



Çivril'de Bir Annenin Feryadı: “Çocuklarıma Bir Oda Değil, İnsanca Bir Hayat İstiyorum”

Gökgöl Mahallesi'nde yaşayan Sevil ve Soner Akar çifti, 14 yaşındaki engelli ikiz çocuklarıyla birlikte zorlu yaşam koşullarıyla mücadele ediyor. Doğuştan gelen nadir bir genetik hastalık nedeniyle hem zihinsel hem de bedensel engelleri bulunan çocuklar, ailenin imkânlarıyla inşa ettiği tek odalı evde yaşamlarını sürdürüyor. s:3



Tarihi Bayat Camii'ndeki Su Sızıntısı Giderildi Geçici Kabul Yapıldı

Çivril'de yer alan ve restorasyon sonrası çatı katında meydana gelen su sızıntısı nedeniyle elektrik panosunda risk oluşan tarihi Bayat Camii'ndeki tamirat çalışmaları tamamlandı. Yaklaşık 15 gün süren bakım ve onarım sürecinin ardından cami yeniden ibadete açıldı ve yüklenici firmadan iş teslimi alındı. s:2



Şemsi Bayraktar'dan Çivril Elması Açıklaması

Türkiye Ziraat Odaları Birliği (TZOB) Genel Başkanı Şemsi Bayraktar, Çivril ilçesinde elma üreticileri ve hasat işçileriyle bir araya geldi. Çivril'in Türkiye'nin önemli elma üretim merkezlerinden biri olduğunu belirten Bayraktar, bölgedeki toprak yapısı ve ekosistemin kaliteli ve verimli üretim için uygun olduğunu söyledi. s:4



Yeni Parti Kurucu İlçe Başkanı Hatice Altıntaş Kongrede Adaylığını Açıkladı



Çivril'de Yılların Yol Çilesi Bitiyor!

Denizli Büyükşehir Belediyesi ve Çivril Belediyesi'nin Ortak Ulaşım Hamlesiyle Kronikleşen Caddeler Sıcak Asfaltla Modern Görünümüne Kavuşuyor s:5



5. Çivril Kitap Günleri Kapılarını Ziyaretçilere Açtı

Çivril Belediyesi tarafından geleneksel hale getirilen Çivril Kitap Günleri bu yıl 5'inci kez okurlarla buluştu. Tren Garı Sosyal Tesisleri'nde düzenlenen ve 5 gün boyunca devam edecek olan etkinlik, düzenlenen törenle kapılarını açtı. s:5



Tarihi Bayat Camii'ndeki Su Sızıntısı Giderildi, Geçici Kabul Yapıldı

Çivril'de yer alan ve restorasyon sonrası çatı katında meydana gelen su sızıntısı nedeniyle elektrik panosunda risk oluşan tarihi Bayat Camii'ndeki tamirat çalışmaları tamamlandı. Yaklaşık 15 gün süren bakım ve onarım sürecinin ardından cami yeniden ibadete açıldı ve yüklenici firmadan iş teslimi alındı.

Çivril Belediyesi öncülüğünde yürütülen restorasyon projelerinin büyük oranda tamamlanmasıyla 2021 yılında törenle ibadete açılan tarihi camide, geçtiğimiz aylarda çatıdan sızan suyun elektrik panolarına ulaşması üzerine yeniden bakım süreci başlatılmıştı. Çivril Belediyesi'nin yüklenici firmaya eksikliklerin giderilmesi yönünde daha önce iki kez resmi yazı tebliğ ettiği,

sorunun kamuoyuna yansımalarının ardından yürütülen 15 günlük yoğun çalışmayla çatı ve tesisattaki aksaklıkların tamamen giderildiği bildirildi.

Kaymakamlıktan Açıklama: "Süreç Yakından Takip Edildi"

Çalışmaların tamamlanarak caminin eksiksiz şekilde hizmete sunulması üzerine Çivril Kaymakamlığı resmi sosyal medya hesaplarından bir bilgilendirme



mesajı yayımladı. Açıklamada şu ifadeler yer verildi: "İlçemiz Bayat Mahallesi'nde bulunan, 19. yüzyıla ait ahşap mimarisiyle önemli bir tarihî ve kültürel değer taşıyan Bayat Camii'nde, restorasyon çalışmaları sonrasında tespit edilen eksiklikler giderildi.

Kaymakamlığımızca sürecin takibi yapılarak, caminin tarihî dokusuna ve kullanımına ilişkin gerekli düzenlemelerin tamamlanması sağlandı. Tarihî ve kültürel mirasımızın korunması, yaşatılması ve gelecek nesillere aktarılması amacıyla çalışmalarımız hassasiyetle sürdürülecektir." //Bülent Çakır



ÇEVAK Burs Başvurularında Son Gün 30 Eylül

Çivril'de üniversite öğrencilerine sağladığı eğitim desteğiyle öne çıkan Çivrilililer Eğitim Vakfı (ÇEVAK), her yıl düzenli olarak sunduğu burs imkânı için başvuru sürecinde son dönemece girdi. Eylül ayının başında başlayan başvuru süreci, Eylül ayı sonu itibarıyla tamamlanacak.

"Amacımız Burs Miktarını ve Öğrenci Sayısını Artırmak"

Yeni dönem planlamalarına ilişkin değerlendirmelerde bulunan ÇEVAK Mütevelli Heyeti Başkanı Mehmet Fatih Çetinkaya, yaz boyunca yürütülen hazırlık çalışmalarına dikkat çekti. Çetinkaya, "Yaz

döneminde gerçekleştirdiğimiz toplantı ve buluşmalarda yeni döneme dair planlamalarımızı şekillendirdik. Amacımız, her yıl olduğu gibi bu yıl da hem burs verdiğimiz öğrenci sayısını hem de burs miktarını artırmaktır," ifadelerini kullandı.

Çivrilli iş insanları ve hayırseverlerin

sunduğu katkının önemine vurgu yapan Çetinkaya, "Çivrilli burs verenlerimizin son iki yılda sağladığı destek adeta bir lokomotif etkisi yarattı. Bu dayanışma, daha fazla gencimize ulaşma noktasında bizlere büyük bir heyecan ve umut veriyor," dedi.

Meslek Yüksekokulu Öğrencilerine Destek Sürüyor

Burs kapsamının genişletildiğini hatırlatan Çetinkaya, önceden yalnızca lisans öğrencilerine sunulan eğitim desteğinin son iki yıldır Meslek Yüksekokulu (MYO) öğrencilerini de kapsadığını belirtti.

Başvurular Nereye Yapılacak?

Başvuru şartları ve teslim noktaları hakkında bilgi veren Vakıf Başkanı Çetinkaya, burs almak isteyen öğrencilerin ÇEVAK'ın resmi internet sitesi üzerinden gerekli belgeleri ve başvuru koşullarını öğrenebileceklerini ifade etti.

Hazırlanan başvuru evraklarının; ÇEVAK Çivril Şubesi, Çivril Kadir Kameroğlu İlkokulu veya ÇEVAK Anaokulu'na elden teslim edilmesi gerekiyor. Burs başvuruları 30 Eylül'de sona erecek.//Ebru Atar



ERGÜL PIDE

Çorba • Şiş • Köfte • Tavuk Şiş • Adana Kebap
Yaprak Döner • Lahmacun & Pide Çeşitleri

0258 713 3360 | 0537 848 3127

Ş.Ahmet Kandaş Cad. No:8 (Eski Avrupa Otelı Karşısı) Çivril

Faruk Kanar

Diş Hekimi



Apse Neden Olur?

Diş ağrısı çoğu zaman "geçer" diye beklenebilen bir sorun gibi görülür. Oysa bazı ağrılar, dişin içinde veya çevresinde ilerleyen bir enfeksiyonun habercisi olabilir. Özellikle yüz veya diş etinde şişlik, zonklayan ağrı, sıcak-soğuk hassasiyeti ve çiğnerken oluşan ağrı varsa diş apsesi ihtimali göz önünde bulundurulmalıdır.

Apse nedir?

Diş apsesi, bakterilerin neden olduğu enfeksiyon sonucunda dişin içinde ya da diş çevreleyen dokularda irin birikmesidir. En sık neden, tedavi edilmemiş veya ilerlemiş diş çürüğüdür. Çürük dişin derinliklerine ulaştığında, bakteriler dişin damar ve sinirlerinin bulunduğu pulpa dokusuna ilerleyebilir. Buradaki enfeksiyon daha sonra kök ucundaki dokulara yayılabilir.

Ancak her apse çürükten kaynaklanmaz. İleri diş eti hastalıklarında diş ile diş eti arasında oluşan derin ceplerde de enfeksiyon gelişebilir. Ayrıca çatlamış veya travma görmüş bir diş, bakterilerin dişin iç dokularına ulaşmasına zemin hazırlayabilir.

Şişlik oluşması ne anlama gelir?

Apse ilerlediğinde diş etinde küçük bir kabarcık, yanakta şişlik veya bölgede hassasiyet görülebilir. Bazen ağrı azalırken şişliğin ortaya çıkması da mümkündür. Bu durum "enfeksiyon geçti" anlamına gelmez. İrin boşaldığında basınç azalabilir ve ağrı geçici olarak hafifleyebilir; ancak enfeksiyonun kaynağı ortadan kaldırılmadıysa sorun devam eder.

Özellikle yüzde hızla artan şişlik, ateş, ağız açmada veya yutkunmada güçlük gibi belirtiler varsa gecikmeden diş hekimine başvurulmalıdır.

Tedavisi nasıl yapılır?

Apse tedavisinde amaç yalnızca ağrıyı bastırmak değil, enfeksiyonun kaynağını ortadan kaldırmaktır. Dişin durumuna göre kanal tedavisi, diş eti tedavisi veya dişin çekilmesi gerekebilir. İrin birikimi varsa hekim tarafından boşaltılması da tedavinin bir parçası olabilir.

Antibiyotik ise her diş apsesinde tek başına gerekli değildir. Özellikle enfeksiyonun yayılma bulguları veya sistemik belirtiler olduğunda diş hekimini tarafından uygun görülürse kullanılabilir. Antibiyotik, enfeksiyonun kaynağını ortadan kaldıran diş tedavisinin yerine geçmez.

Diş apsesinde en sık yapılan hata, ağrı kesici veya antibiyotik kullanıp sorunun tamamen ortadan kalktığını düşünmektir. Ağrı geçse bile enfeksiyonun kaynağı yerinde durabilir. Bu nedenle dişte tekrarlayan ağrı, şişlik veya hassasiyet varsa beklemek yerine diş hekimine muayenesi gerekir. Çünkü erken müdahale, hem dişi koruma şansını artırır hem de enfeksiyonun çevre dokulara yayılmasını önlemeye yardımcı olur.

GENÇİVRİL
SİYASİ GAZETE YIL:11 SAYI:731 24 EYLÜL 2026 PERŞEMBE 7 TL

GENÇ ÇİVRİL GAZETESİ İMTİYAZ SAHİBİ

Serap SOFULU

Yayın Türü

Yerel Süreli

Haftada Pazartesi-Perşembe çıkar

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Bülent Çakır

Sayfa Sekreteri

Muhammet Karaçay

Muhabir

Ebru ATAR

Köşe Yazarları

Melih Nebi YAVUZ

Faruk KANAR

Yönetim Yeri

Çarşı Mah. 2008 Sokak No:2 / A Çivril / Denizli

Gsm:0.537 500 91 71 - 0.553 638 78 61

e-mail:genccivrilgazetesi@hotmail.com

Basım Yeri

İHLAS GAZETECİLİK A.Ş.

Havaalanı Yolu Üzeri No:38 ANTALYA

0242 340 5040

UETS Adresi

15909-09055-20270

BU GAZETE BASIN AHLAK VE YASASINA UYMAI TAHHÜT EDER

YAZARLARIN SORUMLUDUR

Çivril'de Bir Annenin Feryadı: “Çocuklarıma Bir Oda Değil, İnsanca Bir Hayat İstiyorum”

Gökgöl Mahallesi'nde yaşayan Sevil ve Soner Akar çifti, 14 yaşındaki engelli ikiz çocuklarıyla birlikte zorlu yaşam koşullarıyla mücadele ediyor. Doğuştan gelen nadir bir genetik hastalık nedeniyle hem zihinsel hem de bedensel engelleri bulunan çocuklar, ailenin imkânlarıyla inşa ettiği tek odalı evde yaşamlarını sürdürüyor.

Denizli'nin Çivril ilçesine bağlı Gökgöl Mahallesi'nde yaşayan Akar ailesi, ender görülen bir genetik hastalıkla mücadele eden 14 yaşındaki engelli ikiz çocuklarıyla birlikte tek odalı bir evde hayata tutunmaya çalışıyor. Hem zihinsel hem de bedensel engelleri bulunan evlatlarıyla aynı odada yatıp kalkan, yemek yiyen ve günlerini geçiren anne Sevil Akar, gözyaşları içinde yardım çağrısında bulunarak, "İnsanca yaşamak çocuklarımın da hakkı" dedi.

15 Milyonda Bir Görülen Hastalık Hayatlarını Değiştirdi

Sevil ve Soner Akar çiftinin 14 yıl önce dünyaya gelen ikiz çocuklarına, tıp dünyasında yaklaşık 15 milyonda bir rastlanan Kromozom 4q Delesyon Sendromu teşhisi konuldu. Doğumla başlayan zorlu

belirtti. Çocukların gün boyu dört duvar arasında kaldığını ifade eden acılı anne: "Çocuklarım hem bedensel hem zihinsel engelli. İkiz olmaları ve engelleri hayatı zaten çok zorlaştırıyor ama en ağır olanı tek odada yaşamak zorunda kalmamız. Çocuklarımı dışarı çıkaramıyorum, sürekli odanın içindeler. Küçükken oyalamak kolay oluyordu ancak büyüdükçe onları kontrol etmek zorlaşıyor. Oyalansınlar diye televizyon aldık ama o da bir yere kadar yetiyor. Gündüz aynı odadayız; akşam burada uyuyor, burada yemek yiyor, burada vakit geçiriyoruz. İki çekyatımız var; çocukların biriyle ben, diğeriyle babası uyuyor. Aynı bir odamız, yatağımız hiç olmadı. Hayattan kendim için hiçbir beklentim yok, tek isteğim çocuklarımın sağlıklı bir evde kendilerine ait odalarının olması."



Baba Soner Akar: "Evin Şartları Çocukları Korumaya Yetmiyor"

Çocukların hastalığı sebebiyle enfeksiyonlara karşı son derece hassas olduğunu belirten baba Soner Akar ise hijyenik ve korunaklı bir ortamın hayati önem taşıdığını söyledi. İkizlerin bağımsızlık sisteminin zayıflığına dikkat çeken baba Akar, "Çocuklarımız doğuştan gelen rahatsızlıkları nedeniyle diğer hastalıklara ve mikroplara karşı çok dirençsiz, çok çabuk hasta oluyolar. Mevcut evimizin şartları açıkçası onları hastalıklardan korumak için hiç uygun değil ama elimizden bir şey gelmiyor" diyerek

içinde bulundukları zor durumu gözler önüne serdi.

Çocuklarının durumundan dolayı eşi ve çocuklarını evde yalnız bırakamayan baba Soner Akar, düzenli bir işte çalışmadığını ve sosyal yardımlaşma vakfından aldıkları ile çocuklarına bakmaya çalıştıklarını belirterek kronik rahatsızlığı bulunan ve bakıma muhtaç olan 16 yaşındaki ikizlerinin insani şartlarda yaşayabileceği ve tedavi süreçlerini daha sağlıklı sürdürebileceği güvenli bir yuva hayali için yetkililerden ve hayırseverlerden destek bekliyor.//Bülent Çakır



tedavi ve bakım sürecinde ağır sorumluluklar üstlenen aile, imkânsızlıklar nedeniyle fiziksel şartları yetersiz bir konutta yaşam mücadelesi veriyor. Babasının evinin yanına kendi imkânlarıyla inşa ettikleri ve tek odasını hem oturma, hem uyuma, hem de yaşam alanı olarak kullandıkları yapıda çocuklarını büyültmeye çalışan aile, uzanacak hayırsever bir el bekliyor.

“Büyüdükçe Kontrol Etmek Zorlaşıyor, Dışarı Çıkaramıyorum”

Yaşadıkları çaresizliği ve çaba dolu gündelik yaşamı anlatan anne Sevil Akar, çocuklarının yaşları ilerledikçe tek odalı evde bakım sağlamanın imkânsız hale geldiğini

Toplumsal Önyargılar Dışarıya Çıkmalarına Engel Oluyor

Köyde yaşamalarına rağmen sokakta veya parkta vakit geçiremediklerini vurgulayan Sevil Akar, çevrenin bakışlarından rahatsız olduklarını dile getirdi. Çocukların haftada iki gün gittiği özel eğitim okulunun kendileri için tek nefes alanı olduğunu aktaran Akar, "Okul günleri onları giydirip dışarı çıkarmak çok güzel geliyor, biraz hava alıp sosyalleşiyoruz. Çünkü köyde olmamıza rağmen sokağa veya parka gidemiyoruz. Yaşıtları başta olmak üzere insanlar farklı bakıyor; çocuklar da biz de bu durumdan çok rahatsız oluyoruz" şeklinde konuştu.



Yeni Parti Kurucu İlçe Başkanı Hatice Altıntaş Kongrede Adaylığını Açıkladı

Yeni Parti Çivril Kurucu İlçe Başkanı Hatice Altıntaş, 1 Ekim'de gerçekleştirilecek olan ilçe kongresinde ilçe başkanlığına aday olduğunu resmi olarak duyurdu. Adaylık açıklamasını kamuoyuyla paylaşan Altıntaş, 1 Ekim tarihindeki kongreye tüm Çivril halkını davet etti.

“İlk Adımları Atmak Büyük Bir Gurur”

Görevi devraldığı günden itibaren teşkilatlanma çalışmalarını kararlılıkla sürdürdüklerini belirten Kurucu İlçe Başkanı Hatice Altıntaş, "Bir partinin kuruluşunda yer almak, onun ilk adımlarını atmak ve geleceğine emek vermek benim için büyük bir gururdur. Kurucu İlçe Başkanı olarak kuruluşundan bugüne kadar büyük bir sorumluluk ve inançla çalıştım. Yönetim kurulumuzla birlikte ilçemizde örgütümüzü oluşturmak, mahallelerimizde vatandaşlarımızla buluşmak, yeni üyeler kazanmak ve partimizin ilk temellerini atmak için gece gündüz demeden emek verdik" dedi.

"Mücadelemizi Hep Birlikte Büyüteceğiz"

Siyasi yolculuğun bir ilkeler mücadelesi olduğuna dikkat çeken Altıntaş, adaylık gerekçesini şu sözlerle ifade etti: "Bu süreç benim için yalnızca bir siyasi görev değil; inandığım değerler uğruna verilen yeni bir mücadeleydi. Her yeni üyede, her ziyaretimizde, her kurduğumuz gönül bağında bu mücadelenin büyüdüğünü gördük. Bugün geldiğimiz noktada, kuruluşunda emeğim olan Yeni Parti'nin Çivril'de daha güçlü bir şekilde büyümesi ve örgütümüzün daha ileri taşınması için üzerime düşen sorumluluğu almaya

hazırım. Bu inançla, Yeni Parti Çivril İlçe Başkanlığı'na aday olduğumu kamuoyuna açıklıyorum. Kurucu ilçe başkanı olarak attığımız ilk adımları, hep birlikte daha da büyütme; emeğin, dayanışmanın ve örgütlü mücadelenin gücüyle yolumuza devam etmek istiyorum. Bugüne kadar yanımda olan, emek veren tüm yol arkadaşlarıma teşekkür ediyorum. Çıktığımız bu yolda, sözümüz de emeğimiz de Çivril'dedir."

Açıklamasının sonunda ilçe örgütünün dayanışma vurgusuna altı çizen Altıntaş, 1 Ekim'de düzenlenecek kongrenin ilçe siyasetine hayırlı olması temennisinde bulundu.//Bülent Çakır



Şemsi Bayraktar'dan Çivril Elması Açıklaması

Türkiye Ziraat Odaları Birliği (TZOB) Genel Başkanı Şemsi Bayraktar, Çivril ilçesinde elma üreticileri ve hasat işçileriyle bir araya geldi. Çivril'in Türkiye'nin önemli elma üretim merkezlerinden biri olduğunu belirten Bayraktar, bölgedeki toprak yapısı ve ekosistemin kaliteli ve verimli üretim için uygun olduğunu söyledi.

Hafta sonu Uşak temaslarının ardından Çivril'in Iğdır Mahallesi'ne gelen Bayraktar, elma bahçelerini ziyaret ederek üreticilerle görüştü. Hasat çalışmalarını da yerinde inceleyen Bayraktar, elma toplayan işçilerle sohbet etti.

Çivril, Denizli elma üretiminin yüzde 95'ini karşılıyor

Denizli'nin önemli elma üretim alanlarına sahip olduğunu belirten Bayraktar, Çivril'in ise kentteki elma üretiminin yaklaşık yüzde 95'ini gerçekleştirdiğini ifade etti.

Çivril'in ekosistemi ve toprak yapısının elma üretimi açısından önemli avantajlar



sağladığını belirten Bayraktar, bölgede kaliteli ve verimli üretim yapıldığını söyledi.

Çivril'de yetiştirilen elmanın hem iç pazarda hem de dış pazarda talep gördüğünü dile getiren Bayraktar, son yıllarda elma üretiminde buna bağlı olarak



artış yaşandığını kaydetti.

Elma üretiminde 4,5 milyon ton beklentisi

Geçen yıl yaşanan don afetinin Türkiye'de elma üretimini ciddi şekilde etkilediğini belirten Bayraktar, bu yıl hava şartlarının daha iyi geçmesiyle rekoltede önemli artış beklediklerini söyledi.

Bayraktar, geçen yıl **2 milyon 258 bin ton** olan Türkiye'nin elma üretiminin bu yıl **4,5 milyon ton seviyelerine ulaşmasını beklediklerini** ifade etti.

Üretimdeki artışın sevindirici olduğunu belirten Bayraktar, yüksek rekoltenin arz-talep dengesine etkisinin de takip edilmesi gerektiğini dile getirdi.

Pazarlama ve ihracat için çalışma yapılacak

Üretimdeki artışla birlikte pazarlama konusunun önem kazandığını belirten Bayraktar, oda başkanlarıyla bu konuda değerlendirmelerde bulunduklarını söyledi.

Bayraktar, elmanın daha iyi pazarlanması ve ihracat imkanlarının artırılması konusunda önümüzdeki günlerde çalışma yapılacağını ifade etti.

Türkiye'nin gıda güvenliğinde Denizli'nin önemli bir yere sahip olduğunu vurgulayan Bayraktar, kentte hububat başta olmak üzere meyve ve hayvancılık alanlarında da önemli üretim gerçekleştirildiğini belirtti.

Üreticilere emeklerinden dolayı teşekkür eden Bayraktar, Çivril'deki elma hasadının bol ve bereketli geçmesi temennisinde bulundu. //Ebru Atar

Gaziler Günü Törenlerle Kutlandı

Çivril'de, 19 Eylül Gaziler Günü münasebetiyle çelenk sunma töreni ve ziyaretlerden oluşan anma programı düzenlendi



Cumhuriyet Meydanı'nda gerçekleştirilen tören, Atatürk Anıtı'na çelenk sunulmasıyla başladı. Çelenk sunumunun ardından saygı duruşunda bulunuldu ve İstiklal Marşı okundu. Günü anlam ve önemine ilişkin konuşmayı Türkiye Harp Malulü Gaziler, Şehit, Dul ve Yetimleri Derneği Çivril Şubesi Sözcüsü Ümit Ekiz yaptı. Ekiz'in konuşmasıyla birlikte meydana resmi program tamamlandı.

Programın ikinci bölümünde ilçe protokolü, Muharip Gaziler Derneği Çivril Şubesi ile

Türkiye Harp Malulü Gaziler, Şehit, Dul ve Yetimleri Derneği Çivril Şubesi'ni ziyaret etti. Ziyaretlerde dernek yöneticileri, gaziler ve yakınlarıyla bir süre sohbet edilerek talepleri dinlendi.

Anma ve kutlama programına Çivril Kaymakamı Fatih Cıdıroğlu, Çivril Belediye Başkan Vekili Mustafa Altıntaş, Çivril Cumhuriyet Başsavcısı Abdullah Furkan Sünbül, kurum amirleri, sivil toplum kuruluşu temsilcileri, gaziler ve gazi yakınları katıldı. //Ebru Atar



Haraketlilik Haftasında Bisiklet Turu

Çivril'de Avrupa hareketlilik haftası etkinlikleri kapsamında düzenlenen bisiklet turuna çok sayıda vatandaş destek verdi. Etkinlikler kapsamında özellikle öğrencilerden ve vatandaşlardan hayallerindeki Çivril'i ve sokaklarını resmetmeleri istendi.

Cumhuriyet Meydanı'nda stant açan belediye ekipleri, bir hafta boyunca vatandaşlara yönelik anket çalışması gerçekleştirdi. Haftanın son gününde Çivril Belediyesi öncülüğünde düzenlenen bisiklet turu, Cumhuriyet Meydanı'nda başladı. Çok sayıda vatandaşın ve öğrencinin yoğun katılım gösterdiği grup, Bayraktepe Mesire Alanı güzergâhından geçerek turu başlangıç noktası olan Cumhuriyet Meydanı'nda tamamladı.

Etkinlikten duydukları memnuniyeti dile getiren katılımcılar, organizasyon için Çivril Belediyesi'ne teşekkür etti.

Başkan Semih Dere: "Daha Yaşanabilir Bir Çivril İçin"

Etkinliğin ardından değerlendirmelerde bulunan Çivril Belediye Başkanı Semih Dere, daha sağlıklı bir kent yaşamına dikkat çekerek şu ifadeleri kullandı:

"Avrupa Hareketlilik Haftası kapsamında hemşehrilerimizle birlikte pedal çevirdik. Cumhuriyet Meydanı'ndan Bayraktepe'ye



uzanan keyifli bir bisiklet turu gerçekleştirdik. Daha hareketli, daha sağlıklı ve daha yaşanabilir bir Çivril için pedal çevirmeye devam ediyoruz. //Ebru Atar



Çivril'de Yılların Yol Çilesi Bitiyor!

Denizli Büyükşehir Belediyesi ve Çivril Belediyesi'nin Ortak Ulaşım Hamlesiyle Kronikleşen Caddeler Sıcak Asfaltla Modern Görünüme Kavuşuyor

Çivril'de altyapı ve üstyapı yatırımları büyük bir ivme kazandı. İlçe genelinde uzun yıllardır bakım ve düzenleme bekleyen kronikleşmiş caddeler, Çivril Belediyesi ile Denizli Büyükşehir Belediyesi'nin ortaklaşa yürüttüğü kapsamlı çalışmalarla konforlu ve güvenli hale getiriliyor.

Işıklı Caddesi Tamamlandı, Sıra Fevzi Çakmak Bulvarı'nda

Yaz sezonu boyunca Işıklı Caddesi üzerinde yürütülen sıcak asfaltlama ve zemin yenileme mesaisinin başarıyla tamamlanmasının ardından ekipler, ilçenin ana arterlerinden Fevzi Çakmak Bulvarı'na yöneldi. Cezaevi Kavşağı ile Yukarı Sanayi bölgesi arasında yer alan bulvarda hummalı bir çalışma sürdürülüyor. Her iki

güzergâhın da uzun yıllardır el değmeden bekliyor olması, gerçekleştirilen yatırımın bölge halkı ve ilçe trafiği açısından kritik önemini gözler önüne seriyor.

14 Metre Genişlik, Bisiklet Yolu ve Modern Kaldırımlar

Ekim ayı ortasında tamamlanması hedeflenen Fevzi Çakmak Bulvarı, yaklaşık 2 kilometrelik uzunluğu ve 14 metre genişliğiyle Çivril'in ulaşım standardını yukarılara taşıyacak. Yol genişletme ve zemin düzeltme süreçlerinin aralıksız sürdüğü hatta; kaya dolgu ve PMT (Plent-Miks Temel) sergi işlemlerinin hemen ardından sıcak asfalt dökümüne geçilecek. Proje dâhilinde bulvara modern kaldırımların yanı sıra güvenli bisiklet yolları da entegre edilecek.//Ebru Atar



5. Çivril Kitap Günleri Kapılarını Ziyaretçilere Açtı

Çivril Belediyesi tarafından geleneksel hale getirilen Çivril Kitap Günleri bu yıl 5'inci kez okurlarla buluştu. Tren Garı Sosyal Tesisleri'nde düzenlenen ve 5 gün boyunca devam edecek olan etkinlik, düzenlenen törenle kapılarını açtı.

Etkinliğin açılış kurdelesi; Çivril Belediye Başkan Vekili Mustafa Altıntaş, Yeni Parti İl Yönetim Kurulu Üyesi Bedri Atas, YeniParti Çivril İlçe Başkanı Hatice Altıntaş ile büyükşehir ve ilçe belediye meclis üyeleri tarafından kesildi. 30'dan fazla yayınevi ile 25'i aşkın yazarın katılım sağladığı fuarda, çocuk edebiyatından klasiklere kadar her yaş grubuna ve hitap alanına uygun yüzlerce eser kitapseverlerin beğenisine sunuluyor.

Başkan Semih Dere: "Tüm Hemşehrilerimizi Bekliyoruz"

Beşincisi düzenlenen kitap günlerini Çivril'e kazandırmaktan büyük mutluluk duyduklarını ifade eden Çivril Belediye Başkanı Semih Dere, tüm ilçe halkını etkinliğe davet etti. Başkan Dere yayımladığı mesajda şu ifadelerle yer verdi:"Çivril Belediyesi olarak düzenlediğimiz 5. Çivril Kitap Günleri'nin



açılışını büyük coşkuyla gerçekleştirdik. 30'dan fazla yayınevi, 25 değerli yazar ve 7'den 70'e her yaşta okura hitap eden yüzlerce kitap, kitapseverlerle buluşuyor. Bütün hemşehrilerimiz 21-25 Eylül tarihleri arasında, 10.00-19.00 saatleri süresince Tren Yolu Gar Binası Toplantı Salonu'nda gerçekleştireceğimiz etkinliğimize bekliyoruz."//Muhammet Karaçay



Vefa Ekiplerinden Kesintisiz Hizmet

Vefa Ekipleri Yaşlı ve Engelli Vatandaşların Evlerini Köşe Bucak Temizliyor, Sıcak Yemek ve Bakım Hizmeti Sunuyor

Çivril Kaymakamlığı Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı (SYDV) bünyesinde faaliyet gösteren Vefa Ekipleri, ilçede yalnız yaşayan 65 yaş üstü vatandaşlar ile bakıma muhtaç engelli bireylere yönelik evde bakım ve temizlik hizmetlerini aralıksız sürdürüyor. Kimsesiz ve dezavantajlı vatandaşların yaşam kalitesini artırmayı hedefleyen ekipler, kapı kapı gezerek devletin şefkat elini hanelere taşıyor.

Temizlikten Sıcak Yemeğe Kesintisiz Hizmet

Saha çalışmaları kapsamında ihtiyaç sahibi vatandaşların yaşam alanlarını ziyaret eden Vefa Ekipleri; detaylı ev temizliği, mutfak ve banyo hijyeni ile kişisel bakım hizmetlerini üstleniyor.

Yaşlılık veya engellilik durumu nedeniyle kendi öz bakımını ve ev işlerini karşılamakta güçlük çeken vatandaşların



günlük sıcak yemek ihtiyaçlarına da destek olan ekipler, düzenli ziyaretlerle yalnız yaşayan ilçe sakinlerinin moral ve motivasyonunu yüksek tutuyor.

"Devletimizin Desteği Sürüyor"

Çivril Kaymakamlığı, ilçe genelinde başarıyla yürütülen Vefa Projesi'ne ilişkin sosyyla paylaşım sayfalarından yaptığı bilgilendirme açıklamasında sosyal devlet anlayışına vurgu yaptı. Kaymakamlıktan yapılan açıklamada şu ifadelerle yer verildi: "Çivril Kaymakamlığımızca, Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı VEFA Projesi kapsamında; yaşlı ve engelli vatandaşlarımıza hane temizliği ve kişisel bakım hizmetleri sunulmakta; ihtiyaç duydukları her alanda devletimizin desteği sürdürülmektedir."

İlçe genelindeki tüm mahallelerde ihtiyaç sahiplerine ulaşmayı sürdüren Vefa Ekipleri'nin, belirlenen periyotlar dâhilinde haneleri ziyaret etmeye ve vatandaşların sosyal ihtiyaçlarını karşılamaya devam edeceği bildirildi. //Muhammet Karaçay



www.gencivrilgazetesi.com
Adresinden Takip Edebilirsiniz

En Güncel Videoları İzlemek İçin **GENÇİVRİL** **You Tube** Kanalımıza ABONE Olmayı Unutmayın

DENİZLİ'DE KUŞAKLAR ELE ELE VERDİ

Denizli'de gençlerle büyükleri aynı amaç etrafında buluşturan ve mahalle kültürünü canlandıran anlamlı bir etkinlik gerçekleşti.

"Yaş Dostu Kent: Denizli" vizyonu doğrultusunda hareket eden Kent Konseyi gönüllüleri, Yenişehir Muhtarlığı önünde bir araya gelerek mahalle genelinde kapsamlı bir temizlik ve çevre düzenleme çalışması yaptı.

Denizli Büyükşehir Belediyesi Kent Konseyi Yaşlı Meclisi ile Denizli Üçüncü Yaş Derneği'nin öncülüğünde düzenlenen etkinliğe mahalle sakinleri ve gençler büyük ilgi gösterdi. Kent Konseyi Başkanı Ali Marım ile Çevre Koruma ve Kontrol Dairesi Başkanı Umut Somyürek de bu etkinliğe eşlik ederek gönüllülerle birlikte ter döktü. Sokakları, parkları ve ortak kullanım alanlarını hep birlikte temizleyen mahalle halkı, hem daha yaşanabilir bir çevre oluşturdu hem de kuşaklar arası bağları güçlendiren renkli görüntülere imza attı.

Mahalle Gönüllüleri projesine dikkat çekildi Kent Konseyi Başkanı Ali Marım, Büyükşehir Belediye Başkanı Bülent Nuri Çavuşoğlu'nun Eylül ayı meclis toplantısında gündeme getirdiği ve tüm partilerin oy birliğiyle kabul edilen "Mahalle Gönüllüleri" projesinin önemine dikkat çekti. Marım, halkın ortak kullanımındaki park, bahçe, cadde ve sosyal tesislerin bakım, onarım ve temizlik ihtiyaçlarının mahalle gönüllüleri tarafından belediyeye bildirilmesinin, yerel yönetim hizmetlerini hızlandırdığını belirtti. Herhangi bir maddi karşılık beklemeden kentine sahip çıkan tüm Yenişehirliyle teşekkür eden Marım, bu tür imece usulü çalışmaların Denizli'nin geneline yayılacağını vurguladı.

"Kent, birlikte yaşadığımız ortak evimizdir" Kent Konseyi Yaşlı Meclisi Başkanı Prof. Dr. Velittin Kalinkara, temiz bir çevrenin özellikle yaşlıların güvenliği, hareketliliği ve ruh sağlığı üzerindeki önemine değindi. Kalinkara, "Yaşımız kaç olursa olsun kent, birlikte yaşadığımız ortak evimizdir. Yenişehir'i daha yaşanır kılmak, engelleri ortadan kaldırmak ve kentimize sahip çıkmak için bugün her yaştan hemşehrimizle sahadayız" ifadelerini kullandı.

Temizlik çalışmasının ardından mahalle sakinleri, Yenişehir Muhtarlığı önünde çay

içip sohbet ederek günün yorgunluğunu attı. // Haber Merkezi



KENTTE SÜRDÜRÜLEBİLİR SU YÖNETİMİ YAYGINLAŞTIRILIYOR

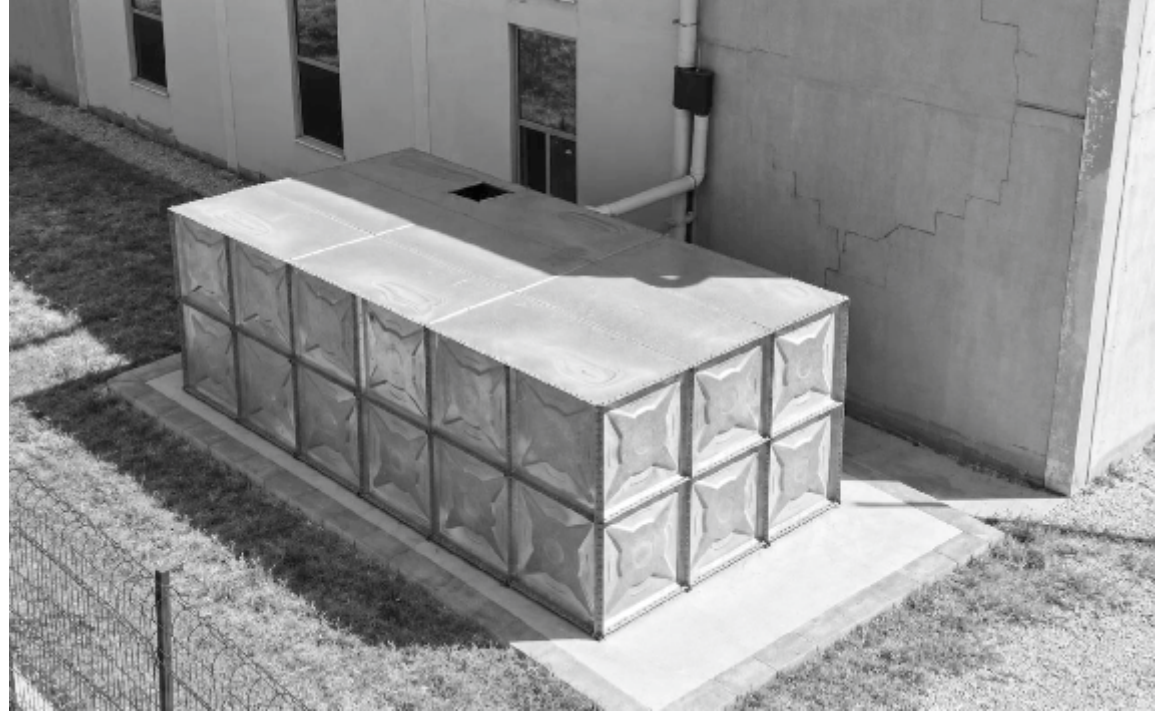
Denizli Büyükşehir Belediyesi, su kaynaklarının verimli kullanılması ve su tasarrufunun artırılması amacıyla hayata geçirdiği sürdürülebilir projelerine bir yenisini ekledi. Asfalt Şantiyesi Yerleşkesi ve Asri Mezarlık'ta kurulan yağmur suyu depolama sistemleri sayesinde, yağış suları toplanarak belediye hizmetlerinde yeniden değerlendiriliyor.

Denizli Büyükşehir Belediyesi, su kaynaklarının korunması, alternatif su kaynaklarının değerlendirilmesi ve su tasarrufunun artırılması hedefiyle çalışmalarını sürdürüyor. Bu kapsamda İklim Değişikliği ve Sıfır Atık Dairesi Başkanlığı tarafından hayata

geçirilen örnek uygulama ile kent genelinde sürdürülebilir su yönetimi adına, yağmur suyu depolama sistemleri kuruldu. Bu sistem sayesinde yağmur suları, güvenle biriktiriliyor ve ihtiyaç duyulan noktalarda yeniden kullanıma kazandırılıyor.

Depolanan yağmur suları yeniden kullanıma kazandırılıyor

Depolanan yağmur suları, yoğun olarak iş makineleri ve hizmet araçlarının kullanıldığı Asfalt Şantiyesi ile Asri Mezarlık'ta araçların yıkanması amacıyla değerlendiriliyor. Bu uygulama sayesinde şebeke suyuyla olan ihtiyaç önemli ölçüde azaltılırken, doğal yollarla elde edilen su, herhangi bir kayba uğramadan belediye hizmetlerinde yeniden işlev kazanıyor. Gerçekleştirilen bu çalışma, yalnızca suyun temin edilmesine değil, aynı zamanda mevcut su kaynaklarının korunmasına ve sürdürülebilir su yönetiminin güçlendirilmesine de katkı sağlıyor. // Haber Merkezi



Denizli Büyükşehir'den geleneksel lezzetleri geleceğe taşıyan atölye serisi GELENEKSEL TARHANA ATÖLYESİ'NE YOĞUN İLGİ

Denizli Büyükşehir Belediyesi, kentin köklü mutfak kültürünü yaşatmak ve geleneksel tarifleri gelecek kuşaklara aktarmak amacıyla "Geçmişten Gelen Lezzetler, Geleceğe Kalan Tarifler" temasıyla geleneksel lezzetler atölye serisini başlattı. Serinin ilk etkinliği olan Tarhana Yapımı Atölyesi yoğun ilgi görürken, sıradaki Erişte Yapımı Atölyesi için başvurular başladı.

Denizli Büyükşehir Belediyesi, kentin geleneksel mutfak kültürünü gelecek kuşaklara taşımak amacıyla yeni bir atölye serisini hayata geçirdi. "Geçmişten Gelen Lezzetler, Geleceğe Kalan Tarifler" temasıyla düzenlenen serinin ilk etkinliği, Fatih Sosyal Etkinlik Merkezi yanında bulunan Fatih Profesyonel Mutfak Atölyesi'nde gerçekleştirildi. Tarhana Yapımı Atölyesi'nde katılımcılar, Denizli mutfağının vazgeçilmez lezzetlerinden tarhananın hazırlanışını uygulamalı olarak öğrenme fırsatı buldu.

Geleneksel üretim yöntemlerinin paylaşıldığı atölyede, yıllardır kuşaktan kuşağa aktarılan bilgiler yeniden gün yüzüne çıkarıldı.

Tarhana yapımı uygulamalı olarak öğretildi Atölyede tarhananın hazırlanış süreci, kullanılan malzemelerin yoğurma ve mayalama aşamasına, kurutma ve ufalama işlemlerine kadar tüm ayrıntılarıyla ele alındı. Katılımcılara; buğday unu, yoğurt, domates, biber, nohut unu ve tuzun uygun ölçülerde bir araya getirilmesi, tarhana hamurunun yoğrulması ve mayalanması konusunda uygulamalı bilgiler verildi. Mayalanan hamurun hijyenik koşullarda uygun şekilde kurutulması ve ardından el veya elek yardımıyla ufalanarak saklamaya hazır hale getirilmesi de uygulamalı olarak gösterildi. Atölye, katılımcılara geleneksel bir tarifin inceliklerini öğrenmenin yanı sıra bilgi ve deneyim paylaşma imkanı da sundu.

Geleneksel lezzetler atölyelerde

yaşatılmaya devam edecek

Tarhana ile başlayan atölye serisi, önümüzdeki dönemde farklı geleneksel ürün ve tariflerle devam edecek. Program kapsamında yoğurt mayalama, kefir, peynir, tükenmez, sübye, turşu, şerbet ve ekmek yapımı gibi geleneksel üretimlere yönelik atölyeler düzenlenecek. Bunun yanı sıra

Denizli mutfağına özgü farklı lezzetler de katılımcılarla buluşturulacak. Serinin bir sonraki etkinliği ise Erişte Yapımı Atölyesi olacak. Geleneksel mutfak kültürüne ilgi duyan vatandaşlar, atölyelere <https://apps.denizli.bel.tr/mutfakatolyeprogram/> adresinden başvuru yapabilecek.

// Haber Merkezi

BÜYÜKŞEHİR'İN KPSS DESTEĞİNDE SON GÜN 1 EKİM

Denizli Büyükşehir Belediyesinden sosyal yardım alan vatandaşlar için ilk kez hayata geçirilen KPSS giriş ücreti destek başvuru süreyi sürdürüyor. Müracaatların 1 Ekim 2026'ya kadar tamamlanması gerekiyor.

Denizli Büyükşehir Belediyesi, bir süre önce açıkladığı KPSS sınav ücreti desteği projesinde başvuru tarihinin 1 Ekim 2026'da sona ereceği uyarısında bulundu. Sosyal

Hizmetler Dairesi Başkanlığının yürüttüğü proje kapsamında, Denizli Büyükşehir Belediyesinden sosyal yardım alan ya da alacak olan, 35 yaş ve altı vatandaşlar lisans, ön lisans ve ortaöğretim 2026 KPSS giriş ücreti desteğinden faydalanabiliyor. Söz konusu adaylar müracaatlarını www.denizli.bel.tr adresindeki "Başvurular" sekmesinden ya da <https://cbs.denizli.bel.tr/kpssbasvuru/> üzerinden online olarak yapabiliyor. Başvurular 1 Ekim 2026'da sona erecek.

Başvuru Kayıt Bilgileri belgesi sisteme yüklenecek Denizli il sınırları içinde ikamet etme şartı bulunan vatandaşların, işlem yapabilmek için öncelikle sınav ücretini yatırması ve ÖSYM'den aldığı "Başvuru

Kayıt Bilgileri" belgesini de sisteme yüklemesi gerektiği hatırlatıldı. Şartları sağlayan adayların başvurusunun kontrol edilmesinin ardından IBAN hesaplarına Denizli Büyükşehir Belediyesi tarafından KPSS giriş ücretleri yatırılacak. Her haneden yalnızca bir kişinin başvurusu kabul edilecek. // Haber Merkezi



ALZHEİMER FARKINDALIĞI İÇİN GÜÇ BİRLİĞİ

Denizli Büyükşehir Belediyesi Kent Konseyi öncülüğünde, 21 Eylül Dünya Alzheimer Günü dolayısıyla düzenlenen “Nörolojik Rahatsızlıklar ve Alzheimer'da Yeni Ümitler” semineri; yerel yönetimler, meslek örgütleri ve sivil toplum kuruluşlarının temsilcilerini bir araya getirdi.



21 Eylül Dünya Alzheimer Günü nedeniyle düzenlenen program, toplumda erken teşhisin önemi konusunda bilinç oluşturmak ve hasta yakınlarına rehberlik etmek amacıyla Denizli Büyükşehir Belediyesi Kongre ve Kültür Merkezi'nde gerçekleştirildi. Denizli Büyükşehir Belediyesi Kent Konseyi öncülüğünde; Türk Tabipleri Birliği Denizli Tabip Odası, Türkiye Alzheimer Derneği Denizli Şubesi ve Aktif Yaşam Kültür ve Sanat Derneği paydaşlığında düzenlenen etkinlik, kentin sivil toplum ve yerel yönetim dinamiklerinin ortak duyarlılığını aynı salonda buluşturdu.

Hasta yakınları bilgilendirildi, destek mekanizmaları ele alındı. Moderatörlüğünü Türkiye Alzheimer Derneği Denizli Şubesi Başkanı Hatice Hülya Eryılmaz'ın yaptığı programda, Nöroloji Uzmanı Prof. Dr. Türker Şahiner ve Denizli Tabip Odası Başkanı Prof. Dr. Gökhan Önem konuşmacı olarak yer aldı. Prof. Dr. Şahiner, nörolojik rahatsızlıkların seyri, demans ve Alzheimer süreçlerindeki güncel tıbbi gelişmeler, erken teşhisin hastanın yaşam kalitesine olan doğrudan etkileri ve modern tedavi yaklaşımlarındaki umut vadeden yenilikleri, kapsamlı bir şekilde katılımcılarla paylaştı. Alzheimer'ın sadece hastayı değil, tüm aileyi ve yakın çevreyi de ilgilendiren bir süreç olduğuna



dikkat çeken Prof. Dr. Önem ise, konunun çok yönlü toplumsal ve psikolojik başlıkları barındırdığını ifade ederek yerel yönetimler ile sivil toplumun kurumsal dayanışma ağlarını güçlendirmesinin önemini vurguladı.

Hasta yakınları, tıp öğrencileri, sağlık profesyonelleri ve sivil toplum temsilcilerinin yer aldığı etkinlikte, katılımcılar merak ettikleri soruları sorma ve doğrudan yanıt alma imkanı buldu. // Haber Merkezi

DENİZLİ'DE EĞİTİM-SANAYİ İŞ BİRLİĞİNDE ÖNEMLİ ADIM

Denizli Çardak Organize Sanayi Bölgesi tarafından kendi kaynaklarıyla yapımı gerçekleştirilen Denizli Çardak OSB Mesleki Eğitim Merkezi, düzenlenen protokolle Millî Eğitim Bakanlığına devredildi.

Eğitim ile sanayinin buluştuğu önemli bir iş birliği örneği olan merkezin, gençlerin uygulamalı mesleki eğitim imkânlarını artırarak ilimizin nitelikli insan kaynağı ve istihdam kapasitesine katkı sağlaması hedefleniyor.

Mesleki Eğitim Merkezi Millî Eğitim Bakanlığına Devredildi

Denizli İl Millî Eğitim Müdürlüğü ile Denizli Çardak Organize Sanayi Bölgesi Yönetimi arasında “Çardak OSB Mesleki Eğitim Merkezi İş Birliği Protokolü” imzalandı.

Denizli Valiliği Makam Toplantı Salonu'nda, Denizli Valisi Yavuz Selim Köşger'in huzurunda gerçekleştirilen törende, Denizli Çardak Organize Sanayi Bölgesi tarafından kendi kaynaklarıyla yapımı gerçekleştirilen Denizli Çardak OSB Mesleki Eğitim Merkezi (MESEM), Millî Eğitim Bakanlığına devredildi.

Törende; Denizli Çardak OSB Yönetim Kurulu Başkanı İ. Okan Konyalıoğlu,

Başkanvekili Tahir Örikli, Yönetim Kurulu Üyesi Soner Çelik, Denetim Kurulu Üyesi Mehmet Gürel, Denizli İl Millî Eğitim Müdürü Dr. Emre Çalışkan, İl Millî Eğitim Şube Müdürü Yalçın Doğan ve Çardak İlçe Millî Eğitim Müdürü Kazım Tiytili hazır bulundu.

Hedef, Nitelikli İnsan Kaynağını Güçlendirmek

İmzalanan protokolle, mesleki eğitim alanında eğitim-sanayi iş birliğinin güçlendirilmesi, öğrencilerin uygulamalı eğitim imkânlarının artırılması ve iş dünyasının ihtiyaç duyduğu nitelikli insan kaynağının yetiştirilmesi amaçlanıyor.

Protokol kapsamında gençlerin mesleki bilgi ve becerilerle donatılarak iş hayatına daha etkin şekilde hazırlanmaları, eğitim süreçlerinin sektörün ihtiyaçları doğrultusunda desteklenmesi ve Denizli'nin istihdam potansiyelinin güçlendirilmesine katkı sağlanması hedefleniyor.

“Mesleki Eğitim, Üretim Gücümüzün Temel Unsurlarından Biri”

Mesleki eğitimin gençleri iş hayatına hazırlayan, üretim gücünü artıran ve sanayinin ihtiyaç duyduğu nitelikli iş gücünün yetiştirilmesine katkı sağlayan stratejik bir alan olduğuna dikkat çeken Vali Köşger, Denizli Çardak OSB tarafından kendi kaynaklarıyla gerçekleştirilen merkezin Millî Eğitim Bakanlığına devrinin ve imzalanan iş birliği protokolünün, öğrenciler, sanayi

sektörü ve Denizli için hayırlı olmasını temenni etti.

Eğitim-Sanayi İş Birliğine Örnek Denizli Çardak OSB Mesleki Eğitim Merkezi; sanayinin ihtiyaç duyduğu nitelikli insan kaynağının yetiştirilmesi, öğrencilerin teorik bilgilerini uygulama imkânıyla pekiştirmesi ve gençlerin meslek sahibi olarak istihdama kazandırılması açısından

eğitim-sanayi iş birliğinin önemli örneklerinden biri olarak değerlendiriliyor.

Eğitime yapılan yatırımın geleceğe yapılan yatırım olduğu anlayışıyla, Denizli'de gençlerin mesleki gelişimlerine ve istihdamına katkı sağlayacak iş birliklerinin güçlendirilmesi hedefleniyor.

// Haber Merkezi



ŞEKER TÜKETİMİNİN SAĞLIĞA ETKİLERİ HAKKINDA AÇIKLAMA

Pamukkale Üniversitesi (PAÜ) Hastaneleri Endokrinoloji Bilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Semin Melahat Fenkçi, Dünya Şeker Tüketimine Dikkat Haftası kapsamında şeker tüketiminin sağlık üzerindeki etkilerine ilişkin açıklamalarda bulundu.

PAÜ Hastaneleri Endokrinoloji Bilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Semin Melahat Fenkçiyaptığı açıklamalarda şunları söyledi:

“Hücrelerin yapı taşı DNA'da yer alan şeker molekülü nasıl oldu da insan için toksik bir hale geldi?” sorusuyla başlayalım.Aslında glukoz (kan şekeri), insan vücudu için temel bir enerji kaynağıdır. Aldığımız besinler vücutta çeşitli kimyasal süreçlerden geçerek glukozla dönüştürülür ve hücrelerde, özellikle mitokondrilerde, yaşam için gerekli enerjinin üretilmesinde kullanılır. İhtiyaç fazlası enerji ise glikojen ve yağ olarak depolanır ve gerektiğinde yeniden kullanılır. Yani sistem, enerji ihtiyacı ile enerji depolanması arasında hassas bir denge üzerine kuruludur.Sorun glukozun kendisinden çok, uzun süre

boyunca ihtiyaçtan fazla enerji ve özellikle ilave şeker tüketilmesidir. Enerji fazlası sürekli hale geldiğinde hücrelerin insüline verdiği yanıt zamanla azalabilir. Buna insülin direnci denir. Böylece kanda glukoz bulunduğu halde hücrelerin glukozu kullanma ve depolama mekanizmaları sağlıklı biçimde çalışmaz. Kan şekeri yükselirken metabolik denge giderek bozulur ve tip 2 diyabete giden süreç başlayabilir.Kandaki yüksek glukozun bir başka önemli etkisi de proteinlerle reaksiyona girerek ileri glikasyon son ürünleri (AGE'ler) oluşturmasıdır. Bu yapılar hücre ve dokuların normal işleyişini bozabilir; oksidatif stres ve kronik düşük düzeyli inflamasyonla birlikte damarlar, böbrekler, sinirler ve diğer organlarda hasara katkıda bulunabilir.Özellikle fazla miktarda alınan fruktozun önemli bir bölümü karaciğerde metabolize edilir. Aşırı fruktoz tüketimi karaciğerde yeni yağ üretimini artırarak karaciğer yağlanmasına, trigliserit yüksekliğine ve karaciğer kaynaklı insülin direncine katkıda bulunabilir. Bu metabolik bozukluklar zaman içerisinde tip 2 diyabet, yağlı karaciğer hastalığı ve kalp-damar hastalıklarıyla ilişkili bir tabloya dönüşebilir.”

Prof. Dr. Fenkçi: “Şekeri değil fazlasını azalt”

Önemli olanın, meyve ve süt gibi doğal besinlerde bulunan şeker ile gıdalara sonradan eklenen şekeri birbirinden ayırmak olduğunu belirten Prof. Dr. Semin Melahat Fenkçi, doğal besinlerdeki şekerin lif, protein, vitamin ve minerallerle birlikte alındığını ifade etti. Özellikle meyvedeki lifin şekerin emilimini yavaşlattığını ve tokluk sağladığını

söyleyen Prof. Dr. Fenkçi, sözlerine şöyle devam etti: “Buna karşılık şekerli içecekler, hazır meyve suları, tatlılar, pastane ürünleri ve birçok işlenmiş gıdada bulunan ilave şeker, fark edilmeden yüksek miktarlarda tüketilebilir. Şekerli içeceklerin tokluk hissi oluşturma kapasitesinin düşük olması da toplam enerji alımını artırarak kilo artışına ve obeziteye katkıda bulunabilir. Fazla şekerin etkileri yalnızca metabolizma ile sınırlı değildir. Ağız bakterileri tarafından fermente edilen şeker, diş çürüklerinin en önemli önenebilir nedenlerinden biridir. Uzun süreli yüksek şeker tüketimi ise obezite, insülin direnci, karaciğer yağlanması ve kalp-damar hastalıkları gibi birçok kronik hastalık için risk oluşturan metabolik ortamın gelişmesine katkıda bulunabilir. Dünya Sağlık Örgütü, günlük enerjinin ilave şekerlerden gelen bölümünün yüzde 10'un altında tutulmasını, mümkünse yüzde 5'in altına indirilmesini önermektedir. Sonuç olarak glukoz insan yaşamı için vazgeçilmezdir; sorun glukozun kendisi değil, ihtiyaçtan fazla ve özellikle ilave şekerin uzun süre yüksek miktarlarda tüketilmesidir. Vücudumuz fazla enerjiyi önce depolayarak bizi korumaya çalışır. Ancak bu enerji fazlası kronik hâle geldiğinde insülin direnci, yağlanma, oksidatif stres ve inflamasyon gibi süreçler devreye girerek metabolik dengeyi bozabilir. Bu nedenle şekerli tamamen “düşman” ilan etmek yerine, hangi kaynaktan geldiğine, ne kadar tüketildiğine ve beslenmenin bütünü içindeki yerine bakmak gerekir. Sağlıklı bir metabolik denge için işlenmiş ve ilave şeker içeren gıdaları azaltmak; dengeli beslenme, düzenli fiziksel aktivite ve yeterli uyku ile birlikte düşünülmelidir.” // Haber Merkezi





0258 713 2015
0505 787 0436
Aşağı Mh. Cumhuriyet Cd.
No : 12/1 Çivril / DENİZLİ

bilgi@mckmuhendislik.com
www.mckmuhendislik.com
/mckmuhendislik
/mckmuhendislik



SEMİH HACIM

Tarım Ürünleri A.Ş.

Fabrika: 0532 445 9713
www.semihhacim.com
Denizli Karayolu 8.km Kızılcayer Mah.
Boztoprak Kümeevleri No:1 Çivril/Denizli

Semih Hacım
0533 377 3884



Mimarlık * Mühendislik

MİMARİ TASARIM / PLAN / PROJE / TAAHHÜT

FATMA DERE KABAN

MİMAR

EMRE KABAN

İNŞAAT MÜHENDİSİ

0 (537) 821 35 24
0 (258) 713 22 20
deremimarlik
www.deremimarlik.com
deremimarlik@gmail.com
Aşağı mah. Şehit Ahmet
Kandaz Cad. No:4/1
Çivril/Denizli

www.gencivrilgazetesi.com



NUMANOĞLU

EMLAK & İNŞAAT

Halil ERTUĞRUL 0.544 488 69 29
Çarşı Mah. 1 Nolu Belediye İşhanı No:2/A Çivril/Denizli

ERGÜL PİDE

Çorba-Şiş-Köfte-Tavuk Şiş-Adana Kebap-Yaprak Döner
Lahmacun & Pide Çeşitleri



Özel günleriniz
için toplu sipariş
almak

0258 713 3360
0537 848 3127

Ş.Ahmet Kandaz Cad. No:8 (Eski Avrupa Otelі Karşısı) Çivril

ÇELİKPINAR

SOĞUK HAVA TESİSLERİ

Ümit Çelik
Veteriner Hekim



Tel : 0258 713 88 38
Gsm: 0532 463 99 89

Çivril/Dinar Çevreyolu
Üzeri Çivril/DENİZLİ

HOMALILAR OTO ELEKTRİK

Her Marka ve Model Araçların Elektrik Arızalarını İtina İle Yapılır

Marş-Şarj-Akü-Merkezi Kilit
Kalorifer Peteği Temizliği
İtina İle Yapılır

Klima Gazı Dolumu Yapılır



Varta Akü Bayii
Murat Mutlu
0505 907 81 47
0258 713 41 87
Kızılcasöğüt San.Sit.
Çivril/Denizli



0507 959 77 00
Çarşı Mah. İsmet İnönü Bulvarı
No:65 Çarşı Karşısı Çivril
www.sakinotomotiv.com

Gündüz

CENGİZ GÜNDÜZ

Tarım Ürünleri Ticareti

HAŞHAŞ - SUSAM
KİMYON - ANASON
AYÇEKİRDEĞİ - BADEM
ARPA - BUĞDAY

0258 713 10 13
HAL SOKAK NO:2/A ÇİVRİL / DENİZLİ
cgartarim www.cgartarim.com cengizgunduztarim



0258 713 38 38
Sarıy Mah.
Raufdeniz Cad.
No:190 B Çivril/Denizli



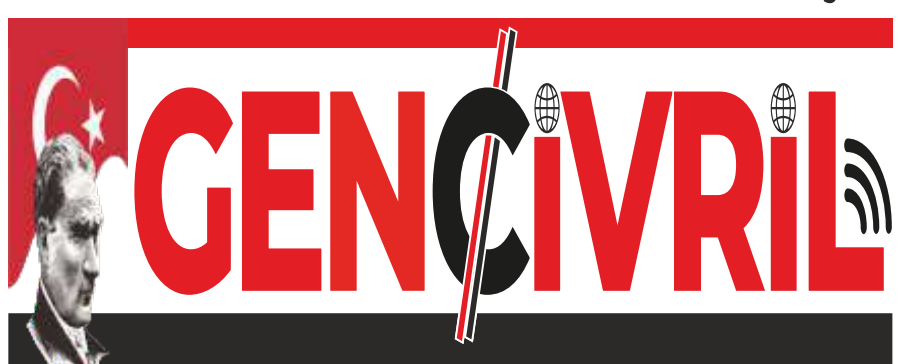
Nuri ÖZEN

0 533 314 16 60

Balçıkhisar Mahallesi Çivril/DENİZLİ



En Güncel Videoları İzlemek İçin



Kanalımıza **ABONE**
Olmayı Unutmayın