

گلچین امروز

عراقچی: جنگ تحمیلی آمریکا و رژیم صهیونیستی علیه کل منطقه است

صفحه ۲

افتخار آفرینی داور گیلانی در رقابت های بین المللی کاراته

صفحه آخر

استاندار مازندران: هیچ گونه نگرانی از بابت تامین کالاهای اساسی و سوخت وجود ندارد

صفحه ۷

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می شود

صفحه ۶

یکشنبه ۱۰ اسفند ۱۴۰۴ - ۱۱ رمضان ۱۴۴۷ - ۱ مارس ۲۰۲۶ سال بیست و دوم - شماره ۵۲۰۰ - صفحه ۸ - ۲۰ هزار تومان

سخنگوی دولت: برنامه دوران اضطرار در دولت به تصویب رسیده است


ایرنا: سخنگوی دولت گفت: با توجه به تجربه جنگ ۱۲ روزه، برنامه‌ای برای دوران اضطرار و شرایط جنگی برای دستگاه‌های اجرایی و وزارتخانه‌ها به تصویب رسیده و تمام تلاش دولت تامین نیازهای ضروری مردم است و جای نگرانی از این بابت نیست.

فاطمه مهاجرانی در گفت و گویی درباره برنامه‌های دولت برای اداره امور کشور در جنگ تحمیلی مجدد به کشورمان گفت: با توجه به تجربه‌ای که ما در جنگ تحمیلی ۱۲ روزه داشتیم، تشکیل کارگروه‌هایی از قبل تمهید شده و برنامه‌ای برای دوران اضطرار در دولت به تصویب رسیده بود که به نوعی شرح وظیفه هر کدام از دستگاه‌های اجرایی و وزارتخانه‌ها در آن مشخص شده است. مهاجرانی افزود: تفویض اختیاری نیاز بود که در مورد برخی از وزرا انجام شود و این کار توسط دولت انجام شده است. هماهنگی‌های خوبی با استانداران وجود دارد و همه استانداران پای کار هستند که در طول این ایام هم به خوبی نشان دادند که کارهایشان را به خوبی پیش می‌برند؛ به خصوص در استان‌هایی که انتظار مسافری بیشتری را داریم. سخنگوی دولت ادامه داد: استان‌های شمالی و خراسان رضوی از جمله استان‌هایی هستند که به صورت معمول ما شاهد مسافری بیشتری در آنها هستیم. موضوعات مربوط به وجود منابع و کالاهای اساسی، بنزین و شرح وظیفه‌ای که به خصوص وزارت بهداشت، درمان به عهده دارد، به خوبی در حال انجام است و اطلاع رسانی‌های لازم در این زمینه نیز توسط خود وزارتخانه‌ها صادر شده است. مهاجرانی یادآور شد: وزارت کشور در راستای تمهید امنیت داخلی کشور و آرام کردن فضای شهرها و دعوت از مردم که ممکن است بخواهند شهرهایی را برای استقرار و خارج شدن از تهران انتخاب کنند، اقدام کرده است. وی اضافه کرد: بدیهی است که انتخاب مردم محترم است و در همین مسیر، وزارت نفت تامین و استقرار پمپ‌بنزین‌های سیار در مسیرهای مواصلاتی، به خصوص خروجی‌های تهران، را تمهید کرده است تا مردم کمتر دچار مشکل شوند.

استاندار گیلان در آیین گرامیداشت هفته منابع طبیعی:

فرهنگ صیانت از محیط زیست در جامعه نهادینه شود

صفحه ۳



یادداشت امروز

سید اکبر خوشحال

لزوم شفاف سازی مدیریت شهری در خصوص فروش ۱۰۰ دستگاه اتوبوس!

ای کاش سازمان‌های نظارتی و شخص آقای استاندار گیلان هم مطالب انتقادی رسانه‌ها را می خواندند.

چرا مدیر اتوبوسرانی رشت ماجرای چگونگی فروش بیش از یکصد دستگاه اتوبوس شهری به استانی دیگر را شفاف‌سازی و اطلاع‌رسانی نمی‌کند؟! رشت مرکز استان گیلان با داشتن جمعیت زیادی مناسباً همواره با چالش زیرساخت‌های بی شماری خصوصاً از داشتن وضعیت نامناسب ناوگان حمل و نقل عمومی به ویژه اتوبوس شهری رنج می‌برد و اهالی آن بسا توجه به افزایش روزافزون گریه‌ها فریاد می‌کنند و می‌گویند ایستگاه اتوبوس شهری تبدیل به محل شگنجه شده؛ چون به علت عدم نظارت مسئولین ذیربط صندلی‌های آن به سرعت رفته و تبدیل به چاله و چوله‌های زیادی شده و کار به جایی رسیده که شهروندان عزیز رشت می‌گویند افزایش بیش از حد انتظار جهت جابجایی در ایستگاه‌ها باعث سلب آرامش ما شده است چون باید ساعت‌ها در انتظار اتوبوس قرار بگیریم و اکثر مسافران اتوبوس شهری نیز پیرمردان و پیرزنان سالخورده هستند که انصافاً توان سربا ایستادن در ایستگاه‌های اتوبوس را ندارند.

حسن پور یکی از بازنشستگان عزیز می‌گوید: من ساکن شهید چمران هستم، ایستگاه اتوبوس ما که در دو قدمی شرکت اتوبوسرانی قرار دارد صندلی‌های انتظار مسافران را سارقان به سرعت برده اند و این در حالیکه که اگر مدیر شرکت اتوبوسرانی به ایستگاه‌های اتوبوس سرکشی کند مطمئناً در زمینه ساماندهی ایستگاه‌های اتوبوس رانی اقدام فوری خواهد کرد.

مناسفانه با توجه به شرایط نامناسب سرویس دهی اتوبوسرانی به شهروندان عزیز اطلاع پیدا کرده‌ام که بیش از یکصد دستگاه اتوبوس شهری را به استانی دیگر فروخته‌اند و حتی چندین بار نگارنده در این خصوص انتقاد کردم و درد دل مردم را منعکس نمودم و خوشبختانه تا در زمینه چگونگی فروش اتوبوس‌ها شفاف‌سازی و اطلاع‌رسانی شود اما نشان به آن نشان که تاکنون هیچ جوابیه و یا پاسخی در این زمینه برای ما ارسال نشده و شهروندان فهیم شهر رشت دائماً می‌پرسند چرا اتوبوس‌هایی که برای جابجایی مسافران شهر رشت بوده از چرخه خدمات‌دهی حذف شده و فروخته‌اند و اعلام کنید پول‌هایی که در این خصوص اخذ کرده‌اید صرف چه راهی شده است؟! لذا اینجا هم از طریق رسانه‌های استانی و سراسری چندین بار این موضوع را مطرح و رسانه ای کردم و انتظار داشتم تا سازمان‌های نظارتی و شخص استاندار که ولی گیلان است همت کنند و مدیریت شرکت اتوبوسرانی را احضار کرده و ماجرای فروش بیش از یکصد دستگاه اتوبوس را مورد بررسی قرار دهند و نتایج آن را فوراً در یک کنفرانس مطبوعاتی برای مردم عزیز گیلان تشریح نمایند؛ چون مردم حق دارند و باید در جریان عملکرد خدمتگزاران خود قرار بگیرند.

البته باید معروض بدارم که اتوبوس‌هایی که فروخته‌اند متعلق به مردم عزیز گیلان است یعنی باید در همین شهر خدمات‌دهی می‌شد چون اهالی شهر رشت تصافاً با کمبود شدید اتوبوس شهری روبرو هستند و همچنان مردم سوال می‌کنند آیا در زمان فروش اتوبوس‌ها صورتحسابی تشکیل داده‌اند یا اینکه اطلاع‌رسانی کرده‌اند چون اگر اطلاع‌رسانی می‌شد شاید برخی اتوبوس‌ها در همین استان با قیمت بهتر و بیشتری خریداری می‌کردند.

ای کاش اعلام کنند که در زمان فروش اتوبوس‌های شهری به استانی دیگر فرایند مزایده و مناقصه عمومی در معامله لحاظ شده است و همچنان انتظار می‌رود اسامی خریداران اعلام شود.

مسا به عنوان پل ارتباطی مردم با مسئولان می‌خواهم در جریان این ابهامات قرار بگیرم که هدف از واگذاری یا فروش بیش از یکصد دستگاه اتوبوس شهری که با سرمایه‌ای از بیت‌المال تهیه و تامین شده چی بوده و اعلام کنند که درآمد حاصل از فروش آن چه میزان بوده است و آیا این مبلغ بطور دقیق در گزارشات مالی شرکت ثبت و نحوه هزینه کرد آن برای نوسازی ناوگان شهری مشخص گردیده است. از طرفی مسئله اجاره اتوبوس‌های باقیمانده شهر رشت است که در حال حاضر در محافل عمومی نقل مجلس شده است.

مناسفانه اطلاع پیدا کرده‌ام که علاوه بر فروش بیش از یکصد دستگاه اتوبوس شهری تعدادی دیگر از اتوبوس‌های باقیمانده نیز به جای خدمات‌دهی به شهروندان فهیم رشت در اختیار بعضی از دستگاه‌ها قرار داده‌اند تا با اتوبوس‌های شهری به بیرون از شهر بصورت اجاره‌ای سرویس‌دهی کنند در حالیکه فرم ساخت اتوبوس‌های شهری جهت جابجایی بیرون از شهر یعنی جاده‌ها مناسب نیست! چون متحمل ضرر و زیان فراوانی می‌شود و با توجه به ماهیت عمومی شرکت اتوبوسرانی که بخشی عمده ای از بودجه عملیاتی آن از طریق پارانه‌های دولتی و کمک‌های شهرداری (یعنی مالیات مردمی) تامین می‌شود باید جهت خدمات‌دهی به شهروندان عزیز باشد.

با همه این اوصاف ضروریست تا شهردار رشت و مدیر اتوبوسرانی برای شفاف‌سازی و اطلاع‌رسانی هرچه سریعتر اعلام کنند که چه میزان اجاره‌بهای ماهیانه یا سالانه دریافت می‌کنند و درآمد حاصله از این اجاره‌ها به چه حسابی واریز می‌شود و آیا مستقیماً به حساب عملیاتی شرکت اتوبوسرانی جهت بهبود خدمات بازمی‌گردد یا به خزانه عمومی شهرداری واریز می‌شود و بالاخره اعلام کنند چرا اتوبوس‌هایی که باید در خطوط شهری جهت جابجایی شهروندان عزیز خدمات‌دهی می‌کرد به اجاره رفته و جهت سرویس‌دهی به جاده‌ها هدایت شده است.

بهرحال سکوت معنی‌دار مدیر شرکت اتوبوسرانی و شورای شهر و شهرداری رشت در برابر حجم وسیعی از پرسش‌های مردمی تفاسیر منفی به وجود می‌آورد تا این گونه گمانه‌ها تقویت شود که شاید پنهان‌کاری یا تخلفاتی صورت گرفته باشد، چون در قوانین مدیریت شهری وظیفه ذاتی مدیران اطلاع‌رسانی منطقی درباره وضعیت و عملیاتی سازمان تحت مدیریت آنان است.

ادامه در صفحه ۳

گلچین امروز

شماره تلفن های دفتر روزنامه گلچین امروز

تلفن های تماس: ۳۲۳۱۰۷۳۷ - ۳۲۳۳۶۰۵۰

فکس: ۳۲۳۲۰۳۲۶

لوستر اکبری

مرکز فروش انواع لوسترهای مدرن، مجلسی و کلیه لوازم الکتریکی

آدرس نمایشگاه: رشت - اول خیابان شریعتی - تلفن: ۳۲۳۲۰۲۱۰ - ۳۲۳۲۷۰۵۰

www.LoosterAkbari.com

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.

تلفن: ۳۲۳۶۳۵۲۹

آگهی مناقصه شهرداری لنگرود

(نوبت اول)

شهرداری لنگرود دارد در نظر دارد نسبت به اجرای روکش آسفالت واقع در سطح شهر از طریق مناقصه عمومی اقدام و به پیمانکاران واجد شرایط واگذار نماید.

موضوع مناقصه عمومی یک مرحله ای: اجرای روسازی معابر سطح شهر لنگرود - مطابق فایل پیوست و دتایل های پیوستی با برآورد اولیه براساس فهرست بهای واحد راه، راه آهن و باند فرودگاه سال ۱۴۰۴ به مبلغ ۱۶۰/۱۷۸/۰۰۵/۹۸۸ ریال پرداخت بصورت اقساط و بدون پیش پرداخت و با توجه به شرایط مالی شهرداری می باشد.

- مدت اجرای پروژه: ۸ ماه از تاریخ انعقاد قرارداد می باشد.
- کارفرما: شهرداری لنگرود
- ناظر واحد عمران شهرداری لنگرود

مبلغ سپرده شرکت در مناقصه ۸/۰۰۸/۹۰۰/۳۰۰ ریال می باشد که به صورت ضمانت نامه بانکی و یا واریز وجه نقد به شماره حساب ۴۹۴۸۳۰۰ نزد بانک رفاه خواهد بود که پس از بارگذاری در سامانه ستاد به صورت فیزیکی به واحد امور قراردادهای پیمان شهرداری لنگرود تحویل داده شود.

- مدت اعتبار تضمین های فوق حداقل سه ماهه پس از افتتاح پیشنهادهای بوده و برای سه ماه نیز قابل تمدید می باشد.
- آخرین مهلت تسلیم پیشنهادها تا ساعت ۱۳ روز ۱۴/۱۲/۲۶ می باشد.
- پیشنهادهای در روز سه شنبه ۱۴/۱۲/۲۶ ساعت ۱۴ بعد از ظهر در محل سالن اجتماعات شهرداری باحضور نماینده سازمان بازرسی بازگشایی می شود.
- دستگاه مناقصه گزار در رد و یا قبول یکی از پیشنهادهای مختار است.

سید اسماعیل سادات دیلمی - شهردار لنگرود

گودرزی، سخنگوی هیئت رئیسه مجلس:

تفحص از ۶ بانک در دستور صحن علنی مجلس قرار دارد

ایسنا: سخنگوی هیئت رئیسه مجلس، با اعلام دستور کار جلسات علنی مجلس شورای اسلامی برای هفته آینده، از تفحص ۶ بانک در مجلس خبر داد.

عباس گودرزی سخنگوی هیئت رئیسه مجلس دستور کار جلسات علنی مجلس شورای اسلامی برای روزهای یکشنبه، سه‌شنبه و چهارشنبه (۱۰، ۱۱ و ۱۲ اسفند ۱۴۰۴) را به شرح ذیل اعلام کرد.

گزارش کمیسیون اجتماعی در مورد لایحه اصلاح ماده ۸۷ قانون مدیریت خدمات کشوری

ادامه رسیدگی به گزارش کمیسیون امور داخلی کشور و شوراها درباره طرح اولویت‌ها در حمایت از برگزاری اجتماعات و راهپیمایی‌ها در اجرای اصل ۲۷ قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران.

ادامه رسیدگی به گزارش کمیسیون قضایی و حقوقی در مورد طرح اصلاح موادی از قانون نحوه اجرای محکومیت‌های مالی و قانون مدنی - ادامه رسیدگی به گزارش کمیسیون عمران درباره طرح اصلاح موادی از قانون نظام مهندسی و کنترل ساختمان.

گزارش کمیسیون اقتصادی در مورد لایحه مدیریت بدهی عمومی - گزارش کمیسیون اجتماعی درباره لایحه اصلاح ماده ۳۷ قانون تأمین اجتماعی.

گزارش کمیسیون قضایی و حقوقی درباره لایحه الحاق دولت جمهوری اسلامی ایران به معاهده مراکش و برای تسهیل دسترسی افراد نابینا، کم بینا یا دارای دیگر معلولیت‌های خوانشی به آثار منتشر شده.

گزارش کمیسیون اجتماعی در مورد لایحه حفظ کرامت و حمایت از زنان در برابر خشونت

گزارش کمیسیون صنایع درباره لایحه اصلاح تبصره یک ماده ۲ قانون حمایت از هنرمندان، استادکاران و فعالان صنایع دستی.

گزارش کمیسیون اقتصادی درباره لایحه موافقتنامه دوجانبه در زمینه کمک متقابل اداری در امور گمرکی بین جمهوری اسلامی ایران و جمهوری اندونزی.

گزارش کمیسیون اقتصادی درباره لایحه عضویت دولت جمهوری اسلامی ایران در سازوکار همکاری سازمان‌های مالیاتی طرح پهنه راه.

گزارش کمیسیون اقتصادی درباره لایحه موافقتنامه بین دولت جمهوری اسلامی ایران و دولت فدراسیون روسیه درباره شناسایی متقابل برنامه‌های فعالان اقتصادی مجاز.

گزارش کمیسیون امنیت ملی مجلس درباره لایحه پروتکل همکاری و تعامل میان مراجع مرزبانی الحاقی به موافقتنامه همکاری در زمینه امنیت در دریای خزر.

گزارش کمیسیون امنیت ملی مجلس درباره لایحه موافقتنامه پیشگیری از حوادث در دریای خزر.

گزارش کمیسیون امنیت ملی مجلس درباره لایحه اصلاح قانون بکارگیری سلاح توسط مأموریت نیروهای مسلح در موارد ضروری.

موارد زیر نیز در دستور کار هفته جاری نمایندگان قرار دارد:

سوال مطرفی پوردهقان اردکان نماینده مردم اردکان و تعدادی دیگر از نمایندگان از وزیر امور اقتصادی و دارایی

گزارش کمیسیون امور داخلی کشور و شوراها در خصوص تقاضای تحقیق و تفحص از عملکرد شهرداری تهران در موضوع قراردادهای خرید اتوبوس و خودروهای برقی

گزارش کمیسیون اجتماعی مجلس در خصوص تصویب تقاضای تحقیق و تفحص از عملکرد بانک‌های ملی، پاسارگاد، پارسیان، مهر، آینده و دی

گزارش کمیسیون عمران در خصوص تقاضای تحقیق و تفحص از عملکرد سازمان بنادر و دریانوردی.

عراقچی:

جنگ تحمیلی آمریکا و رژیم صهیونیستی علیه کل منطقه است

تسنیم: وزیر امور خارجه کشورمان در تماس با مقامات کشورهای منطقه تصریح کرد که جنگ آمریکا و اسرائیل علیه کل منطقه است.

به گزارش روابط عمومی سخنگوی وزارت امور خارجه، متعاقب تجاوز نظامی آمریکا و رژیم صهیونیستی علیه ایران، سید عباس عراقچی وزیر امور خارجه جمهوری اسلامی ایران در تماس تلفنی با همکاران از کشورهای عربستان سعودی، امارات، قطر، کویت، بحرین و عراق، ضمن اطلاع‌رسانی درباره تحولات جاری، این تجاوز نظامی را نقض فاحش اصول بنیادین منشور ملل متحد و جنایتی آشکار علیه صلح و امنیت بین‌المللی دانست و تأکید کرد جمهوری اسلامی ایران بر اساس حق ذاتی دفاع مشروع از همه توانمندی‌های دفاعی و نظامی خود برای دفاع از کیان ایران استفاده خواهد کرد.

وزیر امور خارجه با اشاره به عزم ایران برای استمرار سیاست حسن همجواری و دوستی با همه کشورهای منطقه و با اشاره به اصل بنیادین حقوق بین‌الملل در منع هرگونه مشارکت در عمل تجاوزکارانه علیه یک کشور دیگر، مسئولیت همه کشورهای منطقه را برای جلوگیری از سوء استفاده آمریکا و رژیم صهیونیستی از امکانات و قلمروی آنها جهت اجرای عملیات تجاوزکارانه علیه ایران یادآور شد و تأکید کرد نیروهای مسلح ایران در اعمال حق ذاتی دفاع از کشورمان وفق حقوق بین‌الملل، مبدأ و منبع عملیات‌های تجاوزکارانه آمریکا و رژیم صهیونیستی و نیز هرگونه اقدام در جهت مقابله با عملیات‌های دفاعی ایران را به عنوان اهدافی مشروع تلقی می‌کند.

عراقچی تصریح کرد: جنگ تحمیلی آمریکا و رژیم صهیونیستی نه تنها علیه ملت ایران بلکه علیه کل کشورهای منطقه است و بنابراین بر همه ملتها و دولت‌های مسلمان و منطقه‌است که به مسئولیت تاریخی خود برای مقابله با نقشه شوم رژیم صهیونیستی عمل کنند.

معاون اول رئیس‌جمهور:

مردم از بابت تأمین مایحتاج و سوخت تگرانی نداشته باشند

ایرنا: معاون اول رئیس‌جمهور از آغاز بکار کارگروه‌های دولت در شرایط جنگ خیرداد و گفت: مردم هیچ نوع نگرانی بابت تأمین مایحتاج و سوخت نداشته باشند و دستگاه‌های اجرایی مناسب با مأموریت‌های محوله، نسبت به تأمین نیازهای مردم اقدام خواهند کرد.

محمدرضا عسکری در گفت‌وگویی با تأکید بر اینکه همه چیز تحت کنترل دولت است، گفت: هیات دولت از مدت‌ها پیش، حمله مجدد رژیم صهیونیستی و آمریکا را پیش‌بینی کرده و برای این شرایط کارگروه‌هایی در نظر گرفته شده بود که این کارگروه‌ها به محض حمله کارشناسان خود را مجدداً آغاز کردند.

معاون اول رئیس‌جمهور ادامه داد: دولت به برخی از وزرا و اگذار شده است و استانداران با اختیارات کامل که از سوی دولت به آنان تفویض شده، مشغول خدمت هستند.

عسکری با بیان اینکه دولت اقدامات لازم برای تأمین کالاها اساسی و مایحتاج زندگی را انجام داده است، گفت: مردم هیچ نوع نگرانی بابت تأمین مایحتاج و سوخت ندارند و دستگاه‌های اجرایی مناسب با مأموریت‌های محوله، نسبت به تأمین نیازهای مردم اقدام خواهند کرد.

بقائی، سخنگوی وزارت امور خارجه:

نیروهای مسلح ایران با قاطعیت از کشور دفاع خواهند کرد



سخنگوی وزارت امور خارجه گفت: نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران با قاطعیت از کشور دفاع خواهند کرد.

اسماعیلی بقائی در گفت‌وگویی به حملات نظامی اخیر رژیم صهیونیستی و آمریکا به جمهوری اسلامی ایران واکنش نشان داد و این اقدام را به شدت محکوم کرد.

وی با اشاره به اینکه این حمله برای دومین بار در هشت ماه اخیر انجام شده، آن را به عنوان یک جنایت آشکار و مغایر با اصول حقوق بین‌الملل دانست.

وی افزود: این اقدام در همین روز ماه مبارک رمضان و در آستانه نوروز باستانی صورت گرفته و هیچ توجیهی ندارد.

بقائی تأکید کرد که این تجاوز نه تنها برخلاف بنیادین‌ترین اصول منشور سازمان ملل است، بلکه باید از سوی جامعه جهانی و نهادهای بین‌المللی، از جمله شورای امنیت سازمان ملل، محکوم شود.

وی همچنین اظهار داشت: نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران با قاطعیت از کشور دفاع خواهند کرد و این نبرد مہنی است که بر ما تحمیل شده است.

بقائی ادامه داد که این اقدام می‌تواند آغاز پایان نهادهای و هنجارهای بین‌المللی باشد و باید نگرانی تمامی کشورها را به همراه داشته باشد.

بقائی در ادامه، به اظهارات دونالد ترامپ، رئیس‌جمهور آمریکا، اشاره کرد که ادعا کرده بود هدف از این حملات دفاع از ملت آمریکاست.

بقائی این ادعا را دروغی آشکار دانست و خاطرنشان کرد که جمهوری اسلامی ایران همواره بر

استفاده صلح‌آمیز از انرژی هسته‌ای تأکید داشته و هیچ‌گاه آغازگر جنگ نبوده است.

وی همچنین به تاریخچه جنایات علیه ملت ایران اشاره کرد و گفت: این تجاوز نظامی یادآور زخم‌های گذشته است، از جمله کودتای ۱۳۳۲ و سایر جنایات علیه ملت ما.

بقائی تأکید کرد که این حملات با نیت غیرواقعی هستند، بلکه باید با واکنش جدی جامعه جهانی مواجه شوند.

سخنگوی وزارت امور خارجه با تشریح مواضع دیپلماتیک جمهوری اسلامی ایران، نسبت به هرگونه همکاری کشورهای منطقه با متجاوزان هشدار داد و تأکید کرد: هر نقطه‌ای که مورد سوء استفاده آمریکا و رژیم صهیونیستی برای تعرض به ایران قرار گیرد، طبق حقوق بین‌الملل و اصل دفاع مشروع، هدف مشروع تلقی خواهد شد.

اتمام حجت دیپلماتیک پیش از جمله

بقائی در ابتدای این گفت‌وگو با اشاره به تحولات گسترده دیپلماتیک جمهوری اسلامی ایران در روزهای منتهی به این تجاوز،

دوستی با همسایگان و هشدار درباره «همدستی»

بقائی با اشاره به سیاست حسن همجواری جمهوری اسلامی ایران گفت: ما دوستی خود را با کشورهای منطقه ثابت کرده‌ایم و به اوج رسانده‌ایم. به همین دلیل نیز بسیاری از کشورهای منطقه تلاش کردند آمریکا را از اقدام ماجراجویانه بازدارند. با این حال، وی یک هشدار حقوقی و سیاسی جدی را خطاب به همسایگان مطرح کرد: «طبق حقوق بین‌الملل و اصل حسن همجواری، هیچ کشوری مجاز نیست قلمرو خود را برای تجاوز نظامی علیه ایران در اختیار طرف دیگری قرار دهد. هر نقطه‌ای که یادگان یا تأسیسات نظامی آن برای تعرض به ایران یا مقابله با عملیات دفاعی ما مورد استفاده قرار گیرد، قاعدتاً طبق اصل دفاع مشروع، هدف مشروع خواهد بود.»

سخنگوی وزارت خارجه استفاده از خاک کشورها برای حمله به ایران را مصداق «همدستی در جنایت تجاوز» دانست و تصریح کرد: جمهوری اسلامی ایران در دفاع مشروع از خود، چاره‌ای جز هدف قرار دادن منشأ و مبدأ تجاوز ندارد.

صلح‌طلبی و دفاع جانانه بقائی در پایان با تأکید بر اینکه ملت ایران هیچ دشمنی با مردم آمریکا ندارد، خاطرنشان کرد: ایرانیان مردمانی صلح‌طلب و صلح‌دوست هستند، اما در دفاع از عزت، حاکمیت ملی و تمامیت ارضی خود، ثابت‌قدم و مصمم هستند و «جانانه» عمل می‌کنند. وی بار دیگر تأکید کرد که شروع کننده این جنگ ایران نبوده است.

خاطرنشان کرد: جامعه جهانی، کشورهای منطقه و مردم ما شاهد بودند که جمهوری اسلامی ایران با جدیت کامل وارد یک روند دیپلماتیک کشورها منطقه، که نگران تبعات ماجراجویی آمریکا بودند، از ما خواستند وارد عمل شویم و ما نیز پاسخ مثبت دادیم. به گفته وی، این روند دیپلماتیک، «اتمام حجتی» برای همه بود تا مشخص شود ایران برای جلوگیری از تشدید تنش، از تمام توان خود استفاده کرده است.

سخنگوی وزارت خارجه استفاده از خاک کشورها برای حمله به ایران را مصداق «همدستی در جنایت تجاوز» دانست و تصریح کرد: جمهوری اسلامی ایران در دفاع مشروع از خود، چاره‌ای جز هدف قرار دادن منشأ و مبدأ تجاوز ندارد.

صلح‌طلبی و دفاع جانانه بقائی در پایان با تأکید بر اینکه ملت ایران هیچ دشمنی با مردم آمریکا ندارد، خاطرنشان کرد: ایرانیان مردمانی صلح‌طلب و صلح‌دوست هستند، اما در دفاع از عزت، حاکمیت ملی و تمامیت ارضی خود، ثابت‌قدم و مصمم هستند و «جانانه» عمل می‌کنند. وی بار دیگر تأکید کرد که شروع کننده این جنگ ایران نبوده است.

سخنگوی وزارت امور خارجه با تأکید بر هماهنگی کامل نهادها و ریزش‌های فوری

سخنگوی دستگاه دیپلماسی با تأکید بر هماهنگی کامل وزارت امور خارجه با سایر ارکان کشور، از صدور بیانیه این وزارتخانه در اولین دقایق پس از آغاز تجاوز خبر داد و افزود: از همان ساعات اولیه امر خارجه با مقامات منطقه‌ای و بین‌المللی آغاز شده است. بقائی هدف از این تحولات را «نشان دادن حقانیت ایران» و «فریاد رسای ملت ایران» در این برهه حساس تاریخی عنوان کرد.

شورای اطلاع رسانی دولت:

دولت خود را مکلف به حفاظت از ایران و ایرانیان می‌داند

شورای اطلاع رسانی دولت در اطلاعیه شماره یک خود آورده است: دولت با درک شرایط خطیر کشور از مدت‌ها قبل، تمامی تمهیدات لازم را اندیشیده و مردم نگران هیچ گونه کمبود و کاستی نباشند. کالاهای اساسی، سوخت و دارو در کشور به وفور وجود دارد.

مراکز درمانی شبانه روزی و داروخانه‌های شبانه روزی و منتخب به فعالیت خود ادامه خواهند داد. بانک‌ها همچنان به ارائه خدمات خواهند پرداخت. برای رفاه حال مردم، دانشگاه‌ها و مدارس نیز تا اطلاع ثانوی تعطیل خواهند بود.

در ادامه این اطلاعیه آمده است: برای عبور و مرور مردم و امکان حضور در سایر شهرها نیز تمهیدات لازم اندیشیده شده و از هموطنان عزیز می‌خواهیم با آرامش کامل و صبر اقدام نمایان.

شورای اطلاع رسانی دولت در اطلاعیه خود یادآور شد: ایران عزیز در لحظات

ایرنا: شورای اطلاع رسانی دولت بعد از تجاوز رژیم صهیونیستی و آمریکا به ایران با صدور اطلاعیه‌ای، تأکید کرد: مردم عزیز ایران، دولت در کنار شماست و خود را مکلف به حفاظت از ایران و ایرانیان می‌داند.

در اطلاعیه شماره یک شورای اطلاع رسانی دولت بعد از تجاوز رژیم صهیونیستی و آمریکا به ایران آمده است: رژیم صهیونیستی با مهندسی دولت آمریکا، به خاک عزیزان کشورمان حمله و تجاوز کرد. حمله‌ای که بار دیگر در حین مذاکرات رخ داد تا نشان دهد هدف آنان خدشه به تمامیت ارضی کشور و یکپارچگی ایران عزیزان است.

در ادامه این اطلاعیه آمده است: دولت جمهوری اسلامی ایران، تمامی وزارتخانه‌ها و همه دستگاه‌های اجرایی و خدمات‌رسان با قدرت در کنار مردم هستند و امور جاری و روزمره کشور را با تمام توان پیش خواهند برد.

طرح اصلاح قانون مهریه و لایحه حمایت از زنان در دستور هفته جاری مجلس

گزارش کمیسیون اقتصادی درباره لایحه موافقتنامه دوجانبه در زمینه کمک متقابل اداری در امور گمرکی بین جمهوری اسلامی ایران و جمهوری اندونزی

گزارش کمیسیون اقتصادی درباره لایحه عضویت دولت جمهوری اسلامی ایران در سازوکار همکاری سازمان‌های مالیاتی طرح پهنه راه

گزارش کمیسیون اقتصادی درباره لایحه موافقتنامه بین دولت جمهوری اسلامی ایران و دولت فدراسیون روسیه درباره شناسایی متقابل برنامه‌های فعالان اقتصادی مجاز

گزارش کمیسیون امنیت ملی مجلس درباره لایحه پروتکل همکاری و تعامل میان مراجع مرزبانی الحاقی به موافقتنامه همکاری در زمینه امنیت در دریای خزر

گزارش کمیسیون امنیت ملی مجلس درباره لایحه اصلاح قانون بکارگیری سلاح توسط مأموریت نیروهای مسلح در موارد ضروری

سوال مطرفی پوردهقان نماینده اردکان و تعدادی از نمایندگان از وزیر امور اقتصادی و دارایی

گزارش کمیسیون شوراها و امور داخلی کشور در خصوص رد تقاضای تحقیق و تفحص از عملکرد شهرداری تهران در موضوع قراردادهای خرید اتوبوس و خودروهای برقی

گزارش کمیسیون عمران در خصوص تقاضای تحقیق و تفحص از عملکرد بانک‌های ملی، پاسارگاد، پارسیان، مهر، آینده و دی

گزارش کمیسیون عمران در خصوص تقاضای تحقیق و تفحص از عملکرد سازمان بنادر و دریانوردی

ایسنا: طرح اصلاح قانون مهریه و لایحه حفظ کرامت و حمایت از زنان در برابر خشونت در دستور هفته جاری مجلس قرار دارد.

جلسات علنی مجلس بعد از تعطیلی یک هفته‌ای برای سرکشی نمایندگان به حوزه‌های انتخابیه، در روزهای یکشنبه، سه‌شنبه و چهارشنبه هفته جاری تشکیل می‌شود که موارد کاری آن به شرح زیر است:

بررسی ایرادات شورای نگهبان در لایحه اصلاح ماده ۸۷ قانون مدیریت خدمات کشوری

ادامه رسیدگی به گزارش کمیسیون امور داخلی کشور و شوراها درباره طرح حمایت از برگزاری اجتماعات و راهپیمایی‌ها در اجرای اصل ۲۷ قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران

ادامه رسیدگی به گزارش کمیسیون حقوقی و قضایی درباره طرح اصلاح موادی از قانون نحوه اجرای محکومیت‌های مالی و قانون مدنی

ادامه رسیدگی به گزارش کمیسیون عمران درباره طرح اصلاح موادی از قانون نظام مهندسی و کنترل ساختمان

گزارش کمیسیون اقتصادی لایحه مدیریت بدهی‌های عمومی

گزارش کمیسیون اجتماعی درباره لایحه اصلاح ماده ۳۷ قانون تأمین اجتماعی

گزارش کمیسیون قضایی درباره لایحه الحاق دولت جمهوری اسلامی ایران به معاهده مراکش و برای تسهیل دسترسی افراد نابینا، کم بینا یا دارای دیگر معلولیت‌های خوانشی به آثار منتشر شده

گلچین اخبار سیاسی

سرلشکر عبداللہی:

عملیات علیه منافع دشمن تا شکست قطعی آن‌ها ادامه دارد

فرمانده قرارگاه مرکزی خاتم‌الانبیاء (ص) گفت: عملیات موشکی علیه منافع دشمنان تا شکست قطعی آن‌ها ادامه می‌یابد.

سرلشکر علی عبداللہی فرمانده قرارگاه مرکزی خاتم‌الانبیاء (ص) در پی حمله آمریکا و رژیم صهیونی به کشورمان، اظهار داشت: همان‌طور که اعلام کرده بودیم، در پاسخ به تجاوز بی‌شرمانه آمریکا و رژیم صهیونیستی به ایران اسلامی، سراسر سرزمین‌های اشغالی و پایگاه‌های آمریکایی جنتانکار در منطقه، زیر ضربات کوبنده موشک‌های ایرانی قرار گرفت و این عملیات، بی‌وقفه تا شکست قطعی دشمن، تداوم خواهد یافت.

سرلشکر عبداللہی ادامه داد: با توجه به تجاوز ارتش آمریکا و رژیم صهیونیستی به ایران اسلامی، ضمن هدف قراردادن سرزمین‌های اشغالی، همه پایگاه‌ها، منابع و منافع آمریکایی در کل منطقه، برای نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران هدف مشروع تلقی می‌گردد.

فرمانده قرارگاه مرکزی خاتم‌الانبیاء (ص) با تأکید بر لزوم حفظ آرامش ملت قهرمان و شجاع ایران اسلامی، گفت: نیروهای مسلح از کشور، ملت و منبع ملی قاطعانه و باصلابت دفاع خواهند کرد.

سخنگوی وزارت بهداشت:

بیمارستان‌های کشور در آمادہباش کامل است

ایرنا سخنگوی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با اشاره به شنیده شدن صدای انفجار در برخی نقاط کشور، از آمادہ باش کامل بیمارستان‌ها و مراکز درمانی خبر داد و گفت: در تهران نیز پس از شنیده شدن صدای انفجار، آمبولانس‌ها برای انجام مأموریت و عملیات امداد و نجات به مناطق مختلف شهر اعزام شدند.

حسین کرمانپور اظهار کرد: با شنیده شدن صدای انفجار، آمبولانس‌ها برای امدادرسانی به مصدومان به مناطق مرکزی پایتخت اعزام شده‌اند ضمن اینکه تمامی بیمارستان‌ها نیز در آمادہ باش کامل قرار دارند.

وی در خصوص مجروحان احتمالی این حوادث نیز گفت: در این خصوص پس از بررسی موضوع و محرز شدن آمارها، اطلاع‌رسانی انجام خواهد شد.

سخنگوی ارشد نیروهای مسلح:

درسی به اسرائیل و آمریکا می‌دهیم که تجربه نکرده‌اند

تسنیم: سخنگوی ارشد نیروهای مسلح گفت: انشالله درسی به آمریکا و اسرائیل خواهیم داد که در تاریخ تجربه نکرده باشند.

سردار ابوالفضل شکارچی سخنگوی ارشد نیروهای مسلح درباره تجاوز آمریکایی-اسرائیلی به کشورمان گفت: مردم نگران این تجاوز بی‌شرمانه اسرائیل و آمریکا نباشند.

وی افزود: آن‌ها را در حالیکه در حال مذاکره بودیم انجام دادند اما همان‌طور که نیروی هوافضا وعده داده بود پلافاصله عکس‌العمل نشان داد و هر جایی را که در خدمت ارتش آمریکا و اسرائیل بود زیر موشک‌باران خودشان قرار دادند.

سردار شکارچی ادامه داد: انشالله درسی به آمریکا و اسرائیل خواهیم داد که در تاریخ خودشان تجربه نکرده باشند؛ مردم نگران نباشند و اخبار رسمی را از رسانه ملی دریافت کنند.

سخنگوی ارشد نیروهای مسلح عنوان کرد: فرزندان مردم در نیروهای مسلح پای کار هستند و حتماً درس بزرگی به آمریکا و اسرائیل خواهند داد. همین‌الان برای پایگاه‌های اسرائیلی مشکل ایجاد شده و در ادامه هم سبلی محکم‌تر از گذشته به آنها خواهیم نواخت.

مرزهای سایبری کشور با اقتدار کامل حفاظت می‌شود

گلچین امروز: فرماندهی امنیت سایبری کشور در اطلاعیه‌ای اعلام کرد: تدابیر متعددی روی شبکه ارتباطی صورت گرفته است و از مرزهای سایبری کشور با اقتدار کامل حفاظت می‌شود.

به گزارش خبرگزاری صداوسیما، اطلاعیه شماره یک فرماندهی امنیت سایبری کشور به این شرح است:

تدابیر متعددی روی شبکه ارتباطی صورت گرفته است حفاظت از مرزهای سایبری کشور با اقتدار کامل

بسم الله الرحمن الرحيم پس از شروع حملات جنتانکارانه به نقاط مختلف مہین عزیزمان، از همان لحظات اولیه عملیات‌های سایبری و شناختی دشمن با هدف ایجاد اختلال در زندگی و امنیت روانی مردم آغاز شد.

با توجه به تشدید درگیری‌های سایبری و شناختی و مهار اغلب حملات اولیه، تدابیر متعددی بر روی شبکه ارتباطی و خدماتی کشور با هدف پایداری در خدمات عمومی و خنثی‌سازی تهاجم شناختی دشمن صورت گرفته است.

حفاظت از مرزهای سایبری کشور در مقابل تهاجم دشمنان ملت ایران، با اقتدار و انسجام کامل درحال اجراست و به فضل الهی تا سرکوب دشمن جنتانکار ادامه خواهد یافت.

از صبر و حمایت‌های مردم عزیزمان سپاسگزاریم. فرماندهی امنیت سایبری کشور

حمله موشکی اسرائیل به دبستان دخترانه میناب؛ شهادت ۲۴ دانش‌آموز دختر!

معاون امنیتی استاندار هرمزگان گفت: دبستان دخترانه در میناب هدف تفهیمی رژیم صهیونیستی قرار گرفت.

احمد تقیسی معاون سیاسی امنیتی استاندار هرمزگان اظهار داشت: در حملات رژیم صهیونیستی به شهرستان میناب یک دبستان دخترانه به صورت مستقیم هدف قرار گرفت.

وی اضافه کرد: مدرسه ابتدایی «شجره طیبه» در شیفت صبح دارای ۱۷۰ دانش‌آموز هست که از این تعداد تاکنون پنج نفر به شهادت رسیده‌اند.

معاون سیاسی استاندار هرمزگان تصریح کرد: این راه‌هم بیان کرد که این مدرسه هدف مستقیم این حمله بوده و آواربرداری و امدادرسانی به دانش‌آموزان این مدرسه در حال انجام است.

فرماندار میناب نیز اعلام کرد: در حمله موشکی اسرائیل به یک دبستان در این شهرستان، ۲۴ دانش‌آموز به شهادت رسیده‌اند.

نماینده لنگرود:

۱۵۰۰ میلیارد تومان برای حمایت از چایکاران در بودجه پیش بینی شد

نماینده مردم لنگرود در مجلس با اشاره به افزایش اعتبارات بخش چای گفت: در بودجه سال آینده ۱۵۰۰ میلیارد تومان برای حمایت از چایکاران در بودجه پیش بینی شد. اولین جشنواره چای لنگرود مهرداد لاهوتی، نماینده مردم لنگرود در مجلس با اشاره به وضعیت صنعت چای کشور اظهار کرد: در قانون بودجه سال آینده، هزار و ۱۰۰ میلیارد تومان برای خرید تضمینی چای پیش بینی شده است که نسبت به سال گذشته افزایش قابل توجهی دارد. وی افزود: سال گذشته حدود ۷۰۰ میلیارد تومان برای این بخش اختصاص یافته بود اما امسال علاوه بر افزایش اعتبار خرید تضمینی، حدود ۳۰۰ تا ۴۰۰ میلیارد تومان نیز برای کمک به صندوق حمایت از چایکاران و به زراعتی پیش بینی شده که در مجموع اعتباری نزدیک به هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان را شامل می شود.

لاهوری با بیان اینکه سهم ۲۵ درصدی دولت در خرید تضمینی چای حفظ شده است، تصریح کرد: این موضوع نشان دهنده تلاطم حمایت دولت از چایکاران شمال کشور است و می تواند به پایداری تولید کمک کند. نماینده لنگرود در مجلس درباره تعیین قیمت خرید تضمینی نیز گفت: قیمت نهایی در شورای قیمت گذاری محصولات کشاورزی تعیین می شود و امیدواریم با تصمیم گیری مناسب، شرایط بهتری برای سال آینده رقم بخورد.

وی همچنین با اشاره به حذف ارز ترجیحی برای واردات چای افزود: با آزادسازی ارز، واردکنندگان باید چای را با نرخ آزاد وارد کنند که این مسئله می تواند فرصت مناسبی برای کارخانه داران و تولیدکنندگان داخلی باشد تا سهم بیشتری از بازار را در اختیار بگیرند.

لاهوری در پایان ابراز امیدواری کرد با برنامه ریزی دقیق و استفاده از این فرصت ها، صنعت چای کشور در سال آینده با رونق بیشتری همراه شود.

معاون آب و فاضلاب کلیان:

ظرفیت تامین آب شرب ۶ شهرستان گیلان افزایش یافت

ایرنا: معاون بهره برداری شرکت آب و فاضلاب گیلان از افزایش بیش از ۴۰ لیتر بر ثانیه ظرفیت تامین آب شرب ۶ شهرستان استان در سال جاری خبر داد.

عباس حسینی اظهار کرد: ظرفیت تامین آب شرب و آبدی ۹ حلقه چاه در شهرها و روستاهای ۶ شهرستان گیلان رضوانشهر، بندرانزلی، آستانه اشرفیه، فومن، اطافور و تلم شهر ۴۰۵ لیتر بر ثانیه افزایش یافت. وی بیان کرد: با هدف ارتقاء کیفیت آب شرب، افزایش توان آبدی چاه ها، کاهش هزینه های استحصال آب، کاهش استهلاک تاسیسات و بهینه سازی مصرف انرژی، در سال جاری (تا پایان دیماه) ۹ حلقه چاه دارای مشکل کمی و کیفی به روش مکانیکی در مناطق یاد شده، احیا و بازایی شد. معاون بهره برداری شرکت آب و فاضلاب گیلان افزود: در این عملیات، وضعیت داخلی لوله های جدار هر چاه با بازمینی فیلم ویدئومتری بررسی شد و اقداماتی شامل پاکسازی رسوبات روی لوله جدار، باز شدن منافذ مسدود شده مشبکها، ترمیم و شارژ گراول پشت لوله جدار، لایروبی قسمت پرشدگی چاه و بازایی عمق اولیه، لوله گذاری مجدد و تعویض لوله های آبد فرسوده، شنش و ضد عفونی کامل چاه ها انجام شد. وی بیان کرد: با اجرای این اقدامات ظرفیت تامین آب شرب و آبدی چاه ها در مناطق شهری و روستایی استان گیلان، ۴۰۵ لیتر بر ثانیه افزایش یافت که نقش مهمی در پایداری شبکه های آب رسانی و کاهش مشکلات تامین آب مشترکان ایفا کرده است.

حسینی اظهار کرد: شرکت آب و فاضلاب گیلان با برنامه ریزی مستمر و استفاده از تجهیزات و فناوری های نوین، بازسازی و احیای چاه های فرسوده را به عنوان یکی از اولویتهای اصلی در راستای تامین پایدار آب شرب دنبال می کند.

بر اساس آخرین آمارهای دریافتی ۲ میلیون و ۶۵۰ هزار و ۶۲۲ نفر از جمعیت شهری و روستایی استان تحت پوشش شبکه آب و فاضلاب هستند که ۹۹.۹۹ درصد جمعیت شهری و حدود ۸۶ درصد جمعیت روستایی استان از آب شرب سالم بهره مند هستند.

توزیع یک میلیون اصله نهال یارانه ای توت بین نوغانداران کشور

گلچین امروز، رئیس مرکز توسعه نوغانداری گیلان گفت: از ابتدای اسفند تاکنون یک میلیون اصله نهال یارانه ای توت بین نوغانداران کشور توزیع شده است. حبیب الله رضادوست گفت: اسفند مرکز توسعه نوغانداری کشور یک میلیون اصله نهال یارانه ای توت بین نوغانداران کشور توزیع کرد که در مقایسه با ۳۸۴ هزار اصله نهال پارسل، ۱۶۰ درصد افزایش داشته است. وی گفت: در ۶ استان گیلان، مازندران، خراسان شمالی، خراسان جنوبی، آذربایجان غربی و کردستان نهال توت تولید می شود که اسفند یک میلیون اصله از این نهال ها با قیمت یارانه ای ۴ هزار و ۵۰۰ تومان بین نوغانداران توزیع شد. رئیس مرکز توسعه نوغانداری کشور گفت: دولت بابت نهال توت یارانه ای ۱۸ و نیم میلیارد تومان پرداخت کرده است.

لزوم شفاف سازی مدیریت شهری در خصوص فروش ۱۰۰ دستگاه اتوبوس!

بقیه صفحه اول / همچنان عده ای از کارکنان شهرداری و شورای شهر با تمساقی به دفتر روزنامه اعلام کرده اند که چرا تعدادی از کارکنان اتوبوسرانی که حقوق خود را از اتوبوسرانی دریافت می کنند اما عملاً تمام وقت در اختیار شورای شهر یا سایر دوایر وابسته شهرداری فعالیت دارند؟ در حالیکه حقوق این افراد هزینه ای است که به دوش اتوبوسرانی است ولی هیچ خدمتی در راستای حمل و نقل عمومی ارائه نمی دهند البته بر اساس اصل یکصد و بیست و دوم قانون اساسی و همچنین قوانین مربوط به مدیریت واحد شهری و شوراها مدیران موظف به شفاف سازی در امور مالی و عملکرد خود هستند الزام به انتشار مستندات صورتحساب - کمی تمام صورت جلسات رسمی که منجر به تصمیم گیری برای فروش یا اجاره هر یک از اتوبوس های شهری متن کامل قراردادها منعقد شده با خریداران یا مستأجران اتوبوس ها شامل جزئیات قیمت گذاری و زمان بندی و پرداخت ها و گزارش که نشانگر آن باشد که درآمد حاصل از فروش و اجاره ها در کدام ردیف بودجه ای هزینه شده و چه تأثیری به بهبود وضعیت تاوانگان شهری داشته است و تعیین تکلیف وضعیت نیروی انسانی که حقوقی اتوبوس رانی هستند اما در جایی دیگر فعالیت دارند را باید بصورت شفاف برای مردم عزیز ما اطلاع رسانی کنند.

در پایان از همه شهروندان عزیز می خواهم که با طرح مسایل علمی و مستند خواسته های خود نشان داده اند که جامعه ای زنده و مطالبه گر داریم که به عملکردهای دستگاهها و نهادهای مردمی نظارت دارند سیاستگذار. اقتصاددارم که با طرح اینگونه ابهامات از تشدید بی اعتمادی اجتماعی و تبعات آن جلوگیری می شود.

استاندار گیلان در آیین گرامیداشت هفته منابع طبیعی:

فرهنگ صیانت از محیط زیست در جامعه نهادینه شود



گلچین امروز: استاندار گیلان با بیان اینکه هفته منابع طبیعی نماد توجه به این حوزه در طول سال است، گفت: این هفته باید بهانه ای باشد تا در تمام سال به حفظ طبیعت توجه کنیم و فرهنگ صیانت از محیط زیست در جامعه نهادینه شود.

هادی حق شناس در آیین گرامیداشت هفته منابع طبیعی در سالن اجتماعات اداره کل حفاظت محیط زیست استان با تأکید بر اهمیت حفظ سرمایه های زیست محیطی اظهار کرد: اگر سه عنصر اساسی آب، خاک و هوا وجود نداشته باشد، اساس جنگلی شکل نمی گیرد و حیات نیز مکان پذیر نخواهد بود. بنابراین مأموریت اصلی منابع طبیعی، صیانت از همین سه مؤلفه بنیادین است.

وی با بیان اینکه آبخیزداری و آبخوانداری در راستای حفظ منابع آبی، درختکاری در جهت تثبیت خاک و توسعه پوشش گیاهی برای تأمین اکسیژن، هر سه در یک زنجیره بهم پیوسته قرار دارند، افزود: آب،

طبیعی معطوف شده است. حق شناس با یادآوری اصل ۵۰ قانون اساسی خاطرنشان کرد: اگر توجه جدی تری به این اصل می شد و بهره برداری بی ضابطه از آب، آبرایی، در کنار صیانت از استقلال کشور، بتوانیم در حفظ منابع طبیعی و محیط زیست نیز کارنامه ای ماندگار برای نسل های آینده بر جای بگذاریم. همچنین در انتهای این مراسم نماینده عالی دولت در گیلان سه اصله نهال در محوطه اداره کل حفاظت محیط زیست استان کاشت.

خاک و هوا مبنای حیات کره زمین هستند و هرگونه غفلت در این حوزه، خسارات جبران ناپذیری به دنبال خواهد داشت. استاندار گیلان با اشاره به توجه ویژه کشور در سال های اخیر به حوزه محیط زیست و منابع طبیعی تصریح کرد: هرچند در گذشته بخشی از منابع بکر و جنگل ها به اثر بهره برداری بی رویه آسیب دیده اند، اما امروز نگاه حاکمیت، قوانین و ظرفیت های علمی و پژوهشی به سمت صیانت از منابع

رئیس کل دادگستری گیلان:

سعه صدر مسئولان در قبال رسانه ها باید افزایش یابد



مهر: رئیس کل دادگستری گیلان بر لزوم ارتقاء تحمل و سعه صدر در میان مسئولان و قضات و مواجهه با رسانه ها تأکید کرد و گفت: حل و فصل مسائل رسانه ای در مرحله نخست، مانع ارجاع به چرخه قضایی می شود. مجید الهیان در نشستی با اعضای هیئت منصفه دادگاه مطبوعات استان گیلان بر ضرورت ارتقاء سطح تحمل و سعه صدر در میان مسئولان و قضات در مواجهه با حوزه رسانه و مطبوعات تأکید کرد و گفت: این مهم را گامی اساسی در جهت تحقق شفافیت، اعتماد عمومی و پیشبرد فرآیندهای قضایی و رسانه ای است.

الهیان به تشریح جنبه های مختلف تعامل میان دستگاه قضایی و اصحاب رسانه پرداخت و با اشاره به سخنان مطرح شده در جلسه، افزود: تحمل مسئولان با باید بالا برود و قضات ما نیز باید به حساسیت این موضوع

کاملاً آگاه باشند. وی تأکید کرد: در مواردی که نشر یک مطلب فاقد سوء نیت، فساد اضرار به غیر، یا جنبه جرم عمومی مطبوعاتی نباشد و صرفاً در چارچوب بیان دیدگاه، پیش بینی یا تحلیل یک خبر صورت گرفته باشد، باید با سعه صدر بیشتری برخورد شود. رئیس کل دادگستری گیلان، پرورش و افزایش این سعه صدر را امری دو سویه خواند و تصریح کرد: این امر برمی گردد به میزان تحمل اشخاص سعه قابل پرورش است تا تحمل بالا برود. وی با بیان اینکه دستگاه قضایی در کنار رسانه ها برای انجام وظایف قانونی خود ایستاده است، خاطرنشان کرد: ما اعتقاد داریم رسانه ها بیانگر دغدغه های افکار عمومی در جامعه هستند. الهیان، روند حل و فصل دعای و اختلافات در مراحل اولیه و پیش

مدیرعامل منطقه آزاد انزلی خبرداد:

تغییر چهره منطقه آزاد انزلی با برنامه های بلندمدت گردشگری



گلچین امروز: جلسه ستاد هماهنگی گردشگری و خدمات سفر منطقه با حضور مصطفی طاعنی مقدم، رئیس هیئت مدیره و مدیرعامل سازمان، معاونان و مدیران مرتبط سازمان و دستگاه های اجرایی و امدادی، فرماندهان نظامی و انتظامی و نیز حسن خانلری، نایب رئیس و دبیر ستاد هماهنگی خدمات سفر دبیرخانه شورای عالی مناطق آزاد کشور برگزار شد.

مصطفی طاعنی مقدم در این نشست با بیان اینکه عمده مباحث مطرح شده در کمیته های تخصصی مورد بررسی قرار گرفته و معاونت های مربوطه با هماهنگی کامل در حال پیگیری امور هستند، اظهار داشت: اسفند سال خاص بود؛ سالی که با جنگ در فصل بهار آغاز شد و فضای عمومی جامعه را تحت تأثیر قرار داد. در چنین شرایطی، یکی از زیباترین فابها برای ما، حضور مردم و خانواده ها در منطقه آزاد انزلی و احساس آرامش آنان در این منطقه بود.

وی افزود: برای اینکه جامعه را از فضای آلوده و عزاداری خارج کنیم و رخت عزا را از تن خانوادها بیرون بیاوریم، وظیفه ای سنگین بر دوش داریم و باید با اجرای برنامه های متنوع فرهنگی و هنری، نشاط اجتماعی را در منطقه تقویت کنیم. امیدواریم با هم افزایی مجموعه دستگاه ها و فعالان بخش خصوصی، شاهد اتفاقات جدید و رویدادهای ماندگار در منطقه باشیم. مدیرعامل سازمان منطقه آزاد انزلی با اشاره به برنامه های بلندمدت این سازمان برای تحول کالبدی و محتوایی

منطقه تصریح کرد: برای تغییر چهره منطقه برنامه های اساسی در دستور کار قرار گرفته است؛ چراکه منطقه آزاد انزلی فقط گردشگری شمالی کشور است و اداسه این روند نیازمند توسعه زیرساخت ها، ارتقاء کیفیت خدمات و تعریف پروژه های شاخص گردشگری است. طاعنی مقدم در بخش دیگری از سخنان خود با تأکید بر توجه ویژه به روستاهای محدوده منطقه گفت: در خصوص روستاهای منطقه هیچ محدودیتی در اجرای طرح های عمرانی نداریم و پروژه های شورایی عالی مناطق آزاد کشور، با فدراتی از تلاش های مدیرعامل و مجموعه مدیریتی منطقه آزاد انزلی، و منطقه آزاد انزلی نیز هم شایسته ای در این مسیر ایفا کند.

در ادامه این نشست، حسن خانلری، نایب رئیس و دبیر ستاد هماهنگی خدمات سفر دبیرخانه شورای عالی مناطق آزاد کشور، با اشاره به اهمیت مناطق آزاد کشور، در حالی که تلاش های مدیرعامل و مجموعه مدیریتی منطقه آزاد انزلی، بر ضرورت رفع مشکلات سال گذشته و ارتقاء کیفیت خدمات روزی تأکید کرد. وی با اشاره به ظرفیت های منمناز منطقه آزاد انزلی در حوزه گردشگری، از جمله همجواری با دریای خزر، تالاب بین المللی انزلی، زیرساخت های بندری و

گلچین اخبار گیلان

افزایش کلاهبرداری های فیشینگ همزمان با ماه مبارک رمضان

برنا: رئیس پلیس فتا از افزایش فعالیت مجرمان سایبری در ایام ماه مبارک رمضان خبر داد.

سرهنگ "امیرحسین نفی مهر" با اشاره به، راه اندازی کمپین های جمعی جمع آوری کمک های مردمی و نذورات همدلدار داد و گفت: افراد سودجو با سوء استفاده از احساسات خیرخواهانه شهروندان، اقدام به ایجاد صفحات جعلی در شبکه های اجتماعی، ارسال پیام های انبوه حاوی شماره کارت های شخصی و طراحی درگاه های پرداخت تقلبی می کنند تا از این طریق اطلاعات بانکی کاربران را سرقت کنند.

وی افزود: یکی از شیوه های رایج کلاهبرداری در این ایام، فیشینگ است؛ به این صورت که کاربران از طریق لینک های جعلی به صفحات پرداخت متشابه درگاه های رسمی هدایت شده و با وارد کردن اطلاعات کارت بانکی شامل رمز دوم، CVV2 و تاریخ انقضا، زمینه برداشت غیرمجاز از حساب خود را فراهم می کنند. همچنین در برخی موارد، انتشار تصاویر و ویدئوهای قدیمی یا فاقد منبع معتبر از افراد نیازمند، با هدف تحریک احساسات عمومی و ترغیب به واکنش و واکنش صورت گیرد.

رئیس پلیس فتا خاطرنشان کرد: شهروندان برای پرداخت نذورات و کمک های مردمی صرفاً از طریق سایت های رسمی و دارای مجوز و تجربه های معتبر اقدام کرده و از واکنش و واکنش در شمار کارت های شخصی خودداری کنند.

وی توصیه کرد هنگام پرداخت اینترنتی، به صحیح بودن آدرس درگاه و تعلق آن حتما توجه داشته باشند و در صورت مشاهده هرگونه مورد مشکوک، موضوع را از طریق سایت پلیس فتا به نشانی - www.polic و fatair و یا از طریق شماره ۰۹۶۲۸۰ مرکز فوریت های سایبری منعکس نمایند.

مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات گیلان:

برای حذف نقاط کور ارتباطی در روستاهای گیلان تلاش می کنیم

گلچین امروز: مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات گیلان از پایش میدانی ارتباطات در ۵۰ روستای استان با هدف شناسایی و رفع اختلالات ارتباطات تلفن ثابت و همراه و اینترنت خبر داد.

فرزاد توکلی گفت: این طرح با هم افزایی سازمان تنظیم مقررات و ارتباطات رادیویی و اپراتورهای ارتباطی در روستاهای گیلان در دست اجرا است تا مناطقی که اختلال پوشش ارتباطات تلفن ثابت و همراه و اینترنت دارند شناسایی و برای رفع این مشکلات اقدام عملی انجام شود. وی همچنین از اطلاع رسانی مستمر نتایج این پایش ها به سازمان تنظیم مقررات و ارتباطات رادیویی و اپراتورهای ارتباطی برای اعزام تیم های تخصصی به مناطق که مشکل ارتباطی دارند خبر داد و افزود: از ابتدای اسفند تاکنون، بازدیدها و پایش های میدانی در ۵۰ روستای گیلان در شهرستان های رشت، رضوانشهر، رودسر، آستارا، بندرانزلی، آستانه اشرفیه، امش، سیاهکل، لنگرود، لاهیجان، تالش، ماسال، شفت و فومن انجام شده و مشکلات مربوط به پوشش مکالمه و اینترنت همراه در این روستاها جمع آوری و ثبت شد.

مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات گیلان گفت: حضور کارشناسان در مناطق مختلف، بررسی شرایط محیطی و زیرساختی و دریافت بازخورد مستقیم از ساکنان، مبنای تصمیم گیری دقیق تر برای ارتقای خدمات ارتباطی خواهد بود.

فرزاد توکلی هدف از اجرای این طرح را دسترسی برابر به خدمات ارتباطی پایدار در سراسر استان عنوان کرد و افزود: کاربران در تمامی حوزه های ارتباطات و فناوری اطلاعات شامل تلفن ثابت، همراه، اینترنت، خدمات پستی و دفاتر پیشخوان دولت می توانند در صورت بروز هرگونه مشکل، از طریق سایت ۱۹۵، fatair، صندوق پستی ۱۶۳۱۵-۱۹۵ و یا تلفن گویای ۱۹۵ شکایات های خود را ثبت کنند.

ابلاغ مصوبه شورای عالی امنیت ملی در گیلان:

نحوه فعالیت ادارات تغییر کرد

گلچین امروز: نحوه فعالیت دستگاه های اجرایی استان گیلان در اجرای مصوبه شورای عالی امنیت ملی و با هدف مدیریت شرایط و تسلاوم خدمات رسانی مطلوب به شهروندان، تا اطلاع ثانوی تغییر یافت.

بر این اساس حضور کارکنان در محل کار (به استثناء دستگاه های خدمات رسانی) به صورت ۵۰ درصد تعیین شده است. استانداردی گیلان با تأکید بر لزوم اجرای دقیق این مصوبه اعلام کرد: مدیران دستگاه های اجرایی موظف اند به گونه ای برنامه ریزی و تمهیدات لازم را اتخاذ کنند که ضمن رعایت سهمیه تعیین شده حضور کارکنان، هیچ گونه وقفه یا اختلالی در روند ارائه خدمات به مردم شریف استان ایجاد نشود.

بر پایه این گزارش، مسئولیت حسن اجرای این ابلاغیه بر عهده بالاترین مقام هر دستگاه اجرایی در استان خواهد بود.

معاون رسانه ای فرهنگ و ارشاد اسلامی گیلان:

رسانه ها از انتشار شایعات در شرایط حساس پرهیز کنند



مهر: معاون رسانه ای اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی گیلان محکوم کردن حملات صهیونیستی به خاک کشور، با بیان اینکه این اقدامات نقض آشکار حقوق بین الملل است، گفت: جامعه رسانه ای استان با حساسیت تحولات منطقه را دنبال می کند.

وی با تأکید بر نقش رسانه ها در شرایط حساس، افزود: خبرنگاران و فعالان رسانه ای باید با رعایت دقت، سرعت و صحت در انتشار اخبار، از ایجاد التهاب و انتشار شایعات جلوگیری کنند. معاون رسانه ای ارشاد اسلامی گیلان همچنین بر ضرورت حفظ آرامش عمومی تأکید کرد و گفت: اطلاع رسانی مسئولانه و حرفه ای مهم ترین وظیفه رسانه ها در شرایط کنونی است. مصفا در پایان با محکومیت حملات اخیر، خواستار هوشیاری فعالان رسانه ای و تقویت جریان اطلاع رسانی دقیق و مبتنی بر منابع رسمی شد.

علل گرایش به مصرف دخانیات چیست؟



علل مختلفی مانند فردی، عاطفی، اجتماعی و محیطی وجود دارند که زمینه را برای اعتیاد به دخانیات در افراد فراهم می‌کند.

سید علی بهشتی کارشناس ارشد مشاوره مصرف دخانیات، درباره علل گرایش به مصرف دخانیات، عوارض و راه‌های ترک دخانیات اظهار کرد: دخانیات از کلمه دخان به معنای دود کردن می‌آید. موادی مثل سیگار و تنباکو جزء مواد به اصطلاح دخانیات محسوب می‌شوند. براساس اطلاعات دریا، بیش از یک میلیارد سیگاری در جهان وجود دارد. روزانه بیش از ۱۵ میلیارد نخ سیگار در سراسر جهان مصرف می‌شود.

او در ادامه افزود: دخانیات یک از علل اصلی مرگ‌ومیر در سراسر جهان است. سازمان جهانی بهداشت استعمال دخانیات را به عنوان یکی از علل عمده بیماری‌ها شناخته است. در ایران به نظر می‌رسد که ۱۲ تا ۱۵ میلیون سیگاری وجود دارد که سالانه حدود ۶۵ میلیارد نخ سیگار را مصرف می‌کنند. اغلب کارشناسان معتقدند سن مصرف دخانیات به شدت در ایران کاهش پیدا کرده و به مرز ۱۱ سالگی رسیده است. در مردان و زنان مصرف‌کننده دخانیات، بزرگترین نقش در مرگ و میر به بیماری‌های قلبی و عروقی، سرطان‌ها و بیماری‌های تنفسی بر می‌گردد. بر اساس پژوهش‌ها سیگار بیشترین ماده مصرفی و پس از آن به ترتیب قلیان و پپ مورد استفاده قرار گرفته است.

عوارض سیگار

بهشتی گفت: از عوامل موثر در گرایش به مصرف دخانیات می‌توان به ۳ گروه مجزا اشاره کرد: علل فردی مثل (افسردگی، خلق پایین، ناتوانی در ابراز مخالفت و نه گفتن، کمبود اعتماد به نفس، کمبود محبت، ناامنی و اضطراب)، عوامل خانوادگی مثل (والدین سیگاری، خانواده نابسامان، روابط عاطفی محدود، ناتوانی والدین در برقراری ارتباط با نوجوانان و جوانان، وجود تبعیض برای فرزندان، مشکلات مالی خانواده)، عوامل اجتماعی و محیطی مثل (آینده نامعلوم، آموزش و پرورش ناکارآمد، تنش‌های محیطی، رسانه و فضاهای مجازی، تغییر و سقوط ارزشها، اشاعه الگوی زندگی ناکارآمد در جامعه از طریق رسانه‌ها، سود سرشار از فروش دخانیات، کمبود فضاهای فرهنگی و تفریحی و نداشتن کنترل بر ارائه و فروش مواد دخانی برای افراد زیر سن قانونی) مهمترین علل گرایش به مواد دخانی هستند.

عوارض مصرف دخانیات

بهشتی درباره عوارض خطرناک دخانیات اظهار کرد: عوارض کوتاه مدت نیکوتین عبارتند از: افزایش ضربان نبض، افزایش موقتی در فشار خون و اسید معده، کاهش جریان خون در انتهای اندام‌ها مثل انگشتان دست و پا، تهوع و حالت اشتکیار چشم‌ها است. عوارض دیگر نیکوتین مانند کاهش حس بویایی و چشایی، چین و چروک زودرس و فراوان چهره، افزایش خطر سرماخوردگی، برونشیت مزمن، آمفیزم، بیماری قلبی و برخی از انواع سرطان هستند.

نکات مهمی که باید در مورد تأثیر منفی توهین به همسر بدانید



یک روانشناس گفت: توهین به همسر نوعی از خشونت کلامی است که باعث آسیب‌های جدی به روابط زناشویی می‌شود. زین الدینی روانشناس و مشاور درباره تأثیرات منفی توهین به همسر در زندگی مشترک دارد، اظهار کرد: توهین به همسر نوعی از خشونت کلامی است که باعث آسیب‌های جدی به روابط زناشویی می‌شود و چه بسا منجر به فروپاشی رابطه شود.

زین الدینی با اشاره به اینکه رفتارهای تحقیرآمیز به شکل‌های مختلفی انجام می‌شود، افزود: بی‌احترامی کردن به همسر، مسخره کردن، منکب انداختن، بیان نقاظ ضعف فرد با یک لحن تند و طعنه‌آمیز و مسخره کردن خانواده فرد همگی به نوعی پرخاشگری، بی‌احترامی و توهین به طرف مقابل است.

این روانشناس بیان کرد: عصبانیت و عدم مهارت مدیریت خشم، موقعیتی است که افراد احتمال اینکه به طرف مقابلشان پرخاشگری کنند بیشتر خواهد بود و علاوه بر این کاهش صبر و تحمل افراد، استرس‌های روزافزون زندگی، مشکلات مالی نیز بر روی رفتار افراد تأثیرگذار است. او ادامه داد: اعتماد به نفس پایین، احساس حقارت و خودکم بینی از دلایل اصلی این رفتار است، همچنین یادگیری و الگوسازی از رفتار والدین، فقدان مهارت‌های ارتباطی و قدرت‌نمایی نیز از دیگر دلایل انجام رفتارهای توهین‌آمیز در رابطه زناشویی است.

زین الدینی با بیان اینکه داشتن یک رابطه شاد و سالم از مهمترین ارکان سلامت روان است، افزود: زمانی‌که فردی به همسر خود توهین می‌کند در واقع، شخصیت و عزت نفس او را زیر سوال می‌برد و باعث افسردگی و سایر اختلالات روانی در او می‌شود و مسلماً این مسئله تأثیر مستقیم بر رابطه زناشویی آن‌ها خواهد گذاشت.

این روانشناس عنوان کرد: فردی که مورد تحقیر و توهین همسرش قرار می‌گیرد، بهتر است در مقابل این رفتار سکوت نکند و اعتراض کند، اما مهم است که در یک زمان مناسب و با رعایت نکات خاصی، نظر و خواسته‌اش را مطرح کند.

زین الدینی گفت: در زمانیکه فرد تصمیم دارد ناراحتی و خواسته‌اش را مطرح کند، بهتر است از جملات سرزنش‌کننده و طعنه و کنایه استفاده نکند بلکه کاملاً واضح و روشن انتظارش را مطرح کند و احساسش از این رفتار او را نیز به فرد مقابل ابراز کند، او را با فرد دیگری مقایسه نکند، و او را تهدید نیز نکند.

او خاطر نشان کرد: یادگیری مهارت‌های ارتباطی، مدیریت خشم، زوج درمانی، مهارت حل مسئله، خودآگاهی و افزایش اعتماد به نفس به کاهش این رفتارها کمک شایان خواهد کرد.

سال در سال ۹۵ نسبت به سال ۸۶ دو برابر رشد داشته است، اما در همین گروه سنی میزان مصرف قلیان تا حدودی روند کاهشی داشته است؛ مصرف سیگار در بین پسران ۱۳ تا ۱۵ سال در سال ۹۵، ۴۸ درصد و میزان مصرف قلیان ۷۳ درصد بوده و این رقم در بین دختران ۴۳ درصد تخمین زده شده است.

ولی زاده گفت: متناسبانه باید بگویم که اقدامات پیشگیرانه تأثیر قابل توجهی در کاهش مصرف انواع محصولات دخانیات نداشته است، زیرا قیمت دخانیات و مالیات سیگار و دیگر محصولات دخانی در ایران پایین است و شاهد قاچاق این کالای مرگبار به خارج از کشور هستیم.

■ قیمت و مالیات پایین سیگار در ایران رئیس دبیرخانه کنترل دخانیات وزارت بهداشت افزود: صنعت دخانیات معتقد است که افزایش مالیات و قیمت باعث بیشتر شدن قاچاق می‌شود این در حالی است که هیچ ارتباطی بین افزایش مالیات و کاهش قاچاق وجود ندارد، زیرا قاچاق از هیچ پروتکتی تیبیت نمی‌کند.

او گفت: افزایش مصرف باعث شده تا هزینه‌های درسان افزایش پیدا کند و به همین دلیل باید راه‌های پیشگیرانه و فرهنگ سازی در زمینه کاهش استعمال دخانیات انجام داد.

■ بیماری قلبی ولی زاده تصریح کرد: یکی از موضوعات مهم اضافه کردن عطر و طعم به انواع محصولات دخانیات است که این امر در سناد کشوری کنترل دخانیات مصدق تبلیغ محصولات دخانیات بوده، اما این موضوع تا به امروز اجرا نشده است.

او یادآوری کرد: استعمال دخانیات باعث کاهش مقاومت بدن و تضعیف سیستم ایمنی می‌شود و حتی افرادی که در مواجهه با دود سیگار قرار می‌گیرند در معرض آسیب‌های زیادی مانند تضعیف سیستم ایمنی بدن هستند.

علیرضا نوروزی روانپزشک مرکز ملی مطالعات اعتیاد، درباره تأثیر مصرف سالانه سیگار بر افراد اظهار کرد: امروزه تجربه مصرف دخانیات به طور کلی در بزرگسالان ۲۰ درصد گزارش شده است. اما سبب مصرف روزانه سیگار حدود ۱۲ درصد در بین جمعیت بزرگسالان بررسی شده است. شاخص‌های مختلف دخانیات مانند قلیان، سیگار یا اشکال دیگر مصرف مواد دخانی و نیکوتین مثل تنباکوی جویندی به نام ناس (گیاه مخدر)، سیگارهای الکترونیک هستند.

او در ادامه افزود: این نوع مواد عوارض خود را سالانه یا با مصرف مستمر روزانه بروز می‌دهد. تمام اشکال نیکوتین برای سلانی عوارض جدی را به همراه خواهند داشت، اما شدت خطر آن‌ها بستگی به نوع و مقدارشان دارد. نوروزی بیان کرد: سیگار نسبت به دیگر دخانیات بیماری‌هایی مانند سکنه قلبی و سرطان ریه، سرطان مثانه را ۴ برابر افزایش می‌دهد. ممکن است عوارض این نوع مواد در ابتدا دیده نشوند اما با گذشت زمان هنگام میانسالی حتماً تأثیرات خود را خواهند گذاشت.

راه‌های درمان فوییا را بشناسید



باشگاه خبرنگاران جوان: ترس مرضی (فوییا) قابل درمان و کنترل است در صورتی که فرد از وجود آن آگاه باشد. ترس واکنش طبیعی بدن در مقابل موقعیت‌های خطرناک است. زمانی که فرد در خطر است، دستگاه عصبی به طور خودکار فعال شده و دستور جنگ، گریز یا میخکوب شدن را صادر می‌کند.

افزایش ترس آدرنالین، افزایش ضربان قلب و تعریق، کاهش دمای بدن، تنگی نفس و افزایش تعداد تنفس از جمله واکنش‌هایی هستند که بدن در موقعیت خطرناک با آن‌ها رو به رو می‌شود.

فوییا یا ترس مرضی، به ترس غیر طبیعی و فرطی از یک محرک بی‌خطر گفته می‌شود. این ترس‌ها قابل درمان و کنترل هستند در صورتی که فرد به وجود آن آگاه باشد.

علائم فوییا

زمانی که ترس مرضی در فرد به وجود می‌آید، این ترس در همه ابعاد بدن نشان داده می‌شود. علائم شناختی

بزرگ جلوه دادن میزان خطر از علائم شناختی ترس مرضی است.

علائم بدنی

رنگ پریدگی، تپش قلب، تنفس شدید، لرزیدن و عرق کردن از علائم هستند که هنگام فوییا در بدن فرد مشاهده می‌شوند.

علائم هیجانی

دلهره، دلشوره، تهوع، احساس وحشت و اضطراب فلج‌کننده، نیاز شدید به فرار، از دست دادن کنترل از دیوانگی، احساس نزدیک شدن به مرگ و آگاهی از این که واکنش شدید بوده، اما فرد قادر به کنترل آن نیست، از علائم هیجانی فوییا هستند.

علائم رفتاری

فرار، اجتناب و پرخاشگری علائمی هستند که هنگام فوییا در رفتار فرد دیده می‌شوند. انواع فوییا فوییا به سه دسته کلی فوییاهای خاص، جمع‌هراسی و هراس از مکان‌های باز تقسیم می‌شود. فوییاهای خاص فوییاهای خاص ترس غیر منطقی از یک موقعیت یا یک موضوع هستند. این نوع ترس به ۵ دسته تقسیم می‌شود. ترس از عوامل طبیعی مثل بلندی، آب و تاریکی، ترس از حیوانات، ترس از فرار گرفتن در یک موقعیت خاص مانند دندانپزشکی، آسانسور، پرواز و مکان‌های بسته.

ترس از زخم، تزریق و خون و ترس از شرایط دیگری مانند مرگ، خفگی و بیماری، از انواع فوییاهای خاص هستند.

جمع‌هراسی

افرادی که به جمع‌هراسی مبتلا هستند، از فرار گرفتن در موقعیت‌های اجتماعی دچار ترس شده و تنهایی را ترجیح می‌دهند. این افراد در جمع دچار اضطراب شده و نمی‌توانند صحبت کنند.

هراس از مکان‌های باز

افرادی که دچار این نوع از فوییا هستند، در مکان‌های عمومی و شلوغ دچار اضطراب شده و تنها در خانه احساس آرامش می‌کنند.

درمان فوییا

برای درمان فوییا می‌توان از روش‌های زیر استفاده کرد:

مواجهه و روبه‌رو شدن با ترس

موثرترین روش برای درمان فوییا، روبه‌رو شدن با عامل ترس به صورت مکرر است. این کار را پله پله انجام دهید. ابتدا در دختنان با ترس مواجه شده و کم کم در دنیای واقعی نیز به سراغ آن بروید. حتماً مواجهه را با موقعیتی شروع کنید که می‌تواند آن را کنترل کنید.

لیستی از موقعیت‌های تهدیدکننده تهیه کرده

موردار لیست را بر اساس میزان ترسناک بودن اولویت بندی کنید. سپس از راحت‌ترین و کم‌خطرترین موقعیت شروع کرده و با ترس خود مواجه شوید. زمانی به سمت مورد بعدی یا پله نادرست بوده و نباید از آن موقعیت بهراسید.

نش‌های بزرگسالان چه اثراتی بر کودکان دارد

گلچین امروز - معصومه مهری: در نگاه اول، بسیاری از والدین تصور می‌کنند اگر درباره مشکلات خود با کودک صحبت نکنند، پس او هرگز نمی‌فهمد چه اتفاقی در خانواده در جریان است. اما واقعیت روان‌شناختی چیز دیگری می‌گوید: کودکان بسیار بیشتر از آنچه والدین فکر می‌کنند، استرس را حس، جذب و درونی‌سازی می‌کنند. دلپش هم ساده است - کودک هنوز توانایی شناختن و عاطفی کافی برای تفکیک «احساس خودش» از «احساس والدین» ندارد. بنابراین هر تغییری در تن صدها الگوی رفتاری، میزان صمیمیت والدین، خواب‌بیداری، یا سطح انرژی را به عنوان پیام تهدیدآمیز برداشت می‌کند.

در طی سال‌ها در جلسات درمانی، بسیاری از والدین با تعجب اعتراف کرده‌اند که فکر نمی‌کردند استرس‌شان بتواند چنین اثر منفی روی کودک گذاشته باشد؛ اما نشانه‌هایی مثل شب‌اداری، پرخاشگری، اضطراب جدایی، افت تحصیلی، یا حساسیت‌های شدید عاطفی نشان می‌دهد که کودک محیط احساسی خانواده را مانند یک اسفنج جذب می‌کند. بدن و ذهن کودک هنوز به مرحله‌ای نرسیده که بتواند فشارهای محیطی را مثل یک بزرگسال مدیریت کند، بنابراین استرس والدین تقریباً بدون فیلتر به بدن و روان او وارد می‌شود.

در روان‌شناسی، این پدیده را هم‌آوایی هیجانی می‌نامند؛ یعنی تبادل احساسات میان اعضای یک سیستم عاطفی - خانواده مهم‌ترین این سیستم‌هاست. وقتی والدین تحت فشار دائمی هستند، کودک این فشار را به عنوان خطر تفسیر می‌کند، حتی اگر درباره آن حرفی زده نشود.

تکنه مهم این است که استرس والدین تنها در قالب عصبانیت یا نگرانی منتقل نمی‌شود؛ بلکه خاموشی عاطفی، بی‌توجهی، حسنگی مزمن، و حتی تلاش افراطی برای پنهان‌کاری نیز پیام استرس را به کودک ارسال می‌کند. اینجاست که نقش آگاهی والدین و مراجعه برای حمایت روان‌درمانی اهمیت پیدا می‌کند - چرا که هر تغییری در والد، به طور مستقیم الگوی رشد کودک را شکل می‌دهد.

نخستین و آشکارترین مسیر انتقال استرس، همان چیزی است که روان‌شناسی آن را «الگوگیری ناخودآگاه» می‌نامد. کودک نه با شنیدن حرف‌ها، بلکه با دیدن رفتار والدین یاد می‌گیرد که در دنیای خود چگونه پاسخ دهد. وقتی والدین در مواجهه با فشارهای روزمره واکنش‌هایی مثل پرخاشگری، بی‌حوصلگی، اضطراب، یا عقب‌نشینی هیجانی نشان می‌دهند، کودک این الگوها را به عنوان «روش طبیعی مواجهه با استرس» به ذهن خود وارد می‌کند.

مثلاً والدینی که تحت فشار مالی قرار دارند، معمولاً با تنش صحبت می‌کنند، از آینده یا ترس استرس می‌زنند یا بسا یکدیگر درگیری لفظی پیدا می‌کنند. کودک ممکن است تنها این رفتارها را تکرار کند، بلکه بدنش نیز همان الگوی تنش را به خود بگیرد: تپش قلب، انقباض عضلاتی، بی‌خوابی، یا دل‌دردهای عصبی.

هرچند بسیاری از والدین تلاش می‌کنند کودک را از نگران‌کننده‌ترین مسائل دور نگه دارند، نحوه حرف زدنشان ناخوشه بار عاطفی نگرانی را منتقل می‌کند. وقتی والدین دالماً از «بی‌ثباتی»، «نگرانی»، «بی‌پولی»، «آینده نامعلوم»، «کارهای عقب‌نشده» یا «آدم‌های غیرقابل اعتماد» صحبت می‌کنند، کودک دنیا را به عنوان محیطی تهدیدکننده درک می‌کند.

حسی جسمانی که از نظر والد عادی است، مثل «فعلی‌لامی‌دام» چه می‌شود؟ «همه چیز به هم ریخته»، در ذهن کودک به معنای خطر است، چون کودک نمی‌تواند مفهوم پیچیده «عدم قطعیت» را هضم کند. او فقط می‌فهمد که والدین نگران است، پس یعنی «اتفاق بدی در راه است». هنگامی که والدین در وضعیت استرس مزمن قرار می‌گیرند، بدنشان هورمون‌هایی مثل کورتیزول را در سطح بالاتر ترشح می‌کند. این سطح بالای کورتیزول می‌تواند:

- ریتم روزانه خانه را تغییر دهد
- کیفیت خواب و تغذیه والدین را مختل کند
- صمیمیت و ارتباط بدنی با کودک را کاهش دهد
- خلق و انرژی والد را بی‌ثبات کند
- تمام این تغییرات محیط زیستی کودک را تحت تأثیر قرار می‌دهد.
- کودک نیز در پاسخ سیستم استرسی خود را بیش‌فعال می‌کند و این می‌تواند در طولانی مدت او را مستعد اضطراب، وسواس، یا مشکلات تمرکز کند.
- مهم‌ترین پیام استرس والدین، اختلال در دلبستگی ایمن است.
- والدی که زیر بار فشار زیاد است، معمولاً کمتر توانایی دارد:
- به کودک گوش دهد
- پاسخ‌های آرام و حساسیت‌مند بدهد
- حضور گرم و قابل‌پیش‌بینی ارائه کند
- به نیازهای کوچک اما مهم کودک توجه کند
- وقتی این اتفاق بارها تکرار می‌شود، کودک دنیای عاطفی را ناامن تجربه می‌کند و احساس می‌کند باید خودش از خودش محافظت کند.
- این حالت سرچشمه بسیاری از مشکلات عاطفی آینده است.
- اضطراب والدین ممکن است در ظاهر کودک به شکل‌های متفاوتی دیده شود. بسیاری از والدین از این موضوع غافل‌اند، زیرا تصور می‌کنند رفتار کودک ریشه‌های جداگانه دارد. اما در حقیقت، تفسیر بزرگی از الگوهای رفتاری زیر می‌تواند پیام مستقیم تنش خانوادگی باشد:
- اضطراب جدایی (چسبیدن زیاد به والد)
- اختلال خواب، کابوس
- دل‌دردهای مکرر، سردرد، تهوع عصبی
- افت یا افزایش شدید اشتها
- مشکلات رفتاری مثل پرخاشگری، لجبازی یا تحریک‌پذیری
- افت تمرکز و تمرکزپذیری در مدرسه
- وابستگی بیش از حد به شوقی با تأیید
- سکوت، انزوا یا کناره‌گیری
- احساس گناه (حتماً من باعث ناراحتی مامان یا بابا شدم)
- نقش‌پذیری بزرگسالان و تلاش برای حمایت از والدین
- فشاری از این نشانه‌ها تنها با کاهش استرس والدین و بهبود کیفیت ارتباط با آنها بهبود می‌یابد؛ بدون آنکه کودک به درمان مستقل نیاز داشته باشد. همین نکته نشان می‌دهد که اصلاح وضعیت روانی والدین، یکی از موثرترین روش‌های کمک به کودک است.
- والدین لازم نیست کاملاً باشند؛ کافی است قابل‌پیش‌بینی باشند.
- پنهان‌کاری کامل معمولاً نتیجه عکس دارد، اما تخلیه کامل احساسات نیز کودک را غرق می‌کند.
- روش درست این است که والد:
- مقدار محدودی از اطلاعات واقعی
- در قالب جمله‌های ساده و مطمئن
- همراه با یک پیام امنیت‌بخش
- به کودک بدهد. مثل:

«من این روزها کمی نگران کارم هستم، ولی بزرگسالان‌ها می‌توانند از پس این چیزها برمی‌آیند. تو لازم نیست نگران باشی»

این نوع گفت‌وگو نه تنها اضطراب کودک را کاهش می‌دهد، بلکه به او الگوی مواجهه سالم با زندگی را می‌آموزد.

در پایان والدین بدانند که درک نقش استرس والدین در دنیای کودکان می‌تواند نقطه عطفی در مسیر رشد عاطفی خانواده باشد. کودک جهان را از دریچه نگاه والدین می‌بیند. اگر این نگاه ترس‌آلود، خسته یا بی‌ثبات باشد، کودک نیز دنیا را نگران‌کننده تجربه می‌کند. اما اگر والد با کمک درمان، با آگاهی بیشتر و آرامش تنظیم‌یافته با کودک ارتباط برقرار کند، خانه تبدیل به یک پناهگاه روانی می‌شود. در نهایت، مراقبت والد از خود، نه نشانه ضعف، بلکه نشانه مسئولیت‌پذیری عمیق در برابر آینده فرزند است.

رژیم‌های غذایی سرشار از امگا ۳ مانع از خشکی و ریزش مو می‌شود



امگا ۳ تأثیر مثبتی در روند درمان میگرن، استرس، تنش‌های عصبی و افسردگی دارد. این روزها بیشتر از هر زمان دیگری صحبت از امگا ۳ می‌شود، اما ممکن است برخی از خانواده‌ها هنوز نسبت به نیاز تأمین امگا ۳ از طریق تغذیه مناسب اطلاعات کافی نداشته باشند.

امگا ۳ یکی از اسیدهای چرب ضروری است که در ساختمان پرخی چربی‌ها وجود دارد و ویژگی‌های خاصی دارد. این اسیدهای چرب را به این دلیل ضروری نامیده‌اند که اولاً برای ادامه حیات بدن کاملاً ضروری است و ثانیاً چون توسط خود بدن انسان قابل تولید نیست، حتماً باید از طریق رژیم غذایی یا مکمل‌ها تأمین شود.

در واقع بدن انسان برای برطرف کردن نیازهای خود به مواد مغذیه‌ای از جمله اسیدهای چرب و پروتئین نیاز دارد. اسیدهای چرب از اجزای تشکیل‌دهنده چربی‌هاست که بدن قادر به تولید انواع ضروری آن نیست و باید از طریق ماده غذایی تأمین شود.

اسکا ۳ نه تنها در پیشگیری از برخی سرطان‌ها و بیماری‌های قلبی بلکه در کاهش عوارض شیمی‌درمانی نیز مؤثر است. مصرف امگا ۳ در بیماران مبتلا به سرطان پستان به خصوص بیماران که تحت شیمی‌درمانی قرار می‌گیرند و دچار اختلال‌های عصبی هستند و اعصاب دست و پای آن‌ها دچار گزگز و درد شدید می‌شود، مفید است.

بهبود منابع اسید چرب امگا ۳ انواع ماهی و آبزیان، تخم کدو و تخم کنار و گردو است. در واقع منبع امگا ۳ در ماهی‌هایی مانند ماهی آزاد، قزل‌آلا، تن، اسقمویری و شاه‌ماهی تعریف می‌شود.

در گیاهان نیز روغن‌های سویا، آفتابگردان، دانه کنار و گردو، فندق و کنجد حاوی امگا ۳ است. علاوه بر این، مواد غذایی غنی شده با امگا ۳ مانند برخی از

در این بیماران مصرف این اسید چرب تحمل شیمی‌درمانی را بالا می‌برد. همچنین امگا ۳ می‌تواند عوارض عصبی ناشی از دیابت را کاهش دهد. تحقیقات در زمینه تأثیر امگا ۳ بر ام‌اس نیز در دست انجام است و نتایج مؤثری نیز به دست آمده. طبق بررسی‌ها، مکمل این اسید چرب، پیشرفت ام‌اس را کند می‌کند. بهترین منابع اسید چرب امگا ۳ انواع ماهی و آبزیان، تخم کدو و تخم کنار و گردو است. در واقع منبع امگا ۳ در ماهی‌هایی مانند ماهی آزاد، قزل‌آلا، تن، اسقمویری و شاه‌ماهی تعریف می‌شود.

در گیاهان نیز روغن‌های سویا، آفتابگردان، دانه کنار و گردو، فندق و کنجد حاوی امگا ۳ است. علاوه بر این، مواد غذایی غنی شده با امگا ۳ مانند برخی از

نان‌ها، آب‌میوه‌ها، روغن‌ها و تخم‌مرغ مورد توصیه منحصمان تغذیه است. اگر فردی در هفته ۳ تا ۴ وعده ماهی مصرف نکند، از یک سالگی به بعد برای کمک به رشد مغزی و پیشگیری از بسیاری بیماری‌ها مصرف مکمل امگا ۳ یا شربت روغن ماهی برایش لازم است. همان‌طور که در بدن پاسخ‌های سیستم ایمنی روغن‌های مایع یافت می‌شود بنابراین اگر در هفته ۳ تا ۴ بار ماهی نخوریم، تعادل امگا ۳ و امگا ۶ به هم می‌ریزد.

بهرتر مصرف امگا ۳ همراه با وعده غذایی اصلی صرف کرد زیرا مکمل آن نوعی روغن است و همراه غذا بهتر جذب می‌شود. البته افرادی که بعد از مصرف آن دچار ضعف در پا می‌شوند، می‌توانند مکمل را



اگر می‌خواهید بدانید چه مشکلی در سلامت شما وجود دارد، کافیتست تنها یک استکان آبغوره بنوشید و در صورت اتفاقات زیر بیماری خود را تشخیص دهید. علم پزشکی هر روز در حال پیشرفت است که در کنار آن تشخیص بیماری‌ها به روش‌های گوناگون و ساده انجام‌پذیر می‌شود. در روش جدید گفته شده که شما با نوشیدن یک استکان آبغوره می‌توانید بیماری‌های بدن خود را تشخیص دهید. در فرصتی مناسب یک استکان آبغوره بنوشید و ۵۰ ثانیه صبر کنید. بعد از خوردن آبغوره کمی صبر کنید تا مایع داخل لیوان خود را به معده و بدن شما برساند. آن‌گاه این تغییرات را در خودتان بررسی کنید:

- اگر دهانتان آب افتاد: فندتان بالاست.
- اگر دهانتان خشک شد: مشکل کبدی دارید.
- اگر دهانتان کف کرد یا چسبناک شد: چربی خون دارید.
- اگر دچار سردرد شدید: اختلال فشار خون دارید.
- این تست رایگان و در دسترس به شما کمک می‌کند تا به راحتی از بیماری‌های خود با خبر شوید.

قیل از خواب مصرف کنند. اگر در سید غذایی خنوار به طور متوسط ۴-۳ بار در هفته هر بار ۸۰-۱۲۰ گرم ماهی مصرف شود افراد به هیچ‌وجه نیازی به مصرف امگا ۳ نخواهند داشت، اما اگر ماهی مصرف نمی‌شود، می‌توان از مکمل امگا ۳ استفاده کرد. مقدار مکمل مصرفی در دوز غیر درمانی یک گرم و در دوز درمانی ۳ گرم است. مکمل امگا ۳ باید زیر نظر پزشک و بعد از انجام آزمایش‌های لازم و تشخیص وضعیت اکسیداسیون بدن تجویز شود. می‌گوییم زیر نظر پزشک زیرا مصرف خودسرانه این مکمل عارضه دار است. وقتی مکمل امگا ۳ بیش از مقدار مورد نیاز مصرف می‌شود، چون یک نوع اسید چرب است، با اسید چرب امگا ۶ که برای عملکرد بینایی و مغزی لازم است، رقابت می‌کند و میزان جذب آن را پایین می‌آورد. از سوی دیگر، وقتی امگا ۳ به طور خالص در برنامه غذایی گنجانده می‌شود، کلسترول که برای غشای سلول‌های بدن مورد نیاز است، کاهش می‌یابد و بکارچگی غشاهای سلولی از بین می‌رود.

در دوره‌های خاصی که بارداری یا شیردهی نیز مصرف مفاد بسیار بالایی امگا ۳ می‌تواند خطر ساز باشد. افزایش بیش از حد امگا ۳ در بدن پاسخ‌های سیستم ایمنی را کند و واکنش‌های دفاعی مثل پاسخ به میکروب‌ها را ضعیف می‌کند.

حسی می‌تواند تری‌گلیسرید خون را به عنوان تأمین‌کننده انرژی بدن از حد طبیعی پایین‌تر آورد و فرد را دچار کمبود انرژی کند. به علاوه، اضافه دریافت آن در بدن اکسید می‌شود و بعد از اکسیداسیون به بافت‌های مختلف از جمله عروق و حتی کبد آسیب

چگونه خارش گلو را درمان کنیم؟

می‌توانید از قرص‌های میکیدی مخصوص گلو درد استفاده کنید. این قرص‌ها در تسکین خارش‌های مداوم که به گلودرد منجر می‌شوند، مؤثرند. خارش گلو در اکثر موارد می‌تواند ناشی از حساسیت‌های فصلی یا سایر عوامل آلرژی‌زا باشد.

چند توصیه مفید و کاربردی برای درمان خارش گلو:

- در بسیاری از شواهد علمی و پزشکی ثابت شده که غسل یک روز درمانی طبیعی و مؤثر برای تسکین درد و خارش گلو در شرایط آب و هوایی نامساعد و وحشت‌زا است. برای بهره‌مندی بیشتر از این روش می‌تواند جای غسل و زنجبیل تهیه کرده و بنوشید تا خارش و درد گلو را سریعتر تسکین دهد.
- می‌توانید از قرص‌های میکیدی مخصوص گلو درد استفاده کنید. این قرص‌ها در تسکین خارش‌های مداوم که به گلودرد منجر می‌شوند، مؤثرند.
- مصرف آب‌نات‌هایی که تشریح بزاز را افزایش می‌دهند نیز در رفع خشکی گلو و زبان بویژه در افرادی که بیشتر از راه دهان نفس می‌کشند، تأثیر چشمگیری دارد.
- اگر زیاد دچار خارش گلو می‌شوید فرقه‌ه کردن محلول «آب نمک» و لرم پیش از خواب را فراموش نکنید.
- در فصل زمستان حتماً در فضای منزل یا محل کار از یک دستگاه رطوبت ساز استفاده کنید چون کاهش رطوبت هوا از عوامل مهم حساسیت‌زا و ایجاد خارش گلو است.



دندان آسیب وارد شود. استفاده از پودر صمغ تباشیر نیز مفید است. میوه و سبزی‌هایی مثل سیب و هویج نیز کاربرد دارد. همچنین جویدن برگ‌های مریم گلی یکی از بهترین روش‌های طبیعی برای از بین بردن رنگ زرد دندانها است.

راه‌های رفع زردی و تغییر رنگ دندان‌ها

دندان‌ها زردی و تغییر رنگ دندان‌ها توصیه می‌شود که از نمک، توت فرنگی، پرتقال، آلبیومو و سرکه که با کرفس و سیب استفاده شود. مصرف برخی نوشیدنی‌ها و غذاهای رنگی باعث تغییر رنگ دندان و زرد شدن آن می‌شود. مثلاً خوردن چای و قهوه از این نوع است.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قوانین محکمی را برای جلوگیری از استعمال دخانیات در اماکن عمومی وضع کرده‌اند. این وجود مخالفان معتقدند که این افراد، سیگار و دود را به فضای داخلی منزل منتقل می‌کنند که تأثیرات سوء آن به مراتب بیشتر است.

تحقیقات ضد سیگار سال‌هاست که در سراسر جهان در حال اجراء است؛ از این میان، مرکز پزشکی دانشگاه ماستریخت هلند جولود است و تحقیقات ارزنده‌ای را در رابطه با تأثیر سیگار بر تولد نوزاد نارس و کودگان مبتلا به آسم انجام داده است.

تحقیقات نشان می‌دهد که زنان بارداری که سیگاری هستند یا در معرض دود سیگار قرار می‌گیرند، قاتل نوزادشان هستند. برخی از عواقب سیگار در زنان باردار عبارتند از:

- افزایش خطر سقط جنین و تولد نوزاد مرده
- افزایش ضربان قلب جنین
- کاهش اکسیژن ضروری برای رشد نوزاد
- تولد نوزاد کم وزن
- افزایش احتمال مشکلات تنفسی نوزاد
- عدم رشد مغز جنین

خوراکی‌هایی که برای معده رفاکسی سم هستند

این اسیدها، معده شروع به تولید اسید خیلی زیاد می‌کند. این اسید می‌تواند به داخل مری خزیده و سبب احساس سوزش ناخوشایندی در سینه شود. از گوجه اسید فراوانی دارد و برای مجرای گوارشی آزاردهنده هستند. اسیدبینه بالای مرکبات سبب شل شدن اسفنکتر مری و تشدید علائم می‌شود، به‌ویژه وقتی که با معده خالی مصرف شوند.

اگر عاشق شکلات هستید و اغلب از سوزش سردل رنج می‌برید، وقت آن رسیده است که به یکی از لذت‌های شیرین و مورد علاقه‌تان نه بگویید. شکلات به سه دلیل برای افرادی که از رفاکس اسید رنج می‌برند مضر است. اول آن که شکلات حاوی کافئین و محرک‌های دیگری مانند تیورومین است که باعث رفاکس یا سوزش معده می‌شوند. تیورومین نوعی منیل گزائین است که مانع تنگ شدن ماهیچه اسفنکتر تحناتی می‌شود و به این ترتیب به شکل مستقیم احتمال رفاکس شدید اسید را افزایش می‌دهد. دوم آن که شکلات چربی بالایی دارد، یعنی هضم آن طولانی‌تر است و می‌تواند محرک رفاکس یا سوزش معده باشد. سوم آن که کاکائو اگر از بیماری بازگشت اسید به مری رنج می‌برد، بهتر است از گوجه‌فرنگی و محصولات آن پرهیز کنید.

گوجه‌ها سرشار از اسیدسیتریک، مالیک اسید، و آسکوربیک اسید هستند که می‌توانند معده و مری را بیازارند. به محض مصرف

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

مغز سالم در روده سالم است

اسید خوراندند. نتیجه این اقدام تقویت سیستم دفاعی در مغز موش‌ها بود. متخصصان آلمانی دیگر هم ثابت شده است. بیماران مبتلا به ام‌اس میزان پروپونیک اسید ۵۰ درصد کمتر از انسان‌های سالم است. چون روده منبع این اسیدهاست، متخصصان علت را به شمار و تنوع باکتری‌های روده نسبت دادند.

تست مدفوع بیماران ام‌اس این فرضیه را تأیید کرد. نقش کمبود این باکتری‌ها در روده در بیماری‌های دیگر هم ثابت شده است. پزشکان در یک آزمایش برای جبران این کمبود به بیماران مبتلا به ام‌اس پروپونیک خوراندند. تمکی که در روده به اسید تبدیل می‌شود.

پس از آزمایش ادعای بیماران این بود که دیگر زود خسته نمی‌شوند و رانده‌مان و تمرکز بیشتری دارند. آزمایش خون این بیماران نیز نشان داد که سیستم دفاعی‌شان در برابر بیماری‌ها قوی‌تر شده است.

بنابر گزارش دوپوولسه، پروپونات در دهه ۸۰ در آلمان ممنوع شد و علت آن افزایش خطر ابتلا به سرطان معده در آزمایش‌های روی موش‌ها بود. خطری که در آزمایش‌های دیگر تأیید شد و براساس تازه‌ترین قوانین در اتحادیه اروپا، ممنوعیت پروپونات برداشته شد.

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا و کشورهای سراسر دنیا،

دود سیگار سبب اضافه وزن و دیابت کودکان می‌شود

قرار گرفتن کودکان نوپا در معرض سیگار، سبب اضافه وزن و بیماری‌های متابولیک در ادوار بعدی زندگی آنها می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار در فاصله یک تا ۷ سالگی، احتمال ابتلا به بیماری‌های متابولیک مانند دیابت و اضافه وزن را ۲۳ درصد افزایش می‌دهد.

قرار گرفتن در معرض دود سیگار در اوایل دوران زندگی، سبب عدم تعادل غده درون ریز و اختلال در عملکرد سیستم عصبی می‌شود و تأثیر مخربی در توسعه هیپوتالاموس دارد.

از هر ۵ کودک ۳ تا ۱۱ ساله، ۲ نفر به طور منظم در معرض دود سیگار است و این آمار در خانواده‌های سیاه پوست، به ۷ مورد از هر ۱۰ کودک می‌رسد. چندی پیش مطالعات انجمن سرطان آمریکا نشان داد که سیگار عامل اصلی ۱۲ سرطان است و ۵۰ درصد مرگ و میر ناشی از این سرطان‌ها، مستقیماً با سیگار مرتبط است.

با توجه به افزایش کودکان مبتلا به آسم و نوزادان نارس که مرگ خود را مدیون والدین و شهروندان سیگاری کوته بین هستند، بسیاری از ایالت‌های آمریکا



استاندار مازندران:

هیچ گونه نگرانی از بابت تامین کالاها و سوخت وجود ندارد



استاندار مازندران: ایستا: استاندار مازندران با تاکید بر اینکه هیچ گونه نگرانی از بابت تامین کالاها و سوخت و مسوخت در مازندران وجود ندارد، گفت: شهروندان استان از هجوم بی رویه به فروشگاه‌ها و جایگاه‌های عرضه سوخت خودداری کنند.

همین راستا، تعداد ناوایی‌ها در سطح استان حدود صد واحد افزایش یافته است. همانطور که در ناآرامی‌های اخیر نیز

مدیرکل راهداری گلستان:

پیش فروش بلیت اتوبوس‌های نوروزی در استان آغاز شد



ایستادگی و سوازی تشکیل شده، موضوع آماجگی ناوگان و انجام تعمیرات پیشگیرانه پیش از آغاز سفرها مورد تاکید قرار گرفته است تا ناوگان مورد نیاز مسافران بدون مشکل در اختیار آنان قرار گیرد.

وی در پایان با آرزوی سفری ایمن برای مسافران نوروزی گفت: امیدواریم با همکاری رانندگان، راهداران و همه دستگاه‌های مسئول، سفرهای نوروز ۱۴۰۵ کمترین حادثه و بیشترین ایمنی برای مردم عزیز استان و سایر هموطنان رقم بخورد.

ایستا: مدیرکل راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای استان گلستان گفت: پیش‌فروش بلیت ناوگان حمل‌ونقل عمومی جاده‌ای برای سفرهای نوروزی از ۹ اسفند آغاز شده و ۸۵ درصد ظرفیت به‌صورت اینترنتی عرضه می‌شود. عادل مصطفی اظهار کرد: طرح سفرهای نوروزی از ۲۵ اسفند به‌صورت رسمی آغاز می‌شود و تا ۱۵ فروردین ۱۴۰۵ ادامه دارد. با توجه به برنامه‌ریزی انجام شده، پیش‌فروش بلیت از امروز ۹ اسفند از طریق سکوی مجاز فروش فعال شده است تا هموطنان بتوانند سفر خود را از پیش برنامه‌ریزی کنند.

ایستا: مدیرکل راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای استان گلستان درباره بلیت‌ها گفت: پیش از این افزایش ۲۵ درصدی نسبت به نرخ‌های قبلی اعمال شده و همین نرخ‌ها برای ایام نوروز نیز

مدیرکل منابع طبیعی مازندران خبر داد:

آمادگی کامل برای تامین نیازهای مردم و مسافران وجود دارد

ایستا: معاون اقتصادی استاندار مازندران، در جلسه کارگروه تنظیم بازار استان، با اشاره به شرایط موجود، بر آمادگی کامل این استان برای تامین نیازهای اساسی و مورد نیاز شهروندان تاکید کرد و گفت: هیچ گونه مشکلی در تامین نیازهای عمومی مردم و منابع اولیه برای تولیدات استان وجود ندارد.

تولایی اظهار کرد: با توجه به شرایطی که به وجود آمده، جلسه تنظیم بازار را با هدف اطمینان از آمادگی کامل و انجام اقدامات لازم تشکیل دادیم. ذخایر کالاهای استراتژیک و اساسی مورد نیاز مردم، هم برای سه و نیم میلیون نفر جمعیت مازندرانی و هم برای مهمانانی که احتمالا به استان خواهند آمد، تامین شده است. ما با آغوش گرم پذیرای مهمانان خواهیم بود و از نظر تامین کالا، هیچ مشکلی نخواهیم داشت.

وی افزود: چه به لحاظ ارتزاق عمومی مردم و چه به لحاظ منابع اولیه برای تولیدات، مشکلی وجود ندارد. بنادر استان فعال هستند و انبارهای استراتژیک ما مملو از کالا است. مردم مطمئن باشند که هر آنچه مورد نیاز باشد، به میزان کافی وجود دارد.

معاون اقتصادی استاندار مازندران با درک نگرانی‌های احتمالی شهروندان، تاکید کرد: ممکن است مردم نگرانی‌هایی داشته باشند، اما در خصوص ارتزاق و نیازهای روزانه، اصلا نیاوزی به ذخیره‌سازی در منزل نیست. مردم می‌توانند نیازهای خود را مانند روزهای عادی تامین کنند و مطمئن باشند که مشکلی پیش نخواهد آمد. تولیدی ایماز امیدواری کرد: در آینده نزدیک شاهد خبرهای خوش و موفقیت‌های بیشتر در سایه همدلی و تلاش جمعی باشیم.

تولید ۶ میلیون نهال برای احیای جنگل‌های هیرکانی

ایستا: مدیرکل منابع طبیعی و آب‌خیزداری استان مازندران از تولید شش میلیون نهال برای احیای جنگل‌های هیرکانی خبر داد و گفت: جنگل هیرکانی به‌عنوان «فسیل‌های زنده»، محسوب می‌شود و واقع این عرصه‌ها ضامن پایداری آب در منطقه‌اند و به برکت همین پوشش گیاهی، مازندران تنها استانی است که با بحران تنش آبی مواجه نشد. علی باقری چاخشانه با اشاره به تغییر زمان برنامه‌های هفته منابع طبیعی به دلیل تقارن با ماه مبارک رمضان، اعلام کرد: اجرای برنامه‌های هفته منابع طبیعی از امروز آغاز شده و در همین راستا، بالغ بر شش میلیون و ۱۰۰ هزار اصله نهال جهت زراعت چوب و احیای عرصه‌های جنگلی تولید شده است که توزیع رایگان آن در مصلاهی نماز جمعه انجام می‌گیرد.

مدیرکل منابع طبیعی مازندران افزود: در حوزه آب‌خیزداری با احداث سدهای سرشاخه‌گیر، مناطقی که پیش‌تر در شرق استان و سوادکوه کانون سیل‌های ویرانگر بودند، ایمن‌سازی شده‌اند؛ به طوری که امروزه بارندگی‌های شدید ۳۵۰ میلی‌متری نیز به جای تبدیل شدن به تهدید، مدیریت و مهار می‌شوند.

وی به تشریح بر خوردن ایمنی با مسودجویان پرداخت و گفت: از ابتدای سال جاری تاکنون، با همکاری دستگاه قضایی و نیروی انتظامی، هزار دستگاه خودروی حامل چوب قاچاق توقیف و هزار و ۳۵۰ متخلف بازداشت و به مراجع قانونی معرفی شده‌اند.

بازداشت و به مراجع قانونی معرفی شده‌اند. باقری از اجرای طرح ضربتی برخورد با ۱۲۶ قاچاقچی مسلح و شروع خیر داد و اظهار کرد: با دستور انقلابی دستگاه فضا، با کسانی که با سلاح گرم و سرد به جنگل‌بانان حمله می‌کردند، برخورد فاعلی صورت گرفت که منجر به ایجاد اقتدار مضاعف در حفاظت از انتقال شده است. مدیرکل منابع طبیعی مازندران همچنین از آزادسازی دو هزار و ۴۰۰ هکتار از اراضی ملی که در تصرف مسودجویان بود خبر داد و یادآور شد: با تلاش شبانه‌روزی یگان حفاظت، باندهای قاچاق چوب که به صورت شبکه فرستایی در البرز، تهران، گیلان و قزوین فعالیت می‌کردند، شناسایی و سرشاخه‌های اصلی آنها بازداشت شده‌اند.

وی، از عسوم مردم دعوت کرد تا در آیین‌های روز درختکاری (۱۵ اسفند) مشارکت فعال داشته باشند.

مدیرکل کمیته امداد گلستان عنوان کرد: پیش‌بینی توزیع بیش از ۸۰ هزار سبد کالا برای ماه رمضان در گلستان

ایستا: مدیرکل کمیته امداد استان گلستان با بیان اینکه پیش‌بینی می‌کنیم امسال حداقل به تعداد مددجویان تحت پوشش، سبد کالا تهیه و توزیع شود، گفت: برآورد ما تأمین بیش از ۸۰ هزار سبد کالا است. عیسی بابایی با اشاره به برنامه‌های کمیته امداد در ماه مبارک رمضان اظهار کرد: هر سال یکی از جلوه‌های برجسته رمضان در استان گلستان، مشارکت گسترده مردم در کمک به محرومان است که بخش قابل توجهی از آن از طریق کمیته امداد و مراکز نیکوکاری ساماندهی می‌شود.

وی با بیان اینکه تهیه سبد کالا از مهم‌ترین برنامه‌های این نهاد در ماه رمضان است، افزود: در استان ۲۲۰ مرکز نیکوکاری فعال است که در شناسایی نیازمندان و جمع‌آوری کمک‌های مردمی نقش مؤثری دارند. مسال گذشته با کمک خیران و مردم، بیش از ۸۰ هزار سبد کالا تهیه و با رعایت کرامت انسانی بین خانواده‌های نیازمند با اولویت مددجویان تحت پوشش توزیع شد.

مدیرکل کمیته امداد استان گلستان گفت: امسال نیز تاکنون بیش از ۱۸ هزار سبد کالا در مرد در ابتدای ماه مبارک رمضان تهیه و توسط مراکز نیکوکاری و با مشارکت مردم بین نیازمندان توزیع شده است. در تأمین اقلام در روزهای ابتدایی ماه با مشکلاتی مواجه بودیم که خوشبختانه برطرف شد و پیش‌بینی می‌کنیم امسال حداقل به تعداد مددجویان استان سبد کالا تأمین شود.

بابایی با اشاره به اجرای طرح اطعام مهدوی در استان اظهار کرد: بیش از ۵۵ آشپزخانه اطعام مهدوی با رویکرد مسیح‌محوری در سراسر گلستان فعال است و با مشارکت خیران و معتمدان محلی نسبت به تهیه و توزیع غذای گرم اقدام می‌کنند. بخش عمده‌ای از این فعالیت‌ها از طریق مراکز نیکوکاری و با همراهی مردم انجام می‌شود.

وی حمایت از اینام و فرزندان محسنین را از دیگر برنامه‌های مهم رمضان برشمرد و افزود: در شب‌های قدر سال گذشته تنها در سه شب بیش از ۱۰ هزار نفر در مصلاها و مساجد استان به عنوان حامی ثبت‌نام کردند و حمایت از یک فرزند معنوی را بر عهده گرفتند. در حال حاضر ۵۶ هزار حامی در طرح اکرام اینام و محسنین فعال هستند که در ۱۰ ماهه ابتدای سال جاری بیش از ۱۳۰ میلیارد تومان به حساب فرزندان معنوی خود واریز کرده‌اند.

مدیرکل کمیته امداد استان گلستان با اشاره به برنامه‌ریزی برای جمع‌آوری زکات فطریه در روز عید فطر گفت: با هماهنگی نماینده ولی فقیه در استان و نامه جمعه، از ظرفیت مساجد و مراکز نیکوکاری برای جمع‌آوری و توزیع زکات فطریه استفاده می‌شود. سال گذشته مراکز نیکوکاری استان ۷۵ میلیارد تومان زکات فطریه جمع‌آوری و خودشان در همان مناطق توزیع کردند و کمیته امداد نیز بیش از ۷ میلیارد تومان از طریق پایگاه‌های مستقر در مصلاها و مساجد جمع‌آوری کرد.

کلچین اخبار مازندران و گلستان

کشف ۹ دستگاه ماینر قاچاق در یک واحد مسکونی در گرگان

مهر: سرپرست پلیس امنیت اقتصادی استان گلستان از کشف ۹ دستگاه استخراج رمز (ماینر) قاچاق به ارزش ۹ میلیارد ریال در بازرسی از یک واحد مسکونی در شهرستان گرگان خبر داد. سرهنگ مهدی علیشاهی در تشریح جزئیات این خبر اظهار کرد: ماموران اداره مبارزه با قاچاق کالا و ارز این پلیس، با دریافت اخبار واصله در نشاگاه‌های اقتصادی مینر به استفاده غیرمجاز و نگهداری دستگاه‌های ماینر قاچاق در یک واحد مسکونی در شهرستان گرگان، بررسی موضوع را در دستور کار خود قرار دادند. وی افزود: ماموران پس از انجام اقدامات اطلاعاتی و بررسی میدانی، از صحت خبر اطمینان حاصل کرده و با هماهنگی قضایی و همراهی کارشناسان اداره برق شهرستان به محل مورد نظر اعزام شدند. علیشاهی اظهار کرد: در بازرسی از انبار زیرزمین این واحد مسکونی که فردی به هویت معلوم پاسنگوی ماموران بود، تعداد ۹ دستگاه ماینر روشن و آماده به کار کشف و ضبط شد. این مقام انتظامی با اشاره به اینکه کارشناسان ارزش این دستگاه‌ها را تقریبی ۹ میلیارد ریال برآورد کرده‌اند، خاطر نشان کرد: در این رابطه پرونده قضایی تشکیل و منم برای سیر مراحل قانونی به مرجع ذیصلاح ارسال شد.

مدیرکل پزشکی قانونی مازندران اعلام کرد: افزایش یک درصدی تلفات و مصدومیت ناشی از کار در مازندران

ایستا: مدیرکل پزشکی قانونی مازندران از افزایش یک درصدی تلفات و مصدومیت‌های ناشی از حوادث کار در استان خبر داد و گفت: در ده ماهه نخست امسال، ۹۵ نفر (۹۲ مرد و ۳ زن) جان خود را از دست داده‌اند که در این میان، «سقوط از بلندی» با ۵۶ فوتی، همچنان اصلی‌ترین علت مرگ‌های شغلی در استان محسوب می‌شود. دکتر علی عباسی با اشاره به جزئیات این آمار اظهار کرد: از مجموع ۹۵ فوتی ناشی از حوادث کار طی ۱۰ ماهه سال جاری، ۶۸ نفر متاهل و مابقی مجرد بودند که نسبت به مدت مشابه سال قبل، افزایش یک درصدی را نشان می‌دهد.

وی با تشریح علل وقوع این حوادث مرگبار افزود: پس از سقوط از بلندی که رتبه اول را به خود اختصاص داده، برخورد با جسم سخت با ۱۷ فوتی، برق‌گرفتگی با ۱۴ فوتی و سایر دلایل با ۹ فوتی در رتبه‌های بعدی قرار دارند. به گفته عباسی، بررسی ماهانه این آمار نشان می‌دهد که سر داده ماه با ثبت ۱۶ مورد مرگ، برحده‌ترین و فروردین ماه با ۴ مورد، کم‌خطرترین ماه‌ها از نظر حوادث کار بوده‌اند.

عباسی در ادامه به توزیع جغرافیایی این حوادث اشاره کرد و گفت: در بازه زمانی مورد بررسی، شهرستان ساری با ۱۶ فوتی، آمل با ۱۲ فوتی و نوربا ۸ فوتی، بیشترین آمار مرگ ناشی از حوادث کار را به خود اختصاص داده‌اند. در مقابل، شهرستان‌های جویبار و محمودآباد هر کدام با یک فوتی، کمترین موارد را ثبت کرده‌اند.

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 ۱۴۰۴۰۳۱۸۰۰۴۰۱۸۸۸۸ مورخه ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات اسحاقی هاشمی فرزند جیحی مورد تأیید قرار گرفت. ۱- شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۲۰۶/۹۰ مترمربع، به شماره پلاک فرعی ۱۹۱۸ مجزی از پلاک ۸۶۷ سنگ اصلی ۱ واقع هرزول بخش ۱۸ میلان از مالکیت اکبر هاشمی هرزولی و غیره به آدرس شهرستان رودبار - هرزول - محرز گردیده است.

۱- منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت آگهی میشود 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، ظرف 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: ۱۴۰۴/۱۱/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۲/۱۰ انوش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام/الف/ا ۲۸۵۷

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

برابر رای شماره ۱۴۰۴۰۳۱۸۰۰۴۰۱۸۸۸۸ مورخه ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات سید کامبج دارستانی فرزند سید حجت مورد تأیید قرار گرفت. ۱- شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۹۲/۲۵ مترمربع، به شماره پلاک فرعی ۳۲۰ مجزی از پلاک ۲۸ سنگ اصلی ۱ واقع لاکه بخش ۲۰ میلان از مالکیت جیحی جیدی دارستانی و غیره به آدرس شهرستان رودبار - لاکه - محرز گردیده است.

۱- منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت آگهی میشود 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، ظرف 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: ۱۴۰۴/۱۱/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۲/۱۰ انوش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام/الف/ا ۲۸۹۶

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

برابر رای شماره ۱۴۰۴۰۳۱۸۰۰۴۰۱۸۸۸۸ مورخه ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات سیده مژگان حسینی تکلیمی فرزند سید علی مردان مورد تأیید قرار گرفت. ۱- شش‌دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احداثی به مساحت ۵۰/۱۶۴ مترمربع، به شماره پلاک فرعی ۱۶۲۷ مجزی از پلاک ۲۰۴ سنگ اصلی ۱ واقع تکلیم بخش ۲۰ میلان از مالکیت میرحسام سلیمانی و غیره به آدرس شهرستان رودبار - تکلیم - محرز گردیده است.

۱- منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت آگهی میشود 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، ظرف 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: ۱۴۰۴/۱۱/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۲/۱۰ انوش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام/الف/ا ۲۸۹۸

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 ۱۴۰۴۰۳۱۸۰۰۴۰۱۸۸۸۸ مورخه ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات مهرا مملکی فرزند علی مورد تأیید قرار گرفت. ۱- شش‌دانگ یک قطعه زمین مشجر به مساحت ۱۰۶۷/۴۰ مترمربع، به شماره پلاک فرعی ۲۷۷ مجزی از پلاک ۲۷۱ سنگ اصلی ۱ واقع تکلیم بیلاقی بخش ۲۰ میلان از مالکیت حاجعلی طالبی دارستانی و غیره به آدرس شهرستان رودبار - بیلاقی - محرز گردیده است.

۱- منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت آگهی میشود 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، ظرف 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: ۱۴۰۴/۱۱/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۲/۱۰ انوش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام/الف/ا ۲۸۵۴

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

برابر رای شماره ۱۴۰۴۰۳۱۸۰۰۴۰۱۸۸۸۸ مورخه ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات گلر قاضی علی آبادی فرزند محمدعلی مورد تأیید قرار گرفت. ۱- شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۴۳۸۰/۰۰ مترمربع، به شماره پلاک فرعی ۵۱۱ مجزی از پلاک ۱۲۸ سنگ اصلی ۲۲ واقع انارکول بخش ۱۸ میلان از مالکیت علی چشمیدی برده و غیره به آدرس شهرستان رودبار - انارکول - محرز گردیده است.

۱- منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت آگهی میشود 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، ظرف 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: ۱۴۰۴/۱۱/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۲/۱۰ انوش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام/الف/ا ۲۹۰۲

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

برابر رای شماره ۱۴۰۴۰۳۱۸۰۰۴۰۱۸۸۸۸ مورخه ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات گلر قاضی علی آبادی فرزند محمدعلی مورد تأیید قرار گرفت. ۱- شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۴۳۸۰/۰۰ مترمربع، به شماره پلاک فرعی ۵۱۱ مجزی از پلاک ۱۲۸ سنگ اصلی ۲۲ واقع انارکول بخش ۱۸ میلان از مالکیت علی چشمیدی برده و غیره به آدرس شهرستان رودبار - انارکول - محرز گردیده است.

۱- منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت آگهی میشود 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، ظرف 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: ۱۴۰۴/۱۱/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۲/۱۰ انوش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار رام/الف/ا ۲۹۰۸

