

# 103. YIL PROGRAMI

Borçka'da 12 Mart İstiklal Marşı'nın Kabulü ve Mehmet Akif Ersoy'u anma programı düzenlendi. Borçka'da İstiklal Marşı'nın kabulünün 103. Yıl dönümünde Borçka Atatürk Ortaokulu konferans salonunda anma programı düzenlendi. Yeni Yol İlkokulu ve Ortaokulu tarafından düzenlenen anma programına Borçka Kaymakamı Hakan Contarlı, Borçka Belediye Başkanı Ercan Orhan, kurum amirleri, siyasi parti temsilcileri ve çok sayıda öğrenci katıldı.  
**SAYFA 3'DE**



## BASIN AÇIKLAMASINA ÇAĞRI



**Tüm Emeklilerin Sendikası Borçka Temsilcisi Selahattin Sancak Şahin, 19 Mart'ta yapılacak basın açıklamasına çağrıda bulundu.**

Borçka Tüm Emeklilerin Sendikası Temsilcisi Selahattin Sancak Şahin, "açlığa, sefalete hayır" diyerek 19 Mart'tayapacakları basın açıklamasına tüm halkı davet etti. Saat 14.00'da Borçka Belediye önünde gerçekleşecek olan basın

açıklamasında seslerini duyurmaya devam edeceklerini söyleyen Şahin, "Bu emekli nasıl dayanacak, sefalete, açlığa hayır diyerek ülkenin dört bir yanında sesimizi duyurmaya çalışacağız" dedi.  
**SAYFA 4'DE**



## BİTME NOKTASINDA!

**Borçka Avcılar ve Atıcılar Kulüp Derneği Başkanı Hasan Karacan, kaçak ve bilinçsiz avlanma ile birlikte kırmızı benekli alabalık neslinin tükenme aşamasına geldiğini söyledi.**  
**SAYFA 5'DE**

## "HİZMETE DEVAM"



Borçka Küçükköy Mahalle Muhtarı Ebubekir Kanbur, muhtarlık sürecinde yaptığı çalışmalar hakkında bilgi vererek 31 Mart yerel seçimlerinde tekrar muhtar seçilmesi durumunda gerçekleştireceği projelerden bahsetti.  
**SAYFA 6'DA**



15 Mart 2024 Cuma Sayı:1858

Haftalık Gazete (Salı-Cuma)

Kuruluş Tarihi: 07.02.2012

Yayın Sahibi - İmtihaz Sahibi  
İsmet BAŞAR

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

UETS: 15060-60987-79282

Kadro

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Gürkan KAVASOĞLU

Sayfa Editörü

Neslihan TATAR

Muhabir

Ayşe YILMAZ

YÖNETİM YERİ

Gündoğdu Mah. Hükümet Cad.  
No:30-32/C Borçka/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

Ak Market ve Seç Market

# GENÇLERE YÖNELİK PROJELERİ

Seçim çalışmalarına devam eden CHP Artvin Belediye Başkan Adayı Bilgehan Erdem, gençlere yönelik projeleri gençleri heyecanlandırıyor. Artvin'de gençler için eğitim, sanat, spor ve sosyal yaşama yönelik projeler hayata geçirileceğini aktaran Erdem, açıklamalarda bulundu. Gençlere yönelik projeler sayesinde gençlerin kültürel, sosyal ve sanatsal açıdan gelişimine katkı sağlanacağını belirten Erdem, Belediye öğrenci yurdu, Doğa Okulu, ihtiyaç sahibi öğrencilere burs, genç istihdamı, Kafkasör Gençlik Festivali, gençlik kampları ve üniversite sınav ücretlerinin ödenmesi gibi çeşitli imkanların sunulacağını söyledi. Artvin, gençlerin eğitim ve sosyal hayatta en iyi imkanlara erişebildiği bir şehir olma yolunda ilerleyeceğini belirten Erdem şu ifadeleri kullandı; Amatör Spor Destek Programı "Artvin Belediyesi Başkanlığına seçildiğimizde, amatör sporların ve genç sporcuların desteklenmesine yönelik bir program sunacağız. Bu program kapsamında: Nakdi yardım, kulüplerin sürekliliğini sağlamak için maddi destek, yardım miktarları, belediyenin bütçesi ve kulüplerin ihtiyaçlarına göre ayarlanacak. Aynı yardım, Spor malzemeleri ve ekipmanları sağlama, spor tesislerinin kullanımı, ulaşım ve

konaklama yardımları. Bu desteklerle, gençlerimizin spor yoluyla gelişimine katkı sağlayacak ve amatör sporları teşvik edeceğiz. Kent Tarihi ve Kültür Müzesi Göreve geldiğimizde, şehrimizin zengin kültürel değerlerini korumak ve tüm Türkiye'ye tanıtmak için "Kent Arşivi" projesini hayata geçireceğiz. Bu projede: Artvin'in kültürel ve tarihi zenginliklerini anlatan kapsamlı yayınlar hazırlayacağız. Bu değerli yayınları Türkiye'nin dört bir yanındaki kütüphanelere ve Artvin derneklerine ulaştıracağız. Ayrıca, herkesin kolayca erişebilmesi için kent arşivimize belediye web sitemiz üzerinden online erişim sağlayacağız. Bu projemizle, Artvin'in kültürel mirasını gelecek nesillere taşımayı ve şehrimizin tarihi ile kültürel zenginliklerini geniş çapta tanıtmayı hedefliyoruz. "Kent Arşivi" ile hem Artvin'imizin hemşehrilerimizin hem de tüm Türkiye'nin bu zenginlikleri keşfetmesine ve korunmasına katkıda bulunmayı amaçlıyoruz. Doğa Okulu Projesi: Açık Havada Öğrenme Kentimizin eşsiz doğasını eğitimle buluşturacak "Doğa Okulu" projesini hayata geçirmeyi planlıyor. Bu proje ile çocuklarımız ve gençlerimiz, Artvin'in zengin flora ve faunasını keşfedecek,

çevre bilinci ve doğa sevgisi ile büyüyecekler. Doğada pratik bilim, sanat ve spor aktiviteleri düzenlenerek, katılımcıların fiziksel ve zihinsel gelişimine katkıda bulunulacak. Doğa Okulu, öğrencilere doğayı koruma, sürdürülebilir yaşam ve ekolojik denge hakkında bilgi veren eğitim programları sunacak. Bu girişimle, Artvin'in doğal güzelliklerini koruyarak gelecek nesillere aktarmayı ve doğa ile iç içe bir eğitim anlayışını teşvik etmeyi hedefliyoruz. Halk Meclisi: Kadın, Gençlik ve Çocuk Meclisleriyle Katılımcı Demokrasinin sesinin duyulduğu bir katılımcı demokrasi anlayışını benimseyerek "Halk Meclisi"ni oluşturmayı planlıyoruz. Kadın Meclisi, kadınların sorunlarına, taleplerine odaklanacak, çözüm önerileri geliştirecek ve karar alma süreçlerine aktif katılımını sağlayacak bir platform sunacak. Gençlik Meclisi, gençlere yönelik eğitim, kültür, sanat ve spor faaliyetlerinin yanı sıra, sosyalleşme ve fikir alışverişinde bulunabilecekleri alanlar sunacak. Çocuk Meclisi, çocukların şehirle ilgili sorunları ve taleplerini dile getirebilecekleri, çözüm önerileri geliştirebilecekleri ve karar alma süreçlerine katılabilecekleri bir ortam sağlayacak. Bu meclisler

aracılığıyla, kadınların, gençlerin ve çocukların toplumsal yaşama daha fazla dahil olmaları, kendi geleceklerini şekillendiren kararlarda söz sahibi olmaları hedeflenmektedir. Artvin: Festivaller Şehri Artvin, zengin kültürü ve eşsiz doğasıyla festivaller şehri olmaya adaydır. Bu vizyon doğrultusunda, şehrimizin her köşesini sanatın, müziğin ve kültürel etkinliklerin buluşma noktası haline getireceğiz. Planladığımız festival ve etkinliklerle: Yerel ve ulusal sanatçıları ağırlayacak, müzikten tiyatroya, sanattan folklore kadar geniş bir yelpazede etkinlikler düzenleyeceğiz. Doğal güzelliklerimizi ve kültürel mirasımızı ön plana çıkaracak tematik festivallerle, Artvin'in zenginliklerini

yurt içi ve yurt dışından ziyaretçilere tanıtacağız. Toplumun her kesiminden insanı bir araya getirecek, birlik ve beraberliği pekiştirecek etkinliklerle şehrimizin sosyal dokusunu güçlendireceğiz. Artvin'i festivaller şehri yaparak, şehrimizin turizm potansiyelini artıracak ve ekonomik kalkınmaya katkıda bulunacağız. Bu etkinlikler, Artvin'in kültürel çeşitliliğini sergilemenin yanı sıra, yerel halkın ve ziyaretçilerin unutulmaz anlar yaşamasını sağlayacak. Modern Öğrenci Yurdu: İsmet Acar Kız Öğrenci Yurdu Yenilenecek İsmet Acar Kız Öğrenci Yurdunu sadece bir barınma mekanı olmaktan çıkarıp, öğrencilerin akademik ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri bir

yaşam alanına dönüştürülecektir. Bu kapsamda gerçekleştirilecek yenilikler: Modern Dinlenme Salonu, öğrencilerimizin rahatlayıp, sosyalleşebilecekleri, keyifli vakit geçirebilecekleri bir alan oluşturulacak. Kütüphane, ders çalışma ve kitap okuma ihtiyaçları için sessiz, huzurlu bir ortam hazırlanacak. Bilgisayar Odası, araştırma ve ödevler için gerekli olan teknolojik imkanlar sağlanacak. Bu yeniliklerle, öğrencilerimizin konforunu ve yaşam kalitesini artırmayı, eğitim hayatlarına destek olmayı hedefliyoruz. Yurdumuz, öğrencilerimize evlerinden uzakta sıcak ve destekleyici bir ortam sunacak. Ayşe YILMAZ





# 103. YIL PROGRAMI

Borçka'da 12 Mart İstiklal Marşı'nın Kabulü ve Mehmet Akif Ersoy'u anma programı düzenlendi.

Borçka'da İstiklal Marşı'nın kabulünün 103. Yıl dönümünde Borçka Atatürk Ortaokulu konferans salonunda anma programı düzenlendi. Yeniol İlkokulu ve Ortaokulu tarafından düzenlenen anma programına

Borçka Kaymakamı Hakan Contarlı, Borçka Belediye Başkanı Ercan Orhan, kurum amirleri, siyasi parti temsilcileri ve çok sayıda öğrenci katıldı.

103. yıl münasebeti ile düzenlenen programda günün anlam ve önemine dair konuşma yapan

Okul Müdür Fatih Karaca sözlerine "ben ezelden beridir hür yaşadım hür yaşarım" diyerek şu sözleri dile

duvar benim iman dolu göğsüm gibi serhattim var ulusum korkma nasıl böyle bir imanı boğar

tarafından Ankara'ya gelen uzun süre savaşlarda yorgun düşen Türk milletine inanç ve cesaretin

şüheda fıskırarak toprağı sıksan şüheda mısralarının şahsımda münhasır olduğu bağrından Sütçü

olsun şanlı tarihimize ve Allah bir daha bu millete İstiklal Marşı yazdırmazın." Programda Mehmet



getirdi "Şanlı tarihimizde 16 büyük Türk devleti ile daim ezelde olduğu gibi inşallah ebediyette de daim olacak yüce Türk milletine ben ezelden beridir hür yaşadım hür yaşarım mısraları ile tercüman olan. Garbın afakını sarmışsa çelik zırhı

medeniyet dediğin tek dişi kalmış canavar dizeleri ile emperyalist zihniyetine daim bir uyarı, aynı dizelerle Türk milletine inanç ve cesaret aşıl原因an milli şairimiz Mehmet Akif Ersoy'a selam olsun. Milli mücadele de öncü olabilmek için anadolunun dört bir

tazelemek için milli bir marş yazılmasına karar veren birinci millet meclisimizin başta Gazi Mustafa Kemal Paşa olmak üzere tüm temsil heyetine selam olsun. Milli mücadele de malını, canını, evladını herşeyini ortaya koyan kim bu cennet vatanın uğruna olmaz ki feda

İmamları, Nene Hatunları, Şerife bacıları çıkaran vefakar, cefakar şüheda diyarı Anadolu halkına ve onların evleri ile buluşan 2000 yıllık tarihimizde el muzaffer daima sıfatına hayiz peygamber ocağı kahraman ordumuza selam olsun. Selam

Akif Ersoy adlı video gösterilmesinin ardından şiir yarışmasında dereceye giren öğrencilere hediyeleri taktim edildi. Anma programında protokol, öğrenciler ile hatıra fotoğrafı çektiler program sonlandı. **Neslihan TATAR**

CUMHUR İTTİFAKI

# BORÇKA

## MECLİS ÜYESİ ADAYLARI

AHMET ERDEM - BORÇKA BELEDİYE BAŞKAN ADAYI

1 MEHMET ALİ DALKIRAN

2 HALİL YILANCI

3 MUZAFFER MAGUNACI

4 DEVLET TURAN OKUYAN

5 HAYRETTİN GENÇ

6 KAZIM KURT

7 NAGİHAN YILMAZ

8 İSLAM ÖZMER

9 RECEP AYDIN

10 BÜŞRA YILMAZTÜRK



KONTENJAN ADAYI

ERKAN SELÇUK

BORÇKA İÇİN  
**GERÇEK**  
BELEDİYESİ



# TÜM EMEKLİLERİN SENDİKASINDAN BASIN AÇIKLAMASINA ÇAĞRI

**Tüm Emeklilerin Sendikası Borçka Temsilcisi Selahattin Sancak Şahin, 19 Mart'ta yapılacak basın açıklamasına çağrıda bulundu**

Borçka Tüm Emeklilerin Sendikası Temsilcisi Selahattin Sancak Şahin, "açlığa, sefalete hayır" diyerek 19 Mart'ta yapacakları basın açıklamasına tüm halkı davet etti. Saat 14.00'da Borçka Belediye önünde gerçekleşecek olan basın açıklamasında seslerini duyurmaya devam edeceklerini

söyleyen Şahin, "Bu emekli nasıl dayanacak, sefalete, açlığa hayır diyerek ülkenin dört bir yanında sesimizi duyurmaya çalışacağız" dedi. Şahin emeklilere verilen bayram ikramiyesi, sağlıkta katkı payı ve memurlara verilen seyyanen ödeminin bütün emeklilerin maaşına eklenmesi gerektiğini söyleyerek "2008'de uygulamaya konulan emeklilik sistemi değiştirilmelidir. Maaş bağlama oranı yenilenmeli ve en düşük emekli maaşı, işe yeni başlamış en düşük emekli maaşına eşitlenmelidir. Cep harçlığına dönüşmüş "bayram ikramiyesi" yerine yılda dört kez olmak üzere en az asgari ücret düzeyinde bir tutar emekliye



verilmelidir. Sağlıkta katkı paylarının tamamen kaldırılması için. Emekli bayram ikramiyelerinin asgari ücret düzeyinde az olmamak kaydıyla miktarı ve sayısının

arttırılması için iktidar bayramlarda verilen ikramiyeye sadece %50 zam yaparak 3.000 TL'ye çıkarılması biz emeklileri asla memnun etmemiştir.

Bu nedenle sokaklardayız. Emeklilerin yaş durumu kronik rahatsızlıkları ve ilaca bağımlılıkları dikkate alınarak sağlığa erişimi kolay ve hızlı

olmalıdır. Sağlıkta katkı payları kaldırılması için 19 Mart'ta sokaktayız tüm Borçka halkını sesimizi duyurmak için bekliyoruz" dedi.  
**Neslihan TATAR**

## PTT AŞ'DEN TSK PERSONELİNE ÖZEL KARGO İNDİRİMİ

**Türk Silahlı Kuvvetleri personeli ve aileleri yurtiçi kargo gönderiminden indirimli olarak faydalanabiliyorlar**

Türk Silahlı Kuvvetleri personeli ve aileleri yurtiçi kargo gönderiminden indirimli olarak faydalanabiliyorlar Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığı'na bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren PTT AŞ ve Millî Savunma Bakanlığı arasında yapılan iş birliği çerçevesinde Türk Silahlı Kuvvetleri personeli ve aileleri yurtiçi kargo gönderiminden indirimli olarak faydalanabiliyorlar. PTT AŞ, Millî Savunma Bakanlığı ile yapılan anlaşma kapsamında Türk Silahlı Kuvvetleri (TSK) personeli ve birinci derece aile

bireylerine özel PTT Kargo'dan yapacakları yurtiçi kargo gönderimlerinde yüzde 30 indirim uygulamaya başladı. PTT AŞ, Terörle Mücadele Harekât Alanı ve Suriye Harekât Alanı gibi önemli noktalarda ateş hattında bulunan ve canları pahasına görev yapan kahraman TSK mensuplarına desteklerini sürdürüyor. PTT AŞ, bu kampanyayla Millî Savunma Bakanlığı bünyesindeki Türk Silahlı Kuvvetleri personeli ile ailelerine moral ve motivasyon sağlamayı amaçlıyor. Bu kapsamda tüm

**TÜRK SİLAHLI KUVVETLERİ PERSONELİ VE AİLELERİNE %30 İNDİRİMLİ KARGO KAMPANYASI**

Ayrıntılı Bilgi İçin; [www.ptt.gov.tr](http://www.ptt.gov.tr)

TSK mensupları ve ailelerine, yurt içi varışlı kargo gönderimlerinde güncel tarife

üzerinden yüzde 30 indirim uygulanıyor. Söz konusu indirimden TSK personeli ve aileleri,

PTT iş yerlerinde personele ait çipli akıllı kurum kimlik kartları veya aile bireyelerine ait kurum kimlik

kartlarını ibraz etmeleri halinde indirimden faydalanabilecekler.  
**Haber Merkezi**



# KIRMIZI BENEKLİ ALABALIK BİTME NOKTASINDA!

**Borçka Avcılar ve Atıcılar Kulüp Derneği Başkanı Hasan Karacan, kaçak ve bilinçsiz avlanma ile birlikte kırmızı benekli alabalık neslinin tükenme aşamasına geldiğini söyledi**

1992 yılından itibaren Borçka'da faaliyet gösteren Avcılar ve Atıcılar Kulübü, kırmızı benekli alabalık türlerinin neslinin tükenme aşamasına geldiğini ve bunun birçok sebepten dolayı oluştuğunu aktardı. Dernek Başkanı Hasan Karacan bölgede yapılan HES çalışmaları, heyelan, dere patlamaları ve kaçak bilinçsiz avlanmanın derelerdeki kırmızı benekli balık neslini azalttığını belirtti. Geçtiğimiz günlere Artvin balıkçılık ve su ürünleri şube müdürü ile istişarelerde bulduklarını söyleyen Karacan, "Bölgemizde bulunan

doğal alabalık yani kırmızı benekli alabalık türü çay arazilerine vurulan gübre amonyum sülfat tamamen doğal su kaynaklarımızı kirletiyor. Bununla birlikte yapılan hesler, dere yatağın da suların azalması balıkların daha rahat avlanmasına ve ölmelerine neden olmaktadır. Bölgemiz yağış alan bir bölge ve eğimli bir bölge olmasından kaynaklı heyelan ve dere patlamaları meydana geliyor. Buda balıklarımızın ölmesine sebep. Bu kadar olumsuzlukların üzerine birde kaçak bilinçsiz avlanma eklenince derelerimizde kırmızı benekli balık neredeyse nesli tükenme aşamasına geldi. Her yıl 3 Ekim de başlayıp 1 Mart'a kadar kesinlikle dere alabalığı tutulmamalı bu bir önlem ikinci önlem Doğa Koruma Milli Parklar Şube Müdürlüğü ekiplerince denetlenme, foto kapan vs. uygulama, kontrollerin

arttırılması, ağ tiriviri nesil kesici aletlerden ve kimyasal ilaçlardan vatandaşımızı bilgilendirip uzaklaştırmak. Bu yıl için Borçka bölgesinde kırmızı benekli alabalık dökülmesi ve bir dere tespit edilip üremeye bırakılması için Doğa Koruma Artvin Su Ürünleri Şube Müdürlüğü ile çalışmalar yapıp dernek olarak dilekçe yazıp başvuru yaptık. Çalışmalar yıl içerisinde de bölgedeki derelerde yaşayan alabalık cinsini tespit edip daha sonra üreme istasyonlarına gönderilip o bölgenin balığı üretilip yavru bırakılacak inşallah" dedi. Vatandaşların bilinçli olması gerektiğine değinene Karacan, gelecek nesiller için popülasyonu korumak gerektiğini dile getirdi. Karacan, balık tutacak vatandaşlara tavsiyelerde bulunarak şu sözleri dile getirdi "Eğer gelecek nesillere bir şeyler bırakmak ve popülasyonu korumak



istiyorsak herkes elini vicdanına koyacak. Serpme ağ vs. kireç elektrik vb. teçhizatlar kullanılmadığı sürece balık nesli azalmayacak. Hiç mi tutmayacağız tabi ki

tutacağız ama üreme dönemleri hariç. Balık boyu 25 cm küçük balıklar tekrar nehre geri bırakılmalıdır kasık ve iğne ile balık tutabiliriz. Kanca ile balık tutmayla derede

balık bitmez biz bilinçli olacağız gelecek nesillere bir şeyler bırakabilelim dernek olarak elimizden gelenin en iyisini yapmaya çalışacağız." **Ayşe YILMAZ**

# BAYBURT VALİSİNE ZİYARET

**Trabzonspor Borçka Futbol Kurucusu ve sahibi Osman Genç, Bayburt Valisi Mustafa Eldivan'ı makamında ziyaret etti.**

Trabzonspor Borçka Futbol Kurucusu ve sahibi Osman Genç, Bayburt Valisi Mustafa Eldivan'ı makamında ziyaret etti. Trabzonspor Borçka Futbol Okulu Kurucusu Osman Genç, Bayburt Valisi Mustafa Eldivan'ı ziyaret etti. Bayburt'ta Trabzonspor Futbol Okulu açılmasına ilişkin ziyaret gerçekleştirdiklerini söyleyen Genç, "Bayburt ilimizde

Trabzonspor Futbol Okulu açılmasına ilişkin Sayın Valimize ziyaret gerçekleştirdik. Ziyarete Sayın Valimiz ile yaptığımız istişare neticesinde gerekli destekleri alarak inşallah Trabzonspor Borçka Futbol Okulundan sonra ikinci okulumuzu da Bayburt'a açacağız. Ayrıca ziyaretlerimiz kapsamında Bayburt Gençlik ve Spor İl Müdürü

Sayın Adem Köse'yi makamında ziyaret ederek Trabzonspor Bayburt Futbol Okulunun açılmasına ilişkin proje değerlendirme toplantısı gerçekleştirdik. İnşallah en kısa zamanda Bayburt ilimizi de Trabzonspor ile buluşturarak yeni yetenekleri burada da bulacak ve Trabzonspor'a kazandıracaktır"





# KADINLAR GÜNÜNE ÖZEL ETKİNLİK

Aksu Mahallesi Muhtarı Ekrem Yılmaz, 8 Mart Dünya Kadınlar günü için etkinlik düzenledi. Borçka Aksu Mahallesi Muhtarı Ekrem Yılmaz, 8 Mart Dünya Kadınlar günü dolayısı ile mahallede ki kadınlara etkinlik düzenleyerek bir araya getirdi. Aksu Mahallesi'ndeki bir işletmede tüm kadınlar bir araya gelerek Karadeniz müzikleri ve horonlar eşliğinde 8 Mart Dünya kadınlar gününü kutladılar. Muhtar Ekrem Yılmaz tarafından organize edilen etkinlikte ilçe esnaflarının da

katkıları ile mahalle halkına çekiliş yaparak hediyeler taktim edildi. Çekilişte Mahalledeki Yılın Kadını çıkan kişiye saat hediye edildi. Düzenlenen etkinlik hakkında konuşma yapan Aksu Mahallesi Muhtarı Ekrem Yılmaz, kadınların hayatın her alanında var olduklarını bu nedenle kadınlar gününün bir güne sığmayacağını vurguladı. Kadınların dünyaya anlam kattığını söyleyen Yılmaz, "Kadınları sadece belirli gün ve haftalarda hatırlamak



veya 8 Mart'ta değil her zaman hatırlamak gerekir. Ailelerde ve toplumdaki değerlerini hak ettikleri şekilde yerine getirmek gerektiğine inanıyorum. Şairin deyimi ile 'o benim kollarım, ayaklarım,

başım, annem, yavrum, karım, kız kardeşim ve hayat arkadaşımıdır' bu vesile ile başta hayat arkadaşım ve kızlarım olmak üzere hepinizin kadınlar günün kutlar sağlık ve mutluluklar dilerim. Bu özel

günde, kadınların gücünü, sevgisini ve özverisini kutluyoruz. Hayatın her alanında varlığınızla aydınlık bir iz bırakıyorsunuz. Sizler, güçlü ruhunuzla engelleri aşan, sevgi dolu yüreklerinizle dünyaya anlam katan

kadınlarsınız. Sizler olmadan bu dünya eksik kalırdı. Emeğiniz, mücadeleniz ve sevginiz için teşekkür ederiz. Kadınlar gününüzü kutluyorum" dedi. **Ayşe YILMAZ**

## "HİZMETE DEVAM ETME ARZUSUNDAYIM"

Borçka Küçükköy Mahalle Muhtarı Ebubekir Kanbur, muhtarlık sürecinde yaptığı çalışmalar hakkında bilgi vererek 31 Mart yerel seçimlerinde tekrar muhtar seçilmesi durumunda gerçekleştireceği projelerden bahsetti. 31 Mart yerel seçimlerinin yaklaşması ile birlikte muhtar adayları gerçekleştireceği projeleri vatandaşlara sunmaya başladı. Borçka Küçükköy Mahallesi mevcut Muhtarı Ebubekir Kanbur, 31 Mart yerel seçimlerinde yeniden aday olduğunu ve gerçekleştireceği projelerin olduğunu bahsetti. Kanbur, "Bana uygun gördüğümüz hizmet sürecinde yaptıklarım ve tekrar vereceğimizin yetki ile hizmete devam etme arzusundayım" dedi. Muhtarlık sürecinde mahalle parkı, yol çitleri ve ışıklandırma çalışmalarının yapıldığından bahsederek yapılan çalışmalarından şu şekilde bahsetti "Geçmiş yıllarda yapıldığı üzere, yaz mevsiminde en az 3 kez yol bakım, menfez

ve kenar temizlikleri, 3 km asfalt beton zemin yama yapımına devam edilecektir. Köy elektrik hattının kapalı kabloya çevrilmesi. Cadde ve sokak aydınlatmalarının yapılması, Trafo yenilemesi, 4.000 mt kapalı kablo projesi ile Öksüzler, Aksamazlar, Çakırlar, Çelikler, Kanburlar, Ali Magunacı, Baltalar ve Cavit Demir sakinlerinin aydınlatmalarının tamamlanması, Çıracık, Koçal, Kalaycı, ailelerinin kapalı kabloya çevrilmesi. Köy okulumuzun mülkiyeti Milli emlaktan alınıp, Mahalle tüzel kişiliğine kazandırılmıştır. Ayrıca Ada restoran mevkinde yapılan köprümüzün ihtiyaç hasıl olduğunu, resmi makamlara bildirilerek başlama sürecinin takibi yapım sonrası bağlantı yollarının tesviyesinin tamamlanması ve bal orman projesinin mahallemize kazandırılması gibi çalışmalar gerçekleştirdik" dedi. Muhtarlık sürecinde yapılan çalışmalar ile birlikte yeniden mahalle halkına



hizmet etmek istediğinden bahseden Kanbur, yaz aylarında tamamlanacak olan festival alanı projesi ve planlanan projeler hakkında şu bilgilere yer verdi "Kurban Ramazan Bayramı bakılmaksızın 12 ay boyunca belirlemiş olduğumuz marketlerimiz ile mahallemizin yanında olma hizmetine devam edeceğiz. 4 yıldır

başlatmış olduğumuz muhtarlık adına kurban kesimimize devam edeceğiz. Üniversiteye giden öğrencilerimize olduğu gibi, ilçemize gelen öğrencilerimizin de yanında olmaya devam edeceğiz 6.500 mtsini tamamlamış olduğumuz kapalı kablo projesinin kalan % 10 luk kısmını tamamlama

çalışmalarını başlatacağız. Ada restoran mevki, Mahalle girişindeki elektrik direğini kaldırarak kavşak trafiğini rahatlatacağız. Mahalle tüzel kişiliğine kazandırılan köy okulumuzu restore ettirerek, köy (mahalle) düğün ve etkinlik hizmetlerine tahsis edeceğiz. Bölgemizin en büyük etkinliklerinden olan

festivalleri mahallemize getireceğiz. Mahallemiz adına Yayladüzü Derneği kurduk ve aynı ad ile mahallemize 20 kamelya 2 seyir tepesi projeli festival arazisi tahsis ettirmeyi başardık. Şuan yapacağımız yaz ve güz festivallerine projemiz yetiştirilecek." **Gürkan KAVASOĞLU**



# HASTALANMAMAK İÇİN NASIL BESLENMELİYİZ?

**Diyetisyen Gizem Tekin, hastalığa neden olan mikroorganizmalara karşı vücudu savunan bağışıklık sisteminin nasıl güçlendirilebileceğini anlattı.**

Tekin, "İlk savunma hattınız, sağlıklı bir yaşamı seçmektir. Çünkü sağlıklı bağışıklık sistemi savaşçıların dengeli ve düzenli beslenmeye ihtiyaçları vardır. Bilim adamları, yetersiz beslenen insanların bulaşıcı hastalıklara karşı daha savunmasız olduklarını kanıtlamıştır." dedi. Bağışıklığın kalesi olarak nitelendirilen bağırsakların sağlığını korumak gerektiğini kaydeden Tekin, "Sağlıklı sindirim sistemi için düzenli bağırsak hareketleri ve sağlıklı flora çok kıymetlidir. Öğünlerimde çeşitli sebze meyvelere, tam buğday ürünlerine, kuru baklagillere ve kefire yer vermek altın

kuraldır. Dost bakterileri düzenli tüketin. Dost bakteriler olan probiyotikler, bağışıklık sisteminin en iyi koruyucularındadır. Özellikle yaşlılar, çocuklar, bebekler, hamileler ve emziren anneler, fazla ve sık ilaç kullananlar düzenli olarak fermente gıdaları tüketmelidir. Turşu, kefir, ev yapımı yoğurt, tarhana, şalgam suyu, kombu çayı, boza en güzel probiyotik alternatiflerindedir. Protein kaynaklarını ihmal etmeyin ama mutlaka yağsız olanları tercih edin. Proteinlerin yapı taşı olan amino asitler hücrelerin temel sağlığını dolayısıyla bağışıklık sisteminin de gücünü oluşturmaktadır. Protein yetersizliğinde antijenlere karşı savaşacak beyaz kan hücre üretimi azalabilir. Bunun için her gün kontrollü miktarlarda protein kaynağına yer verilmelidir." şeklinde konuştu. "Sağlıklı yağlara odaklanın" Tekin, "Yüksek yağlı diyetler, genel bağışıklığımızdan sorumlu görevlilerin (T-lenfosit) vücudumuzdaki



miktarını azaltarak immün sistemi zayıflatabilir. Bunun için doğru yağ çeşitlerini ve miktarda yağ tüketmelisiniz. Özellikle kızartmalar, margarinler, fastfood yiyecekler veya cipslerle vücudumuza aldığımız trans yağlardan uzak durmalısınız. Çünkü bu yağlar doku ve hücre hasarı ile bağışıklık sistemini zedelenmesine neden olabilmektedir. En önemli yağ içeriği de vücudun üretmediği Omega-3 kaynağından zengin besinler (balık, yumurta, ceviz, koyu yeşil yapraklı sebzeler gibi) ve yağlardır. Bunun yanı sıra sebze yemeklerinizde ve

salatalarınızda zeytinyağı kullanabilirsiniz." dedi. "Yeşil veya beyaz çay içmeyi ihmal etmeyin" Yeşil veya beyaz çayın içeriğinde bulunan antioksidanlarla antijenlere karşı savaşabilen özellik gösterdiğini aktaran Tekin, "Bunun için her gün düzenli olarak yeşil çay tüketmeli, içeriğindeki antioksidanların etkisi için en az 3 dakika demlemeniz gerekmektedir. Günlük enerji dengeyi sağlayın, azı karar çoğu zarar diyelim. Günlük enerji harcaması ve alımı dengede olmalıdır. Sağlıklı gıdaları da ölçülü miktarlarda

tüketin. Sağlıklı demek çok yemek değildir. Her zaman yeterli ve dengeli diyet uygulamalısınız; kalori kısıtlı diyetler, anoreksiya tarzı beslenme bozuklukları kişilerin enfeksiyonlara daha yatkın hale gelmesine neden olabilir. Öte yandan aşırı kalori alımı da bağışıklık sistemini güçlendiren hücre üretimini negatif etkilemektedir. Dolayısıyla 'denge' her zaman kıymetlidir. Fiziksel olarak aktif olun. Toksinlerden ve stresten arınmış güçlü bir bağışıklık için günde 30-60 dakika arasında fiziksel aktivite önerilmektedir. Buna göre düzenli

egzersiz yapanların enfeksiyonlara yakalanma riski yapmayanlara kıyasla %25 daha az görülmektedir. Bu nedenle gününüzü hareketlendirmeyi ihmal etmeyin." ifadelerini kullandı. "Bağışıklık dostu besinleri sofranızdan eksik etmeyin" diyen Tekin, besinleri şöyle kaydetti: "Çörekotu, kefir veya ev yapımı yoğurt, balkabağı, turunçgiller, kivi, yeşil yapraklı sebzeler, mor sebze-meyveler (pancar, mor havuç, mor lahanaya, böğürtlengiller gibi), yeşil ve beyaz çay, yulaf ezmesi, sarımsak, zencefil, zerdeçal, doğal bal"

# İYİLEŞTİRME ÇALIŞMALARINI İNCELEDİ

Artvin Valisi Cengiz Ünsal, Borçka'da yaşanan sel felaketindeki iyileştirme çalışmalarını yerinde inceledi. Artvin Valisi Cengiz Ünsal, Borçka ilçesinde geçtiğimiz ay meydana gelen su taşkını ve heyelanlardan etkilenen bölgelerdeki iyileştirme çalışmalarını yerinde inceledi. Borçka ilçesi Aksu Mahallesi'ndeki iyileştirme çalışmalarını yerinde inceleyen Vali Ünsal,

çalışmaların son durumu hakkında yetkililerden bilgi aldı. Çalışmaların yoğun bir şekilde devam ettiğini ve süreçten etkilenen hiçbir vatandaşların mağdur edilmemesi için Valilik koordinasyonunda, devletin tüm imkanlarının bölgeye seferber edildiğini ifade eden Vali Cengiz Ünsal; Aksu Mahallesi'ndeki incelemeleri esnasında karşılaştığı çocuklara çeşitli hediyeler vererek, onlarla bir süre sohbet etti. **Artvin Valiliği**





# 'BİR KENTİN İNŞAASI O KENTTE YAŞAYAN NESLİN İNŞAASI İLE MÜMKÜNDÜR'

Ak Belediyeciliğin en önemli projelerinden bir tanesi de gençleri için Kültür Merkezi projesidir. AK Parti Belediye Başkan Adayı Ahmet Erdem 'Bir kentin inşası o kentte yaşayan neslin inşası ile mümkündür' İlçemizde yaşayan gençler kendilerine uğraşı ve hobi alanına sahip, hem eğitici hem öğretici aktiviteler ile zararlı alışkanlıklara meyiletmekten kurtulacaklar. İçerisinde sinema salonundan tiyatro salonuna kütüphanesinden atölye çalışmasına, sergilerden gösterilere,

oyunlardan, kitap okuma kritiklerine, müsabakalardan münazaralara, konferanslardan sempozyumlara, gönüllülük faaliyetlerinden doğa yürüyüşlerine kadar içerisinde yeni neslin bütün ihtiyaçlarını karşılayacak bir Kültür Merkezi projesi ile siz gençlere bir yaşam alanı sunacağız. İmkansızlıklar içerisinde gençlere köstek değil, desteğe ihtiyacı olan gençlere imkan sağlayacağız. Cumhuriyetimizin kurucusu Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün de dediği gibi; "Gençliği yetiştiriniz. Onlara



KÜLTÜR MERKEZİ

bilim ve kültürün olumlu fikirlerini veriniz. Geleceğin

aydınlığına onlarla kavuşacaksınız. Özgür fikirler

## GENÇLERİMİZLE GELECEĞİ BİRLİKTE KURACAĞIZ



uygulamaya geçtiği zaman, Türk milleti yükselecektir."

Açıklamasında bulundu. **Ayşe YILMAZ**

RAHMET, BEREKET VE MAĞFİRET AYI OLAN RAMAZAN AYINIZI GÖNÜLDEN TEBRİK EDİYORUM

BORÇKA BELEDİYE BAŞKAN ADAYI  
**AHMET Erdem**