



### MUTLULUĞA ŞAHİT OLDULAR

Başbakan Erdoğan Diyarbakır'da 400 çiftin toplu nikah törenine katıldı. Erdoğan ile birlikte Barzani, Perwer ve Tatlıses de evlilik heyecanı yaşayan gençlerin nikah şahidi oldu. Törende sahne alan Perwer ve Tatlıses türküleri birlikte seslendirdi.

# MEGRİA

Terörün yıllardır nefes aldırmadığı topraklara barış demir attı. Diyarbakır, çözüm sürecinin tarihi buluşmasına evsahipliği yaptı. Başbakan Erdoğan en güçlü mesajı verdi: Yeni Türkiye'de ayrım olamaz. Gönüllerde açan bahar çiçeği artık hiç solmasın.



### YAŞASIN KARDEŞLİK

Barzani, Kürtçe yaptığı konuşmasının sonunda Türkçe 'Yaşasın kardeşlik' dedi.



### GİDERAYAK GELDİNİZ

Baydemir'den Erdoğan'a 'giderayak' esprisi: Erken gelseydiniz, birkaç proje alırdık.

### BARZANI 21 YIL SONRA YENİDEN DİYARBAKIR'DA

Irak Bölgesel Kürt Yönetimi lideri Mesud Barzani, 21 yıl sonra Habur sınır kapısından geçerek Diyarbakır'a geldi. Şivan Perwer'i de beraberinde getiren Barzani, tarihi buluşmada kürsüye çıktı, barış mesajlarını Kürtçe verdi. Barzani sözlerini Türkçe olarak 'Yaşasın Türk ve Kürt kardeşliği, yaşasın barış' diye bitirdi.

### DAĞDAKİLER İNECEK CEZAEVLERİ BOŞALACAK

Başbakan Erdoğan da, tüm tehditlere rağmen çözüm sürecinde geri adım atmadıklarını dile getirdi, yeni Türkiye'yi anlattı: Gözyaşlarını dindirmeye, gençlerin ölümüne son vermeye ahde ettik. Diyarbakır umuda sahip çıkarsa, bu fidanlar çınar olacak. Dağdakilerin indigi, cezaevlerinin boşaldığı büyük Türkiye'yi göreceğiz.

ERHAN SEVEN - BEŞİR ARIZ'IN HABERİ 14-15'TE



## Mükemmel bir cilt için 10 altın kural

İNSAN ömrünün en güzel haliyle geçmesini istediği yılları 20'li yaşları ile 45 yaşına kadar olan zamanları arasındır diyor istatistikler. Yapılan anketlerde ileri yaşlarındaki kadın ve erkeklere sorulduğunda dönmek istedikleri yegane yaşlar ise 30'lu yaşları olarak belirlenmiş; kişinin kendine en yakışan saç modelini, rengini tespit ettiği hatta en uygun ruj rengini yada makyaj şeklini bulduğu yaşlarıdır bu yaşlar.

Bu en iyi hallerimizi uzun uzadıya yaşayabilmek adına 10 altın önerimi dinlemenizi isterim.

#### 1. Yaz-kış güneşten koruyucu kullanın

50 korumalıklı bir koruyucu ile korunmazlık etmeyin tembellik yapmayın, bedeli ağır ödeniyor.

#### 2. Her gün bakımınızı uygulayın

Mutlaka bir yıkama jeli ile sabahları yüzünüzü yıkayın. Doktorunuzun önerdiği cildinize uygun bir yıkama jeli çoğu kez tek başına dahi sivilce tedavisi yapabilir ya da erken yaşlanmayı ve kırışıklıkları engelleyebilecek bir etki sağlayabilir.

#### 3. Sigarayı bırakın

Sigara cildinizi tonunu 2 ton koyulaştırmakla kalmaz hasarları onaramayan bir deri savunma mekanizması ile bizi baş başa bırakır.

#### 4. Gözünüze sadece göz kremi

Yağlı kremler kist yapar. Yüzünüze kullandığınızı gözaltına kullanırsanız beyaz kistik lezyonlarla karşılaşabilirsiniz.

#### 5. Akşam kremleri de önemli

Retinoid gözenekleri açar, aknelere temizler, ince çizgileri azaltır, kollajen üretimini artırır, kahverengi noktaların ve çillerin rengini açar, cilt dokusunu iyileştirir. Kansere öncüsü lezyonları bile tedavi edebilir.

#### 6. Mevsimsel ürün değiştirin

Yazın kullandığınız yağsız nemlendirici yerine kışın soğuk hava ve iç mekanlardaki ısıtıcıların etkisinden korunmak için daha yüksek nem içeriği olan bir ürün kullanabilirsiniz.

#### 7. Yoga ve meditasyon

Stresi azaltmanıza yardımcı olarak akne, egzema gibi cilt sorunlarını etkileyen stres hormonu salgılanmasını azaltıyor.

#### 8. Ayda bir cilt bakımı

Gözeneklerin buhar altında hafifçe temizlenmesi ve sonrasında uygulanabilecek hafif peeling uygulamaları başka radikal uygulama yaptırmadan sade bir bakım önemiyle bile cildinizi yeniden yapılandırılabilir. Bu düzenli bakım ile evde kullanılacak yaşlanma karşıtı kremler ve içerikler daha etkili emilebilir hale gelebilmektedir.

#### 9. İyi uyuyun

Her gece mutlaka 7 saat uyku şart. İnsanın büyüme hormonu salgılanması artınca hücreleriniz yenilenebilir.

#### 10. Egzersiz yapın

Bağıışıklığı güçlendiriyor, damar sağlığı düzenleniyor.

omur.tekeli@gmail.com



### Helikopter kazası geçirdiler

Sevgilisi Ediz Elhadef ile Kandilli'deki evinde beraber yaşamaya başlayan Berrak Tüzünaç ölümünden döndü. Çiftin, İtalya tatili sırasında bindikleri helikopterle kaza yaptıkları ortaya çıktı. • ORKUN BULUT - 2'DE

## Kafasını fotoğrafı

Öğrenci yurdunda doğurduğu bebeğin fotoğrafını kopartan genç kız cesedin fotoğrafını sevgilisine gönderince yakayı ele verdi

Denizli'de kan donduran cinayeti bir fotoğraf çözme Pamukkale Üniversitesi 3. sınıf öğrencisi Ü.T, yurdu tuvaletinde dünyaya getirdiği bebeğin kafasını kopartıp 3 gün boyunca buzdolabında sakladı.

Genç kız cesedin fotoğrafını cep telefonu ile çekip "İşte senin çocuğun" diyerek askerdeki sevgilisi F.C'ye gönderdi. Birliğinden izin alarak Denizli'ye gelen genç kız polise teslim etti. • HACI SELAMOĞLU - 11'DE