



گزارش اختصاصی

محدودیت جدید برای کارت سوخت آزاد

۲۵۲ تراکنش در شبانه روز



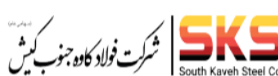
سرخط خبرها

امضای اسناد رسمی همکاری بین ایران و پاکستان در پی سفر رئیسی؛

روابط اقتصادی و تجاری ایران و پاکستان ارتقای یابد

بازدید از موزه‌های بوشهر و حسرت‌هایی برای هرمزگان

بوشهر رقیب دیروز الگوی امروز



آگهی مناقصه عمومی تأمین عینک ایمنی شرکت فولاد کاوه جنوب کیش (سهامی عام)

شرکت فولاد کاوه جنوب کیش (SKS) در نظر دارد نسبت به تأمین عینک ایمنی (مطابق موارد مندرج در اسناد) از طریق مناقصه عمومی از شرکت‌های واجد شرایط اقدام نماید.

متقاضیان می‌توانند برای اطلاع از شرایط مناقصه به سایت شرکت فولاد کاوه جنوب کیش به نشانی WWW.SKSCO.IR مراجعه نموده و پیشنهادهای خود را مطابق شرایط اعلامی حداکثر تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۶ به دبیرخانه حراست شرکت تحویل و رسید دریافت نمایند. ۱۴۰۳/۲۰

• روابط عمومی فولاد کاوه جنوب کیش

یک پژوهشگر در خصوص تبعات ایجاد آب شیرین کن اصفهان در محدوده سیریک هشدار داد؛

گور جمعی آبزیان

✓ سواحل در نظر گرفته شده برای طرح مذکور جزو محیط‌های حساس دریایی است و تخلیه پساب آب شیرین کن باعث نابودی موجودات ساکن در آن محیط می‌شود



ذخیره صد روزه آب شهرستان بستک پس از پارتنگی‌های اخیر به هدر رفت؛

شومن‌های غرب در خواب سد لاور خالی از آب

صبح ساحل

رتبه‌ی نخست اتاق بازرگانی

در حوزه مسئولیت‌های اجتماعی در کشور

✓ احداث ۱۴ مدرسه در هرمزگان

✦ سرویس اقتصادی

رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی هرمزگان در نشست امروز با اصحاب رسانه و خبرنگاران از کسب رتبه‌ی نخست اتاق بازرگانی هرمزگان در حوزه مسئولیت‌های اجتماعی در کشور خبر داد و گفت: «در سال گذشته موفق به احداث ۱۴ مدرسه در استان شدیم».

به گزارش صبح ساحل، محمدرضا صفار رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی هرمزگان، ظهر یکشنبه دوم اردیبهشت ماه در نشست با اصحاب رسانه و خبرنگاران، اظهار داشت: ماهیت سفرهایی که هیات‌های تجاری اتاق بازرگانی به کشورهای مختلف دارند کاری است و طی آن تفاهمنامه‌هایی برای استفاده از توانمندی‌های مشترک بین تجار استان و فعالان اقتصادی امضا می‌شود. وی افزود: در سفر هیات تجاری استان به کشور سوئیس تفاهم نامه همکاری در حد ۱۲ میلیارد فرانک به امضای طرفین رسید. صفا در پاسخ رابطه با سفر هیاتی از مقامات دولتی هرمزگان به چین و عدم همراهی مسئولان اتاق بازرگانی استان در این سفر عنوان کرد: ما خودمان را به دولت تحمیل نمی‌کنیم و تحمیلی نیز از سوی آن‌ها را هم



نمی‌پذیریم و در تمام مناسبات اصل را بر تعامل با رعایت احترام متقابل می‌گذاریم. رئیس اتاق بازرگانی هرمزگان، در واکنش به موضوع تعطیلی پنجشنبه‌ها در کشور نیز گفت: کل دنیا و حتی کشورهای حاشیه خلیج فارس روزهای شنبه و یکشنبه را تعطیل هستند و تعطیلی پنجشنبه و جمعه در کشور موجب شده که ما ۴ روز از هفته را برای مرادود تجاری با دنیا از دست دهیم. وی تأکید کرد: نظر اتاق بازرگانی هرمزگان نیز مانند اتاق ایران تعطیلی شنبه‌ها در کشور به جای پنجشنبه‌ها است از این روز مسئولین تصمیم‌گیرنده در این حوزه خواستار تجدید نظر هستند. وی در ارائه گزارشی از عملکرد اتاق بازرگانی

استان در حوزه مسئولیت‌های اجتماعی نیز گفت: در حوزه مسئولیت‌های اجتماعی اتاق بازرگانی در کشور رتبه نخست را کسب کرده است و ما سال گذشته موفق شدیم ۱۴ مدرسه را در استان احداث کنیم. صفا عنوان کرد: امسال عملیات احداث ۶ مدرسه در استان را آغاز شده است و بعد از آن نیز عملیات احداث ۹ مدرسه جدید را آغاز خواهیم کرد. وی با اشاره به خدمات اتاق بازرگانی در دوران کرونا نیز گفت: در بحث کرونا اتاق هرمزگان بیشتر ورود را به جزئیات داشت و در زلزله سایه خوش نیز در همان روزهای اول ۲۰ کانکس بین زلزله‌زدگان توزیع شد.

آگهی شرکت‌های تعاونی سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۰۵-۳۲۲۴۱۴۶۲

مدیرعامل این شرکت خبر داد

گام شرکت پالایش نفت بندرعباس در مسیر صنعت سبز

✓ مدیرکل حفاظت محیط‌زیست هرمزگان: مصوبات حذف انباشت غیراصولی پسماند در امسال اجرا می‌شود



آنا رام
خبرنگار



مدیرعامل شرکت پالایش نفت بندرعباس گفت: این شرکت با مدیریت و کنترل ضایعات، پساب‌ها، انرژی، خروجی دودکش‌ها و پایش‌های مستمر آلاینده‌های آب، خاک و هوا توانسته نام خود را از فهرست شرکت‌های آلاینده محیط‌زیست خارج کند.

احمد هاشمی که در مراسم گرامی‌داشت زمین پاک با حضور مدیرکل حفاظت محیط‌زیست هرمزگان و فرهنگیان و دانش آموزان در شهرک مروراید سخن می‌گفت با اشاره به اقدامات این شرکت در راستای صیانت از محیط‌زیست افزود: توسعه فضای سبز باهدف افزایش فرهنگ توسعه، نگهداری و زیباسازی فضای سبز شهری و افزایش سرانه آن و استفاده از ایده‌های نو و خلاقانه در فضای سبز در محیط پالایشگاه انجام شده است. وی تصریح کرد: این شرکت پالایشی با تعریف برنامه‌های زیست‌محیطی در طرح‌های توسعه این پالایشگاه، از جمله احداث

واحدهای کیفی سازی، در راستای انطباق محصولات تولیدی خود با استانداردهای روز زیست‌محیطی و تکمیل زنجیره صنعت سبز گام برداشته است. هاشمی از اجرای طرح ارتقای کیفیت محصولات سنگین باهدف کاهش نفت کوره و تولید فرآورده‌های باارزش افزوده بیشتر، باکیفیت و دارای استاندارد روز دنیا در پالایشگاه نفت بندرعباس خبر داد. وی تعامل مؤثر با سازمان حفاظت محیط زیست کشور، پایبندی به رعایت قوانین و مقررات زیست‌محیطی منطقه‌ای، ملی و بین‌المللی، استفاده از فن‌آوری‌های جدید برای کاهش پسماندها و کنترل

آلاینده‌های زیست‌محیطی را از اهداف زیست‌محیطی دانست و افزود: شناسایی، ارزیابی، کاهش، حذف و یا کنترل مؤثر مخاطرات و جنبه‌ها و اثرات زیست‌محیطی، اجرای اثربخش الزامات استانداردهای زیست‌محیطی، کاهش حوادث و اثرات سوء آن بر محیط‌زیست و استقرار نظام‌های مدیریت زیست‌محیطی و سیستم‌های تعالی سازمانی همچون مدیریت انسانی، مدیریت سبز، مدیریت انرژی و به‌روزرسانی آن‌ها از استراتژی‌های این شرکت نفتی در راستای دستیابی به اهداف زیست‌محیطی به شمار می‌رود. ادامه در صفحه ۵...

رهبر انقلاب به مناسبت سالروز تاسیس سپاه پاسداران با فرماندهان نیروهای مسلح دیدار کردند

قدرت نیروهای مسلح در عرصه بین‌المللی اثبات شد

سرویس سیاسی

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای رهبر معظم انقلاب اسلامی ظهر روز یکشنبه در دیدار جمعی از فرماندهان عالی‌نیروهای مسلح ضمن قدردانی صمیمانه از تلاش‌ها و موفقیت‌ها در قضایای اخیر، تاکید کردند: به لطف خداوند نیروهای مسلح چهره خوبی از توانایی‌ها و اقتدار خود و همچنین یک چهره ستودنی از ملت ایران به نمایش گذاشتند و ظهور قدرت اراده ملت ایران در عرصه بین‌المللی را به اثبات رساندند.

فرمانده کل قوا ضمن تبریک روز ارتش و همچنین سالروز تاسیس سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، با تاکید بر اینکه دستاوردهای اخیر نیروهای مسلح موجب ایجاد احساس شکوه و عظمت درباره ایران اسلامی در چشم جهانیان و ناظران جهانی شده است، افزودند: موضوع تعداد موشک‌های شلیک شده و یا موشک‌های به هدف اصابت کرده که طرف مقابل بر روی آن‌ها متمرکز شده، موضوع دست دوم و فرعی است، موضوع اصلی ظهور قدرت اراده ملت ایران و نیروهای

مسلح در عرصه بین‌المللی و اثبات آن است، که ناراحتی طرف مقابل نیز از همین موضوع است. رهبر انقلاب اسلامی با قدردانی از لحاظ شدن تدبیر در اقدامات نیروهای مسلح گفتند: حوادث گوناگون با هزینه و دستاورد همراه هستند و مهم آن است که با تدبیر، از هزینه‌ها کاسته و بر دستاوردها افزوده شود و این کاری است که نیروهای مسلح در حوادث اخیر به خوبی انجام دادند.



حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با قدردانی از تلاش‌ها و فعالیت‌های سپاه، ارتش و نیروی انتظامی، نیروهای مسلح را به استمرار تلاش و حرکت برای مواجهه با دشمنی‌ها و دشمن‌ها با تکیه بر نوآوری و ابتکار توصیه و خاطر نشان کردند: یک لحظه هم نباید متوقف شد زیرا توقف به معنای عقب‌گرد است، بنابراین باید نوآوری در تسلیحات و شیوه‌ها و همچنین شناخت روش‌های دشمن همواره

در دستور کار باشد. ایشان با تاکید بر اینکه حیثیت ملت ایران باید در چشم دنیا برجسته باشد، افزودند: ضمن شناسایی استعدادها و نیروهای توانمند و خلاق، به خداوند متعال حسن ظن داشته باشید و به او توکل کنید و بدانید که وعده خداوند در دفاع از مومنین حتمی و تخلف‌ناپذیر است.

رهبر انقلاب اسلامی در این دیدار همچنین تشکر ویژه‌ای از خانواده‌های فرماندهان و رده‌های مختلف ارتش، سپاه و نیروی انتظامی داشتند و خاطر نشان کردند: بار اصلی زحمات بردوش همسران و فرزندان نیروهای مسلح است که سختی‌ها را تحمل می‌کنند.

در این دیدار سردار سرلشکر باقری رئیس ستاد کل نیروهای مسلح با اشاره به تحولات بزرگ سال ۱۴۰۲ و همچنین هفته‌های آغازین سال ۱۴۰۳ از جمله عملیات «طوفان الاقصی» و عملیات «وعده صادق» در تنبیه رژیم صهیونیستی گزارش کوتاهی از آخرین آمادگی‌ها و توانایی‌های نیروهای مسلح ارائه کرد.

میز خبر

حمایت اسرائیلی‌ها از گروهک تروریستی جیش‌الظلم

سرویس سیاسی



چندی پیش گروهک تروریستی جیش‌الظلم جهت دریافت کمک مالی، درگاه رمز ارزی را در کانال رسمی خود درج کرد که در ادامه کانال‌ها و گروه‌های اسرائیلی جهت

حمایت مالی از این تروریست‌ها درگاه رمز ارز آنها را باز نشر کردند.

به گزارش صبح ساحل، چند پیش‌گروهک تروریستی «جیش‌الظلم» جهت دریافت کمک مالی، درگاه رمز ارزی در کانال رسمی خود درج کرد که در ادامه کانال‌ها و گروه‌های اسرائیلی جهت حمایت مالی از این تروریست‌ها درگاه رمز ارز را با این متن باز نشر کردند: «این کیف پول الکترونیکی متعلق به مبارزان آزادی در برابر تروریست‌های جمهوری اسلامی ایران است و در داخل ایران با آنها مبارزه می‌کند؛ تا جایی که می‌توانید از آنها حمایت کنید.»

حالا دیگر به طور مستند می‌توان گفت این گروهک تروریستی که فعالیت‌های آنها متمرکز در جنوب شرق کشور است و در اقدامات آنها رد و پای حمایت رژیم صهیونیستی به وضوح مشاهده می‌شود، کاملاً مورد حمایت رژیم کودک‌کش قرار دارد. پیش از این نیز در هفته‌های اخیر رسانه اسرائیلی «ترور آل‌آرم» با انتشار پستی از تروریست‌های جیش‌الظلم اعلام حمایت کرد. گروهک موسوم به جیش العدل که خود را مدافع حقوق مردم بلوچستان معرفی می‌کند، پس از آنکه با واکنش منفی افکار عمومی مردم نسبت به جنایات اخیر در شهرستان‌های چابهار و راسک واقع در جنوب استان سیستان و بلوچستان مواجه شد، برای توجیه جنایات خود در بیانیه‌ای «جلوگیری از توسعه سواحل مکران» را علت اقدام خود خواند؛ هدفی که حالا به وضوح ضدیت این گروهک را با مردم منطقه عیان کرده است.

رئیس تاکید کرد: ایران و پاکستان فقط همسایه نیستند، بلکه روابط دو کشور تاریخی، تمدنی و عمیقاً اعتقادی و دینی است. امری که ملت بزرگ ایران را با ملت بزرگ پاکستان پیوند می‌دهد اعتقادات و باورهاست و این پیوند ناگسستنی است.

رئیس دولت سیزدهم با بیان اینکه ظرفیت‌های بسیار بین ایران و پاکستان وجود دارد، اظهار کرد: حتماً تبادل این ظرفیت‌ها می‌تواند در جهت منافع دو کشور به کار گرفته شود. در نشست‌های مشترک با نخست‌وزیر پاکستان تصمیم‌گیری‌های روابط دو کشور را در حوزه‌های سیاسی، اقتصادی و تجاری، فرهنگی و در همه سطوح ارتقا ببخشیم. در جریان سفر رئیس به پاکستان اسناد رسمی ۸ سند همکاری بین ایران و پاکستان در حوزه‌های مختلف امضاء شد. ۸ سند همکاری، توافق‌نامه و تفاهم‌نامه بین هیات‌های عالی‌رتبه ایران و پاکستان و در حضور مقامات عالی‌رتبه دو کشور به امضای طرفین رسید.



از دست داده‌اند. رئیس افزود: سازمان ملل کارآمدی خود را از دست داده و شورای امنیت وظیفه خود را انجام نمی‌دهد. مردم مسلمان ایران و پاکستان و مردم آزاد جهان همه به ستوه آمده‌اند اما یقین داریم موضع امت اسلامی و مردم ایران و پاکستان و ملت مقاوم فلسطینی‌ها پاسخ خواهد داد و حتماً زمینه‌ساز نظم عادلانه جهانی خواهد شد.

امضای اسناد رسمی همکاری بین ایران و پاکستان در پی سفر رئیسی؛

روابط اقتصادی و تجاری ایران و پاکستان ارتقا می‌یابد

سرویس سیاسی

رئیس جمهوری از ارتقای سطح روابط اقتصادی و تجاری ایران با پاکستان تا ۱۰ میلیارد دلار در گام نخست، خبر داد.

به گزارش صبح ساحل، سیدابراهیم رئیسی در نشست خبری مشترک با نخست‌وزیر پاکستان با بیان اینکه تداوم همکاری بین دو کشور در جهت منافع دو کشور تعریف می‌شود، اظهار کرد: ما مایل به ارتقای این روابط در سطوح بالا میان دو کشور هستیم. سطح روابط

اقتصادی و تجاری بین دو کشور قابل قبول نیست و در گام اول ۱۰ میلیارد دلار افزایش یابد. رئیس جمهوری همچنین با ابلاغ سلام رهبری انقلاب و ملت ایران به مردم پاکستان، اظهار کرد: به مردم پاکستان که همواره از اسلام و ارزش‌های اسلامی دفاع و مردم مظلوم غزه و فلسطین حمایت کردند و در خیابان‌های این کشور، آزادی قدس شریف را فریاد زدند و به مردمی که همیشه از حق و عدالت دفاع کرده‌اند و می‌کنند سلام و درود می‌فرستیم.

وی افزود: برای مردم و دولت پاکستان که از ظلم رژیم صهیونیستی و کودک‌کشی و نسل‌کشی‌ای که به دست جنایتکار رژیم صهیونیستی با حمایت غربی‌ها و آمریکا در غزه انجام می‌شود، به ستوه آمدند و عدالت را فریاد می‌زنند، همواره احترام قائلیم و مواضع آن‌ها را ستودنی می‌دانیم. رئیس دولت سیزدهم ادامه داد: آنچه که امروز مردم دنیا را غصه‌دار کرده این است که سازمان‌های بین‌المللی و سازمان‌های به‌ظاهر مدافع حقوق بشر کارآمدی خود را

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای (نوبت اول)

شماره: 1402/032

موضوع آگهی: تعمیرات اساسی ۹ دستگاه لیفتراک دیزلی

آخرین مهلت اعلام آمادگی و ارسال رزومه:

پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۲۶

برای کسب اطلاعات بیشتر به این شرکت WWW.BAORCO.IR و یا خبرگزاری شانا

WWW.SHANA.IR و WWW.TENDER@NIORDC.IR مراجعه نمایید.

روابط عمومی و امور بین الملل



آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای (نوبت دوم)

شماره: 1403/003

موضوع آگهی: تهیه و اجرای عملیات روشنایی جاده سلامت در شهرک مروارید

آخرین مهلت اعلام آمادگی و ارسال رزومه:

پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۹

برای کسب اطلاعات بیشتر به این شرکت WWW.BAORCO.IR و یا خبرگزاری شانا

WWW.SHANA.IR و WWW.TENDER@NIORDC.IR مراجعه نمایید.

روابط عمومی و امور بین الملل



آگهی دعوت سهامداران شرکت هرمز بازرگان روز سهامی خاص ثبت شده به شماره ۱۱۶۸۷ و شناسه ملی ۱۰۸۰۰۱۴۱۲۴۰ جهت تشکیل مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت دعوت می‌شود تا در جلسه مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده که در ساعت ۹:۰۰ و ۱۰:۰۰ صبح مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۶ در استان هرمزگان، شهرستان بندرعباس، بخش مرکزی، شهر بندرعباس، سرریگ، خیابان شریعتی، بلوار طالقانی، پلاک ۹۹، طبقه همکف کدپستی ۷۹۱۷۶۶۳۸۱۹ تشکیل می‌گردد حضور بهمراه رسانند.

دستور جلسه مجمع عمومی فوق العاده:

۱- کاهش اعضای هیات مدیره

۲- تغییر موضوع فعالیت

دستور جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده:

۱- انتخاب و تعیین سمت اعضای هیات مدیره

۲- انتخاب بازرسی

۳- انتخاب روزنامه کنترالانتشار

۴- تعیین دارندگان حق امضاء

هیات مدیره شرکت

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص توانا پوشش مانلی به شناسه ملی ۱۴۰۰۸۳۰۶۳۱۸ و به شماره ثبت ۱۹۹۵ به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۰۹ که طی نامه شماره ۲۲۸۱۳/۱۴۰۲/۴۸۵ مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۰۹ به تایید اداره کل تأمین اجتماعی استان هرمزگان رسیده است تصمیمات ذیل اتخاذ شد: سمت اعضا هیئت مدیره به قرار ذیل تعیین گردید: خانم راضیه بساک به شماره ملی ۳۴۱۰۳۱۸۵۵ به سمت مدیرعامل و رئیس هیئت مدیره آقای محمد حسین فیاض فر به شماره ملی ۱۰۶۲۲۱۷۵۳۵ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره آقای محمود زنجیری شماره ملی ۳۴۶۹۸۳۶۶۵۵ به سمت عضو هیئت مدیره کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها و عقود اسلامی و همچنین نامه‌های عادی با امضا مدیرعامل و با مهر شرکت معتبر می‌باشد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان مرجع ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری میناب (۱۷۰۳۳۹۲)

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص توانا پوشش مانلی به شناسه ملی ۱۴۰۰۸۳۰۶۳۱۸ و به شماره ثبت ۱۹۹۵ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۰۹ که طی نامه شماره ۲۲۸۱۳/۱۴۰۲/۴۸۵ مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۰۹ به تایید اداره کل تأمین اجتماعی استان هرمزگان رسیده است تصمیمات ذیل اتخاذ شد: اعضا هیئت مدیره برای مدت دو سال به قرار ذیل تعیین گردیدند: خانم راضیه بساک به شماره ملی ۳۴۱۰۳۱۸۵۵ آقای محمد حسین فیاض فر به شماره ملی ۱۰۶۲۲۱۷۵۳۵ آقای محمود زنجیری شماره ملی ۳۴۶۹۸۳۶۶۵۵ آقای مسعود یوسفی به شماره ملی ۱۰۶۳۹۶۰۴۴۱ به سمت بازرسی اصلی، خانم معصومه جسارت نیلانلو به شماره ملی ۳۴۱۰۱۷۷۴۴۲ به سمت بازرسی علی‌البدل برای یک سال مالی انتخاب شدند.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان مرجع ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری میناب (۱۷۰۳۳۹۴)

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص بازرگانی سهند کالا هرمزگان به شناسه ملی ۱۰۸۰۰۱۵۲۷۷۶ و به شماره ثبت ۱۲۷۷۳ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۰۱ تصمیمات ذیل اتخاذ شد محل دفتر شرکت در واحد ثبتی بندرعباس به آدرس: استان هرمزگان، شهرستان بندرعباس، بخش مرکزی، شهر بندرعباس، گلشهر شمالی، خیابان شهید حقیقت، بلوار سید مصطفی خمینی، پلاک ۱۰، مجتمع مهان، طبقه ۱، واحد ۳ کد پستی ۷۹۱۵۸۸۶۶۶۵ انتقال یافت و ماده مربوطه در اساسنامه اصلاح گردید.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری بندرعباس (۱۷۰۳۳۹۶)

ذخیره صد روزه آب شهرستان بستک پس از بارندگی‌های اخیر به هدر رفت

شوَمَن‌های غرب در خواب سد لاور خالی از آب

سامیه طهوریان

خبرنگار

طی روزهای گذشته علی‌رغم بارندگی‌هایی که پس از سال‌ها کم بارشی در منطقه بستک و دشت لاور به زمین نشست؛ اما سد خاکی لاورمیستان به جای تأمین آب برای مردم، از ذخیره خالی ماند. علت این اتفاق عدم تزریق بودجه نهایی عنوان شد که باعث شده بیش از سیصد هزار مترمکعب آب باران به سوی دریاها راهی شود.

سدهای خاکی به دلیل فراوانی و کم‌هزینه بودن مصالح مصرفی و نیز استفاده از مصالح طبیعی دارای امتیاز است، همچنین به دلیل استفاده از مصالح خاکی و سنگریزه‌ای، بدنه سد و اجزای داخلی آن دارای خاصیت انعطاف‌پذیری است. ساخت سد خاکی یکی از الزامات مناطق کم آب می‌باشد. به گفته مسئولان محلی، عملیات ساخت سد لاورمیستان از سال ۱۳۹۰ شروع شد که پس از مدتی به علت عدم پرداخت مطالبات پیمانکار این پروژه حیاتی تعطیل شد. مجدداً عملیات تکمیل این سد در سال ۱۳۹۶ به مناقصه گذاشته شد و با تکرار بدعهدی دوباره از سوی مسئولان برای مدت پنج سال پروژه متوقف شد. به گفته یک کارشناس این سد تنها لنگ تأمین لوله‌های انتقال و شیرالات هیدرولیک و تخلیه است.

رحمت الهی که از دست رفت

طبق آمارهای مسئولان محلی، تنها در بارندگی روز سه‌شنبه ۲۸ فروردین ماه مقدار حجم عبور آب که از جناح راست سرریز می‌شود با شدت خارج شده اما به علت آنچه مشکلات مالی پروژه ذکر می‌شود؛ به‌ناچار برای ادامه عملیات، پیمانکار سد لاورمیستان مجبور به رهاسازی ۳۰۰ هزار مترمکعب از آب‌های انباشته‌شده باران امروز در دشت خواهد بود.

در بازدید میدانی خبرنگار صبح ساحل از پروژه مشخص شد که طراحی سد جذبی لاورمیستان به‌گونه‌ای است که به‌وسیله دو

لوله خروجی در کف سد کارگذاری شده که آب‌های پشت بدنه سد را به لوله‌های انتقال به سمت گودال تغذیه جهت جذب سریع‌تر به سفره‌های زیرزمینی هدایت می‌کند. وضعیت موجود سد در مرحله اتمام خاک‌ریزی و در حال حفر گودال تغذیه و نیازمند به تأمین مالی پیمانکار جهت افزایش ماشین‌آلات و خرید لوله و اتصالات هیدرولیک است که اگر با تزریق به‌موقع اعتبار مالی و تأمین نقدینگی پیمانکار همراه بود در کمتر از یک سال به بهره‌برداری می‌رسید؛ اما این تأمین قطره‌چکانی، روند احداث را حدود ۱۳ سال به درازا کشانده است. ناگفته نماند طی عملیات اجرایی و پس از تعطیلی موقت کارگاه؛ با ورود و پیگیری‌های مسئولان، استاندار و فرماندار بستک با پرداخت سهم اندکی از مطالبات پیمانکار پروژه تا مرحله ۹۵ درصد پیشرفت



فیزیکی ادامه یافت؛ اما بازهم به دلیل موارد قبلی، پروژه متوقف شد. گزارش‌های مردمی حکایت از رهاسازی آب‌های انباشته‌شده دارد. لوله‌های خروجی که در کف سد جهت هدایت آب به سمت گودالی که جهت جذب و تغذیه مصنوعی تعبیه‌شده است تنها به علت عدم اجرای آخرین مرحله عملیات سد، یعنی نبود و عدم نصب شیرالات و اجرای لوله‌های انتقال آب به حوضچه و گودال جذب، می‌بایست بجای آنکه تزریق حجم عظیمی از این آب‌انباشت شده به سفره‌های زیرزمینی هدایت شود، آب باران به سمت دشت و دریاها شد. حسرت مردم و سؤال خبرنگار این است که چرا در شرایط تنش آبی و وضعیت بفرنج خشک‌سالی نسبت به تأمین اعتبار و اتمام این پروژه حیاتی که زندگی مردم شهرستان بستک به آن وابسته

دانشتیی‌های مالیاتی

قانون مالیات‌های مستقیم

در مطلب پیش رو همه ی احکام مربوط به چگونگی معافیت مالیاتی موضوع بند ل ماده ۱۳۹ قانون مالیات‌های مستقیم در

عالیه بازگیر
مدیر مالی



قوانین بودجه سنوایی کشور مطرح گردیده است. ماده ۱۳۹ / بند ل، فعالیت‌های انتشاراتی و مطبوعاتی و قرآنی (دارای مجوز از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و دستگاه‌های ذی‌ربط)، فرهنگی و هنری که به موجب مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی انجام می‌شوند را از پرداخت مالیات معاف نموده است.

طبق جزء ۱ بند ق تبصره ۶ قانون بودجه ۱۴۰۰ معافیت مالیاتی فعالیت‌های مربوط به انتشارات کمک درسی و فعالیت‌های هنری از قبیل بازیگری موضوع بند ل ماده ۱۳۹ قانون مالیات‌های مستقیم، صرفاً تا سقف دو میلیارد (۲.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰) ریال در سال قابل اعمال است و بعد از آن حسب مورد به نرخ ماده ۱۰۵ یا ماده ۱۳۱ قانون مالیات‌های مستقیم مشمول مالیات می‌شود.

براساس جزء ۴ بند ق تبصره ۶ قانون بودجه سال ۱۴۰۰ معافیت مالیاتی مؤسسات کنکور دانشگاه‌ها حذف می‌شود.

در جزء ۱ بند ع تبصره ۶ قانون بودجه سال ۱۴۰۱ ذکر شده است که معافیت مالیاتی فعالیت‌های مربوط به انتشارات کمک درسی حذف می‌شود و معافیت مالیاتی بازیگران، اجرای صحنه خوانندگی (کنسرت) و تهیه کنندگی، نشر و تکثیر و پخش آثار موسیقایی، حراجی آثار هنری موضوع بند ل ماده ۱۳۹ قانون مالیات‌های مستقیم فقط تا سقف دو میلیارد و ششصد میلیون (۲.۶۰۰.۰۰۰.۰۰۰) ریال در سال قابل اعمال است و بعد از آن حسب مورد به نرخ قانون مالیات‌های مستقیم مشمول مالیات است.

در جزء ۳ بند ن تبصره ۶ قانون بودجه سال ۱۴۰۲ آمده است که درآمد سالانه مشمول اشخاص موضوع بند «ل» ماده (۱۳۹) قانون مالیات‌های مستقیم [برای عملکرد سال ۱۴۰۲] تا معادل چهار برابر سقف مالیاتی ماده (۸۴) قانون مذکور [۴۸۰ میلیون تومان] معاف است و مازاد بر آن حسب مورد به نرخ قانون مالیات‌های مستقیم، مشمول مالیات است.

فعالیت‌های انتشاراتی، مطبوعاتی و قرآنی و مؤسسات رسانه ای دارای مجوز از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی نیز کماکان از معافیت مندرج در بند «ل» ماده (۱۳۹) قانون مالیات‌های مستقیم برخوردار خواهند بود.

میز خبر

خرید تضمینی گندم در هرمزگان به بیش از ۱۱ هزار تن رسید



سرویس اقتصادی

رییس اداره بازرگانی تعاون روستایی هرمزگان گفت: ۱۱ هزار و ۴۰۰ تن گندم از ابتدای فصل برداشت تاکنون توسط شبکه‌های خرید به صورت تضمینی از کشاورزان این استان خریداری شده است.

محمد رضا ماندگاری افزود: از این میزان خرید تاکنون ۱۰ هزار و ۴۰۰ تن به سیلواها و انبارهای استان حمل و بازرگاری شده است.

وی بیان کرد: درحال حاضر هشت مرکز هرمزگان از ۱۱ مرکز در خرید تضمینی گندم فعال است؛ به علت اینکه در سه مرکز احمدی، فارغان و طاشکوییه شهرستان حاجی آباد هنوز برداشت محصول انجام نشده است.

رییس اداره بازرگانی تعاون روستایی هرمزگان باتوجه به اینکه شبکه تعاون روستایی استان امسال آمادگی لازم برای خرید حجم بالای گندم مازاد بر نیاز از کشاورزان را دارد، اظهار کرد: تاکنون هیچ پرداختی بابت بهای گندم به گندمکاران استان نداشته ایم؛ چرا که دسترسی کاربران برای ثبت آمار کشاورزان هنوز انجام نگرفته است.

ماندگاری ادامه داد: برداشت و خرید گندم از برخی شهرستان‌های استان توسط تشکل‌های تحت پوشش به عنوان مباشر اداره‌کل غله و خدمات بازرگانی آغاز شده است.

وی افزود: همه مراحل خرید طبق دستورالعمل‌ها و با دقت کامل انجام می‌گیرد و تمامی مراکز هیچ مشکل یا کمبودی برای تحویل محصول کشاورزان ندارند.

امسال قیمت خرید تضمینی گندم نان ۱۷۵ هزار ریال و قیمت خرید تضمینی گندم دوروم ۱۸۰ هزار ریال اعلام شده است.

گندم در هرمزگان از ۱۵ آبان تا ۱۵ بهمن هر سال کشت شده و برداشت این محصول نیز از امسال از هشتم فروردین با حضور وزیر جهادکشاورزی در استان آغاز شده و تا نیمه خرداد ادامه دارد.

سطح زیرکشت گندم در هرمزگان ۱۷ هزار هکتار است و پیش‌بینی می‌شود در سال زراعی جاری بیش از ۷۰ هزار تن از این محصول برداشت شود. / ایرنا

محدودیت جدید برای کارت سوخت آزاد

✓ امکان انجام ۲۵۲ تراکنش در شبانه‌روز

را داشته باشد».

محدودیت تراکنش در کارت سوخت‌های آزاد

مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه هرمزگان در خصوص محدودیت سوخت‌گیری با کارت‌های آزاد گفت: «برای استفاده از این کارت سوخت‌ها سازوکاری طراحی شده است. شهروندان گرامی باید این موضوع را مدنظر قرار دهند که تعداد تراکنشی که هر جایگاه در ۲۴ ساعت شبانه‌روز می‌تواند انجام دهد محدود است؛ یعنی با هر کارت سوخت آزاد امکان سوخت‌گیری ۲۵۲ تراکنش ممکن است و برای این کارت سوخت‌ها محدودیت تراکنش وجود دارد و شهروندانی که از کارت سوخت شخصی خود استفاده نمی‌کنند، دیگر شهروندانی که به هر دلیلی به کارت سوخت آزاد نیاز دارند را عملاً از این فرصت محروم می‌کنند».

بدین صورت است که باید بیش از ۹۷ درصد عرضه سوخت توسط شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی کشور با کارت سوخت شخصی اشخاص انجام گیرد».

کارت سوخت اضطراری

احمد سالاری فر در خصوص سوخت‌گیری در جایگاه‌ها نیز افزود: «آنچه اکنون در جایگاه‌ها به‌عنوان کارت آزاد وجود دارد در اصل کارت سوخت اضطراری است و برای کسانی استفاده می‌شود که به هر دلیلی کارت شخصی خود را گم کرده یا هنوز کارت سوخت جدیدشان نیامده باشد یا افرادی که امکان استفاده از کارت سوخت شخصی خود را عملاً نداشته باشد. این کارت سوخت‌های اضطراری به معنی این نیست که اگر شخصی با مراجعه کردن به جایگاه‌ها هر زمان که مایل به استفاده از کارت شخصی خود نباشد و کارت سوختش را فراموش کرده، امکان سوخت‌گیری با آن‌ها



به کارت سوخت آزاد در شهر بندرعباس در حال فعالیت هستند و هیچ دستورالعملی در خصوص جمع‌آوری کامل کارت سوخت‌ها به سازمان فرآورده‌های نفتی اعلام نشده است».

احمد سالاری فر افزود: «اولویت سوخت‌گیری در سال ۱۴۰۳ این است که مردم باید با کارت سوخت شخصی به جایگاه‌ها مراجعه کنند و هر شخصی برای خوردن خودش حتماً موظف است با کارت سوخت شخصی خود در جایگاه‌ها سوخت‌گیری کند. مصوبه بودجه مجلس که در سال ۱۴۰۳ به دولت ابلاغ شده

زهرآ شهکرمی

خبرنگار

تحریریه صبح ساحل در چند روز اخیر تماس‌هایی از نبود کارت سوخت در جایگاه‌های عرضه کارت سوخت آزاد از سوی شهروندان دریافت کرد؛ برخی از شهروندان با مراجعه به جایگاه‌های عرضه سوخت با کارت آزاد موفق به سوخت‌گیری نبودند. با پیگیری‌های انجام‌شده، احمد سالاری فر مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه هرمزگان از محدودیت استفاده از کارت سوخت‌های آزاد در جایگاه خبر داد؛ به گفته‌ی سالاری فر هر کارت سوخت آزاد تنها مجاز به انجام ۲۵۲ تراکنش در ۲۴ ساعت شبانه‌روز است.

باید ۹۷ درصد از سوخت‌گیری‌ها با کارت سوخت شخصی انجام گیرد

مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه هرمزگان بر لزوم استفاده از کارت سوخت شخصی رانندگان تأکید کرد و گفت: «در حال حاضر هر ۶ جایگاه اختصاص یافته

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) خودرو
سواری سیستم سمند تیپ
ایکس ۷ رنگ یشمی مدل ۱۳۸۱
با شماره موتور ۳۲۹۰۸۱۰۸۲۶۶
شماره شناسی ۰۰۸۱۲۰۷۹۵۳
شماره پلاک ۸۴ ایران ۳۳۱ ل ۷۵
به نام مریم احمدزاده فرزند علی
مفقود گردیده و از درجه اعتبار
ساقط می‌باشد

آگهی مناقصه عمومی

دهیاری روستای خرگوشی با شناسه ملی ۱۴۰۶۹۵۱۴۶۳ از توابع شهرستان سیریک در نظر دارد جهت انجام عملیات اجرای آسفالت معابر، پروژه را در مناقصه به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. لذا بدینوسیله از کلیه شرکت‌های صلاحیت دار و دارای سوابق کار مناسب دعوت به عمل می‌آید جهت شرکت در مناقصه و دریافت اسناد فنی از تاریخ انتشار این آگهی به مدت یک هفته به دهیاری مذکور مراجعه و اسناد را دریافت نمایند.

تاریخ بازگشایی پیشنهادات نیز یک هفته بعد از دریافت اسناد می‌باشد.

آدرس: شهرستان سیریک، روستای خرگوشی- دهیاری روستای خرگوشی کدپستی: ۷۹۴۷۱۱۶۴۱۶- تلفن: ۰۹۳۰۷۳۴۰۸۰۲

فاطمه محمودآبادی

خبرنگار



جانمایی ابر پروژه آب‌شیرین‌کن ۲ میلیون مترمکعبی برای انتقال آب دریا به صنایع اصفهان در محدوده‌ی سه روستای شهرستان سیریک نگرانی اهالی را به همراه داشته؛ نگرانی برای از بین رفتن «زیست دریایی» و به تبع آن صید و صیادی در آن منطقه. همه می‌دانیم که حال دریا خوب نیست و در حال حاضر نیز صید و صیادی وضعیت خوبی ندارد. هرمزگانی‌ها همواره پاسدار دریا بوده‌اند و در راستای همین رسالت سپرده‌شده نگران‌اند چند سال دیگر به دریا بزنند و با تور خالی برگردند. اتفاقی که با ایجاد ابر پروژه آب‌شیرین‌کن اصفهان، دیر یا زود سیریک دچارش خواهد شد. عضو هیئت‌علمی پژوهشگاه ملی اقیانوس‌شناسی و علوم جوی نیز در خصوص به این موضوع هشدار داده است. «صمد حمزه‌ای»، دکترای علوم دریایی و اقیانوسی در این باره گفت: «سواحل در نظر گرفته‌شده برای طرح مذکور جزو محیط‌های حساس دریایی است و تخلیه‌ی پساب آب‌شیرین‌کن در محیط‌های حساس دریایی باعث خسارات جبران‌ناپذیری به بسیاری از گونه‌های دریایی کمیاب و از بین رفتن موجودات ساکن در آن محیط می‌شود.»

انباشت مصائب زیست‌محیطی در کشورمان اغلب ناشی از تصمیماتی است که بدون مطالعات علمی و بررسی تبعات اجرای پروژه در درازمدت اخذ می‌شود. در همین راستا نیز پژوهشکده اکولوژی خلیج فارس و دریای عمان اعلام کرده درخواستی مبنی بر انجام پژوهش و مطالعات زیست‌محیطی در خصوص تعیین محل مناسب برای این ابر پروژه به آن‌ها داده نشده است. این مهم، نگرانی‌ها در خصوص اجرای یک ابر پروژه بدون توجه به ملاحظات زیست‌محیطی به‌صورت همه‌جانبه را بیشتر می‌کند. گفتگو صبح ساحل با «حمزه‌ای»، عضو هیئت‌علمی پژوهشگاه ملی اقیانوس‌شناسی و علوم جوی را در ادامه می‌خوانید.

آب‌شیرین‌کن اصفهان در محل تخم‌ریزی موجودات دریایی است

عضو هیئت‌علمی پژوهشگاه ملی اقیانوس‌شناسی و علوم جوی گفت: «یکی از معضلات اساسی در شرایط کنونی کمبود آب در بیشتر مناطق به‌ویژه مناطق مرکزی و جنوبی کشور است. نمک‌زدایی آب دریا به‌عنوان یک روش کارآمد در رفع مشکل کمبود آب در دنیا در حال افزایش است. در دهه‌های اخیر به دلیل خشک‌سالی و افزایش مصرف آب در کشور نیاز آبی کشور افزایش یافته و ذخایر آب شیرین نیز جابجایی نیازهای کشاورزی، صنعت و شرب نیست. از این رو نمک‌زدایی آب دریا و افزایش تأسیسات آب‌شیرین‌کن به‌عنوان تنها راه حل پیش رو توسط سیاستگذاران و برنامه‌ریزان پیشنهاد شده‌است. به‌طورکلی روش‌های

یک پژوهشگر درخصوص تبعات ایجاد آب‌شیرین‌کن در محدوده سیریک هشدار داد؛

گور جمعی آبریزان

✓ سواحل در نظر گرفته‌شده برای طرح مذکور جزو محیط‌های حساس دریایی است و تخلیه‌ی پساب آب‌شیرین‌کن باعث نابودی موجودات ساکن در آن محیط می‌شود



نمک‌زدایی آب دریا دارای معایبی هستند که در صورت جانمایی نامناسب و پس‌از آن عدم بررسی دوره‌ای می‌تواند مشکلات فراوانی را برای منطقه ایجاد کند. به همین دلیل کیفیت آب خام ورودی به تأسیسات آب‌شیرین‌کن و پساب خروجی به دریا باید به‌صورت مداوم مورد ارزیابی قرار گیرد.»

حمزه‌ای افزود: «آب خام ورودی و برداشت آب باید دارای ویژگی‌هایی باشد که این ویژگی‌ها کمترین اثرات سوء زیست‌محیطی به منطقه را وارد کند. حتی امکان ورودی آب‌شیرین‌کن‌ها باید با محل تخم‌گذاری و لارو موجودات دریایی و ماهی‌های شیلاتی فاصله داشته باشد در صورتی طرح آب‌شیرین‌کن اصفهان در محل تخم‌ریزی و لارو بسیاری از موجودات دریایی است و توسط ورودی آب‌شیرین‌کن وارد فیلترها شده و از بین می‌روند و حتی به تأسیسات آب‌شیرین‌کن نیز لطمه می‌زند.»

در این محیط دریایی پستانداران کمیاب حضور دارند

این پژوهشگر بابیان اینکه در جوار روستای بُنداناران لاک‌پشت‌ها تخم‌گذاری می‌کنند و در محیط دریایی آن نیز برخی پستانداران کمیاب دریایی حضور دارند، گفت: «بر اساس استانداردهای زیست‌محیطی باید از محل ورودی آب آب‌شیرین‌کن از آن فاصله داشته باشد.

آب‌های ساحلی این منطقه به‌گونه‌ای است که غشاها و فیلترهای ممبران آب‌شیرین‌کن‌های اسمز معکوس به‌آلایندگی‌های ساحلی، رسوبات معلق در آب و فیتوپلانکتون‌های موجود در آب دریا حساس است و در صورت قرارگیری در این محیط‌ها به‌شدت آسیب می‌بیند.»

عضو هیئت‌علمی پژوهشگاه ملی اقیانوس‌شناسی و علوم جوی اضافه کرد: «خروجی پساب آب‌شیرین‌کن‌ها به‌طور طبیعی باعث افزایش شوری، دما، فلزات سنگین (مس، نیکل، مولیبدن و غیره) و ترکیبات مضر زیست‌محیطی در محیط

میزان سرعت جریان و موج و میزان پساب خروجی آب‌شیرین‌کن‌ها؛ بررسی وضعیت کاربری اراضی منطقه و فاصله از مناطق مسکونی، گردشگری، تجاری و صیادی. بررسی میزان فاصله از مناطق حساس دریایی، محل تخم‌ریزی و لارو موجودات دریایی، ماهی‌های شیلاتی، خرچنگ‌ها؛ بررسی مقبولیت اجتماعی از دید جوامع محلی و عدم تداخل با طرح‌های توسعه مناطق شهری و روستایی؛ بررسی ایجاد انواع آلودگی‌ها مانند آلودگی‌های صوتی و زیست‌محیطی؛ بررسی ایجاد محدودیت جهت دسترسی به ساحل توسط جوامع محلی و گردشگران و بررسی ایجاد عوامل محدودکننده مانند کاهش ماهیگیری، کاهش ارزش املاک و اراضی و کاهش ارزش گردشگری منطقه از جمله مواردی است که قبل از اجرای پروژه‌ای در این ابعاد باید انجام شود». عضو هیئت‌علمی پژوهشگاه ملی اقیانوس‌شناسی و علوم جوی در پایان گفت: «با توجه به مشکلاتی که این تأسیسات در آینده برای منطقه ایجاد خواهد کرد پیشنهاد می‌شود طرح آب‌شیرین‌کن به مناطقی از دریای عمان انتقال یابد که ساحل شیب بیشتری داشته باشد، ارتفاع امواج و سرعت جریان‌های دریایی بیشتر باشد تا خود پایایی پساب خروجی با محیط‌های دریایی با سرعت بیشتری انجام شود.»

ساحل این منطقه کم‌عمق است

حمزه‌ای بابیان اینکه ترکیبات تمیزکننده و ضدعفونی‌کننده فیلترهای آب‌شیرین‌کن‌ها که عمدتاً اسیدی هستند، عنوان کرد: «بر همین اساس باعث اسیدی شدن محیط اطراف خروجی پساب آب‌شیرین‌کن‌ها می‌شود. ساحل این منطقه کم‌عمق است و تخلیه‌ی پساب آب‌شیرین‌کن در محیط‌های دریایی کم‌عمق باعث تجمع آلاینده‌ها در آن محیط می‌شود.»

این پژوهشگر تأکید کرد: «سواحل در نظر گرفته‌شده برای این طرح جزو محیط‌های حساس دریایی محسوب می‌شود و تخلیه‌ی پساب آب‌شیرین‌کن در محیط‌های حساس دریایی باعث خسارات جبران‌ناپذیری به بسیاری از گونه‌های دریایی کمیاب و از بین رفتن موجودات ساکن در آن محیط می‌شود.»

لرژوم بررسی مقبولیت اجتماعی از دید جوامع محلی و با بیان اینکه قبل از انجام هر طرحی باید الزامات زیست‌محیطی رعایت و مطالعات موردنیاز انجام شود، گفت: «نصب دستگاه جریان‌سنج ADCP و موج‌نگار به‌منظور اندازه‌گیری دینامیک آب‌های منطقه؛ اندازه‌گیری دما، شوری، چگالی، اکسیژن محلول، pH، دریا در بازه‌های زمانی متفاوت (فصلی)؛ مدل‌سازی جریان‌ها و هیدرودینامیک منطقه با استفاده از مدل‌های استاندارد و تطبیق دادن آن با داده‌های میدانی؛ اندازه‌گیری فلزات سنگین در آب و رسوبات منطقه در فواصل منظم و بازه‌های زمانی مشخص؛ بررسی توان اکولوژیک منطقه و میزان خود پایایی آب دریا بر اساس

برنگاه همراهی

رضایت مردم محلی و مسائل زیست‌محیطی دو بُعد اصلی است که در ابر پروژه‌هایی که از مرکز به هرمزگان محول می‌شود کمتر به آن توجه شده است. همان‌گونه که در بالا تأکید شد نیاز است مسئولان اجرایی بیش‌ازپیش به این دو بُعد توجه کنند.

سازمان محیط‌زیست کشور به دنبال پیگیری‌های صبح ساحل اعلام کرد که تاکنون مجوز ایجاد آب‌شیرین‌کن اصفهان در محدوده شهرستان سیریک صادر نشده است و اداره کل حفاظت محیط‌زیست استان بازدیدهای کارشناسی از موقعیت‌های مکانی پیشنهادی را انجام می‌دهد. همچنین در پاسخ سازمان محیط‌زیست کشور آمده است که گزارش ارزیابی اثرات زیست‌محیطی طرح این آب‌شیرین‌کن در تاریخ بهمن‌ماه سال گذشته واصل و پس از بررسی کاستی‌ها و نواقص گزارش ارزیابی طرح موصوف، اسفندماه همان سال به مجری طرح جهت تکمیل اطلاعات منعکس شده است. از همین روی انتظار می‌رود محیط‌زیست استان در خصوص انعکاس تبعاتی که اجرای این پروژه برای آن محدوده به دنبال دارد همت گمارد و تنها به مکاتبات اداری بسنده نکند.

کیوسک‌نگار

عبدالله السعدی

نماینده هنری امارات در ونیز



عدنان نگاری

نگاهی به عرب‌نیوز

هنرمند مفهومی اماراتی عبدالله السعدی نماینده این کشور در شصتمین دوسالانه ونیز که امسال توسط آدریانو پدروسا با موضوع

«خارجی‌ها در همه جا» برگزار می‌شود. نمایشگاه غرفه که در ۲۰ آوریل افتتاح شد و تا ۲۴ نوامبر ادامه دارد، توسط طارق ابوالفتوح برگزار شد.

السعدی نقشی محوری در توسعه صحنه هنری در حال تحول امارات داشته است. فعالیت چند رشته‌ای او شامل رشته‌های نقاشی، طراحی، مجسمه‌سازی، اجرا و عکاسی، و همچنین جمع‌آوری و فهرست‌نویسی اشیاء یافت شده و ایجاد الفبای جدید است.

او در بیانیه‌ای گفت: «از زمانی که دانشجو بودم، چهار دهه پیش، هنر بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی روزمره من بوده است. هنر من نتیجه تعامل با مکان‌ها، مردم، ایده‌ها و زیبایی‌شناسی است که هر روز در جایی که زندگی می‌کنم و در سفرهایم با آن‌ها مواجه می‌شوم را می‌بینم و می‌خواهم این تجربیات را به‌صورت بصری یا در یادداشت‌های روزانه و تأمل‌های مکتوب مستند کنم و به دنبال تغییر شکل ارتباط معمول با گذشت زمان هستم.» اسعدی در ادامه افزود: «من خودم را در ونیز به عنوان یک هنرمند و سپس به عنوان یک هنرمند محلی اماراتی معرفی می‌کنم.»

وی درباره نمایش در حال اجرای خود با عنوان: عبدالله السعدی؛ مکان‌های خاطره، مکان‌های فراموشی، گفت: «این غرفه سفر هنری من را در مدت زمان طولانی از پس از دانشگاه با هشت اثر که دو تای آن سفارش‌های جدید هستند به نمایش می‌گذارد.»

قیمت طلا در معاملات اولیه دبی تقریباً ۳ درهم در هر گرم کاهش یافت

نگاهی به خلیج‌تایمز

قیمت طلا در امارات متحده عربی در اولین روز معاملاتی هفته نزدیک به سه درهم کاهش یافت. در امارات متحده عربی، نوع ۲۴۴ این فلز گرانبها با قیمت ۲۸۶٫۷۵ درهم به ازای هر گرم در ساعت ۹ صبح روز دوشنبه در مقایسه با ۲۸۹٫۵ درهم هر گرم در روز جمعه در بسته شدن بازارها معامله شد. در حالی که ۲۲۴، ۲۲۴ و ۱۸۴ به ترتیب به ۲۵۷٫۰، ۲۵۷٫۰ و ۲۴۰٫۷۵ درهم در هر گرم رسیدند.

هر اونس طلا در ساعت ۹ صبح به وقت امارات متحده عربی با ۰٫۷۱ درصد کاهش به ۲۳۶۹٫۶۹ دلار رسید. علیرغم کاهش قیمت‌ها، قیمت این فلز زرد پس از افزایش یافتن در چند ماه گذشته بسیار بالا بود و در اوایل این ماه به دلیل خرید تهاجمی بانک‌های مرکزی در ماه فوریه به بالاترین حد خود رسید.

بازتاب سفر رئیس جمهور کشورمان به پاکستان در رسانه‌ی عربستان سعودی

نگاهی به عرب‌نیوز

دفتر امور خارجه پاکستان اعلام کرد که ابراهیم رئیسی رئیس‌جمهور ایران روز دوشنبه برای یک سفر سه روزه وارد اسلام‌آباد شد و این سفر با هدف تقویت روابط دوجانبه میان دو کشور در بحبوحه تشدید تنش‌ها در خاورمیانه انجام شد.

رئیس‌جمهور ایران به همراه همسرش، هیئت‌بلندپایه از اعضای کابینه و تیمی از تجار وارد پایتخت فدرال شد. وی در فرودگاه اسلام‌آباد مورد استقبال میان ریاض حسین پیرزاده وزیر مسکن و کار فدرال پاکستان و مدرس تیپو سفیر پاکستان در ایران قرار گرفت.

سفر رئیسی چند روز پس از حملات موشکی ایران و اسرائیل صورت می‌گیرد که باعث تشدید تنش‌ها در خاورمیانه بی‌ثبات شده است.

دفتر شریف در بیانیه‌ای اعلام کرد: «نخست‌وزیر شهباز شریف و ابراهیم رئیسی رئیس‌جمهور ایران در خانه نخست‌وزیر دیدار خواهند کرد و همچنین مذاکرات بین هیئت پاکستان و ایران نیز برگزار خواهد شد.»

وزارت امور خارجه در بیانیه‌ای اعلام کرد که قرار است رئیس‌جمهور ایران در سفر ۲۲ تا ۲۴ آوریل با نخست‌وزیر، رئیس‌جمهور، رئیس‌سنا و رئیس‌مجلس ملی پاکستان دیدار و گفت‌وگو کند و از کراچی و لاهور نیز بازدید خواهد کرد. سفر رئیسی اولین سفر هر رئیس‌دولتی به پاکستان پس از انتخابات جنجالی فوریه ۲۰۲۴ است.

پاکستان و ایران اغلب بر سر بی‌ثباتی در مرزهای متخلخل مشترک خود با یکدیگر در تضاد هستند. تنش‌ها در ژانویه افزایش یافت، زمانی که پاکستان و ایران حملات هوایی را مبادله کردند و هر دو مدعی شدند که مخفیگاه‌های شبه نظامیان را در کشورهای یکدیگر هدف قرار داده‌اند. از آن زمان، هر دو طرف به توافق صلح پرداخته و روابط دوجانبه را احیا کرده‌اند.

در بیانیه وزارت خارجه آمریکا آمده است: «دو طرف دستور کار گسترده‌ای برای تقویت بیشتر روابط پاکستان و ایران و تقویت همکاری‌ها در زمینه‌های مختلف از جمله تجارت، اتصال، انرژی، کشاورزی و تماس‌های مردمی خواهند داشت.»

بر اساس این بیانیه، گفت‌وگوها همچنین بر تحولات منطقه‌ای و جهانی و همچنین همکاری‌های دوجانبه برای مبارزه با تروریسم متمرکز خواهد بود.



سازمان سنجش در این اطلاعیه تأکید کرد: داوطلب باید سه روز پس از اعلام نتایج توسط سازمان سنجش آموزش کشور، از روز چهارشنبه به‌تاریخ ۵/۲/۱۴۰۳ حداکثر به مدت چهار روز با مراجعه به درگاه my.medu.ir بخش جذب و استخدام (کارا) نسبت به تکمیل نمون‌برگ‌ها و باگذاری کلیه اسناد و مدارک مورد نیاز در سامانه اقدام نماید. برای ورود به سامانه از طریق درگاه دولت داشتن شماره تلفن همراه با مالکیت شخص داوطلب الزامی است. /ایرنا

سرویس اجتماعی

اسامی چند برابر ظرفیت آزمون استخدامی ویژه رشته شغلی آموزگار سال ۱۴۰۳ وزارت آموزش و پرورش برای حضور داوطلب در فرایند ارزیابی تکمیلی و گزینش؛ شامل بررسی مدارک و مستندات خوداظهاری ثبت‌نام، معاینات پزشکی، بررسی صلاحیت‌های عمومی گزینش و سنجش و ارزیابی تکمیلی اعلام شد.

سازمان سنجش آموزش کشور با انتشار اطلاعیه‌ای خطاب به داوطلبان شرکت‌کننده در آزمون استخدامی وزارت آموزش و پرورش ویژه رشته‌های شغلی آموزگاری سال ۱۴۰۳ در تاریخ ۱۸/۱۲/۱۴۰۲، اعلام کرد: کارنامه اعلام نتایج اولیه متقاضیان رشته‌های شغلی مربوط به وزارت مذکور در درگاه اطلاع‌رسانی سازمان سنجش آموزش کشور به نشانی: www.sanjesh.org قرار گرفته است.

بر اساس این خبر، متقاضیان پس از دریافت نتیجه این آزمون، در صورتی که بر اساس نتیجه مندرج در کارنامه آزمون، جزو معرفی‌شدگان چند برابر ظرفیت برای شرکت در مرحله ارزیابی تکمیلی و گزینش (بررسی اسناد و مدارک خوداظهاری، معاینات

اولیه پزشکی، بررسی صلاحیت‌های عمومی گزینش و در نهایت فرآیند سنجش و ارزیابی تکمیلی) وزارت آموزش و پرورش باشند، موظف هستند برای اقدامات بعدی، سه روز پس از اعلام نتایج اولیه از سوی سازمان سنجش آموزش کشور (از روز چهارشنبه به‌تاریخ ۵/۲/۱۴۰۳) به بعد، با مراجعه به درگاه my.medu.ir بخش جذب و استخدام (کارا) نسبت به اعلام آمادگی جهت حضور در فرایند مذکور و تکمیل اطلاعات نمون‌برگ‌های مورد درخواست، با رعایت مفاد دفترچه آزمون و این اطلاعیه اقدام کنند.

بر اساس این اطلاعیه فرایند ارزیابی تکمیلی و بررسی صلاحیت‌های عمومی گزینش، طبق زمان‌بندی اعلام شده در سامانه جذب و استخدام (کارا) انجام می‌شود. هر یک از داوطلبان معرفی شده چند برابر ظرفیت موظف‌اند طبق مفاد این اطلاعیه و همچنین اطلاع‌رسانی از طریق سامانه جذب و استخدام (کارا) و اداره کل آموزش و پرورش استان معرفی شده (به شرح آدرس درگاه اطلاع‌رسانی مندرج در ذیل این اطلاعیه)، در مراحل ارزیابی تکمیلی و بررسی صلاحیت‌های عمومی گزینش اقدام کنند.

کتاب‌یار

مشکل همیشه افسردگی نیست



محیا نکنده

روانشناس بالینی

همه‌ی ما می‌دانیم که این روزها استفاده از مفهوم و برجسب افسردگی شدیداً بالا گرفته و عادت کرده‌ایم برای توصیف هر

حالت ناخوشایندی اذعان کنیم که مشکل افسردگی است، در حالی که بخش زیادی از حالات منفی ما اساساً ارتباطی با افسردگی ندارد. هیلاری جیکوب هندل، روان‌مانگر و نویسنده‌ی آمریکایی در کتاب «مشکل همیشه افسردگی نیست: کاربرد مثلث تغییر در گوش دادن به تن، کشف احساسات و پیوند با اصل خود» در مورد دلایل و شیوه‌های تجربه‌ی احساسات ناخوشایند و نحوه‌ی عملکرد ما در مقابل آن‌ها به تفصیل توضیح می‌دهد و خواننده بعد از خواندن این کتاب می‌تواند به شیوه‌ی جدیدی به هیجانات خود نگریسته و تجربیات خود را دگرگون کند. جیکوب هندل در این اثر برای بهبود بخشیدن به هیجانات منفی مخاطب از مثلث تغییر استفاده می‌کند که همان روش تحول محور روان‌درمانی پویشی تجربی تسریع کننده است. اساساً این مثلث از سه بخش تشکیل شده: احساسات اصلی یعنی تمام آنچه واقعاً در



حالت تجربه‌اش هستید؛ احساسات ثانویه یا بازارنده که دربرگیرنده‌ی هر احساسی است که به خود اجازه می‌دهد تجربه کنید تا از احساسات اصلی دور بماند و دفاع عاطفی یعنی هرکاری که برای پرت کردن حواس خود یا اجتناب از ناراحتی و نگرانی انجام می‌دهید. در این کتاب نویسنده با ادبیاتی گیرداستانی در کنار شما خواهد بود تا بتوانید مثلث مذکور را در خود یافته و درک کنید چه چیزی دفاع است، چه چیزی انکار احساسات واقعی است و دقیقاً در حال تجربه‌ی چه احساساتی هستید. در روش روانپویشی تجربی تسریع شده، تحول زمانی اتفاق می‌افتد که بتوانیم از دفاع

و احساسات ثانویه خود عبور کنیم و احساسات اصلی خود را به طور کامل احساس و تجربه کنیم. به طوری که در نهایت بتوانیم با خود اصیل با ذهنی آگاه، مملو از پذیرش و متواضع رویه‌رو شویم. نکته‌ی قوت این کتاب استفاده‌ی نویسنده از مثال‌های فراوان است که به خواننده این امکان را می‌دهد تا با زبانی به دور از تکلف و غیرتخصصی با مفاهیم مهم و البته تخصصی روانشناسی آشنا شود و بتواند آن‌ها را در زندگی شخصی خود به کار ببندد. ادبیات کتاب ساده، روان و بدون تکلف است که همین باعث می‌شود مخاطب در مواجهه با مطالب احساس کلافگی و خستگی نداشته باشد. در کنار توضیحات مطالب اصلی و ذکر مثال‌ها، تمرین‌هایی برای جا افتادن مطالب در کتاب گنجانده شده که انجام آن‌ها به خواننده در بهبودی باری خواهد داد. در کتاب مشکل همیشه افسردگی نیست، خواننده در مسیری قرار می‌گیرد که در نهایت متوجه شود دقیقاً در کجای مثلث ایستاده است، چرا که آگاهی در مورد نوع احساسی که داریم و شیوه‌ی مقابله‌ای که در مواجهه با آن استفاده می‌کنیم دقیقاً در حجم و اندازه‌ی احساسات ناخوشایند تاثیر مستقیم دارد. در نهایت این کتاب برای کسانی که به خودکاو نیاز دارند و می‌خواهند در مورد خودشان و احساساتشان به آگاهی برسند بسیار مفید و خواننده خواهد بود.

لب‌قند

بله



گفتم تو همیشه ساده‌ای؟ گفت بله

آهوی کنار جاده‌ای؟ گفت بله

گفتم که موافق زن من * بشوی *؟

با سرعت فوق العاده‌ای گفت بله!

«خالوراشد»

حال امضای قراردادهای مشابه هستند. وی منطقه حفاظت‌شده گنو به‌عنوان یکی از این ذخیره‌گاه‌های ملی دانست که تنوع جانوری و گیاهی ویژه‌ی دارد. مسیحی تازیانی این را تأکید کرد: معلمان مدارس، دانش‌آموزان را منحصرأ برای گردش به کوه گنو نبرند بلکه با استفاده از کارشناسان محیط‌زیست، این ذخیره‌گاه‌های طبیعی و مناطق حفاظت‌شده را به دانش‌آموزان معرفی کنند. وی اظهار داشت: برای حفاظت از زمین و انتقال درست طبیعت به نسل آینده باید آموزش و فرهنگ‌سازی از مدارس اجرا شود. مسیحی تازیانی به ظرفیت شهرک مروراید برای تبدیل شدن به شهرک سبز و بدون پلاستیک اشاره کرد. این مقام مسئول به کاشت ۳۰۰ هزار اصله درخت در



ذخیره‌گاه‌های ژنتیک طبیعی کشور محسوب می‌شود. وی از اجرای مصوبات حذف انباشت غیراصولی پسماند در امسال سخن گفت که سال گذشته در کارگروه مدیریت



سال گذشته در هرمزگان اشاره‌ی داشت و ادامه داد: برنامه دولت برای اجرای رهنمود رهبر معظم انقلاب در گسترش مناطق سبز و هدف‌گذاری کاشت یک میلیارد درخت طی ۵ سال است که اقدامی مهم در حفاظت از محیط‌زیست شمرده می‌شود. گفتنی است: در پایان این مراسم از تعدادی از خانواده‌های شهدای محیط‌زیست هرمزگان و همچنین دانش‌آموزان برتر حوزه مدیریت انرژی از مدارس شهرک مروراید تجلیل شد.

کاهش دهنده آلاینده‌های زیست‌محیطی با کاشت گونه‌های بومی و مقاوم به شرایط آب و هوایی، تعویض خاک، به‌کارگیری شیوه‌های نوین آبیاری با استفاده از آب‌های بازیافتی و تصفیه‌شده، ۴۲ درصد فضای صنعتی معادل ۲۹۰ هکتار از وسعت پالایشگاه به فضای سبز اختصاص داده شده است.

کیش، شهر پاک

حبیب مسیحی تازیانی مدیرکل حفاظت محیط‌زیست هرمزگان در این مراسم با اشاره به شعار امسال روز زمین پاک «مشارکت مردم، ایران در برابر پلاستیک، نجات زمین» گفت: هفته زمین پاک در راستای پایان بخشیدن به آلودگی پلاستیکی، حفاظت از گونه‌های در معرض انقراض و تشویق جنبش‌های محیط‌زیستی است. وی عدم استفاده از پلاستیک را یکی از راه‌های نجات زمین از آلودگی زیست‌محیطی است که همه باید در این حرکت بزرگ سهیم باشیم. مسیحی تازیانی با تأکید بر اینکه هرمزگان نگیان اکوسیستمی جنوب کشور است و در حفظ آن باید همه پای‌کار باشند افزود: ۱۱ درصد مناطق حفاظت‌شده کشور در هرمزگان است و علاوه بر آن، یکی از کانون‌های مهم

ادامه از صفحه ۱... به گفته این مقام مسئول شرکت پالایش نفت بندرعباس به‌منظور توسعه و نگهداری فضای سبز به‌عنوان عامل کاهش‌دهنده آلاینده‌های زیست‌محیطی با کاشت گونه‌های بومی و مقاوم به شرایط آب و هوایی، تعویض خاک، به‌کارگیری شیوه‌های نوین آبیاری با استفاده از آب‌های بازیافتی و تصفیه‌شده، ۴۲ درصد فضای صنعتی معادل ۲۹۰ هکتار از وسعت پالایشگاه به فضای سبز اختصاص داده شده است.

پسماند استان مطرح‌شده بود و در سال جاری این مصوبات اجرایی خواهد شد. مدیرکل حفاظت محیط‌زیست هرمزگان، کیش را به‌عنوان شهر پاک در استان معرفی کرد که زباله‌ها را از ابتدا تا انتها مدیریت می‌کند. مسیحی تازیانی، بستک، کنگ و جناح را به‌عنوان دیگر شهرهای پیشرو در امضای قراردادهای مدیریت پسماند از مبدأ عنوان و تصریح کرد: امسال سایر شهرهای استان از جمله حاجی‌آباد و خمیر نیز در

۱۰۹ بیمار تالاسمی در قشتم خدمات درمانی دریافت می‌کنند

سرویس اجتماعی

رییس بیمارستان پیامبر اعظم (ص) قشتم گفت: ۱۰۹ فرد مبتلا به بیماری تالاسمی در این شهرستان مرزی خدمات درمانی دریافت می‌کنند که ۱۰۰ نفر از این افراد قشمووند و ۹ نفر دیگر از اتباع بیگانه سایر کشورها هستند.

سید محمود احمدی روز دوشنبه در گفت‌وگویی رسانه‌ای، افزود: در زمان حاضر این تعداد بیمار مازور از خدمات و نیازهای خوبی برخوردار است. بخش تالاسمی بیمارستان پیامبر اعظم (ص) این شهرستان استفاده می‌کنند. وی تعداد زوجین ناقل تالاسمی در قشتم را یک زوج عنوان کرد و گفت: کار ارجاع این زوج برای آزمایش بی ان دی انجام شده است.

رییس بیمارستان پیامبر اعظم (ص) قشتم ادامه داد: روزانه هفت بیمار تالاسمی بزرگسال در این بیمارستان، تزریق خون و خدمات درمانی

پزشکی دریافت می‌کنند و ۱۰ بیمار نیز به صورت سریایی برای دریافت خدمات درمانی، بررسی کلی (چک آپ) و مشاوره مراجعه می‌کنند. احمدی با بیان اینکه به‌طور میانگین حدود ۶۲ درصد از مراجعه‌کنندگان به این بیمارستان را مردان و ۳۸ درصد را زنان تشکیل می‌دهند، توضیح داد: میانگین سن مراجعه‌کنندگان از یک تا ۶۱ سال است.

تالاسمی یک بیماری مادرزادی هموگلوبین است که در آن هموگلوبین سالم به اندازه کافی در بدن ساخته نمی‌شود و به دلیل شکسته شدن مرتب گلبول‌های قرمز خون، فرد دچار کم‌خونی می‌شود. تنها درمان بیماران تالاسمی مازور تزریق مکرر خون است اما با دریافت مکرر خون سطح آهن در این بیماران بالا رفته و موجب آسیب رسیدن به قلب، کبد و کلیه‌ها می‌شود.

به گفته پزشکان کودکان مبتلا به تالاسمی مازور در هنگام تولد طبیعی هستند اما بین سه تا ۱۸ ماهگی با ابتلا به کم‌خونی رنگشان پریده، خوب نمی‌خوابند، نمی‌خواهند غذا بخورند و ممکن است دچار تهوع شوند.

اگر کودکان مبتلا به تالاسمی مازور درمان نشوند زندگی سختی خواهند داشت و معمولاً بین یک تا هشت سالگی چنانچه خون دریافت نکنند از بین می‌روند. نکته مهم این است که بیماران تالاسمی ضمن تحمل درد و رنج فراوان بیماری از زندگی عادی و انجام کارهایی که یک انسان به صورت طبیعی در مسیر حیات خود تجربه می‌کند نیز باز می‌مانند که این مساله افسردگی و ناراحتی فراوان را برای آنان به همراه دارد. بیمارستان تخصصی پیامبر اعظم (ص) بزرگترین و مهم‌ترین مرکز درمانی جزیره قشتم محسوب

جدول کلمات متقاطع | دوره جدید شماره ۴۳۶۸

طراح: مهدی سنگی

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
														۱
														۲
														۳
														۴
														۵
														۶
														۷
														۸
														۹
														۱۰
														۱۱
														۱۲
														۱۳
														۱۴
														۱۵

اثری از عطارد نیشابوری - عزا و ماتم ۹ - شکوه و جلال - صبور و بردبار - ماده بیهوشی ۱۰ - عضو پیچ در پیچ درون شکم - ابوالبشر - جهاز بدن ۱۱ - حیل‌های پنهانی - نام فرشته‌ای در کیش زرتشت - ابرسفيد ۱۲ - حربه‌ای سرد و فلزی شبیه به ساطور - صفت سبب زمینی - جنس مذکر ۱۳ - غوزه پنبه - میوه پوست‌کنده - سخن و گفتار - برنج شوشتری ۱۴ - مرکز کشور سوئیس - ورم - دیوار قلعه ۱۵ - قطعه شعری از مهدی اخوان ثالث - سرطان خون

عمودی

۱- سوگند یادکردن - مخترع سوئدی دینامیت ۲- بلند مرتبه - متاع و کالا - بیان و تفسیر ۳- پارچه کریاس رنگی - طفیلی و سربرار - بسیار پرحرارت - نظر ناقص ۴- ضمیر انگلیسی - ازنامه‌های روز رستاخیز - زن کشته شده در راه خدا ۵- از روزنامه‌های چاپ ترکیه - سازمان جهانی نفت - سفره رنگین کن ۶- شکستنی در مسابقات ورزشی - جد و پدربزرگ - اهل ایتالیا قدیم ۷- مجلس شیوخ - همراه با کبکبه می‌آید - نام ترکی ۸- درخت تسبیح - اثری از ناصر خسرو - از احادیث نبوی ۹- معبری بر روی رودخانه - صحرایی در اوگاندا - صندلی راحتی ۱۰- بانی مذهب پروتستان - ویران کردن بنا - دندانهای نیش ۱۱- سرزنش و نکوهش - ماده براق‌کننده پارچه - فالگیر ۱۲- شهر آبگرم در استان اردبیل - باران منجمد - امر به رفتن ۱۳- گرمی و حرارت - آرایش گل و درخت - تشنه فریب بیابان - طبل بزرگ ۱۴- سال آذری - از حیوانات بارکش - کتابی از امیل زولا ۱۵- عمارتی قدیمی در شهر رشت - فزونی و رجحان

حل جدول شماره ۴۳۶۷

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	د	ل	س	ر	د	ع	م	ا	ر	ت	م	ف	خ	م
۲	ا	ن	ب	س	ا	ط	ه	ل	ی	و	ن	ل	ی	
۳	ل	گ	ا	م	ا	د	خ	ر	و	س	ر			
۴	ب	ر	ک	س	ا	ن	م	ت	م	ا	و	ز		
۵	ی	و	م	ت	ع	ا	د	ل	گ	ر	د	ن	ا	
۶	د	ا	ر	و	ن	ر	س	ک	م	س	ل	ط		
۷	ب	م	ا	د	ر	ی	د	ن	ف	س	و			
۸	ر	ا	ه	ا	س	ت	م	د	ا	د	ک	ت	ه	
۹	ی	ب	ش	ن	و	ج	ی	ر	ا	ن	ی	ر		
۱۰	ت	ا	ر	ک	ب	ب	و	ک	س	ا	د			
۱۱	ا	د	ا	م	س	ا	ت	ا	ب	ا	ی	ا	س	
۱۲	ن	ه	ج	م	ر	ق	م	ن	س	ر	ه	ن	ر	
۱۳	ی	ی	ی	ا	س	ا	م	ه	ر	ه	ی	و	ت	ا
۱۴	ک	ن	و	ا	ر	س	ی	ه	م	ا	ی	و	ن	
۱۵	ا	ی	ر	ج	م	ی	ر	ز	ا	و	ر	د	ن	ه

میزخبر

رقابت‌های ساندا قهرمانی و انتخابی المپیاک استان
نفرات برتر دختران و پسران
مشخص شدند



سرویس ورزشی

رقابت‌های ساندا انتخابی المپیاک دختران و پسران استان برگزار شد. به گزارش صبح، دختران و پسران نوجوان استان به صورت جداگانه در بخش ساندا در هفت وزن در آکادمی ووشو سردار سپهبد شهید قاسم سلیمانی بندرعباس در طی دو روز با یکدیگر به رقابت پرداختند. نفرات برتر این دوره از مسابقات در قالب تیم ووشو استان به رقابت المپیاک منطقه‌ای استعدادی‌های برتر به میزبانی استان سیستان و بلوچستان در اردیبهشت‌ماه اعزام خواهند شد. در بخش دختران، وزن ۳۹ - کیلوگرم سدنا رضایی، وزن ۴۲ - کیلوگرم آناهیتا بخشی‌زاده، وزن ۴۵ - کیلوگرم کوثر عبدی‌زاده، وزن ۵۲ - کیلوگرم نیکا شاهی و وزن ۶۰ - نیکو شاهی و در بخش پسران، وزن ۳۹ - کیلوگرم داریوش در وزن ۴۲ - کیلوگرم فاضل درکامه، وزن ۴۵ - کیلوگرم شنتیا کاکویی و در وزن ۵۲ - کیلوگرم حسین احمدی به رقابت‌های المپیاک اعزام خواهند شد.

لیگ پتانک هرمزگان
هفته پنجم با ۱۰ بازی آقایان
و بانوان به پایان رسید

سرویس ورزشی

هفته پنجم لیگ پتانک هرمزگان در زمین‌های بوستان ورزش بندرعباس برگزار شد. به گزارش صبح ساحل، این دوره از رقابت‌ها با برگزاری دو بازی از آقایان و ۸ بازی از بانوان پیگیری شد. در بخش آقایان محسن قانع و عبدولی شفیعی و در بخش بانوان نیز فاطمه حسین پور، فاطمه رضوانی، سارا عالی‌زاده، پری ناز شادکام، فرخنده خاندان، صالحه کوهی، زینب آدینه‌زاده و مهدیه آرامش در مقابل حریفان خود به پیروزی رسیدند.

به میزبانی آوای میناب جدید برگزار می‌شود
مرحله پایانی لیگ مناطق
امیدهای کشور

سرویس ورزشی

با موافقت کمیته مسابقات فدراسیون فوتبال مرحله پایانی لیگ مناطق امیدهای باشگاه‌های کشور به میزبانی آوای میناب جدید در بندرعباس برگزار خواهد شد. به گزارش صبح ساحل، مرحله پایانی لیگ مناطق امیدهای باشگاه‌های کشور گروه چهارم با حضور تیم‌های سپاهان اصفهان، نیو ساینپا بندرعباس، سرخ دلان دلووار به میزبانی آوای میناب جدید از دوازدهم تا شانزدهم اردیبهشت‌ماه در بندرعباس برگزار خواهد شد. در پایان این مسابقات از هر گروه یک تیم به صورت مستقیم به لیگ دسته اول فوتبال امیدهای کشور صعود خواهند کرد و تیم‌های دوم هر گروه سهمیه مستقیم مرحله اول امیدهای مناطق فصل جدید را کسب می‌کنند و سایر تیم‌ها در بازی‌های استانی خود شرکت می‌کنند.

تیم آوای میناب جدید در گروه پنجم لیگ مناطق امیدهای کشور با تیم‌های سرخ کارزون، پرسپولیس شیراز و سرخ دلان دلووار بوشهر هم‌گروه بود که با اقتدار به مرحله بعدی صعود کرد. بازیکنان تیم آوای میناب را حمیدرضا کمالی، احمد امینی، کیهان تنی‌زاده، محمد صادق روشی، امیررضا داستارزاده، امیررضا کمالی، احمد شهنساری، مهرداد نجفی، آریا سالاری، منوچهر لشکری، محمد جواد مهدوی، سامان داستان، آرش چراغ‌پور، محمدعلی دادخدازاده، احسان دست‌مزد، عرفان محمودی، مهدی مبارکی، جواد کمالی، علی ابوذری، سبحان ذاکری، علیرضا عباس‌نژاد، امین محمودی، عبدالکریم کاظمی و مرتضی بلند نظر و کادر فنی تیم را کمک‌مربی مهدی رحیمی، علیرضا یاجلانی، کیانوش عاشورزاده، مربی دروازه‌بان‌ها سلمان سقائزاد و تدارکات‌حامد کنگانی می‌باشند.

با حضور ۱۰ تیم قرعه‌کشی شد

فولاد و شهرداری حریفان خود را در
لیگ برتر فوتبال ساحلی شناختند

عبدالحسین رضوانی

مسابقات فوتبال ساحلی کشور از ۶ ماه به ۸ ماه ارتقا پیدا کند. فصل نقل و انتقالات پیش‌فصل نیز از ۲۶ اسفند آغاز شده و تا روز ۹ خردادماه ادامه خواهد داشت. تیم‌های شهرداری بندرعباس و فولاد هرمزگان به عنوان دو نماینده از استان در این رقابت‌ها حضور دارند. این مسابقات با حضور ۱۰ تیم از ۱۶ اردیبهشت‌ماه آغاز می‌شود و در هفته نخست این مسابقات تیم شهرداری بندرعباس میزبان مقاومت گلساپوش یزد است و فولاد هرمزگان برابر پاس جوان‌گناه قرار می‌گیرد.



فوتسال جام ستارگان هرمزگان

۱۲ تیم در دو گروه رقابت می‌کنند



تمدن خوگرو و آیندگان هرمزگان در گروه الف قرار گرفتند. در گروه ب تیم‌های فولاد هرمزگان، منطقه ویژه اقتصادی خلیج فارس، اتحاد

بزرگوار شد. در قرعه‌کشی انجام شده تیم‌های ستارگان احمدی، هدف سازان جوان اسلام آباد، دریانوردان بندرعباس، نبرد بندرعباس،

محمود رئیس

سومین دوره مسابقات فوتسال جام ستارگان هرمزگان با حضور ۱۲ تیم در دو گروه قرعه‌کشی شد.

مراسم قرعه‌کشی این مسابقات با حضور زابلی یور معاون اداره کل ورزش و جوانان هرمزگان، رنجبریان رئیس هیئت فوتبال هرمزگان، احمد زاده رئیس هیئت فوتبال شهرستان بندرعباس، بیروان مسئول کمیته فوتسال هرمزگان، سرپرستان و مدیران باشگاه ستارگان احمدی عصر در هتل هما بندرعباس

محمد کریمی

سرمربی آوای میناب جدید

کمیته داوران فدراسیون فوتبال
در انتخاب داوران دقت بیشتری کند

حسین نارنجی‌نسب

سرمربی تیم آوای میناب جدید نا داوری را از علت باخت این تیم مقابل استقلال خوزستان اعلام کرد.

از هفته چهارم مرحله نهایی رقابت‌های لیگ دسته اول جوانان باشگاه‌های کشور تیم آوای میناب جدید مهمان تیم استقلال خوزستان بود که با چهار گل مغلوب این تیم شد. مجید ذاکری سرمربی تیم آوای میناب جدید در پایان این بازی گفت: برای این داوری‌ها متاسفم که خیلی راحت حق تیم‌ها را ضایع می‌کنند و اصلاً به این فکر نمی‌کنند که تیم‌ها

سرمربی آوای میناب جدید اظهار کرد: اشتباهات داوری در چند بازی گذشته به ضرر ما بوده است و از کمیته داوران فدراسیون فوتبال می‌خواهیم که در انتخاب داوران دقت بیشتری داشته باشند و بر عملکرد داوران خود در بازی‌های حساس و بازی‌های که حکم صعود و سقوط دارند نظارت بیشتری کنند. ذاکری در پایان گفت: داور در این بازی درنیمه دوم عملکرد ضعیفی داشت و امیدوارم در دیدارهای بعدی دقت بیشتری در انتخاب داوران شود. تیم آوای میناب جدید در هفته پنجم در بندرعباس میزبان تیم شاهین

باغملک در ورزشگاه خلیج فارس می‌باشد. تیم آوای میناب جدید با ۶ امتیاز در رده سوم گروه قرار دارد. تیم آوای میناب جدید که مرحله اول مسابقات را با صدرنشینی به پایان برد در مرحله دوم با تیم‌های مدرسه عالی حرفه‌ای بابک، عقاب مهر تبریز، استقلال خوزستان، شاهین باغملک، پدیده غرب کرمانشاه در یک گروه شش تیمی و به صورت یک دوره‌ای بازی می‌کند. در پایان مرحله دوم لیگ دسته اول فوتبال جوانان کشور تیم‌های اول و دوم گروه به لیگ برتر جوانان صعود خواهند کرد.

با چه مشکلاتی هزینه می‌کنند.

وی بیان داشت: در لیگ دسته اول جوانان موقعیت‌های زیادی خلق نمی‌شود و بازی‌ها با اختلاف نیست و با یک گل تیم‌ها، برنده یا بازنده می‌شوند لذا یک اشتباه از داوری می‌تواند نتیجه بازی را عوض کند.

مصرف روزانه شکلات چه تاثیری بر روده دارد؟

سرویس سلامت

بسیاری از ما برای مصرف روزانه تکه‌ای شکلات به دلیل علمی نیاز نداریم و به دلایل مختلف عاشق شکلات هستیم از جمله اینکه آرامش بخش است، طعم خوشمزه و انواع مختلفی دارد.

اما کارشناسان در مورد چربی اشباع شده بالا و قند اضافی در شکلات هشدار داده‌اند چون می‌تواند به‌عنوان عامل تهدیدکننده سلامتی از مشکلات قلبی گرفته تا افزایش وزن، نگرانی‌های زیادی ایجاد کند، با این حال، شکلات تلخ، کم و بیش همیشه گزینه‌ای برتر و حتی سالم‌تر بوده است و به نظر می‌رسد که حتی می‌تواند برای سلامت روده نیز مفید باشد. اگر می‌خواهید در مورد سلامت روده و چگونگی تاثیر آن بر سلامت کلی جسمی و روانی خود بدانید، دانش زیادی در این مورد وجود دارد. در واقع، برخی ممکن است حتی آن را بخشی رو به رشد از تحقیقات متمرکز بر درک چگونگی تاثیر باکتری‌های روده بر بیماری‌های مزمن، خواب، سیستم ایمنی بدن و موارد دیگر در نظر بگیرند.

دکتر کارن راجان، جراح عمومی سرویس بهداشت ملی ایالات متحده اظهار کرد: شکلات، دانه‌های تخمیر شده از کاکائو، فیبر پری‌بیوتیک است، نوعی فیبر که میکروبیوم‌های روده شما دوست دارند آن هضم کنند و به مولکول‌های مفید برای روده شما تبدیل شوند.

شکلات تلخ ترکیبات مفیدی برای روده فراهم می‌کند

ماریا مور، یکی از محققان دانشگاه ایالتی لوئیزیانا ایالات متحده، درباره نتایج گزارش منتشرشده سال ۲۰۱۴ در جلسه انجمن شیمی آمریکا، توضیح داد که باکتری‌های خوب موجود در روده شما، یعنی بیفیدوباکتریوم و باکتری‌های اسید لاکتیک، از شکلات تلخ استفاده و آن را رشد داده و تخمیر می‌کنند، در نتیجه ترکیبات ضد التهابی در سیستم بدن شما آزاد می‌شود.

این ترکیبات مسئول تاثیر غیرمنتظره شکلات تلخ بر قلب شما هستند. جان فینلی، محقق ارشد این تحقیق اظهار کرد: زمانی که این ترکیبات توسط بدن جذب می‌شوند، التهاب بافت قلبی عروقی و خطر طولانی‌مدت سکنه را کاهش می‌دهند. نتایج تحقیق منتشر شده در سال ۲۰۱۳ که در نشریه Frontiers in Pharmacology منتشر شد، نتایج مشابهی ارائه کرد. غلظت فیبر پری‌بیوتیک در شکلات تلخ نیز ارتباط غیرمنتظره‌ای با افسردگی دارد



و می‌تواند وضعیت سلامت روان را بهبود بخشد.

علاوه بر این، شکلات تلخ حاوی غلظت بالایی از پلی‌فنول‌هاست. دکتر کارن راجان افزود: «پلی‌فنول‌ها، آنتی‌اکسیدان‌هایی مانند فلاونول‌ها هستند که مواد لازم برای میکروبیوم‌های روده شما را فراهم می‌کنند». اگر به دنبال ماده‌ای سالم هستید که به رشد سوبیه‌های مفید روده کمک کند و همزمان انواع عوامل بیماری‌زا را کاهش دهد، به گفته این متخصص، پلی‌فنول‌ها این کار را برای شما انجام می‌دهند. همچنین برخی نتایج نشان دادند که مصرف شکلات تلخ با تحریک علائم سیری در مغز شما مرتبط هستند و این امر به‌ویژه زمانی که سعی می‌کنید از پرخوری برای کاهش وزن خودداری کنید، می‌تواند مفید باشد. اما آیا این نتایج بیان می‌کنند که می‌توان شکلات تلخ را هر روز بدون نگرانی مصرف کرد؟

جنبه تاریک مصرف شکلات تلخ بر سلامت روده

شکلات تلخ علیرغم فواید فراوان برای سلامت روده، جنبه تیره نیز دارد. برای شروع، برخی از کارشناسان بر این باورند که فرایند تولید و افزودنی‌هایی مانند شکر و غیره می‌توانند تقریباً به‌طور کامل پلی‌فنول‌های مفید شکلات را حذف کنند و نتایج تحقیق سال ۲۰۲۲ منتشر شده در نشریه Current Research in Food Science این عارضه جانبی ناگوار را تایید کرد.

به علاوه، شکلات تلخ فاقد چربی اشباع شده نیست و مصرف بیش از حد این چربی ناسالم می‌تواند سطح کلسترول بد سیستم بدن شما را افزایش دهد و در معرض خطر بیماری قلبی و سکنه قرار گیرد. برخی از محصولات شکلات تلخ نیز می‌توانند حاوی

که اعتدال را رعایت کنید. اگر به دنبال شکلات تلخ با کیفیتی هستید که از برندهایی تهیه شده باشد که به شیوه‌های پایدار و ایمن اعتقاد دارند، خیلی بهتر است.

چه نوع شکلاتی انتخاب کنیم؟

مهم است، به خاطر داشته باشید که همه شکلات‌ها یکسان تولید نمی‌شوند. کاکائو در شکل طبیعی خود مملو از آنتی‌اکسیدان‌ها و مواد مغذی سالم است و به همین دلیل، شکلات تلخ اغلب سالم‌تر از سایر انواعی است که حاوی قند افزوده هستند. شکلات تلخ به دلیل آنتی‌اکسیدان‌های قوی به نام فلاونوئیدها احتمالاً به بهبود سلامت قلب شما کمک می‌کند و برخی نتایج تحقیقات مشخص کردند که حتی این مورد ممکن است خلق و خوی شما را بهبود بخشد.

شکلات شیری

در حالی که شکلات تلخ حاوی بسیاری از مواد مغذی مفید است، شکلات‌های فرآوری شده‌تر مانند شکلات شیری یا شکلات سفید می‌توانند سرشار از قند باشند. شکلات حاوی منیزیم است که فواید زیادی برای سلامتی دارد. منیزیم، نوعی ماده معدنی است و به‌طور طبیعی در زمین و بدن انسان یافت می‌شود. همچنین بسیاری از عملکردهای بدن با این ماده معدنی انجام می‌شود حتی برای سلامت مغز نیز مهم است.

شکلات و کاهش وزن

مصرف روزانه شکلات احتمالاً آخرین روش برای کاهش وزن به نظر می‌رسد، اما نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که شکلات تلخ ممکن است در کنترل اشتها نقش داشته باشد که به نوبه خود می‌تواند به کاهش وزن کمک کند.

نتایج تحقیق دیگری نشان داد که حتی شکلات شیری می‌تواند با افزایش متابولیسم و کاهش اشتها در کاهش وزن کمک‌کننده باشد. با این حال، گروه شرکت‌کننده این تحقیق، اندک بودند (فقط ۱۹ زن)، به این معنی که تحقیقات بیشتری برای تایید این ادعاها مورد نیاز است.

نتیجه

مهم است که توجه داشته باشید، شکلات، به‌خصوص شکلات شیری، کالری بالایی دارد، بنابراین باید انواع شکلات در حد اعتدال مصرف شود و بدانید که مصرف بیشتر برای شما سود بیشتری به همراه نخواهد داشت.

جفت در بروز دیابت بارداری نقش دارد

سرویس سلامت

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد جفت می‌تواند یکی از دلایلی باشد که برخی از زنان در دوران بارداری به دیابت بارداری مبتلا می‌شوند.

محققان گزارش دادند که نقص در نحوه بیان ژن هورمونی موسوم به فاکتور رشد شبه انسولین ۱ (IGF-1) در نحوه بیان جفت با مقاومت به انسولین در دوران بارداری مرتبط است. مهر نوشت، «ماری فرانس هیورت»، محقق ارشد و استادیار پزشکی جمعیت در دانشگاه هاروارد، گفت: «جفت به عنوان محرک اصلی تغییرات در فیزیولوژی انسولین در بارداری، احتمالاً منبع اصلی هورمون‌های دخیل در ایجاد دیابت بارداری است.» دیابت بارداری از هر هفت بارداری یک مورد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و می‌تواند منجر به عوارض متعدد در دوران بارداری و زایمان شود. تحقیقات قبلی نشان داده است که مقاومت بیش از حد به انسولین منجر به دیابت بارداری می‌شود، اما دلایل دقیق این مقاومت نامشخص است. برای این مطالعه، محققان تجزیه و تحلیل ژنتیکی را بر روی نمونه‌های بافت جفت انجام دادند و ۱۴ ژن مرتبط با مقاومت به انسولین را شناسایی کردند. نتایج نشان می‌دهد که قوی‌ترین ارتباط مربوط به ژن IGF-1 است که اثرات هورمون رشد را در بدن مدیریت می‌کند.

هورمون تولید شده توسط ژن IGF-1 مربوط به هورمون انسولین است و بر نحوه پردازش قند خون توسط سلول‌ها تأثیر می‌گذارد. محققان خاطر نشان کردند که سطح هورمون IGF-1 در طول بارداری افزایش می‌یابد و در افراد باردار پنج برابر بیشتر است. به گفته محققان، علاوه بر این، سطوح پایین هورمون IGF-1 در اوایل بارداری می‌تواند نشان‌دهنده این باشد که یک زن در معرض خطر ابتلاء به دیابت بارداری است، با توجه به اینکه سطوح بالاتر با مقاومت کمتر به انسولین مرتبط است. نتایج نشان می‌دهد که سطوح پایین هورمون IGF-1 در خون در سه ماهه اول، مستقل از سایر عوامل خطر مانند وزن اضافی، تشخیص بعدی دیابت بارداری را پیش‌بینی می‌کند. هیورت در بیانیه خبری هاروارد گفت: «این امکان وجود دارد که اندازه‌گیری هورمون IGF-1 در سه ماهه اول به شناسایی افراد در معرض خطر ابتلاء به دیابت بارداری در اوایل بارداری کمک کند، و به طور بالقوه پنجره‌ای برای پیشگیری ارائه دهد. ما امیدواریم که تحقیقات بعدی را برای بررسی اینکه آیا این پروتئین در تنظیم قند خون بارداری نقش دارد یا خیر انجام دهیم.»

فیبریلاسیون دهلیزی عامل زمینه‌ساز قوی برای نارسایی قلبی

سرویس سلامت



اختلال ضربان قلب که به فیبریلاسیون دهلیزی معروف است، عمدتاً در افزایش خطر سکنه مغزی در افراد نقش دارد.

اما یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که خطر ابتلاء به

نارسایی قلبی در افراد مبتلا به فیبریلاسیون دهلیزی بسیار بیشتر از سکنه مغزی است. دکتر «نیکلاس وینتر»، محقق ارشد در مرکز تحقیقات خدمات بهداشتی در دانشگاه آلبورگ دانمارک، می‌گوید: «در حقیقت، خطر نارسایی قلبی مرتبط با فیبریلاسیون دهلیزی، دو برابر خطر سکنه مغزی در طول زندگی است.» بر اساس نتایج منتشر شده، از هر پنج بیمار مبتلا به فیبریلاسیون دهلیزی، دو نفر (۴۲٪) دچار نارسایی قلبی می‌شوند، در مقایسه با یک نفر از هر پنج بیمار (۲۰٪) که دچار سکنه مغزی می‌شود و یک نفر از هر ۱۰ بیمار (۱۰٪) که دچار حمله قلبی می‌شود.

محققان به این نتیجه رسیدند: «اگرچه دستورالعمل‌های فیبریلاسیون دهلیزی اصولاً بر پیشگیری از سکنه مغزی متمرکز دارند، یافته‌های ما نشان می‌دهد که نارسایی قلبی عارضه اصلی این بیماری است.» این مطالعه همچنین نشان داد که تعداد زیادی از مردم که به فیبریلاسیون دهلیزی مبتلا می‌شوند در معرض خطر بالا نارسایی قلبی و سکنه هم هستند. به گفته محققان، قبلاً از هر چهار نفر یک نفر در مقطعی از زندگی خود به فیبریلاسیون دهلیزی مبتلا می‌شدند. این تعداد در حال حاضر به یک نفر از هر سه نفر رسیده است. انجمن قلب آمریکا می‌گوید فیبریلاسیون دهلیزی خطر سکنه مغزی را افزایش می‌دهد زیرا ضربان نامنظم قلب باعث می‌شود خون در حفره‌های بالای قلب جمع شده و لخته شود. اما فیبریلاسیون دهلیزی همچنین می‌تواند منجر به نارسایی قلبی شود، و زمانی رخ می‌دهد که قلب نتواند خون کافی برای رفع نیازهای بدن را پمپ کند. به گفته این انجمن، فیبریلاسیون دهلیزی می‌تواند باعث شود که قلب آنقدر تند بزند که هرگز به درستی از خون پر نمی‌شود تا به بدن پمپاژ کند.

برای مطالعه جدید، محققان داده‌های سلامتی ۳.۵ میلیون بزرگسال دانمارکی را که بدون سابقه فیبریلاسیون دهلیزی بودند، تجزیه و تحلیل کردند. این افراد در یک دوره ۲۳ ساله، از سال ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۲، ردیابی شدند تا ببینند آیا به اختلال ضربان قلب دچار شده‌اند یا خیر. سپس محققان آنها را دنبال کردند تا ببینند که آیا بعداً مبتلا به نارسایی قلبی، سکنه مغزی یا حمله قلبی تشخیص داده شده‌اند یا خیر. به‌طور کلی، مردانی که مبتلا به فیبریلاسیون دهلیزی تشخیص داده شده بودند، نسبت به زنان، ۴۴ درصد در مقابل ۳۳ درصد، خطر نارسایی قلبی بالاتری داشتند. همچنین مردان نسبت به زنان، ۱۲ درصد در مقابل ۱۰ درصد در معرض خطر حمله قلبی بودند. اما زنان مبتلا به فیبریلاسیون دهلیزی در معرض خطر بیشتر سکنه مغزی بودند، ۲۳٪ در مقابل ۲۱٪. محققان گفتند: «یافته‌های ما توجه بیشتر به پیشگیری از نارسایی قلبی پس از فیبریلاسیون دهلیزی را تشویق می‌کند.» به گفته محققان، این موارد می‌تواند شامل تشویق بیماران به ورزش و کاهش وزن، توسعه درمان‌های مؤثر برای فیبریلاسیون دهلیزی و نارسایی قلبی و طراحی برنامه‌های توانبخشی قلبی برای بهبود قدرت قلب باشد. /مهر

جایگزینی گوشت گاو با ماهی می‌تواند از مرگ زودهنگام جلوگیری کند

سرویس سلامت

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که مصرف بیشتر غذاهای دریایی مانند ساردین به جای گوشت قرمز می‌تواند به پیشگیری از بسیاری از بیماری‌ها منجر شود.

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که تغییر جهانی از مصرف گوشت قرمز به مصرف برخی ماهی‌ها می‌تواند به طور چشمگیری میزان مرگ و میر ناشی از بیماری‌های غیرواگیر را کاهش دهد.

ماهی‌های مانند شاه ماهی، آنچوی و ساردین منبع غنی امگا ۳ و سایر مواد مغذی ضروری هستند و همچنین از نظر زیست محیطی پایدارتر از گوشت قرمز هستند.

بر اساس یافته‌ها، جایگزینی گوشت قرمز با این نوع ماهی‌ها می‌تواند تا سال ۲۰۵۰ از مرگ ۷۵۰۰۰۰ نفر و کاهش ناتوانی مرتبط با بیماری‌های مرتبط با رژیم غذایی جلوگیری کند.

محققان تأکید می‌کنند که این تغییر رژیم غذایی می‌تواند به‌ویژه برای کشورهای با درآمد پایین و متوسط به دلیل مقرون‌به‌صرفه بودن و فراوانی این ماهی‌ها در آن مناطق، مفید باشد. محققان سناریوهای متمایزی را برای ارزیابی اثرات جایگزینی گوشت قرمز با ماهی بر اساس روندهای غذایی پیش‌بینی شده در ۱۳۷ کشور تا سال ۲۰۵۰ ایجاد کردند. آنها از یک چارچوب ارزیابی ریسک مقایسه‌ای استفاده کردند تا بررسی کنند که چگونه چنین جایگزینی می‌تواند بار جهانی بیماری‌های غیرواگیر مرتبط با رژیم غذایی را در بزرگسالان کاهش دهد. در میان سناریوهای پیشنهادی، اولویت توزیع



درجه اول به نفع کشورهای کم درآمد و متوسط درآمد است. محققان خاطر نشان می‌کنند که نزدیک به نیمی از مرگ و میرهای جهانی مرتبط با بیماری‌های غیرواگیر به بیماری‌های مانند بیماری عروق کرونر قلب، سکنه مغزی، دیابت و سرطان کولورکتال نسبت داده می‌شود. محققان این فواید را عمدتاً به اسیدهای چرب امگا ۳ ماهی مانند EPA و DHA نسبت می‌دهند که در کاهش التهاب، فشار خون، کلسترول بد (LDL) و سطوح تری‌گلیسیرید موثراند.

ماهی در مناطق با مصرف کم ماهی، به ویژه در کشورهای با درآمد پایین و متوسط، بیشترین امید را در کاهش بار بیماری‌های کلی نشان داد. تجزیه و تحلیل جامع آنها نشان داد که جایگزینی گوشت قرمز با ماهی می‌تواند به‌طور بالقوه با کاهش بیماری‌های مرتبط با رژیم غذایی تا سال ۲۰۵۰ بین ۵۰۰۰۰۰ تا ۷۵۰۰۰۰ زندگی را نجات دهد. به گفته محققان، اجرای این تغییر همچنین می‌تواند به کاهش ۸ تا ۱۵ میلیون مورد زندگی با ناتوانی کمک کند، که در

آیا با فرهنگ بودن سخت است؟

✿ سرویس زندگی

«فلانی چه قدر با فرهنگ است» عبارتی که هزاران بار آن را شنیده‌ایم. این افراد برایمان قابل احترام و ارزشمند هستند و از مصاحبت با آن‌ها لذت می‌بریم. ممکن است روزانه با آدم‌های زیادی برخورد کنید، که در همه حال خودشان را از نظر فرهنگ بسیار قبول دارند و فکر می‌کنند بسیار با فرهنگ اند اما واقعا در عمل هم همین گونه هستند. دیدگاه این افراد از فرهنگ چیست؟ تا حالا به این موضوع فکر کردید و اصلا این قضیه برای شما تا چه اندازه مهم است که بخواهید برای آن تلاش کنید. آیا فقط نظر دیگران برایتان مهم است یا به عنوان یک موضوع درونی برایتان از اهمیت بالایی برخوردار است.

✿ ویژگی‌های افراد با فرهنگ

دیدگاه افراد درباره با فرهنگ بودن متفاوت است خیلی‌ها ممکن است از نظر ظاهری کسی را با فرهنگ بدانند مثل نوع پوشش، زندگی خانوادگی، اوقات فراغت، الگوهای کاری و مواردی از این قبیل. اما در مقابل افرادی هستند که بیشتر بعد درونی این موضوع برایشان مهم است مانند احترام به دیگران، مسولیت‌پذیری و وجدان کاری و... رعایت همه این موارد اعتبار و ارزش انسانی فرد انجام دهنده را در نظر دیگران بالا می‌برد. اما در مقابل افرادی که با وجود ادعاهای فراوان، رعایت این نکات را بی ارزش می‌دانند. این قضیه تنها به خودش بر نمی‌گردد بلکه ممکن است زندگی دیگران را نیز تحت تأثیر قرار دهند در ادامه به مواردی اشاره می‌شود که از نظر

عده‌ای از افراد ممکن است مهم نباشد اما اثراتی بر زندگی دیگران دارد.

✿ ریختن زباله

در حال رانندگی در جاده هستید ناگهان می‌بینید شیشه ماشین کناری پایین می‌آید و راننده با کمال خونسردی قوطی نوشیدنی خودش را وسط جاده پرت می‌کند. انگار اتفاقی نیافتاده و به رانندگی خود ادامه می‌دهد. حالا این قوطی یا هر زباله دیگری علاوه بر آلودگی محیط زیست ممکن است به شیشه ماشین دیگری برخورد کند یا حتی منجر به تصادف شود. در نظر افرادی که رعایت این اصول برایشان مهم است این کار نوعی بی‌فرهنگی است. و فردی را که این کار را می‌کند بی‌فرهنگ می‌داند.

ریختن زباله در محیط زیست و فضاهای بیرونی برای برخی از افراد عادی است و جمله معروف شهر ما خانه ما مفهومی برایشان ندارد برای مثال جنگل‌ها و مناطق گردشگری زیادی را می‌بینیم که از دست این افراد در امان نبوده‌اند از روشن کردن آتش، شکستن شاخه‌های درختان، نوشتن یادگاری، ریختن پلاستیک، سرفه‌های یکبار مصرف، پوشک بچه و... اینها نمونه‌های کوچکی است که در بسیاری از مکان‌ها شاهد آن هستیم. سوال اینجاست واقعا در فکر این افراد چه می‌گذرد از یک طرف دوست دارند، از طبیعت استفاده کنند و از طرف دیگر هر کاری که برای نابودی آن لازم است انجام می‌دهند.

✿ احترام به حقوق همسایگان

در دین اسلام احترام به همسایه از اهمیت بالایی برخوردار است تا جایی که پیامبر اکرم

(ص) می‌فرمایند: احترام به همسایه بر انسان، مانند احترام مادرش است.

امروزه با رواج زندگی شهری و آپارتمان‌نشینی، از جمله موضوعات مطرح در این زمینه فرهنگ آپارتمان‌نشینی و رعایت حقوق همسایگان است. حفظ نظافت ساختمان، پرهیز از مزاحمت و ایجاد سرو صدا برای همسایگان، رعایت قوانین مورد تأیید همه اهالی ساختمان توسط همسایگان، پرداخت به موقع هزینه‌های ساختمان، سرک‌نکشیدن در زندگی یکدیگر و... مواردی هستند که باید رعایت شوند. شاید شما هم خیلی وقت‌ها از صدای بلند خداحافظی‌های مجدد و خاطراتی که دم‌در‌خانه همسایه در نیمه‌های شب گفته می‌شود در امان نبودید همسایگانی که برایشان حفظ حریم همسایه مهم نیست. و اهمیتی برایشان ندارد.

✿ آلودگی صوتی

نیمه‌های شب ناگهان با صدای آهنگ بلندی که از ماشینی که در خیابان در حال عبور است از خواب بیدار می‌شوید خیلی عصبانی می‌شوید و در دلتان به راننده ناسزا می‌گویید که چه افراد بی‌فرهنگ و مردم آزاری هستند که این موقع شب، با این صدای نا بهنجار باعث آزار دیگران می‌شوند. گوش دادن به آهنگ دلخواه ایرادی ندارد اینکه در این ساعت شب با آخرین صدا بخواهید مزاحم دیگران شوید آیا شما را در زمره افراد بافرهنگ قرار می‌دهد.

✿ احترام به صف

ایستادن در صف برای اکثر افراد خوشایند نیست اما زمانی که مجبور باشیم باید به حقوق همه احترام بگذاریم. برای نمونه نانوايي‌ها از

جمله مکان‌هایی که ممکن است با افرادی روبه‌رو شویم که به اصطلاح خودشان با زرنگی می‌خواهند زودتر به کارشان برسند و بدون در نظر گرفتن حقوق دیگران بدون نوبت نان بگیرند. از آشنایی با نانوا یا بهانه‌هایی مانند پیروی یا مرضی. در حالی که به نظر خودشان این کار زرنگی است اما واقعا این افراد را از نظر شما افراد بافرهنگی هستند.

✿ احترام به صف

ایستادن در صف برای اکثر افراد خوشایند نیست اما زمانی که مجبور باشیم باید به حقوق همه احترام بگذاریم. برای نمونه نانوايي‌ها از جمله مکان‌هایی که ممکن است با افرادی روبه‌رو شویم که به اصطلاح خودشان با زرنگی می‌خواهند زودتر به کارشان برسند و بدون در نظر گرفتن حقوق دیگران بدون نوبت نان بگیرند. از آشنایی با نانوا یا بهانه‌هایی مانند پیروی یا مرضی. در حالی که به نظر خودشان این کار زرنگی است اما واقعا این افراد را از نظر شما افراد بافرهنگی هستند.

✿ سخن آخر

مواردی که گفته شد ممکن است برای خیلی‌ها در زندگی روزمره اتفاق افتاده باشد و کسی آن را به فرهنگ ربط ندهد اما به نظر می‌رسد فرهنگ در زبان عامیانه از همین چیزهای کوچک شروع می‌شود وقتی حقوق دیگران برایشان اهمیت داشته باشد یا برای محیط زیست و فضاهایی که از آنها استفاده می‌کنیم ارزش قائل شویم. با این کارها هم برای دیگران الگو می‌شویم و این موضوع برای کل افراد پیرامونمان ارزش تلقی می‌شود و هم از نظر بعد انسانی به مدارج بالایی می‌رسیم.

با چه راهکارهایی پس‌انداز بیشتری داشته باشیم؟

✿ سرویس زندگی

گاهی اوقات سخت‌ترین چیز در مورد پس‌انداز پول، شروع آن است اما یک راهنمای گام‌به‌گام می‌تواند به شما کمک کند تا یک استراتژی ساده و واقع‌بینانه در سال جدید برای تمام اهداف کوتاه‌مدت و بلندمدت خود پس‌انداز کنید. اوضاع اقتصادی بسیاری از خانواده‌ها رو به راه نیست. در چنین وضعیتی حرف زدن از پس‌انداز کردن شاید بیش از آن که یک توصیه‌عقلانه به نظر برسد تبدیل به منشاایی برای دلخوری شود.

وقتی دخل با خرج جور نیست و نیازها از درآمد ما پیشی می‌گیرند به سختی می‌شود به چنین مقوله و آینده‌نگری فکر کرد. اما کارشناسان اقتصاد خانواده می‌گویند پس‌انداز در شرایط اقتصادی فعلی جامعه می‌تواند راهکار مناسبی برای ایجاد امنیت اقتصادی نسبی باشد اما این مقوله به شرایط زندگی افراد بستگی دارد. عده‌ای هستند که از رفاه مالی مناسبی برخوردارند و پول مورد نیاز برای خرید هر آنچه که دوست دارند را به راحتی می‌توانند از درآمد ماهیانه خود خرج کنند؛ مسلماً این افراد دلیلی برای پس‌انداز پول از درآمد ماهیانه نمی‌بینند. در مقابل افرادی هستند که درآمد ماهیانه‌شان نسبت به هزینه‌های زندگی کمتر است و با خواندن تیترا این مطلب پوزخندی می‌زنند و با خود می‌گویند: «دل خوش سیری چندان؟» اما حقیقت این است که اگر دیدگاه خود را نسبت به پس‌انداز تغییر دهیم، متوجه خواهیم شد که پس‌انداز چه برای افراد با درآمد خوب و چه برای گروه‌های کم‌درآمد، امری ممکن و ضروری است.

✿ چرا پس‌انداز مهم است؟

پس‌انداز و دانستن اینکه مقدار مشخصی را برای مواقع نیاز جمع کرده‌اید، به شما آرامش می‌دهد و باعث می‌شود تا در صورت به وجود آمدن یک اتفاق غیرمنتظره کمتر دچار استرس شوید. همچنین پس‌انداز به شما کمک می‌کند آینده بهتری را برای خود رقم بزنید و به اهدافتان نزدیک‌تر شوید. پس‌انداز صرفاً بلندمدت نیست. شما می‌توانید حتی از پس‌انداز در کوتاه‌مدت نیز بهره‌مند شوید؛ مثلاً با این هدف پس‌انداز کنید که تا چند

ماه آینده به یک سفر لذت‌بخش بروید. از دیگر مزیت‌های پس‌انداز می‌توان به عدم نیاز به قرض گرفتن، کاهش استرس مالی و ایجاد احساس امنیت بیشتر اشاره کرد اما سؤال اینجاست که چگونه عادت کنیم تا در هر شرایطی حتی با وجود درآمد کم، پس‌انداز کنیم؟

✿ از هزینه‌های تان یادداشت‌برداری کنید
اولین قدم برای شروع پس‌انداز، این است که بفهمید چقدر خرج می‌کنید. از ابتدای ماه قیمت هر چیزی که می‌خرید را یادداشت کنید از ماست و پنیر و وسایل خانه گرفته تا وام مسکن، بنزین، کرایه ماشین و... در پایان ماه مجموع هزینه‌ها را به دست آوردید تا ببینید چقدر هزینه کرده‌اید و بیشترین هزینه مربوط به چه چیزی بوده است.

✿ غیر ضروری‌ها را حذف کنید

اکنون که می‌دانید در یک ماه چقدر خرج کرده‌اید، می‌توانید شروع به پس‌انداز کنید. بودجه شما باید نشان دهد که هزینه‌های شما نسبت به درآمد شما چقدر است تا بتوانید هزینه‌های خود را برنامه‌ریزی کنید و هزینه‌های اضافی را محدود نمایید. برای پس‌انداز کردن به صورت زیر عمل کنید: -از ۵۰ درصد درآمد خود برای نیازهای خود استفاده کنید، یعنی هزینه‌های ثابت و ضروری مانند اجاره خانه، اقساط و قبوض آب و برق. -از ۳۰ درصد درآمد خود برای خواسته‌های خود استفاده کنید، یعنی هزینه‌های متغیر و غیر ضروری مانند رفتن به رستوران و خرید بسته‌اینترنت یا اشتراک.

-۲۰ درصد از درآمد خود را پس‌انداز کنید؛ بنابراین اگر بعد از کسر مالیات ماهیانه، ۴ میلیون و پانصد تومان درآمد داشته باشید، به این معنی است که می‌توانید ۱،۲۶۰،۰۰۰ تومان در ماه کنار بگذارید. با این روند، فقط در عرض یک سال، ۱۵،۱۲۰،۰۰۰ تومان پس‌انداز خواهید کرد.

✿ شناسایی هر هزینه‌ها

اگر نمی‌توانید آنقدر که می‌خواهید پس‌انداز کنید، زمان آن رسیده که هزینه‌هایتان را کاهش دهید. چیزهای غیرضروری مانند

خریدن لباس‌های اضافی، خوردن غذا در بیرون از خانه و سرگرمی‌های گران‌قیمت را که می‌توانید کمتر روی آنها خرج کنید، شناسایی کنید. به دنبال راه‌هایی برای صرفه‌جویی در هزینه‌های ثابت ماهانه خود مانند هزینه قبض تلفن، آب و برق و گاز باشید. ایده‌های دیگر برای کاهش هزینه‌های روزمره عبارتند از:

✿ تخفیف‌ها را دست کم نگیرید

اگر دوست دارید تفریح کنید و هزینه کافی برای این کار را ندارید، می‌توانید با مراجعه به سایت‌هایی مثل نت‌برگ و تخفیفان، خدمات تفریحی را با نصف قیمت خریداری کنید. همچنین برای خرید مایحتاج خانه می‌توانید از کد تخفیف‌هایی که فروشگاه‌ها ماهانه ارائه می‌دهند، استفاده کنید.

✿ داشتن لیست خرید

قبل از خرید، موارد ضروری را روی کاغذ یادداشت کنید و براساس لیست خرید کنید. هرکدام را که خریدید، روی آن را خط بزنید و سراغ گزینه بعدی بروید. بدون این لیست ممکن است شما فراموش کنید که چه چیزهایی احتیاج دارید و اقلام غیرضروری هم بخرید.

✿ خواسته‌های شما با نیازهای تان فرق دارند

یادتان باشد نیاز و خواسته با یکدیگر متفاوتند. نیاز به آب، غذا، خانه و لباس جزو نیازهای ضروری هستند اما پوشیدن لباس مارک‌دار، رفتن به رستوران اعیانی و اجاره خانه‌ای که در وسیع مالی‌تان نیست، خواسته‌های و نیازهای کاذبی هستند که می‌تواند شما را در تأمین مخارج ضروری زندگی در تنگنا قرار دهند. هنگامی که برای یک خرید غیر ضروری مثل خرید لب تاپ، موبایل و... وسوسه می‌شوید، چند روز صبر کنید تا متوجه شوید که این مورد جزو خواسته‌های شماست یا نیازهایتان. در این صورت ممکن

است متوجه غیرضروری بودن آن مورد خاص بشوید و بخواهید هزینه آن را پس‌انداز کنید.

✿ بی‌هدف‌ها و دلخوری می‌کنند!

یکی از بهترین راه‌ها برای پس‌انداز، تعیین هدف است. با فکر کردن در مورد آنچه که ممکن است بخواهید برای آن پس‌انداز کنید شروع کنید - هم در کوتاه‌مدت (یک تا سه سال) و هم در بلندمدت (چهار سال یا بیشتر). سپس تخمین بزنید که چه مقدار پول نیاز دارید و چه مدت ممکن است برای پس‌انداز آن طول بکشد. اهداف کوتاه‌مدت مثل صندوق اضطراری (سه تا نه ماه هزینه زندگی) یا پس‌انداز برای پیش‌پرداخت خرید خودرو و اهداف بلندمدت مثل پیش‌پرداخت برای یک خانه.

✿ به‌طور منظم پس‌انداز کنید

برای اجرای موفقیت‌آمیز و منظم پس‌انداز به ترتیب زیر عمل کنید: ۱. مقداری از حقوق خود را مستقیماً به حساب پس‌اندازتان واریز کنید یا هر ماه یک انتقال خودکار از حساب اصلی خود به حساب پس‌اندازتان تنظیم کنید. ۲. امکان برداشت از حساب پس‌انداز را مسدود کنید و با نزدیک شدن به اهداف کوتاه‌مدت یا بلندمدت دستور رفع توقیف حساب بانکی را صادر نمایید.



✿ دانستنی

علل بروز بیوست در نوزادان

رابشناسید

✿ سرویس زندگی

بیوست در میان کودکان و نوزادان امری رایج است اما برخی خانواده‌ها بخصوص زوج‌های جوان که تجربه فرزندآوری نداشته‌اند، در این زمینه هراس دارند و گاهی با توصیه اطرافیان به درمان‌های خودسرانه نوزاد روی می‌آورند. بیوست در میان کودکان و نوزادان امری رایج است اما برخی خانواده‌ها بخصوص زوج‌های جوان که تجربه فرزندآوری نداشته‌اند، در این زمینه هراس دارند و گاهی با توصیه اطرافیان به درمان‌های خودسرانه نوزاد روی می‌آورند در حالی که متخصصان درمان خودسرانه بیوست نوزادان را ممنوع می‌دانند. فوق تخصص گوارش کودکان دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی با اشاره به اینکه درمان خودسرانه بیوست برای نوزادان هیچ توجیهی ندارد، گفت: زور زدن نوزاد هنگام دفع بیماری نیست که نیازمند مداخله درمانی داشته باشد. دکتر امیرحسین حسینی درباره شایع‌ترین بیماری‌ها در نوزادان، شیرخواران و کودکان در سنین پایین با بیان اینکه اولین موارد و نشانه‌های بیماری‌های شایع در کودکان از هفته سوم به بعد از تولد آغاز می‌شود، اظهار کرد: این موضوع با زور زدن‌های شیرخواران هنگام دفع مدفوع مشخص می‌شود و خانواده‌ها به اشتباه فکری می‌کنند این مورد بیوست است. حسینی اضافه کرد: زور زدن کودکان برای دفع مدفوع مساله‌ای شایع محسوب می‌شود که حتی تا شش ماهگی نیز ممکن است ادامه داشته باشد. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه زور زدن‌های همراه با تغییر رنگ پوست به شکل قرمز شدن پوست دست و پا و یا صورت، جمع کردن اندام‌ها معمولاً در شیرخواران شایع است، گفت: در این موارد کودک شاید دفع داشته باشد و یا حتی علی‌رغم زور زدن‌های زیاد دفعی در کودک نیز اتفاق نیفتد. وی با بیان اینکه ایجاد این شکل از دفع در نوزادان "دیسچیزیا" نام دارد و به‌شرط وزن‌گیری مناسب و دفع روز تولد نیاز به هیچ‌گونه مداخله خاصی ندارد عنوان کرد: زور زدن‌ها نباید با علامت‌های دیگری مثل توقف تنفس، کبودی لب‌ها، حمله‌های تشنجی، سرفه، استفراغ‌های خونی، صفراوی و چپنده همراه باشد. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی یادآوری کرد: چنانچه زور زدن کودک با مشکلاتی که در بالا ذکر شد همراه نباشد، به خودی خود بعد از مدت کوتاهی برطرف خواهد شد. وی نسبت به اقدامات خودسرانه برخی خانواده‌ها برای کاهش علامت‌های هنگام دفع در نوزادان هشدار داد و اضافه کرد: تحریک مقعدی با استفاده از گوش‌پاک‌کن، روغن زیتون، انگشت و یا صابون می‌تواند برای نوزاد مشکلات جدی به همراه داشته باشد. این عضو هیات علمی دانشگاه با بیان اینکه شروع درمان خودسرانه بیوست برای نوزادان هیچ توجیهی ندارد اضافه کرد: زور زدن نوزاد هنگام دفع بیماری نیست که نیازمند مداخله درمانی داشته باشد ضمن اینکه استفاده از داروهای درمان بیوست برای کودکان کمتر از یکسال ممنوعیت مصرف دارد.

روش‌های نگهداری طولانی مدت

پیاز داغ

✿ الهه بابایی

بعضی از افراد فریز کردن پیاز داغ را برای صرفه‌جویی در وقت انجام می‌دهند ولی باید اصول و شیوه درست نگهداری آن را بدانند تا از خراب شدن پیاز سرخ شده در طولانی مدت پیشگیری کنند.

✿ خرد کردن و جوشاندن پیاز

پیازها را در اندازه‌های دلخواه خرد کنید. در یک قابلمه به مقدار لازم آب جوش بیاورید. پیازهای خرد شده را برای چند دقیقه در آب جوش بریزید تا قدری فقط نرم شود. پیازها را داخل آبکش ریخته و روی آن آب سرد بگیرید.

✿ خشک کردن پیاز

پس از بیرون آوردن آب پیازها، آنها را روی یک پارچه آشپزخانه تمیز پهن کنید تا کاملاً خشک شود. یک تابه یا قابلمه نجسب و بزرگ را روی حرارت گذاشته و پس از آنکه داغ شد به مقدار کافی روغن سرخ‌کردنی در آن بریزید. به علت جوشاندن، پیاز خیلی روغن را به خود جذب نمی‌کند ولی روغن کم نمی‌شود پیاز داغ خوب داشت. بگذارید تا روغن داغ شود.

✿ سرخ کردن پیاز

قدری از پیاز را با نمک و زردچوبه سرخ کنید. سریع بعد از آماده شدن آن را از روغن بیرون بیاورید تا نسوزد. پیاز سرخ شده را در یک آبکش فلزی یا بر روی یک حوله کاغذی بریزید تا روغن اضافی آن بیرون بیاید. این پیاز را می‌توانید در یخچال و یا فریزر نگهداری کنید. پیاز درون یخچال باید در ظرف در بسته نگهداری شود.

✿ ظرف مناسب فریز کردن

برای منجمد کردن پیاز در فریزر حتماً کیسه زیپ دار استفاده کرده و آن را با یک نی هواگیری کنید. شیوه‌ای که گفتیم، برای پیاز داغ چیبسی است. چنانچه می‌خواهید پیاز داغ قهوه‌ای و به هم چسبیده باشد و برای آش رشته مناسب باشد، احتیاجی نیست که آن را از قبل بجوشانید بلکه باید اول بدون روغن، پیاز را با مقداری نمک در قابلمه تفت دهید تا قدری سبک شود و آنگاه به آن روغن بیفزایید. برای این نوع پیاز داغ، نیازی به گرفتن روغن نیست.

✿ نگهداری پیاز سرخ شده در یخچال

اگر بخواهید پیاز را کوتاه مدت ۲ تا ۳ روز استفاده کنید می‌توانید آن را در ظرف سردار قرار دهید و درون یخچال نگهداری کنید. ولی این روش برای نگهداری طولانی مدت توصیه نمی‌شود.

✿ نگهداری پیاز سرخ شده در فریزر

مدت زمان نگهداری پیاز سرخ شده در فریزر ۳ تا ۶ ماه می‌باشد. ولی دقت کنید که مدت زمان پیشنهادی ما به شما ۶ هفته است، چون که تا پایان این زمان عطر و طعم پیاز به خوبی حفظ می‌شود و همین‌طور از بروز آلودگی و میکروب هم جلوگیری می‌شود. هنگامی که شما پیاز را سرخ می‌کنید قدری از ارزش غذایی آن کم می‌شود.

میز خبر

آتش سوزی انبار وسایل لوازم خانگی در بازار بندرعباس



آتارام

انبار وسایل لوازم خانگی روبروی اسکله شهید حقانی بندرعباس دچار آتش سوزی شد. به گزارش صبح ساحل، محمد امین لیاقت رییس سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی بندرعباس گفت: ساعت حدود ۲۰ روز یکشنبه اطلاع یافتیم که مغازه‌ای در طبقه دوم ساختمانی در خیابان طالقانی روبروی اسکله شهید حقانی دچار حریق شده است. وی ادامه داد: بلافاصله تیم های آتش نشان از چهار ایستگاه شماره های ۱، ۲، ۴ و ۶ به محل اعزام شدند. وی با بیان اینکه خوشبختانه این حادثه خسارت جانی نداشته است اظهار داشت: علت حادثه در دست بررسی است. وی به ترافیک مسیر و ازدحام جمعیت در صحنه حادثه اشاره داشت که با توجه به امداد در زمان اولیه حادثه، سد کردن مسیر خودروهایی آتش نشانی عمق حادثه را بیشتر می کند. لیاقت با اشاره به ترافیک سنگین در محل آتش سوزی انبار وسایل خانگی افزود: ترافیک و حجم بالای خودرو در سطح شهر، نیروهای آتش نشانی را در انجام ماموریتشان دچار مشکل کرده است. این مقام مسوول افزود: عملیات اطفاء به موقع آتش از سوی آتش نشانان، نیازمند باز کردن هرچه سریعتر مسیرها برای عبور خودروهای آتش نشانی است. وی تاکید کرد: زمان برای عوامل آتش نشانی به منظور انجام عملیات امداد و نجات و اطفاء آتش، نقش بسیار مهم و تعیین کننده دارد و آنان سعی دارند وقت و فرصت را برای آغاز هرچه سریعتر عملیات از دست ندهند. رییس سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری بندرعباس گفت: با گذشت هر یک دقیقه از زمان حریق، قدرت و گسترش آن نیز چند برابر شده و کار برای عوامل آتشنشانی سخت و عمق فاجعه نیز بیشتر می شود.

مدیرکل تعزیرات حکومتی هرمزگان عنوان کرد جریمه ۱۳۴ میلیارد ریالی قاچاقچی سوخت در رودان

سرورس حوادث

مدیرکل تعزیرات حکومتی هرمزگان، از جریمه ۱۳۴ میلیارد و ۷۱۴ میلیون ریالی قاچاقچی سوخت در شهرستان رودان خبر داد. به گزارش صبح ساحل کیومرث حسن پور گفت: پرونده فروش خارج از ضوابط تعیینی دولت ۲۳۵ هزار و ۴۰۰ لیتر نفت گاز به ارزش ۵۹ میلیارد و ۹۲۹ میلیون ریال و ۳۲ هزار و ۱۶ لیتر بنزین به ارزش ۷۴ میلیارد و ۲۱۲ میلیون ریال در شعبه اول بدوی و ویژه رسیدگی به تخلفات قاچاق کالا و ارز تعزیرات حکومتی رودان رسیدگی شد. وی افزود: شعبه پس از بررسی پرونده و با توجه به ارائه نکردن مدارک قانونی، اتهام انتسابی را محرز و علاوه بر توقیف پلاک خودروهای اعلامی و مسدود کردن کارت‌های سوخت، متهم را به پرداخت ۱۳۴ میلیارد و ۲۷۵ میلیون ریال جزای نقدی معادل ۲ برابر ارزش ریالی تخلف محکوم کرد. به گفته حسن پور، با گزارش اداره کل بازرسی هرمزگان پیرامون سو استفاده از کارت‌های سوخت، پرونده این تخلف برای رسیدگی به تعزیرات حکومتی ارسال شده بود.

ضبط ۴۲ هزار لیتر گازوئیل قاچاق

مدیرکل تعزیرات حکومتی هرمزگان در خصوص محکومیت ۵۳ میلیارد و ۲۸۵ میلیون ریالی قاچاقچی سوخت نیز گفت: پرونده تخلف قاچاق سوخت به میزان ۴۲ هزار لیتر گازوئیل به ارزش ۱۴ میلیارد و ۴۸۰ میلیون ریال در شعبه اول بدوی تعزیرات حکومتی شهرستان قشم رسیدگی شد. حسن پور افزود: شعبه با توجه به مدارک موجود در پرونده، تخلف انتسابی را محرز و علاوه بر ضبط سوخت کشف شده، هر کدام از متهمان را به پرداخت ۲۶ میلیارد و ۶۴۲ میلیون ریال معادل ۲ برابر ارزش سوخت محکوم کرد. وی گفت: در مجموع متهمان پرونده به پرداخت ۵۳ میلیارد و ۲۸۵ میلیون ریال جزای نقدی محکوم شدند. مدیرکل تعزیرات حکومتی هرمزگان افزود: مأموران اداره مبارزه با قاچاق کالا و ارز دریابانی قشم این تخلف را کشف و پرونده آن را برای رسیدگی به تعزیرات حکومتی ارسال کردند.



فرمانده انتظامی استان هرمزگان خبر داد

دستگیری قاتل فراری در قشم

سرورس حوادث

فرمانده انتظامی هرمزگان از شناسایی و دستگیری قاتل متواری پس از یک سال زندگی مخفیانه در شهرستان قشم خبر داد.

به گزارش صبح ساحل، سردار علی اکبر جاویدان افزود: در بی وقوع یک فقره درگیری خیابانی منجر به قتل با سلاح سرد در یکی از روستاهای جزیره قشم و متواری شدن قاتل، پیگیری موضوع در دستور کار کارآگاهان پلیس آگاهی این شهرستان مرزی قرار گرفت. وی ادامه داد: با انجام اقدامات فنی، اطلاعاتی و تحقیقات میدانی مشخص شد قاتل فراری پس از درگیری با مقتول ۲۵ ساله به یکی از استان همجوار فرار کرده و با تغییر هویت و چهره در آنجا سکونت دارد. وی توضیح داد: کارآگاهان پلیس با انجام کار اطلاعاتی و بهره گیری از شیوه های پلیسی از بازگشت متهم مطلع شدند و با نیابت قضایی و هوشیاری کامل مخفیگاه



متهم را زیر نظر قرار داد و در یک عملیات منسجم وی را دستگیر کردند. سردار جاویدان بایان اینکه قاتل در بازجویی اولیه به جرم خود معترف شد، افزود: متهم برای سیر مراحل قانونی به دستگاه قضایی معرفی و با قرار مناسب روانه زندان شد.

کشف شیشه در سیریک

فرمانده انتظامی استان در رابطه با کشف قریب به ۲۵ کیلو ماده مخدر شیشه که به صورت حرفه ای در قالب های کوچک در یک دستگاه پژو ۴۰۵ دلفینی فشرده سازی و جاساز شده بود، اظهار کرد: مأموران پلیس مبارزه با مواد مخدر سیریک با همکاری پلیس مبارزه با مواد مخدر استان با اشراف اطلاعاتی به سرخ هایی از فعالیت یک

رئیس پلیس فتا:

شناسایی متهمانی که برای تقلب در کنکور، رمز ارز می گرفتند

سرورس حوادث

رئیس پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات (فتا) فراجا گفت: در هفته های اخیر چند متهم را شناسایی و دستگیر کردیم که بابت اقدامات کلاهبردانه در زمینه کنکور بالغ بر ۱۰۰ هزار تتر رمز ارز دریافت کرده بودند.

سردار وحید مجید افزود: آزمون سراسری یک موضوع ملی است و از سال ۹۹ همکاری گسترده ای در این زمینه بین دستگاه ها صورت گرفته است.

رئیس پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات (فتا) فراجا افزود: صحنه مقابله با تقلب های کنکور صحنه حضور مجرمان سایبری است؛ این مجرمان در سکوهای خارجی با اولویت تلگرام، اینستاگرام و واتسآپ فعالیت دارند. وی گفت: ما با برنامه ریزی های صورت گرفته چند ماه قبل از کنکور همه تحرکات مجرمان سایبری را زیر نظر داریم.

سردار مجید تغییر شگردها را رصد می کنیم به طوری که رصد عام سکوهای خارجی بر اساس

کلیدواژه‌ها نشان می‌دهد از سال ۹۹ تاکنون بیش از پنج هزار فعالیت مجرمانه در فضای مجازی و در قالب کانال، گروه و لینک انجام شده است.

وی با بیان اینکه اقداماتی که از سوی پلیس فتا صورت گرفت، موجب شد این میزان فعالیت مجرمانه به ۲ هزار مورد تقلیل یابد، اظهار داشت: عده‌ای از افراد فعالیت مجرمانه را ادامه دادند و ۸۰۰ مورد شناسایی شدند و پس از بررسی های نهایی مجرمان سایبری که فعالان اصلی بودند طی این سال حدود ۴۰۰ نفر بودند که دستگیر شدند.

سردار مجید خاطرنشان کرد: اقداماتی که این مجرمان سایبری در حوزه کنکور انجام می دادند، شامل دریافت پول های کلان از داوطلبان بوده است که از طریق کارت های بانکی، این افراد شناسایی شدند. وی ادامه داد: به مرور روش های مجرمان سایبری پیشرفته تر شد و از کارت های بانکی اجاره‌ای استفاده کردند تا پلیس در شناسایی آنها

با مشکل مواجه شود. رئیس پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات (فتا) فراجا افزود: در هفته‌های اخیر چند متهم را دستگیر کردیم که بابت اقدامات کلاهبردانه ای که انجام داده بودند، بالغ بر ۱۰۰ هزار تتر رمز ارز دریافت کرده بودند. وی گفت: برخی کلاهبرداران پیشنهاد داده بودند که کار موقعی تحویل داده می شود (سوالات تقلبی کنکور) که سکه طلا در ابعاد مختلف دریافت کنند. بیش از ۵۰ مورد دستگیر شدند که درخواست طلا داشتند. یا گفته بودند وسط جاده باید پول جابه جا شود.

مجید افزود: ما از ابتدای سال با هماهنگی سازمان سنجش در سراسر کشور مراکز و حتی افرادی که در سال های گذشته کلاهبرداری کرده اند را مورد رصد قرار دادیم. با توجه به روش های پیچیده‌ای که کلاهبرداران استفاده می کنند از حوزه بین الملل هم استفاده کرده ایم.

رئیس پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات

۱۷۸ فوتی و ۱۰۰۰ مصدوم در

حوادث هفته آخر فروردین

سرورس حوادث

رئیس سازمان اورژانس کشور، از مرگ ۱۷۸ نفر و مصدومیت ۱۲۳۲ نفر در حوادث هفته گذشته خبر کرد. جعفر میعادفر گفت: در هفته گذشته از ۲۵ فروردین ماه تا ۳۱ فروردین ماه، ۵۰۹ حادثه ویژه در سامانه ۱۱۵ به ثبت رسید که نسبت به هفته گذشته، شاهد کاهش ۲۱ درصدی این حوادث بودیم. همچنین در هفته گذشته، ۱۶۴ حادثه ترافیکی و ۳۴۵ حادثه غیرترافیکی داشتیم که هرکدام نسبت به هفته گذشته کاهش ۲۸ و ۹ درصدی را نشان می‌دهد. طی این مدت در مجموع ۶۸ درصد حوادث از نوع غیرترافیکی بود. رئیس سازمان اورژانس کشور با اشاره به تعداد مصدومان حوادث نیز گفت: در این مدت، ۱۳۹۴ نفر نیز در حوادث مصدوم یا بیمار شده و ۱۷۸ نفر جان خود را از دست دادند. ۱۲۳۲ نفر نیز به مراکز درمانی انتقال داده شدند که ۶۸ درصد از آنان معادل ۸۳۷ تن در حوادث ترافیکی آسیب دیده بودند. همچنین ۱۶۲ نفر در محل حادثه، خدمات درمانی دریافت کرده‌اند که ۱۱۰ نفر از آنان در تصادفات زخمی شده بودند. / ایسنا

بازی‌های رایانه‌ای زمینه ساز خشونت در کودکان

بازی‌های رایانه‌ای که در آن نشانه‌های خشونت و خونریزی شخصیت‌های رایانه‌ای دیده می‌شود، باعث بی‌قراری و اضطراب فرزندان شما می‌شود.

پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات فراجا
www.cyberpolice.ir

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص پارس فرزام شکیب به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۸۴۰۸۰۸ و به شماره ثبت ۱۶۶۵۸ استناد صورتحساب مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۰۹ تصمیحات ذیل اتخاذ شد اعضای هیئت مدیره به شرح ذیل برای مدت دو سال انتخاب گردیدند: آقای علیرضا اسماعیلی به شماره ملی ۱۷۵۶۱۲۵۵۴۶ به سمت مدیرعامل و رئیس هیئت مدیره آقای بهروز تاجیک به شماره ملی ۱۸۱۸۲۵۰۷۰۵ به سمت عضو هیئت مدیره آقای عبدالعظیم محمودی به شماره ملی ۵۳۷۹۶۸۴۰۴۱ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره کلیه اسناد و مدارک و اوراق بهادار و تعهدآور بانکی از جمله چک، سفته، برات، قراردادها و عقود اسلامی و سایر اوراق و نامه های عادی و اداری با امضاء کلیه اعضا هیئت مدیره متفقاً همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. آقای مهدی رضائی زاده به شماره ملی ۳۲۹۱۵۱۵۶۵۱ به سمت بازرس اصلی و آقای احمد آجی زاده به شماره ملی ۳۲۷۹۷۱۰۲۱۲ به سمت بازرس علی البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب گردیدند.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری بندرعباس (۱۷۰۳۳۹۸)

میزخبر

رئیس دانشگاه علوم پزشکی خبر داد

انهدام تیم سقط جنین در کرمان

سرویس خبری

رئیس دانشگاه علوم پزشکی کرمان گفت: تیمی که در خارج از مراکز درمانی اقدام به کارهای خارج از عرف و سقط جنین می‌کردند با همکاری دستگاه قضا و نهادهای امنیتی منهدم شد.

دکترمهدی احمدی نژاد در نشست خبری هفته سلامت با اعلام این خبر اظهار کرد: با همکاری دستگاه قضا و نهادهای امنیتی تیم سقط جنین در کرمان منهدم شد. این تیم که شامل افرادی مانند پزشک، ماما و پرستار بود در خارج از مرکز درمانی کارهای خارج از عرف انجام می‌دادند. احمدی نژاد افزود: ۱۳ میلیارد تومان بدهی معوقات پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کرمان بود که سبب شد تولید مقالات علمی این دانشگاه کاهش یابد. خوشبختانه بخشی از این بدهی پرداخت شد و امسال این بدهی به یک میلیارد و ۳۰۰ میلیون تومان رسیده است. وی ادامه داد: دانشگاه علوم پزشکی کرمان در پرداخت حق و حقوق پرستاری رتبه دوم کشور را بعد از دانشگاه تهران دارد و در پایان سال گذشته شش ماه از معوقات پزشکان و پرسنل را تسویه کردیم و جزء دانشگاه‌های اول کشور در این زمینه هستیم. رئیس دانشگاه علوم پزشکی کرمان از تکمیل طرح‌های عمرانی این دانشگاه سخن به میان آورد و تصریح کرد: ساختمان خوابگاه دانشجویان دختر، دانشکده مدیریت و دانشگاه پیراپزشکی از پیشرفت فیزیکی بالایی برخوردار هستند. وی با اشاره به مشارکت خیران در امر سلامت و همکاری با دانشگاه علوم پزشکی کرمان عنوان کرد: خیران در ساخت و خرید برخی دستگاه‌های پزشکی به این دانشگاه کمک می‌کنند. احمدی نژاد افزود: بیمارستان ۳۵۰ تختخوابی امام رضا (ع) که بزرگترین بیمارستان روانپزشکی جنوب شرق کشور است، با کمک خیران در حال ساخت است و تا پایان سال آینده به بهره‌برداری می‌رسد. وی با اشاره به اجرای طرح جامع سلامت خانواده در شهرستان بردسیر تصریح کرد: ۹ دستگاه آمبولانس جدید به ناوگان امدادی این دانشگاه با کمک خیران اضافه شد.

کمبود زیرساخت‌های شهری؛ علت عدم ماندگاری پزشکان است

رئیس دانشگاه علوم پزشکی کرمان عنوان کرد: در برخی از شهرستان‌ها به علت کمبود زیرساخت‌های شهری انگیزه‌ای برای پزشکان وجود ندارد و پزشکان در این مناطق ماندگار نمی‌شوند. وی افزود: در برخی از شهرستان‌ها که برخی تخصص‌ها را نداشتند لذا با پزشکان قرارداد خارج از عرف بسته‌ام. احمدی نژاد در ادامه اظهار کرد: متأسفانه صبح امروز یکی دیگر از مجروحان حمله تروریستی گلزار شهدای کرمان به خیل شهدا پیوست.

احمدی نژاد در ادامه اظهار کرد: جمعیت اتباع بیگانه در کرمان قابل شناسایی نیست زیرا بسیاری از آنها مدارک شناسایی ندارند و هر چند روز یکبار خودروی حامل اتباع افغانستانی دچار حادثه می‌شوند که هزینه‌های زیادی به بهداشت و درمان دانشگاه علوم پزشکی کرمان تحمیل می‌کنند.

وی افزود: ایرانی‌ها به مراکز بهداشتی نمی‌روند زیرا اتباع زیادی به این مراکز مراجعه می‌کنند لذا مردم خودمان رغبتی برای حضور در این مراکز ندارند و از خدمات بهداشتی محروم می‌شوند و با توجه به اینکه اغلب افغانه کارت هویتی ندارند بنابراین نمی‌دانیم چه مبلغی خدمات درمانی به آنها ارائه می‌شود. همچنین برهانی نژاد معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی کرمان نیز در این جلسه گفت: برنامه سلامت خانواده را در حال اجرا داریم و امسال پوشش گسترده‌تر خواهد بود. وی با اشاره به نقش رسانه‌ها در ترویج زندگی سالم در جامعه، در ادامه درباره سلامت آب شرب تصریح کرد: طبق آزمایشات مکرر آب آشامیدنی کرمان مشکلی ندارد و در برخی فصول ممکن است کدری داشته باشد اما مواد شیمیایی ندارد.

درخشان معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی کرمان نیز در این جلسه با تبیین اقدامات عمرانی و خدماتی و تجهیز و توسعه بیمارستان در حوزه دانشگاه علوم پزشکی کرمان گفت: رصد و نظارت و انجام زایمان طبیعی و بدون درد و نظارت بر زایمان طبیعی و ... انجام شده است. معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی کرمان بیان کرد: همچنین از سقط جنین ۶۹ نفر در کرمان و ۱۵۴ نفر در سطح استان به دلیل مداخلات روحی و روانی مراکز نفس جلوگیری شد. وی درباره وضعیت شیوع آبله مرغان و سرخک در حوزه دانشگاه علوم پزشکی کرمان گفت: در سال گذشته تقریباً دو مورد ابتلا به سرخک در یکی از استان‌های همسایه کرمان گزارش شده، البته از ابتلا به آبله مرغان مواردی داریم اما نگرانی در این زمینه وجود ندارد زیرا بیماران مبتلا به آبله مرغان بهبود می‌یابند و نیاز به بستری ندارند. /ایسنا

بیش از هشت هزار تن گندم

در اراضی بوشهر برداشت شد

سرویس خبری

معاون بهبود تولیدات گیاهی جهاد کشاورزی استان بوشهر گفت: تاکنون هشت هزار و ۵۰۰ تن گندم از مزارع این استان برداشت و تحویل مراکز خرید شده است.

"کبری توکلی" در گفت و گو با خبرنگاران اظهار کرد: برداشت گندم از مزارع استان از ۱۵ فروردین آغاز شده که هفت هزار و ۹۰۰ تن گندم معمولی و ۶۰۰ تن بذر گندم است.

وی افزود: ۳۲۰ دستگاه کمباین برداشت گندم در مزارع استان بوشهر تا خرداد ماه انجام می‌دهند.

معاون بهبود تولیدات گیاهی جهاد کشاورزی استان بوشهر تصریح کرد: پیش‌بینی شده تا پایان فصل برداشت گندم در مجموع ۴۰ هزار تن محصول از مزارع این استان برداشت شود.

توکلی یادآور شد: در استان بوشهر ۱۴ مرکز خرید گندم به صورت شبانه‌روزی فعالیت دارند.

وی بیان کرد: کاهش بارندگی به مزارع دیم صدمه و خسارت وارد کرده است. توکلی تصریح کرد: تمام مزارع گندم استان بوشهر تحت پوشش بیمه محصولات کشاورزی است و خسارات و غرامت به تولیدکنندگان پرداخت می‌شود.

سرپرست اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان خبر داد؛

ساخت ۲۰ مجتمع خدماتی رفاهی بین راهی در کرمان

شکیلا افضلی

سرپرست اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای کرمان گفت: طی ۲ سال گذشته حدود ۳۰۰ کیلومتر راه روستایی در این استان احداث و آسفالت شد.

علی عبداللهی با بیان اینکه اقدام تحولی بزرگی به همت همکاران در این اداره برای احداث راه های روستایی استان شکل گرفته و این آمار معادل کار چندین سال پیش از آن است افزود: آمار این بخش طی یکسال گذشته شامل احداث ۱۰۵ کیلومتر راه روستایی در استان به همراه آسفالت بوده که به بهره برداری رسیده است.

وی اظهارداشت: این استان دارای بزرگترین شبکه ارتباطی راه و شریانی و دومین شبکه بزرگراهی در سطح کشور است لذا کرمان به علت وسعت زیاد و عملکرد در راه های روستایی، آزادراهی و بزرگراهی بایستی به شکل ویژه‌ای مورد توجه مسئولان قرار گیرد. سرپرست اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان کرمان با بیان اینکه بزرگترین پروژه های نگهداری راه های کشور را در سطح استان کرمان داریم و این پروژه ها سال ها معطل مانده بودند که حالا به بهره برداری خواهند رسید، گفت: پروژه شهداد - نهبندان به عنوان یکی از پروژه های اصلی و کریدور کشور در دست احداث و بهسازی است.

وی ادامه داد: اصلاح و روکش آسفالت کریدور اصلی کشور یعنی مسیر یزد - انار - سیرجان به سمت بندرعباس یکی از اولویت های اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان



کرمان است.

ساخت ۲۰ مجتمع خدماتی رفاهی

عبداللهی تصریح کرد: سال گذشته علاوه بر مجتمع های خدماتی رفاهی بین راهی که در سطح جاده ها در حال خدمت رسانی به مردم و مسافران بودند، سه باب نمازخانه بین راهی نیز برای رفاه حال مسافران اضافه و بهره برداری شد.

وی خاطر نشان کرد: ساخت حدود ۲۰ باب مجتمع خدماتی رفاهی بین‌راهی در دستور کار قرار دارد که با پیگیری های این اداره کل به بهره برداری خواهند رسید؛ در این خصوص با توجه به اینکه این استان دارای جاده های طولانی و کویری است و افراد با رانندگی های طولانی در جاده یکنواخت و بیابانی دچار خستگی بیشتری می شوند، نیاز به استراحت

و تجدید قوای بیشتری دارند. سرپرست راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان کرمان در ادامه افزود: تمامی مجتمع های خدماتی رفاهی - بین راهی از طرف دستگاه های مختلف از جمله اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای به عنوان متولی و همچنین از سوی اداره بهداشت، شرکت نفت و سایر دستگاه های مرتبط به صورت مرتب بازدید می شوند. وی در ادامه به طولانی بودن و گستردگی طول راه ها اشاره کرد و افزود: تمامی جاده های استان کرمان در حال نگهداری هستند و بایستی شبکه گسترده راه های بسیار ذی‌قیمت استان را حفظ کنیم زیرا این حوزه در بحث اقتصاد استان بسیار حائز اهمیت است. عبداللهی ابراز داشت: یکی از بهترین پروژه هایی که برای شبکه راه ها در سطح استان کرمان تعریف شده، جاده

معاون عمرانی استاندار عنوان کرد؛

محرومیت زدایی روستایی با توسعه شبکه راه‌سازی بوشهر

مهران سلطانی نژاد

معاون عمرانی استاندار بوشهر گفت: در یک سال اخیر ۲۰۰۰ میلیارد تومان پروژه راهداری در استان بوشهر اجرا شد.

محمدهادی رستمیان در بازدید از پروژه‌های راهداری در استان بوشهر اظهار داشت: توسعه طرح‌های راه سازی در استان بوشهر از اولویت‌های بخش عمرانی است.

وی، حجم اعتباری ۹۹ قرارداد راهداری استان بوشهر در سال قبل را معادل دو هزار میلیارد تومان عنوان کرد و افزود: این میزان سرمایه‌گذاری در طرح‌ها نسبت به سال ماقبل آن بیش از دو برابر افزایش یافته است. عبدالکریم اخترشناس مدیرکل

راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان بوشهر نیز از تکمیل ۱۷۵ کیلومتر طرح بهسازی راه‌های روستایی استان خبر داد و اظهار داشت: عزم جدی دولت سیزدهم محرومیت‌زدایی در روستاهاست و در این راستا شبکه راه سازی استان بوشهر توسعه یافته است. وی با بیان اینکه ۹۸ درصد راه‌های روستایی بالای ۲۰ خانوار استان بوشهر تکمیل شده است، گفت: میانگین برخورداری راه مناسب روستایی بالای ۲۰ خانوار در کشور ۸۱ درصد و این رقم در استان بوشهر ۹۸ درصد است. مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان بوشهر با بیان اینکه سال قبل قبل طرح‌های مهم راه سازی در روستاهای بالای ۵۰ خانوار اجرا تکمیل شد، افزود: اکنون همه روستاهای بالای ۵۰

خانوار استان بوشهر دارای راه مناسب هستند و امسال اولویت تکمیل راه‌های روستایی بالای ۲۰ خانوار در اولویت قرار گرفته است. اکنون طرح‌های راه سازی در ۷ روستای بالای ۲۰ خانوار استان بوشهر در حال اجراست که با تکمیل آنها همه روستاهای استان از راه مناسب بهره‌مند می‌شوند. اخترشناس از اجرای ۳۸ پروژه راهداری با اعتبار ۴۰۰ میلیارد تومان در استان بوشهر خبر داد و خاطر نشان کرد: اعتبارات اداره‌کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان بوشهر در دولت سیزدهم رشد قابل توجهی یافته است به‌گونه‌ای که معاملات متوسط و بزرگ در سال ۱۴۰۰ حدود ۳۶۷ میلیارد تومان بود و سال قبل افزایش بیش از دو برابری یافته است.

مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای فارس خبر داد:

اضافه شدن ۳۰ میلی‌متر به میانگین آب سدهای فارس

با سامانه بارشی اخیر

وی با بیان اینکه در این بارندگی سد سلمان فارسی بیشتر منتفع شد، افزود: سامانه مذکور ۳۰ میلی‌متر به میانگین آب سدهای استان فارس اضافه کرد.

بدری اظهار کرد: میانگین بارش امروز، ۲ اردیبهشت‌ماه استان فارس ۱۹۴.۱ میلی‌متر است یعنی تغییرات بارندگی نسبت به میانگین مدت مشابه منفی ۲۳ درصد است.

مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای فارس میزان

حجم آب امروز سد سلمان فارسی را ۵۱۱ میلیون متر مکعب و خروجی آن را ۲.۸۵ متر مکعب بر ثانیه اعلام کرد و گفت: هنوز موعد رهاسازی آب سد سلمان فارسی نرسیده است و زمان آن با توجه به نیاز کشاورزی مناطق جنوبی فارس، در شورای آب استان مشخص خواهد شد.

وی در خصوص سد درودزن نیز گفت: حجم امروز آب پشت سد درودزن ۶۶۸ میلیون متر مکعب است که با توجه به تصمیم شورای

نیکشهر، دشتیاری، راسک می‌باشد.

سید محمد رضا سیدحسینی در بازدید از اراضی سیل زده کشاورزی استان افزود: بیشترین خسارت بارندگی سیل آسی اخیراً به بیش از ۱۷ هزار هکتار از اراضی زراعی آبی و دیم ، ۸۵۷۰ هکتار اراضی باغی، ۱۹ واحد گلخانه، ۸۴۴ واحد دامداری روستایی و عشایری، ۲۵۱۶ راس دام سبک و سنگین، ۳۴۲ کلتی زنبورعسل، ۶ واحد صنعتی پرورش مرغ گوشتی، ۸۸۸ حلقه چاه کشاورزی، ۸۱۰ دستگاه ماشین آلات و ادوات کشاورزی، ۲۰۰

رشته قنات، ۷۷ هکتار اراضی تحت پوشش آبیاری تحت فشار، ۲۹۹ کیلومتر جاده بین مزارع، ۵۰۷ کیلومتر انتقال آب با لوله و کانال، ۱۱۱۵ بندسار و سازه آبخیزداری و ۹۸ باب استخر ذخیره برشمرد. وی تصریح کرد: سازمان جهادکشاورزی با تمامی امکانات با تأمین نهاده های دام و طیور ، ماشین آلات سنگین برای بازسازی بندسارها و قنوتات و بازگشایی جاده های دسترسی به مزارع و باغات آماده خدمت‌رسانی است. /ایسنا

خسارت سیلاب سیستان و بلوچستان بیش از

۲۱۰۰ میلیارد تومان است

سرویس خبری

رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان سیستان و بلوچستان برآوردهای اولیه خسارت واحدهای تولیدی، زیرساخت‌های بخش کشاورزی ناشی از بارندگیهای سیل آسی فروردین امسال در ۱۵ شهرستان جنوبی استان را بیش از ۲۱۰۰ میلیارد تومان اعلام و افزود: عمده خسارات وارده به بخش کشاورزی در شهرستان های زراباد، کنارک، چابهار، قصرقند،

بازدید از موزه‌های بوشهر و حسرت‌هایی برای هرمزگان

بوشهر رقیب دیروز، الگوی امروز

پهروز عباسی

اگر چه این روزها سایه مبهم جنگ بر کشور افتاده؛ اما تصمیم گرفتیم بر مشاهدات خود طی سفر به شهر تاریخی بوشهر و مردم نازنینش تمرکز کنیم و آن را به نگارش آوریم. هدف اصلی این متن، مقایسه دو شهر بندری مهم، بوشهر و بندرعباس است. استان همجوار ما که در قیاس با وسعت، جمعیت و درآمد بسیار پیشگام‌تر از هرمزگان در مباحث بنیادی فرهنگی و اجتماعی ظاهر شده است. طی سفر نوروزی امسال و زمانی که به بوشهر رسیدیم، در بومگردی زیبای "تنگسیر" که از سوی تعدادی هنرمند اداره می‌شود، اتاق راحتی گرفتیم. بومگردی زیبای تنگسیر، خانه قدیمی مرمت شده‌ای بود و در وسط چهار محله معروف بوشهر قرار داشت. این مکان با تلاش مردم بافت قدیمی‌اش در حال احیا بود، در حالی که برخی در بندرعباس با دور زدن قانون و میراث فرهنگی در حال تخریب اندک خانه‌های باقیمانده از گذشتگان خود هستند. با راهنمایی دوستان بومگردی از فضای بافت محله و دو موزه جالب آن جا، بازدید کردیم. موزه دریانوردی و موزه پزشکی خلیج فارس با وسواس خاصی چیدمان شده بود و کارکنان



آن با حوصله بسیار، پذیرای مهمانان نوروزی بودند. این موضوع در مقایسه با موزه هرمزگان قابل تأمل است. در موزه مردم‌شناسی هرمزگان، گرد و خاک روی اشیاء و فضای زیبای این مکان فرهنگی را پر کرده و متاسفانه متولیان، اقدامی ماندگار و برنامه‌ای هدفمند برای بویایی این موزه ارزشمند ندارد. پس از بازدید از بنیاد ایران‌شناسی شعبه بوشهر، راهی موزه اصلی این شهر شدیم. این مکان در خارج از بافت واقع شده بود. مکانی فوق العاده زیبا و دقیق با نام موزه



منطقه‌ای خلیج فارس که دیدنش باعث ذوق بسیار در من شد. طراحی و نورپردازی حرفه‌ای با چیدمان درست اشیاء، نقشه‌ها و عکس‌های تاریخی در کنار توضیحات کامل بسیار چشم‌نواز بود. در نهایت فضایی آبرومند که بوشهری‌ها به خوبی از آن حفاظت می‌کنند. یک موزه درجه یک و شایسته برای دریای پارس، فرهنگ غنی و پراهمیت آن، امیدوارم همه علاقمندان به تاریخ و فرهنگ جنوب ایران فرصت بازدید از این فضا را به دست بیاورند.

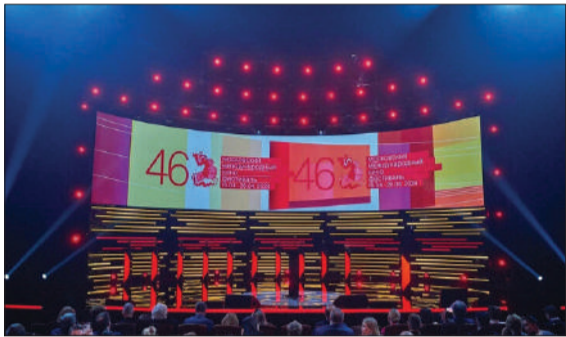
میزخبر

آغاز جشنواره بین‌المللی فیلم مسکو با حضور فیلم‌های ایرانی

سرویس فرهنگی

چهل و ششمین جشنواره بین‌المللی فیلم مسکو با حمایت وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی روسیه از ۳۱ فروردین با حضور پررنگ سینمای ایران در بخش‌های مختلف کار خود را آغاز کرد.

چهل و ششمین جشنواره بین‌المللی فیلم مسکو با حمایت وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی روسیه از ۳۱ فروردین تا ۶ اردیبهشت ۱۴۰۳ در حضور پررنگ سینمای ایران در بخش‌های مختلف آن، در حال برگزاری است. این رویداد با مشارکت ۲۴۰ فیلم از ۵۶ کشور جهان دارای بخش‌های مختلف رقابتی و غیررقابتی است. در مراسم افتتاحیه این رویداد که جمعه ۳۱ فروردین برگزار شد، حضار به یاد قربانیان حادثه تروریستی اخیر در تالار شهر مسکو، یک دقیقه سکوت کردند و در ادامه الگا



لویماوا وزیر فرهنگ روسیه پیام رئیس‌جمهور این کشور را قرائت کرد و گفت: ما مفتخریم که مهمانان ارجمندی از کشورهای مختلف جهان در این جشنواره شرکت دارند و برای ما بسیار مهم است که فیلمسازان بزرگ، اثر خود را به جشنواره ما سپرده‌اند. برنامه‌های این جشنواره شامل بخش‌های رقابتی، غیررقابتی، شات‌ست، گذشته‌نگر و فیلم‌های اعضای بریکس است. آثار مختلفی از سینمای ایران در بخش‌های رقابتی، غیررقابتی، شات‌ست، مرور آثار گذشته‌نگر و فیلم‌های مربوط به کشورهای عضو بریکس حضور دارند. جشنواره بین‌المللی فیلم مسکو به عنوان یکی از قدیمی‌ترین جشنواره‌های فیلم جهان پس از ونیز محسوب می‌شود و اولین بار در سال ۱۹۳۵ برگزار شد. در این جشنواره طی سالیان متعددی آثار شاخص سینمایی از کشورهای مختلف شرکت داشته و فیلمسازان مختلف از سراسر جهان در بخش هیأت داوران آن به قضاوت آثار پرداخته‌اند. این رویداد که ریاست آن را نیکیتا میخالکوف کارگردان مشهور روس و رئیس اتحادیه سینماگران این کشور بر عهده دارد، طی ۲۰ سال اخیر به ویژه، به یکی از رویدادهای مهم صنعت سینما برای سازماندهی اولین نمایش‌های جهانی معتبر تبدیل شده است. /مهر

اعزام‌های حج تمتع از ۲۴ اردیبهشت آغاز می‌شود

سرویس فرهنگی

رئیس شرکت هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران گفت: عملیات انتقال زائران حج تمتع ۱۴۰۳ از بیست‌و‌چهارم اردیبهشت آغاز خواهد شد و هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران همچون سال‌های گذشته با همه توان در خدمت زائران سرزمین وحی خواهد بود.

به گزارش صبح ساحل، حجت‌الاسلام سید عبدالفتاح نواب در آیین بدرقه زائران عمره در سخنانی توصیه‌هایی به عمره‌گزاران عازم سرزمین وحی درباره بهره‌برداری هرچه بهتر از این سفر معنوی اظهار کرد: اخلاص در کار بسیار مهم است و کاری که مبتنی بر اخلاص باشد ماندگار خواهد بود، امام راحل (ره) هر کاری که می‌کردند برای خدا بود و برای همین هیچ‌گاه از مسیری که طی کردند، پشیمان نشدند. وی افزود: تلاش کنید شناخت و اطلاعات خود را از اهداف و برنامه‌های سفرهای حج و عمره بیشتر کنید و از فرصت حضور در جلساتی که در سرزمین وحی برگزار می‌شود، بیشترین استفاده را ببرید. نماینده ولی فقیه در امور حج و زیارت با تأکید بر اینکه در این سفر معنوی باید قدر فرصت‌ها را دانست، از حاضران خواست حال که عازم این سفر هستند از لحظه‌لحظه آن بهره برده و قدرشناس فرصت‌ها باشند و گفت: شما عزیزان ۹ سال انتظار کشیدید و هزینه فراوانی

کرده‌اید تا عازم این سفر معنوی شوید، افراد بسیاری برای حضور در سفر عمره ثبت‌نام کردند، اما قبل از آنکه عازم سرزمین وحی شوند از دنیا رفتند.

حجت‌الاسلام نواب با بیان اینکه استفاده نکردن از فرصت‌ها در این سفر، غصه‌های فراوانی را در پی خواهد داشت، عنوان کرد: عمره نور است، در این سفر برای خودتان و نسلتان دعا کنید؛ وضعیت امروز فرزندان من و شما از نسل گذشته پیچیده و سخت‌تر است، چرا که دین‌داری سخت‌تر شده است.

وی با اشاره به جنایات‌های رژیم صهیونیستی علیه مردم مظلوم و بی‌دفاع فلسطین و بی‌تفاوتی حامیان این رژیم اشغالگر نسبت به نسل‌کشی در غزه گفت: کنار کعبه برای فرزندانمان دعا کنید و به یاد تمام مسلمانان به‌ویژه مسلمانان فلسطینی باشید که هر روز به دست نظامیان دشمن اشغالگر شهید می‌شوند.

نماینده ولی فقیه در امور حج با تأکید بر اینکه در روایت‌ها آمده است که نعمت سلامتی و امنیت را باید قدر دانست، بیان داشت: برادران و خواهران مسلمان ما در غزه در وضعیت بسیار دشواری هستند و از گرسنگی رنج می‌برند. وی حضور برادران و خواهران شیعه و اهل سنت در این آیین را نشان‌دهنده گوشه‌ای از

همدلی و وحدت در میان مردم ایران دانست و زائران را به افزایش شناخت از اعمال، اسرار، معارف و مناسک حج و عمره توصیه کرد.

سیدعباس حسینی، معاون وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی همچنین از عمره‌گزاران ایرانی که پس از ۹ سال انتظار عازم سرزمین وحی هستند، خواست که برای رهایی مردم مظلوم غزه از شرایط سخت جنگی که این روزها هدف حملات و آتش رژیم صهیونیستی قرار دارند، دعا کنند تا رهایی پیدا کنند.

وی از سفیر عربستان سعودی در تهران به خاطر مساعدت‌هایی که برای ازسرگیری سفر عمره داشت، تقدیر کرد و افزود: ۱۸ نهاد، دستگاه و وزارتخانه، سازمان حج و زیارت را در سازماندهی و اعزام زائران به سرزمین وحی یاری می‌دهند که باید از آن‌ها تشکر کرد.

سعید چلندری، مدیرعامل شهر فرودگاهی امام خمینی (ره) با تأکید بر آمادگی کامل فرودگاه امام خمینی (ره) برای ارائه خدمت به زائران اظهار کرد: ترمینال سلام فرودگاه بین‌المللی امام (ره) با ۵۴ هزار متر مربع مساحت ویژه زائران خانه خدا و اعتبارات عالی است و روزانه ۱۵ و حداکثر ۱۴۰ پرواز (در اوج ایام زیارت اربعین) از آن پرواز می‌کنند.

وی افزود: در ترمینال سلام برای پارک ۱۰ هزار خودرو ظرفیت لازم پیش‌بینی شده و ارائه

خدمات در سطح استانداردهای بین‌المللی است. مدیرعامل شهر فرودگاهی امام خمینی (ره) گفت: در فرودگاه بین‌المللی امام خمینی (ره) در شبانه‌روز به‌جز پروازهای عتبات ۱۶۰ سفر انجام می‌شود و این فرودگاه افتخار دارد که در سال ۱۴۰۲ میزان یک میلیون زائر عتبات عالیات و حجاج بیت‌الله الحرام بوده است.

شمس‌الدین فرزادی‌پور، رئیس شرکت هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران (هما) نیز مشارکت در عملیات اعزام زائران عمره به سرزمین وحی را توفیق الهی دانست و اظهار کرد: خدا را شاکریم که توفیق خدمت‌گزاری به زائران خانه خدا را داریم و نخستین کاروان‌ها از زائران دواستان کرمانشاه و کردستان هستند. وی افزود: عملیات عمره در ماه شوال با انجام ۴۴ پرواز رفت و برگشت از ۱۱ فرودگاه کشور انجام خواهد شد و بیش از ۵۰۰۰ زائر به سرزمین وحی اعزام خواهند شد و این عملیات بیست‌وسوم اردیبهشت پایان خواهد یافت.

رئیس شرکت هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران (هما) یادآور شد: عملیات انتقال زائران حج تمتع ۱۴۰۳ هم از بیست‌و‌چهارم اردیبهشت ماه آغاز خواهد شد و هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران همچون سال‌های گذشته با همه توان در خدمت زائران سرزمین وحی خواهد بود.

خوشنویسان کشور ۳۵۰ اثر به جشنواره رضوی فرستادند

سرویس فرهنگی

شاهد دریافت ۳۵۰ اثر فاخر بود که هر یک به نوبه خود نمایانگر عمق فرهنگی و هنری این مرز و بوم است. از این تعداد، ۷۵ اثر در بخش نستعلیق، ۲۲ اثر در بخش نسخ، ۷ اثر در اقلام سته و ۲۰ اثر در بخش شکسته نستعلیق به مرحله بعدی راه یافته‌اند.

بابایی خاطر نشان کرد: این آثار، که با دقت و ظرافت خاصی توسط داوران مورد بررسی قرار گرفته‌اند، نشان‌دهنده تلاش و پشتکار هنرمندانی است که با عشق و علاقه به این هنر دست به قلم شده‌اند. وی افزود: اسامی هنرمندان برگزیده بر روی وب‌سایت شمس توس منتشر شده و آن‌ها از ۳ تا ۱۲ اردیبهشت ماه فرصت دارند تا آثار خود را به دفتر دبیرخانه تهران بنیاد بین‌المللی امام رضا (ع) ارسال نمایند.

دبیر بیستمین جشنواره ملی خوشنویسی رضوی تصریح کرد: از برگزیدگان مراسم اختتامیه که اواخر اردیبهشت در مشهد مقدس برگزار می‌شود، تقدیر خواهد شد.

دبیر بیستمین جشنواره ملی خوشنویسی رضوی گفت: در این دوره، دبیرخانه جشنواره شاهد دریافت ۳۵۰ اثر فاخر بود که هر یک به نوبه خود نمایانگر عمق فرهنگی و هنری این مرز و بوم است.

به گزارش ایرنا از ستاد خبری بیست و یکمین جشنواره بین‌المللی فرهنگی و هنری امام رضا (ع)، مهدی بابایی مجرد با اعلام پایان مرحله اول داوری این بخش از جشنواره، اظهار کرد: مرحله اول داوری این جشنواره با حضور ۹ داور برجسته در شهر تهران به انجام رسیده است. وی افزود: این جشنواره، که هر ساله به عنوان یکی از مهم‌ترین رویدادهای فرهنگی و هنری کشور ما شناخته می‌شود، امسال نیز شاهد حضور پررنگ هنرمندان و اساتید خوشنویسی از سراسر ایران بود. دبیر بیستمین جشنواره ملی خوشنویسی رضوی بیان کرد: در این دوره، دبیرخانه جشنواره

«کمال تبریزی» به دبیری جشنواره فیلم اقوام ایرانی نرسید

سرویس فرهنگی

جشنواره ملی فیلم اقوام ایرانی به دلیل مشغله کاری کمال تبریزی و تغییراتی که در تاریخ برگزاری جشنواره پیش آمده، بدون دبیری این سینماگر برپا خواهد شد.

نشست خبری فیلم اقوام ایرانی در بنیاد ایران‌شناسی برگزار شد که در آن کناره‌گیری کمال تبریزی به عنوان دبیر این رویداد به دلیل مشغله کاری و حضور در پروژه خارج از تهران اعلام شد. در ابتدای این نشست پس از رونمایی از پوستر جشنواره که توسط حمیدرضا بیدقی طراحی شده بود، یک تابلوی نقاشی با تصویری از اقوام ایرانی به بنیاد ایران‌شناسی اهدا شد.

در ادامه محمدحسین رجیبی‌دوانی -رئیس بنیاد ایران‌شناسی - در سخنانی با اشاره به جایگاه اقوام ایرانی به ایستا گفت: این جشنواره به دلیل آنکه در مسیر تقویت وحدت اقوام ایرانی است برای ما اهمیت داشت و امیدوارم این جشنواره آغازی باشد برای تقویت وحدت ملی مردم شریف ایران.

سپس مهدی حیدری -رئیس جشنواره ملی فیلم اقوام ایرانی- بیان کرد: در طول یک سال قبل اتفاق‌هایی رخ داد از جمله تغییر محل جشنواره از تبریز به تهران که بنا به مصلحت‌هایی انجام شد و البته از این بابت خوشحالییم چون باعث دیده شدن جشنواره شد. اما این بدان معنا نیست که تبریز فراموش کرده‌ایم و سال آینده در تبریز برگزار می‌شود و بعد هم در دوره‌های بعد چرخشی خواهد بود.

حیدری با اشاره به غیبت کمال تبریزی در نشست خبری جشنواره افزود: جشنواره قرار بود در آبان‌ماه در تبریز برگزار شود و بر همین اساس با آقای تبریزی قرارداد داشتیم. اما ایشان مشغول ساخت سریالی هستند و اگرچه همکاری خوبی داشتیم و اسم‌شان برای دیده شدن جشنواره کمک کرد، امروز اینجا نیستند و امروز طی مکاتبه‌ای مکتوب به ما اعلام کردند که در کنار جشنواره هستند ولی از این پس حضورشان در جشنواره کم‌رنگ می‌شود و در واقع به عنوان دبیر در جشنواره حضور ندارند.

ابتلای ترانه علیدوستی به یک بیماری سخت با منشا نامشخص

سرویس فرهنگی



مادر ترانه علیدوستی «حال ترانه خوب نبوده، اما الان خوب است؛ دعا کنید.» به گزارش صبح ساحل، ترانه علیدوستی بازیگر شناخته‌شده سینما از چند روز قبل به دلیل ابتلا به یک بیماری نامشخص در بیمارستان کسری تهران بستری شده است. در همین رابطه نادره حکیم الهی، مادر ترانه علیدوستی از بیمار شدن ترانه به یک بیماری سخت خبر داد و از علاقمندان وی خواست برایش دعا کنند. به گزارش فراز؛ مادر ترانه علیدوستی در صفحه شخصی خود در اینستاگرام اعلام کرد که این بازیگر مشهور به «بیماری سختی» مبتلا شده اما اکنون «خوب» است. نادره حکیم الهی، مجسمه‌ساز، در این رابطه گفت: «حال دخترم خوب نبوده، اما حالا خوب است. برایش دعا کنید و انرژی مثبت بفرستید. بیماریش سخت است و منشأ آن مشخص نیست.»

رضا یزدانی برای «افعی تهران» خواند

سرویس فرهنگی



رضا یزدانی برای «افعی تهران» خواند قطعه جدید رضا یزدانی برای سریال «افعی تهران» منتشر شد. به نقل از روابط عمومی سریال، قطعه «چلچراغ» برای سریال «افعی تهران» با خوانندگی رضا یزدانی، آهنگسازی علیرضا افکاری و تنظیم سعید زمانی و شعری از مهدی ایوبی منتشر شده است. سامان مقدم کارگردانی سریال «افعی تهران» را بر عهده دارد. پیمان معادی هم نقش اصلی سریال را بازی کرده هم فیلمنامه را با پویا مهدوی‌زاده نوشته است. سریال «افعی تهران» هر چهارشنبه صبح ساعت ۸ به طور اختصاصی از پلتفرم فیلم‌نت منتشر می‌شود.

• امور مشترکین
۰۷۶۳۲۲۳۳۳۷۲۶ (داخلی ۱۰۱)
• دفتر مرکزی
بندرعباس، خیابان امام خمینی،
حدفاصل شهرپلانی و اتوتاج - جنب
بانک رفاه - ساختمان صبح ساحل

• پایگاه خبری صبح ساحل نیوز
www.sobhesahel.ir

• دبیر سرویس آنلاین
سامیه طهوریان
• چاپ مهدوی کرمان
• تحریریه
۰۷۶۳۲۲۳۳۳۷۲۶ (داخلی ۱۰۸)
• آگهی‌ها
۰۷۶۳۲۲۳۳۳۷۲۶ - ۳۲۲۴۶۷۵۱
(داخلی ۱۰۵)
• فاکس شبانه‌روزی
۰۷۶۳۲۲۳۳۳۷۲۶

• صاحب امتیاز
شرکت تعاونی صبح ساحل
• مدیرمسئول
الهام کرمی
• قائم‌مقام مدیرمسئول و سردبیر
مهراب رشیدی
• دبیر سرویس ورزش
محمود رئیسی
• دبیر سرویس اجتماعی و حوادث
آنا رام



بنیانگذار:
شادروان
قاسم کرمی

🇵🇰 پاکستان نام یکی از خیابان‌های اسلام‌آباد را به «ایران» تغییر داد

هم‌زمان با سفر رئیس‌جمهور ایران به اسلام‌آباد، دولت پاکستان اعلام کرد که به نشانه اعلام همبستگی بین دو کشور، نام یکی از خیابان‌های پایتخت را به «ایران» تغییر داده است. رسانه‌های پاکستان اعلام کردند که دولت فدرال این کشور به نشانه اعلام همبستگی با ایران تصمیم گرفت که نام یک بزرگراه در اسلام‌آباد را به «کشور برادر» ایران تغییر دهد. وبسایت «جئونیز» به نقل از منابع آگاه دولتی نوشت: دولت

فدرال تصمیم گرفته نام «خیابان یازدهم» را به «خیابان ایران» تغییر دهد. به نوشته جئونیز این تصمیم دولت پاکستان در آستانه سفر رسمی سیدابراهیم ریسی، رئیس‌جمهور ایران به پاکستان اتخاذ شده؛ سفر ریسی به اسلام‌آباد اولین سفر یک رییس دولت به پاکستان پس از انتخابات سراسری ۸ فوریه است.

سقوط پهپاد اسرائیلی در جنوب لبنان بر اثر اصابت موشک

🇵🇰 سرویس بین‌الملل

در همین ارتباط نیز سخنگوی ارتش اشغالگر اسرائیل با تأیید این خبر اعلام کرد که پهپاد ارتش اسرائیل پس از اصابت موشک زمین به هوا در داخل لبنان سقوط کرد.

رسانه‌های اسرائیلی هم گزارش دادند که یک فروند موشک زمین به هوا به سمت یک هواپیمای بدون سرنشین نیروی هوایی رژیم صهیونیستی که در حریم هوایی لبنان فعالیت می‌کرد شلیک شد، در نتیجه این هواپیمای بی سرنشین در خاک لبنان مورد اصابت قرار گرفت و همان‌جا نیز سقوط کرد.

از سوی دیگر به نظر می‌رسد که پیامدهای حمله هفته گذشته حزب‌الله لبنان به منطقه «عرب‌العرامشه» در شمال سرزمین‌های اشغالی برای رژیم صهیونیستی همچنان ادامه دارد. رسانه‌های رژیم صهیونیستی گزارش دادند که سرگرد «دور زمیل» از نظامیان ارتش رژیم صهیونیستی که در عملیات حزب‌الله لبنان در عرب‌العرامشه زخمی شده بود بر اثر شدت جراحات وارده به هلاکت رسیده است.

این رسانه‌ها اعلام کردند که این نظامی صهیونیست، معاون فرمانده یکی از گروهان‌های گردان «۸۱۰۲» ارتش رژیم صهیونیستی بوده است. گفتنی است هفته گذشته حزب‌الله



لبنان در بیانیه‌ای اعلام کرد که در واکنش به ترور شماری از رزمندگان مقاومت اسلامی در عین بعال و الشهبایه، رزمندگان مقاومت اسلامی در ساعت ۱۳:۱۵ بعداز ظهر چهارشنبه ۱۷ آوریل در حمله‌ای ترکیبی با موشک هدایت‌شونده و پهپاد انتحاری مفر فرماندهی نظامی اشغالگران را در عرب‌العرامشه هدف قرار دادند که بر اثر آن شماری از اشغالگران کشته و برخی دیگر نیز زخمی شدند. بیشتر نیز ارتش رژیم صهیونیستی اذعان کرده بود که در حمله پهپادی حزب‌الله لبنان به عرب‌العرامشه ۱۴ نظامی صهیونیست زخمی شده‌اند که حال ۶ نفر از آنان وخیم گزارش شده است. با احتساب

نظامی صهیونیستی که امروز به هلاکت رسید شمار نظامیان صهیونیست به هلاکت رسیده در عملیات عرب‌العرامشه به ۱۵ نفر می‌رسد. از طرف دیگر رسانه‌های عبری زبان به شکست این رژیم در جنگ با حزب‌الله لبنان در شمال سرزمین‌های اشغالی اذعان کردند. این رسانه‌ها اعلام کردند که رژیم صهیونیستی جنگ را در جبهه شمالی باخته است؛ چرا که ۶۲ هزار نفر از این منطقه تخلیه شده‌اند و به هتل‌ها و آپارتمان‌ها منتقل شده‌اند. رسانه‌های رژیم صهیونیستی ضمن اشاره به شکست مداوم رژیم صهیونیستی در برابر حزب‌الله لبنان از آغاز جنگ در جبهه شمالی این رژیم، اعلام کردند که

نزدیک به ۳۰ هزار شهرك نشین به خواسته خود این منطقه‌ها را ترک کرده‌اند. بر اساس گزارش این رسانه‌ها نزدیک به ۴۰ درصد از کسانی که از منطقه‌های شمالی تخلیه شده‌اند به عدم بازگشت به این منطقه‌ها می‌اندیشند و ۳۸ درصد از کسانی که به صورت مستقل منطقه‌های شمالی سرزمین‌های اشغالی را ترک کرده‌اند نیز عدم بازگشت به این منطقه‌ها را بررسی می‌کنند. هم‌چنین با تداوم عملیات حزب‌الله لبنان علیه مناطق شمالی سرزمین‌های اشغالی و ناگزیر شدن صهیونیست‌ها نسبت به تخلیه شهرک‌های صهیونیست‌نشین ساخته شده در این منطقه‌ها، رسانه‌های رژیم صهیونیستی اطلاعاتی را در خصوص شهرک‌نشینان مستقر در این شهرک‌های صهیونیستی منتشر کردند. این رسانه‌ها با نگران‌کننده توصیف کردن این اطلاعات اعلام کردند که از هر ۴ جوان صهیونیستی که از شهرک‌های صهیونیست‌نشین شمال سرزمین‌های اشغالی تخلیه شده‌اند، یک جوان صهیونیست دچار افسردگی شده است. علاوه بر این رسانه‌های رژیم صهیونیستی اعلام کردند که نیمی از این جوانان صهیونیست دچار انزوا شده‌اند. هم‌چنین این رسانه‌ها تأکید کردند که رفتارهای خطرناک در میان این شهرک‌نشینان صهیونیست تشدید شده است. /مهر

می‌ز خبر

روسیه در جنگ اوکراین پیروز خواهد شد

🇵🇰 سرویس خبری

رئیس‌جمهور سوریه در سخنانی تأکید کرد که روسیه در جنگ اوکراین پیروز خواهد شد. «بشار اسد»، رئیس‌جمهور سوریه در سخنانی تأکید کرد که عملیات ویژه روسیه در اوکراین مسیر تاریخ را اصلاح می‌کند و روسیه پیروز خواهد شد. بشار اسد تأکید کرد که عملیات نظامی ویژه در اوکراین به پیروزی روسیه ختم خواهد شد. از سوی دیگر، وزارت دفاع روسیه از آزادسازی بخش‌هایی از جمهوری دوتنسک خبر داد. دفاع روسیه در بیانیه‌ای اعلام کرد که یگان‌های نظامی این کشور شهرک بوگدانوفکا در جمهوری دوتنسک را به طور کامل آزاد کردند. در بیانیه وزارت دفاع روسیه آمده است که نیروهای روسی در این منطقه موقعیت خود را بهبود بخشیدند. نظامیان و شماری از تجهیزات نیروهای مسلح اوکراین در نزدیکی دوتنسک نیز هدف نیروهای روسی قرار گرفت. وزارت دفاع روسیه اعلام کرد که دو ضدحمله نیروهای مسلح اوکراین در مناطق دیگر دوتنسک دفع شد. بنا به این گزارش، در نتیجه درگیری در این محور ارتش اوکراین بیش از ۴۴۰ نظامی، سه خودرو و یک سامانه موشکی ضدهوایی خود را از دست داد. وزارت دفاع روسیه اعلام کرد که ارتش روسیه موفق شد یک فروند هواپیمای میگ-۲۹ نیروی هوایی اوکراین را در فرودگاه دنپر منهدم کند. بنا به گزارش وزارت دفاع روسیه، سامانه‌های پدافند هوایی روسیه ۱۹۴ پهپاد اوکراینی در درگیری‌های ۲۴ ساعت گذشته منهدم کردند. هم‌چنین رئیس‌دوما روسیه تأکید کرد که کمک‌های غرب نمی‌تواند به اوکراین در نبرد با روسیه کمک کند. «ویاچسلا ولودین»، رئیس‌دوما روسیه روز یکشنبه اعلام کرد: بسته کمکی جدید آمریکا به اوکراین وضعیت میدان جنگ را تغییر نمی‌دهد. رژیم کی‌یف با وجود کمک‌های غرب شکست خواهد خورد. مجلس نمایندگان آمریکا دیروز بسته کمک خارجی ۹۵ میلیارد دلاری برای اوکراین، رژیم صهیونیستی و تایوان را تصویب کرد؛ اقدامی که بعد از مدت‌ها بلاتکلیفی و مناقشه حزبی در کنگره آمریکا، واکنش‌هایی را به همراه داشته است. روند رأی‌گیری و تصویب لایحه کمک ۶۰ میلیارد دلاری برای اوکراین، ظرف چند دقیقه انجام شد؛ اتفاقی که بعد از چند ماه بلاتکلیفی لایحه در مجلس نمایندگان، حاکی از آن است که قانونگذاران آمریکایی فارغ از تمایلات حزبی، به طور متفق‌القول حامی تداوم حمایت از اوکراین هستند.

علائم بیماری جسمی آب سیاه

چشم درد شدید

سر درد

تهوع و استفراغ

فشار چشم

تاری دید

قرمزی چشم

عواملی که احتمال ابتلا به آب سیاه را افزایش می‌دهد

بالا بودن فشار خون

ابتلا به دیابت

رور بینی یا نزدیک بینی

آسیب با جراحی قبلی چشم

استفاده طولانی مدت از کورتیکو استروئیدها

کاریکاتور: "خاورمیانه"

اثر: بکر