HER GÜN TAM SAYFA
ÇENGEL BULMACA »



02 SAYFA

Muğla'da sıcaklık 2 dereceye kadar düşecek

Meteoroloji 4. Bölge Müdürlüğü Bölge Tahmin ve Uyarı Merkezi, Muğla'nın iç kesimlerinde mevsim normallerinde seyreden hava sıcaklığının 4 Kasım tarihinden itibaren 2 dereceye kadar düşeceği, yüksek kesimlerde ise kar yağışının etkili olacağı açıklandı.



05 SAYFA

Muğla, Ekim ayında 133,4 milyon dolarlık ihracat gerçekleştirdi

Muğla, 2026 yılı ekim ayında gerçekleştirdiği 133,4 milyon dolarlık ihracatla Ege Bölgesi'nde en fazla ihracat yapan dördüncü il oldu.

SU ÜRÜNLERİ VE HAYVANSAL MAMULLER İHRACATINDA MUĞLA ZİRVEDE



MUĞLA POSTASI
MUĞLA'NIN EN ÇOK OKUNAN GÜNLÜK SİYASİ GAZETESİ

YIL: 24 SAYI: 7270 05 KASIM 2026 PERŞEMBE www.muglapostasi.com.tr FİYATI: 7 TL



Diyetisyen Tuğçe Gündüz:
Çıntar mevsimi geldi...

SAYFA 4'TE

Muğla'da çocuklara drama atölyesi

SAYFA 2'DE

Bodrum'da ileri teknolojiyle yeniden ayağa kalktı

SAYFA 7'DE

CHP ve YENİ PARTİ'NİN MİLAS KAVGASI

Muğla Cumhuriyet Başsavcılığı'nın Milas Belediyesine başlattığı operasyon kapsamında Milas Belediye Başkanı Fevzi Topuz'un tutuklanmasının ve görevden uzaklaştırılmasının ardından 3 kasım günü Milas Belediye Meclisi yeni başkan vekilini seçti. YENİ Parti'nin adayı Barbaros Gezgin 4. turda 18 oy alarak meclis seçimini kazandı.



Milas Belediye Meclisi'nde 4 tur süren başkan vekilliği seçiminde 3. turda CHP'nin adayı Çağlar Koban 9 oy, Yeni Parti'nin adayı Barbaros Gezgin ile Cumhur İttifakı'nın adayı Sibel Karakaş 10 oy alırken CHP'nin adayı Çağlar Koban'ın 1 oyu, ismindeki harf hatası nedeniyle geçersiz sayılarak elenmesine neden olmuştu. 4. turda yapılan oylama sonucuna göre YENİ Parti'nin adayı Avukat Barbaros Gezgin 18 geçerli ve 1 geçersiz oy alırken Cumhur İttifakı'nın adayı şehir plancısı Sibel Karakaş ise 10 geçerli ve 1 geçersiz oy aldı ve seçimi YENİ Parti'nin adayı Barbaros Gezgin kazandı. Bunun üzerine CHP Muğla İl Başkanı Halil Karahan, belediye başkan vekilliği seçiminin 3. turunda yaşanan harf hatası nedeniyle bir oyun geçersiz sayılmasına tepki göstererek seçim sonuçlarına itiraz etti.

CHP Muğla İl Başkanı Halil Karahan, Çağlar Koban'a verilen bir oyun isimdeki harf hatası nedeniyle geçersiz sayıldığını söyleyerek İlçe Seçim Kurulu'na başvurduklarını ve seçim sonucuna itiraz ettiklerini söyledi. Halil Karahan, hukuki süreci başlattıklarını ve daha önce başka belediyelerde de benzer durumların yaşandığını bunun üzerine seçimlerin tekrarlandığını ifade ederek şu açıklamada bulundu: "Bununla ilgili hukuki süreç devam ediyor. İtirazımızı yaptık. Seçimin yeniden yapılmasını istiyoruz. Daha önce başka belediyelerde de bu yaşandı ve seçim yenilendi. Biz de bunu talep ediyoruz."

SEÇİM SONRASI CHP ve YENİ PARTİ KAVGASI SOSYAL MEDYAYA TAŞINDI

CHP Muğla İl Başkan Yardımcısı Uğur Ürper, Milas Belediye Meclisi'nde yapılan oylama sonucunda YENİ Parti'den Barbaros Gezgin'in belediye başkan vekili olarak seçilmesinin ardından sosyal medya hesabından yaptığı paylaşımda "Önce paralarımızı şimdide belediyemizi çaldılar" diyerek çok sert eleştirilerde bulundu.

SAYFA 5'TE



Ören Sahili'nde korkutan hortum kamerada

Muğla'nın Milas ilçesinde etkili olan sağanak yağış ve fırtınanın ardından denizde oluşan dev hortum, Ören Sahili'ne kadar yaklaştı. Sahil boyunca ilerleyerek limana kadar ulaşan hortum, çevrede bulunan vatandaşlara korku dolu anlar yaşattı. SAYFA 3'TE

Fethiye'de sağanak yağış sele yol açtı

Muğla'nın Fethiye ilçesinde etkili olan kuvvetli yağış, hayatı olumsuz etkiledi. Yağış nedeniyle sulama kanalları taşarken, tarım arazileri ile bazı ev ve seraları su bastı.

Fethiye'de akşam saatlerinde etkili olan sağanak yağış hayatı olumsuz etkiledi. Yağışla birlikte dereлerden taşan sel suları bazı evlerde su baskınları oluştururken, tarım arazileri de sel sularından etkilendi. SAYFA 3'TE

Akyaka'da kayıp yaşlı adamın cansız bedenine ulaşıldı

Muğla'nın Ula ilçesine bağlı Akyaka Mahallesi'nde kayıp olarak aranan 87 yaşındaki Alzheimer hastası Kemal Yeter'den acı haber geldi. Yaşlı adamın cansız bedeni, ekiplerin yürüttüğü arama çalışmaları sonucunda ormanlık alanda bulundu. Edinilen bilgiye göre, 1 Kasım günü saat 17.00 sıralarında kaybolan 87 yaşındaki Kemal Yeter için bölgede arama çalışması başlatıldı. Dün gerçekleştirilen arama çalışmalarından sonuç alınamazken ekipler, sabah saatlerinde yeniden sahaya çıktı. SAYFA 3'TE

Marmaris'te "Sokakta Kimse Kalmasın" projesi ile evsiz vatandaşlar otellere yerleştirildi

Marmaris Kaymakamlığı tarafından hayata geçirilen "Sokakta Kimse Kalmasın" Konaklama Projesi kapsamında, soğuk ve yağışlı havalarda sokakta yaşamak zorunda kalan vatandaşlar otellere yerleştirildi. Proje kapsamında barınmanın yanı sıra yemek, sağlık ve psikososyal destek de sağlanıyor.
SAYFA 4'TE



Seydikemer'de alabalık tesislerinin su ihtiyacı yerinde incelendi

Muğla'nın Seydikemer ilçesinde alabalık yetiştiriciliği yapan tesislerin su ihtiyacının belirlenmesi ve su tahsisinin değerlendirilmesi amacıyla saha incelemesi gerçekleştirildi. Balıkçılık ve Su Ürünleri Genel Müdürlüğü ile Devlet Su İşleri Genel Müdürlüğü heyetlerinin katılımıyla Eşen Havzası'nda incelemelerde bulunuldu.
SAYFA 2'DE



Kültür ve doğa yürüyüşleri yeni sezona Kissebükü Antik Kenti ile başlıyor

Bodrum Belediyesi Kültür, Sanat ve Sosyal İşler Müdürlüğü bünyesinde faaliyet gösteren Kent Tarihi ve Leleg Uygarlığı Araştırma ve Uygulama Birimi tarafından yürütülen Kültür ve Doğa Yürüyüşleri Projesi, kent sakinlerini Bodrum'un kültürel mirası ve doğal zenginlikleriyle buluşturmaya devam ediyor. SAYFA 4'TE

Muğla'da çocuklara drama atölyesi



Muğla Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü tarafından yürütülen "İyilik Var" çalışması kapsamında, Çocuk İlk Kabul Müdürlüğü'nde kalan çocuklara yönelik drama atölyesi düzenlendi.

Gönüllü katılımıyla gerçekleştirilen etkinlikte çocuklar, drama çalışmaları ve çeşitli oyunlarla keyifli vakit geçirdi. Renkli görüntülere sahne olan atölyede çocuklar, hem eğlenme fırsatı buldu. Çocukların hayal güçlerini geliştirmek, kendilerini ifade etme becerilerini güçlendirmek ve sosyal gelişimlerine katkı sağlamak amacıyla düzenlenen etkinlikte, neşeli ve eğlenceli anlar yaşandı. Muğla Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü tarafından yapılan açıklamada, çocukların dünyasına iyilikle dokunan gönüllüye katkılarından dolayı teşekkür edildi.
İHA

Marmaris'in turizm yatırımları Londra'da Bakan Ersoy'a anlatıldı



Marmaris Ticaret Odası (MTO) Yönetim Kurulu Başkanı Av. S. Ece Baysal Güngör, World Travel Market (WTM) Londra Turizm Fuarı kapsamında Kültür ve Turizm Bakanı Mehmet Nuri Ersoy ile bir araya geldi. Görüşmede uluslararası otel yatırımları ve Dalaman Havalimanı maliyetleri ele alındı.

Görüşmenin öncelikli başlıklarından biri, Marmaris'e uluslararası marka değerine sahip nitelikli otel yatırımlarının kazandırılması oldu.
Bakan Ersoy, Marmaris ve çevresinde uluslararası otel zincirlerinin yatırım yapması gerektiğini vurgularken Başkan Güngör, artan yatırım maliyetleri ve finansmana erişimde yaşanan güçlüklerin yeni yatırımları zorlaştırdığına dikkat çekti. Güngör, bölgenin bu alanda Bakanlığın öncü vizyonuna ve desteğine ihtiyaç duyduğunu ifade etti.
Görüşmede, Dalaman Havalimanı maliyetlerinin düşürülmesine yönelik çalışmalar da değerlendirildi.
YDA Dalaman Havalimanı ile yürütülecek çalışmaların ardından hazırlanacak projenin Bakan Ersoy'a sunulması ve konunun yeniden değerlendirilmesi amacıyla tekrar bir araya gelinmesi konusunda mutabık kalındı.
İHA

Muğla'da sıcaklık 2 dereceye kadar düşecek



Meteoroloji 4. Bölge Müdürlüğü Bölge Tahmin ve Uyarı Merkezi, Muğla'nın iç kesimlerinde mevsim normallerinde seyreden hava sıcaklığının 4 Kasım tarihinden itibaren 2 dereceye kadar düşeceği, yüksek kesimlerde ise kar yağışının etkili olacağı açıklandı.

Yapılan uyarıda, "Yapılan son meteorolojik değerlendirmelere göre, Muğla'nın iç ve yüksek kesimleri 4 Kasım 2026 Çarşamba gününden itibaren serin ve yağışlı havanın etkisi altına gireceği tahmin edilmektedir. Hâlen mevsim normalleri civarında ve yer yer üzerinde seyreden hava sıcaklıklarının hissedilir derecede azalarak önümüzdeki hafta ortasına kadar mevsim normallerinin altında seyretmesi beklenmektedir. Sıcaklıkların düşmesine bağlı olarak, Bölgemizin iç kesimlerinin yükseklerinde buzlanma ve don hadiselerinin görülebileceği değerlendirilmektedir. Yağışların genellikle sağanak ve yer yer gök gürültülü sağanak şeklinde olması, yüksek kesimlerde ise karla karışık yağmur ve yer yer kar şeklinde görülmesi beklenmektedir. Ayrıca, düşük hava sıcaklıkları nedeniyle bölgemizin iç ve yüksek kesimlerinde yerel ölçekte zirai don riski bulunmaktadır. Vatandaşlarımızın ve ilgililerin Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı Meteoroloji Genel Müdürlüğü tarafından hazırlanarak yayınlanacak hava tahmin raporları ile meteorolojik erken uyarıları takip etmeleri önem arz etmektedir. İl merkezlerimizde 4 Kasım ilâ 9 Kasım 2026 tarihleri arasında en düşük hava sıcaklıklarının 2 dereceye kadar düşeceği tahmin edilmektedir" denildi.
İHA

Seydikemer'de alabalık tesislerinin su ihtiyacı yerinde incelendi



Muğla'nın Seydikemer ilçesinde alabalık yetiştiriciliği yapan tesislerin su ihtiyacının belirlenmesi ve su tahsisinin değerlendirilmesi amacıyla saha incelemesi gerçekleştirildi.

Balıkçılık ve Su Ürünleri Genel Müdürlüğü ile Devlet Su İşleri Genel Müdürlüğü heyetlerinin katılımıyla Eşen Havzası'nda incelemelerde bulunuldu. Çaygözü ile Regülatör arasında faaliyet gösteren alabalık yetiştiricilik tesislerini kapsayan çalışmada, işletmelerin su ihtiyaçları ve mevcut kaynakların kullanım durumu yerinde değerlendirildi.
Arazi incelemelerinin ardından bölgedeki üreticilerle bir araya gelen heyet, yetiştiricilerin karşılaştığı sorunları dinleyerek çözüm önerilerini görüştü.
Su kaynaklarının etkin kullanılması ve su ürünleri yetiştiriciliğinin sürdürülebilirliğinin sağlanması amacıyla çalışmaların devam ettiği bildirildi.
İHA

MUĞLA POSTASI
MUĞLA'NIN EN ÇOK OKUNAN GÜNLÜK SİYASİ GAZETESİ

YIL : 24
SAYI :7270

05 KASIM 2026 PERŞEMBE

KURULUŞ TARİHİ : 27.12.2002

İmtiyaz Sahibi
DUHAN MEDYA İNŞAAT ve NAKLİYAT SAN.TİC.LTD.ŞTİ. Adına SAMET YEMAN

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Ezgi KARABACAK

Sayfa Sekreteri
Şafak TURGUT

Muhabirler
Temel IRMAK
Yusuf Ziya KESKİN
Yaren ÖZDEMİR
Emine Buşra ALAN

İdare Yeri : Muslihittin Mah. Recai Güreli Cad. 48/A Menteşe/MUĞLA
0542 196 48 48
Baskı : İHLAS GAZETECİLİK A.Ş.
Fatih Mahallesi 1199 Sokak No: 1/7 Sarnıç **Gaziemir/İZMİR Tel :** 0232 483 96 60
Ulaşabileceğiniz E-Mail Adresi ve Web Sitesi
E-Mail: muglapostasi@gmail.com **WEB Sitesi:** www.muglapostasi.com.tr
UETS Adresi : 25848-68620-17768

KÖŞE YAZARLARININ SORUMLULUĞU YAZARLARINA AİTTİR

İLAN TARİFESİ

ZAYİ İLANI 750 TL+ KDV

Abone Ücreti
1 Yıllık Abonelik 1800 TL
6 Aylık Abonelik 1200 TL

REKLAM TARİFESİ

BOYUT	SİYAH-BEYAZ	RENKLİ
Çeyrek	3500 TL+ KDV	5500 TL+ KDV
Yarım	7000 TL+ KDV	9000 TL+ KDV
Tam	10000 TL+ KDV	16000 TL+ KDV
Logo Üstü (Sürmanşet)		6000 TL+ KDV

Ören Sahili'nde korkutan hortum kamerada



Muğla'nın Milas ilçesinde etkili olan sağanak yağış ve fırtınanın ardından denizde oluşan dev hortum, Ören Sahili'ne kadar yaklaştı. Sahil boyunca ilerleyerek limana kadar ulaşan hortum, çevrede bulunan vatandaşlara korku dolu anlar yaşattı.

Sabah saatlerinde etkisini artıran sağanak yağışın ardından başlayan fırtınayla birlikte Ören Mahallesi sahilinde aniden hortum oluştu. Denizin üzerinde dönerek ilerleyen dev hortum, kıyıya oldukça yaklaşırken bir süre sonra liman açıklarına kadar ulaştı.
Hortumun sahile doğru ilerlediğini gören vatandaşlar korku dolu anlar yaşarken, o anlar çevrede bulunanlar tarafından cep telefonu kameralarıyla kaydedildi.
İHA

Fethiye'de sağanak yağış sele yol açtı

Muğla'nın Fethiye ilçesinde etkili olan kuvvetli yağış, hayatı olumsuz etkiledi. Yağış nedeniyle sulama kanalları taşarken, tarım arazileri ile bazı ev ve seraları su bastı.



Fethiye'de akşam saatlerinde etkili olan sağanak yağış hayatı olumsuz etkiledi. Yağışla birlikte derelerden taşan sel suları bazı evlerde su baskınları oluştururken, tarım arazileri de sel sularından etkilendi.
Bölgede etkisini gösteren sürpriz hava olayı sonrası çok kısa sürede çok şiddetli yağış aldıklarını belirten Fethiye Kaymakamı Fatih Akkaya, Karagedik ve Çiftlik Mahalleleri'nde sulama kanallarının dolarak taştığını ifade etti. Yağışın kesildiğini ve herhangi bir can kaybı ya da yaralanma yaşanmadığını vurgulayan Kaymakam Akkaya, şunları söyledi:
''Akşam üzerine doğru deniz üzerinde oluşan sürpriz bir hava olayı üzerine çok şiddetli, çok kısa sürede çok şiddetli yağış aldık. Karagedik ve Çiftlik Mahallelerinde sulama kanallarımız doldu ve taştı. Bazı evlere, seralara ve tarım arazilerine girdi. Zarar gören iki ev tespitimiz var şu anda. Ama çalışmalarımız devam edecek. Şu anda yağış kesildi, çok şükür. Herhangi bir can kaybımız olmadı. Zararların telafisi için de devletimiz çalışacaktır. Bütün halkımıza geçmiş olsun, Allah beterinden korusun.''
Ekiplerin bölgedeki çalışmaları ve hasar tespit çalışmaları devam ediyor. Yağış sonrasında oluşan heyelan ile kapanan Çenger yolunun da ekipler tarafından tekrar ulaşıma açılacağı bildirildi.
İHA

Su alan motoryattaki iki kişi kurtarıldı



Bodrum Kalesi açıklarında demirleme manevrası sırasında makine arızası nedeniyle mendirekteki kayalıklara çarpan motoryat su alırken, teknedeki 2 kişi kurtarıldı.

Türk bayraklı 26 metre uzunluğundaki Hemdemin isimli motoryatın iskele makinesi demirleme manevrası sırasında çalışmadı. Mendireğe sürüklenen yatın su altı kısmı kayalıklara çarptı. Su almaya başlayan yattakilerin yardımına çevredeki denizciler koştu. Bodrum Sahil Güvenlik Karakol Komutanlığı ekipleri de bölgeye hareket etti. Açığa çekilme çalışması esnasında iskele tarafından su alarak olay yerinde batan teknedeki 2 mürettebat, Sahil Güvenlik botuna alınarak sağ salim kurtarıldı. Teknede kimsenin bulunmadığı ve bölgede herhangi bir çevre kirliliğine rastlanmadığı belirtildi. Bodrum Kalesi önlerinde üst güvertesi deniz yüzeyinde kalacak şekilde batan teknenin kurtarılması için Liman Başkanlığı ve tekne kaptanı koordinesinde çalışma başlatıldı.
İHA

Koluna yorgun mermi isabet etti

Muğla'nın Menteşe ilçesinde koluna yorgun mermi isabet eden şahıs yaralandı.



Edinilen bilgiye göre, Kötekli Mahallesi Obam Sitesi'nde yaşayan 45 yaşındaki D.B., üç el silah sesi duyduktan sonra kolunca acı hissetti. D.B. hastaneye giderek tedavi oldu. Olayın ardından emniyet ekipleri çalışma başlattı.
Silahın dün gece oynanan Şampiyonlar Ligi maçının ardından maç sevincini kutlamak amacıyla ateşlenmiş olabileceği ihtimali üzerinde durulurken, olayla ilgili inceleme sürüyor.
İHA



Akyaka'da kayıp yaşlı adamın cansız bedenine ulaşıldı

Muğla'nın Ula ilçesine bağlı Akyaka Mahallesi'nde kayıp olarak aranan 87 yaşındaki Alzheimer hastası Kemal Yeter'den acı haber geldi. Yaşlı adamın cansız bedeni, ekiplerin yürüttüğü arama çalışmaları sonucunda ormanlık alanda bulundu.

Edinilen bilgiye göre, 1 Kasım günü saat 17.00 sıralarında kaybolan 87 yaşındaki Kemal Yeter için bölgede arama çalışması başlatıldı. Dün gerçekleştirilen arama çalışmalarından sonuç alınamazken ekipler, sabah saatlerinde yeniden sahaya çıktı. Arama çalışmalarının kapsamı genişletilerek sürdürülen çalışmalar sonucunda, kayıp Kemal Yeter'in cansız bedeni ormanlık arazide bulundu. Yeter'in cansız bedeninin bulunmasının ardından olayla ilgili gerekli işlemlerin başlatıldığı öğrenildi.
İHA

Evinde hareketsiz hâlde bulundu, kurtarılamadı



Bodrum'da evinde hareketsiz halde bulunan kadın, kaldırıldığı hastanede yapılan tüm müdahalelere rağmen kurtarılamadı.

Olay Bodrum Çırkan Mahallesi'nde meydana geldi. Bodrum'da yaşamını sürdüren 49 yaşındaki Emine Nazife Demirel Kıvrak, yaşadığı evde hareketsiz bulundu.
İhbarın ardından polis ve sağlık ekipleri olay yerine geldi. Bodrum Devlet Hastanesi 'ne kaldırılan Kıvrak, yapılan tüm müdahalelere rağmen kurtarılamadı. Cenazesi otopsi için Muğla Adli Tıp Kurumu'na gönderildi. Olayla ilgili soruşturma başlatıldı.
YUSUF ZİYA KESKİN

Bodrum'da korkunç kaza



Bodrum'da kontrolden çıkan TIR, karşı şeride geçip aydınlatma direğini devirdi. Kazada 1 kişi yaralandı.

Kaza, sabah saatlerinde Güvercinlik Mahallesi Mumcular Kavşağı'nda meydana geldi. Milas'tan Bodrum yönüne ilerleyen TIR, kontrolden çıkıp refüjdeki aydınlatma direğine çarpıp devirdi. Kazada bir ticari araç da hasar gördü. İhbarın ardından 112 Acil Sağlık Bölge Trafik ve Jandarma ekipleri bölgeye geldi. Kazada yaralanan 1 kişi, sağlık ekiplerince hastaneye kaldırıldı. Kazayla ilgili soruşturma başlatıldı. **TEMEL IRMAK**



Marmaris'te "Sokakta Kimse Kalmasın" projesi ile evsiz vatandaşlar otellere yerleştirildi

Marmaris Kaymakamlığı tarafından hayata geçirilen "Sokakta Kimse Kalmasın" Konaklama Projesi kapsamında, soğuk ve yağışlı havalarda sokakta yaşamak zorunda kalan vatandaşlar otellere yerleştirildi. Proje kapsamında barınmanın yanı sıra yemek, sağlık ve psikososyal destek de sağlanıyor.

Marmaris Kaymakamlığı Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı tarafından yürütülen "Sokakta Kimse Kalmasın" Konaklama Projesi kapsamında, ilçede barınma sorunu yaşayan vatandaşlara yönelik çalışmalar sürüyor.
Marmaris Kaymakamı Nurullah Kaya, Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı Müdürü Fatma Sarıca ile birlikte sokakta yaşamak zorunda kalan vatandaşları ziyaret ederek ihtiyaçlarını yerinde tespit etti.
Sokakta yaşayan vatandaşlar otellere yerleştirildi
Özellikle son günlerde etkili olan yağışlı ve soğuk hava şartları nedeniyle barınma ihtiyacı bulunan vatandaşlarla yakından ilgilenen Kaymakam Kaya, güvenli ve sağlıklı ortamlarda konaklamalarını sağlamak amacıyla otellere yerleştirilmelerini sağladı.
Proje kapsamında ihtiyaç sahibi vatandaşlara yalnızca konaklama imkanı sunulmuyor. Sıcak yemek, sağlık hizmetleri ve psikososyal destek de sağlanarak vatandaşların temel ihtiyaçlarının karşılanması hedefleniyor.
"Hiçbir vatandaşımız kendisini yalnız hissetmeyecek"
Kaymakam Nurullah Kaya, devletin ihtiyaç sahibi vatandaşların her zaman yanında olduğunu belirterek, özellikle olumsuz hava şartlarında kimsenin sokakta kalmaması için çalışmaların sürdürüleceğini ifade etti.
Kaya, hiçbir vatandaşın kendisini yalnız ve sahipsiz hissetmemesi amacıyla ilgili kurumların koordinasyon içerisinde çalışmalarına devam edeceğini vurguladı.
İHA

Kültür ve doğa yürüyüşleri yeni sezona Kissebükü Antik Kenti ile başlıyor





Bodrum Belediyesi tarafından düzenlenen kültür ve doğa yürüyüşleri, yeni sezona Kissebükü Antik Kenti rotasıyla başlıyor.

Bodrum Belediyesi tarafından düzenlenen kültür ve doğa yürüyüşleri, yeni sezona Kissebükü Antik Kenti rotasıyla başlıyor.

Bodrum Belediyesi Kültür, Sanat ve Sosyal İşler Müdürlüğü bünyesinde faaliyet gösteren Kent Tarihi ve Leleg Uygarlığı Araştırma ve Uygulama Birimi tarafından yürütülen Kültür ve Doğa Yürüyüşleri Projesi, kent sakinlerini Bodrum'un kültürel mirası ve doğal zenginlikleriyle buluşturmaya devam ediyor.
Arkeolojik alanların tanıtılması, kültürel miras bilincinin geliştirilmesi ve doğayla iç içe bir keşif deneyimi sunulması amacıyla gerçekleştirilen etkinlikler kapsamında yeni sezonda Bodrum Yarımadası'nın önemli antik kentlerinden biri, tarih ve doğanın iç içe geçtiği özel bir keşif rotası olan Kissebükü katılımcılarla buluşacak.
Farklı rotalarla da sürdürülecek olan yürüyüşler, ücretsiz olarak tüm vatandaşlara Bodrum'un tarihî ve doğal zenginliklerini yakından tanıma fırsatı sunuyor.
Kissebükü'nün Tarihi, Uzman Anlatımıyla Keşfedilecek
8 Kasım 2026 Pazar günü gerçekleştirilecek Kissebükü yürüyüşü kapsamında katılımcılar, tarihini ve arkeolojik kalıntıları yerinde görme fırsatı bulacak. Gezide Kültür ve Turizm Bakanlığı tarafından Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Hatice Özyurt Özcan başkanlığında sürdürülen arkeolojik kazı çalışmalarına ilişkin bilgiler, Kissebükü kazı ekibi uzmanı anlatımıyla katılımcılara aktarılacak.
Vatandaşlar bölgeye ulaşımlarını kendi araçlarıyla sağlayabilecek. Bununla birlikte, ulaşım sıkıntısı yaşayan vatandaşlar için Bodrum Belediyesi tarafından araç temini sağlanacak. Araçlar, saat 10.30'da Bodrum eski otogardan hareket edecek. Araç kontenjanı sınırlı olduğundan etkinliğe katılmak isteyenlerin önceden kayıt yaptırarak katılım formunu doldurması gerekiyor. Kissebükü Antik Kenti Kültür ve Doğa Yürüyüşü için 444 00 48 numaralı Çağrı Merkezi aranarak 4515 dahili numaradan detaylı bilgi alınabilir.
Kayıt işlemleri ise https://aydinlatma.bodrum.bel.tr:444/?ooref=0630ABC7-0934-4A6D-B911-A018CA15F9B6 üzerinden gerçekleştirilebilir.
Belediye personeli arkeolog Serap Topaloğlu anlatımıyla gerçekleştirilecek yürüyüşler, Bodrum'un az bilinen tarihî alanlarını tanıtmayı, kent belleğini güçlendirmeyi ve kültürel mirasın korunmasına yönelik farkındalık oluşturmayı amaçlıyor.

EZGİ KARABACAK

ÇINTAR MEVSİMİ GELDİ...

Sonbahar ve kış aylarında orman yürüyüşlerinin ardından sepetlerde kendine yer bulan, kimi zaman pazar tezgâhlarında karşımıza çıkan, kimi zaman da aile sofralarında heyecanla beklenen bir lezzet vardır: Çıntar. Özellikle Ege Bölgesi'nde oldukça sevilen bu mantar, kendine özgü aroması ve etli dokusuyla yalnızca damak tadımıza değil, beslenmemize de farklı bir seçenek sunuyor. Peki, çıntarı bu kadar özel yapan yalnızca lezzeti mi?
Halk arasında çıntar olarak bilinen Kanlıca mantarı, turuncuya çalan rengi ve kendine özgü görünümü ile tanınır. Ancak doğada yetişen her turuncu mantar, çıntar değildir. Birbirine benzeyen mantar türleri bulunabildiğinden, yalnızca görünüşüne bakarak mantar teşhisi yapmak ciddi sağlık riskleri doğurabilir.
Doğal Bir Şifa Kaynağı
Çıntarın dikkat çeken özelliklerinden biri, yüksek su içeriğine karşılık düşük enerji sağlamasıdır. Bu özelliği sayesinde enerji alımını dengelemek isteyen bireylerin beslenmesinde değerlendirilebilir. Üstelik mantarlar, içerdikleri posa sayesinde sindirim sisteminin normal işleyişini destekleyen besinler arasında yer alır.
Aynı zamanda B grubu vitaminleri, özellikle riboflavin ve niasin, çeşitli mineraller ve antioksidan özellik gösteren bileşikler açısından da değerlendirilebilir. Bu bileşenler enerji metabolizması, hücresel işlevler ve vücudun antioksidan savunma sistemleri açısından önem taşır. Bununla birlikte mantarın besin içeriği; yetiştiği ortam, türü, olgunluğu ve pişirme yöntemi gibi etkenlere bağlı olarak değişebilir.
Bir başka merak edilen konu ise mantarların bağışıklık sistemi üzerindeki etkisidir. Çıntar gibi mantarlar, çeşitli biyoaktif bileşenler içerir. Ancak herhangi bir mantarı tüketmenin hastalıklardan koruduğunu veya bağışıklığı tek başına güçlendirdiğini söylemek doğru olmaz. Sağlık üzerindeki



asıl etkiyi, çeşitlilik içeren ve dengeli bir beslenme düzeninin parçası olarak değerlendirmek gerekir.
Kimler Çıntar Tüketirken Dikkatli Olmalı?
Çıntar, genel olarak sağlıklı bireyler tarafından tüketilebilen bir besin olsa da herkes için aynı derecede uygun olmayabilir. Özellikle mantara karşı alerjisi veya hassasiyeti bulunan kişilerin tüketmekten kaçınması gerekir. Sindirim sistemi hassas olan bireylerde ise yüksek miktarda tüketim şişkinlik, gaz ve hazımsızlık gibi şikâyetlere yol açabilir. Böbrek hastalığı nedeniyle potasyum veya fosfor alımını sınırlandırması gereken bireylerin tüketim miktarını beslenme tedavilerine göre değerlendirmesi önemlidir. Ayrıca küçük çocuklara mantar sunulurken türünün güvenilir olduğundan emin olunmalı, iyi pişirilerek ve yaşlarına uygun miktarlarda verilmelidir.
Çıntarı Nasıl Tükettiğimiz de Önemli!
Çıntar denildiğinde akla ilk gelen tariflerden biri, soğanla birlikte tavada pişirilen çıntardır. Biraz zeytinyağı, soğan ve baharatlarla hazırlanan bu tarif, mantarın kendine özgü aromasını ön plana çıkarır. Izgarada pişirilebilir, sebzelerle birleştirilebilir, limon ve sarımsakla harmanlanabilir veya farklı yemeklerin içerisinde kullanılabilir.
Ancak mantarın kendi lezzetini ortaya çıkarmak isterken fazla yağ kullanmak, yemeğin enerji değerini önemli ölçüde artırabilir. Özellikle kilo kontrolü hedefleyen bireylerin pişirme sırasında kullanılan yağ miktarına dikkat etmesinde fayda var. Ayrıca mantarların mutlaka iyi pişirilerek tüketilmesi, çiğ veya az pişmiş şekilde yenmemesi gerekir. Atlanmaması gereken bir diğer konu; mantarlar bol suda uzun süre yıkanmamalı veya suda bekletilmemelidir. Nemli bir bezle silmek veya pişirme öncesi hızlıca sudan geçirmek en doğrusudur.
Ormandan Sofraya Gelmeden Önce Dikkat!
Çıntarla ilgili en önemli sağlık uyarısı, doğadan toplanan mantarların güvenliğidir. Zehirli mantar türleri yenilebilir mantarlara oldukça benzeyebilir. Rengine, kokusuna, tadına veya halk arasında kullanılan geleneksel yöntemlere bakarak bir mantarın zehirli olup olmadığı anlaşılamaz. Pişirmek, kaynatmak ya da sirkeli suda bekletmek de mantardaki zehirli maddeleri güvenilir biçimde ortadan kaldırmaz.
Bu nedenle yalnızca türü kesin olarak tanımlanmış, güvenilir kaynaklardan temin edilmiş mantarlar tüketilmelidir. Mantar tüketimi sonrasında bulantı, kusma, karın ağrısı veya ishal gibi belirtiler gelişirse vakit kaybetmeden sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır. Belirtilerin ortaya çıkmasını beklemek doğru değildir.
Çıntar, mevsiminde sofralarımıza renk ve lezzet katan, beslenme çeşitliliğini artırabilecek güzel bir alternatif. Fakat hiçbir besini yalnızca faydaları üzerinden değerlendirmemek gerekiyor. Ne kadar tükettiğiniz, nasıl hazırladığınız ve en önemlisi nereden temin ettiğiniz de en az besin içeriği kadar önemli.
Sağlıklı beslenmek, her mevsim aynı besinleri tüketmek değil; mevsimin sunduğu çeşitliliği tanımak, doğru seçimler yapmak ve soframıza güvenle taşımaktır.
Sağlıklı günler dilerim.

DİYETİSYEN TUĞÇE GÜNDÜZ

CHP VE YENİ PARTİ'NİN MİLAS KAVGASI




Barbaros Gezgin

Muğla Cumhuriyet Başsavcılığı'nın Milas Belediyesine başlattığı operasyon kapsamında Milas Belediye Başkanı Fevzi Topuz'un tutuklanmasının ve görevden uzaklaştırılmasının ardından 3 kasım günü Milas Belediye Meclisi yeni başkan vekilini seçti. YENİ Parti'nin adayı Barbaros Gezgin 4. turda 18 oy alarak meclis seçimini kazandı.

Milas Belediye Meclisi'nde 4 tur süren başkan vekilliği seçiminde 3. turda CHP'nin adayı Çağlar Koban 9 oy, Yeni Parti'nin adayı Barbaros Gezgin ile Cumhur İttifakı'nın adayı Sibel Karakaş 10 oy alırken CHP'nin adayı Çağlar Koban'ın 1 oyu, ismindeki harf hatası nedeniyle geçersiz sayılarak elenmesine neden olmuştu. 4. turda yapılan oylama sonucuna göre YENİ Parti'nin adayı Avukat Barbaros Gezgin 18 geçerli ve 1 geçersiz oy alırken Cumhur İttifakı'nın adayı şehir plancısı Sibel Karakaş ise 10 geçerli ve 1 geçersiz oy aldı ve seçimi YENİ Parti'nin adayı Barbaros Gezgin kazandı. Bunun üzerine CHP Muğla İl Başkanı Halil Karahan, belediye başkan vekilliği seçiminin 3. turunda yaşanan harf hatası nedeniyle bir oyun geçersiz sayılmasına tepki göstererek seçim sonuçlarına itiraz etti.


Ali Karahan

CHP Muğla İl Başkanı Halil Karahan, Çağlar Koban'a verilen bir oyun isimdeki harf hatası nedeniyle geçersiz sayıldığını söyleyerek İlçe Seçim Kurulu'na başvurduklarını ve seçim sonucuna itiraz ettiklerini söyledi. Halil Karahan, hukuki süreci başlattıklarını ve daha önce başka belediyelerde de benzer durumların yaşandığını bunun üzerine seçimlerin tekrarlandığını ifade ederek şu açıklamada bulundu: ''Bununla ilgili hukuki süreç devam ediyor. İtirazımızı yaptık. Seçimin yeniden yapılmasını istiyoruz. Daha önce başka belediyelerde de bu yaşandı ve seçim yenilendi. Biz de bunu talep ediyoruz.''

SEÇİM SONRASI CHP ve YENİ PARTİ KAVGASI SOSYAL MEDYAYA TAŞINDI

CHP Muğla İl Başkan Yardımcısı Uğur Ürper, Milas Belediye Meclisi'nde yapılan oylama sonucunda YENİ Parti'den Barbaros Gezgin'in belediye başkan vekili olarak seçilmesinin ardından sosyal medya hesabından yaptığı paylaşımda ''Önce paralarımızı şimdide belediyemizi çaldılar'' diyerek çok sert eleştirilerde bulundu.


Uğur Ürper

Belediye Meclisi'nde yapılan oylama sonucunda YENİ Parti'den Barbaros Gezgin'in belediye başkan vekili olarak seçilmesinin ardından Uğur Ürper, sosyal medya üzerinden yaptığı açıklamada, ''72 yaşında, bugün cezaevinde bulunan; yol göstericimiz, parti büyüğümüz ve kıymetli başkanımız Fevzi Topuz başkanın sandıkta ortaya koyduğu iradenin bugün farklı hesaplar ve koltuk mücadeleleri uğruna yok sayıldığını üzülerek görüyoruz'' açıklamasında bulundu.

CHP Muğla İl Başkan Yardımcısı Ürper, ''Adliye önünde timsah gözyaşları döken siyaset cambazlarını görmüş olduk, belediyenin defterlerine göz diktiysen avucunu yalarsın zübük'' diyerek CHP ve YENİ Parti arasındaki siyasi tartışmanın fitilini ateşledi.

Ürper, halkın iradesinin üzerinde hiçbir koltuk ve kişisel hesap yapılamaz diyerek açıklamasına şu ifadelerle devam etti:

''Demokrasinin temel ilkesi, sandıktan çıkan iradeye saygı duymaktır. Ancak bugün yaşanan gelişmeler, bu ilkenin göz ardı edildiği yönünde ciddi soru işaretleri doğurmuştur. Milas halkının tercihinin ve sandıkta ortaya koyduğu iradenin, yeni parti yöneticilerinin kişisel makam ve koltuk hesaplarına kurban edildiği kanaatindeyiz. Unutulmamalıdır ki makamlar gelip geçicidir; ancak halkın iradesi, verilen mücadelenin onuru ve siyasi ahlak kalıcıdır. Hiç kimse bulunduğu makamı halkın iradesinin üzerinde göremez.'' Ürper siyasi ahlaka vurgu yaparak ''Son sözü makamlar değil, halk söyler ve halkın iradesinin üzerinde hiçbir makam, hiçbir koltuk ve hiçbir kişisel hesap olamaz'' diyerek Milas Belediye Başkanı Fevzi Topuz'un yanında olduklarını, yaşananları da Muğla halkının değerlendirmesi gerektiğini ifade etti. **EMİNE BUŞRA ALAN**

Muğla, Ekim ayında 133,4 milyon dolarlık ihracat gerçekleştirdi

Muğla, 2026 yılı ekim ayında gerçekleştirdiği 133,4 milyon dolarlık ihracatla Ege Bölgesi'nde en fazla ihracat yapan dördüncü il oldu. Ege İhracatçı Birlikleri (EİB) bünyesinde su ürünleri ve hayvansal mamuller sektörü ise ihracat liderliğini sürdürdü.



Ege İhracatçı Birlikleri, 2026 yılının ocak-ekim döneminde ihracatını geçen yılın aynı dönemine göre yüzde 6 artırarak 15,3 milyar dolardan 16,2 milyar dolara yükseltti. Birliklerin son bir yıllık ihracatı da yüzde 5 artışla 18 milyar 500 milyon dolardan 19 milyar 364 milyon dolara ulaştı.

Su ürünleri ve hayvansal mamuller ihracatta zirvede

Ege Bölgesi ve Türkiye'nin su ürünleri ihracatında önemli merkezlerinden biri olan Muğla'nın öne çıktığı Ege Su Ürünleri ve Hayvansal Mamuller İhracatçıları Birliği, ekim ayında ihracatını yüzde 4 artırarak 186,8 milyon dolara çıkardı. Bu rakamla birlik, EİB bünyesinde ekim ayında en fazla ihracat gerçekleştiren birlik oldu.

Muğla Ege'nin dördüncü ihracatçı ili oldu

Ekim ayında 133,4 milyon dolarlık ihracat gerçekleştiren Muğla, Ege Bölgesi illeri arasında dördüncü sırada yer aldı. Aynı dönemde Aydın 117,7 milyon dolar, Balıkesir ise 116,8 milyon dolarlık ihracat gerçekleştirdi. Muğla'nın ihracat performansında su ürünleri ve hayvansal mamuller sektörünün önemli payı bulunurken, kent Ege Bölgesi'nin ihracatında öne çıkan iller arasındaki yerini korudu.

Öztürk: 2026 yılının son çeyreğine güzel bir giriş yaptık

''20 milyar dolar ihracat hedefimize ulaşmak için ekim ayında büyük bir adım attık'' diyen Ege İhracatçı Birlikleri Koordinatör Başkanı Muhammet Öztürk, ''Bu çizgimizi sürdürerek 2027 yılının ilk çeyreğinde 20 milyar doları aşmayı hedefliyoruz. Bu hedefe ulaşmamız için finansmana erişim sorunumuzun çözüme kavuşması gerekiyor. TCMB'nin faiz indirim kararının devamının gelmesini bekliyoruz. Döviz dönüşüm desteğinde ihracatçılarımızın beklentilerini karşılamayan 1 Ekim 2026 tarihli yeni uygulamanın yeniden değerlendirilmesini ve ihracatçılarımızın lehine düzenlenmesini istiyoruz. İhracat yalnızca döviz kazandıran bir faaliyet değil; üretimi, istihdamı, yatırımı ve teknolojik gelişimi besleyen bir ekonomik kalkınma modeli. Türkiye'nin sürdürülebilir büyümesi, üretim gücünü uluslararası pazarlara taşımasına bağlı. Bunun için ihracatçılarımızın yolundaki taşları temizlemememiz gerekiyor'' şeklinde konuştu.

İHA

BULMACA



Üstteki ünlü / Harfiyen
Pamuklu bir tür kumaş / Lütesyum (Simgesi)
Vekilharç / İkamet eden
Küme
Naziklik, zarafet / Büyük, ulu
Çanakkale ilçesi / Görme düzeltici mercek
Yasaklama / Zulümler, kıyımlar
Antalya ilçesi
Bursa ilçesi / Doğalcı

Bir nohut yemeği / Beyin Tomografisi(Kısa)
Planet / Sonuç
At ayakkabısı / Nazizm yanlısı

Esnasında / Fulden ... (Şarkıcı)
Uşak ilçesi / Duman rengi
Nasıl, niçin / Her bir

Altın (Simgesi)
Saplantı / Kakım
Sayı boncuğu / Çok zayıflama

Askerce / Sezyum (Simgesi)
Harp okulu öğrencisi
Erkendoğan / Zedong(Çin Kurucusu)
Sadist / Seçmeli yemek
Topluluk, zümre

Tahıl saklanan yer / Kalın ve kaba kumaş
Roma'nın eski adı / İdrak
Tarihsel / Stil
Aktinyum (Simgesi) / Gece bekçisi

Lohusa otu / Bir tür bitki
Ata / Bir tür zamk
Parça / Vicdan bakımından
Karışık renkli / Yankı

Prensip / Yükleme, atfetme
Halkın aşağı tabakası / Yetmeyecek kadar az
Fotoğraf / Bir tema etrafında oluşan

Ünlü İtalyan TV'si(Kısa) / Skandiyum (Simgesi)
Bir balık adı / Asker
Bir oyun türü / Taraça
Kesilmiş yer / Keçi yolu

Üzüntü / Korkulan kimse
İssiz bir biçimde / Eskişehir ilçesi
Elektronik posta / Bir pamuk türü

Binek hayvanı oturmalığı / Ulaştırma
Nikel (Simgesi) / Pekmez toprağı
Safi / Şimendifer
Dram / Sert

Doğru düşünme bilimi / Türkiye Saati İle (Kısa)
Üst üste / Minik ampul

Taklitçi / Ribonükleik Asit(Kısa)
Duyuru / Su
Gelecek

Stronsiyum (Simgesi)
Rutubet
Etek

Alttaki ünlü
Halk dilinde ağabey



Datça'ya GES'li, yağmur suyu geri kazanımlı hükümet konağı

Muğla Valisi Dr. İdris Akbıyık, yapımı süren Datça Hükümet Konağı Kompleksi inşaat alanında incelemelerde bulunarak yetkililerden projenin ilerleme durumu hakkında detaylı bilgi aldı.



Muğla Valiliği Yatırım İzleme ve Koordinasyon Başkanlığınca (YİKOB) ihale edilen ve toplam 6 bin 664 m kapalı alana sahip olan yeni kamu kompleksi; Kaymakamlık, Adliye ve İlçe Emniyet Müdürlüğü binalarını aynı yerleşkede bir araya getiriyor.

Bölgenin geleneksel mimari dokusuna uygun doğal taş kaplama cephe tasarımı, A sınıfı enerji kimlik belgesi, GES (Güneş Enerji Sistemi), yüzde 50 su tasarrufu sağlayan yağmur suyu geri kazanım ünitesi, merkezi iklimlendirmesi ve 86 araçlık açık otoparkıyla kompleks; modern ve sürdürülebilir kamu hizmetinin örnek yapılarından biri olarak ilçeye kazandırılıyor.

Farklı idari birimlerin tek merkezde toplanmasıyla vatandaşların kamu hizmetlerine hızlı ve etkin erişim sağlayacağını ve kurumlar arası koordinasyonun en üst seviyeye taşınacağını belirten Vali Dr. İdris Akbıyık, Datça'nın marka değerine yakışan bu önemli yatırımın ilçeye hayırlı olmasını diledi. İHA

ÖNCEKİ BULMACANIN ÇÖZÜMÜ



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



Bodrum'da ileri teknolojiyle yeniden ayağa kalktı

Muğla'nın Bodrum ilçesinde her iki bacağındaki damar tıkanıklığı nedeniyle yürümekte güçlük çeken 73 yaşındaki Oğuz Salihoğlu, ileri teknolojiyle gerçekleştirilen damar tedavisinin ardından yeniden rahat yürümeye başladı. Yıllardır farklı nedenlere bağlanan bacak ağrılarının altında ciddi damar tıkanıklıkları olduğu belirlenen Salihoğlu, Memorial Bodrum Hastanesi'nde uygulanan girişimsel tedaviyle sağlığına kavuşma yolunda önemli bir adım attı.



Yaklaşık 45 yıldır Bodrum'da yaşayan ve gençlik yıllarında dağcılıkla ilgilenen Oğuz Salihoğlu'nun bacak ağrıları son yıllarda giderek arttı. Yaklaşık 2-3 yıldır bir bacağında zaman zaman ağrı hisseden Salihoğlu, farklı ortopedi uzmanlarına başvurdu. Şikayetleri kas ağrısı olarak değerlendirilen Salihoğlu'nun diğer bacağında da 1-2 ay önce şiddetli ağrı ve yürüme güçlüğü ortaya çıktı.

Bunun üzerine Kalp ve Damar Cerrahisi Uzmanı Op. Dr. Filiz Bakkal'a başvuran Salihoğlu'nda, her iki bacağın atardamarlarında ciddi darlık ve tıkanıklıklar tespit edildi. Özellikle sağ bacağındaki ana damar uzantılarından birinde tam tıkanıklık bulunduğu, yürüme mesafesinin ciddi ölçüde azaldığı ve son dönemde dinlenirken bile ağrı yaşadığı belirlendi.

Kireçlenmiş damarlar Shockwave teknolojisiyle açıldı

Memorial Bodrum Hastanesi'nde Op. Dr. Filiz Bakkal tarafından gerçekleştirilen girişimsel işlemde, her iki bacağın atardamarlarındaki ileri dereceli darlık ve tıkanıklıklara müdahale edildi. Tedavide, damar duvarında sertleşmeye ve kireçlenmeye neden olan plakların tedavisinde kullanılan Shockwave (intravasküler litotripsi-IVL) teknolojisinden yararlanıldı.

Damar içerisine yerleştirilen özel balon kateter aracılığıyla uygulanan akustik basınç dalgaları, sert ve kireçlenmiş plaklarda çatlaklar oluşturarak damarların genişletilmesini kolaylaştırıyor. Bu yöntem, özellikle ileri derecede kireçlenmiş damarların tedavisinde balonla genişletme ve gerekli durumlarda stent uygulamasına yardımcı oluyor.

Hastanın damar yapısı ve tıkanıklıkların özellikleri değerlendirilerek planlanan işlem sonrasında bacak ağrılarında belirgin rahatlama yaşayan Salihoğlu, yeniden yürüyebilmenin mutluluğunu yaşadı.

''Yeniden rahat yürüyebilmek beni çok mutlu etti''

Tedavi sonrası yaşadığı değişimi anlatan Oğuz Salihoğlu, uzun süredir günlük yaşamını olumsuz etkileyen ağrılarının azalması ve yeniden rahat yürüyebilmesinin kendisini çok mutlu ettiğini belirtti.

Uzmanlar, bacak atardamarlarındaki darlık ve tıkanıklıkların erken dönemde teşhis edilmesinin önemine dikkat çekerken, özellikle yürürken ortaya çıkan ve dinlenince azalan bacak ağrılarının damar hastalıklarının belirtisi olabileceğini vurguluyor. İleri teknolojili girişimsel yöntemler ise uygun hastalarda cerrahi dışı tedavi seçenekleri arasında yer alıyor.

İHA



Fethiye'de DOA iade sistemi uygulamaya konuldu

Muğla'nın Fethiye ilçesinde Depozitosu Olan Ambalajlar (DOA) iade sistemi uygulamaya konuldu.

İlçe Belediyesinden yapılan açıklamaya göre, Belediye ile Revomat Geri Kazanım Teknolojileri ve Hizmetleri A.Ş. arasında imzalanan protokol kapsamında ilçede iade makineleri faaliyete geçti.

Vatandaşların depozitolu ambalajları iade ederek geri dönüşüm sürecine katkı sağlamasını amaçlayan çalışma kapsamında, Fethiye'nin farklı mahallelerinde 8 manuel iade noktası ve 1 toplu alım noktası oluşturuldu.

Akarca, Menteşeoğlu, Esenköy, Taşyaka, Babataşı ve Karagedik mahalleleri manuel iade noktası olarak hizmet verirken, Çiftlik Mahallesi'nde bulunan Kaydem ise toplu alım noktası olarak faaliyet gösteriyor.

Manuel iade noktalarında kişi başına günlük 200 adet ambalaj iade edilebilirken, bu noktalarda depozitolu ambalaj başına 1 lira ödeme yapılıyor. Toplu alım noktası olan Kaydem'de ise 200 adedin üzerindeki ambalajlar kabul edilerek ambalaj başına 50 kuruş ödeme gerçekleştiriliyor.

AA

Belediyeden mobilya yeniden kullanım ve sosyal destek projesi



Bodrum Belediyesi tarafından vatandaşların kullanmadığı eski mobilyalar alınarak yenileme çalışmaları sonrası ihtiyaç sahiplerine ulaştırılacak

Bodrum Belediyesi, ''Sıfır Atık'' vizyonu ve sosyal belediyecilik anlayışı doğrultusunda, vatandaşların artık kullanmadığı ancak durumu iyi olan mobilyaları değerlendirmek üzere yeni bir projeyi hayata geçiriyor. İklim Değişikliği ve Sıfır Atık Müdürlüğü koordinasyonunda başlatılan yeni proje ile kullanılmayan mobilyalar ekonomiye ve sosyal yardımlaşmaya kazandırılıyor.

Mobilya Yeniden Kullanım ve Sosyal Destek Projesi kapsamında evlerde atıl durumda bekleyen eşyalar belediye ekipleri tarafından teslim alınarak bakım ve onarımdan geçirilecek. Yenileme çalışması yapılan mobilyalar, Bodrum Belediyesi Kültür, Sanat ve Sosyal İşler Müdürlüğünün ihtiyaç sahibi olarak belirlediği vatandaşlara ulaştırılacak.

Yetkililer, proje ile hem evlerdeki kullanılabilir durumdaki eşyaların çöpe gitmesini engelleyerek israfın önüne geçilmesini hem de ihtiyaç sahibi ailelerin yaşam koşullarının iyileştirilmesini hedeflediklerini belirtti.

Projeye destek vermek veya mobilya bağışında bulunmak isteyen vatandaşlar, 444 00 48 numaralı Çağrı Merkezinden 5499 ve 2030 dahili hatlara bağlanarak İklim Değişikliği ve Sıfır Atık Müdürlüğünden detaylı bilgi alabilir.

YAREN ÖZDEMİR



Fethiye'de 4. Uluslararası Film Festivali Korteji, renkli görüntülere sahne oldu

Muğla'nın Fethiye ilçesinde bu yıl 4'üncüsü düzenlenen Uluslararası Film Festivali kapsamında renkli kortej yürüyüşü gerçekleştirildi. Özgecan Anıtı'ndan başlayan kortej, Beşkaza Meydanı'na kadar devam etti. Fethiye Belediyesi Bandosu eşliğinde gerçekleştirilen yürüyüşte renkli görüntüler ortaya çıktı. İHA



Bodrumspor Yüzme Şubesi Karaada çevresinde yüzecek

Bodrum Belediyesi Bodrumspor Yüzme Şubesi Master yüzücüleri, 5 Kasım Perşembe günü (bugün) yaklaşık 15 sporcunun katılımıyla Karaada çevresinde 20 kilometrelik yüzüş gerçekleştirecek.



Bodrum'da açık deniz yüzme etkinliklerine bir yenisi daha ekleniyor. Bodrum Belediyesi Bodrumspor Yüzme Şubesi Master yüzücüleri, Karaada çevresindeki yaklaşık 20 kilometrelik parkuru takım halinde tamamlamak için hazırlıklarını sürdürüyor. Hava şartlarının uygun olması halinde 5 Kasım Perşembe sabahı erken saatlerde başlayacak etkinlikte yaklaşık 15 sporcu Karaada'dan suya girecek. Yüzücüler, belirlenen yüzme planı doğrultusunda sırayla suya girerek kendi mesafelerini tamamlayacak. Takımın ortak hedefi ise yaklaşık 20 kilometrelik Karaada çevresi parkurunu bitirmek olacak.

Bodrumspor Yüzme Şubesi Başkanı Pelin Yakar, etkinliğin geçen yıl bireysel olarak başladığını, bu yıl ise takım dayanışmasıyla sürdürüleceğini belirtti. Yakar, organizasyonun çıkış noktasını ve bu yılki hedeflerini şu sözlerle anlattı:

"Geçtiğimiz yıl sporcumuz ve takım kaptanımız Arda Akman, yaklaşık 20 kilometrelik Karaada çevresi yüzüşünü 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı'na ithaf ederek gerçekleştirdi. Bodrum'un yüzme camiasından ve milli gururumuz Türkoğlu'nun da katılımıyla gerçekleşen o etkinliği bu yıl da sürdürmeye karar verdik. Bu kez bireysel değil, takım olarak yüzme kararı aldık. Hava şartlarının uygun olması halinde 5 Kasım Perşembe sabahı erken saatlerde 15 yüzücümüzle Karaada çevresini yüzmek için suya gireceğiz. Sporcularımız sırayla suya girerek kendi mesafelerini tamamlayacak ve toplamda yaklaşık 20 kilometrelik parkuru bitirecek. Bu anlamlı etkinliği takım ruhu ve dayanışma içinde gerçekleştireceğiz." BODRUM'DA TAKIM RUHUYLA AÇIK DENİZ YÜZÜŞÜ Bodrumspor Master yüzücülerinin Karaada çevresinde gerçekleştirmeyi planladığı etkinlik, sporcuların dayanıklılık ve yüzme performanslarının yanı sıra takım çalışması ve dayanışmayı da ön plana çıkaracak. Yaklaşık 15 yüzücünün ortak hedef doğrultusunda bir araya geleceği organizasyon, Bodrum'da açık deniz yüzme kültürüne katkı sunan etkinliklerden biri olacak.

YUSUF ZİYA KESKİN

Muğla'da genç hentbolcular il birinciliği için sahada





Muğla'da Okul Sporları Genç Erkekler Hentbol İl Birinciliği müsabakaları başladı. Genç sporcuların kıyasıya mücadele ettiği karşılaşmalar, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Meslek Yüksekokulu Spor Salonu'nda gerçekleştiriliyor.

Gençlik ve Spor Bakanlığı Muğla İl Müdürlüğü tarafından desteklenen organizasyonda, farklı okullardan katılan öğrenciler il birinciliği için sahaya çıkıyor. Büyük heyecana sahne olan müsabakalarda genç sporcular, hentbol branşındaki yeteneklerini sergileyerek dereceye girebilmek için mücadele ediyor.

Okul sporlarının gençlerin sportif gelişimine katkı sağladığına dikkat çekilirken, organizasyonda mücadele eden sporcuların yanı sıra okullar, öğretmenler, antrenörler ve hakemlere başarı dilekleri iletildi.

Gençlik ve Spor Bakanlığı Muğla İl Müdürlüğü tarafından yapılan paylaşımda, okul sporlarının Türk sporunun geleceği açısından önem taşıdığı vurgulanarak, sporun ve sporcunun her zaman desteklenmeye devam edileceği belirtildi.

İHA

MSKÜ Kadın Veteran Voleybol Takımı namağlup şampiyon



Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi (MSKÜ) Kadın Veteran Voleybol Takımı, 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı dolayısıyla düzenlenen Muğla 7. Cumhuriyet Veteranlar Voleybol Şampiyonası'nı namağlup tamamlayarak şampiyonluk kupasının sahibi oldu.

30 Ekim–1 Kasım 2026 tarihleri arasında düzenlenen turnuvaya 40+ yaş kategorisinde katılan MSKÜ Kadın Veteran Voleybol Takımı, karşılaşmalar boyunca sergilediği başarılı performansla rakiplerine set vermedi.

A Grubu'nda oynadığı karşılaşmalarda Tazelenme Takımı'nı ve Manisa temsilcisi Magnesia Volley'i 2-0'lık skorlarla mağlup eden MSKÜ ekibi, grubunu lider tamamlayarak yarı finale yükseldi. Yarı finalde 29 Ekim Kadınları'nı 2-0 mağlup eden takım, adını finale yazdırdı.

Finalde, B Grubu birincisi olarak karşısına çıkan Magnesia Volley ile yeniden karşılaşan MSKÜ Kadın Veteran Voleybol Takımı, rakibini bir kez daha 2-0 yenerek şampiyonluğa ulaştı. Turnuva boyunca oynadığı tüm karşılaşmaları set vermeden kazanan ekip, namağlup şampiyonluk elde etti.

Cumhuriyetimizin 103. yıl dönümü kutlamaları kapsamında kazanılan bu başarı, MSKÜ Kadın Veteran Voleybol Takımı'nın spor azmini, takım ruhunu ve dayanışmasını ortaya koydu.

EZGİ KARABACAK