

ŞEFFAF BELEDİYEÇİLİKTE ÖDÜN VERMEYECEĞİZ

Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel, İçişleri Bakanlığı'na bağlı mülkiye müfettişlerince Kuşadası Belediyesi tarafından yapılan bir ihale ilgili olarak yürütülen inceleme sürecine ilişkin bir açıklama yaptı. Şeffaf belediyeçilik anlayışından asla ödün vermeyeceklerini belirten Başkan Ömer Günel "Büyük bir titizlikle takip ettiğimiz sürecin tamamlanması ile gerekli tüm işlemleri başlatacağız" dedi

■ Başkan Ömer Günel'in konu ile ilgili açıklaması şu şekilde:

■ "Belediyemiz tarafından yapılan bir ihale ile ilgili olarak İçişleri Bakanlığı Mülkiye Teftiş Kurulu tarafından sürdürülen inceleme neticesinde, soruşturmanın selameti açısından 2 memur çalışmamızın açığa alınmasına karar ver-

irken; 1 sözleşmeli memur ile 2 şirket çalışmamızın da sözleşmelerinin askıya alınması tavsiyesinde bulunulmuştur.

■ Göreve başladığımız günden bu yana şeffaf belediyeçilik anlayışından asla ödün vermeyen bir yönetim olarak Mülkiye Teftiş Kurulu tarafından yürütülen incelemenin doğru ve sağlıklı

biçimde yürütülebilmesi amacıyla üzerimize düşeni yaparak söz konusu çalışanlarımız ile ilgili tavsiye kararını derhal yerine getirmiş bulunmaktayız. Kuşadası Belediyesi yönetimi olarak kamunun zarara uğratılmasına neden olacak herhangi bir ihmale ya da girişime izin vermemiz söz konusu dahi olamaz. İhmali bul-

nan her kim olursa olsun gerekenin yapılabilmesi için bizler de üzerimize düşeni yerine getirerek inceleme sürecinin tamamlanmasını sağlayacak ve kentimizin çıkarlarını sonuna kadar koruyacağız. Büyük bir titizlikle takip ettiğimiz sürecin tamamlanması ile gerekli tüm işlemleri başlatacağız."



AYLIK KUŞADASI BELEDİYE BÜLTENİ

Kuşadası

Yıl : 3 | Sayı : 25

Mayıs 2022

Türkiye Voleybol Federasyonu (TVF), Aydın Büyükşehir Belediyesi ve Kuşadası Belediyesi iş birliğiyle düzenlenen 'Beach VW Pro Tour Kuşadası Challenge'da erkeklerde İsveç, kadınlarda ABD şampiyon oldu.



DÜNYA KUŞADASI'NI İZLEDİ

■ 19 Mayıs Perşembe günü başlayıp 4 gün süren organizasyon yaklaşık 5 bin sporsever tarafından ilgiyle izlendi. Dünya'nın gözü Kuşadası'nda oldu. Uluslararası birçok spor kanalı maçları canlı olarak yayınladı. Final maçlarını Kuşadası Kaymakamı Sadettin Yücel, Cumhuriyet Başsavcısı Cem Koray Eryılmaz, TVF Başkan Vekili Alper Sedat Aslandaş, Aydın Büyükşehir Belediye Başkan vekili Evrim Karakoz, Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel, Şarköy Belediye Başkanı Alper Var ve bürokratlar birlikte izledi.

4. sayfada ▶



PLAJLAR YENİ SEZONA HAZIR

Kuşadası Belediyesi, yaz sezonunun başlamasıyla kenti ziyaret eden turistlerin keyifli ve huzurlu bir ortamda denize girebilmeleri için plajlarda sürdürdüğü hazırlıkları tamamladı.

3. sayfada ▶



MINERAL ve FOSİL MÜZESİNE ÖDÜL

Kuşadası Belediyesi tarafından açılan Fosil ve Mineral Müzesi, Tarihi Kentler Birliği (TKB) tarafından düzenlenen Müze Özendirme Yarışması'nda ödüle layık görüldü.

4. sayfada ▶



BAŞKAN ÖMER GÜNEL: ESNAFA ÖNEMLİ GÖREVLER DÜŞÜYOR

Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel kentteki esnaf ve meslek odalarının temsilcileri ile bir araya gelerek toplantı yaptı.

5. sayfada ▶



KUŞADASI TERMAL SAĞLIK TURİZMİNDE ÇITAYI YÜKSELTTİ

Enerji Kentleri Birliği 2022 Yılı Meclis Toplantısı Kuşadası Belediyesi'nin ev sahipliğinde gerçekleşti. Toplantıda yenilenebilir enerji kaynakları ve jeotermal enerji santralleri konusu ele alındı.

6. sayfada ▶



19 MAYIS COŞKUYLA KUTLANDI

19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı kutlamaları Kuşadası'nda coşkuyla kutlandı.

7. sayfada ▶



KUŞADASI BELEDİYESİ'NDEN 80'İNCİ YAŞ SÜRPRİZİ

Kuşadası Belediyesi, Yavansu Mahallesi'nde yalnız yaşayan Mustafa Ak'a doğum günü sürprizi yaptı. 80'inci yaşına Kuşadası Belediyesi tarafından düzenlenen sürpriz kutlama ile giren Mustafa Ak, Başkan Ömer Günel'e inceliği ve nezaketi için teşekkür etti.

8. sayfada ▶



4
KUŞADASI'NDA DEV ORGANİZASYON
HÜSEYİN ASAR

5
KRONİK YORGUNLUK VE TIBBİ OZON TEDAVİSİ
SEVCAN ALTUN

6
DİYETTE ŞEKER GERÇEĞİ
Uzman Diyetisyen
AYSEN ARICAN ÖZ

7
ARABULUCULUK MERKEZLERİ'NE NE ZAMAN VE NEDEN BAŞVURULUR?
Arabulucu Av.
EGE DEMİRALP

DEV ORGANİZASYON RÜZGÂR GİBİ GEÇTİ

Türkiye Voleybol Federasyonu (TVF), Aydın Büyükşehir Belediyesi ve Kuşadası Belediyesi iş birliğiyle Sevgi Plajı'nda düzenlenen Plaj Voleybolu Dünya Turu VW Beach Pro Tour Kuşadası Challenge' izleyenlerden tam not aldı. Hiçbir aksaklığın yaşanmadığı dev organizasyon rüzgâr gibi geçti

■ Dünyanın en önemli plaj voleybolu organizasyonları arasında gösterilen Uluslararası Voleybol Federasyonu (FIVB) Plaj Voleybolu Dünya Turu VW Beach Pro Tour Kuşadası Challenge'a 33 ülkeden 200 sporcu katıldı. Erkeklerde İsveç'in, kadınlarda ABD'nin şampiyon olduğu turnuvada ekiplerin öz-

verili çalışması sayesinde Kuşadası başarılı bir sınav verdi. Sevgi Plajı'nda kurulan kortlarda dört gün boyunca büyük çekimlere sahne olan maçları yaklaşık 10 bin spor sever izledi. Yurt dışındaki televizyon kanallarının da canlı yayın yaptığı şampiyona kentin tanıtımına önemli katkı sundu. FIVB Teknik Delegelelerinin de yer aldığı turnuvada Kuşadası, tüm Türkiye'ye uluslararası spor etkinliklerini başarıyla gerçekleştirebileceğini gösterdi.

GÖNÜLLÜ TURİZM ELÇİLERİMİZ OLDU

■ Olimpik seviyede elit oyuncuların yer aldığı Beach Pro Tour Kuşadası Challenge'ta mücadele eden erkek ve kadın voleybolculara sporseverler yoğun ilgi gösterdi. İzleyici-

ler, şampiyon olmak için kızgın kumlara çıkan voleybolcularla maçlardan sonra bol bol hatıra fotoğrafı çekti. Ortaya koydukları oyun kadar sempatik tavırlarıyla da alkış toplayan kadın voleybolcular Kuşadası'na hayran kaldı. Plajın sultanları, maçlardan arta kalan sürede denize girip güneşlendi. Türkiye'nin gönüllü turizm elçileri, Kuşadası'nın plaj voleybolu için çok uygun bir yer olduğunu belirterek ülkelerine döndüklerinde herkese Kuşadası'ndan bahsedebileceklerini söyledi.

"FIVB VE VOLEYBOLCULAR MEMNUN KALDI"

■ TVF Başkanı Vekili Alper Sedat Aslandaş, Kuşadası'nın dünyada plaj voleybolu alanın-



karşılaşmadık. Turnuva katılan bütün voleybolcular ile FIVB'nin teknik delegeleri Kuşadası'ndaki organizasyondan memnun kaldı" dedi.

"KUŞADASI'NI DOĞRU VE ETKİLİ BİÇİMDE TANITTIK"

■ Başkan Ömer Günel de Beach Pro Tour Kuşadası Challenge'a ev sahipliği yaparak dünyanın farklı ülkelerinden gelen sporcuları Kuşadası'nda ağırladıkları için çok mutluluklarını ifade etti. Aydın Büyükşehir Belediyesi ve TVF ile

uyum ve iş birliği içerisinde çalışarak turnuvayı hiçbir sorun yaşamadan tamamladıklarını belirten Başkan Ömer Günel, "Öncelikle organizasyonun sürekliliğini sağladığımız Aydın Büyükşehir Belediye Başkanım Sayın Özlem Çerçioğlu'na, Türkiye Voleybol Federasyonu'na ve görevli tüm personele emekleri için çok teşekkür ediyorum. Turnuva sayesinde Kuşadası'nı bütün dünyaya doğru ve etkili bir biçimde tanıttık" diye konuştu.



KUŞADASI BELEDİYESİ EMARÇEB'İN TARIM VE İNSAN ÇALIŞTAYINA EV SAHİPLİĞİ YAPTI

Türkiye'nin çevre alanında kurulmuş ilk ve tek yerel yönetim birimi olan Ege ve Marmara Çevre Belediyeler Birliği'nin (EMARÇEB) "Tarım ve İnsan" konulu çalıştayı ve 1. Olağan meclis toplantısı Kuşadası'nda gerçekleşti.

■ Ege ve Marmara Çevre Belediyeler Birliği ve Edremit Belediye Başkanı Selman Hasan Arslan, meclise ve çalıştaya ev sahipliği yapan Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel'e teşekkür ederek başladı. Arslan açılış konuşmasında çevre dostu belediyeler ile bir arada olmaktan, Birliğe üye belediyeler ile birlikte etkili çalışmalar gerçekleştirmekten mutluluk duyduğunu belirtti.

■ 2022 yılı 1. Olağan Meclis Toplantısı'nda Aydın'dan Didim ve İncirliova, Muğla'dan Bodrum, Datça ve Milas Belediyeleri'nin Birliğimize üyelik talepleri kabul edildi.

Birliğe katılan 5 yeni üye Belediye ile birlikte belediye sayısı 50'ye yükseldi. Birlik Tüzüğü'müzün "Birliğin Adı" ile ilgili 1. maddesinde değişiklik yapılması için verilen önerge kabul edilerek birlik adı "Ege ve Marmara Çevre Belediyeler Birliği" olarak değiştirildi.

■ Birlik Tüzüğü'müzün 16. maddesi gereği Encümen Üye seçimi yapıldı.

Encümen Üyeliği'ne Malkara Belediye Başkanı **Ulaş Yurdakul**, Alaşehir Belediye Başkanı **Ahmet Öküzçuoğlu**, Uzunköprü Belediye Başkanı **Özlem Becan**,

Kepez Belediye Başkanı **Biröl Arslan**, Bozkurt Belediye Başkanı **Birsan Çelik**, Büyükçekmece Belediye Meclis Üyesi **Coşkun Tanış** ve Burhaniye Belediye Meclis Üyesi **Oya Özarkon** seçildi. **TÜRK TARIMINA KUŞADASI'NDAN İŞİK TUTULDU**

■ Tarım ve İnsan Çalıştayı' Türk tarımına ışık tutmak için, bugün Kuşadası'nda gerçekleştirildi. Ev Sahibi, Birlik Meclis Üyemiz Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel yaptığı protokol konuşmasında; Emarceb bünyesinde yer almaktan mutlu



olduğunu, alanında donanımlı uzman konukların yer aldığı "Tarım ve İnsan" Çalıştayı'na ev sahipliği yapmaktan onur duyduğunu belirterek, başarılı bir çalıştayın gerçekleşmesini diledi.

■ Çalıştayı'nın açılış konuşmasını yapan Ege ve Marmara Çevre Belediyeler Birliği Başkanı Selman Hasan Arslan, tarımın insan için olmazsa olmaz değerinden ve şu an ülkemizin içinde bu-

lunduğu durumun kısır döngüsünden bahsederek sözlerini şöyle sürdürdü;

■ "Bundan sonra bizler tarım için taşın altına elimizi daha fazla sokuyoruz. Çünkü; tarlada izi olmayanın harmanda yüzü olmaz diyoruz. Tarımımızı toprağımızı ele, sele ve yele vermeye kararlıyız. Bugün Veyssel misali "Benim sadık yârim kara toprak" demesi gerekenler bizleriz. Oysa yerel

yönetimler olarak tarımsal üretkenliği arttırmaktan sürdürülebilir gıdaya, doğal yaşamın korunmasından akıllı tarıma ve ekolojik tarıma birçok görevimiz ve sorumluluğumuz var. Bizler bugün gıda güvenliğine, ata tohumlarına, kooperatiflere, üretici pazarlarına, organik ve ekolojik pazarlara daha fazla önem vermeliyiz. Yönettiğimiz kentlerde tarım adına tüketici bilinçlenmesine,

tasarruflu su tüketimine, kirlilikle mücadelede, yeşil istihdam, bilime ve eğitime, beyaz ve mavi yakalıların ardından, yeşil yakallılar da daha fazla eğilmeliyiz" dedi.

MİLLİ PROJELER HAYATA GEÇİRİLMELİ

■ Tarım alanında yazdığı yazılar, ekranlarda yaptığı konuşmalar ve "Yeni Tarım Düzeni" kitabı dikkatleri üzerine çeken Tarım Yazarı Ali Ekber Yıldırım, son yıllarda tarımda

uygulanan politikalar ile insanların, hem tarım sahasından uzaklaştırdığını hem de insanların zemsiz bir ithalat bağımlılığı ile baş başa bırakıldığını belirterek, bir an önce planlı programlı, orta ve uzun vade milli projelerin hayata geçirilmesi, çiftçinin desteklenmesi ve sağlıklı ekonomik politikalar ile tarımın hayata döndürülmesinin acil ihtiyaç olduğunu belirtmiştir.

■ Tarımda kullanılan kimyasallar ve sağlığını kısmında konuşmacı olarak yer alan Yavuz Dizdar, tarımda kullanılan ve denetimi yapılmayan, yasak olduğu halde kullanılan kimyasalların sağlığını üzerinde başta kanser olmak üzere ciddi nörolojik sağlık sorunlarına da sebep olduğunu belirterek, "tehlikenin farkına varın ve önleminizi alın" uyarısında bulundu.

Kurumsal Aylık Süreli Ücretsiz Yayın

AYLIK T.C. KUŞADASI BELEDİYE BÜLTENİ

Kuşadası

Yıl : 3 | Sayı : 25 | Mayıs 2022

İmtiyaz Sahibi
T.C. Kuşadası Belediyesi'ne Adına Başkan

ÖMER GÜNEL

Genel Yayın Yönetmeni

EŞBER OKAYER

Yazı İşleri Sorumlusu

ÇAĞLAR HATİPOĞLU

Editör

SERAP GÜZELCAN

Muhabir

OĞUZHAN BOYSAN

Grafik Tasarım

ALİ YELKENLİ

Yönetim Yeri

T.C. KUŞADASI BELEDİYESİ

İnönü Blr. Lütfi Yolcu İş Merkezi No: 11

Kuşadası / Aydın

Basım Yeri

7/24 ÇAĞRI MERKEZİ

444 71 14

Santral: 0 256 460 40 40

Whatsapp: 0 552 460 40 40

www.kusadasibel.tr | info@kusadasibel.tr

guvercinmasa@kusadasibel.tr

KuşadasıBel | kusadasibel

KuşadasıBelediyesi | kusadasibel

Gazetemizde yer alan her türlü haber ve köşe yazılarından yazarları sorumludur

Bu bülten T.C. KUŞADASI BELEDİYESİ Basın Yayın ve Halkla İlişkiler Müdürlüğü tarafından hazırlanmaktadır

DAVUTLAR MAHALLESİ'NE 4 AYDA 20 BİN m² YENİ YOL



Başkan Ömer Günel'in göreve gelmesinin ardından Aydın Büyükşehir Belediyesi ile yakalanan uyum ve iş birliği sayesinde Davutlar Mahallesi'nde esmeye başlayan değişim rüzgârı 2022 yılında da sürüyor

■ Çalışmalar kapsamında Kuşadası Belediyesi Fen İşleri Müdürlüğü ekipleri tarafından 2022 yılının ilk 4 ayında Gücün, Kavak, Şehit Erkan Başlık, Sezgin, Arapçı, Tütüncü, Yeşilova, Efeoğlu, Hazar, Mete, Çavuşoğlu, Yorulmaz, Altun sokaklar ile Fatih ve İstiklal caddelerine toplam 20 bin 209 metrekare kilit parke ve granit yüzeyli beton taşı döşendi.

250 BİN METREKARELİK PROJE ALANI

■ Yeni yılda Davutlar Mahallesi'nin farklı noktalarında alt ve üst yapı yenileme çalışmalarını kesintisiz sürdüren Kuşadası Belediyesi, belirlenen program dâhilinde yol bakım ve onarım ile bordür ve oluk imalatlarını da ihmal etmedi. İlgili kurumlara elektrik, su, telefon ve internet hatlarının yenilendiği bölgelerde meydana gelen

hasar ve bozulmalar Fen İşleri Müdürlüğü ekipleri tarafından anında giderildi. Bölgede ekiplerce 4 ayda 18 bin 200 metrekarede yol bakım çalışması gerçekleştirildi. Davutlar Mahallesi'nde sürdürülen alt ve üst yapı yenileme çalışmaları tamamlandığında bölge toplam 250 bin metrekarelik yeni yola kavuşmuş olacak.

"KAYBEDECEK VAKTİMİZ YOK"

■ Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel, Davutlar Mahallesi'ne yapacakları yatırımların artarak devam edeceğini belirterek, "Daha önce 2022 Davutlar Mahallesi'nin yılı olacak demistik. Bu amaçla çalışmaya devam ediyoruz. Aydın Büyükşehir Belediyemiz ile iş birliği içerisinde Davutlar Mahallemizin eksiklerini tek tek tamamlayacağız. Kaybedecek vaktimiz yok" diye konuştu.



■ 11'i büyükşehir belediye başkanı olmak üzere 248 il ve ilçe belediye başkanının katılımıyla Van'da düzenlenen CHP Belediye Başkanları Çalıştayı, ilk gün gerçekleşen esnaf ve vatandaş buluşmalarının ardından CHP Yerel Yönetimlerden Sorumlu Genel Başkan Yardımcısı ve Ordu Milletvekili Seyit Torun'un açılış konuşması ile başladı. "Geliyor Gelmekte Olan" ve "Bizim Belediye Başkanları Van'da" sloganlarıyla sürmekte olan çalıştayda yaklaşan genel seçimler ile ilgili yol haritası ele alındı. Genel başkan yardımcılarının tarafından ger-

çekleştirilen "Genel Merkez'in seçim hazırlıkları seçime giden süreçte belediyelerin rolü" başlıklı panelin ardından belediye başkanları basına kapalı oturumlarda sunumlarına katıldı. ■ Çalıştaya katılmak üzere Van'da bulunan Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel, Türkiye'nin dört bir

BAŞKAN ÖMER GÜNEL, CHP'NİN VAN'DA DÜZENLENEN BELEDİYE BAŞKANLARI ÇALIŞTAYINA KATILDI

Cumhuriyet Halk Partisi (CHP) tarafından Van'da düzenlenen "Belediye Başkanları Çalıştayı" sona erdi. Genel Başkan Kemal Kılıçdaroğlu'nun başkanlığında Türkiye'deki 248 CHP'li belediye başkanının bir araya geldiği çalıştaya katılan Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel, "CHP'li belediye başkanları olarak geleceğe umutla bakıyoruz" dedi



yanından gelen belediye başkanları ile bir arada olmanın mutluluk verici olduğunu ve motivasyonlarını arttırdığını belirterek "Genel Başkanımız Kemal Kılıçdaroğlu'nun liderliğinde emin adımlarla iktidara yürüyoruz.

CHP'li belediye başkanları olarak geleceğe umutla bakıyoruz. Pandemi ile başlayıp ekonomik kriz ile derinleşen bu süreçte halkın belediyeleri olarak bugüne kadar olduğu gibi bundan sonra da partimizin sosyal belediyecilik anlayışı doğrultusunda karşımıza çıkarılan engelleri aşacak ve Türkiye'nin umudu olmayı sürdüreceğiz" dedi.

AYDEM ekipleri tarafından da sokakların internet, telefon ve elektrik hatları yenilendi. Ekipler ayrıca Kervansaray ve liman arasında kalan bölgedeki eskiyen kaldırım ve bordür taşlarını da yenileriyle değiştirdi. KENT DOKUSUYLA UYUMLU DOĞAL TAŞ DÖŞENDİ ■ Kuşadası'nın çehresini değiştirmek için başlatılan çalışmada, Kuşadası Be-



TARİHİ ÇARŞININ YENİ MODERN YÜZÜ BELİRMENE BAŞLADI

Kuşadası Belediyesi tarafından Aydın Büyükşehir Belediyesi ve ilgili kurumlarla iş birliği içerisinde Grand ve Orient Bazaar'da başlatılan yenileme çalışmaları son aşamaya geldi

■ Kruvaziyer gemileriyle kente gelen turistlerin uğrak noktalarının başında gelen Grand ve Orient Bazaar'da Kuşadası Belediyesi tarafından başlatılan yenileme çalışmaları hız kesmeden sürüyor. Aydın Büyükşehir Belediyesi ile iş birliği içerisinde yürütülen projede bugüne kadar bölgenin yağmur ve içme suyu hatları döşenecek altyapısı sağlıklı bir hale getirildi. Türk Telekom ve

AYDEM ekipleri tarafından da sokakların internet, telefon ve elektrik hatları yenilendi. Ekipler ayrıca Kervansaray ve liman arasında kalan bölgedeki eskiyen kaldırım ve bordür taşlarını da yenileriyle değiştirdi. KENT DOKUSUYLA UYUMLU DOĞAL TAŞ DÖŞENDİ ■ Kuşadası'nın çehresini değiştirmek için başlatılan çalışmada, Kuşadası Be-

lediyesi Fen İşleri Müdürlüğü tarafından yürütülen doğal taş döşeme işlemi de büyük oranda tamamlandı. Kent dokusuyla uyumlu doğal taşlar Şimşek Sokak, Grand Bazaar, Orient Bazaar ve Kıbrıs Caddesi'ne döşendi. Çalışma, dükkanların peyzaj ve cephe düzenlemelerinin birbiri ile uyumlu hale getirilmesi ve çarşının kaplıyacak çatının yapılmasıyla sona erecek.

KRUVAZİYER TURİZMİNİN BAŞKENTİ KUŞADASI YENİDEN DEVLER LİGİNDE

Türkiye'nin önemli turizm merkezlerinden Kuşadası'ndaki limana dünyanın en büyük kruvaziyer gemilerinden Bahama bayraklı 'Odyssey of the Seas' ile çoğunluğu ABD'li 4 bin 281 yolcu geldi



■ Bahama bayraklı 'Odyssey of the Seas' çoğunluğu ABD'li 4 bin 281 yolcusuyla sabah saatlerinde Kuşadası Limanı'na yanaştı. Bugüne kadar Türkiye'ye gelen en büyük yolcu gemisi olma özelliğini taşıyan kruvaziyerden inen turistler Kuşadası Belediye Bando-su ve halk oyunları ekibiyle karşılandı. Ülkeye giriş işlemlerinin ardından turist-

lerin bir bölümü Kuşadası'nın yenilenmiş turistik çarşılarında alışveriş yaptı. Carribean Cruise Lines'in geçen yıl denize indirdiği en yeni gemilerinden olan 5 bin 500 yolcu kapasiteli kruvaziyerde 14 güverte, 15 restoran, 2 havuz ve 2 bin 105 kabin bulunuyor. Odyssey of the Seas'in kruvaziyer sezonu sonuna kadar Kuşadası'na 16 sefer

daha yapacağı belirtildi. Öte yandan Kuşadası Limanı bugün Bermuda bayraklı 'Regal Princess' ile Bahama bayraklı 'Seven Seas Voyager' isimli kruvaziyerleri de ağırladı. Her iki gemi ile Kuşadası'na toplam 3 bin 104 turist daha geldi. "ESNAF OLARAK UMUTLUYUZ" ■ Kuşadası'na kruvaziyer gemileriyle gelen yabancı turistler esnafın da yüzünü güldürdü. Grand Ba-

zaar'da deri ürünleri satan Aydın Uçkun, "Pandemi nedeniyle 2 yıldır çok zor günler geçirdik. Nisan ve Mayıs aylarından itibaren Kuşadası'nda kruvaziyer sezon hareketlenmeye başladı. 2022 sezonundan çok umutluyuz" dedi. "RAHAT NEFES ALMAYA BAŞLADIK" ■ Orient Bazaar'da hediyelik eşya ve tekstil ürünleri satan Melike Kalkan ise, "Kruvaziyer gemile-

rinin gelmesiyle rahat bir nefes almaya başladık. Mayıs ayındaki gemiler yarı yolcu kapasitesine sahip. Haziran ayındakilerin tam kapasiteyle gelecekleri belirtiliyor. Esnaf olarak umudumuz yüksek" diye konuştu. "KENTİMİZ TURİZM SEZONUNA HAZIR" ■ Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel de, "Kentimizin kruvaziyer turizmde yeniden eski günlerine kavuşması ve

dünyanın en büyük yolcu gemilerini ağırlamaya başlaması hepimizi çok mutlu etti. Kuşadası Belediyesi olarak 2 yıl süren pandemi dönemini hizmet fırsatı çevirerek turistik çarşılarımızın alt ve üst yapılarını yeniledik. Kentimiz yenilenen yüzüyle turizm sezonuna hazır. Esnafımıza bol kazançlar diliyorum. 2022 turizm sezonunun her açından iyi geçeceğine eminim" diye konuştu.



PLAJLAR YENİ SEZONA HAZIR

Kuşadası Belediyesi, yaz sezonunun başlamasıyla kenti ziyaret eden turistlerin keyifli ve huzurlu bir ortamda denize girebilmeleri için plajlarda sürdürdüğü hazırlıkları tamamladı

■ Kuşadası'nı tercih eden yerli ve yabancı turistlerin unutulmaz bir tatil geçirmelerini sağlamak amacıyla çalışmalarını sürdüren Kuşadası Belediyesi, Aydın Büyükşehir Belediyesi ile iş birliği içerisinde kente bulunan tüm plajları sezona hazırladı. Çalışmalar kapsamında Sahil Evleri Plajı, Sevgi Plajı, Kadınlar denizi plajı, Kuştur Sahili ve Halk Plajındaki kumlar özel bir makine aracılığıyla elenerek yabancısı cisimlerden arındırıldı. Denizdeki yosunları da toplayan ekipler ayrıca tahrip olmuş soyunma kabinlerini, duşları, şezlongları ve engelli rampalarını yenileriyle değiştirdi. Taş ve ot temizliği de yapılan plajlara ayrıca hasır şemsiyeler yerleştirildi ve ücretsiz olarak halkın kullanımına sunuldu. Tatilcilerin denizin keyfini çıkarabilmeleri için gerekli hijyen tedbirleri de alındı. Çalışmalar tatilciler tarafından memnuniyetle karşılandı.

Genişliği ve uzunluğu ile ülkemizin ve Avrupa'nın en önemli plajına ev sahipliği yapan Kuşadası'na gelen yerli ve yabancı turistler deniz sezonu açtı. Vatandaşlar Kuşadası Belediye tarafından yürütülen çalışmalarını takdirle karşıladı.

■ Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel ise Aydın Büyükşehir Belediyesi ile sürdürdüğü uyum ve iş birliği neticesinde plajları 2022 turizm sezonuna hazırladıklarını belirterek "Tatillerini geçirmek için kentimizi seçen yerli ve yabancı tüm konuklarımızın rahatlık ve huzurlarını sağlamak amacıyla gerekli tüm çalışmalarını tamamladık. Kuşadası olarak turizm sezonuna hazırız. Plajlarımızı tüm misafirlerimizin keyifle kullanımı için hazırladık. Pandemiyle savaşarak geçen iki yılın ardından 2022 yazının, hem ziyaretçilerimiz hem de kentimiz ve esnafımız açısından hayırlı, uğurlu olmasını diliyorum" dedi.

ARYA TESİSLERİ 2022 SEZONUNDA DA FARK YARATACAK

Kuşadası Belediyesi iştiraklerinden Arya AŞ. tarafından işletilen turistik tesisler, sezona hazır

■ Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel'in göreve gelmesinin ardından benimsenen profesyonel yönetim anlayışı ve mali disiplin ile kısa süre içerisinde finansal yapısı güçlendirilen Arya AŞ., 2022 turizm sezonu için hazırlıklarını tamamladı. 2021 turizm sezonu öncesinde elektrik, su ve kanalizasyon alt yapıları

ile mutfak, depo ve oturma alanları bütünüyle yenilenerek dekore edilen tesisler, yeni sezona eksiksiz başladı. ■ Kuşadallara ve kenti ziyaret eden yerli, yabancı turistlere kapılarını açan Arya tesisleri, şık ve estetik görünümleri kadar güler yüzlü uzman personeli tarafından sunulan kaliteli hiz-

met ile de dikkat çekiyor. Konumları, renkli tasarımları, konforlu oturma alanları ve lezzetli menüleri ile fark yaratan Arya AŞ, Gazibeğendi, Sahil, Bülent Ecevit Parkı, Güvercinada ve Sevgi Plajı'nda yer alan tesisleri ile kentin cazibe merkezleri arasında yer almaya devam ediyor.



BAŞKAN ÖMER GÜNEL:

Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel kentteki esnaf ve meslek odalarının temsilcileri ile bir araya gelerek toplantı yaptı

■ Göreve geldiği günden bu yana Kuşadası'nın değişimi ve gelişimi için çalışan Başkan Ömer Günel, yeni başlayan turizm sezonu nedeniyle bir toplantı düzenleyerek kentteki esnaf ve meslek odalarının temsilcileriyle buluştu. Tarihi Kervansaray'da düzenlenen toplantıya Başkan Ömer Günel'in yanı sıra belediye başkan yardımcılı, belediye meclis üyeleri, Kuşadası Ticaret Odası (KUTO) Başkanı Serdar Akdoğan, Kuşadası Esnaf ve Sanatkarlar Odası (KESO) Başkanı Ahmet Çalım, Kuşadası Şoförler ve Otomobilciler Odası Başkanı Hüsnü Öten, Kuşadası Esnaf ve Sanatkarlar Kredi Kefalet Kooperatifi Başkanı Halit Şakar, Kuşadası Otelciler ve Yatırımcılar Derneği (KODER) Başkanı Tacettin Özden, turizm acenteleri ve sivil toplum kuruluşlarının temsilcileri ile çok sayıda esnaf katıldı. Toplantıda Başkan Ömer Günel'in görevde olduğu yaklaşık 3,5 yıllık sürede Kuşadası'na yapılan yatırımlar hakkında bilgi verildi. "İŞ BİRLİĞİ YAPMAYA İHTİYACIMIZ VAR" ■ Toplantıda konuşan Başkan Ömer Günel Kuşadası'nı daha güzel bir kent yapmak için var gücüyle çalıştıklarını belirterek, "Geçen 2 yılda hem dünya hem de ülke-

mizde birçok talihsizlik yaşandı. Pandemi, başta turizm olmak üzere çoğu sektörü olumsuz etkiledi. Elazığ depremiyle başlayan süreç ekonomik kriz ile devam ediyor. Bugün Türkiye'nin daha önce hiç görmediği bir devalüasyonu yaşıyoruz. Ancak her şeye rağmen ekip arkadaşlarımla birlikte Kuşadası'nı daha güzel bir kent yapmak

■ Kuşadası'nın Türkiye'nin en önemli turizm kentlerinden olduğunun altını çizen Başkan Ömer Günel "Kuşadası, sahip olduğu doğal, tarihi ve kültürel zenginlikler ile uzun yıllardır ekonomisini turizm üzerine kurmuş bir kent. Turizm ise estetik, düzen ve istikrarla büyüyen ve gelişen bir sektör. Sahip olduğumuz potansiyeli yanlış, çarpık ve şahsi uygulamalara kurban etmek gibi bir lüksümüz bulunmuyor. Bu nedenle yaşamaya geçirdiğimiz ve çarşılarımızı düzen getiren sıfır işgalieye uygulamasından taviz vermemiz asla mümkün değil. Haksız rekabete ve görüntü kirliliğine neden olan her türlü usulsüz işgale yönelik mücadelemiz bu sezon da kararlılıkla sürcek. Ayrıca geçen yıl plastik masa ve sandalye kullanımını yasaklamıştık. Esnaf-tan bu kurala da uy-

maşını rica ediyorum. Kurala uymayan esnafa bundan sonra zabıta tarafından ceza kesilecek" diye konuştu. "İNŞAAT YASAĞI 15 MAYIS'TA BAŞLADI" ■ Kuşadası'nda inşaat yasağıyla ilgili yeni bir düzenleme yaptıklarını kaydeden Başkan Günel, sözlerine şöyle tamamladı: "Turizm kenti olduğumuz için bu konuda çok hassas davranıyoruz. Bu yıl kurallara uyulmaması halinde kesilecek cezaları artırdık. İnşaat yasağına uymayanlar 6 ile 30 bin TL arasında değişen cezalar ödeyecek. Ayrıca Kuşadası'nı mor, kırmızı, sarı ve yeşil olmak üzere 4 ayrı bölgeye ayırdık. Turizm faaliyetlerinin yoğun olduğu yerlerde inşaat yapılmasına kesinlikle izin vermeyeceğiz. Umarım yaz sezonu tüm esnaf kardeşlerim bol kazançlı geçer. Kuşadası Belediye Başkanı olarak size destek olmak için her zaman yanınızdayım"

■ Kuşadası'na gelen yerli ve yabancı turist sayısını artırmak için çaba gösterdiklerini ifade eden Başkan Ömer Günel, "Ben Kuşadası'na daha fazla turistin gelmesi için üzerime düşen görevi yerine getiriyorum. Ekonomik krize rağmen geçen sezon kent merkezindeki turistik

ESNAFA ÖNEMLİ GÖREVLER DÜŞÜYOR



■ Kuşadası'nın Türkiye'nin en önemli turizm kentlerinden olduğunun altını çizen Başkan Ömer Günel "Kuşadası, sahip olduğu doğal, tarihi ve kültürel zenginlikler ile uzun yıllardır ekonomisini turizm üzerine kurmuş bir kent. Turizm ise estetik, düzen ve istikrarla büyüyen ve gelişen bir sektör. Sahip olduğumuz potansiyeli yanlış, çarpık ve şahsi uygulamalara kurban etmek gibi bir lüksümüz bulunmuyor. Bu nedenle yaşamaya geçirdiğimiz ve çarşılarımızı düzen getiren sıfır işgalieye uygulamasından taviz vermemiz asla mümkün değil. Haksız rekabete ve görüntü kirliliğine neden olan her türlü usulsüz işgale yönelik mücadelemiz bu sezon da kararlılıkla sürcek. Ayrıca geçen yıl plastik masa ve sandalye kullanımını yasaklamıştık. Esnaf-tan bu kurala da uy-

maşını rica ediyorum. Kurala uymayan esnafa bundan sonra zabıta tarafından ceza kesilecek" diye konuştu. "İNŞAAT YASAĞI 15 MAYIS'TA BAŞLADI" ■ Kuşadası'nda inşaat yasağıyla ilgili yeni bir düzenleme yaptıklarını kaydeden Başkan Günel, sözlerine şöyle tamamladı: "Turizm kenti olduğumuz için bu konuda çok hassas davranıyoruz. Bu yıl kurallara uyulmaması halinde kesilecek cezaları artırdık. İnşaat yasağına uymayanlar 6 ile 30 bin TL arasında değişen cezalar ödeyecek. Ayrıca Kuşadası'nı mor, kırmızı, sarı ve yeşil olmak üzere 4 ayrı bölgeye ayırdık. Turizm faaliyetlerinin yoğun olduğu yerlerde inşaat yapılmasına kesinlikle izin vermeyeceğiz. Umarım yaz sezonu tüm esnaf kardeşlerim bol kazançlı geçer. Kuşadası Belediye Başkanı olarak size destek olmak için her zaman yanınızdayım"

■ Kuşadası'nın Türkiye'nin en önemli turizm kentlerinden olduğunun altını çizen Başkan Ömer Günel "Kuşadası, sahip olduğu doğal, tarihi ve kültürel zenginlikler ile uzun yıllardır ekonomisini turizm üzerine kurmuş bir kent. Turizm ise estetik, düzen ve istikrarla büyüyen ve gelişen bir sektör. Sahip olduğumuz potansiyeli yanlış, çarpık ve şahsi uygulamalara kurban etmek gibi bir lüksümüz bulunmuyor. Bu nedenle yaşamaya geçirdiğimiz ve çarşılarımızı düzen getiren sıfır işgalieye uygulamasından taviz vermemiz asla mümkün değil. Haksız rekabete ve görüntü kirliliğine neden olan her türlü usulsüz işgale yönelik mücadelemiz bu sezon da kararlılıkla sürcek. Ayrıca geçen yıl plastik masa ve sandalye kullanımını yasaklamıştık. Esnaf-tan bu kurala da uy-

maşını rica ediyorum. Kurala uymayan esnafa bundan sonra zabıta tarafından ceza kesilecek" diye konuştu. "İNŞAAT YASAĞI 15 MAYIS'TA BAŞLADI" ■ Kuşadası'nda inşaat yasağıyla ilgili yeni bir düzenleme yaptıklarını kaydeden Başkan Günel, sözlerine şöyle tamamladı: "Turizm kenti olduğumuz için bu konuda çok hassas davranıyoruz. Bu yıl kurallara uyulmaması halinde kesilecek cezaları artırdık. İnşaat yasağına uymayanlar 6 ile 30 bin TL arasında değişen cezalar ödeyecek. Ayrıca Kuşadası'nı mor, kırmızı, sarı ve yeşil olmak üzere 4 ayrı bölgeye ayırdık. Turizm faaliyetlerinin yoğun olduğu yerlerde inşaat yapılmasına kesinlikle izin vermeyeceğiz. Umarım yaz sezonu tüm esnaf kardeşlerim bol kazançlı geçer. Kuşadası Belediye Başkanı olarak size destek olmak için her zaman yanınızdayım"

■ Kuşadası'nın Türkiye'nin en önemli turizm kentlerinden olduğunun altını çizen Başkan Ömer Günel "Kuşadası, sahip olduğu doğal, tarihi ve kültürel zenginlikler ile uzun yıllardır ekonomisini turizm üzerine kurmuş bir kent. Turizm ise estetik, düzen ve istikrarla büyüyen ve gelişen bir sektör. Sahip olduğumuz potansiyeli yanlış, çarpık ve şahsi uygulamalara kurban etmek gibi bir lüksümüz bulunmuyor. Bu nedenle yaşamaya geçirdiğimiz ve çarşılarımızı düzen getiren sıfır işgalieye uygulamasından taviz vermemiz asla mümkün değil. Haksız rekabete ve görüntü kirliliğine neden olan her türlü usulsüz işgale yönelik mücadelemiz bu sezon da kararlılıkla sürcek. Ayrıca geçen yıl plastik masa ve sandalye kullanımını yasaklamıştık. Esnaf-tan bu kurala da uy-

maşını rica ediyorum. Kurala uymayan esnafa bundan sonra zabıta tarafından ceza kesilecek" diye konuştu. "İNŞAAT YASAĞI 15 MAYIS'TA BAŞLADI" ■ Kuşadası'nda inşaat yasağıyla ilgili yeni bir düzenleme yaptıklarını kaydeden Başkan Günel, sözlerine şöyle tamamladı: "Turizm kenti olduğumuz için bu konuda çok hassas davranıyoruz. Bu yıl kurallara uyulmaması halinde kesilecek cezaları artırdık. İnşaat yasağına uymayanlar 6 ile 30 bin TL arasında değişen cezalar ödeyecek. Ayrıca Kuşadası'nı mor, kırmızı, sarı ve yeşil olmak üzere 4 ayrı bölgeye ayırdık. Turizm faaliyetlerinin yoğun olduğu yerlerde inşaat yapılmasına kesinlikle izin vermeyeceğiz. Umarım yaz sezonu tüm esnaf kardeşlerim bol kazançlı geçer. Kuşadası Belediye Başkanı olarak size destek olmak için her zaman yanınızdayım"

■ Kuşadası'nın Türkiye'nin en önemli turizm kentlerinden olduğunun altını çizen Başkan Ömer Günel "Kuşadası, sahip olduğu doğal, tarihi ve kültürel zenginlikler ile uzun yıllardır ekonomisini turizm üzerine kurmuş bir kent. Turizm ise estetik, düzen ve istikrarla büyüyen ve gelişen bir sektör. Sahip olduğumuz potansiyeli yanlış, çarpık ve şahsi uygulamalara kurban etmek gibi bir lüksümüz bulunmuyor. Bu nedenle yaşamaya geçirdiğimiz ve çarşılarımızı düzen getiren sıfır işgalieye uygulamasından taviz vermemiz asla mümkün değil. Haksız rekabete ve görüntü kirliliğine neden olan her türlü usulsüz işgale yönelik mücadelemiz bu sezon da kararlılıkla sürcek. Ayrıca geçen yıl plastik masa ve sandalye kullanımını yasaklamıştık. Esnaf-tan bu kurala da uy-

maşını rica ediyorum. Kurala uymayan esnafa bundan sonra zabıta tarafından ceza kesilecek" diye konuştu. "İNŞAAT YASAĞI 15 MAYIS'TA BAŞLADI" ■ Kuşadası'nda inşaat yasağıyla ilgili yeni bir düzenleme yaptıklarını kaydeden Başkan Günel, sözlerine şöyle tamamladı: "Turizm kenti olduğumuz için bu konuda çok hassas davranıyoruz. Bu yıl kurallara uyulmaması halinde kesilecek cezaları artırdık. İnşaat yasağına uymayanlar 6 ile 30 bin TL arasında değişen cezalar ödeyecek. Ayrıca Kuşadası'nı mor, kırmızı, sarı ve yeşil olmak üzere 4 ayrı bölgeye ayırdık. Turizm faaliyetlerinin yoğun olduğu yerlerde inşaat yapılmasına kesinlikle izin vermeyeceğiz. Umarım yaz sezonu tüm esnaf kardeşlerim bol kazançlı geçer. Kuşadası Belediye Başkanı olarak size destek olmak için her zaman yanınızdayım"

■ Kuşadası'nın Türkiye'nin en önemli turizm kentlerinden olduğunun altını çizen Başkan Ömer Günel "Kuşadası, sahip olduğu doğal, tarihi ve kültürel zenginlikler ile uzun yıllardır ekonomisini turizm üzerine kurmuş bir kent. Turizm ise estetik, düzen ve istikrarla büyüyen ve gelişen bir sektör. Sahip olduğumuz potansiyeli yanlış, çarpık ve şahsi uygulamalara kurban etmek gibi bir lüksümüz bulunmuyor. Bu nedenle yaşamaya geçirdiğimiz ve çarşılarımızı düzen getiren sıfır işgalieye uygulamasından taviz vermemiz asla mümkün değil. Haksız rekabete ve görüntü kirliliğine neden olan her türlü usulsüz işgale yönelik mücadelemiz bu sezon da kararlılıkla sürcek. Ayrıca geçen yıl plastik masa ve sandalye kullanımını yasaklamıştık. Esnaf-tan bu kurala da uy-

maşını rica ediyorum. Kurala uymayan esnafa bundan sonra zabıta tarafından ceza kesilecek" diye konuştu. "İNŞAAT YASAĞI 15 MAYIS'TA BAŞLADI" ■ Kuşadası'nda inşaat yasağıyla ilgili yeni bir düzenleme yaptıklarını kaydeden Başkan Günel, sözlerine şöyle tamamladı: "Turizm kenti olduğumuz için bu konuda çok hassas davranıyoruz. Bu yıl kurallara uyulmaması halinde kesilecek cezaları artırdık. İnşaat yasağına uymayanlar 6 ile 30 bin TL arasında değişen cezalar ödeyecek. Ayrıca Kuşadası'nı mor, kırmızı, sarı ve yeşil olmak üzere 4 ayrı bölgeye ayırdık. Turizm faaliyetlerinin yoğun olduğu yerlerde inşaat yapılmasına kesinlikle izin vermeyeceğiz. Umarım yaz sezonu tüm esnaf kardeşlerim bol kazançlı geçer. Kuşadası Belediye Başkanı olarak size destek olmak için her zaman yanınızdayım"



KRONİK YORGUNLUK VE TIBBİ OZON TEDAVİSİ

Öğr. Gör. SEVCAN ALTUN

Havalar ısındı, güneş parlıyor ama vücudunuz yeni çevre koşullarına uyum sağlamakta zorlanıyor ve siz kendinizi uzun zamandır yorgun mu hissediyorsunuz? Özellikle mevsim geçişlerinde yorgunluk hissi kendini daha fazla belli eder. Yorgunluğa ek olarak uykusuzluk, güçsüzlük ve enerji eksikliği gibi durumlar da bizi olumsuz etkiler. Kronik yorgunluk sendromu aslında hücrelerimizdeki "enflemasyon sendromu" dur.

Bu yazımda kronik yorgunluk için çok ciddi desteklerden biri olan ozon tedavisinden bahsedeceğim. Aslında ozon tedavisi diğer tedavileri destekleyici ve tamamlayıcı etkileri nedeniyle kullanılıyor. Ozon; kırmızı kan hücrelerinin oksijen taşıma kapasitesini, elastikliğini, kanın akışkanlığını artırarak oksijen açlığını giderir. Damarlarda genişlemeye neden olarak damar tıkanıklarına yardım eder ve her bir hücremizin daha iyi beslenmesini sağlar. Dolayısıyla enflemasyonu ve serbest radikal hasarını da azaltır.

Kronik yorgunluğun tek bir sebebi yoktur. İlk akla gelen nedenleri; toksin yükü, enfeksiyonlar, stres, beslenme hataları olarak sıralayabiliriz. Ozon terapi kronik yorgunluğun temelinde yatan nedenleri ortadan kaldırıcı etkiye sahiptir; okside edici özelliğini nedeniyle vücuttaki toksinleri nötralize eder. Antienflamatuvar etkisi vücuttaki iltihabı azaltır ve antioksidan etkisi ile bağışıklık sistemini güçlendirir. Hücre yenileyici özelliği ile kırık ve tendonları onarır eklem sıvısını iyileştirir böylelikle hareket kabiliyetini de artırır. Yağ hücreleriyle direkt etkileşime girerek LDL kolesterolde azalmaya ve bölgesel yağ yıkımına neden olur. Kan şekeri düzeyini düşürür. Analjezik etkisi ağrılarda azalmaya yardımcı olurken, mitokondri uyarıcı etkisi ile enerji seviyemiz artar.

Yan etkisi yok denecek kadar azdır. Ozon tedavisine düşük dozla başlanıp kademeli şekilde artırılarak daima kademeli ve ilerleyici tarzda uygulama yapılması gerekir. İlk seansta yüksek dozda ozon verilmesi kişinin antioksidan kapasitesine ters düşerek yan etkilere sebep olacaktır.

Tekrarlayan düşük dozda ozon uygulamaları antioksidan sistemi güçlendirip, kişiyi yaşa bağlı olarak da artan oksidatif hasara karşı dirençli kılar. Bu da hücre yenilenmesini hızlandırır, kılcak damarları iyileştirir ve cilde de yansıyor daha iyi yaşalmayı sağlar.

Genel iyilik halini artırır ve kişiler kendini adeta yenilenmiş hissedir. Bu yönleriyle illa hasta olmaya gerek olmadan, özellikle sporcular ve kadınlar tarafından çokça tercih edilir.

Ozon tedavisinden faydalanabileceğiniz bazı etmenler şöyledir;

Kronik yorgunluk sendromu, bağışıklık sisteminin düzenlenmesi, sporcularda performans artırıcı, kas-eklem ağrıları, dolayım bozuklukları, fibromiyalji, iyileşmeyen yaralar diyabetik ayak, viral bakteriyel ve mantar enfeksiyonları, uyku bozuklukları, detoks amaçlı toksin atılımı, yaşlanma karşıtı olarak, kanser tedavisinde tamamlayıcı olarak.

Ozon tedavisi hangi durumlarda uygulanmaz?

Kontrolsüz hipertansiyon ve hipertiroidi (tiroid bezinin aşırı çalışması) hastalarına, hamilelik durumunda, yeni geçirilmiş kalp krizi, organ nakilleri, ileri derece kansızlık ve kan hastalıklarında, kanamanın aktif olarak devam ettiği durumlarda, kırmızı kan hücrelerinde enzim eksikliği ile seyreden favizm hastalarında.

Şunu da eklemek isterim ki ozon tedavisi kronik hastalıkların iyileşebilmesi için kullanılan yöntemlerden yalnızca biri. Adı ne olursa olsun bir tedavi yöntemi her hastalığa deva olarak göstermek doğru değildir.

DENEYİMLİ SİYASETÇİ FIKRI SAĞLAR BAŞKAN ÖMER GÜNEL'İ ZİYARET ETTİ

Kültür Turizm ve Devlet eski Bakanı Fikri Sağlar, Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel'i ziyaret etti



■ Kuşadası Belediyesi eski Başkanı M. Lütfi Suyolcu'nun 27. ölüm yılı dönümü anma törenine katılım üzere Kuşadası'na gelen Kültür Turizm ve Devlet eski Bakanı Fikri Sağlar, Başkan Ömer Günel'e nezaket ziyaretinde bulundu. Başkanlık makamında gerçekleşen ziyarete Belediye Meclis Üyeleri Fahrettin Çiçek ve Efe Berberoğlu, CHP Kuşadası İlçe Başkanı Mehmet Gürbilek, parti yöneticileri ile Kuşadası Esnaf ve Çalışanları Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği Başkanı Çağ-

layan Erdem katıldı. **KUŞADASI'NIN YILDIZI PARLIYOR** ■ Ziyarete konuşan Kültür Turizm ve Devlet eski Bakanı Fikri Sağlar, "Yerel yönetimlerin başında sizin gibi genç, dinamik ve başarılı başkanlar görmekten mutluluk duyuyorum. Göreve geldiğiniz günden bu yana hayata geçirdiğiniz projeler ve yaptığınız yatırımlar sayesinde Kuşadası'nın yıldızı parlamaya başladı. Kentteki değişimi hissedebiliyorsunuz. Vizyonu çok açık olan bir belediye başkanı-

kes Kuşadası'nı konuşuyor. Ayrıca Kuşadası Belediyesi eski Başkanı M. Lütfi Suyolcu'yu anma etkinliğine verdiğiniz destek dolayısıyla da teşekkür etmek istiyorum" dedi. ■ Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel ise deneyimli siyasetçi Fikri Sağlar'ı Kuşadası'nda ağırlamaktan dolayı büyük mutluluk duyduklarını belirterek, "Bizim için çok değerli bir siyasetçisiniz. Türkiye'nin sizin gibi deneyimli politikacılara çok ihtiyacı var. Sizlerden öğreneceğimiz çok şey var" diye konuştu.



ÖĞRENCİLERE SINAV ÖNCESİ STRESLE MÜCADELE DESTEĞİ

Kuşadası Belediyesi ile Kuşadası Eğitim ve Geliştirme Vakfı (KEGEV) iş birliğinde kurulan SEYAKMER Dijital ve Materyal Çocuk Kütüphanesi, çocukların gelişimine katkıda bulunmak amacıyla düzenlenen etkinlikler kapsamında Sinav Kaygısı ve Kaygı Yönetimi başlıklı seminere ev sahipliği yaptı

■ SEYAKMER Dijital ve Materyal Çocuk Kütüphanesi'nde düzenli olarak gerçekleştirilen "Sinav Kaygısı ve Kaygı Yönetimi" temalı seminerin 3.sü gerçekleşti. İlk iki seminere Kıraçlı Selim Eren Ortaokulu ve Pakize Kamil Ortaokulu öğrencileri katılırken 3'üncü seminere Soğucak Ortaokulu öğrencileri katıldı. Yaşam Koçu ve Soğucak Ortaokulu Türkçe Öğretmeni Öner Ocak tarafından verilen seminer-

de "Stres Nedir?" "Stresle Nasıl Baş Edilir?" başlıklarının yanı sıra çeşitli slaytlar ile interaktif bir sunum gerçekleştirildi. Öğrenciler semineri ilgiyle dinleyerek, kendilerinde stresse neden olan konular üzerine sorular sordular. **STRESLE BAŞ EDEMEYEN ÇOCUKLARDA SONUÇ PSİKOLOJİK TRAVMA** ■ SEYAKMER Yöneticisi Didem Akyüz Saldıran "Sinav kay-

gısı çocuklarda oldukça fazla görülen ve tüm hayatını etkileyen bir olgu. Böyle durumlarda çocuklar kaygılarını paylaşacak kimseyi bulamayınca hata yapmaya ve ruhsal çöküntüye girmeye daha açık bir hale geliyor ve bu durum çok vahim sonuçlara

neden olabiliyor. Ortaokuldan başlayarak bu seminerlerin çocuklar üzerinde ne kadar olumlu bir etki yarattığını gözlemledik ve bu tarz seminerleri çoğaltmaya karar verdik. TYT ve AYT dönemindeki gençlerimiz için de seminerler planlıyoruz" dedi.

TÜRKİYE'NİN HER YERİNDE ZAM KUŞADASI BELEDİYESİ'NDEN İNDİRİM

Kuşadası Belediye Meclisi, pazar yerlerinde uygulanan işgalieye ücretlerinde yüzde 20 oranında indirim yapma kararı aldı

■ Kuşadası Belediye Meclisi Mayıs ayı olağan toplantısı Kervansaray'da yapıldı. Sosyal belediyeçilik alanında yürüttüğü çalışmalarla Türkiye'ye örnek olan Kuşadası Belediyesi, Belediye Başkanı Ömer Günel başkanlığında gerçekleşen meclis toplantısında önemli bir karar daha imza attı. Pandemi döneminin başından bu yana belediye kiracısı esnafa 6 milyon 383 bin TL'lik destekle bulunan Kuşadası Belediyesi, yüksek enflasyon rakamları nedeniyle zor günler geçiren pazar yeri esnafını da yalnız bırakmadı.

KUŞADASI BELEDİYESİ'NDEN PAZAR YERİ ESNAFINA "KRİZ" DESTEĞİ ■ Belediye Meclis Üyeleri Seyfi Seyhan Suvari, Hayati Atlı, Emre Fazlılar, Gürol Turhan ve Melahat Yaylacı'nın verdiği önerge ile Kuşadası Belediye Meclisi gündemine gelen kent genelindeki pazar yeri kiralarında yüzde 20 oranında indirim yapılması talebi, Plan ve

Bütçe Komisyonu raporu doğrultusunda oy birliğiyle kabul edildi. **PAZAR YERİ ESNAFI'NIN İNDİRİMİ TEZGAHA YANSITMASI BEKLENİYOR** ■ İndirim kararının ardından konuşan Başkan Ömer Günel "Bir yandan artan maliyetler karşısında ayakta durmakta güçlük çeken pazarıcı esnafımıza destek olur-

ken bir yandan da günden güne artan enflasyon rakamları karşısında alım gücü giderek düşen hemşehrilerimize destek olmak amacıyla pazar yeri kira bedellerinde indirim yaptık. Biz Kuşadası Belediyesi olarak üzerimize düşeni yerine getirdik ve işgalieye gelirlerimizin yüzde 20'lik kısmından vazgeçerek indirim ettik. Pazar yeri esnafımız da uyguladığımız kira indirimi etiketlerine yansıtarak üzerlerine düşeni yapmalıdır. İndirim kararı pazarıcı esnafımıza ve hemşehrilerimize hayırlı olsun" dedi.



Uzman Diyetisyen
AYŞEN ARICAN ÖZ

#diyetidietisyenyazar
aysen.arican.oz@kusadasi.bel.tr

DİYETTE ŞEKER GERÇEĞİ

Şekerin çekim gücü
Acaba şeker mi çok çekici? Yoksa vücudunuzu şekeri çekecek kadar aç mı bırakıyorsunuz?

Açıkçası ben bu sorunun iki cevabı olduğunu düşünüyorum.
Bir hastanede doğum esnasında bir deney yapılmış. Yeni doğan çocukların ağızına tatlı, acı, ekşi, tuzlu sürülmüş.

Sonuç:
Ağızına tatlı sürülenler-gülümsemiş
Ağızına ekşi sürülenler-yüzünü buruşturmuş
Ağızına acı sürülenler-daha çok ağlamış
Ağızına tuzlu sürülenler-ağlamış ya da yüzünü buruşturmuş.

Yani tatlı tadını tanımayan yeni doğan bir bebek bile tepkisini güzel veriyor. Diğer yandan acılık, öğünlerde yenilen yemeklerin karbonhidrat içermemesi bedenini şeker ihtiyacını artırıyor.

Kısaca tahıl ve ekmeğin grubu besinlerin zayıflama uğruna az tüketilmesi şeker yeme krizlerine davetiye çıkarıyor.

Şeker hangi besinlerde bulunur?
tam taneli tahıllar, kuru baklagiller, bazı sebzeler, taze meyveler, tam tahıl ekmeği, kuru meyveler, meyve suları, pınav-makarna, beyaz ekmeğin, mısır, kestane, şekerli meşrubatlar, un ve unlu mamuller, bal, reçel, pekmez, şekerin girdiği tüm besinler

Vücut için en iyi şeker kaynağı besinler yavaş emilen yani kana yavaş karışan kompleks şekerlerdir. Yukarıda sıraladığım şeker kaynağı besinleri kana yavaş karışandan hızlı karışanlara doğru sıraladım.

Böylece canınız şeker istediğinde ilk satırdakileri tercih edebilirsiniz. Bence siz her öğün birkaç dilim tam buğday ekmeği tüketin, böylece vücudunuz şekere fazla ihtiyaç duymaz.

Tatlı krizleri
Çok sık tatlı krizine mi giriyorsunuz? Bunun nedeni öğün atmanız ya da öğünlerinizde kompleks karbonhidratlara yeterince yer vermiyor olmanız olabilir.

Tatlı krizine girmemek için birkaç öneri:
1- Günde 6 öğün az ve sık beslenin.
2- Ekmeği yaşamınızdan çıkarmayın. Her öğün en az bir iki dilim ekmeğin veya karışık gelen besinlere yer verin.

3- Psikolojik olarak diyet yapmıyorsanız bir süre sonra bilinçaltınız size kaçamak yaptırarak için elinden geleni yapacaktır. Bunun için diyet yapmıyorsanız demeyin. Her şeyi zaten yiyebileceğinizi öğrenin.

Hangi tatlı kaç kalori?
1 gr şekerin 4 kalori verdiğini daha önce anlatmıştım. Tercih ettiğiniz tatlının içerdiği şeker, un, yağ, süt ve diğer malzemelerine göre tatlının enerji değerini hesaplayabilirsiniz. Bir örnek olarak tatlıların enerji değerini nasıl hesapladığımızı, programınızdan neleri eksilttikten tüketebileceğinizi aktarmak istiyorum.

1 kase sütlaç
Önce malzemelerimizi sıralayalım.
1 bardak light süt
1/4 bardak pirinç
1/2 su bardağı şeker
1/2 yemek kaşığı un ya da pirinç unu
Şimdi değişim karşılıklarını ve kalorilerini öğrenelim:

1 bardak yağsız süt=1 süt değişimi=70 kkal
1/4 bardak pirinç=1 dilim ekmeğin=70 kkal
2 yemek kaşığı şeker=20 gr şeker=80 kalori
1/2 yemek kaşığı un ya da pirinç unu=1/4 dilim ekmeğin değişimi=18 kkal
1 kase sütlaç=238 kkal

Gördüğünüz gibi hangi tatlının ne kadar kalori olduğunu ve değişim karşılığını içinde bulunan malzemelerin dökümünü yaparak hesaplıyoruz. Eğer şeker yerine doğal ve bitki kaynaklı tatlandırıcı kullanırsanız kalorisinin ne kadar azalacağını fark etmişsinizdir.

Bu yöntemle ya da hazır ürünlerde etiket üzerinde yazan enerji ve besin öğeleri tablosunu dikkatle okuyarak neye karşılık geldiğini öğrenebilirsiniz.

KUŞADASI TERMAL SAĞLIK TURİZMİNDE ÇITAYI YÜKSELTTE

Enerji Kentleri Birliği 2022 Yılı Meclis Toplantısı Kuşadası Belediyesi'nin ev sahipliğinde gerçekleşti

■ Enerji Kentleri Birliği 2022 Yılı Olağan Meclis Toplantısı, Kuşadası Belediyesi'nin ev sahipliğinde Kuşadası Sealight Elite Otel'de düzenlendi. Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel'in bir kez daha öncülük üyeliğine seçildiği toplantı Enerji Kentleri Birliği ve Denizli Büyükşehir Belediye Başkanı Osman Zolan başkanlığında gerçekleşti.

■ Enerji Kentleri Birliği üyesi belediyelerin başkan ve temsilcileri ile birlikte Aydın Valisi Hüseyin Aksoy ve Kuşadası Kaymakamı Sadettin Yücel'in katıldığı toplantıda Birliğin 2021 yılı faaliyet raporu oybirliği ile kabul edilirken encümen üyeliği seçimi de yapıldı. Energy Cities

adını taşıyan Avrupa Enerji Kentleri'ne üye olunması kararı da alınan toplantıda 7 belediyenin daha Birliğe üye olmasına karar verildi.

HEDEFİMİZ TERMAL SAĞLIK TURİZMİ

■ Toplantının açılış konuşmasını yapan Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel, Türkiye'nin dört bir yanından gelen Enerji Kentleri Birliği üyesi belediye başkanlarını ağırlamaktan dolayı büyük bir mutluluk duyduğunu belirterek Kuşadası'nda bulunan termal enerji kaynaklarının sağlık turizmi alanında kullanılması ile ilgili yürütülen çalışmalarla ilgili bilgi verdi. Belediye bünyesinde enerji birimi kurduklarını ve gerekli atamaları gerçekle-

tirdiklerini ifade eden Başkan Ömer Günel "Öncelikle hedefimiz Davutlar ve Güzelçamlı bölgesinde hem sağlık turizmi yatırımı ve teşvik etmek hem de o bölgede özellikle iş yeri ve konut ısıtmalarını sağlayabilmek. Konu ile ilgili olarak üniversite tarafından ciddi bir altyapı çalışması yapıldı. Suyumuzun derecesi ve miktarı yeterli olmakla beraber geleceğe dönük yatırıma ilişkin iki kuyunun daha açılması için izin talebinde bulunduğum" dedi. Kuşadası'nın bir turizm kenti olduğuna dikkat çeken Başkan Ömer Günel "Kuşadası Belediyesi olarak pandemi döneminde kapsayıcı bir şekilde modern ve estetik bir kimlik kazandır-



mak için gerekli çalışmaları yürüttük. Bu noktada kendi adıma pandemi dönemini verimli geçirdiğimizi düşünüyorum. Nihayet bu yıl kruvaziyer seferleri ile birlikte dilediğimiz gibi bir turizm sezonu geçirebileceğiz. Bugün jeotermal kuyularımızı da kapsayan bir teknik gezi yapacağız. Ancak Kuşadası'nın tadını çıkarmayı da ihmal etmeyin" diye konuştu.

ENERJİ VERİMLİLİĞİ VURGUSU

■ Başkan Ömer Günel'in ardından konuşan Enerji Kentleri Birliği Başkanı olan Denizli Büyükşehir Belediye Başkanı Osman Zolan ise, Türkiye'nin kendi enerjisini üretmesinin öne-

mine dikkat çekerek savaşıların etkisiyle enerjinin önemli bir güç haline geldiğini söyledi. Aydın'ın jeotermal enerji üretimi alanında önemli bir kent olduğunu ifade eden Başkan Osman Zolan, Enerji Kentleri Birliği olarak jeotermal kaynakların sağlık turizmi alanında da etkin bir biçimde kullanılabilmesi için çalışma içerisinde olduklarını belirtti. Enerji verimliliğinin çok önemli bir konu olduğunu vurgulayan Başkan Osman Zolan, "Enerji

üretmek tabii ki önemli ancak oldukça maliyetli ve meşakkatli bir iş. Bu noktada üretilen enerjinin dikkatli ve verimli kullanılması gerekiyor. Sıfır yatırımla enerji üretme hedefi ile çalışıyoruz" dedi.

BİRLİK FARKINDALIK YARATILYOR

■ Aydın Valisi Hüseyin Aksoy ise Enerji Kentleri Birliği'nin temiz enerji kullanımını konusunda Türkiye için önemli bir birlik olduğunu söyledi. Birliğin enerjinin verimli kullanımı konusunda

farkındalık yaratmak amacıyla değerli çalışmalar yürüttüğünü ifade eden Vali Hüseyin Aksoy "Türkiye temiz enerji kaynakları bakımından önemli potansiyeli olan bir ülke. Bu potansiyeli özellikle son yıllarda verilen teşviklerle belli bir aşamaya getirmiş durumda. Bugün burada bu potansiyeli geliştirmek ve yaygınlaştırmak için bir çalışma gerçekleştirecek. Toplantının verimli geçmesini diliyorum" dedi.



DAVUTLAR CEMEVI'NİN EKSİKLİKLERİ GİDERİLİYOR



Kuşadası Belediye Başkan Yardımcısı Oğuzhan Turan, Davutlar Cemevi'nin yöneticileri ile bir araya gelerek sorun, talep ve önerilerini dinledi

■ Kuşadası Belediyesi, Davutlar Alevi Kültürünü Tanıtma ve Dayanışma Derneği Cemevi'nin eksikliklerinin giderilmesi için bir çalışma başlattı. Bu kapsamda Belediye Başkan Yardımcısı Oğuzhan Turan, Davutlar Cemevi'ni ziyaret etti. Güvercin Masa Gezici ekibinin de katıldığı ziyarette Başkan Yardımcısı Oğuzhan Turan, "Davutlar Mahallesi'nde yaşayan Alevi hemşehrilerimiz bizim için çok değerli. Davutlar Cemevi'nin onlar için ne kadar önemli olduğunu biliyoruz. Bu nedenle

dımcısı Oğuzhan Turan, peyzaj düzenlemesi yapılacak olan bahçede ve asansörün monte edileceği alanda incelemelerde bulundu. **EKSİKLİKLER GİDERİLECEK**
■ Kuşadası Belediyesi olarak her kesime hizmet götürmek için yoğun çaba sarf ettiklerini belirten Başkan Yardımcısı Oğuzhan Turan, "Davutlar Mahallesi'nde yaşayan Alevi hemşehrilerimiz bizim için çok değerli. Davutlar Cemevi'nin onlar için ne kadar önemli olduğunu biliyoruz. Bu nedenle

cemevinin eksiklerini gidermek için yetki ve imkanlarımız dahilinde elimizden geleni yapacağız" dedi. **Davutlar Alevi Kültürünü Tanıtma ve Dayanışma Derneği Cemevi Başkanı Haydar Erdoğan** ise "Ziyaretimize gelecek bizlere yakın ilgi gösteren Belediye Başkan Yardımcısı Oğuzhan Turan'a çok teşekkür ederim. Kuşadası Belediyesi, ne zaman ihtiyacımız olsa bizlerle yakından ilgileniyor. Bugün de kendisine cemevimizin eksiklerini ilettik" diye konuştu.

LÜTFİ SUYOLCU ÖLÜMÜNÜN 27. YILINDA ANILDI

Kuşadası Belediyesi eski Başkanı M. Lütfi Suyolcu, 27. ölüm yıl dönümünde Tarihi Kervansaray'da düzenlenen törenle anıldı



■ Kuşadası'nda 16 Mayıs 1995 yılında evinin önünde uğradığı silahlı saldırı sonucu yaşamını yitiren M.

Lütfi Suyolcu için bir anma programı düzenlendi. Tarihi Kervansaray'da gerçekleştirilen törene Kuşadası

Belediye Başkanı Ömer Günel, Onur Ödülü Seçici Kurulu Başkanı ve Kültür ve Turizm eski Bakanı Fikri Sağırlar, belediye başkan yardımcılarını, belediye meclis üyeleri, televizyon programcısı Ayhan Sicim-öğlü, CHP Kuşadası İlçe Başkanı Mehmet Gürbilek, Kuşadası Altın Güvercin Kültür Sanat ve Tanıtım Vakfı (KUSAV) Başkanı

Levent Köylü, meslek odalarının temsilcileri, Lütfi Suyolcu'nun eşi Hülya Suyolcu, oğlu Çağrı Suyolcu ve kızı Çiğdem Suyolcu katıldı. Törende davetlilere Lütfi Suyolcu için döken lokmalar da ikram edildi.

■ Törenin açılış konuşmasını yapan Çiğdem Suyolcu, anıya katılan herkese teşekkür ederek babasına olan sevgi ve say-

gısının 27 yıldır hiç tükemediğini belirtti. Çiğdem Suyolcu, "Bu yıl ölümlümüze Bahattin Sürücü'ye verme kararı aldık. Bahattin Sürücü, 2004 yılından beri ekibiyle birlikte ekolojik döngüde problem yaratan veya yaratma ihtimali olan birçok konuya müdahale etti. İnsanın rant için doğaya karşı başlattığı savaş o kadar büyük bir yıkıma sebep oldu ki artık bu yıkımla baş edilemeyecek bir hale geldi. Bu bağlamda Bahattin Sürücü yaptığı çalışmalarla bizler ve çevre için çok önemli bir kişi" dedi.

■ Ödülü alan EKODOSD Başkanı Bahattin Sürücü de "Öncelikle beni bu değerli ödüle layık gören herkese çok teşekkür etmek istiyorum. Son yıllarda dünyaya ve Türkiye'de doğaya verilen tahribat iyice arttı. Bizler çevremizi korumak için elimizden geldiğince çaba gösteriyoruz. Eğer çocuklarımızı iyi bir gelecek



konuşuyor. Bugün Lütfi Suyolcu Onur Ödülünü çalışmalarında çevreye ve doğaya büyük katkı sunan EKODOSD Başkanı Bahattin Sürücü'ye vermekten dolayı mutluluk duyuyorum" diye konuştu.

■ Ödülü alan EKODOSD Başkanı Bahattin Sürücü de "Öncelikle beni bu değerli ödüle layık gören herkese çok teşekkür etmek istiyorum. Son yıllarda dünyaya ve Türkiye'de doğaya verilen tahribat iyice arttı. Bizler çevremizi korumak için elimizden geldiğince çaba gösteriyoruz. Eğer çocuklarımızı iyi bir gelecek

YEREL ÜRETİCİ VE KUŞADASI BELEDİYESİ EL ELE VERDİ

Kuşadası Belediye Başkan Yardımcısı Yusuf Atak ve belediye meclis üyeleri 'Yöresel ve İyi Tarım Ürünleri Sokağı'nı' ziyaret etti

■ Kuşadası Belediyesi, Tarihi Kervansaray'da düzenlediği Mayıs ayı olağan meclis toplantısında oy birliğiyle kent genelindeki

pazar yeri kiralarda yüzde 20 oranında indirim yapılmasını kararlaştırdı. Alınan karar doğrultusunda Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel de pazar yeri esnafına kira indirimi ürün etiketlerine yansıtma- ları çağrısında bulundu. Kararın ardından Belediye Başkan Yardımcısı Yusuf Atak, her perşembe gün Cumhuriyet Mahallesi Burç Sokak'ta kurulan yerel üretici sokağını ziyaret etti. Belediye Meclis Üyesi Hüseyin Güneş ve Gürol Turhan'ın da katıldığı ziyarette Başkan Yardımcısı Yusuf Atak tezgahları dolaşarak üreticilerin talep ve önerilerini dinledikten sonra pazar yerlerinde uygulanacak



kararla ilgili bilgilendirme yaptı.

■ Kuşadası Belediyesi'nin sosyal belediyecilik alanında yürüttüğü çalışmalarla her zaman Türkiye'ye örnek olduğunu belirten Başkan Yardımcısı Yusuf Atak, "Başkanımız Ömer Günel'in öncülüğünde pandemi döneminin başından bu yana belediye kiracısı esnafa 6 milyon 383 bin TL'lik destekle bulduk. Kuşadası Belediyesi, yüksek en-

lasyon rakamları nedeniyle zor günler geçiren pazar yeri esnafını yalnız bırakmazken, hemşehrilerini düşünmeyi de ihmal etmiyor. Bugün ziyaret ettiğimiz yerel üretici sokağındaki esnaf, belediye meclisinde aldığımız kararı oldukça olumlu karşılayıp, destek verceklerini belirtti. Kendilerine Başkanımız Ömer Günel adına çok teşekkür ediyorum" dedi.



19 MAYIS COŞKUYLA KUTLANDI

■ Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün Milli Mücadeleyi başlatmak üzere Samsun'a çıkışının 103'üncü yıl dönümü,



Kuşadası'nda coşkuyla kutlandı. Kutlamalar, sabah saat 09.00'da Atatürk Meydanı'nda düzenlenen çelenk koyma töreniyle başladı. Tören Kuşadası Kaymakamı Sadettin Yücel, Kuşadası Belediye Başkanı Ömer Günel, Kuşadası İlçe Emniyet Müdürü Mehmet Ali Berksoy, Kuşadası İlçe Jandarma Komutanı Mustafa Karagöz, Kuşadası Sahil Güvenlik Karakol Komutanı Binbaşı Cihan Seymen, Kuşadası Belediye Başkan Yardımcıları, Belediye Meclis

Üyeleri ile siyasi partilerin temsilcileri ve çok sayıda vatandaş katıldı.

■ Kutlamalara, daha sonra Kuşadası Özer Türk Stadyumu'ndaki gösteriler ve etkinlikler ile devam edildi. Günün anlam ve önemini belirten konuşmaların ardından gösterilere geçildi. Makbule Hasan Uçar Anadolu Lisesi, Elifnağme ve Kuşadası Folklor Araştırma Derneği KUFAD'ındansları ve spor okullarının jimnastik gösterileri vatandaşlar tarafından beğenile izlendi.



■ Törende ayrıca lise öğrencileri tarafından okunan "Atatürk'ün Gençliğe Hitabesi ve Gençliğin Ata'ya Cevabı" Kuşadalılar tarafından ayakta alkışlandı.

500 KİŞİLİK ZEYBEK GÖSTREİ BÜYÜK İLGI GÖRDÜ

■ Kuşadası Belediyesi tarafından düzenlenen 19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı kutlamaları kapsamında gerçekleşen Gençlik Korteji yürüyüşü saat 19.00'da Kısmet Otel Kavşağından başladı. Atatürk Bulvarı üzerinde devam eden yürüyüşe 7'den 70'e binlerce Kuşadalı ile birlikte Belediye Başkan Yardımcısı Oğuz-

han Turan, Seyfi Seyhan Suvri, Remzi Çengel, Cumhuriyet Halk Partisi (CHP) Kuşadası İlçe Başkanı Mehmet Gürbüllek, İyi Parti Kuşadası İlçe Başkanı Hayati Atlı ile çeşitli sivil toplum örgütlerinin temsilcileri, ellerinde taşıdıkları Türk bayrakları ve Atatürk posterleriyle katıldı.

■ Kuşadası Belediye Bandosu tarafından çalınan marşlar eşliğinde İsmail Cem Dostluk ve Barış Mey-

danı'na ulaşan Kuşadalılar, burada sergilenen 500 kişilik Zeybek gösterisinin ardından gerçekleşen Büyük Türkiye Orkestrası konseri ile 19 Mayıs'ı büyük bir coşkuyla kutladı.



HİDİRELLEZ COŞKUYLA KUTLANDI

Anadolu'da baharın müjdecisi, bolluk ve bereketin simgesi olarak kabul edilen Hıdırellez Kuşadası Belediyesi tarafından Kesedağı'nda düzenlenen bir şenlikle kutlandı



dımcısı Seyfi Seyhan Suvri, "Kuşadası Belediye Başkanımız Ömer Günel, tüm hemşehrilerimizin Hıdırellez'ni kutluyor. Bu güzel günde sizlerle bir araya geldiğimiz için çok mutluyuz. Şenliğimiz bayram havasında geçti. Anadolu'da yüzyıllardır büyük bir coşkuyla kutlanan Hıdırellez'in tüm ülkemize ve hemşehrilerimize sağlık, mutluluk, bolluk ve bereket getirmesini diliyorum" dedi.

■ Kuşadası'nda Hıdırellez 2 gün boyunca düzenlenen çeşitli etkinliklerle coşku içerisinde kutlandı. İlk gün Haciefzullah Mahallesi Tepe Sokak'ta gerçekleştirilen kutlama programı daha sonra Kesedağı'nda düzenlenen şenlikle devam etti. Hıdırellez Şenliği'ne çok sayıda vatandaşla beraber Kuşadası Belediye Başkan Yardımcısı Seyfi Seyhan Suvri de katıldı. Şenlikte, Kuşadalılar Kent Orkestrası'nın çaldığı hareketli müzikler eşliğinde dans ederek keyifli dakikalar yaşadı. Çocuklarsa çeşitli hediyeler dağıtılıp, yüz boyama etkinliği düzenlendi. Ayrıca vatandaşlara köfte ve İkrâm Aracı'ndan soğuk içecek ikramında bulunuldu. Renkli görüntülere sahne olan şenlikte piknik alanını dolayan Baş-

kan Yardımcısı Seyfi Seyhan Suvri, vatandaşların Hıdırellez'ini kutladı.

■ Hıdırellez'in bolluğun ve bereketin simgesi olduğunu belirten Başkan Yar-



kan Yardımcısı Seyfi Seyhan Suvri, vatandaşların Hıdırellez'ini kutladı.



ŞEHRİN KATMANLARI İBRAMAKİ SANAT GALERİSİ'NDE SERGİLENDİ

Kuşadası Belediyesi İbrahimaki Sanat Galerisi, ressam Doç. Dr. Çiğdem Tanyel Başar'ın 'Şehir Katmanları' isimli resim sergisine ev sahipliği yaptı

■ İzmir Demokrasi Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Çiğdem Tanyel Başar, 3'üncü kişisel resim sergisini İbrahimaki Sanat Galerisi'nde açtı. Sanatçının üç boyutlu etki yaratmak için tül kullanarak farklı tekniklerle hazırladığı 14 eserden oluşan sergi sanatseverlerin beğenisini aldı.

■ Kuşadası Belediyesi'ne ev sahipliğinden dolayı çok teşekkür ettiğini belirten Doç. Dr. Çiğdem Tanyel

Başar, "Geçirgen yapıdaki kat kat tüller üzerinde yer alan görüntüler, birbiri içerisine geçmiş çok katmanlı bir yapıyı temsil ediyor. Farklı düzlemlerde yer alan imgelelerin aynı düzlem üzerinde bir araya getirildiği bu görüntüler, bireyin ve çevrenin kendi içerisindeki çok boyutluluğunu yansıtıyor. Bu nedenle resimimde tül kullanmayı çok seviyorum" diye konuştu.



İLÇE PROTOKOLÜ VATANDAŞLAR İLE BAYRAMLAŞTI

Kuşadası'nda ilçe protokolü, Ramazan Bayramı'nın 1'inci gününde İbrahimaki Sanat Galerisi'nde düzenlenen bir törenle vatandaşlarla bayramlaştı

■ Kuşadası'nda vatandaşların ilçe protokolüyle bayramlaşabilmesi için tören düzenlendi. İbrahimaki Sanat Galerisi'ndeki programa çok sayıda vatandaşın yanı sıra Kuşadası Kaymakamı Sadettin Yücel, Kuşadası Belediye Başkanı

Ömer Günel, belediye başkan yardımcılarını, belediye meclis üyeleri, Kuşadası İlçe Emniyet Müdürü Mehmet Ali Berksoy, idari ve mülki amirler, sivil toplum kuruluşları ve siyasi partilerin temsilcileri katıldı. Törende, Kuşadası Kayma-

kamı Sadettin Yücel ile Başkan Ömer Günel, vatandaşlar ile kamu görevlilerinin bayramını kutladı. Başkan Ömer Günel, Ramazan Bayramı'nın Türkiye'ye sağlık, başarı ve mutluluk getirmesini dilediğini belirtti.



■ Kuşadası Kaymakamı Sadettin Yücel ise "Bu güzel bayram gününde sizlerle bir araya geldiğim için çok mutluyum. Bayramlar insanları birleştiren, kardeşliği pekiştiren, kırıngınlıkları ortadan kaldıran çok özel zamanlardır. Bu vesile ile başta çok kıymetli şehit ailelerimizin, kahraman gazilerimizin, ilçemizde görev yapan çalışma arkadaşlarımızın ve Kuşadalıların Ramazan Bayramı'nı tebrik ediyorum" diye konuştu.



HEDEF SIFIR ATIK

Çevrenin korunması için büyük önem taşıyan geri dönüşüm çalışmalarını titizlikle içerisinde sürdüren Kuşadası Belediyesi, Sıfır Atık Müdürlüğü kurma kararı aldı

■ Müdürlüklerden gelen ve komisyonlara havale edilen konuların ele alındığı Kuşadası Belediyesi Mayıs ayı olağan toplantısında çevreyi korumak için önemli bir karar alındı. 2020 yılında, hizmet binalarında gerçekleştirildiği geri dönüşüm çalışmaları nedeniyle 'Sıfır Atık Belgesi' almaya

hak kazanan Kuşadası Belediyesi kurulacak olan Sıfır Atık Müdürlüğü ile çalışmalarını profesyonel ve kurumsal bir boyuta taşıdı.

■ Kuşadası Belediye Meclisi toplantısında "Belediye ve Bağlı Kuruluşları ile Mahalli İdare Birlikleri Norm Kadro İlke ve Standartlarına Dair

Yönetmelik" doğrultusunda Sıfır Atık Müdürlüğü kurulması talebi oybirliğiyle kabul edildi. Kuşadası Belediyesi, Sıfır Atık Müdürlüğü aracılığıyla kenti çevre kirliliği merkezli iklim değişikliğinin yıkıcı etkilerinden korumak için profesyonel bir bakış açısı ile çalışma yürütecek.

av.ege@hotmail.com

ARABULUCULUK MERKEZLERİ'NE NE ZAMAN VE NEDEN BAŞVURULUR?

Arabulucu Av. EGE DEMİRALP

2020 yılı ile başlayan içinde bulunduğumuz bu döneme; her şeyin hızlandığı, ticaretin ve insan ilişkilerinin evrildiği bir dönem diyebiliriz. Zaman, para ve ilişkilerimizi korumak gibi kavramlar eskisinden daha önemli bir hale geldi. Yenilik, analiz, teknoloji kullanımı, esneklik ve müzakere, arabuluculuk kavramları da hayatımızda yerini almaya başladı.

Hal böyle iken; şirket ya da birey olarak karşı taraf ile anlaşmazlığa düştüğümüz konular hakkında dava açtığımızda yüklü dava harçları, bilirkişi ücretleri ödüyor, kendimizi seneler süren bir yargılamanın içinde buluyoruz. Bozulan ticari ilişkilerimiz de cabası.

Diyelim ki; alacağınız var alamıyorsunuz, eşiniz ile mal rejimi hususunda anlaşamıyorsunuz, işçi olarak çalıştığınız kurum ya da şirkete tazminat davası açmak istiyorsunuz, kira bedeli konusunda çatışma yaşıyorsunuz, almış olduğunuz gayrimenkul ya da menkul aybımın tazminini istiyorsunuz. Özel hukuktan doğan her uyuşmazlığınız için Arabuluculuk Merkezleri'ne başvurabilirsiniz.

Arabuluculuk yargılayıcı modelden uzaktır. Süreyi ve görüşme günlerini mahkeme değil, taraflar belirler. "Ben aynı masaya oturmam" gibi yaklaşımları sıklıkla görüyoruz. Teklif ve pazarlık usulü ile yüz yüze gelmeden ayrı ayrı görüşmeler de alternatif yolların biri tabii ki.

Arabulucu, katılımcıların duygusal, ticari, sosyal ilişkileri ile ilgilidir. Dava süresi bu gerçekler yerine kanunun istediği ile ilgilidir. Taraflar kendi dil ve tarzları ile süreci yönetirler arabulucu yardımcı olur.

En fazla 3 ay kadar kısa bir süre içerisinde süreç tamamlanır. Anlaşamadığınız takdirde dava yoluna her zaman başvurabilirsiniz. Anlaştığınız takdirde ise arabulucu bir anlaşma tutanağına anlaşmaya varılan hususları yazar. Anlaşma belgesi mahkeme kararı niteliğindedir (İlam hükmündedir) Yani; taraflar anlaştıkları konular hakkında bir daha dava açamazlar.

Unutmayalım ki; kasasında uzlaşma maliyetine yer vermeyen kişiler ve şirketlerin çatışma maliyetleri hayli yüklü olabilir.

GELECEĞİN GOLFÇÜLERİ SERTİFİKALARINA KAVUŞTU



Kuşadası Belediyesi ile Kuşadası Golf Kulübü tarafından çocukları golf sporuyla tanıştırmak için düzenlenen eğitim kursu sona erdi. Kursu başarıyla tamamlayarak golfün püf noktalarını öğrenen küçük sporculara sertifikalarını Belediye Başkan Yardımcısı Oğuzhan Turan verdi

Kuşadası Belediyesi çocukların erken yaşta sporun farklı dallarıyla tanışması için çalışmalarını sürdürüyor. Bu kapsamda Kuşadası Golf Kulübü'nün katkılarıyla gerçekleştirilen eğitim programı tamamlandı. Yaklaşık 2 ay süren eğitim programına katılan çocuklar golf sporunun temel kurallarını öğrendi. Kurs boyunca eğlenceli vakit geçirme fırsatı da bulan çoc-

uklara sertifikalarının verilmesi için Kuşadası Golf Kulübü'nde etkinlik düzenlendi. Ailelerin de katıldığı etkinlikte kursiyerlere sertifikaları Kuşadası Belediye Başkan Yardımcısı Oğuzhan Turan, Kuşadası Golf Kulübü Başkanı Dr. İbrahim Kocaoğlu ve antrenör İdris Toprak tarafından verildi. Kuşadası'nda çocukların farklı spor dallarına olan ilgileri-

nin artmasından dolayı mutluluk duyduklarını belirten Belediye Başkan Yardımcısı Oğuzhan Turan, "Kuşadası golf sporuyla ilgili organizasyonların düzenlenmesine çok uygun bir kent. Kuşadası Belediyesi olarak geleceğimizin teminatı olan çocuklarımızı sporun her alanıyla tanıştırmaya devam edeceğiz" diye konuştu.



ENGELSİZ TIYATRO'DAN MUHTEŞEM PERFORMANS

Kuşadası Belediye Tiyatrosu bünyesinde kurulan Engelsiz Tiyatro 'Bana Bir Masal Anlat' isimli oyunla bir kez daha izleyici ile buluştu

Kuşadası Belediyesi tarafından engelli bireylerin dikkat ve odaklanma sürelerini arttırmaları, grup aidiyeti bilincini oluşturmaları, yaratıcılıklarını, hayal güçlerini ve sözel iletişim becerilerini geliştirmelerini sağlamak amacıyla Belediye Tiyatrosu bünyesinde kurulan Engelsiz Tiyatro oyuncularını, sahne heyecanını bir kez daha yaşadı. Kuşadası Belediye Tiyatrosu Genel Sanat Yönetmeni Mehmet Turan tara-

findan yıl boyunca Erdoğan Öven Engelliler Köyü'nde verilen drama eğitimine katılan öğrenciler tarafından sahnelenen "Bana Bir Masal Anlat" isimli oyun 3'üncü kez izleyici ile buluştu. Yönetmenliğini Mehmet Turan'ın yaptığı 'emek ve sevgi' temalı oyunu Erkan Yücel Sahnesi'nde büyük bir başarıyla sergileyen engelli öğrencilerin performansı salonu dolduran izleyiciler tarafından beğeni ile karşılandı.

EN BÜYÜK ENGEL SEVGİSİZLİK

Oyunu izleyen Erdoğan Öven Engelliler Köyü Dernek Başkanı Canan Güler "Tiyatro oyunumuza geldiğiniz için hepimize teşekkür ediyorum. Bu hayatta en büyük engel sevgisizliktir. Bana Bir Masal Anlat isimli oyun bu temayı en içten şekilde yansıtıyor. Kuşadası Belediye Başkanımız Ömer Günel'e desteklerinden dolayı çok teşekkür ediyorum" dedi.



KUŞADASI BELEDİYESİ'NDEN

80'İNCİ YAŞ SÜRPRİZİ

Kuşadası Belediyesi, Yavansu Mahallesi'nde yalnız yaşayan Mustafa Ak'a doğum günü sürprizi yaptı. 80'inci yaşına Kuşadası Belediyesi tarafından düzenlenen sürpriz kutlama ile giren Mustafa Ak, Başkan Ömer Günel'e inceliği ve nezaketi için teşekkür etti



Sosyal belediyeçilik alanında yürüttüğü çalışmalarla dikkat çeken Kuşadası Belediyesi, 80 yaşına giren yüzde 80 engelli Emekli Kıdemli Hava Albayı Mustafa Ak'ı doğum gününde yalnız bırakmadı. Kadriye Hülya Ünal Ak, Kuşadası Belediyesi Sosyal Yardım İşleri Müdürlüğü'ne arayarak yatalak olan annesine refakat etmek amacıyla bir süredir İznik'te bulunduğu ve bu nedenle eşi Mustafa Ak'ın doğum gününü kutlayamayacağını ifade etti. Bunun üzerine Kuşadası Belediyesi sürpriz doğum günü kutlaması için harekete geçti. Belediye Başkan Yardımcısı

Seyfi Seyhan Suvari, Sosyal Yardım İşleri Müdürü Hüsnü Yalçın ile birlikte Yavansu Mahallesi'nde yaşayan Mustafa Ak'a sürpriz bir ziyaret gerçekleştirdi. Başkan Yardımcısı Seyfi Seyhan Suvari, Mustafa Ak'a Başkan Ömer Günel'in sevgi ve selamlarını iletirken hediyesini verdi. 80'inci doğum günü pasta ve hediye ile girmenin kendisini çok mutlu ettiğini ifade eden Mustafa Ak "Kuşadası Belediye Başkanımız Sayın Ömer Günel'e gönderdiği doğum günü hediyesi ve bu güzel jest için çok teşekkür ediyorum. İyi ki böyle bir başkanımız var. Onunla gurur duyuyorum" dedi.

Belediye Başkan Yardımcısı Seyfi Seyhan Suvari ise Kuşadası Belediyesi olarak her zaman hemşehrilerinin yanında olmak için çalışmalarına dikkat çekerek "Belediyemizi arayarak şehir dışında bulunduğu için eşinin doğum gününü kutlayamayacağını belirten bizden destek isteyen Kadriye Hanım'ın talebine duyarlı olarak kendisini çok mutlu ettiğini ifade eden Mustafa Ak "Kuşadası Belediye Başkanımız Sayın Ömer Günel'e gönderdiği doğum günü hediyesi ve bu güzel jest için çok teşekkür ediyorum. İyi ki böyle bir başkanımız var. Onunla gurur duyuyorum" dedi.

GELECEĞİN PİYANİSTLERİNDEN UNUTULMAZ KONSER

Kuşadası Belediyesi ve Kuşadası Altın Güvercin Kültür Sanat ve Tanıtım Vakfı (KUSAV) iş birliğiyle Tarihi Kervansaray'da düzenlenen Aydın Adnan Menderes Üniversitesi (ADÜ) Devlet Konservatuvarı Müzik Bölümü öğrencileri konser verdi

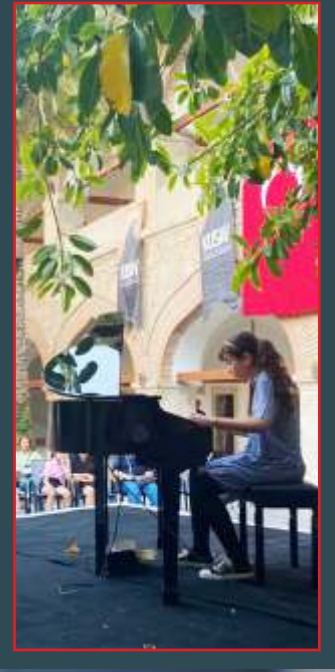


Kuşadası'nın tarihi mekânlarından Öküz Mehmet Paşa Kervansarayı, Viyolonsel Piyano Resitali'nden sonra ADÜ Devlet Konservatuvarı Müzik Bölümü

Konserleri kapsamında bu kez de Piyano Sınıfı Konseri'ne ev sahipliği yaptı. Kuşadası Belediyesi ve KUSAV iş birliğiyle gerçekleştirilen konsere sanatseverler

yoğun ilgi gösterdi. Konserde, ünlü besteleri piyanoda başarıyla seslendiren öğrenciler izleyenlerden tam not aldı. Eğitimlerini ADÜ Devlet Konservatuvarı

Öğretim Görevlileri Aleksandr Mekaev, Elena Yusupova ve Elif Yazgan'dan alan geleceğin piyanistleri konser sonunda ayakta alkışlandı.



11. GELENEKSEL ENGELLİLER BAHAR ŞENLİĞİ YAPILDI

Kuşadası Belediyesi'nin katkılarıyla Kuşadası Engelliler Koruma Derneği tarafından Erdoğan Öven Engelliler Köyü'nde düzenlenen 11. Geleneksel Engelliler Bahar Şenliği, renkli görüntülere sahne oldu



Erdoğan Öven Engelliler Köyü 11. Geleneksel Engelliler Bahar Şenliği'ne Kuşadası Kaymakamı Sadettin Yücel, Kuşadası Belediye Başkan Yardımcısı Seyfi Seyhan Suvari, Kuşadası Kent Konseyi Başkanı Mustafa Ünver, çok sayıda davetli ile engelliler ve

aileleri katıldı. Renkli görüntülere sahne aldığı şenlikte çeşitli oyunlar ve dans gösterileri sahnelendi. Engellilerin yıl boyunca ürettikleri takviye ve hediye eşyaları ile ailelerin hazırladığı yiyecekler şenlikte açılan standlarda satışa sunuldu.

"ENGELLERİ TEK TEK AŞIYORUZ"

Kuşadası Engelliler Koruma Derneği Başkanı Canan Güler, pandemi nedeniyle 2 yıl ara vermek zorunda kaldıkları engelliler şenliğini yeniden düzenlemenin mutluluğunu yaşadıklarını belirterek, "Her an yanımızda olan duyarlı insanlardan aldığımız güçle ve sizlerle beraber engelleri tek tek aşıyoruz. Yıllar içinde köyümüzü yenileyerek ve ekler yaparak geliştirdik. En büyük engel

sevgisizliktir. Bize her zaman destek olan Kuşadası Belediye Başkanımız Ömer Günel'e çok teşekkür ederim" dedi.

"KENT KUŞADASI"

Belediye Başkan Yardımcısı Seyfi Sey-

han Suvari ise, "Kuşadası Belediyesi olarak kentimizde yaşayan engelli hemşehrilerimizin ihtiyaçlarını karşılamak ve onların sosyal ve kültürel hayata aktif katılmasını sağlamak amacıyla elimizden geleni yapıyoruz" diye konuştu.

