



ARTVİN

ardanuç

16 Şubat 2024 Cuma Yıl:11 Sayı:584 Fiyatı: 4TL
www.artvingazeteleri.com

GÜNDEM ARTVİN

Artık Telefonunuzda




Play Store ya da App Store'dan
Hemen **İndirebilirsiniz**

www.gundemartvin.com

İMAMOĞLU'NDAN ARDANUÇ'A DESTEK

İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Ekrem İmamoğlu ile Ardanuç Belediye Başkanı Yıldırım Demir ve Belediye Başkan Adayı Ergül İstanbullu bir araya geldi.

İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Ekrem İmamoğlu ile Ardanuç Belediye Başkanı Yıldırım Demir ve Belediye Başkan Adayı Ergül İstanbullu bir araya geldi. İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Ekrem İmamoğlu, Ardanuç Belediye Başkanı Yıldırım Demir ve Ardanuç Belediye Başkan Adayı Ergül İstanbullu ile birlikte Ardanuç için yapacakları hizmetler konusunda bilgi alışverişinde bulundu.

SAYFA 2'DE



BURSA'DA ADAY GÖSTERİLDİ



Ardanuç ilçesinin nüfusuna kayıtlı olan Şadi Özdemir, CHP'den Nilüfer Belediye Başkan adayı olarak gösterildi. Özdemir, sosyal medya hesabından yaptığı açıklamada şunları kaydetti: "Bugün partimizin aldığı karar doğrultusunda Nilüfer Belediye Başkan Adaylığında karar kılındı. Bugünden itibaren Nilüfer'de yeni bir dönem başlıyor. Şimdi, hep

söylediğimiz gibi ortak akıl ile yeni bir yol, yeni bir vizyon ilkesiyle, bambaşka bir Nilüfer için çalışmanın, çok çalışmanın zamanı. Nilüfer'imiz ve Bursa'mız artık daha katılımcı, daha çağdaş, daha vizyoner bir yönetim anlayışına kavuşacak. Güvenleri için Genel Başkanımız Sayın Özgür Özel'e, MYK ve PM üyelerimize, örgütümüze, aday adaylığım sürecinde

destek olan herkese ve Nilüfer'in değerli sakinlerine teşekkürlerimi sunarım. Nilüfer'i daha yaşanabilir, daha güzel bir şehir haline getirmek için ortak akıl ile çalışacağımızı ve sizlerin desteğiyle başarabileceğimizi biliyorum. Birlikte Nilüfer'i daha da ileriye taşımak için yola çıkıyoruz. Nilüfer'de, her şey çok daha güzel olacak." Haber Merkezi

"DÜNYAYI TADİYORUM" ARDANUÇ MUTFAĞINDA

Artvin'in saklı lezzetleri televizyon programı aracılığıyla ülkenin farklı şehirlerine kapılarını açmaya devam ediyor. Artvin İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü himayesinde gerçekleştirilen Kanal 7 ekranlarında yayınlanan Yasin Esirgenç'in sunduğu "Dünyayı Tadıyorum" Programının bugünkü durağı Ardanuç oldu. Artvin'de bir hafta boyunca

çekim yapacak olan Esirgenç, önce Hopa'da başladığı çekimlere Şavşat ve Ardanuç ile devam etti. Ardanuç ilçesi yöresel lezzetleri keşfetmek üzere çekimlerine başlayan Esirgenç, yöre mutfağına ait yemeklerin nasıl yapıldığını kayıt altına aldı. Esirgenç yarın Yusufeli'nde çekimlerine devam edecek. **Sevnur Başar Muti**



Haftalık Gazete (Salı-Cuma)
Kuruluş Tarihi: 28 Kasım 2013
Yayın Sahibi - İmtihaz Sahibi
İsmet BAŞAR

Artvin Ardanuç Gazetesi
Bir İsmet BAŞAR Yayını olup,
Basın Meslek Kurallarına
Uyma Sözü Vermiştir.

UETS: 15060-60987-79282

16 Şubat 2024 Cuma Sayı:584

Kadro

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Eda BAŞAR ÖZKAN

Sayfa Editörü

Sevner BAŞAR MUTİ

Muhabir

Bahar ÖZTÜRK

YÖNETİM YERİ

Merkez Mah.Hükümet Cad. Bağkur Apt.
Z.Kat 45/D Ardanuç/Artvin

BASIM YERİ

Yukarı Kuledibi Mah. Kars Cad.
142. Sok. No:2 Hopa/Artvin

İLETİŞİM

0466 606 08 60 0536 581 12 07

Dağıtım Bayi

Çelebi Kemal Büfe ve Yolcu Tekel Büfe

İMAMOĞLU'NDAN ARDANUÇ'A DESTEK

İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Ekrem İmamoğlu ile Ardanuç Belediye Başkanı Yıldırım Demir ve Belediye Başkan Adayı Ergül İstanbullu bir araya geldi.

İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Ekrem İmamoğlu, Ardanuç Belediye Başkanı Yıldırım Demir ve Ardanuç Belediye Başkan Adayı Ergül İstanbullu ile birlikte Ardanuç için yapacakları hizmetler konusunda bilgi alış verişinde bulundu. İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Ekrem İmamoğlu, görüşmelerden sonra yaptığı açıklamada Belediye Başkan Adayı Ergül İstanbulluya hayırlı olsun temennilerini

dile getirerek mevcut başkan Yıldırım Demir'e de yaptığı hizmetlerden ötürü tebrik etti. Ardanuç'a her zaman destek olacağını belirten Ekrem İmamoğlu, "İstanbul'dan Ardanuç'a selam olsun. Ardanuçlu hemşerilerim benim Ardanuç'u ne kadar sevdiğimi bildiklerini biliyorum. Ardanuç'a hem geldim hem de belki de tadını pek fazla alamadan döndüm. Belki de tadı damağımda kaldı diyebilirim. Yıldırım Başkanımızın çok başarılı işlerini gururla takip ettik şimdi Ergül Başkanımız yeni bir



yolculuğa çıkıyor. Yolu açık olsun. Sizlerin desteği ile Ardanuç da inşa edilen huzur, sağlık ve güzel yaşamın, nitelikli

yaşamın, kaliteli yaşamın, üreten yaşamın kadını ile erkeği ile genci ile çocuğu ile mutlu yaşamın Ergül

Başkanım ile daha da ileriye gideceğine inanıyorum. Yolu açık olsun. Ben Hem Yıldırım Başkanımıza yaptığı güzel hizmetler

için hem de Ergül Başkanımıza da hayırlı olsun demek isterim Allah utandırmasın" ifadelerine yer verdi.
Eda BAŞAR ÖZKAN

BİR KÖY VE MAHALLE İSMİ DEĞİŞTİ

Artvin İl Genel Meclisinde alınan karar doğrultusunda Ardanuç'ta bir köy ve mahallenin ismi değiştirildi.

İl Genel Meclisi 5. dönem 2. toplantı 1. birleşimi meclis üyelerinin katılımıyla gerçekleştirildi. Toplantıda gündem maddeleri arasında yer alan yer alan Ardanuç'a bağlı Cevizlik köyünün ismi ve Cevizlik Köyüne bağlı Berigeçe mahallesinin ismi değiştirildi. Mecliste alınan karara göre Cevizlik Köyünün ismi 'Cevizli' Berigeçe Mahallesi ismi ise 'Şehit Pilot Fatih Keskin' olarak değiştirildi. İl Genel Meclisi İmar ve Bayındırlık Komisyonu raporunda şu ifadeler yer aldı: "İl Genel Meclisimizin

04.01.2024 tarih ve 3 sayılı kararı ile Komisyonumuza havale edilen, İlimiz Ardanuç İlçesine bağlı Cevizlik Köyü Berigeçe bağlısının (Mahalle) isminin, 5442 sayılı İl İdaresi Kanununun 7267 sayılı Kanunla değişik 2/D maddesi hükümleri uyarınca "Şehit Pilot Fatih Keskin" olarak değiştirilmesi üzerinde yapılan çalışmalar neticesinde; Artvin Valiliği İl İdare Kurulu Müdürlüğünün 15.12.2023 tarih ve 19763 sayılı yazılarına istinaden, Artvin İli Ardanuç İlçesine bağlı Cevizlik Köyü isminin, İl İdare

Kurulunca alınan 28.11.2023 tarih ve 2023/9 sayılı kararı doğrultusunda, 5442 sayılı İl İdaresi Kanununun 7267 sayılı Kanunla değişik 2/D maddesi hükümleri uyarınca "Cevizli Köyü" olarak değiştirilmesi talebine binaen, Bahse konu Berigeçe bağlısının Şehit Pilot Fatih Keskin olarak değiştirilmesi hususunda 08/12/2021 tarih ve 11 sayılı Köy İhtiyar Heyeti kararı ile İl İdare Kurulunun 28/11/2023 tarih ve 8 sayılı kararı doğrultusunda, İlimiz Ardanuç İlçesine bağlı Cevizlik Köyü

Berigeçe bağlısının (Mahalle) isminin, 5442 sayılı İl İdaresi Kanununun 7267 sayılı Kanunla değişik 2/D maddesi

hükümleri uyarınca "Şehit Pilot Fatih Keskin" olarak değiştirilmesi Komisyonumuzca uygun mütalaa

olunmakla, düzenlenen rapor İl Genel Meclisimizin takdir ve tasviplerine sunulur."
Bahar ÖZTÜRK



ARDANUÇ

DENEYAP ATÖLYELERİ YENİ YILDIZLARINI ARIYOR

Artvin'de 2022 yılında başlayan Deneyap Atölyeleri Eğitiminin ikincisi düzenleniyor. Deneyap Atölyeleri Eğitimlerinin 2024 başvuruları başladı.

Artvin Gençlik Merkezi'nde 26 Kasım 2022 tarihinde başlayan Deneyap Atölyesi'nin açılışıyla beraber birçok öğrenci eğitim almaya hak kazandı.

Artvin'de 660 öğrencinin müracaat ettiği Deneyap Atölyesi eğitimi için 250 kişi uygulama sınavına hak kazandı. Sınav sonucunda 110 öğrenci uygulamayı kazanarak Deneyap eğitimi almaya başladı. Eğitim sürecinde 24. ayı tamamlayan öğrencilerin mezuniyetine bir yıl kaldı. Gençlik ve Spor Bakanlığı, Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı, T3 Vakfı, TÜBİTAK'ın birlikte yapmış olduğu bu çalışmanın ikincisini Artvin'de düzenleyecek. Başvurular başladı, müracaatlar 25 Şubat 2024 tarihi saat 23.59'da sona erecek. Başvuruda bulunacak öğrencilerin müracaatları aileleri tarafından yapılacak olup e-devlet şifresi gerektirmektedir. 4-5-8. sınıflar, lise hazırlık ve lise 9. Sınıfların başvurabileceği sınav hakkında bilgi veren Artvin Gençlik ve Spor

İl Müdürü Vekili Hayati Güneri, bilgi isteyen vatandaşların konuyla ilgili her türlü bilgi ve belgeye Artvin Gençlik Merkezi Gençlik Hizmetleri Müdürlüğü üzerinden ve İl Müdürlüğü üzerinden ulaşabileceklerini ifade etti. Güneri, "Ayrıca t3kys.com üzerinden detaylı bilgiye ulaşıp, müracaatlarını da kendileri de yapabilirler." dedi. Sınavı kazanacak olan öğrencilerin eğitim süresinin 36 ay olduğunu belirten Güneri, "Yaklaşık 2 bin civarında bir müracaat bekliyoruz. Bu yıl çok daha ciddi bir seçme sınavı olacak. Sınavlar müracaat eden kişinin tercih ettiği gün ve saatte olacak. Sistem onlara bir tercih imkanı sunacak. Ancak bu müracaatların sonunda yine kapasite ölçüsünde öğrenci alınacak. Önce normal bir müracaat alınacak. Müracaattan sonra da genel bilgi seviyesi sınavını geçenler uygulama sınavı sonucunda da esas kadro olan 110 kişilik bölüm oluşturulacak."

"Her türlü desteği vermeye hazırız" Güneri, öğrencilerin sınavı kazandıktan



sonra alacakları eğitimler hakkında şunları söyledi: "Robotik kodlama, ileri robotik, tasarım ve üretim, enerji teknolojileri, yapay zeka yazılım teknolojileri, havacılık ve uzay teknolojileri, malzeme bilimi, nanoteknoloji, siber güvenlik, mobil uygulama, elektronik programlama ve nesnelerin interneti gibi 11 başlık altında eğitim süresine göre 3 yıl boyunca bu bahsettiğimiz konularda eğitimler

tarafından eğitimler verilecek. Umuyoruz ki üniversiteyi de bitiren bu öğrencilerimiz aldıkları bu ciddi eğitimin sonrasında ülkemizde nice Selçuk Bayraktarlar yetişsin nice uzaya giden astronotumuzu uzaya taşıyacak bizim roketimizi bizim uzay mekiğimizi yapacak öğrenciler yetişsin. Gençler bu teknolojilerden bilgi alarak ülkemizi inşallah muasır medeniyet seviyesinin üzerine dünyada en

ileri ülkeler seviyesine taşıyın. Hedefimiz gayemiz budur. Bakanlığımızın da bu konudaki açıklamaları bu yöndedir. Bizim isteğimiz; gençlerimizin buna müracaat etmeleri kendilerini burada sınamalarıdır. Belki aile bile çocuğunun bu konuda yeteneği olduğunu bilmiyordur. Sınava girdikten sonra belki de o çocuk yeteneğini bu sınavda ortaya koyacak ve insanlığa, ülkemize, dünyaya faydalı olacak. Bizler

müdürlük olarak onların yanındayız. Gençlik Hizmetleri Müdürümüz Tülay Yılmaz Özdemir, Gençlik Merkezlerimizde ekibiyle beraber gerekli hazırlıkları yaptı. Aile evinde bilgisayarı yoksa interneti yoksa Müdürümüz Tülay Yılmaz Özdemir'e ve onun ekibine ulaşmaları halinde her an bu ailelere yardımcı olmaya hazır. Bizler her türlü desteği vermeye hazırız." **Sevnuur Başar Muti**

GÜNDEM ARTVİN

Artık Telefonunuzda



App Store



Play Store

Play Store ya da App Store'dan Hemen **İndirebilirsiniz**

www.gundemartvin.com

TABLET TALEBİNE KAYITSIZ KALMADI

AK Parti Artvin Milletvekili Faruk Çelik, kendisinden tablet bilgisayar isteyen öğrencinin isteğini yerine getirdi. Ardanuç'a bağlı Güleş Köyü Büyükdüz mahallesinde yaşayan 6. sınıf öğrencisi Sena Demirci, derslerinde

yardımcı olması için tablet bilgisayara ihtiyaç duydu. Çiftçilik ile geçimini sağlayan ailesinin durumu yetersiz olan Demirci, bu talebini Faruk Çelik'e mektup yazarak ilettili. Kendisine gelen mektubu dikkate alan Çelik, Ardanuç'a giderek Demirci ile bizzat

görüşdü. Dönem sonunda aldığı karne ve takdir belgesi ile Çelik'in yanına giden Demirci, bir süre burada Çelik ile sohbet etti. Tablet bilgisayarı Demirci'ye hediye eden Çelik, okulunda başarılar diledi. Demirci, Çelik'e ilgisinden dolayı teşekkür etti. **Sevnur Başar Muti**



ÖNLEM ALINMASI GEREKİYOR?

Artvin'in en büyük köylerinden biri olan Seyitler Köyü yolunda tehlike büyüyor. Yıllardır çözüme kavuşamayan Artvin Seyitler yolu mevkiinde son zamanlarda sıklıkla görülen heyelanlar, yollara ciddi zararlar

verdi. Toprak kayması sonucu yola dökülen irili ufaklı taş ve kayaların yanı sıra yollarda çatlaklar meydana geldi. Artvin Çoruh Üniversitesi Seyitler Yerleşkesi'ne giden yolun çeşitli noktalarında devasa çatlakların oluşması vatandaşları tedirgin ediyor. Sürücüler tehlike saçan bu

yolu tek şerit halinde kullanıyor. Kentte okuyan üniversite öğrencilerinin de kullandığı yolda bulunan tehlikenin boyutu gittikçe artıyor. Can veya mal kaybı yaşanmadan acilen alternatif çözümlerin üretilmesi gereken bu yolda uyarı niteliğinde tabelalar bulunuyor. **Sevnur Başar Muti**



NÜFUSU ARTIYOR

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), 2023 yılı adrese dayalı nüfus kayıt sistemi sonuçlarını açıkladı.

Buna göre 2022 yılında 169 bin 403 olan Artvin nüfusu, 2023 yılında 172 bin 356'ya yükseldi. Söz konusu artış binde 17,3 olarak kayıtlara geçti. İl genelinde yaşayan kadın nüfusu 86 bin 1, erkek nüfusu ise 86 bin 355 olarak açıklandı. Yabancı nüfusun da açıklandığı verilerde, Artvin'de 518 yabancı uyruklu

kişinin yaşadığı kaydedildi. İlçelerde toplam nüfus azalırken köylerde artış yaşandı. Artvin'in ilçelerinde 2022 yılında 107 bin 965 olan toplam nüfus, 2023 yılında 3 bin 296 azalarak 104 bin 669'a geriledi. Köylerde nüfus artışının gözlemlendiği kentte, 2022 yılına oranla köy nüfusu 6 bin 249 kişi artarak 2023 yılında 67 bin 687'ye çıktı. 35 bin 929 olan Artvin merkez nüfusunun 10 bin 144'ü merkeze bağlı köylerde yaşıyor. Verilere göre merkez ilçe nüfusu önceki yıla oranla binde 5,7 oranında geriledi. Ardanuç'ta 11 bin 157 olan nüfusun 5 bin

940'ı köylerde yaşarken ilçedeki nüfusta önceki yıla oranla binde 7,5'lik artış yaşandı. Arhavi'de 21 bin 746 olarak açıklanan nüfusun 16 bin 539'u ilçe merkezinde, 5 bin 207'si köylerde yaşıyor. Arhavi'de toplam nüfus artışı binde 10,4 olarak kayıtlara geçti. Borçka'da 24 bin 622 olan toplam nüfusun 10 bin 986'sı ilçe merkezinde, 13 bin 636'sı ise köylerde yaşıyor. Borçka'da binde 124,1 olan nüfus artış oranı Artvin'deki diğer ilçelere göre nüfus artışının en fazla yaşandığı ilçe oldu. Artvin merkez ilçesinden sonra en kalabalık ikinci ilçesi

olan Hopa'nın nüfusu 27 bin 176 olarak açıklandı. 22 bin 506 kişinin ilçe merkezinde yaşadığı Hopa'da 4 bin 670 kişi köylerde yaşıyor. Hopa en kalabalık ikinci ilçe olmasına rağmen, ilçe nüfusunda önceki yıla oranla binde 38,1 oranında azalma görüldü. Önceki yıla oranla binde 78,8 oranında nüfus artışının yaşandığı 9 bin 688 nüfuslu Kemalpaşa'da 6 bin 615 kişi ilçe merkezinde 3 bin 73 kişi de köylerde yaşıyor. Artvin'in en az nüfusunun bulunduğu 6 bin 319 nüfuslu



TÜRKİYE İSTATİSTİK KURUMU

Murgul'da 3 bin 854 kişi ilçe merkezinde 2 bin 465 kişi ise köylerde yaşıyor. İlçe nüfusunda önceki yıla oranla binde 0,9 oranında azalma kaydedildi. Şavşat'ın toplam nüfusunun 16 bin 917 olarak açıklandığı verilerde, 5 bin 975 kişi ilçe merkezinde, 10

bin 942 kişi ise köylerde yaşıyor. 18 bin 802 nüfuslu Yusufeli'nde ise 7 bin 192 kişi ilçe merkezinde, 11 bin 610 kişi ilçeye bağlı köylerde yaşıyor. Önceki yıla oranla Yusufeli'nde binde 2,8 oranında nüfusun azaldığı açıklandı. **Sevnur Başar Muti**

ŞAVŞAT'IN AFET BÖLGESİ İLAN EDİLMESİNİ SORDU

Cumhuriyet Halk Partisi Artvin Milletvekili Uğur Bayraktutan, Şavşat'ın afet bölgesi ilan edilmesi için konuyu meclis gündemine taşıdı

Cumhuriyet Halk Partisi Artvin Milletvekili Uğur Bayraktutan, Şavşat ilçesinin afet kapsamına alınacak şekilde büyük hasar aldığını bu nedenle gerekli düzenlemelerin hayata geçirilmesi ve devlet desteğiyle yaraların sarılması gerektiğini belirtti.

Şavşat'ta 5,6 ve 7 Şubat 2024 tarihlerinde yoğun kar yağışı dolayısıyla merkez ve köylerde 65 bölgenin ulaşımına kapandığını aktaran Bayraktutan, konuya ilişkin şu sözleri dile getirdi, "6 Şubat günü Şavşat ilçemizin Karaköy mevkinde yoğun kar yağışı nedeniyle kapanan yolu açma çalışması yürüten il özel idaresinde görevli kepçe operatörü Gökhan Yılmaz maalesef çığ düşmesi sonucu hayatını

kaybetmiştir. Şavşat ilçesi ve tüm köylerinde elektrik ve telefon iletişimi 4-5 gün boyunca kesilmiştir, an itibarıyla ulaşım sağlanamayan birçok köy mevcuttur. Ayrıca köylerimize verilen elektrik bağlantısı yüzde 50 civarındadır. Hanlı, Çavdarlı ve Karaağaç Köylerinde hayvancılıkla uğraşan vatandaşlarımızın yemleme alanları zarar görmüş, Demirci köyünde inekler telef olmuştur. Veliköy Köyü'nde iki adet sera çökmüştür, ev ve ahırların çatıları hasar görmüş, Yaşar Köyü'nde bir vatandaşımızın ahır çatısı çökmüştür" "Yoncalı Köyü'nde evlerin çatıları hasar görmüş, Meşeli Köyü'nde bir sera, Söğütlü Mahallesi'nde bir vatandaşımızın kereste atölyesi çökmüştür. Pınarlı



Köyü'nde evlerin çatıları hasar görmüş, arıcılıkla uğraşan vatandaşlarımızın arılıkları zarar görmüş, ayrıca bir alabalık çiftliğinde ulaşım sağlanamadığı ve elektrik olmadığı için oksijensiz kalan 20 bin alabalık telef olmuştur. Daha birçok örnekle sabit şekilde olduğu üzere Şavşat ilçemiz genelinde ulaşım, elektrik ve telefon hizmetlerine günlerdir erişilememesi ve yol açma çalışmaları

sırasında meydana gelen heyelan ve çığ düşmeleri nedeniyle maddi hasarlar ve can kaybı yaşanmış, özellikle ilaçları biten, acil sağlık hizmeti ihtiyacı olan, oksijene bağlı hastalarımız ciddi mağduriyet yaşamış ve yaşamaya da devam etmektedir. Artvin ili Şavşat ilçemiz genel olarak afet kapsamına alınacak şekilde büyük hasar almıştır ve gerekli düzenlemelerin hayata geçirilmesi ve

devlet desteğiyle yaraların sarılması gerekmektedir." Bayraktutan konuyu gündeme getirerek İçişleri Bakanı Ali Yerlikaya'nın cevaplama istemi ile hazırlanmış olduğu soru önergesinde şu ifadeler yer aldı; -Yoğun kar yağışı ve sonrası yaşanan süreçte büyük hasar alan Şavşat ilçemiz genelinde, vatandaşlarımızın yaşadıkları

mağduriyetlerin giderilmesi bu tarihe kadar hangi çalışmalar yapılmıştır? -Artvin ili Şavşat ilçemizdeki hasarların ve mağduriyetlerin hızlıca giderilmesi ve devlet desteğinin sağlanması adına ilçemiz genelinde zarar gören yerlerin afet bölgesi ilan edilmesi adına bir çalışmanız mevcut mudur? Detayları kamuoyuyla paylaşır mısınız? **Bahar ÖZTÜRK**

ARTVIN'İ TEMSİL ETMEK İÇİN YOLA ÇIKTILAR

Karabük'te 14-17 Şubat tarihinde gerçekleşecek olan Türkiye Kyokushin Stil Karate Şampiyonasını temsil etmek için Hopa Anadolu İmam Hatip Lisesi Kyokushin Karate Spor Kulübü yola çıktı.

14-17 Şubat 2024 tarihlerinde Karabük'te düzenlenecek olan Türkiye Kyokushin Stil Karate Şampiyonasına katılan Hopa Anadolu İmam Hatip Lisesi Kyokushin Karate Spor Kulübü yola çıktı. Milli Takım Antrenörü

Metin Ay 21 sporcu ile Artvin'i temsil etmek üzere yola çıktıklarını belirterek Artvin'e güzel sonuçlar ile dönmeyi hedeflediklerini aktardı. Sporcular ile birlikte mücadele edeceklerini vurgulayan Ay, "Artvin ve Hopa'yı temsilen Hopa Anadolu İmam Hatip Lisesi Kyokushin ile birlikte 21 sporcu, bir antrenör bir idareci ve üç millimiz ile birlikte katılmak için yola çıktık. Umarım Artvini temsil edeceğimiz bu turnuvadan güzel sonuçlar ile geri dönmek nasip olur. Sporcu arkadaşlar ile birlikte elimizden geleni en iyi şekilde

yapmak için mücadele edeceğiz. Bütün Artvin

halkının, Hopa halkının desteklerinin

yanımızda olduğunu biliyoruz dualarını

istiyoruz" dedi. **Bahar ÖZTÜRK**



BBP TUTUMUNU AÇIKLADI

Büyük Birlik Partisi İl Başkanı Engin Şen, yerel seçimlerde kendi adayları ile yola çıkacaklarını söyleyerek "AK Partiyi destekleyecek" iddialarının asılsız olduğunu açıkladı
31 Mart yerel seçimlerine az bir süre kalması ile partililer adaylarını açıklamaya devam ediyor.Artvin'de Milliyetçi Hareket Partisi ve AK Partinin ittifak kurarak açıkladıkları adaylardan sonra Büyük Birlik Partisinin de AK Partiyi destekleyecek iddiaları kamuoyunda konuşulmaya başlandı. Artvin Büyük Birlik Partisi İl Başkanı Engin Şen, kamuoyunda konuşulan iddiaların asılsız olduğunu belirterek kendi

adayları ile yerel seçimlerde yer alacaklarını söyledi. Kendi logoları ve hür iradeleri ile yerel seçimlerde yer alacaklarını duyuran Şen, "Bir kaç gündür sokaklarda vatandaşlarımızın bizlere ulaşarak söylediği bizleri de aşırı derecede rahatsız eden bir durum oluşmuştur. Bu konu bizlerin il ve ilçelerde Ak partiyi destekleyeceğimiz gibi asılsız haberlerdir. Bizler yerel seçimler için yola çıktığımız gün söylediğimiz gibi "Artvin ikiden büyüktür, Artvinli hemşerilerimizin düşünceleri göz ardı edilerek genel merkezlerin kendi kafalarına göre getirdikleri adaylara inat, hiç bir

ötekileştirme yapmayan hür kendi irademiz ve halkımızın tevazu gösterdiği bir aday ile seçime girdiğimizi bir kez daha bu gün dile getirme ihtiyacı duydum"
"Aynı zamanda teşkilatımız olan tüm ilçelerde halkımızın istediği adaylar ile yol yürüme kararımızı da açıklayacağız. Bizler kendi logolarımız ve kendi hür irademiz ile seçimlere giriyoruz. Ne CHP ne de AKP veya hiç bir siyasi güdüm ile bir anlaşma yoktur. Tek anlaşmamız biz ve Artvin sevdamızdır. Tek anlaşmamız Artvinli hemşerilerimizdir. Tüm hemşerilerime saygı ile duyurulur" ifadelerine yer verdi.
Sevnur Başar Muti



VALİ ÜNSAL'A ZİYARET

Artvin Valisi Cengiz Ünsal, 11 Şubat 112 Günü dolayısıyla 112 Acil Çağrı Merkezi personeliyle bir araya geldi

Vali Ünsal, 112 Acil Çağrı Merkezi Müdürü Şenol Çiftçioğlu ve personelinin makamında kabul etti. Artvin'de acil yardıma ihtiyacı olan vatandaşlara hızlı şekilde ulaşma gayretinde olan tüm personeli başarılı çalışmalarından dolayı

kutlayan Ünsal, 112 Acil Çağrı Merkezi personeline görevlerinde kolaylıklar diledi. Çiftçioğlu ise Vali Ünsal'a teşekkür ederek, gerçekleştirecekleri etkinlikler hakkında bilgi verdi.
A.V.B.M.



ACAR'IN CHP SEVGİSİ AĞIR BASTI

Cumhuriyet Halk Partili Şavşat Belediye Başkanı Nihat Acar, partisinin ilçe örgütü ile yaşadığı sorunlar gerekçesiyle 20 Ocak'ta istifa ettiği partisine geri döndü.
Cumhuriyet Halk Partisi İl Başkanı Orhan Atan, Şavşat Belediye

Başkanı Nihat Acar'ın partisine geri döndüğünü açıkladı. Atan yaptığı açıklamada, "Şavşat Belediye Başkanımız Nihat Acar'ın partisine olan sevgisi, bağlılığı ağır basmış ve aramıza geri dönmüştür. Bizler kişisel değil örgütsel olarak hareket ediyoruz. Başkanımız

Nihat Acar yıllarca Atatürk'ün ilke ve inkılaplarına, Cumhuriyet Halk Partisi ve değerlerine sahip çıkmış ve farklı platformlarda partimizi en iyi şekilde temsil etmiştir. Kendisini tekrar aramızda görmekten mutluluk duyuyoruz" dedi.
Eda BAŞAR ÖZKAN



"NEDEN ZOR KİLO VERİYORUM" DİYENLER DİKKAT!

Diyetisyen Gizem Tekin, "Zor kilo veriyorum." diyen kişilerdeki problemin farklı pek çok sebebinin olabileceğini ifade ederek bu kişilerin genellikle sebeplere odaklanmadıklarını belirtti. Bu kişilerin hızlı kilo verebilmek için farklı yöntemleri tercih ettiğine değinen Tekin, "Ancak bu durum oldukça tehlikelidir. Vücudu iyi tanımak, neden kilo veremediğini anlamak ve olası sağlık problemlerini gözden geçirmek uzun vadede daha sağlıklı olacaktır." dedi. Bu noktada kişilere tavsiye edilen şeyin kilo vermeye odaklanmaları değil, kilo vermelerine engel olan durumları ortadan kaldırmaları olduğunu aktaran Tekin, kilo vermeyi zorlaştıran bazı sebepleri şu

şekilde ifade etti: "Genetik yatkınlık, kilo vermeyi engelleyici kronik rahatsızlık, hormonal düzensizlikler, kadınlarda görülen polikistik over sendromu ve menopoz dönemi, antidepresan ve kortizol türevi ilaçların kullanımı, vücut tipine uygun olmayan diyet programları, hareketsiz yaşam tarzı ve egzersiz eksikliği" Kilo veremeyen kişileri "Tiroitlerinize baktırın!" şeklinde uyararak Tekin, "Tiroid hormonları insanın metabolizmasını düzenleyen en önemli hormonlardır. Vücut ısısının sağlanmasında, enerji kullanımında da rol oynar. Bu nedenle tiroid hormonu eksikliğinde metabolizmanın ve enerji kullanımının yavaşlaması beklenir.

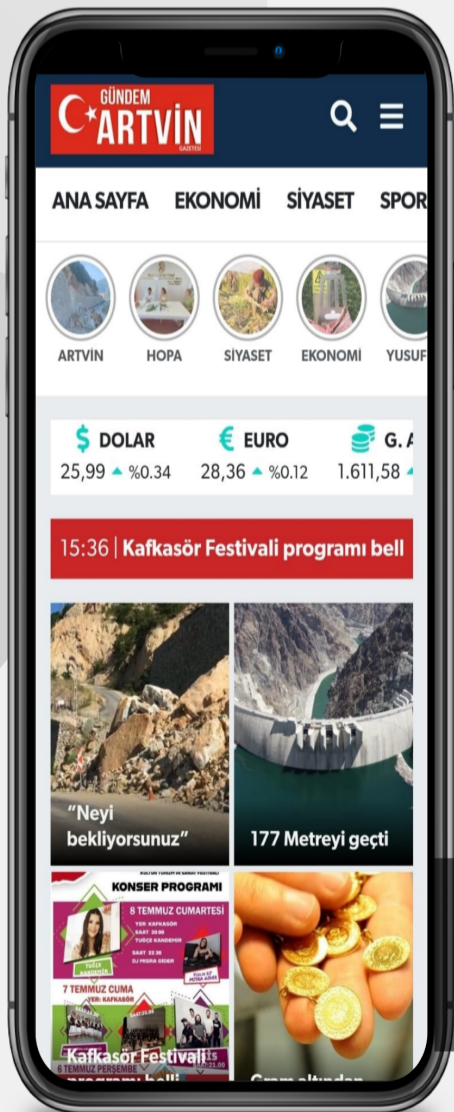
Hashimoto hastalığı da hipotroidi yaptığından insan metabolizmasını yavaşlatır ve bu nedenle kişi kilo alabilir veya kilo vermekte zorlanabilir." "Kansızlık olabilir, kan hemogram değerlerinizi kontrol ettirin!" diyen Tekin, "Kansızlık varsa, kilo vermeniz zorlaşabilir. Bunu, mutlaka hemogram değerlerinize baktırarak tespit ettirmenizi öneririm. Kansızlığınız varsa; metabolizmanız olduğundan yavaş çalışabilir, vücutta halsizlik görülebilir, bağışıklık sistemi zayıflayabilir. Bu da, dolaylı yolla kilo vermenizi zorlaştırabilir. D vitamini düşüklüğü olabilir, kan tahlilinizi kontrol edin! Yapılan



araştırmalara göre; D vitamini düşük olan kişiler, kilo almaya daha meyilli oluyorlar. Bu nedenle, mutlaka D vitamini seviyenizi kontrol ettirin. D vitamini eksikliği; bağışıklık sistemini düşürüyor, iştahı açıyor ve kilo almaya yatkınlık yapıyor. Eğer diyet yaparken D

vitamini seviyeleriniz düşükse, kilo vermekte zorlanabilirsiniz. Ancak, bunun için de korkmayın. Aynı şekilde, takviye alarak çözeniz mümkün. İnsülin direnci olabilir, kan HOMA-IR değerlerinizi kontrol ettirin! İnsülin direnci; metabolizmanın

yavaşlamasına neden olur, yediğiniz her şeyi yağa dönüştürür, diyet yaparken yağ yakmak yerine, daha çok yağ depolarsınız, iştahınız açılabilir. Bunun sonucunda da; diyet yaparken çok acıktırınız ve bir yandan da kilo veremezsiniz." şeklinde konuştu.



GÜNDEM ARTVİN Artık Telefonunuzda



App Store



Play Store

Play Store ya da App Store'dan
Hemen **İndirebilirsiniz**



gundemartvin.com

gundemartvin.com

Gündem Artvin

“Haberiniz Olsun”

