

گلچین امروز

**برای اصلاحات
لایحه بودجه
مجلس آماده
همکاری با
دولت است**



**مربیان ورزشی
نباید دغدغه
شغل داشته
باشند**



**کودکان بدون
خواب کافی
ناهنجار
می شوند**

**فشار خون چیست
و تحت تاثیر
چه عواملی
قرار دارد؟**



سال بیستم - شماره ۴۶۶۵ - صفحه ۸ - ۱۰۰۰۰ تومان

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، هنری و ورزشی صبح گیلان

چهارشنبه ۲۲ آذر ۱۴۰۲ - ۲۹ جمادی الاول ۱۴۴۵ - ۱۳ دسامبر ۲۰۲۳

مدیرکل هواشناسی گیلان:

برف و باران در راه گیلان است



ایستنا: مدیرکل هواشناسی گیلان گفت: از چهارشنبه با تقویت سامانه بارشی و سردی، روند کاهش دما و بارندگی شدید و خیلی شدید و وزش باد شدید و رعد و برق و تگرگ و در ارتفاعات بارش برف تا پنجشنبه پیش بینی می شود.

محمد دادرسی نقشه های هواشناسی را نشان دهنده فعالیت توده هوای کم و پیش ناپایدار در منطقه دانست و افزود: شرایط برای ابرناکی و بارش پراکنده و وزش باد و رعد و برق مهیاست.

مدیرکل هواشناسی گیلان، از صدور هشدار سطح نارنجی هواشناسی و تشدید فعالیت سامانه بارشی خبر داد و تصریح کرد: به تدریج از چهارشنبه با تقویت سامانه بارشی و سردی، روند کاهش دما و بارندگی شدید و خیلی شدید و وزش باد شدید و رعد و برق و تگرگ و در ارتفاعات بارش برف تا پنجشنبه پیش بینی می شود.

دادرسی با اشاره به کاهش چهار تا هشت درجه ای متوسط دمای هوای استان، گفت: احتمال آبرفتگی و بالا آمدن سطح آب رودخانه ها و مسیل ها و جاری شدن سیلاب و خسارت به محصولات کشاورزی و برخورد صاعقه وجود دارد.

وی با بیان اینکه طی عصر و شب پنجشنبه شاهد کاهش ناپایداری ها و روند کاهش ابر خواهیم بود، خاطرنشان کرد: از اواخر وقت پنجشنبه لغایت صبح جمعه در ارتفاعات پدیده یخبندان دور از انتظار نیست.

استاندار گیلان در دیدار با استاندار آستراخان:

گیلان آماده افزایش ارتباطات با آستراخان روسیه است

صفحه ۳

رضایمان، رئیس اتاق بازرگانی گیلان:

**۹۰ درصد چای و ۶۰ درصد کیوی ایران در گیلان
تولید می شود**

صفحه ۳



مدیرکل صمت گیلان در دیدار با معاون بین الملل وزارت بازرگانی آستراخان روسیه:

ظرفیت مطلوبی در صنایع غذایی گیلان وجود دارد

صفحه ۳



چهارمین

پویش کودکان سایبری



با حمایت



از ۱۸ الی ۲۴ آذرماه ۱۴۰۲

روز اول: کودکان، ایمنی سایبری
روز دوم: خانواده، والدگری سایبری
روز سوم: دوستان، یازدهای سایبری
روز چهارم: مدرسه، آموزش سایبری
روز پنجم: جامعه، فرهنگ سایبری
روز ششم: سکوها، مسئولیت اجتماعی
روز هفتم: پلیس فتا، حامی کودکان سایبری

پلیس فتا حامی کودکان در فضای مجازی
#کودکان_سایبری
۰۹۶۳۸۰
/PoliceFata
Cyberpolice.gov.ir/cyberkids
SafeClick

لوستر اکبری

مرکز فروش انواع لوسترهای مدرن، مجلسی و کلیه لوازم الکتریکی

آدرس نمایشگاه: رشت - اول خیابان شریعتی - تلفن: ۳۳۲۲۰۲۱۰ - ۳۳۲۲۷۰۵۰

www.LoosterAkbari.com

**خرید و فروش، رهن و اجاره
آپارتمان - مغازه
واحدهای اداری و تجاری
ویلاهای لوکس و لاکچری
و زمین های روستایی و شهری
به مدیریت امین ملائی شیخانی**



ملائی ۰۹۱۱ ۳۴۱ ۱۴۵۴
ملائی ۰۹۱۱ ۳۴۳ ۳۰۷۵
قربانی ۰۹۱۱ ۳۴۳ ۲۲۱۸
ستوده ۰۹۱۱ ۳۴۳ ۴۰۶۰

۰۱۳ ۴۲۲۱ ۱۵۵۲
@katibehlahidjan

لاهیجان، شیشه گران، نرسیده به میدان معلم بین بهشتی ۲۲ و ۲۴

گلچین اخبار سیاسی

اوجی، وزیر نفت:

همکاری بسیار مطلوبی بین وزارت نفت و دیوان محاسبات وجود دارد

ایرنا: وزیر نفت با اشاره به همکاری بسیار مطلوبی بین وزارت نفت و دیوان محاسبات، گفت: دیوان محاسبات کمک خوبی به صنعت نفت داشته که آثار آن مشاهده می‌شود.

«جواد اوجی» در حاشیه حضور (سید احمدرضا دستغیب) رئیس دیوان محاسبات کشور در وزارت نفت در جمع خبرنگاران اظهار داشت: نشست خوبی با رئیس دیوان محاسبات کشور داشتیم، در ۲ سال و نیم گذشته از زمان آغاز به کار دولت سیزدهم چند نشست با رئیس دیوان محاسبات داشته‌ایم که البته همکاری سازنده‌ای بین وزارت نفت و این نهاد برقرار است.

وی افزود: رئیس دیوان محاسبات در ابتدای مسوولیت خود تکالیف و انتظاراتی از وزارت نفت داشت که تا امروز به بسیاری از این تکالیف عمل شده است.

وزیر نفت تصریح کرد: رئیس دیوان محاسبات از سیستم پایش و رصد شرکت ملی نفت ایران بازدید و فرآیند تولید نفت و گاز کشور را مشاهده کرد.

اوجی به موضوع انتقال حساب‌های مربوط به این وزارتخانه به حساب خزانه نیز اشاره کرد و گفت: یکی از دغدغه‌های دیوان محاسبات این موضوع بود که تا امروز بخش زیادی از حساب‌ها منتقل شد. همچنین برخی دیگر که باقی مانده به دلیل اشکالات قانونی است که با کمک و همکاری دیوان محاسبات در نخستین فرصت برطرف و آنها نیز به حساب خزانه منتقل می‌شوند.

وی بیان داشت: در این نشست گزارشی از عملکرد ۲ ساله وزارت نفت در مورد افزایش تولید نفت، گاز، فرآورده‌های نفتی و پتروشیمی به رئیس دیوان محاسبات ارائه شد، البته هم‌اکنون در فصل بودجه هفتمین و امیدواریم برخی چالش‌ها و مشکلات صنعت نفت در این بودجه مدنظر قرار گیرد.

واردات لوازم برقی و گازسوز خانگی مجاز شد

ایستا: معاون اول رئیس‌جمهوری در بخشنامه‌ای اعلام کرد که واردات لوازم و تجهیزات برقی و گازسوز (لوازم خانگی) مجاز است. در بخشنامه محمد مخبر خطاب به وزارتخانه‌های نیرو، کشور، راه، صنعت، آموزش و پرورش، نفت و سازمان ملی استاندارد، آمده است: «واردات لوازم و تجهیزات برقی و گازسوز مشمول مقررات و اجرای اجباری استاندارد معیار مصرف و برجیب انرژی، فقط با دو رتبه برتر انرژی و بر اساس آخرین ویرایش استاندارد ملی معیار مصرف انرژی تجهیزات انرژی بر برقی خانگی و گازسوز مشمول مقررات اجرای اجباری، مجاز بوده و باید از واردات تجهیزات مذکور با رتبه‌های انرژی پایین‌تر جلوگیری به عمل آید.»

مخالفت مجلس با کلیات لایحه بودجه ۱۴۰۳

ایستا: نمایندگان مجلس شورای اسلامی با کلیات لایحه بودجه ۱۴۰۳ مخالفت کردند. نمایندگان مجلس بعد از استماع نظرات موافقان و مخالفان کلیات لایحه بودجه با ۹۱ رأی موافق، ۱۲۷ رأی مخالف و ۱۰ رأی ممتنع از مجموع ۲۳۶ نماینده حاضر در مجلس با کلیات لایحه بودجه ۱۴۰۳ مخالفت کردند. طبق گفته رئیس مجلس دولت باید طبق ۷ روز اصلاحاتی در بخش اول لایحه بودجه اعمال کرده و مجدداً لایحه را به مجلس ارایه کند. براساس ماده ۱۸۲ اصلاحی این نامه داخلی مجلس، دولت موظف است لایحه بودجه سالانه کل کشور را در دو بخش ماده‌واحد مشمول بر احکام مورد نیاز برای اجرای بودجه کل کشور و سقف منابع بودجه عمومی دولت به تفکیک درآمدها و آگاداری داراییهای سرمایه‌ای و مالی و اجزای اصلی آنها و جداول تفصیلی شاملرقام بودجه به مجلس تقدیم کند.

بخش دوم نیز حداکثر ۱۰ روز از زمان ابلاغ بخش اول قانون بودجه به مجلس ارسال می‌شود.

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی:

نیاید اجازه داد دو قطبی‌های موهوم در جامعه ایجاد شود

مهر: اسماعیلی با بیان اینکه محور فعالیت‌ها باید در مسجد صورت یپذیرد گفت: ما باید در دولت انقلابی همه برنامه‌های خودمان را در ارتقای فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی مساجد قرار دهیم. محمد مهدی اسماعیلی وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در همایش نخستین کنگره مسلمان‌های فعالین خوار کانون‌های فرهنگی هنری مساجد کشور به ایراد سخنرانی پرداخت و اظهار داشت: صبر و آزادگی زنان مقاوم غزه فصل نوبی از جهاد بانوان را رقم زد.

وی با اشاره به اینکه شعار مهم دولت در حوزه فرهنگ نهضت بازگشت به مساجد است گفت: انقلاب و نهضت امام خمینی، مسجد محور است و تا به امروز نیز تداوم انقلاب ناشی از حضور اصحاب مسجد در مسیر و خط نهضت امام است.

اسماعیلی ادامه داد: نهضت بازگشت به مسجد یک شعار تزئینی و نمادی نیست و ما علت شکل‌گیری انقلاب اسلامی را علت تداوم آن می‌دانیم بنابراین محور فعالیت‌ها باید در مسجد صورت یپذیرد. ما باید در دولت انقلابی همه برنامه‌های خودمان را در ارتقای فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی مساجد قرار دهیم.

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی اضافه کرد: ما با الگویی که امامین انقلاب ارائه کردند خیلی فاصله داریم، خلأ داریم و اعداد و ارقامی که درباره مساجد گفته می‌شود بسیار ناراحت‌کننده است. می‌طلبیم که یک سند و برنامه قابل اجرا و روشن بازگشت به مسجد را جلو ببریم. مساجد فعال مساجدی نیستند که سه وعده نماز جماعت در آن برگزار شود مساجد باید پایگاه فعالیت‌های فرهنگی و اجتماعی در جامعه باشد و پیامبر اینگونه جامعه اسلامی را اداره می‌کرد.

وی ادامه داد: لازم است با عذرخواهی و پوزش اعلام کنیم نسبت به دهه اول انقلاب در حوزه مسجد عقب گرد داشتیم ما قرآن را در مساجد فرا گرفتیم. امروز وقتی همه جماعات، نماینده‌های مجلس و ... در شهرستان‌ها ملاقات می‌کنیم خواستار تأسیس فرهنگسرا هستند و بنده به آنان می‌گویم مگر در این شهر مسجد نیست؟ ما باید تغییر جهت دهیم و به فرموده مقام معظم رهبری به اجرای بازسازی انقلابی فرهنگ جامعه اهتمام داشته باشیم. اسماعیلی بیان کرد: زن در الگوی سوم انقلاب اسلامی هم مادر، همسر و دختر خوب و هم یک فعال مؤثر در اجتماع است. بهلولی با الگو گیری از شیوه‌های غربی حق زن را پایمال کرد اما انقلاب اسلامی آن را احیا کرد.

ریاست معاون اول رئیس‌جمهور تاکید کرد:

تداوم حمایت در تکمیل کارخانجات نیمه تمام تولید کاغذ و نظارت بر قیمت آن



ایرنا: معاون اول رئیس‌جمهور با تاکید بر لزوم تداوم در حمایت از تولید داخل و کارخانجات فعلی و لزوم توجه به پایداری بودجه بخش کاغذ در لایحه بودجه سال ۱۴۰۳، از مسئولین ذیربط خواست نظارتی جدی بر قیمت کاغذ در بازار داشته باشند. در این جلسه که وزرای فرهنگ و ارشاد اسلامی، صنعت، معدن و تجارت، رئیس کل بانک مرکزی، مدیران عامل بانک‌های ملی و تجارت و نمایندگان دستگاه‌های مربوطه نیز حضور داشتند، گزارشی از روند پیشرفت و اجرای مصوبات جلسه قبل در راستای ساماندهی

ایرنا: معاون اول رئیس‌جمهور با تاکید بر لزوم تداوم در حمایت از تولید داخل و کارخانجات فعلی و لزوم توجه به پایداری بودجه بخش کاغذ در لایحه بودجه سال ۱۴۰۳، از مسئولین ذیربط خواست نظارتی جدی بر قیمت کاغذ در بازار داشته باشند. در این جلسه که وزرای فرهنگ و ارشاد اسلامی، صنعت، معدن و تجارت، رئیس کل بانک مرکزی، مدیران عامل بانک‌های ملی و تجارت و نمایندگان دستگاه‌های مربوطه نیز حضور داشتند، گزارشی از روند پیشرفت و اجرای مصوبات جلسه قبل در راستای ساماندهی

وزیر دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح:

تولید انبوه جت «یاسین» به‌زودی محقق می‌شود

ایستا: وزیر دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح با بازدید از مراحل آزمون‌های پروازی جت آموزشی یاسین، تاکید کرد: ماموریت اصلی یاسین کاهش مدت و افزایش کیفیت آموزش‌های خلبانی است. امیر محمدرضا آشتیانی با بازدید از مراحل آزمون‌های پروازی جت آموزشی «یاسین» با بیان اینکه یکی از دغدغه‌های نیروهای مسلح در راستای ارتقای آموزش خلبانی، تسلسل بر انواع هواپیماهای جنگنده کلاس‌های مختلف است، افزود: این هواپیمای آموزشی با حمایت کامل وزارت دفاع به‌زودی در حوزه آموزش خلبانان کشور بهره‌برداری می‌شود و به تولید انبوه خواهد رسید.

وی با بیان اینکه خلبانانی که با این هواپیما آموزش ببینند، قابلیت پرواز با جنگنده‌های نسل جدید را دارند، تاکید کرد: هواپیمای «یاسین» باعث کاهش مدت زمان آموزش‌های خلبانی و ارتقا این چرخه می‌شود.

وزیر دفاع با اشاره به اینکه می‌توان از این هواپیما در پشتیبانی نزدیک هوایی نیز استفاده کرد، گفت: یاسین قادر خواهد بود تا از انواع تسلیحات بسا هدایت اپتیکی و حرارتی در ماموریت‌های پشتیبانی نزدیک هوایی استفاده کند.

عضو هیات رئیسه کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس:

نیازمند هدف گذاری نوین در آموزش و پرورش کشور هستیم

پروورش از مدیران گرفته تا معلمان و حتی والدین دانش‌آموزان باید همکاری لازم را داشته تا تسهیل‌گری آموزش صورت یپذیرد، در این بین دانش‌آموزان هم باید از انگیزه لازم برای استفاده از چنین ظرفیت‌هایی برخوردار شوند، لذا یکی از عوامل مهم که بتواند فرآیند آموزشی را در خود تحقّق بدهد دانش‌آموزان هستند بر همین اساس باید دانش‌آموزان رویکرد خود را متناسب سازی با روش جدید نظام آموزشی کشور کنند تا شاهد بالا رفتن نرخ قبولی در آزمون‌های نهایی باشیم.



بسیار موثر است، افزود: معلمان و مربیان آموزشی باید به سمت و سویی که نظام آموزشی کشور مشخص کرده حرکت کنند، آموزش و پرورش باید به رویکرد ساختن یعنی نظام آموزشی حافظه سمدار و معلم محور جای خود را به دانش آموز محور بدهد و با بهره‌گیری از شیوه‌های قبلی دانش‌آموزان که به عنوان پایه قرار می‌گیرد که در این میان معلمان نقش شکوفایی استعدادها علمی را بازی می‌کنند تا دانش‌آموزان بتوانند به معلومات نوینی دست پیدا کنند که همان معنای «ساختن گری» است که نظام آموزشی کشور باید به آن توجه ویژه‌ای داشته باشد.

وی در ادامه یادآور شد: زمانی دانش‌آموزان موفق به پاسخگویی

بسیار موثر است، افزود: معلمان و مربیان آموزشی باید به سمت و سویی که نظام آموزشی کشور مشخص کرده حرکت کنند، آموزش و پرورش باید به رویکرد ساختن یعنی نظام آموزشی حافظه سمدار و معلم محور جای خود را به دانش آموز محور بدهد و با بهره‌گیری از شیوه‌های قبلی دانش‌آموزان که به عنوان پایه قرار می‌گیرد که در این میان معلمان نقش شکوفایی استعدادها علمی را بازی می‌کنند تا دانش‌آموزان بتوانند به معلومات نوینی دست پیدا کنند که همان معنای «ساختن گری» است که نظام آموزشی کشور باید به آن توجه ویژه‌ای داشته باشد.

وی در ادامه یادآور شد: زمانی دانش‌آموزان موفق به پاسخگویی

دلخوش، نماینده صومعه سرا:

برای اصلاحات لایحه بودجه مجلس آماده همکاری با دولت است

گلچین امروز: نماینده مردم صومعه سرا در مجلس گفت: مجلس آماده همکاری با دولت برای اصلاحات لایحه بودجه است. به گزارش خانه ملت، سید کاظم دلخوش ابتری با اشاره به رد کلیات لایحه بودجه ۱۴۰۳ گفت: مجلس جایگاه قانون‌گذاری بوده و با دیدگاه‌های کارشناسی لایحه دولت را مورد بررسی و ارزیابی قرار می‌دهد همچنان که طرح‌های نمایندگان را با دید کارشناسی ارزیابی می‌کند و امکان رد، اصلاح و تایید آنها وجود دارد و این امر دلیل بر آن نیست که نمایندگان مجلس، کار و زحمات همکاران خود در دولت را قبول نداشته باشند.

نماینده مردم صومعه سرا در مجلس، عنوان کرد: تمامی این موارد کار کارشناسی بوده و در لایحه بودجه سال ۱۴۰۳ نیز ایرادات وجود داشت و نمایندگان فکر می‌کردند، توجه کافی و دقیق به حقوق بازنشستگان و کارکنان تشد و مالیات نیز رشد قابل توجهی داشته که در نهایت منجر به افزایش فشار به مردم می‌شود.

این نماینده مردم در مجلس خاطر نشان کرد: ایرادات تنها در چند مورد بوده و در سایر موارد تفاهم وجود داشت؛ لذا دولت فرصت یک هفته‌ای گرفت تا ایرادات را در لایحه بودجه اصلاح کرده و مجدداً به مجلس ارسال کند.

دلخوش در پایان تاکید کرد: به صورت کلی این تضارب آرا کاملاً طبیعی بوده و مسئله خاصی وجود ندارد. مجلس آماده همکاری با دولت برای اصلاحات لایحه بودجه است.

وزیر راه و شهرسازی:

واحدهای مسکونی بانک‌ها به بازار عرضه می‌شود

مهر: وزیر راه و شهرسازی در پاسخ به سوال مهر مبنی بر اینکه واحدهای خالی که توسط بانک‌ها احکار شده چه روندی در پیش خواهند داشت، گفت: واحدهای خالی که توسط بانک‌ها طی سال‌های اخیر خریداری شده در بازار مسکن عرضه خواهد شد.

عده‌ای از بانک‌ها برای سرمایه‌گذاری این واحدها را خریداری کرده بودند که زمان مناسب به فروش برسانند. یکی از مالکان عمده خانه‌های خالی بانک‌ها هستند که ۲۰۰ هزار خانه خالی برای بانک‌ها شناسایی شده و بانک‌ها به تدریج این خانه‌ها را به بازار عرضه می‌کنند و تلاش ما بر این است که انگیزه برای احکار مسکن به حداقل کاهش پیدا کند. پذیرايش در مورد ساختن هواپیمای مسافربری سیمرگ گفت: قرار شد دو فروند از این هواپیماها در اختیار شرکت هواپیمایی جمهوری اسلامی قرار گیرد که در مرحله اول برای انتقال بار از آن استفاده خواهد شد.

وی در مورد افزایش لوکوموتیو گفت: با توجه به محدودیت تولید داخلی و وجود مقررات قانونی در ساختن مجوز برای وارد لوکوموتیو داده‌ایم، از طرفی با شرکت‌های داخلی که دارای بارهای زیادی هستند مذاکره کرده‌ایم که در صنعت حمل و نقل ریلی سرمایه‌گذاری کنند، از جمله فولاد مبارکه در بخش ناوگان ریلی سرمایه‌گذاری خواهد کرد.

آگهی های ثبتی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۱۰۰۹۹۹۷-۱۴۰۳-۳۳۱۸-۱۴۰۲/۰۸/۰۶ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلاعمارض متقاضی آقای خاتم مرتضی پور جوادخواه فرزند مهدی به شماره شناسنامه ۱۴۲۰ صادره از صومعه سرا در شداگت یکفتمله زمین مشتمل بر یکباب خانه و محوطه پمساحت ۱۲۲۲ مترمربع پلاک ۵۰۲ فرعی از ۳۷ اصلی مرفوز و مجزی شده از پلاک ۱۱ واقع در قریه ثلوث بخش ۲۲ گیلان از نسق مهدی پور جوادخواه محرز گردیده است.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۹/۰۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا /ام‌الف‌ات ۹۱۰/۱۸۶۰

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۱۰۰۹۹۹۷-۱۴۰۳-۳۳۱۸-۱۴۰۲/۰۸/۰۶ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلاعمارض متقاضی آقای خاتم محمد پور جوادخواه فرزند مهدی به شماره شناسنامه ۱۰ صادره از صومعه سرا در شداگت یکفتمله زمین مشتمل بر اییان احدائی پمساحت ۲۲۱۸۰ مترمربع پلاک ۵۰۱ فرعی از ۳۷ اصلی مرفوز و مجزی شده از پلاک ۱۱ واقع در قریه ثلوث بخش ۲۲ گیلان از نسق مهدی پور جوادخواه محرز گردیده است.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۹/۰۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا /ام‌الف‌ات ۹۱۰/۱۸۶۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۱۰۰۹۹۹۷-۱۴۰۳-۳۳۱۸-۱۴۰۲/۰۸/۱۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلاعمارض متقاضی آقای خاتم فریبا امجدی شداگت اندر فرزند کریم اله به شماره شناسنامه ۳۳۰۰۱۳۹۳۳ صادره از رشت در شداگت یکفتمله زمین مشتمل بر یکباب خانه و محوطه پمساحت ۲۴۰۲ مترمربع پلاک ۶۵۹ فرعی از ۳۵ اصلی مرفوز و مجزی شده از پلاک ۵۴ واقع در قریه واقعه دشت بخش ۲۲ گیلان از نسق حسین پورحسن محرز گردیده است.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا /ام‌الف‌ات ۹۱۰/۱۹۳۸

آگهی های ثبتی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۱۰۰۹۹۹۷-۱۴۰۳-۳۳۱۸-۱۴۰۲/۰۹/۰۸ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلاعمارض متقاضی آقای خاتم سبینه ابادیان فرزند مستعلی به شماره شناسنامه ۶۶۶ صادره از صومعه سرا در شداگت یکفتمله زمین پایی مشجر مشتمل بر بنای احدائی پمساحت ۱۰۰۰ مترمربع پلاک ۲۸۰ فرعی از ۵۹ اصلی مرفوز و مجزی شده از پلاک ۳۱ واقع در قریه کلسر - فاضده بخش ۲۲ گیلان از نسق ناصر ملازاده محرز گردیده است.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا /ام‌الف‌ات ۹۱۰/۱۹۳۸

آگهی های ثبتی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۱۰۰۹۹۹۷-۱۴۰۳-۳۳۱۸-۱۴۰۲/۰۸/۱۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلاعمارض متقاضی آقای خاتم ایوب ظهوری مردخه فرزند حسین به شماره شناسنامه ۲۲ صادره از صومعه سرا در شداگت یکفتمله زمین مشتمل بر بنای احدائی (یکباب مغازه) پمساحت ۲۷ مترمربع پلاک ۸۱۱ فرعی از ۱۴ اصلی مرفوز و مجزی شده از پلاک ۱ واقع در قریه برده‌خانه بخش ۲۲ گیلان از نسق حسین ظهوری مردخه محرز گردیده است.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا /ام‌الف‌ات ۹۱۰/۱۹۶۱

استاندار گیلان در دیدار با استاندار آستراخان:

گیلان آماده افزایش ارتباطات با آستراخان روسیه است

گلچین امروز: استاندار گیلان با بیان اینکه گسترش ارتباط میان گیلان و آستراخان منجر به تسریع در روند پیشرفت کریدور شمال به جنوب می‌شود، گفت: گیلان به عنوان استانی مهم و استراتژیک در حاشیه خزر آمادگی دارد تا سطح ارتباطات در سه حوزه حمل و نقل دریایی، زمینی و هوایی را به سطح مطلوب برساند.

به گزارش روابط عمومی استانداری گیلان: اسدالله عباسی که در صدر هیئت اقتصادی و سیاسی به کشور روسیه سفر کرده است، با ایگور بابوشکین استاندار آستراخان روسیه ملاقات و در خصوص مسائل مختلف گفت و گو کرد.

در این دیدار استاندار گیلان با تریک روز قانون اساسی روسیه، اظهار کرد: دو استان گیلان و آستراخان روسیه در حوزه‌های تاریخی، فرهنگی، اجتماعی، تجاری و اقتصادی پیشینه و اشتراکات خوبی دارند و به واسطه این پیشینه غنی، ارتباط میان این دو استان در حال افزایش و رونق است.

وی با تأکید بر گسترش ارتباطات میان گیلان و آستراخان بیان کرد: با توجه به تأکیدات رئیس جمهور دو کشور و رهبر معظم انقلاب اسلامی ایران، ارتباط میان دو کشور ایران و روسیه در بالاترین سطح خود قرار دارد و این مسئله نکته عطفی در جهت رسیدن به اهداف مدنظر در حوزه‌های مختلف است.

عباسی با اشاره به سفر اخیر استاندار آستراخان به گیلان و اراده این استان برای گسترش ارتباط میان دو استان، بیان کرد: عزم جدی و اراده ای مستحکم میان ایران و روسیه و همچنین دو استان گیلان و آستراخان برای گسترش روابط میان اقتصادی، حمل و نقل و لجستیکی وجود دارد.

وی با بیان اینکه گسترش ارتباط میان گیلان و آستراخان منجر به تسریع در تکمیل کریدور شمال به جنوب می‌شود، گفت: این آمادگی در گیلان به عنوان استانی مهم و استراتژیک در حاشیه خزر وجود دارد که سطح ارتباطات در سه حوزه حمل و نقل دریایی، زمینی و هوایی به سطح مطلوب برسد.

نماینده عالی دولت در گیلان با بیان اینکه کار مطالعاتی برای تکمیل راه آهن رشت - استارا در حال انجام است، تصریح کرد: توافق نامه‌ای میان ایران و روسیه در این خصوص به امضا رسیده و در جلسه با



و گردشگری دارای ظرفیت خوبیست که توجه به آن و همچنین گسترش ارتباط میان آستراخان و گیلان می‌تواند به کمک دو استان آید.

وی با ابراز خرسندی از سفر هیئت اقتصادی گیلان به روسیه گفت: بسیار خرسندم که طبق توافقات انجام شده هیئت اقتصادی گیلان به استان آستراخان روسیه سفر کرده و در روزهای آینده با ظرفیت‌های بالقوه کشور روسیه آشنا خواهید شد.

استاندار آستراخان روسیه با تأکید بر لزوم توجه به افزایش ارتباطات میان دو کشور روسیه و ایران بیان کرد: کشور ایران برای فدراسیون روسیه یک شریک اقتصادی و تجاری عالی و همچنین گیلان و جمهوری اسلامی ایران برای استان آستراخان یک شریک استراتژیک مهم در حوزه خزر است.

بابوشکین با اشاره به افزایش مبادلات تجاری میان آستراخان و گیلان به طور پایدار در حال افزایش است، تصریح کرد: در ۹ ماه نخست سال جاری، حجم تجارت میان این ۲ استان مهم در حوزه

معاون وزیر راه روسیه، کار مطالعاتی آن انجام و در مرحله پایانی قرار دارد و بر اساس پیش بینی ها راه آهن رشت کاسپین تا ۲ ماه آینده تکمیل می‌شود.

عباسی با تأکید بر لزوم افزایش مبادلات تجاری میان دو استان گیلان و آستراخان گفت: در خصوص بنادر آستراخان و لوتوس، گیلان تلاش می‌کند تا میزان حمل و نقل کالا را از طریق دریا افزایش دهد و محصولات کشاورزی، صنعتی و باغی مورد نیاز دو استان را صادر و نیز محصولات مصرفی گیلان که در آستراخان تولید می‌شود را وارد کنیم.

وی از تحصیل ۲۰۰ دانشجوی ایرانی در استان آستراخان خبر داد و افزود: دانشگاه آستراخان از سوی وزارت علوم جمهوری اسلامی ایران به عنوان دانشگاهی برتر تأیید شده که این مساله منجر به استقبال دانشجویان به تدریس در این دانشگاه می‌شود.

ایگور بابوشکین استاندار آستراخان نیز در این دیدار با بیان اینکه سفر بنده به گیلان دارای برکات زیادی بوده است، اظهار کرد: گیلان به لحاظ اقتصادی

خزر ۱۵ درصد در حوزه واردات و صادرات با افزایش مواجه شده است.

وی با بیان اینکه منطقه ویژه اقتصادی لوتوس دارای ظرفیت خوبی به لحاظ انجام فعالیت و سرمایه‌گذاری شرکت‌های گیلانی و ایرانی است، گفت: در سفری که به گیلان داشتیم در خصوص مسائل مختلف از جمله سرمایه‌گذاری تبادل نظر شده و به توافقات خوبی رسیدیم لذا در بازدیدی که از منطقه ویژه اقتصادی لوتوس خواهید داشت با ظرفیت بالقوه این منطقه برای انجام فعالیت‌های اقتصادی و سرمایه‌گذاری آشنا می‌شوید.

استاندار آستراخان روسیه، ۲ استان گیلان و آستراخان مهم‌ترین استان‌ها در کریدور شمال به جنوب معرفی کرد و افزود: دیگر توافقات انجام میان گیلان و آستراخان توسعه حمل نقل ریلی، دریایی و لجستیکی بوده است که امیدوارم به نتایج خوبی در این حوزه برسیم زیرا این ۲ استان نقش مهمی در کریدور شمال به جنوب دارند.

بابوشکین، با اشاره به آمادگی استان آستراخان در خصوص ساخت کشتی برای گیلان بیان کرد: کارخانه کشتی‌سازی لوتوس یک ظرفیت بسیار مهم در صنعت کشتی‌سازی در روسیه بوده و اکنون در حال ساخت کشتی کانتینر بر برای جمهوری اسلامی ایران است.

وی با تأکید بر لزوم توجه به گسترش ارتباطات تجاری و بخش خصوصی میان ۲ استان آستراخان و گیلان، بیان کرد: امروز همایش تجاری ایران و آستراخان در غالب چهار میزگرد و در حوزه‌های تجارت، لجستیکی، صنعت و کشاورزی افتتاح شده و بخش خصوصی در این همایش به تبادل نظر خواهند پرداخت.

استاندار آستراخان روسیه با بیان اینکه تبادل علمی میان ۲ استان گیلان و آستراخان منجر به پیشرفت اقتصادی هر ۲ منطقه می‌شود، افزود: همکاری میان ۲ استان گیلان و آستراخان نباید فقط معطوف به حوزه اقتصادی شود لذا این آمادگی وجود دارد که در حوزه تبادل اسناد و دانشجوی همکاری‌ها بیشتر شود.

گفتنی است استاندار گیلان پیش از حضور در این نشست، بر مزار یک سرباز گمنام با اهدای گل ادای احترام کرد.

مدیرکل صمت گیلان در دیدار با معاون بین الملل وزارت بازرگانی آستراخان روسیه:

ظرفیت مطلوبی در صنایع غذایی گیلان وجود دارد



گلچین امروز: مدیر کل صنعت و تجارت استان گیلان در ادامه برنامه سفر خود به روسیه؛ در نشست میز تجاری ایران و روسیه که در استان آستراخان برگزار شد گفت: گیلان، قطب صنعت سلولزی و غذایی ایران است

به گزارش روابط عمومی اداره کل صنعت، معدن و تجارت استان گیلان: تیمور پورحیدری با تشریح ظرفیت‌های صنعتی و صادراتی گیلان در دیدار با معاون بین الملل وزیر بازرگانی آستراخان روسیه و جمعی از تجار بازرگانان آستراخان و ایران گفت: گیلان با دارا بودن بیش از ۷۰ واحد صنعتی صنایع چوبی و سلولزی و همچنین وجود کارخانجات توانمند کبک و کلوچه به عنوان قطب در صنعت غذایی و سلولزی شناخته می‌شود.

وی با اعلام آمادگی کامل در جهت توسعه مبادلات تجاری و رفع نیازهای دو کشور، اظهار داشت: تعاملات دوستانه دو کشور به ویژه آستراخان می‌تواند باعث افزایش روابط تجاری و تسهیل در روند فعالیت‌های فی مابین گردد.

پورحیدری با بیان اینکه

توانمندی‌های اقتصادی مناسبی نیز در کشور روسیه وجود دارد اظهار داشت: با وجود این پتانسیل‌ها صنایع ما علاقمند به بهره‌برداری و استفاده از آنها هستند.

وی در ادامه سخنان خود به وجود کارخانجات توانمند فولادی در گیلان اشاره نمود و تشریح کرد: ۱۱ کارخانه با تولید انواع مقاطع و

پروخیل‌های فولادی با ظرفیت تولید بالا و کیفیت مناسب صادراتی در گیلان در حال فعالیت می‌باشند. منولی تولید و تجارت گیلان با بیان اینکه توسعه ارتباطات تجاری ما با روسیه بسیار ارزشمند است و وجود کارخانجات توانمند فولادی این تیم تجاری و اقتصادی اصلا تفریحی نیست بلکه برقراری ارتباط

تربخش و تسهیلاتی امور تجاری و مرادفات فعالان این عرصه با کشور روسیه می‌باشد و دنبال دستیابی به نتایج عملیاتی هستیم.

مدیر کل صمت گیلان با تأکید بر توان صادراتی بخش صنعت گیلان عنوان کرد: برخی از صنایع دانش بنیان گیلانی به بیش از ۶۰ کشور دنیا محصولات خود را صادر می‌نمایند.

در دیدار مدیرکل دفتر استاندار و مدیرکل پست گیلان تأکید شد:

تسریع در تکمیل پروژه ملی "جی-نف" با هم‌افزایی و مشارکت شهرداران و دهیاران

گلچین امروز: "سیدهاشم حسینی" مدیرکل دفتر استاندار و روابط عمومی استانداری گیلان ضمن حضور در پست گیلان با "محمدحسین هوشنگی" مدیر کل پست گیلان دیدار و گفتگو کرد.

مدیر کل پست گیلان در این دیدار گزارشی از عملکرد پست استان ارائه نمود. هوشنگی، کارگروه پروژه ملی "جی-نف" به دستور استاندار گیلان و اجرای آن توسط پست گیلان را از تکلیف مهم محوله بر عهده پست گیلان برشمرد و افزود: جلسات متعددی با فرمانداران و شهرداران در استان برگزار شده که امیدوارم با هم‌افزایی و جلب مشارکت شهرداران و دهیاران نسبت به تسریع در تکمیل این پروژه ملی در استان اقدام نماییم.

سیدهاشم حسینی در این دیدار ضمن تشکر از اقدامات پست گیلان، نحوه ارائه خدمات پست در استان را مطلوب ارزیابی کرد و بر ارتقای کیفیت فرآیندهای اجرایی برای خدمت‌رسانی بهتر به مردم استان تأکید کرد.



گلچین اخبار گیلان

رییس کل دادگستری گیلان خبر داد:

دستگیری ۳ نفر از اعضای شورای یکی از شهرهای گیلان به اتهام دریافت رشوه



گلچین امروز: رییس کل دادگستری استان گیلان از دستگیری سه نفر از اعضای شورای شهر یکی از شهرهای استان به اتهام دریافت رشوه خبر داد.

اسماعیل صادقی نیارکی از دستگیری سه نفر از اعضای شورای شهر یکی از شهرهای استان به اتهام دریافت رشوه خبر داد.

حجت الاسلام اسماعیل صادقی نیارکی رییس کل دادگستری استان گیلان در توضیح این خبر افزود: سه نفر از اعضای شورای یکی از شهرهای استان در هنگام اخذ رشوه دستگیر و با صدور قرار تأمین قضایی روانه زندان شدند.

وی با تأکید بر اینکه رویکرد دستگاه قضایی در مبارزه با فساد علاوه بر برخورد با متخلفان، اصلاح بسترهای بروز فساد نیز هست تصریح کرد: برای پیشگیری از چنین جرایمی در آینده، شهروندان موارد مشکوک و تخلفات کارکنان را به نهادهای نظارتی گزارش کرده تا برخورد قانونی لازم در این زمینه صورت گیرد.

طرح نظارتی شب بلدا در گیلان آغاز شد

ایرنا: مدیر واحد بازرسی و نظارت اتاق اصناف مرکز گیلان گفت: طرح نظارتی ویژه شب بلدا در این استان آغاز شده است.

مهدی شریفی اظهار کرد: اتاق اصناف مرکز گیلان طرح‌های نظارتی خود را با همکاری و تعامل با سایر نهادها و با گشت‌های مشترک برای تثبیت قیمت مواد غذایی مربوط به شب بلدا آغاز کرده است.

وی افزود: با توجه به این امر، تیم‌های مختلفی برای تشدید بازرسی تا پایان آذر ماه فعالیت خواهد کرد که یک تیم فقط برای شکایت و رسیدگی به موضوع شکایات مردم پیش‌بینی شده است و سایر تیم‌ها نیز، قیمت‌ها را کنترل خواهند کرد.

وی ادامه داد: همچنین یک گشت مشترک نیز با سازمان تعزیرات حکومتی گیلان با حضور یک قاضی و بازرس‌ها در سطح شهر فعالیت خواهند کرد تا جلوی سوءاستفاده و گرانفروشی احتمالی برخی از واحدهای صنفی گرفته شود و در صورت مشاهده هرگونه گرانفروشی، با آن واحد برخورد خواهد شد.

مدیر واحد بازرسی و نظارت اتاق اصناف مرکز گیلان اضافه کرد: در این مدت از واحدها و فروشگاه‌ها و محل توزیع شکرینی فروشی‌ها، آجیل فروشی‌ها، میادین میوه و تره و بار، مرغ فروشی و قصابی‌ها بازرسی خواهد شد.

شریفی بیان کرد: هم‌اینک همه کالاها به اندازه کافی در بازار موجود است؛ خوشبختانه کمبود کالا در واحدهای صنفی مختلف وجود ندارد و ما نیز با تیم‌های گشتی خود، سعی خواهیم کرد تا قیمت‌ها را در این مدت کنترل کنیم تا به بهانه شب بلدا قیمت این اقلام افزایش نیابد.

مدیر زراعت سازمان جهاد کشاورزی گیلان:

کشت سبزیجات ۴۲ میلیارد ریالی برای کشاورزان گیلان در آمدزایی دارد

ایرنا: مدیر زراعت سازمان جهاد کشاورزی گیلان گفت: کشت سبزیجات برگی و غده‌ای در قالب «کشت دوم» بعد از برداشت برنج در اراضی شالیزاری استان، ۴۲ میلیارد ریالی برای کشاورزان درآمدزایی دارد. ابراهیم اکبرزاده اظهار کرد: کشت سبزیجات برگی و غده‌ای اسامال در ۱۴ هزار هکتار از اراضی شالیزاری استان گیلان به عنوان کشت دوم انجام شده و پیش‌بینی می‌شود که ۱۲۰ هزار تن سبزیجات برگی و غده‌ای به ارزش اقتصادی ۴۲ میلیارد ریالی برداشت شود.

وی خاطر نشان کرد: عمده مصرف سبزیجات برگی و غده‌ای تولیدی کشاورزان گیلان در داخل استان بوده و مازاد آن به خارج از استان ارسال می‌شود.

مدیر زراعت سازمان جهاد کشاورزی گیلان گفت: زراعت محصولات کشت دوم در این استان از شهریور ماه و پس از برداشت برنج آغاز می‌شود و محصولات متنوعی شامل راتون، سبزیجات برگی و غده‌ای، نباتات علوفه‌ای، باج بافلا و باقلا برکت از محصولات عمده کشت دوم در استان است.

اکبرزاده با اشاره به اهمیت کشت دوم و نقش آن در افزایش درآمد کشاورزان گیلان اظهار کرد: کشت دوم منجر به تولید محصولات متنوع در اراضی شده و به عنوان یک فعالیت اقتصادی در نیمه دوم سال نقش بسزایی در اقتصاد خانوارهای روستایی و پایدار کشت دارد.

مدیر زراعت سازمان جهاد کشاورزی گیلان خاطر نشان کرد: کشت دوم اسامال در ۱۰۰ هزار و ۹۰۰ هکتار از ۲۳۸ هزار هکتار اراضی شالیکاری استان انجام شده‌است.

فرماندار ماسال خبرداد:

اعتبار ۲۶ میلیارد تومانی برای باز آفرینی شهری

گلچین امروز: فرماندار ماسال خبرداد: با اختصاص ۲۶ میلیارد تومان اعتبار، ۵ خیابان این شهرستان بازآفرینی می‌شود.

به گزارش خبرگزاری صدا و سیما، فرماندار ماسال گفت: با تأیید شورای ترافیک، سنگفرش ۵ خیابان منتهی به میدان امام خمینی ماسال و نیز مرحله دوم تکمیل بازارچه ۱۵ خرداد این شهر با ۲۶ میلیارد تومان اعتبار در دست اقدام می‌شود.

غلامرضا گیل‌چالانی، با اشاره به لزوم کاهش ترافیک شهری ماسال، افزود: طرح بازآفرینی شهری و سنگفرش ۵ خیابان منتهی به میدان امام خمینی این شهرستان، بیش از ۱۷ متر مربع مساحت دارد و برای آن ۱۸ میلیارد تومان اعتبار در نظر گرفته شده‌است.

وی، از تلاش‌ها برای رفع سد معبر صنوف در خیابان‌های ماسال خبر داد و تأکید کرد: اولویت شهرداری در رسیدگی به این وضعیت، رعایت حال کسبه و ساماندهی معضل ترافیکی شهر است.

فرماندار ماسال، تأثیر بازآفرینی شهری در زیباسازی شهرستان گردشگری پذیر ماسال را مثبت ارزیابی و تصریح کرد: مرحله دوم تکمیل بازارچه ۱۵ خرداد ماسال نیز با نصب نشانه‌ها و مبله‌مان شهری و اعتبار ۸ میلیارد تومانی اجرا خواهد شد.

هنگام عصبانیت چگونه با همسر خود رفتار کنیم؟

یک روانشناس گفت: داشتن یک زندگی آرام با وجود همسر بد اخلاق باعث آشفته‌گی روابط می‌شود که با تدبیر می‌توان در روحيات او تاثیر گذار بود.

زهره امام روانشناس و مشاور در خصوص چگونگی رفتار هنگامی که همسرمان عصبانی است، اظهار کرد: داشتن یک زندگی آرام با وجود همسر بد اخلاق و تندخو باعث آشفته‌گی روابط می‌شود که با تدبیر و شکیبایی و بدست آوردن بینش بیشتر نسبت به عواقب عصبانیت می‌توان در روحيات همسر تاثیر گذار بود.

امام بیان کرد: به این فکر کنید، چه دلیلی دارد که همسرتان چنین برخوردی دارد؟ آیا نیازهای او برآورده نمی‌شود؟ یا اینکه جزء عادات‌های رفتاری او شده است؟ و یا اینکه نوع برخورد‌های شما، خشم و عصبانیت را در او بوجود می‌آورد؛ بنابراین پیدا کردن جواب به شما کمک می‌کند تا بتوانید راه حل مناسبی را برای خود پیدا کنید.

این روانشناس گفت: گاهی اوقات ریشه‌های خشم در استرس، ترس و ناامنی است و مردان خشم خود را با زبانشان کلامی بیان می‌کنند و زنان با گریه کردن.



وی افزود: بهترین روش، شفاف و واضح صحبت کردن با همسر عصبانی است و با وی صحبت شود که خشم و ناراحتی او موجب آزرده‌گی و دلشکستگی شما می‌شود؛ همچنین در موقعی صحبت شود که شخص از نظر هیجانی آرام باشد.

امام با بیان اینکه صحبت‌های منطقی، کوتاه و محبت آمیز او را منوجه عواقب رفتارش

کنید، اضافه کرد: زمانی که شما چنین گفتگویی با او انجام می‌دهید، لازم است از رفتارهای مناسب او که مورد تایید و توجه شماست نیز گفتگو کنید و اینکه بسیاری از محبت‌ها و رفتارهای خوب او را می‌پسندید. این روانشناس اضافه کرد: به جای درگیری و تمرکز بیشتر بر خشم و ناراحتی‌ها بر بوجود آوردن موقعیت‌هایی که شادی آور

کودکان بدون خواب کافی ناهنجار می‌شوند



گلچین اسروز - معصومه مهري: رختن به موقع به رختخواب و خواب منظم از بروز ناهنجاری و مشکلات عاطفی در کودکان جلوگیری می‌کند. کودکان و نوجوانانی که خواب منظم و کافی ندارند از نظر رفتاری ناهنجار می‌شوند این کودکان در مدرسه رفتار مناسبی ندارند و معمولا برای هم سن و سالان و اولیای مدرسه مشکل ایجاد میکنند.

عدم برنامه ریزی والدین برای کودکان تاثیرات وحشتناکی بر سلامت جسم و روح آنان دارد. خواب کافی باعث بهبود عملکرد شناختی مغز می‌شود و حافظه را تقویت میکند.

استفاده از غذای آماده و ناسالم و وجود لپ تاپ و تلفن همراه در اتاق خواب، مهمترین عامل کم خوابی کودکان است.

والدین عزیز برنامه ریزی دقیقی برای ساعت خواب کودکان خود داشته باشید و آنها را ملزم به رعایت آن کنید تا شاهد آرامش و بهبود خلق و خوی آنان باشید.

چگونه با اضطراب کودکمان رفتار کنیم؟



یک روانشناس درباره اضطراب در کودکان و پیامدهای منفی آن توضیحاتی داد. کمال پرهون روانشناس و مشاور، درباره راهکارهای چگونگی برخورد با اضطراب کودکان اظهار کرد: بسیاری از انسان‌ها در زندگی روزانه خود تا حدی اضطراب را تجربه می‌کنند، داشتن اندکی اضطراب در سنین و موقعیت‌های مختلف امری عادی است، چرا که اضطراب در حد خفیف به ما کمک می‌کند تا به گونه‌ای کارآمدتر فکر و عمل کنیم.

این روانشناس با تفاوت قائل شدن بین اضطراب سازگارانه و مرضی بیان کرد: هرچند اندکی اضطراب خوب است، اما اضطراب بیش از حد مخاطره آمیز است و پیامدهای منفی و مخربی از قبیل افت تحصیلی، مشکلات اجتماعی، مشکلات در دوست‌یابی و حفظ روابط با همسالان را موجب می‌شود.

او با بیان اینکه اضطراب یک حالت خلقی با مشخصه هیجان منفی شدید و تنش‌های جسمانی است، افزود: فرد با نگرانی، خطر یا حادثه‌ای ناگوار را پیش‌بینی می‌کند و اضطراب پیش از هر چیز، واکنش به خطر یا تهدید ادراک شده است که این واکنش پاسخ جنگ و گریز نامیده می‌شود.

پرهون گفت: پاسخ جنگ و گریز با هدف محافظت از فرد در برابر آسیب احتمالی یا از طریق مواجه شدن با منبع خطر (جنگ) یا با فرار از موقعیت (گریز) صورت می‌گیرد و نشانه‌های اضطراب از طریق سه سیستم پاسخ‌دهی به هم مرتبط یعنی سیستم جسمانی، شناختی و رفتاری ابراز می‌شود.

این روانشناس با اشاره به اینکه اختلال‌های اضطرابی جزء رایج‌ترین مشکلات بهداشت روانی در میان کودکان و نوجوانان محسوب می‌شوند که اغلب به آن‌ها توجه نمی‌شود و مورد درمان قرار نمی‌گیرند، اضافه کرد: کودکان مبتلا به اختلال‌های اضطرابی شمار فراوانی از ویژگی‌ها از جمله آشفته‌گی‌های شناختی، نشانه‌های جسمانی و نقایص اجتماعی - هیجانی را نشان می‌دهند.

او درباره نشانه‌گان اضطراب در کودکان عنوان کرد: دل‌درد، اجتناب از رفتن به مدرسه، ناخن جویدن، گریستن و جیغ زدن، لرزش صدا، لکنت و...

این روانشناس با بیان اینکه در مورد مسائل مربوط به کودک خود بیاندیشید و آن‌ها را به خاطر اشتباهاتشان یا عدم پیشرفت مجازات نکنید، گفت: انتظارات خارج از حد توان از کودکان خود نداشته باشید، تا حد امکان از مقایسه کردن آن‌ها با اطرافیان و دیگر کودکان اجتناب کنید و انتظارات را در دوره‌های استرس‌زا اصلاح کنید.

این روانشناس با بیان اینکه هدف از آموزش دوره ابتدایی نهایت لذت از یادگیری و آموختن زیبایی‌های زندگی است، گفت: بعضی از کودکان به بوم نقاشی والدین و فرصتی برای جبران شکست‌ها و ناکامی‌های آن‌ها تبدیل شده‌اند و والدین استرس و اضطراب را از ابتدا در کودکان نهادینه می‌کنند.

او خاطر نشان کرد: باید به والدین آموزش داده شود که اجازه دهند کودکانشان از یادگیری و دنیای کودکی خود نهایت لذت و بهره را ببرند و به اصل تفاوت‌های فردی در آن‌ها توجه کنند.

گفتگو با نوجوان فراموش نشود!

گفتگوی صمیمانه والدین با فرزند نوجوان خود باعث رفع بسیاری از مشکلات می‌شود. دوره نوجوانی برای والدین گاهی مشکل‌زا بوده به طوری که پذیرفتن اینکه فرزندان وارد دوره جدیدی از زندگی شده و دیگر تصمیم‌گیری‌ها مستقل باشد نیز مشکل خواهد بود.



از سوی ایجاد استرس و اضطراب در میان والدین و نوجوانان امری طبیعی بوده و این استرس گاهی ممکن است در رابطه

آن‌ها ایجاد اختلال کرده که البته این احساس از سوی پدر و مادرها به دلیل برخی مسائل اجتماعی بیشتر بروز خواهد داشت.

گاهی این اضطراب و توجه بیش از حد والدین به نوجوان خود باعث ایجاد خشونت و پرخاشگری در او شده به دلیل اینکه فرزندان در دوره نوجوانی کمتر تمایل به سنین جیم والدین و پاسخ به سوالاتی مکرر آن در مورد رفت و آمدشان دارند.

صرف وقت بوسیله والدین برای نوجوان به منظور ایجاد یک رابطه و گفتگوی صمیمانه در کاهش این مشکلات تاثیر زیادی داشته و بسیاری از خاسته‌ها و انتظارات طرفین را بازگو خواهد کرد.

چگونه بر ترس خود پیش از ازدواج غلبه کنیم؟

انتظارات منطقی و غیر منطقی خود و فرد مقابلتان را در رابطه با ازدواج و زندگی مشترک و ویژگی‌های همسر ایده آل شناسایی کنید. با مطالعه کردن، آگاهی خود را در زمینه عوامل لازم برای یک ازدواج موفق و مهارت‌های مورد نیاز برای حفظ یک ازدواج افزایش دهید. مهارت‌های اساسی برای غنی کردن رابطه عاطفیتان با همسر آینده‌تان مثل مهارت همدلی کردن، مهارت حل تعارض و مهارت حل مسئله را در خود تقویت کنید. دلیل دیگر می‌تواند ترس از تعهد داشتن باشد و ترس از تعهد ممکن است به دلیل شکست در روابط قبلی باشد که حتما باید دلایل آن شناسایی شود، و اون مسئله حل شود. همچنین از تعمیم

دادن شکست‌های گذشته به رابطه فعلی باید جلوگیری شود که با به چالش کشیدن افکار منفی خود در این زمینه می‌توان به آن دست یافت. ندانستن آمادگی کافی از نظر اقتصادی و ندانستن بلوغ روانی و اجتماعی کافی برای ازدواج باشد برای هر ازدواجی داشتن یکسری از حداقل‌ها کاملا ضروری است که به عنوان مثال از نشانه‌های آن می‌توان داشتن شغلی مناسب، توانایی برقراری ارتباط‌های طولانی مدت، توانایی مدیریت هیجان‌ها و داشتن یک برنامه مشخص برای آینده را نام برد در صورتیکه دلیل ترس فرد، ندانستن بلوغ کافی از نظر جنبه‌های مختلف زندگی باشد بهتر است قبل از پیدا کردن آمادگی لازم در این زمینه‌ها وارد ازدواج نشود.



بتر است که یک تصمیم کاملا آگاهانه و عاقلانه برای انتخاب همسر آینده‌تان داشته باشید همچنین در ابتدا تلاش کنید شناخت کاملی از نقاط قوت و نقاط ضعف خود و

ازدواج یک تصمیم بسیار مهم در زندگی افراد است و وجود ترس و نگرانی در رابطه با این تصمیم بسیار طبیعی است.

ازدواج یک تصمیم بسیار مهم در زندگی افراد است و بر تمام جنبه‌های زندگی فرد اثر می‌گذارد، وجود ترس و نگرانی در رابطه با این تصمیم بسیار طبیعی است.

افراد سعی کنند دلیل ترس‌های خود را پیدا کنند، چون پس از شناخت آن‌ها است که می‌توانند بدنیال راه‌حل باشند و اگر به تنهایی نمی‌توانند دلیل اصلی ترس از ازدواج را در خودشان شناسایی کنند.

اولین دلیل می‌تواند ترس از انتخاب اشتباه و شکست در ازدواج باشد و برای غلبه کردن بر این ترس

آداب معاشرت را بیاموزید



می‌گردد، البته توجه منفی. هیچگاه دشنام ندهید دشنام و ناسزاگویی مطلقا ممنوع می‌باشد. چون نشان دهنده آن است که شما قادر نیستید برای پیمان عقاید خودتان از واژه‌ها و لغات مناسبتری بهره بگیرید. از آن گذشته لایالگری همیشه دور از نزاکت و ادب می‌باشد.

همیشه وقت شناس باشید مهم است که به وقت دیگران احترام بگذارید. سمر موقع در جلسات، قرار ملاقات‌ها، موقعیت‌های شغلی و اجتماعی حضور یابید. همچنین یک فرد مشخص می‌داند چه زمانی باید میهمانی را ترک کند.

حرمیت بزرگترها را نگاه دارید در واقع شما باید ملاحظه‌گر دوست به دیگران احترام بگذارید. من به این علت بزرگترها را مورد تاکید قرار دادم که امروزه جوانان خیال می‌کنند همه چیز را می‌دانند و از همه چیز سر در می‌آورند و در واقع خود را عقل کل می‌دانند، اما اینطور نیست. کافی است به ۵ سال پیش خود بیاندیشید... یقینا شما امروز بسیار باهوش‌تر و با تجربه‌تر شده اید. اینطور نیست؟ با آن که ۵ سال پیش نیز فکر می‌کردید همه چیز را می‌دانید.

به ساعتان نگاه نکنید هنگامی که در یک جمع و محفلی هستید، مدام به ساعت خود نگاه نکنید مگر آن که پلافاصله قصد ترک آن محل را داشته باشید. وقتی به ساعتان نگاه می‌کنید دیگران اینگونه برداشت می‌کنند که شما خسته و بی‌حوصله شده اید.

با رعایت این نکات ساده، دوستان و همسر محسوب خواهید شد. صحبت کردن سبب جلب توجه اطرافیان

اگر میخواهید در اجتماع محبوب و محترم باشید، اصول و آداب معاشرت را مراعات کنید. چون تنها عامل محبوبیت شماست. کفایت‌نگاهی به دور و اطراف خود بیاندازید تا منوجه شوید در جامعه ما تنها شمار اندکی از افراد مشخص و با نزاکت بجای مانده است. در روزگاران پیشین به آداب و نزاکت اجتماعی بهای بیشتری داده می‌شد. اما افسوس که جامعه امروز دستخوش تحولات گوناگونی گشته است.

آداب معاشرت در محل کار بیاموزید یکی از عوامل مهم آداب معاشرت، سلام کردن و شیوه دست دادن می‌باشد. سلام کردن و دست دادن در آموزه‌های دینی و در تمام جوامع به نشانه دوستی و صمیمیت است. گاهی وقت‌ها پیش می‌آید که در جایی یا در مواجهه با کسی، نمی‌دانیم چه رفتاری انجام دهیم که مناسب و درست باشد. یک انسان عاقل می‌داند که بی‌اعتنایی به احساسات دیگران، کاری زشت و ناپسند است و سر چشمه بسیاری از مشکلات روزمره می‌شود.

آداب معاشرت، آدبی است که برای رعایت احوال دیگران و ابراز محبت به وجود آمده است. اگر سلام و احوالپرسی می‌کنیم، به خاطر این است که علاقه خود را به سلامتی طرف مقابل نشان می‌دهیم. اگر با او دست می‌دهیم، دوباره با او عهد اخوت می‌بندیم و ده‌ها مورد دیگر... هر چند که بعضی از این آداب و رسوم، معنی اصلی خود را از دست داده است و اکثرا بدون فکر و اراده انجام می‌شود، اما با این وجود هر کس که رفتار مهربانانه‌دوست و شایسته با دیگران داشته باشد، به همان اندازه محبوب‌تر و مقبول‌تر خواهد بود.

پنا بر این، رعایت احترام، ادب و برخی آداب پسندیده در برخورد‌های اجتماعی، هم شأن و منزلت اجتماعی فرد را بالا می‌برد و هم جامعه را به سمت یک جامعه با نشاط و سالم و سوق می‌دهد.

نمی‌توانیم از دیگران انتظار داشته باشیم که مثلا با ما به احترام رفتار کنند، حریم ما را محفوظ نگه دارند، امانت‌های ما را بر گردانند، از ما بدگویی نکنند و در زندگی خصوصی ما دخالت نکنند و در مقابل خودمان را ملزم به رعایت این رفتارها در برابر آنها ندانیم. بهترین راه فهم توقع دیگران از ما این است که ما خود را به جای آنها بگذاریم و تصور

مدلینگ کودکان تجاوزه به حقوق آنهاست

مدیر عامل انجمن حمایت از حقوق کودکان گفت: کالا شدن کودک در بازار، تجاوزه به حقوق کودک است. در بسیاری از موارد حوزه مدلینگ کودکان را می‌توان با نگاهی عمیق‌تر در دسته کودک آزاری مورد بررسی قرار داد.

فریضه یزدانی در یک برنامه رادیویی با اشاره به این که جریان بازار مدلینگ کودک را به چشم یک کالا ارزیابی می‌کند، اظهار کرد: برخی مواقع یک کودک برای مسیری کردن فرآیند مدلینگ مجبور می‌شود تا ساعت‌ها در انتظار طراحی، آرایش و چیدمان صحنه درگیر فعالیت شود. وقتی بازار خود تنظیم‌گر در جامعه رشد می‌کند تمام پدیده‌ها حتی کودکان به کالا تبدیل می‌شوند.



مدیر عامل انجمن حمایت از حقوق کودکان با اشاره به اینکه بازار مدلینگ فرصت‌های متعددی در عین تهدید به دنبال دارد، تصریح کرد: هر رفتار افراطی در حوزه مدلینگ می‌تواند ویژگی‌های تهدیدآمیز این کار را نمایان کند. انسان روحیه تنوع طلبی زیادی دارد و توجه بیش از حد به فرآیند تنوع طلبی باعث می‌شود تا افراد به تدریج ویژگی‌های خود شیفته‌گی و تاییدطلبی را به دست بیاورند. یزدانی ادامه داد: کودکی که با تصورات حاضر در دنیای مدلینگ رشد می‌کند، پس از ورود به جامعه و مواجهه با واقعیت‌های زندگی سرکوب می‌شود.

وی با اشاره به لزوم آگاهی والدین از رفتارهای کودک، توضیح داد: در حالت کلی کنترل تمامی رفتارهای کودک در دست والدین است، چرا که آن‌ها می‌توانند محدوده استقلال عمل را برای کودک تعریف کنند. والدین مسئول و الگو می‌توانند با ایجاد روحیه مسئولیت‌پذیری فرزند خود را در مسیر زندگی مطلوب قرار دهند.

مدیرعامل انجمن حمایت از حقوق کودکان با اشاره به اینکه برخی والدین خود را مالک فرزندان می‌دانند، گفت: متأسفانه پدر و مادرها همیشه سعی می‌کنند تا آرزوهای دست نیافتنی خود را در رفتارهای کودکان پیدا کنند.

پرونده‌های برای فیلم‌های مهمی که با تمرکز روی تنهایی یک شخصیت ساخته شده‌اند



گذشت سال‌ها هنوز به مناسبات زندگی در شهر عادت نکرده و می‌خواهد زندگی را طبق چارچوب همیشگی خودش پیش ببرد اما می‌بیند که نه همسر و نه فرزندانش پایبند به الگوی او نیستند و خودش هم هیچ پیشرفتی در زندگی نکرده است. نه شیوه لباس پوشیدنش مطابق با سلیقه سپریچ‌اش است و نه می‌تواند به سوال‌های انگلیسی او درست جواب دهد. حتی همسرش هم برای خریدن کت و شلوار به سلیقه منشی شرکت اعتماد می‌کند. طاهره هنوز با خاطرات عاشقانه‌ای که با همسرش داشته زندگی می‌کند اما همسرش همه چیز را از یاد برده است. در این شرایط طاهره درگیر تردیدی عمیق است که واقعا باید بماند و به این زندگی ادامه دهد یا آنها را ترک کند.

چنین بلاسی سرش آورده، غم‌انگیزترین سکانس فیلم است. جایی که خسرو بیشتر از هر وقت دیگری احساس تنهایی می‌کند اما کلامی به زبان نمی‌آورد.

■ **همناز افشار | رویا | برف روی کاج‌ها | ۱۳۸۹**

زندگی رویا با شروع زمستان بهم می‌ریزد. همسرش به او خیانت می‌کند و همراه یکی از شاگردانش بی‌خبر از ایران می‌رود. رویا مجبور است به تنهایی هم با غم این خیانت کنار بیاید و هم راهی پیدا کند تا مخارج زندگی را بدهد. از سوی دیگر مقابل پرسش‌های مادر و نگاه‌های همسایه کم نیاورد. تنها تکیه‌گاه رویا، دوستش مریم است که از او هم دروغ می‌شود و دیگر نمی‌تواند به هیچ کس اطمینان کند. تا اینکه در شبی که محل‌شان را از دست می‌زند، با پسری آشنا می‌شود که با وجود تمام تفاوت‌هایی که با رویا دارد، به تنها نقطه امید او بدل می‌شود. رویا از دل این تنهایی به این روزنه امید چنگ می‌زند اما این حس خوشایند زیاد طول نمی‌کشد. پیمان معادی تنهایی رویا را با فصل سرما و تیرگی آمیخته و استفاده از تکنیک سفید و سیاه، احساسات او را بهتر به تصویر کشیده است.

چنین بلاسی سرش آورده، غم‌انگیزترین سکانس فیلم است. جایی که خسرو بیشتر از هر وقت دیگری احساس تنهایی می‌کند اما کلامی به زبان نمی‌آورد.

■ **همناز افشار | رویا | برف روی کاج‌ها | ۱۳۸۹**

زندگی رویا با شروع زمستان بهم می‌ریزد. همسرش به او خیانت می‌کند و همراه یکی از شاگردانش بی‌خبر از ایران می‌رود. رویا مجبور است به تنهایی هم با غم این خیانت کنار بیاید و هم راهی پیدا کند تا مخارج زندگی را بدهد. از سوی دیگر مقابل پرسش‌های مادر و نگاه‌های همسایه کم نیاورد. تنها تکیه‌گاه رویا، دوستش مریم است که از او هم دروغ می‌شود و دیگر نمی‌تواند به هیچ کس اطمینان کند. تا اینکه در شبی که محل‌شان را از دست می‌زند، با پسری آشنا می‌شود که با وجود تمام تفاوت‌هایی که با رویا دارد، به تنها نقطه امید او بدل می‌شود. رویا از دل این تنهایی به این روزنه امید چنگ می‌زند اما این حس خوشایند زیاد طول نمی‌کشد. پیمان معادی تنهایی رویا را با فصل سرما و تیرگی آمیخته و استفاده از تکنیک سفید و سیاه، احساسات او را بهتر به تصویر کشیده است.

■ **شبه‌های روشن | اسناد | مهدی احمدی | ۱۳۸۱**

فرزاد مومن در فیلم «شبه‌های روشن» که با اقتباس از اثر درخشان فئودور داستایوفسکی ساخته شده، تنهایی یک استاد ادبیات را به تصویر کشیده. استادی میانسالی که با وجود غرق شدن در آثار ادبی ایران و جهان و حفظ اشعار عاشقانه، هیچ‌گاه عشق را تجربه نکرده است. او اهل معاشرت نیست و حتی حوصله حرف زدن با شاگردهایش را هم ندارد. معنقد است آدم‌ها برای کنار هم بودن مجبور به تحمل هم هستند و تنهایی برایشان بهتر است. او ساختمان‌ها و خیابان‌ها را دوستان خودش می‌داند و فقط با صاحب کافه‌روشی گپ می‌زند. حتی مادرش هم نمی‌تواند تنهایی او را پر کند و کلامی نمی‌گوید. با ورود رویا به خانه‌اش، از اینکه می‌بیند مجبور است زندگی‌اش را با دیگری قسمت کند معذب است اما رفته رفته به شکل جلدی از زندگی خود می‌گیرد و آماده تغییر می‌شود.

چنین بلاسی سرش آورده، غم‌انگیزترین سکانس فیلم است. جایی که خسرو بیشتر از هر وقت دیگری احساس تنهایی می‌کند اما کلامی به زبان نمی‌آورد.

■ **همناز افشار | رویا | برف روی کاج‌ها | ۱۳۸۹**

زندگی رویا با شروع زمستان بهم می‌ریزد. همسرش به او خیانت می‌کند و همراه یکی از شاگردانش بی‌خبر از ایران می‌رود. رویا مجبور است به تنهایی هم با غم این خیانت کنار بیاید و هم راهی پیدا کند تا مخارج زندگی را بدهد. از سوی دیگر مقابل پرسش‌های مادر و نگاه‌های همسایه کم نیاورد. تنها تکیه‌گاه رویا، دوستش مریم است که از او هم دروغ می‌شود و دیگر نمی‌تواند به هیچ کس اطمینان کند. تا اینکه در شبی که محل‌شان را از دست می‌زند، با پسری آشنا می‌شود که با وجود تمام تفاوت‌هایی که با رویا دارد، به تنها نقطه امید او بدل می‌شود. رویا از دل این تنهایی به این روزنه امید چنگ می‌زند اما این حس خوشایند زیاد طول نمی‌کشد. پیمان معادی تنهایی رویا را با فصل سرما و تیرگی آمیخته و استفاده از تکنیک سفید و سیاه، احساسات او را بهتر به تصویر کشیده است.

چنین بلاسی سرش آورده، غم‌انگیزترین سکانس فیلم است. جایی که خسرو بیشتر از هر وقت دیگری احساس تنهایی می‌کند اما کلامی به زبان نمی‌آورد.

■ **همناز افشار | رویا | برف روی کاج‌ها | ۱۳۸۹**

زندگی رویا با شروع زمستان بهم می‌ریزد. همسرش به او خیانت می‌کند و همراه یکی از شاگردانش بی‌خبر از ایران می‌رود. رویا مجبور است به تنهایی هم با غم این خیانت کنار بیاید و هم راهی پیدا کند تا مخارج زندگی را بدهد. از سوی دیگر مقابل پرسش‌های مادر و نگاه‌های همسایه کم نیاورد. تنها تکیه‌گاه رویا، دوستش مریم است که از او هم دروغ می‌شود و دیگر نمی‌تواند به هیچ کس اطمینان کند. تا اینکه در شبی که محل‌شان را از دست می‌زند، با پسری آشنا می‌شود که با وجود تمام تفاوت‌هایی که با رویا دارد، به تنها نقطه امید او بدل می‌شود. رویا از دل این تنهایی به این روزنه امید چنگ می‌زند اما این حس خوشایند زیاد طول نمی‌کشد. پیمان معادی تنهایی رویا را با فصل سرما و تیرگی آمیخته و استفاده از تکنیک سفید و سیاه، احساسات او را بهتر به تصویر کشیده است.

■ **شبه‌بلدا | احمد | محمدضرافورتن | ۱۳۸۰**

فرزندش مهاجرت می‌کند خودش را در تنهایی خانه محصور می‌کند. او ذاتا شخصی تنهاست. سال‌هاست به دیدن خواهرش نرفته و حتی بچه‌هایش را ندیده است. در مدت زمان یک سالی که خودش را در خانه حبس می‌کند، دوستی به سرافش نمی‌آید. تنها همدلش در آن خانه سوت‌وکور، یک گربه است و مادری که شبانه به سراغش می‌آید و بعد هم او را در تنهایی‌اش رها می‌کند. حامد پیش از اندازه به همسر و فرزندش وابسته است و تمام امیدش در زندگی آنها هستند به همین دلیل هم از شبی که همناز و نازی می‌روند پرده‌های خانه را می‌کشد و بعد از شنیدن خبر خیانت همسرش، دنیا برایش تمام می‌شود. او حتی حاضر نیست سر کار برود و امورانش را با فرزندش وسایل خانه می‌گذارد. تنها در پیچه امیدش در این یک سال، زن همسایه است که دورادور با او صحبت می‌کند و دست آخر هم اوست که به کمکش می‌آید.

چنین بلاسی سرش آورده، غم‌انگیزترین سکانس فیلم است. جایی که خسرو بیشتر از هر وقت دیگری احساس تنهایی می‌کند اما کلامی به زبان نمی‌آورد.

■ **همناز افشار | رویا | برف روی کاج‌ها | ۱۳۸۹**

زندگی رویا با شروع زمستان بهم می‌ریزد. همسرش به او خیانت می‌کند و همراه یکی از شاگردانش بی‌خبر از ایران می‌رود. رویا مجبور است به تنهایی هم با غم این خیانت کنار بیاید و هم راهی پیدا کند تا مخارج زندگی را بدهد. از سوی دیگر مقابل پرسش‌های مادر و نگاه‌های همسایه کم نیاورد. تنها تکیه‌گاه رویا، دوستش مریم است که از او هم دروغ می‌شود و دیگر نمی‌تواند به هیچ کس اطمینان کند. تا اینکه در شبی که محل‌شان را از دست می‌زند، با پسری آشنا می‌شود که با وجود تمام تفاوت‌هایی که با رویا دارد، به تنها نقطه امید او بدل می‌شود. رویا از دل این تنهایی به این روزنه امید چنگ می‌زند اما این حس خوشایند زیاد طول نمی‌کشد. پیمان معادی تنهایی رویا را با فصل سرما و تیرگی آمیخته و استفاده از تکنیک سفید و سیاه، احساسات او را بهتر به تصویر کشیده است.

چنین بلاسی سرش آورده، غم‌انگیزترین سکانس فیلم است. جایی که خسرو بیشتر از هر وقت دیگری احساس تنهایی می‌کند اما کلامی به زبان نمی‌آورد.

■ **همناز افشار | رویا | برف روی کاج‌ها | ۱۳۸۹**

زندگی رویا با شروع زمستان بهم می‌ریزد. همسرش به او خیانت می‌کند و همراه یکی از شاگردانش بی‌خبر از ایران می‌رود. رویا مجبور است به تنهایی هم با غم این خیانت کنار بیاید و هم راهی پیدا کند تا مخارج زندگی را بدهد. از سوی دیگر مقابل پرسش‌های مادر و نگاه‌های همسایه کم نیاورد. تنها تکیه‌گاه رویا، دوستش مریم است که از او هم دروغ می‌شود و دیگر نمی‌تواند به هیچ کس اطمینان کند. تا اینکه در شبی که محل‌شان را از دست می‌زند، با پسری آشنا می‌شود که با وجود تمام تفاوت‌هایی که با رویا دارد، به تنها نقطه امید او بدل می‌شود. رویا از دل این تنهایی به این روزنه امید چنگ می‌زند اما این حس خوشایند زیاد طول نمی‌کشد. پیمان معادی تنهایی رویا را با فصل سرما و تیرگی آمیخته و استفاده از تکنیک سفید و سیاه، احساسات او را بهتر به تصویر کشیده است.

■ **شبه‌بلدا | احمد | محمدضرافورتن | ۱۳۸۰**

فرزندش مهاجرت می‌کند خودش را در تنهایی خانه محصور می‌کند. او ذاتا شخصی تنهاست. سال‌هاست به دیدن خواهرش نرفته و حتی بچه‌هایش را ندیده است. در مدت زمان یک سالی که خودش را در خانه حبس می‌کند، دوستی به سرافش نمی‌آید. تنها همدلش در آن خانه سوت‌وکور، یک گربه است و مادری که شبانه به سراغش می‌آید و بعد هم او را در تنهایی‌اش رها می‌کند. حامد پیش از اندازه به همسر و فرزندش وابسته است و تمام امیدش در زندگی آنها هستند به همین دلیل هم از شبی که همناز و نازی می‌روند پرده‌های خانه را می‌کشد و بعد از شنیدن خبر خیانت همسرش، دنیا برایش تمام می‌شود. او حتی حاضر نیست سر کار برود و امورانش را با فرزندش وسایل خانه می‌گذارد. تنها در پیچه امیدش در این یک سال، زن همسایه است که دورادور با او صحبت می‌کند و دست آخر هم اوست که به کمکش می‌آید.

چنین بلاسی سرش آورده، غم‌انگیزترین سکانس فیلم است. جایی که خسرو بیشتر از هر وقت دیگری احساس تنهایی می‌کند اما کلامی به زبان نمی‌آورد.

■ **همناز افشار | رویا | برف روی کاج‌ها | ۱۳۸۹**

زندگی رویا با شروع زمستان بهم می‌ریزد. همسرش به او خیانت می‌کند و همراه یکی از شاگردانش بی‌خبر از ایران می‌رود. رویا مجبور است به تنهایی هم با غم این خیانت کنار بیاید و هم راهی پیدا کند تا مخارج زندگی را بدهد. از سوی دیگر مقابل پرسش‌های مادر و نگاه‌های همسایه کم نیاورد. تنها تکیه‌گاه رویا، دوستش مریم است که از او هم دروغ می‌شود و دیگر نمی‌تواند به هیچ کس اطمینان کند. تا اینکه در شبی که محل‌شان را از دست می‌زند، با پسری آشنا می‌شود که با وجود تمام تفاوت‌هایی که با رویا دارد، به تنها نقطه امید او بدل می‌شود. رویا از دل این تنهایی به این روزنه امید چنگ می‌زند اما این حس خوشایند زیاد طول نمی‌کشد. پیمان معادی تنهایی رویا را با فصل سرما و تیرگی آمیخته و استفاده از تکنیک سفید و سیاه، احساسات او را بهتر به تصویر کشیده است.

چنین بلاسی سرش آورده، غم‌انگیزترین سکانس فیلم است. جایی که خسرو بیشتر از هر وقت دیگری احساس تنهایی می‌کند اما کلامی به زبان نمی‌آورد.

■ **همناز افشار | رویا | برف روی کاج‌ها | ۱۳۸۹**

زندگی رویا با شروع زمستان بهم می‌ریزد. همسرش به او خیانت می‌کند و همراه یکی از شاگردانش بی‌خبر از ایران می‌رود. رویا مجبور است به تنهایی هم با غم این خیانت کنار بیاید و هم راهی پیدا کند تا مخارج زندگی را بدهد. از سوی دیگر مقابل پرسش‌های مادر و نگاه‌های همسایه کم نیاورد. تنها تکیه‌گاه رویا، دوستش مریم است که از او هم دروغ می‌شود و دیگر نمی‌تواند به هیچ کس اطمینان کند. تا اینکه در شبی که محل‌شان را از دست می‌زند، با پسری آشنا می‌شود که با وجود تمام تفاوت‌هایی که با رویا دارد، به تنها نقطه امید او بدل می‌شود. رویا از دل این تنهایی به این روزنه امید چنگ می‌زند اما این حس خوشایند زیاد طول نمی‌کشد. پیمان معادی تنهایی رویا را با فصل سرما و تیرگی آمیخته و استفاده از تکنیک سفید و سیاه، احساسات او را بهتر به تصویر کشیده است.

بررسی فروش سینماها در هفته‌های که گذشت هتل ۱۷ میلیارد فروخت و فسیل در آستانه ۳۰۰ میلیارد قرار گرفت

سینمای ایران این هفته ۳۴ میلیارد تومان فروخت و ۸۲۲ هزار نفر برای تماشای فیلم‌های روی پرده بلیت خریدند. از این میزان ۱۷ میلیارد تومان سهم فروش فیلم «هتل» بود. این فیلم در هفت روز پای ۴۰۰ هزار مخاطب را به سینماها باز کرد. «فسیل» هم این هفته به فروش ۲۹۳ میلیاردی دست پیدا کرد و به‌زودی مرز ۳۰۰ میلیارد را رد می‌کند.

به گزارش فیلم‌نویز، فیلم «هتل» به کارگردانی مسعود اطیابی با ۱۷ میلیارد تومان در جایگاه پرفروش‌ترین فیلم هفته قرار گرفت و با اختلاف بسیار زیاد نسبت به سایر فیلم‌های اکران ایستاد. به این ترتیب فروش کل فیلم به ۱۷۱ میلیارد تومان رسید.

با اینکه قرار بود اکران فیلم «فسیل» از ابتدای آذر به پایان برسد، این فیلم کماکان بعد از ۹ ماه در جایگاه دوم فهرست فروش‌های هفته قرار دارد. ۹۰ هزار نفر برای تماشای آن به سینماها رفتند و ۳ میلیارد و ۷۰۰ میلیون تومان فروخت. فروش کل این فیلم ۲۹۳ میلیارد تومان شده است و به زودی ۳۰۰ میلیارد تومان را رد خواهد کرد.

فیلم «بچه زرنگ» با فاصله کمی نسبت به فسیل در جایگاه سوم فروش هنگی قرار گرفت. این فیلم در هفته‌ای که گذشت ۳ میلیارد فروش کرد و ۹۵ هزار بلیت فروخت. فروش کل این فیلم در حال حاضر ۴۶ میلیارد تومان است.

فیلم «جوجه تیغی» ساخته مستانه مهاجر چهره‌پرین فیلم پرفروش جدول هنگی فروش است. «جوجه تیغی» به کارگردانی مستانه مهاجر، این هفته به جمع پرفروش‌ها اضافه شد و با ۶۳ هزار تماشاگر توانست فروش ۲ میلیارد و ۷۰۰ میلیونی را به ثبت برساند و در جدول هنگی فروش جایگاه چهارم را به دست آورد. این فیلم پس از سه هفته از شروع اکران، ۷ میلیاردی شده است.

فیلم «گنج‌گاه» و «حدود هشت صبح» فروشی تقریبا یسکان داشتند. «گنج‌گاه» به کارگردانی عادل تبریزی ۱ میلیارد و ۳۰۰ میلیون تومان فروخت و ۳۰ هزار نفر را راهی سینماها کرد و «حدود هشت صبح» متوجه هادی هم با ۲۵ هزار تماشاگر ۱ میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومانی را به نام خودش زد.

این هفته ۲۲ هزار نفر برای تماشای فیلم «عامه پسند» به کارگردانی سهیل بیرقی روانه سینماها شدند و فیلم در یک هفته یک میلیارد فروخت تا فروش کل آن پس از یک ماه به ۲ میلیارد و ۷۰۰ میلیون تومان برسد.

«چنگل پرتقال» به کارگردانی آرمان خوانساریان این هفته ۳۰۰ میلیون تومان فروخت. تعداد بلیت‌های فروخته شده برای این فیلم در یک هفته ۷ هزار عدد رسید. این فیلم به طور کلی ۲ میلیارد و ۳۰۰ میلیون تومان فروخته است.

«چرا گریه نمی‌کنی؟» به کارگردانی علیرضا معتمدی هم در یک هفته اول اکران، توانست حدود ۵ هزار مخاطب را روانه سینماها کند و ۲۰۰ میلیون تومان بفروشد. باید دید در ادامه اکران فیلم، فروش آن به چه میزان خواهد بود.

سینمای مستقل و اندیشمندان دست رفته است

مدیران سینمایی دنبال آمار و ارقام نباشند

سینماپرس: ابوالفضل همراه در خصوص علل کاهش کیفیت فیلمسازی در سینمای ایران گفت: مدیران نباید دنبال آمار و ارقام که چند فیلم و چند سالن ساخته ایم نباشند! باید پرسش از مدیران این باشد که شما چقدر فیلمساز متعهد و متخصص تربیت کردید؟ چه تدبیری برای آینده سینمای کشور دارید؟



حضور افراد غیرمتخصص در بخش‌های دولتی و خصوصی سینما را بدل به بازار مکاره کرده است: افراد غیرمتخصص رسماً کیفیت فیلمسازی را کاهش داده‌اند.

وی سپس با بیان اینکه ما در دهه ۶۰ و ۷۰ شاهد تولید فیلم‌های خوب بودیم یادآور شد: در آن روزگار به دلیل حضور افراد متخصص فیلم‌ها با کیفیت بود و شاهد تنوع ژانر در سینما بودیم. ما شاهد حضور فیلمسازان قدر در آن روزگار بودیم. چه فیلمسازان انقلابی چه فیلمسازانی که کارهای هنری یا عامه‌پسند می‌ساختند این روزها اغلب بیکار و خانه‌نشین شده‌اند و راه برای حضور افرادی که نه تخصص دارند و سطح آثارشان بسیار پایین است باز شده.

بازیگر فیلم‌های سینمایی «رسوایی» و «اخراجی‌ها» خاطرنشان کرد: این شرایط باعث شده ما با طیفی از مخاطبان روبرو شویم که به کارهای بی‌مایه توجه می‌کنند و به همین دلیل هم فیلم‌های بی‌مایه اغلب پر فروش می‌شوند.

این کارشناس فرهنگی خاطرنشان کرد: ما یک زمانی سینمای هند را مسخره می‌کردیم اما الان می‌بینیم به شدت از ما پیشتر پیشرفت کردند. آن‌ها خود را مدام به روز می‌کنند و با فرمول دهه‌ها قبل فیلمسازی نمی‌کنند. هم فیلمسازان قدیمی شان هستند هم جوانان شان در سینما حضور دارند. فیلمسازان آن‌ها مدام آموزش می‌بینند: در سینمای ترکیه و کره نیز وضعیت همینطور است اما پرسش اینجا است که ما چقدر به روز می‌شویم؟ چقدر روی کسب دانش فیلمسازان مان کار می‌کنیم؟

همراه سپس با بیان اینکه جای خالی سینمای مستقل و اندیشمند در سینمای کشور به چشم می‌خورد متذکر شد: سینمای دولتی سفارشی‌سازی می‌کند و بخش خصوصی نیز همواره فیلم‌های نازل و سطح‌گداز می‌سازد و سینمای مستقل و اندیشمند از دست رفته است.

این سینماگر در پایان این گفتگو افزود: خیلی از فیلمسازان ارشدی مدت‌هاست خانه‌نشین شده‌اند. من در عین حال که از حضور افراد جدید در سینما استقبال می‌کنم اما باید به این نتیجه رسید که سینمای شریف ایران تعریفی دارد که نباید هر کسی بیاید و در آن کار کند. سینمای ایران در تاریخش فیلم شریف کم ندارد. کسانی که در رأس مدیریت هستند باید به این مسأله توجه کنند. دنبال آمار و ارقام که چند فیلم و چند سالن ساخته‌ایم نباشند! باید پرسش از مدیران این باشد که شما چقدر فیلمساز متعهد و متخصص تربیت کردید؟ چه تدبیری برای آینده سینمای کشور دارید؟

همبازی شدن دوباره مهدی سلطانی و دیبا زاهدی در «گناه فرشته»

با انتشار تصاویر مهدی سلطانی، دیبا زاهدی و نفس بازغی، از بازیگران سه شخصیت اصلی دیگر «گناه فرشته» رونمایی شد.



به گزارش خبرگزاری مهر به نقل از روابط عمومی سریال، تصاویر مهدی سلطانی، دیبا زاهدی و نفس بازغی ایفاگر سه شخصیت اصلی مجموعه «گناه فرشته» به کارگردانی حامد عتقا منتشر شد.

پیش از «گناه فرشته»، مهدی سلطانی و دیبا زاهدی در سریال «آف‌زاده» نیز روبه‌روی هم بازی کرده بودند. این ۲ بازیگر در سریال تازمان ۲ نقش کلیدی را به عهده دارند که در پیشبرد داستان تأثیر بسزایی دارد. نفس بازغی دختر پیمان بازغی بازیگر و مستانه مهاجر تدوین‌گر مطرح سینما، دیگر بازیگر «گناه فرشته» است که نخستین تجربه بازی در یک سریال را پشت‌سر می‌گذارد. شهاب حسینی، امیر آقایی و لادن مستوفی دیگر بازیگران معرفی شده «گناه فرشته» هستند. این درام اجتماعی به نویسندگی و کارگردانی حامد عتقا جمعه ۱۰ ساعت ۸ به صورت اختصاصی از فیلمبوکس پخش خواهد شد.



نخستین عکس‌ها از فیلم سینمایی «شور عاشقی» با مضمون قصه‌ای از کاروان اهل بیت (ع) پس از واقعه کربلا منتشر شد. به گزارش خبرگزاری مهر به نقل از روابط عمومی بنیاد سینمایی فارابی، نخستین عکس‌ها از فیلم سینمایی «شور عاشقی» به کارگردانی داریوش یاری با مضمون قصه‌ای از کاروان اهل بیت (ع) پس از واقعه کربلا منتشر شد. در این فیلم که محصول مشترک بنیاد شهید و بنیاد سینمایی فارابی به شمار می‌رود، داریوش یاری با بهره‌گیری از یک فیلمنامه دراماتیک، روایت تفکربرانگیزی از حرکت کاروان اهل بیت (ع) در مسیر کوفه را به تصویر کشیده است. سیده شهره موسوی، مهدی زمین‌پرداز، پیام احمدی‌نیا، نادر فلاح، علیرضا اسنادی، سیامک صفری و... از جمله هنرمندانی هستند که در این فیلم سینمایی عاشقانه نقش آفرینی کردند.

«شور عاشقی» سومین ساخته سینمایی داریوش یاری است که برای حضور در جشنواره بین‌المللی فیلم فجر آماده می‌شود. تصویربرداری این فیلم در یکی از مناطق کویری خور و بیابانک به‌طور کامل به اتمام رسیده است و این فیلم اکنون آخرین مراحل فنی را سپری می‌کند. چندی پیش مدیر عامل بنیاد سینمایی فارابی از تولید ۱۷ فیلم سینمایی مشارکتی این بنیاد خبر داده بود که پس از اعلام نام فیلم‌های «شمه سوار»، «آسمان غرب»، «میرو» و «صبح اعدام»، اکنون نام فیلم سینمایی «شور عاشقی» نیز به عنوان یکی دیگر از تولیدات اسناد بنیاد فارابی معرفی شده است.

گلچین اخبار علمی و پزشکی

بهترین و بدترین خوراکی‌ها برای تیروئید

نقش تغذیه در پیشگیری از بیماری‌های مختلف

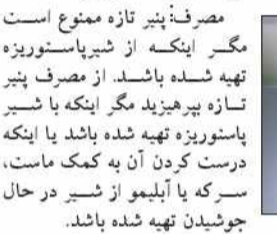


تغذیه و عوامل محیطی رابطه مستقیمی با بروز بیماری‌های مثل آلزایمر، افسردگی، سرطان و غیره دارد. تغذیه و عوامل محیطی برای شیوع بیماری‌های غیر عفونی مثل چاقی و عوارض آن، MS، آلزایمر، پارکینسون، افسردگی، سرطان و بیماری‌های روده‌ای تأثیر دارد. سرطان کولون از جمله این بیماری‌ها است که به نظر می‌رسد عامل اصلی این روند مسائل زیستی است، چون اگر عوامل ژنتیکی دخیل بودند تغییرات به این شدت نبود. بروز بیماری‌های مزمن و مسائل محیطی رابطه مستقیمی با میکروب‌های روده دارند و با تأثیر بر روی آن می‌تواند آماس (کولیت یا ورم روده) را تغییر و یا پیشرفت دهند.

میکروب‌های روده‌ای در افراد مبتلا به چاقی، پارکینسون، MS، سرطان‌ها، بیماری‌های قلبی و عروقی و بیماری‌های آماسی روده با هم متفاوت است، ورزش کردن، وضعیت خواب، زمان و نوع غذا خوردن و به طور کلی سبک زندگی در تغییر این میکروب‌ها بسیار موثر است اما در این میان نقش تغذیه بیش از سایر عوامل است. تأثیرات ژنتیک در بروز میکروب‌های روده و بیماری‌ها غیرقابل انکار است اما رعایت این عوامل تا حدود زیادی از بروز آنها پیشگیری می‌کند.

مصرف آنها برای مقابله با مشکل بیوست هم مفید است. البته نباید در مصرف لوبیا زیاده‌روی کنید چون این کار می‌تواند با داروهای کم‌کاری تیروئید تداخل ایجاد کند. ۵. یکی از ویژگی‌های هورمون استروژن این است که می‌تواند قابلیت استفاده از هورمون تیروئید را در بدن مختل کند. سوپا، ماده غذایی مشهوری است که بر پایه فیتواستروژن گیاهی تهیه می‌شود و بعضی از محققان باور دارند که مصرف سوپا به مقدار زیاد می‌تواند خطر ابتلا به کم‌کاری تیروئید را افزایش بدهد. بنابراین افراد مبتلا به کم‌کاری تیروئید باید از سوپا در حد اعتدال استفاده کنند.

تهیه پنیر از شیر غیر پاستوریزه ممنوع است



مصرف پنیر تازه ممنوع است مگر اینکه از شیر پاستوریزه تهیه شده باشد. از مصرف پنیر تازه به‌ویژه پنیرهای محلی که با شیر پاستوریزه تهیه شده باشد یا اینکه درست کردن آن به کمک ماست، سرکه یا آبلیمو از شیر در حال جوشیدن تهیه شده باشد.

همچنین هنگام خرید کشک مایع دقت کنید تا یک‌دک‌زدگی و بوی نامطبوع نداشته باشد، ضمن اینکه کشک مایع را قبل از مصرف به مدت ۱۵ دقیقه بجوشانید. شیر سالم طعم مطبوعی دارد، کمی شیرین است و رنگ سفید مایل به زرد دارد. این ماده غذایی یکی از غذاهای بسیار مفید است ولی خیلی زود آلوده می‌شود و محل مناسبی برای رشد میکروب‌هاست. اگر از شیر خام استفاده می‌کنید، حتماً آن را به مدت ۲۰ دقیقه بجوشانید و سپس مصرف کنید و حتی‌الامکان از شیر پاستوریزه کم‌چرب یا چربی کمتر از ۱/۵ درصد استفاده کنید. به منظور پیشگیری از بیماری‌های مزمن مانند قلب و عروق و ... توصیه می‌شود از شیر و فرآورده‌های لبنی کم‌چرب استفاده شود.

غذایی حاوی اسگاکا-۳، التهاب را کاهش می‌دهند، سیستم ایمنی را تقویت می‌کنند و خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را هم پایین می‌آورند. ماهی‌ها هم اسگاکا-۳ دارند و هم منبع خوبی برای دریافت سلنیوم محسوب می‌شوند که در تیروئید نقش دارد. ۲. مغزهای خام، منبع عالی دیگری برای دریافت سلنیوم محسوب می‌شوند و در هر موقعیتی هم می‌توان از آنها استفاده کرد. بادام برزیلی و فندق، بیش از همه مغزها حاوی سلنیوم هستند و عملکرد تیروئید را تنظیم می‌کنند. البته نباید در مصرف مغزهای خام زیاده‌روی کرد چون این مواد غذایی چربی زیادی دارند. ۳. بیوست، یکی از علائم شایع ابتلا به کم‌کاری تیروئید است. با این حال، مواد غذایی حاوی غلات سبوس‌دار مانند نان، ماکارونی و برنج حاوی مواد مغذی مهم و فیبر زیادی هستند و در نتیجه می‌توانند به تنظیم عملکرد روده کمک کنند. البته فیبر می‌تواند با هورمون تیروئید مصنوعی تداخل ایجاد کند و بعضی از افراد مبتلا به کم‌کاری تیروئید نباید از غلات سبوس‌دار استفاده کنند. به‌طور کلی، داروهای تیروئید باید چند ساعت قبل یا بعد از مصرف مواد غذایی حاوی غلات سبوس‌دار مصرف شوند. ۴. لوبیا، ماده غذایی مهم و همه‌کاره‌ای است که اثری پایدار و مفیدی ایجاد می‌کند و در نتیجه احساس خستگی را در افراد مبتلا به کم‌کاری تیروئید کاهش می‌دهد. انواع لوبیا حاوی پروتئین، آنتی‌اکسیدان، کریویدرات‌های پیچیده، ویتامین‌ها و املاح هستند و فیبر زیادی هم دارند. بنابراین

تخم‌مرغ و قارچ، مواد غذایی دیگری برای دریافت ویتامین D هستند و اسگاکا-۳ را هم می‌توان با مصرف گردو، روغن زیتون و روغن بذر کتان دریافت کرد. مواد غذایی حاوی ویتامین D و اسگاکا-۳ باید روزانه مصرف شوند. ۴. بوقلمون، یکی از منابع عالی برای دریافت پروتئین است و مصرف آن برای تولید انرژی و حفظ عضله‌ها ضرورت دارد. با توجه به اینکه کاهش وزن به‌عنوان یکی از نشانه‌های پرکاری تیروئید شناخته می‌شود، دریافت پروتئین کافی می‌تواند وزن این بیماران را در محدوده عادی نگه دارد. همه وعده‌های غذایی این بیماران باید حاوی



پروتئین باشد. ۵. پرکاری تیروئید در صورت درمان نشدن می‌تواند استخوان‌های فرد بیمار را تضعیف کند و در نهایت باعث ابتلا به پوکی استخوان شود. برای جلوگیری از بروز این مشکل افراد مبتلا به پرکاری تیروئید روزانه باید ۳ سهم از محصولات حاوی کلسیم مانند ماست، پنیر و شیر را در وعده‌هایشان مصرف کنند.

۱. کم‌کاری تیروئید در صورت کنترل نشدن، میزان کلسترول بد خون را افزایش می‌دهد و در نتیجه خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را بیشتر خواهد کرد. با این حال، مواد

محققان دریافتند مصرف بیش از اندازه سبزمینی سرخ‌شده احتمال مرگ زودرس را افزایش می‌دهد. خوردن سبزمینی سرخ‌شده برای افراد و به ویژه کودکان بسیار لذت‌بخش است، اما آیا می‌دانید خوردن بیش از حد این ماده غذایی برای سلامتی خطرناک است. محققان دریافتند خوردن سبزمینی سرخ‌شده با افزایش خطر مرگ در ارتباط است.

خوردن سبزمینی سرخ شده را فراموش کنید!

نتایج یک مطالعه جدید نشان داده است، افرادی که بیش از دو بار در هفته سبزمینی سرخ شده مصرف می‌کنند، خطر مرگ در آنها دو برابر افزایش می‌یابد. در این بررسی ۲۴۲۰ نفر در سنین ۴۵ تا ۷۹ سال در مدت ۸ سال مورد بررسی قرار گرفتند.

نتایج یک مطالعه جدید نشان داده است، افرادی که بیش از دو بار در هفته سبزمینی سرخ شده مصرف می‌کنند، خطر مرگ در آنها دو برابر افزایش می‌یابد. در این بررسی ۲۴۲۰ نفر در سنین ۴۵ تا ۷۹ سال در مدت ۸ سال مورد بررسی قرار گرفتند.

فشار خون چیست و تحت تاثیر چه عواملی قرار دارد؟

پرفشاری خون: بیماری فشار خون بالا یا سر و صدا پیشرفت می‌کند و عوارض خود را ایجاد می‌کند. مشکلاتی که به دنبال این بیماری بوجود می‌آید، متنوع است و مهم‌ترین آنها عبارتند از: سکته قلبی، سکته مغزی، نارسایی قلبی، نارسایی کلیوی، آنوریسم (اتساع عروقی) و تخریب شبکه چشم.



علائم هشدار دهنده دیسک کمر

درد ضروی است. این متخصص ارتوپدی در خصوص روش‌های مختلف فیزیوتراپی گفت: استفاده از امواج صوتی، برق، مادون قرمز، لیزر و گرما درمانی تأثیر چشمگیری در بهبودی افراد مبتلا به دیسک کمر دارند. وی درباره راهکارهای درمانی دیسک کمر اظهار داشت: برای تسکین درد نیز می‌توان از داروهای ضد التهابی مانند بروفن، ژلوفن و ناپروکسن استفاده کرد که در بیشتر مواقع طی ۵ تا ۶ ماه پس از انجام این روش‌ها مبتلایان به دیسک کمر درمان می‌شوند ولی در صورتی که این عارضه همچنان ادامه داشته باشد (حدود ۱۰ درصد از افراد) باید عمل جراحی انجام داد.



یک متخصص ارتوپد گفت: درد کمر به خصوص در ناحیه پشت ساق یا از اصلی‌ترین نشانه‌های بیماری دیسک کمر محسوب می‌شود. پدرام متخصص ارتوپدی در خصوص علائم هشدار دهنده دیسک کمر گفت: مهم‌ترین نشانه این عارضه درد کمر به خصوص در ناحیه پشت ران و ساق پا است، همچنین از دیگر علائم‌های ابتلا به دیسک کمر گرفتگی عضلات (اسپاسم) است. وی اظهار داشت: دیسک کمر در مراحل پیشرفته می‌تواند روی عصب پا تأثیر بگذارد و سبب بی‌حسی آن شود که در صورت ادامه این روند، به حالت افتادگی (drop foot) پیدا می‌کند. این ارتوپد با بیان اینکه در مراحل پیشرفته بیماری دیسک کمر، فرد دچار بی‌اختیاری ادراری و مدفوعی می‌شود، عنوان کرد: در چنین وضعیتی باید عمل جراحی اورژانسی بر روی بیمار انجام شود. پدرام تصریح کرد: در صورتی

که بعد از معاینه، گرفتن عکس رادیولوژی، MRI و انجام آزمایش‌های مختلف تشخیص دیسک کمر قطعی شد که اولین راهکار درمانی رعایت الگوی صحیح نشستن است، همچنین مبتلایان به این عارضه باید استراحت نسبی داشته باشند و از استراحت کامل خودداری کنند زیرا استراحت مطلق منجر به ضعف عضلات می‌شود. وی تأکید کرد: مبتلایان به دیسک کمر باید از انجام ورزش‌های سنگین مانند کوهنوردی و رانندگی پرهیز کنند، همچنین آب‌رسانی و ماساژ موضعی با استفاده از پمادهای ضد التهاب برای تسکین

که بعد از معاینه، گرفتن عکس رادیولوژی، MRI و انجام آزمایش‌های مختلف تشخیص دیسک کمر قطعی شد که اولین راهکار درمانی رعایت الگوی صحیح نشستن است، همچنین مبتلایان به این عارضه باید استراحت نسبی داشته باشند و از استراحت کامل خودداری کنند زیرا استراحت مطلق منجر به ضعف عضلات می‌شود. وی تأکید کرد: مبتلایان به دیسک کمر باید از انجام ورزش‌های سنگین مانند کوهنوردی و رانندگی پرهیز کنند، همچنین آب‌رسانی و ماساژ موضعی با استفاده از پمادهای ضد التهاب برای تسکین

سیگار کشیدن موجب تنگی عروق پا می‌شود



به گفته محققان، تنگی عروق پا (PAD) که به حمله پا هم معروف است در افراد سیگاری متداول است. استفاده از تنباکو علت اصلی بیماری‌های قابل پیشگیری و یکی از مهم‌ترین علل مرگ‌های زودهنگام قابل پیشگیری است. اعداد و ارقام سازمان بهداشت جهانی نشان می‌دهد در حدود ۱.۳ میلیارد نفر در دنیا سیگاری هستند. هر ساله اپیدمی جهانی سیگار و تنباکو در حدود ۶ میلیون نفر را به کام مرگ می‌کشاند که از این جمله بیش از ۶۰۰ هزار نفر کسانی هستند که به خاطر قرار گرفتن در معرض دود دست دوم سیگار می‌میرند. سیگار کشیدن همچنین فاکتور پرخطر اصلی بیماری تنگی عروق است. در این حالت پلاک‌های در عروق و شریان‌های که خون را به سر، اندام و دست‌ها می‌رسانند تشکیل می‌شوند. شیوع بیماری PAD در اندام تحتانی بدن در جمعیت بالای ۵۵ سال بین ۱۰ و ۲۵ درصد است و با افزایش سن این رقم نیز افزایش می‌یابد. افراد مبتلا به PAD در معرض ریسک بالای بیماری‌های قلبی و سکته هم قرار دارند. متداول‌ترین علائم این بیماری عبارتند از لنگیدن متناوب که با استراحت بهبود می‌یابد، پوست براق و سرد اندام، ریزش موهای پا، بروز زخمهای جلدی غیرقابل بهبود در اندامها، سوزش یا خارش پوست پا، احساس سستی، گرختگی یا سنگینی در ناحیه پا.



باعث افزایش احتمال فشار خون بالا می‌شود، به خصوص در چاقی‌های شکمی، انسولین مقاوم به درمان سبب افزایش فشار خون می‌شود. * کم تحرکی: هر چه کم تحرک تر باشید، تعداد ضربان‌های قلبتان بیشتر خواهد بود. افزایش ضربان قلب باعث بیشتر شدن کار قلب می‌شود. این مساله، نیروی وارد بر رگ‌ها را افزایش می‌دهد و طبیعتاً فشار خون را بالا می‌برد. همچنین کم تحرکی باعث افزایش وزن و پیامدهای آن بر فشار خون می‌شود. * دخانیات و مصرف الکل: تنباکو هم اثر کوتاه مدت و هم اثر بلند مدت برای افزایش فشار خون دارد. در کوتاه مدت تنباکو می‌تواند به طور موقت سبب افزایش فشار خون شود. در بلند مدت، مواد شیمیایی داخل تنباکو به دیواره شریان‌ها آسیب می‌زند و آنها را تنگ می‌کند. هر چه قطر رگ کمتر شود، فشار خون بیشتر می‌شود. الکل نیز می‌تواند به قلب آسیب برساند و باعث افزایش فشار خون شود. * مصرف بیش از اندازه سدیم: وقتی از سدیم حرف می‌زنیم، در واقع از نمک صحبت می‌کنیم که باعث می‌شود کلیه‌ها آب کمتری دفع کنند و به این ترتیب مایع زیادی در بدن جمع شود. در افراد حساس به نمک نگر داشتن آب بیشتر در بدن باعث افزایش حجم خون و در نتیجه، افزایش فشار خون خواهد شد. * مصرف کمتر از اندازه پتاسیم: در بدن تعادلی بین سدیم و پتاسیم برقرار است. اگر یکی بالا برود، دیگری پایین می‌آید. پس اگر پتاسیم کم مصرف شود، سدیم خون زیاد شده و افزایش سدیم یعنی اینکه فرد در خطر فشار خون است. همچنین مصرف پتاسیم باعث کاهش انقباض عضلات عروق می‌شود. * استرس: استرس باعث افزایش موقت اما شدید فشار خون می‌شود. بعضی سعی می‌کنند با سیگار کشیدن، نوشیدن الکل یا غذا خوردن بیشتر استرس خود را کم کنند. این امر در بلندمدت می‌تواند سبب افزایش فشار خون شود.

پرفشاری خون: بیماری فشار خون بالا یا سر و صدا پیشرفت می‌کند و عوارض خود را ایجاد می‌کند. مشکلاتی که به دنبال این بیماری بوجود می‌آید، متنوع است و مهم‌ترین آنها عبارتند از: سکته قلبی، سکته مغزی، نارسایی قلبی، نارسایی کلیوی، آنوریسم (اتساع عروقی) و تخریب شبکه چشم. - فشار خون تحت تاثیر چه عواملی چیست؟ برای این که خون در سرخگ‌ها جریان پیدا کند و مواد غذایی را به اعضای مختلف بدن برساند، نیاز به نیروی دارد که خون را به گردش درآورد. این نیرو، فشار خون نامیده می‌شود. انقباض و انبساط عضلات قلب و سرخگ‌ها این نیرو را ایجاد می‌کند. فشار خون یعنی فشاری که از طریق خون به دیواره داخلی رگ‌ها وارد می‌شود. اگر دیواره سرخگ‌ها به دلیل رسوب چربی توانایی انقباض و انبساط خود را از دست بدهند، فشار خون افزایش می‌یابد. وقتی می‌گوییم کسی فشار خون بالا دارد یا به بیماری فشار خون بالا مبتلاست، منظور این است که شخص مزبور دچار افزایش فشارخون سرخگی شده است. در این وضعیت، قلب نیز باید با شدت و قدرت بیشتری فعالیت کند. از نظر علمی عبارت «پرفشاری خون» یا «فشار خون بالا» مناسب‌تر از «فشار خون» است. به دلیل اینکه همه انسان‌ها باید فشار خون عادی را داشته باشند تا خون بتواند در رگ‌ها گردش عادی خود را انجام دهد. - فشار خون تحت تاثیر چه عواملی است؟ عوامل زمینه‌ساز وجود دارند که می‌توانند به افزایش احتمال بروز فشار خون بالا در افراد منجر شوند. به این عوامل، عوامل خطر فشار خون بالا دارند. مهم‌ترین عوامل خطر بیماری فشار خون بالا بیشتر می‌شود: * سن: با افزایش سن، خطر بروز فشار خون بیشتر می‌شود. افزایش فشار خون در اوایل میانسالی و تا ۵۵ سالگی در مردان بیشتر است اما زنان بعد از یائسگی بیشتر در معرض این بیماری‌اند. * نژاد: این بیماری در سیاه‌پوست‌ها شایع‌تر است و معمولاً در سن پایین‌تری هم بروز می‌کند و عوارضش هم بیشتر و شدیدتر است. * سابقه خانوادگی: افرادی که در خانواده سابقه این بیماری را دارند، احتمال ابتلای بیشتری به فشار خون بالا دارند. * اضافه وزن: هر چه وزن بیشتر باشد قلب باید برای تغذیه بافت‌های بدن خون بیشتری را به رگ‌ها بفرستد. افزایش حجم خون در گردش

کنترل رژیم غذایی، کنترل قند خون، انجام ورزش‌های ساده نظیر پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری و ... می‌تواند به دور ماندن از این بیماری کمک کند. سیگار کشیدن، دیابت، فشار خون بالا و افزایش اعتیادپذیری خون از جمله علل ابتلا به این بیماری است.

تغییر سیاست ملوان درباره اشتباهات تأثیرگذار داوری

تسلیم: باشگاه ملوان با توجه به اتفاقات رخ داده، قصد دارد سیاست رفتاری خود درباره اشتباهات تأثیرگذار داوری را تغییر دهد. تیم فوتبال ملوان در هفته دوازدهم لیگ برتر با نتیجه ۲ بر صفر از شمس آذر قزوین شکست خورد. مهدی تارتار بعد از پایان مسابقه در نشست خبری به روال بازی‌های قبل صحبت چندانی درباره عملکرد داور انجام نداد و قضاوت درباره کیفیت داوری را به کارشناسان واگذار کرد. بعد از این بازی با توجه به نظرات کارشناسان داوری، باشگاه ملوان قصد تغییر سیاست دارد.

در همین رابطه آرمین صافدل مدیر رسانه‌های باشگاه ملوان درباره گلایه این باشگاه از عملکرد سعید رحیمی مقدم و تغییر سیاست احتمالی در مواجهه با اشتباهات داوری، اظهار داشت: طبق سیاستی که باشگاه ملوان از ابتدای فصل در پیش گرفته تاکنون ما قصد نداریم حین بازی یا در کنفرانس خبری نسبت به عملکرد داوری صحبت کنیم یا اتهامی به داوران محترم داشته باشیم و از هرگونه جوسازی اجتناب کردیم. وی افزود: با اوقتی اشتباه داوری برای چندین مرتبه به ما و ما از کسب امتیاز حیاتی محروم می‌شویم و روند خوبمان به ناحق قطع می‌شود. دیگر قصد داریم رفتار متفاوتی در این خصوص داشته باشیم. کارشناسان داوری در برنامه فوتبال برتر اشتباهات مذکور را تأیید

تارتار ملوانی‌ها را برای بازی مقابل مس به خط کرد

گلچین امروز: ملوان بعد از شکست مقابل شمس آذر تمرینات خود را با جدیت بیشتری دنبال می‌کند. به گزارش "ورزش سه"، تیم ملوان که بعد از چهار ماه در دیداری مهم مقابل شمس آذر طعم شکست را چشید، حالا در حالی خود را آماده بازی با مس رفسنجان می‌کند که مهدی تارتار سرمربی این تیم حضور بعد از ریکاوری بازیکنان، هدایت تمرینات این تیم را برعهده دارد.

تارتار که از بازیکنان خواسته تا تمرکزتر از قبل تلاش کند تا در سه بازی باقیمانده نیم فصل بهترین نتیجه را بگیرد، قصد دارد با آرامش کامل تیمش را مهیای دیدار با مس رفسنجان، تراکتور و آلمینیوم اراک کند.

لکته مهم اینکه بارش باران باعث شده تا زمین تمرین و استادیوم سن سیروس کیفیت خود را از دست بدهند و این موضوع اثر منفی در روند آماده‌سازی تیم ملوان خواهد داشت، اما به هر حال به نظر این تیم فعلا چاره دیگری به جز سر کردن با این شرایط ندارد.

البته نکته دیگر اینکه با فرارسیدن نقل و انتقالات زمستانی، ملوان فرصت این را دارد تا نواقص خود را در پنجره نیم فصل برطرف کند و با تیم بهتری به استقبال دور برگشت رقابت‌ها برود.

چوکا تنها نماینده گیلان حاضر در مرحله سوم جام حذفی کشور



ایرنا: مدیر روابط عمومی هیات فوتبال گیلان گفت: به دلیل محدودیت ۲ تیم از گیلان در رقابت‌های جام حذفی، تنها یک تیم از گیلان در مرحله سوم این رقابت‌ها حضور دارد. علیرضا وهابی اظهار کرد: در مرحله سوم رقابت‌های فوتبال جام حذفی کشور، ۲۲ تیم شامل ۱۷ تیم صعود کرده از مرحله قبل و همچنین ۱۵ تیم لیگ دسته اول حضور دارند که طی روزهای هفتم و هشتم دی ماه رقابت این مرحله برگزار می‌شود.

وی افزود: تیم‌های فوتبال شهرداری بندرآستارا و داماش، ۲ نماینده گیلان که باید در این مرحله از رقابت‌ها حضور می‌یابند به دلیل اینکه فصل گذشته از حضور در جام حذفی انصراف داده بودند، طبق شیوه نامه مسابقات جام حذفی در این فصل حق شرکت در این مسابقات را ندارند. وهابی ادامه داد: از بین تیم‌های لیگ دسته دوم نیز که در مرحله دوم در رقابت‌های جام حذفی حضور خواهند داشت، تیم‌های سپیدرود رشت و چوکا تالش نمایندگان گیلان بودند که تیم سپیدرود از این رقابت‌ها انصراف داد و فقط چوکا تالش تنها نماینده گیلان در این مرحله بود.

وی اضافه کرد: با توجه به صعود چوکا تالش، این تیم

گلچین امروز: تیم فوتبال سپیدرود رشت مقابل تیم شهرداری بم با نتیجه ۴ بر صفر شکست خورد.

به گزارش خبرگزاری صداوسیما گیلان: از هفته نهم رقابت‌های گروه نخبست لیگ دسته دوم فوتبال کشور تیم سپیدرود رشت در ورزشگاه فجر به دو

شکست سنگین سپیدرود مقابل حریف قعر نشین

آگهی‌های ثبتی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه پلاعهارض خاتم طاهره حسن زاده اقدم فرزند علی اکبر پشماره شناسنامه ۴۰۰ صادره از رودسر در ششادنگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدانی به مساحت ۷۴/۱۲۴ مترمربع به شماره پلاک ۱۵۸۲ فرعی فرروز از ۲ فرعی سنگ ۱۶۹ اصلی واقع در قریه کلدره بخش ۲۹ میلان خریداری از محمود منجعی میلانی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۹/۰۷
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
رمضان قربانی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ت ۱۷۴۲

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه پلاعهارض خاتم طاهره حسن زاده اقدم فرزند علی اکبر پشماره شناسنامه ۴۰۰ صادره از رودسر در ششادنگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدانی به مساحت ۷۴/۱۲۴ مترمربع به شماره پلاک ۱۵۸۲ فرعی فرروز از ۲ فرعی سنگ ۱۶۹ اصلی واقع در قریه کلدره بخش ۲۹ میلان خریداری از محمود منجعی میلانی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۹/۰۷
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
رمضان قربانی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ت ۱۷۴۲

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه پلاعهارض خاتم طاهره حسن زاده اقدم فرزند علی اکبر پشماره شناسنامه ۴۰۰ صادره از رودسر در ششادنگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدانی به مساحت ۷۴/۱۲۴ مترمربع به شماره پلاک ۱۵۸۲ فرعی فرروز از ۲ فرعی سنگ ۱۶۹ اصلی واقع در قریه کلدره بخش ۲۹ میلان خریداری از محمود منجعی میلانی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۹/۰۷
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
رمضان قربانی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ت ۱۷۴۲

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه پلاعهارض خاتم طاهره حسن زاده اقدم فرزند علی اکبر پشماره شناسنامه ۴۰۰ صادره از رودسر در ششادنگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدانی به مساحت ۷۴/۱۲۴ مترمربع به شماره پلاک ۱۵۸۲ فرعی فرروز از ۲ فرعی سنگ ۱۶۹ اصلی واقع در قریه کلدره بخش ۲۹ میلان خریداری از محمود منجعی میلانی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۹/۰۷
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
رمضان قربانی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ت ۱۷۴۲

آگهی‌های ثبتی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه پلاعهارض آقای علی خورودوست رودسری فرزند جواد پشماره شناسنامه ۱۱۵ صادره از رودسر در ششادنگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدانی به مساحت ۳۷۱/۹۲ مترمربع به شماره پلاک ۶۲۷ فرعی قسمتی از پلاک ۱ فرعی از ۷۴ اصلی واقع در جویبلاغ بخش ۲۹ میلان خریداری از ابراهیم خورودوست رودسری محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۹/۰۷
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
رمضان قربانی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ت ۱۷۵۶

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه پلاعهارض آقای علی خورودوست رودسری فرزند جواد پشماره شناسنامه ۱۱۵ صادره از رودسر در ششادنگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدانی به مساحت ۳۷۱/۹۲ مترمربع به شماره پلاک ۶۲۷ فرعی قسمتی از پلاک ۱ فرعی از ۷۴ اصلی واقع در جویبلاغ بخش ۲۹ میلان خریداری از ابراهیم خورودوست رودسری محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۹/۰۷
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
رمضان قربانی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ت ۱۷۵۶

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه پلاعهارض آقای علی خورودوست رودسری فرزند جواد پشماره شناسنامه ۱۱۵ صادره از رودسر در ششادنگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدانی به مساحت ۳۷۱/۹۲ مترمربع به شماره پلاک ۶۲۷ فرعی قسمتی از پلاک ۱ فرعی از ۷۴ اصلی واقع در جویبلاغ بخش ۲۹ میلان خریداری از ابراهیم خورودوست رودسری محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۹/۰۷
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
رمضان قربانی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ت ۱۷۵۶

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه پلاعهارض آقای علی خورودوست رودسری فرزند جواد پشماره شناسنامه ۱۱۵ صادره از رودسر در ششادنگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدانی به مساحت ۳۷۱/۹۲ مترمربع به شماره پلاک ۶۲۷ فرعی قسمتی از پلاک ۱ فرعی از ۷۴ اصلی واقع در جویبلاغ بخش ۲۹ میلان خریداری از ابراهیم خورودوست رودسری محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۹/۰۷
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
رمضان قربانی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ت ۱۷۵۶

گلچین اخبار ورزشی

عاقبت عدم سفر به کجساران؛ بار رأی کمیته انضباطی داماش سه بر صفر بازنده شد!

تیم فوتبال داماش گیلان با رأی کمیته انضباطی نقره‌داغ شده و علاوه بر جریمه نقدی سه بر صفر بازنده اعلام شد. به گزارش پایگاه اطلاع رسانی دیارمیرزا، کمیته انضباطی رای خود را در خصوص دیدار تیم های نفت و گاز کجساران و داماشیان رشت صادر کرد. مسابقه تیم های نفت و گاز کجساران و داماشیان رشت که قرار بود روز ۱۴ آذرماه برگزار شود به دلیل عدم حضور تیم داماشیان رشت، برگزار نشد. بر همین اساس این تیم به پرداخت ۵۱۰ میلیون ریال جریمه نقدی محکوم و نتیجه بازی ۳ بر صفر به سود تیم مقابل اعلام شد. این رای قابل تجدید نظر است.

رای کمیته انضباطی هیات فوتبال گیلان برای دیدار شهرداری ماسال و پارس کیشهر

گلچین امروز: در هفته نهم رقابت‌های لیگ برتر فوتبال بزرگسالان گیلان، تیم شهرداری ماسال به مصاف تیم پارس بندر کیشهر رفت. در این دیدار کیوان محمدنژاد کاپیتان تیم شهرداری ماسال و میکائیل جمالی در اقدامی عجیب، داور این دیدار را مورد ضرب و شتم شدید قرار دادند. کمیته انضباطی هیات فوتبال پس از رخداد اتفاقات بازی شهرداری ماسال و پارس بندر کیشهر را احکامی صادر کرد.

کمیته انضباطی ضمن دعوت از خاطبان موصوف و نماینده باشگاه، نامبردگان در جلسه مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۰ حاضر و مطالبی در جهت دفاع از خود بیان نمودند که این دفاعیات توجیه قانونی نداشته است بنا بر مراتب مذکور به استناد ماده ۵۵ آیین نامه انضباطی فدراسیون فوتبال با رعایت بند ۴ از ماده ۱۳ و ۱۷۷ آیین نامه مذکور هر یک از نامبردگان را به ۲۴ ماه محرومیت از فعالیت‌های ورزشی مرتبط با فوتبال، فوتسال و فوتبال ساحلی با هر سمت و عنوان محکوم و همچنین آقای کیوان محمد نژاد را به پرداخت قضاوت مبالغه میلیون ریالی و آقای میکائیل جمالی را به پرداخت پنجاه میلیون ریالی جریمه نقدی در حق هیئت فوتبال استان محکوم می نماید. اما درخصوص نیمه تمام ملدن مسابقه، نظر به این که علت آن ناشی از رفتار بازیکنان شهرداری ماسال بوده که داور پس از مصدوم شدن قادر به ادامه قضاوت نبوده و بازی را تعطیل نموده است به استناد بند الف ماده ۴۷ آیین نامه با اختیار بازرسان و رعایت بند (و) تبصره ۱ ماده ۲۸ ضمن بازنده نمودن تیم شهرداری ماسال، نتیجه مسابقه راسه بر صفر به نفع تیم پارس کیشهر اعلام و باشگاه شهرداری ماسال را نیز به استناد بند ج ماده ۲۸ به پرداخت مبلغ سی میلیون ریالی جریمه نقدی در حق هیئت فوتبال استان محکوم می نماید با صدور رای حاضر به محض بلاغ و اجرای رای، دستور وصول صادره ملغی اثر خواهد گردید و حضور بازیکنان پارس از اتمام محرومیت مسلم پرداخت جریمه نقدی در حق هیئت فوتبال استان بوده و در غیر این صورت حق حضور در مسابقات را ندارند. ضمناً با توجه به ایراد ضرب به داور مسابقه، حق هرگونه پیگیری حقوقی از مراجع ذصلاح قضایی برای وی محفوظ می باشد.

آگهی‌های ثبتی

آگهی فقدان سند مالکیت

آقای محمدعلی ابراهیمی رودبندی با ارائه دو برگ استنادیه تأیید شده دفترخانه اسناد رسمی ۲۲۵ لنگرود و اسناد ارائه‌شده غیر مالی شماره ۳۳۳۴ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۳ اعلام نموده که سند مالکیت ششادنگ یک باب خانه و محوطه پصاحت ۱۹۷ متر و ۴۰ دسمترمربع به شماره ۵۰۲ فرعی از ۵۶ اصلی ۵۶ حومه شهر لنگرود ناحیه ۵۵ پخش ۱۵ میلان ذیل شماره ثبت ۱۱۳۵۸ در صفحه ۲۴۱ دفتر املاک جلد ۹۴ به شماره سریال ۳۲۸۲۶۴ ب نام محمدعلی ابراهیمی رودبندی صادر گردیده و به علت بیجانی مفقود گردیده تقاضای سند مالکیت المثنی را از این اداره نموده است

لذا این اداره بر بنیاد تبصره یک ماده یکصد و بیست آیین نامه قانون ثبت در یک نوبت آگهی می نماید تا چنانچه کسی مدعی انجام معامله و یا وجود سند مالکیت نزد خود باشد طرف مدت ده روز پس از انتشار این آگهی اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله به این اداره تسلیم و یا رسید اخذ نماید. در غیر این صورت چنانچه در وقت مقرز اعتراض نرسید و یا صورت وصول اعتراض اصل سند مالکیت و یا سند معامله مفقود گردد اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادره به متقاضی تسلیم خواهد نمود. تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲

شهربار سلیمی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان لنگرود رام/الف/ت ۱۸۶۰

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلاعهارض آقای خاتم مصطفی ساریان فرزند قندعلی به شماره شناسنامه ۴۰۰ صادره از رشت در ششادنگ یکقطعه زمین مشتمل بر یکپکاب خانه و محوطه پصاحت ۱۴۴/۴ مترمربع پلاک ۲۳۳ فرعی از ۷۶ پلاک ۲۳ فرروز جزوی شده از پلاک ۴۵ واقع در قریه ندامان بخش ۲۲ میلان از نسق اله بخش ساریان محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بد مدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا رام/الف/ت ۹۱۰/۱۹۴۲

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلاعهارض آقای خاتم خدیجه نورانی فرزند محمد اسمعیل به شماره شناسنامه ۴۰۰ صادره از شمیرانات و رجا فرخ پور لنگرودی فرزند جمشور به شماره شناسنامه ۴۵ صادره از اهر در ششادنگ یکقطعه زمین مشتمل بر یکپکاب خانه و محوطه پصاحت ۲۰/۱۱۱ مترمربع پلاک ۱۱۳۴ فرعی از ۲۲ اصلی فرروز و جزوی شده از پلاک ۱۲۴ واقع در قریه ۱۳ میلان از نسق اصغر تقی زاده محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بد مدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا رام/الف/ت ۹۱۰/۱۹۴۲

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برای رای شماره ۴۲۳-۱۴۰۲-۳۱۸۰۰۸-۰۰۰-۳۳۰۳۱۸۰۰۰-۱۴۰۲/۰۸/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلاعهارض آقای خاتم خدیجه نورانی فرزند محمد اسمعیل به شماره شناسنامه ۴۰۰ صادره از شمیرانات و رجا فرخ پور لنگرودی فرزند جمشور به شماره شناسنامه ۴۵ صادره از اهر در ششادنگ یکقطعه زمین مشتمل بر یکپکاب خانه و محوطه پصاحت ۲۰/۱۱۱ مترمربع پلاک ۱۱۳۴ فرعی از ۲۲ اصلی فرروز و جزوی شده از پلاک ۱۲۴ واقع در قریه ۱۳ میلان از نسق اصغر تقی زاده محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بد مدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا رام/الف/ت ۹۱۰/۱۹۴۲

گلچین فوتبال جهان

آنچلوتی: من نه، بازیکنان رنال اسطوره هستند

ایستا: شگفتی‌ساز ژیرونا در لالیگا ادامه دارد و این بار تیم صدرنشین ایالت کاتالونیا توانست بارسلونا را با نتیجه ۴ بر ۲ در هم کوبد تا به صدر جدول رده‌بندی برگردد. کارلو آنچلوتی درباره این بازی گفت: به عنوان یک تماشاگر فوتبال باید بگویم که این بازی بسیار لذت بخش و زیبا بود. دو تیم برای پیروزی تلاش کردند و در نهایت این ژیرونا بود که توانست به پیروزی دست پیدا کند. او ادامه داد: به نظر ژیرونا عملکرد بهتری نسبت به بارسلونا داشت و در نهایت هم توانست با شایستگی به پیروزی برسد. تا این حد کفایت می‌کنم. نمی‌توانم به انتقاد از سبک و بازی تیمی بپردازم. از بازی خوش آمد و ژیرونا نشان داد که در سطح کیفی بالایی بازی می‌کند و این شگفت‌انگیز است. آنچلوتی درباره عملکرد خوب خود در رئال مادرید گفت: من اسطوره نیستم و تنها یک مربی هستم. این بازیکنان هستند که با نمایش درخشان خود نشان می‌دهند که اسطوره هستند.

بازگشت فراموش شده‌ها به ترکیب بارسا

فارس: کاتالان‌ها به مصاف آنتورپ از بلژیک خواهند رفت اما باتوجه به صعود آنها به مرحله حذفی، بازی زیاد سخنی نخواهد داشت. بر همین اساس ژاوی هرناندز سرمربی کاتالان‌ها به برخی از بازیکنان نیمکت نشین این شانس را خواهد داد تا دقایقی بازی کنند. در واقع بازیکنان مهمی مانند آرنه، دی یوگ، گوندوگان و لواندوفسکی حتی در لیست این دیدار حضور ندارند و به جای آنها از چند بازیکن جوان نام برده شده است. بر اساس گزارش اسپورت، شانس زیادی وجود دارد که دو پیشکسوت بارسلونا نیز پس از مدتی دقایقی در این دیدار بازی کنند. اولین نفر از این بازیکنان، کاپیتان اول سرچی روبرتو است که در دو ماه گذشته بازی نکرده است. روبرتو اواسط آکتبر از ناحیه کتف پا دچار مصدومیت شد که او را دو ماه از میدان دور نگه داشت اما وی از قبل از بازی مقابل پورتو بهبود یافته است. این می‌تواند اولین حضور روبرتو برای بارسلونا پس از بازی مقابل گرنا باشد که در آن یک گل تعیین کننده به ثمر رساند. البته مشخص نیست او در ترکیب اولیه قرار دارد یا نیمه دوم به میدان خواهد رفت.

ژاوی از خجالت شاگردانش در آمدا

تسنیم: سرمربی بارسلونا در جریان بازی اخیر تیمش در لالیگا از خجالت شاگردانش در آمدا، تیم فوتبال بارسلونا یکشنبه شب در هفته شانزدهم لالیگای اسپانیا در ورزشگاه لوئیس کامپانس با نتیجه ۴ بر ۲ مغلوب میهمان خود جیرونا شد که این اولین شکست در تاریخ باشگاه بارسلونا مقابل این رقیب کاتالونیایی بود. انتقادات به عملکرد پرفراز و نشیب ژاوی و شاگردانش در حالی همچنان ادامه داد که حالا خبر می‌رسد سرمربی ۴۳ ساله بارسا در جریان بازی اخیر تیمش از خجالت بازیکنانش در آمدا است. بر اساس گزارش نشریه «موندو دپورتیو» چاپ کاتالونیا، ژاوی در وقت استراحت بین دو نیمه بازی با جیرونا در حالی که تیمش ۲ بر یک در نتیجه عقب بود، بر سر بازیکنانش فریاد زده است و به آنها گفته با ارائه چنین عملکردی قهرمانی در لالیگا را از دست خواهند داد. او همچنین در حالی که چندین بار به تخته وایت‌برد رختکن تیمش ضربه زد، از بازیکنانش خواست تا با شور بیشتری بازی کنند.

واسکز: رنال قهرمانی در دو جام را در سر دارد

ایستا: رئال مادرید در فصل جاری با هدایت کارلو آنچلوتی نتایج بسیار خوبی کسب کرده است. این تیم در لالیگا در رده دوم جدول رده‌بندی است و در لیگ قهرمانان اروپا هم با اقتدار جواز صعود به دور بعد را به دست آورد تا نشان دهد که در فصل جاری از مدعیان اصلی قهرمانی در این دو جام است. واسکز، بازیکن باتجربه رئالی‌ها درباره خیز این باشگاه برای قهرمانی در لالیگا و لیگ قهرمانان اروپا گفت: بله این چیزی است که در ذهن ما وجود دارد. در فصل جاری قهرمانی در این دو جام بزرگ را می‌خواهیم. او درباره حس بازی کردن با پیراهن رئال گفت: رئال مادرید همواره رویای دوران کودکی من بود و بسیار خوشحالم که به این رویای خود رسیدیم. در رئال احساس می‌کنم که در خانه هستم. من احساس بسیار خوبی با رئال دارم. واسکز درباره نمایش درخشان پلیگام گفت: عجب بازیکنی است. همه ما از روز نخست حضور این بازیکن از سطح او خوشحال شدیم. او از حضور در رئال بسیار لذت می‌برد.

اوسیمین بازیکن سال فوتبال قاره آفریقا شد

ایستا: مراسم انتخاب بهترین‌های فوتبال قاره آفریقا در سال ۲۰۲۳ برگزار شد. در بخش بهترین بازیکن سال فوتبال قاره آفریقا این ویکتور اوسیمین بود که بالاترین رأی را به خود اختصاص داد و جلودار محمد صلاح این جایزه ارزشمند را به دست آورد. اوسیمین فصل بسیار خوبی را با ناپولی پشت سر گذاشت و درخشش او باعث شد تا ناپلی‌ها بعد از ۳۳ سال قهرمانی در سری آ را به دست آورند. این برای نخستین بار بود که این بازیکن نایجری‌ای توانست چنین جایزه‌ای را به دست آورد. اما جایزه بهترین دروازه‌بان سال فوتبال قاره آفریقا در ۲۰۲۳ به یاسین بونو سنگریان مراکشی الهلال رسید که در جام جهانی ۲۰۲۲ نظ نمایش خیره کننده‌ای داشت. ولید المرارکی سرمربی تیم ملی فوتبال مراکش هم توانست به عنوان بهترین مربی سال انتخاب شود.

ورزش ایران و جهان

استقلال باید در نیم فصل تقویت شود



پتانسیل این کار را دارد. روزمبار دربارہ اینکه استقلال شانس بالایی برای صدرنشینی در پایان نیم فصل دارد، خاطر نشان کرد: صدرنشینی و قهرمان شدن در نیم فصل اهمیت ندارد، مهم این است که تیم در پایان فصل در جایگاه نخست جدول قرار بگیرد. وقتی جام را بالای سر بردید می‌توانید بگویید که موفق شده‌اید. به نظر من استقلال اگر هدفش قهرمانی است، در نیم فصل باید تقویت شود. در ابتدای فصل استقلال شرایط سختی برای جذب پتانسیل این کار را دارد. صدرنشینی و قهرمان شدن در نیم فصل اهمیت ندارد، مهم این است که تیم در پایان فصل در جایگاه نخست جدول قرار بگیرد. وقتی جام را بالای سر بردید می‌توانید بگویید که موفق شده‌اید. به نظر من استقلال اگر هدفش قهرمانی است، در نیم فصل باید تقویت شود. در ابتدای فصل استقلال شرایط سختی برای جذب

تسنیم: پیشکسوت باشگاه استقلال معتقد است شاگردان جواد نکونام پتانسیل برتری در دربی پیش رو را دارند. صادق روزمبار درباره توقف استقلال در اهواز مقابل فولاد اظهار داشت: همیشه بازی‌های قبل از دربی سخت و حساس می‌شود و تیم‌ها محتاطانه بازی می‌کنند تا با حداقل تلفات به دربی برسند. به نظر من استقلال مقابل فولاد بازی خوبی انجام داد و شانس این را داشت که گل بزند و به برتری برسد. این طبیعی است که بازیکنان سعی می‌کنند کارت نگیزند و یا حتی مصدوم نشوند تا در دربی بازی کنند، استقلال مقابل فولاد دست به عصا بازی کرد. وی ادامه داد: از سوی دیگر فولاد هم در زمین خود و مقابل هوادارانش بازی می‌کرد و در چنین شرایطی بازی برای تیم مقابل سخت خواهد بود. فولادی‌ها هم با توجه به شرایطی که در جدول داشتند برای شکست استقلال جدول کردند، این تیم بازیکنان جوان و تیم یک‌دستی در اختیار دارد و در بازی با استقلال هم خیلی تلاش کردند که برنده از زمین بیرون بروند، اما این اتفاق نیفتاد. مدافع پیشین تیم فوتبال استقلال که سابقه گلزنی در دربی هم دارد، در واکنش به این موضوع که حضور استقلال در صدر جدول باعث می‌شود این تیم را برنده

جمشیدیان: سپاهان بدون شک شانس اول قهرمانی است



جمشیدیان در مورد دربی آریا تجربه گل محمدی در اینک بازی‌ها نمی‌تواند کفه ترازو را به سمت پرسپولیس سنگین‌تر کند، گفت: استقلال هم بازیکنان و کادرفنی و تجربه‌ای دارد و تجربه یحیی گل محمدی در دربی‌ها نمی‌تواند یک برگ برنده برای پرسپولیس باشد. بازیکنان استقلال بارها این

تسنیم: هافبک پیشین تیم فوتبال استقلال تأکید کرد، سرخابی‌های پایتخت برای پیروزی در دیدار روز پنجشنبه شانس برابری دارند. جمشیدیان درباره دربی گفت: احتمالاً شاهد یک بازی کسل‌کننده باشیم، چون شرایط پرسپولیس با سال‌های گذشته فرق دارد و استقلال هم نمی‌تواند گفت که در شرایط ایده‌آلی قرار دارد و گاهی اوقات در بازی‌هایی که باید برنده شود به مشکل می‌خورد. به نظر من هر دو تیم با استراتژی کسب تساوی و یک امتیاز به زمین مسابقه می‌آیند و بیشتر منظر تک موقعیت‌ها و یا استفاده از ضربات ایستگاهی خواهند بود. در هر دو تیم هم بازیکن خلاق نمی‌بینم و مهدی ترابی هم با شرایط ایده‌آل گذشته فاصله دارد.

قهرمانی در لیگ قهرمانان آسیا خیلی سخت است

تسنیم: هافبک تیم فوتبال سپاهان ابراز امیدواری کرد، با جلب نظر امیر قلعه‌نویی دوباره به اردوی تیم ملی دعوت شود. محمد قربانی درباره پیروزی تیمش برابر مس رفسنجان اظهار داشت: ما موقعیت‌های خوبی داشتیم، ولی در نیمه اول به گل نرسیدیم. با این حال در نیمه دوم با کاشته‌های رامین رضاییان به گل اول رسیدیم و در ادامه هم سه گل زدیم تا برد مهمی را در خانه به دست بیاوریم. با این برد به رده دوم جدول رسیدیم و امیدوارم این روند خوبی را که در لیگ برتر داریم، ادامه دهیم. وی در واکنش به اینکه خیلی‌ها سپاهان را شانس اول قهرمانی در لیگ اسال می‌دانند، تصریح کرد: ما ۲۰ بازی دیگر داریم و با حرف زدن نمی‌توان قهرمان شد. امسال بازی‌های لیگ هیجان خاصی دارد و نتایج هم قابل پیش‌بینی نیست. همه بازی‌ها سخت هستند، ولی ما تیم خوب و متحدی داریم

وی ادامه داد: هر چند شرایط استقلال کمی بهتر است، ولی فکر می‌کنم شانس برد هر دو تیم برابر باشد. اگر استقلال گل بخورد توان جبران را دارد، ولی فکر می‌کنم پرسپولیس در صورت گل خوردن کار سختی خواهد داشت، در ضمن فشاری که روی پرسپولیس وجود دارد، روی استقلال نیست.

وزیر ورزش و جوانان: مربیان ورزشی نباید دغدغه شغل داشته باشند



گلچین امروز: کیومرث هاشمی در دیدار با دانشجویان ابعاد پیشرفت ورزش را تحلیل و بررسی کرد. به گزارش گروه ورزشی خبرگزاری صدا و سیما، کیومرث هاشمی در نشست صمیمی با دانشجویان دانشکده علوم تربیتی دانشگاه تهران گفت: وظیفه ما و شما جامعه دانشگاهی و علمی این است که شعار «ورزش قوی، ایران قوی» را تبدیل به یک گفتمان کنیم. جامعه دانشگاهی ما ظرفیت بسیار بالایی دارد که قطعا وزارت ورزش از این ظرفیت برای رسیدن به «ورزش قوی، ایران قوی» بهره خواهد گرفت. وزیر ورزش و جوانان در ادامه گفت: یکی از راهکارهایی که می‌تواند به ورزش کشور در بخش‌های مختلف کمک کند در اختیار گرفتن ظرفیت‌های دانشگاه‌های تربیت‌بدنی به فدراسیون‌ها است. یکی از برنامه‌های ما این است بتوانیم تعامل گسترده‌ای بین فدراسیون‌ها و دانشگاه‌ها ایجاد کنیم و ورزش ما بتواند از این طریق سود ببرد. وی ادامه داد: وظیفه وزارت ورزش تیم‌داری و باشگاه‌های داری نیست و تا پایان اسال سعی می‌کنیم دو باشگاه استقلال و پرسپولیس را با راهکارهایی که سازمان خصوصی‌سازی در نظر گرفته به بخش خصوصی واگذار شود. یکی از رسالت‌های اصلی ما عمومی کردن ورزش است که در سال‌های قبل از این امر کوتاهی شده است. هاشمی در مورد نگاه نوین به ورزش گفت: بحث توسعه صنعت ورزش یکی از مباحث مهمی است که در دنیا مطرح است و ما نیز از آن استقبال می‌کنیم، ولی تا زمانی که بحث تصویب قانون باشگاه‌داری انجام نشود نمی‌توانیم در بحث صنعت ورزش به پیشرفت برسیم. مناسفانه تا زمانی که قوانین نظام باشگاه‌داری در مجلس تصویب نشود نمی‌توانیم حرفی در صنعت ورزش داشته باشیم.

وی افزود: وزارت ورزش این آمادگی را دارد که دوره‌های کارآموزی و کارورزی را برای دانشجویان تربیت‌بدنی برگزار کند که مهارت‌های فنی آن‌ها بالا رود. این آمادگی را داریم که از ظرفیت فارغ‌التحصیلان رشته تربیت‌بدنی در ادارات کل و مجموعه‌های ورزشی و وزارت بهره بگیریم و کم‌کم دانشجویان وارد فاز کاری شوند. وی یادآور شد: باید به دنبال این موضوع باشیم که مربیگری به عنوان یک شغل تلقی شود و کسانی که در این حوزه فعالیت می‌کنند دغدغه‌ای برای آینده شغلی خود نداشته باشند. ۹۰ هزار شغل در ۳۲ هزار باشگاه در تهران ایجاد شده و انتظار داریم که ۱۸ هزار شغل دیگر به این مقدار اضافه شود. یکی از راهکارهای ایجاد شغل، توسعه باشگاه‌داری است. در برنامه جدید بیش از ۳ همت برای توسعه باشگاه‌داری در نظر گرفته شده است. فارغ‌التحصیلان رشته تربیت‌بدنی نسبت به دیگر رشته‌ها آینده شغلی بهتری دارند و این وظیفه ما مسئولین است که دغدغه‌ها را برای دانشجویان رفع کنیم و موانع را از سر راه آن‌ها برداریم. هاشمی گفت: تلاش می‌کنیم که پیست دوومیدانی دانشکده تربیت‌بدنی تهران بازسازی شود و برنامه‌ریزی خواهیم کرد تا پایان سال ۱۴۰۳ با کمک نیروهای فنی و مهندسی این کار انجام شود. فارغ‌التحصیلان رشته تربیت‌بدنی در راستای واگذاری پروژه‌های نیمه تمام اگر بتوانند سرمایه‌گذار جذب کنند پروژه‌های ورزشی نیمه تمام را در اختیار آن‌ها قرار می‌دهیم که پروژه‌ها تکمیل شود مورد بهره‌برداری قرارگیرد. وزیر ورزش و جوانان ادامه داد: در قانون اهداف و وظایف و اختیارات وزارت ورزش و جوانان، بحث استعدادیابی برعهده مجموعه وزارت و هیات‌ها است. در این راستا سند پیشرفت ورزش را در دستور کار قرار داده‌ایم و با تصویب آن، تکلیف و تقسیم وظایف همه دستگاه‌ها در حوزه استعدادیابی مشخص و وزارت ورزش و جوانان به عنوان متولی انجام وظیفه خواهد کرد.

اعتراض پرسپولیس به آمار برد استقلال در تاریخ دربی‌ها

فارس: باشگاه پرسپولیس آمار بردهایش در تقابل با استقلال را اعلام کرد. باشگاه پرسپولیس اعلام کرد: سرخابی‌های تهران تا کنون در ۱۰۱ مسابقه به مصاف یکدیگر رفته‌اند که از این میان نتیجه ۹۹ مسابقه از نظر آمار قابل محاسبه است. هرچند اکثر رسانه‌ها با توجه به صلاحیت خود تمایلی برای ورود به این موضوع ندارند. در طول ۱۰۱ دربی که تا کنون برگزار شده است، ۲ بازی به دلیل عدم رعایت پروتکل‌های استاندارد برگزاری مسابقات فوتبال در واقع نباید مورد محاسبه قرار بگیرند. در دربی شماره ۶ (سوم مهرماه سال ۱۳۴۹) که یک دیدار دوستانه بود، بازیکن تیم استقلال تعویض شده و بازیکن دیگری به جای او وارد زمین می‌شود. طبق قوانین فوتبال بازیکن خروجی در پی تعویض دیگر امکان حضور در میدان را ندارد و بازیکن غیرمجاز تلقی می‌شود. با این وجود در آمار مسابقه، همان بازیکن بعد از استراحت و تجدید قوا دوباره به زمین آمد و گل هم زد. در دربی شماره ۲۳ که یک دیدار دوستانه در گرمابادشهر مرحوم علی داتایی‌فرد بود نیز به دلیل اختلافی که در جریان مسابقه پیش آمد، بازی به پایان نرسید و یک مسابقه ۹۰ دقیقه‌ای را شاهد بودیم. البته پرسپولیس با احتساب این دو مسابقه نیز، صاحب برتری در تعداد پیروزی‌های دربی است. با احتساب نتایج رقم خورده در وقت‌های قانونی بازی و احتکام انضباطی، قرمزهای تهران تاکنون در ۲۷ دربی به پیروزی رسیده‌اند. استقلال حتی با احتساب پیروزی‌هایش در ۲ مسابقه یاد شده، صاحب ۳۶ پیروزی است. بازی‌هایی که در وقت‌های قانونی به تساوی انجامیده است و کار به ضربات پنالتی کشید نیز جزو ۴۸ تساوی رقم خورده بین دو تیم است. تعداد مساویات رسمی دو تیم هم ۹۵ یکبار است که پرسپولیس با برتری ۲۷ بر ۲۴ در کسب پیروزی پیشناز بوده است.