

Vali Soytürk ve Eşi Nurdan Soytürk Şehit Aileleri İle İftar Yaptı

Valimiz Sayın Recep Soytürk ve Eşi Nurdan Soytürk Hanımefendi, Garnizon Komutanlığının Şehit Aileleri, Gaziler ve Gazi Aileleri için düzenlediği iftara katıldı.



Program Kuran-ı Kerim tilavetiyle başladı. Ardından Vali Soytürk, protokol üyeleri, Şehit Aileleri, Gaziler ve Gazi Aileleri birlikte oruçlarını açtı.

Akabinde bir konuşma yapan Garnizon Komutanı Tuğg. Aytuğ Yörüğüş; "Kıymetli Şehit Ailelerimiz, sizler bizlere Aziz Şehitlerimizin emanetisiniz. Şehitlerimiz vatanın birliği, bayrağımızın dalgalanması için en yüce fedakarlığı göstermiştir. Ramazan ayının manevi ikliminde sizlerle bir araya gelmenin huzurunu ve onurunu yaşıyoruz." dedi. Sonrasında Tekirdağ İl Müftüsü Mustafa Bilgiç tarafından şehitlerimiz için dua edildi. Günün anısına hatıra fotoğrafı çekilmesinin ardından program sona erdi.

İftar programına Vali Soytürk ve Nurdan Soytürk'ün yanı sıra Garnizon Komutanı Tuğg. Aytuğ Yörüğüş, Bölge Adliye Mahkemesi Cumhuriyet Başsavcısı Hüsnü Hakan Yağız, Süleymanpaşa Kaymakamı Mahmut Nedim Tunçer, İl Jandarma Komutanı J. Alb. Ali Güngör, İl Emniyet Müdürü Ahmet Metin Turanlı, Sahil Güvenlik Karakol Komutanı S. G. Yzb. Can Çakıcı, Tekirdağ İl Müftüsü Mustafa Bilgiç, Şehit Aileleri, Gaziler ve Gazi Aileleri ve Garnizon Komutanlığı personeli katıldı.



Vali Soytürk Muhtarlarla Biraraya Geldi

Valimiz Sayın Recep Soytürk, Süleymanpaşa ilçemize bağlı Kayı, Gündüzlü, Kılavuzlu, Köseilyas, Karaevli, Husunlu, Bahçelievler ve Gazioğlu Mahallelerinin muhtarları ile Valilik Toplantı Salonu'nda bir araya geldi.

Düzenlenen toplantı sırasında Vali Soytürk, muhtarların sorun ve taleplerini dinledi. Çözüm için mevzuat çerçevesinde gerekli çalışmalar yapılacağını ifade etti.

Toplantı sırasında muhtarlara İdare ve Denetim Müdürü Arzu Bıyıklıoğlu eşlik etti.



CANDAN YÜCEER: "TEKİRDAĞ'DA HER HİZMETTE MUHTARLARIN EMEĞİ VAR"

Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Candan Yüceer, şehrin 11 ilçesinde görev yapan mahalle muhtarlarıyla iftar sofrasında bir araya geldi. Yoğun katılımın olduğu programda muhtarlara seslenen Candan Başkan, "Tekirdağ'da hayata geçirdiğimiz her hizmette muhtarlarımızın emeği ve katkısı var. Vatandaşın sesi önce muhtarına ulaşır, biz de o sesi hizmete dönüştürürüz." dedi.

Başkan Yüceer, Ramazan ayının bereketini paylaşmak üzere şehrin mahalle muhtarlarını Büyükşehir Belediyesi'nde ağırladı. Sıcak ve samimi bir atmosferde gerçekleşen iftar programında dualar edildi, oruçlar hep birlikte açıldı. Candan Başkan, masaları tek tek gezerek muhtarlarla yakından ilgilendi, taleplerini dinledi ve günün anısına hatıra fotoğrafları çekti.

"MUHTARLARIMIZ OLMASA HİZMETLERİMİZ BU KADAR HIZLI OLMAZDI"

Programda muhtarlara hitaben bir konuşma yapan Candan Başkan, muhtarların yerel yönetimlerdeki kritik rolüne değinerek, "Bu mübarek Ramazan ayında, on bir ayın sultanında; kardeşliğin, bereketin, birlik ve beraberliğin ayı olan bu güzel günlerde aynı sofrayı, aynı bereketi paylaştığımız için her birinize yürekten teşekkür ediyorum. Kıymetli muhtarlarımızla her zaman birlikteyiz. Yıllardır birlikte çalıştığımız muhtarlarımız var, bu dönemde aramıza katılan yeni muhtarlarımız var. Tekirdağ'ın her mahallesinde hayata geçirilen hizmetlerde sizlerin emeği, katkısı ve önerisi var. Açıkça söylemek gerekirse, muhtarlarımız olmasa biz bu hizmetleri bu kadar hızlı ve etkili şekilde hayata geçiremezdik" şeklinde konuştu.

**"ORTAK AKIL VE ORTAK ÇALIŞMA KÜLTÜRÜ BİZİM İÇİN ÇOK KIYMETLİ"**

Başkan Yüceer, muhtarların vatandaşla belediye arasındaki en güçlü köprü olduğunu belirterek, "Demokrasinin ve yerel yönetimlerin en güçlü halkası muhtarlarımızdır. Vatandaş çoğu zaman ilk olarak muhtarına ulaşır; talebini, eleştirisini, ihtiyacını muhtarına anlatır. Sizler de bunları hızlı ve sistemli bir şekilde bizlere ulaştırırsınız. Biz de sizlerin desteği ve yol göstericiliğiyle hizmetleri tek tek hayata geçiririz. Bu nedenle ortak akıl ve ortak çalışma kültürü bizim için çok kıymetli. Büyükşehir Belediyesi olarak bu işbirliğini daha da güçlendirmek, daha kurumsal ve daha sistematik bir hale getirmek için çalışmaya devam edeceğiz. Çalışma arkadaşlarıma da her zaman söylüyorum: Muhtarlarımızı arayın, muhtarlarımızı dinleyin. Çünkü mahallelerin gerçek ihtiyaçlarını en iyi bilen sizlersiniz" dedi.

KADINLAR GÜNÜ VE BARIŞ MESAJI

Konuşmasında 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'ne de özel bir parantez açan Başkan Yüceer, kadınların toplumsal hayattaki gücüne ve dünya barışına dair şu mesajları paylaştı:

"Bu mübarek Ramazan ayının var olan kardeşliğimizi daha da büyütmesini diliyorum. Dünyada yaşanan acıları hepimiz görüyoruz. İnşallah bu güzel ay, insanların nefret yerine kardeşlik içinde yaşadığı, gözyaşlarının dindiği bir dünyanın kapısını aralar. Bir yandan da yarın 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü. Bu vesileyle tüm kadınlarımızın gününü kutluyorum. Kadınların olduğu her yer güzelleşiyor, kadınların emeği hayatın her alanını değiştiriyor. Kadın emeğinin daha görünür olması ve kadınların güçlenmesi için çalışmaya devam ediyoruz. Bugün de Çerkezköy'de kadın atölyemizin üçüncüsünü açtık. Kadınları güçlendirmek, aynı zamanda çocuklarımızın ve gençlerimizin geleceğini güçlendirmek demek."

"TEKİRDAĞ'I BİRLİKTE GELECEĞE TAŞIYACAĞIZ"

Tekirdağ'ın her köşesine hizmet götürmek için muhtarlarla el ele vereceklerinin altını çizen Candan Başkan, "Tekirdağ'ın 373 mahalle muhtarıyla birlikte çalışmaktan büyük gurur duyuyorum. Hep birlikte Tekirdağ'ı daha güzel yarınlara taşıyacağımıza yürekten inanıyorum. Bu mübarek Ramazan ayında soframızı paylaştığınız için her birinize tekrar teşekkür ediyorum. Allah tuttuğumuz oruçları, ettiğimiz duaları kabul etsin. Nice Ramazanlarda yine böyle kardeşlik sofralarında bir araya gelmeyi nasip etsin" ifadelerini kullandı.

Candan Başkan'ın ev sahipliğinde gerçekleşen iftar programına; Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi Genel Sekreteri Doç. Dr. Ergül Halisçelik, TESKİ Genel Müdürü Dr. Onur Özgül, Büyükşehir Belediyesi ve TESKİ bürokratları ile 11 ilçeden gelen çok sayıda mahalle muhtarı katılım sağladı.

KADİR GECESİ
ÖZEL PROGRAMI

Kur'an -ı Kerim Tilaveti - Manevi Sohbetler - Kasideler
Dua - Mehteran Konseri - Sema Gösterisi

Tarih: 14 Mart 2026 - Saat: Teravih Namazı Sonrası
Yer: Saray Atatürk Kültür Merkezi
14 Mart akşamı iftar yemeği verilecektir.

FSM
FATİH SULTAN MEHMET
EĞİTİM VE YARARLANIŞA VAKFI

TÜRKİYEM
HABER

SARAY 59 HABER
HAFTALIK DIJITAL GAZETE

Gündem44
HAFTALIK DIJITAL GAZETE

MNR Reklam

ALP ASLAN
ERİN

TARAFSIZ KALEM



İçİ Boşaltılmaya Çalışılan İslam

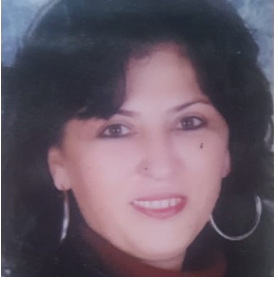
Kıymetli dostlar,

Bu hafta sinema ve dizi sektöründe sıkça karşımıza çıkan, "İslam'ı sevdirmek" iddiasıyla sunulan fakat içi boşaltılmış bir anlayışı konuşalım istiyorum. Ekranlarda bolca "hoşgörü", "iyi niyet", "insanlık" vurgusu görüyoruz, ancak mesele ayete, hadise, hükme gelince derin bir sessizlik hâkim. Sormak gerekiyor: Ayetsiz, hadissiz bir İslam anlatısı mümkün mü? Mümkünse bu anlatı neyi temsil eder? En çok izlenen dizilerde ya da gişe rekorları kıran filmlerde Yüce Allah'ın ayetlerinin Türkçe olarak senaryoya işlendiğini hiç gördünüz mü? Peygamber Efendimiz'in (s.a.v.) hadis-i şeriflerinin diyaloglarda doğal biçimde yer aldığını hatırlayan var mı? Din, yalnızca yumuşak bir dil, genel bir ahlak çağrısı ve belirsiz bir "iyi insan olma" söylemine indirgeniyor. Oysa İslam; hükmüyle, ölçüsüyle, ahlakiyle, ibadetiyle bir bütündür. Bir parçasını alıp diğerini görünmez kılmak, sevdirmek değil; seyrelterek etkisizleştirmedir. Burada kasıtlı bir tercih olduğunu düşünmemek saflık olur. Bir dönem bu yaklaşımın, dini "zararsız" bir folklor unsuru hâline getirmeyi hedefleyen projelerin parçası olduğu açıkça konuşuldu. Hoşgörü vurgusu, elbette İslam'ın özündedir; fakat tek başına bırakıldığında hakikatin üzerine örten bir perdeye dönüşebilir. İslam yalnızca "kimseyi incitmeyen" bir duygu değil, hayatı düzenleyen ilahi bir ölçüdür. Son yıllarda sinema, dizi ve popüler kültürde tekrar eden bir şablon var. İmam, hoca ya da din adamı figürü çoğu zaman cahil, çıkarıcı, ikiyüzlü, baskıcı, hatta kimi zaman suçla iç içe bir karakter olarak resmediliyor. Buna karşılık dindar olmayan ya da dine mesafeli karakterler "özgür", "vicdanlı" ve "aydın" olarak konumlandırılıyor. Bu bir tesadüf değil, bilinçli bir algı inşasıdır. Gelin bir de mekânlara bakalım. AVM'lerde mescitler neden çoğu zaman kapalı garajların en atıl köşesinde, tuvaletlerin bitişiğinde, rutubet ve kokuyla iç içe? Dua ederken el açıp Rabbimizden en güzelini isteriz, peki iş ibadete gelince neden en kötüsüne razı oluruz? Bu çelişki tesadüf mü? Yoksa ibadetin hayatın merkezinden yavaş yavaş itilmesinin mekânsal bir yansıması mı? Mahalle camilerinde ise başka bir uçla karşılaşırız. Bina ne kadar görkemliyse, içinin o kadar boş olduğu acı bir gerçek hâline geliyor. Mermerler, avizeler, kubbelər, ama cemaat az, sohbet yok, ilim halkası yok. Camiler birer "seyirlik yapı"ya, din de "gösterişli ama etkisiz" bir dekor unsuruna dönüşme riskiyle karşı karşıya. Oysa kıymetli dostlar, ayetsiz ve hadissiz İslam olmaz. Allah sevgisini işleyecekseniz, O'nun kelimasını da işlemek zorundasınız. Peygamber sevgisinden söz edecekseniz, O'nun sünnetini de hayata katmak zorundasınız. Sinema ve dizilerde "maneviyat" adı altında sunulan şey, ölçüsüz bir duygusalıktan ibaret kalıyorsa bu, sevdirmek değil, boşaltmadır. Bu noktada bir örneği özellikle anmak isterim. Celal Karatüre ve arkadaşları Yüce Allah'ı anlatırken hiçbir yapaylığa kaçmadan, riyasız ve çıkarsız bir şekilde, okudukları ilahilerle İslam'ı dünyaya sevdirdiler. Allah ismini her yerde duyurdular. Ne büyük prodüksiyonlar ne karmaşık senaryolar, sadece samimiyet, sadece hakikat. İşte gerçek etki böyle doğar. Allah onlardan razı olsun. Son söz şu olsun, İslam'ı sevdirmek, onu inceltmekle değil, aslını, özünü ve ölçüsünü cesaretle ortaya koymakla mümkündür. Hoşgörü, ayetle ve hadisle birlikte anlamlıdır. Mekânlar, niyetin aynasıdır. Ekranlar, mesajın taşıyıcısıdır. Eğer biz içini boşaltırsak, bir gün geriye sadece kabuk kalır ve kabuklar, fırtınaya dayanmaz.

SİYASİ ETİK KANUNU ZORUNLULUK HALİNE GELMİŞTİR

Türkiye siyaseti uzun süredir güven bunalımı yaşıyor. Bu bunalımın temelinde ekonomik sıkıntılar, kutuplaşma ya da sert siyasi dil kadar, siyasetin kendi iç ahlakını koruyamaması da yatıyor. Bir siyaset bilimi uzmanı olarak yıllardır sahayı, Meclis'i, parti teşkilatlarını ve seçmen davranışlarını yakından izliyorum. Geldiğimiz noktada şunu net biçimde söylemek gerekir ki "Siyasi Etik Kanunu çıkarılmadan siyaset kurumunun itibarı korunamaz." Siyaset, bireysel bir kariyer planı değildir, kolektif bir emek ve toplumsal bir sözleşmedir. Bir milletvekili, bir belediye başkanı ya da bir meclis üyesi tek başına seçilmez. Önce siyasi parti genel başkanlarının ve yetkili kurulların onayıyla aday olur, ardından teşkilatlar gece gündüz çalışır ev ev, sokak sokak dolaşır emek vardır. Bu süreçte harcanan emek, gösterilen fedakârlık ve verilen mücadele göz ardı edilemez. En önemlisi şudur Halk oy verir. Seçmen, sadece bir isme değil bir siyasi duruşa, bir programa, bir parti kimliğine oy verir. Seçmen, diğer partilere oy vermesini bilmiyor mu? Elbette biliyor. Ama bilerek, isteyerek ve güvenerek tercihinin yapıyor. Tam da bu noktada sormak gerekir. Seçildiği partiden kısa süre sonra istifa eden bir siyasetçi, seçmenin iradesini boşa düşürmüş olmuyor mu? Bu bir tür seçmen aldatılması değil midir? Eğer bir kişi, seçildiği partinin politikalarına, değerlerine ya da yol haritasına gerçekten inanmıyorsa, bunun yolu bellidir, bağımsız aday olur. Seçmenin karşısına dürüstçe çıkar. Ama partinin gücüyle seçilip, sonrasında "kişisel nam, hesap ya da yeni siyasi pazarlıklar" uğruna istifa etmek yalnızca partiyi değil, siyasetin tamamını yıpratıyor. Bu nedenle açık ve net bir önerim var! "Siyasi Etik Kanunu çıkarılmalıdır." Bu kanunla birlikte; Seçilen milletvekilleri, belediye başkanları ve meclis üyeleri seçtikleri partiden istifa ettiklerinde, aynı zamanda görevlerinden de istifa etmiş sayılmalıdır. Milletvekilleri için koltuk boşalmalı, yeni seçime kadar beklenmelidir. Belediye başkanlarının istifası halinde ise, mevcut belediye meclisi kendi içinden seçim yapmalı ve en çok oyu alan aday başkan olmalıdır. Böylece seçmenin iradesi korunur, siyasi ahlak güçlenir, parti emeği heba edilmez. Bu düzenleme, kimseyi siyasetten dışlamaz tam tersine siyaseti daha dürüst, daha şeffaf ve daha itibarlı hale getirir. Siyasetçi özgürdür görüşünü değiştirebilir, yol ayrımına gidebilir. Ancak bunun bir bedeli ve ahlaki karşılığı olmalıdır. Unutulmamalıdır ki "Siyasette koltuklar emanet, oylar namus, irade ise kutsaldır." Siyasi Etik Kanunu, bir partinin değil, Türkiye demokrasisinin ihtiyacıdır. Bugün çıkarılmazsa, yarın siyasete olan güven biraz daha aşınacaktır ve güvenini kaybeden bir siyaset ne iktidar üretebilir ne de umut. Siyasi Etik Kanunu çıkarılmadığı sürece siyasetçiye güven konusunda söz edilemez. Bütün siyasi partilerin siyasi etik kanunu çıkarması önem arz etmektedir, her parti elini taşın altına koymalıdır diye düşünüyorum.



MÜNİRE
ERİN

Türk Kadını Olmak Ayrıcalıktır

İnsan hayatında “Olmazsa olmaz.” diye adlandırdığımız kutsal saydığımız varlıklar vardır. Bence kadın, yeryüzüne gönderilen en kutsal varlıktır. Dünyayı güzelleştiren muhteşem insandır o... Annedir; doğuran, doyuran, yuvası için saçını süpürge eden, evlatları uğruna canını hiçe sayan varlıktır. Türk kadını olmak da geçmişten bugüne ayrıcalıktır.

Eski Türk topluluklarında kadınla erkek arasında bir ayırım söz konusu değildi. Türklerde toplumun temelini, kutsal sayılan aile teşkil etmekteydi. Eski Türk Devletlerinde kadınlar aile hayatında, mirasta, devlet yönetiminde hak sahibiydiler. Hakanın eşine hatun denirdi. Türk devlet idaresinde hatun da söz sahibiydi. Savaşlarda hakanın yanında yer alan hatun, devlet adamı gibi eğitilir ve yetiştirilirdi. Böylece devlet idaresi ile komşu devletler hakkında bilgi sahibi olur, gerektiğinde devlet başkanlığı yapar, elçi kabul eder, devlet meclisine katılabilirdi.

Tarihten öğrendiğimiz bilgileri size aktarmak isterim: Bir gün Cengiz Han, çevre hanları toplantıya çağırmış. Bütün hanlar, halka oluşturacak düzendeki minderlere oturmuşlar. Hakan'ın gelmesini beklemişler. Cengiz Han yanında eşi Börte Hatun ile gelmiş ve onu sağ tarafına oturtmuş. Gelenek gereği soldan başlayarak hanlar kendilerini tanıtmışlar. Son konuk da kendini tanıttınca sıra Börte Hatun'a gelmiş. Bu arada sözü Cengiz Han almış ve “ Ben hepinizin hanı Cengiz Han'ım. Bu da benim Han'ım Börte'dir. “ demiş. İşte, saygıyla kullandığımız “hanım” sözcüğünün günümüze kadar ulaşan tarihî yolculuğu böyledir.

Bizler Orta Asya'da yaşarken güçlü kadınlardık. Atatürk'ün sayesinde hâlâ çok güçlü kadınlarız. Atatürk, 29 Ekim 1923'te cumhuriyeti ilan etti. 1930 yılında kadınlara belediye seçimlerinde seçme ve seçilme hakkı verildi. 1950 yılında Mersin'de Belediye Başkanı seçilen ve kendisinden sıklıkla “Türkiye'nin ilk kadın belediye başkanı” olarak bahsedilen Müfide İlhan, “Türkiye'nin ilk kadın il belediye başkanı” oldu; ondan çok daha önce 1930'da İlk kadın belediye başkanımız Sadiye Hanım'dı. Sadiye Hanım, 1930 yılında Artvin'e bağlı Yusufeli'nin Kılıçkaya Beldesinde (eski adı: Ersis) Belediye Başkanı seçildi. “Türkiye'deki ilk kadın belde belediye başkanı” olan Sadiye Hanım iki yıl bu görevi yürüttü. 1933 yılında muhtarlık seçimlerinde de kadınlarımıza seçme ve seçilme hakkı verildi. Aynı yıl “Türkiye'nin ilk kadın muhtarı” seçilen Gül Esin, Aydın'ın Çine İlçesi, Karpuzlu Bucağı'nın muhtarlığını yaptığı dönemde Atatürk tarafından ödüllendirildi. Muhtar olmasının ardından kahvehanelerde kumar oynamayı yasaklayan Gül Esin, kız kaçırma olaylarını önledi ve nikâh işlerini düzene sokarak büyük başarı elde etti. Atatürk Devrimleri'nin en önemlilerinden biri kadınlarımıza seçme ve seçilme hakkı tanınmasıdır. 5 Aralık 1934'te Anayasa ve Seçim Kanunu'nda yapılan yasa değişikliği ile kadınların ilk kez oy kullanmalarının ve aday olabilmelerinin önü açıldı. Türkiye; Fransa'dan ve İtalya'dan 11, Romanya'dan 12, Bulgaristan'dan 13, Belçika'dan 14, İsviçre'den ise 36 yıl önce kadınlara seçme ve seçilme hakkı tanımıştır. Seçme ve seçilme hakkı kazanan Türk kadını artık tam anlamıyla toplumda bir birey olmuştur. Türk kadınına eski itibarını fazlasıyla kazandıran yüce Atatürk'tür.

Mustafa Kemal Atatürk, “Ey kahraman Türk kadını! Sen yerde sürünmeye değil, omuzlar üzerinde göklere yükselmeye layıksın!” diyerek Türk kadınına hak ettiği değeri vermiştir. Çağdaş Türk kadını bugün aklınıza gelen her meslekte her alanda faaliyet göstermektedir. Doktor, mühendis, avukat, öğretmen, gazeteci, milletvekili, bakan, şoför, işçi, işveren, memur, esnaf olarak çalışmakta ve üstlendiği bütün görevlerde başarısını sürdürmektedir. Bizler aydın kadınlar olarak haklarımızı biliyoruz ve gerektiğinde hakkımızı uyarca arayabiliyoruz. Şiddete karşıyız. Kadın duyarlılığıyla ve hoşgörüsüyle yoğrulmuş hamurumuz... Dünyada kadın olmanın zorluklarını biliyoruz, elimizden geldiğince mücadele ediyoruz. Bencil değiliz. Dünyadaki bütün kadınların daha sağlıklı, daha çağdaş, daha mutlu bir şekilde yaşamaları için sürdürdüğümüz bu savaşım kadın ve erkek eşitliği cihana egemen olana kadar devam edecektir.

Çağdaş Türk kadını olarak toplumdaki yerimiz Türk erkeğinin ne bir adım önünde ne de bir adım arkasındadır. Türk erkeği ve Türk kadını toplumda yan yana, omuz omuza yaşamını sürdürmektedir. Pek çok ülkenin kadınları savaşa katılmazlar, erkekler savaşırken onlar evde eşlerini, babalarını, ağabeylerini beklerler. Bizde ise böyle bir ayırım yoktur. Orta Asya'da yaşarken nasıl ki erkeğimizin yanındaysak Türkiye'de de öyleyiz. Kurtuluş Savaşında cepheye mermi taşıyan, askere götürülen cephaneler ıslanmasın diye çocuğunun battaniesini mermilerin üstüne örten kadınlarız biz. İki evladını birden şehit verip “Vatan sağ olsun!” diyen Türk analarıyız. Evlatlarımızı canımızdan çok severiz ancak vatan, millet, bayrak sevgimiz evlat sevgimizden üstündür. Biz Erzurumlu Nene Hatun'uz, biz Erzurumlu Kara Fatma'yız (Fatma Seher Erden), Kastamonulu Şerife Bacıyız, Manisa Gördes doğumlu Gördesli Makbule'yiz, asker kızı olarak çocuk yaşta cepheden cepheye koşan Nezahat Onbaşıyız (Nezahat Baysel), İstanbullu Halide Edip Adivar'ız. Barışta anayız, savaşta eriz.

Size Çanakkale Savaşı sırasında yaşanmış bir olayı aktarmak istiyorum:

Çanakkale köylerinden her gün yüzlerce genç savaşa katılmak üzere birliklerde toplanmaktadır. Acemi askerlerin eğitim ve teçhizatı tamamlandıktan sonra cepheye gönderilmektedir. Yüzbaşı Sırrı Bey, ikinci vakti yeni gelen erleri teftiş ederken, içlerinde bir tanesinin saçının bir tarafının kınalanmış olduğunu görür ve takılır:

–“Hiç erkek kınalanır mı?”

Mehmetçik:

–“Buraya gelmeden evvel, anam kınalamıştı komutanım!” der ve sebebini bilmediğini ilave eder. Komutanın isteği üzerine anasına yazdığı mektupta:

“Niye benim saçımı kınaladın?” diye sorar. Hatice Anadan gelen cevabî mektupta şunlar yazılıdır:

Ey gözümün nuru Hasan'ım,

Köyümüzde rahat rahat oturalım mı? Vatan sevgisi içimizde alev alev yanıyor. Sen ecdadından, babandan aşağı kalamazsın. Ben, senin anan isem, beni ve seni Allah yarattı, vatan büyüttü. Allah, bu vatan için seni besledi. Bu vatanın ekmeği iliklerinde duruyor. Sen bu ailenin seçilmiş bir kurbanısın. Hasan'ım söyle zabıt efendiye. Bizim köyde kurbanlık ayrılan koyunlar kınalanır. Ben de seni evlatlarımla arasından vatana kurban adadım. Onun için saçını kınalamıştım.

Allahın hükmüyle, Allah, seni İsmail Peygamberin yolundan ayırmasın. Seni melekler şimdiden rahmetle anacaktır.

Gözlerinden öperim.

Annen Hatice

Kınalı Hasan, bu güzel vatana adanmış bir adaktı. Cephede savaştı, savaştı. Sonra yaralandı, geriye aldılar. Cephenin hemen gerisinde, Kocadere Köyündeki Sargı Yerine getirdiler fakat Kınalı Hasan tedavi bile göremeden ruhunu teslim etti. Diğer şehit olanlarla birlikte, Hasan'ın da kimlik tespiti yapılacak ve o da diğer şehitlerimizle birlikte Kocadere köyünün mezarlığına gömülecekti. Bu işlerle görevli (subay adayı) Zabıt Namzedi Mehmet Efendi, Kınalı Hasan'ın üzerini aradı, anasının mektubuyla bir de tamamlanmamış bir şiir karalaması buldu:

“Anam yakmış kınayı adak diye,

Ben de vatan için kurban doğmuşum.

Anamdan Allah'a son bir hediye,

Kumandanım ben İsmail doğmuşum.”

Onu doğuran ana içtenliğin, sevginin, inancın ta kendisiydi. Hatice Ana tam bir Türk kadınıydı.

Atatürk'ün 1923'te söylediği: “Şuna inanmak lâzımdır ki, dünya yüzünde gördüğümüz her şey kadının eseridir.” vecizesi kadınların gücünü en güzel şekilde anlatmaktadır. Türk kadını olmanın ayrıcalığını yaşayan birey olarak bundan her zaman onur duydum. Ne mutlu Türk kadınıym diyene!

Yine de bütün etiketlerden, dogmatik düşüncelerden, ayrımcılıktan uzaklaşarak “Önce insan!” diyelim. Unutmayalım ki kadın veya erkek olmak değil, insan olmak önemlidir. Türk kadını ve Türk erkeği daima sırt sırta veren sağlam bir kale gibidir.

“Ne mutlu Türk'üm diyene!”

Saygılarımla...

TÜRKİYEM
HABER



Şeyda ile Şiirler

Mührü Sende, Ömrü Bende

Adını kalbime kazıdım derinden,
Bir harf kıpırdamaz oldu yerinden.
Sen benim alnıma yazılan çile,
Kurtulamaz bu can senin elinden.

Kavuşmak mı? O, göğün yere değmesi,
Karanlık gecenin güneşten özür dilemesi..
Biliyorum, yollar kapalı, köprüler yıkık.
Ama vazgeçmek, ruhun kendi katli demekmiş.

Gözlerin ufkumda sönmeyen bir fer,
Diz çöktüğüm yerdir, bastığın her yer.
Bir ömür dedikleri ne ki sevgili?
Seni beklerken geçsin, geçecekse günler.

Susturdum dilimi, kalbim konuşur.
Gözyaşım her gece yastıkla tanışır.
Ecel gelse bile söküp alamaz
Ruhum mahşerde yine sana kavuşur.

Yeminim olsun bu kara sevdaya
Senden başkası haram bu dünyaya.
Gelmeyeceğini bilsem de son nefeste.
Adın dudaklarımda çıkarım o son rüyaya...

ŞEYDA SAYDAM

Türk Kadını Motifi

Türk kadını denildiğinde akla gelen ilk şey sadece bir figür değil sarsılmaz bir irade bitmek bilmeyen bir sabır ve dönüştürücü bir zekadır. Anadolu topraklarının sert rüzgarlarıyla harmanlanan bu güç bir gün bir ordunun önünde at süren bir lider bir başka gün ise kucağında bebeğiyle cepheye mühimmat taşıyan bir kahraman olarak karşımıza çıkar. Türk kadınının gücü dışarıdan dayatılan bir zorunluluk değil binlerce yıllık bir mirasın doğal bir sonucudur. Evinin direği olan kadın vatanın tehlikeye düştüğü o karanlık günlerde Kurtuluş Savaşı'nın isimsiz kahramanı haline dönüştü. Nene Hatun'un Erzurum tabyalarındaki haykırışı ve Şerife Bacı'nın donarak can verme pahasına cephaneyi koruma azmi Türk kadınının gücünün fedakarlıkla yoğrulmuş bir cesaret olduğunu tüm dünyaya kanıtladı. Türk kadınının gücü kabuğuna sığmayan bir başarıya dönüştü. Artık bu güç sadece hayatta kalma mücadelesi değil dünyayı değiştirme iddiasıdır. Türk kadınının gücü geçmişin mirasıyla geleceği birleştiren bir köprüdür. O tarih boyunca ne zaman ihtiyaç duyulsa orada olmuş yıkılanı yapmış yarım kalanı tamamlamıştır. Bu güç baskıyla değil azimle kaba kuvvetle değil zekayla ve her şeyden önemlisi büyük bir sevgiyle beslenir. Türk kadını güçlendikçe toplum şifalanır ülke yükselir. Çünkü biliyoruz ki kadının güçlü olduğu bir yerde imkansız sadece bir kelimedenden ibarettir. Türk kadını için güç bir varış noktası değil binlerce yıldır devam eden bir yolculuktur. Türk kadını yükseldikçe, aslında bir millet kendi küllerinden yeniden doğar. O sönmeyen bir ocak dinmeyen bir türkü bitmeyen bir duadır. Ve biliyoruz ki bir Türk kadınının gözlerinde bir ışık yandığı sürece bu vatanın hiçbir köşesinde karanlık hüküm süremeyecektir. Çünkü o sadece evin direği değil bir milletin namusu bir geleceğin sarsılmaz kalbi ve sonsuzluğa uzanan en asil mirasıdır.

TÜRK TOPLUMUNDA KADININ STATÜSÜNE

GENEL BİR BAKIŞ

Toplumun sağlam temeller üzerinde inşa edilmesinde ve sağlıklı gelişim göstermesinde kadın önemli bir değere sahiptir. Bütün toplumların kendine özgü inançları, tarihleri, kültürel değerleri, sosyal ve siyasal hayatları bulunmakta olup bu toplumların cinsiyet ve kadın algısı da kendine özgü değerler içerisinde farklı şekillerde ortaya çıkmıştır. Tarihsel süreç içerisinde kadın toplumsal cinsiyet açısından değerlendirildiğinde dünya genelinde var olan toplumların hepsinde ayrımcılığa ve şiddetin her türlüsüne maruz kalarak ikinci sınıf insan olarak nitelendirilmiştir. Dünyada son yıllarda meydana gelen siyasal, ekonomik, sosyal ve teknolojik ilerlemeler sayesinde kadının toplumdaki konumunun tartışılmaya başlaması ile birlikte bu konudaki olumsuzlukların giderilmesi için kadınlar hak mücadelesi vermeye başlamışlardır. Bu mücadeleler ile birlikte toplumlar içerisinde kadınların konumu ve bu toplumların kadınlara bakış açısında olumlu yönde değişimler görülmeye başlanmıştır.

Bu çalışma kronolojik bir tarihsel süreç içerisinde geçmişten günümüze Türk toplumunda kadın algısı, kadının toplumsal hayattaki rolünü ve konumu açıklanmaya çalışılacaktır. Çalışma bu konu ile ilgili, sosyoloji, tarih, hukuk ve uluslararası ilişkiler kapsamında yazılmış kaynakların incelenmesi sonucunda yapılmıştır.



MNRReklam

REKLAM - PROMOSYON MATBAA ve TANITIM HİZMETLERİ

Kaliteli Ürün ve Profesyonel Çözümler

Tabela & Işıklı Tabelalar

Promosyon Ürünleri

Kurumsal Ürünler

Kartvizit & Brösür

Roll-Up & Afiş

Araç Giydirme

Katalog & Bloknot

Takvim & Ajanda

Baskılı Kupa

Sosyal Medya Reklamcılığı

Davetiye

İLETİŞİM

☎ 0 542 289 44 59

MNRMEDYA KURULUŞUDUR

Çorlu İlçemiz Hatip Mahallesi'ne Cami Yapıtılacak



Maliye hazinesine ait olup cami ve/veya Kuran kursu inşa edilmek üzere Diyanet İşleri Başkanlığına tahsis edilmiş olan arazi üzerine YMS Turkuaz İnşaat Şirketi adına Mustafa Eren Aydın ve Hayırsever Ahmet Bayram tarafından cami ve müştemilat yaptırılacak.

Caminin yaptırılmasına dair protokol, Valimiz Sayın Recep Soytürk, Çorlu Kaymakamı Niyazi Erten, Tekirdağ İl Müftüsü Mustafa Bilgiç, Çorlu İlçe Müftüsü Mahmut Nedim Bakır, YMS Turkuaz İnşaat Şirketi adına Mustafa Eren Aydın ve Hayırsever Ahmet Bayram tarafından imzalandı.

Protokolün imzalanmasının ardından bir konuşma yapan Vali Soytürk; "Hatip Mahallesi gelişmekte olan bir mahalle olduğu için cami ihtiyacımız vardı. Değerli hayırseverlerimize teşekkür ediyoruz. Çok kıymetli bir iş yapıyorsunuz. Allah hayrınızı kabul etsin. Allah razı olsun. Camimiz Çorlu ilçemize hayırlı olsun." dedi.

Cami, Çorlu ilçemiz Hatip Mahallesi'nde 2130 metrekare arsa alanı üzerine yaptırılacaktır. 600 kişilik cemaat kapasitesine sahip olacak olan caminin ismi, Siddık Aydın-Ali Bayram Cami olacaktır.

SÜRÜLERİ BÜYÜTECEK PROJEDE KURA HEYECANI



Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi'nin hayvancılığı desteklemek ve kırsal kalkınmayı güçlendirmek amacıyla hayata geçirdiği "Hadi Gel Köyümüzde Sürümüzü Büyütelim Projesi" kapsamında başvuru süreci tamamlandı. Projeden yararlanacak yetiştiriciler, düzenlenen kura çekimi ile noter huzurunda belirlendi.

Büyükşehir Belediyesi Ana Hizmet Binası'nda bulunan Yılmaz İçöz Sahnesi'nde gerçekleştirilen kura programı, saygı duruşunda bulunulması ve İstiklal Marşı'nın okunmasıyla başladı. Programa yetiştiriciler ve sektör temsilcileri katıldı. Proje için yapılan başvuruların değerlendirilmesinin ardından 97'i kadın, 266'sı erkek olmak üzere toplam 363 yetiştirici arasından yapılan çekilişle 50 asil ve 50 yedek katılımcı belirlendi.

Programın açılış konuşmasını Tekirdağ İli Damızlık Koyun Keçi Yetiştiricileri Birliği adına Kerim Heycan yaptı. Heycan konuşmasında, projenin bölge hayvancılığı açısından önemli bir adım olduğunu belirterek başta Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Candan Yüceer olmak üzere projeye katkı sunan tüm kurum ve paydaşlara teşekkür etti.

Programda daha sonra söz alan Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi Tarımsal Hizmetler Dairesi Başkanı Dr. Ulaş Ay, proje hakkında katılımcılara teknik bilgiler verdi. Küçükbaş hayvancılığın Türkiye ekonomisi açısından önemli bir yere sahip olduğunu vurgulayan Ay, Tekirdağ'da yaklaşık 2 bin 300 yetiştirici ve yaklaşık 345 bin baş küçükbaş hayvan varlığı bulunduğunu ifade etti.

Projenin, sürüsünü büyütmek isteyen ancak maddi imkânları sınırlı olan yetiştiricilere destek olmak amacıyla hazırlandığını belirten Ay, 2026 yılı içerisinde 1.200 dişi ve 50 erkek olmak üzere toplam 1.250 küçükbaş hayvanın dağıtılmasının planlandığını söyledi. Proje kapsamında hayvan bedellerinin yüzde 50'sinin Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi tarafından karşılanacağını dile getiren Ay, tarımsal kalkınmaya yönelik projelere verdiği destek dolayısıyla Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Candan Yüceer'e teşekkür etti.

SÜREÇ NASIL İŞLEYECEK?

Noter huzurunda belirlenen 50 asil katılımcının işletmeleri, proje ortaklarının yer aldığı Denetim Komisyonu tarafından saha kontrollerine tabi tutulacak. Yapılacak incelemelerde gerekli şartları sağlamadığı tespit edilen veya çeşitli nedenlerle projeden ayrılan katılımcıların yerine yedek listede yer alan yetiştiriciler projeye dâhil edilecek.

Projeden yararlanacak yetiştiricilere 24 dişi ve 1 erkek olmak üzere toplam 25 küçükbaş hayvan teslim edilecek. Katılımcılar, teslim aldıkları hayvanları en az iki yıl süreyle satmama ve sigortalı tutma taahhüdünde bulunacak.

Büyükşehir Belediyesi öncülüğünde Tekirdağ İl Tarım ve Orman Müdürlüğü, Damızlık Koyun-Keçi Yetiştiricileri Birliği ve Trakya Veteriner Hekimler Odası işbirliğiyle yürütülen proje ile kırsalda üretimin güçlendirilmesi, küçükbaş hayvan varlığının artırılması ve hayvancılıkla geçimini sağlayan yetiştiricilerin desteklenmesi hedefleniyor.

ÇERKEZKÖY'E MODERN VE TAM DONANIMLI İTFAİYE ÜSSÜ



Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi, afetlere hazırlık kapasitesini güçlendirmek ve müdahale süresini minimize etmek amacıyla Çerkezköy'de yeni bir itfaiye istasyonunun yapımını sürdürüyor. Çerkezköy ilçesi Fevzipaşa Mahallesi'nde yükselen tesis, toplam 3.570 metrekare inşaat alanına sahip olacak şekilde planlandı.

4 Katlı, Çok Fonksiyonlu Hizmet Kompleksi

Çerkezköy İtfaiye İstasyonu; eğitimden barınmaya, spordan acil müdahaleye kadar birçok fonksiyonu bir arada barındıran modern bir hizmet kompleksi olarak hayata geçiriliyor

Bodrum ve zemin katla birlikte toplam 4 kat olarak projelendirilen tesis, yalnızca bir araç konuşlanma alanı değil; aynı zamanda personelin mesleki gelişimini ve yaşam standartlarını destekleyen çok yönlü bir yapı olarak tasarlandı.

İstasyon bünyesinde yer alacak 728 metrekarelik itfaiye garajı, modern araç filosunun etkin ve hızlı biçimde konuşlandırılmasına olanak sağlayacak. Bunun yanı sıra tesiste; Seminer salonu, Yangın pompa eğitim havuzu, Spor salonu, Açık basketbol sahası, Yatakhane, Misafirhane ve Mescit bulunacak.

Bu kapsamlı donatı alanları sayesinde personelin hem mesleki eğitim süreçleri güçlendirilecek hem de fiziksel ve sosyal ihtiyaçları karşılanacak.

Kesintisiz Müdahale İçin Altyapı Güçlendiriliyor

Tesis bünyesinde zemin altına inşa edilecek su deposu, yangınlara müdahale sırasında su temininde sürekliliği sağlayarak operasyonel kapasiteyi artıracak. Böylece özellikle sanayi yoğunluğu bulunan Çerkezköy ve çevresinde meydana gelebilecek olası yangın ve afet durumlarında daha hızlı ve etkin müdahale imkânı sağlanacak. Yeni istasyonla birlikte, hem müdahale süresinin kısaltılması hem de bölgesel risklere karşı hazırlık seviyesinin yükseltilmesi hedefleniyor.

Candan Başkan: "Vatandaşlarımızın Güvenliği Önceliğimizdir"

Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Candan Yüceer, projeye ilişkin yaptığı değerlendirmede şu ifadelerle yer verdi:

"Çerkezköy, sanayi ve nüfus yoğunluğu açısından ilimizin en dinamik ilçelerinden biri. Bu nedenle afetlere karşı hazırlık kapasitemizi sürekli artırmamız gerekiyor. Hayata geçirdiğimiz bu modern itfaiye istasyonu yalnızca bir hizmet binası değil; eğitim, spor ve sosyal donatı alanlarıyla personelimizin her anlamda güçlendiği bir merkez olacak.

Vatandaşlarımızın can ve mal güvenliği bizim için her şeyden önce gelir. Çerkezköy ve çevresinde daha hızlı, daha etkin ve daha koordineli müdahale imkânı sağlayacak bu yatırımın ilçemize hayırlı olmasını diliyorum."

Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi, kent genelinde itfaiye altyapısını güçlendirmeye yönelik yatırımlarına devam ederken, Çerkezköy'de inşa edilen bu yeni tesisle birlikte bölgesel afet yönetimi kapasitesini daha da yukarı taşımayı hedefliyor.

TEK MARKET DAYANIŞMA ZİNCİRİ ŞARKÖY'DE BÜYÜYOR



Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi, vatandaşın bütçesine nefes aldırarak yerel üreticiyi destekleyen "TEK Market" zincirine bir halka daha ekledi. Şarköy'de düzenlenen coşkulu törende konuşan Candan Başkan, "Belediyecilik sadece yol ve altyapı yapmak değil, vatandaşın zor zamanında yanında olabilmektir" dedi.

Büyükşehir Belediyesi tarafından hayata geçirilen ve vatandaşın uygun fiyatlı, güvenilir gıdaya erişimini kolaylaştırırken yerel üreticiyi desteklemeyi amaçlayan TEK Market projesi büyümeye devam ediyor. Süleymanpaşa, Çerkezköy ve Hayrabolu'nun ardından dördüncü TEK Market, Şarköy'de düzenlenen coşkulu bir törenle hizmete açıldı.

Programda sırasıyla TEK Gıda Sanayi ve Ticaret A.Ş. Genel Müdürü Hakan Biçer, Şarköy Belediye Başkanı Alpay Var, Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Candan Yüceer ile Tekirdağ Milletvekilleri Cem Avşar ve Dr. İlhami Özcan Aygun konuşma yaptı.

AK PARTİ KADIN KOLLARI TEKİRDAĞ İL BAŞKANLIĞI 8 MART DÜNYA KADINLAR GÜNÜNÜ KARANFİL DAĞITARAK KUTLADI



AK PARTİ İl Kadın Kolları Başkanı Yeliz ERGİN ve Başkan Yardımcıları ve Kadın Kolları İl Yönetimi ile birlikte, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü vesilesiyle karanfil dağıtarak kadınlarımızın gününü kutladı.
Yeliz ERGİN ; "Hayatın her alanında emeği, fedakârlığı ve güçlü duruşuyla topluma değer katan kadınlarımızın yüzündeki tebessüme ortak olmak bizler için büyük bir mutluluktur. Kadınların sevgisiyle güçlenen, emeğiyle güzelleşen bir toplum için; tüm kadınlarımızın 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nü bir kez daha yürekten kutluyoruz."

"KADININ OLDUĞU YERDE EMEK, ADALET VE EŞİTLİK VARDIR"



Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Candan Yüceer, 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü dolayısıyla Büyükşehir Belediyesi ve TESKİ bünyesinde görev yapan kadın çalışanlarla bir araya geldi.

Candan Başkan, 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'nün yalnızca bir kutlama günü olmadığını; aynı zamanda kadın haklarını görünür kılma, farkındalık yaratma ve eşitliği savunma günü de olduğunun altını çizerek, "Emeği, azmi ve sabırla şehrimizi güzelleştiren tüm çalışma arkadaşlarımızla birlikte Tekirdağ'a hizmet etmek benim için büyük bir onur." dedi.

BAŞKAN YÜCEER: "TEKİRDAĞ'IMIZIN HER BİR KÖŞESİNDE EMEĞİNİZ VAR"

Büyükşehir Belediyesi Ana Hizmet Binası'nda gerçekleştirilen programda kadın çalışanlara hitap eden Başkan Yüceer, "Tekirdağ'ımızın her köşesindeki hizmette sizin emeğiniz, alın teriniz ve mücadeleniz var. Büyükşehir Belediyesi'nin her biriminde görev yapan, emeği, azmi ve sabırla şehrimizi güzelleştiren tüm çalışma arkadaşlarımızla birlikte Tekirdağ'ımıza hizmet etmek benim için büyük bir onur." ifadelerini kullandı.

"BU TOPLUMUN TEMELİ KADINLARDIR"

Kadınların toplumsal yaşamın ve üretimin temel unsuru olduğunu dile getiren Candan Başkan, "Bu dünyada aslında her yer kadının emeğiyle şekilleniyor. Bu toplumun temeli kadınlardır. Sizler de Büyükşehir Belediyesi'nin temelini oluşturan değerli çalışanlarınsınız. Kadının elinin değdiği her yer değişir, güzelleşir. Kadının olduğu her yerde emek, adalet, barış, eşitlik ve demokrasi vardır." şeklinde konuştu.

"CUMHURİYET KADINLARA EŞİT HAKLARIN KAPISINI AÇTI"

Cumhuriyet'in kadınlara sağladığı haklara da değinen Başkan Yüceer, "Bir Cumhuriyet kadını olarak doktor, milletvekili ve Tekirdağ'ın ilk kadın büyükşehir belediye başkanı olabilmemde Cumhuriyet'in ve kadın haklarının büyük katkısı var. Bu eşitlik mücadelesinde biz kadınlar yalnız değiliz. En büyük teşekkürümüz ise Ulu Önder Gazi Mustafa Kemal Atatürk ve Cumhuriyet'i kuran kadrolara..." ifadelerini kullandı.

Candan Başkan, konuşmasının sonunda, tüm kadın çalışanların 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'nü kutlayarak emekleri ve katkıları için teşekkür etti.



Lezzet Tarifim

• Ekşili köfte çorbası tarifi

Malzemeler

- Ekşili Köfte Çorbası Köftesi İçin:
- 200gramdana kıyma
- 1adetrendelenmiş soğan
- 1/2çay bardağıpirinç
- 1çay kaşığıkuru nane
- 2yemek kaşığıun
- 1çay kaşığıtuz
- 1/2çay kaşığıkarabiber
- Ekşili Köfte Çorbası Suyu İçin:
- 1adetpatates(küp doğranmış)
- 1adethavuç(küp doğranmış)
- 1yemek kaşığıdomates salçası
- 1/2adetlimonun suyu
- 1litresu
- 1/2çay kaşığıkarabiber
- 1çay kaşığıtuz
- 3yemek kaşığızeytinyağı

Nasıl Yapılır?

- Ekşili köfte çorbası köftesi için tüm malzemeleri karıştırın ve yoğurun.
- Fındık büyüklüğünde yuvarlayın.
- Una bulayın.
- Tencerede minik doğranmış patates ve havucu yağ ile kavurun.
- Salçayı ekleyip kavurmaya devam edin.
- Sıcak suyu ekleyin.
- Su kaynamaya başlayınca köfteleri içine atın.
- Köfteler pişince limon sıkarak altını kapatın.
- Ekşili köfte çorbası hazır. Servis etmeden önce doğranmış maydanozları da ekleyerek servis edebilirsiniz.



Yalçın
Tava Ciğer & Izgara

Etin En Seçkin Hali

☎ 0 535 278 00 69
Ayaspaşa Mah. Cami Cad. No. 4/A
Saray/Tekirdağ

ACIKTİM
DÖNER
Lezzetin Adresi...

Tavuk Döner *Dürüm* Tavuk Döner *Tombik* Ekmek Arası *Tavuk Döner*

KREDİ KARTI GEÇERLİDİR

EV VE İŞ YERLERİNE
Servisimiz Vardır

☎ 0 282 768 28 36 • 0533 494 07 43
AYASPAŞA MAH. RECAİ BEY SOKAK NO:20
SARAY CHP İLÇE BAŞKANLIĞI YANI

AÇILIYOR

KADIN EMEĞİ KIZILPINAR'DA FİLİZLENECEK: TEK ATÖLYE AÇILDI

Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi, kadın emeğini ekonomiye kazandıran ve toplumsal dayanışmayı mahalle ölçeğine taşıyan TEK Atölye projelerini genişletmeye devam ediyor. 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü öncesinde Kızılpınar'da düzenlenen açılış programında konuşan Candan Başkan, "Bir kadının hayatı değiştiğinde bir ailenin, bir ailenin hayatı değiştiğinde bir mahallenin, bir mahallenin değişmesiyle de o şehrin kaderi değişir" dedi.

Büyükşehir Belediyesi, kadınların sosyal ve ekonomik hayata katılımını güçlendirmek amacıyla hayata geçirdiği TEK Atölye projelerine bir yenisini daha ekledi. Çerkezköy'ün Kızılpınar Mahallesi'nde 228 metrekarelik modern bir alanda kurulan merkez, coşkulu bir törenle hizmete açıldı. Saygı duruşunda bulunulması ve İstiklal Marşı'nın okunmasıyla başlayan törende, kadın istihdamı ve toplumsal dayanışma vurgusu ön plana çıktı.

Programın ilk konuşmasını yapan Kültür, Sanat ve Sosyal İşler Dairesi Başkanı Nilüfer Ayça Albayraktar, tesisin teknik kapasitesine dair bilgiler paylaştı. Albayraktar, "Büyükşehir Belediye Başkanımız Sayın Dr. Candan Yüceer'in öncülüğünde 228 metrekarelik atölyemizde, beş çeşit kursumuzla önümüzdeki hafta eğitimlerimize başlayacağız. Süleymanpaşa Altınova'da 120 kursiyerimizle devam ettiğimiz süreci buraya da taşıyoruz. 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'müz kutlu olsun" dedi.

CANDAN BAŞKAN: "BURASI ÜRETEK, ÖĞRENEN, DAYANIŞAN KADINLARIN BULUŞMA NOKTASI OLACAK"

Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Candan Yüceer, Kızılpınar'da açılan TEK Atölye'nin kendisi için ayrı bir anlam taşıdığını belirterek şunları söyledi:

"Bizim için her açılış, her hizmet çok kıymetli. Ancak bugün açılışını yaptığımız TEK Kadın Atölyesi benim için ayrı bir anlam taşıyor. Resmî olarak ikinci atölyemizi açıyor olsak da daha önce Ertuğrul Mahallesi'ndeki Miras Atölyemizle birlikte aslında üçüncü TEK Atölyemizi hayata geçiriyoruz. Belki küçük gibi görünebilir ama burası Kızılpınar'da üreten, öğrenen, dayanışan kadınların, gençlerin ve çocukların buluşma noktası olacak. Kadınların birbirinden güç aldığı, yeteneklerini geliştirdiği ve belki de kendi işlerini kurma yolunda ilk adımlarını attığı bir merkez olacak."

"BİR ŞEHİR ANCAK KADINLARI GÜÇLÜ OLURSA GÜÇLÜ OLUR"

8 Mart'ın tarihsel anlamına da dikkat çeken Candan Başkan, kadınların toplumdaki yerinin güçlendirilmesinin önemini vurgulayarak şu ifadeleri kullandı:

"Yarın 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü. 8 Mart yalnızca bir kutlama günü değil; arkasında uzun yıllara dayanan büyük bir mücadele, emek ve dayanışma var. Bugün burada bir aradaysak, kadınların verdiği o mücadelelerin sonucudur. Biz inanıyoruz ki bir şehir ancak kadınları güçlü olursa güçlü olur. Kadın emeğinin görünür olmadığı, kadınların yok sayıldığı bir yerde güçlü, huzurlu ve adil bir şehirden söz etmek mümkün değildir. Bu nedenle kadınların üretime katıldığı ve kendi ayakları üzerinde durabildiği şehirler daha mutlu, daha adil ve daha umut dolu şehirlerdir."

"KADINLARIMIZ BİRLİKTE ÜRETECEK, BİRLİKTE ÖĞRENECEK"

TEK Atölye'leri mahalle ölçeğinde yaygınlaştırmayı hedeflediklerini ifade eden Başkan Yüceer, "Tekirdağ Büyükşehir Belediyesi olarak mahallelerimizde kadın atölyeleri kuruyoruz. Bu atölyelerde el sanatlarından dikişe, mutfak çalışmalarından eğitim ve girişimciliğe kadar birçok alanda kadınlarımız birlikte üretecek, birlikte öğrenecek. Biz inanıyoruz ki bir kadının hayatı değiştiğinde bir ailenin, bir ailenin hayatı değiştiğinde bir mahallenin, bir mahallenin değişmesiyle de o şehrin kaderi değişir" şeklinde konuştu.

"TEKİRDAĞ'IMIZ KADINLARIN EMEĞİYLE DAHA GÜZEL OLACAK"

Konuşmasının sonunda tüm kadınları atölyeye davet eden Başkan Yüceer, sözlerini şu ifadelerle tamamladı:

"Bugün açılışını yaptığımız bu atölyenin, Kızılpınar'daki kadınların ve çocukların hayallerine giden yolun kapısı olmasını diliyorum. Burası sizin yeriniz. Gelin, sahip çıkın, üretin, öğrenin ve birlikte güçlenelim. Kadının emeğinin olduğu her yer güzelleşir. Tekirdağ da kadınların emeğiyle daha güzel olacak. Bu atölyenin Kızılpınar'ımıza, Çerkezköy'ümüze ve Tekirdağ'ımıza hayırlı olmasını diliyorum. Emeğiyle hayatı var eden tüm kadınların 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'nü kutluyorum. Kadınların daha güçlü olduğu, kadın emeğinin değer gördüğü bir Tekirdağ için çalışmaya devam edeceğiz."

Programın sonunda açılış kurdelesini kesilerek TEK Atölye resmen hizmete açıldı. Candan Başkan ve protokol üyeleri daha sonra merkezi gezerek incelemelerde bulundu. 228 metrekarelik alanda kurulan atölyede 12 dikiş makinesi ve 1 overlok makinesi bulunuyor. Merkezde özellikle tekstil sektörüne yönelik sanayi tipi bıkı ve dikiş kurslarının öncelikli olarak verilmesi planlanıyor.

TÜRKİYE
HABER

MNR Reklam

CADDE
DÖNER

CADDE DÖNER 59

0282 768 45 82

EV VE İŞYERLERİNE PAKET SERVİSİMİZ VARDIR
AYASPAŞA MAH. GÜRSEL CADDESİ NO:17 SARAY / TEKİRDAĞ (MİGROS KARŞISI)

Eklem Ağrısı Nedir? Eklem Ağrısı Neden Olur, Nasıl Geçer?

Eklem ağrısı özellikle eklemlerde oluşan iltihaplanma, eklem sıvısının azalması ve eklem dokusunun güç kaybetmesi sonucu meydana gelen bir durumdur. Eklem ağrısına daha çok kaza, çarpma ve düşme gibi çeşitli yaralanmalar, yoğun egzersiz gibi nedenlerle kas zorlanmaları, eklem iltihapları ve enfeksiyonları yanı sıra eklemlerde ürik asit birikimi ile karakterize gut hastalığı neden olur. Genellikle hafif şekilde seyren eklem ağrısının şiddetinin arttığı durumlarda doktora başvurmadan çekinilmemeli, altında başka bir neden yatıyorsa belirlenmeli ve tedavi sürecine başlanmalıdır.

Eklem Ağrısı (Artralji) Nedir?

Eklem ağrısı, yaralanma, enfeksiyon, hastalık veya iltihaplanmanın sonucu olarak eklemlerin şişmesi ve yanması ile genellikle el, ayak, kalça, diz ve omurgalarda hissedilen ağrılardır. Tıbbi olarak artralji olarak tanımlanan eklem ağrısı, vücutta birden fazla noktada meydana gelirse bu durum poliartralji olarak adlandırılır. Dizler, el ve ayak bilekleri, sırt gibi eklemlerin olduğu bölgelerde yaşanan eklem ağrıları keskin bir şekilde yaşanabilir.

Eklemlerin vücutta kemiklerin düzenli bir şekilde hareket etmesini sağlaması gibi önemli bir görevi bulunur ve oluşan yaralanmalar, ağrılar ve bozulmalar eklem ağrıları oluşumuna sebebiyet verir. Yaralanma, travma, yoğun egzersiz ve enfeksiyonla birlikte ilaca veya herhangi bir yiyeceğe karşı alerji durumlarında da ortaya çıkan eklem ağrıları, kişinin yaşadığı hayata bağlı olarak psikolojik kökenli de olabilir.

Genellikle hafif seyreden ancak şiddetli vakaların meydana geldiği eklem ağrısı durumlarında başka tıbbi nedenler oluşabilir. Bu nedenler daha sağlıklı belirlenmesi için doktor ekstra testler isteyebilir.

Eklem Ağrıları Neden Olur?

Eklem ağrısının yaygın nedenleri travmaya neden olabilen kaza, çarpma ve burkulma gibi yaralanmalar, yoğun kullanıma bağlı gerginlik, zamana bağlı gelişen aşınma ve yıpranmalar, ankilozan spondilit ve romatoid artrit gibi eklem iltihaplanmaları, gut hastalığı ve lupus gibi otoimmün hastalıklardır.

Eklem ağrısına neden olan durumlar aşağıdaki gibidir:

- Osteoartrit: Kıkırdakların aşınması durumu olan osteoartrit aynı zamanda eklemlerin sertleşmesine neden olur. Bu da eklem ağrısı yaşanmasına sebep olur.
- Romatoid artrit: Eklemlerde şişlik ve ağrıya sebebiyet veren romatoid artrit rahatsızlığı eklem ağrılarına neden olabilmektedir.
- Gut hastalığı: Gut hastalığında vücut kristalleri eklemlerde toplanır ve bu da eklemlerde şişlik ve şiddetli ağrı ile sonuçlanır. En sık baş parmakta görülür.
- Tendinit: Tendon ya da kemik ve kası birbirine bağlayan noktaların iltihaplanmasına tendinit denir.
- Bursit: Aşırı kullanıma bağlı olarak daha çok kalça, diz, dirsek veya omuzda görülür.
- Eklem ve normal enfeksiyonlar: Septik artrit gibi eklem enfeksiyonları. Yine vücuttaki enfeksiyonlara bağlı kırgınlık ve ateş eklem hareketlerini daha sancılı hale getirebilir.
- Yaralanmalar: Burkulma, çıkık ve kırık nedeniyle oluşan yaralanmalar
- Kemik kanseri
- Fibromiyalji
- Pağet kemik hastalığı
- Kireçlenme
- Viral hastalıklar
- Romatizmal ateş
- Sjögren gibi bağışıklık bozuklukları
- İlaç veya besine karşı reaksiyon
- Dejeneratif hastalık
- Hipotiroidizm
- Yaş
- Obezite
- Yoğun egzersiz
- Sigara kullanımı

Eklem Ağrısı Nasıl Geçer? Eklem Ağrılarına Ne İyi Gelir?

Bu nedenlerin yanı sıra çevresel faktörler de eklem ağrısı vakalarının nedenleri arasında sayılır. Hava değişimi eklem ağrısını olumsuz anlamda tetikleyebileceği gibi olumsuz etkilere yol açar. Çevresel faktörle birlikte psikolojik faktör de eklem ağrılarına etkilidir. Yoğun stres altında yaşayan insanların vücutta ağrılar meydana geldiği gözlenmiştir.

Eklem Ağrısı Nasıl Geçer? Eklem Ağrılarına Ne İyi Gelir?

Eklemlerde oluşan ağrıyı geçirebilmek için evde uygulanabilecek yöntemler bulunmaktadır. Sıcak-soğuk kompres, ılık bir banyo, masaj ve esneme hareketleri ve dinlenme başta olmak üzere eklem ağrılarına iyi gelen yöntemler şunlardır:

- Sıcak-soğuk kompres
- Dinlenme
- Su ve hafif esneme egzersizleri
- Ilık bir banyo
- Masaj
- Topikal kremler
- İbuprofen gibi reçetesiz satılan ağrı kesiciler
- Kilo vermek
- Yoga ve meditasyon
- D vitamini ve Omega-3 yağ asitleri
- Zerdeçal
- Hardal yağı gibi uçucu yağlar
- Hatmi çiçeği çayı



Sağlıklı Spor Yapmanın 7 Altın Kuralı

Spor yapmak, sağlıklı bir yaşamın anahtarıdır. Ancak doğru yöntemlerle yapılmazsa spor, yaralanmalarla sonuçlanabilir ve sağlığınıza zarar verebilir. İster profesyonel bir sporcu olunsun, ister hobi olarak spor yapılınsın, spor yaralanmalarından kaçınmak için gerekli önlemler alınmalı ve bazı kurallara dikkat edilmelidir. Bu kurallar sayesinde spor yaparken sağlığınıza koruyabilir ve yaralanma riskini en aza indirebilirsiniz. Sağlıkla spor yapmanın yolu, vücudunuzu dinlemek, doğru teknikleri kullanmak ve gerekli önlemleri almakla başlar. Spor yaparken amaç sadece fiziksel yönden sağlık kazanmak değil, aynı zamanda uzun vadede genel sağlığı korumaktır. Memorial Sağlık Grubu Medstar Antalya Hastanesi Ortopedi ve Travmatoloji Bölümü'nden Doç. Dr. Murat Köken, sağlığı riske atmadan spor yapmanın püf noktalarını anlattı.

1. Doğru ekipman kullanın

Her spor dalı için uygun ekipman kullanmak, yaralanmalardan korunmanın en basit ama en etkili yoludur. Ayakkabıdan dizliklere, doğru ekipman seçimi eklemlerinize ve kaslarınıza binen yükü azaltır. Uygun ayakkabılar, özellikle koşu ve basketbol gibi sporlar için hayati önem taşır. Ayak sağlığınıza destekleyen bir ayakkabı ile performansınızı artırırken yaralanmaları engelleyebilirsiniz.

2. Isınma ve soğuma egzersizleri yapmayı unutmayın

Isınma hareketleri kasları ve eklemleri spor öncesinde hazır hale getirir. Isınmadan spora başlamak, kas yırtılmaları ve eklem zorlanmalarına yol açabilir. Aynı şekilde, spor sonrası yapacağınız soğuma egzersizleri kaslarınızdaki gerginliği azaltır ve vücudunuzu iyileşme sürecine hazırlar. Isınma ve soğuma, sporun olmazsa olmazıdır.

3. Kendinizi zorlamayın, kontrollü devam edin

Spor yaparken vücudunuzu aniden zorlamak en sık yapılan hatalardan biridir. Özellikle yeni başlayanlar veya uzun süre ara vermiş olanlar için yavaş ve kontrollü başlamak yaralanma riskini en aza indirir. Sporda başarıya ulaşmak için sabırlı olun; vücudunuzu tanıyın ve sınırlarınızı bilin.

4. Düzenli güçlendirme egzersizleri yapın

Kaslarınız ne kadar güçlü olursa, eklemlerinizi o kadar iyi desteklenir. Kasları güçlendiren egzersizler, eklem yaralanmalarını önlemenin en etkili yollarından biridir. Özellikle bacak ve bel bölgesindeki kasların güçlendirilmesi, bel ve diz yaralanmalarını azaltır. Haftalık spor rutininize mutlaka güçlendirme egzersizleri ekleyin.

5. Esneme ve esneklik çalışmalarını ihmal etmeyin

Spor öncesi ve sonrası esneme, eklemlerin esnekliğini artırarak yaralanmaları engeller. Esnek kaslar ve eklemler, ani hareketlerde daha dayanıklıdır ve sakatlanma riskini düşürür. Yoga ve pilates gibi aktiviteler, esnekliği artırmak ve eklem sağlığını korumak için harika seçeneklerdir.

6. Dengeli beslenin ve su tüketimine özen gösterin

Kas ve eklem sağlığı, doğru beslenme ve yeterli sıvı alımıyla doğrudan ilişkilidir. D vitamini, kalsiyum ve Omega-3 açısından zengin gıdalar tüketmek, eklemlerinizi ve kemiklerinizi güçlendirir. Ayrıca, spor sırasında kaybettiğiniz sıvıyı yerine koymak için bol su içmeyi ihmal etmeyin. Su tüketimi kasların kasılma yeteneğini artırır ve spor performansınızı destekler.

7. Vücudunuzu dinleyin

Ağrı, vücudunuzun size verdiği bir uyarı sinyalidir. Ağrıyı görmezden gelerek spora devam etmek, ciddi yaralanmalara yol açabilir. Spor yaparken herhangi bir bölgede ağrı veya rahatsızlık hissederseniz, derhal dinlenin ve gerekiyorsa bir uzmana danışın. Spor, sağlıklı bir yaşam için yapılmalı; vücudunuzu dinleyerek sporun keyfini çıkarın.

MNRReklam

REKLAM – PROMOSYON
MATBAA ve TANITIM HİZMETLERİ

Kaliteli Ürün ve Profesyonel Çözümler



Tabela & Işıklı Tabelalar



Promosyon Ürünleri



Kurumsal Ürünler



Kartvizit & Brösür



Roll-Up & Afiş



Araç Giydirme



Katalog & Bloknot



Takvim & Ajanda



Baskılı Kupa



Sosyal Medya Reklamcılığı



Davetiye

İLETİŞİM
☎ 0 542 289 44 59

MNRMEDYA
KURULUŞUDUR

esenspor

Koşmaya Hazır mısın?
Yeni Sezon Spor Ayakkabılar



esenspor
SPOR AYAKKABI DÜNYASI

YENİ MAHALLE MİLLET CAD. NO:1/A SARAY



TÜRKİYEYEM
HABER

KADIR GECESESİ

ÖZEL PROGRAMI

Kur'an -ı Kerim Tilaveti – Manevi Sohbetler – Kasideler
Dua – Mehteran Konseri – Sema Gösterisi



Tarih: 14 Mart 2026 – **Saat:** Teravîh Namazı Sonrası

Yer: Saray Atatürk Kültür Merkezi

14 Mart akşamı iftar yemeği verilecektir.



MNR
MEDYA

Dijital Medya - Reklam - Organizasyon ve Tanıtım Hizmetleri

MNR **Reklam**