



Foto: Abana

Abana

"SAHİPSİZ MEMLEKETİN BATMASI HAKTIR. SEN SAHİP OLURSAN ABANA'N BATMAYACAKTIR." Behçet Kemal Çağlar



Foto: Abana

SAYI 104

1 TEMMUZ 1980, SALI

1073

İÇ İŞLERİ, MİLLİ EĞİTİM, SAĞLIK BAKANLARI İLE EMNİYET GENEL MÜDÜRÜ ABANA'YA GELDİLER.

EMNİYET GENEL MÜDÜRÜ
İSMAIL DOĞRUCANLI
KENDİ KÖYÜ OLAN ÇAYIRCIĞ'A
GİREBEN KISA BİR SÜRE DE OLSA
HASRET GİDERDİ.

23 Haziran Pazartesi günü, İç İşleri Bakanı Mustafa Gülsoylu, Milli Eğitim Bakanı Çirhan Cemal Feray, Sağlık Bakanı Dr. Müfit İslanoğlu ve Emniyet Genel Müdürü İsmail Doğruncanlı İçerlesin geleneği sohbet toplantıları yapmış olduklarını yayımladılar ve istatistiklerini dinlemişlerdir.

İçerlesin başlı Çayırcağ köyünden olan Emniyet Genel Müdürü İsmail Doğruncanlı bir ara Çayırcağ'a kadar giderek kendi köyünü görmüş akraba ve köylüleri ile kısa da olsa hasretlik yaşamıştır.

Kırak bekçiler ve Emniyet Genel Müdürü aynı gün İçerlesinden ayrılarak Devrekani Üzerinden An kara'ya dönmüşlerdir.

" ÇARŞI'YA KIRAZ GELDİ"

Bir süredir artan sıcaklar yaz mevsimini de beraber sevilen yaz meyvelerini de birlikte getirdi. Çevrimizde oldukça çok bulunan erik ve dutun ardından, gene pevrizle birlikte bolca yetişen kiraz da kendini gösterdi. Diğer yandan bakla ve bezelyeden sonra domates, biber patlıcan, fasulye vs. gibi yaz sebzelerinin de çok yakında ilyice bollaşacağı sanılıyor.

Sebzeler ve meyveler yazın oldukça önemli olan bölgenizde bu ürünlerin yeterli kadar değerlendirilmesi için bir gerçek dileğimiz, en kısa zamanda kooperatifleşme yoluna gidilerek üreticilere kolaylık sağlanması ve bu ürünlere dayalı yeni gelir kaynaklarının yaratılmasıdır.

Gazetemiz ABANA elinden geldiğince bu yönde atılacak her adımı yürekten destekliyecektir.

YENİ YOLLARI YAPIMI HIZLANDIRILDI

İlçemizi köylere bağlayan yolların bakım ve onarımı sürdürülmektedir. Hava koşulları ve toprak kullanımı nedeniyle bu sulan yolların onarımı için gerekli malsere ve araçlar sağlanmıştır. Şu sıralar yollara küme öşme çalışmaları sürdürülüyor.

Çatalzeytin'in Sesi gazetesi nin yayınına göre Çatalzeytin Kustanuru yolunun asfaltlılığı çalışmaları bu yıl içinde bitirileceği anılmaktadır.

YURT DIŞINDAKİ ABANALILAR GEZMEYE BAŞLADI

Yurt dışında çalışan abanalılardan bir grup yıllık dinlenmelerini geçirmek için ilçemize gelmişlerdir. Heriki günlerde yur içindeki ve yurt dışındaki pek çok abanalının daha Abana'ya gelmesi bekleniyor.

Dinlenmelerini Abana'da geçirmek için gelen herşeyhillerimize sağlıklı ve bol güneşli günler dileriz.

SALİM YILMAZ GELDİ

(İstanbul özel)

Hollanda'da çalışan, gazetemizi yazarlarından sevilen arkadaşımız Salim Yılmaz yıllık izinini geçirmek için 30 Haziran günü kentimize gelmiştir.

Gazetemizin İstanbul bürosuna danışarak gazete hakkında bilgi ler alan Salim Yılmaz bir ara Abana eski Nahiye Müdürü tarihçi ve yazar Nurettin Peker'i Beşiktaş'ta ki evinde ziyaret ederek bir röportaj hazırlamıştır. Arka daşımızın hazırladığı röportajı bu sayımızda yayınlıyoruz.

Salim Yılmaz, gazete hakkında, kendi önerileri olduğunu, dinlenenleri sürecince İstanbul'da ve Abana'da yaşayan abanalılarla görüşmeler yapacağını söylemiştir.

MURETTİN PEKER İLE BİR MÜLAZAMA

Konuşanı: SALİM YILMAZ

İstanbul'a gelişimin ikinci günü idi, gazetemizi ABANA'nın çıkarılmasında emeği geçen arkadaşlarla yararlı bir görüşme yaptım. Dışarı çıktığımda hava oldukça sıcaktı. Birden aklıma çevremizin yakından tanınmış değerli insan tarihçi ve yazar Abanamızın eski nahiye müdürü Nurettin Peker' le konuşma isteği geldi. Adresi yarımada idi. Nurettin Peker Bey'in oturduğu Beşiktaş'a da pek uzak bir yerde sayılmazdım....

Kapıya yaklaştığımda biraz heyecanlı idim, ken dileşimi yaptığımız yazışmalardan, abanalılardan tanıyordum. Daha önce hiç görmemiştik.

Kapının zilini çaldığımda, soğuktan Nurettin Bey'in eşi olduğunu öğrendim. Asiyeye teyzeler kapıyı açtı.

Hollanda'dan geldiğimi, Sayın Nurettin Peker' le Abana gazetesi adına görüşmek isteğimi söyledim. Beni "Nurettin Bey İçerlesin'de yaptığın yerde çalışıyor" diyerek içeri banyu etti. Salonunda oturup emel yandı ki odaya doğru yürüdüm. Nurettin Bey yatağında yatıyordu, beni görünce şöyle bir döş rüldü: "Sallerini sayı ile öptim. Sonra eşime "korku şu salona alınız " dedi. Kısa bir süre salonda Nurettin Beyi bekledim. Çok geçmeden airtin'e pijama sı elinde "İstiklal Savacı" adlı yapıtının ilk baskısı bir kitapla geldiler. Ferdisine Abana gazetesi de ki " Abana Tarihi " ile ilgili yazıları bu sürdürüp sürdürmeyeceklerini sordum. Bir süre önce gazetemizde çıkan yazılarının ilgi ile izlenildiğini anlattım. Gazetemizde çıkan yazılarını uzun bir zamandır niçin ara verdiklerini sordum.

Nurettin Peker'i dinliyelim:

"Abana Gazetesinde sürdürdüğü tarihçeyi şu nedenlerle kestim. Ara vermiş oldum. 1956 Yılında yayınladığım "İstiklal Savacı" ve 1966 yılında yayınladığım "Öl Esir Olma" adlı kaynak eserleri - min ikinci baskılarını yapmaya yazın ve mali gücüm elvermediğinden tüm hakları ile satın almama için " İstiklal Savacı " kitabını Kustanuru İli İl Genel Meclisine gönderdim. Kodirbilir İl Genel Meclisi yetkilileri ve Sayın Vali kitabın değerini ve önemini yol açan yararlılığını ve benim yaşlılık durumu düşünelmiş olmaları ki kitabın satın alınmasına ve kendim bastırırsam bin den fazla okuyucu hususunda anlaşmak için Daimi Encümene yetki verdikleri ile ilgili kararları bana duyuruldu. Bende kitabın değerini artıracak kimi eksikliklerin tamamlanması için kitabdaki cayılarla ilgili il ve ilçe vali ve komünikasyonlarına birer yazı yazarak yardım çağrısında buldum. Gelen yeni belgelerle kitaba zenginleştirdim. Ancak benim başki için başvurduğunda toru orşin lira olan kağıdın son fiyat artışları ile 90-100 bin liraya yükselince adeta felce uğradım."

Nurettin Peker Türkiye gerçeğinin kendine yansıyan yönünü yavaş yavaş anlatıyordu:

"Ana yılmadı, yeni girişimlerim oldu"

"Bu anlattıklarım olaylardan sonra sağlığım iyileşirdi. Geçen kış geçirdiğim mide ve bağırsak

0000000000

0000000000

İNİZE

Filiz Tunç- Cemal'in Yargancı ile Aygül-Yargancı- Mustafa Yargancı ç1 Faları 22 Haziran günü Kazım Reza uram'ın yapılan bir dâhâniye ya- şamlarına birleştirdiler. Tüm evli lere mutluluk dileriz.

EN
BÜYÜK
ARMAGAN
KİTAPDIR

DÜĞÜN

Öyrikler köyünden Abdillah De- mir (78) 24 Haziran Çarşamba günü yazılık hedera ile dâhâ- tır. Kardışın Tunç'dan kızak- yakınlarına başsağlığı dileriz.

AĞACI ve ORMANI
SEV
KORUABANAMIZI
TEMİZ
TUTALIM
KIRLETENLERİ
UYARALIMYAZILARINIZI
İSTANBUL
BÜROMUZA
YOLLAYINIZ

oooooooooooooooooooo
oooooooooooooooooooooooooooo
oooooooooooooooooooooooooooo
oooooooooooooooooooooooooooo
oooooooooooooooooooooooooooo

YAZILARINIZI
İSTANBUL
BÜROMUZA
YOLLAYINIZ

Hayacanlanarak dinledim. O iki elini de ustaca kullanarak adeta çöparak çalıyordu.

Ayrılıştığı çok içten oldu.

Dışarı çıktım.Hava gene sıcaktı.Yollar kalabalık ve tozluydü.Öm aldımıştıyım. Tarihi bir konuşma yapmıştım.

1.7.1980



MURATTIN PEKER'İN BİR KÜTÜPÜ

(Başlı başına sayfada)
Kütüphanesi ile ne kadar yığılabilir ve birim ile çalışma isteyen girişimlerinin ne kadar başarılı olduğunu takdirini bırakıyorum." Murattın bey birar birar ve yalın bakarak:

"Düğünümüz ki size bir türlü yazdığım 88 ya- gında ve hala gece gündüz 5-6 saatini uylan- ne ve uykusuz hizmet için vesiren bir gaz- dedir. Sevgili Abana okuyucularına ve her bi- rinin inancına saygı duyarak yazacağım ko- rularla uyumlu ilvizi olmayacaktır. Ben hiç şüphesiz ki kamu ile , canı ile Türk U- lusuna hizmet etmiş BOYUK Atatürk'ün silah arkadaşım. Abana'dan ilişkilerini komis- tün abanalılar yapı, benim addürlüğünü yap- tımın hâyler ve eski abanalılara sevgimi a- zalmış dedim. Bu düğünce ile "ABANA TARİH ÇEŞİTİ"ne başlaçım. Abana'da kurulan fabrikadan sularımıza ve bizzat kendime de iki hisse alarak ilgimi ve sevgimi devam ettiriyorum. Bundan önceki yazılarınızda sadıklı olma- za dilediğimin. Yine bu iyi dilde devamını- zı kien eder, okurların Abana Gazetesini kişisel düşüncülerle tertemiz destekle- meleri gereğini hatırlattırım"

Bu ilginç konuşmayı burada bitirirken oku- yucularımıza Sayın Murattın Peker'ın başarı larına ilişkin kimi belgeleride burada anı- sarak istiyorum.

Şeykiri:

"Kastamonu başlı jüri kurulunca Kastamo- nu ve çevresinde en çok ve etkili hizmet e- den Gazi Murattın Peker 1977 yılında Kastamo- nu'nun beğleni başsağlığı ilan edilmiştir."

"Mustafa Kemal ATATÜRK'ün ilkelerini yayın ve koruyan Mustafa Kemal Demirdinin olağan üstü kabire toplantısı kararı ile Mustafa Ke- mal Demirdi şeref üyesidir"

"Farsı Nahiye Meclisliyini ve Tınya Kaymakam lufına yaparken yarım sevor Tınya halkından köy köy doluşarak derlediği ürün ve yardıma , Türk Hava Kurumuna iki uçak - satmalarında ki bütün hizmetlerinden dolayı kendisine 10 Mart 1936 tarih ve 1473 sayılı ebedi Fahri ü- veliği Türk Hava Kurumu Başkanlığına veri- len belgeden anlaşılmaktadır."

Murattın Peker Boşıktaş'taki editavazi evin de binlerce kitap,belge, arşivin arasında dur- madan çalışıyor. Altmış yıldır çaldığı akordiy- onu yatağının başucunda saılı.

Artık yanlarından ayrılmayı düşündüğüm bir sırada:

"Gel sana benim akordiyonumdan Kastamonu ve güzel hatıraları dinleteyim dedi."

Eğnin getirdiği akordiyonun kulplarına çaldırdım: ahtı.

abana
SİYASİ GAZETE

Her Ayın 1'inde ve 15'inde çıkar
Kuruluşu : 24 Ocak 1970

ADRES

Tahsin Çoşkan Cad. 42
Telefon : 68 Abana

Çıkaran :
Mehmet YILMAZ
Genel Yayın Yönetmeni :
Hayati Tahsin YILMAZ

Yazı İşlerinden sorumlu yönetmen
İsmail Hakkı ŞENER

Merkez Habercisi:

Necati YILMAZ

İstanbul Bürosu :
Tahsildar Sok. 5/A
Küçükpazar
Tel : 28 31 95
İSTANBUL

BASKI : TAM AJANS

YILLIK ABONE

Abana : 100 TL.
İstanbul : 350 TL.
Öteki Yerler : 200 TL.
Yurt Dışı (Uçak) : 20 DM.

İLAN

Özel İlanlar pazarlıkla, Kamusal
İlanlar tarifeyle yapılır.

Diği ve Montaj

GÖRKEM Baimevi-İSTANBUL

D U Y U R U

ABANA MEMURLAR KULUBÜ DERNEĞİ
YÖNETİM KURULU BAŞKANLIĞINDAN

Abana Memurlar Kulübü Derneğinin yıllık olağan genel kurul toplantısı 13-7-1980 Pazar günü saat 14.00 da Abana Memurlar Kulübünde aşağıda ki gündem gereğince yapılacaktır.

Bütün üyelerin tesriflerini rica ederiz.

YÖNETİM KURULU

GÜNDEM:

- 1 - Açılış ve yoklama,
- 2 - Erzurüm başkanlık divanı seçimi,
- 3 - Yönetim kurulunun çalışma raporunun okunması ve açıklanması,
- 4 - Yeni yönetim ve denetim kurulunun seçimi,
- 5 - Dilvek ve teminler, kapanış.

100 SAYI ÖNCE ABANA

7 Mart 1978 tarihli 4. sayımızdaki başlıca haberler:
- Tasuukculuk Binası Bittim Üzeri - Turistik Abana Bir Yaşında - (Hacı Ali Bozkurt başkanlığında) Hacdar Geldi - (Kuşu Kaptanı osmanı redeniyle kapalı olan) Abana-Catalzeytin Yolu Açıldı - Tosya'dan Demiryolu Geçecek - Limanlı Naci Turistik Yatarına Başlıyor - Belediye Bütçe Göstermeleri Bitti.

Belediye Bütçe Göstermeleri Bitti haberinde, Belediye Bütçesi'nin 436 bin, ESOM (Elektrik, Su, Otobüs, Mezbaha) Bütçesi'nin de 110 bin liraya bağlandığı duyuruluyor.

"Abana ya Mektup Var" köşemizde, Eski Abana Kaymakamı Ferit Kubat'ın mektubuna ve yerden 4. sayımızda Varil Yazan'ın "İs Hayatı ve Reklam", Ahmet Tığlı'nın "Abana Nöbeti", Kâmil Yazgan'ın "Günün İhtikar" ve Dr. Necdet Kemer'ın "Kanser" adlı yazıları var.

GAZETEMİZİN BU SAYISINDAKİ

ESKİ SAYILARIMIZA GÖRE
DEĞİŞİK KAREKTERLERDEKİ
YAZILAR
İSVEÇTE

ÇOK İZLENİMLİ VE KAĞAZ MİKROFON
YAZARLARIMIZIN İZLENİMLERİ
SİZİN İZLENİMLERİNİZİ

DİZİLMİŞTİR

SAĞLIK BAKIMINDAN
ORUÇ

Özetleyen Dr. Necdet Kemer

Orucun sağlık bakımından faydaları yanında, bazen yanlış hareket ve yanlış yaklaşımlar ortaya çıkan sorunları da vardır. Nitekim, bekim olarak her ramazanda bu sorunlarla karşılaşır; bu konularda bir çok soruya cevaplamak zorunda kalırız.

Denimince fazla olan bu kutsal adesi yerine getirmek arzusu o kadar kuvvetlidir ki, çok zaman oruç tutmaya kudretli olmayan, hatta hastalık geçirenlerin hastanelerde tedavi altındayken bile birden gılli olarak oruç tutup, sağlık durumlarını daha da kötü duruma sürükledikleri gönlür.

Akıllarda dinimiz esaslarına göre, yolcular, hastalar aybağı olan kadınlara başka zaman oruç tutmak üzere "kaza" ederler. Debe ve emziren kadınlara da kesildiklerinde oruç tutarak kühbet görmezlerse kaza ederler. Kaldı ki, çok yaşlılar, polat, kapızın, sofra gibi birçok imanın hayatı kendilerinin dikkatine bağlı olanları, ellerinin titrememesi gereken operatör hekimler ve özellikle ağır hastalık çekenlerin oruç tutmaması gerektiği hakkında Kur'an'da ayet vardır (Bakara süresi).

ORUCUN SAĞLIK BAKIMINDAN FAYDASI:

Buğün, hayati tehdit eden hastalıkların başında gelen damar sertliği, yüksek tansiyon, mide ülseri, prostatik böbrek ve karaciğer hastalıkları, hep aynı yolla ve uygunuz beslenmenin sonucudur. Özellikle alışı gerektirici "doğu" yemekleri (yağlı tavada kızartmalar, salamata, baharatlı, süslenmiş şeyler) bu hastalıkları başlıca nedenidir. İşte ramazanda tutulan oruç nedeniyle, yalın ve ağır ayda bu uygunuz beslenme ile zoru gelen sindirim sistemini dinlendirip, varlığını gereğinden çok lüksünün maddeleri azaltıp değiştirerek bierlemlerin tazeliği sağlanır.

Oruçta bir başka faydası da, ağız ve midede dayanılabileme yeteneğini artırmaktır. Bu durumun "lok, ac, in" halinden anlamaz. Öcümünü kaynamakla kalınır, tadı ve formunda tutar.

ORUÇ TUTANLAR NELERE DİKKAT ETME-LİDİR? Oruç bozarken birdenbire çok yemeğe girişmemelidir. İnce sofrasındaki çeşitler (devün, peynir reçel ve biraz puding) bütün günün açlık ve susuzluğunu biraz giderirler. Önce bu çeşitlerden yemeliydi. Akşam namazı yemekten önce bol bol su içilmeli, sağlık bakımından daha yararlıdır. Özellikle yaşlılar bu duruma çok dikkat etmelidirler. Utulerek gırtlıyoruz ki, kendi lerinde damar sertliği ve yüksek tansiyon olan kişilerde iftar ve saburda, karınlarını tokabaz doyurmaları yüzünden ramazan, hakimlerin öleki aylara göre en tehlikeli (atacdama, dikamması) ve mizal (imma) otlarıyla daha çok karşılaştıkları ay olmaktadır.

Hamile ve emziren kadınların durumuna gelince: Bunların çok kuvvetli olanlar oruç tutabilir. Fakat, gebelik ve emzirme döneminde bebegi kendi aldığı besinlerle, hatta sütü depolarından beslemek durumunda olan annenin, bütün gün aç kalması hem kendi, hem de doğacak çocuğun sağlığı için zararlıdır.

Mide bozuklukları olanların ise oruç tutmaları sağlık bakımından zararlıdır.

Yazın sonlarında Kur'an ve hadislerle dayanarak su geçecek birleşim: Allah, dinde kolaylık ister. Kim seden gücünü yetmeyeceği bir şey istemez. Namaz, oruç, zekât, hac farzdır. Ancak, İdam aynı zamanda bir kolaylık dindir. Herkes bu farzları kendi yapabileceği durumda yerine getirir.

Kutsal ramazan hepimize hayırlı olsun seçtiği okuyularını.

YAZILARINIZI
İSTANBUL
BÜROMUZA
YOLLAYINIZ

MODERN İSKELET ATELYESİ

MUSTAFA KARA

KOLTUK

KANEPE

SEHPA

SANDALYE

YATAKLI DIVAN

ÇEŞİTLERİ

TAKSİM, Tarihaşçı Caddesi, Kapancı Sokak, 36
Telefon: 49 56 97
İSTANBUL**TEZEL**

GALERİ HAYRİ...GALERİ HAYRİ...GALERİ...

GALERİ HAYRİ

ÇEYİZ

HEDİYELİK ESYA

AVİZE

KASET

VE HER ÇEŞİT

TURİSTİK ESYA

ÇEŞİTLERİ

GALERİ HAYRİ'DE

GALERİ HAYRİ

MİRATTIN YIĞIN KARŞISI

HİZMETİNİZ ÜYDÜZ
İLKADİM İSTİSMİ İNANCI İSTİSMİ İNANCI

#####

FUAT TOPÇU
ALMANLARA
TÜRKÇE DERSİ
VERİYOR

Bütün yollar...

Kurtuluşun...

Batı Almanya'da çalışmakta olan Fuat Topçu, 1 Mayıs İşçi Bayramı tarihinden yararlanarak, eşi ve çocuklarıyla benim konuğum olarak Hollandaya geldiler.

3 gün Hollanda'da kalan Topçular, Hollanda köylüsünün seracılık, meyvecilik ve hayvancılıktaki başarılı çalışmalarına hayran kalmışlardır.

İyi Almanca bilen Fuat Topçu, içlerinde öğretmenler de bulunan Almanlara bir yıldır Türkçe dersi vermektedir. Süreinde 20 öğrencisi vardır.

Hemşehilerimizin bildiği gibi, Kire'nin Ağlı bucağından olan, Göynükler Köyü Eski Öğretmeni Fuat Topçu, Abana Esrafından Mehmet Gürsoy'un kızı ile evlidir. Avrupa'dan dönüşünde Abana'ya yerleşecektir.

Topçularla, Hollanda'da kaldıkları 3 gün boyunca geziler yaptık, dertleştik, geçtiğimiz yıllarda filme aldığı Orta Karadeniz yörelerini canlı olarak seyrettik.

Fuat Topçu gibi Abana'lı olmayan Mehmet Abimiz'in öteki damadı, Eski PTT Memurumuz Numan Darakeç'i ve yürekleri Abana için çarpan cefakar Abana'lı arkadaşlarını Hollandaya bekler, çalışmalarında başarılar dilerim.

ZAFER

MOBİLYA VE DEKORASYON

MODERN VE KLASİK
HER TÜRLÜ
MOBİLYA GEREKSİNİMLERİNİZ
KARŞILANIR

İYİ KALİTE - UYGUN FİYAT

Yeni Adresimiz:

EYÜP, Marangözü Sitesi, "O" Blok, 54/A
İSTANBUL

KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT

KAZIM RESTAURANT

TAZE BALIK

NEPİS YEMEK ÇEŞİTLERİ

İTİNALI SERVİS

KAZIM RESTAURANT

KİYMELİ MÜSTERİLERİNİZ

HİZMETİMİZDİR

BEK L İ Y Ö R Ü Z

KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT KAZIM RESTAURANT

TEŞEKKÜRKÖYÜNÜZÜN KÜÇ KÜÇKÜZÜNE ALDI
GİMİZ ELEKTRİK TESİSATI İÇİN,YAR
DİMLARI GÖTEN YARDIMSEVER HALKI
MIZA BİRİ DESTEKLERİ İLE YALNIZ
BİRANMAYAN DOSTLARIMIZA SONSUZ
ŞUHRANLARIMIZI SENARİZ,YEŞİLİNUVA KÖYÜ MUHTARI
VE İHTİYAR HEYYETİ.**AS BOYA KİMYA SANAYİ**SELULOZİK TİNER
ÖTEKİ TİNER ÇEŞİTLERİ
ÖZEL TİNERLERDOLGU VERNİK
MAT VERNİK
PARLAK VERNİK

HER ÇEŞİT BOYA

PEŞİN ÖDEMELERDE İNDİRİM
ALİBEYKÖY, Gaziosmanpaşa Cad. 150
Telefon: 78 22 62
İSTANBUL