

گلچین امروز

رضویان، بازیگر سینما و تلویزیون:
**انتقال گویش قمی به
آیندگان، میراثی مهم
برای حفظ هویت
بومی است**



صفحه ۵

**عادت صبحانه
نخوردن در
دانش آموزان را
این گونه تغییر دهیم**



صفحه ۶

بقائی، سخنگوی وزارت امور خارجه:
**آمریکا همچنان
بر خواسته‌های
یک جانبه خود
اصرار دارد**



صفحه ۲

کارجو، شهردار املش:
**برای بهبود شرایط
زندگی شهروندان باید
کام‌های مؤثری برای
توسعه و پیشرفت شهر
برداریم**



صفحه آخر

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، هنری و ورزشی صبح شمال ایران

شنبه ۹ آبان ۱۴۰۵ - ۲۰ جمادی الاول ۱۴۴۸ - ۳۱ اکتبر ۲۰۲۶

سال بیست و سوم - شماره ۵۳۷۴ - ۸ صفحه - ۵۰ هزار تومان

استاندار گیلان در افتتاح چهاردهمین نمایشگاه خودرو تأکید کرد:
**گردشگری موفق نیازمند خودروهای
ایمن، اقتصادی و زیرساخت‌های
مناسب است**

فرماندار رشت:

**صرف برگزاری میز خدمت، مشکلی
از مردم حل نمی‌کند**

مدیرکل راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای گیلان:

**بیش از ۴۱ میلیون تردد
در جاده‌های گیلان ثبت شد**

**اجرای آبرسانی به ۳۵ خانوار
در تظرفرد فومن با اعتبار
۵۰۰ میلیون تومان**

**بازداشت عاملان آتش سوزی
عمدی خودرو و منزل در رشت**

صفحه ۳

شهردار رشت عنوان کرد:

اجرای فاز نخست احیای رودخانه‌ها با محوریت قایقرانی

صفحه ۳



یادداشت امروز

وحید حاج سعیدی

"آقای موجر" این طوری حساب کتاب نکن!



صبح چند روز پیش که برای گرفتن نان به ناتوایی سر کوچه رفته بودم، متوجه شدم سوپرمارکت محله بسنه و مغازه را تخلیه کرده است. تعجب کردم چون روز قبلش باز بود و خبری از نقل مکانش نبود؛ از شاطر علت را پرسیدم که او گفت: صاحب ملک ۴۰ تومن گذاشته روی اجاره مغازه و آن بنده خدا هم چون توان پرداخت این ارقام را نداشت قید مغازه داری را زد و همین دیشب تخلیه کرد و رفت!

... من موجر نیستم و ملکی برای اجاره دادن ندارم و واعظ و منبری هم نیستم و قصد موعظه کردن کسی را هم ندارم. از شرایط شما موجر محترم، مشکلات اقتصادی و خانوادگی تان، سایر املاک و میزان درآمدتان هم خبری ندارم؛ فقط این را می دانم وقتی ملکی برای اجاره دادن دارید، یعنی دارایی تان دستکم چند میلیارد تومن پیشتر از مستاجرتان است و در شرایط اقتصادی اخیر که اصطلاحاً باغ و ول است، بدون پیل زدن روز به روز بر میزان دارایی های تان نیز افزوده می شود.

از کجا آورده اید هم به من مربوط نیست؟! درس خوانده اید یا کار کرده اید... پس انداز کردید... ارث و میراث به شما رسیده است... روی تورم موج سواری کردید و بلند شده اید... مشاور اقتصادی خوبی داشتید... شتم اقتصادی قوی داشته اید... سینما و وصل شده... و خلاصه از هر کجا که آورده اید امروز از مستاجرتان شش بر صفر جلوترید! یعنی خدا از نظر مالی به شما نگاه کرده است.

به دارایی تان حسادت نمی کنیم ولی خواهشاً موقع حساب و کتاب به مستاجرتان نگوئید: «من اگر پول این ملک را در بانک سپرده گذاری کنم، ده برابر اجاره تو به من سود می دهد!» اگر قانون مالیات بر اجاره بها در این مملکت به درستی محاسبه و دریافت شود، حضرت تعالی و امثال شما انگیزه‌ای برای دریافت مبالغ بسیار بالا از مستاجران (که شامل مالیات سنگین می شود) نخواهید داشت! یعنی برایتان صرف نمی کند که اجاره را بی جهت و فله ای بالا ببرید!

ضمن اینکه فراموش نکنید دخل مغازه ای که کل اجناس و یخچالش سه ساعته با دو بار نیشان تخلیه می شود، توان پرداخت اجاره مد نظر شما را ندارد.

استخوان مغازه داران خرد به ویژه آنها که مستاجر هستند در رقابت با فروشگاه های زنجیره ای و سرای شهر ها و مال ها در حال خرد شدن است و افزایش نامتعارف اجاره بها تیر خلاص بر پیکرشان است. فقط همین! ...

۳۰ کشته در پی برخورد دو قطار سریع السیر در اسپانیا

مهر: برخورد دو قطار سریع السیر در مسیر مادرید - آندلس اسپانیا دست کم ۳۰ کشته بر جای گذاشت. برخورد دو قطار سریع السیر در خط ریلی متصل کننده مادرید به منطقه آندلس در جنوب اسپانیا دست کم ۳۰ کشته بر جای گذاشت. این حادثه در حالی رخ داد که ۹ ماه پیش نیز برخورد قطارهای سریع السیر متعلق به همین شرکت‌ها در همین مسیر، در نزدیکی آداموس در استان کوردوبا به کشته شدن ۴۶ نفر منجر شده بود. آن سانحه بحث‌هایی درباره میزان سرمایه‌گذاری در نگهداری خطوط ریلی اسپانیا در سال‌های اخیر برانگیخت.

شرکت مدیریت زیرساخت‌های ریلی اسپانیا اعلام کرد حرکت قطارها در خط مادرید - آندلس پس از برخورد از پشت دو قطار متوقف شده است. به گفته سخنگوی دولت منطقه کاستیلا-لامانچا، قطاری متعلق به شرکت رنفسه و قطاری از شرکت اریو اندکی پس از ساعت ۹ صبح به وقت محلی با یکدیگر برخورد کردند و در پی آن، دو واگن قطار اریو از ریل خارج شد.

یک منبع در دولت منطقه‌ای شمار جان‌باختگان را دست کم ۳۰ نفر اعلام کرد. تصاویر منتشرشده از تلویزیون منطقه کاستیلا-لامانچا، قطاری از ریل خارج‌شده را نشان می‌دهد که دست کم یک واگن آن روی پخش مرتفع خط باقی مانده بود؛ در حالی که قطعات فلزی پیچ‌خورده و بقایای قطار در دامنه زیر خط پراکنده شده بودند.

شرکت مدیریت زیرساخت‌های ریلی اعلام کرد این حادثه در خط مادرید به سویا رخ داده است. مانوئل گالان، شهردار شهر اوردو در نزدیکی محل حادثه، گفت نیروهای امدادی از شورای شهر خواسته‌اند امکانات اضطراری، از جمله یک سالن ورزشی، را برای اسکان مسافران و مصدومان آماده کنند.



هفته نکوداشت
پدافند غیرعامل

۴ لغایت
۱۱ آبان ماه
۱۴۰۵

شعار محوری "پدافند مردم محور، ایران پایدار"
شهر آماده، مردم در میدان، ایران پایدار
(شهید امیر سپهبد سید عبدالرحیم موسوی)

باطری عارف

- فروش انواع باطری خودرو های سبک، سنگین، و موتور سیکلت،
- امداد باطری شبانه روزی
- نصب رایگان در محل
- تست رایگان باطری و دینام
- عقد قرارداد با کلیه ادارات و شرکت ها

۰۹۳۰۵۹۴۱۳۶۰
۰۹۲۲۱۸۰۶۳۵۷

بمدیریت مهدی خورسند



نشانی: نیرو دریایی - بلوار امام علی - ۲۰۰ متر مانده به میدان باطری عارف

انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی گیلان

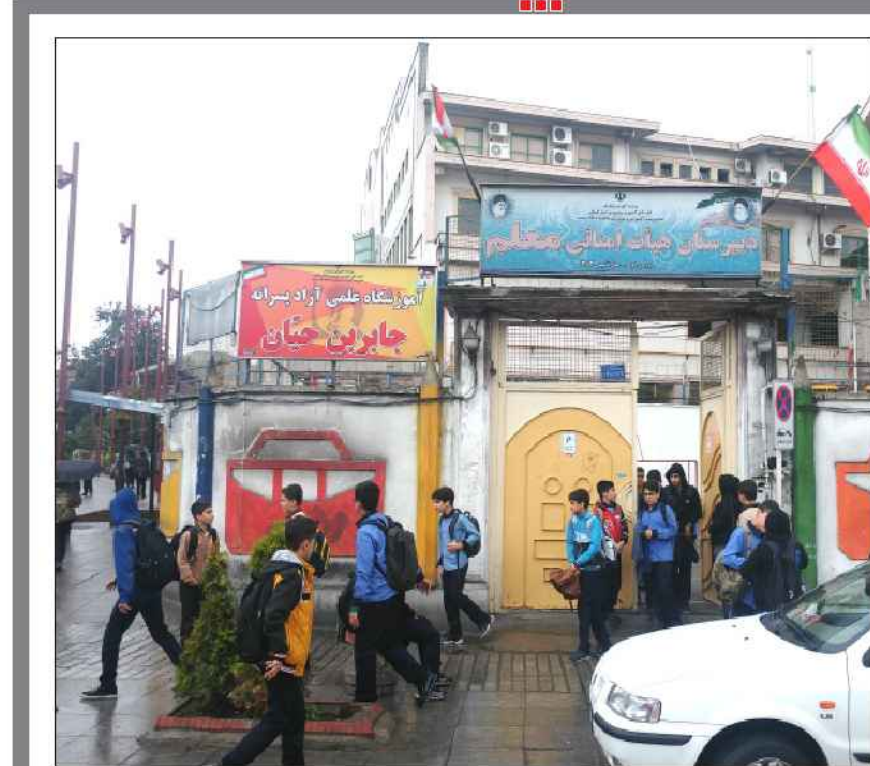


هموطن عزیز زیباترین جلوه نیکوکاری
کمک به بیماران انجمن خیریه حمایت از
بیماران کلیوی است.

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: ۳۳۶۳۵۳۱

روزنامه صبح شمال ایران
گلچین امروز
تلفن های تماس:
۳۳۳۳۶۰۵۰ - ۳۳۳۱۰۷۲۷
فکس: ۳۳۳۲۰۳۲۶

عکس
اقتصادی

گلچین امروز

شرح عکس:
پویایی مدارس
در ورای جنگ
و کرونا

عکس:
کیان فروزان

لوستر اکبری

مرکز فروش انواع لوسترهای مدرن، مجلسی و کلیه لوازم الکتریکی

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

www.LoosterAkbari.com

اجرای آبرسانی به ۳۵ خانوار در تظفروود فومن با اعتبار ۵۰۰ میلیون تومان

مهر: جانشین فراگاه پیشرفت و آبادانی سپاه قدس گیلان با اشاره به طرح انتقال آب شرب در پایین‌دست روستای تظفروود فومن گفت: آب رسانی به ۳۵ خانوار این روستا با اعتبار ۵۰۰ میلیون تومان اجرا شد. سرهنگ سیداکبر قاسمی در حاشیه بازدید از پروژه آبرسانی در روستای تظفروود فومن اظهار کرد: انتقال آب شرب با هدف افزایش دبی و بهبود آبرسانی به ۳۵ خانوار ساکن در پایین‌دست روستای تظفروود، از توابع دهستان آلیان شهرستان فومن، در حال اجراست.



جانشین فراگاه پیشرفت و آبادانی سپاه قدس گیلان، افزود: این پروژه با همکاری فراگاه پیشرفت و آبادانی سپاه قدس گیلان، سپاه ناحیه فومن، دهیاری، شرکت آبفای شهرستان و با همراهی مردم در حال اجراست و به‌زودی مشکل آبرسانی منطقه برطرف خواهد شد. وی با اشاره به جزئیات طرح گفت: در این پروژه ۷۰۰ متر فلوله به قطر ۷۵ میلی‌متر اجرا می‌شود و هزینه‌ای بالغ بر ۵۰۰ میلیون تومان برای آن در نظر گرفته شده است.

سرهنگ قاسمی با بیان اینکه این طرح در راستای تقویت شبکه انتقال آب و گسترش دسترسی خانوارهای منطقه به آب شرب سالم به اجرا درآمده است، اظهار کرد: توسعه زیرساخت‌های آبرسانی و تسهیل دسترسی مردم به آب شرب سالم، از مهم‌ترین مؤلفه‌های آبادانی روستاها و بهبود کیفیت زندگی روستائیان است.

وی با بیان اینکه فراگاه پیشرفت و آبادانی سپاه قدس گیلان، «پیشرفت با مردم، برای مردم» را از وظایف اصلی خود در مسیر پیشرفت و آبادانی روستاها می‌داند، افزود: خدمت رسانی به مردم به تعامل مستمر دستگاه‌های اجرایی با توجه به مطالبات واقعی مردم نیاز دارد. روستای تظفروود با برخورداری از ۱۴۰ خانوار، از جمله مناطق روستایی است که توسعه و تقویت زیرساخت‌های حیاتی آن، نقش مهمی در ارتقای کیفیت زندگی ساکنان و پاسخ‌گویی به نیازهای اساسی مردم دارد. اجرای این طرح با تمرکز بر افزایش ظرفیت انتقال آب و بهبود وضعیت آبرسانی در محدوده پایین‌دست روستا، زمینه خدمت‌رسانی بهتر به ۳۵ خانوار را فراهم می‌کند.



مدیرکل راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای گیلان،

یش از ۴۱ میلیون ترداد در جاده‌های گیلان ثبت شد



مهر: مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای گیلان با اشاره به ثبت بیش از ۴۱ میلیون تردد در محورهای برون‌شهری استان، گفت: همراه اسامیل بیش از ۲۷ هزار تماس با سامانه ۱۴۱ برقرار شد.

فریبرز مرادی با اشاره به ثبت بیش از ۴۱ میلیون تردد در محورهای برون‌شهری گیلان طی همراه سال جاری، اظهار کرد: در این مدت ۴۱ میلیون و ۲۹۲ هزار و ۵۳۸ تردد در راه‌های برون‌شهری استان به ثبت رسیده که طی آن، ۶۱ هزار و ۷۱۰ مورد تخلف، از جمله تخلفات سرعت، شناسایی شده است.

مدیرکل راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای گیلان با اشاره به وضعیت تردهای بین استانی تصریح کرد: بیشترین تردد بین‌استانی استان در روز سوم همراه با ثبت ۱۶۸ هزار و ۱۷ وسیله نقلیه گزارش شده و میانگین تردد بین‌استانی روزانه نیز در این ماه به ۱۲۶ هزار و ۷۵۵ وسیله نقلیه رسیده است. وی با بیان اینکه اطلاعات دوربین‌های ثبت تخلفات، وضعیت تردد خودروهای بومی گیلان در سایر استان‌ها را نیز نشان می‌دهد، بیان کرد: در مهر ماه، بیشترین مشاهده خودروهای بومی گیلان در محورهای برون‌شهری استان‌های قزوین، البرز، تهران، مازندران و اردبیل ثبت شده است.

مرادی در ادامه با اشاره به عملکرد سامانه اطلاع‌رسانی تلفنی ۱۴۱ گفت: طی مهر ماه سال جاری، ۲۷ هزار و ۶۵۱ تماس با این سامانه برقرار شده که از این تعداد، ۲۳ هزار و ۴۲۰ تماس از طریق بخش پاسخ‌گویی گویا و ۴ هزار و ۲۳۱ تماس از طریق پاسخ‌گویی کارشناسان انجام شده است.

مدیرکل راهداری و حمل‌ونقل جاده‌ای گیلان اضافه کرد: در همین مدت، ۸۲ پیام مردمی نیز در سامانه ۱۴۱ به ثبت رسیده است. وی با اشاره به نقش سامانه ۱۴۱ در اطلاع‌رسانی وضعیت راه‌ها و ترافیک کشور تاکید کرد: این سامانه امکان دسترسی کاربران جاده‌ای و عموم مردم به اطلاعات ترافیکی و وضعیت محورهای مواصلاتی را فراهم می‌کند.



بازداشت عاملان آتش سوزی عمدی خودرو و منزل در رشت

ایستنا: فرمانده انتظامی رشت از شناسایی و بازداشت عاملان آتش‌سوزی عمدی خودرو و انباری یک منزل مسکونی در کمتر از یک ساعت خبر داد.

سرهنگ عیسی روشن‌قلب اظهار کرد: در پی وقوع آتش‌سوزی در یک خودرو و بخشی از منزل مسکونی در یکی از محله‌های رشت، مأموران کلاشتری ۱۱ به همراه عوامل آتش‌نشانی در محل حاضر شدند.

وی افزود: پس از تأیید عمدی بودن آتش‌سوزی و انجام تحقیقات میدانی، دو متهم ۳۵ و ۳۶ ساله در کمتر از یک ساعت شناسایی و بازداشت شدند.

متهمان در تحقیقات پلیس به ارتکاب جرم اعتراف و اختلافات شخصی را انگیزه خود اعلام کردند. آنان پس از تشکیل پرونده به مرجع قضایی معرفی شدند.

استاندار گیلان در افتتاح چهاردهمین نمایشگاه خودرو تأکید کرد:

گردشگری موفق نیازمند خودروهای ایمن، اقتصادی و زیرساخت‌های مناسب است



گلچین امروز: استاندار گیلان با تأکید بر نقش خودروهای ایمن، کم‌مصرف و متناسب با قدرت خرید مردم در رونق گردشگری گفت: توسعه این صنعت علاوه بر جاذبه‌های طبیعی، نیازمند حمل‌ونقل مناسب، مراکز اقامتی و پذیرایی باکیفیت و زیرساخت‌های هوایی و ریلی کارآمد است تا زمینه ارتقای خدمات گردشگری و جذب سرمایه‌گذاری در استان فراهم شود. چهاردهمین نمایشگاه خودرو با حضور هادی حق‌شناس، استاندار گیلان، در محل نمایشگاه بین‌المللی افتتاح شد. حق‌شناس در حاشیه این مراسم و در جمع خبرنگاران، با اشاره به اهمیت تولید و عرضه خودروهای متناسب با نیاز مصرف‌کنندگان اظهار کرد: برخورداری از قیمت مناسب، کم‌مصرف و با کیفیت مناسب، از مؤلفه‌های مهمی است که علاوه بر پاسخ‌گویی به نیازهای حمل‌ونقل مردم، می‌تواند در ارتقای کیفیت سفر و توسعه گردشگری نقش داشته باشد. وی با تأکید بر ضرورت تناسب قیمت و کیفیت خودرو افزود: ایمنی، مصرف سوخت پایین و قیمت متناسب با قدرت خرید مردم، سه ویژگی مهم خودروهای مطلوب است و در مقایسه محصولات موجود در بازار، از جمله برخی تولیدات داخلی، باید این شاخص‌ها مورد

فرماندار رشت،

صرف برگزاری میز خدمت، مشکلی از مردم حل نمی‌کند



سیاست‌های دولت چهاردهم در ارتباط مستقیم با مردم است، افزود: این رویکرد نباید به یک مناسبت یا اقدام مقطعی و نمایشی محدود شود؛ بلکه حضور مدیران در محلات، بخش‌ها و روستاها باید بر اساس نیازسنجی دقیق، شناخت اولویت‌ها و بررسی ظرفیت‌های موجود انجام گیرد تا بتوان برای مشکلات مردم راهکارهای عملی و مؤثر ارائه کرد. فرماندار رشت با اشاره به

سرپرست تعاون روستایی بندرانزلی،

حمایت از آبریز پروران می‌تواند به ایجاد اشتغال پایدار در روستاها کمک کند

می‌تواند فعالیت خود را توسعه دهند و محصولات بیشتری را با شرایط مناسب‌تر به بازار عرضه کنند. سرپرست اداره تعاون روستایی شهرستان بندرانزلی با تأکید بر نقش حمایت‌های مالی و تخصصی در توسعه فعالیت‌های آبریز پروری، گفت: در صورت فراهم شدن حمایت‌های لازم، کشاورزان و جامعه روستایی از ورود و فعالیت بیشتر در این حوزه استقبال خواهند کرد؛ چراکه پرورش آبریزان می‌تواند در ایجاد اشتغال، افزایش درآمد پایدار خانوارهای روستایی و فراهم کردن فرصت‌های شغلی برای جوانان تأثیرگذار باشد. محمدی در ادامه با اشاره به هزینه‌های این فعالیت افزود: پرورش ماهی نیازمند تأمین نهاده‌های مورد استفاده و تهیه و تجهیز حوضچه‌های پرورش است که هزینه‌های قابل توجهی به همراه دارد. از این‌رو، اعطای تسهیلات از طریق بانک‌های عامل با همکاری شیلات همچنین ارائه حمایت‌های تخصصی از سوی این مجموعه می‌تواند به توسعه فعالیت پرورش‌دهندگان کمک کند. در منطقه آبکنار افرادی وجود دارند که سال‌ها در زمینه پرورش ماهی فعالیت کرده‌اند، اما همچنان با چالش‌هایی مواجه هستند که بخش مهمی از آن به تأمین نهاده‌ها و افزایش قیمت‌ها مربوط می‌شود.

گلچین امروز: فرماندار شهرستان رشت با تأکید بر ضرورت حل مسائل و مطالبات مردم، گفت: برگزاری میز خدمت و حضور میدانی مدیران زمانی ارزشمند است که با شناخت دقیق نیازهای مردم، برنامه‌ریزی مناسب با شرایط موجود و پیگیری مؤثر، به رفع مشکلات و افزایش رضایتمندی عمومی منجر شود.

اسماعیل میرغضنفری در میز خدمت با حضور مدیران دستگاه‌های خدمات‌رسان شهرستان که در مسجد آقا سید شریف واقع در روستای کنگر آقا سید شریف برگزار شد، با اشاره به اهمیت ارتباط مستقیم مسئولان با مردم، اظهار کرد: دغدغه‌ها و انتظارات مردم به‌جامست و وظیفه ماست که با تمام ظرفیت موجود برای رفع مشکلات و باز کردن گره‌ای از مسائل شهروندان تلاش کنیم. وی با بیان اینکه میز خدمت و رویکرد محله‌محوری از

شهردار رشت عنوان کرد:

اجرای فاز نخست احیای رودخانه‌ها با محوریت فایقرانی



گلچین امروز: شهردار رشت از برنامه‌ریزی برای اجرای مرحله‌ای طرح احیای رودخانه‌های شهری خبر داد و گفت: ایجاد مسیر دسترسی، پارکینگ، اسکله و زیرساخت‌های لازم برای ترده فایق‌ها، از محورهای اجرایی این طرح با هدف توسعه تفریحات عمومی و گردشگری است.

رحیم شوقی در جلسه بررسی آخرین وضعیت طرح‌های ساماندهی و احیای رودخانه‌های سطح شهر و برنامه‌ریزی برای بهره‌برداری از ظرفیت‌های گردشگری پارک ۴۵۰ هکتاری لاکان، با اشاره به برنامه‌ریزی برای اجرای طرح احیای رودخانه‌های شهر اظهار کرد: این طرح بر اساس اولویت‌های اجرایی و در قالب مراحل مشخص دنبال می‌شود تا در گام نخست، امکان اجرای عملیات در یکی از مقاطع رودخانه فراهم شود.

وی با تأکید بر ضرورت آماده‌سازی زیرساخت‌های مورد نیاز برای اجرای طرح افزود: شناسایی و بررسی اراضی حاشیه رودخانه، فراهم‌سازی مسیر دسترسی مناسب و پیش‌بینی فضای پارک خودرو از جمله اقداماتی است که برای بهره‌برداری از این محدوده باید مورد توجه قرار گیرد.

شهردار رشت با اشاره به ضرورت ایجاد زیرساخت‌های فنی برای راه‌اندازی مسیر فایقرانی تصریح کرد: احداث سازه‌های مورد نیاز از جمله اسکله، پیش‌بینی ورودی و خروجی مناسب برای فایق‌ها و آماده‌سازی مقطع مورد نظر رودخانه، از بخش‌های مهم این طرح به شمار می‌رود. شوقی ادامه داد: در همین راستا، عملیات نقشه برداری از محدوده مورد نظر طی چند روز انجام شده و بررسی‌های فنی و مقدمات طراحی برای تعیین موقعیت مناسب اجرای سازه‌ها و فراهم‌سازی شرایط لازم برای ترده فایق‌ها در حال پیگیری است.

وی خاطرنشان کرد: اجرای این طرح منلزم هماهنگی میان بخش‌های مختلف، بررسی شرایط محیطی و فنی و آماده‌سازی زیرساخت‌های مورد نیاز است تا اقدامات اجرایی بر اساس اولویت‌بندی انجام شده پیش برود. شهردار رشت تأکید کرد: هدف از اجرای این برنامه، بهره‌گیری از ظرفیت رودخانه‌های شهری، توسعه فضاهای تفریحی و گردشگری و فراهم کردن زمینه استفاده شهروندان از امکان فایقرانی در رودخانه‌های رشت است.



مدیرکل راه و شهرسازی گیلان خبر داد:

از ساخت ۱۱ هزار واحد مسکن حمایتی در گیلان تا ثبت‌نام ۲۷۷ متقاضی «آشیان»

ایستنا: مدیرکل راه و شهرسازی گیلان، با بیان اینکه ۴۷ هزار واحد نهضت ملی مسکن در استان در دست ساخت است، گفت: ۱۱ هزار واحد در بخش حمایتی است.

محمد مهدی علیزاده کل ثبت‌نامی‌های مسکن حمایتی در استان گیلان را ۱۲۲ هزار و ۶۳۷ نفر دانست و اظهار کرد: تاکنون ۲۷ هزار و ۳۴۶ متقاضی را تأیید نهایی کردیم و برای ۸۵۶۴ متقاضی، تخصیص پروژه انجام شده است.

وی از تأمین زمین برای ۱۳ هزار و ۶۰۰ واحد به مساحت ۱۷۰ هکتار خبر داد و افزود: با کمبود ۱۷۲ هکتار زمین مواجه هستیم. مدیرکل راه و شهرسازی گیلان با بیان اینکه ۱۱ هزار واحد در حال احداث در طرح حمایتی شهری داریم، افزود: در مجموع بالغ بر ۴۷ هزار واحد در بخش‌های حمایتی و خودمالک و روستایی و بازرگانی و ... در دست ساخت است.



علیزاده از ثبت‌نام ۵۲۱۵ نفر در طرح جوانی جمعیت خبر داد و خاطر نشان کرد: ۲۴۹۹ نفر تأیید نهایی شده‌اند و ۱۰۱۰ قطعه تخصیص زمین (۸۶۶ قطعه توسط راه و شهرسازی و ۱۴۴ قطعه توسط پیمان مسکن) در ۹ شهر داریم.

وی با اشاره به آخرین وضعیت ثبت‌نام در طرح مسکن استیجاری «آشیان»، بیان کرد: تعهد استان در این طرح، ۳۲۰ واحد است و از مجموع ۲۷۷ متقاضی ثبت‌نام شده در استان، تاکنون ۱۶۸ نفر حائز شرایط بوده و برای ۸۰ نفر، تشکیل پرونده شده است.

مدیرکل راه و شهرسازی گیلان همچنین از خرید و تجهیز ۷۲ واحد با اعتبار ۲۵۰ میلیارد تومان خبر داد و متذکر شد: فرآیند تحویل کلیه این واحدها به زودی انجام می‌شود.

وی با اشاره به اهداف حمایتی این طرح خاطرنشان کرد: این واحدها با هدف کاهش بار هزینه‌های معیشتی، حداکثر به مدت پنج سال در اختیار زوج‌های جوانی قرار می‌گیرد که در دهک‌های درآمدی اول تا ششم قرار دارند و از تاریخ ازدواج آنان بیش از ۵ سال سپری نشده باشد.

آگهی های ثبتی

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

برابر آرای شماره ۱۴۰۵/۰۳۱۸۰۰۴۰۱۲۷۳۶ و ۱۴۰۵/۰۳۱۸۰۰۴۰۱۲۷۳۷ و ۱۴۰۵/۰۳۱۸۰۰۴۰۱۲۷۳۸ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات ذوالفائز کاتلم پور کلشتری فرزند حاجی مورد تأیید قرار گرفت. شداتک یک قطعه باغ به مساحت ۱۱۱/۹ متر، به شماره پلاک فرعی ۲۷۸۷ مجزی از پلاک ۱۵۰۶ اصلی ۲ واقع در کلشتر بخش ۱۸ گیلان از مالکیت کربلایی حبیب صفرپور کلشتری و غیره به آدرس شهرستان رودبار - کلشتر - محرز گردیده است. شداتک یک قطعه باغ به مساحت ۲۹/۳۳ متر، به شماره پلاک فرعی ۲۷۹۰ مجزی از پلاک ۱۵۰۶ اصلی ۲ واقع در کلشتر بخش ۱۸ گیلان از مالکیت کربلایی حبیب صفرپور کلشتری و غیره به آدرس شهرستان رودبار - کلشتر - محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدینوسیله است در صورت تصدیق مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. (نشانی آگهی: ۱۴۰۵/۰۳۱۸۰۰۴۰۱۲۷۳۶ تا تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۳/۲۵ تا تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۳/۰۹)

انوش اکبری - رئیس ثبت اسناد و املاک رودبار راه/الف ۱۳۳۱

راز قتل دانش آموز کشتی گیر در خانه همسایه



جنايتی هولناک در نطقه استان آذربايجان غربی؛ در اين جنايت یک دانش آموز پسر ۵ساله با ضربات متعدد چاقو به قفسه سينه‌اش به قتل رسيد و زن و شوهر همسايه خانواده اين نوجوان، به‌اتهام قتل او دستگير شدند. به‌گفته پدر خانواده، منهام به قتل اعتراف کرده‌اند اما انگيزه آنها هنوز مشخص نيست و تحقيقات پليسی برای بررسی اين پرونده همچنان ادامه دارد.

اميرحسين عباسی پسر نوجواني که آرزوهای زيادی برای آینده ورزشی‌اش داشت، ورزشکار بود و در رشته کشتی فعاليت می‌کرد و مدال‌های مختلفی کسب کرده بود اما چندروز پيش توسط دو منهم به انگيزه‌ای که همچنان تحت بررسی است، به قتل رسيد.

پدر اميرحسين در مورد اين جنايت به «جام‌چم» می‌گويد: «پسرم روز چهارشنبه ۲۹مهرماه از مدرسه خارج شد تا به خانه برگردد. آن‌روز پسر کوچکم را از مدرسه آورد و سپس همسرم سفره را پهن کرد. به همسرم گفتم صبر کنيم تا اميرحسين هم بيايد اما هرچه صبر کرديم، از او خبری نشد. حدود ۲۰ دقيقه منتظر مانديم که همسرم گفت امکان ندارد اميرحسين در برگشت به خانه داشته باشد و بدون اطلاع ما جايی برود. برای همين ماثين را برداشتم و به مدرسه پسر رتم. سربدار گفت آقای قاسمی همه چيدها رفته‌اند و اميرحسين هم ساعت ۱۲:۴۵ دقيقه از مدرسه خارج شد. پسرم همراه دوستش آمده و سپس در نقطه‌ای از هم جدا شده‌اند تا هر کدام به خانه خوششان برونند. اميرحسين نزديکی‌خانه رسيده بود که آن همسايه نامرد پسرمر را صدا زد و از او برای جابه‌جايی وسايل در پارکينگ کمک خواست. پسرم چون مرام پهلواني داشت و کشتی‌گير بود و مقام استانی و

کشوری داشت، درخواست کمکش را قبول کرد و به پارکينگ رفت تا به آنها در جابه‌جايی وسايل کمک کند. به‌محض اين که اميرحسين وارد خانه شد، ابتدا زن یک ضربه چاقو به سينه پسرمر زد و بعد هم شوهرش ضربه دوم را محکم‌تر وارد کرد. سپس هاشان را بستند و او را در مکانی شبیه به یک انبار یک‌ديرک متر، زندانی کردند و در آهني را هم قفل کردند. نمی‌دانم پسرم چندساعت خونریزی داشت اما با همان وضعیت هم تلاش کرده بود خود را نجات دهد اما نتوانسته بود. اميرحسين در شرایطی به قتل رسيد که کوله‌پشتی مدرسه‌اش هنوز پشش بود. پس از اين که با چاقو به سينه پسرمر ضربه زدند، تلاش کردند تا با حفر جایی در پارکينگ، پیکر پسرمر را دفن کنند.»

در حالی که زن و شوهر منهم به قتل تلاش می‌کردند تا آثار جنايت را پنهان کنند، پدر اميرحسين ساير اقوام را از

مفقودی پسرش مطلع و از آنها برای يافتن اميرحسين درخواست کمک کرد. آنها جست‌وجوها را از کوچپس کوچه‌ها آغاز کردند که بی‌نتيجه بود. موضوع مفقودی را به کلاتری هم اعلام کردند اما باز هم ردی از اميرحسين پيدا نکردند. پرونده مفقودی اميرحسين اين‌بار به آگاهی ارجاع شد و دوربين‌های محل مورد بررسی قرار گرفت.

پدر در ادامه می‌گويد: «در دوربين

ديديم که اميرحسين پس از رددشدن از کوچه اول و دوم، به نزديکی خانه‌مان رسيد اما بعضی تصاوير وضوح خوبی نداشتند و ما احتمال داديم که شايد او را افرادي با خودرو ريوه داشته باشند. براساس حکم قضايی صادرشده، چندخانه در همان حوالی را گشتيم اما خانه منهام را نگشتيم. آن‌شب ما نتوانستيم اميرحسين را پيدا کنيم اما همچنان کوه، دشت، رودخانه، کوچه،

مشت شوهر خيانتکار با دوربين مخفی باز شد



هر بار که برای کار به خارج از کشور سفر می‌کردم و بعد از مدتی به خانه برمی‌گشتم، هنگام نظافت با موهای زنانه روی زمین روبه‌رو می‌شدم و همین باعث شده بود به همسر شک کنم.

به نقل از روزنامه جام‌چم، زنی که به رفتارهای مشکوک همسرش ظنين شده بود، با نصب دوربين مخفی در خانه تلاش کرد به راز او پی ببرد، اما پس از بازگشت از سفر با صحنه‌ای روبه‌رو شد که او را شوکه کرد؛ همسرش در غیاب او با دو زن به خانه آمده بود که مشخص شد یکی از آنها منشی خودش است.

رسيدگی به اين پرونده با شکايت زنی در دادگاه کيفری یک استان تهران آغاز شد. شاکی گفت پس از مدتی زندگی مشترک، رفتارهای همسرش تغيير کرده و نشانه‌هایی ديده که باعث شده به او برای پی بردن به حقيقت، در نهايت تصميم گرفت دوربين مخفی در خانه نصب کند.

شاکی در جريان رسيدگی به پرونده به نقضات گفت: سه سال قبل با همسر آشنا شدم و با وجود مخالفت خانواده‌ام با او نظر منالي و فرهنگی با هم تفاوت داشتند. من

مدیرعامل یک شرکت صادرات و واردات معروف هستم و همسرم نیز کارمند است. او ادامه داد: با وجود تفاوت‌هایی که میان خانواده‌های ما وجود داشت، فريب حرف‌های عاشقانه اين مرد را خوردم و با او ازدواج کردم. در ابتدای زندگی مشترک، همه چیز عادی بود و مشکلی نداشتيم اما بعد از حدود یک سال رفتار همسرم تغيير کرد. او سعی می‌کرد تلفن همراهش را از من مخفی کند. اين رفتار باعث شد بيشتر به کارهایش دقت کنم. هر بار که برای کار به خارج از کشور سفر می‌کردم و بعد از مدتی

به خانه برمی‌گشتم، هنگام نظافت با موهای زنانه روی زمین روبه‌رو می‌شدم. شاکی افزود: اين موضوع برایم عجيب بود. یک بار هم زیر تخت یک گوشواره ناشنا پيدا کردم. ديدن اين نشانه‌ها باعث شد ديگر مطمئن شوم همسرم با زن ديگری وارد رابطه شده است. یک بار به‌طور جدی درباره اين موضوع با او حرف زدم اما او همه چیز را انکار کرد و گفت من دچار شک و بدبینی شده‌ام. به گفته اين زن، انکارهای همسرش باعث نشد شک او برطرف شود و در نهايت تصميم

جنايتی دلخراش؛

قتل دوست بر سر سهم طلای سرقتي

شناسایی کنند. همچنين مشخص شد مقنول فردی سابقه‌دار بوده که روزهای پایانی زمستان سال گذشته محکوميش پايان يافته و از زندان آزاد شده است. سپس سراغ دوست سابقه‌دارش رفته و با هم به سرقت خودرو و لوازم داخل آن پرداختند. همين سرخنگ کافی بود ماموران احتمال دهند دوستش، فرشيده در قتل او نقش داشته باشد. فرشيده تحت تعقيب بود تا اين که ماموران دو روز پيش هنگام گشت زنی در یکی از محله‌های جنوب غرب تهران فرشيده را در حال سرقت لوازم داخل خودروی پژو شناسایی و او را که با ديدن ماموران، تناری شده بود در تعقيب و گريز پليسی بازداشت کردند.

منهم ۳۹ ساله با انتقال به اداره دهم پليس آگاهی تهران بازجويی شد. تناقض‌گویی‌های او در تحقيقات، سرانجام به اعتراف در مرتبه به اتهام سرقت خودرو و لوازم داخل آن بازداشت و زندانی شدم. هر بار هم یک تا دو سالی زندانی بودم. با مقنول چند سال قبل در زندان آشنا شدم. او زودتر از من آزاد شد و من هم بعد از پايان دوره محکوميتم سراغش رتم. منوجه شدم مدتی است او به من خيانت می‌کند و بخشی از اسوال سرقتي را بر می‌دارد و می‌فروشد و سهم کمتری به من می‌دهد. سر همين موضوع چند مرتبه با او دعوا کردم که می‌گفت سهم تو همین است. از ديگر جرائم وی ادامه دارد.

منهم ۳۹ ساله با انتقال به اداره دهم پليس آگاهی تهران بازجويی شد. تناقض‌گویی‌های او در تحقيقات، سرانجام به اعتراف در مرتبه به اتهام سرقت خودرو و لوازم داخل آن بازداشت و زندانی شدم. هر بار هم یک تا دو سالی زندانی بودم. با مقنول چند سال قبل در زندان آشنا شدم. او زودتر از من آزاد شد و من هم بعد از پايان دوره محکوميتم سراغش رتم. منوجه شدم مدتی است او به من خيانت می‌کند و بخشی از اسوال سرقتي را بر می‌دارد و می‌فروشد و سهم کمتری به من می‌دهد. سر همين موضوع چند مرتبه با او دعوا کردم که می‌گفت سهم تو همین است. از ديگر جرائم وی ادامه دارد.

۸ زنک خطر در رابطه با مهارت‌های ارتباط اجتماعی کودکان

گلچين امروز - معصومه مهری: ارتباط اجتماعی کودکان یکی از پایه‌های اساسی رشد آنها است. وقتی کودک بتواند با ديگران ارتباط مؤثر برقرار کند، نه‌تنها مهارت‌های شناختی و رشدی‌اش تقويت می‌شود، بلکه اعتمادبه‌نفس بيشتری هم پيدا می‌کند و شخصيت اجتماعی‌اش بهتر شکل می‌گيرد. اما همه کودکان در اين مسیر بدون مشکل پيش نمی‌روند. برخی از آن‌ها در يادگيري و به‌کارگيري مهارت‌های اجتماعی با چالش‌هایی روبه‌رو هستند. اگر شما والدين چنين کودکی هستيد يا با کودکی که اين مشکلات را دارند سروکار داريد، بايد بدانيد که تشخيص به‌موقع و مداخله زودهنگام بسيار مهم است. حمايت درست در همان سال‌های ابتدای می‌تواند به کودک کمک کند تا توانایی‌های اجتماعی خود را به بهترين شکل بروز دهد. زنک خطرهای ضعف در مهارت‌های اجتماعی کودک نشانه‌های ضعف ارتباط اجتماعی معمولاً از سنين پايين خود را نشان می‌دهند. هرچه کودک بزرگ‌تر می‌شود و وارد اجتماع گسترده‌تری مثل مهدکودک و مدرسه می‌شود، اين مشکلات بيشتر آشکار می‌شوند.

کودکاني که ارتباط اجتماعی ضعيف دارند، ممکن است هم در ارتباط کلامي و هم در ارتباط غير کلامي دچار مشکل باشند. به عبارت ديگر، هم در صحبت کردن و گفت‌وگو و هم در استفاده از حرکات، اشاره‌ها و زبان بدن.

نشانه‌های شايع ضعف ارتباط اجتماعی در کودکان - مشکل در سلام و احوال‌پرسی يا شروع یک مکالمه - سختی در گفت‌وگو و بيان ايده‌ها و نظرات - ناتوانی در تغيير لحن و بلندی صدا متناسب با موقعيت (مثلاً خانه، مدرسه يا مکان عمومی) - دشواری در تعريف کردن یک ماجرا يا داستان به‌صورت منسجم

- تاخير در يادگيري زبان نسبت به همسالان - بی‌علاقگی به تعامل و بازی با کودکان ديگر - پاسخ ندادن يا خيلی کم‌پاسخ بودن هنگام مکالمه - مشکل در درک مفاهيم غير مستقيم مثل ضرب‌المثل، کنایه يا طنز

یک مثال ساده: تصور کنيد کودکی را که هوش طبيعي دارد و حرف‌های ديگران را به خوبی منوجه می‌شود. او حتی ممکن است در بعضی موقعيت‌ها از زبان برای برقراری ارتباط استفاده کند. اما وقتی پای موقعيت‌های اجتماعی واقعی به میان می‌آيد، مثل بازی گروهی، شروع مکالمه يا تعريف یک داستان، دچار مشکل می‌شود. اين دقيقاً همان جایی است که ضعف در مهارت‌های ارتباط اجتماعی خودش را نشان می‌دهد.

علائم تشخيصی اختلال ارتباط اجتماعی در کودکان: کودکانی که دچار اختلال ارتباط اجتماعی هستند، در استفاده درست از زبان و ارتباط با ديگران مشکل دارند. اين مشکلات معمولاً از سنين پايين شروع می‌شود و به مرور با افزايش نيازهای اجتماعی بيشتر ديده می‌شود.

نشانه‌های مهم اين اختلال: • سلام و احوال‌پرسی يا صحبت متناسب با موقعيت برايشان سخت است. • مثلاً نمی‌دانند چطور گفت‌وگو را شروع کنند يا چطور اطلاعاتی را با ديگران به اشتراک بگذارند.

• نمی‌توانند سبک صحبت خود را تغيير دهند. • مثلاً با معلم و دوست‌شان یک‌جور حرف می‌زنند، يا با بزرگسال و کودک تفاوتی در نحوه صحبتشان قائل نمی‌شوند. • قوانين مکالمه را رعايت نمی‌کنند.

گاهی وسط حرف ديگران می‌پرند، نمی‌دانند چطور نوبتی حرف بزنند، يا وقتی کسی منظورشان را متوجه نمی‌شود، قادر به توضيح دوباره نيستند.

• مشکل در فهم حرف‌های غير مستقيم يا طنز دارند. برای اين مثال درک کنایه، ضرب‌المثل، لطيفه يا استعاره برايشان دشوار است. • اين مشکلات می‌تواند روی زندگی روزمره کودک تاثير بگذارد؛ از جمله:

• برقراری دوستی با همسالان، • موفقيت در مدرسه، • با بعدها عملکرد شغلی و اجتماعی.

توجه کنيد که اين اختلال به دليل اوتيسم يا عقب‌ماندگی ذهني ايجاد نمی‌شود. کودک ممکن است هوش طبيعي داشته باشد، اما در مهارت‌های اجتماعی دچار ضعف باشد.

نقش زنان در شاد نگه داشتن محیط خانه

یک روانشناس درباره نقش زنان در شاد نگه داشتن محیط خانه، توضیحاتی داد.

زهرامام روانشناس و مشاور درباره نقش زنان در شاد نگه داشتن محیط اظهار کرد: خانواده یکی از ارکان اصلي جامعه است که شخصيت افراد ابتدا در آن شکل می‌گيرد و سپس آن‌ها وارد محيطی بزرگ‌تر مانند جامعه می‌شوند.

وی با بيان اینکه نقش زنان در خانواده کليدی و مهمی است، افزود: مادر شاد می‌تواند محيط خانه و اعضای خانواده را شاد نگه دارد و فرزندانسی شاداب را تحویل جامعه دهد؛ اغلب اين زنان تفکرات مثبتی دارند و زندگی خود را با برنامه شروع می‌کنند.

امام گفت: افسردگی یکی از بیماری‌های روحی است که اغلب افراد به آن مبتلا می‌شوند. چراکه فرد افسرده انگيزه‌های لازم برای تحرک را ندارد، اما جالب است بدانيد که زنان شاد در کنار برنامه‌های زندگی، ورزش را فراموش نمی‌کنند و از نظر روحی کسل و خسته نيستند.

اين روانشناس با بيان اینکه برای داشتن خانواده‌ای شاد، افراد بايد شاد بودن را از خود آغاز کنند، ادامه داد: گاهی اوقات زوجين می‌گویند اگر همسرم شاد باشد، من هم شاد می‌شوم، اما "من" برای شادی خود و همسرم چه کارهایی انجام دهم؟

وی با بيان اینکه بهتر است با افرادی که انرژی منفی دارند ارتباط کمتری برقرار کنيد، اضافه کرد: زنان بايد بدانند که چه چیزی باعث شادی همسرشان می‌شود و آن اقدامات را انجام دهند.

اين روانشناس گفت: سلامت جسمی در شاد بودن محيط خانواده نقش اساسی دارد، بنابراین ضروری است که زنان مراقب تغذيه خود باشند و از سبزيات و میوه‌ها بيشتر استفاده کنند.

نقش آموزش‌های رفتاری در اصلاح الگوی تغذیه نسل جدید

عادت صبحانه‌نخوردن در دانش‌آموزان را این‌گونه تغییر دهیم



تغذیه‌ای و نگرش‌های منفی به صرف صبحانه، در گسترش این پدیده نامطلوب دخالت دارند. از این رو، اجرای برنامه‌های آموزشی که بتوانند طرز فکر افراد را اصلاح کنند و احساس توانایی شخصی را برای انجام یک رفتار سالم بسازند، ضرورت بالایی دارد. یکی از الگوهای معتبر در این حوزه، نظریه رفتار برنامه‌ریزی‌شده است که تأکید می‌کند رفتار انسان از سه عامل مهم سرچشمه می‌گیرد: «نگرش» یا دیدگاه مثبت و منفی فرد نسبت به فواید یک کار، «هنجارهای انزاعی یا ذهنی» یعنی فشارهای مثبت و حمایتی از سوی والدین، معلمان و دوستان، و «کنترل رفتاری در گذشته» که نشان‌دهنده میزان احساس آسانی و توانمندی فرد در غلبه بر موانع برای انجام آن رفتار است. با وجود اهمیت فراوان این موضوع، تاکنون بررسی جامع و یکپارچه‌ای که اختصاصاً به اثربخشی این رویکرد آموزشی بر صبحانه کودکان بپردازد انجام نشده بود و انجام چنین مطالعه‌ای ضروری به نظر می‌رسد. در همین خصوص، مشرفه چالشگر کردآسایی از گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مازندران به همراه سه نفر از پژوهشگران همدانشگاهی خود، مطالعه‌ای جامع را انجام دادند تا میزان موفقیت آموزش‌های مبنی بر مدل رفتار برنامه‌ریزی‌شده را در ارتقای مصرف صبحانه و بهبود عادات تغذیه‌ای مرتبط در

تغذیه‌ای و نگرش‌های منفی به صرف صبحانه، در گسترش این پدیده نامطلوب دخالت دارند. از این رو، اجرای برنامه‌های آموزشی که بتوانند طرز فکر افراد را اصلاح کنند و احساس توانایی شخصی را برای انجام یک رفتار سالم بسازند، ضرورت بالایی دارد. یکی از الگوهای معتبر در این حوزه، نظریه رفتار برنامه‌ریزی‌شده است که تأکید می‌کند رفتار انسان از سه عامل مهم سرچشمه می‌گیرد: «نگرش» یا دیدگاه مثبت و منفی فرد نسبت به فواید یک کار، «هنجارهای انزاعی یا ذهنی» یعنی فشارهای مثبت و حمایتی از سوی والدین، معلمان و دوستان، و «کنترل رفتاری در گذشته» که نشان‌دهنده میزان احساس آسانی و توانمندی فرد در غلبه بر موانع برای انجام آن رفتار است. با وجود اهمیت فراوان این موضوع، تاکنون بررسی جامع و یکپارچه‌ای که اختصاصاً به اثربخشی این رویکرد آموزشی بر صبحانه کودکان بپردازد انجام نشده بود و انجام چنین مطالعه‌ای ضروری به نظر می‌رسد. در همین خصوص، مشرفه چالشگر کردآسایی از گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مازندران به همراه سه نفر از پژوهشگران همدانشگاهی خود، مطالعه‌ای جامع را انجام دادند تا میزان موفقیت آموزش‌های مبنی بر مدل رفتار برنامه‌ریزی‌شده را در ارتقای مصرف صبحانه و بهبود عادات تغذیه‌ای مرتبط در

ایستاد: محققان در پژوهشی جدید شواهد علمی موجود درباره روش‌های آموزشی مبتنی بر شناخت و رفتار را برای ترغیب کودکان و نوجوانان به صرف صبحانه و ترویج تغذیه سالم در مدارس و خانواده‌ها تحلیل کردند. تغذیه سالم و اصولی، به‌ویژه در دوره‌های حساس و سرنوشت‌ساز کودکی و نوجوانی، یکی از پایه‌های بنیادین برای حفظ تندرستی عمومی جامعه و تضمین‌کننده رشد متوازن جسمانی و شکوفایی قوای ذهنی به شمار می‌رود. در چرخه غذایی روزانه، وعده صبحانه از اهمیت فوق‌العاده‌ای برخوردار است، زیرا انرژی لازم برای فعالیت‌های روزانه، تمرکز ذهنی، یادگیری کلاسی و بهبود عملکردهای شناختی دانش‌آموزان را تأمین می‌کند. مصرف منظم صبحانه نه تنها کیفیت کلی رژیم غذایی و سلامت جسمانی کودکان را ارتقا می‌دهد، بلکه اثرات مستقیمی بر بهبود نمرات درسی، تقویت سلامت روان و کاهش رفتارهای پرخطر در سنین رشد دارد. با این حال، به دلیل تغییر سبک زندگی شهری، فشارهای روزمره و شکل‌گیری باورهای نادرست، حذف این وعده کلیدی به یک معضل تغذیه‌ای بسیار شایع در سراسر جهان و همچنین در میان دانش‌آموزان ایرانی تبدیل شده است. عوامل متعددی از قبیل پایگاه اقتصادی و اجتماعی خانواده، سطح سواد والدین، وضعیت اشتغال مادران، کمبود آگاهی

بیماری‌هایی که پس از مصرف سس مایونز سراغ انسان می‌آیند!

افرادی که از سس‌های مایونز و فست فود استفاده فراوانی می‌کنند، باید منتظر بروز بیماری‌های مختلف در خود به علت چربی بالای این ماده غذایی باشند. امروزه افراد غذاهای فست فودی را به خاطر طعم دلنشین و خوب سس مایونز بیکار رفته در آنها را دوست دارند و اکثر جوانان بیشتر به دنبال ساندویچ‌ها و فست فودهای مختلف هستند. در انواع ساندویچ‌ها برای جذب مشتری بیشتر از سس فراوانی استفاده می‌شود که به دلیل چرب بودن بیش از حد این ماده مکمل غذایی سبب بروز بیماری‌های مختلفی در افراد در اثر خوردن طولانی آن می‌شود.

برخی از عوارض مصرف بیش از اندازه سس‌های مایونز به شرح زیر است: افزایش فشار خون - گرفتگی عروق قلب - افزایش فشار خون - ایجاد سنگ های صفرا - چرب شدن کبد و بروز ناراحتی‌های کبدی - چرب شدن سریع پوست و مو - بروز انواع آگزری - چاقی زودتر از موعد - تأثیر منفی بر استخوان و به خصوص ستون فقرات.

در جامعه ماشینی امروزی که تحرکات بدنی به شدت کاهش یافته است باید تا حد ممکن از خوردن سس‌های مایونز و فست فودها جلوگیری کرد تا افراد دچار بیماری‌های مختلفی نشوند.

۷ نکته برای تقویت انرژی بدن به طور طبیعی



باشگاه خبرنگاران جوان: برخی از روش‌ها و نکاتی وجود دارد که رعایت آن‌ها برای بدست آوردن انرژی و کاهش استرس مفید است.

برای آنکه پرا انرژی بماند، راه‌های مختلفی وجود دارد که به وسیله آن‌ها می‌توانید به شکی طبیعی انرژی خود را تقویت کنید.

اگر به فروشگاه‌ها سر زده باشید، ممکن است انواع ویتامین ها، گیاهان و یا حتی مکمل‌هایی را که به عنوان تقویت کننده انرژی وجود دارد، دیده باشید. برخی از این مکمل‌ها حتی به نوشابه‌ها و دیگر غذاها اضافه می‌شوند اما شواهد کمی وجود دارد که موادی مانند جینسینگ، گوارانا و پیکولینات کرم به واقع در این زمینه مؤثر هستند.

خوشبختانه مواردی وجود دارد که می‌توانید سطح انرژی خود را به شکلی طبیعی افزایش دهید. در این گزارش می‌خواهیم به ۷ مورد طبیعی برای افزایش سطح انرژی بدن شما اشاره کنیم: ۱. استرس خود را کنترل کنید احساسات ناشی از استرس، مصرف مقدار انرژی بالایی را مصرف می‌کند. صحبت کردن با یک دوست یا آشنا، پیوستن به یک گروه حمایتی (به مانند محافل دوستانه)، یا پیش یک پزشک روان درمانی رفتن می‌تواند به کاهش استرس کمک کند. روش‌های ریلکس کردن

مانند مدیتیشن، خود هیپنوتیزمی، یوگا و «تاچی» نیز ابزارهایی مؤثر برای کاهش استرس به شمار می‌روند. ۲. کار خود را سبک کنید یکی از علل اصلی کوفتگی بدن، کار بیش از حد است. کار زیاد می‌تواند شامل وظایف اجتماعی، خانواده‌گی و یا حرفه‌ای باشد. بنابراین تلاش کنید فهرست فعالیت‌هایی را که «باید انجام شود» را کاهش دهید. ۳. ورزش کنید ورزش تقریباً تضمین می‌کند که شما آرامتر از سابق خواهید خوابید. ورزش همچنین به سلول‌های شما انرژی برای سوزاندن و گردش اکسیژن می‌دهد. ورزش می‌تواند به افزایش سطح دوپامین مغز منجر شود که همین مسئله به تقویت روحیه کمک می‌کند. پس به هنگام قدم زدن، به شکل دوره

ای، سرعت خود را افزایش دهید تا از سلامتی بیشتری برخوردار شوید. ۴. از سیگار کشیدن خودداری کنید شما می‌دانید سیگار کشیدن سلامتی شما را تهدید می‌کند اما ممکن است ندانید سیگار کشیدن انرژی شما را با ایجاد بی‌خوابی از بین ببرد. نیکوتین موجود در تنباکو یک ماده محرک است که ضربان قلب را افزایش می‌دهد، فشار خون را بالا برده و فعالیت موج مغزی مرتبط با بیداری را تحریک کرده و در نتیجه خوابیدن را سخت‌تر می‌کند. حتی به محض خوابیدن قدرت اعتبار آور آن می‌تواند شروع کرده و شما را بیدار کند. ۵. برای انرژی غذا بخورید خوردن غذا با شاخص انرژی پایین که قندهای آن به آستسگی جذب می‌شود، ممکن است به

بر این اساس، نتیجه‌گیری شد که به کارگیری «الگوهای آموزش رفتار برنامه‌ریزی‌شده» ابزاری بسیار کارآمد و موفق در ترویج فرهنگ مصرف صبحانه در میان فرزندان است. این یافته‌ها روشن می‌سازند که ایجاد باور مثبت نسبت به صبحانه و تقویت این حس در دانش‌آموز که خودش می‌تواند موانع صبحانه‌خوردن را مدیریت کند، به همراه همراهی صمیمانه والدین، شامن اصلی موفقیت این برنامه‌ها هستند؛ بنابراین ضرورت دارد الگوهای آموزشی آینده به صورت هم‌زمان بر دانش‌آموز، کانون خانواده و فضای مدرسه متمرکز شوند. طبق اطلاعات ارائه‌شده در این پژوهش که نتایج آن در «فصلنامه تحقیقات سلامت در جامعه» وابسته به دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی مازندران منتشر شده است، چارچوب‌های آموزش رفتاری، ظرفیت بالایی در پیش‌بینی رفتارهای سلامت‌محور دارند. البته تمرکز بیشتر پژوهش‌های موجود بر جامعه ایرانی نشان‌دهنده توجه ویژه محققان کشور به این چالش بومی است، اگرچه به دلیل تفاوت در روش‌های اجرایی در دیگر کشورها، تعمیم داده‌ها نیازمند احتیاط است. تحلیل‌ها حاکی از آن هستند که هرچه تعداد جلسات آموزشی و مدت زمان برنامه طولانی‌تر باشد، اثرگذاری پایدارتری بر تغییر نگرش و رفتار دانش‌آموزان حاصل می‌شود که این موضوع به اصل تناسب اثرگذاری با تکرار آموزش اشاره دارد. همچنین آموزش والدین به عنوان حامیان اصلی کودک، نقشی تعیین‌کننده در تثبیت این عادات دارد. زیرا اغلب برنامه‌ها فقط بر دانش‌آموز متمرکز بوده‌اند و لزوم پیوند دادن مدرسه با خانواده کاملاً احساس می‌شود.

علاوه بر این، در برخی پژوهش‌ها کاهش مصرف خوراکی‌ها و میان‌وعده‌های ناسالمی نظیر تنقلات و نوشیدنی‌های قندی نیز در کنار افزایش مصرف صبحانه دیده شده است که قدرت این آموزش‌ها را در اصلاح چندبعدی شیوه زندگی نشان می‌دهد. پس توجه به تفاوت‌های جنسیتی، معمولاً دختران پاسخ‌دهی بهتری در تغییر نگرش نسبت به پسران نشان داده‌اند. این برای گروه‌های مختلف سنی باید روش‌های اختصاصی مانند فناوری‌های نوین آموزشی یا برنامه‌های خانواده‌محور به کار رود. پژوهشگران در انتها پیشنهاد می‌دهند که مدارس و مراکز بهداشتی با همکاری کارشناسان تغذیه و آموزگاران، از رسانه‌های آموزشی و بسته‌های تعاملی برای توانمندسازی کودکان، جلب حمایت والدین و نهادینه‌سازی همیشگی وعده صبحانه بهره‌گیری نمایند.

راهکار «بشقاب غذای سالم» راهی برای رسیدن به وزن ایده‌آل



سالم، نوع کربوهیدرات از مقدار آن مهم‌تر است، افزود: در این رژیم غذایی از کربوهیدرات‌های مفید از قبیل غلات کامل استفاده می‌شود. از این رو مصرف قند و شکر، شیرینی‌ها، افزودنی‌ها و نوشابه در رژیم بشقاب غذایی سالم توصیه نمی‌شود. جزایری درباره بشقاب غذایی افراد مبتلا به دیابت گفت: بشقاب غذایی بیماران دیابتی هم تقریباً شبیه بشقاب غذایی افراد دیگر است، فقط در افراد دیابتی، سبزی‌های نشاسته‌ای را از بقیه سبزی‌ها جدا می‌کنیم. سبب زمینی، کدو حلوایی، ذرت و باقلا سبزی برای آن‌ها در دسته مواد پروتئینی طبقه بندی می‌شوند. مثلاً پنبه برای افراد عادی در گروه لبنیات قرار دارد. رژیم افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی، شبیه عموم مردم است. منتهی مصرف قند و شکر بسیار کم‌تر خواهد بود. این دکتري تخصصی تغذیه در پاسخ به این پرسش که در رژیم غذایی نوجوانان مصرف لبنیات چه تفاوتی با بزرگسالان دارد، گفت: بزرگسالان باید روزانه دو واحد و نوجوانان سه واحد لبنیات در روز مصرف کنند. وی در پایان اظهار کرد: در کنار بشقاب غذایی، ظرف روغن سالم به میزان متعادل وجود دارد. این روغن شامل روغن زیتون، کلازا (کانولا)، کنجد و گاهی روغن آفتابگردان و سویا است.

تأثیر محافظتی قهوه بر سلامت روان

عصبی (نوروپلانتیسم) تأثیر بگذارد. «فاکتور نوروتروفیک مشتق‌شده از مغز» (BDNF) پروتئینی حیاتی است که به رشد و حفظ نورون‌ها کمک می‌کند و سطوح پایین آن با افزایش خطر ابتلا به افسردگی مرتبط دانسته شده است. مکانیسم دیگری که از طریق آن شکر ممکن است بر سطح اضطراب تأثیر بگذارد، هورمون کورتیزول است. به گفته محققان: «رژیم‌های غذایی با قند بالا ممکن رینم طبیعی کورتیزول را مختل کرده و بر محور هیپوتالاموس-هیپوفیز-قوت‌کلیه (HPA) که مسئول تنظیم واکنش بدن به استرس است — تأثیر بگذارد. استرس اکسیداتیو نیز ممکن است در این میان نقش داشته باشد.»

از سوی دیگر، رژیم‌های غذایی پرشکر و جذب ضعیف فروکتوز نیز می‌تواند سطح سروتونین بدن را کاهش دهد؛ امری که می‌تواند تأثیر منفی بر تنظیم خلق‌وخو داشته باشد. اما قهوه ممکن است به کاهش خطر افسردگی کمک کند. پژوهش‌های پیشین نشان داده‌اند که نوشیدن قهوه می‌تواند اثر محافظتی بر سلامت روان داشته باشد. یک مطالعه خاص نشان داد که نوشیدن روزانه ۴ فنجان قهوه می‌تواند خطر افسردگی در زنان را تا ۲۰ درصد کاهش دهد.

اما قهوه دقیقاً چگونه چنین اثر محافظتی‌ای ایجاد می‌کند؟ یکی از راه‌هایی که محققان فکر می‌کنند قهوه این اثر را دارد، از طریق کافئین و تأثیر آن بر انتقال‌دهنده‌های عصبی در مغز است.

کافئین، آدنوزین، یک انتقال‌دهنده عصبی که در احساس خواب‌آلودگی و کندی مغز نقش دارد را مسدود می‌کند، که به طور طبیعی باعث افزایش سطح دوپامین و سروتونین می‌شود. دو انتقال‌دهنده عصبی ضروری برای انگیزه، لذت و شادی.

یکی دیگر از مکانیسم‌های احتمالی، محتوای بالای آنتی‌اکسیدان در قهوه است. آنتی‌اکسیدان‌هایی مانند اسید کلروژنیک می‌تواند به آرام کردن التهاب در مغز کمک کند، که عامل اصلی افسردگی است.

با مصرف خشکبار آلزایمر را به زانو درآورید

تغذیه نقش بی‌بدیلی در کارکرد مغز دارد به طوری که مصرف روزانه ۲۵ عدد از نوعی خشکبار باعث تقویت حافظه و مانع بروز آلزایمر می‌شود. مصرف مویز در زمستان باعث افزایش انرژی بدن می‌شود، مواد آنتوسیانین و پلی فنولیک موجود در مویز باعث کاهش بیماری‌های سرطانی و آلزایمر می‌شود. مویز از نظر شکل ظاهری و رنگ با کشمش متفاوت است اما خواص درمانی یکسانی دارد، اسید امگا ۳ و امگا ۶ موجود در این خشکبار در زمان مصرف باعث کاهش غلظت خون و چسبندگی پلاکت‌های خون و مانع لخته شدن خون می‌شود. خشک کردن مویز خواص آن را کاهش می‌دهد، این میوه سرشار از ویتامین‌های

یک دکتری تخصصی تغذیه گفت: کره، روغن حیوانی و خامه به دلیل این که حاوی چربی اشباع و ترانس هستند، فقط یک بار در هفته مصرف شود. شیمای جزایری دکتری تخصصی تغذیه در گفت و گو با رادیو سلامت بیان کرد: بشقاب غذایی یکی از راهنماهای تغذیه سالم است. در این رژیم غذایی افراد بشقاب غذا را به دو بخش تقسیم می‌کنند. یک قسمت (یک نیمه) را سبزی و میوه همچون کاهو، قارچ، کلم، گوجه فرنگی، سبزی خوردن، هویج و ... می‌ریزند که البته باید مقدار سبزی از میوه بیشتر باشد.

او ادامه داد: غلات کامل شامل نان کامل، نان جو و برنج قهوه‌ای باید یک چهارم از بشقاب را پر کنند و یک چهارم بعدی را نیز باید از پروتئین‌ها از قبیل گوشت سفید، قریز و ماهی‌ها پر کرد.

این دکتری تخصصی تغذیه در خصوص مصرف مایعات در بشقاب غذای سالم بیان کرد: در این رژیم، مصرف آب، جای کم‌رنگ و قهوه البته به شرطی که فرد مشکل گوارشی و رفلاکس معده نداشته باشد، توصیه می‌شود و دو واحد لبنیات شامل یک لیوان شیر و یک لیوان ماست هم باید استفاده شود.

او با بیان این که در رژیم غذایی «بشقاب غذای

تحقیقات جدید نشان داده است که انتخاب‌های ما در مورد نوشیدنی‌های روزانه ممکن است تأثیر منفی بر سلامت روان داشته باشد؛ البته به استثنای یک نوشیدنی خاص. نتایج یک مطالعه نشان داد که مصرف نوشیدنی‌های غیرالکلی شیرین با افزایش ۱۸ درصدی خطر ابتلا به افسردگی مرتبط است، اما به نظر می‌رسد قهوه اثر محافظتی دارد.

بدیهی است که این مزیت تنها در مورد قهوه ساده و بدون شکر (یا با حداقل میزان شکر) مشاهده شده است و مصرف قهوه‌هایی با شیرینی زیاد، با خطراتی برای سلامتی مرتبط دانسته شده‌اند. این مقاله داده‌های حاصل از ۵۹ مطالعه را که شامل بیش از ۲ میلیون شرکت‌کننده از ۲۲ کشور بود، مورد تجزیه و تحلیل قرار داد. افرادی که مقادیر بیشتری قهوه می‌نوشیدند، در مقایسه با کسانی که قهوه بسیار کم یا اصلاً مصرف نمی‌کردند، حدود ۱۳ درصد کمتر در معرض تجربه علائم افسردگی قرار داشتند.

با این حال، این اثر محافظتی تنها در مورد افسردگی مشاهده شد و به نظر نمی‌رسید که مصرف بیشتر قهوه تأثیر مشابهی بر اضطراب یا استرس داشته باشد.

چندین پژوهش، نوشیدنی‌های حاوی شکر و نوشیدنی‌های شیرین‌شده با شیرین‌کننده‌های مصنوعی را با افزایش خطر ابتلا به مشکلات و اختلالات سلامت روان و همچنین بروز علائم بیشتر، مرتبط دانسته‌اند.

محققان در توضیح این موضوع می‌گویند: «یکی از این مکانیسم‌ها، التهاب است. مصرف مزمن رژیم غذایی سرشار از شکر ممکن است فعالیت التهابی عصبی را در نواحی مغزی درگیر در واکنش به اضطراب افزایش دهد؛ از جمله افزایش نشانگرهای التهابی مانند IL-۶ و TNF-α. نوشیدنی‌های شیرین‌شده با شکر ممکن است در نوسانات قند خون و مقاومت به انسولین نیز نقش داشته باشند؛ عواملی که می‌توانند بر "فاکتور نوروتروفیک مشتق‌شده از مغز" (BDNF) و تعاطف‌پذیری

تغذیه نقش بی‌بدیلی در کارکرد مغز دارد به طوری که مصرف روزانه ۲۵ عدد از نوعی خشکبار باعث تقویت حافظه و مانع بروز آلزایمر می‌شود. مصرف مویز در زمستان باعث افزایش انرژی بدن می‌شود، مواد آنتوسیانین و پلی فنولیک موجود در مویز باعث کاهش بیماری‌های سرطانی و آلزایمر می‌شود. مویز از نظر شکل ظاهری و رنگ با کشمش متفاوت است اما خواص درمانی یکسانی دارد، اسید امگا ۳ و امگا ۶ موجود در این خشکبار در زمان مصرف باعث کاهش غلظت خون و چسبندگی پلاکت‌های خون و مانع لخته شدن خون می‌شود. خشک کردن مویز خواص آن را کاهش می‌دهد، این میوه سرشار از ویتامین‌های

تغذیه نقش بی‌بدیلی در کارکرد مغز دارد به طوری که مصرف روزانه ۲۵ عدد از نوعی خشکبار باعث تقویت حافظه و مانع بروز آلزایمر می‌شود. مصرف مویز در زمستان باعث افزایش انرژی بدن می‌شود، مواد آنتوسیانین و پلی فنولیک موجود در مویز باعث کاهش بیماری‌های سرطانی و آلزایمر می‌شود. مویز از نظر شکل ظاهری و رنگ با کشمش متفاوت است اما خواص درمانی یکسانی دارد، اسید امگا ۳ و امگا ۶ موجود در این خشکبار در زمان مصرف باعث کاهش غلظت خون و چسبندگی پلاکت‌های خون و مانع لخته شدن خون می‌شود. خشک کردن مویز خواص آن را کاهش می‌دهد، این میوه سرشار از ویتامین‌های

آگهی های ثبتی

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

برابر رای شماره ١٣٧٨، ١٠٩٢٦٨، ٤٥٠٥٢٠٣٨ مورخ ١٤٠٥/٥٢/٢٤ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلامعارض متقاضی مریم پورابراهیم کلاسیکی به شمارده ٤٠ سالدر از صومعه سرا فرزند محمدعلی در حد ششادنگ یکقطعه زمین باقی بفساحت ١٢٢/١٠ مترمربع پاک فرعی ١٥٥١ از اصل١ ١٥ اصلی واقع در قریه بریان مروز و مجزی شده از پاک ٢٢ بخش ٢٢ گیلان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ١٥ روز آگاهی می شود چنانچه اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی شرح مذکور اعتراض داشته باشد می تواند از تاریخ اولین انتشار آگاهی بددت ٢ ماهد اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند.بدیهی است و رسید در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض مدت مذکور طبق مقررات مدن مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ١٤٠٥/٥٨/٠٩
تاریخ انتشار نوبت دوم : ١٤٠٥/٥٨/٢٤

رضا خاجانی جفرودی – رئیس ثبت اسناد و املاك شهرستان صومه سا (٣٣٠٩٥٥١)

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

برابر رای شماره ١١٠٢٦٩٩، ١٠٩٢٦٨، ٤٥٠٤٦٠٣٨ مورخ ١٤٠٥/٥٢/٢٤ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلامعارض متقاضی نصرین مجدعلی پور بر بیان ه به شمارده شناسنامه ٥٧٠ صادرة از صومعه سرا فرزند دماغدی در حد ششادنگ یکقطعه زمين باقى بساحت ٣٣٢/٢٢ مترمربع پاک فرعى ١٥٥٨ از اصل١ ١٥ اصلی واقع در قرى بريان مروز و مجزى شده از پااك ١٥ بخش ٢٢ گيلان محرز گرديده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ١٥ روى آگاهي مي شود چنانچه اشخاصى نسبت به صدور سند مالكيت متقاضى شرح مذكور اعتراض داشته باشند مي توانند از تاريخ اوّلين انتشار آگاهي بددت ٢ ماهدة اعتراض خود را به اين ادارة تسليم و پس از اخذ رسيد، ظرف مدت يك ماه از تاريخ تسليم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضائى تقديم نمايند. بديهي است و رسيد در صورث انقضاي مدت مذكور و عدم وصول اعتراض مدت مذكور طبق مقررات سنء مالكيت صادر خواهد شد.

تاريخ انتشار نوپت اول : ١٤٠٥/٥٨/٠٩
تاريخ انتشار نوپت دوم : ١٤٠٥/٥٨/٢٤

رضا خاجانى جفرودى – رئيس ثبت اسناد و املاك شهرستان صومه سا (٣٣٠٩٥٥٣)

آگهیی تحدید حدود اختصاصی

در اجرای تبصره ذیل ماده ١٣ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی ششادنگ ایک قطعه مروز از پاک فرعی ٤٤٠٥٨٤٤ اصلی واقع در قریه موراب زرمبخ پیش ٢٢ گیلبان بعنوان ششادنگ ایک قطعه زمين مشتمل بر یکباب ساختمان دو طبقه رای شماره ١١٠٩٠٤٠٦، ٤٥٠٤٦٠٣٨، ١٤٠٥٦٠٣٨ مورخ ١٤٠٥/١١/٢٤ بناً آقای احدجسار داو پناه کهامیر می شی ش ٣٠١٢ فرزندان حجت صادره صومعه سراً به مساحت ٢٠٠ مترمربع از کلیه مروز از پاک فرعی ٤٤٠٥٨٤٤ صادر و پاک فرعی ٣٠٢٤ مجزی شده برای آن تعیین بند جدول جدید تجدید حدود نشده در اجرای تصمیم جهت مذکور تجدید حدود باید اخیرالمرکز راس ساعت ٩ صبح روز سه شنبه مورخه ١٤٠٥/١١/١٨ در محل شروع و به عمل خواهد آمد. بدینوسله مراتب جهت اطلاع ملکان معاً و مجاورین آگاهی می شود چنانچه اعتراضی به حدود و حقوق ارتقاقی داشته باشید می توانید از تاریخ تجدید حدود لغایت ٣٠ روز، اعتراض خود را کتباً یا قد نشائی کامل به اداره ثبت اسناد و املاك شهرستان صومعه سرا تسلیم و رسيد ارشد ثابت نماید شاكن اگر است آن دسته از افراد كه اعتراض مي نمائد طبق مادۀ ٨٦ این لاه قائلون ثبت موظفتند طرف مدت ٢٠ روى از تاريخ تسليم اعتراض به مرجع ثبتى، دادخواست اعتراض خود را به مرجع مصالح قضائى تقديم نمایند بدیهی است در صورث عدم تسلیم دادخواست و ارائه گواهى اقدام مقدم مراجعه و اداره ثبت، متقاضی نباشا یا لابندهاء قافلوئی وی مبتواند به دادهاء مربوطه مراجعه و گواهى عدم تقدم اعلام دادخواست را در دفالت و به اداره نیست تسلیم نماید و این اداره نا توجه به گواهى مربوطه وبدون توجه به اعتراض عمليات ثبتى را وفق مقررات ادامه خواهد داد. تاريخ انتشار: ١٤٠٥/٥٨/٠٩ رضا خاجاني جفرودی - رئیس ثبت اسناد و املاك شهرستان شهرستان صومه سا (٣٣٠٩٥٥٨)

آگهی های ثبتی

آگهیی تحدید حدود اختصاصی

در اجرای تبصره ذیل ماده ١٣ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی ششادنگ ایک قطعه مروز از پاک فرعی ١ سنگ اصولی واقع در قریه نویشان پیش ٢٥ گیلبان بعنوان ششادنگ ایک قطعه زمين مزبورى رای شماره ١١٠٥٨٠٤٨، ١١٠٥٨٠٣٨، ٤٥٠٤٦٠٣٨ مورخ ١٤٠٥/١١/٢٢ بنام خانم مبنا خمسة دلدار پیخانیش ش ٢ فرزند عزیز صادره صومعه سراً مساحت ١٩٨٥.٦٥ مترمربع از ششادنگ کمیسبون ماده مذکور اثر صادر و پاک ١٢٢ فرنی مجزی شده براى آن تعیین شده چون اصل ملک تجدید حدود نشده در حد ششادنگ تصمیم هیئت مذکور تجدید حدود پاک اخیرالمرکز راس ساعت ٩ صبح روز یکشنبه مورخ ١٤٠٥/١١/٢٢ بنام خانم شروع و به عمل خواهد آمد. بدینوسیله مراتب جهت اطلاع مالکین شعاع و مجاورین آگاهی می شود چنانچه اعتراضی به حدود و حقوق ارتقاقی داشته باشند می توانند از تاریخ تجدید حدود لغایت ٣٠ روز، اعتراض خود را کتباً یا قد نشائی کامل به اداره ثبت اسناد و املاك شهرستان صومعه سراً تسلیم و رسيد ارشد ثابت نماید شاکن ذکر است آن دسته از افراد كه اعتراض مي نمائنء طبق مادۀ ٨٦ این لاه قائلون ثبت موظفتند طرف مدت ٣٠ روز از تاريخ تسليم اعتراض به مرجع ثبتى، دادخواست اعتراض خود را به مرجع مصالح قضائى تقديم نمایند بدیهی است در صورث عدم تسلیم دادخواست و ارائه گواهي تقديم مقدم درخواست و اداره ثبت، متقاضی نباشا یا لابندهاء قافلوئی وی مبتواند به دادهاء مربوطه مراجعه و گواهى عدم تقدم اعلام دادخواست و در یافتن و به اداره ثبت تسلیم نماید و این اداره نا توجه به گواهی مربوطه و بدون توجّه به اعتراض عملیات ثبتی را وفق مقررات ادامه خواهد داد. تاريخ انتشار: ١٤٠٥/٥٨/٠٩ رضا خاجاني جفرودى - رئیس ثبت اسناد و املاك شهرستان صومه سا (٣٣٠٩٥٦٢)

آگهیی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۴ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ١١٠٢٢٠٦٨، ٤٥٠٥٦٠٣٨، ١٤٠٥٦٠٣٨ مورخ ١٤٠٥/٥٢/٢٢ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلامعارض متقاضی جایر سلحشور منادر بازارى به شمارده شناسنامه ٥١٠ صادرة از صومعه سراً فرزند نقی در حد ششادنگ یاقلى بمرفض باقى بساحت ٤٠٢/٢٦ مترمربع پاک فرعى ١٨٩١ از اصل١ ١٢ اصلی واقع در قریه مهاف آبساب هرگز و مجزى شده از پااك ١٣ بخش ٢٥ گيلان محرز گرديد است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ١٥ روى آگاهي مي شود چنانچه اشخاصى نسبت به صدور سند مالكيت متقاضى شرح مذكور اعتراض دارند مي توانند از تاريخ اوّلين انتشار آگاهي بددت ٢ ماهدة اعتراض خود را به اين اداره تسليم و پس از اخذ رسيد، ظرف مدت يك ماه از تاريخ تسليم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضائي تقديم نمايند. بديهي است و رسيد در صورث انقضاي مدت مذكور و عدم وصول اعتراض مدت مذكور طبق مقررات سنء مالكيت صادر خواهد شد.

تاريخ انتشار نوپت اول : ١٤٠٥/٥٨/٠٩
تاريخ انتشار نوپت دوم : ١٤٠٥/٥٨/٢٤

رضا خاجانى جفرودى - رئيس ثبت اسناد و املاك شهرستان صومه سا (٣٣١٠٤٦٥)

آگهیی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهافاقد سند رسمی

برابر رای شماره ١١٠٢٢٠٨٦، ٤٥٠٥٦٠٣٨، ١٤٠٥٦٠٣٨ مورخ ١٤٠٥/٥٢/٢٢ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک صومعه سرا تصرفات مالکانه پلامعارض متقاضی شبی سلحشور منادر بازارى به شمارده شناسنامه ٢٢ صادرة از صومعه سراً فرزند امام اله در حد ششادنگ یک بابى بايقاى احداثى بساحت ١٢٢/٢٢ مترمربع پاک فرعى ١٨٩١ از اصل١ ١٢ اصلی واقع در قرىه مهاف آبساب هرگز و مجزى شده از پااك ١٣ بخش ٢٥ گيلان محرز گرديد است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ١٥ روى آگاهي مي شود چنانچه اشخاصى نسبت به صدور سند مالكيت متقاضى شرح مذكور اعتراض داشته باشند مي توانند از تاريخ اوّلين انتشار آگاهي بددت ٢ ماهدة اعتراض خود را به اين اداره تسليم و پس از اخذ رسيد، ظرف مدت يك ماه از تاريخ تسليم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضائي تقديم نمايند. بديهي است و رسيد در صورث انقضاي مدت مذكور و عدم وصول اعتراض مدت مذكور طبق مقررات سنء مالكيت صادر خواهد شد.

تاريخ انتشار نوپت اول : ١٤٠٥/٥٨/٠٩
تاريخ انتشار نوپت دوم : ١٤٠٥/٥٨/٢٤



اوقات شرعی به وقت گیلان

اذان صبح: ۰۵:۰۸
طلوع آفتاب: ۰۶:۳۵
اذان ظهر: ۱۱:۵۵
غروب خورشید: ۱۷:۱۵
اذان مغرب: ۱۷:۳۴

صفحه آرایی:

گلچین امروز

چاپ و لیتوگرافی:

شرکت چاپ و نشر نوین

تلفن: ۳۳۲۲۴۷۲۷

نشانی: رشت - چهارراه پورسینا - روبروی ثبت احوال رشت - ساختمان اطبا - طبقه دوم - تلفن: ۳۳۳۱۰۷۲۷ - ۳۳۳۶۰۵۰ - تلفکس: ۳۳۲۲۰۳۲۶

تمایذگی مازنران - محمودآباد - خیابان آزادی - کوچه شهید شکوری - ساختمان لطفی - طبقه دوم (علی یوسفی) - ۰۹۱۱۱۲۰۸۰۵

نشانی سایت: <https://golchinemrooz.ir>ایمیل: Golchin.Today@yahoo.com

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، ورزشی و هنری صبح ایران

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: مسعود گیاهی ساراوی

سرمدیر: کریم خورسندی مژدهی

مطالب درج شده لزوما انعکاس دهنده دیدگاه روزنامه نمی باشد.

گلچین
امروز

سال بیست و سوم - شماره ۵۳۷۴

گزارش

شنبه ۹ آبان ۱۴۰۵ - ۲۰ جمادی الاول ۱۴۴۸ - ۳۱ اکتبر ۲۰۲۶

کارجو، شهردار املش:

برای بهبود شرایط زندگی شهروندان باید گام‌های مؤثری برای توسعه و پیشرفت شهر برداریم



خدمتگزاری خود را حفظ کنند. وی همچنین از حمایت مجموعه مدیریتی شهرستان از شهردار جدید املش خبر داد و افزود: اعضای شورای تأمین و مجموعه مدیریت اجرایی شهرستان در مسیر تحقق اهداف توسعه شهری در کنار شهردار و مجموعه شهرداری خواهند بود تا با همکاری، همدلی و هم‌افزایی، زمینه پیشرفت و حرکت رو به جلوی املش فراهم شود. فرماندار املش در پایان با قدردانی از حضور مسئولان، اعضای شورای اسلامی شهر، کارکنان شهرداری و شهروندان در این مراسم، ابراز امیدواری کرد که با تعامل و همکاری مجموعه مدیریت شهری و مشارکت مردم، اقدامات مؤثری در راستای عمران، آبادانی و افزایش رضایتمندی شهروندان املشی انجام شود.

در این مراسم شهردار جدید املش نیز با اشاره به اینکه مسئولیت مدیریت شهری را فرصتی ارزشمند برای خدمت به مردم می‌داند، افزود: اعتماد صورت‌گرفته، مسئولیت سنگینی بر دوشم گذاشته و امیدوارم با همکاری و همدلی همه دلسوزان شهر، بتوانیم شرایطی بهتر برای شهروندان فراهم کنیم.

کارجو با قدردانی از مدیران پیشین شهرداری از جمله دکتر سلیمانی و دیگر مدیرانی که در سال‌های گذشته برای توسعه شهر تلاش کرده‌اند، گفت: ما وارث زحمات و تلاش‌های مدیرانی هستیم که عمر و توان خود را برای پیشرفت این شهر صرف کرده‌اند و وظیفه داریم با بهره‌گیری از تجربیات آنان، مسیر عمران و آبادانی املش را ادامه دهیم. کارجو در پایان ابراز امیدواری کرد که با اتکا به اعتماد مردم، همراهی اعضای شورای اسلامی شهر و مشارکت همه ظرفیت‌های انسانی و مدیریتی، بتواند گام‌هایی مؤثر برای پیشرفت شهر و بهبود شرایط زندگی شهروندان بردارد.

شورای اسلامی شهر و تمامی افرادی که در این انتخاب نقش داشتند، قدردانی کرد و گفت: شهردار جدید پیش از این در جایگاه سرپرست شهرداری توانمندی‌های خود را نشان داده و انتظار می‌رود با برنامه‌ریزی دقیق، تلاش مستمر و پیگیری مطالبات شهروندان، گام‌های مؤثری در مسیر پیشرفت املش بردارد.

فرماندار املش با تأکید بر ضرورت توجه جدی به خواسته‌ها و نیازهای مردم بیان کرد: شهروندان شایسته خدماتی درخور شأن خود هستند و همراهی، رضایت و دعای خیر مردم می‌تواند زمینه‌ساز تداوم اقدامات مؤثر و ارزشمند در حوزه مدیریت شهری باشد. مظفری با اشاره به تأثیر اقدامات کوچک و بزرگ مدیریت شهری بر زندگی شهروندان اظهار کرد: حتی اقداماتی که در ظاهر کوچک به نظر می‌رسند، می‌توانند تأثیر قابل‌توجهی بر کیفیت زندگی مردم داشته باشند؛ ازاین‌رو، مسئولان باید با وجود دشواری‌ها و مشکلات، انگیزه و روحیه

فراموش نمی‌کنند. مظفری با قدردانی از زحمات دکتر سلیمانی، شهردار پیشین املش، خاطرنشان کرد: از تلاشهای ایشان در دوران تصدی مسئولیت شهرداری تشکر می‌کنیم و امیدواریم تجربیات مدیران گذشته در مسیر عمران و توسعه شهر مورد استفاده قرار گیرد. وی همچنین با تبریک انتخاب ابودر کارجو به‌عنوان شهردار املش از اعضای

دلبستگی عمیقی به شهر خود دارند، افزود: موضوع نشان‌دهنده اهمیت پیگیری برنامه‌ها و استفاده مناسب از منابع مالی است. فرماندار املش نیز در آئین معارفه شهردار املش گفت: رضایتمندی مردم باید اولویت اصلی مدیریت شهری باشد. وی با تأکید بر ضرورت خدمت‌رسانی صادقانه به شهروندان، رضایتمندی مردم را مهم‌ترین اولویت مسئولان دانست و بر لزوم همدلی، برنامه‌ریزی و بهره‌گیری از ظرفیت‌های موجود برای توسعه و آبادانی این شهر تأکید کرد.

نخست سال از ۵۰ درصد فراتر رفته که این موضوع نشان‌دهنده اهمیت پیگیری برنامه‌ها و استفاده مناسب از منابع مالی است. فرماندار املش نیز در آئین معارفه شهردار املش گفت: رضایتمندی مردم باید اولویت اصلی مدیریت شهری باشد. وی با تأکید بر ضرورت خدمت‌رسانی صادقانه به شهروندان، رضایتمندی مردم را مهم‌ترین اولویت مسئولان دانست و بر لزوم همدلی، برنامه‌ریزی و بهره‌گیری از ظرفیت‌های موجود برای توسعه و آبادانی این شهر تأکید کرد.

محمد مهدی مظفری در آیین تودیع و معارفه شهردار املش که در سالن کانون معصومیه این شهر برگزار شد، با اشاره به اهمیت مسئولیت‌پذیری و خدمتگزاری به مردم اظهار کرد: فرصت مسئولیت زودگذر است و مدیران باید از این فرصت برای خدمت به مردم که بالاترین فیض محسوب می‌شود، به بهترین شکل استفاده کنند. وی با بیان اینکه مردم املش علاقه و

قرار گیرد؛ چراکه بهبود وضعیت کارکنان و ایجاد انگیزه در میان آنان، در کیفیت خدمات‌رسانی به شهروندان تأثیر مستقیم دارد. با بیان اینکه بخش مهمی از رضایتمندی مردم به نحوه برخورد کارکنان دستگاه‌های خدمات‌رسان مربوط می‌شود، افزود: حتی در مواردی که امکان انجام درخواست شهروند وجود ندارد، پاسخگویی مناسب، برخورد محترمانه و توضیح روشن درباره محدودیت‌ها می‌تواند از نارضایتی مردم بکاهد. کاظم یوسفی با اشاره به اقدامات انجام‌شده برای بهبود وضعیت کارکنان شهرداری‌ها بیان کرد: در راستای تقویت انگیزه نیروی انسانی، فوق‌العاده جذب برای حدود دو هزار نفر از کارکنان شهرداری‌ها افزایش یافته و میزان آن از ۳۰ به ۵۰ درصد رسیده است.

وی در ادامه به وضعیت تجهیزات و ماشین‌آلات شهرداری املش اشاره کرد و گفت: طی حدود ۱۸ تا ۱۹ ماه گذشته، نزدیک به شش دستگاه خودرو برای شهرداری املش تأمین شده است. همچنین تأمین خودروهای موردنیاز برای حمل متوفیان نیز در برنامه‌های مربوط به تأمین تجهیزات شهرداری‌ها قرار گرفته است. مدیرکل امور شهری و شوراهای استانداری گیلان با اشاره به اعتبارات شهرداری املش بیان کرد: بودجه شهرداری املش در سال گذشته حدود ۱۶۰ میلیارد تومان بوده که نزدیک به ۵۱ میلیارد تومان نیز از محل منابع حمایتی به آن اختصاص یافته است. ضمن این‌که بودجه امسال شهرداری نیز حدود ۱۸۰ میلیارد تومان پیش‌بینی شده و تاکنون حدود ۴۱ میلیارد تومان اعتبار حمایتی در اختیار این مجموعه قرار گرفته است.

یوسفی با اشاره به عملکرد شهرداری املش در دوره مدیریت ابودر کارجو، اظهار کرد: میزان تحقق بودجه شهرداری در نیمه

گلچین امروز - سحر مسافر: مراسم معارفه شهردار جدید املش با حضور روسای انتظامی و امنیتی، فرماندار و بخشداران، امام جمعه و سایر مسئولان محلی برگزار شد. در این مراسم رئیس شورای شهر املش ضمن تبریک به شهردار جدید، بر ضرورت همکاری نزدیک برای توسعه شهر تأکید کرد. فاضل رضوان نیا رئیس شورای شهر املش با خوش‌آمدگویی به شهردار جدید وی را به نمایندگی از مردم شهر املش در این مسئولیت جدید پذیرا شد.

وی در سخنان خود خاطرنشان کرد: «مدیریت شهری فراتر از یک جایگاه اداری، یک مسئولیت اجتماعی بزرگ است که نیازمند دغدغه‌مندی برای توسعه زیرساخت‌هاست.» رئیس شورای شهر املش با اشاره به نقش شورا در اتخاذ تصمیمات کلان، بر این نکته تأکید داشت که تحقق اهداف توسعه‌ای تنها در گرو همکاری بین شورا و شهرداری است. وی افزود: هدف اصلی ما در این دوره ایجاد فضایی مبتنی بر تعامل سازنده، شفافیت و احترام متقابل میان دو نهاد است. لذا معتقدیم اگر بتوانیم در قالب یک تیم هماهنگ و توانمند عمل کنیم، قادر خواهیم بود بر چالش‌های شهری فائق آمده و به اهداف عمرانی و رفاهی مورد نظر مردم دست یابیم.

وی در خاتمه ضمن ابراز امیدواری نسبت به تحولات مثبت در سطح شهر برای تمامی حاضرین و مسئولان آرزوی توفیق و سلامتی کرد. در ادامه مدیرکل امور شهری و شوراهای استانداری گیلان با اشاره به اهمیت نیروی انسانی در مجموعه شهرداری‌ها تصریح کرد: شهرداری‌ها با تعداد زیادی از کارکنان در بخش‌های مختلف فعالیت می‌کنند و رسیدگی به وضعیت استخدامی، شرایط کاری و مسائل معیشتی آنان باید مورد توجه

