİRAZ  
DAHA FARKLI**

**DİNLEMİYİ ÖĞRENDİĞİMİZDE  
GERÇEKTEN ANLARIZ**



zenginliktir. Empati, sadece anlamak değil, anlamaya gayret etmektir. Otizmliler bir bireyle aynı ortamda bulunmak, bir şeyleri değiştirmemizi gerektirmez; sadece biraz

sabır, sevgiyi, farklı düşünmeyi ve önyargısız yaklaşmayı öğreten bir armağandır. Otizmliler bireylerin bizden beklediği tek şey, onların da bu toplumda yer alabileceğini

da onurlu bir yaşam sürmeye, saygı görmeye ve sevmeye hakları vardır. Farklılık, bir güne sığacak bir şey değildir. 2 Nisan Dünya Otizm Farkındalık Günü'nü

# BURDUR'A BAHAR GELİYOR

## renk renk çiçekler açmaya başlıyor



Mart ayının son günleriyle birlikte Burdur, uykusundan uyanmaya başladı. Sert geçen kış mevsiminin ardından, güneş usulca dağların üzerinden yükselirken doğa da yavaş yavaş silkinip kendine geliyor. Toprak, uzun bir sessizliğin ardından derin bir nefes alıyor sanki. Dağ yamaçlarında, yol kenarlarında, park köşelerinde ilk müjdeciler beliriyor: papatyalar, menekşeler, gelincikler... Her biri renkleriyle, kokularıyla, sadelikleriyle baharın geldiğini fısıldıyor.

Burdur ve ilçelerinin çeşitli bölgelerinde ve özellikle dağlık, kırsal alanlarda açan sarı hardal çiçekleri, gökyüzünün mavisiyle dans ediyor adeta. Tepelerde açan mor çiğdemler, serin sabah rüzgârlarında hafifçe salınıırken, göçmen kuşların cıvıltıları bu sessiz renkliliğe eşlik ediyor. Her şeyin yeniden başladığı, her şeyin yeniden umut verdiği bir mevsim bu. Bahar, Burdur'un toprağında sadece çiçekleri değil, içimizdeki umudu da uyandırıyor. Kış boyu griye bürünmüş manzaralar şimdi yeniden rengarenk bir tabloya dönüşüyor.

