



# EKREM BAŞKANLA KARDEŞ GİBİYİZ!

İBB Başkanı Ekrem İmamoğlu, CHP'nin 8. Genel Başkanı seçilen Özgür Özel'i, Çankaya'daki çalışma ofisinde ziyaret etti. "Bizim Ekrem Başkan'la aramızdaki ilişki; kardeşlik ilişkisi" diyen Özel, "Bu kardeşlik hukuku, CHP'yi iktidara taşıya-

cak" ifadelerini kullandı. İmamoğlu ise "Genel Başkanımın izin isteyerek, İstanbul'a, görevimin başına dönüyorum" dedi. Bütün il başkanlarının çarşıya pazara inmesini isteyen İmamoğlu, "Artık hep beraber bir gazza basalım" diye konuştu. **1 SAYFA 7**



## Boyle bir imar degisikligi AKP döneminde yaşanmadı!

Geçtiğimiz haftaki köşe yazımızda Esenyurtta bulunan 31 bin metrekare alanın plan tadilatı talebinin İBB İmar Komisyonu'ndan oy çokluğu ile geçtiğini duyurmuş-tuk. Yeşil alan olan ve plan tadilatı yapılan bu parseller 2008 ve 2012 tarihleri arasında satın alınmış. Yine bir önceki yazımızda satın alan kişinin tanınmış bir siyasetçi olduğunu dik- kat çekmiştik. Peki bu kişi kim? Uzun yıllar MHP'de siyaset yapan Muharrem Yıldız.

Oğuz Karamanlı'nın köşe yazısı sayfa 7'de

Gerçeklerden **HABERDAR** Olun

www.gazetedamga.com.tr

# DAMGA

GÜNLÜK SİYASİ GAZETE

YIL: 19

SAYI: 5881

FİYAT: 1.5 TL

7 KASIM 2023 SALI

### DEZENFORMASYON VAR

## Batı medyası talimat alıyor!

Türk Haber Ajansları Medya Zirvesi'nde konuşan Cumhurbaşkanlığı İletişim Başkanı Fahrettin Altun, "Sistemik bir dezenformasyonla karşı karşıyayız. Batılı medya organlarının İsrail ordusundan adeta talimat alarak yaptıkları taraflı yayınlara karşı Türkiye iletişim ve medya alanında görev yapan tüm kurumlarımızla birlikte hakikatten ve adaletten yana bir tutumun önceliğini sergiledik" dedi. **1 SAYFA 5**



### BUGÜN TOPRAĞA VERİLECEK

## Babacan'ın babası yaşamını yitirdi



Bir süredir tedavi gören DEVA Partisi Genel Başkanı Ali Babacan'ın babası Hilmi Babacan, hayatını kaybetti. DEVA Partisi'nin sosyal medya hesabından yapılan açıklamada, "Genel Başkanımız Ali Babacan'ın kıymetli babası Hilmi Babacan'ı kaybetmenin üzüntüsünü yaşıyoruz" denildi. Hilmi Babacan'ın cenazesi, bugün öğle vakti Hacı Bayram-ı Veli Camisi'nde kılınacak namazın ardından toprağa verilecek.

## A TAKIMI BELLİ OLDU



CHP'nin 38. Olağan Kurultayı'nda Parti Meclisi (PM) ve Yüksek Disiplin Kurulu (YDK) seçimleri tamamlandı. Parti Meclisi seçimiinde Gökhan Zeybek 648 oyla ilk sırada yer aldı. 2. sıraya ise 643 oyla Özgür Karabat oturdu. Oğuz Kaan Salıcı'nın aday listesinden 9 kişi ise Özel'in anahtar listesini delerek Parti Meclisi'ne girdi. Salıcı ise 'kadın ve gençlik kotası' düzenlemesi sonrası listeden düştü. **1 SAYFA 7**

# 9 YIL SONRA MEZARINI AÇILACAK!

YILLAR  
SONRA YINE  
GÜNDEMDE

### KURUMLAR ŞAİBE ALTINDA BIRAKILDI

Avukat Aytekin Kaya, Cem Garipoğlu'nun intihar etmesinin ardından kolluk görevlilerinin, savcılığın, sağlık ekiplerinin öldüğüne dair raporları bulunduğunu belirterek, "Bu raporları görmezden gelerek, bütün kurumların şaibe altında bırakılması çok yanlış" değerlendirmesini yaptı.



### YAPILMASI GEREKEN TEK ŞEY ARTIK BU MEZARIN AÇILMASI

2009 yılında Münvever Karabulut'u katleden Cem Garipoğlu'nun babası Mehmet Nida Garipoğlu, Silivri Cumhuriyet Başsavcılığına başvurarak, oğlunun mezarının açılması ve DNA eşleştirilmesi talebinde bulundu. Baba Garipoğlu'nun, oğlunun ölüp ölmediğiyle ilgili kafalardaki soru işaretinin giderilmesi amacıyla böyle bir talepte bu-

lunduğu belirtildi. Karabulut ailesinin avukatı Rezan Epözdemir ise "Kamu vicdanı rahatsız. İnsanlarda Cem Garipoğlu'nun ölmediği cezaevinden kaçınılmasına dair yaygın bir kanaat ve itiba var. Mezarın açılmaması için hiçbir meşru gerekçe kalmamıştır. Burada yapılması gereken tek şey artık bu mezarın açılması" dedi.



### KARABULUT AİLESİ ÜZERİNDEN REKLAM YAPMAK İSTİYORLAR!

Garipoğlu ailesinin eski avukatı Aytekin Kaya ise Damga'ya yaptığı açıklamada, 9 yıl önce intihar eden Cem Garipoğlu'nun, toprağa verilmeden önce DNA testinin yapıldığını hatırlatarak, ortaya atılan iddiaları tezvirat olarak değerlendirdi. Cezaevinde gerçekleşen intihardan, acılı Karabulut ailesi üzerinden

birilerinin reklam yapmaya çalıştığı ve asılsız iddialar ortaya attığını belirten Kaya, "Bu iddiaları hukukçu vasfını taşıyanlardan duymak beni dehşete düşürdü. Acılı ailenin her türlü şüphesi anlaşılabilir. Fakat bu şüpheden hareketle bu kadar hukuksuz, haksız ithamlarla kurumlarımızın zedeleneceği çok kötü" açıklamasında bulundu. **1 SAYFA 9**



## KAYYUM ATANACAK!

### MAL VARLIKLARINA EL KONULDU

Haklarında kara para aklama ve vergi kaçırma gibi iddialar bulunan sosyal medya fenomeni Dilan Polat ile eşi Engin Polat ve yakınları hakkında yürütülen soruşturma kapsamında yeni bir gelişme yaşandı. Soruşturmayı yürüten

Anadolu Cumhuriyet Başsavcılığı, Polat çifti ve yakınlarına ait 27 şirket için kayyum talebi hakimlik tarafından kabul edildi

Anadolu Cumhuriyet Başsavcılığı'nın Dilan ve Engin Polat ile yakınları hakkındaki soruşturma kapsamında 27 şirket için kayyum talebi hakimlik tarafından kabul edildi

### MARMARA ÇOK SICAK! HABERİN DEVAMI SAYFA 4'TE



## ŞEREFSİZCE BİR SAVAŞ!



İstanbul Havalimanı Taksiciler Kooperatifi üyeleri, İsrail'in Gazze'ye yönelik saldırılarını protesto etmek için 'Filistin halkının yanındayız' yazılı afişleri araçlarına yapıştırdı. Yapılan açıklamada, "Biz Türk Milleti olarak mağdur ve mazlum insanların sürekli yanında olmuşuz. Savaşında bir ahlaki vardır. Bir şerefi vardır. Bu ahlaksızca, şerefsizce bir savaştır. Yaklaşık 1800 taksideli afişlerle İstanbul sokaklarında gezeceğiz" denildi. **1 SAYFA 9**

## Biz aileyiz örgüt sözkonusu değil!

Engin Polat ve Dilan Polat'ın hakimlikteki ifadeleri ortaya çıktı. Dilan Polat ifadesinde, "Ben bahsin ne olduğunu bilmem. Gelen paraların yasa dışı bahis ile ilgili bir ilgisi yoktur. Biz aileyiz örgüt diye bir şey olamaz. Eşimin ailesi kendi ailem olmadığı için benim ailem gibi oldu. Vergi konularını bildiğimi kadaryla mali müşavir ve muhasebecilerimiz hallediyor. Benim sahte fatura, naylon fatura gibi şeylerle bir ilgilim yoktur" dedi. **1 SAYFA 3**

## MUTLULUKTAN AĞLAYALIM!

Geçtiğimiz aylarda 'teslim' şarkısı ile başarılı bir çıkış yakalayan Kübra Can, yeni teklisi 'Gözyaşların Piti' müzikseverlerin beğenisine sundu. Sözü ve müziği Murat Güneş'e ait olan eserin düzenlemesini Semih Göneder yaparken, klibini Mustafa Özen çekti. Can, "Geçirdiğimiz zor zamanlarda tek temenim mutluluktan ağlamak olsun" diye konuştu. 'Gözyaşların Piti' şarkısı tüm dijital platformlarda yerini aldı.



# BENLER

**BENLER** genellikle koyu renkli lekeler veya şişliklerdir. Çoğu endişelenecek bir durum teşkil etmez, ancak cilt kontrolleri kanseri yayılmadan önce tespit etmenize yardımcı olabilir. Benlerin şekilsizse, sürekli büyüyorsa ve son zamanlarda şekli değiştiyse bir dermatoloğa başvurun.



Hastalıkların kimi zaman yüzümüze yansıyabileceğini belirten Prof. Dr. Uludüz, 'Cilt rengindeki değişikliklerden göz çevresindeki sarı noktalara kadar birçok belirti bazen ciddi bir sorunun habercisi olabilir' uyarısında bulundu

# YÜZÜNÜZ HASTALIĞINIZI ELE VEREBİLİR

Bazı hastalıklar sinsice ilerlerken, bazılan vücudumuzda farklı sinyallerle kendini gösterebilir. Bu sinyaller kimi zaman ağrı, kimi zaman ciltte bir şişkinlik ya da bir kanamayla ortaya çıkabilir. "Aynaya baktığınızda kendinize mini bir check-up yapmayı da unutmayın. Yüzünüzdeki bir değişikliği fark edip, önemsemeyiniz ve zamanında doktora başvurmanız erken teşhis ve tedavi için çok önemli" diyen Nöroloji Uzmanı Prof. Dr. Derya Uludüz, yüzünüzde hastalık işareti olabilecek değişiklikleri şöyle sıraladı:

## 1-Solgunluk

Vücutta yeterli miktarda kırmızı kan hücreleri üretilmediğinde kansızlık yani anemi ortaya çıkar ve bu da yüzün solgun görünmesine neden olur, beraberinde halsizlik de görülür. Düşük tansiyon vücudun yeterli oksijen ve kan akışı sağlayamadığında ciltte solgunluğa neden olur. Kronik böbrek yetmezliği, kanser veya kemoterapi de ciltte solukluğa neden olur. Aşırı kan kaybı veya iç kanama, tiroit sorunları da cilt renginin solgun görünmesine yol açar.

## 2-Kızarklık

Çoğu kızarklık ciddi değildir ve kendiliğinden iyileşir, ancak bu alışılmadık bir durumdur. Kızark veya kırmızı bir yüz görünümü, özellikle vücudun oksijensiz kaldığını ve oksijeni artırmak için kırmızı kan hücrelerini artırmaya çalıştığını işaret eder. Bununla beraber yüzde kızarklık alerjik bir tablonun varlığını ya da tansiyon yüksekliğini akla getirir. Her iki yanı da kelebek şeklinde kaplıyor ise lupus hastalığının yaygın bir belirtisidir. Eşlik eden ateşiniz, ağrı eklemeleriniz ve soğukta renkleri mora dönen parmaklarınız olabilir. Açıklanamayan bir döküntünüz varsa, özellikle de bu diğer belirtilerle birlikte geliyorsa doktorunuza görünün.

## 3-Dudaklarda morarma

Dudakların etrafındaki morarma (siyanoz olarak bilinir) bir kalp veya akciğer rahatsızlığının sonucu olabilir. Romatizmaya bağlı mitral kapak hastalığında da dudaklar mor, yanaklar ise kırmızıdır.

## 4-Göz altlarındaki şişlik

Bu sorun göz kapaklarını destekleyen dokularla kasların zayıflaması sonucu ortaya çıkar. Aşırı tuzlu beslenme, uyandığımızda göz altı şişliğinin en sık nedenidir. Uykusuzluk, alerjiler, aşırı sigara içmek, tiroit hastalıkları da bu şişliğe yol açabilir. Böbreklerin, mesaneniz, mideniz ve karaciğer gözlerinizi

yanırs. Gözlerdeki şişkinlik, vücudunuzun sıvı düzgün bir şekilde temizlemediğini veya detoks yapıp, atamadığını gösterir.



## 5-Ciltte ve gözlerde sarılık

Bu belirtiler sarılığı düşündürür. Vücudunuzun kırmızı kan hücrelerini parçaladığında ürettiği bir atık ürünün çok fazla olması durumudur. Yetişkinlerde sarılık, viral enfeksiyonlar (hepatit, mononükleoz); karaciğer, safra kesesi veya pankreas ile ilgili sorunlar veya alkol kullanımını gibi daha ciddi durumlar anlamına gelebilir.

## 6-Gözlerin öne fırlaması

Gözlerin büyümüş ya da öne doğru fırlaması gibi görünmesi hipertiroidi (zehirli guatr) işaret eder.

## 7-Göz kapaklarındaki sarkoma

Buna pitoz diyoruz, bir veya iki gözde bir-

den olabilir. Ciddi vakalarda göz kapağınız görüşünüzü engelleyebilir. Böyle bir durumda ilk yapılması gereken eski fotoğraflarınızı gözden geçirmenizdir, çünkü bazen durum ise beyniniz, sinirleriniz veya göz yuvarnızla ilgili sorunların bir işareti olabilir. Günler veya saatler içinde ortaya çıkıyorsa veya çift görme, zayıf kaslar, yutma güçlüğü veya kötü bir baş ağrınız varsa doktora görünün. Bunlar felç belirtileri olabilir. Yine haftalar aylar içinde geliyorsa Myasteni dediğimiz kasların yorgunluğu ile oluşan bir beyin hastalığını da düşündürebilir.

## 8-Göz çevresindeki sarı noktalar

Üst-alt göz kapaklarınızın üzerinde ve çevresinde bulunan kabark sarı şişliklere ksantelazma denir. Kolesterolde oluşurlar ve görünüşleri hoşunuza gitmese de tehlikeli değildir. Ancak kalp hastalığına yakalanma veya kalp krizi geçirme olasılığınızın daha yüksek olduğunun bir işareti olabilirler, bu nedenle doktora başvurmanızda yarar vardır.

## 9-Gözlerde seçirme

Alta yatan nedenler; uykusuz kalma, yor-

gunluk, sigara alışkanlığı, çok fazla alkol veya kafein ile ilgili olabilir. Nadir durumlarda, sinir sistemi size bir şey söylemeye çalışmakta ve muhtemelen Multiple Skleroz (MS) gibi bir durumun sinyalini vermektedir. Konuşmada güçlük, güçsüzlük gibi eşlik eden yakınmalar varsa sinir sistemiyle ilgili bir sorun akla gelmelidir.

## 10-Ağızda kayma

Yüzünüzde ağızınızın bir tarafa kaymış ve hareketli ise öncelikle göz kapaklarınızı kontrol edin. Göz kapaklarınız etkilenmemişse bu beyne ait bir felç olabilir. Göz kapakları etkilenmiş ise muhtemelen yüz felcidir; muhtemelen bir virüs ya da rüzgarlı hava yüzünüzdeki kasları kontrol eden bir sinire baskı yaptığında felç olur. Göz kapaklarının etkilenmediği yüz felci inme ile ilişkilendirilmelidir. İnme, bir kan damarının patlaması veya tıkanması nedeniyle beyninizin bir kısmına kan akışı kesildiğinde meydana gelir. Şu belirtilerden herhangi birini fark ederseniz hemen tıbbi yardım alın: yüzünüzün alt kısmı aniden felç olur veya kollarda veya bacaklarınızda uyuşma veya güçsüzlük, konuşma bozukluğu, çift görme, baş dönmesi veya yutma güçlüğü yaşarsınız.

# Yaban mersini ŞİFA VERİYOR

**Diyabet bakımı alanında uzmanlaşmış bir diyet uzmanı, diyabet hastalarının yiyebileceği en iyi meyveyi ve tüketilmesi gereken uygun miktarın ne kadar olduğunu açıkladı**

**ABD'DEKİ** Maryland Üniversitesi Charles Bölge Tıp Merkezi'nde diyabet diyetisyeni olan Jocelyne Loran, diyabetli veya risk altında olan hastalara bir fincan yaban mersini tüketmelerini önerdiğini açıkladı. Loran, yaban mersininin potansiyel olarak tehlikeli bir şeker artışına neden olma riskini en düşük düzeyde taşıdığı için tercih edildiğini söyledi. Hastalık, kan dolaşımında glikozun birikmesine neden olur, bu da kan şekerini aniden yükseltir ve böylece zamanla enfeksiyonlu yaralar ve kalp sorunları gibi birçok ciddi komplikasyona yol açabilir. Eating Well'e göre ilk olarak, meyve şekerinin kan dolaşımına salınmasını yavaşlatan yüksek lif içeriği nedeniyle kan şekerindeki ani yükselişleri önleyebiliyorlar. Bir fincan yaban mersini yaklaşık 3,6 gram lif içerirken, bir muz 3,1 gram

lif içerir. Elma daha fazla lif içerir, ancak yaban mersininde 4 gram daha az meyve şekeri bulunuyor.

## Kaloris de düşük

Dahası, Loran, diğer bazı meyvelerin aksine, daha büyük porsiyonlarda kilo alma riskinin çok düşük olduğunu, yaban mersinin ise kalori miktarının çok düşük olduğunu söylüyor. Bir fincan yaban mersini sadece 84 kalori içerirken, bir fincana denk gelen muz porsiyonu yaklaşık 105 kalori içerir. Yaban mersininde ayrıca C ve K vitaminleri ve manganez de bulunur. Manganez, vücudun bağ dokusu ve kemik oluşturmaya yardımcı olan ve kanın pıhtılaşmasına yardımcı olan bir eser mineraldir. Gıda Üretimi, İşleme ve Beslenme dergisinde 2023 yılında yayınlanan bir inceleme, yaban mersini içindeki bitki bileşimi polifenollerin kan şekerini iyileştirerek diyabet riskini azaltabileceğini öne sürdü.

**HABER MERKEZİ**

# Apple kan kaybediyor

**ABD'li teknoloji devlerinden Apple'ın temmuz-eylül döneminde elde ettiği gelir, yıllık bazda yaklaşık yüzde 1 azalarak 89,5 milyar dolara geriledi**

**APPLE**, temmuz-eylül dönemine ait bilançosunu açıkladı. Apple'dan yapılan açıklamaya göre, temmuz-eylül dönemini bilançosunda dördüncü çeyrek olarak kabul eden şirketin geliri, geçen senenin aynı dönemine kıyasla yaklaşık yüzde 1 azalışla 89,5 milyar dolara geriledi. Şirket, geçen yılın aynı döneminde 90,2 milyar dolar gelir elde etmişti. Böylece, şirketin gelirinde art arda 4. çeyrekte düşüş kaydedildi. Bu dönemde yaşanan düşüşe rağmen piyasa beklentilerinin üzerinde gelen şirket gelirinin, 89,3 milyar dolar olması öngörülmüştü. Apple'ın net kan ise temmuz-eylül döneminde bir önceki yılın aynı dönemine kıyasla yüzde 10,8 artarak 22,96 milyar dolara yükseldi. Şirketin net kan geçen yılın aynı döneminde 20,72 milyar dolar olarak kaydedilmişti. Firmanın hisse başına karı da söz konusu dönemde 1,29 dolardan 1,46 dolara çıktı.

## Mac satışları azaldı

Bu dönemde Apple'ın akıllı telefon satışları artarken, tablet ve bilgisayar satışları azaldı. iPhone satışlarının tutan temmuz-eylül döneminde geçen yılın aynı dönemine kıyasla yüzde 2,8 artarak 43,8 milyar dolara yükseldi. Aynı dönemde Mac satışları yüzde 33,8 azalışla 7,6 milyar dolara, iPad satışlarının tutarı da yüzde 10,2 azalışla 6,4 milyar dolara düştü. **AA**

# Sigara kullanımını azalıyor

**Türkiye'de sigara içme oranı giderek artmasına rağmen Avrupa ve ABD'de tütün kullanımını azaltacak çalışmalar son hızla devam ediyor. ABD'li yetkililer, ülkedeki gençlerin tütün kullanım oranlarının bir miktar düştüğünü ancak "işin henüz bitmediğini" açıkladı**

**ABD** Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri ile ABD Gıda ve İlaç Dairesi tarafından perşembe günü yayınlanan verilere göre, gençler arasında

genel tütün kullanımı, büyük ölçüde lise öğrencileri arasında e-sigara kullanımındaki düşüş nedeniyle geçen yıldan bu yana yaklaşık %1 oranında hafif bir düşüş gösterdi.

Yeni rapor, bu sınıflardaki öğrencilerin yaklaşık %10'unun (veya 2,8 milyon gencin) 2022-2023 döneminde herhangi bir tür tütün ürünü kullandığını bildirdiğini ortaya ko-

yuyor. Lise öğrencileri arasında toplam mevcut tütün kullanımı %16,5'ten %12,6'ya düştü ve 580 binden daha az lise öğrencisi halihazırda e-sigara kullandığını bildirdi. Ancak ortaokul öğrencileri arasında genel tütün kullanımı %4,5'ten %6,6'ya; sigara, puro, e-sigara ve dumanlı tütün gibi çoklu tütün ürünlerinin kullanımı ise %1,5'ten %2,5'e yükseldi. Raporda, ortaokul öğrencileri arasında e-sigara kullanımının geçen yıla hemen hemen aynı kaldığı belirtiliyor.

## E-Sigara'nın yükselişi

Amerikan Gıda ve İlaç Dairesi (FDA) bir haber bülteninde, "E-sigaralar, üst üste 10. yıl boyunca hem lise hem de ortaokul öğrencileri arasında en yaygın kullanılan tütün ürünü olmaya devam etti" dedi. FDA'nın Tütün Ürünleri Merkezi direktörü Dr. Brian King, per-

şembe günü CNN'e verdiği demeçte, geçen yıl tütün kullandığını bildiren 2,8 milyon öğrenciden yaklaşık 2,1'inin e-sigara kullanıcısı olduğunu söyledi. FDA'ya göre e-sigara kullanan yaklaşık 4 öğrenciden 1'i bunları günlük olarak kullanıyor ve neredeyse tamamı (%89,4) aromalı ürünler kullanıyor. CDC'nin Sigara ve Sağlık Ofisi direktörü Deirdre Lawrence Kittner, yaptığı açıklamada, "Lise öğrencileri arasında e-sigara kullanımındaki düşüş büyük bir ilerleme gösteriyor, ancak çalışmalarımız henüz bitmedi." "Bu rapordan elde edilen bulgular, ticari tütün ürünü kullanımının ülkemiz gençliğinin sağlığına yönelik oluşturduğu tehdidin altını çiziyor. Gençlerin tütüne başlamasını engellememiz, kullananların da bırakmasına yardımcı olmamız şarttır." diye konuştu. **HABER MERKEZİ**



















# SOSYAL İNSANLAR DAHA GEÇ YAŞLANIYOR

“İyilik yapan bir kimsenin hayatının ileriki yaşlarında yalnız kalması mümkün değil, bencil kimseler yalnız kalıyor” diyen Tarhan, sosyal ilişkileri iyi olan insanların daha geç yaşlandığını da sözlerine ekledi



Üsküdar Üniversitesi Kurucu Rektörü, Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan, dünyada şu an popüler kültürde ‘hiç ölmeyecek gibi’ yaşama kültürü var olduğunu ifade ederek, bu tür yaşayan insanların ölümü ve yaşlılıkla yüzleştiği zaman depresif olduğunu dile getirdi. Prof. Dr. Tarhan, genlerimizin, sağlıklı bir yaşam stiliyle 120 yaşa kadar yaşamaya izin verdiğini kaydederek, “Bir insanın genlerinde boyu 1.80 cm yazıyorsa, kendine bakarsa 1.80’ e kadar uzar, bakmazsa 1.60’larda 1.70’lerde kalabilir. Yaşta da aynı şekilde. Bu nedenle yaşlanma doğma ile birlikte oluşan biyolojik kaderimiz. Modernizm bunu yok sayarak mutlu olmayı öğretiyor bize.” dedi.

## Narsistik yatırım mı yapıyoruz?

İnsanların hastalıklardan ve yaşlılığı gördükçe bedenine narsistik yatırım yaptığını da anlatan Prof. Dr. Tarhan, şunları kaydetti: “Narsistik yatırım; vücudunu, bedenini, yaşını, canını, hayatını çok fazla sevmek. Sevgi yatırımını ona yapmak. Sevgi yatırımının neye yaparsa bir insan, ona narsistik yatırım yapmış demektir. Narsistik yatırımını kişi bedenine yaparsa ufak bir yeri ağrısa paniğe kapılır. Ufak bir sağlığı kötüye gitse hemen hastaneye gider, ambulans gördüğü zaman fenalaşır. Anlam tanımlamasıdır bu insanın. Paraya yaparsa parayla ilgili ufak bir kriz, para kaybı olduğu zaman hemen depresyona bunalıma girer. Makama yaparsa makamdan düştüğü zaman hemen çöker. Bir CEO emekli olduğunda sonra 6 ay içinde kanser oluyorlar mesela.” İlgiye göre narsistik yatırım yapan kişinin estetikten vazgeçemediğini dile getiren Prof. Dr. Tarhan, “Halbuki narsistik yatırım sadece kendine bir şey katmak değil, insanlığa

bir şey katmak, hayata bir şey katmak, vatana bir şey katmak, yaratılışa uygun yaşamak önemli.” dedi.

## Her yaşın artısı, eksisi, güzelliği var

Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan, insanlığın en büyük kabusunun yalnızlık, anlamsızlık ve belirsizlik olarak ifade edildiğini söyleyerek, şöyle devam etti: “Bunların içerisinde insanın en büyük korkusu anlamsızlık. Hayatına anlam kattığı zaman belirsizlik gidiyor, yalnızlık da gidiyor. Anlam burada kritik kavram. Yaptığı işe anlam kattığı zaman zihinde mantıksal bir çerçeveye oturuyor. Yaşlılığa nasıl anlam katılır? Yaşlıların gençlere benzemeye çalışması en büyük anlam kaybıdır. Her yaşın artısı, eksisi, güzelliği var. Her yaşın güzelliğini bilirse yaşayabilir insan. Çocuklukta da öyle, ergenlikte de öyle, orta yaşta da öyle... İleri yaşlarda bazı yetilerimizi kaybediyoruz, ama bazı yetilerimizi kazanıyoruz. Mesela kazanılan yetiler nedir? Bilgeleşmek, ailede fikir sorulan kişi olmak, insanlara yol gösteren yardım eden kişiler olmak, bazı eserler üretmiş olmak, hayırlı bir evlat büyütmek, faydalı bir ilimle meşgul olmak, öldükten sonra devam eden güzel şeyler bırakmış olmak bunlar hayata anlam katıyor. İnsan böyle bir durumda yaşlandı ama kaliteli yaşlandı diyorum, topluma, hayata anlam kattım diyor.”

## Geçmiş anılarda yaşamak yaşlılık...

Ölümünden sonrasının yatırımını olmayanın daha çok yaşlılık bunalımına girdiğini dile getiren Prof. Dr. Tarhan, “Bir insan konfor alanının dışına çıkmıyorsa, yeni şeyler öğrenmiyor, şarşırmıyor, birçok şeyi bildiğini düşünüyorsa, her şeyi biliyorum ben diyorsa, egosu yüksekse,

merak etmiyorsa, sorgulamıyorsa, araştırmıyorsa, sadece geçmiş anılarda yaşıyorsa, sürekli eskileri tekrarlıyorsa bunlara yaşlılık deniyor.” diye konuştu. Prof. Dr. Tarhan, 3 türlü yaşlılık var olduğunu, bunların da kronolojik yaşlılık, biyolojik yaşlılık bir de psikolojik yaşlılık olarak ifade edildiğini kaydederek, “Kişi yeni şeyler öğreniyor, konfor alanının dışına çıkıyor, canlı ve enerjikse zaten kendini eskitmiyor. Bu kişilerin zaten beyinleri mutluluk hormonu salgıladığı için gen taşıyıcılar bile Alzheimer bile olmuyorlar. Nasıl genç kaldın dediğin zaman emin ol böyle yaşayan kişiler genç kalıyor. Vücudumuz bir devletse beynimiz hükümet. Beynini iyi yönetiyorsa bir insan bütün

vücudunu sağlığını iyi yönetir demektir.” dedi.

## Kahvehanelerde gün geçirmeyin

Bilgi birikimini yaşama uygun kullanmanın önemi vurgu yapan Prof. Dr. Tarhan, şunları dile getirdi: “Yaşlılar en çok mutlu eden şey gençlerin gelip onlara fikir sormasıdır. Gençler de ben biliyorum diye sormak istemezler. Soru soran gençleri yaşlılar çok sever, çocukları özellikle çok severler. Onlar öğrenmeye meraklı kişiler oldukları için onlar da bildiklerini aktarırlar. Yaşlılık demek kişinin evin köşesine çekilmesi ya da bir huzurevine gitmesi, o şekilde yaşamak değildir. Toplumda yaşlılar dezavantajlı kişiler olarak görülüyor. Dünya

Sağlık Örgütü, 65 ve 74 yaş arasında genç yaşlılık diyor. 75 ve 84 arasında orta yaşlılık diyor. 85 ve üzerine ise ileri yaşlılık diyor. Tüm nüfusta yaş ortalaması çok yükseldiği için onu da kademelendirme ihtiyacı hissediyor. Aslında ideal olan kişinin hayatının sonuna kadar çalışabileceği bir şey bulmasıdır. Sabah kalkınca bir amacının olması, yani günün kahvede geçiren bir yaş daha çabuk yaşlanır.” Kültür olarak huzurevine gitmeyi ‘terk edilme’ olarak algıladığımızı belirten Prof. Tarhan, mutlu bir yaşlıyı, toplumda iyi izler bırakmış birini kimsenin yalnız bırakmak istemediğini, o kişiler huzurevine kendi isteğiyle gitse bile ziyaretçisinin de çok olduğunu anlattı. **HABER MERKEZİ**

## İyilik yapan mutlu oluyor

Prof. Dr. Tarhan, son nefesine kadar üretmeyi hedeflemek gerektiğini ifade ederek, “Bu üretim muhakkak fiziki üretim olmayabilir, zihinsel üretim olur, çocuklara rehberlik yapması olur...” dedi. Sosyal ilişkileri iyi

olan insanların daha az yaşlandığını da kaydeden Prof. Dr. Tarhan, Avrupa’da yaşlı yalnızlığının çok olması nedeniyle bu konuda bütçe ayırdığı ve yatırım yapıldığını dile getirdi. Prof. Dr. Tarhan, insanlara çıkarsız,

karşılıksız yardım yapanların farkında olmadan sevildiğini belirterek, “İyilik yapan bir kimsenin hayatının ileriki yaşlarında yalnız kalması mümkün değil, bencil kimseler yalnız kalıyor.” şeklinde sözlerini tamamladı.



## Büyükçekmece’nin yeni buluşma adresi



**The LUCCAS CAFE BISTRO**  
MOMENTS OF PLEASURE

Sabahları eşsiz kahvaltı lezzeti, gün boyu lounge, eşsiz steak ve dünya mutfağı lezzetleri nargile ve alkollü içecekler

**Haftanın belirli günleri canlı müzik ve sürpriz DJ performansı**

REZERVASYON  
0530 739 30 40

Fatih Mahallesi, Kordonboyu Caddesi 39-B İç Kapı 2, D:2, 34522 Büyükçekmece/İstanbul



**BİNOM ENERJİ**  
**OFİS KIRTASIYE**  
**VE OZALİT**

- |                          |               |                    |
|--------------------------|---------------|--------------------|
| OFİS MALZEMELERİ         | OZALİT        | YARDIMCI KAYNAKLAR |
| T-SHIRT/KUPA/PLAKET      | DİJİTAL BASKI | KATALOG            |
| A3/A4/A5 KAĞIT ÇEŞİTLERİ | LAZER KAŞE    | TYT-AYT-LGS        |
| SİYAH-BEYAZ/RENKLİ KOPYA | POSTER/AFİŞ   | FOLYO BASKI/KESİM  |
| ÜNİVERSİTE HAZIRLIK      | KARTVİZİT     | KPSS SETLERİ       |
| BRANDA                   | BROŞÜR        | STICKER            |



0543 945 87 90  
0506 177 00 06  
0212 879 02 15

ozalit@binomenerji.com - ofis@binomenerji.com - binomofisozalit.com.tr  
Birlik San. Sit. Girişi Keleşoğlu Plaza Dükkan No:19-20 Beylikdüzü/İST.





Can, ruh Donuk camla benzeyen cila	Oyulmuş Poliçede "görülü" anlamında	Karışık, kargaşa	Yatık durmuyan, sert	Sinemalar da gösterilen eser Gelişmiş (bitki)	Fakir	Astsubay	Para miktarı, meblağ	Bir yiyecek Ab	Bir nezaket sözü	Açık, ortada
		Antipatik Sert bir içki			Bir ağırlık ölçü birimi		Yavaşça Umut			
Yanağın ağız boşluğu hizasına gelen bölümü			Bal, yağ, yoğurt vb. koyulan kova Tümör			Tutulan yol, davranış			Vilayet	
Oldukça				Santimetre (Kısaca)	Türk nakışlarında bir iğne türü Şiir söyleyen veya yazan			Menteşe		
Notada duraklama		"... Ofaz" (Fotoğraf)		İşaret sözü Şube (Kısaca)		"... Özbek" (Fotoğraf)			Lahza Akılcılık	
Posta ve Telgraf Teşkilatı (Kısaca)		El işleri için kullanılan seyrek dokunmuş keten bezi		Bir tür geniş atık Ağabey		Toprak Mahsulleri Ofisi		Ansızın yapılan Deha sahibi kimse		
Bir besin maddesi	Tir Türk Haber Ajansı					Ajanda				Zayıf yağın yağmur
		Kurul		İsim	Boyun eğen Damlamak İşi			Bilet satış yeri	Görkemli, gösterişli	
Padşah unvanı					Nitrik oksit Net olma durumu					
Kaygı				Ahit		Bulgar para birimi		Yabancı		
Ayakkabı yamayan, onaran kimse, ayakkabı eskicisi	Şikâr Zorluk		Yaprak biti Bir malın sigorta ve navlun ücreti eklenmiş fiyatı	Borca karşı kısmi ödeme	Anlam Erken		Tekâmül	Sahnede yerde bulunan kapak Duman İkkesi	Zevce Ay ağılı, ayevi, hale	İçine yalnız kürek çekenin girebildiği çok uzun ve çok dar yaş kayığı
				Kelt dili Yasaklama, izin verme			Arasız Bayağı			Birli Mitos
Antimon (Simge)		Töre tanımaz Beygir				Farz etmek Litre (Kısaca)				
Bir bitki			Genişlik		Milada dayanan, milata ilgili olan			Kıvrımlı		
Kabul etmeme			Ara				Dolaylı olarak anlatılan şey	Yönelme, çevirme		



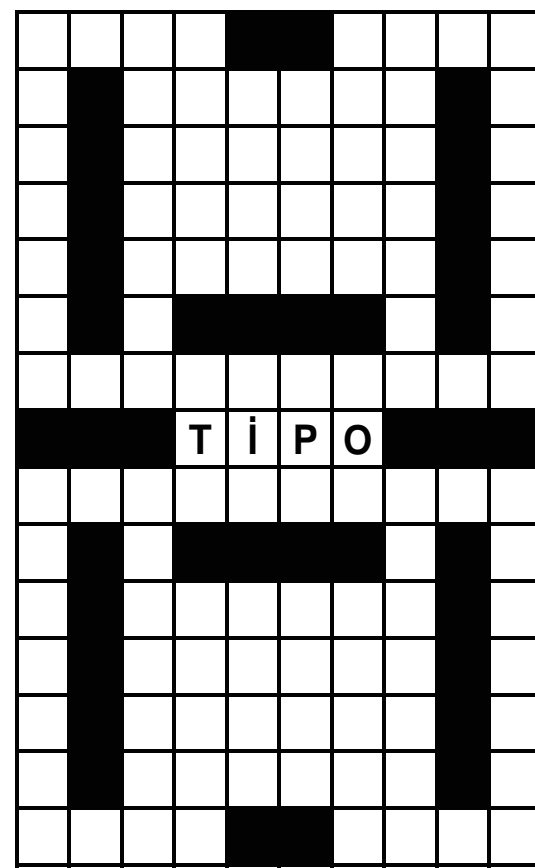
## Sözcük Avı

A N A E R K İ G N İ D L  
V K K İ L E D N E N A H  
A A A I R A Y L A D M İ  
Z M F İ U A H S B M L S  
T T İ A T K İ A U B U T  
L U N Ş S O L S K H T E  
İ L L N E L A L L M R R  
A O I U D L F A E Ü U İ  
H S C C L U M K T V K Z  
P A R A Z İ T O L O J İ  
B Ü Y Ü K E L Ç İ L İ K  
Ü N N A P L U K A T O L

Aşağıdaki sözcükleri yandaki bulmaca içerisinde her yönden verilmiş karışık harfler arasından bulmanız gerekmektedir.

ABDAL HANENDELİK MEKTEP  
ACUN HILAF MUSALLA  
AKAİT HOLŞAYN NİFAK  
ANAERKİ HUSYE OCAK  
AVAZ İMAL PARAZİTOLOJİ  
AYLA İSTER SAFA  
BUKLET KIZIR SOLUTMAK  
BÜYÜKELÇİLİK KOLLU TULU  
DESTUR KULP TÜRE  
DİNGİ KURTULMA ÜNNAP  
FİNLI LALE VOLT  
HAİL LOTA YARI

## Kelime Yerleştirme



Bulmacada verilen ipucu kelimedenden yararlanarak çözülmüş bulmacayı tamamlayınız.

3 HARFLİ TIPO YAKICI  
BOŞ YARASA  
DİL 5 HARFLİ  
EPE EMİCİ 7 HARFLİ  
PTT İZALE ÇALYAKA  
KISIR DUYUSAL  
4 HARFLİ PAÇAL EKOLOJİ  
AMEL FİSKİYE  
ARAF 6 HARFLİ GEÇENEK  
GİDİ İÇERİK İMAMEVİ  
İNEK KANAMA KLİŞECİ  
İPSİ SEFİRE MURAKIP  
KARI SPUKER 10 HARFLİ  
KİLE ULAŞIM ÇİFTLEŞMEK  
NAŞİ UZANIM KALPDEBİSİ

## Sudoku Çok Kolay

			6	5		8	
3		9					2
9	1					6	
		4			2		
		5					
9	8		6		4	3	
							5
8	7		3		9		
	9			8			6

## Sudoku Kolay

		1		3			
		2			5	4	
		6	8			1	9
		1			9		
		5	7				
9	7				3	6	
5			6		8		
3				5			
		8		4			

## Sudoku Orta

2	6		7				
			5			4	
		5	6	1	2		
	4	7	5	2			
				4	3	1	
6	2			3	9		
7							3
5		1					4

## Harf Sudoku ABCDEFGHK

A		G				C
		K	B			G
G	A				H	E
H		E	G			
						B
G	K					C
			D			F
		C				K
		K	A	E		H

## Çözümler

7	2	4	3	6	5	9	8	1	
3	6	8	9	1	7	4	5	2	
9	5	1	2	8	4	3	6	7	
6	7	5	4	3	9	2	1	8	
8	4	3	5	2	1	6	7	9	
1	9	2	8	7	6	5	4	3	
4	3	6	1	9	8	7	2	5	
2	8	7	6	5	3	1	9	4	
5	1	9	7	4	2	8	3	6	
7	9	1	4	5	3	2	8	6	
8	6	2	9	1	7	5	4	3	
5	4	3	6	8	2	7	1	9	
2	3	8	1	4	6	9	5	7	
6	1	5	3	7	9	4	2	8	
9	7	4	5	2	8	3	6	1	
1	8	6	3	9	7	4	5	2	
6	2	1	7	4	3	9	8	5	
8	7	4	9	2	5	1	6	3	
5	3	9	1	8	6	2	7	4	
F	A	D	H	G	E	K	B	C	
C	H	E	D	K	B	F	A	G	
K	G	B	A	F	C	D	H	E	
H	B	F	E	C	G	A	D	K	
D	C	A	F	H	K	G	E	B	
G	E	K	B	D	A	H	C	F	
E	K	H	G	B	D	C	F	A	
A	F	G	C	E	H	B	K	D	
B	D	C	K	A	F	E	G	H	
G	I	D	I	K	I	L	E	K	
E	U	Z	A	N	I	M	K	O	
Ç	Y	A	R	A	S	A	O	L	
E	N	E	S	E	F	I	R	E	
E	A	P	D	E	B	I	S	I	
K	A	L	P	D	E	B	I	S	
Ç	I	F	T	L	E	Ş	M	E	K
A	I	S	P	I	K	E	R	U	L
Y	S	B	A	N	A	M	A	S	E
A	K	I	Ç	E	R	İ	K	S	E
K	Y	A	K	I	C	I	S	E	C
A	M	E	L	I	P	S	I	S	I

Z.Aleksia Kayar  
bulmacaci@gmail.com

E	O	F	D	F	Y	A	T	K	Â
E	M	A	Y	I	T	I	C	I	O
A	V	U	R	T	K	Ü	L	E	K
E	N	I	K	O	N	U	N	U	S
E	S	M	E	R	V	E	Ş	U	S
P	T	T	O	K	Ş	A	L	M	R
E	T	H	A	A	B	I	T	Ö	K
H	E	A	D	N	O	G	L	İ	S
T	A	S	A	A	N	D	Y	A	D
A	V	K	A	M	E	A	L	E	T
Y	A	M	A	C	I	K	E	L	T
Y	S	B	A	F	M	O	R	A	L
Y	U	L	A	F	E	N	M	I	L
R	E	T	A	N	T	R	A	K	T



**HAZIRLAYAN:**  
AYNUR CIHAN / SEMANUR POLAT

Kariyerini yurt dışında sürdürme kararı alan ve iki yıldır İtalya'da yaşayan Can Yaman, geçtiğimiz günlerde kendisini görüntülemeye çalışan bir hayranın cep telefonunu alıp yere fırlatmasıyla gündeme gelmişti. Ünlü oyuncu, son dönemde hayranlarına yönelik davranışlarının eleştirilmesi üzerine dikkat çeken bir açıklama yaparak tepkilere yanıt verdi

# OLAYLARIN ADAMI!

İtalya'da bir dijital platformda yayınlanacak olan 'Viola' adlı dizinin çekimlerine katılan Can Yaman, projenin tanıtımını kendi Instagram hesabından paylaştı. Ayrıca, geçtiğimiz günlerde bir hayranının cep telefonunu fırlatmasıyla ilgili olarak da bir açıklama yaptı. Yaman, açıklamasında şunları söyledi: "Her gün elimizden gelen en iyisini yapmak için çalışıyoruz ve bu yoğun tempoda zaman zaman stres altında oluyoruz. Bu nedenle hayranlarımıza vakit ayıramadığımız için üzgünüm. Setler genellikle gece 1'de bitiyor ve dışarıda resim çekilmek için beni bekleyen insanlar oluyor. Ancak bu durumda yorgun oluyorum ve ertesi gün erken kalkmam gerekiyor, bu nedenle her seferinde resim çekmeye vakit ayıramıyorum ve sadece 'merhaba' diyebiliyorum. Bu nedenle bazıları beni yanlış anlayabilir. Gerçekten üzgünüm."

## Yoğun bir şekilde çalışıyor

Ayrıca, yeni dizi projesi için yoğun bir çalışma temposunda olduğunu belirterek, "24 saat boyunca enerji dolu biri olmadığım ve insanların yanımla bir olmadığım hatırlatmak isterim. Bazı günler vücudum ağrıyor ve sonraki günler için dinlenmeye ve konsantrasyona ihtiyacım oluyor. Çekimler bittikten sonra iş tamamlanmış olmuyor, ertesi gün için hazırlıklara devam ediyorum ve genellikle gece 4'te yatıyorum" dedi. Son olarak, hayranlarına seslenen Can Yaman, "Her zaman varlığınıza ve sevginize takdir ediyorum ancak 'Hayır' dediğimde buna sebep olduğumu anlamalısınız" dedi.



# Gazze halkı zor durumda!

"Kim Milyoner Olmak İster?" programının son yayınlanan bölümünde, bir Filistin sorusu gündeme geldi. Yarışmacı doğru cevapladıktan sonra Kenan İmirzaloğlu, Gazze'deki saldırılara tepki gösterdi ve şunları söyledi: "Gazze'deki sivil halk, dünya genelindeki duyarsızlık karşısında zor durumda"

**KENAN** İmirzaloğlu'nun sunumuyla ATV'de yayınlanan "Kim Milyoner Olmak İster?" yarışmasının son bölümünde, Filistin'e dair bir soru gündeme geldi. Yarışmacı Eyüp İşler, "İsrail'in işgal ettiği Filistin topraklarında Filistin bayrağı ve renklerini yasaklaması sonrasında, hangisi protesto sembolü haline gelmiş ve bir dönem onu taşıyanlar tutuklanmıştır?" sorusunu doğru bir şekilde yanıtladı: "Karpuz dilimi."

## Tepkisini gösterdi

Yarışmacının doğru cevabının ardından Kenan İmirzaloğlu, Gazze'de yaşanan saldırılara tepki göstererek şunları söyledi: "İnşallah o topraklara

barış gelir, oradaki çocuk ve sivil insanların ölümü son bulur. Dünya tuhaf bir şekilde sanki yokuşa aşağı yuvarlanıyormuş gibi. Her tarafta savaşlar patlak veriyor. Şu sivilin ölmesi hepimizin içini acıtıyor. Kimden, hangi inançtan olursa olsun. Gazze'deki sivilleri, bütün dünya sanki gözlerini kapatarak, kulaklarını tıkayarak izliyor gibi. Gerçekten haklın yanında olmuyorlar. Kim güçlüyse onun yanında oluyorlar. İnşallah dünya bir an evvel aklını başına toplar. İnşallah kendini büyük gören ülkeler, insani vicdani bir şekilde tavrı alırlar ve bütün bu savaşlar sona erer. Oradaki insanlar için dua ediyoruz. Allah sabır versin" diyerek yaşanan trajediye tepkisini dile getirdi.

# İlker hasretlik çekecek!

İspanyol kanalı için çekilen 'La Passion Turca' (Türk Türküsü) dizisinde rol alan İlker Kaleli (39), uzun süredir birlikte olduğu şarkıcı Sıla Gençoğlu (43) ile bir süre ayrı kalacaklarını açıkladı. Ancak bu zorlu dönemde aşkına destek olmaktan kaçınmadı



**ÜNLÜ** oyuncu İlker Kaleli, önceki gün Etiler'de objektiflere yakalandı. Spor salonuna giderken basın mensuplarıyla kısa bir sohbet gerçekleştiren Kaleli, yeni projesi hakkında bilgi verdi. "Çalışmalara devam ediyorum. Öykü Karayel ile birlikte bir projeye başlayacağız. İki üç kez buluştuk ve çok güzel bir uyum yakaladık" dedi. Ayrıca, sevgilisi şarkıcı Sıla Gençoğlu'nun Amerika turnesi hakkında da konuşan Kaleli, "İş gereği bir süre uzak kalmamız gerekebilir, ancak bu, her iki tarafın da yoğun iş temposundan kaynaklanıyor. İşlerimizin doğasında bu tür ayrımlar olabiliyor" şeklinde konuştu. Ayrıca, kendi şarkı yazma çalışmalarına da devam ettiğini belirtti.

# Hüngür hüngür ağladı!

Disney Plus'un yayınlamaktan vazgeçtiği Atatürk filmi hala tartışma konusu. Ünlü gazeteci Fatih Altaylı, filmdeki başrol oyuncularıyla yaptığı röportaj sırasında duygusal anlar yaşadı ve gözyaşlarına hakim olamadı. Bu dokunaklı anlarda, Altaylı'ya sarılan Aras Bulut İynemli de duygulandı

**DİSNEY** Plus'un yayınlamasından vazgeçtiği Atatürk filmi, Cumhuriyet'in 100. yılı kutladığımız 29 Ekim Pazar günü televizyon ekranlarında izleyicilerle buluştu. Filmin başrolünü Aras Bulut İynemli paylaşıyor ve hala büyük bir ilgiyle tartışılıyor. Oyuncular, film hakkında Fatih Altaylı ile bir röportaj gerçekleştirdi. Programın yeni bölümünde, Aras Bulut İynemli, Songül Öden, Sarp Akkaya ve filmi yöneten Mehmet Ada Öztekin konuk olarak yer aldılar. Röportaj sırasında filmin detayları konuşulurken, Fatih Altaylı, filmde bahsederken duygusal anlar yaşadığını ve gözlerinin dolduğunu belirtti. Bu dokunaklı anlarda Aras Bulut İynemli, Altaylı'nın duygusal anlarını gözlemleyemeyerek ona sarıldı. Aras Bulut İynemli'nin de gözlerinin dolduğunu fark eden Songül Öden ise espri yaparak, "Benim hormonlarım var, lütfen ağlamayın, devam edemeyiz" diyerek herkesi güldürdü. Bu anlar sosyal medyada da büyük yankı buldu. Kimi izleyiciler bu anları samimi bulurken, kimi ise duygulandıklarını dile getirdi.



# HABER-DİZİ-SİNEMA-YARIŞMA-SPOR-SİYASET

**TRT 1**

01:05 Teşkilat  
03:35 Alparslan:  
Büyük Selçuklu  
05:40 İncir Ağacı  
06:45 Elimi Bırakma  
10:30 Alişan ile  
Hayata Gülümse  
13:15 Seksenler  
15:15 Diriliş Ertuğrul  
18:00 Lingo  
19:00 Ana Haber  
19:55 İddiaların Aksine  
20:00 Alparslan:  
Büyük Selçuklu

**KANAL D**

00:00 -  
00:15 Üç Kız Kardeş  
02:30 Poyraz Karayel  
04:30 5N 1K  
05:00 Güneşi Beklerken  
07:00 Yabancı Damat  
09:00 Neler Oluyor Hayatta  
11:00 Yaprak Dökümü  
13:00 Gelinim Mutfakta  
16:00 Aşk ve Umut  
17:30 Arka Sokaklar  
19:00 Kanal D Ana Haber  
20:00 Hızlı Ve Öfkeli 7  
22:45 Hızlı Ve Öfkeli 7

**SHOW**

00:00 -  
02:15 Kızılak  
Şerbeti  
05:30 Gelsin  
Hayat Bildiği Gibi  
08:00 Bu Sabah  
10:00 Kuzey Yıldızı:  
İlk Aşk  
12:15 Aslı Hünel ile Gelin Evi  
15:00 Didem Arslan  
Yılmaz'la Vazgeçme  
18:45 Show Ana Haber  
20:00 Güldür Güldür Show

**atv**

00:00 -  
00:20 Safir  
03:05 Ben Bu  
Cihana Sığmazam  
05:50 Cennet'in Gözyaşları  
08:00 Kahvaltı Haberleri  
10:00 Müge Anlı ile  
Tatlı Sert  
13:00 Gün Ortası  
14:00 Mutfak Bahane  
16:00 Esra Erol'da  
19:00 ATV Ana Haber  
20:00 Safir

**FOX**

02:45 Şahane  
Hayatım  
05:00 Aşk Yeniden  
06:00 Yaz Şarkısı  
07:45 İlker Karagöz  
İle Çalar Saat Hafta Sonu  
10:30 Çağla ile Yeni  
Bir Gün  
12:00 Yasak Elma  
13:15 En Hamarat Benim  
16:00 Yabani  
19:00 Selçuk Tepeli ile  
FOX Ana Haber  
20:00 Bambaşka Biri

**TV8**

00:15 Gazete Magazin  
02:30 Sinema  
04:30 Gençlik Rüzgarı  
07:15 8'de Sağlık  
08:30 Müge ve  
Gülşen'le 2. Sayfa  
11:15 Masterchef  
Türkiye All Star  
12:45 Demet ve Jess'le  
Gel Konuşalım  
16:00 Zuhul Topal'la  
Yemekteyiz  
20:00 Masterchef  
Türkiye All Star

**NTV**

18:40 Uzman Bakışı  
18:55 Hava Durumu  
19:00 Akşam Haberleri  
19:10 Piyasa Ekranı  
19:15 Ceyda Düvenci ile  
Bambaşka Sohbetler  
20:00 Ana Haber  
20:50 Piyasa Ekranı  
20:55 Hava Durumu  
21:00 Mete Çubukçu ile Pasaport  
22:00 Osman Müftüoğlu ile  
Yeni Hayat  
23:00 Bugün Yarın  
23:50 Paramın Nabızı  
23:55 Hava Durumu

**HABER TURK**

05:00 Haber  
Bülteni  
06:00 Gün Başlıyor  
09:00 Para Gündem  
11:00 Güne Bakış  
12:45 Spor Bülteni  
13:00 Gün Ortası  
14:45 Spor Bülteni  
15:00 Haber Hattı  
17:00 HT 360  
19:00 Ana Haber  
20:45 Enine Boyuna  
23:00 Geçiş Oyunu

**CNN**

07:00 A'dan Z'ye  
08:00 A'dan Z'ye  
09:00 Gündem  
10:00 Gündem  
11:00 Gündem  
12:00 Gün Ortası  
13:00 Gün Ortası  
14:00 Bugün  
15:00 Bugün  
16:00 Günlük  
17:00 Günlük  
18:00 Ana Haber  
20:30 Tarafsız Bölge

**tv100**

04:00 Cansu Canan  
Özgen ile  
Gündem Dışı  
05:30 Şükri Duda ile  
Berber Muhabbeti  
06:00 Gün Uyanıyor  
09:00 9'dan 12'ye  
12:00 Haberde Gün Ortası  
14:00 Güne Bakış  
16:30 Akşam Raporu  
18:30 Ece Üner ile  
Ana Haber Bülteni  
20:00 Taksim Meydanı

**STAR**

00:00 -  
02:30 Güzel Köylü  
04:30 Türk Müziği  
05:30 Aramızda Kalsın  
07:00 Kiralık Aşk  
09:45 Sabahın  
Sultanı Seda Sayan  
13:30 Zahide Yetiş ile  
Yeniden Başlasak  
16:15 Sakla Beni  
18:15 Star Haber  
19:00 Ömer  
20:00 Ömer

**TGRT**

14:40 Haber Bülteni  
15:00 Günün İğden  
15:35 Dijital Para  
15:40 Haber Bülteni  
16:00 Günün İğden  
16:30 Spor Bülteni  
17:00 Günün İğden  
18:00 Gündem  
18:40 Haber Bülteni  
19:30 Ana Habere Doğru  
19:45 Ana Haber  
21:00 Gündem Özel  
23:00 Orkun Yazgan ile  
Son Nokta





# DAMGA

GÜNLÜK SİYASİ GAZETE

7 KASIM 2023 SALI

## İSTANBUL TURİSTLERİNİN GÖZDESİ OLUYOR

İstanbul, yılın 9 aylık bölümünde toplam 13 milyon 156 bin 209 yabancı ziyaretçiyi ağırladı

Kültür ve Turizm Bakanlığı'ndan yapılan yazılı açıklamaya göre, İstanbul'a eylül ayında bir önceki yılın aynı ayına oranla yüzde 1,55 artışla, 1 milyon 631 bin 963 yabancı ziyaretçi geldi. Eylülde İstanbul'u en çok ziyaret eden yabancı turist, 168 bin 925 kişi ile Ruslar oldu. Rusya'nın ardından 119 bin 681 kişi ile Almanya ikinci, 111 bin 688 kişi ile İran üçüncü, 87 bin 670 kişi ile ABD dördüncü oldu. Bu ülkeleri de 64 bin 980 kişi ile İngiltere, 46 bin 547 kişi ile

Fransa izledi. Arap ülkeleri içerisinde, eylül ayında İstanbul'a gelen yabancı ziyaretçi sıralamasında da Irak birinci, Suudi Arabistan ikinci, Cezayir üçüncü, Fas dördüncü sırada yer aldı. Fas'ı Ürdün, Mısır, Libya ve Kuveyt takip etti. Yılın 9 aylık bölümünde ise toplam 13 milyon 156 bin 209 yabancı ziyaretçi İstanbul'da ağırlandı.

### İstanbul Havalimanı ilk tercih

Eylül ayında İstanbul'a hava yoluyla

gelen toplam yabancı ziyaretçi sayısı içerisinde İstanbul Havalimanı'nın payı yüzde 73,30 oldu. Yılın ilk 9 ayında 9 milyon 248 bin 934 yabancı ziyaretçinin kullandığı İstanbul Havalimanı'nı eylül ayında 1 milyon 163 bin 196 yabancı tercih etti. Sabiha Gökçen Havalimanı'ndan da eylül ayında 422 bin 240 yabancı giriş yaptı. Sabiha Gökçen Havalimanı en çok yabancı ziyaretçinin giriş yaptığı ikinci sınır kapısı olurken hava yoluyla İstanbul'a giriş yapan yabancıların yüzde 26,61'ini oluşturdu. Atatürk Havalimanı'na ise eylülde 1371 yabancı ziyaretçi kullandı. İstanbul'a eylülde deniz yoluyla 45 bin 156 yabancı ziyaretçi geldi. Bir önceki yılın aynı ayına göre artış oranı yüzde 24,81 oldu.

### Ağustosta doluluk oranı yüzde 68

Kültür ve Turizm Bakanlığının en son yayımladığı konaklama istatistiklerine göre, İstanbul'da Bakanlık belgeli tesislere geliş sayısı ağustos ayında toplam 1 milyon 353 bin 383 oldu. Bu tesislerde toplam 3 milyon 201 bin 526 geceleme yapılırken ortalama kalış süresi 2,37 gün olarak belirlendi. İstanbul'daki konaklama tesislerinin ağustos ayı doluluk oranı ise yüzde 68,33 olarak gerçekleşti. AA



## Hadise'den iddialı pozlar!

Ünlü şarkıcı Hadise, son şarkısı 'Sevmiyo' ile adından söz ettiriyor. Hadise, sosyal medya hesaplarından yeni fotoğraflarını takipçileriyle paylaştı. Paylaşılan gönderi kısa sürede binlerce beğeni ve yorum aldı

Ünlü şarkıcı Hadise, güzelliği, şarkıları ve sahne performansı ile büyük ilgi görüyor. 14,5 milyon takipçisi bulunan Instagram sayfasından cesur pozlarını paylaşan Hadise, sırt dekoltesiyle çekilen fotoğraflarını siyah kalp emojisi ekleyerek ardışık olarak paylaştı. 38 yaşındaki sanatçının bu pozları kısa sürede 133 bin beğeni aldı. Takipçileri, Hadise'ye "Yakıyorsun kraliçe", "Maşallah sana" ve "Güzelliğin doğal mı?" gibi yorumlarla hayranlıklarını dile getirdi. HABER MERKEZİ



## Cinsellik tavsiyeleri!

Ünlü model Didem Soydan, takipçilerine cinsellik konusunda dikkat çeken öneriler sundu. Soydan'ın açıklamaları sosyal medyada geniş yankı buldu

SOSYAL medya platformlarında sürekli gündemde olan ve cesur açıklamalarıyla tanınan Didem Soydan, cinsellik ile ilgili düşüncelerini açıkça dile getirerek, merak edenlere ve sorun yaşayanlara bazı tavsiyelerde bulundu. Soydan, "Cinsellik gibi insan sağlığının çok önemli bir parçasını oluşturan bir konunun tabu olmaması gerektiğini düşünüyorum. Benim gibi düşünen bir sürü kişi olduğunu da biliyorum. İlişkilerde en sağlıklı iletişim ebbette her konuyu açıkça konuşmaktan

geçer." ifadelerini kullanarak takipçilerinin ilgisini çekti.

### Açıkça konuşulması lazım

Soydan, cinsellik konusunun bir tabu olmamalı ve sağlıklı ilişkiler için açıkça konuşulması gereken bir konu olduğunu düşündüğünü belirtti. Ünlü model, sosyal medya hesaplarındaki takipçilerinden gelen pozisyon yorumlarına da esprili cevaplar verdi. Didem Soydan'ın bu açıklamaları sosyal medyada geniş yankı buldu. HABER MERKEZİ



Yeni yüz, muhteşem lezzet eşliğinde dünya mutfağı...

40 YILLIK TECRÜBE

Büyükçekmece Albatros'da hizmetinizde...

Büyükçekmece sahilde yeni adresiniz...  
**ANTİK LOUNGE**  
0555 600 34 23

## Gençleri kırmam



İstanbul Aydın Üniversitesi'nin her yıl geleneksel olarak verdiği İAÜ İletişim Ödülleri dün sahiplerini buldu. Oyuncu Oykü Karayel ile mutlu bir evlilik sürdüren Can Bonomo da ödüle layık görüldü. Bonomo, "Ben gençleri kırmam. Bugün buraya onlar için geldim" dedi. Kültür, sanat, medya ve internet gibi 26 dal ve onur ödülünün sahiplerini bulduğu İAÜ İletişim Ödülleri törenine, birçok ünlü isim katıldı. Törende Onur Ödülü'nün sahibi olan Perihan Savaş, "Benim için burada öğrencilerden ödül

almak çok mutluluk ve gurur verici, hepsine çok teşekkür ediyorum. Onur ödülü olduğu için ve gençleri kırmamak için ödülümü almaya geldim, onlar bizim geleceğimiz" dedi. "En İyi Erkek Sanatçı" ödülünün sahibi olan Can Bonomo, sahnede gençlere seslendi: Hepinize teşekkür ediyorum. Ben üniversiteyi bitireli 10 yıl oldu. Bu 10 yılda hayatımda çok şey değişti, en basiti çocuğum oldu. Biraz sonra onun yanına gideceğim, üniversiteli kardeşlerimden bu ödülü almak çok mutluluk verici.

## Metin Uca trafik kazası geçirdi

ÜNLÜ televizyon programcısı ve sunucusu Metin Uca, bir trafik kazası geçirdiğini duyurdu. Sosyal medya hesabından yaptığı paylaşımında Uca, aşağıdaki ifadeleri kullandı: "Değerli dostlarım, Bursa'da bir etkinlik için menajerim Kubra Karabulut ile yola çıktığımız sırada Dilovası'nda beklenmeyen bir durumla karşılaştım ve ağaca çarpmadan aracı durdurdum. İlk tetkikler sonucunda boyunun sağ damarlarının tıkalı olduğu ve bu durumun kaza nedeni olduğu ortaya çıktı. Şu an Kartal Lütüfi Kırdar Eğitim Araştırma Hastanesi Nöroloji Yoğun Bakım İnme Merkezi'nde bir hafta boyunca tedavi altında olacağım. Doktorlar pıhtıları çözmek ve tıkanıklığı gidermek için çaba sarf edecekler. İlgili ve destekleriniz için teşekkür ederim. En kısa sürede sağlığıma kavuşup aramızda olacağım."

