



ARTVİN'DE HABER

14 Mart 2025 Cuma Yıl : 62 Sayı : 14232 Fiyatı : 5 TL



Artvin'de Turizm Tesisleri Denetlendi

Artvin Valisi Turan Ergün, Turizm Tesislerine Yönelik Denetimlere Dair Açıklamalarda Bulundu.

Artvin Valisi Dr. Turan Ergün, il genelindeki turizm tesislerine yönelik yapılan denetimler hakkında açıklamalarda bulundu.

Ergün, Artvin'de toplamda 145 turizm tesisi bulunduğunu, bunlardan 25'inin Turizm İşletme Belgeli, 114'ünün Basit Konaklama Belgeli ve 6'sının ise belgesiz olduğunu belirtti.

Vali Ergün, İl Özel İdaresi tarafından gerçekleştirilen denetimlerde 58 tesisin incelendiğini, bu denetimlerin sonuçlarını şu şekilde açıkladı:

- 15 tesis kapalı olduğu için denetlenememiş.
 - 13 tesise eksikliklerini gidermeleri için 15 gün süre verilmiş.
 - 17 tesiste herhangi bir eksiklik tespit edilmemiş.
 - 1 tesisin faaliyetleri AFAD tarafından durdurulmuş.
 - 11 tesisin İAÇR'leri (İzin Alınmış Çalışma Ruhsatı) iptal edilmiş.
 - 1 tesisin ise afete maruz bölgede yer alması nedeniyle İAÇR iptal işlemleri başlatılmış.
- Belediyelere bağlı 76 turizm tesisinden 45'inin denetlendiğini

beliren Vali Ergün, şu bulguları paylaştı:

- 3 tesiste herhangi bir eksiklik tespit edilmemiş.
 - 1 tesisin İAÇR'si daha önce iptal edildiği için faal değil.
 - 41 tesise eksikliklerini gidermeleri için 15 gün süre verilmiş.
- Son olarak, Artvin'deki 145 turizm tesisinin 89'unun şu ana kadar denetlendiğini söyleyen Vali Ergün, denetimlerin devam edeceğini ve turizm alanındaki kaliteyi artırmayı amaçladıklarını vurguladı.

GÖNÜL GÜNAY GÖKDEMİR



Artvin'de Şubat'ta 114 Konut Satıldı



Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), 2025 yılı Şubat ayına ait konut satış istatistiklerini açıkladı. Verilere göre, Türkiye genelinde toplam 112 bin 818 konut satılırken, Artvin'de ise 114 konut satıldı.

Artvin'de Şubat ayına ilişkin konut satış istatistikleri Türkiye

İstatistik Kurumu tarafından açıklandı. Artvin genelinde konut satışının 114 olduğu açıklandı. Verilerden elde edilen bilgilere göre Artvin'de satış gerçekleşen 114 konutun 19 adedi ipotekli olarak gerçekleşti. 95 adetli ise diğer satış türleri oluşturdu. 3'te

"Karacaların Şehre İnmesinin Nedeni Yoğun Kar Yağışı"

Prof. Dr. Temel Göktürk: "Artvin'deki karacaların şehre inmelerinin nedeni ormanlık alandaki ve yükseklerdeki kar Artvin Çoruh Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Temel Göktürk, son günlerde karacaların şehre inme vakalarında artış yaşanması ile ilgili olarak bu yılki yoğun kar yağışının, karacaların besin bulma amacıyla daha alçak bölgelere inmelerine yol açtığını söyledi. Artvin Çoruh Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Temel Göktürk, son günlerde sıkça rastlanan karacaların şehre inme vakalarının nedenleriyle ilgili değerlendirmelerde bulundu. Karacaların sahile kadar hafta denize kadar indiğini hatırlatan Göktürk "Artvin, özellikle biyolojik çeşitlilik konusunda oldukça



zengin bir konumda yer almaktadır. Türkiye'de yaklaşık 160 türe yakın memeli hayvan çeşitliliğinin 60'a yakını Artvin'de bulunmaktadır. Bunlar içinde en fazla dikkat

çeken gruplar arasında yaban keçileri, karacalar, ayılar ve son dönemde panter yer almaktadır. Artvin'deki biyolojik çeşitliliğin kaynağı ise bitki çeşitliliğidir. Sayfa 2'de

Çığ Tehlikesi Uyarısı!



Artvin Valiliği tarafından yapılan açıklamaya göre, Doğu Karadeniz Bölgesi'nde mevsim normallerinin üzerinde seyreden hava sıcaklıkları nedeniyle çığ tehlikesine dikkat edilmesi gerektiği bildirildi. Artvin Valiliği, özellikle yüksek dağlık ve dik yamaçlı bölgelerde çığ riski olduğunu belirterek vatandaşları ve

ilgilileri olası olumsuzluklara karşı dikkatli ve tedbirli olmaları konusunda uyardı. Yetkililer, çığ tehlikesine karşı alınacak önlemler ve dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında bilgilendirmede bulunarak, riskli alanlardan uzak durulmasını tavsiye etti. GÖNÜL GÜNAY GÖKDEMİR

A.Hopaspor'a Seyircisiz 2 Maç Ceza

A.Hopaspor, 2 Mart'ta Arhavi İlçe Stadyumunda E.Velimespor ile oynadığı karşılaşmanın ardından Türkiye Futbol Federasyonu tarafından verilen karar doğrultusunda 2 maç seyircisiz oynama cezası aldı. A.Hopaspor, 2 Mart'taki E.Velimespor maçının ardından Türkiye Futbol Federasyonu tarafından verilen karar doğrultusunda, Anadolu Üniversitesi ve Silifke Belediyespor karşılaşmalarında seyircisiz oynama cezası aldı. Bu ceza, A.Hopaspor'un önümüzdeki iki maçını etkileyecek. Takım, Anadolu Üniversitesi ve Silifke Belediyespor ile oynayacağı karşılaşmalarda taraftar desteğinden mahrum kalacak. GÖNÜL GÜNAY GÖKDEMİR



"Anayasa Değişsin, Aile Korunsun"

Memur-Sen Artvin Şubesi, "Anayasa Değişsin, Aile Korunsun" Kampanyasını Duyurdu

Memur-Sen Artvin Şubesi, Halitpaşa Meydanında gerçekleştirdiği basın açıklamasıyla "Anayasa Değişsin, Aile Korunsun" kampanyasının detaylarını paylaştı.

Artvin Memur-Sen Kadın Komisyonu Başkanı Gül Köse, aile yapısının toplumun temel olduğuna dikkat çekerek, güçlü bir aile yapısının toplumların geleceğini güvence altına alacağını vurguladı. Başkan Köse yaptığı açıklamada, "İyi yetişirilmiş bir nesil, geleceğimizin teminatıdır. İyi yetişmiş bir neslin en önemli koşulu ise güçlü bir aileye sahip olmaktır. Aile, toplumun temel direği ve değerlerin taşıyıcısıdır. Geleceğimizi inşa etmek için güçlü bir aile yapısına sahip olmamız gerekmektedir" diyerek



aile yapısının önemine değindi. Köse, son yıllarda aile yapısının küresel sapkın ideolojilerle tehdit altında olduğuna da dikkat çekti. Aileyi hedef alan uluslararası lobilerin, sapkın anormallikleri özgürlük olarak sunduğunu, sosyal medya, moda, dizi ve film sektörleri aracılığıyla kültürel operasyonlar yürüttüğünü belirtti. Ayrıca, bazı medya kuruluşları ve sivil toplum örgütlerinin de bu ideolojileri pazarlayarak bu lobilere destek verdiklerini ifade etti.

Başkan Köse, aileyi tehdit eden

diğer unsurlardan da söz etti. "İşsizlik, şiddet, bağımlılık gibi toplumsal sıkıntılar da aileyi tehdit eden unsurlardır. Bazı televizyon kanallarının gündüz kuşoğundaki programları ise aile yapısını hedef almakta ve toplumun genel ahlak yapısına zarar vermektedir" dedi. Bu tür yayınlarla mücadele edilmesi gerektiğini söyleyen Köse, RÜTÜK'ü harekete geçmeye çağırdı ve bu programların yayından kaldırılmasını talep etti. Köse, aileyi korumanın sadece bireysel bir mesele değil,

toplumsal ve kültürel bir sorumluluk olduğunu vurguladı. "Aileyi savunmak, değerlerimizi yaşatmak ve nesillerimize aktarmak için bu bir zorunluluktur" diyerek, anayasa değişikliği talebini yineledi. Artvin Memur-Sen Kadın Komisyonu Başkanı, anayasa değişikliği önerilerini şöyle sıraladı: "Anayasa'nın 41. maddesine, 'Aile, kadın ve erkekten oluşur. Aile ilişkisinin temel evliliğe bağlıdır' cümlesinin eklenerek anayasal güvence verilmesi talebimizdir. Ailenin kadın, erkek ve

çocuklardan oluşan bir yapı olarak tanınmasını istiyoruz. Ayrıca, başörtüsü nedeniyle ayrımcılığa uğrayan kadınlarımızın özgürlüğünü güvence altına almak için, Anayasa'nın 24. maddesinde gerekli düzenlemenin yapılmasını talep ediyoruz." Memur-Sen olarak, aileyi korumak ve başörtüsü özgürlüğünü güvence altına almak için başlatılan imza kampanyasının devam ettiğini belirten Köse, tüm halkı kampanyaya destek vermeye çağırdı. Kampanyaya katılmak isteyen vatandaşlar, www.imza.memursen.org.tr adresinden imza atabilecekler. Köse, açıklamasını şu sözlerle sonlandırdı: "Anayasa değişsin, aile korunsun! Ailemizi ve değerlerimizi savunmak için bu kıymetli çalışmaya verdiğiniz destek için teşekkür ederiz." **Gönül GÜNAY GÖKDEMİR**

"Karacaların Şehre İnmesinin Nedeni Yoğun Kar Yağışı"

Prof. Dr. Temel Göktürk:

"Artvin'deki karacaların şehre inmelerinin nedeni ormanlık alandaki ve yükseklerdeki kar" Artvin Çoruh Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Temel Göktürk, son günlerde karacaların şehre inme vakalarında artış yaşanması ile ilgili olarak bu yılki yoğun kar yağışının, karacaların besin bulma amacıyla daha alçak bölgelere inmelerine yol açtığını söyledi.

Artvin Çoruh Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Temel Göktürk, son günlerde sıkça rastlanan karacaların şehre inme vakalarının nedenleriyle ilgili değerlendirmelerde bulundu. Karacaların sahile kadar hatta denize kadar indiğini hatırlatan Göktürk "Artvin, özellikle biyolojik çeşitlilik konusunda oldukça zengin bir konumda yer almaktadır. Türkiye'de yaklaşık 160 tür yakın memeli hayvan çeşitliliğinin 60'a yakını Artvin'de bulunmaktadır. Bunlar içinde en fazla dikkat çeken gruplar arasında yaban keçileri, karacalar, ayılar ve son dönemde panter yer almaktadır. Artvin'deki biyolojik çeşitliliğin

kaynağı ise bitki çeşitliliğidir. Bitki çeşitliliğiyle beraber gelen bu hayvan çeşitliliği, Artvin'e büyük bir zenginlik katmaktadır. Artvin'de bu kadar fazla hayvan çeşitliliğinin olması, yer yer insanlar ile yaban hayvanlarının karşılaşmasına neden olmaktadır. Son günlerde, Artvin'in belli bölgelerinde çeşitli memeli hayvanların insanlarla sıkça karşılaştığı gözlemlenmektedir. Bunun ana faktörlerinden bir tanesi, mevsimsel olarak Artvin'e son yıllarda oldukça fazla kar yağışının düşmesidir. Artvin'deki yoğun kar yağışı, yaban hayvanlarının besin bulmalarını zorlaştırmış ve yüksek bölgelerde yaşayan hayvanlar, besin bulmak amacıyla daha alçak bölgelere inmeye başlamıştır. Aynı zamanda, doğa düşmanlarından kaçarak hayvanlar aşağı bölgelere inmektedirler. Bunlardan bir tanesi de karacadır. Özellikle son günlerde karacaların yoğun bir şekilde sahil kısımlarında görülmesinin ana sebebi, yüksek kısımlarda düşen kar yağışı nedeniyle karacaların kendini güvende hissetmemesi ve besine ulaşmak açısından

daha körpe yapraklar ve çimlerin çıktığı alçak bölgelere inmesidir. İnsanların bulunduğu bölgelere geldiğinde ise, gerek araç seslerinden, gerekse bölgedeki insanlardan ve orada bulunan sokak hayvanlarından korkarak karacalar ürker ve kaçarak zarar görürler. Bu da dere yataklarına düşmelerine, denize doğru yönelmelerine ya da ilçe merkezlerine kadar inmelerine neden olmaktadır. Tüm bunlar, doğal olaylardır" dedi. Önümüzdeki bir iki ayın karacaların yavrulama sezonu olduğuna dikkat çeken Prof. Dr. Temel Göktürk "Özellikle çaylık alanlarda sıkça karacalarla karşılaşmamız mümkündür. Özellikle çift yavru yapacakları bu dönemde, karaca yavrularıyla birlikte çaylık alanlarda görülebilirler. Bu süreçte dikkatli olunması ve onlara zarar verilmemesi önemlidir. Artvin'de yaban hayvanlarının görülmesi durumunda, yöre halkı oldukça duyarlıdır. Son zamanlarda karşılaşılan vakalarda, mutlaka Artvin İl Millî Parklar Müdürlüğü aranmakta ve yaban hayvanları güvenli bir



şekilde doğaya teslim edilmektedir. Unutulmamalıdır ki, doğanın bize ihtiyacı yok ama bizim yaşamamız için doğaya ihtiyacımız var. Hepimizin doğaya sahip çıkması ve değerini bilmesi gerekir" ifadelerini kullandı.

**ARTVİN'DE
HABER**

14 MART 2025 CUMA
YIL:62 SAYI:14232
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

Demet ŞENGÜN

Muhabirler

Gönül GÜNAY GÖKDEMİR

Malvina BİBLASHVİLİ

İdari Adresi

Çarşı Mahallesi Sabit Osman Avcı Hüriyet 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 Ana Bayii

MUSAZEDE MAH. SAHİL CAD. PAKSOY

APT. NO:11 ARHAVİ-ARTVİN

Günlük Yerel Süreli Yayın

Basın ilke ve etiklerine uymaya söz vermiştir.

Ulusal Elektronik Tebliğat Adresi (UETS)

258783194805477

www.gundemartvin.com

iletisim@gundemartvin.com

GÜNDEM ARTVİN

Artık Telefonunuzda

Play Store ya da App Store'dan
Hemen İndirebilirsiniz

Artvin'de Şubat'ta 114 Konut Satıldı

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), 2025 yılı Şubat ayına ait konut satış istatistiklerini açıkladı. Verilere göre, Türkiye genelinde toplam 112 bin 818 konut satılırken, Artvin'de ise 114 konut satıldı.

Artvin'de Şubat ayına ilişkin konut satış istatistikleri Türkiye İstatistik Kurumu tarafından açıklandı. Artvin genelinde konut satışının 114 olduğu açıklandı.

Verilerden elde edilen bilgilere göre Artvin'de satış gerçekleşen 114 konutun 19 adedi ipotekli olarak gerçekleşti. 95 adedi ise

diğer satış türleri oluşturdu. Şubat ayında Türkiye'nin en büyük konut satışları İstanbul'da gerçekleşti. İstanbul, 19 bin 347 konutla en çok konut satılan il olurken, Ankara 10 bin 791 satışla onu takip etti. Türkiye genelindeki konut satışlarında İstanbul ve Ankara'nın yüksek satış rakamları dikkat çekiyor. Yabancılarla yapılan konut satışlarında ise önemli bir azalma görüldü. Şubat ayında yabancılarla toplamda 1.457 konut satıldı ve bu rakam, yıllık bazda yüzde 21,1'lik bir azalmayı işaret ediyor. Yabancılarla

yapılan satışlarda İstanbul 539 konutla ilk sırada yer alırken, Antalya 503 konutla ikinci, Mersin ise 89 konutla üçüncü sırada bulundu. Ülke uyraklarına göre yapılan konut satışlarında en büyük payı Rusya vatandaşları aldı. Şubat ayında Rusya vatandaşları Türkiye'den 256 konut satın aldı. Onları, 133 konutla İran vatandaşları ve 99 konutla Irak vatandaşları takip etti. Türkiye genelinde ipotekli konut satışlarında ise büyük bir artış yaşandı. Şubat ayında, geçen yılın aynı dönemine göre ipotekli



konut satışları yüzde 90,1 oranında bir artışla 16 bin 778'e

yükseldi.
Gönül GÜNAY GÖKDEMİR

"Ramazan Gecelerinin İhyası: Teravih"

Artvin İl Vaizi Ali Yıldırım, Ramazan ayında teravih namazının büyük öneme sahip olduğunu vurgulayarak bu ibadetle geceyi ihya etmenin günahların affedilmesine vesile olacağını söyledi.

Artvin İl Vaizi Ali Yıldırım, Ramazan ayının manevi atmosferine dikkat çekerek bu ayı ihya etmenin önemine vurgu yaptı. Özellikle teravih namazının, Ramazan'ın gecelerini ihya etmede önemli bir yer tuttuğunu belirten Yıldırım, İslam alimlerinin bu namazın sünnet-i gayri müekked olduğunu ifade ettiklerini dile getirdi.

Yıldırım, teravih namazının cemaatle kılınmasının Peygamber Efendimiz'in sünneti olduğunu dikkat çekerek Hz. Ömer'in halkın teravih namazını cemaatle kılmasını sağladığını ve bunun sahabe icması ile onaylandığını belirtti.

Peygamber Efendimiz'in bu konuda yaptığı uygulamaları hatırlatan Yıldırım, Hz. Ömer'in teravih namazını cemaatle kılmasının ne kadar kıymetli olduğunu ifade etti. Yıldırım, bu uygulamanın günümüze kadar sürdüğünü ve teravih namazlarının cemaatle kılınmasının büyük bir fazilet olduğunu vurguladı.

Ramazan ayında kılınan vitir namazının cemaatle kılınmasının da müstehap olduğunu belirten Yıldırım, "Hadis alimlerinden İmam Nevevi, peygamberimiz ashaba Ramazan'ı ihya etmeyi vacip kıldığını ancak mendup (sünnet-i gayri müekked) bir ibadet olarak emredip tesvik ettiğini ve İslam alimlerinin bunun mendup olduğunda ittifak ettiklerini bildiriyor. Ve yine Ramazan'ı ihya etmek Teravih namazı kılmakla hasıl

olur diyor. Müslim'de geçen bir hadis-i şerife "kim Ramazan ayını inanarak ve mukafatını yalnızca Allah'tan bekleyerek (riya yapmaksızın) ibadetle ihya ederse geçmiş günahları bağışlanır" buyuruyor. İmam-ı Nevevi diyor ki işte buradaki Ramazan'ı ihya etme sözü geceyi namazla, teravihle geçirmektir. Yine teravihle ilgili Abdurrahman b. Avf'ın rivayet ettiği bir hadiste efendimiz "şüphesiz Allah Ramazan orucunu farz kıldı. Ben de Ramazan gecelerini ihya etmeyi sünnet kıldım (fıkıh kitaplarımızda açıklandığına göre bazı alimler teravih namazı sünnet-i gayri müekkedir derken bazıları da bu hadisi şerifi delil getirerek teravih namazı sünnet-i müekkedir ama onu cemaatle ihya etmek sünnet-i gayri müekked yani müstehabtır demişlerdir). Her kim iman ederek ve karışlığını Allah'tan bekleyerek Ramazan'ın gündüzünü oruçla gecesini ise namazla ihya ederse anasından doğduğu gün gibi günahlarından temizlenmiş olur" buyuruyor. İşte ramazan ayının gecesini müminler teravih namazı kılmak suretiyle ihya etmiş oluyorlar. Allahü Teala mümin kullarını bağışlamak için onlara mukadderatı geceleriyle, hususi vakitlerle bir çok fırsat sunuyor. Yeter ki kul rabbine yönelsin o yönde bir adım atsın. Hadis-i kutside de buyrulduğu gibi "kulum bana bir karış yaklaşırsa ben ona bir zira yaklaşırım, kulum bana yürüyerek gelirse ben ona koşarak gelirim" buyuruyor (Buhari). Zaten rabbimizin bize koşarak geldiğini küçük bir salih amele ne kadar mukafatlar bahsettiğini görebiliriz şahid olmuş oluyoruz. Biz bir amel yapıyoruz



o en az on misliyle karşılık veriyor. İşte Allah'ın kuluna koşması bu demek. Allah'ın kuluna koşması demek bir tövbe ile Cenab-ı Hak'ın geçmişteki hataları hiç olmamış gibi kabul ederek bağışlaması demek. Ne buyuruyor "günahlarından tevbe eden Allah katında hiç günah işlememiş gibidir." İşte gerek orucuyla gerekse teravihlerle ramazan ayını ihya etmek de kulun bağışlanması için, anasından doğduğu gün gibi tertemiz olabilmesi için bir fırsattır. Bu yönüyle Ramazan ayı hem manevi iklimiyle hem de günahlarımızın bağışlanmasına vesile olarak bizlerin hayatında yepyeni bir sayfa açmış oluyor. Cenab-ı Hak bu hazineyi hakkınca değerlendirebilenlerden eylesin. Teravih namazıyla ilgili birkaç hususa değinmek gerekirse, diğer nafilat namazların tek başına kılınması daha faziletli olduğu halde teravih namazının cemaatle kılınması peygamberimizin sünnetiyle sabit ve Buhari'de geçtiğine göre efendimiz teravih namazını birkaç defa cemaatle kılmış ancak daha sonra farz olur düşüncesiyle cemaatle kıldırıktan vazgeçmiştir (Buhari, salat'ü't-teravih-1). Hz. Ömer efendimiz ise halkın

dağınık bir şekilde teravih namazı kılmakta olduklarını görüp artık farz olma endişesi de kalmadığı düşüncesiyle cemaatle topluca kılmanın daha hoş olacağını düşünerek sahabe ile istişare etmiş ve efendimizin de birkaç defa cemaatle kıldırmasına dayanarak böyle bir karar almışlardır. Böylelikle bu konuda en kuvvetli delillerden biri olan sahabe icması oluşmuş oldu. Hz. Ömer halkın vecd ile bu namazı kıldıklarını görünce "ne güzel bir adet oldu" buyurmuştur (Buhari). İlimin direği olan Hz. Ali efendimiz de bu uygulama sebebiyle "Ömer mescidimizi teravihin feyziyle nurlandırdığı gibi Allah da Ömer'in kabrini öyle nurlandırsın" diye dua etmiştir (kenzu'l-ummal). Sünnet bir namaz olan teravih namazlarının rekatlarına değinecek olursak, Hadis alimlerinden Nevevi ve Ayni'nin, fakihlerden de İbni-i Hümam'ın belirttiğine göre Hz. Ömer efendimizin halifeliği döneminden başlayarak sonrasında da Hz. Osman ve Hz. Ali efendimiz zamanında devam ederek günümüze kadar teravih namazı 20 rekât olarak kılınmış ve sahabelerden hiç kimse de buna itiraz etmemiştir. (Hz. Aişe'nin belirttiğine göre

peygamberimizin gece namazını 11 veya 13 rekât olarak kıldığını ve Hz. Ömer'inde halifeliğinin ilk yıllarında 11 rekât kıldığını sonlara doğru 20 rekât kılınmaya başladığını rivayet ederler) (İbni Hümam, fethulkadir, 1/334; Ayni, Umdetul-kari 5/357).

Bununla birlikte yorgunluk, halsizlik yolculuk gibi hallerde teravih namazı 8, 10, 12, 14, 16, 18 rekât kılınması durumunda da sünnet yerine getirilmiş olur. Yine teravih namazını 4 rekatta bir selam vererek kılmak caiz ise de iki rekatta bir selam vererek kılmak daha faziletlidir.

Yine her 4 rekatin sonunda bir miktar oturup dinlenmek, bu dinlenmelerde de selavat ile meşgul olmak müstehaptır. Ramazan ayında kılınan Vitir namazının sanki teravihin devamıymış gibi cemaatle kılınması menduptur. Bu ayda vitrin cemaatle kılınması tamamen efendimizin uygulamasına bağlıdır.

Efendimiz Ramazan'da teravih namazını kıldıracağı zaman vitir namazını da cemaatle kıldırıştır. Ancak ramazan dışında cemaatle kılmak mekruh görülmüştür. Son olarak teravih namazıyla ilgili şu hadis-i şerife de değinelim hocam. Peygamberimiz bir gün Ramazan'ın bir gecesinde gece yarısına kadar namaz kıldırıyor. Namaz bittince Ebuzer "ya rasulallah gecenin kalan yarısında da bize namaz kıldırırsanız" deyince peygamberimiz cevaben "imam namazı bitirinceye kadar onunla namaz kılmak bütün geceyi ihya etmeye eşdeğerdir" buyuruyor. (Ebu davud, salat-318). Rabbim hem teravih hem de diğer bütün namazlarımızı hakkıyla eda edebilmeyi nasip eylesin" dedi.

Gönül GÜNAY GÖKDEMİR

Pulmoner Haftasında Vatandaşlar Bilgilendirildi

9-15 Mart 2025 tarihleri arasında gerçekleştirilen Pulmoner Rehabilitasyon Haftası kapsamında, Hopa Toplum Sağlığı Merkezi vatandaşları bilgilendirmek amacıyla broşür dağıtımı yapıldı.

Pulmoner rehabilitasyonun önemi ve sağlığa sağladığı faydalar hakkında bilgi veren broşürler, ilçedeki birçok vatandaşla ulaştırıldı. Broşürlerde, kronik solunum problemleri olan hastalar için önerilen pulmoner rehabilitasyonun, sadece tıbbi tedaviyle sınırlı kalmayıp, hastaların fiziksel ve psikolojik durumlarını iyileştirmeyi

amaçlayan kapsamlı bir yaklaşım olduğu belirtildi. Pulmoner rehabilitasyonun içeriğinde, bireysel egzersiz eğitimi ve hasta eğitimi gibi yaklaşımlar yer alıyor. Pulmoner rehabilitasyonun önemine dikkat çekilen broşürlerde, bu uygulamanın hastalıkların ilerlemesini engelleme, hastalık ataklarının şiddetini azaltma ve hastaların yaşam kalitesini iyileştirme gibi pek çok sağlık faydası sunduğu ifade edildi. Ayrıca, egzersiz toleransı, fiziksel aktivite düzeyi ve psikolojik durumun geliştirilmesi de sağlanan diğer avantajlar

arasında yer aldı. Pulmoner rehabilitasyonun, hastaneye başvuru sıklığını azaltarak sağlığa ilgili harcamaların düşürülmesine katkı sağladığı vurgulandı. Sağlık personelimiz tarafından yapılan bilgilendirmeler ve dağıtılan broşürlerle, vatandaşlar pulmoner rehabilitasyonun sağladığı faydalar hakkında daha fazla bilgi sahibi oldu. Bu hafta boyunca yürütülen çalışmalar, bölgedeki halkın sağlıklı yaşam konusunda bilinçlendirilmesi adına önemli bir adım oldu.

Malvina BİBİLASHVİLİ



"Toplumsal Cinsiyet Eşitliği Mücadelemizi Kriminalize Edemezsiniz"

Eğitim ve bilim emekçilerini temsil eden Eğitim Sen Artvin Şubesi, son günlerde toplumsal cinsiyet eşitliği mücadelesine yönelik artan saldırılara karşı güçlü bir açıklama yayımladı. Sendika, Millî Eğitim Bakanlığı'nın (MEB) 10 Mart'ta gerçekleştirilecek toplumsal cinsiyet eşitliği dersine dair eleştirilerine sert bir yanıt vererek, eğitimde eşitlik ve özgürlüğün savunulmaya devam edileceğini vurguladı. MEB'in, Eğitim Sen'in eğitimde toplumsal cinsiyet eşitliğini esas alan çalışmasını hedef olarak suçlayıcı ifadeler içeren bir açıklama yapması, kamuoyunda geniş yankı uyandırdı. Eğitim Sen Artvin Şubesi, MEB'in bu tutumunun bilimsel ve demokratik eğitim anlayışıyla bağdaşmadığını belirtti. Sendika açıklamasında, "MEB'in eğitimde toplumsal cinsiyet eşitliğini zararlı bir unsur gibi göstermesi, kadınların eğitimde ve kamusal alanda eşit haklara sahip olmasını baltalamaya yönelik bir yaklaşımdır" denildi. Sendika, özellikle tarikat ve cemaatlerin baskıları sonucu eğitim politikalarının şekillendirildiğine dikkat çekerek, kadınların eğitimde ve toplumsal yaşamda güçlenmesini engelleyen her türlü girişime karşı mücadelenin devam edeceğini belirtti. Eğitim Sen, toplumsal cinsiyet eşitliğinin yalnızca bir akademik kavram olmadığını, uluslararası



insan hakları sözleşmeleri ve çağdaş eğitim anlayışının temel bir bileşeni olduğunu vurguladı. Sendika, UNESCO ve Avrupa Konseyi gibi uluslararası kurumların eğitimde toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanmasını temel bir gereklilik olarak kabul ettiğini hatırlattı. Açıklamada, MEB'in 2014-2016 yılları arasında yürüttüğü "Eğitimde Toplumsal Cinsiyet Eşitliğinin Geliştirilmesi Projesi"ne (ETCEP) de değinildi. O dönem MEB'in eğitimde toplumsal cinsiyet eşitliğini desteklediğine vurgu yapılırken, şu ifadelerle yer verildi: "Toplumsal cinsiyet eşitliği, kadın ve erkekler ile kız ve erkek çocukların haklardan ve fırsatlardan tam ve eşit bir biçimde yararlanmaları ve sorumlulukları eşit olarak bölüşmeleri anlamına gelir. Bu ilke, MEB tarafından da kabul

edilmiş ve hayata geçirilmek istenmiştir. Ancak bugün aynı bakanlık, sendikamızın toplumsal cinsiyet eşitliği talebini kriminalize etmeye çalışmaktadır." Eğitim Sen, MEB'in suçlayıcı açıklamalarının gerçeği yansıtmadığını ve eğitimde özgür bireyler yerine ataerkil normlara boyun eğen bireyler yetiştirmeyi amaçlayan gerici bir bakış açısını temsil ettiğini belirtti. Sendika, tarikat ve cemaatlerle imzalanan protokollerle eğitim sisteminin dönüştürülmeye çalışıldığına dikkat çekerek, bu süreçte MEB'e bağlı yandaş sendikaların da benzer bir söylem kullanmasının şaşırtıcı olmadığını ifade etti. Açıklamada, kendisini laik ve bilimsel eğitimin savunucusu olarak gören bazı sendika yöneticilerinin bile bu süreçte MEB ile aynı dili kullanarak

Eğitim Sen'i hedef almasının üzücü olduğu kaydedildi. Eğitim Sen, artan kadın cinayetleri, çocuk istismarı ve erken yaşta zorla evlilikler gibi toplumsal sorunlara dikkat çekerek, eğitimin cinsiyet eşitliği temelinde şekillendirilmesi gerektiğini vurguladı. İstanbul Sözleşmesi'nden çekilen iktidarın kadınların özgürlük mücadelesini yok sayarak

toplumu gerici normlara mahkûm etmeye çalıştığını belirten sendika, bu baskılara karşı mücadeleden asla vazgeçmeyeceğini ilan etti. Son olarak Eğitim Sen Artvin Şubesi, laik, bilimsel ve demokratik eğitimi savunmaktan geri adım atmayacağını ve toplumsal cinsiyet eşitliği mücadelesini sürdürmeye devam edeceğini duyurdu. Açıklama şu ifadelerle sona erdi:

"Eğitim hakkı, cinsiyet eşitliği ile güçlenir. Özgür ve adil bir toplumun temeli, eşitlikçi bir eğitim anlayışıyla atılır. Eğitim Sen olarak, tüm çarpıtmalara, suçlamalara ve tehditlere rağmen toplumsal cinsiyet eşitliği mücadelemizden vazgeçmeyeceğiz. Haklarımızı yok sayan, eşitsizliği derinleştirmek isteyenlerin karşısında bulunduğumuz her alanda direnmeye ve mücadele etmeye devam edeceğiz."

Malvina BİBİLASHVİLİ

KAYIP İLANI

Artvin Çoruh Üniversitesi, Sağlık MYO, Tıbbi Dökümantasyon ve Sekreterlik Bölümünden Almış Olduğum "ÖĞRENCİ KİMLİK KARTINI" Kaybettim. HÜKÜMSÜZDÜR. Şükran MAĞAÇ

KAYIP İLANI

Artvin V.D. 246 612 470 24 Nolu Vergi Mükellefiyim.45251 - 45392 sayıları arasındaki faturam ve 45436 - 45442 nolu 6 sayfa faturam kaybolmuştur. HÜKÜMSÜZDÜR. Uysal HASER

ARTVİN'DE HABER GAZETESİ

**BU ALANA
REKLAM
VEREBİLİRSİNİZ**

www.artvindehaber.com

0 666
212
59 23



artvindehaber

Artvin'de Haber Gazetesi

artvindehaber

Dere Mahallesi Emin Özgün Caddesi No:30/A ARTVİN

'Dünya Böbrek Günü' Kapsamında Stant Açıldı

13 Mart Dünya Böbrek Günü kapsamında farkındalık oluşturmak amacıyla Artvin Devlet Hastanesi'nde stant açıldı.

Artvin Çoruh Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı ile Artvin İl Sağlık Müdürlüğü Toplum Sağlığı Merkezi iş birliğinde, 13 Mart Dünya Böbrek Günü kapsamında farkındalık oluşturmak amacıyla Artvin Devlet Hastanesi'nde stant açılarak, vatandaşlara böbrek sağlığını korumanın yolları anlatıldı. Artvin Devlet Hastanesi'nde kurulan standı ziyaret eden hasta ve hasta yakınları, AÇÜ Hemşirelik Bölümü öğrencileri ve Toplum Sağlığı Merkezi personelleri tarafından bilgilendirildi. Standın başında görev alan Esra Altıntaş, İrem Çolak, Sultan Aslan, Elif Becerikli, Nurullah Demir ve Muhammed Emin Ünal, böbrek hastalıklarının erken teşhisinin önemi, sağlıklı beslenme alışkanlıkları, tuz tüketiminin



zararları, fiziksel aktivitenin böbrek fonksiyonlarına etkileri, sigara ve alkol gibi zararlı alışkanlıkların böbrekler üzerindeki olumsuz etkileri konusunda detaylı bilgiler sundular. Standı ziyaret eden vatandaşlara, böbrek hastalıklarının temel belirtileri anlatılırken, erken teşhisin tedavi sürecinde hayati bir fark yarattığı vurgulandı. Bilgilendirme materyalleri, maketler ve broşürler aracılığıyla böbrek sağlığını koruma yolları

görsel olarak da aktırıldı. Ayrıca, su tüketiminin önemine dikkat çekmek amacıyla standı ziyaret edenlere su ikram edildi. Bu etkinlik sayesinde Artvin'de böbrek sağlığı bilincinin artırılması ve erken teşhisin önemi bir kez daha vurgulanmış oldu. Öğrenciler, böbrek sağlığını korumanın sağlıklı bir gelecek için kritik bir unsur olduğunu dikkat çekti. AÇÜ Hemşirelik Bölümü 4. sınıf öğrencisi İrem Çolak, düzenlenen etkinliklerin hem topluma hem de hemşirelik

öğrencilerine büyük faydalar sağladığını belirterek, şunları söyledi: "AÇÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü öğrencileri olarak, sağlıklı ilgili önemli günlerde hastanelerde ve Aile Sağlığı Merkezlerinde (ASHM) standlar açıyoruz. Bu etkinlikler sayesinde halkı bilgilendirme fırsatı buluyoruz. Aynı zamanda biz hemşirelik öğrencileri için de büyük bir deneyim oluyor." Aynı bölümde okuyan Muhammed Emin Ünal ise böbrek hastalıklarının günlük

hayatta kolaylıkla alınabilecek önlemlerle azaltılabileceğine dikkat çekerek şu ifadeleri kullandı:

"Böbrek fonksiyonlarını etkileyen faktörler hakkında gelen vatandaşlarımıza detaylı bilgiler verdik. Böbrek hastalıklarının önlenmesi için dengeli ve sağlıklı beslenmek, yeterli su tüketmek ve tütün ürünlerinden uzak durmak oldukça önemli. Günlük hayatta yapılan bazı basit değişikliklerle böbrek sağlığı korunabilir. Örneğin, günde en az 2-2,5 litre su tüketmek böbrek fonksiyonlarının sağlıklı bir şekilde işlemesine yardımcı olur."

Uzm. Dr. Feyza Kutay Yılmaz ve Dr. Öğretim Üyesi Selma Durmuş Sankaya yönetiminde gerçekleştirilen farkındalık etkinliğine Artvin Devlet Hastanesi Başhekim Yardımcısı Uzm. Dr. Serhat Ahçı, Sağlık Bakım Hizmetleri Müdürü Halise Yıldız, Ebe Sevinç Özyer, Dr. Kübra Arslan katıldı.

Malvina BIBILASHVILI

ÇYDD ve Dolmuşçular Öğrencilerin Ulaşım Sorunlarını Görüştü

Çağdaş Yaşamı Destekleme Derneği (ÇYDD) ve S.S. 37 Nolu Seyitler Köyü Kooperatifi, üniversite öğrencilerinin sorunlarından biri olan ulaşım konusunu görüştü.

Çağdaş Yaşamı Destekleme Derneği (ÇYDD) Artvin Şubesi, Seyitler bölgesinde hizmet veren S.S. 37 Nolu Seyitler Köyü Kooperatifi şoförleriyle bir araya gelerek öğrencilerin yaşadığı sıkıntıları masaya yatırdı. Öğrencilerin ulaşım konusunda karşılaştıkları zorlukları paylaşmak ve bu sorunlara ortak çözüm yolları geliştirmek amacıyla gerçekleştirilen görüşme, olumlu bir atmosferde geçti.

Seyitler bölgesinde çok sayıda bursiyer öğrencisi bulunan Artvin ÇYDD Şubesi yöneticileri, öğrencilerin sık sık dile getirdiği ulaşım problemlerini doğrudan dolmuş şoförleriyle paylaştı. Görüşmede, dolmuşların kapasitelerinin üzerinde yolcu alması, dolmuş saatlerinin yetersizliği, öğrencilerle şoförler arasında zaman zaman yaşanan iletişim problemleri ve özellikle artan ulaşım ücretlerinin öğrencileri maddi anlamda



zorlaması gibi pek çok konu ele alındı.

Kooperatif şoförleri de bu sorunları kendi bakış açılarıyla değerlendirecek, öğrencilerin yaşadığı sıkıntıların farkında olduklarını belirtti. Yapılan görüşmenin kendileri açısından da faydalı olduğunu vurgulayan şoförler, öğrencilerin daha rahat bir ulaşım sağlayabilmesi adına kendi sorumluluklarını daha dikkatli yerine getireceklerini ifade ettiler.

Toplantıda, dolmuşların üniversite kampüsü içine ya da kampüs kapısına kadar girememesi konusu da gündeme geldi. Kooperatif

üyeleri, öğrencilerin ulaşım sorunlarının çözümü için üniversite yönetiminin de devreye girmesi gerektiğini belirterek, dolmuşların kampüs içine kadar girebilmesi için yetkililerin bir çözüm üretmesini talep etti.

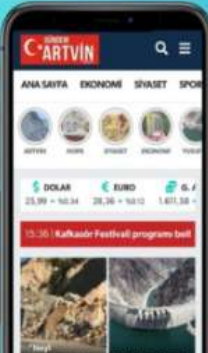
Öğrencilerin özellikle kış aylarında kampüse ulaşmakta zorlandığını dikkat çeken şoförler, daha elverişli bir güzergah belirlenmesi gerektiğini vurguladı. Görüşmede sadece ulaşım değil, yol güvenliği konusunda da ciddi sorunlar olduğu dile getirildi. Seyitler bölgesindeki yolların sık sık heyelan ve toprak

kaymaları nedeniyle daha tehlikeli hale geldiğine dikkat çeken Artvin ÇYDD yöneticileri ve kooperatif üyeleri, bu konuda yetkililerin bir an önce harekete geçmesi gerektiğini ifade ettiler. Bölgede eğitim gören öğrencilerin her gün risk altında olduğunu vurgulayan yetkililer, yol güvenliğiyle ilgili acil çözüm çağrısında bulundu. Görüşmenin ardından açıklama yapan ÇYDD Artvin Şube Başkanı Nurcan Ay, Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Özlem Ulu Kalın ve Halit Özer, öğrencilerin yaşadığı her türlü sorunda yanlarında olduklarını ve çözüm üretmek için çaba

gösterdiklerini belirterek şu ifadeleri kullandı:

"Şehrimizde eğitim gören öğrencilerimizin yaşadığı sıkıntıları görmezden gelmemiz mümkün değil. Onların eğitim hayatlarını daha kolay ve verimli sürdürebilmeleri için her türlü sorunu gerekli mercilere taşımaya ve çözüm yolları aramaya devam edeceğiz. Yüz yüze kurulan diyaloglar ve doğru iletişimle öğrencilerimizin derlerine çözüm üretmeye çalışıyoruz. Eğer Artvin'i bir öğrenci kenti yapmak istiyorsak, öğrencilerin sorunlarını da görmezden gelemeziz."

Malvina BIBILASHVILI



GÜNDEM ARTVİN

Artık Telefonunuzda

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



Play Store



App Store

GÜNDEM
ARTVİN

"Haberiniz Olsun"



gundemartvin.com



AÇÜ'de Yangın Eğitimi Gerçekleştirildi

Artvin Çoruh Üniversitesi, İş Sağlığı ve Güvenliği Koordinatörlüğü öncülüğünde, yangın güvenliği konusunda farkındalık oluşturmak amacıyla önemli bir eğitim düzenledi.

Nihat Gökyiğit Kongre ve Kültür Merkezi Mavi Salon'da gerçekleştirilen eğitime, üniversite bünyesindeki birimlerde görevli olan yangınla mücadele destek ekipleri ile güvenlik birimi çalışanları katıldı.

Yangın Güvenliği ve Tatbikat Artvin Meslek Yüksekokulu Sivil Savunma ve İtfaiyecilik Programı Öğretim Görevlisi Sezer Yalçın tarafından verilen eğitim, katılımcılar tarafından büyük ilgi gördü.

Eğitimde, yangın anında doğru müdahale yöntemleri, tahliye planları ve yangın güvenliğinin önemi detaylı şekilde ele alındı. Katılımcılar, teorik bilginin yanı sıra pratik bilgilerle de



desteklendi. Eğitim programının ardından katılımcılar, yangın söndürme ekipmanlarını kullanarak tatbikat gerçekleştirdi. Gerçek senaryolar üzerinden yapılan tatbikatta, yangınla mücadele teknikleri uygulamalı olarak gösterildi. Katılımcılar, edindikleri bilgileri pekiştirme fırsatı buldu. Teşekkür Belgesi Sunuldu

Eğitim sonunda, katılımcıların eğitim programının ardından katılımcılar, yangın söndürme ekipmanlarını kullanarak tatbikat gerçekleştirdi. Gerçek senaryolar üzerinden yapılan tatbikatta, yangınla mücadele teknikleri uygulamalı olarak gösterildi. Katılımcılar, edindikleri bilgileri pekiştirme fırsatı buldu. Teşekkür Belgesi Sunuldu

Haber Merkezi

OKUL ODAKLI FAALİYET DEĞERLENDİRME TOPLANTILARI YAPILDI

İl Millî Eğitim Müdürü Fahri Acar Başkanlığında Borçka İlçe Millî Eğitim Müdürü Bayram Bakır, İlçe Şube Müdürü Hayrettin Kahya ile Fotoş Özlem Güneş ve İl Millî Eğitim Özel Büro Müdürü Özcan Köse'den oluşan Okul Odaklı Faaliyet Değerlendirme Komisyonu'na okullarda sürdürülen eğitim, öğretim ve sosyal kültürel faaliyetlerin değerlendirilmesine Borçka İlçesinde devam ediyor. Okul müdürleri ve Müdür yardımcılar tarafından sunumların yapıldığı Okul Odaklı Faaliyet Değerlendirme Toplantıları Osman Bakır Anadolu İmam Hatip Lisesi Toplantı Salonu'nda yapıldı. Atatürk Ortaokulu, Cumhuriyet



Ortaokulu, İmam Hatip Ortaokulu, Mehmet Akif Ersoy Ortaokulu, Anadolu Lisesi Osman Bakır Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Şehit Savaş Gedik Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi idarecileri sunumlarını yaptılar. İl okullarında eğitim öğretim faaliyetlerinin verimliliğini artırmak, İl Müdürlüğümüzün

bu dönemki sloganı olan "+2 Değer Kat" doğrultusunda okullarımızın çalışmalarına ne gibi yeni değerler kazandırabiliriz ve var olan uygulamaları nasıl daha verimli hale getirebiliriz şeklinde yürütüldü. Toplantılar iyi dilek ve temennilerle sona erdi. Artvin İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Çöp Depolama Alanında Yangın

Artvin'de Çöp Depolama Alanında Metan Gazı Patlaması Sonucu Yangın Çıktı Artvin - Ardahan kara yolu üzerinde, Çoruh Vadisi kenarındaki çöp depolama alanında akşam saatlerinde metan gazı patlaması nedeniyle yangın meydana geldi. Patlama sonucunda çıkan yangın, çevreyi saran yoğun dumanlarla birlikte tüm Artvin kentinin hava sahasını kapladı. Olay yerinden zaman zaman patlama sesleri de duyuldu. Bölgede yaşanan bu olay, Artvin'deki uzun süredir devam eden çöp depolama sorununu bir kez daha gündeme getirdi. Kentteki atıkların büyük bir kısmı, bu çöp depolama alanında toplanıyor.



Artvin merkez ve ilçelerinde süregelen çöp depolama probleminin çözülmesi için, atıkların düzgün şekilde

işlenebileceği modern bir atık işleme tesisinin kurulması kentte tek çözüm olarak görünüyor. Malvina BIBİLASHVİLİ



gundemartvin.com

Fizik Tedavide İyileşme Süreci

Fizik tedavi, çeşitli sağlık sorunlarının tedavisinde ve rehabilitasyonunda önemli bir rol oynayan bir disiplindir. Kas-iskelet sistemi bozukluklarından nörolojik rahatsızlıklara, spor yaralanmalarından postür bozukluklarına kadar geniş bir yelpazede uygulanan fizik tedavi, hastaların hareket kabiliyetini artırmayı, ağrıyı azaltmayı ve yaşam kalitesini yükseltmeyi hedefler. Fizyoterapist Berkant Ketenci, fizik tedavi sürecinin bireye özel olarak planlanması gerektiğini vurgulayarak, "Her hastanın ihtiyaçları ve iyileşme süreci farklıdır. Bu nedenle, fizik tedavi programları kişiye özgü hazırlanmalı ve hastanın tedavisi aktif katılımı sağlanmalıdır," diyor. Fizik Tedavi Sürecinin Aşamaları: Değerlendirme Aşaması: Fizik tedavi süreci, hastanın genel sağlık durumunun, hareket kabiliyetinin, ağrı seviyelerinin ve günlük yaşam aktivitelerinin değerlendirilmesiyle başlar. Fizik tedavi uzmanları ve fizyoterapistler, hastanın tıbbi geçmişini gözden geçirir ve fiziksel muayene yapar. Bu değerlendirme, hastanın ihtiyaçlarına yönelik en uygun tedavi planının oluşturulmasını sağlar. Berkant Ketenci, "İlk muayene, fizik tedavinin en kritik aşamalarından biridir. Hastanın fonksiyonel kapasitesini ve hareket kabiliyetini değerlendirmek, tedavinin

başarısı açısından büyük önem taşır," diyerek bu aşamanın önemine dikkat çekiyor. Tedavi Planının Oluşturulması: Değerlendirme sonucuna göre hastaya uygun bir tedavi planı hazırlanır. Bu plan, egzersizler, manuel terapi, elektroterapi, sıcak/soğuk uygulamaları gibi çeşitli teknikleri içerebilir. Tedavinin her hastaya özgü tasarlanması, başarılı bir iyileşme sürecinin anahtarıdır. Aktivite ve Egzersiz Programı: Fizik tedavinin temel bileşenlerinden biri, hastaya özel egzersiz programlarıdır. Bu egzersizler; kas gücünü artırma, esnekliği geliştirme, dengeyi sağlama ve koordinasyonu güçlendirme amacı taşır. Hastanın durumuna göre hafif veya yoğun olabilen egzersizler, seanslar sırasında uygulanabileceği gibi evde yapılmak üzere de önerilir. Ketenci, "Egzersizler sadece seanslarla sınırlı kalmamalı. Hastalar, ev programlarını da disiplinli bir şekilde uygulayarak iyileşme sürecini hızlandırabilirler," ifadelerini kullanıyor. Manuel Terapi ve Diğer Teknikler: Fizyoterapistler, hastanın durumuna göre manuel terapi, masaj, eklem mobilizasyonu ve manipülasyon gibi yöntemleri kullanabilir. Bunun yanı sıra, elektroterapi (ultrason, TENS), sıcak/soğuk terapi gibi uygulamalar da ağrının azaltılması ve hareket kabiliyetinin artırılması için tercih edilir. Sürecin İzlenmesi ve

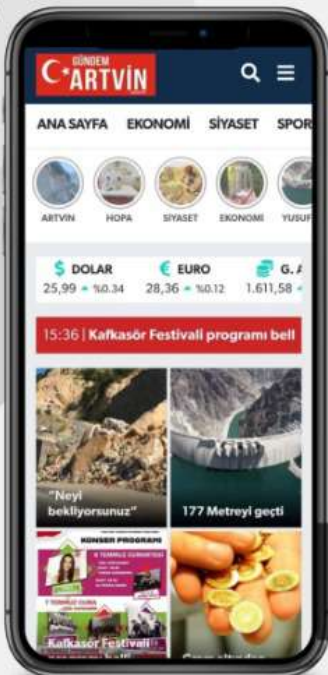
Değerlendirme: Tedavi sürecinin etkili olup olmadığını anlamak için düzenli değerlendirmeler yapılır. Bu değerlendirmeler sayesinde, hastanın tedaviye verdiği yanıt analiz edilir ve gerekirse tedavi planında değişiklikler yapılır. Berkant Ketenci, "Tedavinin başarılı olabilmesi için sürekli değerlendirme yapmak gerekir. Hastanın tedaviye nasıl yanıt verdiğini görmek, sürecin ilerleyişini yönlendirmek açısından kritik bir noktadır," diyerek sürecin önemini vurguluyor. Eğitim ve Bilinçlendirme: Fizik tedavi sürecinde hastaların, tedavi sırasında kullanılan teknikleri ve günlük yaşamda nasıl daha sağlıklı hareket edebileceklerini öğrenmeleri önemlidir. Fizyoterapistler, hastalara doğru duruş, hareket teknikleri ve evde yapabilecekleri egzersizler hakkında bilgi verir. Uzun Dönem Takip: Fizik tedavi, sadece tedavi süreciyle sınırlı kalmaz; sağlıklı bir yaşam tarzını benimsemeyi teşvik eder. Hastalar, tedavi tamamlandıktan sonra kazandıkları bilgileri kullanarak kendilerini korumalı ve olası yaralanmalardan kaçınmalıdır. Ketenci, "Fizik tedavi süreci sona erdiğinde bile, hastaların sağlıklı yaşam alışkanlıklarını sürdürmesi gerekmektedir. Uzun dönem takip, hastaların tekrar benzer problemler yaşamaması için kritik bir adımdır," diyerek hastalara tedavi sonrası dikkat etmeleri



gerekli noktalar hakkında uyarılarda bulunuyor. Fizik tedavinin başarısı, hastaların tedaviye aktif katılımına, fizyoterapistin deneyimine ve tedavi planının hastaya uygun olmasına bağlıdır. Hastaların tedavi sürecini ciddiye alması ve önerilen egzersizleri düzenli yapması, iyileşme hızını artıran en önemli unsurlardan biridir. Berkant Ketenci, "Fizik tedavi bir ekip çalışmasıdır. Hasta, fizyoterapist ve doktor arasındaki iş birliği, tedavinin başarılı olmasını sağlar," diyerek fizik tedavinin multidisipliner yapısına dikkat çekiyor. Fizik tedavi, bireylerin fiziksel

yeteneklerini geliştiren ve ağrıyı azaltan önemli bir süreçtir. Her bireyin iyileşme süreci farklılık gösterse de, kişiye özel olarak uygulanan fizik tedavi programları sayesinde hastalar önemli iyileşmeler sağlayabilirler. Tedavi sürecinde fizyoterapist ile iş birliği yapmak, hem iyileşme sürecini hızlandıracak hem de yaşam kalitesini artıracaktır. Sağlıklı ve aktif bir yaşam için atılan adımların en önemlilerinden biri olan fizik tedavi, doğru uygulamalarla bireyleri sağlıklı bir geleceğe taşıyan önemli bir rehber olmaya devam etmektedir.

Malvina BİBİLASHVILI



GÜNDEM ARTVİN Artık Telefonunuzda



App Store



Play Store

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



gundemartvin.com



**ARTVİN'DE
HABER**

14 Mart 2025 Cuma
www.gundemartvin.com

**ARTVİN'DE
HABER**

Cuma



Az Bulutlu

Cumartesi



Az Bulutlu

Pazar



Az Bulutlu



**ÇAMLICA
ECZANESİ**

Tlf : (0 466) 212 32 42



HOŞ GELDİN

Ya Şehr-i Ramazan

2025 ARTVİN İÇİN İMSAKİYE

Tarih	İmsak	Güneş	Öğle	İkindi	Akşam	Yatsı
01 Mart 2025 Cumartesi	05:16	06:40	12:30	15:37	18:10	19:29
02 Mart 2025 Pazar	05:14	06:39	12:30	15:37	18:11	19:30
03 Mart 2025 Pazartesi	05:13	06:37	12:30	15:38	18:12	19:31
04 Mart 2025 Salı	05:11	06:36	12:29	15:39	18:13	19:33
05 Mart 2025 Çarşamba	05:10	06:34	12:29	15:40	18:15	19:34
06 Mart 2025 Perşembe	05:08	06:32	12:29	15:40	18:16	19:35
07 Mart 2025 Cuma	05:06	06:31	12:29	15:41	18:17	19:36
08 Mart 2025 Cumartesi	05:05	06:29	12:29	15:42	18:18	19:37
09 Mart 2025 Pazar	05:03	06:28	12:28	15:42	18:19	19:38
10 Mart 2025 Pazartesi	05:01	06:26	12:28	15:43	18:20	19:39
11 Mart 2025 Salı	05:00	06:24	12:28	15:44	18:21	19:41
12 Mart 2025 Çarşamba	04:58	06:23	12:28	15:44	18:22	19:42
13 Mart 2025 Perşembe	04:56	06:21	12:27	15:45	18:24	19:43
14 Mart 2025 Cuma	04:55	06:19	12:27	15:46	18:25	19:44
15 Mart 2025 Cumartesi	04:53	06:18	12:27	15:46	18:26	19:45
16 Mart 2025 Pazar	04:51	06:16	12:26	15:47	18:27	19:46
17 Mart 2025 Pazartesi	04:49	06:14	12:26	15:47	18:28	19:48
18 Mart 2025 Salı	04:47	06:13	12:26	15:48	18:29	19:49
19 Mart 2025 Çarşamba	04:46	06:11	12:26	15:49	18:30	19:50
20 Mart 2025 Perşembe	04:44	06:09	12:25	15:49	18:31	19:51
21 Mart 2025 Cuma	04:42	06:08	12:25	15:50	18:32	19:52
22 Mart 2025 Cumartesi	04:40	06:06	12:25	15:50	18:33	19:54
23 Mart 2025 Pazar	04:38	06:04	12:24	15:51	18:34	19:55
24 Mart 2025 Pazartesi	04:37	06:03	12:24	15:51	18:36	19:56
25 Mart 2025 Salı	04:35	06:01	12:24	15:52	18:37	19:57
26 Mart 2025 Çarşamba	04:33	05:59	12:23	15:52	18:38	19:59
KADİR GECESİ						
27 Mart 2025 Perşembe	04:31	05:58	12:23	15:53	18:39	20:00
28 Mart 2025 Cuma	04:29	05:56	12:23	15:53	18:40	20:01
29 Mart 2025 Cumartesi	04:27	05:54	12:23	15:53	18:41	20:02

30 MART PAZAR BAYRAMIN 1.GÜNÜ

BAYRAM NAMAZ VAKTİ: 06:31



0533 704 59 23



gundemartvin.com