



HABER & REKLAM: 0 532 015 78 78
www.alanyapostasi.com.tr
ALANYA POSTASI
GERÇEK HABER GAZETESİ
Cuma 20 Kasım 2026 e-mail: alanyapostasi@hotmail.com Fiyatı: 15 TL





Taha için son 10 milyon

DMD hastası Taha Miraç'ın tedavisi için gereken son 10 milyon liranın toplanması amacıyla düzenlenen dayanışma gecesinde hedeflenen sağlanamadı. Taha'nın sağlığına kavuşması için açık 10 milyon lira.





ZAMAN DARALIYOR

DMD HastasıTaha Miraç'ın Dubai'deki tedavisine başlayabilmesi için ihtiyaç olan 10 milyon lira henüz tamamlanamadı. Bütçenin sağlanması amacıyla düzenlenen, Keyfi Ala Restoran'da gerçekleşen dayanışma gecesinde yaklaşık 2 milyon lira gelir elde edildi. Ancak vaadler yerine getirilmediği için açık kapanmadı.

FORMÜL ARAYIŞI SÜRÜYOR

Alanya Kaymakamı ve protokol üyelerinin de katıldığı gecede ünlü sanatçı Lara, Mehmet Mollamustafaoğlu ve Fatih Gürpınar sahneye çıktı. Eksik bütçenin temini için yeni bir süreç başlarken, gecede konuşan Alanya Kaymakamı Öztürk, kalan kısmın ALTSO bütçesinden meclis kararı ile sağlanabileceğini söyledi. ● 2'DE

VE AK PARTİ'DE

Antalya Büyükşehir Belediyesi Başkan Vekili Büşra Özdemir, AK Parti'ye katıldı. Özdemir, Caran ve Duran'ın katılım töreninde Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan 3 başkana, "Aramıza hoş geldiniz" dedi.

ROZETİ DEĞİŞTİ

Genişletilmiş İl Başkanları Toplantısı'nda Antalya Büyükşehir Belediye Başkan Vekili Özdemir'e AK Parti rozeti takıldı. Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın katılımı ile yapılan törende Özdemir ile birlikte Demre Belediye Başkanı Duran ve Korkuteli Belediye Başkanı Caran da AK Parti'ye geçti. Cumhurbaşkanı Erdoğan, belediye başkanları için "Allah AK Parti çatısı altında başarılı hizmetler yapmayı nasip etsin" dedi.

GÖZLER MECLİS ÜYELERİNDE

AK Parti'ye geçen Başkan Vekili Büşra Özdemir, rozet takma törenine AK Parti Antalya İl Başkanı Ali Çetin ile birlikte gitti. Ankara'da gerçekleşen törende Özdemir ile birlikte 8 belediye başkanına daha rozet takıldı. Antalya'dan CHP'li 6 meclis üyesininde rozet taktığı törenin ardından siyasi kulislerde, Meclis Üyeleri Hasan Eminoğlu ve Ulaş Özgen ismi de konuşulmaya başlandı. ● 2'DE



ÖZDEMİR GEREKÇESİNİ ANLATTI

AK Parti çatısındaki ilk konuşmasında Büşra Özdemir, Antalya'nın önceliklerine dikkat çekti. Özdemir, "Antalya'nın kaybedecek zamanı yok. Antalya'nın siyasi tartışmalara heba edeceği vakti hiç yok. Bizim için Antalya'nın beklenti ve ihtiyaçları her şeyin üstündedir" dedi. Konuşmasında yörük kültürüne vurgu yapan Özdemir sözlerini "Dağ ne kadar yüce olsa yol üstünden aşar" diyerek sürdürdü.



Yorgun mermi yolda yakaladı

COP31 Zirvesi'ne katıldıktan sonra Alanya'ya dönmek üzere yola çıkan Alanya Belediyesi Veteriner İşleri Gönüllüsü Hasan Sağlamer'in otomobilinin ön camına yorgun mermi isabet etti. Manavgat'ta yaşanan olayı Sağlamer yara almadın atlattı. ● 3'TE

Hasan Sağlamer



İşte Özçelik'in AFET Planı

Alanya Belediye Başkanı Özçelik, COP31'de "Dirençli Kentler, Güvenli Yarınlar" paneline katıldı ve Alanya'nın iklim değişikliği ile afet risklerine karşı planını anlattı.



PERSONEL EĞİTİMİ BAŞLADI

Alanya Belediye Başkanı Osman Tarık Özçelik, COP31 kapsamında Antalya'da düzenlenen "Dirençli Kentler, Güvenli Yarınlar" panelinde Türkiye Belediyeler Birliği standında düzenlenen panelde konuştu. Başkan Özçelik, Alanya Belediyesi'nin yürüttüğü çalışmaları anlattığı panelde imar planlarından afet koordinasyonuna, kırsal mahallelerde yangınla mücadeleden uluslararası projelere kadar pek çok başlıkta bilgi verdi.

RİSKLERE YATIRIMLAR YÖN VERİYOR

Alanya'nın coğrafi ve demografik özelliklerinin, iklim risklerinin etkisini farklılaştırdığına dikkat çeken Başkan Özçelik, kıyıdaki yoğun yapılaşma, ormanlarla iç içe yerleşimler ve yaz aylarında artan nüfusun planlama süreçlerine etki ettiğini belirterek "Belediyelere, iklim risklerini azaltan yatırımları zamanında hayata geçirebilmeleri için doğrudan erişebilecekleri, öngörülebilir ve uzun vadeli uyum finansmanı sağlanmalıdır" dedi. ● 6'DA

Rent A Car'a narkotik baskın

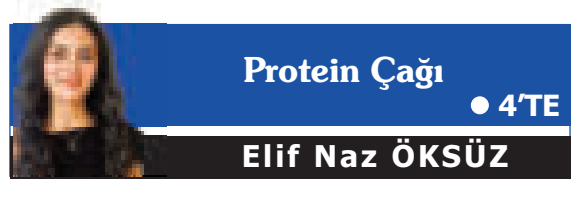
Mahmutlar'da bulunan, araç kiralaması yapan bir işyerine düzenlenen baskında kokain ve esrar ele geçirildi. İş yerinde yakalanan A.S (44) adlı tutuklanarak cezaevine gönderilirken, içmeye hazır 70 gram kokain ve 50 gram esrara imha edilmek üzere el konuldu. ● 3'TE

"Alanya ışıldasın"

Gazetemiz Köşe Yazarı Ali Özsoy, kış aylarında sakinleşen, dükkanların kapanması ile karanlığa bürünen Alanya için renkli, canlı ve ışıl ışıl bir kent hayali kurdu. Hayalini kaleme alan Özsoy "Akşam saatlerinde Alanya'nın bazı bölgelerine baktığınızda yazın o canlı ve renkli görüntüsünden eser kalmadığını görürsünüz. Tabi ki sakinlik kötü bir şey değildir, ancak sakin olmakla aşırı durağanlaşmak aynı şeyler değildir" dedi Özsoy yazısında yaklaşan yeni yılı fırsata çevirmeyi önerdi.



ALİ ÖZSOY'UN YAZISI ● 2'DE



Protein Çağı ● 4'TE

Elif Naz ÖKSÜZ



Alanya ışıl ışıl ışıldasın



Kışın gelmesiyle birlikte Alanya'da her yıl olduğu gibi alışıldık bir manzara ortaya çıkıyor. Turizm sezonunun sona ermesiyle birçok işletme kepenk indirince caddeler sakinleşip sokaklar tenhalaşmakta. Alanya şehir olarak da adeta yavaş bir ritme girerek kış uykusuna geçiyor.

Ancak artık dünyada değişen turizm anlayışı bize gösteriyor ki, Alanya gibi bir kentin kaderi yalnızca yaz aylarına bağlı olmamalıdır. Çünkü seyahat alışkanlıkları değişti. İnsanlar artık sadece deniz, kum ve güneş aramıyor. Kültür, gastronomi, spor, sanat, doğa ve sosyal yaşam deneyimleri de seyahat kararlarında önemli rol oynuyor. Bu nedenle Alanya gibi büyük bir potansiyele sahip bir şehrin yılın yalnızca beş altı ayında hareketlenip geri kalan dönemde sessizliğe gömülmesi, sahip olduğu değerlerin yeterince değerlendirilememesine sebep olmakta…

Bugün akşam saatlerinde Alanya'nın bazı bölgelerine baktığınızda yazın o canlı ve renkli görüntüsünden eser kalmadığını görürsünüz. Tabi ki sakinlik kötü bir şey değildir. Hatta huzurun ve yaşam kalitesinin önemli bir parçasıdır. Ancak sakin olmakla aşırı durağanlaşmak aynı şeyler değildir. Bir şehir nefes aldırabilir, dinlendirebilir ama aynı zamanda yaşadığını ve canlılığını da hissettirmelidir.

İşte tam da bu noktada yaklaşan yeni yıl ve kış dönemi bizlere önemli bir fırsat sunuyor olabilir. Alanya şehir merkezi başta olmak üzere eski beldelerin meydanları, sahil bölgeleri ve hareketliliği destekleyebilecek caddeleri estetik ışıklandırmalarla ışıl ışıl yaparak daha cazip hale getirilebilir. Kentin kimliğine uygun ışık tasarımları, tematik süslemeler ve görsel dokunuşlar yalnızca görüntü güzelliği oluşturmakla kalmaz, aynı zamanda insanlara sokağa çıkmak için de güzel bir neden oluşturabilir...

Ancak konuyu yalnızca birkaç elektrik direğine led asıp, süsleme yapmak olarak görmek de çok doğru olmaz. Alanya gibi turistik şehirleri canlı tutan yalnızca dekorasyon değil, sosyal ve kültürel yaşamın kendisidir. Bu nedenle yerel yönetimler, sivil toplum kuruluşları, turizm sektörü, esnaf ve vatandaşlar ortak bir hedef etrafında buluşmalıdır. Kış aylarına uygun festival ve etkinlikler, spor organizasyonları, konserler, açık hava sanat faaliyetleri ve sosyal buluşmalar şehrin dinamizmini artırabilecek unsurlar olabilir. Yani kamunun görevi kentin sokaklarını güzelleştirmekse, özel sektörün görevi de vitrinlerini ve işletmelerini canlandırmaktır. Şehirler kuru ve niteliksiz binalarla değil, insanlara yaşattığı duygularla hafızalarda daha fazla yer eder.

Alanya'nın en büyük avantajlarından biri de sahip olduğu ılıman iklimdir. Türkiye'nin birçok bölgesinde insanlar sert kış şartlarıyla mücadele ederken, Alanya yılın büyük bölümünde açık havada yaşamaya imkan sunmaktadır. Doğal güzellikleri, güçlü turizm altyapısı ve sosyal yaşam olanaklarıyla aslında birçok destinasyonun önünde yer almaktadır.

Burada yapılması gereken şey oldukça nettir. Bu potansiyeli sadece yaz mevsimine sıkıştırmadan yılın tamamına yani 12 aya yayabilmektir.

Ayrıca gerçekten 12 ay turizm hedefinden de söz ediyorsak, önce şehrin 12 ay canlı canlı enerjisiyle yaşadığını göstermeliyiz. Çünkü insanlar ışığın olduğu yere gider. Hareketin olduğu yerde kalır. Hatıralarını da yaşayan şehirlerde biriktirir. Bu yüzden gelmekte olan yeni yılı ve içinde bulunduğumuz kış sezonunu kaybetmeden önümüze konan bir fırsat olarak bilip ışıl ışıl canlı canlı geçirelim…

Bugünlük de yazımızı "**Alanya sadece yazın değil, yılın her günü yaşayan, ışıldayan ve insanına umut veren bir şehir olsun**" diyerek noktalayalım

Sağlık ve selametle kalın.









Taha Miraç için zaman daralıyor

DMD hastası Taha Miraç'ın tedavisine destek amacıyla Keyfi Ala Restoran'da düzenlenen dayanışma gecesine protokol ve sanatçılar yoğun ilgi gösterdi. Kaymakam Öztürk'ün vatandaşları desteğe çağırdığı gecenin ardından konuşan Faruk Konukçu, eksik kalan tutarın tamamlanması için ALTSO'nun meclis kararıyla devreye girmesini beklediklerini ifade etti.

Alanya'da Duchenne Musküler Distrofi (DMD) hastası Taha Miraç'ın Dubai'deki tedavisi için başlatılan kampanyada son viraja girilirken, gerekli meblağın tamamlanması amacıyla dayanışma gecesi düzenlendi. Keyfi Ala Restoran'da düzenlenen geceye Alanya Kaymakamı Şakir Öner Öztürk, Alanya Belediye Başkan danışmanları Faruk Konukçu ve Nazmi Zavlak, Alanya İlçe Jandarma Komutanı Yarbay Hüseyin Direk, Alanya İlçe Milli Eğitim Müdürü Yusuf Yılmaz, AK Parti Alanya İlçe Başkanı Mehmet Şarani Tavlı, iş insanı ve turizmci Eray Erdem, Alanya Belediye Meclis üyeleri ve davetliler katıldı. Gecede Taha Miraç'ın tedavisine katkı sunmak amacıyla sanatçılar Lara, Mehmet Mollamustafaoğlu ile Fatih Gürpınar da sahne aldılar.

KAYMAKAM ÖZTÜRK'TEN VATANDAŞLARA ÇAĞRI

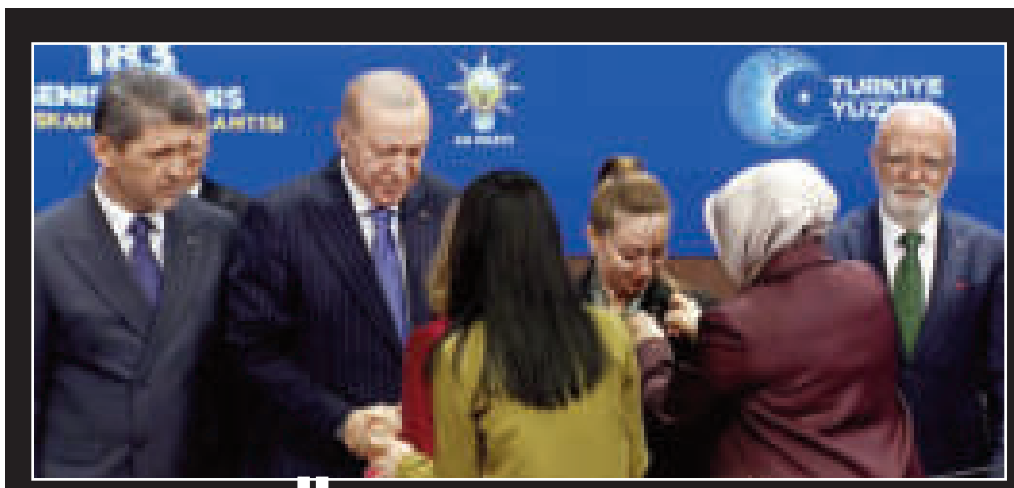
Gecede katılımcılara hitap eden Kaymakam Öztürk, organizasyonun düzenlenmesinde emeği geçenlere ve katkı sunan sanatçılara teşekkür etti. Kaymakam Öztürk, Taha Miraç'ın tedavisine destek olmak ve onun güzel yarınlarına umut olmak için tüm vatandaşları dayanışmaya ve destek olmaya davet etti.

"2 BUÇUK MİLYON LİRA HAYALİMİZ VARDI"

Organizasyonun ardından açıklama yapan Alanya Belediye Başkan Danışmanı Faruk Konukçu da, "Henüz rakamlar gelmedi. Raporlar gelir ama beklediğimizin altında olduğunu söyleyebilirim. 2 buçuk milyon lira hayalimiz vardı ama 2 milyon olmamıştır herhalde. Orada şöyle bir konu oldu. Kaymakam Öztürk, ALTSO'nun meclis kararı alarak bağış yapabileceğini söyledi. Biz bunu orada kamuoyuna açık olarak da dile getirdik. ALTSO bununla ilgili görüşecek. Kaymakam Öztürk de bunun hukuki althığıyla ilgili bir araştırma yapıyor. Yani olabileceğini düşünüyor. ALTSO Yönetim Kurulu bir karar alıp konuyu meclise getirecek. ALTSO meclisi de kalan parayı da bağışlayarak kampanyayı kapatacak. Böyle bir beklentimiz var. Önceki akşamki gecede ALTSO Başkanı Mustafa Tuna yoktu. Yönetim kurulundan kişiler vardı. Onlar orada konuyu meclise getireceklerini, mecliste değerlendireceklerini söyledi. Taha Miraç'ın ailesinin Dubai'de 24 Kasım'a kadar süresi var. Eğer biz 24 Kasım'a kadar parayı hesaba atmazsak aile geri dönecek. Ocak ayından itibaren yeniden süreç başlatılacak. Yaklaşık bir buçuk ay tedavi ertelenmiş olacak" dedi.

■ (www.alanyapostasi.com.tr / Erkan UYSAL)







Büşra Özdemir resmen AK Parti'de

Antalya Büyükşehir Belediyesi Başkan Vekili Büşra Özdemir, AK Parti'ye katıldı. Özdemir ile birlikte Korkuteli Belediye Başkanı Saniye Caran ve Demre Belediye Başkanı Fahri Duran da AK Parti'ye geçtiler. Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan 3 başkana, "Aramıza hoş geldiniz" dedi.



Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın katıldığı Genişletilmiş İl Başkanları Toplantısı'nda Antalya Büyükşehir Belediye Başkan Vekili Özdemir'e AK Parti rozeti takıldı. Özdemir ile birlikte Demre Belediye Başkanı Fahri Duran ve Korkuteli Belediye Başkanı Saniye Caran'ın da AK Parti'ye geçişi tamamlanarak rozetleri takıldı. Cumhurbaşkanı Erdoğan, "Allah AK Parti çatısı altında başarılı hizmetler yapmayı nasip etsin" diyerek, daima AK Parti'nin yanlarında olacağını belirtti.

"ANTALYA'NIN KAYBEDECEK ZAMANI YOK"

CHP'den istifa ederek AK Parti'ye katılan Antalya Büyükşehir Belediye Başkan Vekili Büşra Özdemir, ilk konuşmasında Antalya'nın önceliklerini anlattı. Toplantıda Antalya'nın önceliklerine ilişkin değerlendirmelerde bulunan Özdemir, kentin ihtiyaçlarına odaklanılması gerektiğini belirtti. Özdemir, "Antalya'nın kaybedecek zamanı yok. Antalya'nın siyasi tartışmalara heba edeceği vakti hiç yok. Bizim için Antalya'nın beklenti ve ihtiyaçları her şeyin üstündedir" dedi.

YÖRÜK KÜLTÜRÜNE VURGU YAPTI

Özdemir, açıklamasının devamında Antalya'nın kültürel değerlerine ve Toroslar'daki dayanışma geleneğine değindi. Özdemir, Yörük kültüründe yer alan bir sözü hatırlatarak şunları söyledi: "Dağ ne kadar yüce olsa yol üstünden aşar. Bizler Toroslar'ın eteklerinde dayanışmayı, üretmeyi, zorluklar karşısında yılmamayı ve birlikte başarmayı bilen bir kültürün evlatlarıyız" diye konuştu.

ANTALYA'DA PARTİ DEĞİŞİKLİĞİ GERÇEKLEŞTİ

Büşra Özdemir'in AK Parti'ye katılmasıyla Antalya Büyükşehir Belediyesindeki siyasi gelişmeler yeniden gündeme geldi. Özdemir, Antalya Büyükşehir Belediye Başkanı Muhittin Böcek'in tutuklanmasının ardından Temmuz 2025'te belediye meclisi tarafından başkan vekilliğine seçilmişti. 18 Kasım'da CHP üyeliğinden istifa eden Özdemir, bir gün sonra Ankara'da düzenlenen toplantıda AK Parti'ye katıldı. ■ Özgür YILMAZ





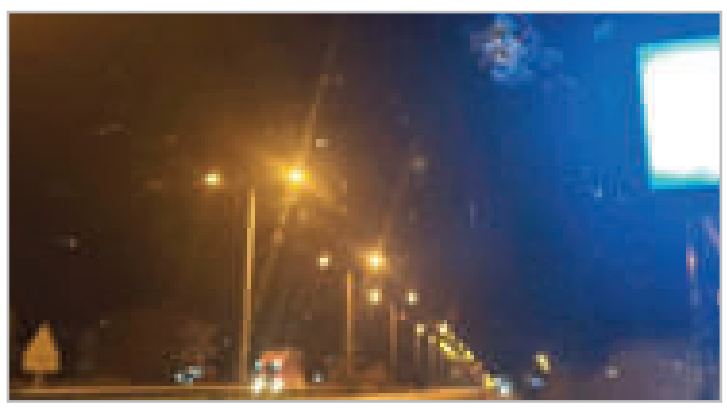
Rent a car'a uyuşturucu operasyonu

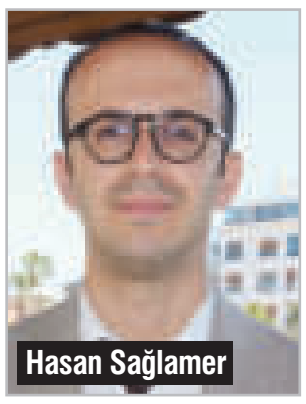
Alanya'da bir rent a car'a düzenlenen uyuşturucu operasyonunda kokain ve esrarla yakalanan A.S. (44) tutuklanarak cezaevine gönderildi.

Alanya Cumhuriyet Başsavcılığı koordinesinde yürütülen çalışmalar kapsamında, Alanya İlçe Emniyet Müdürlüğü Narkotik Suçlarla Mücadele Büro Amirliği ekipleri, Mahmutlar Mahallesi'nde bir rent a car'da uyuşturucu olduğunun tespit edilmesi üzerine harekete geçti. Narkotik ekipleri, iş yerine düzenlediği operasyonda içilmeye hazır 70 gram kokain ile 50 gram esrar ele geçirdi. Operasyonda uyuşturucu maddelere el konulurken, iş yerinde yakalanan A.S. (44) gözaltına alınarak Alanya İlçe Emniyet Müdürlüğü'ne götürüldü. Narkotik Suçlarla Mücadele Büro Amirliği'nin ardından A.S. sevk edildiği Nöbetçi Cumhuriyet Savcılığı'nca ifadesi alındıktan sonra tutuklanma istemiyle nöbetçi mahkemeye sevk edildi. Şüpheli A.S. 'Uyuşturucu Madde Bulundurmak' suçundan tutuklanarak Alanya L. Tipi Kapalı Cezaevi'ne gönderildi.

■ (www.alanyapostasi.com.tr / Mert CANTÜRK)







Sağlamer'in aracına yorgun mermi isabet etti

Antalya'daki COP31 Zirvesi'ne katıldıktan sonra Alanya'ya dönmek üzere yola çıkan Alanya Belediyesi Veteriner İşleri Gönüllüsü Hasan Sağlamer'in otomobilinin ön camına yorgun mermi isabet etti. Şans eseri yara almayan Sağlamer, yaşadığı olayı sosyal medya hesabından paylaştı.

Hasan Sağlamer

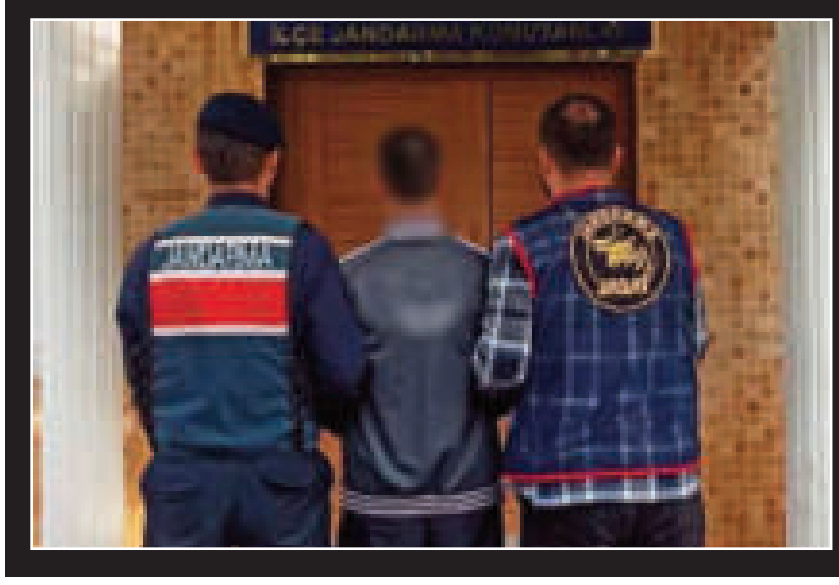
Olay, önceki gün saat 19.00 sıralarında Manavgat'ta meydana geldi. Alanya Belediyesi Veteriner İşleri Gönüllüsü Hasan Sağlamer, (35) EXPO Alanı'ndaki COP31 Zirvesi'ne katılmak için Antalya'ya hareket etti. EXPO Alanı'nda 'Tarımsal Faaliyetlerde Yanlış Sulama, Turizmden Kaynaklı Su Kayıpları' konulu konuşma yapan Sağlamer standları ziyaret etmesinin ardından Alanya'ya dönmek için otomobiline bindi. Sağlamer, Manavgat'a geldiği esnada otomobilinin ön camına yorgun mermi isabet etti. Camdan gelen sesi su sesine benzeten Sağlamer önce otomobilinin sileceklerini çalıştırdı. Ardından aracını güvenli bir noktaya çeken Sağlamer ön camı kontrol ettiğinde sürücü hizasındaki kısma yorgun merminin isabet ettiğini fark etti. Yaşadığı durumu sosyal medya hesabında paylaşan Sağlamer, "Şimdi arkadaşlar COP31'den dönüyordum Alanya'ya. Manavgat'ta bu köprüleri geçtiğim vakit yol bomboştu. Bir anda bir ses duydum. Camımda bir ses duydum ve tam sürüş hizamda oluşan olaya bakın şimdi. Gerçekten ilginç bir şey yaşadım. Bakın, zannediyorum bir yorgun mermi cama düştü ve Allah korudu. Bu da böyle bir şey. Yani başıma bu da gelecekmiş. Bunu da yaşadık" ifadelerini kullandı. ■ (www.alanyapostasi.com.tr / Mert CANTÜRK)

JASAT'tan aranan şahıslara darbe

Antalya, Alanya, Manavgat, Kaş, Kemer ve Kumluca Cumhuriyet Başsavcılıklarının talimatları doğrultusunda yürütülen çalışmalarda 691 aranan şahıs yakalandı. Yağma, uyuşturucu ve hırsızlık gibi suçlardan yıllarca kesinleşmiş hapis cezası bulunan şahıslar çıkarıldıkları adli makamlarca tutuklandı.

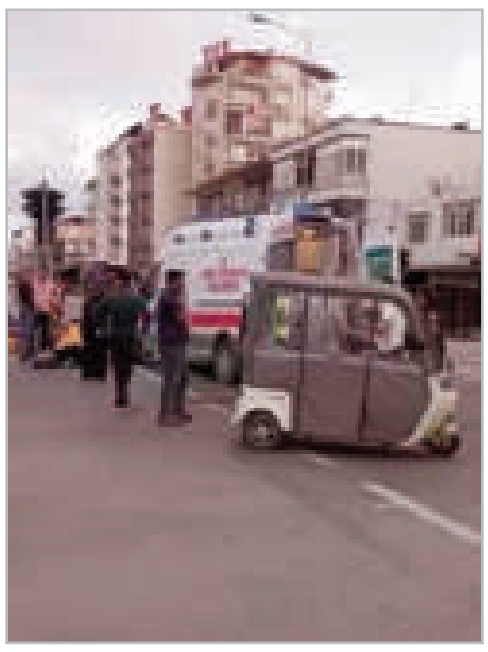


Antalya İl Jandarma Komutanlığı'nca yürütülen çalışmalar kapsamında, 4-18 Kasım tarihleri arasında aranan şahısların yakalanmasına yönelik gerçekleştirilen faaliyetler neticesinde farklı suçlardan aranan toplam 691 şahıs yakalanarak adli makamlara teslim edildi. Antalya İl Jandarma Komutanlığı'nca yürütülen çalışmalar kapsamında Antalya, Kaş, Kemer, Kumluca, Alanya, Manavgat Cumhuriyet başsavcılıklarının talimatları doğrultusunda "Uyuşturucu veya Uyarıcı Madde Ticareti Yapma veya Sağlama" suçundan hakkında 15 yıl kesinleşmiş hapis cezası bulunan M.A. isimli şahıs yakalandı. Ayrıca "Birden Fazla Kişi ile Tehdit" suçundan hakkında 10 yıl 2 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan S.B. isimli şahıs, "Uyuşturucu veya Uyarıcı Madde Ticareti Yapma veya Sağlama" suçundan hakkında 12 yıl 10 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan Ö.G. isimli şahıs, "Tehdit, Silahla Tehdit, Hakaret" suçundan hakkında 12 yıl 4 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan A.B. isimli şahıs, "Birden Fazla Kişi Tarafından Yağma" suçundan hakkında 22 yıl kesinleşmiş hapis cezası bulunan S.Y. isimli şahıs, "Birden Fazla Kişi Tarafından Yağma" suçundan hakkında 38 yıl kesinleşmiş hapis cezası bulunan C.K. isimli şahıs,"Birden Fazla Kişi Tarafından Yağma, Kasten Yaralama" suçundan hakkında 23 yıl 1 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan H.S. isimli şahıs, "Çocuğun Cinsel İstismarı" suçundan hakkında 10 yıl kesinleşmiş hapis cezası bulunan E.A. isimli şahıs, "Kitlemek Suretiyle Muhafaza Altına Alınan Eşya Hakkında Hırsızlık" suçundan hakkında 28 yıl 8 ay kesinleşmiş hapis cezası bulunan H.K., Jandarma Dedektifleri (JASAT) tarafından yürütülen takip ve çalışmalar sonucunda yakalandı. Şahıslar adli işlemlerinin tamamlanmasının ardından sevk edildikleri adli makamlarca tutuklanarak ceza infaz kurumuna teslim edildi. ■ (www.alanyapostasi.com.tr / Mert CANTÜRK)

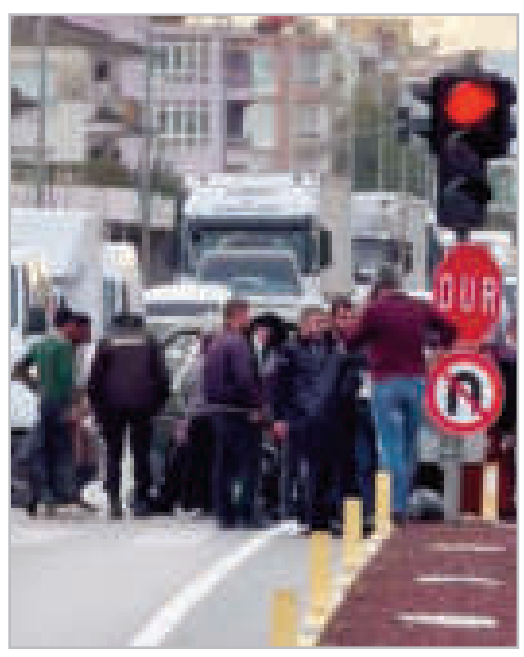


Motosiklet ile elektrikli bisiklet çarpıştı: 2 yaralı

Serik'te kavşak sisteminde motosiklet ile elektrikli bisikletin çarpıştığı kazada 2 kadın yaralandı.



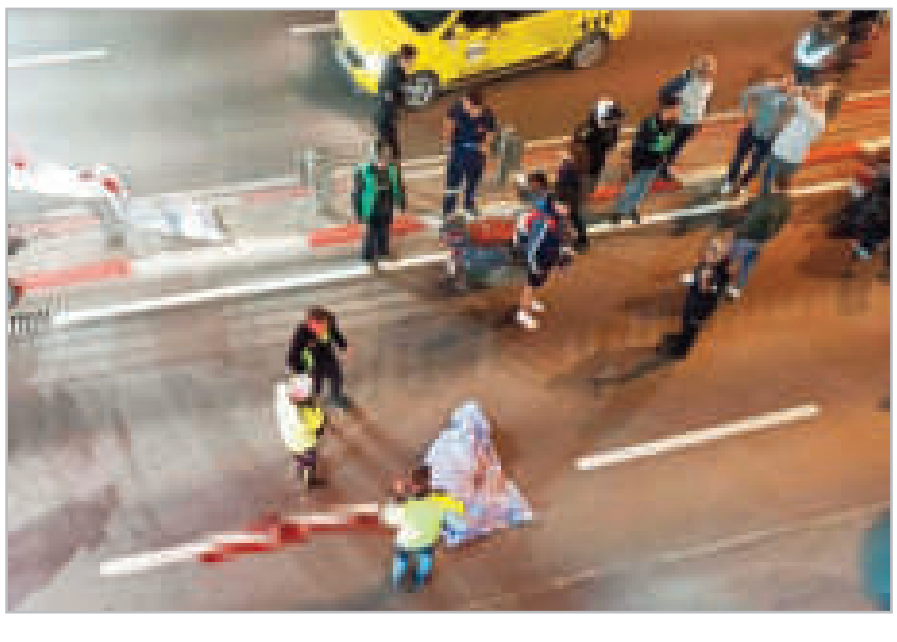
Kaza, önceki saat 16.30 sıralarında D-400 kara yolu Antalya-Serik istikametindeki Kadıoğlu Kavşağı'nda meydana geldi. İddiaya göre, Dilek Ö. yönetimindeki elektrikli bisiklet, ters yönden yola girerek karşıya geçmek istedi. Bu sırada aynı yönde seyreden Emirhan K.'nın kullandığı 07 CNU 629 plakalı motosiklet ile çarpıştı.Kazada elektrikli bisiklet sürücüsü Dilek Ö. ile motosiklette yolcu olarak bulunan bir kadın yaralandı. İhbar üzerine olay yerine sağlık ve polis ekipleri sevk edildi. Sağlık ekiplerinin olay yerindeki ilk müdahalesinin ardından 2 yaralı ambulansla Serik Devlet Hastanesi'ne kaldırıldı. Motosiklette bulunanların kask takmasının, kazanın daha ağır sonuçlanmasını önlediği değerlendirildi.
Polis ekipleri kazayla ilgili inceleme başlattı. ■ (İHA)





Korkuluklardan trafiğin ortasına atlayan kişi öldü

Antalya'da alt geçidin üst kısmından akan trafiğin ortasına atlayan şahıs hayatını kaybetti.



Olay, önceki gün saat 21.00 sıralarında Muratpaşa'daki Üçgen Mahallesi, Yener Ulusoy Bulvarı ile 100. Yıl Bulvarı birleşiminde bulunan Güllük altgeçidinde meydana geldi. Edinilen bilgiye göre, alt geçidin üst kısmında bulunan demir korkulukları aşan bir kişi, kendini boşluğa bıraktı. Akan trafiğin bulunduğu alt geçidin orta kısmına düşen şahsa o sırada yoldan geçmekte olan E.A.'nın kullandığı ticari taksi çarptı.İhbar üzerine olay yerine polis ve sağlık ekipleri sevk edilirken, yapılan kontrollerde şahsın hayatını kaybettiği belirlendi. Kent trafik yükünü taşıyan en önemli ana arterlerinden birisinde meydana gelen olay nedeniyle alt geçit trafiğe kapatılırken, uzun araç kuyrukları oluştu. Savcılık ve olay yeri inceleme ekibinin çalışmasının ardından üzerinden İ.A. (58) ismine ulaşım kartı çıkan şahsın cansız bedeni Antalya Adli Tıp Kurumu morguna kaldırıldı. ■ (İHA)



Yıl: 21 ALANYA POSTASI Sayı: 6393

KURULUŞ TARİHİ: 29 EKİM 2005

CUMA 20 KASIM 2026

İMTİYAZ SAHİBİ
Albas Basın Yayın Dağıtım Bileşim ve Eğitim Hizmetleri A.Ş.

Tüzel Kişi Temsilcisi
Hilmi KARAGÖZ

Genel Yayın Müdürü:
Mehmet Ali GÜRSES

Genel Koordinatör:
Gaye COŞKUN

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü:
Öznur YILDIZ

Haber Müdürü: Özgür YILMAZ
Spor Müdürü: Ercan YILDIRIM
Sayfa Sekreteri: Gürkan YALÇIN
Hukuk Danışmanı: Rezzan ÇELİK

Haber Merkezi :
Oba Mahallesi Kanal Sokak No:15
Daire:1 ALANYA / ANTALYA

Haber İstihbarat:
0532 015 78 70

UETS: 25929-05905-52223

Baskı: Arslan Güneydoğu Gaz. Mat. Saray Osmangazi Mah. Sütçü İmam Sk. No:33 PURSAKLAR / ANKARA

Dağıtım: İlayda Basım Yayın Dağ.Ltd.Şti.

E-mail: info@alanyapostasi.com.tr / alanyapostasi@gmail.com

Alanya Postası Gazetesi Basın meslek ilkelerine uymaya söz vermiştir

YEREL SÜRELİ YAYIN

Köşe yazılarının sorumlulukları yazarına aittir

https://www.alanyapostasi.com.tr

Protein Çağı: Gerçekten daha fazla proteine mi ihtiyacımız var?



Bir market rafında dolaşırken artık yalnızca ürünlerin içeriğine değil, üzerindeki protein miktarına da dikkat ediyoruz. Proteinli yoğurtlar, yüksek proteinli kahvaltılıklar, protein barlar ve içecekler… Spor salonlarında ise protein tozları neredeyse antrenman çantasının vazgeçilmezlerinden biri hâline geldi. Beslenme dünyasında bir dönem yağları, ardından karbonhidratları konuşurken bugün protein ön planda. Peki, protein tüketimine yönelik bu ilgi gerçekten artan bir ihtiyaçtan mı kaynaklanıyor, yoksa zamanla yeni bir beslenme trendine mi dönüşüyor?

Aslında yanıt, kişinin ihtiyaçlarına göre değişiyor. Sağlıklı yetişkinlerin çoğu için protein gereksiniminde belirgin bir artıştan söz etmek mümkün değil. Ancak yaş, fiziksel aktivite düzeyi ve bazı fizyolojik koşullar protein ihtiyacını değiştirebiliyor. Dolayısıyla önemli olan, daha fazla protein tüketmekten önce ne kadar proteine ihtiyaç duyduğumuzu anlamak.

PROTEİN NEDEN BU KADAR ÖNEMLİ?

Protein, vücudumuzda yalnızca kas yapımıyla ilişkilendirilen bir besin ögesi değil. Kasların, hücrelerin ve dokuların yapısında bulunmasının yanı sıra enzimlerin, bazı hormonların ve bağışıklık sisteminde görev alan yapıların oluşumunda da rol oynuyor. Dokuların onarımı ve yenilenmesi için de gerekli. Protein içeren öğünler ayrıca tokluk hissinin desteklenmesine de katkı sağlayabiliyor.

Ancak burada önemli bir ayrım var: Bir besin ögesinin vücudumuz için gerekli olması, onu ne kadar fazla tüketirsek o kadar iyi olacağı anlamına gelmiyor.

NE KADAR PROTEİN TÜKETMELİYİZ?

Protein gereksinimi herkes için aynı değil. Yaş, vücut ağırlığı, fiziksel aktivite düzeyi, sağlık durumu ve fizyolojik koşullar günlük ihtiyacı değiştirebiliyor.

Avrupa Gıda Güvenliği Otoritesi (EFSA), sağlıklı yetişkinler için günlük protein alımını kilogram başına 0,83 gram olarak belirtiyor. Örneğin, 70 kilogram ağırlığındaki sağlıklı bir yetişkin için bu değer günlük yaklaşık 58 gram proteine karşılık geliyor. Bu miktar, genel yetişkin nüfusu için belirlenmiş bir referans değeri; yoğun fiziksel aktivite yapan veya farklı fizyolojik gereksinimleri bulunan bireyler için doğrudan uygulanabilecek bir hedef değil.

Bu miktara günlük beslenmeyle ulaşmak sanıldığı kadar zor değil. Örneğin, kahvaltıda yumurta ve peynir, öğle yemeğinde bir porsiyon tavuk, akşam yemeğinde ise mercimek çorbası ve yoğurt tüketmek; ekmek ve diğer besinlerden gelen proteinle birlikte günlük ihtiyacın karşılanmasına katkı sağlayabilir. Yani protein gereksinimini karşılamak için mutlaka özel ürünlere yönelmek gerekmiyor.

Özellikle düzenli direnç egzersizi yapan bireylerde kas dokusunun gelişimini ve korunmasını desteklemek amacıyla daha yüksek protein alımları gündeme gelebiliyor. Uluslararası Spor Beslenmesi Derneği (ISSN), egzersiz yapan sağlıklı bireylerin çoğu için kilogram başına günlük 1,4–2 gram protein aralığını yeterli buluyor. Aynı 70 kilogramlık birey için bu, günlük 98–140 gram protein anlamına geliyor. Ancak bu aralık her spor yapan kişi için zorunlu bir hedef değil; antrenmanın türü ve yoğunluğu ile toplam enerji alımı gibi faktörler de dikkate alınmalı.

Üstelik kas gelişimi yalnızca protein tüketimiyle gerçekleşmiyor. Uygun direnç egzersizi, yeterli enerji alımı, dinlenme ve düzenli beslenme bu sürecin birbirini tamamlayan parçaları. Yani daha fazla protein tüketmek, tek başına daha fazla kas kazanacağımız anlamına gelmiyor.

KİMLER İÇİN GEREKSİNİM FARKLILAŞIYOR?

Bazı gruplarda protein ihtiyacı genel yetişkin referansından farklı olabiliyor. 65 yaş üzerindeki bireylerde yaşla birlikte ortaya çıkabilen kas kaybını (sarkopeni) önlemeye ve kas kütlesini korumaya yönelik olarak kilogram başına günlük yaklaşık 1,0–1,2 gram protein alımı önerilebiliyor. Hamilelik ve emzirme döneminde de protein gereksinimi artıyor.

Kilo verme sürecinde ise yeterli protein alımı, özellikle kas kütlesinin korunması açısından önem taşıyor. Vejetaryen ve vegan beslenen bireylerde de protein kaynaklarının çeşitliliği ve besinlerin amino asit profilleri dikkate alınmalı. Baklagiller, tahıllar, soya ürünleri, kuruyemişler ve tohumlar gibi farklı kaynaklara yer vermek, protein gereksiniminin karşılanmasına yardımcı olabilir. Bu gruplarda ihtiyaçlar, kişinin beslenme düzeni ve sağlık durumuna göre değerlendirilmelidir.

PROTEİN TOZU KULLANMAK GERÇEKTEN GEREKLİ Mİ?

Protein tüketimine yönelik ilginin artmasıyla protein tozları da günlük beslenmede daha fazla yer bulmaya başladı. Özellikle spor yapan bireyler arasında antrenman sonrasında protein tozu tüketmenin kas gelişimi için zorunlu olduğu düşüncesi yaygın. Bir diğer yaygın inanış ise antrenmandan sonraki ilk 30–60 dakika içinde protein almanın şart olduğu, yani **"anabolik pencere"** fikri. Oysa mevcut veriler, çoğu durumda günlük toplam protein alımının ve bunun gün içine dağılımının, tek bir öğünün zamanlamasından daha belirleyici olduğunu gösteriyor.

Protein tozları, günlük protein alımını destekleyen pratik ürünlerdir; kas geliştiren özel ürünler değildir. Süt, yoğurt, peynir, yumurta, et, balık ve baklagiller gibi besinlerden de protein gereksinimimizi karşılayabiliriz.

Protein tozları arasında en yaygın kullanılanlardan biri, sütten elde edilen peynir altı suyu proteini (whey protein). Konsantre ve izolat gibi farklı formları bulunur. Konsantre formunda bir miktar laktoz ve yağ bulunabilirken izolat formunda protein oranı genellikle daha yüksek, laktoz miktarı ise daha düşüktür. Bezelye, soya ve pirinç proteinlerinden elde edilen bitkisel alternatifler de bulunmaktadır. Bu ürünler özellikle vegan veya vejetaryen beslenen, süt kaynaklı proteinleri tercih etmeyen ya da beslenmesinde bitkisel protein kaynaklarına yönelen bireyler için alternatif oluşturabilir.

Ürün seçiminde ise yalnızca protein miktarına değil, porsiyon başına protein içeriğine, bileşen listesine ve ürünün güvenilirliğine de dikkat edilmelidir.

Bilimsel çalışmalar, protein takviyelerinin direnç egzersiziyle birlikte kullanıldığında kas kütlesi ve kuvvet kazanımlarını destekleyebildiğini gösteriyor. Ancak bu katkı, kişinin günlük protein gereksinimini ne ölçüde karşıladığıyla yakından ilişkilidir. Günlük protein ihtiyacı besinlerle karşılanabiliyorsa protein tozu kullanmak zorunlu değildir. Bu ürünler, gereksinimin besinlerle karşılanamadığı veya pratiklik sağladığı durumlarda bir alternatif olarak değerlendirilebilir.

DAHA FAZLA PROTEİN, DAHA SAĞLIKLI BESLENME Mİ?

Protein tüketimini artırmaya çalışırken beslenmenin diğer bileşenlerini göz ardı etmek de önemli bir sorun. Öğünleri yalnızca protein miktarı üzerinden değerlendirmek; sebze, meyve, tam tahıl ve lif kaynaklarının yeterince tüketilmemesine neden olabiliyor. Oysa sağlıklı beslenme, tek bir besin ögesinin miktarını artırmaktan çok, farklı besin grupları arasında denge kurmayı gerektiriyor.

Yüksek proteinli beslenme önerileri herkes için uygun olmayabilir. Özellikle böbrek hastalığı bulunan bireylerde protein gereksinimi ve tüketim miktarı hastalığın evresine ve kişinin klinik durumuna göre değerlendirilmelidir. Bu nedenle bu kişilerin protein alımını kendi başlarına artırmaları doğru değildir.

Belki de bugün kendimize sormamız gereken soru, ne kadar protein tükettiğimizden önce, gerçekten neye ihtiyaç duyduğumuz. Çünkü sağlıklı beslenmek, her yeni beslenme eğilimine ayak uydurmak değil; bedenimizin ihtiyaçlarını tanıyarak yeterli, dengeli ve çeşitli bir beslenme düzeni oluşturabilmekle ilgili.



Tekin'den Kaymakam Öztürk'e ziyaret

Alanya Cumhuriyet Başsavcılığı ve Aydın Cumhuriyet Başsavcılığı'nın ardından Antalya Bölge Adliye Mahkemesi Cumhuriyet Başsavcılığı görevine atanan Celal Tekin, Kaymakam Öztürk'ü ziyaret etti. Kaymakam Öztürk, ziyaretten duyduğu memnuniyeti dile getirerek Tekin'e hediye verdi.

Alanya Cumhuriyet Başsavcısı olarak görev yapmasının ardından Aydın Cumhuriyet Başsavcılığı'na, akabinde Antalya Bölge Adliye Mahkemesi Cumhuriyet Başsavcılığı görevine atanan Celal Tekin, Kaymakam Şakir Öner Öztürk'ü makamında ziyaret etti.

Ziyaretten duyduğu memnuniyeti ifade eden KaymakamÖztürk, Antalya Bölge Adliye Mahkemesi Cumhuriyet Başsavcısı Celal Tekin'e nazik ziyareti dolayısıyla teşekkür ederek yeni görevinin hayırlı olmasını temenni etti ve görevinde başarılar diledi. Ziyaret sonunda Kaymakam Öztürk, Tekin'e ziyaret anısına hediye takdim etti.

■ Kerim TOKSÖZ







Hafızlık öğrencileri moral depoladı

İbrahim Başkaptan Erkek Kur'an Kursu ve Merkez Erkek Kur'an Kursu'nda hafızlık eğitimi alan öğrenciler, Alanya Müftülüğü Gençlik Koordinatörlüğü tarafından düzenlenen program kapsamında Wome Deluxe Otel'de misafir edildi.

Hayırsever Yusuf Gür'ün ev sahipliğinde gerçekleştirilen programa Alanya Müftüsü Mehmet Seven, müftülük vaizleri ve gençlik koordinatörü katıldı.Programda öğrenciler çeşitli etkinliklerle keyifli vakit geçirirken kendilerine ikramlarda bulunuldu. Hafızlık yolculuğundaki öğrencilere moral ve motivasyon sağlayan program, memnuniyetle karşılandı. Alanya Müftüsü Mehmet Seven, öğrencilere gösterdiği misafirperverlik ve desteklerinden dolayı hayırsever Yusuf Gür'e teşekkür etti. ■ Özgür YILMAZ

"Zincir marketler küçük esnafı yok oluşa sürüklüyor"

Saadet Partisi Alanya İlçe Başkanı Hüseyin Sarıca, kontrolsüz açılan zincir marketlerin yarattığı haksız rekabete dikkat çekerek Alanya Belediyesi, Büyükşehir Belediyesi ve ALTSO'yu ortak eylem planı hazırlamaya davet etti. Sarıca, zincir marketlerin pazar günleri kapalı olması ve şube sayılarına düzenleme getirilmesi gerektiğini vurguladı.

Saadet Partisi Alanya İlçe Başkanı Hüseyin Sarıca, zincir marketlerin küçük esnafı yok oluşa sürüklediğini ve Alanya'nın yerel esnafının korunması gerektiğini söyledi.
Alanya'da her geçen gün sayıları artan zincir marketlerin küçük esnafın, bakkalların ve yerel işletmelerin ekonomik varlığını ciddi şekilde tehdit ettiğini vurgulayan Sarıca, "Bugün Alanya merkezinde ve mahallelerimizde yaklaşık 300 civarında zincir market şubesi bulunduğu ifade ediliyor. Bu sayının daha da artması, zaten ekonomik sıkıntılarla mücadele eden küçük esnafımızı her geçen gün daha zor bir duruma sokuyor. Üstelik bu marketler artık yalnızca temel gıda ürünleri satmamakta. Sebze, meyve, et ve süt ürünlerinin yanı sıra elektronik eşya, beyaz eşya, giyim, ayakkabı, kırtasiye, züccaciye ve birçok farklı ürünün satışını yapıyor. Hatta elektrikli motosiklet ve motor satışlarına kadar uzanan geniş bir ürün yelpazesiyle faaliyet göstermekteler. Peki, bu durum karşısında mahalle bakkalımız, manavımız, ayakkabıcımız, kırtasiyecimiz, züccaciyecimiz ve küçük ev aletleri satıcımız nasıl ayakta kalacak? Bir tarafta büyük satın alma gücüne, geniş dağıtım ağına ve yüksek sermayeye sahip zincir marketler, diğer tarafta ailesinin geçimini sağlamaya çalışan, sınırlı sermayeyle ayakta kalmaya çalışan küçük esnafımız bulunuyor. Bu rekabetin eşit şartlarda yürütüldüğünü söylemek mümkün değil.
Küçük esnafımızın rekabet gücü zayıflıyor, mahalle kültürümüz ve yerel ticaretimiz zarar görüyor" dedi.


Hüseyin Sarıca

"KAZANDIKLARI PARANIN NE KADARI ALANYA'DA KALIYOR?"

Alanya'da kazananın Alanya olması gerektiğini ifade eden Sarıca, "Asıl sormamız gereken soru şu: Alanya'da yüzlerce şubesi bulunan bu zincir marketler ilçemize ne kadar ekonomik katma değer sağlıyor? Kaç Alanyalı vatandaşımıza istihdam oluşturuyorlar? Kaç çalışanla yüzlerce müşteriye hizmet veriyorlar? Alanya'da kazandıkları paranın ne kadarı Alanya ekonomisinde kalıyor? Yerel üreticiden, Alanyalı çiftçiden ve esnafımızdan ne kadar ürün temin ediyorlar? Bu soruların cevapları kamuoyuyla paylaşılmalı.
Zincir marketlerin az sayıda personelle çok sayıda işi yürütmeye çalışması da ayrı bir sorun. Çalışanların iş yükü, çalışma koşulları ve istihdam kalitesi de değerlendirilmeli. Bizim karşı çıktığımız ticaretin kendisi değil, küçük esnafımızı ezerek büyüyen, yerel ticaretin dengesini bozan ve mahalle ekonomisini zayıflatan kontrolsüz büyüme.

Saadet Partisi Alanya İlçe Teşkilatı olarak Alanya Ticaret ve Sanayi Odası (ALTSO), Alanya Belediyesi ve Antalya Büyükşehir Belediyesi olmak üzere bütün ilgili kurumları ortak bir çözüm üretmeye davet eden Sarıca, şu önerilerde bulundu:

"ZİNCİR MARKETLERİN SAYISINA VE YER SEÇİMİNE DÜZENLEME GETİRİLMELİ"

Alanya'da mevcut zincir market yoğunluğu bilimsel olarak incelenmeli, mahallelerin nüfusu, ticari kapasitesi ve mevcut esnaf sayısı dikkate alınmalı. Yeni market açılışlarında yerel ticari dengeyi koruyacak, kanuni yetki çerçevesinde uygulanabilir düzenlemeler hayata geçirilmeli.

"RUHSATLANDIRMA SÜRECİNDE KURUMSAL KOORDİNASYON SAĞLANMALI"

Alanya Belediyesi, Antalya Büyükşehir Belediyesi ve ALTSO birlikte hareket etmeli, yeni işletmelerin açılış süreçlerinde ilgili mevzuatın izin verdiği ölçüde oda kayıtları, mesleki yükümlülükler, yer seçimi, ulaşım ve çevreye etkileri değerlendirilmeli.

"ZİNCİR MARKETLERİN PAZAR GÜNÜ KAPALI OLMASI SAĞLANMALI"

Zincir marketlerin pazar günü kapalı olması yönünde gerekli yasal düzenleme bir an önce yapılmalı. Pazar günü küçük esnafımızın nefes alabileceği, vatandaşlarımızın mahalle esnafından alışveriş yapabileceği bir gün olmalı. Bu uygulama küçük esnafımıza can suyu olacaktır. Çalışanların da aileleriyle vakit geçirebileceği ortak bir dinlenme günü oluşturulmasına katkı sağlayacaktır.

"YEREL ESNAF VE ALANYALI ÜRETİCİ DESTEKLENMELİ"

Zincir marketlerin Alanya'daki yerel üreticilerden ürün temin etmesi teşvik edilmeli. Alanya'nın tarımsal ürünleri, üreticisi ve küçük işletmeleri ekonomik sistemin dışında bırakılmamalı.

"İSTİHDAM VE EKONOMİK KATKI ŞEFFAF ŞEKİLDE DEĞERLENDİRİLMELİ"

Zincir marketlerin şube başına ve toplam çalışan sayıları, yerel istihdama katkıları, çalışma koşulları ve yerel tedarik oranları araştırılmalı. Alanya'da elde edilen ekonomik değerin ilçemize katkısı ortaya konulmalı.

"MAHALLE ESNAFINI KORUYACAK YEREL ESNAF POLİTİKASI OLUŞTURULMALI"

Belediyeler, ALTSO ve esnaf odaları bir araya gelerek küçük esnafın ayakta kalmasını sağlayacak ortak bir eylem planı hazırlamalı."

"BİZİM DERDİMİZ TİCARETİN GELİŞMESİ DEĞİL, ADALETSİZ REKABET"

Hiçbir işletmenin ticaret yapmasına karşı olmadıklarını dile getiren Sarıca, "Bizim itirazımız, sermaye gücü karşısında küçük esnafımızın sahipsiz bırakılması. Bir mahallede bakkalın kapanması sadece bir dükkânın kapanması değildir. Bir ailenin geçim kaynağının yok olması, mahalle kültürünün zayıflaması ve yerel ekonominin daralmasıdır. Unutulmamalıdır ki küçük esnafımız kazandığını yine bu şehirde harcar. Çocuğunu bu şehirde okutur, evinin ihtiyacını bu şehirden karşılar, vergisini ve diğer yükümlülüklerini yerine getirerek Alanya ekonomisinin canlı kalmasına katkı sağlar.
Alanya'nın büyümesi yalnızca yeni zincir marketlerin açılmasıyla ölçülmemeli. Alanya'nın büyümesi, kendi esnafını, çiftçisini, üreticisini ve emekçisini yaşatabilmesiyle ölçülmeli. Bizim anlayışımızda önce ahlak ve maneviyat, sonra adil paylaşım ve hakça düzendir. Saadet Partisi olarak çağrımız nettir:
ALTSO'yu, Alanya Belediyesi'ni, Antalya Büyükşehir Belediyesi'ni, esnaf odalarını ve merkezi hükümeti göreve davet ediyoruz. Küçük esnafımızı kaderine terk etmeyin. Mahallelerimizi zincir marketlerin insafına bırakmayın. Alanya'da kazanılan değer Alanya'nın insanına, esnafına ve ekonomisine de katkı sağlamalı.
Çünkü biz yaşanabilir bir Alanya, yaşanabilir bir Türkiye istiyoruz" ifadelerini kullandı.

■ Özgür YILMAZ



Alanya EAH'ta basınç yaralanmaları anlatıldı

'Dünya Basınç Yaralanmalarını Önleme ve Durdurma Günü' kapsamında, basınç yaralanmalarına dikkat çekmek ve toplumsal farkındalık oluşturmak amacıyla Alanya EAH'ta çeşitli etkinlikler düzenlendi.



Alanya Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nin (EAH) polikliniğ girişinde kurulan stantta hasta, hasta yakınları ve sağlık çalışanlarına basınç yaralanmaları hakkında bilgilendirme yapılarak broşür dağıtıldı. Hastane yönetimi de etkinliğe katılarak çalışmalara destek verdi.
Etkinlikler kapsamında hastanenin konferans salonunda Genel Cerrahi Uzmanı Doç. Dr. Mehmet Kubat tarafından sağlık çalışanlarına yönelik eğitim gerçekleştirildi. Eğitimde basınç yaralanmalarının oluşum nedenleri, risk faktörleri, korunma yolları ve tedavi yöntemleri ele alındı.

"ERKEN MÜDAHALE BÜYÜK ÖNEM TAŞIYOR"

Basınç yaralanmalarının özellikle uzun süre yatağa bağımlı veya hareketsiz kalan hastalarda görüldüğünü belirten Doç. Dr. Mehmet Kubat, bu yaralanmaların önlenebilir ancak tedavi edilmediğinde ciddi sağlık sorunlarına yol açabilen komplikasyonlar olduğunu ifade etti. Basınç yaralarının özellikle yoğun bakım ünitelerinde tedavi gören hastalarda sık karşılaşıldığını belirten Kubat, "Basınç yaralanmaları felçli, yatağa bağımlı, bilinci kapalı veya uzun süre yatarak tedavi gören hastalarda gelişebilir. Ayrıca uzun süren ameliyatlarda aynı pozisyonda kalan hastalarda, tıbbi cihaz, ortez veya protez kullanan kişilerde de görülebilir. Genellikle sırt, kuyruk sokumu, kalça, dirsek, topuk ve ayak bileği gibi kemikli bölgelerde oluşur. Yara tedavisi yaranın türüne, derinliğine ve enfeksiyon durumuna göre planlanır. Öncelikle yara detaylı şekilde değerlendirilir, uygun yöntemlerle temizlenir ve gerekli durumlarda ölü dokular uzaklaştırılır. Erken müdahale, doğru yara bakımı ve koruyucu uygulamalar tedavi sürecinde büyük önem taşır. Uygun önlemler ve düzenli hasta bakımıyla basınç yaralanmalarının önüne geçmek, hastaların yaşam kalitesini artırmak mümkün" dedi.
Doç. Dr. Mehmet Kubat hastane bünyesinde "Kronik Yara Bakım Odası" adıyla özel bir birimin hizmet verdiğini de sözlerine ekledi.

■ Alanya EAH / Bülten







Özçelik COP31'de Alanya'nın afetlere hazırlıklarını anlattı

Başkan Özçelik, COP31 kapsamında Antalya'da düzenlenen "Dirençli Kentler, Güvenli Yarınlar" panelinde Alanya'nın iklim değişikliği ile afet risklerine karşı yürüttüğü çalışmaları anlattı ve imar planlarından afet koordinasyonuna, kırsal mahallelerde yangınla mücadeleden uluslararası projelere kadar pek çok başlıkta bilgiler verdi.





Alanya Belediye Başkanı Osman Tarık Özçelik, Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği 31. Taraflar Konferansı (COP31) kapsamında Antalya'da düzenlenen "Dirençli Kentler, Güvenli Yarınlar" panelinde konuşmacı olarak katıldı. Türkiye Belediyeler Birliği (TBB) standında gerçekleştirilen panelde Başkan Özçelik'in yanı sıra Atatürk Üniversitesi Şehir ve Bölge Planlama Bölümü'nden Prof. Dr. Doğan Dursun ve Japonya Uluslararası İş Birliği Ajansı (JICA) Türkiye Ofisi Kıdemli Temsilcisi Shusaku Kawai de yer aldı. Eskişehir Teknik Üniversitesi'nden Doç. Dr. Muammer Tün'ün moderatörlüğündeki oturumda, kentlerin afet ve iklim risklerine karşı hazırlık süreçleri, yerel yönetimlerin sorumlulukları ve söz konusu çalışmaların finansmanı ele alındı.

RİSKLER İMAR VE YATIRIM KARARLARINA YÖN VERİYOR

Alanya'nın coğrafi ve demografik özelliklerinin, iklim risklerinin etkisini farklılaştırdığına dikkat çeken Başkan Özçelik, kıyıdaki yoğun yapılaşma, ormanlarla iç içe yerleşimler ve yaz aylarında artan nüfusun planlama süreçlerinde birlikte değerlendirilmesi gerektiğini belirtti. Taşkın ve orman yangınlarının yanı sıra deprem güvenliğini, aşırı sıcakları, su kıtlığını ve kıyı risklerini değerlendirdiklerini ifade eden Başkan Özçelik, risklerin somut planlama kararlarına dönüştürülmesinin önemini vurguladı. Başkan Özçelik, taşkın verilerinin hangi parselleri, yolları ve hizmet alanlarını etkilediğinin belirlenmesinde kullanıldığını, Devlet Su İşleri Genel Müdürlüğü'nün (DSİ) güncel taşkın sınırlarının bu çalışmalara veri sağladığını aktardı. Aşırı sıcaklara karşı yürütülen çalışmaları anlatan Başkan Özçelik, yaklaşık 200 hektarlık alanda gerçekleştirilen imar planı revizyonunda geçirgen yüzeylerin korunması ve kuzey-güney yönündeki hava akımının gözetilmesine yönelik düzenlemelere yer verdiklerini kaydetti.

AFET KOORDİNASYON MERKEZİ HEDEFİ

Afet yönetiminde kurumlar arası iş birliğinin önemine dikkat çeken Başkan Özçelik, deprem başta olmak üzere Alanya'yı etkileyebilecek tüm afetlere hazırlık için 11 çalışma masası öngören 1. Alanya Afet Çalıştayı'nı planladıklarını belirtti. Afet anında müdahale kapasitesini artıracak bir merkez üzerinde çalıştıklarını belirten Başkan Özçelik, sağlık, itfaiye, Kızılay, haberleşme, arama kurtarma ve belediyenin afet yönetimi birimlerini aynı yerleşkede buluşturmayı hedefledikleri Afet Koordinasyon Merkezi'nin yapımına 2028 yılında başlamayı amaçladıklarını açıkladı. Kırsal mahallelerde orman yangınlarıyla mücadele ve arama kurtarma kapasitesini artırmaya yönelik çalışmaları aktaran Başkan Özçelik, altı kırsal mahalleye motor ve pompalarıyla birlikte üçer tonluk yangın söndürme tankerleri teslim edildiğini söyledi ve ayrıca 43 kişilik yangınla mücadele ve arama kurtarma yapılanması ile kırsal mahallelerde beşer kişilik gönüllü ekiplerin kurulması için çalışmaların sürdüğünü ifade etti.

116 BELEDİYE PERSONELİ İKLİM EĞİTİMİ ALDI

Alanya'nın iklim değişikliğine uyum çalışmalarında bilimsel bilgi ve teknik kapasitenin önemine değinen Başkan Özçelik, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi (ALKÜ) ile yürütülen 12 haftalık Çevresel Sürdürülebilirlik ve Sürdürülebilir Enerji ve İklim Eylem Planı (SECAP) eğitimlerine 12 teknik müdürlükten 116 personelin katıldığını hatırlattı. Eğitimlerin, belediye birimlerinin iklim risklerini kendi hizmet alanlarıyla ilişkilendirmesine ve planlama süreçlerinde ortak bir yaklaşım geliştirmesine katkı sağladığını ifade eden Başkan Özçelik, uluslararası iş birliklerinin de Alanya'nın iklim uyum çalışmalarına önemli katkılar sunduğunu belirterek, "Avrupa Birliği Horizon Europe Programı kapsamında desteklenen Pathways2Resilience (P2R) Dirençli Alanya Projesi'ni Alanya Belediyesi, ALKÜ ve Atalay İklim Plan Çevre Danışmanlığı ortaklığında yürütüyoruz. 210 bin avro bütçeli proje kapsamında bilimsel risk analizleri hazırlanırken kentimizin iklim değişikliğine karşı dirençliliğini artıracak strateji, eylem ve yatırım planları üzerinde çalışıyoruz. 22 Eylül'de gerçekleştirilen proje açılış toplantısı ve çalıştayda, akademik bilgi ile yerel paydaşların saha deneyimi bir araya geldi. Strateji, eylem ve yatırım planlarını, Haziran 2027 sonunda tamamlamayı öngörüyoruz. Hazırlanacak belgeler ilgili kamu kurumları, üniversiteler, meslek kuruluşları ve sivil toplum kuruluşlarıyla paylaşılacak." dedi.

"UYARILAR HERKES İÇİN ERİŞİLEBİLİR OLMALI"

Alanya'da kurumlar arası koordinasyonu kalıcı hale getirmek istediklerini vurgulayan ve meteorolojik uyarılarda belediye birimlerinin hazırlık yaptığını, kritik noktalarda ekiplerin görevlendirildiğini söyleyen Başkan Osman Tarık Özçelik, kurumların güncel risk verilerine düzenli erişebileceği bir sistem oluşturulmasının önemine dikkat çekerek, afet uyarılarının engelli bireyler ve kenti tanımayan ziyaretçiler için erişilebilir ve çok dilli hale getirilmesi gerektiğini söyledi. Yaz aylarında artan nüfusun tahliye, geçici barınma ve sağlık planlamalarına dâhil edilmesi gerektiğine işaret eden Başkan Özçelik, aşırı sıcaklarda yaşlıların, kronik rahatsızlığı bulunanların ve açık alanda çalışanların gözetilmesini, kuraklıkta ise hanelerin, turizm işletmelerinin ve tarımın su talebinin birlikte yönetilmesinin gerektiğini vurguladı.

UZUN VADELİ UYUM FİNANSMANI

Uluslararası iş birliklerinden beklentilerini de paylaşan Başkan Özçelik, bilimsel risk analizleri, teknik eğitimler, arama kurtarma ekipmanları ve sürdürülebilir finansmanın yerel yönetimler açısından önem taşıdığını ifade etti. Alanya'daki çalışmaların belediyenin saha deneyimini bilimsel uzmanlık, kurumlar arası iş birliği ve uluslararası destekle buluşturduğunu belirten Başkan Özçelik, iklim değişikliğine uyum yatırımlarının planlama aşamasından uygulama ve izlemeye kadar bütüncül bir finansman anlayışıyla ele alınmasını söyledi. Başkan Özçelik, COP31 kapsamında yaptığı çağrıyı şu sözlerle dile getirdi; "Belediyelere, iklim risklerini azaltan yatırımları zamanında hayata geçirebilmeleri için doğrudan erişebilecekleri, öngörülebilir ve uzun vadeli uyum finansmanı sağlanmalıdır." ■ **Alanya Belediyesi / Bülten**

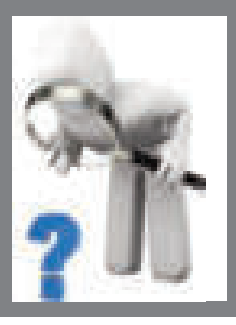




ALP İNŞAAT
ALBERT GENAU SYSTEM
CAM BALKONUN ADI SOYADI!
FİYAT AVANTAJLI
YENİ SİSTEM GİYOTİN!
STATÜ
MOTORLU GİYOTİN CAM SİSTEMİ
Efsane KAMPANYA
Cambalkonlar vade farksız 10 TAKSİT
Ekonomik Giyotin Cam Balkon:
Statü Impetus
Konforlu bir balkon deneyimi artık lüks olmaktan çıkıyor. Statü İmpetus, giyotin cam sistemlerinin sunduğu modernliği, erişilebilir fiyat avantajıyla buluşturuyor. Estetikten ödün vermeden balkonunu, terasını veya kış bahçesini dört mevsim yaşanabilir bir alana dönüştürmek isteyenler için fonksiyonel ve ekonomik bir çözüm sunuyor.
BİOFLEX HARMONY
Bioklimatik Pergola Sistemi
MAKASLI SİSTEM
Özel makas sistemi sayesinde paneller dengeli ve güvenli şekilde hareket eder. Zorlu hava koşullarında dahi sistem kararlı çalışmasını sürdürür.
PASLANMAZ ÖZELLİKLİ MAKASLAR
AÇILIR TAVAN
10 YIL PASLANMAZLIK GARANTİSİ
Tüm Albert Genau sistemleri 10 yıl paslanmazlık garantisi altındadır.
%80 TAVAN AÇIKLIĞI
0242 515 25 00 - 0532 586 96 16
Çevre Yolu 77./A. Oba Başkent Hastanesi yanı
www.turgutalper.com
turgut_alper__alp_ins_albert
alanya_katlanir_cambalkon

KİRALIK İSKELE
MHS YAPI İŞ GÜVENLİKLİ İSKELE
KİRALAMA & TAŞERONLUK HİZMETLERİ
mhsyapi@hotmail.com
0 532 581 27 11
0 530 235 51 52
MHS İNŞAAT İSKELE
MUSTAFA TİRYAKİ
Hacımehmetli Mah. Zimbitlik Mevkii
Alanya / Antalya

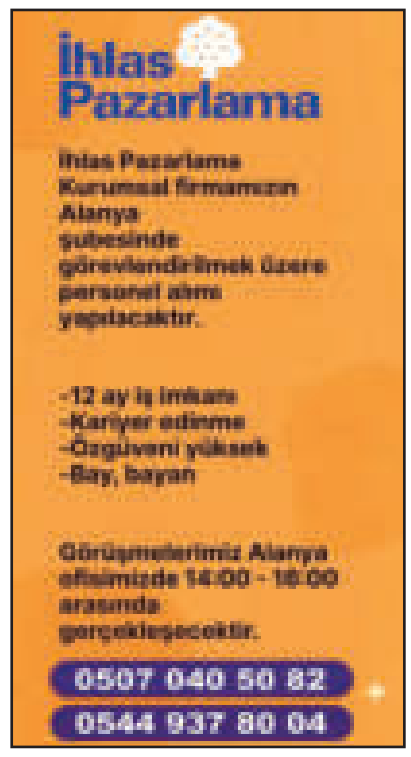
ELEMAN



ELEMAN



ELEMAN



alanyum

İŞ İLANI

ALANYUM AVM bünyesinde bulunan
Temizlik departmanında çalışmak üzere
vardiyalı çalışma saatlerine uyum sağlayabilecek,
Tam zamanlı Bay / Bayan Temizlik görevlisi alımı yapılacaktır.

Başvuru için :

Telefon Numaramız :
+90 242 515 0315 - +90 242 515 1615
E-mail Adresimiz :
info@alanyum.com
Adresimiz :
Cumhuriyet Mahallesi Keykubat Bulvarı
No : 219 ALANYA / ANTALYA

ALBERT GENALI
KATLANIR CAM
ZİP PERDE
BİOCLİMATİC
ALP İNŞAAT
Adres: Çevreyolu üzeri Oba Başkent Hastanesi yanı / Alanya
Tel : 0 242 515 25 00
Gsm : 0532 586 96 16

ELEMAN
● Alanya'daki petrol istasyonlarımıza akaryakıt dolum görevlisi ve tecrübeli kasiyer arıyoruz.
● 31.000 TL maaş + yemek + 8 saat mesai + sigorta
Mahmut Çelik
Gsm: 0533 309 93 73
TUNCERLER PETROL& İNŞAAT - Dinek

ELEMAN
En az 2 yıllık tecrübesi olan servis danışmanı Mekanik için 5 yıl ve üstü usta aranmaktadır. Hyundai Alanses Oto
İletişim: 0242 515 0 515

BİZİMLE ÇALIŞMAK İSTER MİSİNİZ?
Bay/bayan lise mezunu yeni ekip arkadaşları arıyoruz.
82 SALI PAZARI
Gsm: 0533 155 01 37

ELEMAN
Restoranımızda çalışacak ön muhasebe personeli alınacaktır. Görüşmeler yüzyüze yapılacaktır
Gsm: 0536 619 27 70

ELEMAN
Metal işlerinde kaynakçı aranmaktadır.
Gsm: 0551 674 41 35

ELEMAN
Mahmutlar'da sitemizde görevlendirilmek üzere kapıcı aranmaktadır. Müracaatların şahsen yapılması rica olunur.
Adres: Güllerpınarı Mah. Asım Tokuş Cad. Kalan Sk. No:21/A
Tel: 0242 511 77 48

ELEMAN
Adalya Kuyum'da çalışacak tecrübeli satış elemanı aranmaktadır.
Adres: 25 mt. yol Havuzbaşı Apt. No:34
Tel: 0242 511 11 11

ELEMAN
Mahmutlar'da yeni bina için kapıcı aranıyor
Gsm: 0534 410 68 79

İMALAT VE MONTAJ İŞLERİ YAPILIR
◆ Alüminyum doğrama
◆ Cam cephe
◆ Plastik Doğrama
◆ Kompozit
◆ Kaynak işleri
imalat ve montajlarınız yapılır.
Yevmiye veya götürü olarak
Gsm : 0530 785 42 52

ALBERT GENALI
YENİ NESİL
ALÜMİNYUM BAHÇE
KORKULUĞU
ALP İNŞAAT
Adres: Çevreyolu üzeri Oba Başkent Hastanesi yanı / Alanya
Tel : 0 242 515 25 00
Gsm : 0532 586 96 16

SATILIK

SATILIK TARLA
Alanya Türktaş köyünde satılık 10 dönüm tarla.
Tapular 5 er dönüm 5 er dönümdür.
Yolu vardır.
Yan tarafında Avena Butik otel vardır.
SATIŞ FİYATI: 11.500.000 TL
Gsm: 0 535 876 18 82

KİRALIK

Alanya Eğitim ve Araştırma Hastanesi'ne yürüme mesafesinde Oba Mahallesi'nde 2+1, 110 m2, Ayrı mutfak, eşyasız, 3. Kat
Fiyat: 20.000 TL
İletişim: 0532 113 19 44

SATILIK

SAHİBİNDEN SATILIK OFİS
Alanya Adliyesi'ne 300 mt. mesafede 1+1 ve 2+1 ayrı mutfak satılık sahibinden ofisler

---

Obagöl'de 2+1, 105 metrekare, denize 250 metre, full eşyalı, havuz, asansör, kamelya, kapalı otopark, 1. kat, 1 banyo, 2 WC
85.000 Euro

•BAHADIR KONI
•TUNCERLER CONSTRUCTION
Gsm: 0532 113 19 44
TUNCERLER | KONI

ROYAL GARDEN BEACH HOTEL İÇERİSİNDE DÜKKANLAR KİRAYA VERİLECEK

● Konaklı'da yer alan Royal Garden Beach Hotel bünyesinde
● 32,68 m² ve 7,83 m² kullanım alanı

İLETİŞİM: 0242 565 03 30 / 0533 745 56 69



alanyum

İŞ İLANI

ALANYUM AVM Yiyecek İçecek bölümünde çalışmak üzere servis elemanı aranıyor

Başvuru için :

Telefon Numaramız :
+90 242 515 0315 - +90 242 515 1615
E-mail Adresimiz :
info@alanyum.com
Adresimiz :
Cumhuriyet Mahallesi Keykubat Bulvarı
No : 219 ALANYA / ANTALYA

alanyum

İŞ İLANI

ALANYUM AVM bünyesinde bulunan
Temizlik departmanında çalışmak üzere
vardiyalı çalışma saatlerine uyum sağlayabilecek,
Tam zamanlı Bay / Bayan Temizlik görevlisi alımı yapılacaktır.

Başvuru için :

Telefon Numaramız :
+90 242 515 0315 - +90 242 515 1615
E-mail Adresimiz :
info@alanyum.com
Adresimiz :
Cumhuriyet Mahallesi Keykubat Bulvarı
No : 219 ALANYA / ANTALYA







ALANYA POSTASI

KISA YOLDAN HEDEFE ULAŞTIRIR... 513 73 00 / 513 96 00
20 Kelime 10 Gün 400 TL - 2x5 günlük 200 TL
2x10 günlük 400 TL - Zayi 100 TL

KONAK HAN EMLAK
30.YILLIK GÜVENİN ADRESİ...

SATILIK DAİRELER

1) Çıplaklı Mah. site içi 1+1	3.500.000 TL
2) Çıplaklı Mah. yeni 4+1 dubleks	9.500.000 TL
3) Payallar'da lüks sitede 1+1	3.000.000 TL
4) Mahmutlar'da 1+1 yeni	75.000 €
5) Mahmutlar Mah. yeni binada 1+1 site içi	3.000.000 TL
6) Güllerpınarı Mah. Molla Osman Camii civarı 2+1	3.975.000 TL
7) Alanyum arkasında 2+1 site içi	126.000 €
8) Mahmutlar'da site içi full aktiviteli 3+1	150.000 €
9) Kadıpaşa Mahallesi 8 daireli bina satılık	2.000.000 €
10) Başkent Hastanesi civarı 3+1 (ofis olabilir)	225.000 €

SATILIK DÜKKANLAR

1) 25 mt lik yolda 85 m2 + 50 m2 dükkan	410.000 €
2) Çevreyolu kenarı 3 katlı 200 m2 dükkan	230.000 €
3) Şekerhane Mah. Alaiye Cad. 25 m2	115.000 €
4) 25 mt yol altında Cuma Pazarı civarı 230 m2	420.000 €
5) Cuma Pazarı üstünde 30 m2	100.000 €

SATILIK ARSALAR

1) Güzelbağ Fatih Mahallesi 900 m2 arsa	1.650.000 TL
2) Alanya Uğrak Mah. 50 dönüm muz ve avakadoluk	2.000.000 €
3) Alara'da 3.500 m2 - 4 yıllık avokado bahçesi	11.000.000 TL
4) Oba Stadyum güneyi 1680 m2	475.000 €
5) Bayır Kozağacı Mahallesi 650 m2	375.000 TL
6) Keşefli'de denize sıfır 3000 m2	525.000 €
7) Alara Çayı'na ve denize sıfır T.T.A- 6900 m2 arsa	11.000.000 €

Not: Her bölgede arsa ve dairelerimiz mevcuttur. **Alınır – Satılır**

Saray Mah. Cangal sokak tansaş doğusu
Yurdakul apart.no:2
Tel: 519 49 90 **Gsm:** 0532 242 47 70

e-mail: konakhanemlakalanya@hotmail.com

www.konakhanemlak.com



GOLD YAPI EMLAK
İNŞAAT OFİSİ - IMMOBILIEN

SATILIK DAİRE VE DÜKKAN

1) Adliye civarı 2+1 ayrı mutfak, yüksek giriş	3.500.000 TL
2) Çıplaklı'da 4+1, sıfır, ayrı mutfak, dubleks	7.500.000 TL
3) Büyük Otel civarı 2+1 son kat bakımlı	4.100.000 TL
4) Çıplaklı'da 1+1 dükkan üstü havuzlu, iskanı alınmış	3.300.000 TL
5) Yayla yolu civarı 22 m2 dükkan	2.500.000 TL

KİRALIK DAİRELER

1) Oba'da 2+1 zemişn kat	12.000 TL
2) Büyükhasbahçe'de 2+1 amerikan mutfak	20.000 TL
3) Karayolları civarı 3+1 eşyalı, havuzlu, asansörlü 3+1	25.000 TL

KAT KARŞILIĞI ARSALAR
1) Oba'da 2500 m2, %20 - 4 kat imarlı
2) Oba'da 733 m2, %20 - 4 kat imarlı

SATILIK ARSALAR

1) Gözübüyük'te köy yerleşim alanı içinde 1406m2 tarla	1.350.000 TL
2) Mahmutseydi'de 2000 m2 köy yerleşim alanı içinde	5.500.000 TL
3) Mahmutsydi'de 866 m2 müstakil tapulu, yolu suyu var	2.300.000 TL
4) Güney'de 1555 m2 avokado - muz olur, müstakil tapulu	2.100.000 TL

Hasbahçe - Cikcilli - Kestel'de kat karşılığı arsalar

Gayrimenkulleriniz değerinde alınır-satılır

Hasan Ali TUNCER 0532 409 54 11
Bilal ETYEMEZ 0537 596 55 15

Daire-Villa-Arsa-Dükkan-Otel-Alım Satım & Danışmanlık

Şekerhane Mah.Cuma Pazarı Şanlı Apt.No:13/E
Tel & Fax: 0242 513 71 77 ALANYA

goldyapiemlak@gmail.com - hasanalituncer@hotmail.com























KASIMPAŞA MAÇINI İZMİR BÖLGESİ HAKEMİ YÖNETECEK


Alanyaspor'un İstanbul'da Kasımpaşa'ya konuk olacağı maçı hakem Davur Dakul Çelik yönetecek.

Corendon Alanyaspor'un, deplasmanda Kasımpaşa ile karşı karşıya geleceği mücadeleyi İzmir bölgesi üst klasman hakemi Davut Dakul Çelik yönetecek.

Milli ara sonrası oynanacak Trendyol Süper Lig'in 12. hafta karşılaşmalarını yöntecek hakemler açıklandı. Teknik direktör deiğikiliğine giden Corendon Alanyaspor'un, Recep Tayyip Erdoğan Stadı'nda Kasımpaşa'ya konuk olacağı 12. hafta mücadelesinde düdük, İzmir bölgesi üst klasman hakemi Davut Dakul Çelik'te olacak. Çelik'in yardımcılığını Kerem Ersoy ve Ogün Kamacı yapacak. Maçın dördüncü hakemi ise Melih Aldemir olacak.

Corendon Alanyaspor, Davut Dakul Çelik yönetiminde bugüne kadar tek maça çıktı. Davut Dakul Çelik, yaklaşık bir ay önce Oba Stadı'nda oynanan ve golsüz beraberlikle tamamlanan Erzurumspor maçında düdük çalmıştı.

Davut Dakul Çelik, Kasımpaşa'nın ise birisi Türkiye Kupası birisi de lig olmak üzere iki maçında düdük çaldı. İstanbul ekibi Davut Dakul Çelik yönetimindeki bu iki maçta 1 beraberlik ve 1 yenilgi aldı.

■ Ercan YILDIRIM

TRENDYOL SÜPER LİG 12. HAFTA			HAKEMLER
21 Kasım 2026 Cumartesi			
Gençlerbirliği	13:30	Gaziantep FK	Halil Umut Meler
Amedspor	16:00	Ç.Rizespor	Ümit Öztürk
Galatasaray	16:00	Samsunspor	Ali Şansalan
Kocaelispor	19:00	Fenerbahçe	Kadir Sağlam
22 Kasım 2026 Pazar			
Erzurumspor	13:30	Göztepe	Alper Akarsu
Kasımpaşa	16:00	Alanyaspor	Davut Dakul Çelik
Konyaspor	16:00	Beşiktaş	Çağdaş Altay
Trabzonspor	19:00	Eyüpspor	Gürcan Hasova
Başakşehir	20:00	Çorumspor	Direnç Tonusluoğlu

SÜPER LİG PUAN DURUMU

TAKIMLAR	O	G	B	M	A	Y	P
1.Galatasaray	11	9	1	1	27	15	28
2.Trabzonspor	11	8	1	2	26	8	25
3.Amedspor	11	7	2	2	28	15	23
4.Beşiktaş	11	7	1	3	23	12	22
5.Kasımpaşa	11	5	5	1	17	11	20
6.Fenerbahçe	11	6	1	4	29	10	19
7.Kocaelispor	11	6	1	4	13	10	19
8.Başakşehir	11	5	2	4	19	17	17
9.Çorum FK	11	5	1	5	21	21	16
10.Göztepe	11	4	3	4	22	19	16
11.Ç.Rizespor	11	4	2	5	14	17	14
12.Erzurumspor	11	4	2	5	10	17	14
13.Alanyaspor	11	3	3	5	9	17	12
14.Gençlerbirliği	11	3	2	6	12	21	11
15.Konyaspor	11	2	2	7	6	14	8
16.Gaziantep FK	11	2	2	7	9	19	8
17.Samsunspor	11	2	1	8	11	26	7
18.Eyüpspor	11	1	0	10	3	30	3

ESEN, SPORSEVERLERİ MAÇ KEYFİNE DAVET ETTİ


Serdar Esen

Alanya Belediyespor Kulüp Müdürü Serdar Esen, ON Hotels Alanya Belediyespor'un 21 Kasım Cumartesi günü sahasında oynayacağı İBB Spor Kulübü karşılaşması öncesinde voleybolseverleri tribüne davet etti.

SMS Grup Efeler Ligi'nin yedinci haftasında İBB Spor Kulübü'nü konuk edecek ON Hotels Alanya Belediyespor, Başantrenör Serkan Oğuz yönetiminde hazırlıklarını sürdürüyor. Karşılaşma öncesinde taraftar desteğinin önemine dikkat çeken Kulüp Müdürü Serdar Esen, Altekma maçında sahada ve tribünde oluşan birlikteliği İBB karşılaşmasında da görmek istediklerini belirtti.

"VOLEYBOLSEVERLERİ TAKIMIMIZIN YANINDA OLMAYA DAVET EDİYORUZ"

Esen, şu ifadeleri kullandı; "Altekma karşılaşmasında sporcularımız ve teknik ekibimiz güzel bir mücadele ortaya koydu. Taraftarlarımız da destekleriyle bu galibiyette önemli bir pay sahibi oldu. Oyuncularımıza, teknik ve destek ekibimize, tribünde bizimle olan herkese teşekkür ediyorum. Cumartesi günü yine kendi sahamızda İBB Spor Kulübü'nü ağırlayacağız. Taraftarlarımızın desteği, sahada mücadele eden sporcularımıza güç veriyor. Voleybolseverleri, aileleri ve gençleri bu karşılaşmada takımımızın yanında olmaya davet ediyoruz. Hep birlikte güzel bir voleybol günü yaşayacağımıza inanıyorum."

ON Hotels Alanya Belediyespor–İBB Spor Kulübü karşılaşması, 21 Kasım Cumartesi günü saat 16.00'da 100. Yıl Recep Hacıfazlıoğlu Spor Salonu'nda oynanacak. ■ (Bülten)



GENÇ YETENEĞE DOĞUM GÜNÜ SÜRPRİZİ !

Alanyaspor U16 oyuncusu Hüseyin Çalış'a, tesislerde doğum günü sürprizi yapıldı.

Corendon Alanyaspor Yönetim Kurulu Üyesi Abdullah Çalış'ın oğlu ve turuncu-yeşilli ekibin U16 takımı oyuncularından Hüseyin Çalış'ın yaş günü için kutlama yapıldı. Alanyaspor Kulübü Cengiz Aydoğan Tesisleri'nde gerçekleştirilen kutlamaya; Alanyaspor Genel Koordinatörü Mevlüthan Çavuşoğlu ile önceki dönem Alanyaspor Başkan Yardımcısı Hüseyin Girenes de katılarak genç oyuncunun mutluluğuna ortak oldu. Samimi bir atmosferde geçen kutlamada Hüseyin Çalış, kendisi için hazırlanan pastanın mumlarını tebrikler eşliğinde üfledi. ■ Ercan YILDIRIM



FİLEDE 7. HAFTANIN HAKEMLERİ AÇIKLANDI

SMS Grup Efeler Ligi'nde 7. hafta maçlarını yönetecek hakemler açıklandı.



Türkiye Voleybol Federasyonu Merkez Hakem ve Gözlemci Kurulu (MHGK) tarafından 21-22 Kasım 2026 tarihlerinde oynanacak SMS Grup Efeler Ligi ve Vodafone Sultanlar Ligi müsabakalarında görev yapacak hakemler açıklandı.

Alanya Belediyespor'un, 100. Yıl REcep Hacıfazlıoğlu Spor Salon'unda İBB Spor'u konuk edeceği karşılaşmada baş hakemlik görevini Hakkı Demirbay yapacak. Demirbay'ın yardımcısı ise Cenk Kaçamaklı olacak. ■ Ercan YILDIRIM

SMS GRUP EFELER LİGİ 7. HAFTA

21 Kasım 2026 Cumartesi

Ziraat Bankkart 16:00 Galatasaray
Başhakem: Ozan Sarıkaya - Yrd. Hakem: Meryem Tekol Pelenk

Alanya Bld. 16:00 İBB Spor
Başhakem: Hakkı Demiralay - Yrd. Hakem: Cenk Kaçamaklı

Gaziantep Gençlik 16:00 Gebze Bld.
Başhakem: Halid Cerit - Yrd. Hakem: Bektaş Kalender

Sultanbeyli Bld. 16:00 Onikişubat Bld.
Başhakem:Seçkin Yener - Yrd. Hakem: Uğur Ateş

Altekma 18:00 Sungurlu Bld.
Başhakem: Sadettin Deneri - Yrd. Hakem: Serhat Semiz

Fenerbahçe 19:00 Spor Toto
Başhakem: Erdal Akıncı - Yrd.Hakem: Sadettin Kıral

22 Kasım 2026 Pazar

İst. Gençlik 14:00 Halkbank
Başhakem: Ramazan Çevik - Yrd. Hakem: Selçuk Görmen

PUAN DURUMU

TAKIMLAR	O	G	M	P	A	V
1.Ziraat Bankkart	7	7	0	19	21	6
2.Halkbank	6	6	0	17	18	3
3.Fenerbahçe	6	5	1	13	15	9
4.Galatasaray	6	4	2	13	15	8
5.Gebze Bld.	6	4	2	12	14	8
6.Alanya Bld.	6	3	3	11	13	9
7.Spor Toto	6	3	3	11	15	12
8.İBB Spor	6	3	3	9	12	12
9.Altekma	6	3	3	8	11	13
10.G.antep Gençlik	6	2	4	5	9	16
11.Onikişubat Bld.	6	2	4	5	9	16
12.İst. Gençlik	6	1	5	3	7	17
13.Sungurlu Bld.	7	0	7	1	5	21
14.Sultanbeyli	6	0	6	-1	4	18

NESİNE 3. LİG 2. GRUP 13. HAFTA

21 Kasım 2026 Cumartesi

Gemlik Sümerbey	13:00	Bucaspor
Kepezspor	13:00	Etimesgurspor
Gaziemişr GOG	19:00	Altay
22 Kasım 2026 Pazar		
Esk. Anadolu	13:00	1922 Akşehirspor
Söke 1970 Spor	13:00	Eskişehirspor
Ayvalıkgücü	15:00	Balıkesirspor
Karşıyaka	15:00	Alanya 1221 FSK
Denizli İY	15:00	Uşakspor
Bigaspor	15:00	Bursa Yıldırım

3. LİG 2. GRUP PUAN DURUMU

TAKIMLAR	O	G	B	M	A	Y	P
1.Etimesgut	12	8	2	2	24	6	26
2.Eskişehirspor	12	7	4	1	33	12	25
3.Gemlik S.	12	7	4	1	20	6	25
4.Balıkesirspor	12	7	3	2	31	19	24
5.Karşıyaka	12	7	3	2	19	8	24
6.Bursa Yıldırım	12	6	5	1	16	10	23
7.Esk. Anadolu	12	6	4	2	19	9	22
8.Ayvalıkgücü	12	6	4	2	19	14	22
9.Bigaspor	12	6	2	4	18	15	20
10.Gaziemir GOG	12	4	1	7	14	25	13
11.Kepezspor	12	3	2	7	11	17	11
12.Alanya 1221 FK	12	3	2	7	14	27	11
13.Uşakspor	12	2	4	6	10	15	10
14.Altay	12	2	4	6	8	21	10
15.Söke 1970	12	1	6	5	15	23	9
16.Bucaspor 1928	12	2	2	8	10	18	8
17.Denizli İY	12	1	5	6	6	22	8
18.1922 Akşehir	12	1	1	10	8	30	4

KANAAT
KUYUMCULUK
PIRLANTA
SİNA
PIRLANTA
Şimdi Teklaş Zamanı...
SİZİN IŞILTINIZ
HANGİSİ?
Şekerhane Mah. Yaşam Hastanesi Yanı No:28/D Alanya/Antalya
+0 (242) 511 04 05