



ARTVİN MURGUL

08 Mart 2024 Cuma Yıl:10 Sayı:539 Fiyatı:4 TL
www.artvingazeteleri.com



Gündem
Artvin
"Haberiniz Olsun"
GÜNDEM
ARTVİN
gundemartvin.com



MURGUL'UN SORUNLARININ ÇÖZÜMÜ İÇİN ADAY



Cumhuriyet Halk Partisi Murgul İl Genel Meclisi Adayı Melik Kalyoncu, ilçedeki eksiklikleri göz önüne alarak yola çıktığını ve hizmet için aday olduğunu söyledi.

Yerel seçimlerde sandıktan çıkarak 5 yıl boyunca Murgul'un köylerine hizmet götürmek için İl Genel Meclisi Üyeliğine aday olduğunu açıklayan Kalyoncu, amacının hizmet olduğunu vurguladı. Kalyoncu yaptığı açıklamada şunları kaydetti: "Murgul'da İl Genel Meclisi üyeliğine kadın aday Seyhan Altunel de sadece bizim partimizde var. Bu da bizim demokrasiye ve kadın erkek eşitliğine olan

inancımızdan ileri geliyor. İlçemizde 27 Aralık'ta ön seçim yapıldı ve burada çıkan isim ben oldum. Genel merkezimiz de beni aday gösterdi. Murgul huzurlu bir ilçe herkes birbiri ile barışık ancak son iki dönemde yerel belediyemiz cumhur ittifakında olduğundan dolayı insanlar birbirleri ile oturup kalkamaz duruma geldi. Biz Cumhuriyet Halk Partisi olarak gerek belediye başkan adayımız gerekse

meclis üyelerimizle önceliğimiz huzur ve barışı tesis etmektir. İlçemizde yapılacak projelerimiz var. Biz de il genel meclisi üyeleri olarak seçilirsek daha güçlü olacağız. Artvin İl Özel İdaresinden Murgul'a yapılacak yatırımlarla ilgili hizmetler doğrultusunda biz de elimizi taşın altına koyacağız. Artvin'in ve Murgul'un yararına olan tüm yatırımların arkasında olacağız." **Hatice DİLER**

BEKLEDİĞİ KALABALIĞA ULAŞAMADI

Miting havasında proje tanıtımı gerçekleştirildi diye lanse edilen AKP Hopa Belediye Başkan Adayı Atı Utku Cihan'ın Proje Tanıtım Programı'nda alanın boş olması dikkatlerden kaçmadı.

Salı günü AKP Hopa Belediye Başkan Adayı Atı Utku Cihan'ın Proje Tanıtım Programında AKP Artvin Milletvekili Faruk Çelik'in konuşma yaptığı sırada iş merkezi üzerinden çekilen görüntülerde alanın boş olduğu kameraya yansdı. Bazı yayıncı kuruluşlarının tanıtım programına Hopa halkı yoğun ilgi göstermiş gibi yansıtması üzerine çekilen görüntülerde yapılan proje tanıtımı ve konuşmalar esnasında alanın dolu olmadığı görüldü. Çekilen

görüntülerde beklenen kalabalık olmayınca tanıtım süresi kısa sürerken alanda ve tanıtım videolarında Atı Utku Cihan'ı AKP aday yerine Cumhur İttifakı aday olarak duyurulması ve alanda AKP logolu bayrakların olmadığı dikkatten kaçmazken AKP Hopa İlçe Teşkilatı AKP'yi kamufle mi etti sorusunu akıllara getirdi. **Hatice DİLER**



Haftalık Gazete (Salı-Cuma)

Kuruluş Tarihi: 22.08.2014

Yayın Sahibi - İmtihaz Sahibi
İsmet BAŞAR

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

UETS: 15060-60987-79282

08 Mart 2024 Cuma Sayı:539

Kadro

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Hatice DİLER

Sayfa Editörü

Çiğdem ARSLAN

Muhabir

Ümran KARA

YÖNETİM YERİ

Küre Mah. İsrail Kışla Cad.
No:63/A Murgul/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

Kabaloğlu Büfecilik Konakçı Bakkal

İşimiz
GÜCÜMÜZ
ARTVİN

CHP ARTVİN BELEDİYE MECLİSİ ÜYESİ VE KONTENJAN ADAYLARI



GÜRSEL ATABEY

1. Kontenjan Adayı
Esnaf



Belediye Başkan Adayı
BİLGEHAN ERDEM



HÜSEYİN AKTAŞ

2. Kontenjan Adayı
Muhasebeci



SEYFİ PİŞKİN

İş insanı



NURSAL BÜLBÜL

Eczacı



SEDA TÜRK

Ev Hanımı



ERCÜMENT SEÇKİN

İş insanı



KAZIM KESKİN

İnşaat Mühendisi



MURAT ARSLAN

İş insanı



HÜSEYİN KÜÇÜK

İş insanı



AYSEL KINALI

Eğitmen



ULUER ÇELİK

İş insanı



SÜRMEİ ÇİMEN

Emekli



KÜBRA ÇELİKTAŞ

Serbest Meslek



KEMAL ÖZDEMİR

Esnaf



MİHRAÇ ÖZİŞİK

Muhasebeci

“ARTVİN RAMAZAN’A HAZIRLANIYOR”

“Rahmet ve mağfiret ayı olan Ramazan’ı Şerifin manevi iklimine hazırlıklar devam ediyor.” diyen İl Müftüsü Harmancı, vatandaşların Ramazan’ı Kur’an’la, ilimle, tefekkürle geçirebilmeleri ve vatandaşların ibadetlerini nezih ve temiz ortamda huzurla yerine getirebilmeleri için Artvin İl Müftülüğü koordinesinde camilerin hazır hale getirildiğini aktardı. Ramazan öncesinde yapılan ve Ramazan boyunca yapılacak olan faaliyetler hakkında bilgiler veren İl Müftüsü Harmancı, “Vatandaşlarımızın, nezih ve temiz bir ortamda ibadetlerini huzurla yerine getirebilmeleri için camilerimizin genel temizlikleri yapıldı ve camilerimizdeki aydınlatma ve ses sistemleri ile klimalar

gözden geçirilerek hazır hale getirildi. Ramazan boyunca da tüm camilerimizde öğle namazı öncesi sohbetler düzenlenecek, tüm camilerimizde teravih namazları kılınacak, kadim geleneğimiz olan “Hatimle Teravih Namazı” bu sene de Esentepe Camii’nde hafız hocalarımızın önderliğinde devam edecek. İkinci namazı öncesi hocalarımızın ve hafız öğrencilerimizin tilavetleriyle mukabeleler okunacak, camiye gitmeye durumu müsait olmayanlar, Diyanet İşleri Başkanlığımızın Sosyal Medyadaki yayın organı olan Diyanet Dijital’in “Bu Ramazan ve Her Zaman” temasıyla hazırlanmış olduğu “Ok Takipli Mukabele”

uygulaması sayesinde ve aynı zamanda Diyanet Dijitalin Ramazan boyunca Saat 10.00’da canlı yayınlanacak olan mukabele programı sayesinde mukabele geleneğini devam ettirebilecekler. Diyanet TV’de Ramazan boyunca halkımızın istifade edebileceği programlar yayınlayacak” şeklinde konuştu. Vatandaşlara da tavsiyelerde bulunan İl Müftüsü Harmancı, “Halkımızın Cami Programlarımızı ve Diyanet TV’nin yayınladığı programları takip etmelerini tavsiye ediyoruz. Ramazan ayı aynı zamanda iyilik ayı, paylaşma ayıdır. Bu bereketli zaman diliminde iyiliklerimizi artırma gayretinde olalım.



Birbirimize karşı daha müsamahalı olalım. Sabrı kuşanalım. Orucu sadece midelerimizle değil tüm uzuvlarımızla tutmanın idrakinde

olalım. Yapmış olduğumuz ibadetlerin yaşantımıza olan güzel etkilerini çevremize yansıtalım. Caddelerimiz, sokaklarımız,

çarşı ve pazarlarımız Ramazan’ın manevi ikliminin etkisini her manasıyla yansıtın” dedi. **Hatice DİLER**

BELEDİYE MECLİS ÜYESİ ADAYLARI



UTKU CİHAN
YÜKSEK ŞEHİR PLANCISI
HOPA BELEDİYE BAŞKAN ADAYI



ALİ METİN TOPALOĞLU
Endüstri Mühendisi



GÜLÇİN USTABAŞ
İnşaat Mühendisi



MURAT YILMAZ
Yüksek Mimar



DİLEK AKBIYIK
İş İnsanı



RECAYİ BÜYÜK
Fotoğrafçı



SERKAN UZUNER
Jeoloji Mühendisi



DİNÇER AYDIN
Turizmci



SEÇİM ALTINKAYA
İş İnsanı



İLKNUR KIRÇİÇEK
İnsan Kaynakları Uzmanı



İREM KIRÇİÇEK
Laborant - Veteriner



GÖKALP KAPUCU
Halk Oyunları Eğitmeni



AYHAN SEBER
İnşaat Teknikeri



TÜLİN UÇAN
Turizmci

KONTENJAN ADAYLARI



GÖKHAN BİYİKLİ
İş İnsanı



SÜMERAY ÇELİK
Avukat



HAKAN MAKAR
İş İnsanı



GALİP ATAY
Emekli



TAYLAN ÖZGÜR KARABACAK
İnşaat Mühendisi

İL GENEL MECLİSİ ÜYESİ ADAYLARI

İŞİMİZ GÜCÜMÜZ HOPA

ÖZEL ÖĞRENCİLER SPORLA BULUŞTU

Artvin'in düşman işgalinden kurtuluşunun yıldönümü kutlama etkinlikleri kapsamında Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü tarafından düzenlenen 7 Mart Kurtuluş Kupası Masa Tenisi Turnuvası'na, özel gereksinimli öğrenciler de katıldı. Artvin Belediyesi'ne ait Engelsiz Yaşam Merkezi'ndeki, Artvin Halk Eğitimi Merkezi Özel Eğitim alanında çalışan Usta Öğreticiler, özel öğrencilerinin sporla ve insanlarla iç içe olmaları açısından çeşitli etkinliklere katılmalarını sağlıyor. Bu kapsamda Masa Tenisi Turnuvasında Engelsiz Yaşam

Merkezi'ndeki özel gereksinimli öğrencisi Emine Özçelik'te yarıştı. Engelsiz Yaşam Merkezi usta öğreticileri ve özel öğrencileri de turnuvaya katılan Özçelik'i izleyerek destek oldu. Usta Öğretici Ayşe Koç Saraç, özel öğrencisi Emine Özçelik'in masa tenisi sporuna ilgisinin ve yeteneğinin olduğunu fark ettiğini ve 3 yıldır masa tenisi kurslarına götürdüğünü ifade etti. Aynı zamanda hakemlik yapan Saraç, "Emine ile eğitimlere



başladığımız zamandan itibaren onu her türlü etkinliğe götürmeye gayret

ettim. Artvin Gençlik ve Spor Merkezi'ne ait masa tenisi kurslarına günlük 1 ya da 2 saat

geliyoruz. Bu spora ilgisi oldukça yüksek. Spor onu hem sosyalleştiriyor hem

de bir şeylerle meşgul olmasını sağlıyor." şeklinde konuştu. **Ümran KARA**

ARTVİN SMMM ODASI'NDAN EĞİTİM

Artvin Serbest Muhasebeci Mali Müşavirler Odası eğitimlerine devam ediyor. Artvin Serbest Muhasebeci Mali Müşavirler Odası, VUK (Vergi Usul Kanunu) Kapsamında Uygulamalı Enflasyon Düzeltmesi hakkında eğitim programı düzenledi. TÜRMOB-SÜRGEM Eğitimci

Güler Güney tarafından verilen eğitim 6 Mart Çarşamba günü saat 13.00'de Artvin SMMM Odası Salonu'nda yapıldı. TÜRMOB-SÜRGEM Eğitimci Güler Güney, yaptığı eğitimde enflasyon düzeltilmesi öncesinde yapılacaklar, enflasyon düzeltilmesi işlemleri, enflasyon düzeltilmesi muhasebe kayıtları

örnek uygulamalar hakkında bilgiler verdi. Artvin SMMM Oda Başkanı Suat Topaloğlu, eğitim öncesi yaptığı konuşmada eğitimin amacı hakkında bilgiler vererek "Vergi Usul Kanunu kapsamında uygulamalı enflasyon düzeltilmesi eğitimidir. Bu eğitim nedir? Şirketlerin bilanço esasına tabi firmaların aktiflerinde yer alan demirbaşların,

taşıtların, bazı alacak ve borç kalemlerinin enflasyon karşısında erimesinden kaynaklı istatistiksel verileri uygulanarak güncel değerlere ulaştırılması çalışmasıdır" ifadelerini kullandı. 2023 yılı bilanço



kayıtlarına enflasyon düzeltilmesi yapılmak zorunda olduğunu altını çizen Topaloğlu, "Bu Mart ve Nisan ayında da beyannamelerin verilmesi gerekiyor. Bu şekilde ne olacak? Yıllar önce inançlı aktifine kayıtlı olan bir taşıtın değerlendirme yoluyla bugünkü güncellemelere

endekslenerek firmaların bilançolarında daha kaliteli, daha görülür, gerçek değere ulaşmasını sağlamak amacıyla düzenlediğimiz bir eğitimidir. Bilançoları zaten mali müşavir dostlarımız, arkadaşlarımız kullandığı için bu eğitimi biz muhasebeci arkadaşlarımıza, çalışanlarımıza sunduk" şeklinde konuştu. **Hatice DİLER**

BİLGEHAN ERDEM'DEN BOKS KULÜBÜNE ZİYARET

Artvin Boks Kulübü ziyaret eden CHP Artvin Belediye Başkan Adayı Bilgehan Erdem "Artvin'in potansiyelini futbol dışındaki branşlarda da gösterebilmesi için var gücümüzle çalışacağız" dedi.

Seçim çalışmalarına aralıksız devam eden CHP Artvin Belediye Başkan Adayı Bilgehan Erdem, Artvin Boks Kulübü'nü ziyaret etti. Sporcularla tek tek selamlaşan Erdem, Artvin Boks Kulübü'nü ziyaret etmekten büyük mutluluk duyduğunu ve Artvin'in sporla iç içe ruhunu keşfetmek, Artvinspor Kulübü'nün dinamik üyeleri ve antrenörleriyle diyalog kurmanın etkileyici olduğunu söyledi. Yapılan ziyarette konuşan Erdem, şu ifadeleri kullandı; "Ahlaki olarak, toplum olarak büyük bir çöküntü yaşıyoruz. İnsanların bu olumsuzluklardan kurtarılmasının en önemli yolu hayatlarını doğrultabileceği hobilerin olması, sporun olması, sanatın olmasıdır. Hobiniz varsa kafanız artık farklı çalışıyor demektir. İnsanların

sporla sanatla ilgilenmesi gerekir. O yüzden böyle faaliyetleri çok önemsiyorum. Sporcuları dinlemek istedim, sorunları not almaya geldik. Başta dediğim gibi bu çöküntüden kurtulmak için sanat, spor, etkinlik, sosyal faaliyet gibi alanların çoğaltılmasını önemsiyoruz, gençlerimizin buralara katılım sağlamasını önemsiyoruz." Yapılan ziyarette Artvinspor Kulübü Başkanı İrfan Yıldırım kulüp hakkında bilgiler vererek şu ifadeleri kullandı; "Mesut hocam sayesinde Mersin'e 5 oyuncu ile turnuvaya gidip Artvin'i güzel şekilde temsil ederek derece yaparak geldiler. Bizim amacımız spor yapmayı seven herkese kapıları açmak, turnuvalara gitmeleri için kulüp bünyesine girmeleri



gerekiyor. Spor seven herkese sahip çıktığımız için elimizden geldiği kadar destek veriyoruz, bundan sonra da vermeye devam edeceğiz. Biz Artvin'de her branşta Artvin'i söz yaptırmak istiyoruz.

Voleybol'da Artvin adını duyurmaya başladık, boks branşında ise devam ediyoruz ve altyapı olarak futbolda çalışmalarımız sürüyor. 500'e yakın sporcu havuzumuz var, buradaki çocuklar spor yapmak istiyor

bizler de bu konularda destek vermeye çalışıyoruz ama bir yerden sonra da kamu desteği de olması gerekiyor." Boks Antrenörü Mesut Demirtaş, destek beklediklerini belirterek "Biz bu salonu kötü vaziyetten

bu hale getirdik. Bu hale gelmesinde buradakilerin çabalarıyla oldu. Burada olan herkesin maddi ve manevi desteği ile oldu. Güçlüyüz, daha da güçlü olmak istiyoruz" şeklinde konuştu. **Hatice DİLER**

GERİ İADE ETME SORUMLULUĞU ÖĞRETİLDİ

Engelsiz Yaşam Merkezi'ndeki özel öğrencilerin sosyalleşmeleri için çeşitli faaliyetler gerçekleştiriliyor

Artvin Belediyesi'ne ait Engelsiz Yaşam Merkezi'nde Artvin Halk Eğitimi Merkezi Özel Eğitim alanında çalışan Usta Öğreticiler özel öğrencilerinin sosyalleşmelerini, topluma karışmalarını ve sorumluluk sahibi olmalarını amaçlıyor. Usta Öğretici Enda Özvar Gümüş ve El Sanatları Usta Öğreticisi Mine Kutlu, 3 özel öğrencilerini hem gezdirmek hem de yeni deneyimler edinmelerini sağlamak üzere alışveriş merkezine götürdü. İlk olarak mağazaları gezen öğrenciler daha sonra kütüphanedeki kitapları inceledi.

Birçok çeşit kitap arasından birini seçen ve kayıtlarını usta öğreticileri yardımıyla tamamlayan öğrenciler, kitapları okuduktan sonra geri getirmeleri gerektiğini daha sonra yeni kitabı alma hakkına sahip olabileceklerini öğrendiler. etme sorumluluğunun ne kadar önemli olduğunu öğrencilerine anlatan usta öğreticiler, öğrencilerinin minik gezilerinden mutluluk duyduğunu ifade ederek toplum ile iç içe olmalarının önemine değindi. **Çiğdem AKSU**



“MAAŞ ZAMMINDAN GERİYE %3 KALDI”

Türkiye Kamu-Sen Artvin İl Temsilcisi Hüseyin Aydın, memur ve emeklilerin maaşlarının yeniden değerlendirilmesi konusuna ilişkin açıklamalarda bulundu. Aydın, TÜİK'in açıkladığı enflasyon rakamına göre yılın ikinci ayında enflasyon rakamlarının %11,53'e ulaştığını ve memur ve emeklilere yapılan maaş artışından geriye yalnızca %3,47 kaldığını ifade etti. TÜİK'in 2024 yılı ikinci enflasyon verilerini açıkladığını buna göre Şubat ayında da enflasyondaki yükselişin devam ettiğini ifade eden Aydın, "Geçtiğimiz ay %6,70 olan artış bu ay ivmesini azaltsa da Şubat ayı içinde %4,53 olarak artış gösterdi. Böylelikle yıllık enflasyon %67,57'ye ulaştı. Bilindiği gibi geçtiğimiz yıl gerçekleştirilen toplu sözleşme görüşmeleri sonucuna göre ocak ayında kamu görevlileri ve emeklilere 2024 yılının ilk 6 ayı için %15 zam yapılmıştı. TÜİK'in açıkladığı enflasyon rakamına göre daha yılın ikinci ayında enflasyon rakamları

%11,53'e ulaştı ve memur ve emeklilerimize yapılan maaş artışından geriye yalnızca %3,47 kaldı. Memur ve emekliler bir sonraki zam dönemi olan temmuz ayına kadar elinde kalan %3,47'lik artışla geçinmek zorunda kalacak ama her ay artış gösteren enflasyon karşısında maaşları erimeye devam edecek. Bu hızla gitmesi durumunda ilk çeyrek tamamlanmadan, 2024'ün ilk yarısı için verilen zammın tamamı enflasyon karşısında eriyecek ve memur ve emeklilerin alım gücü düşmeye başlayacak." şeklinde konuştu. Aydın, açıklamasının devamında şunları söyledi: "TCMB'nin 2024 yılına ilişkin enflasyon tahmini %36 ancak memur ve emeklilere yapılması öngörülen toplam artış, %15+10; kümülatif %26,5. Bu da maaşların yıl içinde resmi rakamlara göre bile %10 eriyeceğini gösteriyor. Memur maaşlarına yapılan artışlar, enflasyon hedefinin bile gerisinde kalıyor. Memur emeklileri çalışırken aldıkları

maaşın yarısını bile alamıyor, çalışma hayatı ile emeklilik hayatı arasındaki bağ tamamen kopmuş durumda. Toplu sözleşme görüşmeleri sonucunda kararlaştırılan maaş artışları memur ve emeklilere enflasyon kadar artışı bile öngörmüyor. Her ekonomik zorlukta memur ve emeklinin alım gücünün biraz daha azaldığını görüyoruz. Ramazan ayına yaklaşmış bulunmaktayız. Önümüzdeki ay, Ramazan nedeniyle özellikle gıda fiyatlarında yüksek artışların görüleceği bir dönem olacak. Bu maaşlarla bilhassa emeklilerimizin mübarek Ramazan ayında iftar ve sahur sofralarının geleneksel zenginliği içinde, mutlu ve huzurlu bir ay geçirmesi imkânsız hale gelmiştir. Böyle bir ücret politikası daha fazla sürdürülemez. Türkiye Kamu-Sen olarak daima kamu çalışanlarına ve emeklilerine piyasa gerçekleriyle örtüşen maaş zammı yapılması gerektiğini ifade ediyoruz.



Kamu görevlilerimizin alım gücünün yükseltilmesine yönelik olarak 2024 yılı için kamu alacaklarına uygulanan yeniden değerlendirme oranı olan %58'den az olmamak üzere bir artış yapılması ve buna ek olarak refah payı verilmesinin zorunlu olduğunu vurguluyoruz. Memur emeklilerinin yaşadığı ekonomik sorunların giderilmesi için ise ocak ayı itibarı ile 12 bin 54 TL'ye yükselen ancak emeklilere

verilmeyen ilave ek ödemenin emekli maaşlarına yansıtılmasının zorunlu olduğunu bir kere daha ifade ediyoruz. Önümüzdeki döneme ilişkin ekonomik beklentiler dikkate alındığında zor bir dönemin eşliğinde olduğumuz görülüyor. Bu dönemde memur ve emekli maaşlarındaki erimenin mutlak surette durdurulması gerekmektedir. Piyasa gerçekleri, memur ve emeklilerimizin

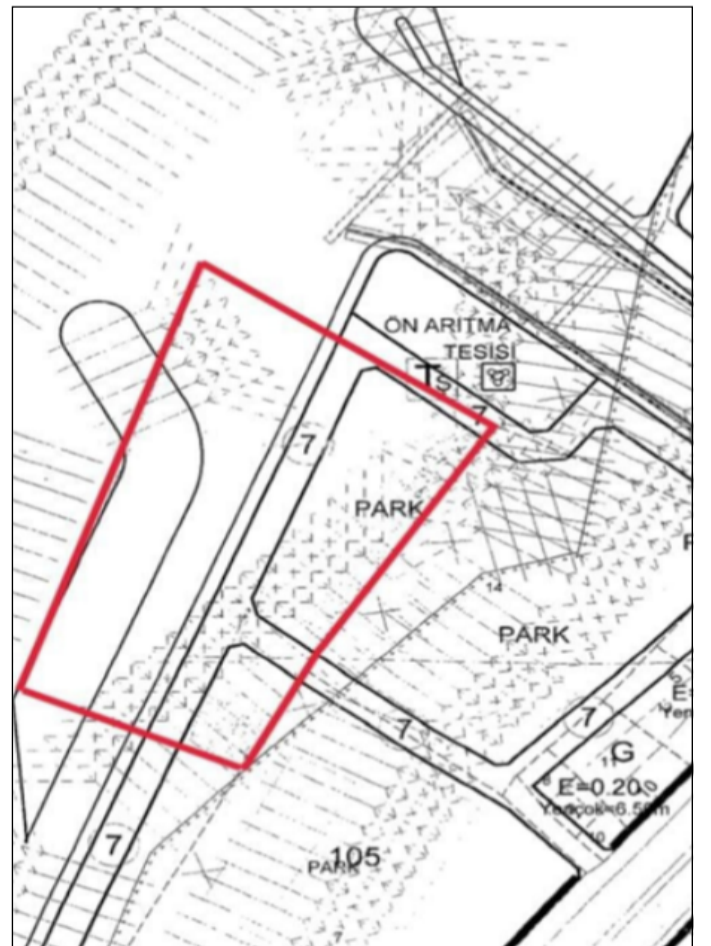
maaşlarının yeniden değerlendirilmesinin zorunlu olduğunu ortaya koymaktadır. Yetkililerimizin memur ve emeklilerimizin bu haklı taleplerine sessiz kalmayacağına ve ilave ek ödemenin emekli maaşına eklenmesi, kamu çalışanlarına refah payını da içeren bir artış yapılması ve enflasyon farkının maaşlara aylık olarak yansıtılması gibi konuları mutlaka değerlendireceğine inanıyoruz" **Ümran KARA**

NE ZAMAN YAPILACAK?

Kemalpaşa Cumhuriyet Mahallesi Atatürk Bulvarı'nda bulunan arazide açık spor tesisi yapma projesi bir türlü hayata geçirilemiyor. Kulüp, ilgili tüm kurumlardan onay almasına rağmen projeye başlanmamasının nedenini bit türlü çözemiyor. Amatör ligde mücadele eden kulüp, ilçede antrenmanlarını yapacağı alan bulamadığı için Hopa Şehir Stadını kullanmak zorunda kalıyor. İlçedeki gençleri sportif faaliyetlere yönlendirmek gerektiğini bunun içinde tesisin şart olduğunu ifade eden kulüp yönetimi, yaptığı açıklamada şunları kaydetti: "İlçemiz, 2017 yılına kadar Hopa İlçesine bağlı bir belde belediyesi iken, 25 Ağustos 2017 tarihinde OHAL kapsamında yayınlanan 694

sayılı KHK ile Artvin' in 9. ilçesi olmuştur. İlçe nüfusunun yaklaşık yüzde 35'ini 6-24 çocuk ve gençler oluşturmaktadır. Kemalpaşa Spor Kulübü Futbol takımı olarak 1. Amatör kümede mücadele etmekte ve İlçede spor tesisi bulunmaması nedeni ile antrenman ve maçlarımızı ilçeye 16 km mesafede bulunan Hopa ilçe stadında gerçekleştirmek durumunda kalmaktayız. İlçede spor tesisinin bulunmaması, spor kulübümüzün branşlaşması ve salon sporlarına ilgi duyan gençlere ulaşmada ve onları düzenli ve sosyal kültürel hayata yönlendirmede engel teşkil etmektedir. Yıllık 5,4 milyon yolcu ile ülkenin en fazla geçiş yapılan sınır kapısı konumunda olan sarp

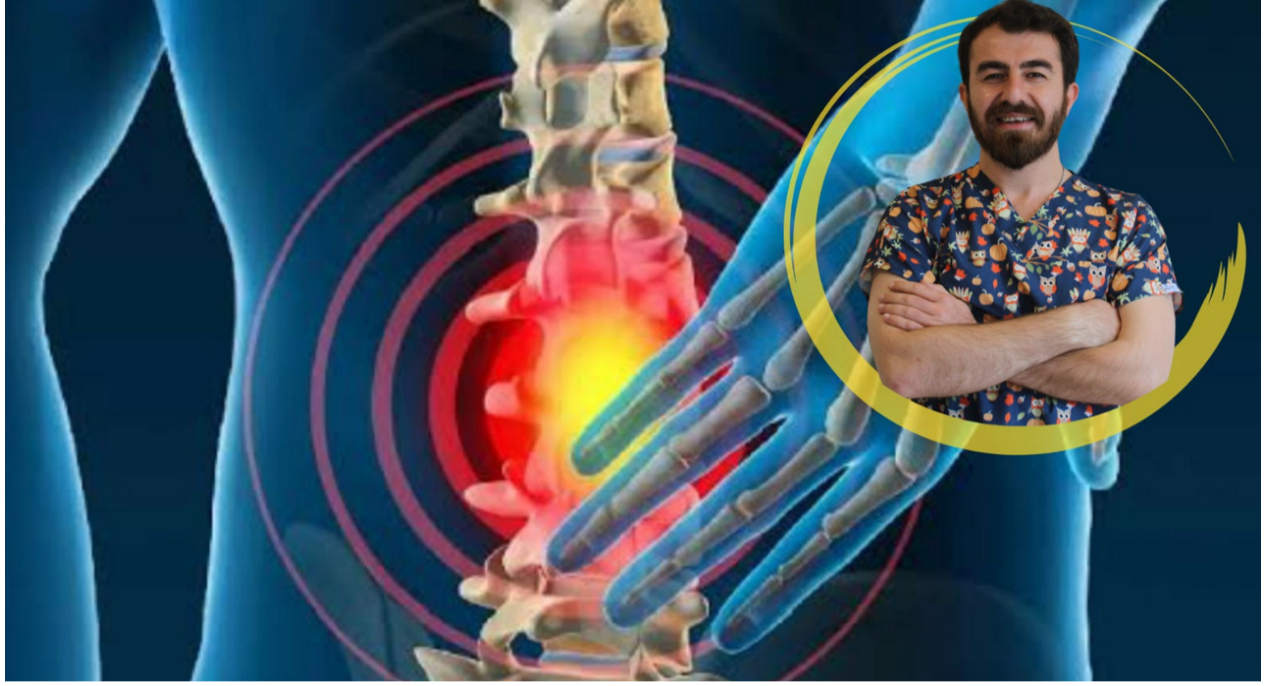
sınır kapısı, ilçenin ekonomik canlılığını arttırsa da, toplu taşıma ile kolaylıkla ulaşılabilen Batum'da her geçen gün sayısı artan kumarhane ve eğlence merkezleri ilçedeki genç nüfusu cezbedebilmektedir. Tüm bu bilgiler ışığında ilçedeki Spor faaliyetlerinin devamlılığının stratejik bir öneme sahip olduğu düşüncesiyle, yeniden yapımına başlanan Kemalpaşa İlkokulu ve Ortaokulu arkasında bulunan dolgu alanında gerekli deniz tahkimatı ve düzeltme işlemi yapılarak elde edilmesi planlanan, yaklaşık 11 bin 500 metrekare alan üzerine, portatif tribünlü sentetik saha projesinin uygunluğunun değerlendirilerek yatırım planına alınması gerekiyor."



FITİK HAKKINDA DOĞRU BİLİNE YANLIŞLAR!

Omurga hattımızda hissettiğimiz hemen hemen her ağrıyı fitik ile ilişkilendirmekteyiz. Bu durum çoğu zaman bizi yanılgıya düşürmektedir. Bir organın onu yerinde tutan kas ya da dokulardaki boşluklardan faydalanarak dışarı kaymasına fitik denir. Omurga hattımız birçok durumdan etkilenip ağrı ve sorunlara yol açabilmekte. Fizyoterapist Berkant Ketenci fitik hakkında doğru bilinen yanlışlar hakkında açıklamalarda bulundu. Klinikte en çok fitik ile karşılaştıklarını belirten Ketenci, bu problemlerin her zaman fitik ile alakalı olmadığını söyledi. MR sonuçlarında fitik çıkmış olması problemlerin fitik kaynaklı olduğu anlamına gelmediğini belirten Ketenci, "MR ile uyumlu olarak semptom varsa işte o zaman fitik kaynaklı ağrı ve sorun yaşıyoruz diyebilmekteyiz" dedi. Fitikte bazen göbekte ve genellikle omurgada göze çarptığını belirten Ketenci, "Omurga hattında oluşan fitikler iki ömür kemiği arasında bulunan ve

omurların birbirine temas edip aşınması engelleyen ve hareket kabiliyetini artıran disk dediğimiz yapıların anormal yüklenmeye bağlı zayıflayan dış çeperinden taşması sonucu oluşmaktadır. Bu durum bazen travmaya bağlı gelişim gösterirken çoğu zaman sürekli kullanıma bağlı gelişim göstermektedir" ifadelerini kullandı. Ketenci yaptığı açıklamada şu şekilde konuştu; "Diskleri yapı olarak yumurtaya benzetebiliriz. En dışta yumurtanın kabuğu, ortada beyazı ve en içte sarısı gibi diskler de en dışta bir zar ile çevriliyken içeride iki katmandan oluşmaktadır. Bazen dıştaki zarlar aşınmaya uğrayıp yırtılır ve içeride bulunan yapılar omurga kanalına doğru taşma yapar. Bu durum çoğu zaman fark bile edilmezken ileri vakalarda uyuşma, hissizlik, ağrı, idrar ve kaka tutamam gibi semptomlar ile kendini belli etmektedir. Fitığın oluşma mekanizmasına dair bilgilendirmeden sonra fitik ile alakalı doğru bilinen bir kaç yanlışla değinmek



istiyorum. "Belim/Boynum çok ağrıyor, kesin fitik var" Yukarıda da bahsettiğim üzere omurga hattında meydana gelen problemler ilk olarak alla fitiği getirirse de bazen bu sorunlar, MR sonucunuzda fitik olsa dahi, fitikten bağımsız olabiliyor. Bundan emin olmak için fiziki muayene ve testlerin yapıp MR sonucu ile beraber değerlendirilmesi çok daha etkili olmaktadır. "Fitığım olduğu için hareket etmemeliyim, sürekli yatmalıyım" İnsan vücudu hareket etmek üzere dizayn edilmiş bir yapıdır. Özellikle kas iskelet sistemi problemlerinde doğru ve dozunda yapılan hareketler

sürecin olumlu ilerleyişi açısından son derece önemlidir. Bir dokunun iyileşebilmesi için doku üzerinde travmaya sebep olan yük alınmalı ve o bölgeye olan kan akışı artırılmalıdır. Bu ancak ve ancak kişiye özgü planlanmış egzersizler ile mümkündür. Özetle fitiğim var yatmalıyım düşüncesi son bizi yanlış sevk ederken doğru ve dozunda egzersiz iyileşme sürecini olumlu etkilemektedir. "Öne eğilirken belimden ses geldi ve fitiğim patladı, kitledim ve doğrulamadım" Fitığın patlaması böyle bir durum değildir. Yukarıda bahsettiğim gibi dışta bulunan zar aşındığı

için içerideki materyal dışa doğru taşma yapmaktadır. Dolayısıyla fitik balon gibi patlayan bir şey değildir ve orada duyduğunuz ses yüksek ihtimalle eklemlerinizden gelmektedir. Kitleme ve doğrulamama konusunda ise bel ve kalça çevresi kaslarda meydana gelen kas spazmları etkili olmaktadır. "Fitığım ömür boyu geçmeyecek" Fitik dediğimiz yapıyı yara dokusu gibi düşünebilirsiniz. Örneğin parmağınızı kestiginizde bir iş yapmanız gerekirken parmağınızı yara bandı ile sarıp yapacağını işler esnasında parmağınızın kesik

bölgesini baskı gelmesini engelleyerek yaranızı korumaya alıp iyileşmesini beklersiniz. Fitiktaki mantıkta buna benzer olmalıdır. O bölgeyi koruyup dolaşımını artırırsanız fitiğin vücut tarafından temizlenmesini tetiklersiniz. Burada doğru ve etkin egzersizin önemi bir kez daha karşımıza çıkmaktadır. Yapılan çalışmalar gösteriyor ki kişiye uygun planlanmış manuel terapi seansları ve bu seansları takiben kişinin egzersizlerini doğru yapması 3-6 aylık süreçte fitikte küçülme gözlemlememizi sağlamıştır."

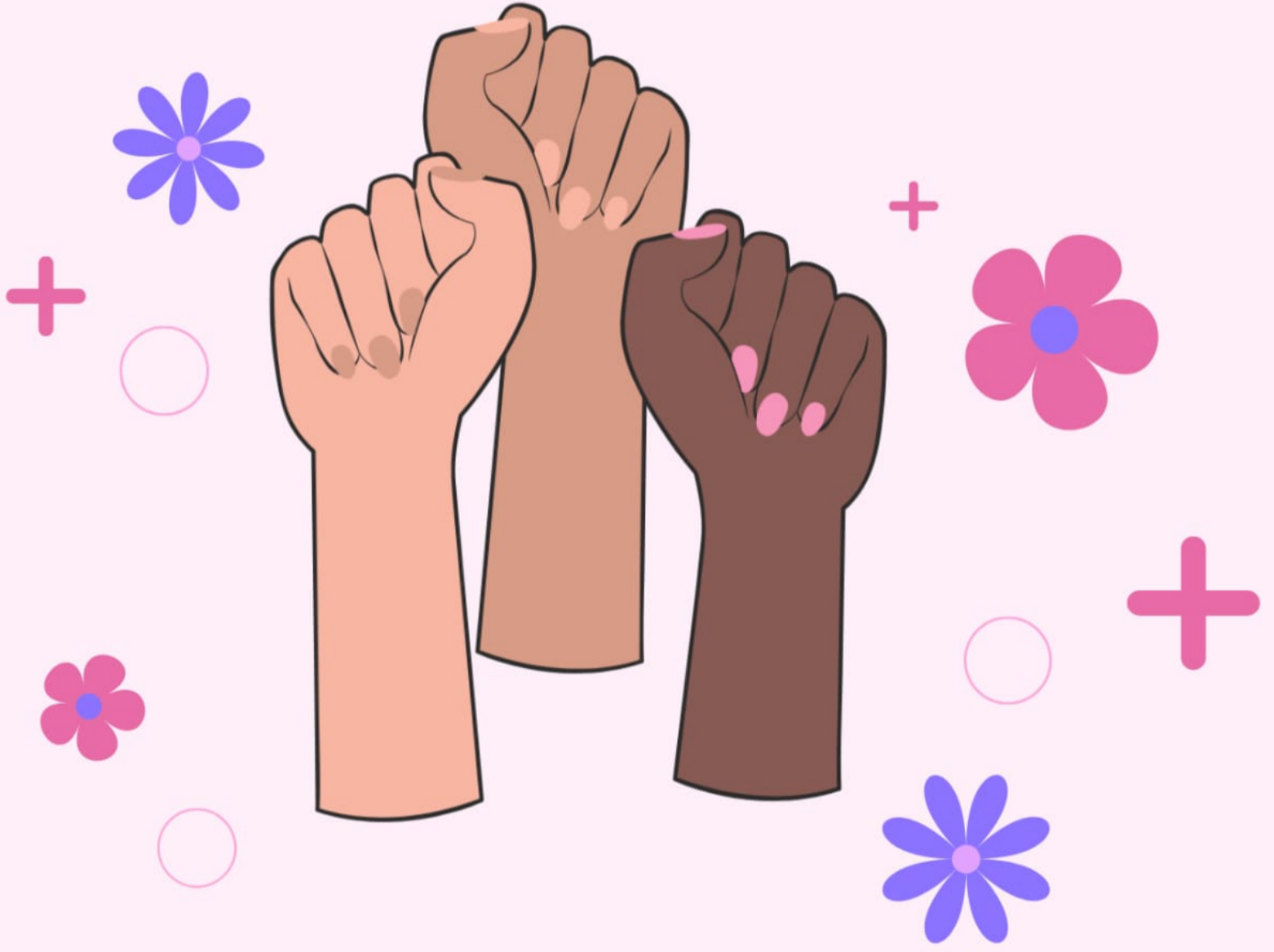
VALİ ÜNSAL'A ZİYARET

Artvin Afet ve Acil Durum (AFAD) Müdürü Kemal Şenlioğlu ve beraberindeki personel, "Deprem Haftası" kapsamında Vali Cengiz Ünsal'ı ziyaret etti. Vali Ünsal, makamında gerçekleştirilen ziyarette, deprem hazırlıklarının koordinasyonunu sağlayan ve afet durumlarında ilk akla gelen kurumun AFAD olduğunu söyledi. AFAD'ın her türlü felaket durumları için hazır olduğunu bilmekten mutluluk duyduğunu dile getiren Ünsal, "Ülkemiz deprem kuşağında yer almaktadır. Depremle yaşamayı tüm toplum olarak öğrenmeliyiz. Toplumda deprem bilincinin oluşturulması ve depremlere karşı daima hazırlıklı olunması gerekiyor." dedi. Ünsal, Deprem Haftası kapsamında vatandaşların afetlere karşı bilinçlendirilmesi ve afetlerden kaynaklanan can ve mal kayıplarının en aza indirilmesinin büyük önem arz ettiğini vurgulayarak, bu yönde çalışmalar yürüten AFAD Müdürlüğü çalışanlarına teşekkür etti. AFAD Müdürü Şenlioğlu ise kurumlarının deprem başta olmak üzere tüm afetlere hazırlıklı olduğunu söyledi. Deprem öncesi ve sonrasında yapılması gerekenler hususunda toplumdaki



farkındalığı geliştirmek adına etkinlikler planladıklarını kaydeden Şenlioğlu, her türlü olumsuz durumda riskleri azaltarak olayların afete dönüşmesini önlemenin önemine işaret etti. **A.V.B.M.**

8 MART
DÜNYA KADINLAR GÜNÜ
KUTLU OLSUN



ARTVİN
MURGUL