

قال الإمام الهادي عليه السلام: الجَهْلُ والبخلُ أدمُّ الأخلاقِ.

امام هادی علیه السلام فرمود: جهل و بخل بدترین صفات اخلاقی است.

آماترا الکبراء ج ۳ ص ۲۲۲.



وزیر فرهنگ:

در آستانه خود کفایی تولید کاغذ هستیم

ایرنا | وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی گفت: شرکت ۱۰۵ شهر به عنوان شهرهای شرکت کننده در هشتمین دوره رویداد انتخاب پایتخت کتاب ایران قانع کننده نیست، زیرا در ایران بیش از ۳۰۰ شهر وجود دارد.



سخنگوی دولت در نشست خبری:

حامیان تروریسم در جنایت شاهچراغ شریکند

Advertisement for 'Sazman-e Amur-e Maliyati-ye Keshor' (National Financial Affairs Organization). Includes a photo of the director and text: 'مدیر کل امور مالیاتی فارس خبر داد: کشف ۷۰ هزار میلیارد تومان از منابع فرار مالیاتی در فارس'.

Advertisement for 'Faramande Siyah-e Fajr-e Fars' (Black Dawn of Fars). Includes a photo and text: 'فرمانده سپاه فجر فارس: هر رویداد و اتفاقی، نیاز به اطلاع رسانی صحیح و به موقع دارد'.

Advertisement for 'Ayin-e Tashieeh-o-Tadfeen' (Atonement and Purification). Includes photos of religious figures and text: 'آیین تشییع و تدفین شهیدان غلامعباس عباسی و محمد جمالنجری'.

Advertisement for 'Rais-e Adareh-e Mijahrt-o-Gozarne-nam-e Fars' (Head of Migration and Passport Office of Fars). Includes text: 'رئیس اداره مهاجرت و گذرنامه فارس، در گفتگو با شهر مردم: متقاضیان سفر به اربعین با گذرنامه ۲ سال منقضی، می توانند در شهرستان ها برچسب تمدید دریافت کنند'.

Advertisement for 'Geftego ba Sheher-e Mardom' (Talk to the People). Includes a photo of a police officer and text: 'عباس امیری - شهر مردم | رئیس اداره مهاجرت و گذرنامه استان فارس، گفت: علاقمندان به سفر اربعین که کمتر از ۲ سال از اعتبار گذرنامه شان گذشته است، می توانند...'.

Advertisement for 'Atba-e Yeganeh' (The Companions). Includes a photo of a woman and text: 'اتباع یگانه تروریست های داعشی یا ضعف سازماندهی؟'.

Advertisement for 'Shirkat-e Gaz-e Astan-e Fars' (Fars Gas Company). Includes company logo, contact information, and details about gas services and safety.

Advertisement for 'Intekhab-e Shirkat-e Ab-e Manaqeh-ye Astan-e Fars' (Election of Fars Region Water Company). Includes a group photo and text: 'انتخاب اجرایی برتر استان در هفته پدافند غیرعامل'.

Advertisement for 'Maeon-e Adareh-e Kl-e Mirath-e Farhengi-ye Astan-e Fars' (Cultural Heritage Office of Fars). Includes text: 'معاون اداره کل میراث فرهنگی فارس خبر داد: فردا آزمون جامع گردشگری استان فارس برگزار میشود'.

Advertisement for 'Soyun-e Namayeshgah-e Takhesssi-ye Mibelman' (Soyun Training Center for Specialized Professionals). Includes logo, contact info, and text: 'سی و سومین نمایشگاه تخصصی مبللمان'.

وزیر فرهنگ:

در آستانه خود کفایی تولید کاغذ هستیم

ایرنا | وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی گفت: شرکت ۱۰۵ شهر به عنوان شهرهای شرکت کننده در هشتمین دوره رویداد انتخاب پایتخت کتاب ایران قانع کننده نیست، زیرا در ایران بیش از ۳۰۰ شهر وجود دارد.

او با تأکید بر اینکه کتاب اصلی ترین عنصر فرهنگی ایران است، افزود: در کلام الله مجید، بر همین مساله تأکید شده است و همه زمینه های تاریخی و فرهنگی را برای ارتقا گیری مجدد این رویداد در کشور در اختیار داریم.



می همیوم افزود: حدود ۱۰ هزار کانون فرهنگی و هنری داریم که کتابخانه دارند، همچنین بناداریم کتابخانه های دانشگاهها و مدارس را افزایش دهیم.

در آستانه خودکفایی تولید کاغذ هستیم

اسماعیلی با تأکید بر اینکه گاهی عدد سرانه مطالعه به شکل ناقص اعلام می شود، بیان کرد: در این روزها سرانه مطالعه حداقل ۲۳ دقیقه بدون حساب کتابهای آموزشی و ادعیه است.

مقاله

اتباع بیگانه، تروریست های داعشی یا ضعف ساماندهی؟

الهام فیروزی | این در حالی بود که هنوز حافظه زوار شاهرجز(ع)، ساکنان شیراز و ملت ایران این حادثه تلخ را فراموش نکرده بود که دویسه شاهد وقوع حادثه تروریستی مشابه، در این حرم مطهر، بودیم.

او با تأکید بر اینکه باید موضوع کتابفروشی و کتابهایی که در فضای مجازی ارائه می شود، به شکل اساسی مورد بررسی قرار گیرد، گفت: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی برای صدور مجوز کتاب، از همه مجموعه های متخصص نظر می گیرید، و نظارت نهایی را خود وزارتخانه صادر می کند.

این حادثه تروریستی، روز روز کام و خیال ساکنان پایتخت فرهنگی کشور را به دلیل عدم ساماندهی درست اتباع بیگانه، تلخ و تلخ تر می کند و به نوعی دلداری می دهد.

اینها همیوم افزود: حدود ۱۰ هزار کانون فرهنگی و هنری داریم که کتابخانه دارند، همچنین بناداریم کتابخانه های دانشگاهها و مدارس را افزایش دهیم.



لغو دوره آموزش رزم مقدماتی مشمولان واجد شرایط معافیت ۳ فرزند

فارس | سازمان وظیفه عمومی فراجا اعلام کرد: دوره آموزش رزم مقدماتی مشمولان واجد شرایط معافیت ۳ فرزند و بیشتر لغو و این افراد با تکمیل فرم تعهد کفایت از آموزش از خدمت دوره ضرورت معاف می شوند.

سازمان وظیفه عمومی فراجا اعلام کرد: ستاد کل نیروهای مسلح دوره آموزش رزم مقدماتی معافیت مشمولان دارای ۳ فرزند و بیشتر لغو و متقاضیان واجد شرایط برای بهره مندی از این معافیت می بایست به مراجعه به معاونت وظیفه عمومی و یا یکی از دفاتر خدمات الکترونیک انتظامی (پلیس ۱۰۰) محل سکونت نسبت به تکمیل فرم تعهد آموزشی اقدام کنند.



ایرنا | سخنگوی دولت با محکوم کردن حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) گفت: دولت های حامی تروریست ها با این جنایتکاران شریک هستند و از مراجع حقوقی و قضایی بین المللی پیگیری خواهد شد تا آنها به سزای اعمال خود برسند.

علی بهادری چهرمی در مقدمه نشست خبری خود ضمن تسلیت به مناسبت حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) تصریح کرد: عاملان این جنایت از سوی نیروهای اطلاعاتی و امنیتی شناسایی و دستگیر می شوند و پس از رسیدگی قضایی به سزای اعمال خود می رسند.

ایرنا | سخنگوی دولت با محکوم کردن حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) گفت: دولت های حامی تروریست ها با این جنایتکاران شریک هستند و از مراجع حقوقی و قضایی بین المللی پیگیری خواهد شد تا آنها به سزای اعمال خود برسند.

علی بهادری چهرمی در مقدمه نشست خبری خود ضمن تسلیت به مناسبت حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) تصریح کرد: عاملان این جنایت از سوی نیروهای اطلاعاتی و امنیتی شناسایی و دستگیر می شوند و پس از رسیدگی قضایی به سزای اعمال خود می رسند.

ایرنا | سخنگوی دولت با محکوم کردن حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) گفت: دولت های حامی تروریست ها با این جنایتکاران شریک هستند و از مراجع حقوقی و قضایی بین المللی پیگیری خواهد شد تا آنها به سزای اعمال خود برسند.

علی بهادری چهرمی در مقدمه نشست خبری خود ضمن تسلیت به مناسبت حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) تصریح کرد: عاملان این جنایت از سوی نیروهای اطلاعاتی و امنیتی شناسایی و دستگیر می شوند و پس از رسیدگی قضایی به سزای اعمال خود می رسند.

ایرنا | سخنگوی دولت با محکوم کردن حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) گفت: دولت های حامی تروریست ها با این جنایتکاران شریک هستند و از مراجع حقوقی و قضایی بین المللی پیگیری خواهد شد تا آنها به سزای اعمال خود برسند.

علی بهادری چهرمی در مقدمه نشست خبری خود ضمن تسلیت به مناسبت حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) تصریح کرد: عاملان این جنایت از سوی نیروهای اطلاعاتی و امنیتی شناسایی و دستگیر می شوند و پس از رسیدگی قضایی به سزای اعمال خود می رسند.

ایرنا | سخنگوی دولت با محکوم کردن حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) گفت: دولت های حامی تروریست ها با این جنایتکاران شریک هستند و از مراجع حقوقی و قضایی بین المللی پیگیری خواهد شد تا آنها به سزای اعمال خود برسند.

علی بهادری چهرمی در مقدمه نشست خبری خود ضمن تسلیت به مناسبت حادثه تروریستی حرم شاهرجز(ع) تصریح کرد: عاملان این جنایت از سوی نیروهای اطلاعاتی و امنیتی شناسایی و دستگیر می شوند و پس از رسیدگی قضایی به سزای اعمال خود می رسند.

مدیر کل امور مالیاتی فارس خبر داد:

کشف ۷۰ هزار میلیارد تومان از منابع فرار مالیاتی در فارس

دلان گوشت قرمز نقره داغ شدند

ایرهمی، گفت: یکی دیگر از مواردی که اسامی در دستور کار، قرار گرفت در خصوص دلان گوشت قرمز بود که طبق اطلاعاتی که کسب کردیم برای این بخش نیز بیش از ۷۰ میلیارد تومان، مالیات ثبت شد.

وی، گذری هم به مالیات برخی صندوق های قرض الحسنه زد و گفت: پس از بررسی، مشخص شد ۶ صندوق ۵۰۰ میلیون شده بود.

محمد ابراهیمی، ادامه داد: رویکرد سازمان امور مالیاتی، این است که از کسانی بیشتر مالیات بگیرد که درآمد بیشتری دارند و از امکانات عمومی بیشتری، استفاده می کنند.

وی، تصریح کرد: البته کسب مالیات ها باید در نظر داشته باشند که مالیات مستقیم، هزینه نیست که بخواهند روی قیمت کالا بکشند و این از نظر شرع و قانون، درست نیست.

وی، تصریح کرد: کسب مالیات ها باید در نظر داشته باشند که مالیات مستقیم، هزینه نیست که بخواهند روی قیمت کالا بکشند و این از نظر شرع و قانون، درست نیست.

محمد ابراهیمی، ادامه داد: رویکرد سازمان امور مالیاتی، این است که از کسانی بیشتر مالیات بگیرد که درآمد بیشتری دارند و از امکانات عمومی بیشتری، استفاده می کنند.

وی، تصریح کرد: کسب مالیات ها باید در نظر داشته باشند که مالیات مستقیم، هزینه نیست که بخواهند روی قیمت کالا بکشند و این از نظر شرع و قانون، درست نیست.

محمد ابراهیمی، ادامه داد: رویکرد سازمان امور مالیاتی، این است که از کسانی بیشتر مالیات بگیرد که درآمد بیشتری دارند و از امکانات عمومی بیشتری، استفاده می کنند.

سخنگوی دولت در نشست خبری:

حامیان تروریسم

در جنایت شاهچراغ شریکند

کشورمان به تدریج در دسترس قرار گرفته است. سخنگوی دولت با یادآوری اینکه در دولت گذشته حتی برای تأمین ارزی واردات واکسن نیز آن را به پذیرش FATF پیوند می زدند، افزود: دولت سیزدهم توانست حدود ۱۲ میلیارد دلار منابع ارزی برای تهیه واکسن مورد نیاز کشور تأمین کند.

مختلف و مورد نیاز برای کشور خواهد بود به گونه ای که با جمع آوری نقدینگی خلق شده ناشی از این عدم دسترسی ها در گذشته، بتوان آثار ترومی آن را تا حدودی ظرفیت های داخل محقق شده است.

عضو شورای مرکزی فراکسیون انقلاب مجلس:

استیضاح وزیر کشور منتفی است



ایرنا | عضو شورای مرکزی فراکسیون انقلاب مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه به نظر بنده موضوع استیضاح منتفی است، اظهار داشت: تصمیمات باید موجب وحدت قوا را فراهم کند.

علی نیکزاد در پاسخ به سؤالی درباره روند رسیدگی به مطرح استیضاح وزیر کشور که در رسانه ها به آن پرداخته شده است، گفت: به نظر بنده موضوع استیضاح منتفی است و تصمیمات باید موجب وحدت قوا را فراهم کند.

وی تأکید کرد: هماغونه که رهبر معظم انقلاب تأکید داشته اند: «رای» نمایندگان حق الناس است و باید در قبال این حق الناس ادای وظیفه شود لذا برای تحقق این مهم لازم است تمام مشمولان اجرائی استان کنار نمایندگان بوده و آنها را در انجام خدمت به مردم یاری کنند.

وی افزود: در حوزه مستغلات، ما امروز با تمهیداتی که اندیشیدیم از جمله سوز زنی، ۲۰ هزار مودی را که هیچ پرونده مالیاتی نداشتند، شناسایی کردیم.

مدیرکل پست استان فارس:

زائرین اربعین حسینی هر چه سریعتر جهت اخذ یا تمدید گذرنامه اقدام نمایند

مدیرکل پست استان فارس طی جلسه ای که با رئیس اداره مهاجرت و گذرنامه استان فارس و مدیرکل امور زائرین و گردشگری استانداری فارس برگزار کرد، خواستار اقدام به موقع زائرین امام حسین (ع) جهت اخذ یا تمدید گذرنامه هایشان شد.

رئیس کمیسیون ویژه جهش تولید:

۱۵۰ هزار شغل از محل اعتبار اشتغالزایی بودجه ایجاد شده است

خانواده ملت | رئیس کمیسیون ویژه جهش تولید گفت: براساس گزارش وزارت کار، تعاون و رفاه اجتماعی از محل ۴۶ همت سال ۱۴۰۰ که بخش عمده آن در سال ۱۴۰۱ پرداخت شده بود حدود ۱۵۰ هزار شغل ایجاد شده است.

در این زمینه تجهیز کرد و حدود ۴۶ همت تسهیلات پرداخت شد اگر چه در سال ۱۴۰۱ در تخصیص و پرداخت منابع تأخیر شد اما در نهایت در ۲۸ اسفند ماه حدود ۵ هزار میلیارد تومان به صورت نقدی و ۱۷ هزار میلیارد تومان اوراق به این موضوع تخصیص پیدا کرد یعنی

مدیر کل راه و شهرسازی فارس:

مدیر کل راه و شهرسازی فارس، بزرگراه شیراز-فسا-داراب-بندرعباس را از جمله محورهای ارتباطی مهم استان‌های فارس و هرمزگان دانست و گفت: تکمیل و بهره‌برداری از بخش از این محور شرایط را برطرف می‌کند و در صورت تأمین اعتبار شتاب خواهد گرفت. محمود طالبان در بازدید از محور بزرگراه شیراز-فسا-داراب-بندرعباس افزود: با توجه به تردد بالای مسیر و تصادفات

روند اجرای بزرگراه شیراز-فسا-داراب-بندرعباس با تأمین اعتبار شتاب خواهد گرفت

اتمام رسیده و هم‌اکنون در دست بهره‌بردار است.مدیر کل راه و شهرسازی فارس اظهار کرد: همچنین ۷۵ کیلومتر از ۱۳۶ کیلومتر باقیمانده در حد فاصل فسا به داراب و جنت شهر به سمت رستاق نیز توسط پیمانکار در حال اجرا است که عملیات زیرساختی در ۴۰ کیلومتر به اتمام رسیده و آماده اجرای آسفالت است.طالبان گفت: به رغم اینکه عملیات آسفالت ۴۰ کیلومتر مذکور را حداکثر

عبدالغفور مصطفایی- شهر

فرمانده سپاه فجر استان فارس، گفت: حادثه تروریستی حرم مطهر حضرت شاهچراغ(ع)، در ۲۲ مرداد، منجر به کشته و زخمی و مصدوم شدن ۸ نفر که از این تعداد ۶ زخمی عمیق بوده و یکی از خادمان و دیگری از محافظان مستقر در حرم مطهر، به فیض شهادت دست یافتند. سردار یحیی... روز گذشته به مناسبت روز خیرنکار، در جمع اصحاب رسانه، اظهار داشت: هر رویداد و اتفاقی به ویژه حادثه دلخراش حرم مطهر احمدین موسی(ع)، نیاز به اطلاع رسانی صحیح و به موقع دارد و در این راستا، خبرنگاران، به ویژه صدا و سیما را به موقع به سراسر جهان، منعکس کرده‌اند.وی خاطر نشان کرد: یکی

فرمانده سپاه فجر فارس:

هر رویداد و اتفاقی، نیاز به اطلاع رسانی صحیح و به موقع دارد



فرانس نیز در این آیین، اضافه کرد: امنیت روانی، در کنار مدافعان امنیت، حرکت منبوحانه تروریست را خنثی می‌کند. احمد پهلوتیان، اظهار داشت: حضور به هنگام رسانه ملی و دیگر رسانه‌ها در انعکاس ماجرای تلخ حرم حضرت شاهچراغ(ع)، نشان از اهمیت رسانه در

انعکاس خیر و اطلاع رسانی به مردم

شهید پرو و ولایت مدار ایران اسلامی، است. ■ در عمر انفعال اطلاعات، مردم تشنه اطلاعات صحیح هستند شهردار شیراز نیز در این آیین، ضمن آرزوی سلامتی برای مصدومان حادثه تلخ و ناگوار حرم شاهچراغ(ع)، گفت: در عصر انفجار اطلاعات، مردم تشنه اطلاعات صحیح هستند و در این مورد، رسانه های استان در انعکاس خبر، موفق عمل کرده است. محمد حسن اسدی، ایراز داشت: حادثه کربلا، امام حسین(ع)، حضرت زینب کبری(س) و حضرت سجاد(ع) هستند و باید برای رسیدن به واقعیت، راه و روش امامان، این اسوه های حق و حقیقت را دنبال کنیم

مدیر کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان خبر داد:

ایمن سازی بیش از ۱۵۰۰ کیلومتر از کریدورهای اربعینی فارس



مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان فارس از ایمن سازی کریدورهای ارتباطی این استان که منتهی به استان خوزستانی می‌گردند خبر داد. علیرضا راستیاری گفت: دو محور و کریدور ارتباطی قطرویبه - نی ریز- استهبان - سروستان-شیراز-ارزن-قایمیه-نورآباد-رستم - محور یزد-خوراسی سورمق- صفاشهر-سعادتشهر-مروودشت -ارزن-قایمیه-نورآباد-رستم که در طرح اربعین مورد تردد و ایمن‌رسانی حضرت اباعبدالله الحسین (ع) قرار می‌گیرد

ایمن سازی گردیدند. راستیاری افزود: طول رفت و برگشت کریدورهای اربعینی در استان فارس بیش از ۱۵۰۰ کیلومتر می‌باشد که با اقدامات راهداری مورد نیاز از ماه های قبل ایمن سازی شدند.

مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان فارس اظهار داشت: نصب نیوجرسی، خط کشی، ایمن سازی مقاطع دارای پتانسیل وقوع تصادف، بروزسانی سیستم های روشنایی، آرماسازی ترافیک در مقاطع مسکونی، لکه گیری و روکش آسفالت، نصب علائم و... از جمله اقدامات راهداری برای تردد ایمن و روان زائران اربعینی حسینی (ع) می‌باشد که تا پایان طرح نیز تداوم دارد. وی همچنین افزود: در ایام قبل و بعد از اربعین نیز گشت های راهداری در محورهای منتهی به استان خوزستان فعال هستند و به خدمات رسانی مشغول می‌باشند.

راستیاری در بخش دیگری از سخنان خود گفت: تمامی کاربران جاده ای می‌توانند با سامانه تلفنی ۱۴۱ و همچنین سایت WWW.141.ir آخرین وضعیت ترافیکی، جوی و یا هرگونه انتقال، پیشنهاده و شکایت در بخش های مختلف راهداری و حمل و نقل جاده ای استان را ثبت کنند تا توسط همکاران ما رسیدگی های لازم بعمل آید.

عباس امیری- شهر مردم| دبیر سوگواره ملی شعر عاشورایی اقوام و ایلات عشایر کشور، از برگزاری سیزدهمین دوره این سوگواره، با حضور ۲۵ شاعر از سراسر کشور، امروز چهارشنبه در شیراز خبر داد.

امین ا. قربانی کشکولی گفت: در راستای تبلیغ و ترویج اعتقادات و فرهنگ با ارزش و اصیل اقوام گرامیبه و عشایر غیور و هم چنین، نمایش واقعی چهره دینی و ملی این جامعه ای بزرگ و پارسا و با توجه به نیازها و کمبودها و احساس تکلیف، با شناسایی و جذب شاعران ارزشی، برای هرگونه فعالیت مؤثر و با هدف حفظ فرهنگ و تمدن غنی و ریشه دار اقوام بزرگ ایرانی، ترویج و تعمیق ارزش های اسلامی و مقابله با جنگ نرم دشمن و کمک به جامعه برای حرارت و حفاظت در مقابل آسیب های اجتماعی فرهنگی، این سوگواره برنامه ریزی و اجرا می شود. قربانی کشکولی، افزود: از ۱۳ سال پیش، برگزاری سوگواره شعر عاشورایی اقوام و عشایر کشور مطرح، که با هدایت و رویکرد شورا به سوی افکار و ایده پردازی های عاشورایی و کربلایی، اشتیاق مثبتی و رقابت منتهی در بین جامعه ای هدف و شاعران عزیز، شکل گرفت.وی اظهار کرد: سوگواره ملی شعرهای عاشورایی اقوام و ایلات عشایر، با رویکردی بسیار مقدس، اعتقادی، فرهنگی، مردمی و شاخص، مبنایی برای معرفی جامعه عشایر با رویکرد توجه به نیازها و ارزش های اجتماعی فرهنگی پاک و مقابله با تهاجم همه جانبه دشمنان در همه ابعاد، است.دبیر سوگواره ملی شعر عاشورایی اقوام و

دبیر سوگواره ملی شعر عاشورایی اقوام و ایلات عشایر کشور:

سیزدهمین سوگواره ملی شعر عاشورایی عشایر

کشور، امشب در شیراز برگزار می شود

ایلات عشایر کشور، هدف اصلی این رویداد را تعمیق باورهای اعتقادی و ارزشی و تربیت نسل آینده و تحکیم انسجام ملی، عنوان کرد و گفت: در طول ۱۲سال گذشته، با فراخوان های مربوبه و برقراری ارتباط با ۴۲۰ شاعر و نویسنده ارزشی والامقام، از اقوام و قومیت های مختلف، حدود ۱۲۵۰ اثر متناسب در راستای اهداف سوگواره، جمع آوری شده است.وی، افزود: در سال جاری، برای سیزدهمین سوگواره ملی شعر عاشورایی اقوام و ایلات عشایر کشور، حدود ۱۰۰ شعر قابل بررسی از ۳۵ شاعر برتر به ستاد سوگواره، رسیده که بعد از داوری و کارشناسی، ۱۶ شعر و مداحی، برای سیزدهمین سوگواره ملی شعر عاشورایی اقوام و ایلات عشایر کشور، در نظر گرفته شد. وی گفت: این سوگواره، با رویکردی بسیار مقدس، اعتقادی، فرهنگی، مردمی و شاخص، مبنایی برای معرفی جامعه عشایر با رویکرد توجه به نیازها و ارزش های اجتماعی فرهنگی پاک و مقابله با تهاجم همه جانبه دشمنان در همه ابعاد، است.دبیر سوگواره ملی شعر عاشورایی اقوام و

در شهر

بازدید شهردار شیراز از پروژه زیر گذر گویم و بزرگراه ۵۵ متری آیت... هاشمی رفسنجانی

شهردار منطقه ۳ شیراز:

بزرگترین و مدرنترین شهر بازی شیراز در ارتفاعات کوه نور ساخته می شود

شهردار منطقه ۳ شیراز گفت: بزرگترین و مدرنترین شهربازی این کلان شهر در ارتفاعات کوه نور که مکانی زیبا و مفرح در ورودی شهر از سمت دروازه قران است، ساخته می‌شود.

غلامرضا شهرداری اظهار کرد: بزرگترین و مدرنترین شهربازی این کلان شهر در ارتفاعات کوه نور که مکانی زیبا و مفرح در ورودی شهر از سمت دروازه قران است، ساخته می‌شود. او با بیان اینکه این شهرداری تمامی توان خود را بکار گرفته است تا با ساخت یک



شهربازی مدرن و ارائه امکانات و تجهیزات جذاب و ایمن خاطراتی شیرین و به یادماندنی را برای مردم رقم زند، افزود: پس از بررسی های لازم و بازدیدهای مکرر میدانی، مصمم شدیم تا در بهترین نقطه از کلان شهر شیراز (ورودی شهر از سمت دروازه قران) و در کنار بوستان بزرگ یک هزار و ۱۰۰ هکتاری کوهستان نور یک شهربازی کامل و به روز همراه با بازی های هیجانی و با استانداردهای روز دنیا احداث و به بهره برداری برسد.شهردار منطقه ۳ شیراز افزایش امکانات و توسعه فضاهای تفریحی، فاهی و فرهنگی و ایجاد نشاط اجتماعی را از اهداف احداث این شهربازی بزرگ برشمرد و در ادامه به ظرفیت های موجود در شهر شیراز اشاره و بیان کرد: در کنار مراکز بزرگ تاریخی و فرهنگی در این کلان شهر، احداث این شهربازی نیز می‌تواند یکی از جذابترین نقاط دیدنی شهر شیراز برای گردشگران و همشهریان عزیز باشد.

شهرداری در بخش پایانی سخنان خود گفت: مراحل آماده سازی زیرساخت این شهربازی شروع شده و طی چند ماه آینده پس از اخذ پیمانکار ذیصلاح، احداث این پارک به همراه نصب تجهیزات آن انجام خواهد شد.

لازم در مسیر، ضمن توانمندی پیمانکار

مربوط به پروژه زیر گذر گویم بیان کرد: غرب و شمال غرب شیراز، دانست کمک



محمدحسن اسدی در بازدید از پروژه زیرگذر گویم که محوری شریانی در گلگاه ورودی چند استان و تسهیلقر کره ترافیکی شمال و شمال غرب شیراز است، از بزرگترین موانع پیش روی فعلی پروژه را عدم جابجایی شبکه طولی تأسیسات برق در جاده جابجایی از خاموشی های متعدد در دوره گرمای هوا به جهت آسایش و رفاه حال شهروندان ساکن در این محدوده دانست. او گفت: با وجود مشکلات، پروژه گویم با تمام توان در حال اجرا بوده و امیدواریم این میزان تأخیر در پروژه گویم را طی چندماه آینده جبران کنیم. این مقام ارشد مدیریت شهری شیراز با تقدیر از منطقه ۱۰ شهرداری به لحاظ توانمندی در اجرای پروژه ها و مللکتهای

برگزاری جلسه یاوران شورا در شهرداری منطقه دو شیراز

جلسه یاوران شورا شهرداری منطقه دو شیراز با حضور محمد تقی تذروی عضو شورای اسلامی شهر شیراز و ناظر در منطقه دو، محمد مقدس زاده شهردار، معاونین و مسئولین منطقه و شورای محلات ذقیق از معضلات و مشکلات و نیازهای محلات به دست می آید که منطقه را سطح منطقه برگزار شد. محمد مقدس زاده: هدف از این جلسات را شناسایی نیازها و درخواست های مردمی مطرح نمود و افزود: علاوه بر بازدید های انجام شده از سطح محلات، و با ارتباط خوب شورای محلات با منطقه اطلاعات دقیق از معضلات و مشکلات و نیازهای محلات به دست می آید که منطقه را در رفع مشکلات و نیازها و ارائه خدمات مطلوب به شهروندان ساکن در منطقه دو یاری می کند.

با هدف افزایش رفاه عمومی و ارائه خدمات هرچه بیشتر به محله های منطقه سه شهرداری در حال انجام است:

عملیات کانیوگذاری، زیرسازی و آسفالت کوچه های شهرک سعدی

با هدف جمع آوری و هدایت آبهای سطحی، افزایش رفاه عمومی و ارائه خدمات هرچه بیشتر به محله های منطقه سه شهرداری، عملیات کانیوگذاری، زیرسازی و آسفالت منشعبات کوچه یک خیابان شهید عرب سعدی و منشعبات کوچه ۱۹ محله امام حسن(ع) شهرک سعدی توسط معاونت فنی و عمرانی شهرداری منطقه سه در حال انجام است.گفتنی است، بلافاصله پس از اجرای کانیوگذاری که به طول یک کیلومتر در حال اجرا است، عملیات زیرسازی و روکش آسفالت این کوچه ها نیز به مترتاز ۱۰ هزار متر مربع انجام می شود.

کشف کالای قاچاق ۱۰ میلیاردی در "فیروزآباد"

رئیس مرکز اطلاع رسانی پلیس فارس - سرهنگ حمید افرامن فرمانده انتظامی شهرستان "فیروزآباد" از کشف انواع کالای قاچاق به ارزش ۱۰ میلیارد و ۲۰۰ میلیون ریال خبر داد. سرهنگ "مهدی جوکار" در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهار کرد: در راستای اجرای طرح تشدید مبارزه با قاچاق کالا و به منظور جلوگیری از هدر رفت سرمایه‌های ملی، مأموران انتظامی شهرستان "فیروزآباد" هنگام کنترل محورهای مواصلاتی، طی یک عملیات ضربتی ۱۱ دستگاه خودرو سبک حامل کالای قاچاق را شناسایی و متوقف کردند. وی افزود: مأموران در بازرسی از این خودروها، ۱۶ هزار و ۱۴۴ توب انواع پوشاک، ۲ هزار و ۸۰۰ عدد کلاه زمستانه، یک هزار و ۵۰۰ قلم انواع لوازم آرایشی، یک هزار و ۵۰۰ عدد هدفون، ۶۵۰ عدد بوع جتر، ۶۵۰ جفت انواع دستکش، ۷۹ عدد کوله پشتی، ۲۱ عدد زودبیز، ۴۰ عدد ظروف نفلون، ۱۲ دستگاه اسپیلت، ۱۶ دستگاه سرخ کن، یک دستگاه ال ای دی و ۲ دستگاه یخچال و لباسشویی خارجی قاچاق که فاقد مدارک قانونی و گمرکی بود را کشف کردند. فرمانده انتظامی "فیروزآباد" با بیان اینکه ارزش محموله‌های قاچاق برابر نظر کارشناسان، ۱۰ میلیارد و ۲۰۰ میلیون ریال برآورد شده است، تصریح کرد: در این خصوص ۵ نفر دستگیر و برای سیر مراحل قانونی به مراجع قضایی معرفی شدند. سرهنگ "جوکار" تصریح کرد: پلیس با اقتدار کامل در حوزه مبارزه با قاچاق کالا به منظور تحقق شعار سال و تأمین سلامت و امنیت شهروندان با قانون شکنان برخورد خواهد کرد.

رئیس شورای اسلامی شهر اصفهان: شفاف‌سازی در عرصه اخبار داخلی آثار مثبت خبر را در جامعه افزایش داده است

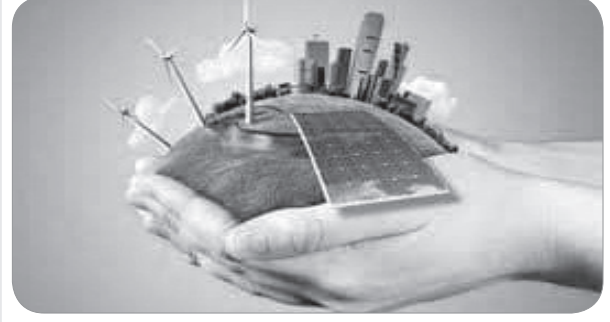
علیرضا هژبری - اصفهان - شهر مردم
 رئیس شورای اسلامی شهر اصفهان گفت: در سال‌های اخیر با تلاش بیشتر و شفاف‌سازی مضاعفی که در عرصه اخبار داخلی انجام شده است، دایره گستردگی آثار مثبت خبر در جامعه خود را نشان داده است.
 محمد نورصالحی رئیس شورای اسلامی شهر اصفهان به مناسبت روز خبرنگار اظهار کرد: روز خبرنگار روز پاسداشت شهدای رسانه به‌ویژه شهید صامی است. اقداماتی که در حوزه خبر و کار رسانه‌ای، اطلاع‌رسانی و آگاهی‌رسانی در شتون مختلف انجام می‌شود، بسیار تأثیرگذار و مثبت است، البته بار اصلی این رسالت بر دوش خبرنگاران بوده، اما آثار آن متوجه همه مردم است.
 وی افزود: در سال‌های اخیر با تلاش بیشتر و شفاف‌سازی مضاعفی که در عرصه اخبار داخلی انجام شده است، دایره گستردگی آثار مثبت خبر در جامعه خود را نشان داده است. گستردگی آثار مثبت خبر در جامعه خود را نشان داده است. رئیس شورای اسلامی شهر اصفهان تصریح کرد: انعکاس خوب اخبار و تولید اخبار امیدوارکننده، موجب افزایش اعتماد مردم کشور به رسانه‌های خبری داخلی



محمد نورصالحی بیان کرد: کار در عرصه خبر و رسانه کاری سخت و پرهزاست اما به ویژه اینکه با نوآوری و شفافیت توأم باشد.

یادداشت

مدیریت مصرف و بار در ایران و جهان



محسن عباسپور - مدیر روابط عمومی برق منطقه ای کرمان
 با گسترش جوامع، افزایش جمعیت و به تبع آن توسعه صنایع، معادن، کسب و کارها و سکونت‌گاه‌ها، نیاز به انرژی در سراسر دنیا روزبه‌روز افزایش می‌یابد و به عبارتی می‌توان گفت برخی کشورها از منابع انرژی همانند نفت و گاز به عنوان اهرم قدرت بر سایر ملل استفاده می‌کنند، بنابراین در جهان مترقی امروز نقش انرژی به ویژه برق، بسیار پررنگ و کلیدی است و بدون آن زندگی در ابعاد گوناگون بسیار سخت و در بسیاری از مواقع ایجاد می‌شود.
 در کشور ما نیز به‌رغم داشتن منابع غنی انرژی‌های فسیلی و بسترهای لازم برای تولید برق از انرژی‌های تجدیدپذیر، به دلیل عدم توجه کافی به مصرف بهینه و برخی مشکلات زیرساختی، خشکسالی و کم‌شدن آب نیروگاه‌های برق آبی، زمان‌بر بودن ساخت تأسیسات جدید از جمله نیروگاه‌ها و افزایش مصرف توسط مردم، گاهی در تأمین برق، ناترازی ایجاد می‌شود.
 اسسال نیز، با افزایش دمای بی سابقه هوا و بالا رفتن مصرف، شاهد برخی ناپایداری‌ها هستیم که منجر شده تا در برخی مشترکین از جمله صنایع و کشاورزی مدیریت بار انجام شود، اما با نگاهی به کشورهای موفق در حوزه بهینه‌سازی مصرف انرژی مانند فرانسه، بریتانیا، ژاپن، چین، اسپانیا، استرالیا و کره‌جنوبی، درمی‌یابیم که این کشورها در سیستمی شفاف و تعاملی با مردم خود توانسته‌اند با کمک یکدیگر و با اعمال سیاست‌های تشویقی و گاه تنبیهی همچون افزایش تعرفه، مصرف بار را مدیریت و به ثبات برسانند.
 از سوی دیگر وجود شبکه‌های تأمین و توزیع استاندارد و سالم، بهره‌وری حداکثری انرژی و توسعه استفاده از انرژی‌های تجدیدپذیر، هوشمندسازی کشورها، از تباطو دائم و مستمر با مشتری، فرهنگ‌سازی، استاندارد و بهره‌وری لوازم خانگی برقی، روشنایی معابر، تجهیزات برقی صنایع و معادن و ایجاد تعهد اخلاقی در عموم مردم برای مصرف بهینه، موجب شده تا برخی کشورهای پیشرفته بدون داشتن منابع انرژی فسیلی، بتوانند تأمین برق را برای همه مردم مدیریت کنند، به عنوان مثال، ژاپن کشوری است که با اجرایی کردن طرح قیمت‌گذاری اوج مصرف توانسته ۱۷ درصد از میزان مصرف برق مشترکان خانگی را کاهش دهد. طرحی که در این کشور پس از نصب بیش از ۵۰ میلیون کنتور هوشمند با جدیت دنبال می‌شود و در ایام اوج مصرف مدیران صنعت برق پس از ارسال پیام‌های آگاهی‌بخش در زمان‌های مقرر تعرفه برق را افزایش می‌دهند. در کشور نیز علی‌رغم تلاش‌های بی‌شمار در حوزه ساخت نیروگاه‌ها توسط دولت و بخش خصوصی برای رسیدن به پایداری شبکه، باید مواردی محقق شود تا صنعت برق در فصول گرم سال بدون مشکل با کمترین تنش به کار خود ادامه دهد.
 مواردی چون اصلاح، تعویض و ترمیم سائزهای معیوب تأمین و توزیع برق، ثبات اقتصادی و واقعی شدن قیمت انرژی، نوسازی وسایل برمصرف برقی و غیراستاندارد در تمامی بخش‌های خانگی، تجاری، صنعتی و معدنی، تغییر نگاه و نگرش مردم نسبت به اسراف در مصرف انرژی، فرایر شدن فرهنگ صرفه‌جویی به ویژه در بخش خانگی با راهکارهای ساده مانند: خاموش کردن لامپ اضافی، استفاده از دور کند کولر آبی، احداث سایبان برای کولر آبی و رعایت دمای آسایش ۲۴ درجه برای کولر گازی. عدم استفاده از وسایل برقی برمصرف در ساعات اوج. فراهم کردن بستتر حمایتی مناسب برای مردم برای نصب صفحه‌های خورشیدی، جلب سرمایه‌گذار بخش برای خصوصی و استفاده از ظرفیت شرکت‌های دانش بنیان و... از جمله این اقدامات است.

روابط عمومی شرکت توزیع برق استان اصفهان

دستگیری عامل کلاهبرداری ۶ میلیاردی با وعده فروش میوه

رئیس مرکز اطلاع رسانی پلیس فارس - سرهنگ حمید افرامن | فرمانده انتظامی «آباد» از دستگیری فردی خرد کرد که با وعده فروش میوه ۶ میلیارد ریال کلاهبرداری کرده بود. سرهنگ «سیدابوالفضل مسعودی» در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، بیان داشت: در پی شکایت یکی از شهروندان مینی بر اینکه فردی ناشناس در یکی از سایت های تبلیغاتی وی را فریب داده و از او کلاهبرداری کرده است، رسیدگی به این موضوع در دستور کار پلیس آگاهی شهرستان قرار گرفت. وی ادامه داد: در بررسی اولیه مشخص شد شاکی در سایتی تبلیغاتی و در یک آگهی مقدار قابل توجهی میوه زردآلو مربوط به باغ خود را برای فروش به شهروندان معرفی که در این خصوص فردی ناشناس به وی مراجعه و به بهانه فروش میوه در خارج از کشور، از شاکی می‌خواهد تا حدود ۱۲ تن میوه جهت فروش به یکی از کشورها به او تحویل دهد و سود آن را تقسیم کند. فرم‌نامه انتظامی آماده تصریح کرد: پس از اینکه شاکی میوه مذکور را به وی تحویل می‌دهد، فرد ناشناس دیگر به تماس‌های پاسخگو نبوده و هیچ وجه و یا سودی برای این شهروند واریز نمی‌کند. سرهنگ «مسعودی» افزود: مأموران پلیس آگاهی تحقیقات فنی خود را آغاز و با بررسی‌های تخصصی سرانجام متهم را در استان کرچ شناسایی و با اخذ نیابت قضایی و همکاری با پلیس آگاهی نظرآباد کرچ، متهم را در دستگیر کردند. این مقام انتظامی با بیان اینکه متهم در بازجویی اولیه به کلاهبرداری ۶ میلیاردی (ارزش میوه‌ها) اقرار کرد، گفت: فرد مذکور تحویل مرجع قضایی و از آن طریق روانه زندان شد. وی گفت: اعتماد بیش از حد به افراد ناشناس و سودجویی می‌تواند ترفندی برای ایجاد هیجان و عجله در افراد برای فروش سریع کالا مورد نظر باشد و به شهروندان توصیه می‌کنیم خرید و فروش کالاهای خود را به صورت حضوری و به افراد مورد اعتماد در شهر و یا استان محل سکونت خود انجام دهند. این مقام انتظامی به شهروندان توصیه کرد: اگر قصد خرید اینترنتی دارید اطلاعات کافی از سایت مورد نظر، شخص فروشنده و جنس خریداری شده بدست آورده و تا زمانی که آن جنس را مشاهده و از صحت و سالم بودن آن اطمینان حاصل نکرده‌اید، از پرداخت وجه خودداری کنید.

بررسی راهکارهای ایجاد زیرساخت های ارتباطی در منطقه صنعتی دولت آباد اصفهان

به عنوان بروزترین شبکه ثابت دنیا، اظهار امیدواری کرد که با کمک هیئت امنای این منطقه صنعتی، ساکنان این منطقه بتوانند از طریق تجهیز به فیبر نوری به شبکه مخابراتی کشور متصل شوند.
 اسماعیل قربانی همچنین نکاتی را در باب اهمیت توسعه باند پهن در صنعت و تجارت و نقش شرکت مخابرات در صنعت IT متذکر شد.
 لازم به ذکر است، محمد هبیبیان معاون شبکه و احمد شاه میرزایی معاون تجاری و امور مشتریان مخابرات منطقه اصفهان و همچنین محمد قیومی رئیس اداره مخابرات شهرستان برخوردار از دیگر افراد حاضر در این جلسه بودند.
 شایان ذکر است، منطقه صنعتی دولت آباد واقع در شهر دولت آباد به عنوان مرکز شهرستان برخوردار اصفهان می باشد که این منطقه نزدیکترین شهرستان به مرکز شهر اصفهان است.
 منطقه صنعتی دولت آباد موقعیت های فراوانی را برای اشتغال بسیاری از جوانان بومی این منطقه فراهم کرده است و باعث شده که سرمایه گذاری های مهم و فریابوری در این شهر و منطقه صنعتی انجام پذیرد.
 تعداد کارخانه ها و شرکت هایی که در این منطقه صنعتی مشغول به فعالیت هستند در حال افزایش می باشند و فعالیت هایی نظیر: کارخانه های آجر و سفال و سنگ ، صنایع کارت ن سازی و جمیع سازی ، صنایع دیزل کشور ، تولید و واردات قطعات دیزل کشور ، خدمات تزریق پلاستیک و تولید قالب های تزریق پلاستیک ، آهن آلات ، اتوماسیون صنعتی ، صنایع چاپ و بسته بندی ، صنعت آسانسور سازی و تأمین قطعات و ... در آن انجام می شود.

اجرای بود. اسماعیل قربانی در نشست تعاملی با نماینده حوزه ی انتخابیه ی شاهین شهر، میمه و برخوردار ضمن گرامیداشت یاد و خاطره شهید حججی و سایر شهدای مدافع حرم گفت: در دنیای امروز با توجه به پیشرفت های حاصل شده در زمینه فناوری اطلاعات و اقبال عمومی جوامع به استفاده از ظرفیت های این عرصه در همه حوزه ها از جمله توسعه کسب و کار، فراهم آوردن زیرساخت های ارتباطی لازم برای ایجاد دسترسی اقشار جامعه به پهنای باند کمکی در جهت استفاده از ظرفیت های فناوری اطلاعات امری ناگزیر به نظر می رسد.
 وی افزود: با توجه به ظرفیت های بی نظیر شبکه فیبر نوری، هم اکنون دنیا در حال گذر از شبکه سنتی مسی و مجهز شدن به این تکنولوژی ارتباطی بروز دنیا در عرصه شبکه ثابت است و شرکت مخابرات هم با اجرای نهضت جهانی توسعه فیبر نوری در قالب طرح "تجما" در حال توسعه شبکه فیبر نوری در اقصی نقاط کشور است. قربانی عنوان کرد: با توجه به واقع شدن تعداد زیادی از کارخانه ها و کارگاههای صنعتی در منطقه صنعتی دولت آباد و عدم دسترسی این منطقه به شبکه ارتباطی در حال حاضر، ایجاد زیرساخت های لازم برای اتصال این منطقه به شبکه مخابراتی کشور امری ضروری است که امیدواریم با نگاه مثبت نماینده مردم شریف حوزه انتخابیه و در سایه مشارکت کسب و کارهای فعال این منطقه این منطقه صنعتی و همدلی و هم افزایی نهادهای حاکمیتی در اسرع وقت این طرح اجرایی شود.
 مدیر مخابرات منطقه اصفهان در این جلسه با اشاره به مزایای شبکه فیبر نوری



علیرضا هژبری - اصفهان - شهر مردم
 در نشست تعاملی مدیر مخابرات منطقه اصفهان با نماینده حوزه ی انتخابیه ی شاهین شهر، میمه و برخوردار و جمعی از مسئولین مخابراتی و محلی، راهکارهای ایجاد زیرساخت های ارتباطی در منطقه صنعتی دولت آباد مورد تحلیل و بررسی قرار گرفت.

مدیر مخابرات منطقه اصفهان گفت: اتصال منطقه صنعتی دولت آباد اصفهان به شبکه مخابراتی کشور امری ضروری است که امیدواریم با نگاه مثبت نماینده مردم شریف حوزه انتخابیه و در سایه مشارکت کسب و کارهای فعال این منطقه صنعتی و همدلی و هم افزایی نهادهای حاکمیتی در اسرع وقت این طرح

مدیر کل راه و شهرسازی اصفهان: عمده خانه‌های خالی در اختیار دستگاه‌ها است

در مجموع ۴۴۰ هزار نفر در طرح نهضت ملی مسکن استان ثبت نام کردند که از این تعداد ۱۴۸ هزار نفر حائز شرایط و ۱۲۰ هزار نفر تأیید نهایی شدند و برای تکمیل مدارک، افتتاح حساب، تأمین زمین و آغاز پروژه اقدام کردند.
 قاری قرآن با بیان اینکه ۶۵ هزار متقاضی نهضت ملی مسکن استان در شهرهای جدید همچون فولادشهر و مجلسی و ۸۳ هزار نفر در شهرهای دارای جمعیت بالای یکصد هزار نفر هستند، اضافه کرد: از جمع ۸۳ هزار متقاضی ۳۵ هزار نفر در شهرهای با جمعیت بالای یکصد هزار نفر شامل اصفهان، کاشان، نجف‌آباد و ۴۷ هزار نفر در ۹۰ شهر واجد جمعیت کمتر از یکصد هزار نفر ساکن هستند که به همین روال نیز در بخش تأمین زمین و نوع آن اقدام می‌شود.
 اصفهان را توسط مشاور وزارت راه و شهرسازی دنبال کرد و مرکز تحقیقات ایسن وزارتخانه طبق قرارداد مطالعات پهنه شهر اصفهان و دشت اصفهان - برخوردار، شرق و جنوب شرق آن و پایین دست رودخانه را انجام داده و راهکارهای کنترل فرونشست مشخص شده است.
 وی با بیان اینکه ۱۴۸ هکتار اراضی شاهین‌شهر در معرض پدیده فرونشست است، افزود: یکی از الزامات و مصوبات شورای عالی شهرسازی و معماری در خصوص پروژه مسکن شاهین‌شهر این بود که اینجا نیازمند ملاحظات فنی است که شامل نحوه ساخت و پی‌ریزی بناها است.
 مدیر کل راه و شهرسازی استان اصفهان، اضافه کرد: در کشوری زندگی می‌کنیم که گسل‌های زیادی دارد، نمی‌توانیم بگوییم چون گسل وجود دارد ساخت‌وساز را باید تعطیل کنیم، اما در مقابل این پدیده فنی باید عملکرد و طراحی ساختمان‌ها به‌گونه‌ای باشد که اگر



زلزله رخ داد، خراب نشود.

وی در پایان درباره تأمین مسکن خبرنگاران، اظهار کرد: دولت از تجربه مسکن مهر استفاده کرد و قبل از ورود به فرایند، ثبت‌نام عمومی را انجام داد و در همین راستا در این ثبت‌نام ممکن است گروه‌های مختلف حضور داشته باشند، اما در ادامه تفاهم‌نامه‌هایی میان ارگان‌های مختلف و وزارت راه و شهرسازی برای تأمین مسکن اقشار مدنظر منعقد شد و اما شرط این است که دستگاه مربوطه زمین داشته باشد تا مسکن در اختیار افراد واجد شرایط قرار بگیرد. مدیر کل راه و شهرسازی استان اصفهان افزود: اگر دستگاهی زمین نداشته باشد، مخاطبان واجد شرایط را به ما معرفی کند و در ادامه از زمین‌هایی که از دیگر دستگاه‌ها گرفتیم در اختیار آن‌ها قرار دهیم که اگر افراد ثبت‌نام کرده باشند کار راحت‌تر است، اما اگر ثبت‌نام نکرده باشند با شناسایی صورت‌گرفته در لیست قرار بگیرند.

علیرضا هژبری - اصفهان - شهر مردم
 علیرضا قاری قرآن در نشست خبری با اصحاب رسانه افزود: بیشتر خانه‌های خالی این استان در مجموعه "شهید کشوری"، "ولی عصر" و "گل نرگس" شهر اصفهان قرار دارد که یک از گان آمده این‌ها را تفکیک کرده است. به دنبال این هستیم که برای خانه‌های خالی عوارض سنگینی وضع شود.
 وی در خصوص خانه‌های خالی در اصفهان، توضیح داد: در خصوص خانه‌های خالی در دو سال گذشته اقداماتی انجام شد، بررسی‌ها نشان داد عمده خانه‌های خالی در اختیار دستگاه‌ها و بانک‌هاست که لازم است طبق ضوابطی تکلیف آنها مشخص شود.
 مدیر کل راه و شهرسازی اصفهان با بیان اینکه ۱۲۰ هزار متقاضی نهضت ملی مسکن در استان تأیید نهایی شده‌اند، خاطر نشان کرد: سهم اصفهان در برنامه نهضت ملی مسکن ۱۸۳ هزار و ۸۶۶ واحد در سراسر استان بوده که به بخش‌های مختلف از جمله مسکن شهری و روستایی، خودمالکی، داخل بافت فرسوده و تاریخی و تقسیم شده است.
 مدیر کل راه و شهرسازی استان اصفهان اظهار کرد: از سهم ۱۸۳ هزار واحد مسکن ملی استان اصفهان، حدود ۳۸ هزار واحد در بافت فرسوده است و در این راستا مواردی مانند ارائه تسهیلات از جمله اقدامات لازم در این باره است، همچنین دولت نیز تسهیلاتی به این بافت‌ها می‌دهد تا به وضعیت پایدار برسی زندگی در این نقاط کمک کنند.
 وی با بیان اینکه نهضت ملی مسکن جزو اولویت‌های کاری اداره کل راه و شهرسازی استان است، تصریح کرد:

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

برابر رای شماره ۴۳-۰۴۰۰۳۱۱۰۴۰۰۳۱۱۰۲۶-۱۴۰۲/۰۵/۰۸ مورخه ۱۴۰۲/۰۵/۰۸ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی مرودشت تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای شهباز زارع فرزند طمرات به شماره شناسنامه ۲۳۰ صادره از مرودشت به شماره ملی ۲۴۳۰۵۷۲۶۶۴ در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۶۱۹۱۲/۴۳ مترمربع پلاک ۳۲۴ فرعی از ۹۸- اصلی قطعه دو بخش ۵ فارس متخذه از پلاک ۱ فرعی ۹۸- اصلی قطعه ۲ بخش ۶ فارس که می بایست از سهام مشایع آقایان و خانم ها زرتانگیز- حسن- جلیل همگی شهبلاهی اصلتا- و و کالتا از طرف آقایان و خانم ها مهرانگیز- خلیل- محسن همگی شهبلاهی فرزندان اکبر از پلاک ۹۸/۱ بخش ۶ فارس کسر گرد محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت 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 مرجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات صادره، ضمناً صدور سند مالکیت مانع مراجعه متضرر به دادگاه نمی باشد.
 تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۵/۲۵
 تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۰۶/۰۹

۲۲۱/م.الف- مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مرودشت - رضا حقانی نیا

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

برابر رای شماره ۴۳-۰۴۰۰۳۱۱۰۴۰۰۳۱۱۰۲۶-۱۴۰۲/۰۵/۰۳ مورخه ۱۴۰۲/۰۵/۰۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی مرودشت تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای علی خردمند فرزند محمد به شماره ملی ۲۵۳۹۳۳۴۰۱۶ صادره از آباده در ششدانگ قسمتی از یک باب خانه به مساحت ۱۸۲/۸۰ مترمربع پلاک ۹۳۹۹ فرعی از ۱۰۰ اصلی قطعه دو بخش ۵ فارس متخذه از پلاک ۱۰۰ اصلی قطعه ۲ بخش ۵ فارس که می بایست از سهم الارث آقای بهادر کاوسی وراث سیروس از پلاک ۱۰۰/۱۴۰ اصلی بخش ۵ فارس کسر و لحاظ می گردد. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ضمناً صدور سند مالکیت مانع مراجعه متضرر به دادگاه نمی باشد.
 تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۵/۲۵
 تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۰۶/۰۹

۲۲۴/م.الف- مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مرودشت - رضا حقانی نیا

آگهی تجدید مناقصه عمومی به شماره ۲۱۵/۱۷۳۰۹ مورخ ۱۴۰۲/۴/۲۹



وزارت نیرو
شرکت مهندسی آب و فاضلاب شیراز

شرکت آب و فاضلاب شهرستان شیراز

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

شناسه آگهی: ۱۵۴۷۴۰۹
شناسه چاپ: ۱۷۷۸۵۶۳

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۵/۲۵
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۵/۲۶
ریال

شرکت آب و فاضلاب شیراز در نظر دارد از طریق برگزاری مناقصه عمومی موضوع: سرویس و نگهداری پست ها و تابلوهای برق شیراز بر اساس فهرست بهاء اقدام نیروی برقی و بهره برداری و نگهداشت تجهیزات برقی سال ۱۴۰۲ به شرح زیر به شرکت ها و پیمانکاران واجد شرایط واگذار نماید .

۱- محل اجرا: شیراز - سطح شهر شیراز
۲- مدت اجرا: ۱۲ ماه .

۳- محل اخذ اسناد مناقصه و تسلیم پیشنهادهات: شیراز-بلوار آیت اله ربانی-نیش کوچه ۱۷ - اداره مرکزی (دبیر خانه شرکت) - تلفن: ۰۷۱۳-۲۲۸۱۱۵۶-۸ .

۴- برآورد اولیه: ۶۲۹ ۶۳۸ ۶۳۸ ۱۸۲۰۸ ریال .
۵- تاریخ شروع فروش اسناد: ۱۴۰۲/۵/۲۵

۶- تاریخ نهائی فروش اسناد مناقصه: تا پایان وقت اداری روز یک شنبه مورخ ۱۴۰۲/۵/۲۹

۷- تاریخ نهائی عودت اسناد مناقصه تکمیل شده توسط مناقصه گر تا پایان وقت اداری روز یک شنبه مورخ ۱۴۰۲/۶/۱۲

۸- تاریخ بازگشایی پاکات: ساعت ۹ صبح روز دو شنبه مورخ ۱۴۰۲/۶/۱۳ در محل سالن کنفرانس شرکت.

۹- به مدارکی که فاقد امضاء،مهرسوط، مخدوش و مدارکی که بعداز انقضای مدت مقرر در این آگهی واصل شود مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد .

۱۰- مناقصه بصورت یک مرحله ای با ارزیابی کیفی برگزار و اعتبار آن از محل بودجه جاری شرکت می باشد .

۱۱- دستگاه نظارت: حوزه معاونت بهره برداری و توسعه آب - دفتر سیستم کنترل و انرژی آب

۱۲- اعتبار پیشنهادها: سه ماه و قابل تمدید به مدت سه ماه دیگر

۱۳- تاریخ تضمین شرکت در مناقصه: ۸۵۰۰۰۰۰۰۰ ریال .

۱۴- قیمت اسناد: ۴۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال واریز به حساب شماره ۰۱۵۶۹۹۰۲۲۰۰۴ بانک ملی شعبه مرکزی به نام شرکت آب و فاضلاب شیراز .

۱۵- نوع تضمین شرکت در مناقصه: ضمانت نامه بانکی بنام شرکت آب و فاضلاب شیراز- چک بانکی تضمین شده به نفع کارفرما (شرکت آب و فاضلاب شیراز) - واریز به حساب شرکت (همگانی با امور مالی شرکت ابفا شیراز) . - مسدودی مطالبات مناقصه گر در صورت وجود مطالبات از شرکت آب و فاضلاب شیراز .

۱۶- سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه درج شده است.

۱۷- این آگهی دو نوبت در روزنامه شهر مردم منتشر می شود.

متقاضیان می توانند قبل از خرید اسناد و شرکت در مناقصه از طریق سایت های زیر، اطلاعات مناقصه را دریافت نموده و اقدام به خود ارزیابی نموده و چنانچه امتیاز مناسبی در خود ارزیابی کسب می نمایند، اسناد را خریداری کنند .

وب سایت جهت بازبینی آگهی مناقصه www.abfa-shiraz.com ، www.nmw.co.ir ، <http://ets.mporg.ir> می باشد .

شرکتها و پیمانکارانی که دارای رتبه بندی به سازمان برنامه و بودجه کشور در پایه ۵ بالاتر رسته نیرو و همچنین دارای صلاحیت در لیست اداره برق شیراز بوده و مایل به شرکت در مناقصه میباشد میتوانند با اعلام آمادگی کتبی نسبت به دریافت اسناد مناقصه اقدام نمایند .

با توجه به اثر لزیم ثبت اطلاعات مناقصات در پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات کلیه شرکت کنندگان در مناقصه می بایست در پایگاه مذکور به آدرس ذیل ثبت نام و کد کاربری دریافت و همراه با گذار پیشنهاد خود کد کاربری را تحویل نمایند .

شرکت آب و فاضلاب شیراز

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

آگهی مناقصات شماره ۱۳۷-۰۲ و ۱۳۸-۰۲

کد مناقصات در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد): ۰۰۲۰۰۷۰۰۳۰۰۰۰۴۹ و ۰۰۲۰۰۷۰۰۳۰۰۰۰۰۵۰

شناسه آگهی: ۱۵۴۷۴۶۲

شناسه چاپ: ۱۷۷۸۳۰۸

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۵/۲۴

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۵/۲۵

شرکت توزیع نیروی برق شیراز در نظر دارد اجرای عملیات طرح های نیرو رسانی در محدوده امور توزیع برق منطقه ۵ شیراز براساس فهرست بهاء پایه شرکت توزیع نیروی برق شیراز سال ۱۴۰۲ از طریق برگزاری مناقصه عمومی یک مرحله ای با شرایط مشروحه زیر به پیمانکاران دارای صلاحیت واگذار نماید .

۱- تاریخ دریافت اسناد مناقصه: از تاریخ ۱۴۰۲/۵/۲۶ تا تاریخ ۱۴۰۲/۵/۳۱

۲- محل دریافت اسناد مناقصه: مناقصه گرانی که تمایل دارند در مناقصه مذکور شرکت نمایند می بایست نسبت به دریافت اسناد مناقصه از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس: www.Setadiran.ir اقدام نمایند.

۳- مهلت بازگرداری پیشنهادهای (پاکت های الف، ب و ج) به صورت جداگانه در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت: حداکثر تا ساعت ۱۳:۳۰ روز شنبه تاریخ ۱۴۰۲/۵/۳۱ می باشد. به پیشنهادهایی که فاقد امضاء، مهرسوط ، مخدوش و پیشنهادهای ثبت نشده در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس: www.Setadiran.ir

مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۴- تاریخ بازگشایی پیشنهادهای: ساعت ۱۰ صبح روز یکشنبه تاریخ ۱۴۰۲/۵/۱۲ می باشد.

۵- مبلغ برآورد انجام کار: به شرح جدول زیر

۶- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: به شرح جدول زیر است که می بایست به صورت یکی از موارد ضمانت نامه بانکی و یا ضمانت نامه های صادره از نسوی مؤسسات اعتباری غیربانکی که دارای مجوز فعالیت از نسوی بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران هستند ، اصل فیش واریز وجه نقد ، ضمانت نامه صادره توسط مؤسسات بیمه گر دارای مجوز لازم برای فعالیت و صدور ضمانت نامه از نسوی بیمه مرکزی ایران، گواهی خالص مطالبات قطعی تایید شده از سوی امور مالی مناقصه گزار ، چک تضمین شده بانکی به نفع مناقصه گزار تهیه و ارائه گردد . به پیشنهادهای فاقد سپرده، سپرده های مخدوش ، سپرده های کمتر از میزان مقرر ، چک شخصی ترتیب اثر داده نخواهد شد.

ردیف	شماره مناقصه	شماره سامانه ستاد	شرح مناقصه	برآورد	مبلغ تضمین
۱	۰۲-۱۳۷	۲۰۰۲۰۰۷۰۰۳۰۰۰۰۴۹	نیرو رسانی در محدوده امور توزیع برق منطقه ۵ شیراز	۱۰۰.۷۹.۰۲۴.۳۶۳	۱.۰۰۷.۹۰۰.۰۰۰
۲	۰۲-۱۳۸	۲۰۰۲۰۰۷۰۰۳۰۰۰۰۵۰	نیرو رسانی در محدوده امور توزیع برق منطقه ۵ شیراز	۱۲.۴۹۲.۷۵۴.۰۳۹	۱.۲۴۹.۲۸۰.۰۰۰

۷- مدت انجام: ۵ ماه .

۸- ارائه گواهینامه تایید صلاحیت از سازمان برنامه و بودجه در رسته نیرو الزامی است و پیشنهاد پیمانکارانی که فاقد این گواهینامه باشند بازگشایی نخواهد شد.

۹- سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است.

متقاضیان برای کسب اطلاعات بیشتر می توانند به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس: www.Setadiran.ir و شبکه اطلاع رسانی معاملات واتنر به آدرس: www.Tavanir.org.ir و وب سایت شرکت توزیع نیروی برق شیراز به آدرس www.Shirazedc.co.ir مراجعه و یا باشماره تلفن ۳۲۲۹۹۶۸۵ امور تدارکات تماس حاصل نمایند.

شرکت توزیع نیروی برق شیراز

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



ویتامین D برای سلامت قلب افراد مسن مفید است

به نقل از مهر از مبدسن نت «ایش نیل» محقق ارشد از مؤسسه تحقیقات پزشکی QIMR استرالیا می‌گوید: «نتایج ما نشان می‌دهد که تحقیق بیشتر در مورد فواید احتمالی ویتامین D در حوادث قلبی عروقی، به‌ویژه در افرادی که در معرض خطر بالاتر ابتلا به این رویداد هستند، ممکن است ضروری باشد» نیل در ادامه افزود: «شواهد مفید برای افرادی که از استاتین‌های

از ویتامین D بر روی حوادث قلبی عروقی مهم مانند سکته مغزی، انفارکتوس میوکارد احمله قلبی، یا درمان عروق مسدود شده در قلب پبنا نزدیک» نیل گفت «مصرف دوز متوسط ویتامین D بعید است که مضر باشد افرادی که در معرض خطر حوادث قلبی عروقی هستند ممکن است بخواهند ویتامین D مصرف کنند حتی اگر کمبود ویتامین D نداشته باشند اما باید حتما

میان افرادی که ویتامین D مصرف می‌کنند، میزان حملات قلبی ۱۹ درصد کمتر بود. با این حال، هیچ تفاوتی در میزان سکته مغزی در دو گروه مشاهده شد. محققان خاطرنشان کردند که اثر ویتامین D در میان افرادی که از استاتین‌ها یا سایر داروهای قلبی عروقی استفاده می‌کنند قوی‌تر به نظر می‌رسید اما این یافته از نظر آماری مدلی را نبود.

توصیه هایی برای سلامت بدن در مشاغل اداری



درجه باشد. موقعیت همان ارتفاع و فاصله نسبت به صفحه کلید است.

نحوه استفاده از صندلی رایانه

مرحله اول

درست رو به روی صندلی بایستید. در این حالت زانوها باید با محل نشستن در یک راستا باشد. به عبارتی، زانوها با محل نشستن تماس داشته باشد. در این حالت محل نشستن تنظیم شده است.

مرحله دوم

روی صندلی بنشینید. در این حالت قسمت داخلی زانو با لبه صندلی بایستی به اندازه یک مشت جمع شده کاربرد فاصله داشته باشد. توجه داشته باشید که زانو بایستی زاویه ای حدود ۹۰ درجه بین ساق و ران داشته باشد.

مرحله سوم

تکیه گاه یا پشتی باید به نحوی تنظیم شود که به طور دقیق، قسمت انحنای یا تورفتگی کمر را پر کند. اگر هر یک از این سه مرحله تنظیم نبود، در صورت اینکه صندلی کاربرد دارای شرط یاد شده نباشد، به راحتی می‌توان آن را تنظیم کرد.

«فاطمه شفیعی» مسئول بهداشت حرفه ای مرکز آموزشی درمانی شهید آیت الله دستغیب(ره)

۶۰ سانتی متر باشد. ۴- هر ۳۰ دقیقه به اشیایی که در فاصله ۶ متری قرار دارد، چند دقیقه چشم بدوزیم. ۵- ارتفاع میز رایانه باید بین ۶۶ تا ۷۱ سانتی متر باشد. ۶- میز کار را طوری قرار دهیم که روشنایی لامپ های سقف در طرفین قرار گیرد و از قرار دادن میز در محلی که نور لامپ به طور مستقیم در برابر ما باشد، خودداری کنیم. در استفاده از روشنایی طبیعی

تحقیقات نشان داده است که احساس درد و ناراحتی در قسمت های گوناگون دستگاه اسکلتی _ عضلانی، از مشکلات عمده در محیط های کاری است، به طوری که علت اصلی غیبت ها را تشکیل می دهد. از اختلالات اسکلتی _ عضلانی رایج در بین شاغلان می توان به کمر درد، سندروم تونل کارپال یا درد شدید در مع دست، درد ناحیه گردن، درد ناحیه زانو یا آرنج و غیره اشاره کرد.

شایع ترین بیماری در ارگونومی، اختلال آسیب های تجمعی (Cumulative Trauma Disorders) یا به اختصار (CTD) است که در اثر حرکات تکراری و مکرر در کار با ابزار و یا تجهیزات مانند پیچیدن و دراز کردن دست، به وجود می آید.

راهکارهای پیشگیری از عوارض

۱- به نواب از پشت میز رایانه برخاسته و با نرمش های خفیف ساده، گردن، بازو، مع دست و پاها را حرکت دهیم.

۲- صفحه نمایش رایانه را طوری تنظیم کنیم تا ستون فقرات به صورت مستقیم قرار گرفته و چشمان ما با قسمت بالایی صفحه نمایش در یک خط مستقیم قرار گیرد. این وضعیت برای چشم راحتی بیشتری به همراه دارد.

۳- فاصله صفحه نمایش تا چشم باید بین ۵۰ تا

خطر گرمازدگی برای سالمندان

ضرورت مراجعه به پزشک با بروز علائم نگران کننده



کاهش می‌یابد و تولید عرق کمتر می‌شود. این امر باعث کاهش توانایی بدن در خنک شدن و جذب حرارت اضافی می‌شود. شتی با اشاره به نقش بیماری های مزمن در کاهش توانایی تنظیم دمای بدن در سالمندان، ادامه داد: برخی از بیماری‌های مزمن مانند بیماری‌های قلبی، کلیوی، تنفسی و دیابت، توانایی بدن در مقابله با شرایط گرمای بالا را کاهش می‌دهند. این بیماری‌ها می‌توانند به طور غیرمستقیم تأثیری بر تنظیم دمای بدن داشته باشند و خطر گرمازدگی را افزایش دهند.

وی به مصرف برخی داروها در سالمندان اشاره کرد و اظهار داشت: برخی از داروها نیز می‌توانند توانایی بدن در تنظیم دمای بدن را تحت تأثیر قرار داده و خطر گرمازدگی را در سالمندان افزایش دهند. به عنوان مثال، داروهای که بر روی سیستم عصبی مرکزی اثر می‌گذارند، می‌توانند توانایی تنظیم دمای بدن را کاهش دهند.

سالمندی احساس تشنگی را کاهش می دهد

رئیس اداره سلامت سالمندان وزارت بهداشت از دست دادن احساس تشنگی در سالمندان را عامل دیگر کاهش توانایی تنظیم دمای بدن در سالمندان اعلام کرد و گفت: با سالمند شدن، حس تشنگی کاهش می‌یابد و سالمندان ممکن است کمتر احساس تشنگی کنند.

این مساله می‌تواند به مصرف کمتر آب و مایعات و در نتیجه هیدراتاسیون کمتر منجر شود. شتی، تماس با دماهای بسیار بالا، فعالیت شدید در هوای گرم و ناتوانی بدن در تنظیم دمای خود را از جمله علل و عوامل گرمازدگی اعلام کرد و گفت: اگر بدن برای مدت زمان طولانی در معرض دماهای

سلامت نیوز | برپیس اداره سلامت سالمندان وزارت بهداشت تاکید کرد، سالمندان در صورت بروز هرگونه علائم نگران‌کننده ناشی از گرمازدگی مانند تشدید حالت‌های تپش قلب، تنگی نفس شدید، سردرد شدید و یا تهوع و استفراغ، باید فوراً به پزشک مراجعه کنند.

دکتر محسن شتی با بیان این مطلب گفت: سالمندان به دلیل تغییراتی که در فیزیولوژی بدن آن‌ها رخ می‌دهد و همچنین کاهش توانایی آن‌ها در تنظیم دمای بدن، بیشتر در معرض خطر گرمازدگی قرار دارند.

وی افزود: گرمازدگی یک وضعیت جدی و بالقوه مخاطره آفرین است که ناشی از تماس بدن با دماهای بسیار بالا و ناتوانی بدن در تنظیم دمای خود است. در گرمازدگی، دمای بدن به طور غیرطبیعی بالا می‌رود و نمی‌تواند به طور مؤثر تنظیم شود. این امر ممکن است منجر به آسیب جدی به اعضا و سیستم‌های مختلف بدن شود و در برخی موارد حتی ممکن است منجر به مرگ شود.

عوامل ناتوانی سالمندان در مقابل گرمازدگی

وی کاهش توانایی تنظیم دمای بدن، کاهش ظرفیت تعریق، بیماری های مزمن، مصرف برخی داروها و از دست دادن احساس تشنگی را برخی از عوامل افزایش آسیب ناشی از گرما در سالمندان برشمرد و گفت: با پیشرفت سن، توانایی بدن در تنظیم دمای داخلی کاهش می‌یابد. این به معنای آن است که بدن سالمندان نسبت به تغییرات دما کمتر واکنش نشان داده و نمی‌تواند به طور کامل به تنظیم دمای بدن در مقابل شرایط گرما واکنش نشان دهد. رئیس اداره سالمندان وزارت بهداشت افزود: با سالمند شدن، تعداد غده‌های عرق در پوست

بسیار بالا قرار گیرد، مانند در هوای گرم و مرطوب در تابستان، احتمال ابتلا به گرمازدگی افزایش می‌یابد. وی افزود: فعالیت‌های ورزشی یا فعالیت‌هایی که نیاز به سختی بیشتری دارند و در هوای گرم انجام می‌شوند، خطر ابتلا به گرمازدگی را افزایش می‌دهند. همچنین برخی از افراد به دلایلی مانند مشکلات قلبی، تنفسی یا دیابت نمی‌توانند به طور کامل دمای بدن خود را تنظیم کنند و در نتیجه در معرض خطر بیشتری از گرمازدگی قرار می‌گیرند.

رئیس اداره سلامت سالمندان وزارت بهداشت دمای بالای بدن را از علائم گرمازدگی دانست و تصریح کرد: دمای ۴۰ درجه سانتی‌گراد (۱۰۴ درجه فارنهایت) که ممکن است با نشانه‌های دیگری همچون پوست خشک و گرم، تعرق کم، تپش قلب سریع و تنگی نفس همراه باشد از علائم گرمازدگی است.

توصیه‌هایی برای پرهیز از گرمازدگی در سالمندان

شتی سردرد شدید و سرگیجه، تهوع، استفراغ و اسهال، خستگی شدید و ضعف عمومی، تاری دید و اختلال در حرکت، تشنج یا از دست دادن هشیاری (سکوپ) را سایر علائم و نشانه‌های گرمازدگی اعلام کرد و گفت: سالمندان به‌منظور پیشگیری از گرمازدگی باید مواردی را مد نظر قرار دهند که از جمله این موارد مانند در محیط خنک و خنک‌کننده است.

وی افزود، سالمندان باید در محیط‌های خنک و خنک‌کننده باقی بمانند. همچنین اطمینان حاصل شود که در منازل و مکان‌های عمومی دسترسی به سیستم‌های تهویه مطبوع و یا فن‌های خنک‌کننده وجود دارد.

ضرورت مصرف مایعات

رئیس اداره سلامت سالمندان وزارت بهداشت مصرف مایعات بیشتر را به سالمندان توصیه کرد و ابزار داشت: سالمندان باید مقدار کافی آب و مایعات مصرف کنند. هر چند نوشیدن عرقیات یا دم کرده‌های گیاهی نیز سودمند است. اما بهترین نوشیدنی آب ساده است. استفاده از شربت به علت میزان قند بالا توصیه نمی‌شود ولی نوشیدن

چرا مردان نباید تنها بمانند؟

اضطراب محافظت کنند و به رفاه کلی منجر شوند. هانگ افزود: «داشتن دوستی های قوی و معنادار می تواند به افراد کمک کند احساس کنند بخشی از یک جامعه هستند که برای سلامت عاطفی ضروری است.» او گفت: «به‌ویژه مردان، اغلب به دوستی‌های خود برای حمایت و تشویق در زمان‌های چالش‌برانگیز زندگی تکیه می‌کنند.»

چگونه روابط دوستانه با کیفیت تری ایجاد کنیم

اولین قدم برای خروج از چرخه رکود دوستی این است که درک کنیم که داشتن دوستان در اطرافمان کاملاً خوب است؛ برای مردان، برقراری ارتباط با دیگران از طریق یک علاقه مشترک، مانند پیوستن به باشگاه ها، شرکت در رویدادها، یا شرکت در کلاس ها آسان تر است. اما انجام این مراحل فعال همیشه آسان نیست. «بهبتر است شکل گیری ارتباط و دوست پیدا کردن را با قدم های کوچک شروع کنید و هر بار یک کار را انجام دهید. سعی نکنید به یکباره به گروه های زیادی بپیوندید. یک دوست خوب پیدا کنید و شروع به ایجاد روابط سالم و باز با این شخص کنید. تکرار و تمرین مداوم به ایجاد یک رابطه ی قوی و سالم با خود و دیگران کمک می کند. مهمترین بخش ایجاد یک دوستی حفظ و

توصیه های تغذیه ای در مادران باردار با وزن

گیری بیش از حد انتظار

تغذیه دوران بارداری و اهمیت استفاده از غذاهای مناسب در این دوران، موضوعی است که همیشه ذهن مادران باردار را اطرافیان را درگیر می کند. داشتن رژیم غذایی سالم و متعادل برای همه افراد لازم است، ولی اهمیت موضوع برای مادر باردار دو چندان است. با داشتن رژیم غذایی مناسب و استاندارد، تمامی نیازهای مادر و جنین تامین و همچنین وزن گبری مطلوب مادر در این دوران را در پی دارد.

به منظور پیشگیری از وزن گیری بیش از حد انتظار و بروز مشکلات ناشی از اضافه وزن، توجه به نکات زیر در تغذیه مادر باردار لازم و ضروری است:

۱- با استفاده از میان وعده ها در رژیم غذایی، تعداد وعده های غذایی افزایش و حجم غذا کم شود.

۲- برنامه غذایی باید منظم باشد و وعده های غذایی سر ساعت مشخص مصرف شود.

۳- مصرف مواد قندی مثل قند و شکر و خوراکی هایی مانند انواع شیرینی، شکلات، آب‌نبات، نوشابه ها، شربت و عسل در رژیم غذایی بسیار محدود شود.

از مصرف زیاد نان، برنج و ماکارونی خودداری و از نان های تهیه شده از آرد سبوس دار (نان سنگک، نان جو) استفاده شود. (مصرف نان ساندویچی و نان باگت باید محدود شود)

۴- از حیوانات پخته مثل عدس و لوبیا در رژیم غذایی بارداری بیشتر استفاده شود.

از انواع شیر و لبنیات کم چرب استفاده شود.

۵- از گوشت های کاملاً لخم و تا حد امکان چربی گرفته شده و مرغ و ماهی بدون پوست استفاده و سعی شود از گوشت قرمز کمتر استفاده شود.

۶- از مصرف فرآورده های گوشتی پرچرب مثل سوسیس، کالباس، همبرگر، کله پاچه و مرغز در برنامه غذایی خودداری شود.

۷- میوه ها و سبزی ها را بیشتر به صورت خام در برنامه غذایی خود بگنجانید، استفاده از انواع سالاد به همراه وعده های غذایی توصیه می شود.

۸- به جای آب میوه بهتر است از خود میوه در رژیم غذایی مصرف کنید. آب میوه های تازه و طبیعی که در منزل تهیه می شود، به آب میوه های تجاری ارجحیت دارد، آب میوه های صنعتی معمولاً حاوی مقادیر قابل توجهی شکر است.

از انواع روغن مایع در تغذیه دوران بارداری استفاده گردد.

۹- غذاها را بیشتر به شکل آب پز و بخار پز و یا تنوری تهیه و از مصرف غذاهای پرچرب و سرخ شده در تغذیه دوران بارداری خودداری شود.

۱۰- از مصرف انواع سس سالاد، کره، خامه، سرشیر، شیر پرچرب، ماست و پنیرهای پرچرب در تغذیه بارداری خودداری گردد.

۱۱- مصرف دانه های روغنی مثل گردو، فندق، بادام، تخمه، پسته و زیتون در برنامه غذایی بارداری محدود شود.

۱۲- از مصرف غذاهای کنسرو شده و پر نمک در تغذیه بارداری خودداری کنید، مصرف این غذاها موجب افزایش فشار خون در دوران بارداری می گردد.

۱۳- فعالیت بدنی و تحرک متناسب با دوران بارداری باید در برنامه روزانه مادر باردار گنجانده شود.

«منیره منصوریان» کارشناس مسوول واحد بهبود تغذیه مرکز بهداشت شهرستان ممسنی

متصدیان متخلف تپیه و

توزیع مواد غذایی، در دام قانون گرفتار شدند



چهار مرکز تهیه، توزیع و عرضه مواد غذایی به دلیل رعایت نکردن شیوه نامه های بهداشتی، از سوی کارشناسان بهداشت محیط تعطیل شد.

به گزارش روابط عمومی مرکز بهداشت شه‌های انقلاب، مسوول واحد سلامت محیط این مرکز گفت: در راستای تشدید نظارت های بهداشتی بر وضعیت سلامت مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی زیر پوشش مرکز بهداشت شه‌های انقلاب، چهار مرکز تهیه و توزیع مواد غذایی شامل نانواپی، سوپرمارکت، کافی شاپ و مرغ فروشی به دلیل تخلفات بهداشتی از سوی بازرسان بهداشت محیط مرکز بهداشت شه‌های انقلاب شناسایی و پس از طی مراحل قانونی از ادامه فعالیت آنها جلوگیری شده است.

مهندس «محمدحسین کیانفر» افزود: متصدیان مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی باید به نحوه رعایت شیوه نامه های بهداشتی به ویژه حفظ زنجیره سرما در فصل گرما به منظور حفظ سلامت مصرف کنندگان توجه بیشتری داشته باشند.

او با اشاره به برخورد قانونی با متخلفان و تهدیدکنندگان سلامت عمومی جامعه اضافه کرد: واحد بهداشت محیط در راستای حفظ سلامت شهروندان تلاش می کند با افرادی که سلامت عمومی را به خطر می اندازند بر اساس قوانین و بدون هیچگونه چشم پوشی برخورد قاطع انجام شود.

کیانفر از شهروندان خواست، از خرید مواد غذایی بدون مشخصات بهداشتی و از محل های غیر بهداشتی و بدون مجوز و فروشندگان دوره گرد خودداری و از طریق سامانه ۱۹۰ مرکز رسیدگی به شکایات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی شکایت خود را ثبت و پیگیری کنند.

آفوگاتو ، یکی از جدید ترین نوشیدنی های کافی شاپ است و در اصل یک نوشیدنی ایتالیایی است که بر پایه قهوه سرو می شود. آفوگاتو معمولاً از ترکیب کردن بستنی یا زلاتوی وانیلی با یک شات قهوه اسپرسو به دست می آید. طرز تهیه آفوگاتو نیز به شرح زیر است: ۱- ابتدا قهوه را به شکل معمول آماده می کنند ۲- سپس یک اسکوپ بستنی را به داخل لیوان می ریزند. ۳- سپس اصطلاحاً بستنی را با ریختن قهوه روی آن غرق می کنند. جالب است بدانید که معنای کلمه ایتالیایی آفوگاتو غرق شده است و دلیل انتخاب این اسم برای نوشیدنی معنی آن می باشد.



آشپزی

برایانی اصفهان

مواد لازم:	
گوست گوسفندی	۶۰۰ گرم
پیاز	۱ عدد متوسط
زعفران دم کرده	۱ قاشق غذاخوری
جگر سفید	۱/۲ یک جگر متوسط
چوب دارچین	۱ تکه
نمک و فلفل سیاه	به مقدار کافی
زردچوبه و دارچین	به مقدار کافی

برایانی اصفهان یکی از انواع غذاهای محبوب و خوشمزه ایرانی است که اصالت آن متعلق به اصفهان می باشد.

مواد لازم برای ۴ نفر	
گوست گوسفندی	۶۰۰ گرم
پیاز	۱ عدد متوسط
زعفران دم کرده	۱ قاشق غذاخوری
جگر سفید	۱/۲ یک جگر متوسط
چوب دارچین	۱ تکه

مرحله سوم	
ولی اگر بخواهیم از قابلمه استفاده کنیم حدود ۲ تا ۳ ساعت زمان نیاز است. در ادامه گوشت و جگر سفید را به صورت جداگانه داخل چرخ گوشت یا مخلوط کن می ریزیم تا کاملاً میکس یا چرخ شود. آب گوشت را هم صاف می کنیم و روی حرارت ملایم قرار می دهیم تا گرم بماند.	

خال روزانه

فروردین

امروز شما انرژی و شور و شوق فراوانی برای انجام کارها دارید و همین باعث افزایش محبوبیت شما شده و به سادگی همه را به شما جذب می کند. آنها حتی شما را به چشم رهبری می بینند که بهترین راه را برای انجام کارها بلد است و همین موضوع احساس خوبی به شما خواهد بخشید

اردیبهشت

امروز انرژی مثبت فراوانی برای شما به همراه خواهد داشت و این انرژی به شما کمک زیادی در انجام تصمیم گیری های فوق العاده خواهد کرد. کارها به سررعتی بیشتر از همیشه انجام می شوند، حمایت همکاران و ذهن هوشیاران نیز به شما کمک می کنند، بهتر از این چه می خواهید؟

خرداد

امروز در حرف زدن با سیاست عمل کنید و پیش از حرف زدن به این که حرف هایتان چه اثری روی طرف مقابلتان خواهند داشت خوب فکر کنید زیرا خیلی راحت و بدون آن که منظور بدی داشته باشید ممکن است حرف های اشتباهی بزنید و با انتقادات بیجا دیگران را از خود ناراحت کنید

تیر

امروز اگر دیدید که نمی توانید روی انجام کار هایتان تمرکز کنید زیاد شگفت زده نشوید. به احتمال زیاد شما ترجیح می دهید به جای این که درگیر دنیای واقعی باشید به عالم رویاهایتان پناه ببرید و در خیال و رویا سفر کنید. بهتر است در ابتدای روز لیستی از کارهایی که باید انجام دهید تهیه کنید و روی انجام آنها تمرکز کنید تا بتوانید در پایان روز با خیال راحت هر چقدر که دلتان می خواهد خیال پردازی کنید

مرداد

امروز متوجه خواهید شد که دوستی با شما برای دیگران بسیار جذاب است. دلیل آن هم این است که شما معمولاً شنونده خیلی خوبی هستید. شما نسبت به افکار و ایده های دیگران ذهنی باز دارید و به آنها اهمیت می دهید. امروز هم سعی کنید حواستان را خوب جمع کرده و ببینید آیا کسی از اطرافیان شما توجه شما ندارد. این کار وقت زیادی از شما خواهد گرفت.

شهریور

رویاپردازی کردن کار خیلی خوبی است. آن هم در روزهایی مثل امروز! گسترش دادن ذهنیتان و فکر کردن به احتمالات و فرصت ها راه های مثبتی برای افزایش دانشتان هستند. به خودتان برای فکر کردن وقت بدهید. حتی اگر می توانید دراز کشیده و به آسمان بالای سرتان نگاه کنید و در دنیای افکار و رویاهایتان غرق شوید و خودتان را با منطق و عمل گرای محدود نکنید.

مهر

سرنیزش کردن دیگران به خاطر نگرانی ها و مشکلات فعلیتان اصلاً راه خوبی برای مقابله با ترس هایتان نیست. اگر انتظار داشته باشید که دیگران دقیقاً به وعده هایی که داده اند عمل کنند رفتار سهل انگارانه و بدون مسئولیت پذیری بعضی ها می تواند برایتان ناامید کننده باشد. متأسفانه امروز وقتی ببینید واقعیت با آنچه انتظار داده اید متفاوت است دچار سرخوردگی شده و به سادگی تسلیم خواهید شد.

آبان

امروز دیگران حتی اگر نظرها و عقایدی متفاوت با شما داشته باشند هم در کنار شما احساس راحتی و آرامش دارند و ممکن است با فرد جدیدی آشنا شده و رابطه دوستی برقرار کنید. این موضوع به آن دلیل است که شما تفاوت های فردی را می پذیرید و اصرار ندارید که دیگران هم حتماً مثل خودتان باشند و این ویژگی شما واقعا تحسین برانگیز است. با این همه چیزهایی جالبی که در حال حاضر دور و برتان را گرفته اند تمرکز کردن روی کار هایتان دشوار است.

آذر

امروز شما قدرت تخیل فوق العاده ای دارید. پس این توانایی خود را به کار بگیرید و برای انجام فعالیت های خلاقانه که باعث آرامش روحتان نیز خواهند شد وقت بگذارید. با این کار شما ابزار قدرتمندی برای غلبه بر ترس ها و تردیدهای درونیاتان در اختیار دارید که به حل شدن چالش های زندگیاتان کمک می کند.

دی

امروز خود را با یک کار شروع کرده و آن را تا انتها و با پرداختن به تمام جزئیات انجام دهید. اما متأسفانه با این همه کاری که امروز روی سرتان ریخته و وقت و توجه شما را می طلبند چنین فرصتی نخواهید داشت. با وجود این که سعی دارید برنامه امروزتان را سبک تر و ساده تر کنید، با این همه فشرده گی در برنامه نان زیاد قدرت مانور نخواهید داشت. به جای این که وقت و انرژی خودتان را صرف فکر کردن به راه های غیر ممکن برای فرار از این اوضاع کنید، لیخند زده و تسلیم اوضاع امروز شوید!

بهمن

امروز دلتان می خواهد حتی اگر مجبور شوید میزان باردهی کاریتان را کمتر از روزهای دیگر کنید، همراه با همکارانتان وقت گذرانده و در فعالیت های اجتماعی شرکت کنید. نه این که بخواهید از زیر بار کار هایتان شانه خالی کنید. فال تاروت شما فقط دارید به زندگیاتان کلی تر نگاه می کنید و به چیزهایی فراتر از کار کردن فکر می کنید.

اسفند

ممکن است بخش قابل توجهی از انرژیاتان را صرف دفاع و پرداختن به اهداف حرفه ای خود بکنید، زیرا معتقد هستید که این اهداف منطقی و قابل دسترسی هستند. با این حال واقع گرایانه ترین افکار و ایده هایتان هم وقتی با تعصب همراه شوند غیر منطقی خواهند شد. شاید یک کار کوچک و نه چندان مهم را با برنامه ریزی های پیچیده به وضعی در آورید که انجام آن تقریباً غیر ممکن شود. اما نداشتن نقشه اصلاح روش خوبی برای انجام کار هایتان نمی تواند باشد.

چیز یک نیویورکی اصل در فر با ساقه طلایی حرفه ای و خوشمزه

مرحله دوم

داخل یک ظرف پنیر ماسکاپونه را به همراه شکر با همزن برقی بزنید تا کمی مخلوط شود و بعد خامه را اضافه کنید و هم بزنید و در ادامه تخم مرغ و وانیل را نیز به مواد اضافه کنید و هم بزنید سپس آرد و نشاسته ذرت را نیز اضافه کنید و هم بزنید و بعد قالب را از یخچال خارج کنید و کراست تهیه شده را روی مواد بریزید.

مرحله سوم

یخچال چیزکیک نیویورکی ابتدا باید بیسکویت مورد نظر را پودر کنید برای این کار، بیسکویت را داخل ۱۲۳ یا غذاساز ریخته و پودری کنید و یا می توانید داخل نایلون ضخیم بریزید و با گوشتکوب خوب بکوبید تا پودری شود و بعد به همراه کره ذوب شده و شکر خوب مخلوط کنید و هم بزنید. کف قالب کمربندی ۲۲ سانتی کاغذ روغنی انداخته و کراست بیسکویت را بریزید و با ته یک استکان مواد را صاف کنید و برای نیم ساعت در فریزر قرار دهید خودش را بگیرد.

فوت و فن های دستور پخت چیزکیک نیویورکی

مواد لازم:

ساقه طلایی	۱.۵ بسته
کره	۷۰ گرم
شیر	۳ ق غذا خوری
پنیر ماسکاپونه	۳۰۰ گرم
شکر	۳ ق غذا خوری
خامه صبحانه	۲۰۰ گرم
تخم مرغ	۲ عدد
وانیل	نوک ف چای خوری
آرد	۱ ق غذا خوری
نشاسته ذرت	۲ ق غذا خوری

چیز کیک ها انواع و اقسام بسیار مختلفی دارد و شما می توانید در طعم های مختلفی می توانید چیز کیک ها را تهیه کنید. این بار قرار است چیز کیک نیویورکی را به شما یاد دهیم فرق چیزکیک نیویورکی با سن باستین مواد میانی است و بدون فر تهیه می شود و شما می توانید با بیسکویت ساقه طلایی بسا پتی بور تهیه می شود. چیز کیک نیویورکی در دهه ۱۹۲۰ در آمریکا در

چیز کیک نیویورکی اصل در فر با ساقه طلایی حرفه ای و خوشمزه

مرحله دوم

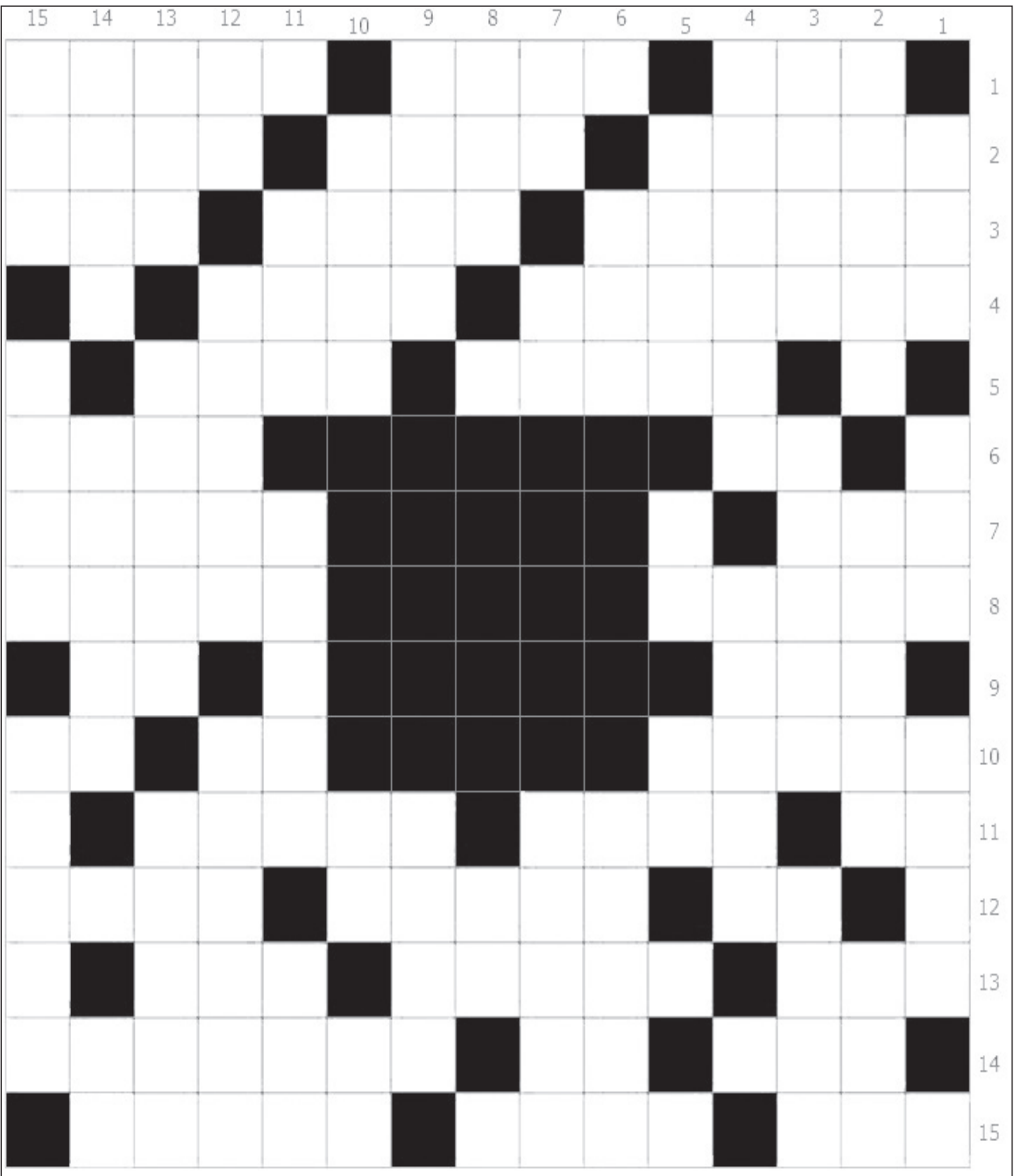
داخل یک ظرف پنیر ماسکاپونه را به همراه شکر با همزن برقی بزنید تا کمی مخلوط شود و بعد خامه را اضافه کنید و هم بزنید و در ادامه تخم مرغ و وانیل را نیز به مواد اضافه کنید و هم بزنید سپس آرد و نشاسته ذرت را نیز اضافه کنید و هم بزنید و بعد قالب را از یخچال خارج کنید و کراست تهیه شده را روی مواد بریزید.

مرحله سوم

یخچال چیزکیک نیویورکی ابتدا باید بیسکویت مورد نظر را پودر کنید برای این کار، بیسکویت را داخل ۱۲۳ یا غذاساز ریخته و پودری کنید و یا می توانید داخل نایلون ضخیم بریزید و با گوشتکوب خوب بکوبید تا پودری شود و بعد به همراه کره ذوب شده و شکر خوب مخلوط کنید و هم بزنید. کف قالب کمربندی ۲۲ سانتی کاغذ روغنی انداخته و کراست بیسکویت را بریزید و با ته یک استکان مواد را صاف کنید و برای نیم ساعت در فریزر قرار دهید خودش را بگیرد.

مواد لازم:

ساقه طلایی	۱.۵ بسته
کره	۷۰ گرم
شیر	۳ ق غذا خوری
پنیر ماسکاپونه	۳۰۰ گرم
شکر	۳ ق غذا خوری
خامه صبحانه	۲۰۰ گرم
تخم مرغ	۲ عدد
وانیل	نوک ف چای خوری
آرد	۱ ق غذا خوری
نشاسته ذرت	۲ ق غذا خوری



جدول

افقی:	عمودی:
از مرکبا...	دخت...
رسم...	۶ منظم ...
۱۳ قی...	نماد (سرمایه گذاری گر...
خط ...	۷ کر و...
جا...	حر...
۱۴ شهر با...	نماد (سیمان)...
جد...	۸ اس...
داروی ...	اثر ...
۱۵ بسیار...	۹ نماد (تولید فرمول...
نماد (کارخانجات مخا...	تیریک...
تیریک...	تغ...
***	۱۰ نام مادر...
***	حض...
۱ مخترع ماشین بخار	حیوان ...
شکافتن قبر	گوشت...
نماد (ملی سرب وروی	۱۱ حرف ن...
ایران) در بورس	نماد (مارگا...
۲ هر یک از دسته های	ص...
آوندی در یک برگ	۱۲ برای نوبت
نماد (داروسازی سینا) در	گ...
بورس	نماد (البرز) ...
فرمان سکوت	پا پتخت ...
۳ کتاب مشهور گوته	۱۳ صدای بلن...
نماد(کاشی نیلو) در	واحد اندازه
بورس	گیر...
یکی از شرکت های بیمه	بر...
ای	۱۴ نوعی ...
۴ مقروض	شفای ...
عید ای...	بر...
۵ پریانش یک غذا...	۱۵ اس...
نماد ب...	ر...
	گرا...



انقلاب بزرگ AFC در برگزاری لیگ قهرمانان



«ورزش سه» | همانطور که از مدت‌ها پیش نیز اعلام شده بود، رقابت‌های باشگاهی در قاره آسیا از فصل ۲۰۲۴-۲۰۲۵ با تغییرات گسترده‌ای همراه خواهد بود و رقابت‌های لیگ قهرمانان آسیا با فرمت کنونی، به صورت رسمی کنار گذاشته شد و بازی‌های باشگاهی با شکل و شمایل تازه و جذاب‌تری برگزار می‌شود. کمیته اجرایی کنفدراسیون فوتبال آسیا امروز با رونمایی از نام سه رقابت باشگاهی جدید، از افزایش قابل توجه بودجه برای ۷۶ تیم شرکت کننده و همچنین اعلام معرفی لیگ قهرمانان بانوان AFC از آغاز عصر جدیدی برای فوتبال باشگاهی آسیا خبر داد. طبق اعلام وب سایت رسمی AFC، سه

ایشکار پیشگامانه که با هدف ارتقای فوتبال آسیا، تقویت رشد و رسیدن به قله‌های بزرگ اندیشیده شده است، از فصل ۲۰۲۴-۲۰۲۵ اجرایی خواهند شد. در دومین جلسه کمیته اجرایی کنفدراسیون فوتبال آسیا که به صورت ویدیو کنفرانس و به شکل مجازی برگزار شد، شیخ سلمان بن ابراهیم آل خلیفه، رئیس کنفدراسیون فوتبال آسیا از تعهدات AFC برای ایجاد چندین اتحادیه تجاری مناسب‌تر باشگاهی برای فدراسیون های عضو خبر داد. در حالی که سطح دوم به صورت ۳۲ تیمی با عنوان لیگ قهرمانان آسیا (ACL۲) شناخته می‌شود. در سطح سوم نیز که ۲۰ باشگاه برای قهرمانی رقابت خواهند کرد، با عنوان لیگ چلنجر کاپ (ACGL) تأیید شد. (مخفف AFC Challenge League) نکته مهم در این خصوص، افزایش قابل توجه جوایز است. به نوعی که قهرمانان ACL۲ قرار است در مجموع ۱۲ میلیون دلار جایزه دریافت کنند. این در حالی است که پیش از این، تیم قهرمان جایزه ۴ میلیون دلاری دریافت می‌کرد و این نشان دهنده افزایش قابل توجه جوایز است. از سوی دیگر، فینالیست بازنده نیز ۶ میلیون دلار دریافت خواهد کرد. در حالیکه پیش از این به تیم نایب قهرمان، ۲ میلیون دلار پاداش داده می‌شد. در دو تورنمنت ACL۲ و ACGL نیز شاهد افزایش قابل توجه جوایز و مزایا خواهیم بود. لازم به ذکر است هر چند که کنفدراسیون فوتبال آسیا نحوه سهمیه کشورهای را این یکبار با اعلام نکرد ولی باید گفت که در سطح نخست مسابقات با لیگ نخبگان (ACL۲) دوازده تیم از غرب و دوازده تیم از شرق آسیا به مصاف هم می‌روند که طبق آخرین اخبار، ایران دارای سهمیه ۲ + ۱ است. در سطح دوم این مسابقات نیز، ایران دارای یک سهمیه مستقیم است ولی سطح سوم که با حضور کشورهای تازه توسعه یافته برگزار می‌شود، ایران سهمیه‌ای نخواهد داشت.

عکس روز



حرم مطهر حضرت شاهچراغ (ع): نگین درخشان شهر شیراز

عکاس: عباس امیری

کشتی ایران در مسیر قهرمانی؛

صعود چهار آزادکاران جوان به نیمه‌نهایی

رقابتهای و ایوالفضل بابالو توانستند با غلبه بر حریفان خود به فینال اوزان ۶۵، ۷۰ و ۹۷ کیلوگرم صعود کنند. فرزاد چنانستانی در وزن ۷۹ کیلوگرم نیز عصر امروز برای کسب مدال برنز به مصاف رقیبی از جمهوری آذربایجان می‌رود.

تایم کشتی گران کشورمان تاکنون به شرح زیر است:

در وزن ۶۱ کیلوگرم علی خرمدل در دور نخست با نتیجه ۱۲ بر صفر مبارک آریاس آسوار از اسپانیا را مغلوب کرد. وی در

ایران مسابقات پنج وزن دوم رقابت‌های کشتی آزاد قهرمانی جوانان جهان از صبح (سه‌شنبه) در شهر اسان اردن در حال برگزاری است. در یکبارهای پنج وزن دوم جهان نماینده ایران موفق به حضور در مرحله نیمه‌نهایی شدند. مبین عطیعی، امیررضا معصومی، علی خرمدل و محمد آقایی آزادکاران ایران هستند که برای حضور در فینال رقابت‌های اوزان مختلف عصر به روی تشک خواهند رفت. نیز محمدرضا ساکنی، علی

دور بعد با نتیجه ۱۵ بر ۵ آکلیک اور ماتوف از قرقیزستان را از پیش رو برداشت و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله با نتیجه ۶ بر یک لوئیک میگانلییان از ارمنستان را شکست داد و راهی نیمه نهایی شد. خرمدل در این مرحله به مصاف برنده کشتی میان نامازی سولامیندیان از گرجستان و الیدار احمدالدینوف از روسیه می‌رود.

در وزن ۷۴ کیلوگرم حسین محمد آقایی در دور اول با نتیجه ۶ بر ۲ استاسی وولف از آلمان را از پیش رو برداشت. وی در دور دوم با نتیجه ۱۰ بر صفر ایشار سالیما از بیلاروس را مغلوب کرد و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله با نتیجه ۷ بر یک گنورگی گوکرتیجانی از گرجستان را شکست داد و راهی نیمه نهایی شد. محمد آقایی در این دیدار با آنسوون سوچکوف از روسیه مصاف می‌دهد. امیرحسین علیزاده نماینده ایران در وزن ۸۶ کیلوگرم نیز پس از استراحت در دور نخست، در

به روی تشک رفت. معصومی در دور نخست با نتیجه ۹ بر یک هاکن بیوک جینگیل از ترکیه را شکست داد. وی در دور بعد با نتیجه ۱۱ بر صفر دالیسو از چین را مغلوب کرد و به مرحله یک چهارم نهایی راه یافت. وی در این مرحله با نتیجه ۱۰ بر صفر کریستین کارول از آمریکا را شکست داد و راهی نیمه نهایی شد. معصومی در این دیدار به مصاف برنده مبارزه میمان ولادیر کوچانسوف از اوکراین و مارین کورلیسکی از قزاقستان می‌رود. دیدارهای نیمه‌نهایی اوزان فوق از ساعت ۱۷:۲۰ امروز برگزار می‌شود.

در پنج وزن نخست نیز محمدرضا ساکنی در وزن ۶۵ کیلوگرم، علی رضایی در وزن ۷۰ کیلوگرم و ایوالفضل بابالو در وزن ۹۷ کیلوگرم موفق به حضور در فینال این مسابقات شدند و فرزاد صفی‌شاهی نیز در وزن ۷۹ کیلوگرم برای کسب نشان برنز تلاش خواهد کرد.

تیم ملی والیبال در اندیشه آشتی با مردم:

بدون شیشلیک هم می‌توان قهرمان شد

این اظهارنظر نشان می‌دهد ماجرای شیشلیک نبودن از در منوی غذاهای هتل واقعیت داشته است و اعتراض‌هایی از سوی برخی بازیکنان تیم ملی در خصوص نوع غذایی که برای آن‌ها سرو می‌شود وجود داشته است. اگر تیم ملی والیبال در لیگ ملتها موفقیتی کسب می‌کرد مشخص نیست درخواست‌های این بازیکنان تا چه حد نامتعارف می‌شده، اما همان قبلیه سفر کرده است و قطعاً هتل‌های محل اقامت تیم ملی در این کشورها شرایط بهتری نسبت به هتل‌های ایران نداشته‌اند. ضمن اینکه قطعاً بدون شیشلیک هم می‌توان موفقیت کسب کرد.

هوادرانی که نباید اسیر جریان سازی دلال‌ها شوند

عده‌ای از دلال‌های والیبال که در فضای مجازی هم فعالیت زیادی دارند این روزها تلاش می‌کنند اتحادی که بین اهالی هواداران والیبال شکل گرفته را از بین ببرند. به همین خاطر انتظار می‌رود تماشاگرانی که قرار است بازی‌های تیم ملی را در قهرمانی آسیا از نزدیک تماشا کنند مراقب این مسئله باشند. این روزها رمز ایجاد دودستگی بین هواداران، عدم حضور برخی بازیکنان در لیست نهایی تیم ملی است. قطعاً دعوت از بازیکنان جزو اختیارات سرمربی تیم ملی است و او بهترین تصمیم را برای منافع تیم ملی اتخاذ خواهد کرد.

مهانگران از همینه

بازیکنانی که پیش از لیگ ملتها کم تجربه بودند حالا به واسطه بازی در این رقابت‌ها می‌توانند با اعتماد به نفس و البته تجربه و هماهنگی بیشتری به مصاف رقبای آسیایی خود بروند. میلاد عبادی پور هم که در لیگ ملتها حاضر به همراهی تیم ملی نشده بود برای قهرمانی آسیا به تیم اضافه شده است و حضور او می‌تواند مشکل دریافت تیم ملی را کمتر کند. دیگر تغییر مهم تیم ملی نسبت به لیگ ملتها دعوت از صابر کاظمی بود. باید دید او که در چند وقت اخیر در لیگ‌های عربی توپ‌زده می‌تواند تا چه حد در قهرمانی آسیا به تیم ملی والیبال کمک کند. گروه‌بندی مرحله مقدماتی مسابقات والیبال قهرمانی مردان آسیا ۲۰۲۳ به قرار زیر است:

گروه A: ایران، هنگ کنگ و عراق
گروه B: ژاپن، ازبکستان و تایلند
گروه C: چین، قزاقستان و اندونزی
گروه D: چین تایپه، بحرین و مغولستان
گروه E: قطر، هند و افغانستان
گروه F: پاکستان، کره جنوبی و بنگلادش
برنامه کامل مرحله گروهی این رقابت‌ها به وقت تهران به شرح زیر است:
شنبه ۲۸ مرداد
ساعت ۱۳:۱۵ - ژاپن - تایلند
ساعت ۱۶:۱۵ - قطر - هند
ساعت ۱۹:۱۵ - بنگلادش - کره جنوبی
ساعت ۲۱:۱۵ - چین - افغانستان
ساعت ۱۶:۱۵ - هنگ کنگ - عراق
شنبه ۲۹ مرداد
ساعت ۱۹:۱۵ - چین تایپه - مغولستان
یکشنبه ۲۹ مرداد
ساعت ۱۳:۱۵ - ازبکستان - ژاپن
ساعت ۱۶:۱۵ - افغانستان - قطر
ساعت ۱۹:۱۵ - ایران - هنگ کنگ
ساعت ۱۳:۱۵ - قزاقستان - اندونزی
ساعت ۱۶:۱۵ - پاکستان - بنگلادش
ساعت ۱۹:۱۵ - بحرین - چین تایپه
دوشنبه ۳۰ مرداد
ساعت ۱۳:۱۵ - تایلند - ازبکستان
ساعت ۱۶:۱۵ - کره جنوبی - پاکستان
ساعت ۱۹:۱۵ - عراق - ایران
ساعت ۱۳:۱۵ - چین - قزاقستان
ساعت ۱۶:۱۵ - افغانستان - قطر
ساعت ۱۹:۱۵ - مغولستان - بحرین

تیم‌های شرکت کننده در بیست‌ودومین دوره مسابقات والیبال قهرمانی مردان آسیا روز شنبه ۳۱ مرداد ماه استراحت دارند و دیدارهای مرحله حذفی از روز چهارشنبه یکم شهریور با برگزاری هشت مسابقه آغاز می‌شود.
تیم‌های ایران و ژاپن که عنوان قهرمان و نایب قهرمان دوره قبل این مسابقات را دارند در صورت پیروزی در روز نخست مرحله پلی‌اف مستقیم به مرحله نیمه‌نهایی صعود می‌کنند.

نصیر شلال:

کم شدن سهمیه وزنه‌برداری در هانگژو کارشناسی و حرفه‌ای نیست

به افتخار آفرینی ملی پوشان امیدواریم



تسلیم | نواب نصیرشلال درباره شرایط تیم ملی وزنه‌برداری در مسیر حضور در رقابت‌های جهانی عربستان اظهار داشت: ۲۰ روز زمان تا رقابت‌های جهانی در پیش داریم و دو هفته بعد از آن نیز باید در بازی‌های آسیایی شرکت کنیم. در این مدت اردوی بدون وقفه‌ای را داشتیم و سعی ما بر آن بوده که همه چیز برای ورزشکاران مهیا باشد. فدراسیون نیز همه تلاش خود را کرد و شرایط خوبی را داشتیم. ان‌شاءالله با توجه به پتانسیل و شرایطی که در تیم ملی به لحاظ امکانات و ورزشکاران داریم، عملکرد خوبی داشته باشیم. ما تمام تلاش‌مان را کردیم، بچه‌ها با انگیزه تلاش کردند و روزهای سختی را پشت سر گذاشتند. ما به افتخار آفرینی بچه‌ها و کسب مدال در مسابقات پیش‌رو امیدواری هستیم. افزود: مسابقات جهانی ریاض یکی از شلوغ‌ترین دوره‌های این مسابقات طی سال‌های اخیر است. حضور ورزشکاران در مسیر کسب سهمیه در این مسابقات اجباری است و ما هم تمام تلاش‌مان بر آن بوده که سهمیه بگیریم و مدال داشته باشیم. ان‌شاءالله آماده المپیک شویم، رشد کنیم، افزایش رکورد داشته و شرایط خوبی داشته باشیم و تمام این تلاش‌ها در المپیک نتیجه بدهد. نصیرشلال ادامه داد: ۱۲ نفر در اردو حضور دارند و تیم ملی با ترکیب ۱۰ وزنه‌بردار به ریاض اعزام می‌شود. طی روزهای آینده یک رکوردگیری داخلی خواهیم داشت و ۲ نفر رزرو را مشخص می‌کنیم. در خصوص اعلام فهرست نهایی تیم ۲۰ مرداد آخرین فرصتی است که می‌توانیم لیست نهایی را بدهیم و در واقع، آن روز لیست اعلام می‌شود. سرمربی تیم ملی وزنه‌برداری در خصوص مطرح شدن صحبت‌هایی مبنی بر کم شدن سهمیه ایران رشته برای حضور در بازی‌های آسیایی هانگژو گفت: صحبت‌هایی مبنی بر کم شدن سهمیه‌ها بوده است. به نظرم این کار کارشناسی، درست و به هیچ وجه حرفه‌ای نیست. وزنه‌برداری رشته‌ای نیست که بخواهیم از سهمیه آن کم کنیم. وزنه‌برداری همیشه در بازی‌های آسیایی و المپیک‌ها صاحب مدال و عنوان بوده و این رفتار خیلی غیر حرفه‌ای است. البته صحبت‌هایی هم بعد از آن شده که سهمیه کامل هست و چیزی به جز آن هم انتظار نمی‌رود. عنوان کرد: سعی می‌کنیم ۷ وزنه‌بردار را اعزام کنیم. شرایط الان به گونه‌ای است که نه وزنه‌برداری داریم که صد درصد طلا بگیرد، نه کسی را داریم که مطمئن باشیم در آنجا سهمیه می‌گیرد. برای همه افراد اعزامی شانس مدال را قائل هستیم. در واقع با توجه به شرایط روز مسابقه و بدنی و ذهنی، این شانس را برای همه قائل هستیم. نصیرشلال در پایان با بیان اینکه تیم ملی در مسیر حضور در بازی‌های آسیایی، از ریاض به تهران بازمی‌گردد، گفت: دو برنامه مدنظر است: اول اینکه اردوی ۱۰، ۱۲، ۱۰، ۱۰، ۱۰ روز را در ریاض برگزار کنیم و از آنجا به هانگژو برویم. برنامه دوم نیز برگزاری یک اردو در چین است که کشور میزبان پیشنهاد داده و در نهایت یکی از این دو را انتخاب خواهیم کرد. باید ببینیم شرایط کدام اردوها بهتر است.



برادر ستاره تیم ملی زنان کلمبیا در تیراندازی کشته شد

ایرنا | پلیس محلی شهر کالی در کشور کلمبیا اعلام کرد که برادر جولین کارابالی، یکی از بازیکنان تاثیرگذار تیم ملی فوتبال زنان کلمبیا در مسیر راهپایی این تیم به یک چهارم نهایی جام جهانی ۲۰۲۳ در استرالیا، در جریان تیراندازی در یک کلوب شبانه کشته شده است. فدراسیون فوتبال کلمبیا در بیانیه‌ای با اشاره به این حادثه، اعلام کرد که مراسم استقبال از تیم فوتبال زنان این کشور در بازگشت از استرالیا، به‌رغم این حادثه طبق برنامه برگزار خواهد شد. تیم زنان کلمبیا در یک چهارم برابر انگلیس تن به شکست داد و حذف شد. براساس گزارش رسانه‌های محلی برادر کارابالی ۲۳ ساله که در این کلوب شبانه کار می‌کرده است، بر اثر اصابت گلوله جان خود را از دست داده است.



مشکل قرارداد مهری با استقلال حل شد

ایستنا | سعید مهری هافبک استقلال تا (چهارشنبه) قراردادش را با این تیم به ثبت خواهد رساند. با توجه به اینکه استقلال‌ها از سقف بودجه عبور کرده بودند و نمی‌توانستند قرارداد مهری را در سازمان لیگ به ثبت برسانند، پیگیری‌های خبرنگار ایستنا نشان داد که با کم کردن قرارداد برخی بازیکنان استقلال مشکل ثبت قرارداد مهری حل شده است. بر این اساس علی سلمه به عنوان سرپرست آبی‌ها و چند نفر از بازیکنان استقلال قرارداد خود را کم کرده‌اند تا مشکل ثبت قرارداد هافبک آبی‌ها حل شود.



تست‌های پزشکی محل نشست خبری توکونام را عوض کرد

ایرنا | باشگاه استقلال اعلام کرد، با توجه به الزام حضور سرمربی تیم فوتبال استقلال در ایفمارک برای انجام تست‌های پزشکی در وقت از پیش تعیین شده، جواد توکونام امکان حضور در نشست خبری پیش از مصاف با ملوان در محل سازمان لیگ را ندارد. به همین دلیل نشست خبری وی ساعت ۱۵ روز چهارشنبه در کمپ مرحوم حجازی و با حضور خبرنگاران برگزار می‌شود. گفتنی است بازیکنان استقلال فردا دو جلسه تمرینی برگزار می‌کنند. تیم فوتبال استقلال تهران در هفته دوام لیگ برتر فوتبال روز پنجشنبه ۲۶ مرداد از ساعت ۱۹:۳۰ در ورزشگاه آزادی میزبان ملوان است.