

## 'Polat Alemdarlı' kaçak sigara operasyonu

İl Emniyet Müdürlüğü tarafından düzenlenen operasyonda Kurtlar Vadisi'nin 'Polat Alemdar'ının bulunduğu 2 bin 200 paket kaçak sigara ele geçirildi.

Sayfa 3'te



## Belediye çıkış arıyor



Ligde son iki maçta 5 puan kaybeden Çorum Belediyespor, yarın kendi sahasında oynayacağı Erzin Belediyespor maçını kazarak, yeniden çıkış yakalamak istiyor

Sayfa 8'de

## CHP Gençlik Kolları Başkanı istifa etti



Cumhuriyet Halk Partisi Çorum İl Gençlik Kolları Başkanı Tuncay Güleç görevinden istifa etti. Dün gece saatlerinde sosyal medya hesabından bir mesaj yayınlayan Güleç; iş yoğunluğu nedeniyle görevinden istifa ettiğini bildirdi.

Sayfa 7'de

# KESİN KARAR

Dünyaya Yön Verecek Güç

08 Ekim 2016 CUMARTESİ

Günlük Siyasi Bağımsız Gazete

Yıl: 1 Sayı: 260

www.kesinkarar.com / haber@kesinkarar.com

75 Kuruş



## Çorum'da aranan FETÖ polisi SAMSUN'DA YAKALANDI

Çorum'da, Fetullahçı Terör Örgütü (FETÖ) ve Paralel Devlet Yapılanması (PDY) soruşturması kapsamında arandığı öğrenilen ve meslekten ihraç edilen bir polis memuru memleketi Samsun'da yakalandı.



Sayfa 7'de

# Ekmeklerini taştan çıkardılar

Çorumlu iş adamları Cengiz Başaranhıncal ve Ali Arslan kurdukları Hitit Terra firmasıyla topraktan üretimini yaptıkları mutfak araçları, dekor ürünler, süs ve peyzaj ürünlerini dünyaya ihraç ediyor. Yıldız Şirketler gurubu bünyesinde faaliyet gösteren Hitit Terra, doğal yaşamın vazgeçilmez unsuru olan toprağa hayat vererek, sanata dönüştürdü.

Sayfa 3'te



## 'Kazanmaktan başka YOLUMUZ YOK'

Çorum Belediyespor Teknik Direktörü Serdar Bozkurt, yarın kendi sahalarda oynayacakları Erzin maçını kazanmaktan başka düşünceleri olmadığını söyledi.



Sayfa 8'de

## İtfaiyecinin samanlığı yandı



Sayfa 3'te

## 26 milyonluk borçlanmaya onay

İl Genel Meclisi, İl Özel İdaresi'ne araç alımları için verdiği 22 milyonluk borçlanma yetkisini iptal ederek, içme suyu, kanalizasyon ve Şendere Göleti içme suyu projesinde kullanılmak üzere 26 milyon lira İller Bankasından borçlanılmasına onay verdi. İl Genel Meclisi'nin Ekim ayı olağan toplantıları tamamlandı. Meclis, dün İl Genel Meclisi Başkanı Halil İbrahim Kaya başkanlığında toplanarak gündeme alınan maddeleri görüştü.

Sayfa 2'de



Dodurga meyve bahçelerine dönüşecek 8 Hattuşa 30. Yıl etkinliklerinin meclise taşındı 2



## Osmancık'ta kaymakam YİNE DEĞİŞTİ

15 Temmuz darbe girişimi sonrasında Cemalettin Demircioğlu'nun görevden alınmasından 2 defa aday kaymakam görevlendirilen Osmancık Kaymakamı yine değişti.

Sayfa 5'te



## Baro'da seçim heyecanı

Çorum Barosunun yeni yönetim bugün yapılacak seçimlerle belirlenecek.

Sayfa 5'te

## Altınokta'da yeni yönetim görev dağılımı yaptı

Altınokta Kökler Derneği Çorum Şubesi'nin yeni yönetimi görev dağılımı yaptı.

Sayfa 5'te



## Servis şoförüne silahlı saldırı

Sungurlu'da servis şoförü uğradığı silahlı saldırı sonucu yaralandı. Alman bilgiye göre, Çorum Sungurlu arasında faaliyet gösteren ilçe minibüsünde şoförlük yapan Murat Dinç, Fatih Mahallesi'ndeki servis durağında, kimliği belirlenemeyen bir kişinin silahlı saldırısına uğradı.

Sayfa 3'te

Çorum Emniyet Müdürlüğü 80 öğrenciyi Çanakkale'ye götürdü. Öğrencileri Çanakkale'ye uğurlayan Çorum Emniyet Müdürü Murat Kolcu, 15 Temmuz darbe girişimini hatırlatarak, "Çanakkale kahramanları ile 15 Temmuz Kahramanları aynı ruhu taşıyor" dedi.

## 80 ÖĞRENCİ Çanakkale'ye uğurlandı

Çorum İl Emniyet Müdürlüğü Toplum Destekli Polislik Şube Müdürlüğüne, Güvenli Hayat ve Güvenli Gelecek İçin Çocuk ve Gençler Sosyal Katılım ve Destek Programı "ÇÖGEP" kapsamındaki "Mutlu Yarınlar İçin El Ele" ile Çorum'dan bir grup öğrenci Çanakkale gezisine gönderildi.

Sayfa 5'te





## Özel İdare'nin 26 milyonluk borçlanmasına onay

İl Genel Meclisi, İl Özel İdare'sine araç alımları için verdiği 22 milyonluk borçlanma yetkisini iptal ederek, içme suyu, kanalizasyon ve Şendere Göleti içme suyu projesinde kullanılmak üzere 26 milyon lira İller Bankasından borçlanmasına onay verdi.

İl Genel Meclisi'nin Ekim ayı olağan toplantılarını tamamladı. Meclis, dün İl Genel Meclisi Başkanı Halil İbrahim Kaya başkanlığında toplanarak gündeme alınan maddeleri görüştü.

Dönemin beşinci ve son toplantısında; İl Genel Meclisi'nin 09.09.2016 tarih ve 324 sayılı kararı ile araç alımı için yapılan 22.076.070,52 TL'lik borçlanmanın ekonomik olmaması nedeniyle, bu borçlanma yerine, Su ve Kanal Hizmetleri Müdürlüğü'nün içme suyu, kanalizasyon ve Şendere Göleti içme suyu projesinde kullanılmak üzere 26.195.000,00 TL'nin İller

Bankasından borçlanması ile ilgili olarak, Plan ve Bütçe Komisyonu'na havale edilen dosya görüşülerek karara bağlandı.

Komisyonun hazırladığı rapor hakkında bilgi veren Plan ve Bütçe Komisyonu Başkanı Mustafa Çelik, şu açıklamayı yaptı: "İl Genel Meclisinin 09/09/2016 tarih ve 324 sayılı kararı ile İdarenin araç alımı için borçlanması kabul edilen 22.076.070,52 TL'nin % 7 oranındaki daha düşük faizli içme suyu, kanalizasyon ve Şendere Göleti içme suyu projesinde kullanılmak üzere alt yapı sektörü ile değiştirilmesine, 5302 Sayılı İl Özel İdare Kanununda, İl Özel İdare'sinin borçlanmasına ilişkin özel bir sınırlama bulunmamaktadır. Borçlanmanın ilişkin düzenleme ilgili kanununun 51. maddesinin e bendinde "En son kesinleşmiş bütçe gelirlerinin 213 sayılı Vergi Usul Kanununda belirlenen yeniden değerlendirme oranıyla artırılan miktarının yıl içinde toplam %

10'unu geçmeyen iç borçlanmayı İl Genel Meclisi Kararı, % 10'u geçen miktarlar için meclis üye tam sayısının salt çoğunluğunun kararı ve İçişleri Bakanlığının onayı ile yapılabilir" hükmü yer almaktadır.

İl Özel İdare'sinin 2015 yılı kesinleşen bütçe geliri 228.803.738,48 TL olup, 2015 yılı yeniden değerlendirme oranında artırılması sonucunda borçlanmaya esas kesinleşen bütçe geliri 241.570.987,08 TL'dir. Buna göre İl Genel Meclisin yetkisinde olan % 10 oranını geçen 2.037.901,30 TL'nin İçişleri Bakanlığının onayına sunularak 26.195.000,00 TL tutarında alt yapı sektöründe kullanılması kaydıyla borçlanması Komisyonumuzca uygun görülmüştür." Komisyonun raporu İl Genel Meclisi'nde kabul edilerek İl Özel İdare'sine 26 milyonluk borçlanma yetkisi verildi. (Çağrı UZUN)



## 'Et ve gıda denetimleri nasıl yapılıyor'



Özgür İl Genel Meclisi Üyesi Arif Çamçı ve İskilip İl Genel Meclisi Üyesi Üzeyir Esenkaya, et ve gıda denetimlerinin araştırılmasını istedi. İl Genel Meclisi'nin dünki toplantısında yazılı bir önerge veren Özgür İl Genel Meclisi Üyesi Arif Çamçı ve İskilip İl Genel Meclisi Üyesi Üzeyir Esenkaya, "Tükettiğimiz gıdaların denetimden geçmesi, araştırılması, insan sağlığı ve



kaliteli beslenme açısından önemlidir. İlimizde et ve gıda denetimleri nasıl yapılmaktadır? Araştırmalar sonucunda yasaklı ve kapatılan işletme var mıdır? Araştırılıp meclisimizin ve kamuoyunun bilgilendirilmesini taktiklerimize arz ederiz" dedi. Söz konusu önerge, araştırılıp, rapora bağlanmak üzere Araştırma ve Geliştirme Komisyonu'na havale edildi. (Çağrı UZUN)



## Aşağıörenskei Köyü, meclis gündeminde

İskilip İl Genel Meclisi Üyesi Üzeyir Esenkaya, Aşağıörenskei Köyü'nde bulunan ilkokulun fiziki şartlarının eğitim ve öğretime uygun olmadığını dile getirdi.

İl Genel Meclisi'nin Ekim ayı son toplantısında yazılı bir önerge veren Esenkaya, "İskilip ilçemizin Aşağıörenskei Köyü'nde bulunan okulun fiziki şartları eğitim ve öğretime görmeye uygun mudur? Taş binanın yanında 3 parçadan oluşan prefabrikte eğitim gören öğrenciler ve öğretmenlerin karşılaştığı sorunlar nelerdir? Aşağıörenskei köyümüze okul binası yapmak için ne yapılabilir? Araştırılıp gereğinin yapılmasını taktiklerimize sunarım" diye konuştu.

Önerge teklifi oylanarak Eğitim, Kültür ve Sosyal Hizmetler Komisyonu'na havale edildi. (Çağrı UZUN)

## Meclis üyeleri bilgilendirildi

Gıda, Tarım ve Hayvancılık İl Müdürü Erkan Elfaz Ermiş, İl Genel Meclis üyelerini bilgilendirdi.

Dün gerçekleştirilen İl Genel Meclisi Ekim ayı son toplantısında gündeme beşinci sırada yer alan, "İl Özel İdare'si tarafından örnek meyve ve sebze bahçeleri kurulmaktadır.

Bu bahçeler kurulurken ne gibi şartlar gerekmektedir?

Kaç dönüm arazi üzerine kuruluyor? Kimler yararlanıyor?

Şartlar nedir?

Daha önce kurulan bahçelerin ekonomiyeye katkısı ne kadardır? Bu konuların araştırılarak çiftçilerimizin ve köylülerimizin bilgilendirilmesi ile ilgili Tarım ve Hayvancılık Komisyonu'na hazırlanan raporun görüşülmesi" hususu görüşüldü. Toplantıda, Gıda, Tarım ve Hayvancılık İl Müdürü Erkan Elfaz Ermiş, İl Genel Meclis üyelerini bilgilendirdi. Toplantıda konuşan Ermiş, İl Genel Meclisi'nden projeleriyle ilgili destek beklidiklerini ifade etti. Çorum'un sulamada büyük yol kat ettiğini dile getiren Ermiş, Çerezlik Bahçe yetiştirme konusunda Çorum'un yeni bir üretim modeli kazandırdıklarını açıkladı. Osmancık ve İskilip'e kurulmaya başlanan seralarla birlikte Çorum'un tüketimini karşılamayı hedeflediklerini belirten Ermiş, an yetiştiriciliği konusuna da değindi.

Ermiş, konuşmasında şu ifadelerle yer verdi:

### "KATKI BEKLİYORUZ"

"Biz sizlerden biraz daha katkı bekliyoruz. 2017 için sunacağımız projeleri anlatıyoruz. Turizm tarımsız olmaz, yaşam tarımsız olmaz diyoruz.

Dolayısıyla bizim tarıma yatırım yapmamız, tarımdan beslenmemiz ve geçinememiz için desteğinize ihtiyacımız var.

Bakanlığımızın destekleri genel olarak çiftçilere yönelik. Biz yatırım ya da proje bazında küçük küçük ödenekler alabiliyoruz.

### SULAMA ORANI %10'DAN %40'A ÇIKTI

Fidan alımı, ceviz, bodur, alımlı ile ilgili bir teklifimiz var. Çorum son yıllarda sulama noktasında büyük atılımlar yapıyor. %10'dan olan sulama %40'lara çıktı. 208 bin hektar sulama aramızda var ve yaklaşık 90 bin hektarı suyla sulanabilir durumda. Bu büyük bir başarı ama bu sulamayı aynı zamanda ürün değiştirme anlamında da kullanabiliriz.

Sadece sulu buğday ve arpa üretimi



yapmamalıyız.

Artık yavaş yavaş çiftçilerimizin meyve bahçelerimizi oluşturmak istiyoruz.

### ÇEREZLİK KABAĞLA YENİ BİR ÜRETİM MODELİ YARATTIK

Tohum alımı kapsamında tohumları alıp vatandaşlarımızın ürün deseneine bir katkı yapmayı amaçlıyoruz.

Bu yıl çerezlik kabağın için sizlerden destek aldık ve çok güzel sonuçlar elde ettik. Çorum'da çerezlik kabağın ile beraber yeni bir üretim modeli de ortaya çıkacak.

Çorum aslında leblebinin başkenti, hem de kuruyemişin en çok satıldığı bir ilimiz.

Biz sadece leblebi değil, çerezlik kabağın üretimini de koyarak yeni bir model ortaya çıkardık.

Ürettiğimiz ürünü de tesislerimizde satacağız.

### YENİ SERALARLA TÜKETİMİMİZİ KARŞILAMAK İSTİYORUZ

İskilip ve Osmancık güzergahına yeni seralar kuruyoruz.

Bu sektör de Çorum için çok önemli. Biz domates üretmekte, sebze üretmekte Antalya ve Adana'ya yetişemeyiz ama, şunu biliyoruz ki, erken ya da geç üretilen en azından kendi üretimimizi, ihtiyacımızı karşılayabiliriz.

Bu şekilde biz Antalya ve Adana'dan gelen ürünler yerine alternatif tarihlerde üretim yaparak daha fazla gelir elde edebiliriz.

### HİTİT ARISINI ÇORUM'A KAZANDIRABİLİRİZ

Çorum'a arıcılık konusunda önyargılı bakabiliriz ama Çorum'da arıcılık gelişmesi için Hitit Üniversitesi bir arıcılık merkezi kurdu ve Arı Yetiştiricileri Birliği ile Orta Anadolu Arı cinsi bir arı ıslahı var.

Bu ıslah sonrasında genetik bulgular farklı bir tür yetiştirilebilirsek, hedefimiz Hitit arısı şeklinde bir arıyı Çorum'a kazanmayı hedefliyoruz." (Çağrı UZUN)



## Hasta hakları araştırılacak

Merkez İl Genel Meclisi Üyesi Yurdanur Özzeşinli ve İskilip İl Genel Meclisi Üyesi Yusuf Kaya, Çorum'da hasta haklarının araştırılmasını talep etti.

İl Genel Meclisi'nin dünki toplantısında yazılı bir önerge veren Özzeşinli ve Kaya, "Hasta ve hasta yakınlarının hakları ve sorumlulukları nelerdir? Çözülmeden şikayetler ile ilgili nerelere başvuru yapılabilir? İlimizde

Hasta Hakları Kurulu nasıl çalışmaktadır? Bu konuların araştırılıp kamuoyunun ve meclisimizin bilgilendirilmesini taktiklerimize sunuyoruz" şeklinde konuştu.

Özzeşinli ve Kaya'nın önergesi, İl Genel Meclisi Halil İbrahim Kaya tarafından oylanarak Hukuk ve İnsan Hakları Komisyonu'na havale edildi. (Çağrı UZUN)



## Süt yetiştiricileri incelenecek

Özgür İl Genel Meclisi Üyesi Arif Çamçı ve Ortaköy İl Genel Meclisi Mustafa Çelik, yazılı bir önerge vererek Çorum'daki süt üretiminin ve üreticilerinin araştırılmasını istedi.

İl Genel Meclisi'nin

Ekim ayı son toplantısında yazılı bir önerge veren Çamçı ve Çelik, "İlimizde süt yetiştiriciliği ne durumdadır? Sorunları nelerdir? Yakın illere göre alımlar ne orandadır? Süt Birliği'nin yetiştiricileri katkılarını yeterli midir? Sorunlar

nelerdir? Araştırılıp kamuoyunun ve meclisimizin bilgilendirilmesini taktiklerimize sunuyoruz" ifadelerini kullandı. Söz konusu önerge, araştırılıp, rapora bağlanmak üzere Tarım ve Hayvancılık Komisyonu'na havale edildi. (Çağrı UZUN)

## Hattuşa 30. Yıl etkinliklerinin meclise taşındı

İl Genel Meclisi, Hattuşa'nın UNESCO Dünya Miras Listesi'ne alınışının 30. Yılı kutlama etkinliklerinin faydaları araştırılacak.

Merkez İl Genel Meclisi Üyesi Yurdanur Özzeşinli, Boğazkale İl Genel Meclisi Üyeleri Abdullah Meteoğlu ve Hacı Mustafa Şimşek, "UNESCO'nun 30. Yılı etkinlikleri çerçevesinde ne gibi faaliyetler yapılmıştır? İlimiz ve bölgemize katkıları ne olmuştur? Araştırılıp meclisimizin ve kamuoyunun bilgilendirilmesini taktiklerimize sunuyoruz" dedi.

Söz konusu önerge, İl Genel Meclisi Başkanı Halil İbrahim Kaya tarafından meclis üyelerinin oylarına tabi tutuldu. Oylama sonucu önerge Turizm Komisyonu'na havale edildi. (Çağrı UZUN)









# MİLLİYET HİSSİ BULUNMAYAN TOPLUM, TAMAMEN ÖLMÜŞ DEMEKTİR

*İlkel devirlerden yâni klanlardan beri insan topluluklarına bakıyoruz ki, hiçbir toplum, bu tamam diye bir idarede kalmamış, halkta idare uyumlu olamamış.*

Halkla idare bir uyum bir amaç içinde olmazsa, o toplum ya da millet, aynı idareyi yüzyıllarca sürdürürse, hastadır.

Bir vücut neresinden rahatsız olursa olsun yine hastadır. Tedavisine bakılmazsa ya erken ölür ya da geç.

Bitki de öyledir. Haşarata gelince hemen ölmez. Kökünden gelişmesi yine devam eder. Bir hayvan onu yese bile kökten gelişir, yine devam eder.

Nitekim uzun zaman bağımlı yaşayan toplumlar, günün birin de egemenliğine kavuşur. Kesin bir yaratılış varsa, dünyadaki insan toplumlarının ayrı ayrı olumlara sahip, ayrı millet egemenliği, ötekilerden üstün olma gayreti sürdürmektedir.

Nitekim uzun zaman bağımlı yaşayan toplumlar, günün birin de egemenliğine

kavuşur. Kesin bir yaratılış varsa, dünyadaki insan toplumlarının ayrı ayrı olumlara sahip, ayrı millet egemenliği, ötekilerden üstün olma gayreti sürdürmektedir.

Her ayrı toplum, kendi varlığını en üstün görmek ister. Yapabilir, yapamaz, o ayrı mesele.

Milliyetçilik, toplumların içinde yaşayan olumdur, göze çarpar.

Her toplumun içindeki milliyetçiliğin varlığı da münakaşa götürmez. Egemenliği, o his besler.

Eğer milliyetçilik hissi yoksa, o toplum ya da millet ölmüş demektir.

Kültür evrelerinin hepsinin kurumuş olduğu, o toplumun acı duymadığından anlaşılır. Milliyet hissi bulunmayan toplum, tamamen ölmüş ol-

duğunu gösterir.

Toplumların hastalıklarını yine beş evresine izleriz.

Bilindiği gibi hastalık; zayıflıktan, güçsüzlükten, takatsizlikten sonra gelir.

Zayıf ve güçsüz düşmek; aileden, inançtan, ekonomiden, idareden gelir, egemenlik hürsünün kaybolması sonucunda, ölüme dönüşür.

Toplum bir defa güçsüz düşmeye görsün.

Diştan öyle görünmez haşarata hücum eder ki, akla hayale gelmedik biçimde.

Önce, görünmez haşarata etleri kolları bağlar, sonra o topluma göz diken başka toplumlar darbeyi indirir, oraya egemen olur.

Aslında, başka dediğim iz toplum, yine hayvan tiplerini yöntemiyle darbe indirir.

Sırasıyla bakıyoruz. Bir

toplumu ele alırsak, açıklama-ya yeter.

Biz, toplumun adını vermeyelim, sayın okuyularımız nereye benzetirse benzetisin. Bir toplum.

Herhangi bir toplum, iki yoldan zayıf düşer.

Bir, özel olarak haşarata dadanır. Yani hayvan tipleri o toplumda kavram karıştırmaktan başlar. Ne yapar yapar, güçlü toplumun içine mäsüm bir tavırla girerler. Önce ekonomiden oyunlar tezgählarlar. Doğruluk, adalet kavramlarını belirsiz biçimde karıştıran, inaç, aile ve idare kavramlarını da alt üst ederler.

İkinci tür zayıf ve güçsüz düşme de o toplumun kendi ihmalleriyle, kendi gafleti, şımarmasıyla meydana gelir.

O halde de haşarata oraya sokulur, içerden ellerini, kolla-

rını bağlarlar ve dış darbe sonradan gelir.

Zayıf düşen toplum böylece er geç, esir düşmeye mahkumdur.

İçinden de olsa, diştan haşarata da gelse, toplum da hastalıktan önce zayıf düşmenin ilk başladığı kurum, ailedir.

Aileden boş yetişenler, kişiliğinde zayıf ve amaçsız kalır. Ekonomisi, idare gibi öğrenimler onun kişiliğine bir şey getirmez. Seçilerek yönetime geldiği zaman idareyi zayıf tutar ve toplumun aile zayıflığı yönetiminde görülmeğe başlar.

Aileden boş yetişen, geçiminden ve cebinden başka şey düşünemez. Öğretmen olsa amaçsız, memur olsa amaçsız, fabrikatör olsa amaçsız...yani toplumu adına yaşayamaz, sadece kendini düşünen adamlar olurlar.

## “Kendine dost olmayana dostluk, heba olur.”

Abdulkadir DURU

### Faydalı Bilgiler: Ardıç Yağı Faydaları!

7. Böbrek taşlarının dökülmesine yardım eder.

8. Vücuttaki krampların ve spazmların iyileşmesine yarar sağlar. Kas ağrılarında iyi gelir ve kasları rahatlatır.

Bağırsaklardaki ağrılara da iyi gelir.

9. Kasları sıkılaştırır, gençlik hissi verir.

10. Saç dökülmesine iyi gelir, saçların dökülmesini durdurur.

11. Diş eti rahatsızlıkları mı çekiyorsunuz? Ardıç yağının kullanılması alanları arasında diş etlerini güçlendirir ve diş eti rahatsızlıklarına iyi gelmesi de bulunmaktadır.

12. İshale iyi gelir.

13. Bağırsak gazları dışarı atılmadığında birçok kişiyi huzursuz eder. Bağırsaklarda gaz sıkışması ve yukarı doğru basınç yapması nedeniyle kişilerde hazmsızlık oluşabilir. Bu durum kan basıncını yükseltir ve kalbe zarar verebilir. Ardıç yağı ne işe yarar diye düşünüyorsanız bağırsak gazlarının kolayca dışarı atılmasına yardım eder. Kronik gaz sorunu yaşayan kişiler için faydalı bir yağdır.

14. Kanı temizleyici ve arındırıcı özellikleri bulunmaktadır. Kan temizleyicidir. Vücutta ağır metallerden, ürik asitten, toksinlerden temizleyici özelliği vardır.

15. İdrar söktürücüdür. İdrarı ve idrara çıkma sıklığını artırır. Bunun sonucunda vücutta su birikimi, şişkinlik ve böbrek rahatsızlığını önler. İdrar yoluyla vücuttaki fazla suyun atılması kişileri rahatlatır.

Ayrıca vücuttan idrarın atılması kilo vermeye, vücuttaki fazla tuz ve ürik

asidin atılmasına yardım eder.

16. Deşarj olmaya yararlıdır. Yorgunluk, baş dönmesi ve depresyon gibi etkilerin azalmasına fayda sağlar.

17. Mide için faydalı olması da ardıç yağının faydaları arasındadır. Midede mide suyu ve asidik sıvıların salgılanması.

Midenin zarar görmesi ve asidik bazı dengensiz bozulması sonucu ülser oluşmasına iyi gelir.

18. Tonik etkisi bulunur, bu sayede cildin güzel görünmesine yardım etmesi de ardıç yağı faydaları arasındadır.

19. Seyreltilerek bir cilt kremi gibi kullanılırsa yaraların iyileşmesini sağlar.

20. Sindirim sistemini rahatlatır.

21. Hemoroid rahatsızlığına da iyi gelir. Basur olan kişiler oturma banyosundaki suya birkaç damla ekleyebilir.

22. Egzama, sedef hastalığı gibi cilt hastalıklarının yanı sıra aknelere de iyi gelir.

23. Saçlardaki kepeklerin oluşumunu engeller.

24. Selülitlerin yok edilmesine yardım etmesi de ardıç yağı faydaları arasındadır.

25. Uykusuzluğa karşı da kullanılabilir. Uykusuzluğa karşı akşam yatmadan önce boyun, göğüs kısmı ardıç yağı ile ovulabilir.

Bu kasları rahatlatarak iyi bir uyku uyumanıza yardım edecektir.

**Ardıç Yağı Nasıl Kullanılır?**

### Kırkambar

Kuru Kahve - Baharat - Yemiş - Aktariye  
Gazi Cad. No: 50 / A (Vergi Dairesi Yanı)

Ardıç yağı farklı şekillerde kullanılabilir. Kuvvetli bir yağ olduğu için fazla yada uzun süre kullanımı zarar sağlayabilir, bu sebeple uzun süre kullanılmamalıdır.

**Ardıç yağının haricen kullanımı:**

Bir kap içinde 1/10 oranında zeytin yağı ile karıştırılarak kullanılabilir. Özellikle romatizma gibi kemik ağrıları, sedef hastalığı gibi cilt hastalıklarında bir pamuk yardımıyla hazırlanan karışımı ağrıyan bölgeye masaj yaparak sürebilirsiniz.

### Ardıç yağının dahilen kullanımı:

Yarım bardak suyun içine 5 damla ardıç yağı damlatarak tüketebilirsiniz yada 1 adet kesme şekerin üzerine 5 damla ardıç yağı damlatarak dilinin üzerine koyarak emebilirsiniz.

### Ardıç Yağını Kimler Kullanmamalıdır?

Hamilelik sırasında ve böbrek rahatsızlığı olan kişilerin kullanması tavsiye edilmez.

Ayrıca çok yoğun bir yağdır, seyreltilerek kullanılmasında fayda vardır.

Uzun süre kullanılmaktan kaçınılmalıdır. Ardıç yağının uzun süre kullanımı yarardan çok zarar sağlayabilir.



İçerik

Görünüşte herkes insan. Gerçekte ise, tip tip yaşyorlar. Çoğunluk; Gölge Tip, Eşya Tip, Bitki Tip olarak yaşadıkları için, Hayvan Tiplere hizmet ediyorlar kölecesine. İnsan olarak yaşayanları çoğaltmaya amaçlandığı ki: Hayvan Tipleri insanlar idare ederken yeni bir çağ açılır. Kafasında maddi çıkarından daha önemli bir şey tanıyıp kabul etmeyen, her değeri maddi çıkarına vasıta kılan zihniyetteki adamlara, hayvan tipleri diyoruz. Onlara göre harp ve felâket; ne kan, ne de ölümdür. Yalnız çıkar sağlayan bir olaydır. Gerçekten insanca yaşamının ölçüsü nedir? Hangi ölçüye göre yaşanacaktır ki, insanın doğruluğu her yerde kabul görsün...Güvensiz kalan kim olursa olsun, güvensizliği yüzünden her şeyini kaybediyor. Bu kadar açık bir ihtiyaç, nasıl önemsenmiyor?

**özden**  
GAZETESİ VE YAYINLARI

Abonelik ve Siparişleriniz için  
www.ozdengazetesi.com.tr  
0 212 518 23 97





