

VİZE İŞLEMLERİ ÇERKEZKÖY TSO'DAN YAPILACAK

Üyelerine hizmet konusunda yelpazesine her geçen gün bir yenisini ekleyen ve Oda bünyesine yeniliklerini dahil eden Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası, gerçekleştirdiği girişimler sonucunda Vize Hizmet Merkezi'nin Oda'da faaliyete geçmesini sağladı. Oda üyeleri, Yunanistan Cosmos Şengen Vize başvuruları Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'ndan gerçekleştirebilecek.



Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası, genişleyen hizmet yelpazesine bir yenisini daha ekledi. 1 Nisan'dan itibaren Yunanistan Kosmos Şengen Vize başvurularına da almaya başlayacak.

"HİZMETLERİMİZ DEVAM EDECEK"

Konu ile ilgili açıklamalarda bulunan Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, "Yunanistan Konsolosu Aris Radiopoulos'a gerçekleştirdiğimiz ziyaretlerden bölgemizin durumunu, potansiyelini ve iş insanlarımız için vize işlemlerinin hızlıca çözüme kavuşmasının üyelerimize sağlayacağı artı değerden bahsettik.

İş insanlarımızın, sanayicilerimizin ticaretin artması için komşu ülkeler ve Avrupa'ya açılması gerekiyor. Bunu daha kolay hale getirmek adına bir girişimde bulunduk ve sonuca ulaştık.

1 NİSAN'DAN İTİBAREN BAŞLAYACAK

Bölgede yaklaşık olarak 550 bin civarında nüfus olduğunu, bölgemizin birçok ilden daha büyük olduğunu, bunun yanında yaklaşık 1200 tane sanayicinin, 7 bin 500'e yakın üyemizin olduğunu dile getirdik. Taleplerimiz ve girişimlerimiz sonuç verdi. 1 Nisandan itibaren Odamız, vize hizmetlerini vermeye başlayacak. Pazartesi, Salı ve Çarşamba olmak üzere haftanın üç günü bu hizmet gerçekleştirilecek. İlerleyen süreçlerde gün ve işlem kısıtının artmasını da sağlayacağımızı umuyorum. Üyelerimiz için kazandırdığımız hizmet merkezimizin hayırlı uğurlu olmasını bol kazançlar sağlamasını diliyorum. Üyelerimiz ve bölgemiz için gelişmeye, geliştirmeye, yeni hizmetleri kendileri ile buluşturmaya devam edeceğiz." İfadelerini kullandı.



ÇERKEZKÖY

Ticaret ve Sanayi Gazetesi



3. Sayı / Mart 2024

KARDEŞ ODA PROTOKOLÜ İMZALANDI

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetimi, Bulgaristan Plovdiv Ticaret ve Sanayi Odası'nı ziyaret etti. İki ülke arasında ticaretin artması ve üyelerin yeni pazarlara açılmasını olanak sağlaması adına Çerkezköy TSO ile Plovdiv TSO arasında "Kardeş Oda" protokolü imzalandı.

Bulgaristan Plovdiv Ticaret Odasına düzenlenen programa Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı Mustafa Ogün Asil, Yönetim Kurulu Üyeleri Murat Narçın, Turgay Kaya, Ufuk Mangır, Evren Kahraman ve Bünyamin Fırat katıldı. Görüşmeye Plovdiv heyetinden ise; Plovdiv Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Angel Hronev, Yönetim Kurulu Üyesi Dobrina Prodanova, AB Projeleri Departmanı Elena Boyadzhieva, Trakia Economic Bölgesi Yöneticileri Plamen Panchev, Katya Staykova ve Parvomay Organize Sanayi Bölgesi İş Geliştirme Müdürü Angel Papazov katıldı.

ODA VE BÖLGE TANITIMI GERÇEKLEŞTİRİLDİ

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası ile bölgenin genel durumu ve gelişmişlik düzeyinden bahseden Oda Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, ikili ilişkilerin artmasının ticarete sağlayacağı artılara da değindi. Başkan Ahmet Çetin, "Komşu iki ülke arasında ikili ilişkilerin iyi düzeyde olması önemli. Bugün burada bu ticari anlaşmaların oluşmasına zemin hazırlamak adına bir aradayız.

Ülkemizin üretim üslerinden bir tanesi olan sanayimizin, üyelerimizin etkinliğini arttırmalarını hedefliyoruz. Odamızda da bu kapsamda gerçekleştirdiğimiz birçok faaliyet bulunuyor. Plovdiv Ticaret ve Sanayi Odası ile imzaladığımız kardeş oda protokolü ile bölgeler arası ticaretin artmasına vesile olacağız. Yeni işbirlikleri oluşturacağız. Gerek fuarlarda gerek ticari anlaşmalarda birlikte birbirimize güç katacağımıza inanıyorum." İfadelerini kullandı.



ÇERKEZKÖY TSO MART AYI MECLİSİ
2. SAYFA



ARIS RADIPOULOS'TAN ÇERKEZKÖY
TSO'YA ZİYARET 2. SAYFA



AKSA İLE TEDARİKÇİ GÜNLERİ
4. SAYFA

ÇERKEZKÖY TSO'DA MART AYI MECLİSİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'nın Mart ayı meclis toplantısı Meclis Başkanı Hacı Mehmet Erdoğan Başkanlığında gerçekleştirildi.

Oda meclis salonunda gerçekleşen toplantıda 3 ana gündem maddesi görüşüldü. Saygı duruşu ve İstiklal Marşımızın okunmasının ardından gündemin ikinci maddesinde yer alan Şubat 2024 gelir, gider bütçe izleme raporu ve mizanının ibrası oylamaya sunuldu. Madde oy birliği ile kabul edildi. Gündemin üçüncü maddesinde ise, meslek gruplandırılması rehberinde yer alan bazı kodlarda değişiklik yapılması maddesi oy birliği ile kabul edildi.

ODA FAALİYETLERİ SUNULDU

Gündemin dördüncü maddesinde Oda Genel Sekreteri Seçkin Bayraktar, Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'nın Mart ayı faaliyetlerinin sunumunu gerçekleştirdi.

DİLEK VE TEMENNİLER AKTARILDI

Gerçekleştirilen sunumun ardından, dilek ve temenniler bölümünde meclis üyelerimiz, Odamız ve bölgemiz ile ilgili güncel görüş ve önerilerini aktardı. Dilek ve temenniler bölümünün ardından meclis toplantısı sona erdi.



ARIS RADIOPOULOS'TAN ÇERKEZKÖY TSO'YA ZİYARET

Yunanistan Konsolos'u Aris Radiopoulos, Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'na idade-i ziyarette bulundu.

Aris Radiopoulos'u Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, Yönetim Kurulu Üyeleri ağırladı.

Oda'da gerçekleşen görüşmede Yunanistan Kosmos Şengen Vize başvurularının Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'ndan alınmasının ardından, üretim üssü bölge Çerkezköy, Konsolos Aris Radiopoulos'a anlatıldı.

SANAYİ KURULUŞLARI GEZİLDİ

Oda'da gerçekleşen ön görüşmenin ardından Konsolos Aris Radiopoulos ve Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin ile Yönetim Kurulu Üyeleri, bölgenin önde gelen sanayi kuruluşlarına ziyaretler düzenledi. Ziyaretlerde firmaların üretim alanları, ihracat noktaları, istihdam oranları ve sağladığı katma değerler hakkında bilgiler verilerek vize işlem ofisinin Çerkezköy TSO'da yer almasının sağlayacağı artı değerler direkt olarak aktarıldı. Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, Vize işlemlerinde atılan adımın sadece bir başlangıç olduğunu bugüne kadar olduğu gibi bundan sonra da üyelere fayda sağlayacak birçok hizmetin Oda tarafından gerçekleştirileceğini ifade etti.

TEŞEKKÜRLERİNİ İLETTİ

Program sonunda Başkan Ahmet Çetin, Vize İşlem Ofisi başta olmak üzere verdiği desteklerden dolayı Konsolos Aris Radiopoulos'a teşekkürlerini ileterek Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası plaketini takdim etti. Konsolos Aris Radiopoulos, üretim üssü bölgemizin etkileyici olduğunu ifade ederek, misafirperverliğinden dolayı Başkan Ahmet Çetin ve Yönetim Kuruluna teşekkürlerini iletti.



ÇERKEZKÖY TSO VE KADIN GİRİŞİMCİLERDEN “KADININ GÜCÜ” PANELİ

TOBB Tekirdağ Kadın Girişimciler Koordinatör Odası Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası ile TOBB Tekirdağ Kadın Girişimciler İcra Kurulu iş birliği ile düzenlenen “Kadının Gücü” paneli, oyuncu Ece Dizdar ve bölgemizin girişimci kadınlarının katılımı ile gerçekleşti.

Atatürk Kültür Merkezi'nde düzenlenen programa Çerkezköy Kaymakam'ı Nazmi Günlü, Çerkezköy Belediye Başkanı Vahap Akay, Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, Çerkezköy İlçe Emniyet Müdürü Cengiz Vatanel, Çerkezköy TSO Yönetim Kurulu Üyeleri, TOBB Tekirdağ Kadın Girişimciler İcra Kurulu Başkanı Ayben Erdoğan Yavuzşen ve Kurul Üyeleri, siyasi parti temsilcileri, STK temsilcileri ve davetliler katıldı.

“TÜM GÜÇLÜ KADINLARIMIZIN DÜNYA KADINLAR GÜNÜ'NÜ KUTLUYORUM”

Saygı Duruşunda bulunulması ve İstiklal Marşı'nın okunmasının ardından açılış konuşmasını yapan TOBB Tekirdağ Kadın Girişimciler İcra Kurulu Başkanı Ayben Erdoğan Yavuzşen, konuşmasına başlamadan önce Tekirdağ Kadın Girişimciler İcra Kurulu Üyelerini tek tek sahneye davet ederek, tanıttı. Kadın Girişimciler İcra Kurulu'nun 2023-2024 döneminde tüm kadınlara umut ve basamak olmayı dileyen Yavuzşen, “Kadının gücünü gösteren, birbirini gören, duyan, kollayan, cesaretlendiren, tüm karar süreçlerinde varlığıyla etkin rol aldığı bir dünya yaratan tüm emekçi kadınlarımızın, tüm güçlü kadınlarımızın Dünya Kadınlar Günü'nü kutluyorum” ifadelerini kullandı.



8 MART'I ANLATTI

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Meclis Başkan Yardımcısı Nazan Çoban da “8 Mart 1857'de ABD'de 40 bin dokuma işçisi kadın, oldukça ağır çalışma şartları ve düşük ücret sebebi ile greve çıkmıştır. Yapılan gösterilere polisler çok sert tedbirler almış, bu olaylar esnasında çıkan yangında 129 kadını can vermiştir. Bu olaydan sonra medeni dünya ülkelerinde 8 Mart günü, Dünya Kadınlar Günü olarak kutlanmaya başlanmıştır. Biliyoruz ki kadın toplumun en etkili, yönlendirici, birleştirici ve koruyucu unsurudur. Kadının ilerlemesi, sosyal adaletin bir şartı olmakla birlikte sadece bir kadın sorunu değildir. Bu konu, sürdürülebilir, adil ve kalkınmış bir toplumu inşa etmenin tek yolu olup, politik, sosyal, ekonomik, kültürel ve çevresel güvenliği başarmanın da ön koşuludur. Demokratik, ileri bir toplum için, kadınların güçlendirilmeleri, etkinlik alanlarının genişletilmesi, eğitim, istihdam, sağlık, siyaset, hukuk gibi alanlarda fırsat eşitliğinden yararlanması şarttır” dedi.



“GİRİŞİMCİLİK, CESARET VE ÜRETKENLİK GEREKTİREN BİR MACERADIR”

Programda açılış konuşmasını gerçekleştiren Çerkezköy TSO Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, “Bugün 8 Mart Dünya Kadınlar Günü Haftasında sadece kadınların başarılarını ve toplumdaki rollerini kutlamak için değil, aynı zamanda girişimcilik ruhunu taşıyan cesur kadınların sayısının artmasına vesile olmak amacıyla da buradayız. Girişimcilik, cesaret ve üretkenlik gerektiren bir maceradır. Bu serüvende karşılaşılan her zorluk, girişimcilik ruhunu biraz daha güçlendirir. Bugün burada bulunan her bir kadın girişimci, sadece kendi hayatında değil, toplumumuzda da pozitif değişim yaratma gücüne sahiptir.” dedi.

“TÜM KADINLARIN 8 MART DÜNYA KADINLAR GÜNÜ KUTLU OLSUN”

Başkan Ahmet Çetin konuşmasının son kısmında, “Unutmayalım ki, güçlü toplumun simgesi olan kadınlar ile birlikte hareket ettiğimizde, sadece kendi geleceğimizi değil, gelecek nesillerin de yönünü değiştirebiliriz. Kadının yer almadığı bir toplumun kalkınması, medeniyet seviyesine ulaşması, gelişmesi ve güçlü toplumlar arasında yer alması düşünülemez. Hayatın her alanında toplumun aynası olan geliştiren, üreten, yol gösteren ve yılmadan azimle çalışarak kendi ayakları üstünde duran tüm kadınların 8 Mart dünya kadınlar günü kutlu olsun.” ifadelerini kullandı.

KADININ GÜCÜ

Açılış konuşmalarının ardından panelistler Oyuncu Ece Dizdar, Ayselks Yöneticisi Gülden Nacar, IDF Aktif Kimya sahibi Seçil Kaplan, Avukat Minel Sayın Ağır, Psikolog Meryem Yılmaz Atik ile Trakya Üreten Kadın Kooperatifi'nden “Tarhana ve Mercimek Anne” olarak bilinen Gülsen Turhanlı ve Nurcan Topuz sahneye davet edildi. Panelistler, “Kadının Gücü”, “Rol Model Kadın”, “Yönetici Kadın”, “Girişimci Anne”, “Kadın Hakları”, “İş Hayatında Kadının Psikolojisi” konularında konuşmalarını gerçekleştirdi. İş hayatında yaşadığı zorlukların yanı sıra “Kadının Gücü” konulu konuşmasını gerçekleştiren ve Çerkezköy'e ilk defa geldiğini belirten ünlü oyuncu Ece Dizdar, “Çerkezköy'e ilk kez geliyorum. Burada sizlerle olmak çok güzel. Bu panelin düzenlenmesinde emeği geçen herkese çok teşekkür ediyorum” dedi.

AKSA JENERATÖR ÇTSO'NUN TEDARİKÇİ GÜNLERİNDE

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'nın bölgede güçlü tedarik zincirinin kurulması adına hayata geçirdiği "Tedarikçi Günleri" programının ikinci B2B görüşmeleri gerçekleştirildi. B/S/H/ Satınalma Direktörleri ve Çerkezköy TSO üyesi tedarikçi firmalar Oda bünyesinde bir araya geldi.

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'nda gerçekleştirilen görüşmeye; AKSA Satın Alma Birim Yetkilileri ile Çerkezköy Ticaret Ve Sanayi Odası ilgili üyeleri katıldı. İlk görüşmeleri online olarak gerçekleşen ve gerekli şartları taşıyan üyeler, yüz yüze görüşmelere davet edildi. Ara ürün temini gerçekleştiren firmalar, birebir iletişim ile kendilerini, firmalarını üretim kapasitelerini ve vizyonlarını anlatma imkanı buldu.

"HEM ÜYELERİMİZ HEM BÖLGEMİZ KAZANACAK"

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, Tedarikçi Günleri Programı ile ilgili yaptığı açıklamalarda programın hedeflerinden bahsederek, "Bölgemizde güçlü tedarik zincirini hayata geçirerek hem KOBİ'lerimizi güçlendirmeyi hem de ana sanayicimizin ilk tercihlerini kendi bölgesinden yapmasını hedefliyoruz. Bu vesileyle onlar da birçok gider kaleminde düşüş sağlayabilecek. Hem üyelerimiz hem bölgemiz kazanacak." ifadelerini kullanmıştı.

TEDARİKÇİ GÜNLERİ, DEVAM EDECEK

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Başkanı Ahmet Çetin konuyla ilgili yaptığı açıklamada, "AKSA ve katılan üyelerimize teşekkür eder, gerçekleşen görüşmelerin hem kendilerine hem de bölgemize hayırlı sonuçlar getirmesini dileriz. Bölgemizde güçlü tedarik zincirinin kurulması hedefiyle başlanan projemiz, ana sanayicilerimiz ve ara ürün üreten firmalarımızın katılımlarıyla devam edecek. Programa bölgemizden birçok yeni firma da eklenecek. Bölgemizin kalkınması ve daha çok güçlenmesi için Oda olarak üstüme düşen ne varsa yapmaya hazırız." ifadelerini kullandı.



ALBAYRAK'TAN VEDA ZİYARETİ



Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Kadir Albayrak, Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'na veda ziyaretinde bulundu.

Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, Yönetim Kurulu Başkan Yardımcıları Mustafa Ogün Asıl, Sinan Sifil ve Yönetim Kurulu Üyeleri Ufuk Mangrı ile Sedat Çolak'ın da yer aldığı ziyarette; Tekirdağ ve Çerkezköy'ün dünden bugüne gelişimi, gelecekte bölgelerimizi nelerin beklediği hakkında görüş alışverişinde bulunuldu.

Görüşme sonunda, Ticaret ve Sanayi Odası Başkanı Ahmet Çetin, bölgemizde gerçekleştirdiği çalışmalardan dolayı teşekkürlerini ileterek Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası logolu plaketi Tekirdağ Büyükşehir Belediye Başkanı Başkan Kadir Albayrak'a takdim etti. Başkan Albayrak, nazik hediyeleri ve samimi ev sahipliğinden dolayı Başkan Ahmet Çetin ve Yönetim Kurulu'na teşekkürlerini ilettiler.

AK PARTİ'DEN ÇERKEZKÖY TSO'YA ZİYARET

AK Parti Tekirdağ Milletvekili Mestan Özcan, AK Parti Çerkezköy Belediye Başkan Adayı Abdullah Öge ile birlikte Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'nı ziyaret etti.

AK Parti Tekirdağ Milletvekili Mestan Özcan, Çerkezköy Belediye Başkan Adayı Abdullah Öge, AK Parti Çerkezköy ve MHP Çerkezköy İlçe Başkanları ve Meclis Üyesi Adayları ile birlikte Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası'nı ziyaret etti.

Çerkezköy TSO Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin Yönetim Kurulu Üyeleri ve Meclis Üyelerinin katılım sağladığı ziyarette Abdullah Öge, Çerkezköy için hedeflediği plan ve projeler hakkında bilgiler verdi. Bölgemizin sorunları ile ilgili çözüm önerileri hakkında fikir alışverişinde bulunulurken, ziyaretten duyduğu memnuniyeti dile getiren Çerkezköy TSO Başkanı Ahmet Çetin, Abdullah Öge'ye çıktığı yolda başarılar diledi.



KADINLAR GÜNÜ GİRİŞİMCİ KADINLARLA KUTLANDI

Yönetim Kurulu Üyelerimiz Ufuk Mangır ve Turgay Kaya, Odamızın Düzenlediği Programda TOBB Tekirdağ Kadın Girişimcilerimiz ile bir araya geldi.

TOBB Tekirdağ Kadın Girişimciler İcra Kurulumuz ile Kadın Girişimciler Koordinatör Odası Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası işbirliğinde düzenlenen programda 8 Mart Dünya Kadınlar Günü kutlandı.

Programda Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Üyeleri Ufuk Mangır, Turgay Kaya, TOBB Tekirdağ Kadın Girişimciler İcra Kurulu Başkanı Ayben Erdoğan Yavuzşen ve girişimci Kadınlar katılım sağladı.

Programda konuşan TOBB Tekirdağ Kadın Girişimciler İcra Kurulu Başkanı Ayben Erdoğan Yavuzşen, Kadın Girişimciler İcra Kurulu'nun tüm kadınlara umut olmayı hedeflediğini ifade ederek, "Tüm emekçi kadınlarımızın, tüm güçlü kadınlarımızın 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nü kutluyorum." dedi.



'DÜNYA BÖBREK GÜNÜ' FARKINDALIK ETKİNLİĞİ

Programa Çerkezköy Kaymakamı Nazmi Günlü, Çerkezköy TSO Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, Çerkezköy İlçe Sağlık Müdürü Olcay Palak, İlçe Milli Eğitim Müdürü İrfan Danışmaz, Sağlık Çalışanları, Öğretmenler, Öğrenciler Katıldı.



Tekirdağ Halk Sağlığı Hizmetleri Daire Başkanlığı tarafından dün saat 10.00'da Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Konferans Salonu'nda düzenlenen eğitime; Çerkezköy Kaymakamı Nazmi Günlü, Çerkezköy İlçe Sağlık Müdürü Olcay Palak, Çerkezköy Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Çetin, İlçe Milli Eğitim Müdürü İrfan Danışmaz, sağlık çalışanları, öğretmen, öğrenciler ve vatandaşlar katıldı.

"BÖBREK SAĞLIĞI BOZULURSA TÜM SİSTEM BOZULUR"

Tekirdağ Dr. İsmail Fehmi Cumalıoğlu Şehir Hastanesi'nden Başhekim Yardımcısı Uzm. Dr. Murat Şakacı, etkinlikte böbrek sağlığı hakkında bilgiler verdi. Vücudumuzda su dengesini esas sağlayan organın böbrekler olduğunu kaydeden Şakacı, "Böbrekler, vücuttaki minerallerin dengeli bir şekilde kalmasını sağlar. Sodyum, potasyum, magnezyum gibi minerallerin dengesini esas sağlayan organ böbreklerdir" dedi. Böbreklerin aynı zamanda kan basıncını düzenleyen organ olduğunu kaydeden Şakacı, "Hormonal bir sistemle kan damarlarını kasar, su ve tuz emilimini sağlar, bu sayede de tansiyonun dengeli olmasını sağlar. Böbrek, tansiyonu da esas dengeleyen organdır. Böbrekler, sağlıklı kemik oluşumunu da sağlar. Böbrek sağlığınız bozulursa kemikleriniz inceler, hastalıklar oluşur. Böbrek sağlığı bozulursa tüm sistem bozulur. Böbreklerimiz çok önemli bir organdır. Böbreklerimizin boyutu da yumruğumuz kadardır. Vücudumuz her dakika kan pompalar, yaklaşık 5-6 litre kan pompalar, kan akımının yüzde 20'si böbrekten geçer. O kadar da çalışkan bir organdır" dedi.

"ÖNEMLİ BİR HALK SAĞLIĞI SORUNU"

"Eğer sağlıklıysa, tek böbrek herkese yeter" diyen Şakacı, "Eğer insan sağlıklıysa tek böbreğiyle yaşayabilir. Yaralanma olur, kanser olur, tek böbreği alınabilir ama diğer böbrek sağlıklıysa insanlar hayatına devam edebilir" ifadelerini kullandı.

Yaralanma olur, kanser olur, tek böbreği alınabilir ama diğer böbrek sağlıklıysa insanlar hayatına devam edebilir" ifadelerini kullandı. Kronik böbrek hastalığının dünyada ve ülkemizde salgın halini almış önemli bir halk sorunu olduğunu kaydeden Şakacı, "Erken saptandığında sıklıkla önlenemez veya ilerlemesi geciktirilebilir. Ancak farkındalığının ve erken tanısının düşük olması birçok vakada erken teşhise imkân vermemektedir. İnsanımızın hastalığın farkında olmaması nedeniyle Son Dönem Böbrek Yetmezliği (SDBY) gelişmekte ve yaşam kalitesi bozulmaktadır. Türk Nefroloji Derneği'nin ülkemizde yaptığı bir tarama çalışması, Türkiye'de her 6-7 erişkinden birinde çeşitli evrelerde kronik böbrek hastalığı bulunduğunu gösteriyor" dedi.

SEKİZ ALTIN KURAL

Aşırı tuz tüketiminin böbrekleri bozduğunu kaydeden Şakacı, "Ayrıca kan basıncını yükseltir, kalp damar hastalıklarına yol açar. Bazı kanserler için de risk faktörüdür" dedi. Kronik böbrek hastalığı tedavisi hakkında da bilgi veren Şakacı, "Kronik böbrek hastalığı erken dönemde saptanır ve uygun şekilde tedavi edilirse ilerlemesi engellenebilir veya yavaşlatılabilir, yüksek ölüm riski azaltılabilir. Hastalığın tedavisi diyet ve bazı ilaçlardan oluşur. Tedaviye ne kadar erken başlanırsa yararı o kadar fazla olur" dedi. Şakacı, sağlıklı böbreklere sahip olmak için 8 altın kuralı da şu şekilde sıraladı: "Düzenli egzersiz yaparak, sağlıklı beslenerek, yeterli su içerek, tuz tüketimini azaltarak, sigaradan uzak durarak, alkolden kaçınarak, ağrı kesici ilaçlardan olabildiğince kaçınarak, kan basıncınızı ve kan şekerinizi düzenli olarak ölçtürerek, risk grubunda iseniz böbreklerinizi düzenli olarak kontrol ettirerek sağlıklı böbreklere sahip olabilirsiniz" dedi.



TOBB TEKİRDAĞ KADIN GİRİŞİMCİLER İCRA KURULU



Ayben Erdoğan Yavuzşen
İcra Kurulu Başkanı
Avrupa Uzman Grup



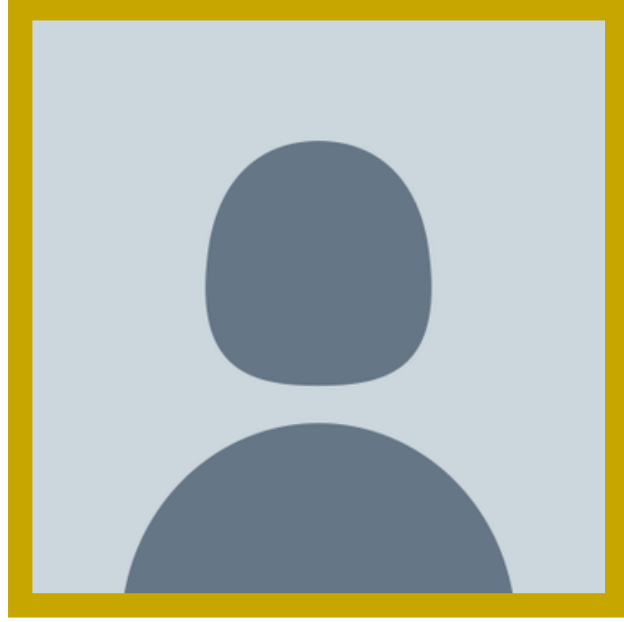
Burcu Adıgüzel
İcra Kurulu Başkan Yrd.
Gündem Organizasyon



Burcu Ergene
İcra Kurulu Başkan Yrd.
SS Trakyam Kadın Girişimi



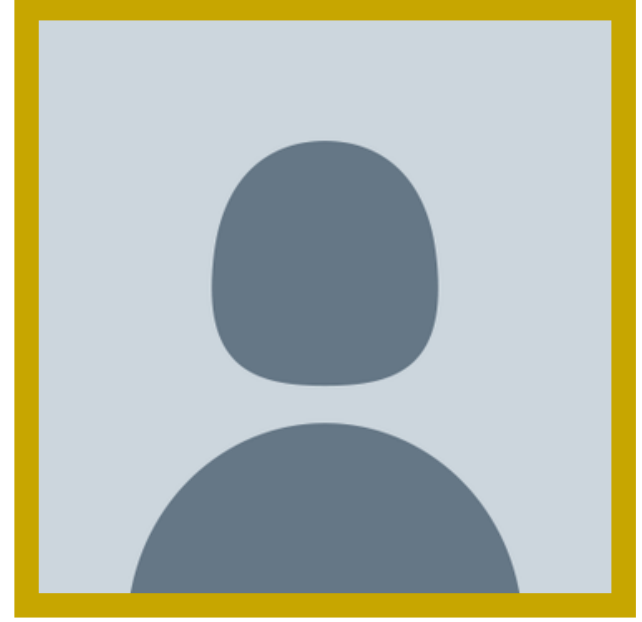
Aslıhan Server Vardar
İcra Kurulu Üyesi
Çorlu Lahmacun Evi



Aynur Çeşmeliler
İcra Kurulu Üyesi
SS Trakyam Kadın Girişimi



Fatma Yılmaz
İcra Kurulu Üyesi
Amerikan Kültür Eğitim



Gökçe Ertaş Güler
İcra Kurulu Üyesi
Canım Eğitim Kurumları



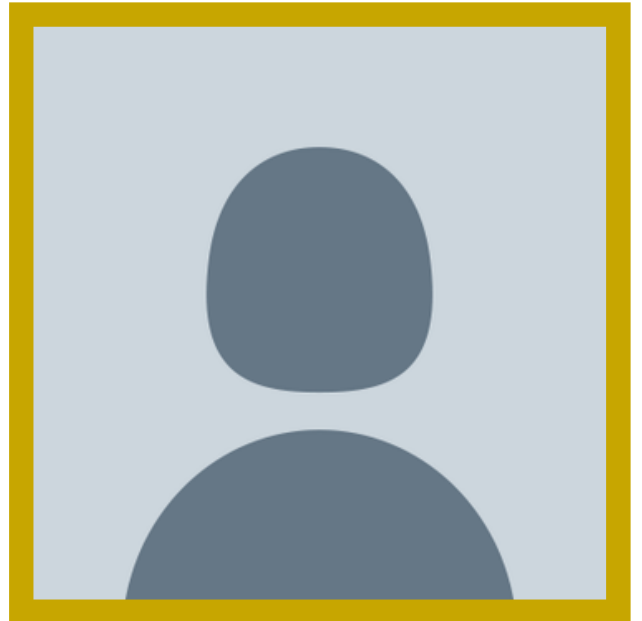
Gülnur Kocaçınar
İcra Kurulu Üyesi
NTC Endüstriyel Reklam



Halime Akgün İzgi
İcra Kurulu Üyesi
Akgün Butik



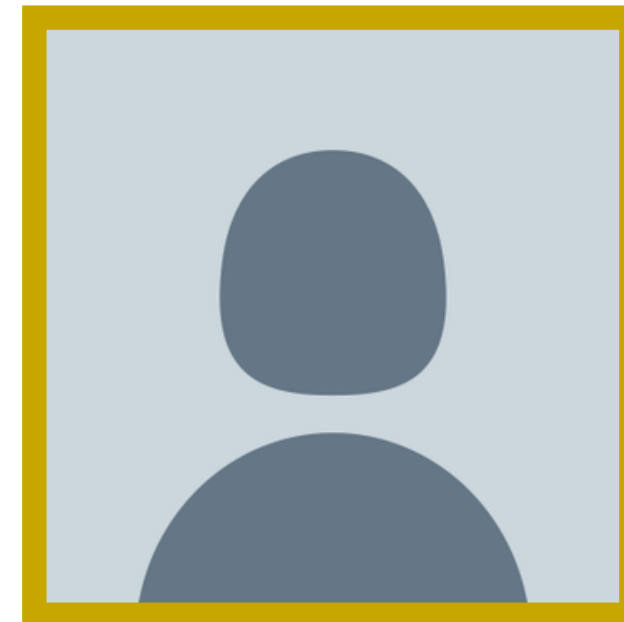
İnci Özalp
İcra Kurulu Üyesi
Arel Endüstriyel



Muazzez Terzi
İcra Kurulu Üyesi
Balkan Eğitim Öğretim



Öykü Başaran
İcra Kurulu Üyesi
Öğrenci



Perihan Hoş
İcra Kurulu Üyesi
Hayrabolu Eğitim, Rehabilitasyon



Regaip Gamze Öztürk
İcra Kurulu Üyesi
Onay Sigorta



Serpil Engin
İcra Kurulu Üyesi
Sarayı Lojistik