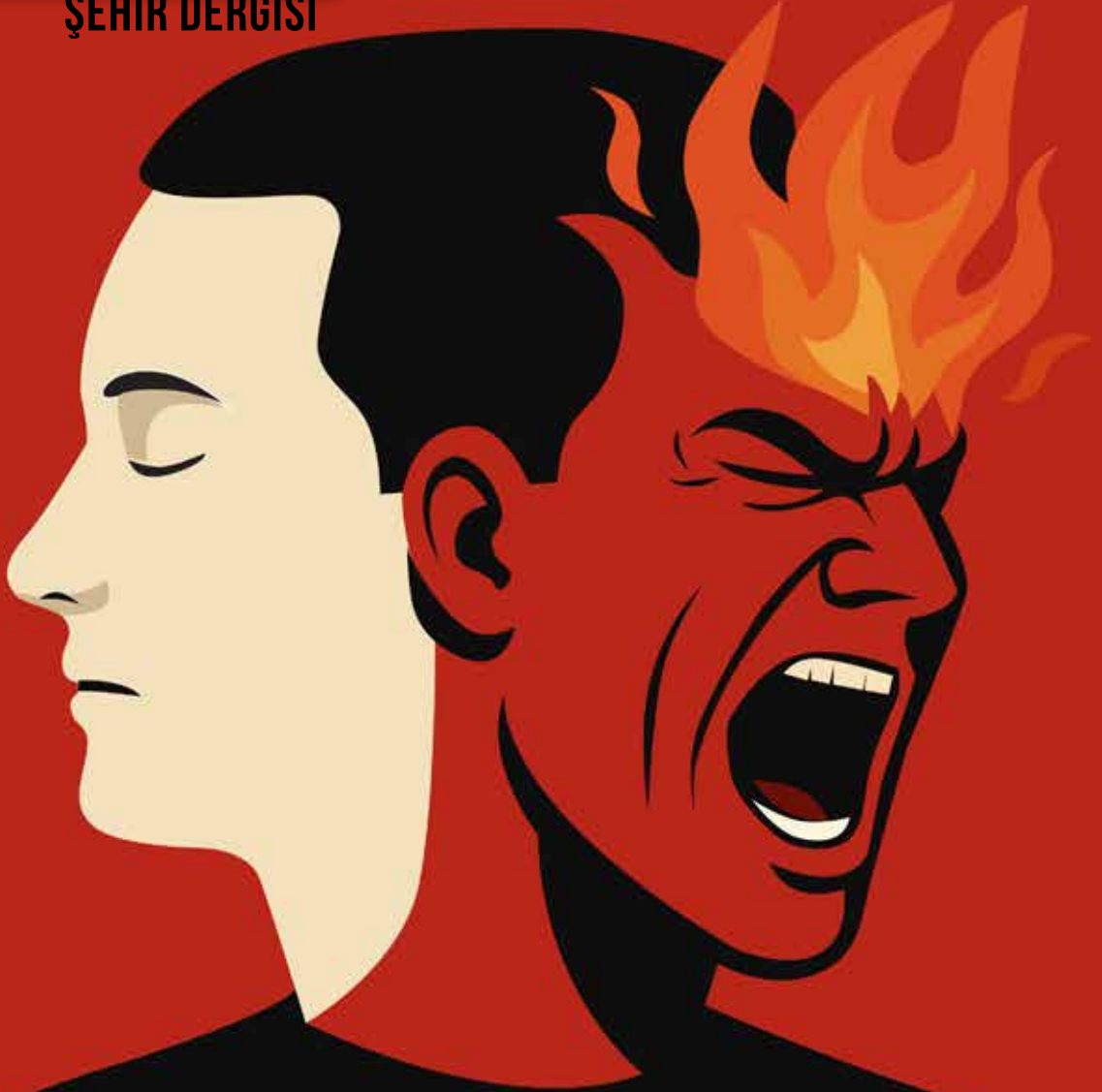


zed

ISSN:
2149-2093
Sayı: 63 Yıl: 11
Fiyatı: 100 TL
MAYIS - HAZİRAN

life

ŞEHİR DERGİSİ



ÖFKE
ve arkasındaki
gerçekler...

HER SEKTÖRÜN BİR ÖNCÜSÜ VARDIR..!

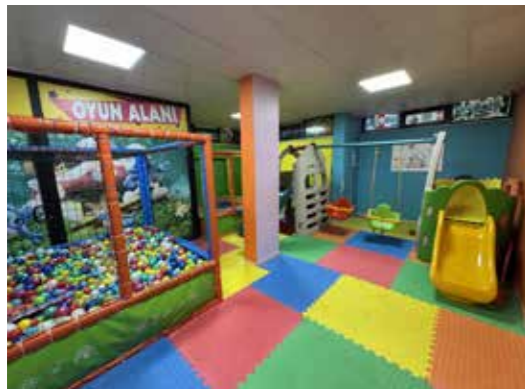
Çare 20. yıldır sektöründe öncü

2005 yılından bu yana sektöründe öncü olan, başarılı çalışmalar ortaya koyan Özel Çare Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi alanında uzman kadrosu ile hizmet veriyor. Kurucu Mehmet Evrim önceliklerin sevgiyle aile sıcaklığını sağlamak olduğunu ifade ederek eğitimde 20. Yıl içerisinde olduklarını vurguladı. Özel Çare Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Dil ve Konuşma Bozuklukları, Özel Eğitim, Aile Danışmanlığı, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon, Yaygın Gelişimsel Bozuklukları alanında hizmet veriyor. Özel Çare Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Kurucusu Mehmet Evrim Özel Eğitim ve Rehabilitasyonda sonuç almak ve bu mutluluğu sizlerle paylaşmak esas hedefleri olduğuna dikkat çekti.

' 134 KİŞİLİK UZMAN VE DENEYİMLİ KADRO İLE EĞİTİM VERMEKTEYİZ '

Alanında uzman 134 kişilik uzman kadro ile eğitim verdiklerine dikkat çeken Özel Çare Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Kurucusu Mehmet Evrim, Özel Çare Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi; 28 Aralık 2005 tarihinde Meram ilçesi Aşkan Mah. Numara 4'te hizmete açılmış olup, 01 Haziran 2006 tarihinde Karatay İlçesi Hocahabib Mah. Köprübaşı Cad. Numara 10'da hizmet verirken 01 Ocak 2009 tarihinde Selçuklu ilçesi Bedir Mah. Hadimi Cad. 43 Numarada eğitim öğretime devam etmekte iken, 01 Kasım 2018 tarihinde Rehabilitasyon standartlarına özel olarak tasarladığımız Türkiye'nin en büyük rehabilitasyon merkezi olan kurumumuzun yeni hizmet binasında hizmetlerimize devam etmekteyiz.

Özel Çare Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'ni kurmamızdaki temel amaç velilerimize hizmet konusunda daha iyiyi, daha güzeli ve daha mükemmeli sunmaktır. Kurucu olarak uzun süredir Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde çalışmış olmamdan dolayı bu alandaki eksiklikleri tespit etmem çok zor olmadı. Merkezimizdeki fiziksel ve zihinsel tüm rehabilitasyon hizmetleri servis dahil olmak üzere ücretsiz olarak, tamamı uzman personel tarafından verilmekte olup seanslar kesinlikle bire bir uygulanmakta. Hem fiziksel hem de zihinsel terapilerde çocuklarımızın haftalık ve aylık gelişim süreçleri takip edilir sonuçları tek tek gözden geçiriyoruz. Herhangi bir olumsuzluk var ise ailenin de görüşü alınarak çalışmalara yeni bir yön verilir. Özel Eğitim ve Rehabilitasyonda sonuç almak ve bu mutluluğu sizlerle paylaşmak esas hedefimizdir. Milli Eğitim Bakanlığının genel amaç ve temel ilkeleri doğrultusunda, özel eğitime ihtiyacı olan bireylerin; Toplum içindeki rollerini gerçekleştiren, başkaları ile iyi ilişkiler kuran, iş birliği içinde çalışabilen, çevresine uyum sağlayabilen, üretici ve mutlu bir vatandaş olarak yetişmelerini, Toplum içinde bağımsız yaşamaları ve kendi kendilerine yeterli bir duruma gelmelerine yönelik temel yaşam becerilerini geliştirmelerini, Uygun eğitim programları ile özel yöntem, personel ve araç-gereç kullanarak; eğitim ihtiyaçları, yeterlilikleri, ilgi ve yetenekleri doğrultusunda üst öğrenime, iş ve meslek alanlarına ve hayata hazırlanmalarını sağlamak en büyük hedefimiz. 134 kişilik kadro ile eğitim vermekteyiz. Kadromuz alanında uzman isimlerden oluşuyor. Özel Çare Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi olarak ücretsiz geniş bir servis ağımız var" ifadelerini kullandı.



HER SEKTÖRÜN BİR ÖNCÜSÜ VARDIR..!

- Dil ve Konuşma Bozuklukları
- Fizyoterapi ve Rehabilitasyon
- Otizm
- Özel Eğitim
- Aile Danışmanlığı
- Kekemelik
- Öğrenme Güçlüğü
- Down Sendromu



Mehmet Akif Mah.
Yunus Emre Cd. No:40
Selçuklu/KONYA



T.C.M.E.B.
ÖZEL ÇARE
ÖZEL EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ
www.carerehabilitasyon.com.tr



0332
245 60 60

YAŞAMINA BİZİMLE HAREKET KAT..!



ZEDLİFE DERGİMİZE

**ABONE OLMAK
VEYA REKLAM
VERMEK İÇİN**

BİZİ ARAYIN

0505 775 24 97

www.zedlife.net

İmtiyaz Sahibi
Zedhaber Ajansı Adına
Zeki Dursun

Genel Yayın Yönetmeni:
Muhammed Mustafa Dursun

Yazı İşler Müdürü:
Ebru İncel

Yayın Editörü:
Ömer Fatih Dursun

Muhabir:
Seyit Demir
Mehmet Görgülü

Kurumsal İletişim:
Sümeyye Dursun

Grafik Tasarım:
Umut Efe Demir

Baskı:
Erman Ofset
Fevzi Çakmak Mh Büsan O.S.B.
Özlem Cd. No:33/G Karatay / KONYA

Sertifika No: 15409

Zed Medya Dağıtım
Işıklar Mahallesi Yiğenoğlu Caddesi
Dilişen Ap. 4/F Selçuklu / KONYA

Basım Tarihi: Mayıs 2025
Yayın Türü: Yerel Süreli Yayın

Adres:
Işıklar Mahallesi Yiğenoğlu Caddesi
Dilişen Ap. 4/F Selçuklu / KONYA

Cep:0505 775 24 97
zekidursunzed@gmail.com
www.zedhaber.com
www.zedlife.net

Dergimiz tarafsız ve bağımsız bir yayım olup, basın meslek ilkelerine uymaya söz vermiştir. Dergimizde çıkan haber, resim vs. Her türlü materyallerin izinsiz kullanılması yasaktır.

Kullanıcılar hakkında yasal takip uygulanacaktır. Dergi içeriğindeki yazı, haber, metin vb. verilerin tamamen adı geçen yazarlara ait olup; herhangi bir konuda dergi ekibi sorumlu tutulamaz.

Hayatım Bir Roman – 9	12
Öfffffffke	14
TOPLUMDA ÖFKE KONTROL BOZUKLUĞU VE SEBEPLERİ ÖFKE NEDİR? NEDEN ÖFKELİ OLURUZ? BASİT SORULAR VE CEVAPLAR	28
BAŞKAN ALTAY: "HATAY'DA ANADOLU'NUN İLK CAMİSİNDE ...	34
BAŞKAN ALTAY: "YHT İLE GÜNÜBİRLİK İSTANBUL GEZİLERİMİZ...	36
TOPLUMDA ÖFKE KONTROLÜ BOZUKLUĞU VE SEBEPLERİ ÜÇ BOYUTLU DEFORMİTE SKOLYOZ	37
Toplumda Öfke Kontrol Problemi: Nedenleri ve Psikiyatrik...	38
RİSKLERDEN ETKİLENEN İNŞAAT SEKTÖRÜ BÜYÜMESİNE DEVAM	44
Öfkenin Eğitilmediği Gelecek	46
MERAM'IN TARIM POLİTİKALARINA BAKAN YUMAKLI'DAN...	48
KONYA FİDE'DE YENİ SEZON SATIŞLARI BAŞLADI	54
KARATAY'DAN DOĞAYA VEFA	68
ÖZEL SPORCULARDAN BAŞKAN KILCA'YA ZİYARET	69
	70
	71

GÜNDOĞDU'LU OLMAK AYRICALIKTIR!

"56 YILLIK TECRÜBE"

**YOĞUN TALEP NEDENİYLE
İLKOKUL 1. SINIF İÇİN
İLAVE ŞUBE AÇILDI.**

Bilgi ve kayıt için
Okulumuzu ziyaret edebilirsiniz.

www.gundogdukoleji.com

**ÖZEL
GÜNDOĞDU
KOLEJİ**





SEKİZLİ

MAKİNA & VİNÇ A.Ş.

(+90) 332 444 75 95
SK ZL



www.sekizli.com.tr
export@sekizli.com.tr

- **ELEKTRİKLİ
VİNÇLER**
- **YÜK TAŞIMA
ARABALARI**

1987 yılından bugüne kadar 500 kilogram kapasiteden 200 ton kapasiteye kadar çeşitli tiplerde kaldırma makinesi ve vinç üretimine 10.000 metrekare kapalı alana sahip fabrikamızda her geçen gün gelişerek ve tecrübe kazanarak sektöre öncülük etmeye devam ediyoruz.



HASAN KULU

Ahşabın hikayesi burada başlar...

☎ 444 58 56

ORMAN ÜRÜNLERİ
FOREST PRODUCTS



Mobilya'da Baba dokunuşu...

Ali K.

Ali Kulu
Founder

T@tech® Prime

Serisi



OSM
MAKINA

📍 Büyükkayacık Mahallesi 3.Organize Sanayi
19. Sk. No:14/1 Selçuklu/KONYA/TÜRKİYE

+90 332 502 00 55

📞 +90 532 155 21 93

✉ sales@osmmakina.com

trtech.com.tr



facebook



osmmakina.com



konum

PARK MEDYA
www.parkmedya.com

T@tech İŞİNİZE KALİTE,
KALİTENİZE DEĞER KATAR.

HAYATIM BİR ROMAN - 9

ZED AJANS ZEKİ DURSUN

Artık pazar yerlerine fotoğrafa çıkıyordum, sabahtan ikindiye kadar, daha sonra kahvelere tosta çıkıyordum ama zor geliyordu bisikletle tost satmaya gitmek arabamı da ev alırken satmıştım

Bir gün bisikletin tekeri patlamış halde tamirciye gittiğim zaman, orada bulunan motor dikkatimi çekmişti. O anda motor almak aklıma geldi, tamirciye sordum, o ise buralardan almamamı, eğer sıfır almayacaksam tellal pazarında hesaplı bir motor bulabileceğimi söyledi.

Ben hemen motora benzin koyarak iş yerime geldim, artık bisikletle gittiğim yolları çok seri bir şekilde gidip geliyordum, artık yakınımdaki kahvehaneler yetmiyordu böylece iki kova tost taşıyordum, birin de kaşarlı diğerin de ise sucuklu tost... Zamanı gelmişti, kahvehanelerin sayısı çoğalmasa gerekiyordu. Ne kadar çok kahvehaneye gidersem, o kadar çok tost satacaktım. Önce yanına tost almadan çevrede ne kadar kahvehane varsa dolaşım.

Pazardan çay satarak başladığım işe tost satarak devam ediyordum.

1 Motorum olduğu için çok seri hareket etme imkanı bulabilmişim. Saat 15.00'e kadar işimi görüyordum, sonra kahvelere tost satmaya çıkıyordum. En fazla cuma ve hafta sonları satıyordum. Kahveler o zaman daha çok dolu oluyordu. Tostun yanında kahvecilerin ve müşterilerin resimlerini de çekmeyi ihmal etmiyordum. İşlerim pratik olmaya başlamıştı, ama insan hemen iş konusunda tecrübe kazanamıyordu. Ama yine de hayatın zorluklarını öğrendikçe, hayatı daha iyi kavırıyordu. Nerden nereye... Hiç tanımadığım bir şehirde hiç yapmadığım bir mesleğe atılıyorum ve bir pazar yerine gidiyorum ve hayata tutunuyorum. Asıl önemli olan insanın bir hedef belirlemesi. Çok insanla da konuşmayı ve onlarla tanışmayı ihmal etmiyorum, büyüklerin sözlerini dinliyordum. 1993 yılına kadar çok tecrübe kazanmıştım, artık gazetecilik konusunda da rahmetli Ali Akgül abimden de çok şey öğrenmişim.

Birgün Beta Color'da otururken, bana söylediği "Sen iyi bir gazeteci olacaksın ve çok kişinin elinden bu mesleği alacaksın." sözleri ise hala kulaklarımda. Bana kimlerle konuşacağımı, kimlere güveneceğimi söylüyordu, basın çok farklı bir meslek olduğunu belirtiyordu.

Tellal pazarında motorları incelerken, 93 model bir puf motora gözüm takıldı, motoru incelerken sahibi yanıma gelerek; "Beğendiysen sana vereyim." dedi. Birden kendimi pazarlık yaparken buldum. Etraftaki vatandaşlar da pazarlığa katılmışlardı ve benim lehimde yardımcı oluyorlardı. Sonunda motoru aldım. Motorun üstünde birde heybe vardı, onu da bana verdi.

Ekmek parası nerde ise ben onu yapıyordum. Fotoğraf işini de ihmal etmemeye çalışıyordum. Sabahları iş yerimde duruyordum, daha sonra pazar yerlerine fotoğraf çekmeye gidiyordum. Günde bazen iki poz bazen de üç poz bitiriyordum, ama bunu yaparken sadece pazar yerlerini gezmiyordum.



CİGERCİ BAHİRİ



www.cigercibahri.com
Instagram-cigercibahrikonya

**Binkonutlar Mh, Doç. Dr. Halil Ürün Cd. No:11/e
Otogar Karşısı, Bp Petrol Yanı
Telefon:0530 857 19 63**

Öfffffffke

Her duygu kabul edilebilir ancak her davranış kabul edilemez!

Günlük yaşam telaşı, ekonomik sorunlar, ilişkilerdeki çatışmalar, yalnızlık, günümüz sosyal medya baskısı, başkalarıyla başka hayatlarla kıyaslama, bunların hepsi bir araya gelince kendimizi bir anda öfke patlamasının içinde bulabiliyoruz.

Her duygu gibi öfke de insana ait, insana dair ancak gösterim şekli ortaya koyuluş haliyle kontrol edilmediğinde hem kişiye hem çevresine zarar verebilecek güçlü bir yıkım aracına dönüşebiliyor.

Peki insanlar öfke kontrolünde neden bu kadar zorlanıyor?

Her şeyden önce insanlar çoğu zaman öfkelerinin altında yatan duyguları tanımakta zorlanıyor ya da bir duyguyu kabul etmek istemedikleri zaman oluşan baskı kaynaklı öfkeleniyorlar. Hayal kırıklığı, değersizlik hissi, korku veya yetersizlik gibi duyguları kabul etmemek, edememek de öfke yaratıyor, kontrolsüzlükleri artırıyor.

Yaşamın getirdiği stres, sabırsızlık ve sürekli bir yetişme hali, insanları daha gergin ve tahammülsüz hale getiriyor. Bu ortamda da duyguları yönetmek daha da zorlaşıyor.

Ve maalesef her şeyde olduğu gibi bir duyguyla baş etme ya da öfkeyi ortaya koyma şekli de çocuklukta gözlemlenen davranışların yetişkinlikte

doğrudan tekrar edilme hali de olabilir.

Aile, toplum ve kültür de öfke davranış şekillerine karşı duyarsızlaşma ya da normalleşmesine neden olabiliyor ki ülke olarak bu konuda çok başarılıyız.

Duygularını ifade edebilme becerisi, iletişim ağının güçlü olması, sosyal ve duygusal desteğin varlığı da öfke kontrolsüzlüklerinin azalması için ilk çözüm adımlarıdır.

İyi kötü duygu olumlu olumsuz duygu gibi tanımlamalardan uzaklaşıp, şu anda hissettiğim duygunun kaynağı nedir? Sorusuna cevap aramak, bunu biriyle paylaşmak, bu duyguyu kendime ya da başkasına zarar vermeden nasıl ortaya katabilirim, bu duyguyu nasıl düzenleyebilirim diyerek kendimize iyi gelecek şeyleri yapmak; nefes egzersizi, spor, dans, dua, vb. sonradan pişman olacağınız davranış şekillerinden sizi uzak tutacaktır. Bunlarla da olmuyorsa yani kendi kendinize çözüm üretiliyorsa muhakkak profesyonel destek fayda sağlayacaktır.

Ama Sonuç olarak unutulmamalıdır ki Öfke Yönetilebilir Bir Duygudur. Öfke bir düşman değildir. Doğru anlaşıldığında ve sağlıklı bir şekilde ifade edildiğinde, bizi harekete geçiren, sınırlarımızı korumamıza yardımcı olan güçlü bir sinyaldir. Önemli olan, bu sinyali doğru okumak ve zarar

Sema KAVAK
Psikolog - Psikoterapist



vermeden, yapıcı bir şekilde dışa vurabilmektir.

Her duygumuzu kucaklayabildiğimiz ve her duyguyu doğru bir dille doğru bir davranışla ifade edebildiğimiz günler diliyorum...



PASSION
DRIVES US!

SRT DİŞLİ SANAYİ A.Ş.

FORD VOLKSWAGEN FIAT

PEUGEOT RENAULT

DACIA CITROEN OPEL



www.srtdisli.com



★ ★ ★ ★
35
YEARS
EXPERIENCE

GENMOT
1987
CRANKSHAFT INDUSTRY

DÜNYANIN 150 ÜLKESİNDE
ÜRETİMDE STANDARDİZASYONU SAĞLIYORUZ
TAM 35 YILDIR

FOR 35 YEARS,
WE PROVIDE STANDARDIZED
PRODUCTION INTO 150 COUNTRIES.

Römork ve Tarım Makine Ekipmanlarında
yılların tecrübe, kalite ve güveni ile
aradığınız her şey için tek adres,

Uysal Otomotiv!



SEKTÖRÜN RAKİPSİZ LİDERİ!

■ 444 42 03 ■ uysalhidrolik.com.tr

1.6 tondan başlayıp **2, 3, 3.5, 5, 7, 10 ton**
dizel ve elektrikli forkliftlerde
tüm asansör seçenekleri ile,

Yükünüzü taşıyoruz!



İŞİNİZE GÜÇ KATAR!

■ 444 42 03 ■ uycmakine.com.tr



UYC Makine A.Ş. bir **Mustafa Uysal Otomotiv A.Ş.** markasıdır.

“

Enerjimiz Doruk'ta Gücümüz Aydınlıkta

Enerji sektörü, teknolojik gelişmeler ve sürdürülebilirlik odaklı yaklaşımlarla her geçen gün dönüşürken, Doruk Global Enerji olarak bizler, bu dönüşümün öncülerinden biri olmanın gururunu yaşıyoruz. Kuruluşumuzdan bu yana, enerji altyapılarının modernleşmesi, verimli ve sürdürülebilir çözümler geliştirilmesi konusunda kararlılıkla ilerliyor, yüksek kaliteli hizmet anlayışımızla sektörde fark yaratıyoruz.

Elektrik dağıtım sistemlerinden yenilenebilir enerji projelerine, orta ve yüksek gerilim çözümlerinden endüstriyel enerji altyapılarına kadar geniş bir yelpazede hizmet sunmaktayız. Ürün ve uygulama kalitemizi, mühendislik gücümüzle birleştirerek; projelerde yalnızca bir tedarikçi değil, güvenilir bir çözüm ortağı olmayı hedefliyoruz. Doruk Global Enerji, kamu kurumları, sanayi kuruluşları ve özel sektör projelerinde uzmanlığıyla öne çıkmaktadır.

Yüksek teknoloji enerji çözümleri sunarken, çevresel sürdürülebilirlikten ödün vermemeye büyük önem veriyoruz. Güneş enerjisi sistemleri (GES), kompanzasyon projeleri ve enerji verimliliği danışmanlığı gibi alanlarda sunduğumuz hizmetlerle, işletmelerin hem enerji maliyetlerini düşürmesine hem de karbon ayak izini azaltmasına katkı sağlıyoruz. Geleceğin enerji dünyasına bugünden yatırım yapıyor, çevre dostu teknolojilere öncülük ediyoruz.



DORUK ENERJİ
TOPTAN DAĞITIMDA ELEKTRİK MALZEMELERİ



Neden Doruk Enerji? Bizi Biz Yapan Değerler

Hakkımızda

Doruk Global Enerji, sürdürülebilir çözümler ve mühendislik gücüyle sektöre yenilik katmaktadır. Elektrik dağıtım ve altyapı projelerinde güvenilir bir iş ortağıyız.

Vizyonumuz

Geleceğin enerji sistemlerini bugünden inşa eden, çevre dostu ve yenilikçi bir marka olmak.

Misyonumuz

Kaliteli ve güvenilir enerji çözümleriyle sektöre katkı sağlamak, ülkemize değer katmak..

Partnerlerimiz

Schneider
Electric

SIEMENS

E/NTES

HOROZ
ELECTRICAL

LEDVANCE

Telemecanique
Sensors

CHINT

OSRAM

LAMPTIME

Mutlusan
electronic

Panasonic

prysmian

MAKEL

ELBI

RECBER

öznur kablo

erse

HES
KABLO

Enerjimize Güç Katan Markalar;

Sektörün öncüsü global markalarla kurduğumuz güçlü iş birlikleri sayesinde, projelerimize güvenilirlik, kalite ve sürdürülebilirlik katıyoruz. Çözüm ortaklarımızla birlikte, enerji dünyasına değer katan hizmetler sunmaya devam ediyoruz.

0 (555) 555 55 55

www.dorukenerji.com

/dorukglobalenerjielektrik



**LANDOR
ARMS**

ABOUT US

Our firm, in Üzümlü town bound to Konya's Beyşehir district, has been operating with its own staff in terms of Arms manufacturing and repairing as an Ancoster profession, since 1998

Regarding Arms repairment, our Firm instantly supports all request and problems of hunters and arm-lovers, with its professional staff and the repairment-revision of the products are perfectly done

Since 2015, under the name of Landor Arms Corporation, for better service to our valuable hunter friends, we decided manufacturing, along with repairment

Our priority is making future investments in the fore ground of customer satisfaction and qual for this reason, we provide 2 years warranty for the products we have manufactured and will manufacture

WARRANTY

Landorarms warranty covers its firearms and parts, we provide 2 years warranty for the products we have manufactured and will manufacture if repaired by an unqualified gunsmith without permission from Landorarms, then the warranty will be void.

Thank you for choosing us.



**LANDOR
ARMS**

AR-15 RIFLE



LR-15

Landor Firearms AR-15 Semi Auto Rifle (Matte Black)
.223/5.56
16" 4140 Chrome Moly Vanadium Barrel (Melonite Finish)
Forged 7075-T6 Aluminum Upper/Lower Receiver (Hard Coat Anodized Finish)
Mid-Length Gas System
.750 Low Profile Gas Block
A2 Flash Hider
Mil-Standard Forward Assist
Mil-Standard Dust Cover
Free Float M-LOK Hand Guard
Hard Coat Anodized Finish
Matte Black

Landor Firearms Continues to Raise the Bar with High Quality AR-15 Rifles

This new Radical Firearms AR-15 Semi Automatic rifle comes standard with a pair of forged 7075-T6 Aluminum upper/lower receivers that have been finished with a hard coat anodizing. At the heart of the rifle is the 16" 4140 Chrome Moly Vanadium Barrel with a melonite finish. An ideal 1:7" twist rate was utilized allowing you to stabilize a wide variety of projectiles. A 15" free float hand guard was selected in order to provide you with an incredible amount of rail space along with a vast M-LOK interface which allows for several M-LOK modular accessories to be attached. The Mid-Length gas system and B5 furniture provide you with a soft shooting aesthetically pleasing rifle. Regardless if your new to the industry, or an old hand, Landor Firearms will not disappoint.

CALIBER

.223 / 5.56

CAPACITY

10 · 30 Round

BARREL LENGTH

16 inch

ACTION

Semi-Automatic

STOCK

Synthetic



**LANDOR
ARMS**

SEMI AUTOMATIC



LND-325

For Other Model's
Visit Us



CALIBER

12 GA / 20 GA

CAPACITY

2+1 · 4+1 · 7+1

BARREL LENGTH

47 - 51 - 61 - 71 cm

CHOKE

Mobile Choke

STOCK

Plastic / Camo / Wood

www.landorarms.com



SALON

Yazın daha serin , kışın daha sıcak sohbetler için inverter klimalı salonlar



MUTFAK

5.000 mt peyzaja karşı tatlı sohbetler

YATAK ODASI



GENÇ ODASI



BANYO



MAHAL:	METRAJ:
ANTRE:	5.73 M ²
SALON:	19.62 M ²
MUTFAK:	12.47 M ²
BALKON:	4.99 M ²
WC-LVB:	3.38 M ²
HOL:	2.28 M ²
YATAK ODASI:	11.16 M ²
EV. YATAK ODASI:	12.62 M ²
BANYO:	4.94 M ²
BALKON:	4.44 M ²

BRÜT ALAN: 109 M²
85 EMSAL 2+1
NORMAL KAT PLANI

İKONİA PARK

S.S. İKONİA PARK KONUT YAPI KOOPERATİFİ

- 17.400 m2 arsa
- Her daireden 5.000 mt peyzaj manzarası
- Klimalı salonlarıyla daha ferah daireler
- Her daireye özel kapalı otopark
- Kapalı ve açık otoparkta elektrikli şarj istasyonları

İKONİA PARK

S.S. İKONİA PARK KONUT YAPI KOOPERATİFİ



hİStowers

ADA/PARSEL:KONYA / SELÇUKLU | DETAYLI BİLGİ İÇİN
AŞAĞIPINARBAŞI/ 45521 ADA 3 PARSEL | 0 532 561 12 03



MESAFEDE
HAVA ALANI 5 DK
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ 8 DK
OTOĞAR 10 DK
BİLİM MERKEZİ 5 DK
2. VE 3. ORGANİZE 5 DK
5. ORGANİZE 5 DK





DEV ÇELİK®

DEMİR HIRDAVAT SAN. VE TİC. LTD. ŞTİ.



 **DEV ÇELİK®**

Büyükkayacık Mah. Konya Org. San. Böl. Evrenköy Cad. No:4/1 42300 Selçuklu/KONYA
Tel : (0.332) 345 45 45
Fax : (0.332) 345 43 43

www.devcellk.com

 **DEV SÜT®**

GIDA HAYVANCILIK YEM SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.

Büyükkayacık Mah. Konya Org. San. Böl. Evrenköy Cad. No:4/2 42300 Selçuklu/KONYA
Tel : (0.332) 345 08 20





TOPLUMDA ÖFKE KONTROL BOZUKLUĞU VE SEBEPLERİ

Prof. Dr. Nevzat Tarhan: Öfkeli insan beynini devre dışı bırakıyor.

3 farklı tipte trafik magandası var Yaşanan bu olayların ne ilk ne de son olacağını söyleyen Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Muhakkak bu tarz olaylar ortaya çıkıyor. Trafik magandası olan faileri incelediğimizde üç tane insan tipi görüyoruz. Birincisi engellenme eşikleri düşük ve suça becerikli kriminal kişiler. Bu kişiler her istediklerinin olmasını istiyor ve aynı zamanda öfke ile sonuç almayı doğal kabul ediyor. Bilerek yapıyorlar. Diğer bir grup ise maganda olarak görünen, belki madde kullanan ya da alkolün etkisindeki kişiler. Üçüncü kişi tipi ise gizli depresyonda olanlar. Bu tipteki kişiler depresyonlarını öfke şeklinde ifade ediyorlar. Aslında daha sonradan da 'neden yaptım?' diye pişman oluyorlar" dedi.

Kriminal kişiler suçluluk ve pişmanlık hissetmiyor

Tarhan, 'Bu yaşanan olaylarda karşımıza çıkan kişilerin büyük çoğunluğu da üçüncü grupta. Üçüncü grup ise önlenilebilir olan şiddet grubundadır. Tedavisi ve çözümü

olan şiddet grubundadır" dedi ve sözlerine şöyle devam etti:

"Şiddet uygulayan kriminal tip birisiyse yani suça becerikli, merhamet duygusu olmayan, acımasız bir kişiye bu kişilere ceza verilirse bile asgariden değil azamiden vermek lazım. Çünkü bu kişiler suçluluk ve pişmanlık hissetmiyorlar. Aslında gerçek maganda bunlardır. Bu kişiler mahkemeye çıktığı zaman kravat taktı diye hâkim ve savcılarını bırakmaması gerekiyor."

Kendilerini engelleyen düşman görüyorlar Öfke anında insan beyninin nöradrenalin gibi kimyasallar salgıladığını söyleyen Prof. Dr. Nevzat Tarhan sözlerine şöyle devam etti:

"Karanlığın beş atlısı denilen beş grup kimyasal var. Kin, öfke, nefret, kıskançlık, düşmanlık. Bu duyguda da beyin kendine yönelik kimyasallar salgılıyor. Öfkede de vücut savaş-kaç tepkisi veriyor. Enerji kaynaklarını kana pompalar ve yağ asitleri artar, glikoz artar, kanda şeker artar. Savaş veya kaç tepkisidir bu. Kişi burada savaş tepkisi verdiği için gözü artık hiçbir şey gör-

mez, kendisini engelleyen kişiyi de düşman gibi görür. Öfkeli insan hisseden beyni ile hareket ediyor, düşünen beynini devre dışı bırakıyor. Böyle durumlarda akıllı olan kişiler nasıl davranmalı? O kişinin hisseden beynini değil de düşünen beynini harekete geçirmek önemli. Bunu yaptığınız zaman o kişiyi kendi savaş alanınıza çekersiniz. Bu anlarda mağdur olan kişi, öfkeli kişiye tepki verirse bu durumda güç savaşları başlar. Zayıf olan kaybeder."

Şiddet karşısında 'Donakalım Tepkisi' vermeli

'Ailede eşiniz bağırıp çağırmaya başladığında sakin olmasını ve düşünmesini sağlarsanız bunu yapacaktır' diye konuşan Tarhan sözlerini şöyle sürdürdü:

"Öfkelenen kişi bağırıyorsa sende ona bağır, o tabak fırlatıyorsa sende ona fırlat, ya da o senin üzerine geliyorsa sende onun üzerine git gibi yaklaşım yerine eğer sözden anlamayacak birisiyse donakalım tepkisi vermek gerekiyor. Öfkenin sonucunda genellikle cinayetlerin çıkma sebebi de iki tarafın aynı şekilde birbirine yaklaşmasıdır.

Yani bu kişilere karşı sessiz kalıp beklemek gerekiyor. Donakalım tepkisi onun şiddetinin ilerlemesini engeller. Donakalım tepkisini vermeyip ona cevap yetiştirmeye çalışmak daha çok körükler. Onun zaten orada muhakemesi ve zihin kontrolü bozulmuş. Öyle yapmamız olayı daha çok büyütme-ye sebep olur. Böyle durumlarda kendimizi ezdirmeyeceğiz fakat aklımızı kullanacağız. Kendimizi hislerimizle değil aklımızla koruruz."

Görüntü kaydı karşı tarafın öfkesini artırıyor

Trafikte kendine yönelik bir saldırı varsa kişinin araçtan çıkmaması gerektiğini vurgulayan Tarhan, "Mümkünse hemen camları kapayıp 'donakalım tepkisi' verilmeli. Telefonla kayıt alınması karşı tarafın öfkesini daha çok artırır. Zaten böyle durumlarda öfkelenen kişi bağırarak, çağırarak, bir iki kez arabayı tekmeleyip gidecektir. Eğer sözden anlayacak gibi bir izlenim varsa dışarı çıkıp yapılabilir. Ama böyle durumlarda donuk, ifadelessiz tepki vermek gerekiyor. İfadelessiz tepkiyle karşı taraf sizi düşman gibi görmemeye başlıyor. Şiddet davranışıyla yaklaşan biriyle denk gelirsek ilk tepkimizin genellikle donakalım tepkisi olması, dur bekle olması gerekir. Karşılık vermemek gerekiyor. Eğer tepki vermeye çalışırsak risktir bu durumda" diye konuştu.

İkna yöntemi ile karşı taraf sakinleştirilebilir İkna yöntemi ile olay çıkacak kişinin sakinleştirilebileceğini belirten Tarhan, "Bu bir yöntemdir. Bu gibi yöntemler, öfke anında insanlara karşı yaklaşılabilen ve olaya özgü durumlardır. Görüntülerdeki hanımefendi gibi olay yerinde video çekildiği zaman karşı taraf daha çok öfkeleniyor. Tehdit olarak algılanmış, daha da çılgına dönmüş. Böyle durumlarda çevredekilerin de soğukkanlı olması gerekiyor. Sıfır mimik ile ona yaptığının yanlış olduğunu anlatmamız ve sakinleşmesini beklememiz lazım. Beş dakika bile olsa öfkesinin geçmesini bekleyeceğiz. İkincisi, böyle durumlarda karşı tarafa tepki vermezsek elinde silah varsa bile o silahı kullanmıyor. Burada duygusal zekâsı üstün kişiler öfke yönetimini iyi yaparlar" dedi. Öfke genellikle bulaşıcıdır

Tarhan, "Öfke genellikle bulaşıcıdır, öfkelenen kişiyi sevenler onun öfkesini satın alırlar ve hatta onun öfkesiyle beslenirler" dedi ve sözlerine şöyle devam etti:



"Öfke öyle bir duygudur ki çok ilginç. Öfkeyle beslenen kişilikler vardır. Öfkelenmediği zaman rahatsız olurlar. Çoğu önlenilebilir öfke. Bu olayların yüzde 60-70'i eğer tedavi olsalar öfke kontrolü konusunda avantaj sağlar. Onun için öfke kontrolü sorunu olanlar varsa bu problem yaratmıyor demesinler. Öfke kontrolüyle ilgili dürtü kontrol yöntemleriyle terapi yapılıyor. Uzun bir yöntem ama şu anda psikiyatride çok faydalı ilaçlar var. Bağımlılık yapmayan, araba kullanılmasına engel olmayan, çalışanların ve öğrencilerin de kullandığı ilaçlar var. O ilaçlarla öfke kontrolünü yüzde 50-60 oranında toplumda azaltmak mümkün."

Öfkeyle sonuç almayı çocuklukta öğreniyoruz

Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan, "Öfkeyle sonuç almayı, öfkeyle elde etmeyi çocukluğumuzda öğreniyoruz" dedi ve sözlerine şöyle devam etti:

"Çocuk küçükken vur oğlum, aslansın oğlum, yap oğlum tarzı büyütürsek o çocuk ileride öfkeyi öğrenir. Öfkeyi küçük yaşta farkında olmadan öğretiyoruz. Öfkeyi bastırmak doğru değil, öfkeyi öğretmek gerekiyor. Öfkeyi bastırdığımız zaman içimize yöneliyor, tansiyon yükseliyor, damar direnci artıyor, mide bağırsak spazmı oluyor, bağırsık sistemi baskılanıyor, alerjik hastalıklar çıkıyor. Birçok hastalık içe yönelmiş öfkeyle ilgili. Öfkeyi bastırmak yok etmek doğru değil, öfkeyi öğretmek ve yönlendirmek gerekiyor. Toplumun öfkeliğe, aile içindeki şiddeti azaltmak için ceza vermek yerine sanata müziğe, edebiyat gibi alanlara yönlendirmek gerekiyor. Osmanlıda kasaplara bir ay bahçivanlık yaptırılmış, merhamet duygularının azalmaması için. Merhamet duygusu azaldığı zaman öfkeli artıyor. Karşı tarafı karınca gibi görmeye başlıyor. Böyle bir kültürden geliyoruz."

DRN

ÖNCELİĞİMİZ GÜVENLİK!

İş güvenliği malzemesi kullanımı, iş yerlerinde çalışan güvenliğini sağlamak ve verimliliği artırmak için bir zorunluluktur.

İş güvenliği malzemesi, her sektörde çalışanların sağlığını ve güvenliğini korumak için vazgeçilmezdir. İş kazalarının önlenmesi, ergonomik çalışma koşullarının sağlanması ve çalışanların risklerden korunması için doğru ekipmanların seçimi büyük önem taşır.



BİZ GÜVENLİ *Bir Aileyiz*



Whatsapp İletişim Hattı...
+90 537 265 60 41

drnisg.com

Fevziçakmak Mahallesi, Bukas Ticaret Merkezi,
Çelik Cd. No:2/A D:1, 42050 Karatay/Konya

DRN



HEDEFARMS

2005 Yılında Konya / Beyşehir ilçesinde kurulan Hedef Silah Sanayi Ticaret Limited Şirketi, kısa sürede silah sanayinin önde gelen kuruluşları arasında yerini almıştır. Geniş ürün yelpazemiz ve bugünün modern teknolojileri ile en iyi el işçiliğini bir araya getirip, kaliteli malzemeleri işleyerek ürünlerimizi ortaya çıkartmaktayız.

Tüm ürünlerimiz sevk edilmeden önce, kalitemizi ve emniyeti garanti edebilmek amacıyla kontrol edilip test aşamasından geçmektedir.

Yurt genelinde avcılık sporuna katkıda bulunmak amacıyla çıktığımız yolda, uluslararası çapta başarı sağlayarak tüm dünya genelinde adımızdan söz ettirmeyi başardık. Bu başarıyı siz değerli müşterilerimizin sayesinde sağladığımızı belirtmekten gurur duyuyoruz.

Farkındasınız ki, iyi bir ürün sunabilmenin yanı sıra, satış sonrasında da güveninizi yitirmemeniz çok önemlidir. Satış sonrası da tüm müşterilerimize ihtiyaç duyduğunuz tüm desteği sağlamak ve bu doğrultuda hizmet kalitesini artırmak daima öncelikli hedefimiz olmuştur.

Adres

Hamidiye Mah. 40871. Sk. NO:28

Beyşehir/KONYA

Telefon

+90 (850) 302 0552

E-Posta

info@hedefarms.com.tr



HEDEF

arms & defence



ÖFKE NEDİR? NEDEN ÖFKELİ OLURUZ? BASİT SORULAR VE CEVAPLAR HAYAT KURTARIR

Öfke ne demek? “Engellenme, saldırıya uğrama, tehdit edilme gibi durumlarda hissedilen ve genellikle neden olan kişiye ya da şeye yönelik saldırgan davranışlarla sonuçlanabilen yoğun duygusal tepki... Yaşamda kalmak için kaçma davranışının karşıtı olarak mücadele gerektiren durumlarda harekete geçirici bir güç. Şiddet, gazap, sinirli olmak, kızgınlık...”

Öfkenin altında hangi duygular yatıyor? Öfke ve kızgınlık genellikle ikincil duygudur. Kırgınlık, üzüntü, suçluluk, hayal kırıklığı, utanma, haksızlığa uğrama, kendini ifade edememe, korku gibi duygular aslında öfkenin altında yatan, olay veya kişiyle ilişkili ilk duygulardır.

İnsan neden öfkeli olur? Öfke, insanların doğal bir duygusudur ve birçok farklı sebeple ortaya çıkabilir. Genellikle hayal kırıklığı, kaygı, stres, güçsüzlük, kendini ifade edememe veya diğer olumsuz duygular sonucunda ortaya çıkar. Bu duygu, kişiyi kendine zarar verecek şekilde hareket etmeye veya başkalarına karşı saldırganlık göstermeye yönlendirilir.

Öfke neye dönüşür? Öfke, genellikle olumsuz bir duygudur, sağlıklı bir şey olarak kabul edilir, bu yüzden bastırılır. Ancak, öfkenin bastırılması duygunun kendisinden çok daha fazla soruna neden olabilir. İfade edilmeyen öfke iç-

selleştirilir ve üzüntüye, daha derin bir nefrete dönüşür. Bu nedenle, öfkenin ifadesi diğer tüm duyguların ifadesi kadar önemlidir.

Öfkeyle davranmak insanlara ne tür zararlar verebilir? Öfke, psikolojik olduğu kadar bedensel olarak da fiziksel değişikliklere sebep olur. Vücutta kalp çarpıntısı, tansiyonun yükselmesi, baş ağrısı, ellerde ve ayaklarda karıncalanma, ellerde terleme ve göğüs sıkışması gibi semptomlara neden olur.

Öfke güç verir mi? Diğer bütün duygular gibi öfke de çok işlevsel bir duygu. Çünkü öfke, karşılaştığımız engelleri aşmamız için enerjimizi kanalize eden, haklarımızı savunmamız için bize güç veren bir duygu. Öfkelendiğimizde beynimiz bedenimize olağandışı durum komutu verir. “Öfke baldan tatlıdır” sözü bu nedenle kullanılır.

Aşırı öfke neyin belirtisi olabilir? Öfke kontrol bozukluğu; stres, aile problemleri, zayıf iletişim becerileri, finansal sorunlar, depresyon, sevilen birinin kaybı, madde ve alkol kullanımı gibi nedenlerden kaynaklanabilir.

Öfke Kontrol Bozukluğu Nedir? Öfke kontrol problemi, bazen psikolojik bazen de fiziksel olarak kişinin ani, dürtüsel, şiddetli, saldırgan, orantısız tepki verdiği, bazen de bağırarak, öfkeli bir şekilde



N.Yıldız Erdal



sözlü olarak patlamak gibi orantısız tepkiler verdiği durumdur. Bireyin bir tehlike ya da engellenmeyle karşılaştığında yaşadığı çaresizlik, güçsüzlük ve yetersizliğin yarattığı kaygı sonucunda gelişen kızgınlık ve şiddete kadar değişik uzantıları olabilen duygu bütünüdür.

Öfkeyi kontrol etmek biraz da öfkenin ne olduğunu bilmekle; sağlıklı ve sağlıklı olmayan öfkeyi bilip, ayırt etmekle başlar.

Doğru ve yerinde öfkeler olduğu kadar, yersiz ve mesnetsiz öfkeler vardır.

“Öfke baldan tatlıdır” diye bir söz vardır ama aslında öfkesizlik baldan daha tatlıdır ve bu, öfkeye karşı direnmekle değil, en baştan öfkelenme nedenlerini ortadan kaldırmakla olur. İletişimle,tedbirle, bilgelikle olur.

“Öfkeni aklınla yenemiyorsan kendini insandan sayma.” Voltaire

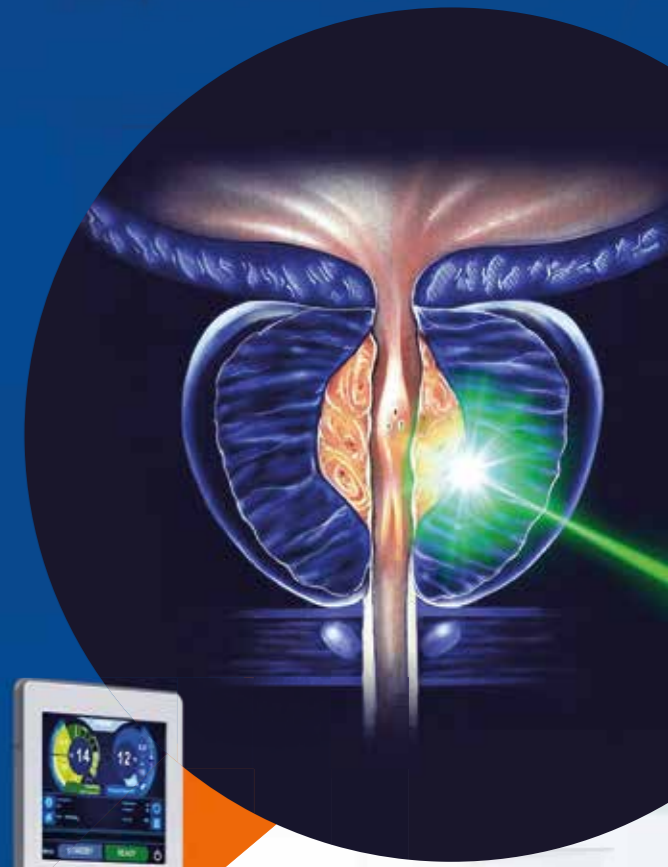
“Öfkesini yenen, en büyük düşmanını yenmiş olur.” Latin Atasözü

“En keskin kılıç yumuşak ipeği kesemez.” Şiirli Sadi

Öfkesiz günler...

Prostat Büyümesi Ameliyatlarında

HOLEP TEKNIĞİ (Holmium Lazer)



İyileşme yolunda
Teknolojinin Gücü



 **akademi
hastaneleri**

www.akademihastaneleri.com

BİLGİ & RANDEVU
444 42 30



BAŞKAN ALTAY: “HATAY’DA ANA- DOLU’NUN İLK CAMİSİNDE ÇA- LIŞMALAR KISA SÜREDE TAMAM- LAYACAĞIZ”

Konya Büyükşehir Belediyesi, 6 Şubat 2023’te meydana gelen Kahramanmaraş merkezli depremlerde yıkılan Hatay’daki Habib-i Neccar Camii’nin restorasyonundaki çalışmalarını hızla sürdürüyor.

Konya Büyükşehir Belediye Başkanı Uğur İbrahim Altay, yürütülen restorasyon çalışmalarının sadece bir yapı onarımı olmadığını, aynı zamanda iki şehir arasında gönül köprüsü kurulduğunu vurguladı.

“BÖYLE BİR EMANETİ YENİDEN AYAĞA KALDIRMAK BİZİM İÇİN BÜYÜK BİR ONUR”

Başkan Altay, Habib-i Neccar Camii’nin Anadolu’nun ilk camisi olarak bulunduğunu anımsatarak, “Habib-i Neccar Camii, sadece Hatay’ımızın değil, tüm İslam dünyasının ortak mirasıdır. Böyle bir emaneti yeniden ayağa kaldırmak bizim için büyük bir onur, büyük bir

sorumluluktur. Deprem felaketinin ardından Konya’nın Hatay’da yürüttüğü çalışmalar, kardeşliğin ve dayanışmanın en güzel örneklerinden biri olarak gösteriliyor. Barınma, lojistik destek, sosyal hizmetler ve altyapı çalışmaları gibi pek çok alanda Hatay’ın yanında olan Konya, Habib-i Neccar Camii restorasyonu bu desteği kalıcı hale getiriyor. Burada yaptığımız her iş, yarın torunlarımıza bırakacağımız bir kardeşlik mirasıdır. Konya olarak Hatay’ın yanında olmaya devam edeceğiz. Anadolu’nun ilk camisindeki çalışmalarını en kısa sürede tamamlayacağız. Habib-i Neccar Camii’nin yeniden yükselmesi, sadece bir yapının restore edilmesi değil; birlik, beraberlik ve kardeşliğin de sembolü olacaktır” değerlendirmesinde bulundu.

TARİH YENİDEN AYAĞA KALKIYOR

Bu süreçte emeği geçenlere teşekkür eden Başkan Altay, restorasyon çalışmalarında önemli bir aşamayı geride bıraktıklarını belirterek, “Caminin, kuzey beden duvarındaki yeni taşlar üzerinde el tarağı (mucarta) işçiliği yapıldı. İç cephede ise enjeksiyon boruları çıkarıldı, izlerin taş yüzeyinde temizliği ve sıva öncesi taşlarda yüzeylendirme yapıldı. Son cemaat mahfili, kemer taşlarının imalatı ve montajı yapıldı. Yine caminin, kuzeybatı fil ayağı üzerinde nefaset sıva denemesi, kuzey, güney ve doğu iç cephe duvarında kaba sıva uygulaması yapıldı. Avlu taç kapı üstünde ve kadın namazgahında üst ah-

şap çatının montajı yapıldı. Devamında iç cephe tonoz kemerlerine ait ahşap kontraplakların yerine hazırlığı yapıldı. Minare taşlarının karot ile delimi, iç ve dış taşlarının sıra imalatı yapıldı. Ayrıca batı beden duvarı, basınçlı su makinesi ile taş yüzeyler üzerinde yıkama işlemi yapıldı. Yapının her bir taşını, her bir detayını büyük bir hassasiyetle ele alıyoruz. İnşallah çalışmalarımızı mümkün olan en kısa sürede tamamlayacağız” ifadelerini kullandı.



BAŞKAN ALTAY: “YHT İLE GÜNÜ- BİRLİK İSTAN- BUL GEZİLERİMİZ GENÇLERİN HA- YATINDA İZ BIRA- KIYOR”

Konya Büyükşehir Belediyesi’nin 31 ilçedeki lise 11. sınıf öğrencilerine yönelik düzenlediği yüksek hızlı trenle gününbirlik İstanbul gezileri gençlere tarih ve kültür bilinci kazandırıyor.

Konya Büyükşehir Belediye Başkanı Uğur İbrahim Altay, yaptığı açıklamada, “Atabey Gençliği Ecdadın İzinde” sloganıyla yürüttükleri projenin geçmiştenden aldığı ilhamla yeni nesilleri güçlü yarınlara hazırladığını ifade etti.

“İKİ TARİHİ ŞEHİR ARASINDA GÖNÜL KÖPRÜSÜ KURUYORUZ”

Gençlerin sadece akademik bilgiyle değil, aynı zamanda köklü medeniyetimizin ruhuyla da yetişmesine büyük önem verdiklerini kaydeden Başkan Altay şunları kaydetti:

“Selçuklular döneminde 200 yıldan fazla süreyle başkentlik yapan Konya’ımız ile Osmanlılara 600 yıl payitahtlık yapan İstanbul, bir şehir olmanın ötesinde medeniyetimizin çok önemli miraslarıdır. Biz de bu iki tarihi şehir arasında gönül köprüsü kurarak 31 ilçemizdeki 11. Sınıf öğrencilerimizi yüksek hızlı trenle gününbirlik İstanbul’a götürüyoruz. Bu yılki programlara 26 bin 176 öğrencimiz ve sorumlu öğretmenimiz katılıyor. Bugüne kadar 112 binin üzerinde gencimizi İstanbul ile buluşturduk. YHT ile gününbirlik İstanbul gezilerimiz gençlerin hayatında iz bırakıyor. Projemize değer kattıkları için tüm öğrencilerimize ve ailelerine teşekkür ediyorum” diye konuştu.

“Bizler, gençlerimizin sadece bugünü değil, kökleriyle beslenen yarınları



inşa etmesini istiyoruz” diyen Başkan Altay, “İstanbul gibi tarihimizin ve medeniyetimizin kalbinde yer alan bir şehirde, ecdadımızın izlerini sürmek, gençlerimizin kimlik bilincini güçlendirecek ve onları daha donanımlı bireyler haline getirecektir. Bu amacımızı gerçekleştirmemize destek olduğu için Ulaştırma ve Altyapı Bakanımız Sayın Abdulkadir Uraloğlu’na ve TCDD Genel Müdürümüz Veysi Kurt beye de şükranlarımı sunuyorum” ifadelerini kullandı.

GEZİYE KATILAN ÖĞRENCİLER BAŞKAN ALTAY’A TEŞEKKÜR ETTİ

Katıldıkları tarih ve kültür gezisiyle İstanbul’u yakından görme fırsatı buldukları için çok mutlu olduklarını ifade eden öğrenciler de hayatlarında iz bırakan böyle anlamlı bir deneyimi kendilerine yaşatan Başkan Altay’a teşekkürlerini ilettiler.

PROGRAMDA İSTANBUL’UN KALBI VAR

Sabahın ilk ışıklarıyla yüksek hızlı trenle Selçuklu Gar’dan İstanbul’a seyahat eden öğrenciler için trende düzenlenen tiyatro gösterisi yolculuğa renk katıyor. Tarih kokan şehre ulaştıkları

andan itibaren ecdadın izlerini arayan Konyalı gençler, Eyüp Sultan Camii ziyaretiyle başladıkları İstanbul yolculuğunda vapurla boğaz turuna katılarak boğaz etrafındaki tarihi eserleri yakından görüyor. Ayrıca Gülhane Parkı’nda tarihle buluşan gençler, Ayasofya-i Kebir Camii ile Sultan Ahmet Camii ve meydanı gibi tarihi mekânları da keşfetme imkânı buluyor.



TOPLUMDA ÖFKE KONTROLÜ BOZUKLUĞU VE SEBEPLERİ

Hepimiz gün içerisinde birçok duygu hissederiz. Kimi zaman düşüncelerimiz kimi zaman ise karşılaştığımız olaylar karşısında farklı duygularımız tetiklenir.

Günümüz toplumlarında bireyler, artan stres faktörleri, sosyal baskılar ve ekonomik zorluklar nedeniyle öfkeyle daha sık karşı karşıya kalmaktadır. Öfke, her bireyin zaman zaman yaşadığı doğal bir duygudur, ancak kontrol edilemediğinde hem bireyin hem de çevresindekilerin yaşam kalitesini olumsuz etkileyebilir. Bu bağlamda öfke kontrolü, bireyin sağlıklı sosyal ilişkiler kurmasında ve ruhsal dengesini korumasında kilit rol oynamaktadır.

Öfke kontrolü, bireyin öfkesini tanıması, bu duyguyu sağlıklı bir şekilde ifade etmesi ve olumsuz tepkilerden kaçınarak davranışlarını bilinçli şekilde yönlendirebilme becerisidir. Bu beceri, stresli ya da kıskırtıcı durumlarda bireyin daha sakin kalmasına, mantıklı kararlar almasına ve çatışma çözümünde yapıcı olmasına yardımcı olur.

Öfke Kontrol Bozukluğunun Nedenleri

Çocukluk Travmaları ve Aile İlişkileri: Şiddet, ihmal ya da sevgi eksikliğiyle büyüyen bireylerde öfke tepkileri daha yoğun olabilir.

Stres ve Anksiyete: İşsizlik, ekonomik problemler, sınav stresi gibi durumlar

öfke eşğini düşürebilir.

Psikolojik Rahatsızlıklar: Depresyon, bipolar bozukluk veya kişilik bozuklukları gibi durumlar öfke kontrolünü zorlaştırabilir.

Toplumsal Baskı ve Kalabalık Yaşam: Yoğun şehir hayatı, trafik, sosyal adaletsizlik gibi etkenler bireyleri daha çabuk öfkelenmeye itebilir.

Madde Kullanımı: Alkol veya uyuşturucu kullanımı, bireyin dürtülerini kontrol etmesini zorlaştırarak öfke patlamalarına yol açabilir.

Öfke Kontrolüyle Nasıl Başa Çıkabiliriz?

Farkındalık Geliştirme: Öfkenin kaynağını tanımak, neyin tetiklediğini fark etmek önemlidir. Bu sayede öfkelendiğimiz durumları fark ederek bunlardan sakınabilir veya bunlarla mücadele yöntemlerimizi geliştirebiliriz.

Nefes ve Rahatlama Teknikleri: Derin nefes alma, gevşeme egzersizleri ve meditasyon öfke seviyesini azaltabilir. Nefes egzersizlerinin kendi içerisinde bir çok çeşidi bulunuyor. Yazımın sonunda nasıl nefes egzersizi yapılacağına dair size bilgi vereceğim.

İletişim Becerilerini Geliştirmek: Öfkeyi saldırganlık yerine yapıcı bir iletişimle ifade etmek mümkündür.



Fiziksel Aktiviteler: Spor yapmak stresi ve gerginliği azaltarak bireyin kendini daha dengeli hissetmesini sağlar.

Profesyonel Destek: Psikolog veya terapist desteğiyle birey öfke yönetimi konusunda daha etkili stratejiler öğrenebilir.

Sakinleştirici Nefes Egzersizi Nasıl Yapılır?

Sakinleştirici nefes egzersizlerinden iki farklı yöntemi sizlerle paylaşacağım.

Derin Nefes Alma: Rahat bir pozisyonda otur veya uzan. Burnundan derin bir nefes al, bu esnada karnını şişirerek içine ne kadar fazla hava alabildiğini hissetmeye çalış. Sonra yavaşça ağızdan bu havayı ver. Bu nefes alıp verme sürecini tekrar et.

4-7-8 Tekniği: Nefes alırken 4 saniye boyunca burnundan derin bir nefes al, bu nefesi 7 saniye tut ve ardından 8 saniye boyunca yavaşça ağızdan ver.

Unutulmamalıdır ki öfke, bastırılması gereken bir duygu değil, sağlıklı bir şekilde ifade edilmesi gereken bir histir.

KONFOR VE RAHATLIK BİR ÇATI ALTINDA BULUŞTU



0532 499 42 51
kontaskent.com

Selçuk Mahallesi
Şehit Ömer Halisdemir Caddesi
Selçuklu / KONYA

Kontaskent

KONYAKENT+
Office | Home Office | Shopping Center



KONYAKENT+ GRUP

Konya'nın Dev Projelerinden biri olan KONYAKENT+ Projemiz; Modern ve Özgün Mimari Yapısı ile Ankara Caddesinde Konumlandırılmıştır. Projemiz Office, Homeoffice ve Shopping Center olarak Hizmet Verecektir.

GÖRGÜLÜ grup

Görgülü Grup, başarılı geçmişiyle Konya'nın önde gelen inşaat grupları arasında yer almakta ve sektöründe lider olma vizyonuyla hareket etmektedir.

Görgülü Grup, Konya ve çevresinde önemli projelere imza atarak, bölgenin gelişimine katkıda bulunmayı sürdürmektedir. Geleceğe yönelik güçlü adımlarla ilerleyen Görgülü Grup, inşaat sektöründe güvenin ve kalitenin simgesi olmaya devam etmektedir.

Farklı
**PROJELER
MUTLU
GELECEKLER**

MAG'INN Prime



MAG'INN PRİME GRUP

Konya / Bosna Herseh Mahallesinde Bulunan Projemiz; Kadınlara Özel Rezidans ve İş Yerlerini Barındırmaktadır.

MAG'INN 96



MAG'INN 96 GRUP

Konya / Şeker Caddesinde Bulunan Projemiz; 96 Daire, 8 Ticari İş Yeri, Fitness Salonu, Çocuk Oyun Alanları, Genç Sosyal Alanları Barındırmaktadır.

MAG'INN 16 Plaza



MAG'INN 16 & Plaza

Konya / Beyşehir Çevreyolu Caddesinde Bulunan Projemiz; 16 Daire ve İş Yeri, Olarak Hizmet Verecektir.





Endüstriyel Isıtmada Çözüm Ortağınız

Firma olarak, endüstriyel alanların ısıtılması konusunda kapsamlı çözümler sunuyoruz. Fabrika, atölye, cafe, restoran ve benzeri pek çok alanda, doğal gaz ve elektrikli ısıtma çözümleri ile müşterilerimizin ihtiyaçlarına yanıt veriyoruz. Sektördeki deneyimimiz ve uzman ekibimizle, müşterilerimize en verimli ve ekonomik çözümleri sunarak, işletmelerinin ısıtma sistemlerinden maksimum verimi almalarını sağlıyoruz.

Projeden montaja, altyapı işlerinden anahtar teslim taahhütlere kadar geniş bir hizmet yelpazesi sunuyoruz. Müşterilerimizin ihtiyaçlarını analiz ederek, en uygun ısıtma çözümünü belirliyor ve projeyi hayata geçirirken her aşamada kalite standartlarına sadık kalıyoruz. Müşteri memnuniyetini ön planda tutarak, her projede güvenilir ve uzun ömürlü ısıtma çözümleri sunmayı hedefliyoruz.

Bizimle çalışan müşterilerimiz, endüstriyel ısıtma konusunda güvenilir bir partner bulduklarını bilmelidir. Her işimizde titizlikle çalışarak, müşterilerimizin işletmelerinde sıcaklık konforunu artırmak ve enerji verimliliğini sağlamak için çabalıyoruz. Siz de işletmenizin ısıtma ihtiyaçları için bize güvenebilir, profesyonel ve kaliteli hizmetimizden faydalanabilirsiniz.

ÜÇ BOYUTLU DEFORMİTE SKOLYOZ

Skolyoz terimi ilk olarak Hipokrat tarafından tanımlanmıştır ve eğrilik anlamına gelmektedir. Frontal düzlemde aynı hizada olması gereken vertebra- ların, herhangi bir nedenle dizilimle- rinin bozulmasına ve ayakta çekilen direkt röntgenlerde Cobb açısı ile ölçülen 10° ve üzerindeki lateral eğrilik- ler “skolyoz” olarak tanımlanmaktadır. Ancak skolyoz sadece lateral eğrilik değildir, üç boyutlu bir deformitedir.

Skolyoz vertebranın yapısal problemleri, nöromusküler problemler, bacak kısalığı gibi nedenlerle de oluşabilir ancak skolyozun oldukça büyük bir kısmı idiopatikdir. Skolyoz multifaktör- yal nedenler ile ortaya çıkar, etiyolojik çalışmalar idiopatik skolyozun kesin nedenini halen ortaya koyamamaktadır. Çocuklarda ve adolesanlarda genel olarak röntgen üzerinden ölçülen Cobb açısı 15 – 25 dereceler arasında ise gözlem ve skolyoza özel egzersizler; Cobb açısı 25 derecenin üzerinde ise skolyoza özel egzersizler ile birlikte

korse kullanımı önerilir. Erişkinlerde ise 30 derece ve üstünde skolyoza özel egzersizler önerilmektedir. Klinik değerlendirme sonuçlarına göre skolyozun progresyon riskine göre daha küçük açılarda da korse kullanımına başlanabilir.

SKOLYOZDA EN ETKİLİ YÖNTEM SCHROTH TEDAVİSİ

Üç boyutlu Schroth skolyoz rehabilitasyonu, uzman doktor kontrolünde fizyoterapist eşliğinde bireysel egzersiz programlarından oluşur. Asimetrik postürün düzeltilmesi ve hastanın günlük yaşam aktivitelerinde doğru postürüsürdürmesini sağlamak hedeflenir.

Hastalara düzeltme teknikleri için gerekli uyarılar sağlanır, ayna yardımıyla da bu uyarı artırılır. Dışarıdan yapılan uyarılar bant, top gibi malzemeler kullanılarak da elde edilebilir.



SCHROTH METODU TÜM DÜNYA GENELİNDE ÖZELLİKLE

idiyopatik skolyoz tedavisinde sıklıkla kullanılan ve etkisi kanıtlanmış bir yöntemdir. Hastanın tedavi programının bilincinde olması, programa düzenli katılımı ve isteği tedaviden alınacak sonucu önemli ölçüde etkilemektedir. Egzersizin ana amaçları, dinamik ve statik dengenin kontrolüyle birlikte normal postural düzgünlüğün yeniden oluşup korunmasını sağlamak, eğrideki ilerlemeyi durdurmak ve gerilemeye yardım etmek, ağrı eşliğini yükseltmek, vital kapasiteyi ve yaşam kalitesini arttırmak, düzgün duruş alışkanlığını hastaya kazandırarak korse gereksinimi ve skolyozla ilişkili cerrahi uygulamaya gidişin azaltılmasına katkı sağlamaktadır.

Schroth tedavisi sonrası yapılan çalışmalar egzersizler uygulandıktan sonra 3 yıl takip edilen skolyoz hastalarının eğriliklerinde herhangi bir artış olmadığını da kanıtlamaktadır.

Son olarak Schroth rehabilitasyonunda egzersizlerin bireysel olduğu akıldan çıkarılmamalı, doğru ve dikkatli bir değerlendirme ile kişiye özel egzersiz programı oluşturulmalıdır.



TÜM ENERJİMİZLE 80.000 KM2'LİK ALANDA 3000 ÇALIŞANIMIZLA 3,7 MİLYON

Vatandaşımıza Kesintisiz, Kaliteli ve Güvenli Enerji Sunmak İçin Durmaksızın Çalışıyoruz.

Toplumda Öfke Kontrol Problemi: Nedenleri ve Psikiyatrik Yaklaşımlar

UZM. DR. FADİME ŞİMŞEK

Öfke, her insanın zaman zaman yaşadığı doğal bir duygudur. Ancak bu duygunun şiddetli, sık ve kontrolsüz biçimde yaşanması, bireysel yaşam kalitesini düşürmenin yanı sıra toplumsal ilişkileri de olumsuz yönde etkiler. Günümüzde giderek artan öfke kontrol problemleri, hem ruh sağlığı profesyonellerinin hem de toplumun dikkatini çeken önemli bir sorundur.

Psikiyatrik açıdan değerlendirildiğinde öfke kontrol gücü, çeşitli psikiyatrik bozukluklarla ilişkilendirilebilir. Özellikle dürtü kontrol bozuklukları, antisosyal ve borderline kişilik bozuklukları, bipolar bozukluk, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) gibi durumlarda öfke nöbetleri sıkça görülebilir. Ayrıca travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) geçiren bireylerde de öfke, savunma veya tetiklenme mekanizması olarak ortaya çıkabilir. Bu kişiler genellikle geçmiş yaşantılarındaki çözülmemiş travmalar nedeniyle öfkeye daha yatkın hale gelirler.

Çocukluk döneminde yaşanan duygusal ihmaller, fiziksel ya da psikolojik şiddet ve sağlıklı ebeveyn modelleri, bireyde öfke ifadesiyle ilgili kalıpların bozuk gelişmesine neden olabilir. Kişi, duygu düzenleme becerilerini geliştirmeden büyüdüğünde, stresli durumlarda baş ederken öfkeye başvurma eğiliminde olur.

Toplumsal düzeyde ise hızlı şehirleşme, ekonomik kaygılar, sosyal adaletsizlik algısı, artan rekabet, empati yoksunluğu ve sosyal medya gibi dijital platformlarda maruz kalınan kutuplaştırıcı içerikler, bireylerin öfke eşiklerini düşürmektedir. Ayrıca toplumsal hoşgörü kültürünün zayıflaması, bireyleri çatışma çözümünde sağlıklı yöntemlere yönlendirebilir.



Bu sorunlarla baş edebilmek için çok boyutlu çözümlere ihtiyaç vardır. Bireysel düzeyde psikoterapi, özellikle bilişsel davranışçı terapi (BDT), duygu düzenleme becerilerini güçlendirmede etkilidir. Mindfulness temelli yaklaşımlar, bireyin anda kalma ve tepkilerini gözlemleme becerisini artırır. Gerekli durumlarda psikiyatrik değerlendirme ve uygun ilaç tedavisi de düşünülmelidir.

Toplumsal düzeyde ise eğitim sistemine duygu yönetimi, iletişim ve empati eğitimi entegre edilmeli; medya dili daha sağlıklı hale getirilmeli ve psikolojik destek mekanizmaları yaygınlaştırılmalıdır. Ancak bu şekilde bireyin ve toplumun sağlıklı bir öfke yönetimi geliştirmesi mümkün olabilir.



SAĞLIKLI NESİLLER İÇİN

doğal süt keyfi...



RİSKLERDEN ETKİLENEN İNŞAAT SEKTÖRÜ BÜYÜMESİNE DEVAM EDİYOR

Geçtiğimiz günlerde Türkiye Müteahhitler Birliği (TMB), 2025 yılının ilk çeyreğine yönelik İnşaat Sektörü Analizi Raporu'nu yayımladı. Yayınlanan rapora göre yılın ilk çeyreğinde sektörün, çeşitli sebeplerle finansal risklerden etkilendiği vurgulandı. Türk inşaat sektörünün zorlanabileceğine dikkat çekilirken, buna karşın TÜİK tarafından açıklanan İnşaat Üretim Endeksi'ne göre Şubat ayında inşaat üretimi aylık bazda %0,3 azalırken, yıllık bazda %12,7 artış kaydettiği belirtildi.

Raporda 2024 yılını tüm ekonomik ve jeopolitik olumsuzluklara rağmen, deprem bölgesinin yeniden inşasının da etkisiyle genel ekonominin üzerinde bir büyüme ile bitiren inşaat sektörünün, 2025 yılının ilk çeyreğinde de aynı problemlerle yoluna devam ettiği belirtildi. Sektör için zorlu koşullara dikkat çekilen raporda, yurt içinde yüksek inşaat maliyetleri, tasarruf tedbirleri paketi çerçevesinde zorunlu haller ve deprem bölgesi hariç ara verilen kamu yatırımları ve durdurulan projelerin müteahhitlerinin tasfiye hakkı talebi, sektörün eleman sorunu devam ederken yurt dışında ise artan jeopolitik gerilimlere bağlı olarak yaşanan pazar kaybı, yurt dışında üstlenilecek projelerde teminat mektubu sorunu sektörün en önemli problemleri arasında yer almaya devam ediyor.

Maliyetler 2020'den Bu Yana En Düşük Artış Seviyesinde

TÜİK tarafından açıklanan İnşaat Üretim Endeksi'ne göre Şubat ayında inşaat üretimi aylık bazda yüzde 0,3 azalırken, yıllık bazda yüzde 12,7 artış kaydettiğine dikkat çekilen raporda, "İnşaatın alt sektörleri incelendiğinde, Şubat ayında bina inşaatı sektörü endeksi aylık bazda %0,9 azalırken yıllık bazda %14,9 artmıştır. Bina dışı yapıların inşaatı sektörü endeksi aylık bazda %0,2 azalırken yıllık bazda



ERSİN OKTAY İNŞAAT
YÖNETİM KURULU BAŞKANI
ERSİN OKTAY

%10,3 artmış ve özel inşaat faaliyetleri sektörü endeksi aylık bazda %1,6 ve yıllık bazda %7,1 yükselmiştir. TÜİK tarafından açıklanan İnşaat Maliyet Endeksi verilerine göre malzeme ve işçilik maliyetlerindeki artış, ivme kaybına rağmen devam etmiştir. Endeks, Şubat ayında aylık bazda %1,24, yıllık bazda ise %23,94 oranında artmıştır. Böylece Kasım 2020'den bu yana en düşük yıllık artış görülmüştür. İnşaat Maliyet Endeksi kapsamındaki malzeme endeksi Şubat'ta aylık bazda %1,99 ve yıllık bazda %19,49 artarken; işçilik endeksi aylık bazda %0,02 azalmış, yıllık bazda ise %32,38 yükselmiştir" ifadelerine yer verildi.

Konut Satışlarında Artış Devam Ediyor

2025'in ilk çeyreğinde ipotekli konut satışlarında belirgin bir artış gözlem-

lendi. Faizlerin yüksek olmasına rağmen, konut alıcıları bankalardan kredi kullanarak ev sahibi olmaya devam etti. Ancak, özellikle ilk el konut satışlarında düşüş yaşanması, inşaat sektöründeki arz sıkıntılarının ve yüksek inşaat maliyetlerinin etkisini gösteriyor. Satışlar, daha çok ikinci el konutlarda yoğunlaşırken, yeni projelere olan talep beklenen seviyeye ulaşamıyor.

Konut alıcıları, artan fiyatlar, inşaat maliyetlerinin ve faiz oranlarının yüksek olması sebebiyle alım gücünde zorluk yaşıyor.

Yalçın Eğitim Kurumları ile
birlikte yeni hikayeler yazmak için

LGS

YAZ KURSU
5 TEMMUZ'DA
BAŞLIYOR.



Yalçın Eğitim Kurumları ile
birlikte yeni hikayeler yazmak için

TYT
YAZ KURSU
5 TEMMUZ'DA
BAŞLIYOR.



KONYA KEBAP EVİ

**ULUSLARARASI
LEZZET BİRİNCİLİĞİ ÖDÜLÜ
ALAN RESTORAN**

**MESUT
TEKİN**

REZARVASYON: 444 8 742





BAYKOLET

Since 1963

 Kaliteli Ette Tek Adresiniz



BAYKOLET

Since 1963

Fevziçakmak, 10539. Sk.
NO:22 Karatay/Konya
0 332 342 22 99
www.baykolet.com.tr



ÖFKENİN EĞİTİLMEDİĞİ GELECEK

Zaman, su gibi değil; artık ışık hızıyla akıyor. İnsanlık, dijital devrimle birlikte bir dönüm noktasına geldi. Bilgi, hiç olmadığı kadar erişilebilir; iletişim, tarihte görülmemiş bir hızla gerçekleşiyor. Fakat ne gariptir ki, bu kadar kolay ulaşılabildiğimiz bir çağda, birbirimize bu kadar uzak düştük. Ekranlar arasına sıkışmış insan ilişkileri, sabrın, anlayışın ve duygudaşlık duygusunun törpülenmesine yol açtı. Toplum, bireyden başlar; birey ise duygularıyla var olur. Bu bağlamda öfke, çağın sessiz çığı olarak hayatları sağır etmeye devam ediyor.

Bazı çağlar bağırarak susar. İnsanlar konuşur gibi yapar ama aslında sustukça içinden kanar. İşte biz, o çağın içindeyiz. Modern görünümünün, dijital parlantının, yüksek binaların, hızlı arabaların, akıllı cihazların çağında; insanın özüyle olan irtibatı kesildi. Yalnızlaştık. Kendi sesimizi bile duyamaz olduk. Ve bu sessizlik, giderek büyüyen bir öfkeye dönüştü.

Bugün sokaklar, sabırsız adımlarla dolu. Trafikte camlar arkasından taşan çığlıklar; okul koridorlarında öfkeyle duvara çarpan çantalar; evlerde sessizliğin içini delen yüksek tonlu cümleler... Her biri, anlaşılma-şılığın, değersizlik hissini ve iletişimsizliğin yankısı. Toplumun sinir uçları açıkta geziyor sanki en küçük dokunuşta irkilen, savunmaya geçen, saldırıya hazır bir kalabalık içindeyiz. Ve biz, her geçen gün biraz daha birikiyoruz kendimize; bastıkça içimize, bir başka köşemizden taşan bir öfkeye uyanıyoruz. Ve artık öfke sadece bireysel değil, toplumsal bir mesele haline geldi. Ekonomik zorluklar, adaletsizlik hissi, sosyal medya baskısı ve aidiyet eksikliği... Ve daha nice hep birlikte modern bireyin duygusal dengesini zorluyor. Gün geçtikçe de sadece bireyleri değil aile yapısını, sosyal dokuyu ve nihayetinde toplumsal huzuru tehdit eden bir yapıya dönüşüyor.

Peki, bu öfkenin kaynağı nedir? Öfkenin asıl kaynağı, çoğu zaman derinlerde yatan kırınglık ve anlaşılma-şılıktır. İnsanlar, içlerindeki acıyı, ihmal edilmiş hissini, adaletsizliğin izlerini içlerine gömmek zorunda kaldıklarında, bu duyguların yerini kontrolsüz öfke alır. Çünkü dinlenmediğimizi hissediyoruz. Çünkü görülmediğimizi düşünüyoruz. Çünkü anlamak yerine yargılamaya, dinlemek yerine cevap yetiştirmeye odaklanıyoruz. Hal böyle olunca da bastırılmış acının en kolay dışavurumu olan öfkeye başvuruyoruz.

Bizim medeniyetimiz bu anlamda daha şanslıdır çünkü bize, duygularla mücadeleyi değil, duygularla barışmayı öğretmiştir. Hz. Ali'nin şu sözü ne kadar da anlamlıdır: "Öfke, aklın ateşidir. Onu söndürmeden konuşma." Anadolu irfanı da aynı şeyi söyler: "Sabır, öfkeyi bal eylemektir." Mevlânâ'nın "Sabır, öfkeyi bal eylemektir." sözü; Yunus Emre'nin "Bir kez gönül yıktın ise bu kıldığın namaz değil." uyarısı... Tüm bu ve bunlar gibi yüzlerce kadim öğüt, sadece bireysel ahlâk için değil, aynı zamanda toplumsal barış için de birer rehberdir. Çünkü bu toplumların değerleri, sadece kültür değil aynı zamanda psikolojik dirençtir.

Bu direncin öğreticisi Anadolu irfanı, duygularla başa çıkmayı öğreten bir yaşam okuludur. Eğitim politikalarımız da bu köklü anlayışı modern yaklaşımlarla harmanladığı takdirde; ailede başlayıp okulda şekillenen ve toplumda kök salan eğitim, hem bireyi hem toplumu hoşgörür, sevgi, sabır ve merhamet duygularıyla en doğru şekilde şekillendirecektir. Ütopik olmayan bu salt gerçeklik hususunda özü meydana getiren ailelere de büyük görevler düşüyor. Çünkü bir çocuk, annesinin sabrında, babasının sözlerinde insan olmayı öğrenir. Eğer çocuk; evinde, çevresinde, ekranda, dijital

İşte tam da bu çıkmaz durumda, özün özünde olan çözümün merkezinde yer alan eğitime ihtiyaç duyuyoruz. Evet, belki eğitim de tek başına öfkeyle başa çıkamaz fakat her şeyin eğitimle başladığını da unutmadan hareket ederek hem içimizde hem de dışımızda öfkeye dur demeliyiz!

Daha ilk yaşlarından itibaren çocuklar, okul iklimini yaşayan öğrenciler ve kademe kademe büyüyen her insan, öfkeyi bastırma-şılığını değil, dönüştürmeyi öğrenmelidir. Zira bastırılan öfke, bir gün patlar ama dönüştürülen öfke, bireyi olgunlaştırır, toplumu güçlendirir. Bu anlamda "Öfke bir meşaledir; elinde tutarsan önce seni yakar." sözü, sadece bireysel değil toplumsal bir uyardır aslında. Çünkü öfkesini dönüştürmeyi bilmeyen, kontrol edemeyen birey, zamanla ailesine, çevresine ve hatta içinde yaşadığı topluma zarar verir.

Bizim medeniyetimiz bu anlamda daha şanslıdır çünkü bize, duygularla mücadeleyi değil, duygularla barışmayı öğretmiştir. Hz. Ali'nin şu sözü ne kadar da anlamlıdır: "Öfke, aklın ateşidir. Onu söndürmeden konuşma." Anadolu irfanı da aynı şeyi söyler: "Sabır, öfkeyi bal eylemektir." Mevlânâ'nın "Sabır, öfkeyi bal eylemektir." sözü; Yunus Emre'nin "Bir kez gönül yıktın ise bu kıldığın namaz değil." uyarısı... Tüm bu ve bunlar gibi yüzlerce kadim öğüt, sadece bireysel ahlâk için değil, aynı zamanda toplumsal barış için de birer rehberdir. Çünkü bu toplumların değerleri, sadece kültür değil aynı zamanda psikolojik dirençtir.

Bu direncin öğreticisi Anadolu irfanı, duygularla başa çıkmayı öğreten bir yaşam okuludur. Eğitim politikalarımız da bu köklü anlayışı modern yaklaşımlarla harmanladığı takdirde; ailede başlayıp okulda şekillenen ve toplumda kök salan eğitim, hem bireyi hem toplumu hoşgörür, sevgi, sabır ve merhamet duygularıyla en doğru şekilde şekillendirecektir. Ütopik olmayan bu salt gerçeklik hususunda özü meydana getiren ailelere de büyük görevler düşüyor. Çünkü bir çocuk, annesinin sabrında, babasının sözlerinde insan olmayı öğrenir. Eğer çocuk; evinde, çevresinde, ekranda, dijital

dünyada... Öfke, şiddet ve nefret dolu im- gellerle büyürse sevgi dilini konuşmakta zorlanır. Oysa bir milletin geleceği, çocuklarının dilinde şekillenir. Ve bu dilde, öfkeye yer olmamalıdır.

Sağlıklı bir toplumun, sağduyulu bireylerin omuzlarında yükselmesini isteyen milletler bilmelidir ki "Bir çocuğa ne verirsiniz, bir topluma onu verirsiniz." Bu yüzden iyi, güvenilir, ahlaklı ve yaşanabilir bir toplumda yaşamak istiyorsak bir çocuğun aklına ve kalbine önce iyilik vermeliyiz.

Son söz niyetine; bir milletin ruhu, ortak duygularla yoğrulur. Eğer bu ortak duygular öfkeyle kirlenirse, toplum çatırda. Ama sevgiyle, saygıyla, anlayışla beslenirse o toplum, her çağda dimdik ayakta durur. Çünkü "Yığıt, öfkesini yenen kişidir" ve biz, tarihten bu yana nice öfkesini yenmiş, sabırla zafer kazanmış bir milletiz. Geleceği de ancak bu ruhla inşa edebiliriz.

Ve asla unutmamalıyız ki "Geleceği, kendine hâkim olanlar inşa eder; öfkesine teslim olanlar değil."





MOBİLYA GRUPLARIMIZ

Koltuk, Baza,
Başlık, Yatak,
Yemek Odaları,
Tv Üniteleri,
Sehpalar,
Halılar



DÜĞÜN
PAKETİ
ALAN
HERKESE
KINA
ORGANİZASYONU
BİZDEN
HEDİYE

Alkanlar Deluxe Mobilya



alkanlar_deluxe_mobilya



KONYA VE ÇUMRA
ŞUBELERİMİZDE
HER AYIN 20'Sİ
TEŞHİRDE
%15 İNDİRİM



ALKANLAR[®]
Deluxe

Biz Kimiz?

Kaliteyi, konforu ve estetiği bir araya getiren, koltuk, baza, başlık ve yatak üretiminde uzmanlaşmış bir mobilya firmasıyız. Aylık 100 takım koltuk üretim kapasitesine sahibiz. Her ürünümüzde usta işçiliği, modern tasarımı ve dayanıklılığı ön planda tutarak, yaşam alanlarınıza değer katıyoruz.



Hasan Hüseyin ALKAN

0 534 484 11 70



www.alkanlardeluxemobilya.com



TOKAREV

SAVUNMA SİLAH SANAYİ



TOKAREV ★
SAVUNMA SİLAH SANAYİ

TOKAREV SAVUNMA SİLAH SANAYİ LTD ŞTİ
HAMİDİYE MAHALLESİ MİMAR SİNAN CADDESİ NO : 5
BEYŞEHİR / KONYA

INFO@TOKAREVARMS.COM - WWW.TOKAREVARMS.COM

www.aldegard.com

BAHÇENİZDE

Güneşin Keyfini Çıkarın



ALDEGARD®
ALUMINIUM GARDEN FURNITURE

www.aldegard.com

BAHÇENİZE

Değer Katın



ALDEGARD®
ALUMINIUM GARDEN FURNITURE

KALİTELİ
HİDROLİK
YÜKSEK
Performans



FÜHRER
GROUP



Fühler Online



SAĞLAM HİZMET



Teknoloji, zaman ve ekip yönetimiyle sektörün ihtiyacı olan kaliteli ürünlerimizi güncel yazılım ve tezgahlarda işleyip, montajlayarak tüketicimize ulaştırıyoruz.



Kıtalararası
Yol Aldık



Müşteri Odaklı
Fiyat Uyguladık



Güven
Kurduk

FÜHRER
GROUP



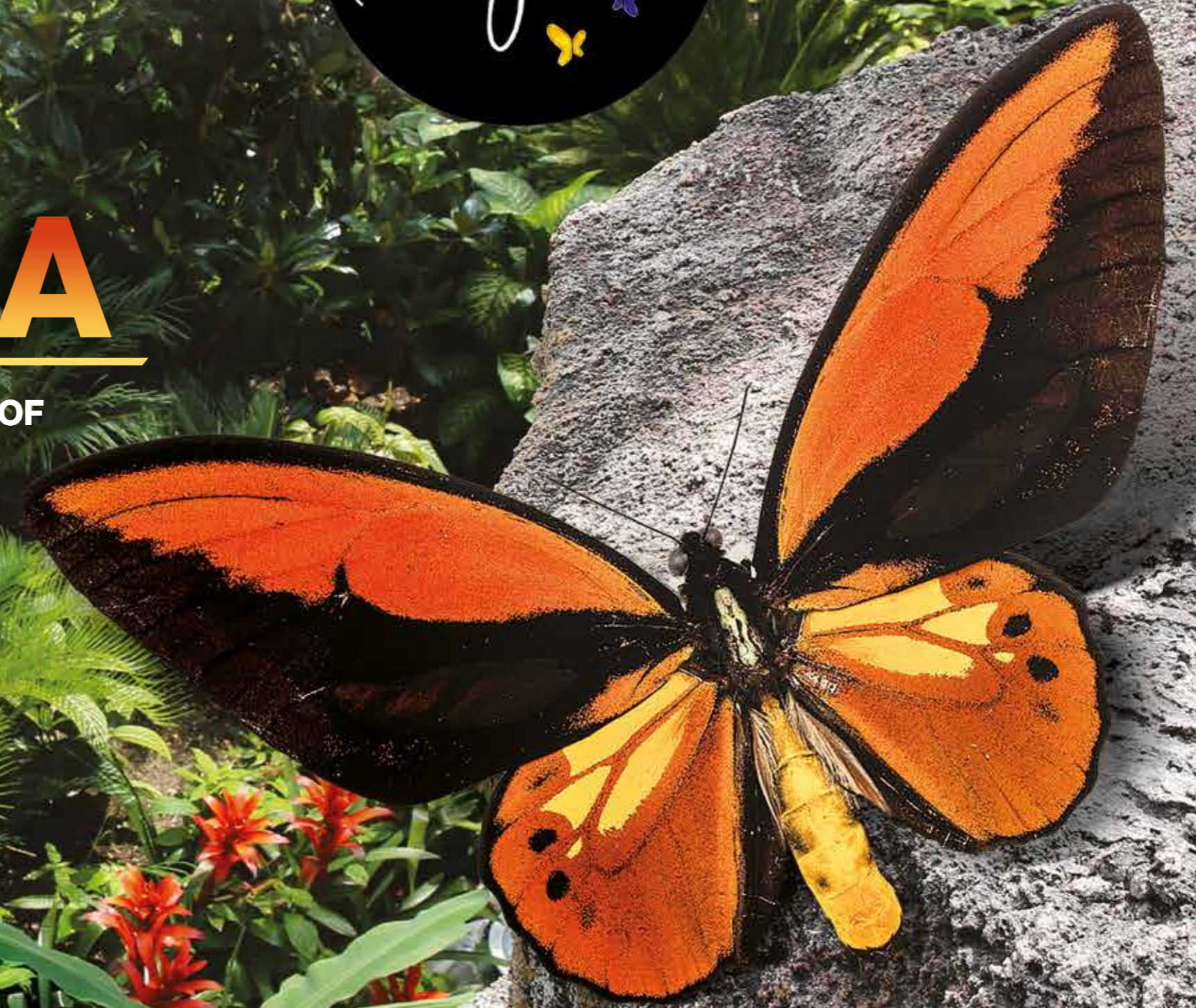
CREATIVE
results in
HYDRAULIC TECHNOLOGY

fuhler.com.tr

PUPADAN
KELEBEGE
YARATILIS
MUCİZESİ
KONYA'DA

FROM PUPA TO BUTTERFLY, WITNESS OF
THE CREATION IN KONYA

www.konyatropikalkelebekbahcesi.com/tr



SELÇUKLU
BELEDİYESİ

Ahmet
PEKYATIRMACI
SELÇUKLU BELEDİYE BAŞKANI



KONYA TROPİKAL
KELEBEK BAHÇESİ

EVENTS
CALENDAR

4 MAYIS PAZAR

BLOK3



9 MAYIS CUMA

CANBAY & WOLKER



11 MAYIS PAZAR

FATMA HASÇELİK



14 MAYIS ÇARŞAMBA

AT1242



16 MAYIS CUMA

ANATOLIAN SESSIONS



21 MAYIS ÇARŞAMBA

WEGH



23 MAYIS CUMA

SERDAR ORTAÇ



Vip Rez. 0534 884 04 42 Rez. 0332 221 50 65

HAFTA BOYUNCA

BITMEYEN
EĞLENCE



PAZARTESİ DJ ÇAGRI BAYER

RADIO DAY

SALI

ÇARŞAMBA DJ BURAK TOKAT

MADE IN FROG

PERSEMBE

CUMA KARISIK KASET

DJ DIYAR KAYLAN

CUMARTESİ

PAZAR PAZAR KAFASI

REZ.0535 697 03 32 -0332 221 50 66

MERAM'IN TARIM POLİTİKALARINA BAKAN YUMAKLI'DAN TAM NOT

Meram Belediye Başkanı Mustafa Kavuş, AK Parti Konya Milletvekili Mehmet Baykan ile birlikte Tarım ve Orman Bakanı İbrahim Yumaklı'yı makamında ziyaret etti. Gerçekleştirilen görüşmede Meram'da yürütülen tarım ve hayvancılık faaliyetleri, belediyenin sürdürülebilir tarım politikaları ve kırsal kalkınma vizyonu masaya yatırıldı.

Meram Belediye Başkanı Mustafa Kavuş, AK Parti Konya Milletvekili Mehmet Baykan ile birlikte Tarım ve Orman Bakanını İbrahim Yumaklı'yı makamında ziyaret ederek ilçenin tarım ve hayvancılık politikalarını başkent Ankara'ya taşıdı. Bakan Yumaklı, Milletvekili Baykan ve Başkan Kavuş, Meram'da bugüne kadar yapılan ve önümüzdeki süreçte hayata geçirilecek tarım projeleri hakkında fikir alışverişinde bulundular.

BAŞKAN KAVUŞ, MERAM TARIMI İÇİN HAYATA GEÇİRDİKLERİ PROJELERİ ANLATTI

Ziyaret sırasında Başkan Kavuş, Meram Belediyesinin tarım alanında attığı adımları detaylı şekilde Bakan Yumaklı'ya aktardı. Özellikle tarım arazilerinde son dönemde artan kaçak yapılaşmayla mücadelede izlenen yöntemler hakkında bilgi veren Başkan Kavuş, hem çevreyi hem de tarımsal üretimi tehdit eden bu yapılarla ilgili yürütülen kararlı mücadelenin süreceğini vurguladı. Başkan Kavuş, Konya'nın ilk fide üretim Merkezi Konya Fide ve Meram Sahipsiz Hayvan Doğal Yaşam Alanı gibi belediyenin öncü projelerini de görüşmede gündeme getirerek bu yatırımlar hakkında Bakan Yumaklı'yı bilgilendirdi. Milletvekili Mehmet Baykan ve Başkan Mustafa Kavuş, bilgilendirmelerinin sonunda nazik ev sahipliği ve Meram'a desteklerinden dolayı Bakan Yumaklı'ya teşekkür ettiler.



BAKAN YUMAKLI, MERAM'IN ÖRNEK TARIM POLİTİKALARI İÇİN BAŞKAN KAVUŞ'A TEŞEKKÜR ETTİ

Başkan Kavuş, görüşmede Meram'da kırsal kalkınmayı öncelleyen belediyecilik anlayışının artarak devam edeceğini ifade ederken Tarım ve Orman Bakanı İbrahim Yumaklı da, Meram Belediyesinin özellikle üreticiye destek sağlayan uygulamaları, çevre hassasiyeti ve hayvan refahına yönelik çalışmaları nedeniyle Başkan Kavuş'a teşekkür etti. Yerel yönetimlerin tarım ve hayvancılıktaki rolünün önemine dikkat çeken Tarım ve Orman Bakanı İbrahim Yumaklı, Meram Belediyesinin örnek çalışmalarının diğer yerel yönetimlere de ilham vermesi gerektiğini belirterek, Başkan Kavuş'a ve ekibine başarılar diledi.



KONYA FİDE'DE YENİ SEZON SATIŞLARI BAŞLADI

Konya'nın ilk ve tek sebze fidesi üretim tesisi olan Konya Fide, yeni sezon satışlarına başladı. Tesiste incelemelerde bulunan Meram Belediye Başkanı Mustafa Kavuş, "Bu tesislerde üretilen ve cazip fiyatlarla sunulan fidelele kazanan üreticimiz, çiftçimizdir. Tüm üreticilerimize ve hobi amaçlı fide diken hemşehrilerimize bol ve bereketli bir sezon diliyorum" dedi.

2019 yılında Meram Belediyesi öncülüğünde, Karatay Ziraat Odası ve Konya Sebze Üreticileri Birliği iş birliğiyle, KOP desteğiyle kurulan ve Konya'nın ilk ve tek sebze fidesi üretim tesisi olan Konya Fide, yeni sezon satışlarına başladı. Meram Belediye Başkanı Mustafa Kavuş, yeni sezonun başlaması dolayısıyla tesiste incelemelerde bulundu.

BAŞKAN KAVUŞ; "TÜM ÜRETİCİLERİMİZE BOL VE BEREKETLİ BİR SEZON DİLİYORUM"

Üretim ve satış alanlarını denetleyen Başkan Kavuş, yetkililerden çalışmalar hakkında bilgi aldı. İncelemelerinin ardından açıklamalarda bulunan Başkan Kavuş, baharın gelmesiyle birlikte fide dikim sezonunun başladığını belirterek, tüm üreticilere ve hobi amaçlı fide diken hemşehrilerine bol ve bereketli bir sezon diledi. Konya Fide'nin geçmiş yıllarda olduğu gibi bu yıl da üreticilerin birinci adresi olacağına işaret eden Başkan Kavuş, tesisin aynı anda 2,5 milyon, tüm sezon boyunca da 12 milyon fide üretim kapasitesiyle, Konya'nın yıllık yüz milyonluk fide ihtiyacının yüzde onundan fazlasını karşılayacak güçte olduğunu hatırlattı.

BAŞKAN KAVUŞ; "KONYA FİDE KALİTEDEN FİYATA KADAR HER YÖNÜYLE, ÜRETİCİLERE FIRSATLAR SUNAN BİR TESİS"

Konya Fide'nin, sadece çiftçiler için değil, hobi amaçlı üretim yapanlar için de önemli bir yatırım olduğunu söyleyen Başkan Kavuş; "Fidelerimiz Konya'nın havasında, toprağında, hastalıktan uzak, ari ve hibrit tohumlarla üretiliyor. Nakliye maliyetlerini düşürüyor, fide kayıplarını önüyor ve üreticimize büyük avantajlar sağlıyor. Geçtiğimiz yıllarda gördüğümüz ilgi bizi çok memnun etmişti, bu sezon da hemşehrilerimizin birinci tercihi olmayı sürdüreceğimize inanıyorum. Gösterdikleri ilgi için hemşehrilerimize teşekkür ediyor, ilgilerine layık olmak adına en iyi ürünü en ucuz verebilmenin çalışmasını sergiliyoruz" şeklinde konuştu.

"FİDE SATIŞLARI HER YIL OLDUĞU GİBİ BU YIL DA DÖRT AYRI NOKTADA GERÇEKLEŞTİRİLECEK"

Konya Fide'nin, hem yerel üreticinin yükünü hafiflettiğini hem de tarımsal üretime güçlü bir katkı sunduğunu da belirten Başkan Mustafa Kavuş, "Fiyatlarımızı piyasa rekabeti için değil, üreticimize destek olabilmek adına belirliyoruz. Vatandaşlarımızın ve çiftçilerimizin memnuniyeti, bizim için her şeyden önemli. Tesiste fide satışları başladı ancak vatandaşlarımız 28 Nisan Pazartesi gününden itibaren şehrin farklı bölgelerinde oluşturulacak satış noktalarından da fide temin edebilecekler. Tesisin kendisi ile birlikte Harmanlık Kapalı Pazar Alanı, Saraçoğlu Caddesi üzeri ve Karatay Ziraat Odası da satış noktaları olarak sezon boyunca hizmet verecek. Bu sayede vatandaşlar fidelerine daha kolay ve hızlı bir şekilde ulaşabilecek." şeklinde konuştu.

Konya Fide'ye alışveriş için gelen vatandaşlar da hem fide kalitesinden hem de uygun fiyatlardan oldukça memnun olduklarını belirterek, Başkan Mustafa Kavuş ve Meram Belediyesine hizmetleri için teşekkür ettiler.





KARATAY'DAN DOĞAYA VEFA

DÜNYA GÜNÜ'NDE KILCA'DAN SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK VURGUSU

KILCA "GELECEĞİMİZ İÇİN BU SORUMLULUĞU HEP BİRLİKTE TAŞIYALIM"

Karatay Belediye Başkanı Hasan Kılca, 22 Nisan Dünya Günü dolayısıyla yayımladığı mesajında, çevreye duyarlı projeler ve sürdürülebilirlik odaklı yatırımlarla Karatay'ın geleceğini şekillendirdiklerini belirtti. Başkan Kılca, iklim değişikliğiyle mücadelede kararlı bir duruş sergileyerek bugüne kadar birçok çevreci projeyi hayata geçirdiklerini vurguladı.

Karatay Belediyesi; çevrenin korunması, doğal kaynakların verimli kullanılması ve iklim değişikliğiyle mücadele kapsamında birçok projeye imza atmaya devam ediyor. Sıfır atık uygulamaları, güneş enerjisi yatırımları ve uluslararası çevre sözleşmeleriyle Karatay, sürdürülebilir şehir vizyonunu güçlü adımlarla ilerletiyor. Amaç; gelecek nesillere daha yaşanabilir bir Karatay bırakmak.

SECAP İLE YERELDEN KÜRESELE ÇEVRE YATIRIMLARI

Belediyenin imzaladığı Global Covenant of Mayors (GCoM) Küresel Belediye Başkanları Sözleşmesi çerçevesinde iklim değişikliğine uyum ve karbon emisyonunu azaltmak amacıyla hazırlanan Sürdürülebilir Enerji ve İklim Eylem Planı (SECAP), Karatay'ın sürdürülebilirlik yolunda attığı önemli adımlardan biri oldu. Bu anlaşma ile yerel düzeyde iklim planları hazırlanacak, dijital izleme sistemleri geliştirilecek ve teknik bilgi paylaşımı sağlanacak. Böylece Karatay'ın sürdürülebilir kalkınma hedeflerine katkı sunulacak.

ULUSLARARASI ORTAKLIKLARLA ENERJİ DÖNÜŞÜMÜ

Litvanya Merkezi Proje Yönetim Ajansı (CPVA) ile yapılan iş birliğiyle Karatay Belediyesi, EU4ETTR Projesi kapsamında enerji dönüşümünde uluslararası ortaklıklara imza attı. Bu çalışma, hem Karatay'ın iklim hedeflerine ulaşmasını sağlayacak hem de Türkiye ve Batı Balkanlar'da Belediye Başkanları Sözleşmesi'nin yaygınlaşmasına katkı sunacak.

SIFIR ATIK VE GCOM İLE DAHA TEMİZ BİR KARATAY

Karatay Belediyesi, Sıfır Atık hedefi doğrultusunda ilçede atık yönetiminde önemli dönüşümler gerçekleştirdi. Kağıt, plastik, cam, organik ve elektronik atıkların ayrı ayrı toplanması gibi projelerle farkındalık artırılırken; Karatay, Küresel Belediye Başkanları Sözleşmesi'ni (GCOM) imzalayarak sürdürülebilir şehir vizyonunu uluslararası alanda da tescilledi.

GES YATIRIMLARIYLA ENERJİDE ZİRVEYE

Çevreci ve ekonomik yatırımlarına hız kesmeden devam eden Karatay Belediyesi, daha önce Tatlıcak, Saraçoğlu, Kalenderhane ve Büyüksinan GES (Güneş Enerjisi Santrali) ile yıllık toplam 2.900 MWh elektrik üretimi gerçekleştirdi. Şimdi ise İsmil Mahallesi'nde yapımı süren 5. GES ile yıllık 11.600 MWh üretim hedefleniyor. Böylece Karatay'ın toplam güneş enerjisi üretimi yıllık 14.500 MWh'ye ulaşacak. Bu yatırım-

lar, hem çevreyi koruyor hem de belediye bütçesine ciddi katkılar sağlıyor. Karatay, sürdürülebilir enerji alanında da Konya'nın örnek ilçesi konumunda.

"GELECEĞİMİZ İÇİN BU SORUMLULUĞU HEP BİRLİKTE TAŞIYALIM"

Dünya Günü dolayısıyla yayımladığı mesajında Başkan Hasan Kılca, doğa ve çevreye karşı toplumsal sorumluluğa dikkat çekti.

Başkan Kılca, mesajında şu ifadelerle yer verdi: "22 Nisan Dünya Günü, doğamıza, çevremize ve geleceğimize karşı sorumluluklarımızı hatırlatan çok özel bir gündür. Biz Karatay Belediyesi olarak yalnızca bugünü değil, yarını da düşünerek hareket ediyoruz. Sürdürülebilir bir Karatay için çevreyi merkeze alan projelerimizi kararlılıkla hayata geçiriyoruz. Güneş enerjisi santrallerimizle doğayı korurken aynı zamanda belediyemize ekonomik anlamda çok büyük bir katkı sağlıyoruz. Sıfır Atık projelerimizle geri dönüşüme örnek uygulamalar kazandırıyoruz. SECAP ve GCoM gibi önemli uluslararası sözleşmelerle Karatay'ın geleceğine yatırım yapıyoruz. Çünkü biliyoruz ki çevreyi korumak, çocuklarımızı bırakacağımız en kıymetli mirastır. Bu bilinçle tüm hemşehrilerimi çevreye daha duyarlı olmaya ve bu ortak sorumluluğu birlikte taşımaya davet ediyorum."

Bir Başka Karatay



ÖZEL SPORCULARDAN BAŞKAN KILCA'YA ZİYARET

HASAN KILCA, DOWN SENDROMLU FUTSAL MİLLİ TAKIMI'NI AĞIRLADI

MİLLİ TAKIM İLE KARATAY BELEDİYESİ FUTSAL TAKIMI ARASINDA DOSTLUK MAÇI

Türkiye Down Sendromlu Futsal Millî Takımı, Karatay Belediye Başkanı Hasan Kılca'yı makamında ziyaret etti. Samimi bir ortamda gerçekleşen buluşmada özel sporcular hem başarılarını paylaştı hem de Başkan Kılca'ya spora verdiği desteklerden dolayı teşekkür etti. Ziyaretin ardından ise millî takım oyuncularını, Karatay Belediyesi Futsal Takımı ile dostluk maçı gerçekleştirdi.

Sporcularla tek tek ilgilenen Başkan Kılca, teknik heyetten yürütülen çalışmalarla ilgili bilgi aldı.

KILCA: GENÇLERİMİZ AZİMLERİYLE HE-PİMİZE ÖRNEK OLUYOR

Ziyaretten duyduğu memnuniyeti dile getiren Başkan Hasan Kılca, "Tüm branşlarda spora yönelik önemli yatırımlar gerçekleştiriyoruz. Gençlerimizin fiziksel ve zihinsel gelişimlerine katkı sunmak amacıyla yoğun bir çaba içerisindeyiz. Antrenörlerimiz de bu süreçte büyük bir özveriyle görev yapmaktadır. Ben de geçmişte uzun yıllar futbol oynamış biri olarak, sergilediğiniz performansı takdirle izliyorum. Sizler, bizlerden çok daha ileri seviyede bir oyun ortaya koyuyorsunuz. Azminiz, enerjiniz ve mücadele ruhunuzla hepimize örnek oluyorsunuz. Göstermiş olduğunuz çaba, bizleri hem duygulandırıyor hem

de gururlandırıyor. Ay-yıldızlı bayrağımızı göndere çekerek milletimize gurur yaşıyorsunuz, bizleri onurlandırıyorunuz. Bizler de Karatay Belediyesi olarak her zaman sporcularımızın yanında olmaya devam edeceğiz." ifadelerini kullandı.

ACAR: KONYA BİZE ŞANS GETİRİYOR

Millî takım antrenörü İbrahim Acar da yürütülen çalışmalar hakkında bilgi verdi. Konya'nın kendileri için her zaman uğurlu geldiğini belirten Acar şunları söyledi; "Uzun süredir devam eden bir çalışma programımız var. Şampiyonalar öncesinde Konya bize hep şans getiriyor. Burada olmaktan çok mutluyuz. Özel çocuklarımız dünyanın her yerinde Türkiye'yi başarıyla temsil ediyor. Takımımız, Peru'da dünya üçüncüsü olurken, İtalya'da ise üst üste iki Avrupa şampiyonluğu kazanarak ülkemize gurur yaşattı. Yoğun bir tempoyla hazırlıklarımızı sürdürüyoruz. Yeni hedefimiz ise üst üste üçüncü kez Avrupa şampiyonu olarak Türkiye'ye bir kez daha altın madalya kazandırmak."

Ziyaretin sonunda günün anısına hatıra fotoğrafları çekildi ve sporcular, Başkan Kılca'ya kendi formalarını hediye etti.

DOSTLUK MAÇINDA COŞKU VE HEYECAN VARDI

Ziyaretin ardından millî takım oyuncularını, Sadrettin Konevi İmam Hatip Lisesi Spor Salonu'nda Karatay Belediyesi Futsal Takımı ile dostluk maçında karşı karşıya geldi. Büyük bir coşku ve heyecan içerisinde geçen mücadele, izleyenlere unutulmaz anlar yaşattı.



TIGGO 8 PRO MAX

CHERY | TIGGO

BENZERSİZ LÜKS VE
ÜSTÜN TEKNOLOJİNİN YENİ ADI.

LANSMANA ÖZEL %0.99 FAİZLİ KREDİ FIRSATI!



cherytr.com

OMODA 5 PRO

GELECEĞİN TEKNOLOJİSİ,
YARININ TASARIMI, DEĞİŞİMİN YENİ ADI.

LANSMANA ÖZEL %0.99 FAİZLİ KREDİ FIRSATI!



cherytr.com



Sportif koltuk tasarımı

Yeni nesil vites seçici

Sesli komut sistemi

24" bilgi eğlence sistemi

CHERY | TIGGO

TIGGO 7 PRO MAX

EŞSİZ KONFOR VE
AKILLI TEKNOLOJİNİN YENİ ADI.

LANSMANA ÖZEL %0.99 FAİZLİ KREDİ FIRSATI!



cherytr.com



Dedicated to Metal!



Automotive body parts manufacturer



Aşağıpınarbaşı, 5. Organize Sanayi Bölgesi, 516. Sokak No:10, 42160 Selçuklu/Konya

www.sevgilimetal.com.tr



Oto gövde parçaları ana üreticisi
Auto body parts main products manufacturer

www.sevgilimetal.com.tr



HÜMA ÇELİK YAPI İNŞAAT LTD.ŞTİ



HÜMA ÇELİK YAPI İNŞAAT LTD.ŞTİ

2018 yılında faaliyete başlayan Hüma Çelik Yapı çelik konstrüksiyon, yapısal çelik, alt yapı alanında faaliyet göstermek ve mühendislik çözümlerini yanında plan, tasarım ve proje geliştirmek amacıyla kuruldu.

1000 m² alan üzerine kurulan Hüma Çelik Yapı, bugün 3.000 m² alana sahip olmakla birlikte, müşterilerine daha iyi hizmet sunmak için büyüyor ve gelişiyor. Büsan sanayi bölgesinde 50 kişiden oluşan uzman kadrosu, güncel ve teknolojik makineleri ile faaliyet göstermeye ve müşterilerine hizmet vermeye devam ediyor.



Fevzi Çakmak Mh. 10625 Sokak No: 5/G – 5/F – 26/R Karatay/KONYA
humacelikyapi@hotmail.com

PROJE FOTOĞRAFLARI

DKR İNŞAAT KAHRAMANMARAŞ
TÜRKOĞLU ACİL DURUM HASTANESİ



EKSPRESS TEKSTİL ADIYAMAN
FABRİKA BİNASI



KONYA ŞEHİR HASTANESİ YAYA ÜST GEÇİTİ



MEDAŞ DEPO BİNALARI



SANCAK KAPALI PAZAR ALANI



YAZIR KAPALI PAZAR ALANI



aksa

arms

Talaşlı İmalat
Plastik ve Metal Kalıp Üretimi
Plastik ve Metal Enjeksiyonu
Tersine Mühendislik

 Aksa Arms  aksaarmsofficial4558 **Company Info**

 aksaarms  aksa_arms

Tel & Fax: +90 332 524 66 16
Beşehir OSB Bayavşar Mah. 41956 Sk. No:6 - BEYŞEHİR/KONYA

aksa

arms

Yivli Tüfek
Tabanca
Av Tüfeği

Ateşli Silahlar-Plastic ve
Metel Kalıp Üretim Şirketi

 Aksa Arms  aksaarmsofficial4558 **Company Info**

 aksaarms  aksa_arms

Tel & Fax: +90 332 524 66 16
Beşehir OSB Bayavşar Mah. 41956 Sk. No:6 - BEYŞEHİR/KONYA

Dünyada İki Ülkenin Yapabildiği Büyük Proje

ARTIK TÜRKİYE'DE YÜZDE YÜZ MİLLİ ÜRETİM

Hidrolik Azot Sıkıştırımlı Numerik Kontrollü Dövme Pres

"Türkiye'nin endüstriyel sahasında önemli bir dönüm noktası olarak şirketimiz, yüzde yüz yerli ve milli dövme çekiçleriyle endüstriye yön veriyor. Üstün mühendislik ve hassas işçilikle donatılmış olan makinelerimiz, dövme endüstrisine taze bir soluk getiriyor.

İnovasyon ve mükemmellik çağında, geleceğe güvenle ilerlemek için bizimle birlikte olun. Ayrıca, hidrolik azot takviyeli nümerik kontrollü dövme preslerini Türkiye'ye kazandırmak için büyük bir çaba harcadık.

TÜBİTAK işbirliğiyle başlayan bu üç yıllık yolculuğumuzu başarıyla tamamladık. Artık Türkiye'nin Dövme Pres imalatındaki lideri olarak, ülkemize bir armağan sunuyoruz. Tüm parçaları yerli ve millileştirilmiş olan bu dövme preslerle, dışa bağımlılıktan kurtulduk.

Milli Sanayi Aşkımız Burada Bitmiyor

Yakında tanıtacağımız Maxi pres tasarımı ve imalat süreciyle, Türkiye'yi daha ileriye taşımak için çalışmaya devam edeceğiz."



📍 Büyükkayacık Mah. 3. Organize Sanayi 19. Sk. No:14/1 Selçuklu/Konya/Türkiye

☎ +90 332 502 00 55

☎ +90 532 155 21 93

✉ sales1@osmmakina.com

🌐 www.osmmakina.com

Computer Numeric Control

denince akla gelen marka!

ACCIWAY DOLPHIN Sunmill karmetal WELE DMTG VCMZ SY correa YDM

YUNTES

YUNTES.COM.TR

**ELEKTRİĞİN GÜCÜNÜ
HİSSEDİN!**



Tel: 0332 346 4848 www.spartek.com.tr

spartek
Makine Otomotiv A.Ş.

SEVDİKLERİNİZİ DAHA NET DUYUN!

İleri teknoloji işitme cihazlarıyla artık hayat daha net.
Ücretsiz işitme testi ve kişiye özel cihaz seçenekleriyle sizi
Tahsin Sözdüyar İşitme Cihazları Merkezi'ne bekliyoruz.

Ücretsiz işitme testi

Taksitli ödeme imkânı

SGK destekli çözümler



nerasmedya

TS **TAHSİN SÖZDUYAR**
İŞİTME CİHAZLARI MERKEZİ