

Güneş enerjisi, çevre dostu bir enerji kaynağıdır. Yenilenebilir enerji politikaları, fosil yakıtların yerini alacak temiz enerji kaynaklarının kullanımını artırarak, karbon emisyonlarının azaltılmasına ve iklim değişikliğiyle mücadeleye önemli bir katkı sağlamaktadır. (Sayfa 6'da)

## OSB YÖNETİMLERİNİN BEDELSİZ ARSA TAHSİSİ YETKİSİ KALDIRILDI

Organize Sanayi Bölgelerinde Yer Alan Parsellerin Tamamen Veya Kısmen Bedelsiz Tahsisine Dair Yönetmelikte yapılan değişiklikle OSB yönetimlerinin bedelsiz arsa tahsis yetkisi kaldırıldı. Organize Sanayi Bölgelerinde Yer Alan Parsellerin Tamamen Veya Kısmen Bedelsiz Tahsisine Dair Yönetmelikte değişiklik yapıldı. Yönetmeliğin OSB'lerin müteşebbis heyet veya genel kurullarının en az 10 kişilik istihdam öngören yatırımlar için tahsis edilmemiş parsellerin tamamen veya kısmen tahsis etme yetkisi veren fıkrası yürürlükten kaldırıldı. Yürürlükten kaldırılan fıkra, altyapı inşaatlarını kendi tamamlayan, Bakanlık kredisi kullanmamış OSB'ler ile altyapısını tamamlayıp kredi borcunu

ödememiş OSB yönetimlerine en az 10 kişilik istihdam öngören yatırımlara tahsis edilmemiş parsellerin tamamen veya kısmen bedelsiz olarak tahsis edilmesini öngörüyordu. Bu fıkradaki değişikliğe bağlı olarak bedelsiz tahsis edilen parsellerin bedellerinin Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı tarafından ödenmesine ilişkin koşulları düzenleyen iki fıkra da yürürlükten kaldırıldı. Yönetmeliğin yatırımının yüzde seksenini tamamlamasına karşın üretime geçemeyen katılımcıların talebi üzerine OSB tarafından proje bazında en fazla bir yıla kadar ek süre verilebilmesine ilişkin hükme de yürürlükten kaldırıldı.

## Alışverişlerde IBAN kullananlar için uyarı yapıldı

Uzmanlar, son dönemde alışverişlerde ödemelerin IBAN verilerek banka hesabına yönlendirilmesi nedeniyle hem tüketiciler hem de işletmelere yönelik uyarılarda bulundu. Tüketiciler Derneği Genel Başkanı Levent Küçük, "Herhangi bir uyuşmazlık ve konunun yargıya taşınması durumunda açıklama kısmı bizler için kanıt niteliği taşıyor" dedi. Bazı işletmeler, kredi veya banka kartı ile ödeme almak yerine, müşterilerini IBAN vererek banka hesaplarına yönlendiriyor. Böylece işletmeler, fiş ya da fatura vermekten de kaçınmış oluyor. Son dönemde artan uygulamanın, hem tüketiciler hem de işletmeler açısından bazı sakıncaları bulunuyor. Spectrum Denetim, Danışmanlık, Yeminli Mali Müşavirlik AŞ Yönetim Kurulu Başkanı Tuncay İnci, yaptığı değerlendirmede, bazı işletmelerin müşterilerini IBAN vererek banka hesaplarına yönlendirdiğini, böylece hem banka komisyonundan hem de vergiden kaçmaya çalıştıklarını belirtti. İşletmelerin müşterilerine ödenmeyen vergi miktarı kadar fiyat avantajı sağladığına işaret eden İnci, böylece vergisini ödeyen işletmelerin harsız rekabetle karşı karşıya kaldığını söyledi. Hazine ve Maliye Bakanlığı'nın, kazancını kayıt dışı bırakan mükelleflere yönelik çalışma başlattığını hatırlatan İnci, "Bakanlık, işletmelere ve işletmeyle ilişkili tüm hesaplara IBAN yoluyla gelen transferleri inceleyecek. Bakanlık, işletme sahiplerinin, yakınlarının, çalışanlarının hesapları ile kiralama yoluyla kullanılan hesapları da denetleyecek" diye konuştu.

## Lokantacılar için fiyat tarifesi teklifi

Türkiye Lokantacılar ve Pastacılar Federasyonu Genel Başkanı Sayit Karabağlı, Türkiye'de yeme-içme sektöründeki fiyat tarifelerinin illere ve işletme sınıfına göre federasyon tarafından onaylanması talebinde bulundu.

Türkiye Lokantacılar ve Pastacılar Federasyonu Genel Başkanı Sayit Karabağlı, sosyal medyadan yeme-içme sektörü için yapılan boykot çağrısını değerlendirdiği yazılı açıklamasında, federasyon olarak şikayetleri hususunda irtibat kuran vatandaşların sorunlarını çözüme kavuşturduklarını bildirdi.

Yeme-içme sektöründe fiyat artışını tetikleyen girdi maliyetleri, komisyonlar ve vergi gibi sorunlara işaret eden Karabağlı, sektörün, tedarik edeceği ürünlere daha kolay ve ucuz fiyatla ulaşabilmesini sağlamak için odaların ve federasyonların tanzim ve tedarik kooperatifleri kurmasının desteklenmesi önerisinde bulundu.

Karabağlı, konutlarda kira artışına sınırlama getiren düzenlemelerin işyerlerini de kapsamaması, kira stopajlarının kira geliri elde eden mülk sahibi tarafından karşılanması ve işyeri tahliyelerinin zorlaştırılması konularında düzenleme yapılmasını da istedi.

Fiyatı Etiketli Yönetmeliği'nde düzenleme talep eden Karabağlı, şunları kaydetti: "Denetlenebilir olması için fiyat tarifeleri 81 ilde faaliyet gösteren odalar tarafından sınıflarına göre belirlenmeli ve federasyonumuz tarafından onaylanmalı. Onaylı fiyat tarifeleri kayıt altına alınarak üyelere verilmelidir. Tarifeler, aslının aynı olmak kaydıyla iş yerlerinin kapısına asılmalı veya iş yeri girişine görünür şekilde konulmalıdır. Denetim sırasında denetçilerin onaylı tarife ile asılı tarifeyi karşılaştırması daha sağlıklı ve yürütülebilir olacak."

## IPARD III TANITIMI YAPILDI

Düzce Valiliği Toplantı Salonu'nda düzenlenen bir toplantı ile Tarımsal ve Kırsal Kalkınmayı Destekleme Kurumu (TKDK) tarafından IPARD III Destekleme Programı'nın tanıtımı yapıldı. Vali Selçuk Aslan, TKDK Ankara İl Koordinatörü Dr. Mehmet Ali Çakal ve Tarım Orman İl Müdürü Esra Uzun, İl protokolü, sivil toplum örgütleri temsilcileri, üreticiler ve girişimcilerin katıldığı bu toplantıda bölgedeki çiftçilere ve yatırımcılara yeni hibe olanakları hakkında bilgi verildi.

IPARD III, Avrupa Birliği ve Türkiye'nin ortak fonundan finanse edilen bir program olup, 81 ilde uygulanacak. Program kapsamında toplamda 786 milyon Avro hibe desteği sağlanacak. Düzce Valisi Selçuk Aslan, toplantıda yaptığı konuşmada, "IPARD III programı ile ilimizde kırsal kalkınma ve tarım sektöründe ek bir destek başlatmış oluyoruz. Düzce'nin bu programdan iyi fayda sağlayacak iller arasında yer alacağına inanıyorum" dedi. Dr. Mehmet Ali Çakal, programın yalnızca tarımsal üretimi desteklemekle kalmayıp, aynı zamanda çevre koruma ve yenilenebilir enerji kullanımını da teşvik ettiğini belirtti. Çakal, "Yeni irtibat ofisimiz aracılığıyla, Düzce'den gelen projelerin değerlendirilmesi sağlayacağız" şeklinde konuştu. Esra Uzun ise, Düzce'nin tarımsal potansiyeline vurgu yaparak, IPARD III'ün kırsal altyapı modernizasyonuna büyük katkı sağlayacağını ifade etti. Uzun, "Bu desteklerle, ilimizdeki kırsal altyapımız daha modern hale gelecektir" dedi.

Toplantı TKDK uzmanlarının IPARD III programının içeriği hakkında bilgi vermesinin ve soruların cevaplanmasının ardından sona erdi.

## TSO Duyurdu

### İşgücü piyasası araştırması

4904 sayılı İŞKUR kanunu gereğince Çalışma ve İş Kurumu İl Müdürlükleri, illerinin işgücü piyasasını izleme ve değerlendirme sistemini oluşturmak ve gelecek istihdam ve eğitim ihtiyacını belirlemek amacıyla 15/04-17/05 2024 tarihleri arasında işgücü piyasası araştırması gerçekleştirilecektir. Düzce Çalışma ve İş Kurumu İl Müdürlüğümüzün düzenlediği araştırma ile işgücü piyasasında mevcut ve gelecek dönemde meydana gelmesi beklenen mesleki değişim ve gelişmeler izlenebilecek, işverenlerimizin ihtiyaç duyduğu meslek ve beceriler tespit edilecektir. Araştırma sadece istatistikî amaçlarla yapılmakta olup, derlenecek bilgiler Çalışma ve İş Kurumu Müdürlüğünce işgücü piyasası taleplerinin belirlenmesinde kullanılacak ve paydaşlara daha iyi hizmet sunulmasında yol gösterecektir. İşveren taleplerini doğru olarak tespit edilebilmesi için işyeriniz tarafından doldurulması yasal zorunluluk arz eden bilgi formlarının doldurulması amacıyla Çalışma ve İş Kurumu İl Müdürlükleri ilgili personelleri ile "size uygun olan tarih ve saatte" ziyaretinize gelecektir. Ayıracağınız zaman ve iş birliğiniz için teşekkür eder, çalışmalarınızda başarılar dileriz.



# 112 DÜKKANDA SONA GELİNDİ

Çatı kaplamaları süren dükkanlar teslimata hazırlanıyor.



Düzce Belediyesi tarafından Beslanbey Bölgesinde yapımı devam eden modern sanayi sitesinde, altyapı çalışmaları ile birlikte dükkanlarda ince işçilik çalışmaları da sürüyor. Çatı kaplamaları süren dükkanlar teslimata hazırlanıyor.

Düzce Belediye Başkanı Dr. Faruk Özlü'nün önemli projeleri arasında yer alan modern sanayi sitesinin inşaatı sürüyor. Kültür Mahallesi'ndeki eski sanayi çarşısında uygulanacak 'kentsel dönüşüm projesi' kapsamında, esnafın taşınacağı Beslanbey Bölgesine modern sanayi sitesi kuruluyor.

3 etapta oluşan ve toplam 385 dükkanın inşa edileceği

modern sanayi sitesinin birinci etabında yer alan 112 dükkandaki çalışmalar devam ederken, diğer yandan altyapı çalışmaları da gerçekleştiriliyor.

Dükkanların çatı kaplamaları ve ince işçilik çalışmaları ile eş zamanlı olarak sanayi sitesinin yağmur suyu ve kanalizasyon hatları da inşa ediliyor. Ekipler tarafından, her bir adaya su deposu da yerleştiriliyor.

Düzce'nin en modern sanayi sitesindeki çalışmalar son aşamaya gelirken, yakında teslimat sürecinin başlayacağı da açıklandı.

## LOKANTACILAR FEDERASYONUNDAN FİYAT TARİFESİ TALEBİ GETİRİLDİ

Türkiye Lokantacılar ve Pastacılar Federasyonu Genel Başkanı Sayit Karabağlı, Türkiye'de yeme-içme sektöründeki fiyat tarifelerinin illere ve işletme sınıfına göre federasyon tarafından onaylanması talebinde bulundu.

Türkiye Lokantacılar ve Pastacılar Federasyonu Genel Başkanı Sayit Karabağlı, sosyal medyadan yeme-içme sektörü için yapılan boykot çağrısını değerlendirdiği yazılı açıklamasında, federasyon olarak şikayetleri hususunda irtibat kuran vatandaşların sorunlarını çözüme kavuşturduklarını bildirdi.

Yeme-içme sektöründe fiyat artışını tetikleyen girdi maliyetleri, komisyonlar ve vergi gibi sorunlara işaret eden Karabağlı, sektörün, tedarik edeceği ürünlere daha kolay ve ucuz fiyatla ulaşabilmesini sağlamak için odaların ve federasyonların tanzim ve tedarik kooperatifleri kurmasının desteklenmesi önerisinde bulundu.

Karabağlı, konutlarda kira artışına sınırlama getiren düzenlemelerin işyerlerini de kapsamaması, kira stopajlarının kira geliri elde eden mülk sahibi tarafından karşılanması ve işyeri tahliyelerinin zorlaştırılması konularında düzenleme yapılmasını da istedi.



Fiyatı Etiket Yönetmeliği'nde düzenleme talep eden Karabağlı, şunları kaydetti: "Denetlenebilir olması için fiyat tarifeleri 81 ilde faaliyet gösteren odalar tarafından sınıflarına göre belirlenmeli ve federasyonumuz tarafından onaylanmalı. Onaylı fiyat tarifeleri kayıt altına alınarak üyelere verilmelidir. Tarifeler, aslının aynı olmak kaydıyla iş yerlerinin kapısına asılmalı veya iş yeri girişine görünür şekilde konulmalıdır. Denetim sırasında denetçilerin onaylı tarife ile aslı tarifeyi karşılaştırması daha sağlıklı ve yürütülebilir olacak."

Bakanlık açıklama yaptı

## LOKANTA VE KAFELERDE KDV ARTIŞ İDDİALARINA AÇIKLIK GETİRİLDİ

Hazine ve Maliye Bakanlığı, lokanta ve kafelerde KDV oranlarında artış yapılacağına yönelik iddialarla ilgili açıklama yaptı. Konuyla ilgili Hazine ve Maliye Bakanı Mehmet Şimşek de sosyal paylaşım sitesi X'te "KDV oranlarında artış yapmadık! Suistimalleri engellemeye yönelik tedbir alıyoruz" açıklamasında bulundu.

Konuya ilişkin tebliğ taslağına göre, Katma Değer Vergisi Genel Tebliğinin yiyecek ve içecek sunulan yerlerde KDV oranını düzenleyen maddesinde değişiklik yapılması 'lokanta ve kafelerde KDV'ye zam' şeklinde algılanınca bakanlıktan açıklama geldi.

Hazine ve Maliye Bakanlığı'ndan yapılan açıklamaya göre yüzde 8 olan KDV oranının yüzde 10'a, yüzde 18 olan KDV oranı da yüzde 20'ye Temmuz 2023 tarihiyle gidildiğini ancak bazı işletmelerin bu oranları istismar ettiği belirtildi. Açıklamada, yeni tebliğ ile söz konusu istismarın önüne geçilmek için adım atıldığı aktarıldı.

Bakanlığın açıklaması şöyle: Gıdadaki KDV oranının düşük olması, başka sektörler tarafından istismar ediliyor. Hazine ve Maliye Bakanlığı, gıdalarda ve yeme içme hizmetinde %8 olan KDV oranını 2022 yılında gıdalar için yüzde 1'e indirdi. O tarihten sonra bu alan suistimal edilmeye başlandı.

Gıdadaki KDV oranının yüzde 1 olması, yeme içme sektöründe KDV oranının yüzde 10 olması nedeniyle yeme içme sektöründe bulunan lokantaların bir kısmı, bu alanı istismar ediyor ve rekabet eşitliğini bozuyor.

Lokanta veya kafelerin et, su, meyve suyu gibi ürünler satılmış göstererek, yeme içme hizmeti karşılığında yüzde 10 KDV hesaplamaları gerekirken sadece gıda malzemesi satıyormuş gibi yüzde 1 KDV oranından fiş veya fatura çıkışı yaptıkları tespit edildi.

Şimşek: KDV oranlarında artış yapmadık!

Konuyla ilgili Hazine ve Maliye Bakanı Mehmet Şimşek de sosyal paylaşım sitesi X'te "KDV oranlarında artış yapmadık! Suistimalleri engellemeye yönelik tedbir alıyoruz" açıklamasında bulundu.



# DÜZCE'DE TARIM POTANSİYELİ EN İYİ ŞEKİLDE DEĞERLENDİRİLECEK

*Planlı ve bilinçli tarımsal üretime önem verilecek*

Düzce'nin Tarımsal Üretim Planlanması konusunda Tarım ve Orman Bakanlığı'nda görevli üst düzey bürokratların katılımıyla Düzce İl Tarım ve Orman Müdürlüğü tarafından bilgilendirme toplantısı düzenlendi. Toplantıda, Düzce'deki tarımsal üretimin planlanması konusunda gerçekleştirilen çalışmalar, geleceğe yönelik hedefler ve izlenecek yollar ele alındı. Balıkçılık ve Su Ürünleri Genel Müdür Yardımcısı Mehmet Nuri Yılmaz'ın katılımıyla Ticaret Borsası Toplantı Salonu'nda gerçekleşen toplantıya Hayvancılık Genel Müdürlüğü İslah Daire Başkanı Dr. Engin Ünay, Düzce İl Tarım ve Orman Müdürü Esra Uzun, Tarım ve Orman Bakanlığı ilgili kurum amirleri,

Tarımsal Üretim Planlanması Kurulunda yer alan teknik ekip ve teknik personel katıldı. Toplantıda konuşan Balıkçılık ve Su Ürünleri Genel Müdür Yardımcısı Mehmet Nuri Yılmaz, "Ülkemizde başta iklim değişikliği ve su kısıtı olmak üzere yaşanan gelişmeler, tarımsal üretimi önemli ölçüde etkilemektedir. Bu nedenle kaynakların etkin ve planlı kullanılması zorunlu hale gelmiştir. Uzun yıllardır dile getirilen, tüm paydaşların mutabık olduğu devrim niteliğindeki tarımsal üretim planlamasının Üretim Üreticinin Yüzyılı yaklaşımıyla yola çıktığımız Türkiye Yüzyılı'nda hayata geçirilmesi için ilk adımları arttırıyoruz.

Bu kapsamda tarımsal üretim planlaması ilkelerine uygun olarak, bitkisel ve hayvansal üretimi arttırmak amacıyla 5488 sayılı Tarım Kanunu'nda yapılan değişiklikle tarımsal üretimin planlanmasında bakanlığımıza yetki verilerek tüm paydaşların temsil edildiği teknik komiteler illerin üretim potansiyeli, belirlenen ülkesel ihtiyaçlar, su varlığını ve iklim değişikliği gibi kısıtları da dikkate alarak illerdeki ürün desenlerini belirleyerek bakanlıkta kurulan Tarımsal Üretim Planlanması Kurulu'na iletileceklerdir," dedi.

## Çeltik üretimi için büyük destek



Tarım ve Orman Bakanlığı Bitkisel Üretim Genel Müdürlüğü Tarım Arazilerinin Kullanımının Etkinleştirilmesi (TAKE) Projesi kapsamında Düzce'de çeltik tohumu dağıtım töreni düzenlendi. Çeltik Kurutma, İşleme ve Paketleme Tesisinde gerçekleştirilen törene Düzce Valisi Selçuk Aslan, AK Parti Düzce Milletvekili Ercan Öztürk, Düzce İl Tarım ve Orman Müdürü Esra Uzun, İl Genel Meclis Başkanı Fazlı Koç, İl Özel İdaresi Genel Sekreteri Hayri Şen, Kurum Müdürleri, İl Genel Meclis Üyeleri ve çiftçiler katıldı.

Törende konuşma yapan Düzce Valisi Selçuk Aslan çeltiğin Düzce ekonomisi için kıymetli bir ürün olduğunu belirterek "Düzce'nin ekonomisini baktığımızda tarım sektörü önemli bir konumda olup en önemli ürünümüz de fındıktır. Ama fındıktan sonra endüstriyel tarım noktasında diğer bir önemli ürünümüzde, Osmanlı Saray Mutfağının tercihi olan, halk arasında Kasaba pirinci diye adlandırılan Konuralp Pirincimizdir.

İlimizde şu anda 2 bin 100 dekarlık bir alanda çeltik tarımı yapılmaktadır. Bunu geliştirmek ve teşvik etmek zorundayız. Bugün burada gerçekleştirdiğimiz Tohum Dağıtım Töreni ile ilimiz için stratejik ürünlerden biri olan çeltiğin desteklenmesine devam edilecektir.

İlimizin birçok marka ürününün yanında Konuralp Pirinci olarak coğrafi işaret almış pirincimiz, daha da kıymetlenecek, piyasa payı noktasında daha da anlamlı hale gelecek, ilimizin tanıtımı noktasında da daha kıymetli bir enstrüman olacaktır.

Yeni ekim döneminin çiftçilerimiz açısından bol ve bereketli geçmesini temenni ediyorum." diye konuştu.

İl Tarım ve Orman Müdürü Esra Uzun, konuşmasında şu görüşlere yer verdi: "Düzce'nin tarımsal mirası ve geleceği için önemli olan çeltik tohumlarının dağıtım ile bölgenin tarımsal potansiyelinin ve çeltik üretiminin arttırılmasını hedeflemekteyiz. Tarihi geçmişe dayanan Konuralp pirincimiz Osmanlı saray mutfağının pirinci olarak anılmaktadır."

## IPARD III PROGRAMI TANITILDI



Düzce Valiliği Toplantı Salonu'nda düzenlenen bir toplantı ile Tarımsal ve Kırsal Kalkınmayı Destekleme Kurumu (TKDK) tarafından IPARD III Destekleme Programı'nın tanıtımı yapıldı. Vali Selçuk Aslan, TKDK Ankara İl Koordinatörü Dr. Mehmet Ali Çakal ve Tarım Orman İl Müdürü Esra Uzun, İl protokolü, sivil toplum örgütleri temsilcileri, üreticiler ve girişimcilerin katıldığı bu toplantıda bölgedeki çiftçilere ve yatırımcılara yeni hibe olanakları hakkında bilgi verildi. IPARD III, Avrupa Birliği ve Türkiye'nin ortak fonundan finanse edilen bir program olup, 81 ilde uygulanacak. Program kapsamında toplamda 786 milyon Avro hibe desteği sağlanacak. Düzce Valisi Selçuk Aslan, toplantıda yaptığı konuşmada, "IPARD III programı ile ilimizde kırsal kalkınma ve

tarım sektöründe ek bir destek başlatmış oluyoruz. Düzce'nin bu programdan iyi fayda sağlayacak iller arasında yer alacağına inanıyorum" dedi.

Dr. Mehmet Ali Çakal, programın yalnızca tarımsal üretimi desteklemekle kalmayıp, aynı zamanda çevre koruma ve yenilenebilir enerji kullanımını da teşvik ettiğini belirtti. Çakal, "Yeni irtibat ofisimiz aracılığıyla, Düzce'den gelen projelerin değerlendirilmesini sağlayacağız" şeklinde konuştu. Esra Uzun ise, Düzce'nin tarımsal potansiyeline vurgu yaparak, IPARD III'ün kırsal altyapı modernizasyonuna büyük katkı sağlayacağını ifade etti. Uzun, "Bu desteklerle, ilimizdeki kırsal altyapımız daha modern hale gelecektir" dedi.



# FINDIK ÜRETİCİLERİ KENDİ İŞLERİNİN PATRONU OLABİLECEK

Düzce Ticaret ve Sanayi Odası'nın Düzce Üniversitesi ve Düzce Tarım ve Orman İl Müdürlüğü ile birlikte geliştirdiği, Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı tarafından Doğu Marmara Kalkınma Ajansı aracılığıyla uygulanan Sosyal Gelişmeyi Destekleme Programı kapsamında finanse edilen Fındık Üreticilerinin Mikro İşletmelere Dönüşümü projesinde üretim aşamasına gelindi.

Düzce Üniversitesi Fındık Uygulama ve Araştırma Merkezi (DÜFAM) Laboratuvarına kurulan model fabrika ile fındık üreticileri hasat etmiş oldukları fındıkları işleyerek katma değeri yüksek ürün haline getirebilecek. Kurulan Model Fabrikayı yerinde inceleyen Düzce Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Erdoğan Bıyık ve Meclis Başkanı Tanju Acar, model fabrika hakkında yetkililerden bilgiler aldı. Model fabrikanın test çalışmalarını da inceleyen Düzce Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Erdoğan Bıyık, bu önemli projede Düzce Üniversitesi ve Düzce Tarım ve Orman İl Müdürlüğü ile birlikte çalışmaktan dolayı çok mutlu olduklarını söyledi. DÜFAM Laboratuvarına kurulan model fabrikanın bölgedeki üreticiler için örnek bir uygulama olacağını belirten Erdoğan Bıyık, "Dünyanın en önemli fındık üreticisi bölgelerinden biri



olan Düzce'de bu özel uygulamayı oluşturmuş olmaktan dolayı çok mutluyuz. Model fabrikada kabuklu fındıktan ambalajlanmış son ürüne kadar olan aşamalar titizlikle yapılabiliyor. Bu uygulama ile üreticiler kendi işlerinin patronu olabilecek ve ülkemize daha fazla katma değer sağlayabileceklerdir. Test çalışmaları tamamlandığında inşallah önümüzdeki günlerde model fabrikamızın açılışını da gerçekleştireceğiz" ifadelerini kullandı.



## Sanayide İstihdam Odaklı Kaynakçılık Eğitimi Protokolü İmzalandı

Sanayide İstihdam Odaklı Kaynakçılık Eğitimi Protokolü İmzalandı  
Düzce Valiliği, MARKA, Denetimli Serbestlik Müdürlüğü, İŞKUR ve Düzce TSO işbirliğiyle geliştirilen projeye, Düzce Sanayisinde ihtiyaç duyulan kaynakçılık mesleğine yönelik olarak denetimli serbestlik tedbiri altındaki dezavantajlı bireylere Sanayide İstihdam Odaklı Kaynakçılık Eğitimi verilmesi hedefleniyor.

Düzce Valiliği'nde düzenlenen projenin imza törenine Düzce Valisi Selçuk Aslan, Cumhuriyet Başsavcısı Yasin Emre, MARKA Genel Sekreteri Mustafa Çöpoğlu, İŞKUR İl Müdürü Ferhat Acar, Denetimli Serbestlik Düzce Müdürü Lütfullah Ateş ve Düzce TSO Genel Sekreter Yardımcısı Zeynep Cebeci katılım sağladı.

İmzalanan protokol ile; Bölgede istihdam açığı olan sektörlerin/mesleklerin ihtiyaç duyduğu nitelikte insan kaynağı oluşturmak ve denetimli serbestlik tedbiri altındaki kişilerin sanayinin nitelikli iş gücü talebini karşılayacak eğitim ve düzeye getirilerek istihdam edilebilmeleri amaçlanmaktadır.

## Erdoğan Bıyık'ın yerel seçimler mesajı

Düzce Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Erdoğan Bıyık, 31 Mart yerel seçimlerinin tamamlanması dolayısıyla bir mesaj yayımladı. Erdoğan Bıyık, mesajında şu ifadelerle yer verdi: "31 Mart Yerel Yönetimler Seçimleri sorunsuz şekilde tamamlandı. Milletimiz hür iradesini sandığa yansıttı ve önümüzdeki 5 yıl semtini, ilçesini, ilini yönetecek olan yöneticilerini belirledi. Seçim sürecinden bu yana, yerel seçimlerin huzur ve güven ortamında geçmesi için gece gündüz çalışan kolluk kuvvetlerimize teşekkür ediyoruz. Seçimlerin sona ermesiyle birlikte ilimizdeki sonuçlar da ortaya çıkmıştır. Düzce Ticaret ve Sanayi Odası olarak, milletimizin oylarıyla göreve gelen tüm yerel yöneticilerimize başarılar diliyoruz. Düzce'nin en büyük sivil toplum kuruluşu olan Düzce Ticaret ve Sanayi Odası, birçok projesinde gerek Düzce Valiliği gerekse belediyeler ile iş birlikleri yapmaktadır. Seçimler sonrasında göreve gelen belediye başkanlarımız ile önümüzdeki süreçte çok başarılı projelere imza atacağımıza inancımız tamdır. Bu vesile ile yerel seçim sonuçlarının ülkemiz ve milletimize hayırlar getirmesini diliyor, seçilen tüm yerel yöneticilerimize de görevlerinde başarılar diliyoruz"



**TS ISO 45001: 2023 İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ  
YÖNETİM SİSTEMİ TEMEL VE İÇ TEKTİK EĞİTİMİ**

29 - 30 NİSAN 2024 ( 2 GÜN ) | 09:30 - 16:30 | DÜZCE TSO

**Eğitimin Amacı**

Kuruluşun İş Sağlığı ve Güvenliği Yönetim Sisteminin standartlarındaki kısıtlarına uyup uymadığını belirlemek ve sonuçlarını müşteriye bildirmek amacıyla, gerekli delillerin tarafsız ve değer yargılarına yer vermeyecek tarzda toplanması ve değerlendirilmesinden ibaret bir değerlendirme ve belgeye bağlama işlemi olan İş Sağlığı ve Güvenliği Yönetim Sistemi Tetkikleri için Tetkik Görevlisi yetistirmesidir.

**Eğitimin İçeriği**

- ISG ile ilgili Temel Kavramlar ve İstatistikler
- TS ISO 45001 Standartının Tanıtımı
- Neden ISG?
- TS ISO 45001 Standart Maddelerinin Açıklanması
- ISG ve Risk Yönetimi
- Tetkik Çeşitleri
- Tetkikin Faydaları
- Tetkikin Yönetimi
- Tetkikin Planlanması
- Soru Listelerinin Hazırlanması
- Tetkikin Sonuçlandırılması ve Rapor Yazımı
- Tetkik Ekibi Sorumlulukları
- Pratik ve Örnek Çalışmalar

Eğitime kayıt olmak için QR kodu okutunuz.



## OSB YÖNETİMLERİNİN BEDELSİZ ARSA TAHSİSİ YETKİSİ KALDIRILDI

Organize Sanayi Bölgelerinde Yer Alan Parsellerin Tamamen Veya Kısmen Bedelsiz Tahsisine Dair Yönetmelikte yapılan değişiklikle OSB yönetimlerinin bedelsiz arsa tahsis yetkisi kaldırıldı. Organize Sanayi Bölgelerinde Yer Alan Parsellerin Tamamen Veya Kısmen Bedelsiz Tahsisine Dair Yönetmelikte değişiklik yapıldı.

Yönetmeliğin OSB'lerin müteşebbis heyet veya genel kurullarının en az 10 kişilik istihdam öngören yatırımlar için tahsis edilmemiş parsellerin tamamen veya kısmen tahsis etme yetkisi veren fıkrası yürürlükten kaldırıldı. Yürürlükten kaldırılan fıkra, altyapı inşaatlarını kendi tamamlayan, Bakanlık kredisi kullanmamış OSB'ler ile altyapısını tamamlayıp kredi borcunu ödemiş OSB yönetimlerine en az 10 kişilik istihdam öngören yatırımlara tahsis edilmemiş parsellerin tamamen veya kısmen bedelsiz olarak tahsis edilmesini öngörüyordu. Bu fıkradaki değişikliğe bağlı olarak bedelsiz tahsis edilen parsellerin bedellerinin Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı tarafından ödenmesine ilişkin koşulları düzenleyen iki fıkra da yürürlükten kaldırıldı.

Yönetmeliğin yatırımının yüzde seksenini tamamlamasına karşın üretime geçemeyen katılımcıların talebi üzerine OSB tarafından proje bazında en fazla bir yıla kadar ek süre verilebilmesine ilişkin hükmü de yürürlükten kaldırıldı.



tesisler için belge alma süreci 2028 sonu olarak öngörüldü.

İhracatta ve yeşil finansman bulmada etkileri de olacak, sanayi kuruluşlarının atık süreçlerine yönelik belge düzenini kapsayan "Endüstriyel Emisyonların Yönetimi Yönetmeliği" taslak olarak hazırlandı. Yönetmelik, Türkiye'nin uzun süredir üzerinde çalıştığı AB'nin Yeşil Mutabakatı kapsamında endüstriyel kirliliğin kontrolüne yönelik ayağın direktifl erine uyum açısından önemli bir aşama olarak değerlendiriliyor.

Yönetmelik taslağının tanıtım aşamasında, "Yeşil Dönüşüm Belgesi"nin talebe bağlı olacağı belirtilmişti. Taslakta, kapsama giren kuruluşların online olarak kurulacak sisteme veri girişleri konusunda beyan zorunluluğu olduğu görülüyor. Diğer yandan belgeye ilişkin başvuru süreçlerinde geçiş süreci öngörülerek tarih verilmiş olması dikkat çekti. Taslağa ilişkin görüş alma ve değerlendirme süreci devam ediyor. Kapsama giren tesisler için "Sanayide Yeşil Dönüşüm Belgesi" alma süreci 2028 sonu olarak öngörüldü. Diğer yandan 1 Ocak 2025'ten sonra kurulacak yeni tesisler için belge süreci başlamış olacak. Yönetmelikle Sanayide Yeşil Dönüşüm Belge süreçlerini uygulamak ve koordine etmek üzere, Çevre Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığının kuracağı sistem çerçevesinde yetkilendireceği Çevresel Sürdürülebilirlik Uzmanı ve Çevresel Sürdürülebilirlik Başuzmanı meslekleri oluşturulacak. Bu belgenin, Dünya Bankası tarafından yeni açıklanan yeşil dönüşüme yönelik kredi programı dahil, yeşil finansmana erişim, AB'nin uygulamaya başlayacağı sınırlı karbon vergisi vb. her türlü kısıtlayıcı koşullara yönelik değerlendirmelerde kullanılabileceği değerlendiriliyor.

## Sanayi Kuruluşları için 'Sanayide Yeşil Dönüşüm Belgesi' geliyor

Çevre Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığının uzun süredir üzerinde çalıştığı "Endüstriyel Emisyonların Yönetimi Yönetmeliği" taslak olarak açıklandı. Yönetmelik temel olarak 5 kategoride tesislerin atık yönetimlerini sınıflıyor, "Sanayide Yeşil Dönüşüm Belgesi" adı verilen sertifikaya ilişkin süreçleri düzenliyor

"Endüstriyel Emisyonların Yönetimi Yönetmeliği" taslağıyla, sanayi kuruluşlarının atık süreçlerine yönelik belge düzeni getiriliyor. Belgenin, yeşil dönüşüme yönelik kredi programı dahil, finansmana erişim, sınırlı karbon vergisi vb. her türlü kısıtlayıcı koşullarda kullanılabileceği değerlendiriliyor. Kapsama giren

## PATENT başvurularında geçerli olacak ücretler belli oldu

Patent başvurularında geçerli olacak ücretler belli oldu

Türk Patent ve Marka Kurumunca (TÜRKPATENT), bu yıl uygulanacak ücret tarifesi belli oldu.

Türk Patent ve Marka Kurumu tarafından hazırlanan "2024 Yılında Uygulanacak Ücret Tarifesine İlişkin Tebliğ", Resmi Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe girdi. Buna göre, e-Devlet üzerinden yapılan patent ve faydalı model başvuru ücretleri 45,75 lira, marka tescil ücreti 1121,92 lira, coğrafi işaret ve geleneksel ürün adı başvuru ücretleri 12,42 lira olarak belirlendi. Tasarım tescil başvurularında ise 183 lira alınacak.



Endüstriyel yapı sektörünün geleceğini inşa ediyoruz

www.pekintas.com.tr

(0212) 212 12 22

(0380) 537 51 85



# YENİLENEBİLİR ENERJİ ÇAĞI BAŞLADI



Selim Yirmibeşoğlu  
Makine Mühendisi  
enge İş Geliştirme  
Direktörü

Teknolojideki olağanüstü gelişim ve dönüşüm, modern ve küresel yaşamın giderek yaygınlaşmasına yol açıyor. Teknoloji hayatın her alanında etkili olurken, artan ihtiyaçlara bağlı küresel tüketim açığı da büyüyor. Söz konusu açığı kapatmak üzere, üretim ve tüketim dengesini yine teknoloji ile sağlamak ağırlık kazanırken, en büyük ihtiyaçlarımızdan birisi de enerji. Artan nüfusa bağlı olarak ihtiyaç duyulan enerji miktarı da her geçen gün artıyor. Gelecek nesillere daha yeşil bir dünya bırakabilmek ve enerji kıtlığı ile savaşabilmek adına, küresel dünyanın öncelikli gündem maddeleri arasında artık "Yenilenebilir Enerji"nin de yer aldığını görüyoruz. Türkiye ekonomisinin 'ulusal egemenliğe dayalı' yeni nesil bir 'milli ekonomi' inşa etme sürecinin en önemli sac ayaklarından birisini teknoloji, finansman ve enerji alanında kendine yeten, milli imkân ve kabiliyetleriyle hareket edebilen bir ekonomi olabilmesi oluşturuyor. Enerjide milli imkân ve kabiliyetler ise, 'yenilenebilir enerji' imkanlarından yararlanmaktan ve teknolojisini üretmekten geçiyor.

**Günümüzde teknolojinin gelişmesi, güneş enerjili kurutma sistemlerinin çeşitliliklerinin artmasına imkan sağladı**

Özellikle gıdaların saklanması için güneş enerjisinin kullanımı çok eski çağlara kadar dayanır. Günümüzde teknolojinin gelişmesi güneş enerjili kurutma sistemlerinin çeşitliliklerinin artmasına, daha hijyenik kurutulmuş ürünü, daha ekonomik enerji kullanımlarıyla üretebileceğimiz güneş enerjili kurutma sistemlerinin ve hatta konvansiyonel sistemlerle birleştirilmiş hibrit toplayıcıların da geliştirilmesini sağlamıştır. Günümüzde enerji maliyetlerinin giderek artan seyri tarımsal alanda özellikle de kurutma proseslerinde güneş enerjisinin kullanımını yaygınlaştıracaktır. Ülkemizin potansiyel jeotermal kaynaklarının da kurutma teknolojisinde kullanımının yaygınlaşması ile birlikte hibrit çözümlerin önümüzdeki süreçte daha çok araştırılacağı ve uygulanacağı işaret etmektedir.



## enge Ürünleri

Firmamız ısıtma, iklimlendirme, havalandırma, çevre ve solar enerji alanlarında yapılan çalışmalar sonucunda mühendislik hizmetleri ile beraber imalat ve taahhüt hizmeti de vererek işlerine devam etmektedir. Enge Energy, güneş enerjisinden faydalanarak sürekli yenilikçi ürünler geliştirmektedir.

### Solarbox Güneş ile Isıtma Sistemleri

SolarBox ürünlerimiz binaların ısıtma ve havalandırma ihtiyacını karşılayan fosil yakıtsız etkili bir sistemdir.

### Basınçlı Hava Kompresörleri

Atlas Copco'nun kolay kullanımlı, verimli ve güvenli olan basınçlı hava kompresörleri ile, önemli ölçüde enerji tasarruf sağlarsınız.

### ZTIP Tavandan Isıtma Panelleri

ZTIP tavandan ısıtma panelleri, modüler konstrüksiyonu ile farklı tasarım imkanları ve çözümler sunmaktadır.

### Yeni Teknolojiler ile Kümes ve Sera Isıtma

Enge Energy'nin SolarBox teknolojisi ve sulu radyant tavandan ısıtma sistemleri sera ve kümes ısıtması için de kullanılmaktadır.

### Güneş Destekli Kurutma Sistemleri

Enge SolarBox ile entegre sistemlerimiz ile güvenli ve hijyenik meyve, sebze ve bitki kurutabilirsiniz.

### Mobil Güneş Destekli Kurutma Sistemleri

Enge SolarBox ile istediğiniz her yerde Güneş etkisi ile organik ve hijyenik kurutma yapabilirsiniz.

## YENİLENEBİLİR ENERJİ KAYNAKLARININ ELEKTRİK ÜRETİMİNDEKİ PAYI ARTTI



Enerji ve Tabii Kaynaklar Bakanı Alparslan Bayraktar, sosyal medya platformu X üzerinden yaptığı paylaşımında yenilenebilir enerji kaynaklarının elektrik üretimindeki payını arttığını bildirdi.

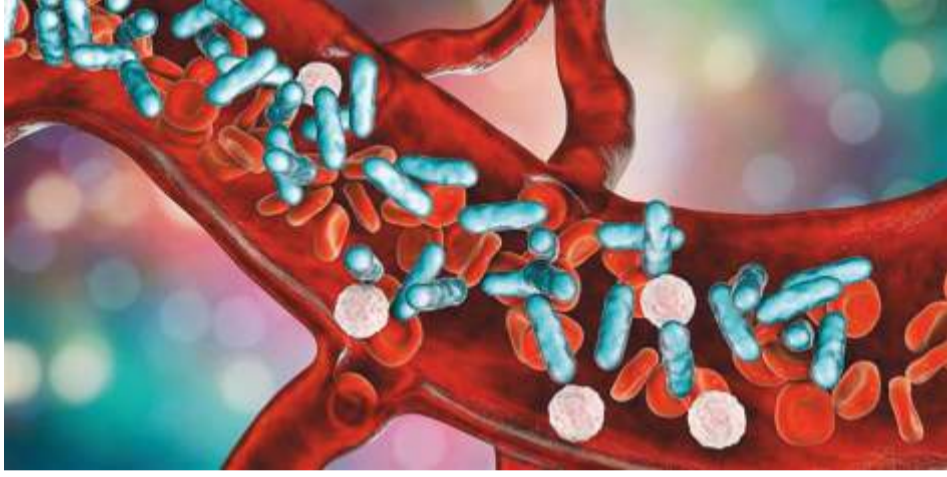
Bakan Bayraktar, paylaşımında, "Elektrik üretiminde yerli ve yenilenebilir kaynakların payını artırarak ekonomimizi güçlendirmeye devam ediyoruz." ifadesini kullandı.

Bayraktar'ın paylaştığı infografikte, Mart 2023'te elektrik üretiminin yüzde 35,7'sinin yenilenebilir enerjiden karşılandığı belirtilirken geçen ay bu oranın yüzde 49,3'e çıktığı kaydedildi.

İnfografikte ayrıca elektriğin geçen yıl martta yüzde 51,3'ünün yerli kaynaklardan üretildiği aktarılırken, geçen ay bu oranın yüzde 63,6'ya yükseldiği bilgisine yer verildi.



# SEPSİSTE ERKEN TEŞHİS HAYAT KURTARIYOR



Halk arasında “kan zehirlenmesi” olarak bilinen sepsis, hemen müdahale edilmediği takdirde ölüme varan sonuçlar doğurabiliyor. Belirtileri pek çok hastalıkla benzerlik gösterdiği için doğru tanı koyulması tedavideki kilit noktayı oluşturuyor.

Enfeksiyonlar, virüsler ve bakterilerin sağlık üzerindeki olumsuz etkileri yadsınamaz bir gerçek. Her yaş grubundan insanda türlü hastalıklara sebep oluyolar. Bunların büyük çoğunluğu hayati tehlike yaratmadan rahatça tedavi edilebiliyor. Ancak bazen ölüme varan ciddi sonuçlar yaratabiliyorlar. Tıpkı halk arasında “kan zehirlenmesi” diye anılan sepsiste olduğu gibi.

Enfeksiyon hastalıklarına sebep olan parazitler, maya hücreleri kan dolaşımına karışarak tüm vücuda yayılıyor. Bu da vücut savunma sistemlerini harekete geçiriyor. Kontrolsüz bir yanıt ortaya çıkıyor. Multipl (çoklu) organ bozukluklarıyla beraber

seyrederek karaciğer, akciğer, kalp, beyin gibi birçok sistemi etkiliyor.

Sepsisin ortaya çıkmasından sonra kısa sürede tanısının koyularak tedaviye başlanması gerektiğinin altını çizen uzmanlar “Hastalar kısa sürede tedavi edilmezse yüzde 50 ila 70 arasında ölüme sebep oluyor. Ancak tanı erken koyulur ve tedaviye başlanırsa hastalar, yüzde 80 ila 90 oranında şifa ile taburcu edilebiliyor” diyor. İmmün sistemi baskılanmış kişilerde sepsisin daha fazla görüldüğünün altını çizen uzmanlar sözlerine şöyle devam ediyor: “Şeker hastaları, böbrek yetmezliği olanlar, siroz hastaları, dalak ameliyatı olanlar ya da doğuştan dalağı olmayanlar, AIDS’li ve kanserli hastalar, ileri yaştaki insanlar, kortizon tedavisi görenler gibi vücut savunma sistemi bozulan kişilerde daha fazla görülebiliyor.”

## 6 Kişiden 1’i Migrenle mücadele ediyor

Dünya üzerinde milyonlarca insanı etkileyen nörolojik bir hastalık olan migren, yoğun baş ağrılarının neden olabileceği bir hastalık olarak biliniyor. Türkiye’de ise ortalama her 6 kişiden biri migrenle mücadele ediyor.

Hormonal değişiklikler, çevresel faktörler, gıda ve egzersiz gibi tetikleyici faktörlerin neden olduğu migren, çeşitli semptomların eşlik ettiği zayıflatıcı baş ağrılarının neden olabileceği karmaşık bir hastalıktır. Ancak uzmanlar migren ağrısını önlemek için de yaşam tarzında yapılacak bazı değişiklikler olduğunu belirtiyor.

Hastalar bazen migren ortaya çıkmadan önce kendini yorgun hissetmek, belirli yiyecekleri özlemek, ruh halindeki değişiklikler veya ense sertliği gibi uyarı semptomları yaşayabiliyorlar. Bazıları ise görme sorunları yaşar, başları döner ve hatta konuşmakta zorluk çekerler. Uzmanlar migren için şu tespiti yapıyorlar, “Ne yazık ki migren için kesin bir tedavi yok, ancak uyumak veya karanlık bir odada yatarak ışığa karşı hassasiyeti azaltmak gibi çözümlerle semptomları giderilebiliyor. Bunun nedeni, seslerin ve parlak ışıkların sıklıkla

migreni daha da kötüleştirebilmesidir.” Yeterince uyumak, düzenli zamanlarda yemek yemek ve daha az kafein içmek de migren ağrılarının yönetmenize yardımcı olmak için doktorlar tarafından öneriliyor.

### MİGRENİ ÖNLEMENİN İÇİN YAŞAM TARZI DEĞİŞİKLİKLERİ

Migreni neyin tetiklediğini bilmek ve bunları hafifletmek için yaşam tarzı değişiklikleri yapmak migreni durdurmaya yardımcı olabilir.

Uzmanlara göre bazı gıdalar migreni tetikleyebilir. Bu nedenle, hangi yiyecek veya içeceklerin potansiyel olarak tetiklediğini not etmek yardımcı olabilir. Aynı zamanda susuz kalmamanız ve içtiğiniz kafeinle alkol miktarını sınırlamanız da ağrılar için yardımcı olabilir. Sağlıklı kiloyu korumak, düzenli beslenmek, düzenli egzersiz yapmak ve uykunun yanı sıra stresi yönetmek de migreni azaltabilecek faktörler arasında sayılıyor.

## DİYETLERDE YO YO SENDROMU



**Aleyna Pak/ Diyetisyen**

Yo yo sendromu kilo vermek amacı ile yapılan diyetlerin sonrasında verilenden daha fazla kiloyu hızlı bir şekilde geriye alınmasının en az 2 sefer yaşanması durumudur. Bu durumun kadınlarda görülme sıklığı erkeklere nazaran çok daha yüksektir.

### YO YO SENDROMU NEDENLERİ

Diyet yapmanın tek amacının kilo vermek olduğu algısı tamamen yanlıştır. Diyet yalnızca birkaç aylık bir süreç değil ömür boyu devam ettirilmesi gereken, kişinin beslenme alışkanlıklarını değiştirdiği, günlük rutinine sporu eklediği,

zararlı alışkanlıklardan uzak durduğu, daha fazla su içerek sağlıklı bir yaşam sürdürmeyi ve yaşam kalitesini arttırmayı hedeflemektir. Bunun aksine yetersiz ve dengesiz, çok düşük kaloride uygulanan, hızlı bir kilo kaybı sağlamayı hedefleyen diyetler kişide kas kaybı, birtakım vitaminlerin eksilmesine bağlı halsizlik ve uyku hali, sosyal ortamdan geri kalma, depresif ruh haline sebep olacaktır. Bu tarzda uygulanan diyetler genellikle çok kısa süreli olacaktır ve kişide yeni bir beslenme alışkanlığı oluşturmayacaktır. Buna bağlı olarak ideal kiloya ulaşıldığında eski beslenme alışkanlıklarına geri dönülerek verilen kilonun çok daha fazlası geriye alınacaktır.

- Zayıflama ilaçları
- Bilinçsiz diüretik yada laksatif kullanımı
- Çok sık şekilde yapılan çok düşük kalorili diyet listeleri
- Kişinin hastalıkları, beslenme alışkanlıkları, yaşam tarzına uygun olmayan diyet listeleri
- Duygusal açlık gibi durumlar Yo Yo etkisini çok daha fazla tetikleyecektir.

### YO YO SENDROMUNUN SONUÇLARI

Sürekli kilo almanın yada vermenin oldukça ciddi sonuçları olabilmektedir.

- Yavaşlayan metabolizma, ilerleyen dönemlerde tekrar çok sıkı diyetler uygulandığı halde istenilen kilo kabının olmamasına yol açacaktır. Bu durumda vücut bir tür direnç göstermektedir.

Kilo artışı çok kolay gerçekleştiği halde kilo verimi oldukça zor olmaktadır. Buna bağlı olarak da obezite riski artmaktadır.

- Çok sık yapılan diyetler sonucunda motivasyon düşüklüğü yaşanmaktadır. Kişi sürekli diyet yapması gerektiğini düşünür, ancak diyet yapmaktan sıkıldığı için sürekli bir erteleme durumuna düşmektedir.
- Bazı günlerde çok düşük kalorili beslenirken bazı günlerde yemek ataklarının yaşanması açlık-tokluk hormonlarının ve insülin dengesinin bozulmasına sebep olacaktır.

### YO YO SENDROMUNDA TEDAVİ

- Diyete başlanılırken amaç kilo vermek değil sağlıklı beslenmek olmalıdır. Süreci olabildikçe uzun tutmak hem verilen kilonun korunumunu kolaylaştıracaktır, kişiyi sosyal ortamdan kısıtlamayacak, sağlığına zarar vermeyecek, hem de süreci keyifli hale getirecektir.
- Çok uzun süreli açlıklar yaratmadan, yeterli ve dengeli beslenmeye dikkat edilmesi gerekmektedir.
- Günlük su tüketimine mutlaka dikkat edilmelidir.
- Haftada en az 150 dakika fiziksel aktiviteye yer verilmelidir.
- Kişinin bir uzmandan yardım alarak kendisine göre düzenlenmiş diyet listelerini uygulaması gerekmektedir.



## İşitme kaybını fark etmemek mümkün mü?

İşitme kaybı genellikle kademeli olarak gerçekleşir, bu nedenle ilk başta fark edilmeyebilir. İşitme kaybının işareti olabilecek yaygın belirtileri şunlardır:

- \*-Televizyonu etrafınızdakilerden daha yüksek sesle izlemek,
  - \*- Restoranlar gibi kalabalık ortamlarda konuşmayı takip etmekte zorlanmak,
  - \*- Telefonda duymakta ve anlamakta zorlanmak,
  - \*- Sık sık insanlardan söylediklerini tekrar etmelerini istemek,
  - \*-Yakınlarınızın onları dinlemediğinizden şikayet etmesi,
  - \*-Diğer insanların mırıldandığını hissetmek,
  - \*- Duyamadığınızda ya da anlamadığınızda dudak okumaya başlamak,
  - \*- Sesleri duymak ancak kelimeleri anlamlandıramamak,
  - \*- Sesin yönünü tayin edememek,
- Ayrıca çınlama, ıslık veya uğultu gibi sesler duyuyorsanız, bu kulak çınlaması (Tinnitus) olabilir. Kulak çınlaması her zaman olmamakla birlikte genellikle işitme kaybıyla bağlantılıdır.

### İLERİ YAŞTA İŞİTME KAYBI

60 yaş üstü her üç kişiden birinde; 85 yaş üstü her iki kişiden birinde işitme kaybı görülmektedir. Yaşlanma sürecine bağlı işitme kaybına presbiakuzi adı verilir, ilk önce tiz sesleri etkileyen kademeli bir işitme kaybıdır ve zamanla işitmede meydana gelen hafif değişikliklerle fark edilir. İhmal edilen işitme kaybı zayıf sosyal ilişkiler, depresyon, anksiyete, bilişsel gerileme gibi sorunların riskini artırabilir. Araştırmalar, işitme kaybı olan yaşlı kişilerde demans gelişme olasılığının daha yüksek olduğunu, işitme kaybının daha hızlı bilişsel gerileme oranıyla ilişkilendirilebileceğini göstermektedir.



**Ramses İşitme, sizler için sektörün önde gelen şirketleriyle iş birliği içinde olmaya devam ediyor.**

#### Oticon Real;

\*-Hayatın gerçek seslerini deneyimleyin

Hayatın gerçek seslerini deneyimleyebilmeniz için tüm ses türlerini, bu seslerin ayrıntılarını ve ideal olarak nasıl işitilmesi gerektiğini öğrenmiş gelişmiş bir teknolojiye sahiptir,

\*- BrainHearing™ teknolojisi

Etrafınızdaki tüm anlamlı seslere mükemmel bir denge içinde erişmenizi sağlayarak beyninizin en iyi şekilde çalışmasına yardımcı olur,

\*-Konfor için tasarlandı

Bulduğunuz ortamdaki rüzgar, temas gürültüsü ve ani sesler gibi rahatsız edici sesleri anında ve hassas bir şekilde dengeler,

\*-Olağanüstü konuşma netliği

İnanılmaz ses kalitesi sunar ve konuşma sesine erişmenizi iyileştirir; böylece konuşmaları kolaylıkla takip edebilirsiniz.

İşitme testinizi yaptırıp şubelerimizi sizler için en uygun cihazı belirleyebilmemiz için ziyaret etmeyi unutmayın.



OTICON | Real

#MutluluğunSesiniAç

444 9 530