



# ARTVİN'DE HABER

24 Haziran 2024 Pazartesi Yıl : 61 Sayı : 14006 Fiyatı : 4 TL

[www.gundemartvin.com](http://www.gundemartvin.com)

**gundemartvin.com**



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

0466 212 59 23

artvingazetecilik@gmail.com

[www.gundemartvin.com](http://www.gundemartvin.com)

Dere Mahallesi Emin Özgün Cad  
No: 30/A

WhatsApp  
İhbar Hattı **0 533 704 59 23**

## Çadır Başvuruları Başladı

43. Kafkasör Kültür, Turizm ve Sanat Festivali için esnaf çadırı başvuruları başladı.



Artvin'in en önemli etkinliklerinden biri olan Kafkasör Kültür, Turizm ve Sanat Festivali bu yıl 43. kez düzenleniyor. Festival kapsamında esnaf çadırı kiralamak isteyen vatandaşlar için başvurular 24 Haziran Pazartesi günü (Bugün) başladı. Başvurular, Artvin Belediyesi Zabıta Müdürlüğü tarafından kabul edilecek. Artvin Belediyesi, Artvin Valiliği ve Artvin Kafkasör Geleneksel Boğa Güreşlerini Yaşatma ve Yaylalarını Koruma Spor Kulübü Demeği iş birliğiyle düzenlenecek festivalde, esnaf için ayrılan çadırlarda yer almak isteyenler 24 Haziran'dan itibaren

başvuruda bulunabilecek. Başvurular hakkında detaylı bilgi almak isteyen vatandaşlar, Artvin Belediyesi Zabıta Müdürlüğü ile iletişime geçebilirler. Festival, geleneksel boğa güreşleri, kültürel etkinlikler, turizm ve sanat faaliyetleri ile dolu dolu bir program sunacak. Yerel esnaf için büyük bir fırsat olan bu etkinlik, hem ekonomik hem de sosyal açıdan önemli katkılar sağlayacak. Çadır kiralayarak ürünlerini sergilemek ve satmak isteyen esnaf, başvurularını zamanında yaparak bu büyük organizasyonda yerini alacak.

Malvina BIBILASHVILI

## “Makineli tarım yok denecek kadar az”



Artvin'de, 2023 tarım ve hayvancılık verilerine göre, tarımsal üretimde insan gücüne dayalı üretim modelinin hakim olduğu bilgisine ulaşıldı. Gundemartvin.com İnternet Haber Sitesi muhabirleri, kentlinin 2023 yılına ait tarım ve hayvancılık verileri ile ilgili Artvin Ticaret ve Sanayi Odası Ticaret Sicili Müdürü Yaşar Kars'tan bilgi aldı. Kentteki tarımsal işletmelerin küçük aile işletmelerinden oluşmakta olduğunu belirten

Kars, tarımsal üretimde, insan gücüne dayalı üretim modelinin söz konusu olduğunu ve makineli tarımın yok denecek kadar az olduğunu kaydetti. Artvin'in toplam arazisininin 729.994 hektar olduğunu ifade eden Kars, arazi dağılımı hakkında, "400.089 hektar orman yüzde 54, 163.284 hektar kültür dışı yüzde 22, 103.521 hektar çayır- mera yüzde 15, 63.100 hektar da tarım arazisidir yüzde 9," dedi.

Sayfa 4'te

## Güner-Murat Çifti Mutluluğa Evet Dedi

Güner Bayraktar ve Murat Yılmaz birlikteliklerini yapılan düğün merasimi ile evlilikle taçlandılar. Güner Bayraktar ve Murat Yılmaz, düzenlenen görkemli bir düğün merasimi ile evlendi. Nafize ve Cevat Bayraktar'ın kızı Güner ile Nevin ve Cevdet Yılmaz'ın oğlu Murat, 23 Haziran Cumartesi günü İskebe Şelale Düğün Salonu'nda dünyaya girdiler. Güner ve Murat çifti, düğün salonuna alkışlar eşliğinde girerek ilk danslarını gerçekleştirdiler. Çift, kendileri için hazırlanan düğün pastasını keserek misafirlerle birlikte doyuya eğlendiler. Bu mutlu günlerinde Güner ve Murat'ı aileleri, arkadaşları ve sevenleri yalnız bırakmadı. Düğün sonrasında Güner ve Murat çifti, duygularını dile getirerek düğünlerine katılan ve katılmayan herkese teşekkür etti. Çift, "Bizim bu



mutlu günümüzde yalnız bırakılmayarak gelen tüm dostlarımıza teşekkür ederiz. Dostlarımız, arkadaşlarımız ve akrabalarımız bu güzel

günümüzde mutluluğumuza ortak oldular. Gösterdikleri ilgi ve düşünceleri için minnettarız ifadelerini kullandı.

Malvina BIBILASHVILI



# “Artvinli Olmak Bir Ayrıcalıktır”

Cumhuriyet Halk Partisi Samsun İl Yönetim Kurulu Üyesi Özgür Öztürk, Türkiye'nin siyasi atmosferi ve Artvin'i diğer illerden ayıran özelliklerinden bahsetti.

Artvinli olmanın getirdiği ayrıcalıklara vurgu yapan Öztürk, memleketine duyduğu sevgi ve özlemi Gündem Artvin İnternet Haber Sitesi muhabeirine anlattı.

Aslen Artvinli olan ve 25 yıldır Samsun'da yaşayan Özgür Öztürk, Artvin'in kendisi için ne ifade ettiğini şu sözlerle dile getirdi: "Artvinli olmak büyük bir ayrıcalık, bunu gittiğim her yerde görüyoruz. Artvinli olmak paylaşmak, var olanı bölüşmektir. Ne olursa olsun hesap kitap yapmadan, çıkarsız ve menfaatsiz birinin yardımına koşmaktır. Biz bıraktığımızda Artvin böyleydi, umarım ki yine böyle devam ediyor. Artvinli olmanın avantajını memleketinizden dışarı çıkışınızda fark ediyorsunuz."

**"Medeniyetin dağdan ovaya yayıldığı tek yerdir Artvin"**  
Öztürk, Artvin'in sosyal ve siyasi yapısının diğer illerden farklı olduğuna değinerek, "Artvin'in havası sert ama insanı merifli. Artvinli olmak bir ayrıcalıktır. Belki de medeniyetin dağdan ovaya yayıldığı tek yerdir Artvin. 1980'li yıllarda Artvin, siyasi yapısından dolayı 'küçük Moskova' olarak adlandırılıyordu. Türkiye'nin eğitim oranı en yüksek il olması sebebiyle de sosyal demokrat ve sol görüşün daha ağırlıklı olduğu bir ildi. Çünkü insanlar her şeyi okuyarak, araştırarak, tartışarak doğru olanı bulmaya çalışıyor." dedi.

Artvin'den hiç kopmadığını vurgulayan Öztürk, "Her yıl Artvin'e gider gelirim. Muhtaka her bayramda Artvin'de olmaya çalışırım. Artvin aşığı bir insanım. Artvin'e gittiğimiz zaman yaşadığımız yer artık memleketimiz haline geldiği için belli bir süre sonra sıklıkla başlıyorum. İnsanlarla iş zamanı sizin boş zamanınızla çıkıyor ve belli bir zaman sonra o insanları da yormaya başlıyorsunuz." diye konuştu. **Samsun'a Yerleşme ve Siyasi Mücadelesi**  
Ailevi sebeplerden dolayı Samsun'a yerleşmek zorunda kaldığını ifade eden Öztürk,

"Samsun'a yerleştimde ilk işim, oradaki parti üyeliğimi Samsun'a aldım. Siyasi tercihimiz aileden gelen bir gelenek gibi görünse de doğru olanın bu yolda olduğunu gördüğümüz için solcu olduk. Artvin'deki CHP'iliğimizi, solculuğumuzu Samsun'a taşıdık. 13 yıl ilçe yöneticiliği, son bir yıldır da il yöneticiliği görevlerinde bulundum" dedi.

**Atakum'daki Başarı ve Gelecek Hedefleri**  
Öztürk, Atakum'daki parti olarak Atakum'daki siyasi başarılarından ve hedeflerinden söz ederek şunları kaydetti: "Buradaki yol arkadaşımızla birlikte 4 sene önce yola çıktığımızda hayallerimiz çok büyüktü. Bunun ilk basamağını gerçekleştirdik Atakum belediyesini aldık. Atakum belediyesini kazanırken de



rol modelimiz 1980'li yıllardaki Fatsa Fikri Sönmez modelidir. Fikri Sönmez ne yapıyordu sokakları kaldırım taşı döşüyordu. O günkü şartlarda yapılması gereken çamurdan Fatsa'yı çamurdan kurtarmaktı. O günkü şartlarda Fikri Sönmez onları yaptı biz şimdi bunu güncelleyerek bilim ve sanat

ama önümüzdeki ilk seçimlerde üçte ikisinin kırmızıya boyanacağına inanıyorum. Doğru zamanda, doğru yerde, doğru insanlarla yola çıkarsanız ve halka dokunursanız bunun karşılığını alıyorsunuz. Ekonomik olarak ülke çökmüş durumda. İnsanlar yeniden bir umut ışığı arıyor ve bu umudun da Cumhuriyet Halk Partisi olduğuna inanıyorum. Çünkü 4-5 Kasım'daki değişim rüzgarı bu partiyi buraya getirdi. Daha katılımcı, kimseyi ötekileştirmeyen, herkese dokunan bir yönetim anlayışıyla yola çıktık. İnsanlar bize oy vermedi ne yaparsanız yapın bize oy vermiyor manşetinde değilim. Çünkü eğer size oy vermiyorsa hatayı önce kendimizde arayacağız. Ne kadar dokunduk biz o insanlara, sorunlarla ne kadar inceledik, ülkenin ekonomik yapısını ne kadar anlatabildik... Bu eksikliklerimizi gidermeye başladık ve bunun karşılığında da ilk yerel seçimde Türkiye'deki belediyelerin çoğunluğunu alarak halk bize açık çek verdi. Bu çekti de iyi kullanan yereldeki iktidarı genele taşıyalım ve ülkeyi ekonomik bir huzura kavuşturduğumuzu dedi."

**Üretim Dayalı Ekonomi Vurgusu**  
Öztürk, üretime dayalı bir ekonomiyle ülkenin yeniden ekonomik bağımsızlığına kavuşacağına inanıldığını belirterek, "Üretime dayalı bir ekonomiyle ülkenin yeniden ekonomik bağımsızlığına kavuşacağına inanılanlardan biriyim." ifadelerini kullandı. **CHP'nin ve Türkiye'nin Geleceği**  
Öztürk, Cumhuriyet Halk Partisi'nin geleceği hakkında da değerlendirmelerde bulunarak, "İlk seçimde Cumhuriyet Halk Partisi iktidarı sosyal belediyeçiliğin ne olduğunu herkes daha iyi görecektir. Daha katılımcı, kimseyi ötekileştirmeyen, herkese dokunan bir yönetim anlayışıyla yola çıktık. Umuyorum ki, ilk yerel seçimde Türkiye'deki belediyelerin çoğunluğunu alarak halk bize açık çek verdi. Bu çekti de iyi kullanan yereldeki iktidarı genele taşıyalım ve ülkeyi ekonomik bir huzura kavuşturacağız." şeklinde konuştu.

Gönül GÜNAY GÖKDEMİR



hedefimiz 5 yıllık program değildi 20 yıl bu kentli yönetmeye talip olduk. Karadeniz'in lokomotifine olmaya talip olduk. Ki bunu da gerçekleştireceğiz Karadeniz Bölgesi'nin lokomotifine olacak. Atakum'daki Cumhuriyet Halk Partisi ve Karadeniz bölgesindeki sosyal demokrat belediyeçiliğin nasıl olduğunu, nasıl yapılması gerektiğini bütün belediyelere göstereceğiz. Bizim

atölyeleriyle devam ettirmeye çalışıyoruz. Umarım ki başarılı olacağız çünkü bu bir ekip işidir. Siyasette ekip işidir, belediyeçilik ekip işidir. Çok güzel bir ekip kurulduğuna inanıyoruz." **Türkiye'nin Geleceğine Dair Umutları**  
Öztürk, Türkiye'nin geleceğine dair umutlarını şu şekilde ifade etti: "Türkiye'nin yanında umut görüyorum. Haritanın yansından fazlasının kırmızıya boyandığını

## Doğa Harikası Şelale Ziyaretçilerini Bekliyor

Murgul'da sarp ormanlık alanda kayanın içinden akan su ile doğal yollardan oluşan Deliklikaya Şelalesi yerli ve yabancı turistlerini bekliyor.

Murgul ilçesinin saklı cennetlerinden birisi olan Deliklikaya Şelalesi yaz aylarının gelmesi ile birlikte yerli ve yabancı turistlerini ağırlamaya başladı. Murgul'a bağlı Başköy'de bulunan şelale, giriş ücretsiz olmasıyla birlikte doğaseverleri ve fotoğraf tutkunlarının ilgi odağı haline geldi.

Artvin'de gezilecek yerler

listesinde yer alan şelale etrafındaki bifki örtüsü ve ormanlık alan ile birlikte yürüyüş severlerinde rotası haline gelmeye başladı. Doğal yollar ile oluşan yüzük şeklindeki "Ormanın yüzüğü" isimli "Deliklikaya Şelalesi" çevresindeki kamelyalar eşliğinde ailecek piknik ve mangal yapmak isteyen aileleri ve gençleri ağırlıyor. Karadeniz'in gözde turizm rotalarından biri olan Murgul, doğa harikası manzarasıyla turistleri cezbelmeye devam ediyor.

Gönül GÜNAY GÖKDEMİR



24 HAZİRAN 2024 PAZARTESİ  
YIL:61 SAYI:14006  
İmtiyaz Sahibi

ARTVİN GAZETECİLİK BASIN YAYIN TİC. LTD. ŞTİ.  
ADINA TEMSİLİ MÜDÜR  
OKAN SEZGİN

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü  
Başak SEZGİN  
Haber Editörü -Sayfa ve Web Editörü  
Ayten ÖZTÜRK  
Muhabirler

Gönül GÜNAY GÖKDEMİR  
Malvina BİBLASHVİLİ  
İdari Adresi

Çarşı Mahallesi Sabit Osman Avcı Hürriyet Caddesi  
Pehlivan Apartmanı A Blok Kat-1 Merkez/ARTVİN  
Baskı Adresi

Dere Mahallesi Emin Özgün Caddesi  
No:30/A ARTVİN TEL: (0 466) 212 59 23

Dağıtım

Akgök Ticaret - Nokta 08 Büfe -  
XL TEKEL & SHOP Büfe -

Günlük Yerel Süreli Yayın

Basın ilke ve etiklerine uymaya söz vermiştir.

Ulusal Elektronik Tebliğat Adresi (UETS)

258783194805477

www.gundemartvin.com

iletisim@gundemartvin.com



# Selin ve Serkan çifti mutlu günlere "evet" dedi

Artvin Gazeteciler Cemiyeti Başkanı Zeki Alkan'ın Oğlu Serkan Alkan, düzenlenen düğün töreni ile dünya evine girdi. Artvin Gazeteciler Cemiyeti Başkanı Zeki Alkan'ın oğlu Serkan Alkan, hayatını Selin Dede ile birleştirdi. Genç çift, mutluluklarına şahitlik etmek üzere aileleri, yakın dostları ve sevenleriyle bir araya geldi. Düğün töreni 22 Haziran Cumartesi günü Şelale Düğün

Salonu'nda düzenlenen görkemli bir törenle taçlandılar. Misafirler, çiftin birbirlerine olan derin sevgisine tanıklık ederken, onların bu özel günlerine ortak olmaktan büyük mutluluk duyduklarını dile getirdiler. Çiftin aileleri ve yakın dostları yanı sıra, şehir protokolünün de katıldığı törende, sevgi dolu bir birliktelik sergilendi. Düğün sonrası katılımcılara teşekkür eden çift: "Hayatımızın en mutlu günlerinden birini

sizlerle birlikte geçirmek bize büyük bir mutluluk ve onur verdi. Her birinizin bu özel günümüzde yanımızda olması, bizim için çok değerliydi. Gösterdiğiniz sevgi, ilgi ve destek için teşekkür ederiz. Sizlerle birlikte düğünümüz hayal ettiğimizden daha özel ve anlamlı bir hale geldi. Bizimle birlikte bu mutlu günü paylaşan herkese sonsuz teşekkürlerimizi iletiyoruz." ifadelerine yer verdi.

**GÖNÜL GÜNAY GÖKDEMİR**



# Gençlerin Deyim ve Atasözü Oyunu İlgi Gördü

Artvin'de düzenlenen Bilim Şenliği'nde, öğrencilerin hazırladığı "Nesneleri Birleştir Deyim ve Atasözlerini Bul Oyunu" projesi, ziyaretçilerin dikkatini çekti ve büyük beğeni topladı. İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nün koordinesinde Artvin Bilim Sanat Merkezince Bilim Şenliği organize edildi. Şenliğe katılan 68 öğrenci stantları gezen

katılımcılara projelerinin tanıtı. Şenlikte TÜBİTAK, 4006, 2204 veya TEKNOFEST yarışmalarına katılan projeler başta olmak üzere 20 proje yer aldı. Şenliğe katılan projelerden biri olan TÜBİTAK 4006 Bilim Fuarı "Nesneleri Birleştir Deyim ve Atasözlerini Bul Oyunu" ilgi gördü. Şehit Erol İnce İmam Hatip

Ortaokulu 7. Sınıf öğrencileri; Nisa Nur Akbaba, Müberra Demirci, Zeynep Ebrar Kurt'un görev aldığı projede deyim ve atasözlerinin akıllarda daha çok kalması amaçlandı. Projenin danışmanlığını Merve Elif Mutlu yaptı. Danışman Merve Elif Mutlu, proje hakkında bilgi vererek, okul öncesi öğrencilerine yönelik üç boyutlu nesnelerin kullanıldığı bir oyunun tasarlandığını ifade etti. Mutlu, yaptıkları araştırmada, hazırlanan oyunun deyim ve atasözlerinin anlamlarıyla birlikte öğretilmesindeki etkisini incelediklerini kaydetti. Bu kapsamda bu deyim ve atasözlerini çağrıştıracak üç boyutlu görseller ile oynanan oyunda, çocuklara seçilen deyim ve atasözleriyle ilgili örnek metinler okunduğunu belirten Mutlu, metinde geçen deyim ve atasözleri yazıcıdan çıkarıldığı üç boyutlu nesnelere ile canlandırıldığını aktardı. Üç boyutlu nesnelere öğrencilerden anlamı kendilerine söyleyen deyim ve atasözü ile alakalı nesnelere birleştirmeleri istediklerini ifade etti.



Oyun öncesi ve sonrası yapılan test çalışmasında elde edilen bulgular doğrultusunda oyunun belirlenen deyim ve atasözlerinin öğretiminde etkili olduğunu gördüklerini belirtti. "Proje geçen yıl 2204 TÜBİTAK Türkiye Finallerine gitti" Öğrenci Zeynep Ebrar Kurt, projenin 2023 yılında 2204 TÜBİTAK Türkiye Finallerine gittiğini ifade etti. Projeyi 3. Sınıf öğrencilerine denediklerini ifade eden Öğrenci Müberra Demirci, sunları söyledi:

"Burada çocuklar için belirlediğimiz deyim ve atasözlerini öncelikle tasarladık daha sonra üç boyutlu yazıcılardan çıkarttık. Deyim ve atasözlerinin akıllarında daha çok kalmasını amaçladık. Örneğin 'küplere binmek' deyimini iki şekilde çıkarttık. Hem küpleri hem de oturan ve sınırlı bir kişinin materyalini yaptık. Öğrenciler bu iki parçayı birleştirerek anlamını buluyorlar. Bu sayede eğlenceli bir şekilde öğrenmiş oluyorlar."

**Malvina BİBİLASHVİLİ**

# "Artvinli Olmak Hayata 1-0 Önde Başlamak Demektir"

Samsun'un Atakum ilçesinde 27 yıldır yaşayan ve aslen Artvinli olan Adnan Alkan, Artvinli olmanın getirdiği avantajları ve Samsun'daki yaşamını Gündem Artvin İnternet Haber Sitesi'ne anlattı. **Artvinli Olmanın Avantajları** Adnan Alkan, Artvinli olmanın hayata 1-0 önde başlamak anlamına geldiğini belirtti. Artvin'den dışarı çıkmadan fark edilmeden bu durumun, farklı bir şehirde yaşadığında daha belirgin hale geldiğini ifade eden Alkan, "Burada yaşadığım süre içerisinde çok iyi diyaloglarımız gelişti. Bugün burada esnaflık yapıyorum ve bu seviyeye gelmemde halkın bana sahip çıkmasının büyük payı var" dedi. **Atakum'da Hizmet ve CHP'ye Katkılar** Alkan, Atakum halkına hizmet etmek için bir fırsat yakaladıklarını ve bu fırsatı değerlendirerek, insanların

yaşam kalitesini yükseltmek için çaba sarf ettiklerini söyledi. "CHP örgütünü nasıl daha ilerleye taşıyabiliriz bunun çabası içerisindeyiz" diyen Alkan, Artvin'i bugüne kadar öne çıkaran tüm büyüklerini saygıyla andığını ve onlardan aldıkları bayrağı daha yukarıya taşımak istediklerini belirtti. **Artvin'in Kültürel Mirası** Artvin'in suyu ve havası ile büyüdüğünü ifade eden Alkan, iş yerine gelen herkesin onun Artvinli olduğunu hemen anladığını söyledi. "İş yerimdeki nesnelere ve aksesuarlar Artvin'i yansıtıyor. Artvin'in kültürel olarak tüm özelliklerini üzerimde taşıyorum" diyen Alkan, Artvin demeklerine üye olduğunu ve görevlerini yerine getirmeye çalıştığını ekledi. Toplumdaki birlik ve beraberlik ruhunu geliştirmek için çaba sarf ettiklerini belirtti. **Yeni Nesil ve Artvinli Kimliği**

Alkan, hiçbir zaman kendisi için Artvinli kimliğini kullanarak bir şey yapmadığını ve bu şekilde düşünmediğini vurgulayarak, "Elimizden gelen imkanlarla arkadaş gruplarımızda Artvinlileri daha iyi bir araya getirip daha ileriye taşımak, tekrar güç olabilmek için çalışıyoruz. Yeni nesil kendi özünü unutmuş durumda, tekrar kimlik kazandırmak bir süreç meselesi. Burada ne kadar olumlu şeyler yaparsak sonuçları da ona göre yansıyacaktır" dedi. **Artvinlilerin Özellikleri** Alkan, Artvinlilerin liyakatlı, yardımsever, toplumsal sorumluluktan kaçmayan, sorgulayıcı, sorun çözmede aktif ve mücadeleci yapılarının onları bir adım öne çıkardığını söyledi. Artvinlilerin, sorun çözen insanların yanında sürekli yer aldığını ve bu özelliklerinin de onları farklı kıldığını ifade etti. **Malvina BİBİLASHVİLİ**





# "Makineli tarım yok denecek kadar az"

Artvin'de, 2023 tarım ve hayvancılık verilerine göre, tarımsal üretimde insan gücüne dayalı üretim modelinin hakim olduğu bilgisine ulaşıldı. Gundemartvin.com İnternet Haber Sitesi muhabirleri, kentlinin 2023 yılına ait tarım ve hayvancılık verileri ile ilgili Artvin Ticaret ve Sanayi Odası Ticaret Sicil Müdürü Yaşar Kars'tan bilgi aldı. Kentteki tarımsal işletmelerin küçük aile işletmelerinden oluşmakta olduğunu belirten Kars, tarımsal üretimde, insan gücüne dayalı üretim modelinin söz konusu olduğunu ve makineli tarımın yok denecek kadar az olduğunu kaydetti. Artvin'in toplam arazisinin 729.994 hektar olduğunu ifade eden Kars, arazi dağılımı hakkında, "400.089 hektarı

orman yüzde 54, 163.284 hektar kültür dışı yüzde 22, 103.521 hektar çayır- mera yüzde 15, 63.100 hektar da tarım arazisidir yüzde 9." dedi. Kars, bitkisel üretimin, çoğunlukla Çoruh Nehri ve kollarının oluşturduğu vadi tabanında bulunan tarımsal arazilerde yapılmasına karşılık, hayvansal üretimin yüksek kesimlerde yapılmakta olduğunu aktardı. "Gübre ve zirai ilaç kullanımının çok az olduğunu sözlerine ekleyen Kars, "Kentte son üç yıla baktığımızda, 91.560 (dekar) alanda yaklaşık 144.000 ton çay üretilmekte; 83.000 (dekar) alanda ise yaklaşık 5.500 ton fındık üretimi yapılmaktadır." dedi.

Kars, üretilen diğer ürünleri (Da -Dekar) alanı bakımından, ortalama olarak şöyle sıraladı: "Mısır 9.904 Patates 10.400 Fasulye(kuru) 5.950 Ceviz 6.069 Fasulye(taze) 3.941 Bağ 2.025 Domates 2.128 Zeytin 861 Hıyar 1.064 Kiraz 738 Kivi 310 Diğer ürünler 77.100" Artvin'de toplam tarım arazisinin 631.000 (dekar) olduğunu, kullanılmayan tarım arazisinin 336.522 (da) olup, kayıtlı toplam çiftçi sayısının 13.907 olduğunu ifade eden Kars, "İlimizde Büyük ve Küçükbaş hayvan varlığı ise toplam 231.000 civarındadır." diye konuştu. "İlimizde ana arı üretiminde ilk sırada" Artvin'in 'Kafkas Anırlarının' gen merkezi olduğunu sözlerine ekleyen Kars, "İlimizde koloni sayısı son üç yıl bakıldığında



(+ -) toplam (aktif ve pasif) 131.427'dir. Aktif halde olan 103.173 koloniden bir yılda yaklaşık 1200 ton bal üretilmektedir. İlimizde koloni başına verim ortalama 11-12 kg'dır. (Türkiye Ort. 14.3 kg) Türkiye genelinde ilimiz ana arı

üretiminde ilk sırada yer almaktadır. Türkiye genelinde toplam 143 ana arı üretim işletmesinin 16'sı ilimizde bulunmaktadır. Bunların 1 tanesi damızlık ana arı üretim izini işletmemiz." dedi.  
Malvina BIBİLASHVİLİ

# "Bir sonraki dönem kursumuza bekliyoruz"

Artvin'de, Halk Eğitim Merkezi'nde Deri ve Ehlam Dokuma İşlemciliği Kursu veren Usta Öğretici Nurhayat Bilgin, bu sanata ilgi duyan vatandaşları bir sonraki dönem kursiyer olmaya davet etti. Hayat Boyu Öğrenme Haftasında Artvin Halk Eğitim Merkezi tarafından açılan kurs tanıtım standlarında Deri ve Ehlam Dokuma İşlemciliği kursunun ürünleri de yerini aldı. Standa gelen vatandaşlara kurs hakkında bilgi veren Usta Öğretici Nurhayat Bilgin, kursiyerlerin yıl boyunca yaptığı ürünleri de standa gelen kişilere

tanıttı. Eğitime sıfırdan başladıklarını aktaran Bilgin, "Kimse yapamam diye düşünmesin ben en temelden öğretiyorum. Zaten yapıpca alıyor insan. Günün sonunda ortaya güzel bir ürün çıkınca insanın ürettikçe üretmesi geliyor." dedi. Kursun kursiyerlere sosyalleşme olanağı tanıdığını belirten Bilgin, kursta vaktin eğlenceli ve üretken geçtiğini kaydetti. Bilgin, "Kursumuza talep var. Herkesin hoşuna gidiyor. Değişik, farklı bir iş olmasının avantajını yaşıyoruz. Dikkat çekiyor. Kursumuz vesilesiyle

kursiyerlerimize bir yandan sosyal bir faaliyet olanağı sağlarken bir yandan da ev ekonomisine katkı da bulunmalarını sağlıyoruz." şeklinde konuştu. Ev ekonomisine katkı Bir yandan sosyal faaliyet olanağı sağlayan kursun bir yandan da gelir kapısı oluşturduğunu aktaran Bilgin, ev ekonomisine katkıda bulunduğunu ifade etti. Eş, dost ve yakın çevrelerine ürün satılabildiklerini kaydeden Bilgin, deri çantanın Artvin'de yeterli alıcı olmadığını da ekledi. Bilgin, "Mümkün oldukça satışını yapmaya çalışıyoruz fakat fazla bir pazarını bulamıyoruz." dedi. Hakiki deriden çanta, cüzdan gibi ürünler yapıldığını ifade eden Bilgin, hakiki deriyi İstanbul'dan, Isparta'dan, Ankara'dan temin ettiklerini kaydetti. Hakiki deri fiyatlarının oldukça maliyetli olduğunu aktaran Bilgin, "Hakiki derilerimizin önce kalıplarını hazırlıyoruz.



Kalıpların üzerine desen uyguluyoruz ve desenlerimizi işliyoruz. Çeşitli desenlerle

işlemler yapıyoruz." ifadelerini kullandı.  
Gönül GÜNAY GÖKDEMİR

# Mısır koçanı kadınların elinde sanata dönüşüyor

Artvin'de, Halk Eğitim Merkezi'nde Mısır Koçanı Kursu veren Usta Öğretici Birnaz Şahinbaş, evine dekoratif ürün yapmak isteyen vatandaşları kursa davet etti. Hayat Boyu Öğrenme Haftasında Artvin Halk Eğitim Merkezi tarafından açılan kurs tanıtım standlarında Mısır Koçanı kursunun ürünleri de yerini aldı. Standa gelen vatandaşlara kurs hakkında bilgi veren Usta Öğretici Birnaz Şahinbaş, kursiyerlerin yıl boyunca yaptığı ürünleri de standa gelen kişilere tanıttı. Şahinbaş, "Mısır koçandan eskiden hasırlar yapılmış, ekinleri kurutulmuş. Biz de günümüzde mısır koçanından ev dekoratif ürünleri yapıyoruz ve zevkle çalışıyoruz. Evlerine yeni ürünler katmak isteyenleri



kursumuza bekliyoruz." dedi. En masrafsız el sanatlarından biri Mısır koçanından yapıldığı için maliyetinin olmadığını ifade eden Şahinbaş, Mısır Koçanı sanatının yapılabilecek en

masrafsız el sanatlarından biri olduğunu ifade etti. Şahinbaş, mısır koçanı ile ekmek sepeti, oyuncak sepeti, kirlili sepeti, peçetelik gibi birbirinden farklı birçok ürünü yapılabildiklerini söyledi.

Ürünlerin yapılış aşamasını anlatan Şahinbaş, "Öncelikle mısır koçanlarının kötü yerlerini kesiyor ve temizliyoruz. Sonra sıcak ve soğuk suyla şoklama işlemi yapıyoruz. Ardından bezin üzerine alarak nemini alıyoruz.

Islak şekilde örmeye başlıyoruz." dedi. Artvin'de mısır koçanı ürünlerinin satışının fazla olmadığını, genelde vatandaşların kursa gelerek kendi ihtiyaçlarına göre eşyalar yaptıklarını ifade etti. Şahinbaş, "Pahalılık ve ekonominin gündemde olduğu bu günlerde en masrafsız el sanatlarından biri de Mısır Koçanı sanatıdır. Yaratıcılığınza bağlı çeşit çeşit ürün çıkartabilirsiniz. Sınır yok. Yaptıklarınızı satarak ev ekonomisine katkı da sağlayabilirsiniz. Kendi ürettiğiniz ürünlerinizle ihtiyacınıza yönelik evinizi dekore edebilirsiniz. Her şey üzerine uyguluyoruz." ifadelerini kullandı.  
Gönül GÜNAY GÖKDEMİR



# Cebeci ve Şimşek ailesinin mutlu günü

Ceren Cebeci ve Coşkun Ozan Şimşek çifti birlikteliklerini evlilikle taçlandırdı.

Artvin'in tanınan simalarından Mehmet-Sevda Cebeci'nin kızı Ceren Cebeci, Ahmet-Şenay Şimşek'in oğlu Coşkun Ozan Şimşek ile yapılan düğün töreni ile dünya evine girdi. Çiftin mutluluğunu paylaşmak üzere çok sayıda davetlinin katıldığı düğün töreni, Şelale düğün salonunda gerçekleştirildi. Tören, her iki ailenin de yakın dostları ve akrabalarının yoğun katılımıyla oldukça renkli ve coşkulu geçti.

Düğün töreninde, Ceren ve Coşkun Ozan'ın mutlulukları yüzlerinden okunuyordu. Misafirler, çiçeği burnunda çifti tebrik ederken, gece boyunca eğlenceli anlar yaşandı. Ceren Cebeci ve Coşkun Ozan Şimşek çifti, düğünlerinde Artvin'in yöresel ezgileri eşliğinde doyusuya eğlendi. Birlikteliklerini evlilikle taçlandırdıkları için mutlu olduklarını dile getiren Cebeci, "Bu güzel günümüzde bizi yalnız

bırakmayan dost ve akrabalarımıza çok teşekkür ederiz. Çok güzel bir düğün oldu. Sevdiği insan ile evlenmek oldukça güzel bir duygu. Tüm sevenlerin kavuşması dileğiyle." dedi. Cebeci ve Şimşek aileleri, bu mutlu günlerinde kendilerini yalnız bırakmayan tüm dost ve akrabalarına teşekkürlerini iletti. "Çifte ömür boyu mutluluklar dileriz."

Gönül GÜNAY GÖKDEMİR



## Evliliğe İlk Adımlarını Attılar

Sıla Sarı ve Mehmet Aktaş çifti evlilik yolundaki ilk adımını attı.

Emekli öğretmen Artvin Belediye Başkanı Bilgehan Erdem, eski öğrencisi Sıla Sarı'nın nişan törenine kahkandı. Kalembi İskele'de görkemli bir törenle nişanlanan genç çiftin nişan kurdelesini kesen Başkan Erdem, bu kutsal göreve kendisini davet ettikleri için duyduğu memnuniyeti dile getirdi. Bu özel günde mutluluklarını sevdikleriyle paylaşan Sıla ve Mehmet çiftini tebrik eden Erdem, törende yaptığı konuşmasında çifte ömür boyu mutluluklar diledi. Birçok öğrencisi olduğunu ve öğrencilerine en büyük tavsiyesinin "sevgi" olduğunu ifade eden Erdem, "Sevginin açamayacağı kapı, üstesinden gelemeyeceği hiçbir zorluk yoktur." dedi. Erdem, "Sizlere tavsiyem: sevgi, saygı, aranızdaki mahrem seviye her şeyi çözer. Hayatınız boyunca mutlu olmanızı diliyorum. Ayağınız taş, gözünüze yaş düşmesin. Mutluluklar diliyorum. Sizleri önce Allah'a sonra birbirinize emanet ediyorum. Hayırlı uğurlu olsun." ifadelerini kullandı. Nişan törenine Milletvekili Çelik'ten mesaj AK Parti Artvin Gençlik Kolları Siyasi Hukuk Başkanı Mehmet Aktaş'ın Sıla Sarı ile gerçekleştirdiği nişan törenine



kahlamayan AK Parti Artvin Milletvekili Faruk Çelik de genç çifte mesaj gönderdi. Genç çiftin nişan törenine önceden belirlenmiş programları nedeniyle katılmadığını belirten Milletvekili Çelik, çifte hayırlı olsun dileklerinde bulundu. "İki cihan saadeti diliyorum" Çifti tebrik eden Çelik, mesajında şunları söyledi: "Sevgili kardeşlerim Sıla ve Mehmet: nişan merasiminize nazik davetiniz için içtenlikle teşekkür ederim. Katılmayı çok arzu etsem de önceden belirlenmiş programların

nedeniyle aranızda alamıyorum. Öncelikle sizleri tebrik ediyorum. Çıktığınız bu yolda sevgi ve saygı içerisinde sağlıklı bir ömür sürmenizi temenni ediyorum. Bu vesileyle sizlere, ailenize ve kıymetli misafirlere en kalbi sevgi ve salamlarımı sunuyorum. Nişanınız hayırlı olsun, Allah tamamına erdirsin." Nişan töreni, çiftin aileleri, yakın arkadaşları ve davetlilerin katılımıyla neşe içinde geçti.

Malvina BİBİLASHVİLİ

## Aynı bölgede heyelan çilesi bitmiyor

Türkiye'nin Kafkaslara açılan Kapısı olan Sarp Kara Hudut Sınır kapısına giden uluslararası kara yolu tehlike saçmaya devam ediyor. Hopa'da meydana gelen heyelanda Karadeniz sahil yolu tek taraflı olarak ulaşım kapandı. Artvin'in Hopa ilçesine bağlı Termik mevkiinde yamaçtan kopan dev kaya kütleleri Karadeniz Sahil Yoluna düştü. Bölgeden geçen seyir halindeki araçlara çarpan kaya kütleleri maddi hasara neden oldu. Şans eseri ölen veya yaralanan kimsenin olmadığı olayda sürücüler panik dolu anlar yaşadı. İhbar üzerine bölgeye trafik polisleri ve kara yolları ekipleri sevk edildi. Tek taraflı kapalı olan yolu açmak için çalışmalar başlatıldı. Aynı bölgede ilk heyelan değil! Yağmurlu günlerde heyelan ve kaya düşme tehlikesi korkusu ile yolu kullanmak zorunda olan



sürüler korkulu anlar yaşamaya devam ediyor. Ortalama her 3 ayda bir heyelanın meydana geldiği bölgede, vatandaşlar yetkililerden kalıcı çözüm talep ediyor. Aynı bölgede heyelan sonucu ölen vatandaşların olduğunu habırlatan bölge halkı seslerini duyurmak istiyor.

Malvina BİBİLASHVİLİ

**GÜNDEM ARTVİN GAZETESİ**  
gundemartvin.com

**Hemen indir**

**GÜNDEM ARTVİN GAZETESİ**  
HALKIN SESİ



# "Çamurlu su içmeye son!"



Arhavi Belediye Başkanı Turgay Ataselim, "belediyeeye yük getirmeden" söylemi ile seçim sürecinde vadettiği projeler için çalışmalarına devam ediyor. Arhavi Belediye Başkanı Turgay Ataselim, 31 Mart yerel seçimler öncesinde vadettiği projeler arasında yer alan "su projesi" çalışmalarında start vererek çalışmalarına devam ediyor. Su havzasının tahribata uğraması ve yoğun yağış anında içme suyunun kirlenmesi nedeniyle Arhavi'de büyük bir problem haline gelen içme suyuna "çamurlu su içmeye son" diyerek Arhavi Belediyesi çalışmalarına özverili bir şekilde başladı.

Çalışmalara başlayan Ataselim, yapmakta oldukları 2600 metrelik içme suyu isale hattı sayesinde su membasından tesislere kadar olan suyu güvene alabileceğini kaydetti. DSİ Bölge Müdürü Sinan Yıldız eşliğinde içme suyu havzasında incelemelerde bulunduğunu kaydeden Ataselim, içme suyunda yaşanan olumsuzlukları ortadan kaldırmak için proje çalışmalarına en kısa sürede başlanacağını söyledi. İçme suyu borusu alım işinde kullanılmak üzere iller bankasından 3.500.000 TL hibe aldıklarını aktaran Ataselim, "İller bankası bize hibe kaynak aktardı ve geri ödemesi yok.

2.600 metre mesafedeki içme suyu borusu için iller bankası teşekkür ediyoruz. DSİ Genel Müdürlüğü bizim buradaki çalışmalarına iş makinesi sağlayacaklarını ve iş makinesinin tüm maliyetlerini kendisinin üstlendiğini söyledi. Arhavi belediyesi olarak içme su borularının ihalesine çıktık. Hedefimiz Arhavi belediyesine yük getirmeden çözmektir" dedi. Devlet Su İşlerinin makine desteğini vereceğini söyleyen Ataselim, geçtiğimiz günlerde açılış gerçekleştirilen program ile birlikte yedi adet iş makinesinin hizmete alım programının gerçekleştiğini kaydetti.

Malvina BİBİLASHVİLİ

## Bir Ömür Mutluluğa Adım Attılar

Tansu İçen ve Doğan Karataş birlikteliklerini yapılan düğün merasimi ile evlilikle taçlandılar.

Makbule-Süleyman İçen'in kızı Tansu ile Eser-Yaşar Karataş çiftinin oğlu Doğan Karataş, 22 Haziran Cumartesi günü Çoruh Park Düğün Salonu'nda düzenlenen tören ile dünya evine girdi. Genç çift, düğün salonuna alkışlar eşliğinde girerek ilk danslarını yaptı. Kendileri için hazırlanan pastayı kesen genç çift, müzikler eşliğinde gönüllerince eğlendi. Genç çifti, pistte ailesi, arkadaşları ve sevenleri yalnız bırakmadı.

Düğün sonrasında duygularını dile getiren Tansu ve Doğan çifti düğünlerine katılan ve katılmayan herkese çok teşekkür ettiklerini söyleyerek, "Düğünümüze uzaktan yakından gelerek bizi en mutlu günümüzde onurlandıran, mutluluğumuzu paylaşan tüm dost, akrabalarımıza gönülden teşekkür ediyoruz. Düğünümüze katılıp bizimle bu mutlu günümüzü paylaştığınız için çok teşekkür ederiz. Sizinle bir arada olmak, bu özel günümüzde

yanımızda görmek bizi son derece mutlu etti. Her birinizin katkısı ve desteği, bugünü unutulmaz kıldı. Gösterdiğiniz ilgi ve sevgi için minnettanız. Sizler olmadan bugün aynı anlamı taşımayacaktı. Umarız siz de bizim kadar keyif aldınız ve bu özel günümüzü birlikte geçirmekten mutlu olmuştunuzdur. Yeniden teşekkür ederiz, sevgi ve saygılarımı sunanız. "İfadelerini kullandı.

Malvina BİBİLASHVİLİ



## Bazgiret Şelalesi'nden Napurnev Yaylası'na Yürüdüler

Patika Yürüyüş Kulübü, Bazgiret Şelalesi ve Napurnev Yaylası'nda 15 kilometrelik yürüyüş gerçekleştirdi.

Patika Yürüyüş Kulübü, Artvin'in doğal güzelliklerini keşfetmek amacıyla düzenlediği etkinliklerine bir yenisini ekledi. Kulüp üyeleri, 24 derece sıcaklıkta yaklaşık 15 kilometrelik bir yürüyüşte Bazgiret Şelalesi'nden Napurnev Yaylası'na düzenledikleri yürüyüşte Artvin'in muhteşem doğasında keyifli bir gün geçirdi. 2018 yılında kurulan ve o günden bu yana aktif bir şekilde faaliyet gösteren Patika Yürüyüş Kulübü, altı yıldır Artvin'in doğal güzelliklerini tanıtmaya misyonuyla yürüyüş etkinlikleri düzenliyor. Kulüp, özellikle Artvin Çoruh Üniversitesi öğrencileri ve yerel halkın katılımıyla zengin bir doğa deneyimi sunuyor. Patika Yürüyüş Kulübü Sorumlusu Hasan Yüksel, kulübün yıllar içinde kaydettiği ilerlemeler ve elde ettiği başarılar hakkında önemli açıklamalarda bulundu. Hasan Yüksel, kulübün altı yıl boyunca Artvin'in birçok noktasında yürüyüşler düzenlediğini ve bu etkinlikler sayesinde sayısız anı



biriktirdiklerini belirtti. Yüksel, "Altı yıldır Artvin'in birçok noktasında yürüyüş gerçekleştirdik. Bu yürüyüşlerde çok ayrı birliktir ve biriktirmeye devam edeceğiz. Artvin'in doğa güzelliklerini keşsettiklerimiz bu yürüyüşlerde yeni arkadaşlıklar kurduk" dedi. Artvin'in dört mevsim boyunca sunduğu doğa güzelliklerini en iyi şekilde tanıttıklarını vurgulayan Yüksel, "Artvin yaz, kış, ilkbahar, sonbahar her mevsim çok güzel. Her mevsim ayrı güzel. Bu nedenle Artvin'in kıymetini bilmeliyiz, daha çok gezmeliyiz. Patika

Yürüyüş Kulübü olarak altı sene Artvin'e gelen doktorlara, öğretmenlere, memurlara, Artvin Çoruh Üniversitesi öğrencilerine Artvin'in doğasını güzel bir şekilde tanıttık, tanıtmaya devam ediyoruz. Ayrıca biz, Artvin'in büyük eksikliği olan sosyal hayat ve aktivite kısıtlılığına bir nebeze çare olduk. İnsanlar hafta sonlarını güzel bir şekilde geçirmek istiyorlar ve bunu Patika Yürüyüş Kulübü'ne katılarak sağlamış olduk" şeklinde konuştu. Patika Yürüyüş Kulübü, yalnızca bir yürüyüş kulübü olmanın

ötesine geçerek, güçlü dostluklar ve arkadaşlıklar kuran bir topluluk haline geldi. Kulüp, sosyal sorumluluk projeleriyle de dikkat çekiyor. Deniz Bebek için düzenlenen yürüyüş ve Türkiye'de meydana gelen deprem felaketinden etkilenen vatandaşlara Patika Kitabevi ile birlikte yapılan yardım toplama çalışmaları, kulübün dayanışma ruhunu ve toplumsal sorumluluğunu gözler önüne seriyor. Hasan Yüksel, "Patika Yürüyüş Kulübü bir dayanışmadır, arkadaşlıktır, sevgidir, doğadır. Umarım yürüyüşlerimiz hep sürecekler"

İfadeleriyle kulübün misyonunu ve vizyonunu özetledi. Yürüyüş kulübünün üyeleri, her hafta sonu düzenlenen etkinliklerle Artvin'in bilinmeyen ve keşfedilmemiş köşelerini keşfetmeye devam ediyor. Bu sayede katılımcılar, doğa ile iç içe olma fırsatı bulurken, aynı zamanda yeni arkadaşlıklar kuruyor ve sosyal hayatlarına değer katıyorlar. Patika Yürüyüş Kulübü'nün düzenlediği yürüyüşler, doğa sevgisini ve farkındalığını artırmanın yanı sıra, Artvin'in turizmine de katkı sağlıyor.

Malvina BİBİLASHVİLİ

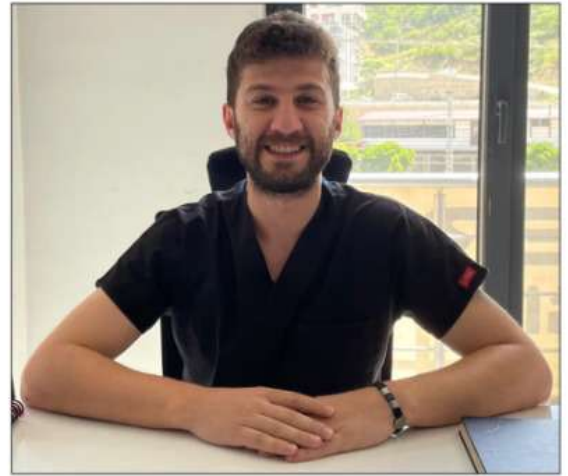


# Ağız ve Diş Sağlığına Dikkat

Diş Hekimi Deniz Coşkun Çoruh, Kurban Bayramı ardından ağız ve diş sağlığı bakımından dikkat edilmesi gereken konulara değindi. Diş Hekimi Deniz Coşkun Çoruh, ağız ve diş sağlığını korumak için düzenli olarak dişlerin fırçalanması, diş ipi kullanılması ve diş hekimi ziyaretlerinin önemini vurguladı. Ayrıca, sağlıklı bir diyet ve yeterli su tüketiminin de ağız sağlığını desteklediğini belirterek "Bu yılda bir kurban bayramını geride bıraktık. İyi bir bayram geçirmiş olmanızı temenni ediyorum. Buzdolabı raflarında yer alan etlerin tüketiminin ağız ve diş sağlığı açısından nasıl etkileri olacağından biraz bahsedelim" diyerek önemli bilgileri paylaştı. **Et Tüketiminin Ağız ve Diş Sağlığına Etkileri** Et, diş ve diş eti sağlığı için gerekli olan protein ve B12 vitamini gibi besin öğeleri açısından zengindir. Çoruh,

"Protein, diş etlerinin ve çevre dokuların sağlıklı kalmasına yardımcı olur" dedi. **Çiğneme ve Salya Üretimi:** Çiğneme süresini artırarak salya üretimini teşvik eder. Çoruh, "Salya, ağızdaki bakterileri temizlemeye ve diş çürüklerini önlemeye yardımcı olur" şeklinde konuştu. **İşlenmiş ve Yağlı Etlerin Riskleri:** Özellikle işlenmiş ve yağlı etler, ağızda kalıntı bırakabilir ve bu da bakterilerin üremesine neden olabilir. Çoruh, "Bu kalıntılar diş aralarında birikerek diş eti iltihabına ve diş çürüklerine yol açabilir" uyarısında bulundu. **Asidik Soslar ve Garnitürler:** Etin yanında tüketilen bazı soslar ve garnitürler asidik olabilir ve diş minesine zarar verebilir. **Ağız ve Diş Sağlığını Korumak İçin Öneriler** **Düzenli Fırçalama:** Günde en az iki kez florürlü diş macunu ile dişlerin fırçalanması önemlidir. Çoruh, "Sabah ve

akşam olmak üzere dişlerin düzenli olarak fırçalanması plak oluşumunu engeller," dedi. **Diş İpi Kullanımı:** Dişlerin arasında kalan yiyecek artıklarını temizlemek için günde bir kez diş ipi kullanılması önerilir. **Ağız Gargarası:** Antiseptik ağız gargaraları, bakterileri azaltarak ağız hijyenini destekler. **Sağlıklı Beslenme:** Şekerli ve asidik yiyeceklerden kaçınmak, meyve ve sebze gibi lifli gıdalar tüketmek ağız sağlığını destekler. **Su İçmenin Önemi:** Yemeklerden sonra su içmek, ağızdaki yiyecek artıklarının temizlenmesine yardımcı olur. **Düzenli Kontroller:** Çoruh, "Genel öneri, altı ayda bir diş hekimine gitmektir. Ancak bu süre kişisel ağız sağlığı durumuna göre değişebilir. Örneğin, periodontal hastalık veya diş çürüğü geçmişi olan kişiler daha sık kontrol



gerekirebilir" dedi. **Profesyonel Temizlik:** Rutin diş hekimi ziyaretlerinde dişlerin profesyonel temizliği yapılır, plak ve tartar birikimi temizlenir ve dişler kontrol edilir.

Çoruh, "Diş hekiminiz, diş çürükleri ve diş eti hastalıkları gibi potansiyel sorunları erken dönemde tespit edip, önleyici tedbirler önerebilir" diye ekledi. **Malvina BIBILASHVILI**

# Mekanik Bel Ağrısına Dikkat

Fizyoterapist Berkant Ketenci mekanik bel ağrısı üzerine önemli açıklamalarda bulundu.

Fizyoterapist Berkant Ketenci, mekanik bel ağrısına yönelik açıklamalarda bulunarak bu yaygın sağlık sorununun nedenleri, belirtileri ve tedavi yöntemleri hakkında önemli bilgiler verdi. Ketenci, hayatımız boyunca neredeyse herkesin en az bir kez bel ağrısı yaşadığını ve bu ağrının nedeninin tanı ve tedavi aşamalarında son derece belirleyici olduğunu vurguladı. **Mekanik Bel Ağrısının Nedenleri** Ketenci, mekanik bel ağrısının genellikle travmaya bağlı olarak geliştiğini belirtti. Örneğin, uzun süre hareketsiz kalan birinin bağ-bahçe işlerinde veya başka ağır işlerde çalışması, bel kaslarında zorlanmaya ve dolayısıyla mekanik bel ağrısına yol açabilir. Mekanik bel ağrısı, bel çevresindeki kas ve eklemleri etkileyen travmalar sonucu oluşan ağrı ve hareket kısıtlılığını kapsamaktadır. Bu durum, bel fıtığı veya kanal daralması gibi ciddi problemlere yol açabilecek düzeyde olabilir.

**Belirtiler ve Tanı Süreci** Mekanik bel ağrısının genellikle zorlanmaya bağlı ortaya çıktığını belirten Ketenci, bazen yanlış yatış pozisyonu veya ceryanda kalma gibi sebeplerle de ortaya çıkabileceğini ekledi. Bu durumda ağrı, genellikle yoğun bir iş yapıldıktan sonra bir iki gün içinde gelişir ve kişiden kişiye değişmekle birlikte 1-3 hafta sürebilir. İş yapma anında anlık bir ağrı, belde patlama hissi veya bel kaslarında yangı gibi şikayetler de görülebilir. Tanı aşamasında, kişinin şikayetlerini dinleyip detaylı bir değerlendirme yapmanın genelde yeterli olduğunu, ancak bazı şüpheli durumlarda görüntüleme yöntemlerine başvurulması gerektiğini belirtti. **Tedavi Yöntemleri** Ketenci, mekanik bel ağrısının teşhisi konulduktan sonra tedaviye vakit kaybetmeden başlanması gerektiğini vurguladı. Çoğu mekanik bel ağrısının birkaç günlük istirahat

ve kas gevşetici kullanımı ile kendiliğinden düzeldiğini, ancak bazen kortizon gibi ilaçlara başvurulmasının gerekebileceğini ifade etti. Tedavide medikal anlamda daha çok kas gerginliği ve ağrıya yönelik ilaçlar kullanıldığını belirtti. Fizik tedavi açısından ise çok detaylı bir değerlendirmenin son derece önemli olduğunu vurgulayan Ketenci, hangi kas gruplarının daha fazla tutulduğunu, hangi eklem segmentlerinde daha fazla hassasiyet ve hareket kısıtlılığı olduğunu belirlemenin tedavi planlaması açısından önemli olduğunu söyledi. Kas enerji teknikleri, manuel terapi teknikleri, relaksasyon çalışmaları ve mulligan teknikleri gibi birçok tekniğin bir arada kullanıldığını ifade etti. **Uzman Yardımı Almanın Önemi** Ketenci, mekanik bel ağrısı durumunda bir uzmana başvurmanın önemini vurgulayarak, detaylı bilgi ve değerlendirme



için ofisini ziyaret edebileceğini belirtti. Sağlıklı günler dileyen Ketenci, mekanik bel ağrısının

tedavisinde erken müdahalenin önemine dikkat çekti. **Malvina BIBILASHVILI**



## GÜNDEM ARTVİN

Artık Telefonunuzda

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



Play Store

App Store





**ARTVİN'DE  
HABER**

24 Haziran 2024 Pazartesi  
www.gundemartvin.com

**ARTVİN'DE  
HABER**

Pazartesi



Gökgürültülü  
Sığnak Yağışlı

Salı



Gökgürültülü  
Sığnak Yağışlı

Çarşamba



Gökgürültülü  
Sığnak Yağışlı



**OZAN  
ECZANESİ**

Tlf : (0 466) 212 31 45



[gundemartvin.com](http://gundemartvin.com)

**GÜNDEM ARTVİN**

*Haberiniz Olsun..*