

Manisa Filistin'e Destek Platformu'ndan sert tepki:

İsrail vahşetini şiddetle kınıyoruz



Manisa Filistin'e Destek Platformu Dönem Sözcüsü Dr. Muzaffer Yurttaş, İsrail yönetiminin Filistinli esirleri idam edeceğini açıklamasına sert tepki gösterdi. Yurttaş, "İsrail yönetiminin Filistinli esirleri idam edeceğini açıklaması, insanlık onuruna ve uluslararası hukuka açık bir tehdittir. İnsan haklarının evrenselliği gereği hiçbir gerekçe, idam kararlarını meşrulaştırmaz. Bu karar, sadece Filistin halkının değil, tüm insanlığın vicdanını derinden sarsmaktadır" dedi. **6'da**



Manisa manşet

Yıl:15 10 Lira Sayı: 4700 08 Nisan 2026 Çarşamba Etkili Gazete



Sosyal Hizmetler İl Müdürü Gültaş'tan rehabilitasyon merkezine ziyaret

Manisa Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürü Kudret Gültaş ve İl Müdür Yardımcısı Bahar Ünlü, Akhisar Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi Müdürlüğü'nü ziyaret etti. Gerçekleştirilen ziyarette Müdür Gültaş ve yöneticiler, açık faaliyet salonunda sportif etkinlik yapan bireylerle bir araya geldi. Etkinliklere eşlik eden Gültaş ve Ünlü, katılımcılarla yakından ilgilenerek keyifli anlar yaşadı.



2026'nın ilk çeyreğinde rekor yağış yaşandı:

Dolan barajlar rekor beklentisini arttırdı!

2026 yılının ilk üç ayında son 10 yılın en yüksek yağış oranlarını gören Manisa, tarımsal üretimde de 'altın yılını' yaşamaya hazırlanıyor. Demirköprü ve Afşar barajlarındaki rekor doluluk oranları, Gediz Havzası'ndaki üreticilere yaz boyu tarımsal alanları rahat sulama müjdesi verirken "Sultaniye" üzümünde de rekor beklentisini arttırdı.

METREKAREYE 330 LİTRE YAĞMUR DÜŞTÜ

Türkiye'nin en önemli tarım merkezlerinden biri olan Manisa'da, son 10 yılın en yağışlı kış ve bahar ayları yaşandı. Yılın ilk 3 ayında Manisa genelinde metrekaraya 330 litre yağmur düştü. 2026 yılının ilk çeyreğinde düşen rekor yağış miktarı, barajlardaki doluluk oranlarının da yüzde 90'lara yükselmesini sağladı. Dünyaca ünlü Sultaniye üzümünün merkezi olan Manisa'da, yeraltı sularının yükselmesi üreticinin sulama endişesini önümüzdeki yaz boyunca ortadan kaldırdı. Yağışlar sonrası rekoltenin de geçtiğimiz yıla oranla artış göstermesi bekleniyor.

DOLAN BARAJLAR BAĞLARA UMUT OLDU

2026 yılının ilk çeyreği, son yılların en yüz güldüren dönemlerinden biri oldu. Manisa ve çevresinde Şubat ayı yağışları, uzun yıllar ortalamasının çok üzerine çıkarak 2 kat fazla yağış ile 136,8 mm seviyelerine ulaştı. 2025 yılının aynı dönemine kıyasla bölgedeki yağış miktarında yüzde 80'e yakın bir artış gözlemlendi. Yağışlar sonucu Alaşehir ve Sarıgöl gibi bölgelerdeki bazı noktalarda baraj dolulukları son 10 yılın en yüksek seviyelerine ulaştı. Barajların dolması, üreticilere tarlalarını yaz aylarında en az 2-3 kez sulama garantisini verdi. **5'te**



Büyükşehir'e şeffaflık ve kalite ödülü

Manisa Büyükşehir Belediyesi, yerel yönetimlerde şeffaflığı ve kaliteyi temsil eden uluslararası ELOGE markasının kullanım hakkını elde etti. Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu'yu ziyaret eden Türkiye Belediye Birliği Genel Sekreter Yardımcısı Dr. Şengül Altan Arslan, Başkan Dutlulu'yu tebrik ederek ödülünü teslim etti. **6'da**



Başkan Hakan Şimşek vatandaşlarla buluştu

Şehzadeler Belediye Başkanı Hakan Şimşek, beraberindeki başkan yardımcılarını ve CHP Şehzadeler İlçe Başkanı Mert Özköşem ile birlikte Selimşahlar Mahallesi'ni ziyaret etti. **5'te**

Vestel Manisa BBSK Sultanlar Ligi'nde



Vestel'in ana sponsorluğunu üstlendiği Vestel Manisa BBSK Kadın Voleybol Takımı, play-off final grubu son maçında rakibi PTT Spor'u, 3-2 skorla mağlup ederek, grubunda ikinci sırayı alarak Sultanlar Ligi'ne yükseldi. **7'de**

Manisa Manşet yazdı mahalleye otobüsü geldi



Manisa'da İshakçelebi başta olmak üzere toplam 11 mahallenin toplu ulaşım sorunu çözüldü. Manisamansetgazetesi.com, uzun yıllardır mahallelerine halk otobüsü isteyen vatandaşların sorununu bir süre önce gündeme getirmiş ve yetkilileri göreve çağırmıştı. Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, mahalleye yaptığı ziyarette 290 Nolu hattın bölgede hizmet vereceğini söyledi. **4**



5 yarım altın için yaşlı kadını öldürdü 3

İş vaadi öfkesiyle CHP binasının camlarını kırdı 3

Şehzadeler'de 67 mahallenin bozulan yolları yenilenecek

Şehzadeler Belediyesi, ilçe genelinde diğer kurumların yürüttüğü çalışmalar nedeniyle zarar gören yol ve kaldırımların onarılması için önemli bir adım attı. Bu kapsamda bakım ve tadilat işlerini kapsayan ihale süreci gerçekleştirildi.

Toplam 13 firmanın katılım sağladığı ihale ile birlikte, Şehzadeler'in 67 mahallesinde bozulan yol ve kaldırımların yaz aylarında onarılması planlanıyor. Vatandaşların günlük yaşamını kolaylaştırmayı hedefleyen çalışma kapsamında, ulaşım konforunun artırılması ve kent estetiğinin yeniden sağlanması amaçlanıyor. Gerçekleştirilecek bakım ve onarım çalışmalarında Şehzadeler Belediye-



si'nin kendi üretimi olan taşların kullanılacağı belirtilirken, bu sayede hem maliyetlerin düşürülmesi hem de belediye kaynaklarının etkin kullanılması hedefleniyor. Yaz boyunca sürececek çalışmalarla birlikte mahallelerde yoğun bir mesai harcanacağı ifade ediliyor. İhale sürecinin ise halen değerlendirme aşamasında olduğu bildirildi. Sürecin tamamlanmasının ardından çalışmaların kısa süre içerisinde başlatılması bekleniyor. Şehzadeler Belediye Başkanı Hakan Şimşek de konuya ilişkin yaptığı açıklamada, "İlçemizde farklı kurumların gerçekleştirdiği çalışmalar sonrasında bozulan yol ve kaldırımları hızla onarmak için hazırlıklarımızı tamamladık. Yapılacak bu çalışma ile hizmet kapasitemizi yaklaşık üç katına çıkarıyoruz. 67 mahallemizin tamamını kapsayan bu çalışma ile vatandaşlarımızın günlük yaşamını kolaylaştırmayı hedefliyoruz. Kendi üretimimiz olan taşları kullanarak hem kaliteli hem de ekonomik bir hizmet sunacağız. Yaz boyunca sahada yoğun bir çalışma yürüteceğiz" ifadelerini kullandı.

Şehzadeler Belediyesi Basın Bülteni

Üreticiye modern ve güvenli sulama desteği

Manisa Büyükşehir Belediyesi, Kırkağaç ilçesi Çaltıcak Mahallesi'nde vatandaşların kendi imkanlarıyla oluşturduğu toprak havuzun yerine, modern bir tarımsal sulama havuzu inşa etti.

Kırsal kalkınmayı desteklemek ve su kaynaklarını verimli kullanmak amacıyla çalışmalarını sürdüren Manisa Büyükşehir Belediyesi, Çaltıcak Mahallesi'nde önemli bir projeyi hayata geçirdi. Mahallede boşa akan sanyede yaklaşık 2 litrelik suyun biriktirildiği eski toprak havuz, zamanla oluşan çatlaklar nedeniyle hem su kaybına yol açıyor hem de güvenlik riski oluştuyordu. Mahalle sakinlerinden gelen talep üzerine harekete



geçen Kırsal Hizmetler Dairesi Başkanlığı ekipleri, bölgeye modern bir betonarme havuz inşa etti. Yeni yapılan betonarme havuz sayesinde su sızıntılarının önüne geçilirken, üreticilerin daha hijyenik ve güvenli bir ortamda suya ulaşması sağlandı. Modernize edilen havuzla birlikte çiftçiler, tanker ve taral makinelerini çok daha kolay ve hızlı bir şekilde doldurarak tarımsal faaliyetlerini sürdürebilecek.

Üretici odaklı yatırımlarına hız kesmeden devam eden Manisa Büyükşehir Belediyesi; Alaşehir, Gördes, Gölmarınara, Kırkağaç, Soma ve Turgutlu ilçeleri olmak üzere yıl içinde toplamda 9 tarımsal sulama havuzu inşa etmeyi planlayan Büyükşehir Belediyesi, kırsal kalkınmayı önceliklendirerek üreticinin yanında olmaya devam edeceğini vurguladı.

İHA



Uzm. Dyt. Meryem DOĞRUSOY

Akdeniz Anemisi ve Demir Dengesi: Dikkat Edilmesi Gerekenler

Ülkemizde "Akdeniz Anemisi" olarak bilinen talasemi, özellikle Akdeniz havzasında sık görülen kalıtsal bir kan hastalığıdır. Vücut, kırmızı kan hücrelerinin oksijen taşıyıcısı olan hemoglobini yeterince üretemez. Bu durum hafif taşıyıcılık (talasemi minor) şeklinde kendini gösterebileceği gibi, daha ağır formlarda (talasemi intermedia veya major) ciddi anemiye yol açabilir. Hastalığın en kritik yanlarından biri, demir metabolizmasındaki hassas dengedir. Yanlış yaklaşımlar hem demir eksikliğini derinleştirir hem de vücutta tehlikeli demir birikimine (yüklenmesine) neden olabilir.

Talasemi taşıyıcılarında (minor) kan değerleri sıklıkla demir eksikliği anemisiyle karıştırılır. Bu nedenle mutlaka hemoglobin elektroforezi testiyle kesin tanı konulmalıdır. Demir eksikliği gerçekten varsa ve talasemi taşıyıcılığıyla birlikteyse, doktor kontrolünde demir desteği verilebilir. Ancak talasemi major veya intermedia gibi ağır formlarda düzenli kan transfüzyonu alan hastalarda durum tamamen tersine döner: Vücut zaten fazla demir yüklenir. Bu yüzden demir takviyesi kesinlikle yapılmamalıdır.

Beslenmede Dikkat Edilecek Temel İlleler
1. Demir alımını kontrollü tutun
Kırmızı et, sakatat (karaciğer, böbrek), ıstiridye gibi yüksek hem-demir içeren gıdaları sınırlayın. Beyaz et (tavuk, hindi), balık (dikkatli miktarda), yumurta ve bitkisel proteinleri (tofu, baklagiller) tercih edin. Demir emilimini artıran C vitamini kaynaklarını (portakal, mandalina, kivi, yeşil biber) demir içeren öğünlerle aynı anda tüketmeyin. Bunları ara öğünlerde alın.

2. Demir emilimini doğal yollarla azaltın
Yemeklerle birlikte siyah çay veya yeşil çay içmek faydalıdır; içindeki tanenler demir emilimini önemli ölçüde düşürür. Süt ve süt ürünleri (yoğurt, peynir) de demir emilimini azaltırken, aynı zamanda kemik sağlığı için gerekli kalsiyumu sağlar. Özellikle ağır talasemilerde osteoporoz riski yüksek olduğundan kalsiyum ve D vitamini alımına özen gösterin.

3. Folik asit ve diğer destekleyiciler
Talasemide folik asit ihtiyacı artar çünkü vücut sürekli yeni kırmızı kan hücreleri üretmeye çalışır. Ispanak, roka, brokoli, kuşburnu, portakal gibi folat açısından zengin besinleri sofranızdan eksik etmeyin. Doktorunuz gerek görürse folik asit takviyesi önerebilir. Çinko ve D vitamini eksikliği de sık görülür; düzenli kan tahlilleriyle takip edilmelidir.

4. Genel sağlıklı beslenme kuralları
Taze sebze, meyve ve tam tahıllarla dengeli bir Akdeniz diyeti uygulayın (ama ironik şekilde, bu hastalığa adını veren "Akdeniz" burada düşük demir vurgusu taşır). Hazır gıdalar, demirle zenginleştirilmiş tahıl ve kahvaltılık gevreklerden uzak durun. Transfüzyon alan hastalarda düşük demir diyeti şart olmayabilir; önemli olan düzenli şelasyon (demir atıcı) tedavisi uymaktır. Beslenme burada destekleyici rol oynar.

Pratik Öneriler ve Uyarılar
Her anemi belirtisinde (halsizlik, yorgunluk, solukluk) kendi kendinize demir hapı kullanmayın. Taşıyıcısız evlenmeden önce eşinizin de tarama yaptırması çok önemlidir; her iki ebeveyn taşıyıcysa çocukta major talasemi riski yüksektir. Düzenli takip şart: Kan sayımı, ferritin, demir bağlama kapasitesi ve vitamin düzeyleri yılda en az bir kez kontrol edilmeli.

Egzersiz ve yeterli sıvı alımı da genel iyilik halini destekler; ancak aşırı yorucu aktivitelerden kaçınin.

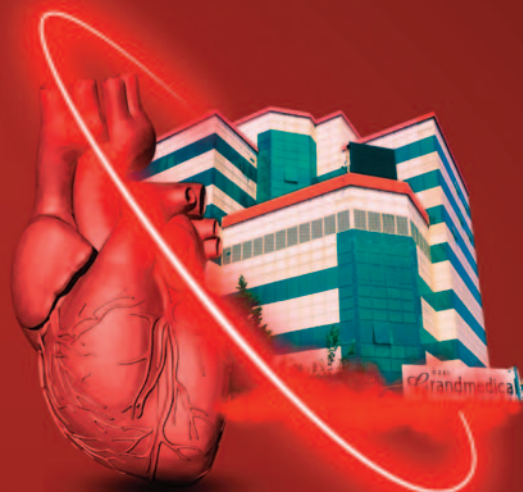
Akdeniz anemisi ömür boyu süren bir durumdur ancak doğru takip, bilinçli beslenme ve modern tedavilerle (kan transfüzyonu, demir şelasyonu, gerekirse kemik iliği nakli) hastalar kaliteli bir yaşam sürdürebilir. Özellikle ülkemizde taşıyıcılık oranı yüksek olduğu için farkındalık büyük önem taşır.

Unutmayın: Beslenme, tedavinin yerini almaz ama tedavinizi en iyi şekilde destekler. Şüphe duyduğunuzda mutlaka bir hematoloji uzmanı ve klinik diyetisyenle görüşün. Sağlığınız en değerli varlığınıza; onu bilinçli seçimlerle koruyun.

Sağlıkla kalın...

KAPALI KALP AMELİYATI

Kapalı kalp ameliyatı, hastanın koltuk altı bölgesinden küçük bir kesi açılması ile gerçekleştirilir. Bu teknik ile gerçekleştirilen ameliyatlarda herhangi bir kemik kesilmemektedir.



- ➔ En gelişmiş kalp ameliyatı türüdür.
- ➔ Göğüs kemiği kesilmez; sadece meme altından 6 cm'lik bir kesi yapılır.
- ➔ Hastalar 24 saatte ayağa kalkabilir.



İş vaadi öfkesiyle CHP binasının camlarını kırdı

Manisa'nın Şehzadeler ilçesinde belediyede işe alınma vaadi ver- ilip alınmadığını öne süren bir şahıs, CHP Şehzadeler İlçe Başkanlığı binasına taşla saldırarak giriş kapısının cam- larını kırdı.

Edinilen bilgiye göre, Şehzadeler ilçesi 1. Anafaltar Mahallesi, Gazi Osman Paşa Caddesi üzerinde bulu-

nan Cumhuriyet Halk Partisi (CHP) Şehzadeler İlçe Başkanlığı binasında meydana geldi. Bina önüne gelen Y.T. (35), giriş kapısının camlarını kırarak maddi hasara yol açtı. İhbar üzerine bölgeye polis ekipleri sevk edilirken, saldırganın olay yerinden ayrıldığı belirlendi. **EMNİYET BİNASINA GİDEREK TESLİM OLDU** Polis ekiplerinin olay yerinde inceleme başlattığı sırada, Şehzadeler İlçe Emniyet Müdürlüğü önüne giden Y.T., saldırıyı kendisinin gerçekleştirdiğini beyan ederek teslim oldu. Gözaltına alınan şahsın ilk ifadesinde, belediyede işe girme vaadi verildiğini ancak alınmadığını ve anlık olarak bu duruma sinir-



lendiği için camları kırdığını söylediği öğrenildi. Olayla ilgili soruşturma sürüyor.

BAŞKANLAR İNCELEMELERDE BULUNDU Saldırı haberinin alınmasının ardından CHP Şehzadeler İlçe Başkanı Mert Özkösemen ve Şehzadeler Belediye Başkanı Hakan Şimşek de parti binası önüne gelerek incelemelerde bulundu. Yetkililerden bilgi alan başkanlar, yaşanan süreçle ilgili tahkikatın takipçisi olacaklarını belirttiler. Olayın ardından konuşan CHP Şehzadeler İlçe Başkanı Mert Özkösemen, "Bugün akşam saatlerinde maalesef menfur bir saldırı gerçekleştirildi

ilçe başkanlığımıza. Hiç tanımadığımız bir şahıs ilçe başkanlığımızın camlarına taşlı saldırıda bulunmuş. Biz Türkiye'yi kuran ve kurtaran partiyiz. Hiçbir şeyden de bir korkumuz yok. İnşallah bu şiddet kültürünün de sona ermesini diliyorum. Mal zararı dışında başka bir zararımız bulunmuyor. Bizler de mahalle ziyaretlerinde neyseki burada da bir çalışmamız yoktu. Emniyette ifademizi verdik. Umarım bu olumsuzlukları bir daha yaşamayız ve kimse buna cesaret edemez. Bizler de şikayetçi olduk" dedi.

İHA



5 yarım altın için yaşlı kadını öldürdü

Manisa'nın Şehzadeler ilçesinde, evinde boğularak öldürülmüş halde bulunan Mürşide Böcüne (69) cinayeti, polisin titiz çalışmasıyla aydınlatıldı. Yaklaşık bin 200 saatlik kamera kaydını inceleyen ekipler, yaşlı kadının üzerindeki 5 adet yarım altını alarak bozduran zanlıyı operasyonla yakaladı.



Olay, 31 Mart 2026 günü saat 18.00 sıralarında Aynialı Mahallesi 3315 Sokak üzerindeki bir adreste meydana geldi. Edinilen bilgiye göre, eve gelen eşi İbrahim Böcüne tarafından hol kısmında hareketsiz şekilde bulunan 69 yaşındaki Mürşide Böcüne'nin, yapılan ilk incelemesinde boğazında tülbent olduğu ve boğularak öldürüldüğü değerlendirildi. Yapılan kontrollerde yaşlı kadının üzerinde bulunan altınların da alındığı tespit edildi. Manisa Cumhuriyet Başsavcılığı koordinasyonunda; Asayiş Şube Müdürlüğü Cinayet Büro Amirliği ve İstihbarat Şube Müdürlüğü ekiplerince başlatılan çalışmalarda, bölgedeki 100 farklı güvenlik kamerası incelenerek yaklaşık bin 200 saatlik görüntü analizi yapıldı. Maktûlin eşi evden ayrıldıktan sonra sokağa giren siyah giyimli şüphelinin E.A. (32) olduğu tespit edildi. Şüphelinin olay yerinden ayrıldıktan sonra bir arkadaşı vasıtasıyla kuyumcuda 5 adet yarım altın bozdurduğu belirlendi. Polis ekiplerince düzenlenen operasyonda olayla ilgili E.A., B.A. (20) ve A.Ç.A. (16) isimli şahıslar gözaltına alındı. Şüphelilerin üzerinde yapılan aramalarda, altınların satışından elde edildiği değerlendirilen 60 bin 700 TL nakit para ele geçirildi. Adli makamlara sevk edilen şüphelilerden A.Ç.A. (16) savcılıktan serbest bırakılırken, B.A. (20) adli kontrol şartıyla serbest kaldı. Yaşlı kadını 5 yarım altın için öldürdüğü belirlenen E.A. ise tutuklanarak cezaevine gönderildi. **İHA**



Manisa'da yasa dışı bahis operasyonu

Manisa dahil 12 ilde düzenlenen operasyonda 2,4 milyar liralık yasa dışı bahis ve dolandırıcılık ağı çöktürülürken, gözaltına alınan 64 şüpheliden 26'sı tutuklandı.

Tokat merkezli 12 ilde suç işlemek amacıyla örgüt kurma, yasa dışı bahis, nitelikli dolandırıcılık ve suçtan elde edilen gelirin aklanması iddiasıyla operasyon düzenlenmişti. Şebekenin üçüncü şahısların IBAN'larını ele geçirip yaklaşık 2,4 milyar liralık vurgun yaptıkları belirlenmişti. Tokat merkezli olarak Antalya, Sivas, Aydın, Manisa, Adana, Mersin, İzmir, Çankırı, Samsun, Malatya ve Mardin illerinde eş zamanlı düzenlenen operasyonda gözaltına alınan 64 şüpheliden 40'ı, emniyetteki işlemlerinin ardından Tokat Adliyesi'ne sevk edilmişti. Zanlılardan 26'sı çıkarıldıkları

hakimlikçe tutuklanırken, 2'si "ev hapsi", 12'si ise adli kontrol şartıyla serbest bırakıldı. Şüphelilerden 22'sinin emniyetteki işlemleri sürüyor. **İHA**



Kuyuya düşen 7 aylık gebe inek kurtarıldı

Manisa'nın Kula ilçe kırsalında otlarken kuyuya düşen gebe inek, itfaiye ekipleri ile vatandaşlar tarafından kurtarıldı.

Kula'ya bağlı kırsal Narınca Mahallesi'nde çiftçilik ve hayvancılık yaparak geçimini sağlayan Bahattin Sarı'nın 7 aylık gebe ineği ikametinin yakınında otlarken, kuyuya düştü. Büyükbaş hayvanın kuyuya düştüğünü göre çiftçi Sarı, Manisa Büyükşehir Belediyesi Kula İtfaiye Amirliği ekiplerinden yardım istedi. Olay yerine gelen itfaiye ekipleri, ilk olarak kuyudaki suyu tahliye etti. Ardından iş makinesi yardımıyla kuyunun yan kısmında bir çıkış yolu açıldı. Yapılan dikkatli çalışmaların ardından gebe inek, açılan yoldan yürüyerek kuyudan çıkarıldı. Kurtarma çalışmaları sırasında herhangi bir yaralanma yaşanmazken, ineğin sağlık durumunun iyi olduğu öğrenildi. Öte yandan, ineğin kurtarıldığı anlar çevredeki vatandaşlar tarafından ilgiyle izlenirken, zaman zaman renkli görüntüler de ortaya çıktı. İneğin sahibi Bahattin Sarı ve ailesi, büyükbaş hayvanlarını canlı olarak kurtaran itfaiye ekiplerine teşekkür etti. Yetkililer, benzer olayların yaşanmaması için açık kuyuların güvenlik önlemleriyle kapatılması gerektiğine dikkat çekti. **İHA**



Manisa Manşet yazdı, o mahallelere halk otobüsü geldi

Manisa'da İshakçelebi başta olmak üzere toplam 11 mahallenin toplu ulaşım sorunu çözüldü. Manisamansetgazetesi.com, uzun yıllardır mahallelerine halk otobüsü isteyen vatandaşların sorununu bir süre önce gündeme getirmiş ve yetkilileri göreve çağırmıştı. Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, mahallere yaptığı ziyarette 290 Nolu hattın bölgede hizmet vereceğini söyledi.



Manisa'nın Şehzadeler ilçesinde bulunan İshakçelebi Mahallesi başta olmak üzere toplam 11 mahallede yaşayan vatandaşlar, uzun yıllardır şehir içi ulaşım sorunuyla mücadele ederken Spil Dağı eteklerinde bulunan ve birçok noktaya ulaşım sağlamak için belediye otobüsüne ihtiyaç duyan mahallelere, 2018 yılından beri halk otobüsü girmiyordu. 3 ay önce man-

isamansetgazetesi.com'un gündeme getirdiği bu sorun, Manisa Büyükşehir Belediyesi tarafından çözüme kavuşturuldu. Okul, hastane, iş yeri ve alışveriş merkezlerine ulaşım sağlamak isteyen vatandaşlar için belediye tarafından 290 Nolu hat tahsis edildi.

BAŞKAN DUTLULU, MUHTARLARIN SESİNİ DUYDU

3 ay önce bölgedeki muhtarlar olarak, ihtiyaç duyulan halk otobüsünün güzergahını çizerek belediyeye başvuru yaptık-

larını kaydeden İshakçelebi Mahalle muhtarı Bayram Gök, "Bize söylenene göre iki tane aynı güzergahın otobüs geçecek. Bu güzergah 11 mahalleyi kapsıyor Alaybey, Nişancı Paşa bir kısmı, Ege Mahallesi, Bayındırlık, Kocatepe, Gediz, İshakçelebi Mahallesi, Saruhanlı, Adakale, Tunca Mahallesi, Dere Mahallesi ileride Yunusemre tarafında Mutlu Mahallesi ve Topçu Asım. Biz Tunca Mahallesi muhtarıyla başvurumuzu yaptık. Artık belediyenin otobüsü hayata geçirmesini

bekliyoruz" demişti. Mahalle muhtarlarının başvurusunu değerlendiren Manisa Büyükşehir Belediyesi, sorunu çözüme kavuşturdu.

"HER NOKTADA YAŞAM KALİTESİNİ ARTTIRACAĞIZ"

Haber sosyal medya hesabından duyuran Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, şehrin her noktasında yaşam kalitesini artırmak için gece gündüz çalışacaklarını belirtti. Dutlulu, "Şehzadeler ilçemizi İshak Çelebi Mahallemizde halkımı-

zla bir araya geldik, sorunlarını dinledik; yaptığımız ve yapacağımız çalışmaları paylaştık. İshak Çelebi Mahallemizle birlikte 11 mahallemizin ulaşım konforunu artırmak için 290 Nolu hattımızı da hizmete alarak bölgedeki ulaşım aksamalarını sona erdirdik. Bu hizmetimizden halkımızın memnun olması bizleri de fazlasıyla mutlu etti. Şehrimizin her noktasında yaşam kalitesini artırmak için gece gündüz demeden çalışmaya, vatandaşımızın sesine kulak vermeye devam edeceğiz." dedi.



Manisalı kamyoncular maliyetleri karşılayamıyor

Anahtar Parti Manisa İl Başkanı Şakircan Dinç, Manisa Kamyoncular Motorlu Taşıyıcılar Kooperatifi Başkanı Fahrettin Baru'yu ziyaret ederek sektör temsilcileriyle bir araya geldi. Ziyarette Anahtar Parti Yunusemre İlçe Başkanı Erkan Karabulut ve Şehzadeler İlçe Başkanı Yasin Çınar da hazır bulundu.

ZEKÂİ DEMİRGÖRZ

Ziyarette kamyoncu esnafının yaşadığı ekonomik sıkıntılar ve sektördeki daralma ele alındı. Kooperatif Başkanı Baru, artan maliyetler, düşen navlun fiyatları ve yüksek cezalar nedeniyle kamyoncuların zor günler geçirdiğini belirtti. Şoför giderlerinin aylık 90-100 bin liraya ulaştığını ifade eden Baru, kazançların bu maliyetleri karşılamadığını, birçok aracın çalışamaz hale geldiğini söyledi. Başkan Baru, "Bazı esnaf var, çok para kazanıyor. Bizim gibi emekçiler neredeyse evine ekmek götüremiyor. Nasıl olacak bu iş bilmiyorum. Bizim ekmeğimiz gidiyor. Şimdi sizler yani bizim ümidimizsiniz. İnşallah yanılmasınız bizi. Geliyorlar böyle seçimlere yakın buraya. Konuşuyoruz, ediyoruz güzel güzel şeyler. Ondan sonra seçildiler mi hep sırtlarını



dönüyorlar. Koltuk sevdalısına bürünüyorlar. Herkes bakıyor cebini dolduruyor" dedi.

AKARYAKIT ZAMLARI, ARTAN MALİYETLERİ ARTIRIYOR

Ziyarette konuşan İl Anahtar Parti Manisa İl Başkanı Şakircan Dinç ise kamyonculuk mesleğine yabancı olmadığını belirterek, kendisinin de sektörden geldiğini söyledi. Turizm taşımacılığıyla uğraştığını dile getiren Dinç, akaryakıt zamları, artan maliyetler ve sektördeki rekabetin kendilerini de etkilediğini vurguladı. 17 aydan beri Anahtar Parti'nin ilk başkanı olarak görev yaptığını belirten Dinç, "Bir kamyoncunun torunuyum. Eski bir kamyoncunum. Uzun süre önce rahmetli oldu dedem. Ama yani o yüzden bu mesleğin bende gerçekten dede mesleği olması hasebiyle ve benim şu an yaptığım işle de çok ciddi anlamda sıkıntısının ortak olduğu bir

meslek yapıyorum. Ben de turizmciyim. Biz de otobüslerle çalışıyoruz. İşte mazot zammından, araca binecek düzgün insan bulunmamasından, işlerden, rekabetten düşen fiyatlardan birçok şeyimiz ortak. Biz uzun süreden beri de gelmek istiyorduk açıkçası. Biraz hem zamlar hem de organize sanayideki yavaşlama sizi çok etkilediği bir dönemde olduğunu biliyoruz. Yani onu tahmin edebiliyoruz. Bu sebeple bugün buraya geldik. Biz yeni bir partiyiz. Yapabildiklerimiz şu anda bir yere kadar ama Allah nasip eder şu anda oturulan vakarlarda bizim partimizin temsilcileri olur. Biz o zaman elimizden daha fazlası geldiği gün daha fazlasını muhakkak yaparız. Ondan sonra da ana hedef tanışmak, tanış olmak, sizin dertlerinizi bir telefonla bize ulaşılabilmemiz, bizim sizlere ulaşabilmemiz için bugün buradayız" diye konuştu.

2026'nın ilk çeyreğinde rekor yağış yaşandı:

Dolan barajlar rekolte beklentisini arttırdı!

2026 yılının ilk üç ayında son 10 yılın en yüksek yağış oranlarını gören Manisa, tarımsal üretimde 'altın yılı' yaşamaya hazırlanıyor. Demirköprü ve Afşar barajlarındaki rekor doluluk oranları, Gediz Havzası'ndaki üreticilere yaz boyu tarımsal alanları rahat sulama müjdesi verirken "Sultaniye" üzümünde de rekolte beklentisini arttırdı.

HÜSNİYE BUSE KAYNAK

Türkiye'nin en önemli tarım merkezlerinden biri olan Manisa'da, son 10 yılın en yağışlı kış ve bahar ayları yaşandı.

Yılın ilk 3 ayında Manisa genelinde metrekareye 330 litre yağmur düştü. Meteoroloji Genel Müdürlüğü ve DSİ verilerine göre; 2026 yılının ilk çeyreğinde düşen rekor yağış miktarı, barajlardaki doluluk oranlarının da yüzde 90'lara yükselmesini sağladı. Dünyaca ünlü Sultaniye üzümünün merkezi olan Manisa'da, yeraltı sularının yükselmesi üreticinin sulama endişesini önümüzdeki yaz boyunca ortadan kaldırdı. Yaşanan yağışlar sonrası toprağın suya doyduğu bölgelerde, rekoltenin de geçtiğimiz yıla oranla artış göstermesi bekleniyor.

DOLAN BARAJLAR BAĞLARA UMUT OLDU

Manisa için 2026 yılının ilk çeyreği, son yılların en yüz güldüren dönemlerinden biri oldu. Manisa ve çevresinde Şubat ayı yağışları, uzun yıllar ortalamasının çok üzerine çıkarak 2 kat fazla yağış ile 136,8 mm seviyelerine ulaştı. 2025 yılının aynı dönemine kıyasla bölgedeki yağış miktarında yüzde 80'e yakın bir artış gözlemlendi. Yağışlar sonucu Alaşehir ve Sarıgöl gibi bölgelerdeki bazı noktalarda

baraj dolulukları son 10 yılın en yüksek seviyelerine ulaştı. Manisa'nın en büyük barajı olan Demirköprü barajının doluluk oranı geçen yıl bu dönemde yüzde 10 seviyelerindeyken, 2026 Mart sonu itibarıyla yüzde 68 doluluğa ulaştı. Afşar Barajının doluluk oranı yüzde 28'den yüzde 94'e çıkarak neredeyse tam kapasiteye ulaştı. Tamamen kurumuş olan Marmara Gölü ise beslendiği derelerin yoğun akışı sayesinde yeniden su tutmaya başladı. Geçtiğimiz yıl adeta çölü andıran gölün yeniden su tutmaya başlaması, bölgedeki ekolojik dengenin ve üzüm bağlarının en büyük umut kaynağı oldu.

SULTANIYE ÜZÜMDE REKOLTE BEKLENTİSİ YÜKSELDİ

Gerçekleşen yağışlar sonrası barajların doluluk seviyesinin yükselmesi, üreticilere tarlalarını yaz aylarında en az 2-3 kez sulama garantisini verdi. Bu durum da özellikle "Sultaniye" üzümünde rekolte beklentisini arttırdı. Yağışların tarımsal üretim açısından genel anlamda olumlu bir tablo ortaya koyduğunu vurgulayan



Manisa Ziraat Odaları İl Koordinasyon Kurulu Başkanı ve Şehzadeler Ziraat Odası Başkanı Hüseyin Altındağ, yağışlar sonrası Manisa'da bereketli bir yıl belediklerini belirterek "4-5 yıldır kuraklık nedeniyle ciddi sıkıntılar yaşıyorduk. Bu yıl yağışlarla birlikte su kaynaklarımız doldu. İnşallah verimli ve bereketli bir yıl olacak" dedi.

"YÜKSELEN YERALTI SULARI ÜRETİME KATKI SAĞLAYACAK"

Öte yandan aşırı yağışların bazı olumsuz etkilerine de dikkat çeken Altındağ, özellikle buğday ve arpa ekili alanların zarar gördüğünü, bağların ise su altında kaldığını söyledi. Altındağ, bu durumun mısır, domates ve karpuz gibi ürünlerin ekiminde gecikmelere yol açabileceğini belirtti. Su seviyelerindeki artışın yer altı kaynaklarına da olumlu yansımaları ifade eden Altındağ, geçmişte 30-40 metreden çekilen suyun 90 metreye kadar düştüğünü ancak bu yağışlarla birlikte seviyelerin yeniden yükseleceğini dile getirdi. Sulama sürelerinin de önemli ölçüde artabileceğini belirten Altındağ, bu durumun üretime katkı sağlayacağını kaydetti.

Başkan Şimşek Selimşahlar'da vatandaşlarla buluştu

Şehzadeler Belediye Başkanı Hakan Şimşek, beraberindeki başkan yardımcılı ve CHP Şehzadeler İlçe Başkanı Mert Özköşmen ile birlikte Selimşahlar Mahallesi'ni ziyaret etti.

Mahalle ziyareti kapsamında esnaf ve vatandaşlarla bir araya gelen Başkan Şimşek, bölge sakinlerinin talep ve önerilerini dinledi. Samimi bir ortamda gerçekleşen buluşmada vatandaşlar yaşadıkları sorunları doğrudan iletme fırsatı bulurken, çözüm noktasında atılabilecek adımlar da değerlendirildi. Ziyaret boyunca mahalle esnafıyla da sohbet eden Başkan Şimşek, yerel ekonominin güçlenmesi adına esnafın görüşlerine önem verdiklerini ifade etti. Vatandaşlarla birebir iletişimin kendileri için büyük önem taşıdığını belirten Şimşek, mahalle ziyaretlerinin aralıksız süreceğini vurguladı. Selimşahlar Mahallesi sakinleri ise ziyaretten duydukları memnuniyeti dile getirerek Başkan Şimşek ve beraberindeki heyete teşekkür etti. **İHA**



2026 OCAK AYI İTİBARI İLE GÜNCEL REKLAM FİYATLARIMIZ

BOYUT	SİYAH-BEYAZ	RENKLI
Çeyrek	3.500+KDV	5.500+KDV
Yarım	7.000+KDV	9.000+KDV
Tam	10.000+KDV	16.000+KDV

Logoüstü (Sürmanşet)
6.000+KDV

Manisa
manşet
Etkili Gazete

GÜNLÜK SİYASİ GAZETE

08 Nisan 2026 Çarşamba

Sayı: 4700

Yayın Türü: Yerel Süreli

Yıl: 15

İmtiyaz Sahibi

HAYAT Özel Sağlık ve Eğt. Basın-Yayın Reklam
Matb. Hizm. San. Tic. Ltd. Şti. adına

Üzeyir DİNDAR

Genel Yayın Yönetmeni

Enise Dindar

S. Yazı İşleri Müdürü

Meryem Tuncer

Yayın ve Yönetim Yeri

2. Anafartalar Mah. Cumhuriyet Cad. No:71/A Şehzadeler/MANISA
Tel: 0236 231 59 16 info@manisamansetgazetesi.com

www.manisamansetgazetesi.com

UETS adresi 25999-93591-09358

Keş Adresi: hayatozel@hs01.kep.tr

Basım Yeri

IHLAS GAZETECİLİK A.Ş.
Fatih Mahallesi 1199 Sokak No: 1/7 Sarıncı
Gaziemir - İZMİR

Abone Fiyatlarımız

Birim Fiyatı: 10 TL
6 Aylık: 1.500 TL
1 Yıllık: 2.700 TL
Zayı İlanı: 750 TL

Dağıtım

Fix Media - Arda Mah. 3200 Sk. No: 18/B
ŞEHZADELER-MANISA - Tel: 0532 257 12 26

Yayın Türü

Yerel Süreli

Gazetemiz basın meslek ilkelerine uymaya söz vermiştir.
Yazıların sorumluluğu yazarlarına aittir.

Manisa Manşet gazetesinde yayımlanan haber, yazı, resim ve fotoğrafların Basın Kanunu'ndan kaynaklanan her türlü hakları Hayat Özel Sağlık ve Eğt. Basın Ltd. Şti.'ye aittir. İzin alınmaksızın, kaynak gösterilerek dahi ıktibas edilemez.

Manisa Filistin'e Destek Platformu'ndan sert tepki:

İsrail vahşetini şiddetle kınıyoruz

Manisa Filistin'e Destek Platformu Dönem Sözcüsü Dr. Muzaffer Yurttaş, İsrail yönetiminin Filistinli esirleri idam edeceğini açıklamasına sert tepki gösterdi. Yurttaş, "İsrail yönetiminin Filistinli esirleri idam edeceğini açıklaması, insanlık onuruna ve uluslararası hukuka açık bir tehdittir. İnsan haklarının evrenselliği gereği hiçbir gerekçe, idam kararlarını meşrulaştıramaz. Bu karar, sadece Filistin halkının değil, tüm insanlığın vicdanını derinden sarsmaktadır" dedi.

NEVİN TOLGAY

Manisa Filistin'e Destek Platformu olarak; İsrail'in bu vahim ve hukuksuz girişimini şiddetle kınadıklarını vurgulayan Dr. Muzaffer Yurttaş, "Uluslararası



toplumu, insan hakları ihlallerine karşı güçlü ve net bir tutum almaya davet ediyoruz. Filistinli esirlerin hayatlarının korunması için tüm diplomatik çabaların derhal devreye girmesini talep ediyoruz. Mescid-i Aksa'nın Müslümanların ibadetine kapatılmasını yanlış buluyoruz. Burası derhal Müslümanların ibadetine açılmalıdır. Ayrıca, barışın ve adaletin egemen olacağı bir dünya umudumuz doğrultusunda; ABD ile İran arasındaki savaşın ve dünyanın farklı bölgelerindeki tüm çatışmaların sona ermesini diliyoruz. İnsanlığın ortak arzusu, şiddet ve savaş yerine diyalog, adalet ve barışın öncelik kazanmasıdır. Barış ve adaletin sesi olmaya devam edeceğiz" diye konuştu.



Büyükşehir'e şeffaflık ve kalite ödülü

Manisa Büyükşehir Belediyesi, yerel yönetimlerde şeffaflığı ve kaliteyi temsil eden uluslararası ELoGE markasının kullanım hakkını elde etti. Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu'yu ziyaret eden Türkiye Belediye Birliği Genel Sekreter Yardımcısı Dr. Şengül Altan Arslan, Başkan Dutlulu'yu tebrik ederek ödülünü teslim etti.

Yerel yönetimlerde şeffaflığı ve kaliteyi temsil eden uluslararası ELoGe markasının kullanım hakkı için başvuru bulunan Manisa Büyükşehir Belediyesi, markanın kullanım hakkını almaya hak kazandı. Avrupa Konseyi tarafından geliştirilen ve 12 temel yönetim ilkesine dayanan değerlendirme

sürecini başarıyla tamamlayan Büyükşehir Belediyesi, aldığı marka kullanma hakkıyla birlikte Türkiye'deki yerel yönetimlere örnek oldu. Türkiye Belediyeler Birliği Genel Sekreter Yardımcısı Dr. Şengül Altan Arslan, Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu'yu tebrik ederek ödülü teslim etti. Alkan Arslan, Manisa'nın yönetim kültürünü kurumsallaştırmasının diğer belediyeler için de önemli bir model teşkil ettiğini ifade etti. 2024 yılında yenilenen kriterlere göre; etik değerlerden hukukun üstünlüğüne, verimlilikten yenilikçiliğe kadar birçok alanda tam not alan Manisa Büyükşehir Belediyesi, Avrupa çapında tanınan "Yönetişim Markası" logosunu taşıyacak. Manisa Büyükşehir Belediye Başkanı Besim Dutlulu, teslim aldığı ödülün, Manisalı vatandaşlara verdikleri şeffaf ve adil yönetim sözünün nişanesi olduğunu söyledi. Mali verilerin kamuoyuyla şeffaf bir şekilde paylaşılması, ihalelerin canlı yayınlanması ve vatandaş odaklı çözüm süreçleri ile 12 zorlu ilkeyi başarıyla tamamlayan Manisa Büyükşehir Belediyesi, bu ödülle birlikte sürdürülebilir belediyeçilik vizyonunu perçinlemiş oldu. **İHA**



İlçe Sağlık Müdürlüğünden kanser farkındalığı etkinliği

Manisa İl Sağlık Müdürlüğü Şehzadeler İlçe Sağlık Müdürlüğü tarafından Ulusal Kanser Haftası kapsamında Şehzadeler 5 Nolu Aile Sağlığı Merkezi önünde stant açıldı. 1-7 Nisan Ulusal Kanser Haftası kapsamında vatandaşlar kanserle mücadele konusunda bilgilendirildi.



Şehzadeler İlçe Sağlık Müdürü Uzm. Dr. Müjde İlgin, "Kanser, dünyada ve ülkemizde ölümlere sebep olan hastalıklar arasında kalp ve damar hastalıklarından sonra ikinci sırada yer alan önemli bir halk sağlığı problemidir. Sağlık sorunlarının yanı sıra, maddi ve manevi yönden uzun süreli mücadele gerektiren bir hastalıktır. Yüksek tedavi maliyetleri nedeniyle ülkelerin ekonomisini de olumsuz etkilemektedir" dedi. **HABER MERKEZİ**



Türk Polis Teşkilatı 181'inci kuruluş yıldönümünü kutlayacak

Manisa'da Türk Polis Teşkilatı'nın 181'inci kuruluş yıl dönümünü ve Polis Haftası törenlerle kutlanacak. 8-9 Nisan tarihlerinde 15 Temmuz Demokrasi Meydanında saat 16.00-18.30 saatleri arasında sunum yapılacak. 9 Nisan Perşembe günü Hatuniye Camiinde öğle namazından önce mevlid okutulacak.

düzenlenecek. Saat 11.30'da Polis Şehitliği ziyaret edilecek. Saat 14.30'da ise Bölge Trafik Denetleme Şube Müdürlüğü yeni hizmet binası açılacak. Manisa OSB girişinde. B

10 Nisan'da saat 10.00'da Cumhuriyet Meydanında bulunan Atatürk Ve Milli Egemenlik Anıtı önünde tören





Vestel Manisa BBSK Sultanlar Ligi'nde

Vestel'in ana sponsorluğunu üstlendiği Vestel Manisa BBSK Kadın Voleybol Takımı, play-off final grubu son maçında rakibi PTT Spor'u, 3-2 skorla mağlup ederek, grubunda ikinci sırayı alarak Sultanlar Ligi'ne yükseldi.

Vestel'in ana sponsorluğunu üstlendiği Vestel Manisa BBSK Kadın Voleybol Takımı, play-off final grubu

son maçında rakibi PTT Spor'u, 3-2 skorla mağlup ederek, grubunda ikinci sırayı alarak Sultanlar Ligi'ne yükseldi. Vestel Global Pazarlama & Yurt İçi Satış Genel Müdürü Duygu Badem Uylukçuoğlu elde edilen başarıya ilişkin değerlendirmesinde, "Vestel olarak toplumsal gelişime katkı sağlamayı her zaman en temel sorumluluklarımızdan biri olarak görüyoruz. Kuruluşumuzdan bu yana toplumun ilerlemesini kendi gelişimimizle eşdeğer kabul eden bir anlayışla hareket ediyor; özellikle sporun birleştirici ve sağlıklı nesiller yetiştiren gücüne inanıyoruz. Bu vizyonla, çeyrek asrı aşkın bir süredir ülkemizde sporun birçok dalına verdiğimiz desteği, kadın vo-

leybolunda elde ettiğimiz bu başarıyla taçlandırmanın mutluluğunu yaşıyoruz. Vestel Manisa BBSK Kadın Voleybol Takımı'nın elde ettiği bu başarının bizim için anlamı çok derin; zira bu hikaye, Vestel'in üretim gücünün kalbi olan, evimiz ve köklerimizde bulunduğu Manisa'nın topraklarında filizlendi. Manisamız, bizim için sadece bir üretim merkezi değil, her zaman özel bir yere sahip olan gönül bağımızdır. Şehrimizin hem sosyal hem de ekonomik kalkınmasına katkıda bulunmak, yerel halkımızla bu gelişimi paylaşmak bizim için büyük bir gurur kaynağı. Süreç boyunca tüm çalışma arkadaşlarımızın tribünleri doldurarak takımımıza sahip çıkması, Manisa halkıyla omuz omuza verdiğimiz bir gönül



birliğine dönüştü. Teknoloji üssümüzdeki binlerce arkadaşımızın enerjisiyle, sahada ter döken sporcularımızın azmi birleşti. İnaniyoruz ki; Manisa'da doğan bu azim, dünyanın en kaliteli ligi kabul edilen Sultanlar Ligi'nde de aynı kararlılıkla yankılanmaya devam edecek" şeklinde konuştu. Sadece dört yıl önce Bölgesel Lig'de mücadelesine başlayan ekip, 4 yılda 3 lig yükselerek kısa sürede önemli bir mesafe katetti. Özellikle Kadınlar 1. Ligi'ndeki henüz ilk sezonunda sergilediği performans ile Türkiye voleybolunun en üst seviyesi olan Sultanlar Ligi'ne taşıdı. Önümüzdeki sezon Sultanlar Ligi'nde mücadele edecek olan Vestel Manisa BBSK Kadın Voleybol Takımı hem şehri hem de Vestel markasını en üst seviyede temsil etmeye hazırlanıyor. Takım, Sultanlar Ligi'nde kalıcı başarılarına imza atmaya hedefliyor. **İHA**



Halk oyunları yarışmasına Büyükşehir damga vurdu

Manisa Kulüplerarası İl Birinciliği Halk Oyunları Yarışması; geleneksel ezgiler, renkli kostümler ve nefes kesen performanslarla kültürel bir şölene dönüştü. Muradiye Spor Salonu'nda düzenlenen ve 9 dalda 13 takımın mücadele ettiği yarışmada, Manisa Büyükşehir Belediyespor Halk Dansları Topluluğu sergilediği üstün performansla damga vurdu.

Manisa Kulüplerarası İl Birinciliği Halk Oyunları Yarışması, Muradiye Spor Salonu'nda gerçekleştirilen görkemli performanslarla tamamlandı.



Geleneksel ezgilerin ve milli kültürün yansıması olan renkli kostümlerin damga vurduğu organizasyonda, 9 farklı dalda 13 takım şampiyonluk için mücadele etti. CHP Manisa İl Başkanı İlksen Özalper ve Şehzadeler Belediye Başkanı Hakan Şimşek'in de takip ettiği yarışmanın açılışını, Manisa Büyükşehir Belediyesi Engelsiz

Tarzanlar Spor Kulübü gerçekleştirdi. Kültürel bir şölen havasında geçen organizasyonda, ekiplerin sergilediği özgün figürler ve uyumlu koreografiler izleyicilerden büyük takdir topladı. **MANİSA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESPOR 3 DALDA BİRİNCİLİK ELDE ETTİ** Manisa Büyükşehir Belediyespor Halk Dansları Topluluğu, sergilediği üstün performansla yarışmaya damga vuran ekiplerin başında yer aldı. Büyükler Kategorisi Karma Düzenlemesiz, Büyükler Kategorisi Düzenlemeli ve Gençler Kategorisi

Düzenlemeli dallarında rakiplerini geride bırakan topluluk, üç ayrı kategoride il birinciliği elde ederek büyük bir başarıya imza attı. Yarışmanın diğer kategorilerinde de heyecan dorukta. Büyükler Kategorisi Erkek Düzenlemesiz dalda Anka Spor Kulübü zirvede yer alırken; Büyükler Kadın, Gençler Kadın ve Minikler Düzenlemesiz dallarında Soma İlçe Spor Kulübü birincilik kupasının sahibi oldu. Yıldızlar Kategorisi Düzenlemesiz dalda ise Kültür Dans Sanat Spor Kulübü kürsününün ilk basamağına çıktı. **İHA**



Birleştirilmiş sınıf takımı zirveye koşuyor

Manisa'nın Sarıgöl ilçesinde 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı etkinlikleri kapsamında düzenlenen ilkokullar arası futbol turnuvasında kırsal bir okul büyük bir başarıya imza attı. Birleştirilmiş sınıflardan oluşan Şehdavitler İlkokulu takımı, güçlü rakiplerini geride bırakarak son dört takım arasına kalmayı başardı.

Toplam 16 ilkokulun katıldığı turnuvada azim ve mücadeleleriyle dikkat çeken Şehdavitler İlkokulu öğrencileri, ilçede adından söz ettirdi. Kırsal kesimde eğitim gören ve farklı yaş gruplarından oluşan öğrencilerin kurduğu takım, elde ettiği başarıyla takdir topladı. Şehdavitler İlkokulu, Perşembe günü Sarıgöl Şehit Esin Akay İlkokulu ile karşı karşıya gelecek. Bu kritik mücadeleyi kazanması halinde kırsal okul takımı tarihinde ilk kez finale yükselmeye aday olacak. Sarıgöl İlçe Milli Eğitim Müdürü Cezmi Yıldırım da elde edilen başarıyı övgüyle değerlendirerek, "İlk kez birleştirilmiş sınıf öğrencilerinin finallere bu kadar yaklaşması azmin sonucudur. Öğrencilerimizi ve öğretmenlerini tebrik ediyorum" dedi. **İHA**

Kalp ve damar hastalarına önemli uyarı:

Doğru beslenme hayatı önem taşıyor

Manisa Özel Grandmedical Hastanesi Beslenme ve Diyet Uzmanı Ceyda Akdeniz, kalp ve damar hastalıklarının kontrol altına alınmasında beslenmenin kritik rol oynadığını belirterek, yanlış beslenme alışkanlıklarının hastalığın seyrini ciddi şekilde olumsuz etkileyebileceğini söyledi. Kalp ve damar hastalıklarının Türkiye'de en yaygın ölüm nedenleri arasında yer aldığını hatırlatan Dyt. Akdeniz, doğru beslenme ve yaşam tarzı değişikliklerinin de tedavi kadar önemli olduğunu vurguladı.

MERYEM TUNCER

Kalp hastalarının beslenmesinde en çok dikkat edilmesi gereken konuların başında yağ ve tuz tüketimi geldiğini belirten Akdeniz, özellikle doymuş yağların damar sağlığı üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğunu ifade etti. Akdeniz, "Hayvansal kaynaklı yağlar, tereyağı, kuyruk yağı, kızartmalar ve fast food ürünler damar tıkanıklığını hızlandırabilir. Aynı şekilde aşırı tuz tüketimi tansiyonu yükselterek kalbin iş yükünü artırır. Bu nedenle günlük tuz tüketimi mutlaka sınırlandırılmalıdır" dedi.

SEBZE, LİF VE TAM TAHİL VURGUSU

Sağlıklı bir kalp için beslenme planının temelinde bitkisel ağırlıklı bir düzenin yer alması gerektiğini belirten Akdeniz, lifli gıdaların kolesterol seviyelerini dengelediğini söyledi. "Sebze ve meyve tüketimi artırılmalı, özellikle yeşil yapraklı sebzeler sofralarda daha fazla yer almalıdır. Tam tahıllı ürünler ve kuru baklagiller hem uzun süre tokluk sağlar hem de kalp sağlığını destekler" diyen Akdeniz, rafine edilmiş gıdalardan uzak durulması gerektiğini de sözlerine ekledi.

"DOĞRU YAĞ SEÇİMİ HAYAT KURTARIR"

Katı yağlar yerine sağlıklı yağların tercih edilmesinin önemine dikkat çeken Akdeniz, zeytinyağının kalp dostu bir besin olduğunu belirtti. Akdeniz,



"Omega-3 yağ asitleri içeren balıkların haftada en az iki kez tüketilmesi, kalp ritminin korunmasına ve damar sağlığının desteklenmesine yardımcı olur. Ceviz, badem gibi yağlı tohumlar da ölçülü tüketildiğinde faydalıdır" ifadelerini kullandı. Günümüzde yaygın olarak tüketilen hazır gıdaların ciddi riskler barındırdığını belirten Akdeniz, bu ürünlerin çoğunda yüksek miktarda tuz, şeker ve katkı

maddesi bulunduğunu söyledi. Akdeniz, "Paketli ürünler yalnızca görünen içerikleriyle değil, 'gizli tuz ve şeker' dediğimiz unsurlarla da risk oluşturur. Bu nedenle kalp hastalarının etiket okuma alışkanlığı kazanması ve mümkün olduğunca doğal besinleri tercih etmesi gerekir" diye konuştu.

KİŞİYE ÖZEL BESLENME PLANI ŞART

Her bireyin sağlık durumunun farklı olduğunu belirten Akdeniz, kalp hastalarının mutlaka uzman kontrolünde kişiye özel beslenme programı uygulaması gerektiğini ifade etti. Yanlış veya kulaktan dolma diyetlerin ciddi sağlık sorunlarına yol açabileceğini belirten Akdeniz, "Her hastanın yaşı, kilosu, mevcut hastalıkları ve kullandığı ilaçlar farklıdır. Bu nedenle standart diyetler yerine kişiye özel planlama yapılmalıdır" ifadelerini kullandı.

**Beslenme ve Diyet Uzmanı Ceyda Akdeniz****Grandmedical**
HOSPITAL

#GASTROENTEROLOJİKLİNİĞİ

GASTROENTEROLOJİ

ENDOSKOPİ - KOLONOSKOPİ

➤ **MİDE, YEMEK BORUSU, BAĞIRSAK VEYA KOLONDA MEYDANA GELEN HASTALIKLARIN TEŞHİSİ VE TEDAVİSİ İÇİN ENDOSKOPİ VE KOLONOSKOPİ ÖNERİLİR.**

- Akut Pankreatit
- Bağırsak Enfeksiyonu
- Crohn Hastalığı
- Çölyak Hastalığı
- Dispepsi
- Divertikülit
- Dumping Sendromu
- Gastrit / Reflü / Ülser
- Gastroenterit
- Hepatit B / Hepatit C
- Karaciğer Kanseri
- Karaciğer Yağlanması
- Karaciğer Yetmezliği
- Kolit

**Uzm. Dr. Mehmet Serdal DEMİR**www.grandmedicalhospital.com.tr

MANISA GRANDMEDICAL HOSPITAL



Özel Grandmedical Hospital



manisagrandedical

Fransız çift, Manisa'da Türk misafirperverliğiyle tanıştı

Bisikletle dünya turuna çıkan Fransız çift, Manisa'nın Sarıgöl ilçesine bağlı Zıyanlar Köyü'nde çobanın evinde Türk usulü ağırlandı.

Bisikletleriyle dünya turu yapan Fransız karı-koca, Sarıgöl Zıyanlar Köyü'nden geçerken yol kenarında karşılaştıkları çoban Mehmet Gencer'in daveti üzerine evinde misafir edildi. Ev sahipliğiyle Fransız Jeanne ve Nettolo çiftini şaşırtan Gencer, çiftin Türk mutfağı ve yöresel içeceklerle ağırlandığını büyük keyif aldıklarını belirtti.

Mehmet Gencer, "Bisikletleriyle dünya turuna çıkan iki Fransız karı-koca yoldan geçerken fark ettim. Eşimle birlikte evimizde ağırlandık, yemek yerdik, ayran içirdik. En çok Fransız markası otomobilleri görünce çok şaşırdılar ve çok

memnun kaldılar. Bizden ayrıldıktan sonra Ulubey Kalyonuna doğru yola çıktılar" dedi. **İHA**

