

"AKP'NİN ÇORUM'A ÇAKTIĞI BİR ÇİVİ DAHI YOK"

Milliyetçi Hareket Partisi (MHP) eski milletvekili ve Genel Başkan adayı Sinan Oğan, Sungurlu'da bir dizi ziyarette bulundu. Kapatılan MHP Çorum il yönetimi ve kalabalık bir grup tarafından Sungurlu ilçesi Osmanlı Tesisleri'nde karşılanan Sinan Oğan, daha sonra uzun araç konvoyuyla Sungurlu Belediyesi önüne geldi. Burada Belediye Başkanı Abdulkadir Şahiner tarafından karşılanan Oğan, belediye önünde vatandaşlara hitap etti.



İÇİMİZİ ACITAN BİR GÖRÜNTÜ VARDI

İl Genel Meclis Başkanı Halil İbrahim Kaya, Çorumlu şehit Jandarma Uzman Çavuş Sami Saygı'nın cenaze törenine katıldıklarını belirterek, "İçimizi acıtan bir manzara vardı. Böyle manzaraları artık görmek istemiyoruz" dedi. İl Genel Meclis Başkanı Halil İbrahim Kaya, Merhum Alparslan Türkeş'i de rahmetle andıklarını vurguladı.



KESİN KARAR

Dünyaya Yön Verecek Güç

05 Nisan 2016 SALI

Günlük, Siyasi, Tarafı Gazete

Yıl: 1 Sayı: 111

www.kesinkarar.com / haber@kesinkarar.com

75 Kuruş

Göğüs Hastanesi'nden sosyal sorumluluk

Çorum Göğüs Hastalıkları Hastanesi çalışanları bir sosyal sorumluluk projesine daha imza attı.



■ 4TE

Büyükelçiler Çorum'da

Vali Ahmet Kara'nın daveti üzerine Çorum'a gelecek olan büyükelçilerin Çorum gezi programı belli oldu. Yabancı Ülke Büyükelçileri, 9 ve 10 Nisan 2016 tarihinde Çorum'da olacak. 9 Nisan 2016 Cumartesi günü Sungurlu-Mavi Ocak tesislerinde toplanılarak, Boğazkale'ye geçilecek ve burada karşılanacak olan Büyükelçiler, Boğazköy Müzesi'ni gezdikten sonra Boğazkale'de öğle yemeği yiyecek, Hattuşa Örenyeri ve Yazılıkaya Açık hava Mabetini gezerek, Alacahöyük'e hareket edecek.

Alacahöyük'te bulunan müzenin ve Alacahöyük Örenyerinin gezecek olan Büyükelçiler, dana sonra burada yöresel tatlıları tadacak.



■ 3TE



Genç çiftçiler desteklenecek

AK Parti Çorum Milletvekili, Tarım, Orman ve Köy İşleri Komisyonu Üyesi Ahmet Sami Ceylan, kırsal kalkınma destekleri kapsamında genç çiftçilerin destekleneceğini bildirdi.

■ 3TE

Ceylan, hastanedeki hastaları ziyaret etti

AK Parti Çorum Milletvekili, Tarım, Orman ve Köy İşleri Komisyonu Üyesi Ahmet Sami Ceylan, Hitit Üniversitesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde incelemelerde bulunarak, hastanede yatan hastaları ziyaret edip moral verdi.

■ 3TE



FETÖ zanlıları adliyeye sevk edildi

Çorum Cumhuriyet Başsavcılığı tarafından yürütülen FETÖ/PDY soruşturması kapsamında 3 gün önce polis ekiplerince Çorum'da 3, Ankara'da da 1 adrese düzenlenen eş zamanlı operasyonda 16 şüpheli gözaltına alınmış, aramalarda bazı evrak ve belgeler ile dijital materyallere de el konulmuştu.

■ 3TE



Ceritoğlu, Sungurlu teşkilatını ziyaret etti

Çorum AK Parti Milletvekili ve TBMM Sağlık, Aile ve Çalışma Komisyonu Üyesi Lütfiye İlksen Ceritoğlu Kurt, Sungurlu İlçe Teşkilatını ziyaret etti.

■ 4TE



'Saygı, sevgi ve özlemlerle anıyoruz'

Sungurlu Belediye Başkanı Abdülkadir Şahiner, Başbuğ Alparslan Türkeş'i vefatının 19. yıl dönümünde rahmet, saygı ve özlemlerle anıklarını söyledi.

■ 4TE



Hatıra Ormanına Başkan Şahiner'in ismi verildi

Özel Sungurlu Dünya Sağlık Koleji tarafından oluşturulan hatıra ormanına Sungurlu Belediye Başkanı Abdülkadir Şahiner'in ismi verildi.

■ 2DE



Mağlubiyeti Hak Etmedik

Belediyespor Teknik Direktörümüz Serdar Bozkurt, Bayburt deplasmanında alıkların mağlubiyetin üzüntüsünü yaşadıklarını söyledi.

■ 8DE



Tüketici fiyat endeksi aylık yüzde 0,04 düştü

7

Üretici fiyat endeksi aylık yüzde 0,40 arttı

7



Kanser hastalarına moral yemeği

■ 7DE



'Türk milletinin başı sağolsun'

■ 5TE



Kutlu Doğum Haftası Başlıyor

■ 5TE



Hatıra Ormanına Başkan Şahiner'in ismi verildi



Özel Sungurlu Dünya Sağlık Koleji tarafından oluşturulan hatıra ormanına Sungurlu Belediye Başkanı Abdülkadir Şahiner'in ismi verildi. Geçtiğimiz hafta Özel Sungurlu Dünya Sağlık Koleji Müdür Yardımcısı Emrah Kara, Meslek dersleri öğretmeni Gülşah Şahin ve okul öğrencileri Başkan Şahiner'i makamında ziyaret ederek, "öğrenciler arasında bir anket yaptıklarını belirterek, "Bizler Sungurlu Dünya Sağlık Koleji olarak Sungurlu'ya bir hatıra ormanı yapmak istiyoruz. Öğrencilerimiz arasında 'Hatıra Ormanının İsmi Ne Olsun?' konulu bir anket düzenledik. Ciddi bir oranda sizin isminiz çıktı. Sizin de izniniz olursa İnşallah en kısa sürede 'Abdülkadir Şahiner Hatıra Ormanı' çalışmalarımıza başlayacağız" demişti.



Bugün mesire alanında Belediye Başkanı Abdülkadir Şahiner, Sağlık Koleji Müdürü Şefik Karacaçaylı ve Sağlık Koleji öğrencileri katılmıy-la hatıra ormanını inşaatını dikimi yaptı. Koniyla ilgili açıklamalarda bulunan Belediye Başkanı Abdülkadir Şahiner, "Mesire alanımız Sungurlu halkımızın ortak kullanım alanlarından birisi ve geçtiğimiz yıl ayında yapımı tamamlanan bir alan. Dolayısı ile tamamen yeşillendirilmiş durumda değil. Belediye olarak çalışmalarımız aralıksız devam ediyor. Bizler çıkarırken yeşil önem veren gençlerimizi de aramızda görmek bizleri mutlu etmektedir. Sungurlu halkımıza rahat bir nefes alması için el ele vererek burayı yeşillendireceğiz. Bir diğer konu ise öğrencilerimizin istekleri doğrultusunda bu alana, şahsım isminin verilmesi ise benim için ayrı bir onurdur. Tüm öğrencilerimize ve okul idarecilerimize bu nazik düşüncelerinden dolayı teşekkür ediyorum" ifadelerini kullandı.



Baro başkanları 6. toplantı sonuç bildirgesin yayınladı

Karadeniz Bölgesi Baro Başkanları 6. toplantısı Çorum Barosu'nun evsahipliğinde gerçekleştirildi. Çorum Baro Başkanı Av. Altan Akpınar, Amasya Baro Başkanı Av. Ahmet Melik Derindere, Artvin Baro Başkanı Av. Ali Uğur Çağlı, Bartın Baro Başkanı Av. Ferhat Parlatur, Bolu Baro Başkanı Av. Ferit Atalay, Çankırı Baro Başkanı Av. Erkan Köröglü, Erzurum Baro Başkanı Av. Cemalettin Özer, Giresun Baro Başkanı Av. Gültekin Uzunaloğlu, Gümüşhane-Bayburt Baro Başkanı Av. İsmail Taştan, Kastamonu Baro Başkanı Av. Mehmet Çiftçi, Karabük Baro Başkanı Av. Rıdvan Erdoğan, Samsun Baro Başkanı Av. Kerami Gürbüz, Sinop Baro Başkanı Av. Hicran Kandemir, Tokat Baro Başkanı Av. Faruk Boştancı, Trabzon Baro Başkanı Av. Orhan Öngöz, Zonguldak Baro Başkanı Av. İbrahim Kerem Ertem'in katılımı ile düzenlenen Karadeniz Bölgesi Baro Başkanları 6. Toplantısı'nın sonuç bildirgesi şöyle: "Son günlerde ülkemizde meydana gelen terör olayları karşısında Barolar ve Avukatlar olarak yoğun üzüntü ve endişe taşımaktayız. Millet olma bilincini ve ruhunu tekrar tazeyerek insan hakları, hukukun üstünlüğü demokrasi ve adalet paydasında kucaklaşmaya her zamandan fazla ihtiyaç duyulmaktadır. Özellikle ülkemizin bölünmez bütünlüğüne, toplumumuzun etnik ve kül-

türel yapısına yönelik olduğu kadar onlarca insanımızın, gençlerimizin ve güvenlik görevlilerimizin canına kast eden terör olayları karşısında birlikte tavır ve ortak duruş sergilemenin her zamandan daha çok gerekli olduğuna inanıyoruz bir kez daha dile getirmekteyiz. Bu kavgaanın bir hak arama kavgası değil bilakis Anadolu toprağına çökme ve bu coğrafyaya birlikte yaşama irademi ortadan kaldırma kavgası olduğunu bir kez daha hatırlarız bu uğurda can veren aziz şehitlerimize rahmet, minnet ve saygıyla anmayı görev addederiz. Terörle mücadele kapsamındaki idari, hukuki ve siyasi sorumluluk sahibi kişi ve kurumların sorumluluklarını gereğini demokratik hukuk devleti kuralları çerçevesinde yerine getirmeleri ve toplum olarak hakkımız olan güven, esenlik ve iç barış ortamının ivedilikle tesis edilmesini bir vatandaşlık hakkı olarak talep etmekteyiz. Ülkemizin güvenliği ve huzuru ile ilgili ciddi sıkıntı ve endişelerimizin olduğu bir dönemde bu sorunların örtülerek gerekli ve ivedi olmadığına inandığımız Yeni Anayasa adı altında çalışma yapılmaması gündeme taşınarak ilave uzlaşmazlıklar yaratmayı zamanlama açısından doğru bulmuyoruz. Kaldı ki Türkiye'nin huzur ve iç barışa kavuştuğundan sonra öncelik ve ivedilikle seçim yasası ile siyasi partiler yasasını evrensel, demokratik kuralları çerçevesinde

değiştirmek gibi bir zorunluluğu da bulunmaktadır. Bu bağlamda anayasal parlamenter sisteme işlerlik kazandırılarak hukuk devletinin ve yargı bağımsızlığının gereklerini yerine getirmesi söz konusu olmaz önceliğimiz olarak görmekteyiz. Son 10 yılda ülkemizdeki nüfus artışının ve ekonomik büyüme oranının yaklaşık 13 katı daha fazla oranda avukat sayısında artış olmuştur. Bu artışın ülke ihtiyaçları ile uyumlu ve gerekli bir artış değil, homonlu bir artıştır. Söz konusu artışın yegane sebebi plansız, programsız, Terörle mücadele kapsamında aplan hukuk fakülteleri ve yine bilimsel yöntemler kullanılmadan belirlenen öğrenci kontenjanlarının sürekli artırılmasıdır. Bu durum mesleğe katılan sayısının oransız artışın yanında meslekte nitelik kaybına da neden olmuştur. Sorunun çözümü için; Gereğinden fazla hukuk fakültesinin varlığı sonucu yeni hukuk fakültelerinin açılması izin verilmemesi, mevcut hukuk fakültelerinden nitelikli hukukçu yetiştirme standartlarını yakalayamayan hukuk fakültelerinin de kapatılması, eğitime devam edecek hukuk fakültelerindeki öğrenci kontenjanlarının da gerçek ihtiyaç sınırına çekilmesi gerekmektedir. Avukatlık stajı ve Avukatlık mesleğine kabulde yargının

diğer kurucu unsuru olan yargıç ve savcılar için sınav koşullarının zorunlu olduğu gözetilmediği aynı zorunluluğun savunmayı temsil eden avukatlık mesleği içinde zorunlu bir koşul olarak kabulü gerekmektedir. Bunların yanında mevcut ekonomik ve teknolojik gelişmeler nazara alınarak AB normları da gözetilmek sureti ile hukuki yardımın temel taşı Avukatlık mesleğinin iş ve mesleki faaliyet alanlarının genişletilmesini gerekli ve zorunlu bulduğumuzu bir kez daha hatırlatırız. Hepimizi derinden üzen ve gündemimizi işgal eden küçüklere karşı cinsel taciz eylemlerinin sadece adli önlemlerle sonlandırılmayacağı konunun ahlaki, dini, eğitsel, sosyolojik ve ekonomik boyutları irdelenmek üzere gündemimizde, devlet bilanoda adeta seferberlik ilan ederek bütün paydaşları da çözüme katarak bu insanlık dışı problemi ivedilikle çözüme sorumluluğu bulunmaktadır. Bu anlamda tüm ilgililerin sorumluluklarının bilincine, her türlü söylem ve eylemlerine özen göstermeleri gereğini bir kez daha vurgularız. Suç faillerinin ve ihmalci olanların ivedilikle tespit, adli merciler önüne çıkarılması, yasal müeyyidelerin en caydırıcı şekilde tatbiki uygulanması, bu suçla mücadelede etkin bir yöntem olarak kabul edilmiş kamu vicdanını da rahatlatacaktır."

İsbir'den YEDAŞ'a teşekkür

Çorum'un Ortaköy Belediye Başkanı Taner İsbir, programda olmadığı halde Ortaköy ilçesinde turizmde öncelik olarak görülen 5 kilometrelik yol boyundaki elektrik hatlarının yeraltına alınması dolayısıyla Çalık YEDAŞ Genel Müdürü Nurettin Türkoğlu'na Hitit simgeli Lotus çiçeği tablosu hediye etti. Ortaköy Belediye Başkanı Taner İsbir, Çalık YEDAŞ tarafından Samsun Sheraton Otel'de düzenlenen yemeğe katıldı. Çalık YEDAŞ Çorum İl Koordinatörü İlyas Akyol'un da katıldığı yemeğe sürpriz şekilde katılan Ortaköy Belediye Başkanı Taner İsbir, programda olmadığı halde ilçesinde turizmde öncelik olarak görülen 5 kilometrelik yol boyundaki elektrik hatlarının yeraltına alınması dolayısıyla Çalık YEDAŞ Genel Müdürü Nurettin Türkoğlu'na Hitit simgeli Lotus çiçeği tablosu hediye etti.

Programda konuşan Taner İsbir, "Programda olmadığı halde turizmde öncelik olarak görülen 5 kilometrelik yol boyundaki elektrik hatlarının yer altına alınmıştır. Bu hizmetin gerçekleştirilmesi AK Parti Çorum Milletvekili Sayın Salim Uslu başta olmak üzere Sayın İl Koordinatörümüz İlyas Akyol'a, YEDAŞ çalışanlarına ve YEDAŞ Genel Müdürümüz Sayın Nurettin Türkoğlu'na hizmet ve gayretlerinden Dolayı teşekkür ediyorum. Ayrıca YEDAŞ çalışanlarını İncesu ve Şapınuva'yı gömek üzere Ortaköy'e davet ediyorum" dedi. Çalık YEDAŞ Çorum İl Koordinatörü İlyas Akyol ise yaptığı konuşmada "Ortaköy Belediye Başkanımız Taner İsbir'in çok gayretli çalışmaları var. Biz de kendisine destek olduk. İncesu ve Şapınuva gerçekten görülme değer yerler. Başkanımızın davetini ben de tekrar ediyorum" ifadesini kullandı. Çalık YEDAŞ Genel Müdürü Nurettin Türkoğlu ise Ortaköy Belediye Başkanı Taner İsbir'in verdiği hediye için gerçekten sürpriz olduğunu ifade ederek, "çalışma ve hizmetlerin karşılığı, Başkanımızın mutluluğu gözlerinden okunuyor. Ortaköy'e hayırlı olsun. Kısa zamanda Ortaköy'e ziyarete geleceğim. Bizde bu çalışmalar karşılığında böyle bir memnuniyet yorgunluğumuz atıyor ve gayretimizi artırıyor. Kısa zamanda Ortaköy'e ziyaret gerçekleştireceğiz" şeklinde konuştu.



Parka şehidin ismi verildi



Sungurlu Belediyesi tarafından Ahmet Yesevi sitesinde yeni yapılan parka, 1996 yılında Van Başkale Keleştepe'de teröristlerle çıkan çatışma sonucu Şehit olan Hemşehrimiz Erdoğan Gürgül'in ismi verildi. Parkın açılışına Sungurlu Belediye Başkanı Abdülkadir Şahiner, Şehit Gürgül'in annesi Döne Gürgül, Abisi Ekrem Gürgül, Yengesi Sevilay Gürgül ve çok sayıda vatandaş katıldı. Başkan

Şahiner'e teşekkür eden Şehit Annesi Döne Gürgül, "Oğlumun bir mezarı bile yok. Sizler bana bugün dünyaları verdiniz. Bu parka gözüm gibi bakacağım. Allah sizlerden razı olsun" dedi. Bu konuşma karşısında duygulanan Başkan Şahiner ise, "Şehit bizim Şehidimiz. Şehidimizin mezarı yok. Bu nedenle Şehidimizin ismini bu parka verdik. Şehidimizin mekanı cennet, ruhu şad olsun" ifadelerini kullandı.

'Sessizlerin Meleşine' ödül

Bilgi Kültür ve Turizmi Geliştirme Destekleme Derneği (BIKTUDER) Hayvan Hakları Komisyonu tarafından hayvan hakları konusunda yaptığı çalışmalar nedeniyle Veteriner Teknikerliği öğrencisi Gökçe Erdoğan'ı ödüle layık gördüğünü bildirdi. Gökçe Erdoğan, hayvan hakları konusunda bilinçlendirme, hasta ve yaralı hayvanların tedavisini yaptırma, gerek yurt içi gerekse yurt dışında hayvanların sahiplenilmesi, belirli günlerde Çorum çöplüğünde bulunan hayvanların ve diğer hayvanların beslenmesi konusunda olağüstü yaptığı çalışmalar nedeniyle ödüle layık görüldü. Bilgi Kültür ve Turizmi Geliştirme Destekleme

Derneği Hayvan Hakları Komisyonu başkanı Şeyda Çimen tarafından verilen ödüle Şeyda Çimen "BIKTUDER hayvan hakları konusunda duyurdu bir demektir. Hayvan haklarını geliştirilmesi ve toplumun bilinçlendirilmesi için Hayatp ve Samsun Çanık Belediyesi tarafından düzenlenen 100 adet hayvan hakları kitapçığı geçen sene dağıtım yapılmıştır. Yine hayvan hakları ihalleri durumunda her türlü yasal girişimlerde bulunmaktadır. Gökçe kardeşimiz hayvan hakları

konusunda çok gayretli bir arkadaşımızdır. BIKTUDER ödülünü sonuna kadar hak etmiştir. Hayırlı olsun başarılarının devamını diliyorum" dedi.



SIFIR'DAN OTUZBEŞE

**SON ATILIM DEVRESİ
(30 - 35 YAŞ)**

KENDİNİ DOLDURAN KİŞİ

Kişi, her şeyden önce kendi yüce varlığına (insanlığına) inanıp, kendisinin dünyanın en güçlü varlığı olduğunu kabul etmelidir. Bu inanç ve bu kabulle kendi içinden kendisini dolduran insan, yapısına uyan-uymayan konuları derinliklerinden duyar, sezer. Çünkü nasıl bir ortam olursa olsun, öz yapısındaki güdümlü istekler durmaz. İnsanın özü kendi yapısına yakınları ister. Bu gerçeğe göre ortamında insanlığın gereklerine uymak insanlık dışı noktalarda uymamak, kişinin ortamına yapacağı iyiliğin en esaslıdır. O'dan 35'e kadar çağ ve devrelere göre ruhsal ve bedensel bakım ve eğitiminizin amacı: İş ve meslekte; ne olursa olsun, dünyada birinci olmak azminden ayrılmama. Zorluklardan hoşlanmak. Hiç bir şartla yılmamak ve usanmamak. Çetinleri kolayca yenmek için zekâ dircine ulaşmak. Engelleri aşmak için özündeki güç kaynağına dayanıp güçlenmek. İmkânsızlıkları imkân haline getirmek için inanç sağlamlığı ile aklı besleyip güçlendirmek. İnsanlar arası ilişkilerde daima eğitimci olmak.

En hırçın adamları gururlandırmak, hoşnutsuzluk geçinmek. En cimri adamları cömert yerine koyup, huyunu değiştirmek. En hain adamları, zararsız hale getirmek. En fesat adamlara, iyi propaganda yaptırmak. En korkak adamlara, cesurların işini yaptırmak. En müsrif adamlara, tasarruf ettirebilmek için, taktikli uyarılar yapmak. En namussuz adamlara, emanetin değerini öğretmek. En tembel adamlara, çalışmanın kıymetini tattırmak. En sağlıksız adamları, moral vermekle maneviyatlandırmak, sağlığa kavuşturmak. En kararsız adamlara, kararlılık verebilmek için gereklerini eksiksiz yapabileme gücünü kazandırmaktır.

YARIN: .. 35 YAŞIN ÜSTÜNDEKİLER!... ÜZÜLMİYİN, BULDUGUNUZ YERDEN GİRİN EĞİTME... ÖĞRENİMİN DE, EĞİTİMİN DE YAŞI YOKTUR. ÖLENE KADAR ÖĞRENİM - EĞİTİM ŞARTTIR!

KİMSENİN KİMSEYE BAĞLANMAYIŞI, TANIMA CİDDİYETİNİN OLMAYIŞINDANDIR

İnsanoğlunun başım her tür derde sokan tek bir mesele vardır. Başarısızlığa uğramak, insan tanımamaktan. Dolandırılmak, adam tanımamaktan. Aldatılmak, insan tanımamaktan. Bilgi yerine zehir almak, insan tanımamaktan. Evinde mesut olamamak, insan tanımamaktan. Çocuğuna yön verememek, insan tanımamaktan. Daha akla gelen nahoş hadiselerin tümü, insan tanımamaktan oluşur. Öyleyse, insan tanımak için bir tanımına ölçüsi gerek.

İhtır, tanımak için hassas olmak mecburiyeti vardır. Önce, insanın uyumaklığı, uyku da olup olmadığının anlamak gerek. Anlaşış dikeyini yoklamak gerek. Korkuyu mu kabul etmiş, kendisini mi? Şahsiyetini mi ön tutuyor, başka şeyleri mi? Canına mu dayanmış, tenine mi? Güven duyumunu neye bağlamış, ciddiyeti ne nispette? Çok iyi anlamak, kesinlikte kavramak gerek. Bu hassasiyetle insan tanımak, elbette kendisini iyi takip edip, iyi tanıdıktan sonra olur.

Başka insanları tanımak, kendisini tanımadan olmaz. Dişi ağrımayan kimse, dişi ağrıyan halinden anlamaz. Kendisini takip edip her yönüyle anlamayan, muhataplarını hiç takip edip anlayamaz. İnsanlar arası münasebetler bundan felce uğrar. Kimsenin kimseye bağlanmayı, tanıma ciddiyetinin olmayışındandır. İnsan tanımayı ciddiye alırsak, insanın her yanından ölçütünün genel ölçülerle müspet sonucu bağlanması kolay olur. "İnsan tanımadan" gerçek huzurun neliği de bilinmez, bulunmaz.

KESİN KARARLILIĞIN KARŞISINDA HİÇBİR TAKTİK TUTUNAMAZ

Defalarca tespit edilmiştir ki, insanoğlu neye nasil inmanasa, o inandığı, istediği şey, aynen öyle olmuştur. Bunu söylemekteki maksadımız, gerekliliğinin bilimesi isteğidir. Aneak. İnanı derken, bu Öyle bir inanç olacak ki, hani, "rüzgârest, uçtu" cinsinden değil. Öyle ki, rüzgârlar bora olsa, tufan, kasırga olsa dahi "uçuramaz, koparamaz" cinsinden. Yani, "her güçlük ve zorluk karşısında, şartlar ne kadar ters, ne kadar aleyhimize olursa olsun, inancımız değişip sarsılmadıkça, inancımızla ulaşacağımız isteğin olması o denli kesinlik kazanıp gerçekleşecektir" in bilincine varılması. Kesin kararlılığın karşısında hiçbir taktik tutunamazdır. Yeter ki bizler uyanık olarak yaşayıp, inançlarımızda en ufak bir şüpheye düşmeyerek, kararlılığımızı sonuna kadar sürdürelim.

Faydalı Bilgiler

UNUTMAYALIM
HAYVAN TIPLER
Sömürerek yaptıkları serveti faiz ile güçlendirmek, "doğal" kabul ettikleri davranışlardır. Amaçları için diğer tipler araçtır.

Baş ağrısı, her yaşta görülebilen ve birçok kişinin tecrübe ettiği, çeşitli rahatsızlıklara bağlı olarak ve ya yaşam tarzından kaynaklı ortaya çıkabilen, sık rastlanan bir rahatsızlıktır. Sinüzit, migren gibi hastalıklar yoğun baş ağrısı yaratabileceği gibi, sürekli gürültülü ortamlarda bulunmak, çalışmak ve ya asırı şekilde zihni yoran uğraşlarla ilgilenmek de baş ağrısı oluşturabilir. Duruma göre kronik, sürekli olabileceği gibi geçici olarak da tekrarlanabilir.

Tıbbi çalışmalar aracılığıyla elde edilmiş olan, baş ağrısı ile mücadelede etkin rol oynayan bir çok ilaç üretilmiştir. Bu ilaçların en yaygın şekilde bilinenleri; ağrı kesici haplar, kapsüller ve tabletler sıralanabilir. Hastanın durumuna göre uzmanlar tarafından belirlenen aralıklarla ve miktarlarla alınması gereken medikal içerikler çoğu zaman işe yaramaktadırlar ancak bunların dışında rahatsızlığın yok edilebilmesi ve ya hafifletilebilmesi adına alternatif olarak yararlanılabilecek, kimyasal madde içermeyen, tamamen doğal diğer bir seçenek ise bitki türleridir.

Modern tıp öncesi de sıkça çeşitli tedaviler için kullanılan bitkiler, özellikle ağrı türlerinin giderilebilmesi amacıyla da kullanılmaktadırlar. Baş ağrına iyi gelen bitkiler ise şu şekilde sıralanabilir:

Kedi Otu:

Yatıştırıcı ve sakinleştirici etkisi ile bilinen kedi otu, baş ağrısı için de yararlı bir bitkidir. Günümüzde bir çok tablet, hap ve bitki özlü çay içerisinde de katılan bu bitki çeşidi rahatsızlığın yatıştırılabilmesi adına başvurulabilecek başlıca bitki türlerinden biridir.

Sarı Kantaron:

Özellikle doğal anti-depresan olarak bilinen bu bitki türü moral bozukluğu, motivasyon eksikliği, vb. semptomlara karşı etki eden ilaçların içerisinde kullanılmaktadır. Baş ağrısı açısından rahatlatıcı bir etkiye sahip olan sarı kantaron çay formunda tüketilebilir.

Zencefil:

Baş ağrıları için yararlanılabilecek diğer bir bitki çeşidi ise zencefildir. Diğer bitkisel içeriklerden farklı olarak zencefil baş ağrısını geçirmek değil de önlemek amacıyla kullanılabilir. Mide sancıları için de oldukça yararlı bir bitki türüdür.

Nane:

Nane, baş ağrısı için çay şeklinde değil de yağ olarak kullanılabilir, ağrıyan noktalar yüzeyel şekilde, sürülerek uygulanmalıdır. Bilimsel bir kanıtı olmasa da bu uygulama şeklinin rahatlatıcı bir etkisi olduğu iddia edilmektedir.



Günün Tarifi: ŞAKŞUKA

3 tane patates
2 tane patlıcan
4 tane sivri Biber
2 diş sarmsak
4 tane domates
sıvıyağ, tuz
Patlıcanları alacalı bir şekilde soyun. Küp küp doğrayıp tuzlu suda 20 dakika kadar bekletin. Kağıt havlu üzerinde suyu süzülene kadar bekletin. Patatesleride aynı şekilde küp küp doğrayın. Biberide aynı ebatlar şeklinde doğrayın. Önce patatesleri sonra patlıcanları ve biberleri kızartın. Karıştırma kabında hepsini harmanlayın. Bu arada ayrı bir tava içinde ezilmiş sarımsağı 2-3 yemek kaşığı zeytinyağı ile orta ısıda kavu-

run. Sarımsağın kokusu çıkınca hemen rendelenmiş domatesleri içine atın. 10 dakika kadar

orta ısıda pişirin. Üzerine patates, patlıcan ve biberleri ilave edin. Hepsini harmanlayıp

ocakı kapatın. Servis tabağına geçirin. İlk veya soğuk olarak servis yapın. Afiyet olsun



özden
GAZETESİ VE YAYINLARI
Abonelik ve Siparişleriniz için
www.ozdengazetesi.com.tr
0 212 518 23 97



5 GÜNLÜK HAVA DURUMU		
Tarih	İzmit	Hadise
05 Nisan Salı	3 20	AZ BULUTLU
06 Nisan Çarşamba	4 21	AZ BULUTLU
07 Nisan Perşembe	5 22	AZ BULUTLU
08 Nisan Cuma	5 23	AZ BULUTLU
09 Nisan Cumartesi	7 24	AZ BULUTLU

NÖBETÇİ ECZANELER		
BUGÜN		
BOSTANCI 225 38 48 Ata Cd.30/A	KONAK 225 40 47 İnönü Cd.No:9	HABOĞLU 212 05 89 D.Pınar Cd.M.Gazi 3.Sk.

Mağlubiyeti Hak Etmedik



Belediyespor Teknik Direktörümüz Serdar Bozkurt, Bayburt deplasmanında aldıkları mağlubiyetin üzüntüsünü yaşadıklarını söyledi. Bayburt'un güçlü bir deplasman olmasına rağmen sahada açık bir futbol sergilediklerini ifade eden Bozkurt, "Mutlak galibiyet parolasıyla çıktığımız Bayburt deplasmanından puansız döndüğümüz için üzgünüz. Ancak ortaya koyduğumuz futbol bu mağlubiyeti hak etmediğimizi düşünmüyoruz. Her maçta olduğu gibi bu maçta da açık futbol sergiledik. Bu maçtan en az 1 puanla ayrılabiliriz. Ancak bunu başaramadık. Ben yine de futbolcularımızın 90 dakika boyunca ortaya koydukları mücadeleden dolayı kutluyorum. Bu maç bizim için artık geride kaldı. Şimdi önümüzde ligin tam anlamıyla final maçımız olan Gölcük maçımız var. Çarşamba günü kendi sahasımızda oynayacağımız bu maç kazanarak Play-Off'a kalmak adına elimizden geleni yapacağız. Bunu başaracak güce de sahibiz. Bu maç sadece bizim için önemli değil. Tüm şehri ilgilendiren bir maç. Bu nedenle taraftarlarımızı maçımıza bekliyoruz. Gelin birlik e beraberlik halinde bu maçı kazanalım ve yolumuza devam edelim. Bu işin sonunda kazanan şehir olacaktır" diye konuştu.



Gölcükspor hazırlıkları devam ediyor

Spor Toto 3. Lig 3. Grup'ta mücadele eden Belediye Spor Çarşamba günü kendi sahasında oynayacağı Gölcükspor maçının hazırlıklarına dün de devam etti. Dr. Turhan Kılıçoğlu Stadı'nda yapılan antrenmanda MR'ı çekilen ve sağ üst adalesine ödem tespit edilen Uğur katılmazken, diğer futbolcular hazır bulundu. Teknik Direktör Serdar Bozkurt nezaretinde yapılan antrenman ısınma hareketleri ve 5'e 2'nin ardından yan sahada yapılan taktik çalışmaya sona erdi. Gölcükspor karşısına mutlak galibiyet parolasıyla çıkacak olan takımımız bugün yapacağı antrenmanla bu maçın hazırlıklarını tamamlayacak ve kendi tesislerinde kampa girecek.

Küme düşen ilk takım Sandıklıspor

Belediyespor'unda yer aldığı Spor Toto 3.lig 3.grup'ta mücadele eden Sandıklıspor, ligin bitimine 5 hafta kalan küme düşen ilk takım oldu. 20 puanla son sırada yer alan Sandıklıspor Bay geçeceği haftadan dolayı 4 maçı kaldı. Bu dört maçı kazanması halinde bile küme düşme potansiyeninde yer alan Van BBSK iki puan gerisinde kalıyor. Bundan sonra formalite maçlarına çıkacak olan Sandıklıspor bu hafta kendi evinde kümede kalma mücadelesi veren Tavşanlı Linyitspor'u konuk edecek.



Osmancıkspor'un grubunda olay!



Bölgesel Amatör Lig (BAL) 4. Grup'ta son 2 haftaya girilirken aynı puanla 1. ve 2. Sırada yer alan Yeni Amasyspor ile Erbaaspor arasında oynanan maçın ardından yeşil saha karıştı. Amasya 12 Haziran Stadyumu'nda çekışmeli anlara sahne olan karşılaşma 1-1 sona erdi. Bu sonuçla Erbaa Spor ve Y.Amasya Spor 52 puana ulaştılar ve Erbaa spor averajla liderliğini sürdürdü. Maçta hakemin bitiş düdüğünün ardından sahada gergin anlar yaşandı. İki kişi tarafından bir futbolcuyla atılan Tokat ve tekme üzerine olaylar çıktı. Kavgaanın büyümesi polislin, kulüp yöneticilerinin ve sporcuların araya girmesiyle önlendi. Stadyumun çıkışında çalıştıkları firmamız Soma'ya götürmek istemelerine tepki gösteren bir grup madenci de slogan attı.

Uğur'un MR'ı çekildi



Belediyespor Savunma oyuncularından Uğur'un MR'ı çekildi. Bayburt maçı sonrası sağ üst adalesinde ağrılar olan Uğur'un dün Özel bir Hastanede MR'ı çekildi. Çekilen MR sonrasında tecrübeli futbolcunun sağ üst adalesine ödem oluştuğu tespit edildi. Uğur'un maç gününe kadar tedavisine devam edileceğini ifade eden kulüp masörü Ali Köseer, bu futbolcunun Gölcük maçında oynamasının zor olduğu ancak yoğun bir tedavi süreciyle sahada görev alabilmesi için uğraş creceklerini dile getirdi.

**ÇRT Mobil Uygulamaları ile
ÇRT ve 95.5 Çorum FM Canlı Yayınları, Videolu Haberler
Cebinizde ve Tabletinizde!**



App Store'a ve Google Play Store'a "Çorum TV" yazarak indirebilirsiniz