



Instagram: saray59haber

İki aile silahları çekti! Kanlı düello!

Husumetli olduğu öğrenilen iki aile arasında çıkan silahlı çatışmada Yusuf Çiğdem ile kardeşi Hasan Çiğdem hayatını kaybetti, Halil Uysal ile oğlu İsa Uysal yaralandı. Husumetin kız kaçırma meselesi olduğu iddia edildi



İnşaat işleriyle uğraşan Uysal ile Çiğdem aileleri arasında, kaçırma meselesi nedeniyle husumet başladı.

İNŞAATTA İKİ AİLE ARASINDA KAVGA ÇIKTI
Husumet nedeniyle sabah saatlerinde Pazarcık Mahallesi Bakacak mevkiindeki bir inşaatta, iki aile arasında çatışma çıktı.

İKİ KARDEŞ HAYATINI KAYBETTİ
Çatışmada inşaatlarda sıvıcılık yapan Yusuf Çiğdem ile kardeşi Hasan Çiğdem hayatını kaybetti.

Müteahhit Halil Uysal ile oğlu İsa Uysal yaralandı.

BABA OĞUL HASTANEYE KALDIRILDI
İhbarla bölgeye çok sayıda jandarma ve sağlık ekipleri sevk edildi. Yaralanan baba ile oğlu Çerkezköy ilçesinde özel bir hastaneye kaldırılırken, jandarma geniş güvenlik önlemi aldı.

Olayla ilgili başlatılan geniş çaplı soruşturma sürüyor.

İstiklâl Marşı'nın Kabulünün 105. Yıl Dönümü Coşkuyla Kutlandı



İstiklâl Marşı'nın Türkiye Büyük Millet Meclisi tarafından kabul edilmesinin 105. yıl dönümü dolayısıyla ilçemizde anlamlı bir kutlama programı düzenlendi. Programa Kaymakamımız Sayın Refik ÖZSOY başta olmak üzere ilçe protokolü, kurum amirleri, öğretmenler, öğrenciler ve çok sayıda vatandaş katıldı. Programda günün anlam ve önemini belirten konuşmalar yapılırken, öğrenciler tarafından şiirler okunup çeşitli gösteriler sunuldu. İstiklâl Marşı'mızın kabulünün yıl dönümü büyük bir gurur ve coşkuyla anıldı. Bu anlamlı günde, başta İstiklâl Marşı'mızın yazarı Mehmet Akif Ersoy olmak üzere, vatan uğruna canlarını feda eden tüm şehitlerimiz rahmet ve minnetle anıldı.



Mustafa Kemal Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Ramazan ayının manevi iklimini paylaşmak ve personel arasındaki dayanışmayı güçlendirmek amacıyla geleneksel iftar yemeği düzenledi.

HAYIRSEVER HURİYE - HİKMET İNAL - BAKİ YILMAZ ŞEHİT AİLELERİ ve GAZİLERİMİZE İFTAR YEMEĞİ VERDİ.



İftar yemeğine Kaymakam Refik ÖZSOY İdari ve siyasi yetkililer ile şehit aileleri, gaziler ve çok sayıda vatandaş katıldı



Rahmet ayı Mübarek Ramazan da Saray Halk Eğitimi Merkezi olarak Kurs öğretmenleri ve kursiyerler ile beraber düzenledi. Yemeğellçe Milli Eğitim Müdürü Yusuf Hayri öğretmenler ve çok sayoda kursiyer katıldı..

CHP İlçe Yönetim Kurulu Üyeleri Melek Ecevit ve Elif Akalın Karabürçek ve Yuvalı'da Ramazan'ın paylaşma ve dayanışma ruhunu büyütmek için hemşehrilerimize pide ikramında bulundu.





ALP ASLAN
ERİN

TARAFSIZ KALEM



DÖNÜŞ YAPANLAR VE KUL HAKKI

Bu hafta bu köşede yazdıklarım bir siyasi analizden çok, içimde biriken bir sızının kelimele dökülmüş hâlidir. Çünkü mesele sadece siyaset değil, mesele emek, umut ve kul hakkıdır. Bir insan seçime girerken yalnız yürümez. Ardında bir teşkilatın ayak izleri vardır. Yağmurda ıslanan afişler, soğuk akşamlarda çalınan kapılar, "bir çayımızı için" diye uzatılan eller vardır. Gençlerin koşurması, yaşlıların duası, kadınların sessiz sabrı vardır ve sandık günü, bütün bu emek tek bir zarfa sığdırılır. O zarf, sadece bir oy değildir bir güvendir, bir inançtır, bir emanettir. Seçmen o mührü basarken çoğu zaman bir isme değil, bir duruşa basar. Bir lidere güvenir, bir davaya inanır, bir çizgiye umut bağlar. İşte tam da bu yüzden, seçildikten sonra partisini terk eden her siyasetçi, sadece bir partiyle değil o emanetle de yollarını ayırmış olur.

Bugün "dönüş yapanlar" çoğalıyor. Bir partinin rüzgârıyla, genel başkanın adıyla, teşkilatın alın teriyle seçilenler, koltuğa oturduktan sonra başka bir yola sapıyor. Yeniden Refah Partisi'nin Şanlıurfa'da kazandığı başarıda Dr. Fatih Erbakan'ın ismi, Millî Görüş'ün hafızası ve teşkilatın emeği inkâr edilebilir mi? Sonrasında yaşanan kopuş, sadece bir istifa değil, sandıkta kurulan bağın sessizce koparılmasıdır. Kendine güvenen bağımsız aday olarak seçime girsin! Giremez çünkü partinin logosu ve teşkilat gücü ile kazanmalı. Bu durum seçmeni kızdırmıyor sadece, kırıyor. Çünkü seçmen kendini aldatılmış hissediyor. "Ben oyumu sana değil, senin temsil ettiğini söylediğin şeye verdim" diyor. İşte siyasette en tehlikeli duygu budur, Kirginlik. Öfke geçer, tartışma biter ama kırılan güven kolay onarılmaz.

Hukuk bu geçişlere izin veriyor, evet. Ama vicdan her zaman aynı yerde durmuyor. Merhum Alev Alatlî'nin o sarsıcı sözü burada yankılanıyor.

"Helalleşmek, mahkemede dava kazanmaktan daha üstün olmalıdır. Çünkü her yasal hak helal değildir ve olamaz."

Kul hakkı, dile gelmez ama ağırdır. Teşkilatların hakkı vardır evine afiş asan gencin, kendi imkânıyla yol yapan gönüllünün hakkı vardır. Seçmenin hakkı vardır, çocuğunun rızkından artırıp bağış yapanın, sandık başında sabahın köründe bekleyen hakkı vardır. Peki bütün bu insanlar, partisinden dönenlere haklarını helal ediyor mu?

Geçmişte İYİ Parti kurulurken CHP'den verilen 20 milletvekili hâlâ konuşuluyor. Çünkü siyaset hafızası unutmaz. Ama bugün yaşananlar daha sessiz, daha derin. Ne helallik isteniyor ne de yüzlere bakılıyor. Sadece "ben yoluma bakarım" deniyor. Oysa siyaset, sadece yol almak değil geride bırakılanların gözlerine bakabilmektir.

Sandık, bir sözleşmedir. Yazılı değildir ama kalptedir. O sözleşme bozulduğunda, koltuk yerinde durur belki ama itibarı taşıyacak bir vicdan kalmaz. Bugün parti değiştirenler, yarın halkın arasında yürürken o sessiz bakışlarla karşılaşır. Çünkü seçmen bağırmasa, sadece unutmaz.

En acı olan şudur ki helallik alınmadan yapılan her siyasi dönüş, mahkemede kazanılmış bir dava gibi görünse de vicdanlarda kaybedilmiş bir hayattır. Kul hakkı, zamanı gelince sorar. Dönerler halk nazarında siyaseti ve siyasetçinin itibarını sizler belirliyorsunuz. Halk unutmaz vakti gelende sandıkta hatırlar. Allah'a ismarladık hoşça kalın...

6284 Sayılı Kanun Koruma mı, Yeni Bir Zulüm Biçimi mi?

"Hz. Yusuf kuyudan çıktı, Mısır'a sultan oldu" deriz. Doğru. Ama o cümlelerin arasında yutkunarak geçen bir hakikat vardır. Hz. Yusuf (a.s.), suçsuz olduğu hâlde yıllarca zindanda tutuldu. Gömleği arkadan yırtılmıştı, hakikatin delili ortadaydı. Buna rağmen, dönemin yasaları ve saray entrikaları "Kadının beyanını" esas aldı, adaleti değil. Neticede Yusuf, iffetiyle sınanmadı yalnız hukukun körlüğüyle sınandı.

Bugün 6284 sayılı Kanun etrafında dönen tartışmalar, işte tam bu noktaya temas ediyor. Kadını korumak iddiasıyla çıkarılan bir düzenlemenin, masumiyet karinesini zedelediği, aileyi korumak adına aileyi parçaladığı, adalet üretmek yerine yeni mağduriyetler doğurduğu yönünde ciddi itirazlar var. Bu itirazlar, şiddeti meşrulaştırma çabası değil hukukun terazisinin şaşıtına dair bir feryattır. Kur'an bize Hz. Yusuf kıssasında şunu öğretir, İffet, sabır ve adalet bir bütündür. Yüce Allah, Yusuf'un beşerî bir arzu hissettiğini ama ihlâsıyla korunmuş olduğunu bildirir. Buna rağmen, dedikodu kazan kaynatınca, Züleyha'nın talebiyle zindan kapıları kapanır. Hakikat bilinir ama siyaset, dedikodu ve güç dengeleri ağır basar. Zamanından çalınmış bir hayat. Biz hep Hz. Yusuf'un iffet tarafını anlar, o taraftan baktık, asıl bakılacağı yer kadının beyanı ile gömleği arkadan yırtılması açık delil olmasın rağmen Hz. Yusuf zindana atıldı ve 12 yıl kadın beyanı ile ömründen ömür gitti.

Bugün de "günümüz Yusuf'ları" var. İddia var, yargı yok, beyan var, delil yok, tedbir var, denetim yok. Uzayan yargılamalar, sorgusuz sualsiz evden uzaklaştırmalar, süresiz nafaka uygulamaları... Bunlar şiddeti önlemek yerine, yeni bir sosyal yarılma üretiyor. Aile yıkıldıkça toplum yoruluyor; toplum yoruldukça devletin omurgası zayıflıyor. Aile, medeniyetin çekirdeğidir, çekirdek çürürse gövde ayakta kalmaz.

Mesele "kadın mı erkek mi" meselesi değildir. Mesele adalettir. Kötü niyetin suiistimal alanı bulduğu her hukuk düzeni, masumları ezer. İstatistikler, uzun yargılama sürelerinin, hukuki belirsizliklerin ve denetimsiz tedbirlerin, şiddeti azaltmak yerine artırabildiğini söylüyor. Çünkü adalet geciktiğinde, öfke birikir, hukuk zayıfladığında, toplumsal güven çöker.

Bir iftira ihtimali bile, hukukun titremesine yetmelidir. Elinde zikirmatikle yürüyen bir ihtiyarın, tek bir iddiayla linç kültürüne teslim edilmesi, toplumun vicdanını yaralar. Yusuf'un gömleği arkadan yırttı, bugün ise gömlek bile sorulmadan kararlar verilebiliyor. Kadını koruyalım, evet. Ama adaleti yaralayarak değil. Şiddeti önleyelim, evet. Ama masumiyet karinesini feda ederek değil. Hukuk, kötü niyeti ödüllendiren bir mekanizma hâline gelirse, yarın kimse güvende olmaz.

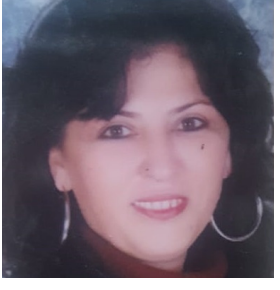
Hz. Yusuf'un kıssası bize şunu öğretti Adalet, güçlünün değil hakikatin yanında durduğunda sultan olur. Aksi hâlde zindanlar dolar, vicdanlar boşalır. Bugün yapılması gereken 6284'ü ideolojik sloganların değil, adaletin terazisinde yeniden tartmaktır. Çünkü adalet yoksa, koruma da yoktur.

Baba figürü 6284 sayılı kanunla yok edildi, babalar, erkekler, eşler şiddetçi, tacizci gibi olguya toplum nazarında değersizleştirildi. Çocuklar ile babaların bağı kesildi, baba nafaka ödeyen, gelir kapısı olarak görüldü, halbuki Yusuf kıssasında bunları bildirmişti bize. Kendine Yusuf diyenler saraya sultan olanlar değil, kadının yalan beyanı ile zindana atılan, evlatlarından koparılanlardır.

"Kötülüğe ortak olmak, o kötülüğü bizzat işlemek kadar günahtır" sözü, sadece bireysel günahları değil, sistemi kuranları, sürdürenleri ve susarak meşrulaştıranları da kapsar. Zulüm yalnızca eliyle vuranın eseri değildir, kalemiyle yazanın, o kaleme imza atanların ve haksızlığı görüp sessiz kalanların da payı vardır.

6284 sayılı Kanun, niyet olarak 'koruma' iddiası taşısa da uygulamada birçok masum insanı mağdur etmiş, aileleri dağıtmış, iftirayı delil yerine koymuş, adaletin terazisini bozmuştur. İşte tam bu noktada mesele sadece hukuki değil, ahlaki ve vicdanidir.

Bu yanlıştan dönülmesi dileğimle Allah'a ismarladık hoşça kalın.

MÜNİRE
ERİN

Çanakkale Savaşı'nda Türk Kadınının Rolü

Çanakkale Zaferi'nin Kadın Kahramanları

18 Mart Çanakkale Zaferi'miz üzerinden bir asırdan fazla zaman geçti. Bu kahramanlık hikayesi, filmlere, tiyatro oyunlarına ve muhteşem romanlara konu oldu. Ancak unutmamak gerekir ki bu zaferin bilinmesi gereken kadın kahramanları vardı. Savaş esnasında tüm benliğiyle orada savaşan, yardım toplayan, çalışan ve hasta bakan anne, kardeş ya da eş kimliğiyle desteğini esirgemeyen kadın kahramanlarımız birçok alanda savaşa büyük ölçüde katkıda bulunmuşlardır.

Mücadele Hatice Hanım

Anafartalar cephesinde 56. fıkarda omuz omuz mücadele veren unutulmaz bir kadın asker olan Mücadele Hatice Hanım, Anafartalar'dan sonra diğer savaşlara da katılmıştır. İnönü Muharebeleri başta olmak üzere Kurtuluş Savaşı'nın çeşitli cephelerinde mücadele vermiş ve İzmir'de Yunan ordusuna esir düşmüştür. Geriye kendisinden ve mücadelesinden hatıra şu sözleri bırakmıştır:

"İzmir'in Kemalpaşa (Nif) kazasının Ahmetli köyünden Hacı Halizâdeler'denim. Babam merhum Mehmet Efendi'dir.

Çanakkale Anafartalar'da 56. firkada silahımla muharebelere iştirak ettim. Adım Ahmet idi. Benim kadın olduğumu kimse bilmiyordu. Şarapnel ve kurşunlarla dokuz yerimden yaralandım. Milli muharebelerimize de gönüllü iştirak ettim..."

Nezahat Onbaşı (Baysel)

Nezahat Onbaşı, babası onu cepheye beraberinde götürmek zorunda kaldığı zamanlarda henüz yalnızca 9 yaşındaydı.

Çanakkale Savaşına da katılan Nezahat Onbaşı, babasının emrinde bulunan 70. Alay ile Millî Mücadeleye destek verdi.

Savaş esnasında umutların tükendiği bir anda "Ben babamın yanına ölmeye gidiyorum, siz nereye gidiyorsunuz?"

sözleriyle adını tarihe yazdırmayı başarmıştır.

Nezahat Onbaşı, Çanakkale Savaşı dışında babasıyla birlikte Geyve Savaşı, I. ve II. İnönü Savaşları, Konya İsyanı, Sakarya ve Gediz muharebelerine de katılmıştır. Ardından savaşta ülkemize olan katkıları ve mücadelesi sebebiyle Mustafa Kemal Atatürk'ün de takdirini kazanmıştır.

Zeynep Mido Çavuş

Çanakkale Savaşı'na Anadolu illerinden gelen askerlerin yanı sıra eski Osmanlı toprağı olan Kosova'dan gelen 8 tabur gönüllü asker de katılmıştır. Bu taburlardan biri de Gora- Dragaş bölgesindedir ve içinde de yalnızca erkekler değil, kadın askerler de bulunur. İşte bu kadın kahramanlardan biri de Dragaşlı Zeynep Mido Çavuş'tur. Ailesini Kosova'da bırakıp tek başına cepheye katılan Zeynep Mido Çavuş, savaş esnasında şehit olur. Mücadelesiyle iz bırakan, bekar ve genç yaşta hayatını kaybeden Zeynep Mido Çavuş'un hikayesinin Dragaş ve Gora'da hala dilden dile anlatıldığı bilinir.

Ülkemiz için dişini tırnağına takarak savaşan, canını hiçe sayan ve fedakârca çalışan kahraman Türk kadınlarımıza olan borcumuzu ne yapsak ödeyemeyiz.

Bu vesileyle tüm kadınlarımızın hem 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nü kutluyor hem de varlığını vatanımıza emanet eden tüm şehitlerimizi ve o zorlu günlerin kahramanı olan Ulu Önder Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ü her daim minnet ve rahmetle anıyoruz.

MNR ORGANİZASYON

Başlıca Hizmetlerimiz

- Fuar Organizasyonları
- Şölen ve Şenlik Organizasyonları
- Turizm ve Gezi Organizasyonları

Diğer Organizasyon Hizmetleri

- Konser Organizasyonları
- Davet ve Düğün Organizasyonları
- Doğum Günü Organizasyonları
- Kurumsal Organizasyonlar
- Mezuniyet Organizasyonları
- Festival Organizasyonları
- Açılış ve Lansman Organizasyonları
- Sahne ve Etkinlik Organizasyonları
- Piknik ve Şirket Etkinlikleri
- Kültürel Etkinlik Organizasyonları
- Spor Organizasyonları
- Sanatçı ve Sahne Programları
- Çocuk Etkinlikleri Organizasyonu

Profesyonel Organizasyon Hizmetleri

0 542 289 44 59

MNR Reklam

Kaliteyi Görselleştiren Çözümler

- TABELA ve İŞİKLİ TABELA
- TOTEM TABELA
- ARAC KAPLAMA
- DİJİTAL BASKI
- BRANDA BASKI
- FOLYO KESİM
- KARTVİZİT - BROŞÜR - EL İLANI
- KATALOG - DAVETİYE
- PROMOSYON ÜRÜNLERİ
- SOSYAL MEDYA REKLAMLARI
- İNTERNET REKLAMCILIĞI
- KURUMSAL KİMLİK TASARIMI

SARAY / TEKİRDAĞ 0 542 289 44 59



Şeyda ile Şiirler

“ESMER”

Ben bir kara sevdanın uçurumunda kaldım.
Gözüm kör oldu, senden gayrısına bakmadım.
Bir esmere düştü yolum, canımı bıraktım,
Onu her şeyden, hatta kendimden bile çok sevdim.
O benim esmerimdi, gecemdi, gündüzümdü
Ben o tene, o kokuya, o bakışa hiç doymadım.
En ağır yükü buymuş meğer yarım kalmanın.
O yumuşak ellerini hiç sıkıca tutamadım.
Parmaklarımın arasından kayıp giden bir ömür gibi.
Sadece uzaktan seyrettim ruhumun tek sahibini.
Tutamadığım o eller, şimdi yüreğimi sıkıştırıyor.
Hiç dokunmadığım tenin, içimde kor olup yaniyor.
Araya yollar girdi, aramıza soğuk seneler girdi.
Zaman, unutanlar için aktı da benim için hep durdu.
Vazgeçmedim... İnsan kalbinden nasıl vazgeçer?
Ben o esmer gülüşün gölgesinde ölmeyi seçtim.
Hala ilk günkü gibi, hala aynı çaresizlikle,
Seni her nefeste daha çok, daha derinden seviyorum.
Öyle çok özliyorum ki, anlatmaya kelime yetmiyor.
Sustuklarım birikip boğazımda bir düğüm oluyor.
Sen gittin, ben o ayrılık vaktinde asılı kaldım.
Seneler geçti ama ben o esmer sevdanın
Hala en sadık, en yaralı yolcusu kaldım.

ÇANAKKALE VE ÖLÜMSÜZLEŞEN RUHLAR

1915 yılı dünya tarihinin en kanlı ama bir o kadar da onurlu sayfalarından birine ev sahipliği yaptı. Çanakkale Boğazı'nın serin suları ve Gelibolu'nun sarp yamaçları, sadece iki ordunun çarpışmasına değil; devrin en ileri teknolojisiyle, bir milletin sarsılmaz imanının karşı karşıya gelmesine tanıklık etti. Çanakkale, bir coğrafya parçasının ötesine geçerek, bir milletin var oluş iradesinin sembolü, "bitti" denilen yerden yeniden doğuşun destanı olmuştur. Bazı ölümler vardır ki bir son değil bir milletin kalbinde filizlenen sonsuz bir başlangıçtır. Çanakkale'yi diğer tüm savaşlardan ayıran yegane unsur, siperlerdeki o sarsılmaz ruh halidir. Yarbay Mustafa Kemal'in Arıburnu'nda askerlerine seslendiği "Size taarruzu değil, ölmeyi emrediyorum" sözü, askeri bir emirden öte, bir feda kültürünün tezahürüdür. Siperler arası mesafenin sadece sekiz metreye düştüğü, her adımda ölümün bulunduğu o anlarda, Türk askeri sükunetle sırasını beklemiştir. Birinci siperdekiler hiç kurtulmamacasına tamamen düşüyor, ikinci siperdekiler ise onların yerine geçiyordu. Bu, dünyada eşine az rastlanır bir vatan sevgisi ve şehadet arzusudur. Savaşın en amansız anlarında bile Türk askerinin sergilediği asalet, düşmanını bile kendine hayran bırakmıştır. Kendi yarasına basacak bezi yokken, yaralı düşman askerini kucağına alıp tedaviye götüren, matarasındaki son suyu hasmıyla paylaşan "Mehmetçik", dünyaya savaşın bile bir ahlaki olduğunu öğretmiştir. Şehitlerimiz, sadece topraklarımızı savunmakla kalmamış, insanlık onurunu da en yüksek mertebede temsil etmişlerdir. Bu yönüyle Çanakkale, tarihin en büyük "centilmenler savaşı" olarak kayıtlara geçmiştir. Çanakkale'de toprağa düşen her bir fidan, birkaç yıl sonra başlayacak olan Milli Mücadele'nin ilk kıvılcımı olmuştur. Eğer Çanakkale geçilseydi, bugün üzerinde nefes aldığımız bu hürriyet ikliminden bahsetmek mümkün olmayacaktı. Bugün bastığımız her toprak parçasının altında, bize özgür bir gökyüzü bırakmak için toprağa düşen bir kahraman yatmaktadır.

Onlar, gömülmek için değil, bir milletin kalbinde ebediyen yaşamak için gittiler. "Çanakkale Geçilmez" mührünü kanlarıyla vuran aziz şehitlerimizin bıraktığı emanet; bağımsızlık, onur ve sarsılmaz bir birlik şuurudur. Ruhları şad, mekanları her daim milletin kalbi olsun.

Çanakkale Savaşı'nda Türk Kadınının Rolü

Çanakkale Cephesi için Anadolu'nun ve Osmanlı sahasının her yerinden birçok insan, gönüllü olarak savaşa katılmıştır. Hemen her haneden bir kişi cepheye gitmiş, köyler boşalmış ve geride kalanlar; anneler, cephedeki evlatları için seferber olmuşlardır. Geride kalanların yaşadıklarını hiçbir zaman unutmadıkları bu muharebeler sırasında pek çok şehit verilerek Çanakkale Destanı yazılmıştır.

Türk kadını, Çanakkale Savaşı sırasında gerek cephede, gerekse cephe gerisinde tüm gücü ile hizmet vermiş; cephede erkekle omuz omuza düşmana karşı savaşırken cephe gerisinde de çeşitli faaliyetleri ile savaşa destek vermiştir. Özellikle Balkan Muharebeleri sırasında tecrübe kazanan Türk kadını, savaş sürecinde açtıkları dernekler ile büyük bir fedakârlıkla ve gayretle çalışarak; asker evlatlarını cephede kaderine terk etmemiştir.

Çanakkale Savaşı sürecinde Türk kadını, daha ziyade cephe gerisinde aktif bir rol üstlenmiştir. Sağlık hizmetlerinin sağlanmasında, askeriler için kılık-kıyafet ihtiyacının hazırlanmasında, cemiyetler vasıtasıyla yardım toplanmasında ve kamuoyu oluşumunda Türk kadını önemli hizmetlerde bulunmuştur.

Türk kadınının Çanakkale Savaşı sürecinde askerî, ekonomik, sosyal, kültürel alanlarda göstermiş olduğu faaliyetler; Milli Mücadele döneminde Türk kadınının daha aktif rol üstlenmesine zemin hazırlamış ve Yeni Türk Devleti'nin yapılandırılması sürecinde de kadının, toplumun tamamlayıcı, birleştirici, dinamik ve modern unsuru olmasında etkili olmuştur.

TÜRKİYEM HABER

ÇOK YAKINDA YAYINDA

Türkiye'nin En Yeni
INTERNET HABER SİTESİ

- Güncel Haberler
- Türkiye ve Dünya Gündemi
- Siyaset Haberleri
- Ekonomi Haberleri
- Spor Haberleri
- Kültür & Sanat
- Teknoloji Haberleri

Tarafsız ve Güncel Haberlerin Yeni Adresi

www.turkiyemhaber.com

MNR Reklam

Kaliteyi Görselleştiren Çözümler

- TABELA ve İŞKİLİ TABELA
- TOTEM TABELA
- ARAC KAPLAMA
- DİJİTAL BASKI
- BRANDA BASKI
- FOLYO KEŞİM
- KARTVİZİT - BROŞÜR - EL İLANI
- KATALOG - DAVETİYE
- PROMOSYON ÜRÜNLERİ
- SOSYAL MEDYA REKLAMLARI
- İNTERNET REKLAMCIĞI
- KURUMSAL KİMLİK TASARIMI

SARAY / TEKİRDAĞ 0 542 289 44 59

MNR ORGANİZASYON

Başlıca Hizmetlerimiz

- Fuar Organizasyonları
- Sölen ve Senlik Organizasyonları
- Turizm ve Gezi Organizasyonları
- Diğer Organizasyon Hizmetleri
- Konser Organizasyonları
- Dalet ve Diğün Organizasyonları
- Doğum Günü Organizasyonları
- Kurumsal Organizasyonlar
- Festival Organizasyonları
- Açılış ve Lanman Organizasyonları
- Sahne ve Etkinlik Organizasyonları
- Piknik ve Sıklet Etkinlikleri
- Kültürel Etkinlik Organizasyonları
- Spor Organizasyonları
- Sanatçı ve Sahne Programları
- Çocuk Etkinlikleri Organizasyonu

Profesyonel Organizasyon Hizmetleri
0 542 289 44 59

MNR MEDYA

REKLAM
DİJİTAL MEDYA
ORGANİZASYON
HİZMETLERİ

Tanıtım ve Prodüksiyon

Fikirden Sahneye,
Markadan Medyaya.

0542 289 44 59

İLÇE SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ İFTAR YEMEĞİ DÜZENLEDİ.



İlçe Sağlık Müdürlüğü Ramazan ayının bereketini ve birleştirici gücünü aynı sofrada paylaşmanın mutluluğunu yaşadı. Saray İlçe Sağlık Müdürlüğü ve Saray Devlet Hastanesi'nde görev yapan sağlık çalışanlarımızla birlikte düzenlediğimiz iftar programını yoğun bir katılımı ile gerçekleştirdi.

Davetimize icabet ederek bizleri onurlandıran Saray Kaymakamımız Sayın Refik Özsoy'a, İl Sağlık Müdürü Dr. Lütfi Çağatay Onar, birim başkanları ve yardımcıları, kurum müdürleri, siyasi parti başkanları ve, ayrıca programa tüm sağlık çalışanları katılım sağladı.

"Tefecilik" ve "nitelikli yağma" yapan suç örgütüne yönelik operasyonda 3 kişi tutuklandı

Tekirdağ İl Jandarma Komutanlığı ekiplerince yürütülen istihbari çalışmalar sonucunda, Saray ilçesinde tefecilik ve yağma suçlarına yönelik operasyon düzenlendi.

Yapılan çalışmalarda; S.T. (E-24), S.T. (E-33) ve O.A. (E-31) isimli şahısların, vatandaşlara faiz karşılığı borç para verdikleri, karşılığında senet imzalattıkları ve ödeme yapamayan mağdurları darp ederek baskı altına aldıkları tespit edildi.

Şüphelilere yönelik gerçekleştirilen operasyonda üç kişi yakalanarak gözaltına alındı.

Şüpheliler hakkında; Suç İşlemek Amacıyla Örgüt Kurmak, Silahlı Yağma, Tefecilik suçlarından adli işlem başlatıldı. Jandarmadaki işlemlerinin ardından adliyeye sevk edilen üç şüpheli, çıkarıldıkları mahkemece tutuklanarak cezaevine gönderildi.



'Böbreklerimizi Koruyoruz'

İlçe Sağlık Müdürlüğü tarafından Çukuryurt Mahallesi'nde vatandaşlarımıza yönelik yüksek tansiyon (hipertansiyon) konusunda farkındalık eğitimi düzenlendi. Eğitim kapsamında tansiyon ölçümleri yapıldı, yüksek tansiyonun kontrol altına alınmasının kalp ve böbrek sağlığımız için önemi vurgulanarak 'Böbreklerimizi Koruyoruz' mesajı paylaşıldı.

MNR Reklam
Kaliteyi Görselleştiren Çözümler

- TABELA ve İŞIKLI TABELA
- TOTEM TABELA
- ARAC KAPLAMA
- DİJİTAL BASKI
- BRANDA BASKI
- FOLYO KESİM
- KARTVİZİT - BROŞÜR - EL İLANI
- KATALOG - DAVETİYE
- PROMOSYON ÜRÜNLERİ
- SOSYAL MEDYA REKLAMLARI
- İNTERNET REKLAMCILIĞI
- KURUMSAL KİMLİK TASARIMI

SARAY / TEKİRDAĞ | 0 542 289 44 59

MNR ORGANİZASYON
Başlıca Hizmetlerimiz

- Fuar Organizasyonları
- Sölen ve Şenlik Organizasyonları
- Turizm ve Gezi Organizasyonları
- Düğer Organizasyon Hizmetleri
- Konser Organizasyonları
- Davet ve Düğün Organizasyonları
- Doğum Günü Organizasyonları
- Kurumsal Organizasyonlar
- Mezuniyet Organizasyonları
- Festival Organizasyonları
- Açılış ve Lansman Organizasyonları
- Sahne ve Etkinlik Organizasyonları
- Piknik ve Şirket Etkinlikleri
- Kültürel Etkinlik Organizasyonları
- Spor Organizasyonları
- Sanatçı ve Sahne Programları
- Çocuk Etkinlikleri Organizasyonu

Profesyonel Organizasyon Hizmetleri
0 542 289 44 59

MNR MEDYA
REKLAM
DİJİTAL MEDYA
ORGANİZASYON
HİZMETLERİ
Tanıtım ve Prodüksiyon

Fikirden Sahneye,
Markadan Medyaya.

0542 289 44 59

ELIKHAN
SARAY / TEKİRDAĞ
KURULUSUDUR

SARAY'IN GURURU SPORCUMUZ BAŞARIYA KOŞUYOR



Büyükyoncalı'dan Galatasaray'a uzanan başarı öyküsü 3.Lig'de bulunan Büyükyoncalı Kadın Futbol Takımı'nda mücadele eden Amine Keleş, Galatasaray alt yapısına transfer oldu.

2012 doğumlu Amine Keleş 3.Lig'de mücadele eden Büyükyoncalı Kadın Futbol Takımı'nda gösterdiği başarıdan dolayı Galatasaraylı yetenek avcılarının dikkatini çekti. Bir süre boyunca takip edilen Keleş, yapılan teklifin ardından Galatasaray Kadın Futbol Takımı alt yapısına transfer oldu.

Gerçekleşen transfer dolayısıyla Amine Keleş'i tebrik eden Büyükyoncalı Spor Kulübü Başkanı Sürmeli Yıldız, "Kadın Futbol Takımımızda mücadele eden 2012 doğumlu Amine Keleş, Galatasaray Kadın Futbol Takımı altyapısına transfer oldu. Gerçekleşen transfer dolayısıyla gurur duyduk. Umarım başarılı performansını artırarak devam eder" ifadelerini kullandı.

SARAY 'DA ÇİĞKÖFTEYE DAMGASINI VURAN LEZZET



Bir Trakya damadı olarak asıl memleket olarak Nemrut Dağı'nın eteklerinde Malatya ili Pütürge ilçesindenim. Neden bunu vurguladığımı sebebine gelince. Çiköfte tarihinin başlangıç noktasıdır, Nemrut Dağı. Nemrut'tan Kaçan Hz. Halil İbrahim'in kendisi ile birlikte gelenlerin aç kalmaması için bulduğu bir yemektir Çiköfte. Günümüzde sektör haline gelmesi ile birlikte çeşitli katkı maddeleri v.s katılması gerek lezzetini gerekse kalitesini düşürmüştür.

Evde yapamadığım sürede müdavimi olduğum bir adreten bahsetmek istiyorum.

"Damga Çiköfte" ilçemizde çiköfte denilince akla ilk gelen yer olmasının sebebi ev yapımı lezzetinde olması.

Buraya çiköfte yemeye gelenlerin ortak bir düşüncesi vardır, tıpkı benim gibi.

Çiköftesi içeceği bir yana sıcak ve gülyüzle karşılanması elbette.

Sadece Çiköfteye Damgasını vuran değil, gülyüz ve hijyenik hizmet sundukları için sevgili kardeşlerime de teşekkür ediyorum, hayırlı işler diliyorum.



Lezzet Tarifim

• Hanımağa Çorbası


Malzemeler

- 1 su bardağı haşlanmış nohut
- 1 çay bardağı haşlanmış yeşil mercimek
- 1 çay bardağı tel şehriye
- 1 çay bardağı erişte
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- Yarım yemek kaşığı biber salçası
- 1 kuru soğan
- 1 yemek kaşığı tereyağı
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 7 su bardağı su (yada birazını tavuk yada et suyu çok daha lezzetli olacaktır. bulyonda olur)
- Tuz, kırmızıbiber, pulbiber, nane




Nasıl Yapılır?

- İlk olarak nohut ve yeşil mercimeği haşlamakla başlıyoruz. Benim genellikle buzlukta oluyor.
- Geniş bir tencereye yemeklik doğradığımız soğanları tereyağ ve sıvı yağında kavuruyoruz.
- Daha sonra salçaları ekleyip salçayı da kavuruyoruz.
- Nohut ve mercimekler ekleyip suyunu baharatlarını atıp kaynatmaya bırakıyoruz. Bi 10 dakika kaynayınca şehriye ve erişteyi ekliyoruz. Bu şekilde bi 5-10 dakika daha kaynatıyoruz. Çorbamız hazır. Damak zevkinize göre koyuluğunu ayarlayabilirsiniz. Dediğim gibi biraz et suyu yada tavuk suyunuz varsa mutlaka kullanın. Afiyet olsun



Yalçın
Tava Ciğer & Izgara

— Etin En Seçkin Hali —



☎ 0 535 278 00 69

Ayaspasa Mah. Cami Cad. No: 4/A

Saray/Tekirdag



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

Mantar Hastalığı

En sık karşılaşılan deri hastalıklarından biri olan mantar, bulaşıcı enfeksiyon hastalıkları arasında bulunur. Vücudun pek çok bölgesinde ortaya çıkabilen mantar hastalığı, zaman içinde çıktığı bölgeden farklı yerlere de yayılabilir. Deride kaşıntı, kızarıklık, dökülmeler ve iltihaplanmaya neden olabilen mantar türleri, enfekte kişilerle aynı eşyaların kullanımıyla başkalarına da bulaşabilir. Belirtilerin şiddeti ve hastalığın seyrine göre kremler, pomatlar ve medikal yöntemlerle tedavi edilebilir.

Mantar Hastalığı Nedir?

Bir enfeksiyon hastalığı olan mantar hastalığı, tek hücreli mantarların cilt üzerinde kızarıklık, kaşıntı, iltihaplanma ve şişliklere neden olmasıdır. Farklı mantar türleri vücudun çeşitli bölgelerinde bu belirtilerin görülmesine neden olabilir. El, ayak, yüz, vücut, kafa derisi gibi bölgelerde cilt üzerinde çoğalan mantar türleri nedeniyle enfeksiyon oluşur. Başlangıçta sınırları belli gibi görünen cilt anomalileri, zaman içinde mantarın vücudun farklı bölgelerini de etkisi altına almasıyla yayılabilir. Mantar, çevre bölgelerde ya da tamamen farklı bir bölgede yayılım göstererek o bölgelerde de iltihaplanmaya neden olabilir. Bu durumda enfeksiyon çok daha şiddetli semptomlarla seyrederek. Mantar hastalıkları en çok ayak, tırnak, kasık ve vajina, saç gibi bölgelerde deri üzerinde ortaya çıkar. Bununla birlikte nadiren de olsa dil ve lenf bezlerini de etkisi altına alabilir.

Mantar Bulaşıcı mıdır?

Mantar, doğrudan deri teması yoluyla ya da eşyaların ortak kullanılmasıyla bulaşabilen bir hastalıktır. Özellikle bazı mantar türleri, yüksek bulaşıcılığı nedeniyle kalabalık ortamlarda birden fazla kişiyi etkileyerek salgına dönüşebilir. Çocuklarda görülen mantar enfeksiyonları, okul ortamında hızla yayılabilir.

Ayakkabı, terlik, havlu, peçete, çarşaf ve nevresim, kıyafetler, çoraplar gibi eşyaların yanı sıra ortak kullanılan havuz, hamam, sauna, banyo, otel odası, plajlar gibi alanlar da mantarın başka kişilere bulaşarak yayılmasına neden olur. Mantar aynı zamanda topraktan da bulaşabilir. Bahçe, kumsal, tarla gibi topraklı alanlarda da temas yoluyla insandan insana geçebilir.

Mantar, kişiden kişiye bulaşabileceği gibi hayvandan insana da geçebilir. Bu özellikteki mantar türleri, hayvanlarda deri üzerinde tüy dökülmeleriyle kendini gösterir. Tedavi edilmediği durumlarda insanlara da geçebilir. Bu durumda belirtiler de insanlarda daha şiddetli seyredebilir.

Mantar Hastalığının Çeşitleri Nelerdir?

Mantar hastalığı etki alanına ve belirtilere göre farklı türlere ayrılır:

Tırnak Mantarı (Onikomikoz)

Çoğunlukla ayak tırnaklarında görülen onikomikozun belirtileri tırnak içinde görülür. Tırnak ucundan başlayarak daha geniş bir alana yayılabilen mantar, tırnakta kalınlaşmaya ve renk bozukluğuna sebep olur. Beyaz ya da sarı renkte kendini gösteren tırnak mantarı asimetric biçimlidir. Tırnakların çabuk kırılmasına ve şekil bozukluklarına neden olur. Genellikle ayak baş parmağında görülen tırnak mantarı, zaman içinde diğer tırnaklara ve ellere de yayılabilir. Başlangıçta herhangi bir semptomu neden olmayan tırnak mantarı, ilerleyen dönemlerde ağrılara neden olarak bireylerin hareket kabiliyetini kısıtlayabilir. Özellikle gün içinde uzun süreli kapalı ayakkabı kullanımında belirtilerin şiddeti artış gösterebilir.

Ayak Mantarı (Tinea Pedis)

Sporcu ya da atlet ayağı olarak da bilinen ayak mantarı, en sık görülen mantar hastalığı türlerinden biridir. Genel olarak iltihaplı, kaşıntılı ve dökülmelerin görüldüğü ciltle karakterizedir. Ayak tabanında kurulaşma, kalınlaşma ve çatlama; 4. ve 5. parmaklarda nemli bir görüntüye sebep olur. İltihaplar nedeniyle ortaya çıkan koku, ağrılı ve acılı cilt çatlakları ve giderek kabaran deri, ilerleyen dönemlerde ayak mantarının ortaya çıkardığı belirtiler arasında bulunur. Genç bireylerde daha sık görülen ayak mantarı genellikle yüzme havuzu gibi ortak alanların kullanımı ya da ayakların uzun süre kapalı ayakkabı içinde kalmasıyla ortaya çıkar. Nemli ve sıcak alanlarda daha sık görülen ayak mantarı, bir tür egzama olan pomfolikse de dönüşebilir.

Kasık Mantarı (Tinea Cruris)

Erkeklerde görülen kasık mantarı bu bölgede kaşıntı, kızarıklık ve yanma hissine neden olur. Tek ya da çift taraflı olmak üzere kaşıntı etkileyen mantar, bazı durumlarda cinsel organ üzerinde de yayılabilir. Kasık mantarı çoğu zaman ayak mantarı gibi farklı bir bölgede ortaya çıkan mantar türleriyle ilişkilidir.

Vajinal Mantar (Kandidiyazis)

Kadınlarda görülen vajinal mantar oldukça yaygın görülen bir enfeksiyondur. Vajina ve vulvada normalde de bulunan yararlı mantar ve bakterilerin değişime uğraması sonucu, kandida olarak da bilinen maya mantarı türünde kontrolsüz çoğalma görülebilir.

Şiddetli kaşıntı nedeniyle kadınların günlük hayatını olumsuz yönde etkileyen vajinal mantar, tedavi edilmediği takdirde genital bölgedeki diğer alanlara da yayılabilir.

Vücut Mantarı (Tinea Corporis)

Bu mantar türü vücudun herhangi bir bölgesine etki edebilir. Genellikle çember şeklinde kızarıklık lekeler olarak kendini gösterir. Başlangıçta küçük bir alanda görülen bu halkalar giderek büyüyebilir ve iltihaplanabilir. Leke ve kızarıklıklara çoğu zaman kaşıntı ve dökülmeler de eşlik eder. Hastaların çoğunda ayak ve kasıklarda da mantar hastalığı görülür. Vücut mantarının yaygın görülen alt türlerinden biri tinea versikolorudur. Malassezia bakterisinin kontrolsüz çoğalması nedeniyle ortaya çıkan mantar hastalığı çoğunlukla göğüs, sırt, bel ve kol bölgelerinde belirtilere neden olur. Kırmızı, pembe ya da kahverengi halkalar şeklinde kaşıntılı bölgeler görülür.

Saç Mantarı (Tinea Capitis)

Kafa derisinde ortaya çıkan mantar türüdür. Saç mantarı kafa derisini etkilediği gibi saçı da etkiler. Saçın uzamasını engeller ya da kafa derisinin bazı bölgelerinde dökülmelere neden olur. Boyutu değişmekle birlikte genellikle çember şeklinde bir alanda yayılır. Bu alanlarda kızarıklık, kaşıntı, iltihaplanma, kepekli alanlar, kırık saçlar ve deride dökülmeler görülebilir. Bazı durumlarda ise mantar hem kafa derisini hem de saçı etkilemesine rağmen gözle görülen bir belirti yoktur.

Yetişkinlerden daha çok çocuklarda görülen tinea capitis, yüksek oranda bulaşıcı olması nedeniyle özellikle okul dönemlerinde salgın haline dönüşebilir.

Mantar Kimlerde Sıklıkla Görülür?

- Aşırı terleme problemi olanlarda,
- Duş sonrasında vücudunu nemli bırakanlarda,
- Ayakkabı, havlu gibi eşyaları başkalarıyla ortak kullananlarda,
- AIDS gibi enfeksiyon hastalıkları bulunanlarda,
- Ergenlik öncesi dönemde bulunan çocuklarda,
- Obezite ya da diyabet hastalarında,
- Hamilelerde,
- İleri derecede kanser hastalarında,
- Bağışıklık sistemi ve vücut direnci düşük kişilerde,
- Elleri sürekli olarak ıslak kalan bireylerde mantar hastalığı görülme ihtimali daha fazladır.

Mantar Neden Olur?

Mantar türleri, cilt yüzeyindeki keratin hücrelerine etki ederek deride deformasyona neden olur. Bu durumda mantarlar belli bölgeleri enfekte ederek çeşitli belirtiler ortaya çıkarır.

Mantar hastalığının nedenleri arasında;

- Aşırı nemli ve sıcak alanlarda bulunmak,
- Aşırı terlemek,
- Dar kıyafetler giymek,
- Havlu, peçete, ayakkabı gibi kıyafet ve aksesuarları başkalarıyla ortak kullanmak,
- Enfekte hayvanlarla temas etmek,
- Cildi yeterince kuru tutmamak,
- Bazı ilaçların kullanımı,
- Obezite,
- Kadınlarda gebelik,
- HiyMantar türleri sıcak ve nemli hava ya da ortamlarda çok daha kolay çoğalabilir. Bu nedenle, mantar hastalığı genel olarak yaz aylarında daha çok görülür. Bunun en önemli nedeni hava sıcaklığının yüksek olmasıdır. Bulaşıcı bir hastalık olduğu için yaygın nedenlerden biri de enfekte kişilerin eşyalarının ortak kullanılmasıdır.

Mantar türleri farklı sıcaklık seviyelerinde çoğalır. Bazı mantarlar 0-15°C'de, bazıları 15-40°C'de, bazıları ise 40°C'den daha yüksek sıcaklıklarda üreyebilir. Oksijen bulunan ortamlarda daha hızlı çoğalabilen mantarlar, güneş ışınlarına ve nemsiz, kuru ortamlara karşı savunmasızdır. Bu nedenle doğrudan güneş ışığı alan kuru ortamlarda mantarların üremesi durur ya da yavaşlar.

en kurallarına özen göstermemek bulunur.

Mantar Belirtileri Nelerdir?

Mantar belirtileri, vücutta görülme bölgesine göre değişiklik gösterir. Bununla birlikte mantar hastalarında yaygın olarak görülen belirtilerden bazıları şunlardır:

- Deri üzerinde halka şeklinde kızarıklık ve şişlik
- Pembe, kırmızı ya da kahverengi gibi cilt renginden farklı lezyonlar
- Ciltte iltihaplanma
- Cilt üzerinde pullanma ve dökülmeler
- Sürekli kaşıntı hissi

Bu belirtilere ek olarak mantarın etki alanına göre farklı belirtiler de görülebilir. Tırnak mantarları tırnak içinde renk değişikliklerine ve şekil bozukluklarına yol açar. Vajinal mantarda ise kaşıntı, kızarıklık ve deri dökülmesine ek olarak kıvamlı akıntı görülebilir.

Vücuttaki yüzeysel mantarlarda ise içi sıvı ya da irin dolu büyük veya küçük kabarcıklar görülebilir. Bu belirtilerden biri ya da birkaçının görüldüğü bireylerin bir sağlık kurumuna başvurması gerekir.

Mantar Tanısı Nasıl Konur?

Mantar hastalığının teşhisinde mantara neden olan mikroorganizmanın ayırt edilebilmesi için laboratuvar testlerinden yararlanılır. Mantarın görüldüğü bölgeden kazıma yoluyla alınan örnek mikroskop altında incelenir. Bazı nadir görülen mantarların teşhisinde ise özel ışık sistemlerinden de yardım alınır.

Vajinal mantar hastalıklarında ise akıntı örneği alınır. Bu sayede laboratuvarda yapılan incelemeler sonucunda hastalığın mantar ya da bakteri nedeniyle ortaya çıktığı ayırt edilebilir.

Bu yöntemlerin dışında, kişiler de bazı belirtileri dikkate alarak mantar hastalığından şüphe edebilir. Hastalığın başlangıç semptomları ve ilerleyişi çoğu hastada benzer belirtilerle seyredir. Bu belirtileri gözlemleyen kişilerin beklemeden tanı için sağlık kurumuna gitmesi önerilir.

Mantar Tedavisi Nasıl Yapılır?

Mantarın tipi ve etki alanı belirlendikten sonra tedavi uygulanmaya başlanır. Hemen hemen tüm tedavilerde oral yolla alınan ilaçlar ya da topikal krem, losyon ve pomatlar kullanılır. Bazı ileri derece vakalarda bu tedavi yöntemlerinden birlikte yararlanır.

Çeşitli formlardaki antifungal ilaçlar öncelikle tercih edilen yöntemlerden biridir. Bu ilaçlar krem ve losyon, şampuan, hap, fitil, toz ya da sprey şeklinde olabilir. İlaçların dozu ise mantarın tipine ve üreme alanına, belirtilerin şiddetine ve hastaların tıbbi geçmişine göre ayarlanır.

İlaç ve kremlerin düzenli kullanılması tedavinin önemli basamaklarından biridir. Mantar mikroorganizmaları hızlı bir şekilde üreyebilir ve vücudun farklı bölgelerine yayılabilir. Düzenli kullanılan ilaçlar mantarın üremesini yavaşlatarak tedavide başarı oranını artırır.

Tedavi süresi ise mantarın türüne ve yerleşim alanına göre değişiklik gösterir. Vajinal mantarlar ortalama 7-10 içinde iyileşir. Bununla birlikte, vücut ve saç mantarları yaklaşık 30 gün, tırnak mantarları ise ortalama 6 ayda tedavi edilir.

Mantar Tedavi Edilmezse Ne Olur?

Mantar hastalığının tedavi edilmediği durumlarda, mantarın neden olduğu iltihaplanmalara farklı enfeksiyonlar da eşlik edebilir. Bununla beraber, ilerleyen enfeksiyonların tedavi edilmesi zorlaşır; mantar başka bölgelere de yayılarak kronik hale gelebilir.

Her cerrahi veya girişimsel işlemde sonuçlar kişiden kişiye değişiklik gösterebilir, işlem öncesinde hekiminizden detaylı görüş almanız önerilir.

TÜRKİYEM
HABER**ÇOK YAKINDA YAYINDA****Türkiye'nin En Yeni**
İNTERNET HABER SİTESİ

-  Güncel Haberler
-  Türkiye ve Dünya Gündemi
-  Siyaset Haberleri
-  Ekonomi Haberleri
-  Spor Haberleri
-  Kültür & Sanat
-  Teknoloji Haberleri

**Tarafsız ve Güncel Haberlerin Yeni Adresi**
 www.turkiyemhaber.com
**MANZAR**
Reklam

Atletizm

Atletizm; koşu, yürüyüş, atma ve atlama branşlarını içeren; bir pist veya sahada yapılan dünyanın en eski sporlarından biridir. Bu tür fiziksel aktivitelere çağlar boyunca tüm dünyada yaygın ilgi duyulmuştur.

Tarihin en ünlü atletizm yarışmaları, ilk kez Antik Yunanistan'da düzenlenen Olimpiyat Oyunları'nda gerçekleşmiştir.

Eski Olimpiyat Oyunları, yalnızca spor yarışmalarının düzenlendiği bir etkinlik değil, aynı zamanda sporun sanat ve kültürle birleştiği büyük şenliklerdi.

Atletler yarışmalardan 10 ay önce hazırlanmaya başlar, son aylarını da Olimpiyat Oyunları'nın düzenlendiği yer olan Olimpia'da geçirirlerdi.

Günümüzde de yarışma öncesi hazırlık süreçleri, farklı biçimlerde devam etmektedir.

Atletizm, insanın fiziksel güç ve yeteneklerinin neredeyse tümünün kullanılmasını gerektiren bir spor dalıdır. Atletler birbiriyle yarışırken, aynı zamanda kendi güç ve yeteneklerinin sınırlarını tanır, bunları geliştirmeye çalışırlar.

Pist ve alan atletizmi üç ana kategoriye ayrılır: Koşu, yürüyüş ve alan (atlama ve atma) yarışları.

Olimpiyat Oyunları Pist yarışları

Koşu branşı, atletizmin temel disiplinlerinden biridir ve çeşitli kategorilere ayrılır. Bunlar kısa mesafe sürat koşuları, orta ve uzun mesafe koşuları, engelli koşular ile bayrak yarışlarıdır. Bu yarışmalar, organizasyonun niteliğine bağlı olarak kapalı salonlarda, açık hava pistlerinde, yollarda ya da kır parkurlarında düzenlenebilir.

Kısa mesafe sürat koşuları genellikle 400 metreye kadar olan mesafeleri kapsar. Bu kategorideki atletler, yarışın başlangıcından bitişine kadar mümkün olan en yüksek hızda koşmayı hedefler. Temel kısa mesafe koşu mesafeleri şunlardır: 100 metre, 200 metre ve 400 metre. 400 metre, açık hava pistinde bir tura karşılık gelmektedir.

Kapalı salon pistleri, açık hava pistlerine kıyasla daha kısadır ve genellikle eğimli virajlara sahip 200 metrelik pistler kullanılmaktadır. Salon yarışmalarında düzenlenen en kısa sürat koşusu mesafesi 50 metredir. Kısa mesafe koşucularının performansı; çıkış anındaki hızlanma, ivmenin en üst düzeye çıkarılması ve elde edilen hızın yarış boyunca mümkün olduğunca korunması üzerine kuruludur.

Orta mesafe koşuları, 800 ve 1.500 metre yarışlarını kapsar. Bu yarışlar teknik olarak hız koşusu sayılmakla birlikte, orta mesafe koşuları hız ve dayanıklılığın iyi bir taktik anlayışıyla birleştirilmesine dayanır. Son birkaç yıldır Türk kadın atlet Süreyya Ayhan, 1.500 metre branşının en iyi sporcularından biri olarak kabul edilmektedir.

Uzun mesafe yarışları pistte koşulan 3.000, 5.000 ve 10.000 metre yarışlarını kapsar. Maraton ve yol parkurunda koşulan öteki yarışlar ise daha uzun mesafelerde yapılır. Son yıllarda uzun mesafe koşularına kadınlar da katılmaktadır. İlk kez 1969'da uluslararası bir yarışmada 1.500 metre koşan kadınlar, 1974'te 3.000 metre koşusuna, 1970 sonlarında da maraton yarışlarına katıldılar. Yalnızca erkeklerin koştuğu, 28 tahta engel ve 7 su engelinden oluşan 3.000 metre engelli yarışı dışında kalan tüm uzun mesafe koşularına kadınlar da katılırlar.

Dünya genelinde yaygınlık kazanan uzun mesafe yarışlarında, özellikle maraton koşularına katılım sayısı her geçen yıl artmaktadır. Günümüzde Londra ve New York maratonlarına her yıl on binlerce atlet katılmaktadır.

Düz koşu kategorisi altında yer alan bayrak yarışları, atletizmde özel bir disiplindir. Bu yarışlar genellikle 4x100 metre ve 4x400 metre formatında gerçekleştirilir. Her takım dört koşucudan oluşur ve her koşucu, toplam mesafenin eşit bir bölümünü koşar. Koşucular kendi bölümlerini tamamladıklarında, "bayrak" adı verilen çubuğu bir sonraki takım arkadaşına devreder. Bayrağın doğru ve kurallara uygun şekilde el değiştirmesi, bu yarış türünde kritik öneme sahiptir.

Engelli koşular, atletlerin belirli aralıklarla yerleştirilmiş engellerin üzerinden atlayarak tamamladıkları koşu disiplinleridir. Bu yarışlarda sporcular, sabit sayıda—genellikle 10 adet—engeli aşmak zorundadır. Engel yükseklikleri, yarış mesafesine ve sporcunun cinsiyetine göre farklılık gösterir. Erkekler için 110 metre, kadınlar içinse 100 metre engelli koşularında engel yüksekliği 106,7 cm'dir. 400 metre engelli yarışlarında ise, hem erkekler hem de kadınlar için engel yüksekliği 91,4 cm'dir.

Yürüyüş yarışları, kendine özgü tekniğiyle yapılan, dayanıklılık gerektiren bir atletizm branşıdır. Bu disiplinin temel kuralı; sporcunun, yürüyüş sırasında öne attığı ayağı yere basmadan önce, gerideki ayağın yerle temasını kesmemesidir. Bu teknik nedeniyle sporcular, adımlarını bacaklarını bükmeden atmak zorundadır. Yürüyüş yarışları genellikle yol parkurlarında gerçekleştirilir. Mesafeler; kadınlar için 10 kilometre, erkekler için ise 20 ve 50 kilometre olarak belirlenmiştir.

MNR Reklam

Kaliteyi Görselleştiren Çözümler

- TABELA ve İŞIKLI TABELA
- TOTEM TABELA
- ARAC KAPLAMA
- DİJİTAL BASKI
- BRANDA BASKI
- FOLYO KESİM
- KARTVİZİT - BROŞÜR - EL İLANI
- KATALOG - DAVETİYE
- PROMOSYON ÜRÜNLERİ
- SOSYAL MEDYA REKLAMLARI
- İNTERNET REKLAMCILIĞI
- KURUMSAL KİMLİK TASARIMI

SARAY / TEKİRDAĞ 0 542 289 44 59

TÜRKİYE

HABER

Koşmaya Hazır mısın?
Yeni Sezon Spor Ayakkabılar

esenspor
SPOR AYAKKABI DÜNYASI

YENİ MAHALLE MİLLET CAD. NO:1/A SARAY