

گلچین امروز

پیگیری لغو مصوبه
افزایش سن
بازنشستگی
در مجلس آینده



صفحه ۲

ملوان مقابل
استقلال خوزستان
مستحق
پیروزی بود



صفحه ۷

نشانه های
هشدار دهنده
لغزش
در اعتیاد



صفحه ۴

پسته
قند خون را
پایین
می آورد



صفحه ۶

سال بیستم - شماره ۴۷۵۳ - ۸ صفحه - ۱۰۰۰۰ تومان

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، هنری و ورزشی صبح گیلان

یکشنبه ۱۶ اردیبهشت ۱۴۰۳ - ۲۶ شوال ۱۴۴۵ - ۵ می ۲۰۲۴

استاندار گیلان با حضور میدانی تاکید کرد:

لزوم بررسی دقیق ابعاد حادثه حریق امام زاده ابراهیم (ع) شفت



گلچین امروز: استاندار گیلان با حضور در محل حادثه امام زاده ابراهیم (ع) شهرستان شفت بر بررسی دقیق ابعاد این حادثه تاکید کرد. به گزارش روابط عمومی استاندار گیلان: اسدالله عباسی نماینده عالی دولت در گیلان به همراه چندین تن از مسؤولان استانی و شهرستانی در محل آتشسوزی شهرک امامزاده ابراهیم (ع) شهرستان شفت حضور یافت. وی در جریان این حادثه قرار گرفت و پیگیر میزان خسارت وارد شده به مردم شد و دستوراتی را در این راستا صادر کرد. استاندار گیلان ضمن ابراز تأسف از این وقوع حادثه و بروز خسارات مالی و نیز با بیان اینکه به حمدللهی این حریق خسارات جانی به همراه نداشته است؛ دستور داد که ابعاد گوناگون این حریق به صورت دقیق کارشناسی و نتیجه آن به استانداری اعلام شود. عباسی با تاکید بر اینکه دولت مردمی سیزدهم در کنار مردم است، گفت: قطعاً دولت در جبران خسارات وارده مالی کمک حال مردم است و نیز در ساخت اصولی و مهندسی احداثات منطقه امام زاده ابراهیم (ع) با سازه هایی که دیگر شاهد چنین اتفاقات ناگواری نباشیم تاکید دارد. همچنین با دستور استاندار گیلان در پی وقوع این حریق، بلافاصله معاونین و مدیران ستادی و مسئولان مرتبط و نیروهای امدادی و خدمات رسان در ساعات ابتدایی این حریق در محل حادثه حاضر شدند. مردم نیز در حضور استاندار گیلان موضوعات و مشکلات خود را بیان کردند. همچنین جلسه ای در جمع مردم منطقه و مسؤولان با حضور استاندار گیلان در محل بارگاه ملکوتی حضرت امام زاده ابراهیم (ع) شفت برگزار شد.

یادداشت امروز

رضا حقی

درد مشترک معلم و کارگر!
به علت کیسه بودن سال ۱۴۰۳ روز جهانی کارگر اسفند مصادف می شود با ۱۲ اردیبهشت در نتیجه بزرگداشت روز معلم و روز کارگر در یک روز انجام می شود. شاید این اتفاق مطلوبیت این دو فشر زحمتکش را بیشتر نمایان کند؛ دو قشری از جامعه که معمولاً بیشترین شعار مسئولین شامل حال آنها می شود. ولی در تخصیص بودجه و یا مشخص کردن حداقل حقوق و مزایا و همسان سازی حقوق و مزایا با سایر کارکنان دولت در حد حرف باقی می ماند.

حقوق کارگران در چند سال اخیر همیشه از رقم تورم سالانه پایین تر بوده، کما اینکه بسیاری معتقدند رقم اعلام شده اسفند ۶۰ درصد معیشت کارگران را پوشش می دهد. آیا این موضوع قابل درک است؟ قضاوت تکراری و پر درد همسان سازی حقوق معلّمها که چند سال است به یک شوخی تکراری و اعصاب خوردکن تبدیل شده است. ضمن اینکه به تیرهای تکراری رسانه ها نیز عادت کرده ایم. تفاوت و یا مقایسه حقوق معلّمان کشور مان با سایر کشورهای همسایه و یا کشورهای دیگر امری عادی برای همه تبدیل شده است.

دیدن معلّمهایی (چه خانم و چه آقا) که بعد از اتمام کلاس درس، سرورس بچه های همان مدرسه می شوند تا آنها را به خانه هایشان برسانند دیگر عادی شده است! کار دوم و گاهی کار سوم هم برای معلّمهایی که باید فکری به حال معیشت خانواده خود بکنند دیگر امری عادی شده است. همچنین اعلام آمار غیب زدن گوشت، لبنیات و مرغ از سر سفره کارگران دیگر عادی شده و کرایه های کمر شکن مسکن نیز در حال عادی شدن است. اینکه اکثر مردم در کشور تحت فشار اقتصادی هستند را همه قبول می کنند ولی یک چیز را خیلی ها هضم نمی کنند و آن هم تبعیض است! تبعیض و فاصله زیاد بین حقوق معلّمان و دیگر کارکنان دولت، تبعیض و فاصله وحشتناک بین حقوق کارگران و مدیران همان کارگران به طوری که بین کف و سقف حقوق اعلام شده فاصله ۷ برابری وجود دارد، یعنی حداقل حقوق حدود ۷ میلیون تومان و حداکثر حقوق ۵۰ میلیون تومان است.

این حد فاصله حقوق، یعنی کسانی که تصمیم گیر هستند و شعار عدالت می دهند هنوز به مفهوم این کلمه فکر نکرده اند. یعنی اینکه معلّمهای ما در تعلیم و تربیت نسلی که پرورش داده اند تا عهده دار مسئولیت بشوند خوب عمل نکرده اند.

نسلی که امروز به عنوان نمایندگان مردم در مجلس و به عنوان مسئولین در قوه مجریه حضور دارند، ماحصل برخورد و تربیت نسل معلمان هستند که با چوب و ترکه با خط کش بر کف دست ایشان زدند و این نسل آن ترکه را الان به معلّمهای امروزی می زنند، معلمان که نسل امروز را امر می کردند برای تنبیه دو دانششان را بالای سر بیرند و روی یک پا بایستند. الان شما را در زندگی روی یک پا نگه می دارند تا نتوانید تعادلتان را حفظ کنید. گفتگو: گفتگو همان نکته ای است که معلمان ما در مدرسه با ما تمرین نکردند؛ آنها فقط گفتند و ما گوش دادیم.

حالا شاگردان آنها به عنوان وزیر و وکیل می گویند و شما می بایست گوش کنید! اگر گفتگو را به اینها یاد می دادید شاید آسان تر می توانستید به راه حلی برسید. هنوز هم دیر نشده و حداقل با نسل حاضر گفتگو را تمرین کنید و خود را متکلم وحده قرار ندهید. گفتگو و پاسخ دادن با دلیل، تعریفی است که همه ما به خصوص نسل آینده به شدت به آن نیاز داریم. بسم الله

رئیس پلیس فتا گیلان خبر داد: دستگیری عامل انتشار محتوای نامتعارف در فضای مجازی

گلچین امروز: رئیس پلیس فتا استان گیلان از دستگیری عامل انتشار محتوای سرو مشروب و تصاویر نامتعارف در اینستاگرام خبر داد. سرهنگ امیرحسین نقی مهر گفت: در راستای ارتقاء امنیت اخلاقی و اجتماعی جامعه و رصد فضای مجازی، صفحه ای با ۲۶ هزار دنبال کننده شناسایی شد که اقدام به انتشار تصاویر غیراخلاقی و سرو مشروب در فضای مجازی می کرد. این مقام انتظامی تصریح کرد: بعد از اقدامات فنی و تخصصی توسط کارشناسان پلیس فتا، منجم ۳۳ ساله پرونده مورد شناسایی قرار و در شهرستان رشت دستگیر شد.

وی ادامه داد: طی بررسی های صورت گرفته این فرد با هدف کسب در آمد اقدام به پارک زاری و تبلیغات تصاویر نامتعارف در شبکه های اجتماعی اینستاگرام نموده است. سرهنگ نقی مهر هشدار داد: افرادی که بخواهند با ترفندهای مختلف و با انتشار محتوای نامتعارف باعث رواج بی بند و باری و فساد در فضای مجازی و جامعه شوند پلیس فتا با همکاری دستگاه قضایی با آنها برخوردی قاطع و قانونی خواهد داشت.

شرکت چاپ و نشر نوین پارس

HEIDELBERG SM74

- پلیت ستر HEIDELBERG CREO
- دو دستگاه چاپ افست چهار رنگ
- سه دستگاه چاپ افست تک رنگ
- دو دستگاه چسب گرم تک خانه و ۵ خانه
- دستگاه جعبه چسبانی HI-PACK
- دستگاه سلفون کش حرارتی TMC

انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی گیلان

هموطن عزیز زیباترین جلوه
نیکوکاری کمک به بیماران
انجمن خیریه حمایت از
بیماران کلیوی است.

خواهشمند است کمک های
انساندوستانه خود را به شماره
حساب های ۰۱۰۵۳۹۲۸۵۵۰۰۵
بانک ملی و ۰۱۰۲۵۰۷۲۰۸۰۰۰
بانک صادرات واریز و یا به نشانی
انجمن واقع در رشت خیابان حافظ
کوچه مویدی اهدا فرمایید.

تلفکس: ۳۳۳۶۳۵۲۹

آرنا

مجموعه ورزشی

استخر
سونا
جکوزی

ایروبیک
بدنسازی
و آمادگی جسمانی

گلزار، بلوار دیلمان، خیابان وحدت

۳۳۷۶۳۲۴۸

پیگیری لغو مصوبه «افزایش سن بازنشستگی» در مجلس آینده

تسنیم: رئیس کمیسیون شوراهاى مجلس گفت که در مجلس آینده با ارائه طرحى دنبال اصلاح افزایش سن بازنشستگی خواهیم بود تا قانون به حالت قیل بازگردد.

محمد صالح جوکار رئیس کمیسیون شوراها و امور داخلی مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه جامعه کارگران، نیمی از جمعیت کشور را تشکیل می‌دهند، گفت: این فشر نیاز به حمایت دارد که لازم است، مجلس و دولت در راستای رفع مشکلات آنها گام‌های اساسی بردارند. وی با اشاره به مشکلات این فشر اظهار کرد: یکی از مشکلات کارگران، نبود امنیت شغلی است، اینکه کارگری در یک مجموعه با مدت قراردادی معین مشغول به کار شود و امنیت شغلی نداشته باشد، بدون شک در زندگی و کار وی مشکلاتی ایجاد خواهد شد.

رئیس کمیسیون شوراهاى مجلس با بیان اینکه بخشى از قوانین مربوط به حوزه کارگران نیاز به اصلاح دارد، گفت: چند مورد از قوانین کار، مانند امنیت شغلی و فرارود معین کار، نیازمند اصلاح است؛ زیرا با ایجاد امنیت شغلی برای کارگر، شاهد افزایش بهره‌وری و تولید خواهیم بود و موجب اطمینان بخشى کارفرمایان از تولید نیز خواهد شد که حل این مشکلات نیاز به تفاهم و تعامل بخش‌های مختلف دارد. جوکار با بیان اینکه بهترین راه برای حمایت از کارگران، اصلاح «قانون کار» است که این موضوع نیاز به همکاری بخش‌های مختلف دارد، گفت: برای ایجاد امنیت شغلی کارگران، قراردادهای موقت باید تبدیل به فراداد دائمی شود، بی بیان اینکه ایجاد امنیت شغلی برای کارگران امری ضروریست، گفت: تنشها و جلساتی که برگزار می‌شود، باید در راستای ارائه راهکارها برای حل مشکلات کارگران باشد و تلاش باید در جهت رفع مشکلات این فشر باشد.

نماینده بزرگ با اشاره به افزایش سن بازنشستگی اظهار کرد: این طرح علی‌رغم مخالفت برخی از نمایندگان، به تصویب رسید؛ امید است در مجلس دوازدهم با ارائه طرح و تصویب مجلس آن مصوبه لغو و به حالت قیل بازگرداند شود.

حذف معافیت مشمولان بالای ۳۵ سال از برنامه هفتم

تسنیم: نماینده نخب‌آباد در مجلس از حذف معافیت مشمولان بالای ۳۵ سال دارای ۲ فرزند یا بیشتر از لایحه برنامه هفتم توسعه کل کشور خبر داد. ابوالفضل ابوترابی نماینده مردم نخب‌آباد با اشاره به مصوبه مجلس درباره معافیت مشمولان بالای ۳۵ سال دارای ۲ فرزند یا بیشتر، گفت: در بهمن ماه سال گذشته و در جریان بررسی لایحه برنامه هفتم توسعه کل کشور ماده ۱۰۲، بند ۱، تبصره (۱) نمایندگان مصوب کرده بودند که این گروه از مشمولان از سربازی معاف شوند. وی افزود: شورای نگهبان نسبت به این مصوبه ایراد گرفت و بنده در نامه‌ای به رئیس شورا خواستار بازنگری در نظر اعضا نسبت به این مصوبه مجلس شدم. نماینده مردم نخب‌آباد در مجلس بیان کرد: در مجلس و در جریان بررسی ایرادات شورای نگهبان نسبت به لایحه برنامه هفتم توسعه کل کشور، معافیت مشمولان دارای ۲ فرزند و بیشتر و بالای ۳۵ سال که با ایراد شورای نگهبان مواجه شده بود، از قانون برنامه هفتم حذف شد.

دولت مسائل کشور را با کمک دانشگاهیان حل می‌کند

معاون رئیس جمهور:



ایستنا: معاون پارلمانی رئیس جمهور گفت: دولت بنا دارد مسائل کشور را با کمک و حمایت از اساتید و دانشگاهیان حل و فصل کند. سید محمد حسینی در آیین بزرگداشت مقام معلم و تجلیل از اساتید سرآمد آموزشی دانشگاه شهید باهنر و دانشگاه‌های اسنان کرمان با تبریک روز معلم و استاد، با اشاره به جایگاه علمی دانشگاه کرمان و تعلق خاطر خود به این دانشگاه اظهار داشت: جز اولین دانشجویانی بودیم که بعد از پیروزی انقلاب در دانشکده فنی این دانشگاه مشغول تحصیل شدم از این رو علاقه و دلبستگی خاصی به این دانشگاه دارم و آرزو می‌کنم این دانشگاه کشور باشد.

زمانه‌ای که مارکسیست‌ها و پیروان مکتب لنینی، دین ربه استنهاد می‌کشیدند برای پاسخ به نیاز جامعه و دفاع از اسلام وارد صحنه شد و در دانشگاه که جولانگاه غریزه‌ها و ماتریالیست‌ها بود با بیان شیوا، منفن و منصفانه پاسخگویی هجمه به مبانی و احکام الهی شد.

وی بر ضرورت پاسخ به شبهات و ابهاماتی که در سطح جامعه و بین جوانان مطرح می‌شود، تأکید کرد و گفت: امروز که سرعت تحولات و اطلاعات بیشتر شده است ضرورت دارد به روز و دقیق و با زبان منطقی و استدلال به ابهامات پاسخ داد و در این راستا اساتید و معلمان از وظیفه فرهنگی و اساتید دانشگاه‌ها را

پیگیری می‌کند و مصمم است بگونه‌ای عمل کند که دانشگاه‌ها جزیره‌های جدا از جامعه و مراکز تولیدی و صنعتی نباشند و ارتباط آنها هرچه بیشتر و مؤثرتر باشد. دولت با تأکید و توجه‌های هوشمندانه رئیس جمهور، بنا دارد مسائل کشور را با کمک و حمایت از اساتید و دانشگاهیان حل

و فصل کند. وی با اشاره به «توانمندی و آمادگی کشور برای شناب در مسیر توسعه و پیشرفت» اظهار داشت: بر اساس قاعده عقلی «حکم الاشیان فیما یحسونه» فیما لا یحسونه» واحد اگر ملتی در برخی حوزه‌ها، دستاوردهای چشمگیری داشته باشد این موضوع می‌تواند به سایر حوزه‌ها نیز تسری پیدا کند و امروز که در عرصه‌هایی چون صنایع نظامی، هسته‌ای و نانو به مرزهای دانش روز دنیا رسیده ایم در دیگر عرصه‌های صنعتی و اقتصادی هم این توان را داریم و به فضل خدا این عزم، اراده و توانمندی در کشور وجود دارد که به فله‌های بلند پیشرفت و تعالی، دست پیدا کنیم.

وی با اشاره به سرکوب اعتراضات و دانشگاهیان در کشورهای غربی، گفت: این روزها حتی اساتید و دانشجوایان دانشگاه هاروارد که مسئولیت کادرسازی نسل آینده مدیریت ایالات متحده را بر عهده دارد شاهد اعتراضات گسترده هستند، کمی و کمی مرکز علمی و فرهنگی این کشورها نیز پروانه وار بر گرد شمع وجود امام جمع شده و در دانش و بینش عمیق امام مستفیض شدند.

معاون پارلمانی رئیس‌جمهور هم‌چنین با تأکید بر این که «دولت مردمی توجه ویژه‌ای به ارتقای کیفی و کمی مراکز علمی و دانشگاهی دارد» گفت: در هیئت دولت بیشترین تعداد اعضای هیئت علمی حضور دارند و دولت با دغدغه‌مندی مسائل و مشکلات فرهنگی و اساتید دانشگاه‌ها را پیگیری می‌کند و مصمم است بگونه‌ای عمل کند که دانشگاه‌ها جزیره‌های جدا از جامعه و مراکز تولیدی و صنعتی نباشند و ارتباط آنها هرچه بیشتر و مؤثرتر باشد. دولت با تأکید و توجه‌های هوشمندانه رئیس جمهور، بنا دارد مسائل کشور را با کمک و حمایت از اساتید و دانشگاهیان حل

نگین اخبار سیاسی

بهداری جهرمی:

مشکلی در تأمین منابع ارزی نداریم

مهر: سخنگوی دولت گفت: مجموع تجارت خارجی در فروردین ۱۴۰۳، ۱۰.۴ میلیارد دلار بوده است که نزدیک ۵۰ درصد بیشتر از فروردین ۱۴۰۲ است و مشکلی در تأمین منابع ارزی نداریم.

علی بهادری جهرمی در سفر دوازده روزه به شهرستان گلپایگان، در نشست با فعالان بخش خصوصی حوزه صنعت، معدن، مسکن، کشاورزی و اجتماعی شهرستان با اشاره به نتایج این جلسه و تصمیمات اتخاذشده، گفت: اینکه رهبر انقلاب به ما امر کردند که جهش تولید با مشارکت مردم داشته باشیم، یکی از روش‌های آن برگزاری چنین جلساتی است که فعلاًان بخش خصوصی، مسئولان ملی و مسئولان شهرستان هم زمان حضور داشته باشند تا چاره‌مشنرکی برای امور بیاندیشیم و با هم مشکلات را حل کنیم. وی افزود: دولت در اینجا امکان واگذاری زمین دارد. شرط اینکه این طرح موفق شود این است که هر بخش به‌منظور به توانمندی و آورده خودش برای پیشبرد برنامه بیاندیشد و به میدان بیاید. اگر بخش‌های دیگر مانند شهرداری، بخش خصوصی و سایر نهادها نیز با میدان بگذارند، نه تنها مشکل مسکن مرتفع می‌گردد، بلکه در سطح کلان جهش تولید منظر با مشارکت مردم حاصل می‌شود. سخنگوی دولت یادآور شد: کلید حل مشکلات در دست خودمان است. حتی در مسائلی که مشکل از بیرون به ما تحمیل می‌شود، خودمان می‌توانیم مسائل را حل کنیم و برای این امر نیازمند هم‌فکری و همدلی با جلسات این‌چنینی هستیم.

بهداری جهرمی با اشاره به وضعیت تجارت خارجی کشور و تأمین منابع ارزی لازم، تأکید کرد: مجموع تجارت خارجی در فروردین ۱۴۰۳، ۱۰.۴ میلیارد دلار بوده است که نزدیک ۵۰ درصد بیشتر از فروردین ۱۴۰۲ بوده است. بنابراین مشکلی در تأمین منابع ارزی نداریم.

بسته ویژه اینترنت ۳۰ گیگابایتی دولت برای معلمان

تسنیم: وزیر ارتباطات گفت: به مناسبت روز معلم، برای معلمان که از طریق اپلیکیشن شاد فعال هستند، یک بسته اینترنتی ۳۰ گیگابایتی فعال می‌کنیم. عیسی زارع‌پور در حاشیه جلسه هیئت دولت، اظهار داشت: به مناسبت روز معلم، برای معلمان که از طریق اپلیکیشن شاد فعال هستند، یک بسته اینترنتی ۳۰ گیگابایتی فعال می‌کنیم.

وزیر ارتباطات گفت: با پیگیری و تراب فضایی که در جنوب کشور در حال ساخت است، در دولت سیزدهم کار ساخت آن کلید خورد. امیدواریم که مسائل بتوانیم فاز اول به اتمام برسانیم و اولین تراب را تا پایان سال جاری در این پایگاه استراتژیک و راهبردی داشته باشیم. زارع‌پور در واکنش به ادعای برخی نمایندگان مجلس مبنی بر اینکه رفع فیلترینگ فضای مجازی صرفاً با امضای رئیس‌جمهور امکان‌پذیر خواهد بود، گفت: در این رابطه قانون و سازوکار وجود دارد و من توصیه می‌کنم که دوستان یک بار قانون جرائم رایجانه را بخوانند تا ببینند که سازوکار قانونی در این رابطه چگونه است.

آگهی‌های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۶۱۹۶)

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۲۱۱۲ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۲۱۱۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۶۱۹۶)

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۸۱۸۴ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۸۱۸۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۷۰۰۷۱۲)

آگهی‌های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۷۰۰۷۱۲)

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۵۵۱۲ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۵۵۱۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۶۱۹۶)

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌تواند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
توش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام‌الفت ۱۹۸۶

آگهی‌های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۶۱۹۶)

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۸۱۸۴ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۸۱۸۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۶۱۹۶)

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۸۱۸۴ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۸۱۸۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌تواند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام‌الفت ۱۹۸۶

آگهی‌های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۵۵۱۲ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۵۵۱۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۷۰۰۷۱۲)

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۶۲۳۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می‌تواند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۷۰۰۷۱۲)

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۸۱۸۴ - ۱۴۰۳/۳۱۸۱۱۰۱۱۰۱۸۱۸۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای خاتم فخرالدین جوانی فرزند حبیب به شماره شناسنامه ۱۵۱۴ صادره از ساری در شداگت بکفته زمین مشتمل بر انبان احدانی بپساحت ۱۰۳۷/۱۷ مترمربع پلاک ۱۴۱ فرعی از ۱۵ اصلی طررز و مجزی شده از پلاک ۱۹ واقع در فریه پروران بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق دیبع الهی محرز گردیده است.

لدا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌تواند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۲۱
توش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام‌الفت ۱۹۸۶

راههای پیشگیری از اعتیاد کودکان، نوجوانان و بزرگسالان



پیشگیری از اعتیاد به خصوص در کودکان و نوجوانان یکی از وظایفی است والدین بایستی با آگاهی کامل آن را انجام دهند. شناخت اصول و مهارتهای لازم راز اصلی موفقیت شما در این مسیر خواهد بود. بهترین گام در جلوگیری از اعتیاد به مواد مخدر، اجتناب از استعمال مواد در وهله اول است. اما همیشه گفتن آسان تر از انجام دادن است. اکثر مردم شروع به مصرف مواد مخدر در سن جوانی می کنند، و قبل از اینکه متوجه آثار مخرب آن روی زندگی شوند، دچار اختلال می شوند. آیا نمی خواهید به دنبال درمان باشید تا مصرف مواد مخدر را متوقف کنید؟ اگر پاسخ مثبت است این بخش از متناک را با دقت بیشتری مطالعه کنید چرا که این توصیه ها همگی منبع و منشا علمی دارند.

دانشتن چه مسوادی به پیشگیری از اعتیاد کمک می کند؟

۱- دانستن اینکه چگونه اعتیاد پیشرفت می کند
بایید موافق باشیم، هرگز فکر نمی کنید یا مصرف مواد در نهایت معناد می شود. ابتدا به عنوان سرگرمی شروع می شود، و بعد پیشرفت می کند. به عنوان مثال، در نوجوانان، ممکن است سیگار، و الکل فقط برای آرامش یا کنجکاو مصرف شود.

فرد شروع به مصرف منظم مواد می کند بدون آنکه بداند منجر به چه می شود. ممکن است شروع به ایجاد فرصت هایی برای استفاده از مواد کنید. این ممکن است منجر به درگیری با افراد نزدیکتر شود. به نفعه ای می رسد که در انجام مسئولیت های روزمره خود دچار مشکل می شوید.

در این مرحله، ممکن است تغییراتی از قبیل کاهش وزن، بیماری لثه و سایر مشکلات را تجربه کنید. فرد ممکن است علاقه به خود و حتی خانواده و دوستان را از دست بدهد. وابستگی به مواد یک بیماری مزمن است که تنها توسط یک حرفه ای کنترل می شود.

۲- اجتناب از فشار همتا
صداقت، ایستادگی برای آنچه که باور دارید زمانی که همه در حال انجام کاری متفاوت است، سخت ترین تست است. این نه تنها برای نوجوانان بلکه برای بزرگسالان هم سخت است. در سوء مصرف مواد، فشار همتا علت اصلی مصرف مواد است.

میل شخصی برای ماندن در گروه همتا، چیزی است که فرد را به استفاده از مواد مخدر تشویق می کند. تحقیقات نشان داده است پیشرفت افرادی که مواد مخدر را در سن پایین استفاده می کنند، توسط دوستانشان معرفی شده اند. اعضای این گروه های همتا اغلب مصرف کنندگان غیر مصرف مواد مخدر را به عنوان مشغول می بینند.

تصور کنید چگونه می توانید فشار همسالان خود را مدیریت کنید یا اینکه به دوستانتان کمک کنید. افراد راستین کسانی هستند که احساسات خود را در رابطه با مواد

مخدر و چیزهای دیگر به اشتراک می گذارند.

۳- پشتیبانی مورد نیاز خود را پیدا کنید
افرادی که پریشان هستند، بیشتر در معرض مصرف مواد مخدر هستند، اگر از مهارت های مقابله ای در دست برخوردار نباشند ممکن است وقایع یا تجربیاتی در گذشته وجود داشته باشد که احساسات را تحت تأثیر قرار می دهد و احساس تنش ایجاد می کند.

اگر احساس می کنید که پارونویا، افسردگی، اضطراب یا سایر مشکلات روحی دارید، باید جوامع اجتماعی یا سازمان های معنوی را دنبال کنید که می تواند به شما کمک کند تا احساسات و رفتارهای منفی را در حالت تأیید زندگی سالم از بین ببرد. مشکل استفاده از مواد مخدر با اختلالات روانی این است که آنها مشکل شما را تشدید می کنند.

۴- مقابله با فشارهای زندگی
با دنیای پرمشغله و استرسی که در آن زندگی می کنیم، افراد احساس می کنند که در پایان روز با این کار اهداف می گیرند خوب، پاداش گرفتن، مشکل نیست، مصرف مواد مخدر باعث ایجاد فشار روحی پیشتر می شود.

برای جلوگیری از مصرف مواد مخدر به عنوان آرامش بخش باید روش های جدیدی برای مقابله با استرس و آرامش ذهن و بدن کشف کنید. می توانید کتاب بخوانید، ورزش کنید، به نیازمندان کمک کنید انجام این کارها ذهن را آرام می کند.

۵- مشاوره گرفتن
در صورتی که احساس می کنید مصرف مواد خارج از کنترل است، توصیه می شود با مشاور صحبت کنید. پیش از این هم در نمناک گفتیم که مشاوره باید به نحوی ارائه شود که واقعا شامل دانش در مورد مهارت های مختلف زندگی، راهتمایی موثر و زندگی سالم است.

مشاوره خوب به شما در غلبه بر اعتیاد کمک می کند. آنها منوجه می شوند چه چیزی باعث رفتار شما شده آنها همچنین به

شما در مورد چگونگی جلوگیری از عود در بهترین حالت ممکن توصیه خواهند کرد.

۶- اجتناب از مصرف مواد
وقتی می خواهید از مواد مخرب مانند مصرف مواد مخدر اجتناب کنید، تمایل دارید حواس خودتان را از مصرف آن پرت کنید. اگر مصرف مواد مخدر در حال حاضر تبدیل به عادت برایتان شده اما نمی توانید آن را متوقف کنید.

می توانید با پرت کردن حواستان آن را امتحان کنید با این حال، باید حواس پرتی از حواس پرتی مانند خوردن غذاهای ناسالم یا مصرف الکل ناسالم در نظر گرفته می شود. حواس پرتی های سالم مثل پیاده روی، خواندن کتاب، خوردن میوه و غیره است.

۷- درک اینکه چرا افراد از مواد مخدر و الکل استفاده می کنند
- استفاده از داروهای اعتیاد آور (غیرقانونی یا تجویز شده) برای اهداف تفریحی
- سوء استفاده از داروهای تجویزی اعتیاد آور خود درمانی

۸- ژنتیک و تاریخچه خانواده
- علت مصرف الکل
- درک تفاوت بین سوء مصرف مواد و اعتیاد به مواد مخدر

مصرف الکل و مواد مخدر با اعتیاد به مواد مخدر و الکل متفاوت است. فردی که به شدت از اینها استفاده می کند و سپس می تواند به طور ناگهانی مصرف را متوقف کند، سوء مصرف الکل یا مواد مخدر در نظر گرفته می شود.

۹- اعتیاد زمانی رخ می دهد که بدن برای جلوگیری از علامت باید الکل یا مواد مخدر را استفاده کند. فاصله میان سوءاستفاده و اعتیاد به طور جامع تعریف نشده است، زیرا فرد ممکن است تنها مصرف سوء الکل و مواد مخدر داشته باشد و پیامدهای منفی اعتیاد را تجربه کند.

اصول اساسی پیشگیری از سوء مصرف مواد و جلوگیری از اعتیاد

۱- برنامه های پیشگیری باید سبب کاهش عوامل خطر سزاز و افزایش عوامل محافظت کننده گردد.

۲- برنامه پیشگیری باید به گونه ای باشد که انواع سوء مصرف مواد را تحت پوشش قرار دهد.

۳- برنامه های پیشگیری باید با بافت بومی و مواد رایج در یک شهر متناسب باشد.

۴- برنامه های پیشگیری باید توجه زیادی به عوامل ایجاد خطر در افراد خاص، سن، نژاد، جنسیت داشته باشند.

۵- برنامه های پیشگیری باید روابط خانوادگی و مهارتهای فرزندپروری مانند نظارت و مراقبت والدین، اطلاع رسانی و آموزش والدین، مداخلات مغفلی و کوتاه مدت در خانواده را تقویت کند.

۶- برنامه های پیشگیری باید به شناسایی عوامل ایجاد خطر در کودک و نوجوان مانند رفتارهای پرخطرناک، مهارت های اجتماعی ضعیف و مشکلات تحصیلی بپردازد.

۷- برنامه های پیشگیری در مدارس ابتدایی باید عوامل خطرناک مانند پرخشگری، شکست تحصیلی و ترک تحصیل را هدف قرار دهد و یادگیری های تحصیلی و اجتماعی - هیجانی را ارتقاء بخشد. آموزش باید بر مهارتهای خود کنترلی، آگاهی هیجانی، ارتباطات، حل مسئله اجتماعی، حمایت تحصیلی به خصوص در مهارت خواندن متمرکز باشد.

۸- برای دانش آموزان مدارس راهنمایی و دبیرستان برنامه های پیشگیری باید صلاحیتهای تحصیلی و اجتماعی را همراه با مهارتهای عادت به مطالعه و حمایت تحصیلی، ارتباطات، روابط با همسالان، خودکارآمدی و جرأت ورزی، مهارتهای مقاومت در برابر مواد، تقویت نگرشهای ضد مواد، تقویت تعهد شخصی در برابر سوء مصرف مواد ارتقاء دهد.

۹- برنامه های پیشگیری در جمعیت عمومی باید جهت یافته در نقاط انتقالی کلیدی باشند مانند عبور از مقطع ابتدایی به مقطع راهنمایی که کودکان پرخطر در خانواده های پرخطر اثرات سودمندی را ایجاد می کند. هدف در این مورد جمعیت در معرض خطر نیست و به همین خاطر برچسب زنی کاهش می یابد و روابط مدرسه و جامعه افزایش می یابد.

۱۰- نامه های پیشگیری جامعه مداربرنامه های اثربخش تری هستند که دو برنامه را با هم ترکیب می کنند. مثلا برای اثر بخشی بیشتر برنامه های خانواده مدار و مدرسه مداررا با هم ترکیب می کنند.

۱۱- برنامه های پیشگیری جامعه مدار باید قابل دسترس در مسائل مختلف مانند مدارس، انجمن ها، سازمانهای مذهبی و رسانه ای برای همه باشد.

نشانه های هشدار دهنده لغزش در اعتیاد

با آگاهی از نشانه های هشدار دهنده که اغلب بر اثر تغییر در احساسات، افکار و رفتارهای معنادار در حال بهبودی بروز می کنند، شناسن بیشتری برای پیشگیری از لغزش و حفظ بهبودی خواهیم داشت. تغییرات در افکار - تغییرات در دیدگاه - تغییرات در رفتار.

لغزش یک فرایند است و از سه مرحله مختلف تشکیل شده است؛ اما در بین این مراحل نشانه ها و علائم فراوانی وجود دارد که به ما هشدار می دهند که بهبودیمان در خطر است. هشدارهای لغزش در دوران بهبودی، خود را به شکل ناتوانی در کنار آمدن ما با احساساتمان و تغییر در طرز فکر و رفتارهای ما، نشان می دهد و اگر ما این نشانه ها را نادیده بگیریم، سرنوشتی جز بازگشت به مواد مخدر نخواهیم داشت.

علت اصلی لغزش بسیاری از مسامندان در حال بهبودی بی توجهی به هشدارهای لغزش است. بیشتر ما به این دلیل آن ها را نادیده می گیریم، چون تصور می کنیم مواد مصرف نکرده ایم در نتیجه جای هیچ گونه نگرانی نیست و کیفیت بهبودی مان خوب است؛

که البته این طرز فکر چیزی جز فریب دادن خودمان نیست؛ اما چنانچه در حال بهبودی هشدارها و خطرها را با شناسیم و منوجه بروز تغییرات در افکار و رفتارها بشویم آن وقت شناسن بیشتری برای بهبودی خود خواهیم داشت و در همین مواقع است که می باید از ابزارها و راهکارهای برنامه مان بیشتر استفاده کنیم.

فهرستی از تغییراتی که در دوران بهبودی در طرز فکر ما ایجاد می شود و باعث می شود تا الگوهای فکری مان ناسالم شده و به سوی لغزش کشیده شویم، در زیر ارائه شده است:

۱- اشتقاقی احساسی
زمانی که مشکلات روزمره ما غیرقابل تحمل می شوند و ما نمی دانیم که چگونه با فشارهای عصبی ناشی از این مشکلات کنار بیایم. این حالت بیشتر در مواقعی زیر اتفاق می افتد:

زمانی که بهبودی ما را در اولویت اول زندگی خود قرار نمی دهیم و اجازه می دهیم مسائل دیگر از اهمیت بیشتری بریمان برخوردار شوند و انرژی ما را صرف کنند.

زمانی که اصول "فقط برای امروز" را در زندگی مان رعایت نمی کنیم وتمان را با افسوس خوردن به حال گذشته و یا نگرانی از آینده صرف می کنیم.

زمانی که زندگی در حال بهبودی خود را نپذیرفته و بسا آن کنار نمی آییم و اجازه می دهیم تا زنجش ها ذهنمان را به خود مشغول کنند.

زمانی که در زندگی روزمره خود به اصول و شعارهای برنامه های ۱۲ قدمی عمل نمی کنیم.

زمانی که مشکلات زندگی مان را نادیده می گیریم و اجازه می دهیم تا روی هم انباشته شده و بزرگ تر و بزرگ تر شوند.

۲- تفکر افراطی
هنگامی که طرز فکر ما حالت افراطی پیدا می کند و به این باور می رسیم که برنامه ۱۲ قدم برای ما کارگر نیست. در این مواقع افکارمان ما را متقاعد می کنند، که مصرف مواد مخدر تنها راه حل برای کنار آمدن با مشکلات است. در این مواقع طرز فکر ما آمدن های زیر را پیدا می کند:

با خود فکر می کنیم که هیچ کس در بهبودی ما را درک نمی کند و قادر به کمک کردن به ما نیست. با خود فکر می کنیم که مشکلات مان بسیار جدی و بزرگ است و ما هرگز نمی توانیم از پس آن بر بیاییم و یا در برابر آن ما چه انتادگی می کنیم.

با خود فکر می کنیم که مشکلاتمان با سایر معنادان در حال بهبودی متفاوت بوده و نمی توانیم از حمایت انجمنمان استفاده کنیم.

انتظار داریم چون در حال بهبودی به سر می بریم، دیگران از جمله اعضای خانواده و دوستانمان باید ما را بیش از حد مورد توجه و اقبال قرار دهند.

۳- بازگشت به انکار
زمانی که احساسات واقعی خود را به طور صادقانه با دیگران در میان نمی گذاریم آن ها را از سایرین پنهان می کنیم. زمانی که بدتر شدن وضعیت روحی و روانی خود را نادیده گرفته وانمود می کنیم که در زندگی در برنامه بهبودی ما همه چیز رو به راه است؛ در حالی که واقعیت چیز دیگری است.

نمونه هایی این گونه انکارها عبارت اند از:
دروغ گفتن درباره احساسات واقعی خودمان وانمود کردن به این که در زندگی و برنامه بهبودیمان هیچ اشکالی ندارد.

کمک نکردن از دیگران مشارکت نکردن صادقانه در جلسات و نگفتن حقیقت درباره شرایط خودمان به راهنما دورویی کردن- صرف کردن وقت برای راضی نگه داشتن دیگران به جای صادق بودن با احساسات خود یادآوری خاطرات خوش مصرف مواد مخدر و انکار براهایی که اعتیاد به سر ما آورده است انکار کردن میزان و شدت اعتیادمان و اینکه بیماری اعتیاد در زندگی ما تا چه اندازه به ما آسیب رسانده است.

۴- رفتارهای تدافعی
زمانی که کسی می خواهد به ما کمک کند یا همسایرمان کند. در برابر او جبهه می گیریم و از خود رفتارهای تدافعی نشان می دهیم. نمونه هایی این گونه حالت ها عبارتند از:

از دریافت حمایت و کمک های کمپ ترک اعتیادی که در آن بهبودی پیدا کرده ایم خودداری می کنیم و برای حل مشکلات به خودمان تکیه می کنیم نرفتن به جلسات انجمن های ۱۲ قدمی. ندیدن راهنما و کار نکردن قدم ها را تجنیده خاطر شدن و عصبانی شدن از دست کسانی که می خواهند به ما کمک کنند و مزوی کردن هرچه بیشتر خود خانواده و کار و جامعه را مسئول مشکلات خود دانسته تا بهانه ای برای مصرف دوباره مواد مخدر به دست بیاوریم به خودمان می گویم که "مشکل من اعتیاد نیست بلکه مشکلات مهم تری در زندگی دارم که باید اول به آنها رسیدگی کنم"

۵- بدبینی و گریز
بزرگ در راهنمایی این افراد به سوی درمان باشد.

روانشناسی فرزندان بر اساس ترتیب تولد

یک روانشناس گفت: رفتار والدین با نخستین فرزند متفاوت است و انتظارات و نگرانی های آن ها در فرزند اول فرق دارد.

حسنوند روانشناس و مشاور خانواده درباره رفتارهای کودکان براساس ترتیب تولد اظهار کرد: رفتار والدین با نخستین فرزند متفاوت است و نگرش ها، انتظارات، مهارت های فرزندپروری و نگرانی های والدین در فرزند اول فرق دارد.

این روانشناس گفت: والدین در به دنیا آمدن فرزند اول تجربه کافی ندارند به همین دلیل پیش از تولد فرزند خود برای تربیت فرزندشان ایده آل فکر می کنند در نتیجه سطح انتظارات از کودکان بالاست.

وی افزود: فرزندان اول قانون مند، خودخواه، خودداری هستند و با دیگران سخت ارتباط برقرار می کنند همچنین فرزندان اول مسئول برآورده کردن خواسته های والدین خود هستند. والدین در تربیت فرزندان دوم سهل گیرانه تر عمل می کنند و سخت گیری های فرزند اول را ندارند همچنین تبعیت فرزندان دوم از والدین کمتر است.

این روانشناس اضافه کرد: فرزندان اول به دلیل اینکه تنها یا دو فرد بزرگسال (والدین) بزرگ شده اند زود بزرگ شده و دوران کوتاهی کوتاهتری دارند و فرزندان دوم به دلیل اینکه با فرزندان اول بزرگ می شوند دوران کودکی بیشتری دارند.

وی بیان کرد: فرزندان آخر (نه تغاری ها) در فضایی بزرگ می شوند که تعداد فرزندان در خانه زیاد است بنابراین انواع حمایت ها از آنها صورت می گیرد چرا که اگر فرزند آخر را دعوا کنند همه از آنها حمایت می کنند. به دلیل حمایت های زیادی که از فرزند آخر میشود روی پای خود نمی ایستند و حمایت عاطفی از آنها بیشتر است و نظم رفتاری یک فرزند بزرگسال در آنها دیده نمی شود.

این روانشناس خاطر نشان کرد: علاوه بر تربیت فرزندان، ترتیب تولد، جنسیت در شکل گیری رفتارهای کودکان موثر است همچنین دختری که محیط مردانه بزرگ شود رفتاری پسرانه دارد و بالعکس پسرنی که با دختران بزرگ شود رفتاری دخترانه دارد.



ترفندهایی برای آنکه از وسواس خلاص شویم



داروهای موسوم به «مهارکننده های انتخابی بازجذب سروتونین» است که جلوی بازجذب ماده سروتونین را در مغز می گیرد.

درمان های روانپزشکی معمولاً به شکل رفتار درمانی است و به کمک روان درمانگر صورت می پذیرد. در این روش فرد برای مدت کوتاهی و با درخواست درمانگر (و یا با اجبار او) در مواجهه با عاملی که از آن پرهیز می کند قرار می گیرد ولی درمانگر بیمار را از دادن پاسخ نمی کند.

در واقع به فرد آموزش داده می شود که چگونه در مقابل عادات تکراری وسواس گونه خود مقاومت کند و واکنشی نشان ندهد. این روش درمانی در طی جلسات متعدد و با افزایش زمان رویارویی ادامه می یابد. تحقیقات نشان داده است که وقتی درمان های دارویی و روانپزشکی به همراه هم به کار برده می شوند، نتایج درمانی بهتری نشان می دهند.

به هر حال با توجه به اینکه حدود ۱ تا ۳ درصد افراد در جوامع مختلف دچار این بیماری هستند، شناخت علائم این بیماری و درمان های موجود می تواند کمکی بزرگ در راهنمایی این افراد به سوی درمان باشد.

افراد مبتلا به این بیماری، دچار وسواس های فکری و عملی شدید به شکل کلیشه ای، تکراری و تا حدی خارج از کنترل می باشند که معمولاً باعث ایجاد ناراحتی و اضطراب در آن ها می شود.

بسیاری از ما دارای وسواس در زمینه های مختلف هستیم اما در بعضی از افراد، نوع و میزان این وسواس به گونه ای متفاوت و ملموس می شود که شکل بیماری پیدا می کند. این افراد حداقل یک ساعت از وقت خود را در شبانه روز، صرف این وسواس های فکری و عملی می کنند. این بیماری در تمامی زمینه ها بر زندگی فرد اثر منفی می گذارد که شامل روابط اجتماعی، رابطه زناشویی، تحصیل و تفریح است.

وسواس های فکری به اشکال متفاوت بروز می کنند، به عنوان مثال می توان به ترس بی دلیل از میکروب ها و عفونت ها، شستن بیش از حد دست ها و اشیاء، استرس فقل کردن درب خانه یا اتوبیل، چک کردن مدام سبزه های آب و گاز، وسواس در انجام همه کارها به صورت ایده آل و چیدن اشیاء به صورت کاملاً منظم و در ردیف خاص اشاره کرد.

بعضی از موارد وسواس در شستن دستها یا بستن شسیر آب، بیشتر خود فرد را آزار می دهند، ولی برخی دیگر مانند وسواس در چیدن منظم اشیاء، معمولاً باعث رنجش همسر و فرزندان و سایر اطرافیان می شود، چون در صورت به هم خوردن این نظم، فرد دچار وسواس و عصبانیت می شود و ممکن است رفتارهای پرخطرناکه از خود نشان دهد.

معمولاً اکثر افراد بالغ از داشتن وسواس آگاهی دارند، ولی همه آنها، آن را به عنوان یک بیماری تلقی نمی کنند. از سوی دیگر، کودکان معمولاً از داشتن وسواس خود آگاهی ندارند، از آنجایی که بیماری وسواس در صورت درمان نشدن تشدید می شود و تمام شئون زندگی فرد را تحت الشعاع خود قرار می دهد، شایسته است که در صورت تشخیص، هر چه زودتر مورد درمان قرار گیرد.

درمان های دارویی و روانپزشکی برای این بیماران به کار برده می شوند. از آنجا که افراد مبتلا به این بیماری معمولاً دچار کمبود ماده ای به نام سروتونین در مغز خود هستند، درمان های دارویی معمولاً تجویز

اختتامیه هشتمین جشنواره طنز پهلو در فومن برگزار شد

صابری فومنی باعث دورهمی هنرمندان طنزپرداز در استان گیلان شد و امیدواریم چنین تدویم چنین جشنواره‌هایی چراغ راهی برای فرهنگ و ارشاد اسلامی باشد. وی در خصوص احیا و تکریم مفاخر استان گفت: تلاش داریم تا محل سکونت مفاخری که در این استان پرورش یافتند و حضور داشتند، احیا شود و برای تحقق این امر اقداماتی در دستور کار داریم این بناهای ارزشمند به خانه‌موزه تبدیل شوند. عباس حسینی‌نژاد، دبیر هشتمین دوره جشنواره ملی طنز و رسانه (طنز پهلو) هم در این مراسم با بیان اینکه اسسال ۱۱۲۹ اثر به جشنواره طنز پهلو ارسال شده بود، گفت: استان‌های تهران، اصفهان، فارس، قم و خراسان رضوی به ترتیب بیشترین آثار ارسال به دبیرخانه جشنواره را داشتند. استان گیلان هم از این نظر در رتبه ششم قرار دارد.



عزیزالله آقا، دبیر جشنواره طنز پهلو، در جریان اختتامیه هشتمین جشنواره طنز پهلو در فومن سخنرانی می‌کند.

وی با بیان اینکه این جشنواره در بخش‌های مختلف داستان کوتاه طنز، شعر طنز، نثر طنز، طنز چندرسانه‌ای، کاریکاتور و کارتون برگزار شد، افزود: در بخش داستان طنز ۲۴۴ اثر، کاریکاتور و کارتون ۲۲۶ اثر، شعر طنز ۲۵۷ اثر، طنز چند رسانه‌ای ۱۰۱ اثر و طنز مطبوعاتی ۳۰۱ اثر به دبیرخانه جشنواره رسیده است. حسین‌نژاد در خصوص هیات داوران این جشنواره تصریح کرد: امید مهدی‌نژاد و سعید سلیمانپور در بخش شعر، داوود امیریان و رضا ساسکی در بخش داستان، اندر اسماعیلی و مهدی وافقی در بخش چندرسانه‌ای، احمد عربانی و مجید خسرو نجم در بخش کاریکاتور، محسن فرحانی و علی‌اکبر قاضی‌زاده در بخش نثر مجموع آثار رسیده به هشتمین جشنواره ملی طنز پهلو را ارزیابی و داوری کردند.

وی گفت: در این جشنواره به ۲۰ نفر از برگزیدگان در بخش‌های داستان کوتاه طنز، شعر طنز، نثر طنز، طنز چندرسانه‌ای، کاریکاتور و کارتون جوایز ارزنده‌ای اهدا می‌شود.

که در رسانه ملی کاربرد ویژه‌ای دارد و در جامعه اثرگذار است، تلاش کردیم فرصتی برای تمامی شاعران و طنزپردازان فراهم شود. امروزت شسته تقدیرداری در چارچوب طنز گل آقامست لذا مکتب گل آقا باید در بخش طنزپردازی امروز جاری شود، بیان کرد: نشاط اجتماعی در قالب طنز در اولویت قرار گیرد.

وی با بیان اینکه انعکاس مشکلات، نواقص و مسائل در قالب طنز به اصلاح می‌شود، گفت: اصحاب رسانه و خبرنگاران همواره نقش نظارتی در جامعه دارند و می‌توانند با انتقاد منصفانه منجر به رفع کاستی و نواقص شوند لذا نقد سازنده هیچ وقت تلخ و گزنده نیست. عباسی با بیان اینکه الگوپذیری رسانه‌ها در تقدیرداری از گل آقا مورد توجه قرار گیرد، افزود: طنز گل آقا در لایه‌های مختلف جامعه اثرگذار بالایی داشته است زیرا طنز گل آقا استاد صابری فومنی در چارچوب خاص و مرزهای اخلاقی بیان می‌شد. استاندار گیلان با بیان اینکه نسل جوان

معاون امور رسانه ای و تبلیغات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی خبر داد: افزایش ۲ برابری ارسال آثار به جشنواره ملی «طنز پهلو»



گلچین امروز: معاون امور رسانه ای و تبلیغات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی از افزایش ۲ برابری ارسال آثار به هشتمین جشنواره ملی طنز و رسانه «طنز پهلو» یادمان کیومرث صابری فومنی (گل آقا) خبر داد: طنز گل آقا نقش جهت دهی افکار عمومی را ایفا نمود. فرشاد مهدی پور معاون امور رسانه ای و تبلیغات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در آیین اختتامیه هشتمین جشنواره ملی طنز و رسانه (طنز پهلو) به مناسبت گرامیداشت زنده یاد کیومرث صابری فومنی (گل آقا) در سالن اجتماعات اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان فومن اظهار نمود: جشنواره طنز پهلو علاوه بر معرفی استاد صابری فومنی را تا حدودی پر کرد و این روند باید استمرار داشته باشد. معاون امور رسانه ای و تبلیغات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با بیان اینکه طنز گل آقا در سه دهه گذشته نقش جهت دهی را ایفا کرد، گفت: محتوای علمی و کارشناسی در قالب طنز در گل آقا مشهود بود.

فرشاد مهدی پور با بیان اینکه مردم به طنز اقبال گسترده و عمیق نشان می دهند، اضافه نمود: در حوزه طنز با چالش‌ها و کم و کاستی‌های فراوانی مواجه ایم که این مهم باید به مرور زمان اصلاح شود. معاون امور رسانه ای و تبلیغات وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی ضمن تأکید بر لزوم ایجاد فضای آموزشی ویژه طنز و طنزپردازی بیان نمود: نیاز نگاه دانشگاهی، علمی و آموزشی در بخش طنز بسیار ملموس است. وی از ارسال ۱۲۰۰ اثر به جشنواره طنز پهلو خبر داد و افزود: در این دوره از جشنواره به لحاظ کمیت شاهد افزایش دو برابری ارسال آثار هستیم. سید محمدرضا خوشرو مدیر شبکه نسیم سیما، در آیین هشتمین جشنواره ملی طنز و رسانه (طنز پهلو) به مناسبت گرامیداشت زنده یاد کیومرث صابری (گل آقا) در سالن اجتماعات اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان فومن اظهار نمود: فومن زادگاه عارفان، بزرگان و استایدها است و باید بیشتر به آن توجه شود. وی با بیان اینکه تلویزیون در خدمت طنزپردازان و اهالی طنز است، گفت: چهره استاد کیومرث صابری فومنی در رسانه ملی شخصیت پردازی شد. مدیر شبکه نسیم ضمن تأکید بر لزوم واکاوی شخصیت‌های مهم هنر و رسانه بیان نمود: طنز بیان صریح، سریع و اثرگذار مسائل و چالش‌ها است که در رسانه ملی کاربرد ویژه‌ای دارد.

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۴۹۷۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کلاچای تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای حیدر وحدت فرزند امیرقلی به شماره شناسنامه ۱۵۱ صادره از رودسر به شماره ملی ۲۶۹۰۴۲۲۱۴ در ششداگ یک قطعه زمین مساحت ۲۷/۱۲ مترمربع پلاک ۲۲ قطعه ۳۷۲ تنگیکی بنیاد از صورت مجلس تنگیکی ۱۰۱۸۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۱ دفترخانه رودسر به پلاک ۲۲۵۳ فرعی از ۱۲۵ اصلی واقع در قریه کلاچای بخش ۲۹ میلان خریداری شده از مورد ملکیت سابق اسحاقبیل برودست گنبدین محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض، طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۱
ترجس خلیلی لیلی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک کلاچای رام/الف/ات ۳۲۶

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۱۰۸۰۲ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای اخیام شیرینقلی وحدت فرزند امیرقلی به شماره شناسنامه ۱ صادره از سال در ششداگ یکقطعه زمین مشتمل بر اعیان احدانی مساحت ۲۴ مترمربع پلاک ۱۱۶۶۲ فرعی از ۲۲ اصلی مطروز و مجزی شده از پلاک ۴۹۵ واقع در قریه بریان بخش ۲۲ میلان خریداری از مالکیت سرور پورخانی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض مدت مذکور طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۱۹۵۷)

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۰۳۰۷ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی استبداد فرزند محمود بشماره شناسنامه ۵۴۴ صادره از رودسر در ششداگ یکپلاک خانه و محوطه به مساحت ۲۴۶/۷۱ مترمربع به شماره پلاک ۳۳۷ فرعی قسمتی از پلاک ۱۳ فرعی از ۱۸۵ اصلی واقع در میان بنه بخش ۲۹ میلان خریداری از احمدعلی استبداد محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز شنبه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز یکشنبه ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
رضان قربانی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ات ۱۴۸

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۵۳۴۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۰ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کلاچای تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی خاتم شیوا محمد عباسی فرزند رضتان به شماره شناسنامه ۱۸۹۲ صادره از رودسر به شماره ملی ۲۶۹۱۴۲۵۷۹ در ششداگ یک قطعه زمین مشتمل بر خانه به مساحت ۳۲۶/۶۰ مترمربع به پلاک ۳۵۹۹ فرعی از ۱۲۲ اصلی واقع در قریه نوده بخش ۲۹ میلان خریداری شده از مورد نسق مالک رسنی آقای حسن رضتان نیا نوده (نسق زراعی) شماره ۱۹۵۵۸ مورخ ۵/۱۰/۵۲ دفترخانه ۶۶ کلاچای) محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض، طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
ترجس خلیلی لیلی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک کلاچای رام/الف/ات ۱۴۲

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۳۴۷۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کلاچای تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای حمید بقری لغتگی فرزند علی به شماره شناسنامه ۱۹ صادره از رودسر به شماره ملی ۲۶۹۱۴۲۲۱۴ در ششداگ یک قطعه زمین مشتمل بر اعیان احدانی به مساحت ۲۳/۰۶ مترمربع به پلاک ۳۸۶۶ فرعی از ۱۲۲ اصلی واقع در قریه نوده بخش ۲۹ میلان خریداری شده از مورد نسق مالک رسنی آقای مسلم عباس پور نوده (نسق زراعی) شماره ۲۱۳۰۳ مورخ ۵/۱۲/۵۹ دفترخانه ۶۶ کلاچای) محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض، طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۱
ترجس خلیلی لیلی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک کلاچای رام/الف/ات ۲۸۶

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۰۷۰۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۵ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای اخیام هادی خوش خورزند بالا به شماره شناسنامه ۷۴۴ صادره از صومعه سرا در ششداگ یک قطعه زمین مشتمل بر اعیان احدانی (مغلازه) مساحت ۱۲۸۰۷ مترمربع پلاک ۱۲۸۸ فرعی از ۶۷ اصلی مطروز و مجزی شده از پلاک ۲۶۷ واقع در قریه اباتر بخش ۲۲ میلان خریداری از مالکیت علی کاظمی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض مدت مذکور طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۹۴۱۵)

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۶۷۹۲ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۸ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای اخیام اورنگ دادخواه تظلی فرزند یعقوب به شماره شناسنامه ۳۸۷ صادره از صومعه سرا در ششداگ یکقطعه زمین مشتمل بر اعیان احدانی مساحت ۴۳۷۰ مترمربع پلاک ۳۳۷ فرعی از ۸۹ اصلی مطروز و مجزی شده از پلاک ۱۲ باقیبمانده واقع در قریه تلطف بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق یعقوب عدالت خواه تظلی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض مدت مذکور طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۷۲۵)

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۰۹۸۵۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۰۹ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه بلاعارض خاتم زهر فلاح مراب سزی فرزند صریعی شماره شناسنامه ۶۰۴ صادره از رودسر در ششداگ یک قطعه زمین مشتمل بر اعیان احدانی به مساحت ۳۶۲/۳۹ مترمربع به شماره پلاک ۲۸۸ فرعی مطروز از ۵ فرعی از ۱۵ اصلی واقع در قریه مردابسر بخش ۲۹ میلان خریداری از مالک رسنی صریعی فلاح مراب سزی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز شنبه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز یکشنبه ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
رضان قربانی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ات ۱۴۱

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شمار ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۰۵۶۸ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۳ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کلاچای تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای اخیام اورنگ فرزند محمدعلی به شماره شناسنامه ۷۱۸ صادره از فومن در ششداگ یکقطعه زمین باکی مشجر مساحت ۵/۱۲۲۴ مترمربع پلاک ۸۶۶۰ فرعی از ۱۳۲ اصلی مطروز و مجزی شده از پلاک ۲۳۲ واقع در قریه به سردر بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق نسبی وظیفه شانس محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
ابوش اگیری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام/الف/ات ۱۹۹۰

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۱۷۶۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۰ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای اخیام اورنگ فرزند محمدعلی به شماره شناسنامه ۷۱۸ صادره از فومن در ششداگ یکقطعه زمین باکی مشجر مساحت ۵/۱۲۲۴ مترمربع پلاک ۸۶۶۰ فرعی از ۱۳۲ اصلی مطروز و مجزی شده از پلاک ۲۳۲ واقع در قریه به سردر بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق نسبی وظیفه شانس محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۷۲۵۱)

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۱۱۷۶۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۰ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای اخیام اورنگ فرزند محمدعلی به شماره شناسنامه ۷۱۸ صادره از فومن در ششداگ یکقطعه زمین باکی مشجر مساحت ۵/۱۲۲۴ مترمربع پلاک ۸۶۶۰ فرعی از ۱۳۲ اصلی مطروز و مجزی شده از پلاک ۲۳۲ واقع در قریه به سردر بخش ۲۲ میلان خریداری از نسق نسبی وظیفه شانس محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود چنانچه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی بشرح مذکور اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ اولین انتشار آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
یداله شهبازی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان صومعه سرا (۱۶۹۷۲۵۱)

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۱۸۰۰۰۰۹۸۵۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۰۹ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودسر تصرفات مالکانه بلاعارض خاتم زهر فلاح مراب سزی فرزند صریعی شماره شناسنامه ۶۰۴ صادره از رودسر در ششداگ یک قطعه زمین مشتمل بر اعیان احدانی به مساحت ۳۶۲/۳۹ مترمربع به شماره پلاک ۲۸۸ فرعی مطروز از ۵ فرعی از ۱۵ اصلی واقع در قریه مردابسر بخش ۲۹ میلان خریداری از مالک رسنی صریعی فلاح مراب سزی محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی بحدت 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 انتقاضی مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز شنبه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز یکشنبه ۱۴۰۳/۰۲/۱۶
رضان قربانی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک رودسر رام/الف/ات ۱۴۱

خوراکی‌های اثربخش‌تر از هر داروی خواب‌آوری که می‌شناسید



یکی دیگر از خوراکی‌هایی که توصیه می‌شود شب‌ها مصرف نکند پسته است؛ زیرا دارای اسید آمینه تریامین بوده است که بر اساس پژوهش‌ها می‌تواند سبب بدخوابی و دیدن کابوس‌های شبانه شود. از جمله خوراکی‌هایی که توصیه می‌شود شب‌ها مصرف نکند می‌توان گوشت بوقلمون، میوه موز، بادام درختی را نام برد که سبب آرام شدن عضله‌های بدن، ترشح هورمون خواب در بدن، کاهش استرس و احساس آسودگی و خواب آلودگی می‌شوند.

با تنظیم رژیم غذایی، استفاده نکردن از تلفن همراه یک ساعت قبل از خواب، استحمام با آب گرم، کم نور کردن اتاق‌های خانه قبل از خواب، انجام مراقبه و مدیتیشن، مصرف ماست و گرم کردن اتاق خواب با افزایش دمای وسایل گرمایشی می‌تواند خواب آرام و عمیق داشته باشید.

همچنین دارای عوارض جانبی هستند که می‌تواند سلامت را تهدید کند. غذاهای تند و پر چرب به دلیل تحریک دستگاه گوارش سبب جلوگیری از خواب عمیق و بیدار ماندن در طول شب می‌شود. ادویه‌های تند را در وعده ناهار مصرف و شب‌ها شام سبک میل کنید. خوراکی‌های حاوی تریپتوفان شامل شیر، گوشت، تخم مرغ، ماهی و انواع سبزی‌ها است و مصرف آن در وعده شام توصیه می‌شود.

کم خوابی و بدخوابی به دلایل مختلف رخ می‌دهد و به جای مصرف دارو می‌توانید از خوراکی‌ها برای درمان طبیعی این مشکل استفاده کنید. کارشناسان در جدیدترین پژوهش‌های خود دریافتند مصرف مواد غذایی حاوی منیزیم و تریپتوفان سبب خواب آلودگی و بهبود کیفیت خواب شبانه افراد می‌شود. در عوض مصرف خوراکی و نوشیدنی‌هایی، چون غذاهای پرچرب و شیرین و نیز قهوه در ساعات پایانی شب، سبب بی‌خوابی و بدخوابی می‌شود. بی‌خوابی این روزها به یک بیماری واقعی تبدیل شده و بر زندگی میلیون‌ها نفر در سراسر دنیا اثر گذاشته است. بسیاری از افراد پس از مزمن شدن بی‌خوابی به سراغ مصرف داروهای خواب آور می‌روند، اما این داروها نیز پس از مدتی اثر خود را از دست می‌دهند.

خطرناکترین فست فود دنیا شناسایی شد

کارشناسان به افراد توصیه می‌کنند از انتخاب ساندویچ سوسیس در زمانی که تمایل به مصرف فست فود دارند خودداری کنند و به جای آن حداقل هبیر گتر یا سایر خوراکی‌ها به ویژه خوراکی‌های دریایی را انتخاب کنند که خطر کمتری برای سلامت دارد. محققان امیدوار هستند در آینده شرکت‌های تولیدکننده خوراکی‌های پروتئینی آماده از پناسیم به جای نمک برای طعم دهی به محصولات خود استفاده کنند تا افراد کمتر در معرض ابتلا به بیماری فشارخون بالا قرار بگیرند.

حد نمک به همراه خوراکی و نوشیدنی‌ها است. میزان نمک استاندارد برای مصرف روزانه کمتر از ۶ گرم توصیه شده است، اما یک ساندویچ سوسیس دارای مقدار بسیار فراوانی نمک است و مصرف آن به همراه سبب زمینی سرخ کرده، سس و خیارشور که هر کدام دارای نمک هستند می‌تواند فرد را در معرض ابتلا به بیماری فشار خون بالا قرار دهد. برخی از شرکت‌های سازنده خوراکی‌های پروتئینی آماده در انگلستان در نظر دارند میزان نمک موجود در محصولات خود را کاهش دهند. پیش از این، آن‌ها استفاده از مواد نگهدارنده، چون نیترات و نیتريت (دو ماده شیمیایی خطرناک که سبب ابتلا به سرطان می‌شود) را در تولیدهای خود متوقف کرده بودند.

مصرف فست فود در هر شرایطی برای سلامت توصیه نمی‌شود، اما برخی از انواع این خوراکی‌ها تهدیدی بسیار جدی‌تر برای سلامتی است. کارشناسان در جدیدترین پژوهش‌های خود دریافتند مصرف ساندویچ سوسیس برای سلامت انسان خطرناک‌تر از سایر فست فودها است. میزان نمک بالای موجود در سوسیس حتی از چیز برگ و چیس سبب زمینی هم بیشتر است و می‌تواند سبب ابتلا به بیماری‌های مختلف از جمله بالا رفتن فشارخون، نارسایی کلیه، سکنه مغزی و حمله قلبی، چاقی و حبس شدن آب در بدن شود. محققان هشدار می‌دهند یکی از بیماری‌هایی که این روزها در دنیا بسیار شایع شده، فشارخون بالا است که مسبب اصلی آن مصرف بیش از

کدام چای برای گلودرد خوب است؟

فاریزی، التهاب گلو است که منجر به گلودرد می‌شود. التهاب می‌تواند دلاهای گوناگونی داشته باشد؛ آرزوی محیطی، حساسیت به غذا یا عفونت‌های ویروسی یا باکتریایی. علائمی که معمولاً با گلودرد همراه هستند شامل سرفه، تب، احساس خشکی یا بدن درد می‌شود. انواع چای و دمنوش‌ها می‌توانند گلودرد را تسکین بدهند اما شما باید قبل از مصرف این چای‌ها به عنوان درمان، با پزشک‌تان مشورت کنید.



چای‌های گیاهی
دمنوش‌های گیاهی می‌توانند به سه طریق گلودرد را تسکین بدهند: گیاه مورد نظر ممکن است لعاب‌دار باشد و پوششی برای مخاط ایجاد کرده و پروسه التهاب را سرعت بدهد. گیاه ممکن است دارای خواص ضد التهابی باشد یا سیستم ایمنی را تقویت کند. گیاهانی چون ریشه شیرین بیان، اکالیپتوس، نارون آمریکایی، نعنا فلفلی و ریشه مارشمالو می‌توانند در درمان گلودرد مؤثر باشند. نعنا فلفلی حاوی منتول است که یک عامل فعال بوده و به عنوان ضد احتقان و ضد سرفه عمل می‌کند.

چای‌های تند
انواع دمنوش‌های تند، خاصیت آنتی باکتریال و ضد قارچی دارند و ترشحات را رفیق و نرم می‌کنند که همه این‌ها می‌توانند مقداری از دردهای گلودرد کم کنند. ادویه‌هایی چون دارچین، ریشه زنجبیل، سیب و میخک نمونه‌هایی از این دست هستند. نیم جوش کردن چوب دارچین یا پودر شده آن، زنجبیل ورقه شده و پوست کنده، و یا پودر میخک و سیب، دمنوش‌های خوشبو و تند ایجاد می‌کنند که نه تنها حس خوبی به شما می‌دهند بلکه گلودردتان را هم تسکین می‌دهند.

چای‌های معمولی
چای‌های معمولی حاوی کافئین هستند و از گیاه کامبلیا سینسیس گرفته می‌شوند مانند چای سبزی، چای سفید، چای سبز و چای اولانگ. تولیدکننده‌ها ممکن است انواع چای‌ها را با هم ترکیب کنند. طبق اعلام مرکز اطلاعات چای، بسیاری از چای‌های سنتی حاوی آنتی‌اکسیدان‌های قوی هستند که به تقویت سیستم ایمنی کمک می‌کنند.

چای‌های طعم‌دار شده
چای‌ها ممکن است با شیرین‌کننده‌های طبیعی ترکیب شوند تا فوایدشان افزوده شود. عسل و مرکبات، عناصری هستند که نه تنها طعم چای را خوشایندتر می‌کنند بلکه خاصیت هم دارند. مثلاً عسل می‌تواند از التهاب گلو کم کند و مرکباتی مانند لیمو ترش و پرتقال نیز غنی از ویتامین C هستند که تقویت‌کننده سیستم ایمنی است.

اگر دارو مصرف می‌کنید، قبل از نوشیدن چای گیاهی یا داروهای گیاهی با پزشک خود مشورت کنید. برخی از گیاهان و مکمل‌های موجود در چای‌ها می‌توانند از تأثیر دارویی که مصرف می‌کنید کم کنند یا عوارض ناخوشایندی داشته باشند.

کلچین اخبار علمی و پزشکی

۸۰ درصد افراد مبتلا به سرطان حنجره زمینه مصرف دخانیات دارند

طبق تحقیقات انجام شده حدود ۸۰ درصد از افرادی که به سرطان حنجره مبتلا شده‌اند زمینه مصرف دخانیات را داشته‌اند. در مردها سرطان گلو بیشتر از خانم‌ها دیده می‌شود. برخی عادات زندگی باعث افزایش احتمال ابتلا به سرطان گلو می‌شود که این عادات شامل، سیگار کشیدن، مصرف بیش از حد الکل، قرار گرفتن در محیط‌های کاری آلوده و بهداشت ضعیف دهان از جمله این عوامل بشمار می‌روند. وی در خصوص علائم تشخیص سرطان گلو و حنجره گفت: تغییر صدا، مشکل در بلع غذا، گلو درد، نیاز مداوم به صاف کردن گلو، سرفه‌های مداوم (گاهی سرفه‌های خونی)، تورم غده لنفاوی در گردن و خس خس کردن از جمله علائم بروز این محسوب می‌شوند. طبق تحقیقات انجام شده حدود ۸۰ درصد از افرادی که به سرطان حنجره مبتلا شده‌اند زمینه مصرف دخانیات را داشته‌اند. نمی‌توان دوره زمانی مشخصی را برای ابتلا به این بیماری مشخص کرد. ابتلای افراد به این بیماری به شرایط محیطی و میزان مصرف دخانیات بستگی دارد بطوری‌که هر چه میزان و دوره مصرف سیگار و دخانیات بیشتر باشد احتمال بروز آن بیشتر خواهد شد. ترک سیگار و دخانیات می‌تواند در کاهش ابتلا به سرطان حنجره نقش بسزایی ایفا کند. تا کنون مطالعه دقیقی در این زمینه صورت نگرفته است اما از آنجا که حنجره یکی از راه‌های تنفس بشمار می‌رود آلودگی بیش از حد هوا در بروز این عارضه بی‌تأثیر نخواهد بود.

درخشانی موها و شادابی پوست با استفاده از جوش شیرین

یک متخصص طب ایرانی گفت: در آبی که با آن حمام می‌کنید، جوش شیرین حل کنید. موها و پوست بدن خود را به آرامی ماساژ دهید که این امر موجب درخشانی موها و شادابی پوست بدن شما خواهد شد. این لهام اختری درباره جوش شیرین و کاربردهای آن اظهار کرد: یکی از کاربردهای خوب جوش شیرین، شستشوی میوه‌ها و سبزی‌ها است، می‌توان با اضافه کردن یک قاشق غذاخوری جوش شیرین به ۱۰ لیتر آب، میوه‌ها و سبزی‌ها را ضد عفونی کرد. وی افزود: در کاهش التهاب ناشی از گزش حشرات و جوش‌های مناطق مختلف بدن نیز ضماد جوش شیرین و آب توصیه می‌شود. این متخصص طب ایرانی تصریح کرد: در آبی که با آن حمام می‌کنید نیز می‌توانید جوش شیرین حل کنید. موها و پوست بدن خود را به آرامی ماساژ دهید که این امر موجب درخشانی موها و شادابی پوست بدن شما خواهد شد. شستشو و ضد عفونی موها، شانه و برس سر در آب گرمی که جوش شیرین دارد، مفید است. وی خاطرنشان کرد: جوش شیرین را اگر همراه خمیر دندان با کمک یک فویسل آلومینیومی روی دندان‌ها ۵ دقیقه ضماد کنید؛ دندان‌ها سفید می‌شود همچنین در زخم‌های دهانی غرغره با آب گرم و جوش شیرین توصیه می‌شود.

آناناس بخورید تا عروق خونتان باز شود

میان هزاران مواد شناخته شده‌ای که در بروملین وجود دارد می‌توان به بهترین آنها که پروتئین سنتتین است اشاره کرد که آنزیمی پروتئینی است و به هضم غذا کمک می‌کند. التهابات فراوان، انعقاد خون و رشد بعضی از تومورها ممکن است بوسیله آنزیم بروملین موجود در آناناس کاهش یابد. ویتامین C، موجود در بدن آنتی اکسیدانی قابل حل در آب است که از قسمت‌های بدن که حاوی آب هستند در مقابل رادیکال‌های آزاد که سلول‌های طبیعی را از بیسن می‌برد محافظت می‌کند. ویتامین C، برای عملکردهای سیستم ایمنی بدن بسیار حیاتی است.



آناناس برای افرادی که مبتلا به فشار خون هستند مفید است زیرا مصرف آن باعث باز شدن عروق خونی می‌شود. آناناس سرشار از ویتامین‌ها و مواد مغذی مثل کلسیم، پناسیم، فیبر و ویتامین‌های C و A است. علاوه بر آن چربی و کلسترول بسیار کمی دارد. آناناس کلر بالایی دارد و در تنظیم آب و الکترولیت در بدن کمک می‌کند. آناناس غنی از منیزیم است، ماده معدنی که وجودش برای ساخت استخوان‌ها و ارتباط بافت‌ها ضروری است. آناناس هم باعث رشد استخوان‌ها در بدن جوانان و استحکام استخوان‌ها در پسران می‌شود. برای افراد دارای فشار خون مناسب و باعث باز شدن رگ‌های خونی می‌شود. آناناس خاصیت ضد التهاب دارد و در هضم غذا مؤثر است. آناناس دارای بروملین است. در

رازهایی برای داشتن پوستی شفاف

صبح‌ها پس از خواب بسیار مهم است زیرا باکتری‌های مضرری که بر روی پوست مانده باشد را از بین می‌برد. برای اینکار می‌توانید از گلاب و یا شامبو بچه استفاده کنید. **مواد آرایشی را از صورتتان پاک کنید**
توجه به این نکته ضروری است که اگر از لوازم آرایشی استفاده می‌کنند به هیچ وجه اجازه ندهید تا مدت زمانی طولانی بر روی پوست صورتتان بماند. لوازم آرایشی اگر مدت زمانی طولانی به خصوص شب تا صبح بر روی پوست بمانند منافذ پوست را می‌بندند. **از کرم ضد آفتاب استفاده کنید**
استفاده از کرم ضد آفتاب بسیار مهم است، اغلب پزشکان توصیه می‌کنند که به جای استفاده از کرم‌های آرایشی مختلف تنها از کرم ضد آفتاب استفاده شود؛ در این میان خانوم‌هایی که پوست خوبی دارند کسانیه هستند که هر چند ساعت یک بار کرم ضد آفتاب خود را تجدید می‌کنند.

تغذیه مناسب و پوستی صاف
تغذیه در داشتن پوست زیبا اهمیت زیادی دارد خوردن ماهی آزاد توصیه می‌شود، ماهی سرشار از امگا ۳ است و سبب آب‌رسانی به پوست می‌شود؛ مواد غذایی آنتی اکسیدان‌دار را فراموش نکنید زیرا آن‌ها از پوست در برابر پیری و اشعه‌های مضر مقاومت می‌کنند، آنتی اکسیدان‌ها را می‌توان در زغال‌آخته، سبزیجات تیره، چایی سبز و قهوه یافت. **آب زیاد بنوشید**
خوردن آب زیاد تأثیر مثبتی بر پوست میگذارد مخصوصاً پوست توصیه می‌کنند که اگر خانم‌ها به دنبال پوستی شفاف و زیبا هستند حداقل ۸ لیوان آب در روز مصرف کنند آب همچنین از ایجاد چین و چروک و لک بر روی پوست هم جلوگیری می‌کند. **تأثیر عسل بر پوست**
در این میان تأثیرات مثبت روغن زیتون، عسل، جوش شیرین، آب لیمو، آلوئه ورا و آواکادو بر پوست را نباید فراموش کرد.

صباح‌ها پس از خواب بسیار مهم است زیرا باکتری‌های مضرری که بر روی پوست مانده باشد را از بین می‌برد. برای اینکار می‌توانید از گلاب و یا شامبو بچه استفاده کنید. **مواد آرایشی را از صورتتان پاک کنید**
توجه به این نکته ضروری است که اگر از لوازم آرایشی استفاده می‌کنند به هیچ وجه اجازه ندهید تا مدت زمانی طولانی بر روی پوست صورتتان بماند. لوازم آرایشی اگر مدت زمانی طولانی به خصوص شب تا صبح بر روی پوست بمانند منافذ پوست را می‌بندند. **از کرم ضد آفتاب استفاده کنید**
استفاده از کرم ضد آفتاب بسیار مهم است، اغلب پزشکان توصیه می‌کنند که به جای استفاده از کرم‌های آرایشی مختلف تنها از کرم ضد آفتاب استفاده شود؛ در این میان خانوم‌هایی که پوست خوبی دارند کسانیه هستند که هر چند ساعت یک بار کرم ضد آفتاب خود را تجدید می‌کنند.



داشتن پوستی شفاف برای خانم‌ها اهمیت زیادی دارد ولی آن‌ها برای داشتن پوستی زیبا باید به موارد خاصی توجه کنند. داشتن پوستی شفاف یکی از مواردی است که برای خانم‌ها اهمیت بسیار زیادی دارد و خانم‌ها به همین جهت همواره به دنبال راهی برای داشتن پوستی شفاف هستند. در اینجا به معرفی راهکارهای مناسب جهت داشتن پوستی شفاف می‌پردازیم. **شب و روز صورت خود را بشوید**
شستن پوست شب‌ها قبل از خواب و

پسته، قند خون را پایین می‌آورد

خوردن یک مشت مغز پسته در روز نه تنها یک میان وعده مناسب و خوشمزه است بلکه برای سلامتی نیز مفید است؛ چون بر اساس نتایج این تحقیق جدید پسته با کاهش روند جذب کربوهیدرات‌ها در بدن می‌تواند قند خون را پایین بیاورد. پسته حاوی مقدار زیادی پروتئین گیاهی، مواد نشاسته‌ای غنی و مواد معدنی مهم مانند پناسیم و منیزیم است که بسیاری از نیازهای بدن را تأمین می‌کند. علاوه بر این، پسته برای آرامش قلب و آرام کردن اعصاب مفید است و مصرف آن برای بازکردن مجاری کبد توصیه می‌شود. پسته معده را تقویت و برای تسکین سرفه هم مفید است. بعضی محققان عقیده دارند که پروتئین پسته به اندازه‌ای است که می‌توان آن را به عنوان جایگزینی برای گوشت و حبوبات دانست. در ضمن عنصر "روی" موجود در آن نیز در رشد سلول‌ها و بافت‌های بدن تأثیر به‌سزایی دارد. علاوه بر این‌ها وجود کلسیم و آهن در پسته



باید و نبایدهای تغذیه‌ای برای افراد سوداوی مزاج

سار برای افراد سوداوی مزاج مفید است. در صورت استفاده از برنج نیز باید از شویب و زیره سیاه استفاده شود. این اشخاص باید سبزیجات با طبع گرم، مانند نعناع، ریحان، ترخون، مرزه، جعفری، تره و انواع کلم، ساقه کرفس، عسل، توت، کشمش، انجیر، خرما، هل، دارچین، زنجبیل، زعفران، زیره و بذرهای ملین مانند قندومه شیرازی و تخم شربتی مصرف کنند. استفاده از گیاهانی مانند اسفناج، کدوتیل و هویج فرنگی پخته نیز برای افراد سوداوی مزاج بسیار مفید است. **میوه‌های مناسب افراد سوداوی مزاج**
از میوه‌های مناسب افراد سوداوی مزاج می‌توان به انجیر، انبه، مرکبات شیرین، انار و سیب شیرین اشاره کرد. **نوشیدنی‌های مناسب طبع سودا**
به طور کلی نوشیدنی‌های با طبع گرم برای افراد سوداوی مزاج مناسب است که از آن جمله آن‌ها می‌توان به دمنوش بادرنجبویه، زعفران، دارچین، زنجبیل، گل گاو زبان، شربت عسل، شیره انگور و خرما، عرقیجات سنتی مثل عرق بیدمشک، بهار نارنج، نسرتن، نعناع و پونه اشاره کرد.

کشتک، پتیر، چای شیرین، ترشجات، سرکه و دوغ نیز برای افراد سوداوی مزاج مناسب نیستند. این اشخاص باید در بین غذاها از نوشیدن مایعات به ویژه آب یخ، نوشابه‌های گازدار و دوغ خودداری کنند. **مواد غذایی مفید برای افراد سوداوی مزاج**
مصرف مواد غذایی با طبع گرم همچون گوشت گوسفند، شتر، کبوتر، گنجشک و

سوداوی مزاج‌ها اندامی لاغر و خواب کمی دارند

سوداوی مزاج‌ها اندامی لاغر و خواب کمی دارند. این افراد به شیرینی و گرمی‌ها نسبت به سردی‌ها تمایل بیشتری نشان می‌دهند. سوداوی مزاج‌ها اندامی لاغر و خواب کمی دارند. این افراد به شیرینی و گرمی‌ها نسبت به سردی‌ها تمایل بیشتری نشان می‌دهند. آن‌ها بیشتر تمایل به هوای گرم دارند و در فصل بهار راحت‌تر هستند. فصل پاییز برای این اشخاص نامطلوب است. در این مطلب مواد غذایی مفید و مضر برای افراد سوداوی مزاج را معرفی می‌کنیم. **خصوصیات روانی افراد سوداوی مزاج**
افراد که مزاج سرد و خشک (سودا) دارند، دقیق، منظم، دوام‌دیش و محاسبه‌گر هستند. بسیاری از دانشمندان در این دسته مزاجی قرار دارند. این اشخاص باید از مصرف غذاهای سرد و خشک خودداری کنند. **مواد غذایی مضر برای افراد سوداوی مزاج**
اشخاصی که مزاج سرد و خشک دارند باید از مصرف غذاهای چرب، شور و مانده



اوقات شرعی به وقت کلبان

اذان صبح: ۳:۲۵
طلوع آفتاب: ۵:۱۲
اذان ظهر: ۱۲:۰۸
غروب خورشید: ۱۹:۰۵
اذان مغرب: ۱۹:۲۵

اوقات شرعی

صفحه آرایی: گلچین امروز
چاپ و لیتوگرافی:
شرکت چاپ و نشر نوین
تلفن: ۰۱۳-۳۳۲۲۴۷۲۷

مطالب درج شده لزوما انعکاس دهنده دیدگاه روزنامه نمی باشد.
ایمیل: Golchin.Today@yahoo.com
نشانی سایت: https://golchinemrooz.ir
تلفن: ۰۲۲۳۶۰۵۰ - ۰۲۲۳۶۰۳۲۶ - تلفکس: ۰۲۲۳۶۰۳۲۶

گلچین امروز

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، ورزشی و هنری صبح گیلان
صاحب امتیاز و مدیر مسئول: مسعود گیاهی سیراوانی
سردبیر: کریم خورشیدی مژدهی

نشانی: رشت - چهارراه پورسینا - روبروی ثبت احوال رشت - ساختمان اطبا - طبقه دوم - تلفن: ۰۲۱-۳۳۳۶۰۳۲۶ - تلفکس: ۰۲۱-۳۳۳۶۰۳۲۶

یکشنبه ۱۶ اردیبهشت ۱۴۰۳ - ۲۶ شوال ۱۴۴۵ - ۵ می ۲۰۲۴ **ورزش ایران و جهان**

گلچین فوتبال جهان

وراثی خود را به بارسلونا پیشنهاد داد

ایبستا: هافبک فرانسوی العربی قطر دوست دارد فصل بعد با پیراهن بارسلونا به میدان برود. مارکو وراثی یکی از بازیکنانی بود که در سالهای اخیر همواره بحث حضورش در بارسلونا مطرح شد. از وراثی به عنوان بهترین گزینه برای جایگزینی ژاوی بعد از جدایی از آبی اتاری ها یاد شد با این حال پاری سن ژرمن در دوران اوج این بازیکن اجازه جدایی به او را نداد. روزنامه الموندو نوشت که وراثی رویای حضور در بارسلونا را دارد و به همین خاطر برای فصل بعد خود را به آبی اتاری ها پیشنهاد داده و منتظر تصمیم نهایی ژاوی است. وراثی بعد از جدایی از پاری ژرمن تصمیم گرفت که راهی العربی قطر شود و فصل خوبی را در این تیم پشت سر نگذاشت. او بعد از حضوری کوتاه مدت در لیگ ستارگان قطر قصد دارد که به فوتبال اروپا برگردد و این بار پیراهن بارسلونا را بر تن کند.

هوملس: با قلب خود بازی خواهیم کرد

ایبستا: مذاق با تجربه بوروسیا دورتموند از پیروزی برابر پاری سن ژرمن بسیار خوشحال است با این حال تاکید کرد که شرایط برای صعود به فینال سخت است. بوروسیا دورتموند در دیدار رفت برابر پاری سن ژرمن در نیمه نهایی لیگ قهرمانان اروپا با یک گل به پیروزی دست پیدا کرد تا امیدوار به صعود به فینال و میلی باشد. به نوشته کیکر، منس هوملس بعد از بازی گفت: بازی سختی بود اما رقابت با حریفان با حضور این هواداران همواره لذت بخش و زیبا است. بازیکنان دورتموند برای پیروزی در این بازی ۱۰۰ درصد توان خود را گذاشتند و به همین خاطر بسیار خوشحالیم. من هم در کنار دیگر بازیکنان شب خوبی را تجربه کردم. او ادامه داد: به نظر من این بهترین بازی ما نبود با این حال توانستیم به پیروزی برسیم. این بسیار امیدوارکننده است که حتی در شبی که بهترین بازی خود را به نمایش نمی گذاریم موفق به کسب پیروزی می شویم؛ آن هم برابر تیمی که بسیار باکیفیت و خوب است. بوروسیا دورتموند در یازدهم بازی اخیر خانگی خود در لیگ قهرمانان اروپا متحمل شکست نشده است.

رانگنیک پیشنهاد سرمربیگری بایرن مونیخ را رد کرد

تسنیم: رالف رانگنیک با انتشار بیانیه‌ای اعلام کرد که قصد ندارد از سمت فعلی خود به عنوان سرمربی تیم ملی فوتبال اتریش کناره‌گیری کند تا هدایت بایرن مونیخ را عهده‌دار شود. در روزهای اخیر خبرهای فراوانی درباره توافق رانگنیک با بایرن مونیخ منتشر شد. گزینشی که باب طبع بسیاری از هواداران تیم مونیخی نبود و با واکنش‌ها منفی آنها همراه شد. اکنون اما آنها نفس راحتی خواهند کشید، چرا که رانگنیک اعلام کرده که قصد رها کردن نایبک اتریش را ندارد. رانگنیک ۶۵ ساله که هدایت شش‌بار زبانی از تیم‌های آلمانی شامل اشونوگارت، هوفنهایم، لایپزیگ، شالکه و هانوفر را در کارنامه دارد و مدتی هم در فصل ۲۰۲۱-۲۲ سرمربی منچستر یونایتد بود، گفت: من با تمام وجود، سرمربی تیم ملی اتریش هستم و واقعا از این کار لذت می‌برم و مصمم هستم تا با موفقیت به حرکت در راهی که قدم گذاشته‌ام ادامه دهم. در همین حال اما مایلم تاکید کنم که این به منزله پس زدن بایرن مونیخ نیست، بلکه بیشتر برای احترام گذاشتن به تیم فعلی‌ام و تلاش برای تحقق اهداف مشترکمان است. می‌دهم.

ترزیج: شایسته این پیروزی بودیم

ایبستا: سرمربی بوروسیا دورتموند تیمش را شایسته کسب پیروزی برابر پاری سن ژرمن در نیمه نهایی لیگ قهرمانان اروپا دانست. بوروسیا دورتموند در بازی رفت نیمه نهایی لیگ قهرمانان اروپا در نیمه پاری سن ژرمن پذیرایی کرد. دورتموند با وجود آنکه وضعیت خوبی در بوندسلیگا ندارد اما در ادامه نتایج درخششان خود در لیگ قهرمانان اروپا با یک گل پاری سن ژرمن را شکست داد تا گام نخست را محکم بردارد. به نوشته اسپورت، اند ترزیج در نشست خبری بعد از بازی گفت: بازی خوبی را به نمایش گذاشتیم و به نظر من شایستگی به پیروزی دست پیدا کردیم. می دانستیم که کار سختی برابر تیم پرستاره و آماده پاری سن ژرمن داریم اما خوشبختانه اشتباه نکردیم و توانستیم به پیروزی برسیم. او ادامه داد: فرصت‌های خوبی را روی دروازه حریف خلق کردیم. یک گل به ثمر رساندیم اما می توانستیم گل‌های دیگری هم به ثمر رسانیم و اختلاف را بیشتر کنیم. البته پاری سن ژرمن هم می توانست به گل برسد و آنها هم فرصت‌های داشتند.

دشان جدایی ژیرو از میلان را تایید کرد

تسنیم: دیدیه دشان، سرمربی تیم ملی فوتبال فرانسه شایستگی که درباره احتمال خروج اولیویه ژیرو از میلان در پایان فصل جاری وجود داشت را تایید کرد. گفته می‌شود که ژیرو در پایان فصل جاری به حضور سه ساله‌اش در سری A خاتمه می‌دهد و راهی آمریکا می‌شود تا مسابقات پایانی دوران بازیگری‌اش را در MLS سپری کند. این تصمیم او اما طبق گفته دشان هیچ تأثیری روی جایگاهش در تیم ملی فرانسه برای فصل پور ۲۰۲۴ نخواهد داشت. دشان راجع به ژیرو ۳۷ ساله که گویا ماه گذشته با تیم لس آنجلس افسی پیش‌فراود هم بسته است، گفت: اولیویه یک انتخاب برای زندگی حرفه‌ای و یک انتخاب برای زندگی شخصی‌اش انجام داده است. با وجود سستی، او هنوز هم گزینه‌ی عطفش فراوانی دارد. شاید این انتخاب هم بابت فرصتی است که به او برای هم‌تیمی شدن با هوگو یورس دروازه سابق تیم ملی فرانسه که تابستان سال گذشته از ناتهام جدا شد و به لس آنجلس افسی پیوست) و ملحق شدن به خانواده‌اش می‌دهد.

هفته بیست و پنجم لیگ برتر؛

چهار تیم «فوتبال» را نا امید کردند

دیدار خود را به تراکتور در رده چهارم برساند اما این تساوی موجب شد شاگردان تارتار با ۳۹ امتیاز در رده پنجم باقی بمانند و ۲ امتیاز از تراکتور عقب تر باشند. آبادان، چشم انتظار معجزه شاگردان مسعود شجاعی در تیم هوادار موفق شدند با نتیجه ۲ بر یک تیم فخرنشین صنعت نفت را شکست دهند تا با ۲۸ امتیاز جایگاه خود را در رده یازدهم تثبیت کنند و حاشیه امن مطمئنی را برای خود ایجاد کنند. اختلاف این تیم تا منطقه سقوط به ۷ امتیاز رسید. این سومین شکست پیاپی صنعت نفت بود و شاگردان فراز کمالوند را با ۵ امتیاز کمتر از استقلال خوزستان رده پانزدهمی و ۶ امتیاز کمتر از فولاد رده چهاردهمی باید یکی از تیم‌های سقوط کننده به لیگ دسته دوم دانست مگر آنکه معجزه‌ای برای آبادانی‌ها رخ دهد و در دیدارهای باقی مانده بتوانند حداکثر امتیازات را کسب کنند.



تیم فولاد خوزستان در حالی میهمان آلومینیوم بود که برای فرار از منطقه سقوط به ۳ امتیاز بازی نیاز داشت اما با کسب تساوی، به یک امتیاز قانع شدند تا با ۲۲ امتیاز در رده چهاردهم قرار بگیرند و تنها یک امتیاز از استقلال خوزستان که در رده پانزدهم قرار دارد فاصله داشته باشند.

صدر جدول حاصل نشود و استقلال با ۵۴، پرسپولیس ۵۳، سپاهان با ۴۶ و تراکتور با ۴۱ امتیاز رده‌های اول تا چهارم را به خود اختصاص دهند.

تیم فوتبال نساجی با برتری ۲ بر صفر برابر ذوب آهن به ۳ امتیاز ارزشمند خارج از خانه رسید و توانست از منطقه سقوط فاصله بگیرد. شاگردان ساکت الهامی ۲۲ امتیازی شدند و از رده پانزدهم به رده سیزدهم رسیدند. این تیم هفته آینده باید در یک دیدار حساس به مصاف پرسپولیس برود و سپس در یک فینال انتهای جدولی باید با استقلال خوزستان دیدار کند و بعد از آن هم از استقلال تهران پذیرایی خواهد کرد تا

صدر جدول حاصل نشود و استقلال با ۵۴، پرسپولیس ۵۳، سپاهان با ۴۶ و تراکتور با ۴۱ امتیاز رده‌های اول تا چهارم را به خود اختصاص دهند. خیز بلند نساجی برای بقا در لیگ تیم فوتبال نساجی با برتری ۲ بر صفر برابر ذوب آهن به ۳ امتیاز ارزشمند خارج از خانه رسید و توانست از منطقه سقوط فاصله بگیرد. شاگردان ساکت الهامی ۲۲ امتیازی شدند و از رده پانزدهم به رده سیزدهم رسیدند. این تیم هفته آینده باید در یک دیدار حساس به مصاف پرسپولیس برود و سپس در یک فینال انتهای جدولی باید با استقلال خوزستان دیدار کند و بعد از آن هم از استقلال تهران پذیرایی خواهد کرد تا

اورسما:

از نظر من پرسپولیس همیشه قهرمان است

ما ناراحت هستند. هواداران واقعی پرسپولیس دیدند بازیکنان با قلب خود بازی کردند و تلاش کردند. ویه را درباره عدم نتیجه گیری سرخوشان پایتخت در بازی‌های حساس و همچنین بازی ناموازن چند مهره نظیر سروش رفیعی در طول فصل تصریح کرد: با نظر شما درباره رفیعی موافق نیستیم. اتفاقا سروش در کارهای تاکتیکی که خواسته بودیم خیلی کمک کرد. سرمربی برزیلی پرسپولیس تاکید کرد: بازی‌های فشرده ای داریم که باید مدام خودمان را زیباترین



سرمربی تیم فوتبال پرسپولیس پس از تساوی تیمش برابر سپاهان گفت: موقعیت‌های خوبی برای رسیدن به گل داشتیم اما نتوانستیم از آنها استفاده کنیم و دو امتیاز مهم را از دست دادیم. تیم‌های فوتبال پرسپولیس و سپاهان در هفته بیست و پنجم رقابت‌های لیگ برتر چهارشنبه شب در ورزشگاه آزادی رو در روی هم قرار گرفتند که این‌بار در پیروزی پایان با نتیجه تساوی بدون گل به پایان رسید.

نتیجه گیری خودمان بودیم. فشار روی حریف در زمین سپاهان نشان می‌دهد فقدر دنبال برد هستیم. اینها جزئی از شرایط بازی است. مصاحبه اش که عنوان کرده بود «فکر کنید آخرین بازی شامست و فردایی وجود ندارد» یاد کرد. ویه را در پاسخ به او که آیا او چنین احساسی را از بازی امروز تیمش داشت گفت: بگذارید من هم با یک مثال شروع کنم. اگر قرار است شانس تعیین کننده قهرمان باشد دو تیم در برزیل خیلی به آن اعتقاد دارند و باید قهرمان شوند اما اینگونه نیست. ۶ شانس بیشتر از ۵ شانس است اما ما تا آخر ادامه می‌دهیم. او افزود: ویه را در نشست خبری این دیدار اشاره کرد و گفت: فوتبال دارای اهداف زیادی است و همان هم این ورزش را جذاب می‌کند. اینها جزئی از شرایط بازی است. مصاحبه اش که عنوان کرده بود «فکر کنید آخرین بازی شامست و فردایی وجود ندارد» یاد کرد. ویه را در پاسخ به او که آیا او چنین احساسی را از بازی امروز تیمش داشت گفت: بگذارید من هم با یک مثال شروع کنم. اگر قرار است شانس تعیین کننده قهرمان باشد دو تیم در برزیل خیلی به آن اعتقاد دارند و باید قهرمان شوند اما اینگونه نیست. ۶ شانس بیشتر از ۵ شانس است اما ما تا آخر ادامه می‌دهیم. او افزود: ویه را در نشست خبری

اورسما و ویه را در نشست خبری بعد از این بازی گفت: قبل از اینکه راجع به بازی صحبت کنم می‌خواهم درباره طرفدارانی که به ورزشگاه آمدند و به ما انرژی دادند تشکر کنم. این رابطه نزدیک بین ما با هواداران در شرایط سخت که امروز هم گاهی احساس کردیم به ما کمک می‌کند. سرمربی پرسپولیس درباره تساوی دو تیم افزود: می‌دانستیم بازی سختی داریم. جزئیات بازی تعیین کننده بود. مهدی ترابی شانس خیلی خوبی داشت. پس از ۱۰ نفر شدن هم شانس داشتیم. امروز شانس خوبی داشتیم به صدر جدول برویم اما پنج بازی دیگر مانده است و ما تا آخر می‌جنگیم. ویه را به استخراج امید عالیشاه در

سرمربی تیم فوتبال سپاهان گفت: تیمی که از تساوی زردپوشان و پرسپولیس سود برد استقلال بود که صدرنشینی‌اش را حفظ کرد. مورایس پس از تساوی بدون گل سپاهان برابر پرسپولیس در ورزشگاه آزادی گفت: بازی خوبی را در این اتمسفر ورزشگاه دیدیم که هواداران خیلی هیجان بالایی داشتند و جو بسیار زیبایی را شاهد بودیم. باشگاهی که از بازی امروز سود برد استقلال بود. او درباره عملکرد بازیکنان پرسپولیس تاکید کرد: هر دو تیم تلاش خیلی خوبی انجام دادند پرسپولیس یکی از تاکتیکی و تکنیکی ترین تیم های ایران است. اصلا عادلاته نیست که بخواهیم پرسپولیس را شکست دهیم. به بازیکنان بابت بازی امروز و تمرکزی که در زمین داشتند تبریک می‌گویم.

وی افزود: با تمام اتفاقاتی که در فصل جاری سپری کردیم باید بگویم اگر کلاه بر سر داشتیم ما را به احترام بازیکنان بر می‌داشتیم و مقابلشان تعظیم می‌کردم. بازی‌های زیادی باقی مانده است و آرزوی موفقیت برای تیم‌هایی دارم که در کورس هستند. مورایس این بود می‌خواستیم ببریم. سرمربی زردپوشان درباره تمارش بعضی از بازیکنان این تیم گفت: نیازی نیست جواب این سوال را بدهم. آمده ام فوتبال انجام دهم. بازی همیشه احساسات زیادی دارم اما در مجموع از بازیکنانم تشکر می‌کنم. گاهی چنین چیزهایی هم رخ می‌دهد اما فکر می‌کنم آطور که من بازی را دیدم شما ندیدید. او درباره انتقاد از عدم بازی زیبا از سوی تیم پرستاره سپاهان و ناموفقیت این تیم در چهار فصل گذشته تصریح کرد: آیا شما فکر می‌کنید سپاهان باید قهرمان می‌شد؟ خود من هم چنین انتظاری داشتم. مورایس بار دیگر تصریح کرد: یک بازی شامل خیلی موارد می‌شود. باران بارید و باد هم وزید. خیلی چیزها هست که رخ می‌دهد. من هم می‌گویم باید با ۱۰ امتیاز اختلاف صدر می‌بودیم اما باید بگویم ۱۰ سال است این تیم قهرمان نشده است.

باشگاه سپاهان:
هواداران بانوی پرسپولیس رفتار ناشایست داشتند
مهر: باشگاه سپاهان خبر از شکایت از باشگاه پرسپولیس بابت رفتار های هواداران این تیم به نهادهای مربوطه خبر داد. به گزارش رسانه باشگاه سپاهان، در طول مسابقه تیم‌های سپاهان و پرسپولیس و همچنین قبل و بعد از مسابقه، هواداران تیم میزبان با استفاده از الفاظ رکیک اقدام به فحاشی نسبت به تیم سپاهان نمودند؛ این در شرایطی است که متناسفانه علی رغم تذکرات قبلی اقدامی در خصوص جلوگیری از این رفتار صورت نگرفت. همچنین برخی از هواداران بانوی متسبب به تیسر میزبان اقدام به رفتارهای ناشایسته در طبقه فوقانی نمودند که نیروهای امنیتی به دلیل مخاطرات رفتارهای این هواداران اقدام به تغییر محل جایگاه هواداران بانوی تیم میزبان کردند. از همین رو باشگاه سپاهان با ارائه مستندات کامل، به نهادهای مربوطه شکایت خود کرد.

علی خطیر از مدیرعاملی استقلال برکنار شد
گلچین امروز: مدیرعامل استقلال از سمتش کناره‌گیری کرد. پس از تساوی استقلال برابر تراکتور، با تصمیم هیات مدیره باشگاه استقلال، علی خطیر از سمت مدیرعاملی این باشگاه برکنار شد و فرشیده سمیعی به عنوان سرپرست مدیرعاملی باشگاه انتخاب شد. علی خطیر بعد از برکناری حجت کریمی در تابستان گذشته به عنوان مدیرعامل استقلال منصوب شد. گفته شده، احمد شهرپاری مدیرعامل پیشین تیم صبا پاتری و عضو اسبق هیئت مدیره استقلال که در حال حاضر نماینده هلدینگ خلیج فارس در باشگاه محسوب می‌شود، شانس اول مدیرعاملی آبی‌ها خواهد بود، مگر آنکه خود بخواند به عنوان رئیس هیئت مدیره در این باشگاه به کار خود ادامه بدهد.

مورایس:

خوشحال می‌شوم بگویند پرو

سرمربی تیم فوتبال سپاهان گفت: تیمی که از تساوی زردپوشان و پرسپولیس سود برد استقلال بود که صدرنشینی‌اش را حفظ کرد. مورایس پس از تساوی بدون گل سپاهان برابر پرسپولیس در ورزشگاه آزادی گفت: بازی خوبی را در این اتمسفر ورزشگاه دیدیم که هواداران خیلی هیجان بالایی داشتند و جو بسیار زیبایی را شاهد بودیم. باشگاهی که از بازی امروز سود برد استقلال بود. او درباره عملکرد بازیکنان پرسپولیس تاکید کرد: هر دو تیم تلاش خیلی خوبی انجام دادند پرسپولیس یکی از تاکتیکی و تکنیکی ترین تیم های ایران است. اصلا عادلاته نیست که بخواهیم پرسپولیس را شکست دهیم. به بازیکنان بابت بازی امروز و تمرکزی که در زمین داشتند تبریک می‌گویم.



وی افزود: با تمام اتفاقاتی که در فصل جاری سپری کردیم باید بگویم اگر کلاه بر سر داشتیم ما را به احترام بازیکنان بر می‌داشتیم و مقابلشان تعظیم می‌کردم. بازی‌های زیادی باقی مانده است و آرزوی موفقیت برای تیم‌هایی دارم که در کورس هستند. مورایس این بود می‌خواستیم ببریم. سرمربی زردپوشان درباره تمارش بعضی از بازیکنان این تیم گفت: نیازی نیست جواب این سوال را بدهم. آمده ام فوتبال انجام دهم. بازی همیشه احساسات زیادی دارم اما در مجموع از بازیکنانم تشکر می‌کنم. گاهی چنین چیزهایی هم رخ می‌دهد اما فکر می‌کنم آطور که من بازی را دیدم شما ندیدید. او درباره انتقاد از عدم بازی زیبا از سوی تیم پرستاره سپاهان و ناموفقیت این تیم در چهار فصل گذشته تصریح کرد: آیا شما فکر می‌کنید سپاهان باید قهرمان می‌شد؟ خود من هم چنین انتظاری داشتم. مورایس بار دیگر تصریح کرد: یک بازی شامل خیلی موارد می‌شود. باران بارید و باد هم وزید. خیلی چیزها هست که رخ می‌دهد. من هم می‌گویم باید با ۱۰ امتیاز اختلاف صدر می‌بودیم اما باید بگویم ۱۰ سال است این تیم قهرمان نشده است.

او سپس درباره ستاره‌های متعدد این تیم با طعنه پاسخ داد و گفت: یله! جواد حسین نژاد، ستاره ای است که کسی او را نمی‌شناخت. اعرابی نیز همینطور. سیاوش یزدانی ستاره وقتی استقلال هم او را نتواست. هادی محمدی هم همینطور ولی در تیم ملی نیست. تنها ترابری رضاییان بود که از پرسپولیس بیرون آمد اما من او را باز هم ریکواری کردم و تبدیل به بهترین شد شهریار معانلو هم اینطور است. او در پاسخ به سوال مبنی بر اینکه آیا با سپاهان ادامه خواهید داد افزود: من تمامشگر نیستیم و نمی‌توانم چیزی بگویم. اگر بگویند پرو خوشحال هم می‌شوم خوشحال می‌شوم بروم و من را نخواهند. مورایس در ادامه نسبت به اینکه فشار روی سپاهان حداکثر است گفت: تنها چیزی که می‌خواهید این است فقط درباره سپاهان صحبت کنید. چهار امتیاز ما را گرفتند. فقط از سپاهان می‌پرید. چیزی که مهم است پیشرفت فوتبال ایران است که باید راجع به آن صحبت کنیم. می‌خواهم از بازیکنان زیر ۲۱ سال خودم صحبت کنم اما محدودیت دارم و نمی‌توانم. چرا اینها را نمی‌پرسیدید. من با تیم قابل احترامی پرسپولیس کاری ندارم اما آیا از تراکتور و گل گهر و عمره هم این‌ها را می‌پرسید. آیا از سرمربی پرسپولیس این سوالات را می‌پرسید؟ او سپس صندلی خود را ترک کرد و رفت.