



## Tâceddin Dergâhı

Taceddin AKBAŞ

taceddinakbas@gmail.com



## SALÂLAR 'KİMIN İÇİN' VERİLİYOR BİLİYOR MUYUZ?!!! VE BİR NESİL YOK OLUYOR FARKINDA MIYIZ?!!

Sayırsız kere şükürler olsun ki, Rabbim bize biri ikiz olmak üzere çok hayırlı ve oldukça sağlıklı sıhhatli 3 erkek evlât ve biri kız, 6 torun (ki, Kız torunumuz 3 yıldır İstanbul'da ve ünlü bir ilaç fabrikasında 'kimya mühendisi' olarak çalışıyor) verdi...

Diğer torunlardan 4'ü ilk ve orta dereceli okullarda. 1'i ise İstanbul da ve Yıldız Teknik Üniversitesi'nde>Y-TÜ<Otomasyon ve Kontrol Mühendisliği okuyor ki, O da geçtiğimiz yıl Üniversitesinin dönem birincisi oldu! Yani, Cenab-ı Hakk bize 3 evlatla birlikte dünya tatlısı, beyefendisi ve hanımefendisi 6 torun verdi elhamdülillâh...

Ve şükürler olsun ki, bu iyi güzel, hattâ mükemmel örnek evlât ve torunlarımızdan hiç birinin (iki oğlumuzun sigaraları dışında) herhangi bir kötü alışkanlıklarını görmedim, duymadım, bilmiyorum ve bundan sonra hiç görmem, duymam ve öğrenmem inşaAllah...

Ki, ben bırakın alkollü ve uyuşturuculu içecekleri veya benzer kötü alışkanlıkları, hem insan sağlığına zarar verdiği hem de israf ekonomisine hizmet ettiği, dolayısıyla da haram olduğuna inandığım için sigara ve asitli gazoz ve inorganik meyve suluları gibi içeceklerin üretilmesine, içilmesine ve alınıp satılmasına da 'şiddetle' karşıyım! O nedenle, elimden gelse ben bu zararlıların tümünün üretimini de içimini de engellemeye, hattâ yasaklamaya çalışırım...

Ve ben ilimizin, ülkemizin, dünyamızın ve çingenele-

rimizin, hattâ Hristiyanların, Yahudilerin, Budistlerin ve ateistlerin çocuklarını bile (mâsum ve yaratılıştan Müslüman oldukları için) sever, düşünür ve elimden gelse hepsini tüm kötü alışkanlıklardan korumaya ve kurtarmaya çalışırım! Onun için, hiçbirinin, ama hiçbirinin sigara içmemesi, kumar oynamaması ve uyuşturucu kullanmaması, hele hele bağımlı olmaması için elimden geleni yapar, bu ve bu gibi bataklıklara düşmemesi için çırpınırım! Hiçbir şey yapmasam bile dua ederim! Ancak, öyle kötü bir zaman diliminde ve karmaşık dönemde yaşıyoruz ki, birçok kişi gibi ben de en meskûn mahallerde bile, bırakın genç ya da yaşlı erkekleri, açık saçıkları.; birçok 'güya kapalı, sözde dindar' kız ve kadının elinin birinde sigara, diğerinde telefon, kolunda da 'erkek' arkadaşı olduğunu ve genelde umumi adaba mugayir, yani bırakın İslâmî ahlâkı, insânî ve genel ahlâka bile aykırı hal, hareket ve davranışlar içinde olduklarını görüyor, duyuyor ve kendimi 'bu gençlik nereye koşuyor acaba..? Hattâ bu salâlar kimin, hangi ölümler için veriliyor acaba?' demeden alamıyorum! Dolayısıyla da cennet misâli ülkem ve asil milletim adına üzülüyorum ve kaygılanıyorum!

Ve ben sigara ile telefon kullanımını geçtim, zararlı madde kullanıcıları, araçları ve üreticileri konusunda son derece hassas olduğumu bildiğim Bilge Valimiz Tülay Baydar Bilgihan ve olabildiğince titiz ve teknik çalışmalarına şahit olduğum Kıdemli İl Emniyet Müdürümüz Ahmet Kurt ve kıdemli İl Jandarma Komutanımız Albay Mehmet Balcı ile genç Cumhuriyet Başsavcımız Harun Ünlüsoy ve çalışma arkadaşlarının; artı eski bir Denetim Kurulu Başkanı ve şu anda da sâde bir üyesi olduğum YEDAM'ın (Yeşilay Danışma Merkezi'nin) ciddi şekilde mücadele ettiklerini görünce ve duyunca biraz umutlanıyorum. Ancak tam emin olamıyorum! Çünkü, bu müskiratların üreticileri ile alıp satıcıları, yani tâcirleri çok güçlü, içici ve kullanıcıları da oldukça inatçı! O nedenle, ben genelde uyuşturucu madde üreticilerinin, simsarlarının, araçlarının bataklıkları kurutulup kökleri, nefis ve nesilleri kesilmedikçe, alkol üreticilerinin ve kumar oynatıcılarının sayıları asgarî seviyeye düşürülmedikçe.; gençliğimizin 'bu Allah (c.c) korkusu, kul hakkı gözetmesi ve insan sevgisi saygısı olmayan simsarlarının veya baronlarının' ellerine düşmelerinin kaçınılmaz olacağı konusunda endişeliyim!

Basın yayın organlarının, medya kuruluşlarının ve haber ajanslarının verdikleri bilgilere göre ülkemiz de uyuşturucu kaçakçılığı oldukça yaygın olunca, içicilerin sayıları da o kadar fazla imiş... Ancak, her şeye rağmen uyuşturucuyla yeteri kadar mücadele edilmiyor-edilemiyor... Ve konuyla ilgilenen meslektaş-

larımın yazıp çizdiklerine göre, alkol fiyatları artınca daha ucuza ve daha kolay yollardan temin edilebilen uyuşturucu içerikli hapların alıcıları ve içicileri de çoğalıyormuş. Ayrıca uyuşturucu maddeleri Türkiye'ye kamyonlar, hattâ tırlarla getirilip rahatlıkla gümrüklerden, yani sınır kapılarından yeterli aramalar taramalar yapılmadan geçebildikleri gibi; uyuşturucu baronları araçlarıyla da rahatlıkla buluşabiliyor, içicilerine-kullanıcılarına kolayca ulaşabiliyorlarmış!

Hâsılı; Emniyet Genel Müdürlüğü'nün geçen yıl yayınladığı uyuşturucu raporuna göre, ülkemizde uyuşturucu nedeniyle ölüm, bir önceki yıla göre 4 kat artarken, ölüm yaşı da 13'lere kadar düşmüş! Ki, 2020-2021 yılları arasında eroin de hattâ kapı komşumuz, mazbut ve mütecânis insan yapısına sahip illerden biri olan Isparta ile beraber Edirne ve Denizli ilimiz ilk üç sırada yer almış! Ve en fazla uyuşturucunun yakalandığı ülke yüzde 52'lik bir oranla Şii İran olurken, insanının yüzde 98-99-u 'sünnî' Müslüman olan Ülkemizdeki yakalama oranı ise yüzde 10'larda, Pakistan da ise 9'larda seyrediyormuş!

Velhâsıl-ı kelâm; veriler doğru ise, ülkemizdeki uyuşturucu üreticilerinin, baronlarının, alıcı-satıcı veya kullanıcılarının sadece yüzde 10'u yakalanabiliyor; kalan yüzde 90'lık bölümü de genelde insanımızı, özelden de gençliğimizi zehirlemeye devam ediyormuş! Onun için ben 'Allah >c.c< sonumuzu ve encâmımızı hayreylesin..!' diyorum...

### HER KOYUN 'KENDİ AYAĞINDAN ASILIR' AMA, KÖTÜ KOKUSU HERKESİ ETKİLER! VE YEŞİLAY TÜM BAĞIMLILARI BEKLER!

Hülâsâ-i netice; oldukça uzun ve derin, ayrıca uzmanlık isteyen konu hakkındaki yazımı uzman ve diğergam Yeşilay'ın sloganları ile noktalyor, herkese 'sigarasız, alkolsüz, uyuşturucusuz, kumarsız ve zararsız' saygılar sunuyorum.

### YEŞİLAY DOSTU OLAN, SAĞLIĞINI VE SAYGINLIĞINI KAZANIR...

SAĞLIKLIYIM, MUTLUYUM, ÇÜNKÜ YEŞİLAY'IN DOSTUYUM... YEŞİLAY İÇENE DEĞİL, İÇİLEN ZEHİRE KARŞIDIR... ALKOL, UYUŞTURUCU, SİGARA ÖLDÜRÜR, KUMAR SÖNDÜRÜR, SPOR GÜLDÜRÜR... KARANLIK GECELERE BAĞLANMA, AYDINLIK GELECEĞİNİ KARARTMA... SEVDİKLERİN İÇİN BIRAK, SEVGİNİN BOŞLUĞUNU ZEHİRLE DOLDURMA VE DAMARLARINDAKİ ASIL KANI KİRLETME!



## BURDUR'DA "FİLİSTİN FİLM GÜNLERİ" BAŞLIYOR

Burdur'da "Filistin Film Günleri" 6-8 Mart tarihleri arasında sinemaseverlerle buluşacak.

Kültür ve Turizm Bakanlığı tarafından düzenlenen "Filistin Film Günleri" etkinliği kapsamında, Türkiye genelinde 81 ilde eş zamanlı film gösterimleri gerçekleştirilecek. Kültürel etkinlikler kapsamında düzenlenen program, 6-8 Mart tarihleri arasında sinemaseverlerle buluşacak.

Etkinlik çerçevesinde belirlenen üç farklı film,

Türkiye genelinde çeşitli sinema salonlarında izleyiciyle buluşacak. Program kapsamında Burdur'da gösterimler, şehir merkezinde bulunan Burdur Oscar Sineması'nda gerçekleştirilecek.

Filistin sinemasının önemli örneklerini izleyiciyle buluşturmayı amaçlayan etkinlikte, kültürel ve sanatsal içerikli filmler aracılığıyla Filistin halkının

yaşamı, kültürü ve hikâyeleri beyaz perdeye taşınacak.

Filistin Film Günleri kapsamında yapılacak gösterimlerde film bilet fiyatı 120 TL olarak belirlendi.

Yetkililer, kültürel açıdan anlamlı olan bu etkinliğe tüm vatandaşları davet ederek, sinemaseverleri 6-8 Mart tarihleri arasında Burdur Oscar Sineması'nda düzenlenecek film gösterimlerine katılmaya çağırdı. ■ YENİ GÜN MEDYA

Bölge halkına modern ve kesintisiz sağlık hizmeti sunmayı amaçlayan Gölhisar Devlet Hastanesi, diş hekimliği kadrosunu güçlendirerek hizmet kalitesini bir üst seviyeye taşıdı. Hastane yönetimi, kadroya dahil olan yeni isimle birlikte poliklinik hizmetlerindeki yoğunluğun azalacağını müjdeledi.

Gölhisar ve çevre ilçelere hizmet veren hastanede, Dt. Çiğdem Yıldır Akman hasta kabulüne başladı. Deneyimi ve profesyonel yaklaşımıyla tanınan Akman'ın göreve başlaması, ilçedeki ağız ve diş sağlığı hizmetlerine taze bir soluk getirdi. Yeni hekimin katılımıyla birlikte hastanedeki poliklinik sayısı artarken, modern tıbbi ekipmanlarla donatılan ünitelerde hasta kabulü hız kazandı.

Uzman Sayısı 4'e Yükseldi: Bekleme Süreleri Kısalıyor

Dt. Çiğdem Hanım'ın göreve başlamasıyla birlikte Gölhisar Devlet Hastanesi'ndeki uzman diş hekimisi sayısı 4'e ulaştı. Bu gelişme, özellikle randevu almakta güçlük çeken vatandaşlar için büyük bir kolaylık anlamına geliyor. Hastane yetkilileri, hekim sayısının artmasıyla birlikte daha kapsamlı tedavilerin daha kısa sürede sonuçlandırılacağını ve hasta memnuniyetinin öncelikli olduğunu vurguladı.

■ YENİ GÜN MEDYA



6 Mart 2026  
Cuma

BURDUR İMSAKİYESİ

**İFTAR DUASI**

Allah'ım! Senin rızan için oruç tuttum, sana inandım ve sana güvendim. Senin verdiğin rızıkla orucumu açtım ve Ramazan ayının yarınki orucuna da niyet ettim. Benim geçmiş ve gelecek günahlarımı bağışla! Yaptığım ibadetleri kabul eyle. Süphesiz Sen her şeyi işiten ve bilensin.

İmsak	05.57
Güneş	07.17
Öğle	13.15
İkindi	16.30
Akşam (iftar)	19.04
Yatsı	20.19

www.burduryenigun.com

**y9 yeni gün**

Yıl: 72 Kuruluş Tarihi: 1 Eylül 1954 Süreli Yerel Yayın

6 Mart 2026 Cuma - Sayı: 21760

Kurucular:  
**Osman ŞAN - Muharrem TUNCEL**

Sahibi ve Sorumlu Yazı İşleri Müdürü:  
**Kürşat TUNCEL**

İDARE YERİ ve DİZGİ - BASKI (Yeni Gün Tesisi)  
Konak Mah. Uğuz Sok. No: 23/4 - BURDUR  
Tel & Fax: 233 38 93

e-posta: info@burduryenigun.com

UETS (Elektronik tebligat adresi): 15345 - 43771 - 09430

Fiyatı: 7 TL.

Abone: 1 Yıllık 4.000 TL.



## SAHURDAN İFTARA BAŞ AĞRISINI ÖNLEMELİK İÇİN BU ÖNERİLERE KULAK VERİN

Ramazana'da artan baş ağrıları günlük yaşamı zorlaştırabiliyor. Ancak alınacak basit önlemlerle hem ağrıyı azaltmak hem de olası tetikleyicilerden korunmak mümkün. Uzmanlar özellikle su tüketimine ve uyku düzenine dikkat çekiyor. İşte detaylar...



Migreni olanlar için Ramazan ayı daha hassas bir dönem olabilir. Açlık ve yaşam düzenindeki değişiklikler atakları artırırken, uzmanlar ilaç saatlerinin sahur ve iftara göre planlanması gerektiğini vurguluyor.

### RAMAZAN'DA BAŞ AĞRISI NEDEN OLUR VE NASIL ÖNLENİR?

Ramazana ayında uzun süren açlık, susuzluk ve değişen uyku düzeni baş ağrılarına artırabilir. Özellikle migren veya gerilim tipi baş ağrısı olan kişilerde mevcut ataklar tetiklenebilirken, daha önce baş ağrısı sorunu yaşamamış kişilerde de yalnızca açlığa bağlı ağrı ortaya çıkabilir. Oruç süresince vücudun metabolik dengesinde meydana gelen değişiklikler bu durumu kolaylaştırır. Ancak baş ağrıları yalnızca primer (migren, gerilim tipi) değil, alta yatan farklı nedenlere bağlı sekonder sebeplerle de gelişebilir.

**UYARI: Ani başlayan, giderek şiddetlenen ve bulantı, kusma, yüksek ateş veya görme kaybı gibi belirtilerin eşlik ettiği baş ağrılarında vakit kaybetmeden bir uzmana başvurulmalıdır.**

### UZUN SÜRELİ AÇLIK

Oruç sırasında uzun saatler boyunca besin ve sıvı alınmaması kan şekeri seviyesinin düşmesine yol açabilir. Bu durum hücrelerin ihtiyaç duyduğu enerjinin azalmasına ve baş ağrısına neden olabilir. Migreni olan kişiler açlığa karşı daha hassastır ve ataklar daha kolay tetiklenir. Daha önce baş ağrısı yaşamamış kişilerde ise genellikle iki taraflı, alın

bölgesinde hissedilen, hafif ya da orta şiddette ve zonklayıcı özellikte açlık baş ağrısı görülebilir. Bu tür ağrılar çoğunlukla beslenme sonrası birkaç gün içinde kendiliğinden düzelir.

### SIVI KAYBI VE YETERSİZ SU TÜKETİMİ

Gün içinde su içilememesi, iftarda ise daha çok katı gıda tüketilmesi sıvı açığının artmasına neden olur. Ayrıca çay ve kahve gibi idrar söktürücü içeceklerin fazla tüketilmesi vücudun su kaybını artırabilir. Yetersiz sıvı alımı tek başına bile baş ağrısına yol açabilecek önemli bir etkidir. Bu nedenle iftar ile sahur arasında yeterli miktarda su tüketmek büyük önem taşır.

### NİKOTİN VE KAFEİN YOKSUNLUĞU

Sigara ya da yoğun kahve tüketim alışkanlığı olan kişilerde oruçla birlikte nikotin ve kafein yoksunluğu ortaya çıkabilir. Bu durum sinirlilik, huzursuzluk, titreme, halsizlik ve baş ağrısı gibi belirtilere neden olabilir. Ramazan öncesinde kafein tüketimini kademeli olarak azaltmak, bu süreçte yaşanabilecek yoksunluk baş ağrılarını hafifletebilir.

### DÜZENSİZ VE BÖLÜNMÜŞ UYKU

Sahur nedeniyle bölünen uyku düzeni ve yeterli süre dinlenememek baş ağrısını tetikleyen önemli faktörlerdendir. Gece geç saatlere kadar uyanık kalmak ve gündüz oluşan uyku hali de ağrıyı artırabilir. Uyku süresini dengelemek için daha erken saatlerde yatmak ve uyku öncesinde kafeinli içeceklerden kaçınmak faydalı olabilir. İlik

bir duş da gevşemeye yardımcı olabilir.

### STRES VE ÇEVRESEL ETKENLER

Açlık, susuzluk ve uykusuzlukla birlikte ortaya çıkan gerginlik ve tahammülsüzlük hali baş ağrısını kolaylaştırabilir. Yoğun iş temposu, uzun süre ekran karşısında kalmak, gürültülü ve kapalı ortamlar da tetikleyici olabilir. Bu nedenle mümkün olduğunca dinlenmek, açık havada zaman geçirmek ve günün zorlayıcı saatlerinde kısa molalar vermek yararlı olacaktır.

### RAMAZAN'DA BAŞ AĞRISINI ÖNLEMELİK İÇİN ÖNERİLER

Sahur ve iftarda dengeli ve hafif beslenmeye özen gösterin. Aşırı yağlı ve tuzlu yiyeceklerden kaçın.

İftar ile sahur arasında günlük ortalama 2-2,5 litre su tüketin.

Çay ve kahve tüketimini sınırlayın.

Düzenli ve yeterli uyuma-ya dikkat edin.

Yorucu fiziksel aktivitelerden uzak durun.

Nefes ve gevşeme egzersizleri yapın.

Karanlık ve sessiz bir ortamda kısa süreli dinlenmeler planlayın.

Ekran süresini azaltarak göz yorgunluğunu önleyin.

Soğuk uygulamalar (soğuk jel bantlar gibi) ile ağrıyı hafifletin.

### İLAÇ KULLANIMI VE DOKTORA BAŞVURU

Şiddetli migren atakları tedavisiz kontrol altına alınmayabilir. Migren hastalarının, oruç tutmayı planlıyorsalrı ilaç düzenlemelerini sahur ve iftar saatlerine göre ayarlamak için bir nöroloji uzmanına danışmaları gerekir. Koruyucu tedavi kullanan hastalar da ilaç saatlerini yeniden düzenlemelidir.

Öte yandan her baş ağrısını açlığa bağlamak doğru değildir. Özellikle açlıkla tetiklenen ağır migren atakları yaşayan kişilerin oruç konusunda ısrarcı olmamaları sağlık açısından önemlidir. ■ HABERTÜRK

# RAMAZAN'DA TATLI KEYFİ ve SAĞLIKLI KALMANIN YOLLARI



İftar sonrası bastırılan tatlı krizi masum gibi görünse de yanlış seçimler sindirim sorunlarına ve ani kan şekeri dalgalanmalarına yol açabiliyor. Peki hangi tatlılar daha sağlıklı bir seçenek sunuyor? İşte detaylar...

### RAMAZAN AYINDA İFTAR SONRASI TATLI TÜKETİMİ NASIL OLMALI?

Ramazana ayında uzun süren açlığın ardından kurulan iftar sofralarında dengeli beslenmek büyük önem taşır. Gün boyu düşen kan şekeri nedeniyle iftardan sonra tatlı isteği artabilir. Ancak özellikle ağır ve şerbetli tatlılar mideyi zorlayabilir, sindirimi yavaşlatabilir ve ani kan şekeri yükselmelerine yol açabilir. Bu da halsizlik, yorgunluk ve kısa sürede tekrar acıkma gibi sorunlara neden olabilir. Bu nedenle tatlı tüketimi ölçülü ve bilinçli şekilde yapılmalıdır.

### İFTAR SONRASI TATLI KRİZİ NEDEN OLUR?

İftar sonrası yaşanan tatlı krizlerinin temelinde genellikle gün boyu süren açlık ve dengesiz beslenme yer alır. Uzun süre aç kalmak kan şekeri düşürür ve vücut hızlı enerji kaynağına yönelir. Ayrıca iftarda aşırı karbonhidrat tüketmek, yeterince protein ve lif almamak ya da tatlı tüketimini alışkanlık haline getirmek de bu isteği artırabilir. Şeker tüketimi sıklıkla vücut daha fazlasını talep eder ve bu durum bir döngüye dönüşebilir.

### RAMAZAN'DA SAĞLIKLI TATLI TÜKETİMİ İÇİN ÖNERİLER

#### PORSİYONLARI KÜÇÜLTÜN

Tatlıdan tamamen vazgeçmek zorunda değilsiniz. Ancak porsiyon kontrolü sağlamak en önemli adımdır. Küçük bir dilim ya da küçük bir kase tatlı ile hem isteğinizi bastırabilir hem de kalori alımınızı dengeleyebilirsiniz.

#### İFTARDAN HEMEN SONRA TATLI YEMEMİN

Yemeğin ardından sindirim sistemine zaman tanımak gerekir. Tatlı için en az 1-2 saat beklemek, mideyi rahatlatır ve ani kan şekeri yükselmesini önlemeye yardımcı olur.

#### TATLIYI PROTEİNLE DESTEKLEYİN

Tatlıyı tek başına tüketmek yerine yanında süt, yoğurt, ceviz veya fındık gibi protein kaynaklarına yer vermek kan şekeri daha dengeli yükselmesini sağlar. Bu yöntem hem daha uzun süre tok kalmanıza yardımcı olur hem de kilo kontrolünü destekler.

#### ŞERBETLİ TATLILARI SINIRLANDIRIN

Şerbetli ve hamur ağırlıklı tatlılar yüksek şeker ve kalori içerir. Bu tür tatlılar yerine daha hafif alternatifleri tercih etmek sindirim sistemini korumak açısından daha uygundur.

#### YETERLİ SU TÜKETİN

Tatlı isteği bazen susuzlukla karışabilir. İftar ile sahur arasında en az 2 litre su içmek hem kan şekeri dengesini destekler hem de gereksiz tatlı tüketimini azaltabilir.

#### SEBZE VE LİF TÜKETİMİNİ ARTIRIN

Tatlı yiyeceğiniz gün, diğer öğünlerde basit karbonhidratları azaltmak önemlidir. Sebze yemekleri ve salatalar lif içerikleri sayesinde kan şekeri daha dengeli yükselmesine yardımcı olur.

#### HER GÜN TATLI TÜKETMEYİN

Tatlıyı günlük bir alışkanlık haline getirmek yerine haftada 2-3 günle sınırlandırmak hem kilo kontrolü hem de genel sağlık açısından daha doğru bir yaklaşımdır.

#### RAMAZAN'DA TERCİH EDİLEBİLECEK DAHA SAĞLIKLI TATLI SEÇENEKLERİ

##### SÜTLÜ TATLILAR

Süt bazlı tatlılar, şerbetli tatlılara kıyasla daha hafif seçeneklerdir. Sütlaç, muhallebi veya güllaç gibi alternatifler daha dengeli bir tercih olabilir.

##### AZ ŞEKERLİ VEYA ŞEKERSİZ ALTERNATİFLER

Şeker oranı azaltılmış tatlılar, bitter çikolata, badem ezmesi ya da ölçülü miktarda kuru meyve gibi seçenekler tatlı ihtiyacını daha kontrollü karşılamaya yardımcı olur.

##### MEYVE TEMELİ TATLILAR

Taze meyve, meyve salatası ya da şekerli komposto gibi doğal şeker içeren alternatifler hem tatlı isteğini bastırır hem de vitamin ve mineral desteği sağlar.

##### İFTAR SONRASI TATLI KRİZİNİ KONTROL ETMENİN YOLLARI

İftarda aşırı ve hızlı yemek yemek kan şekeri ani yükselme ve sonrasında düşüşe neden olur. Bu dalgalanma tatlı isteğini artırır. Daha yavaş yemek yemek, protein ve lif açısından zengin beslenmek ve tatlıyı hafif seçeneklerden yana kullanmak bu süreci dengelemeye yardımcı olur. Ağır ve şerbetli tatlılar yerine doğal ve düşük kalorili alternatifleri tercih ederek Ramazan boyunca hem tatlı ihtiyacınızı karşılayabilir hem de sağlıklı beslenme düzeninizi koruyabilirsiniz. ■ HABERTÜRK



## SAHNE FAHRIYE KURU'NUN EĞLENCE TÜM KADINLARIN!

Burdur Belediyesi, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü dolayısıyla özel bir etkinlik düzenliyor. Kadınlara özel olarak planlanan Kadınlar Günü Matinesi, 8 Mart Pazar günü gerçekleştirilecek.

Etkinlik, saat 20.30'da

Burdur Belediyesi Konferans ve Sergi Salonu'nda başlayacak. Program kapsamında sanatçı Fahriye Kuru sahne olarak katılımcılara müzik dolu bir gece yaşatacak.

Burdur Belediye Başkanı Ali Orkun Ercengiz, Dünya Kadınlar Günü'nün önemine

dikkat çekerek tüm vatandaşları etkinliğe davet etti. Belediyeden yapılan duyuruda, kadınların toplumsal yaşamda üstlendikleri önemli role vurgu yapılırken, bu özel günün birlik ve dayanışma içinde kutlanacağı ifade edildi. ■ YENİ GÜN MEDYA



## BURDUR'DA JANDARMADAN ŞOK BASKIN! EVDEN ÇIKANLAR ŞAŞKINA ÇEVİRDİ



Burdur'da jandarma ekiple bir eve düzenlenen operasyonda 54 kök kenevir bitkisi ile 527 gram kubar esrar ele geçirildi. Olayla ilgili gözaltına alınan 1 şüpheli, çıkarıldığı mahkemeye tutuklanarak cezaevine gönderildi.

Edinilen bilgilere göre, uyuşturucu ve uyarıcı madde bağımlılığıyla mücadele kapsamında yürütülen çalışmalar çerçevesinde, Burdur Cumhuriyet Başsavcılığı koordinesinde Burdur İl Jandarma Komutanlığı ekipleri tarafından 3 Mart tarihinde il genelinde operasyon gerçekleştirildi.

Operasyonda A.C.Y. isimli şüpheli hakkında "Uyuşturucu veya Uyarıcı Madde İmal ve Ticareti" ile "Kullanmak İçin Uyuşturucu



veya Uyarıcı Madde Satın Almak, Kabul Etmek veya Bulundurmak" suçlarından adli işlem başlatıldı. Gözaltına alınan şüpheli, sevk edildiği adli makamlarca tutuklanarak cezaevine teslim edildi.

Şüphelinin adresinde yapılan aramalarda;

54 kök kenevir bitkisi,  
527 gram kubar esrar,  
2 adet LED ışık cihazı,  
3 adet hava sirkülasyon cihazı,  
2 adet iklimlendirme kabini,  
1 adet karbon filtre,  
1 adet mikroskop cihazı,  
4 adet vantilatör,  
3 adet ısı ayarlayıcı termostat,  
3 adet dijital termometre,  
100 litre bitki toprağı,  
30 adet sıvı gübre,  
9 adet fan cihazı ele geçirildi.

Yetkililer, uyuşturucuyla mücadele çalışmalarının kararlılıkla sürdürüleceğini vurguladı. ■ YENİ GÜN MEDYA



## MINİKLERİN YENİ KAHRAMANI: "SARSINTI TIMİ" GÖREV BAŞINDA!

1-7 Mart Deprem Haftası, bu yıl Burdur'un Altınyayla ve Gölhisar ilçelerinde unutulmaz bir etkinliğe sahne oldu.

1-7 Mart Deprem Haftası, bu yıl Burdur'un Altınyayla ve Gölhisar ilçelerinde unutulmaz bir etkinliğe sahne oldu. İlkokul 3 ve 4. sınıf öğrencilerine yönelik düzenlenen farkındalık projesinde, klasik eğitim yöntemlerinin dışına çıkılarak tiyatronun iyileştirici ve öğretici gücü kullanıldı. Çocuklar,

"pan-tutun" hareketi, tahliye planları ve afet çantasının önemi gibi konular interaktif bir şekilde işlendi. Altınyayla ve Gölhisar'daki okullarda perde açan tiyatro grubu, minik izleyicilerin yoğun ilgisıyla karşılaştı. Uzmanlar, bu yaş grubundaki çocuklara afet eğitimi verilirken oyunlaştırma yönteminin kullanılmasının, bilginin kalıcılığını artırdığını vurguluyor.

Üniversiteli Gençlerden Örnek Dayanışma



sahnede izledikleri kahramanlarla hem eğlendi hem de olası bir afet anında hayat kurtaracak kritik bilgileri hafızalarına kazandı.

### Sarsıntı Timi'nin Büyük Görevi Başladı

Etkinliğin kalbinde, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Acil Yardım ve Afet Yönetimi (AYAY) bölümü öğrencilerinden oluşan yetenekli bir tiyatro topluluğu yer aldı. Müdürlük bünyesinde staj yapan üniversiteli gençler, teorik bilgilerini afet farkındalığı oluşturmak adına sanata dönüştürdü. "Sarsıntı Timi'nin Büyük Görevi" isimli oyun, çocukların dünyasına uygun bir dille, korkutmadan bilinçlendirmeyi hedefleyen sahneleriyle büyük beğeni topladı.

### Eğlenirken Öğrenen Çocuklar Geleceğe Hazırlanıyor

Deprem Haftası etkinlikleri kapsamında sergilenen oyunda; deprem anında yapılması gereken "çök-ka-

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi öğrencilerinin bu gönüllü çalışması, üniversite-kamu iş birliğinin en güzel örneklerinden birini sergiledi. Acil Yardım ve Afet Yönetimi bölümü öğrencilerinin profesyonel yaklaşımları, bölgedeki eğitimcilerden ve velilerden de tam not aldı. Geleceğin afet uzmanları, sahadaki ilk büyük sınavlarını çocukların yüzündeki gülümseme ve öğrendikleri yeni bilgilerle vermiş oldu.

### Afet Bilinci Okul Sıralarında Başlar

İl genelinde yaygınlaştırılması hedeflenen bu tür etkinliklerle, toplumun en temel birimi olan çocuklarda "afet kültürü" oluşturulması amaçlanıyor. Deprem hazırlığı ve doğru davranış modellerinin küçük yaşlarda alışkanlık haline gelmesi, Türkiye gibi deprem kuşağındaki bir ülkede hayati önem taşıyor. Sarsıntı Timi, görevini başarıyla tamamlayarak miniklerin zihninde güvenli yarınların tohumlarını bıraktı. ■ YENİ GÜN MEDYA

Ramazan Bağışlarınızla  
Fitre ve Zekatlarınızla  
ÖNCE ÇOCUKLAR  
İYİLEŞSİN

LÖSEV  
Lösemili Çocuklar Vakfı

0312 447 06 60





**Fatih ÖZCAN**

## Orta Asya'dan batıya (Mâverâünnehir'e) kayan Türk Tarihi

(Türk Orta çağı -Orta Avrupa'da Türkler)-99

Osmanlı halkı sefalet içinde pelitle-palamutla karnını doyururken Osmanlı padişahı arkasını sağlama bağlamak için yeniçerilerin gönlünü alıyordu.

3. Mehmed, devletin kuvvetinin doruğa ulaştığı ama bir o kadar da devleti sarsıntıya uğratan birkaç cephede birden boğuştuğu şartlarda tahta geçti. Avusturya ile on beş yıl sürecek kanlı bir savaş başladı. Bu savaşlar sonlanmadan 1590 yılında büyük kayıplarla antlaşma imzalamış olan Safevi hükümdarı Şah Abbas kayıplarını telafisi için yeniden harekete geçti. Üstelik böyle iki cephede yoğun çarpışmalar sürerken Anadolu, 16. yüzyılın ilk yarısındaki halk isyanlarının bir devamı ve geçmişte görülmemiş şiddet ve yoğunlukta patlak veren Celali isyanlarıyla yangın yerine döndü. Bu devrede yüzyılın başından beri cereyan eden ve miri toprak sisteminin çelişmelerinden kaynaklanan üretim buhranları sürekli hale dönüştü. Üretim krizleri Osmanlı halk kitlelerini kırdı geçirdi. Üretim krizleri Osmanlı feodal aristokrasisini de etkiliyor, gelirlerini azaltıyordu. Merkezi ve mahalli feodaller arasındaki çelişmelerin şiddetlenmesine yol açıyordu.

### KÖYLÜLERİN AÇLIKTAN KIRILDIĞI SÜREKLİ ÜRETİM BUHRANLARI DÖNEMİ

Osmanlı İmparatorluğu, 16. yüzyılın ikinci yarısıyla birlikte sonraki yüzyıla da sirayet edecek sürekli bir kıtlık, üretim buhranı sürecine girdi. Osmanlı kaynakları bu dönemde kırk büyük kıtlık olduğu, binlerce köylünün açlıktan kırıldığı, halkın ot ve pelit-palamut ekmeği yediği, çaresiz kalan halkın kendini ve çocuklarını esirliğe çıkardığını açıkça yazar. Çocuk yaşta devşirilerek İstanbul'a getirilen Arnavut kökenli devlet adamımız Koçi Bey, eleştirel tarzda hazırlayıp padişaha sunduğu risalelerinde, 3. Murad dönemindeki üretim buhranlarında açlıktan kırılan köylüler için "Reaya fukarasına olan bu zulüm, hiçbir tarihte, hiçbir iklimde, hiçbir padişah memleketinde olmamıştır." diye yazdı. (\*162)

### 3. MEHMED'İN VEZİRLERİ ARASINDAKİ

#### ÇATIŞMA PADİŞAHI VE DEVLETİ ZAAFA UĞRATMAKTADIR

3. Mehmed üzerindeki annesi Safiye Sultan'ın hakimiyeti, padişahın karşı karşıya kaldığı bazı problemlere yol açtı. Yeniçeri isyanlarında etken olan ve aralarındaki husumet geçmişin derinliklerine dayanan iki vezirin, Sinan ve Ferhat Paşaların düşmanlıkları, iki vezirin kendi maiyet ve taraftarlarının çatışmaları padişahı zor durumlara soktu. Safiye Sultan'ın da karıştığı bu çatışmalar yeniçeri isyanlarının yegâne sebebinin oluşturuyordu. Ferhad Paşa, Eflak cephesinde başarısız olmuştu. Batıda Habsburglar bastırıyordu. Cephelerden kötü haberler yağıyordu İstanbul'a. Padişah Ferhad Paşa'yı azletti. Bu azilde Sinan Paşa'nın cepheden gelen başarısızlık haberlerini bahane eden himmetleri yoğundu. Bu faaliyette Sinan Paşa'ya Safiye Sultan'ın damadı, padişahın eniştesi İbrahim Paşa'nın rolü büyüktü.

Ancak padişah yeni kişisel kararların arifesindeydi. Sina Paşa da cephede başarısız olunca onu da görevden almış, veziriazamlığa yakın adamı Lala Mehmed Paşa'yı atamıştı. Gelibolulu Mustafa Âli'nin belirttiğine göre, padişahın aldığı kişisel kararın bir yansıması olan bu atamanın altında yatan etken, padişahın inisiyatifi tam olarak ele geçirmek, annesi, damadı vezirleri ve harem ağalarını devre dışı bırakmaktı. (\*163) Ancak hasta olan Lala Mehmed Paşa'nın ölümü padişahın bütün karar ve emellerini kursağında bıraktı.

### DEVAM EDECEK

#### Kaynaklar:

(\*162) Koçi Bey, Risaleler

(\*163) Mustafa Ali, Age, s. 695



**BURDUR  
MİLLETVEKİLİ  
AKBULUT'TAN  
MECLİS  
KÜRSÜSÜNDE  
SERT TEPKİ**

**ÇİFTÇİYE SATIŞ ENGELİ Mİ GELDİ?  
"PARAN VAR AMA ÜRÜN YOK!"**

CHP Burdur Milletvekili İzzet Akbulut, Tarım Kredi Kooperatifleri'nin son dönemdeki satış politikalarını eleştirerek, üreticinin peşin parasıyla dahi gübre ve yem alamadığını iddia etti.

Türkiye Büyük Millet Meclisi (TBMM) kürsüsü, Burdur çiftçisinin yaşadığı ekonomik çıkmaza dile getiren sert bir konuşmaya sahne oldu. CHP Burdur Milletvekili İzzet Akbulut, Tarım Kredi Kooperatifleri'nin son dönemdeki satış politikalarını eleştirerek, üreticinin peşin parasıyla dahi gübre ve yem alamadığını iddia etti. Akbulut, uygulamanın çiftçiye mağdur eden bir "cezalandırma" yöntemine dönüştüğünü savundu.

### "Paran Var Ama Ürün Yok!" Skandalı

Milletvekili Akbulut, kooperatiflerde hem ortak olan hem de ortak olmayan üreticilere yönelik ciddi kısıtlamalar uygulandığını belirtti. Ortak olmayan vatandaşlara hiçbir

şekilde satış yapılmadığını ifade eden Akbulut, asıl şaşırtıcı olanın ortak çiftçilerin durumu olduğunu söyledi. Akbulut, "Kredi kartıyla ödeyeceğim, peşin ödeyeceğim desenez de kesinlikle satış yapamayız diyorlar. Sadece kredili satışa zorluyorlar" diyerek uygulamanın mantık dışı olduğunu vurguladı.

### Savaş Bahanesiyle Zam Beklentisi mi?

Uygulamanın arkasında yatan gerekçenin "stokçuluk" ve "zam beklentisi" olduğunu öne süren İzzet Akbulut, bölgedeki savaşların bahane edildiğini aktardı. Akbulut konuşmasında; "Yanı başımızda savaş var, gübre ve ot fiyatlarına zam gelecek beklentisiyle satışların engellendiği ifade ediliyor. Çiftçilerimizin ne kabahati var?" sorusunu yönelterek, artan maliyetlerin yükünün üreticinin omuzlarına bindirilmesine tepki gösterdi.

### Kendi Kendine Yeten Ülkeden, Kuzyukta Bekleyen Çiftçiye

Türkiye'nin tarım politikalarındaki gerilemeye dikkat çeken Burdur Milletvekili, bir zamanlar tarımda kendine yeten ülkenin bugün geldiği noktayı "ibretlik" olarak nitelendirdi. Tarımın dış gelişmelere karşı bu kadar kırılğan hale getirilmesinin mevcut politikaların bir sonucu olduğunu savunan Akbulut, tarımsal üretim sürdürülebilirliğinin bu tip engellemelerle baltalandığını belirtti.

### "Bu Zulme Derhal Son Verin" Çağrısı

Konuşmasının sonunda yetkililere seslenen İzzet Akbulut, Tarım Kredi Kooperatifleri'ndeki peşin ve kredi kartlı satışların derhal yeniden başlatılması gerektiğini ifade etti. Bu durumun bir "zulüm" olduğunu yineleyen Akbulut, "Kredi kartıyla almak isteyen alınsın, peşin satış mutlaka başlatılsın" diyerek, üretim sezonu öncesi çiftçinin önündeki engellerin kaldırılmasını istedi.

■ YENİ GÜN MEDYA

Burdur'da plakasını bezle kapatarak trafikte seyreden ve polislin "dur" ihtarına uymayan ehliyetsiz motosiklet sürücüsü, ters yöne girerek otomobile çarpıştı. Ağır yaralanan sürücü, hastanede yapılan tüm müdahalelere rağmen kurtarılamadı.

Olay, Cumhuriyet Caddesi'nde meydana geldi. Edinilen bilgilere göre, plakasını bezle kapattığı motosikletiyle seyir halinde olan Eray Rahman Özdemir (20), polislin "dur" ihtarına uymayarak kaçmaya başladı. Bir süre polis ekiplerinden kaçan sürücü, Şehit Kalmaz Caddesi'nde ters yöne girdi. Bu sırada İ.H. yönetimindeki 15 LC 424 plakalı otomobile çarpışan motosiklet sürücüsü Eray Rahman Özdemir ağır yaralandı. İhbar üzerine olay yerine sağlık ekipleri sevk edildi. Yaralı sürücü Eray Rahman Özdemir ambulansla Burdur Devlet Hastane-



si'ne kaldırılarak tedavi altına alındı.

Kazanın ardından motosiklet çekici yardımıyla otoparka götürülürken, sürücüye "dur ihtarına uymamak", "ehliyetsiz araç kullanmak" ve "kask takmamak" suçlarından toplam 392 bin 500 lira idari para cezası uygulanmıştı.

### Hastaneden Acı Haber Geldi

Kazada ağır yaralanan ve hastanede yoğun bakım servisinde tedavi altına alınan Eray Rahman Özdemir yapılan tüm müdahalelere rağmen kurtarılamayarak hayatını kaybetti.

■ YENİ GÜN MEDYA

Kg **350 TL**

Kg **450 TL**

**SOFUOĞLU  
BAKLAVALARI**

Bayramlık Baklava ve Su Böreği Sipraşi Alınır.

0248 502 11 11



**BAŞKAN  
ERCENGİZ'DEN  
6 MART  
MESAJI:  
"ATATÜRK'ÜN  
BURDUR'A  
GELİŞİ  
BÜYÜK BİR  
ONURDUR"**

**Burdur Belediye Başkanı Ali Orkun Ercengiz Atatürk'ün Burdur'a Gelişinin 96. Yıldönümü nedeniyle mesaj yayınladı.**

Başkan Ercengiz mesajında şunları söyledi: "Bugün, 6 Mart 1930'da Mustafa Kemal Atatürk'ün Burdur'umuza teşrif edişinin 96. yıl dönümünü. Bu anlamlı gün, yalnızca bir ziyaretin yıl dönümü değildir. Bu tarih; Cumhuriyetimizin kurucusunun milletine duyduğu güvenin, halkıyla kurduğu güçlü gönül bağının ve aydınlık yarınlara olan sarsılmaz inancının en somut göstergelerinden biridir. 6 Mart 1930 Perşembe günü saat 13.15'te, Burdur'un girişinde bulunan Çatalpınar'da öğretmenler, öğrenciler ve kalabalık bir halk topluluğu tarafından büyük bir coşku ve alkışlarla karşılanan Gazi Mustafa Kemal Atatürk, Burdur halkının yüreğindeki sevgi ve bağlılığı bizzat hissetmiştir. O gün yaşanan o büyük heyecan, sadece bir karşılama değil; Cumhuriyet'e sahip

çıkma iradesinin de güçlü bir ifadesi olmuştur. Cumhuriyet'in ilanından yaklaşık 7 yıl sonra gerçekleştirdiği yurt gezileri, Ulu Önder Gazi Mustafa Kemal Atatürk için sıradan ziyaretler değil; kurulan Cumhuriyet'in değerlerinin Anadolu'da ne ölçüde benimsendiğini görmek amacı taşıyan önemli gözlemlerdi. Ulu Önder Atatürk bu gezilerde, yurttaşların artık birer kul değil özgür bireyler olarak Cumhuriyet'i ne kadar içselleştirdiğini yerinde görmek istemiştir. Anadolu'nun dört bir yanında milletinin sevgi ve bağlılığıyla karşılanan Atatürk, Türkiye'nin her alanda ilerlediğini ve bu gelişmenin halkın hayatına yansıdığını büyük bir memnuniyetle gözlemlemiştir.

Bu buluşmalar, Cumhuriyet'in mayasının tuttuğunu ve Türk milletinin bağımsızlığına sahip çıkarak Cumhuriyet'i sonsuza kadar yaşatacağına olan inancını daha da pekiştirmiştir. Atatürk'ün liderlik anlayışı; milletine güvenen, eğitimi önceleyen, bilimi

rehber edinen ve çağdaşlaşmayı hedefleyen bir vizyon üzerine kuruludur. Anadolu'nun her köşesine verdiği değer gibi Burdur'a gelişi de, halkla iç içe yönetim anlayışının ve millet iradesine verdiği önemin açık bir göstergesidir. Ulu Önder'in bizlere emanet ettiği bu güzel vatanı; onun ilke ve inkılapları doğrultusunda yükseltmek, bilimde, sanatta, eğitimde ve hayatın her alanında daha ileriye taşımak, aziz hatırasına sunabileceğimiz en anlamlı vefa olacaktır. Çünkü Atatürk'ü anmak; sadece sözle değil, onun gösterdiği çağdaş uygarlık hedefi doğrultusunda yılmadan çalışmakla mümkündür. Onun "Yurtta Barış, Cihanda Barış" ilkesini rehber edinerek; ülkemizde huzuru güçlendirmek, dünyada barışı savunmak ve bu anlayışı gelecek nesillere aktarmak hepimizin ortak sorumluluğudur. Tam da bugünlerde komşu devlet İran'dan çıkan gelişmeler, savaşın ne kadar büyük bir vahşet olduğunu bizlere bir kez daha hatırlatmaktadır. Gerekle-

diği sürece savaşın bir cinayet olduğunu, bundan tam 100 yıl önce veciz sözleriyle dile getiren Gazi Mustafa Kemal Atatürk'tür. Bizler de bugün burada, Atatürk'ün şehrimize gösterdiği ilgi ve verdiği değer farkında olarak onun barış, akıl ve insanlık temelindeki mirasına sahip çıkmaya devam ediyoruz. Burdur halkı olarak, Atatürk'ün şehrimize gösterdiği o özel ilgiyi ve yakınlığı hiçbir zaman unutmamak, unutmayacağız. 6 Mart 1930'da Burdur'a attığı o adım, bu topraklarda yaşayan herkes için büyük bir onur ve gurur vesilesi olmuştur. Aradan geçen 96 yıla rağmen aynı heyecanı, aynı inancı ve aynı kararlılığı yüreğimizde taşımaya devam ediyoruz. Bu duygu ve düşüncelerle, Cumhuriyetimizin kurucusu Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ü saygı, minnet ve rahmetle anıyor; onun açtığı yolda, gösterdiği hedefe durmadan yürümeye devam edeceğimizi bir kez daha ifade ediyorum. Ne mutlu Türküm diyene!"

■ BELEDİYE BASIN

