

ارتش امروز ارتشی انقلابی و ولایی است

ارتش امروز ارتشی انقلابی و ولایی است که با تبعیت محض از اوامر فرماندهی کل قوا

سبب عزت و آبروی ایران و اسلام شده است



مگر و خبر // استانداردهای هم‌زمان با تأکید بر اینکه ارتش امروز با تبعیت محض از فرماندهی کل قوا سبب آبروی ایران و اسلام شده است گفت: «آحاد موجود میان نیروهای مسلح سبب پیشرفت کشور و تأمین امنیت منطقه خواهد شد. با حضور هیئت دوتایی استاندار هم‌زمان، حجت‌الاسلام و المسلمین دکتر محمد عبادی زاهد نمایندۀ ولی فقیه در استان هم‌زمان با جمعی از فرماندهان نظامی ارتش، سپاه و ناجاره و متوری و خورده و رز و رز قیاس در بندر عباس برگزار شد. در این مراسم یک‌هزار و هشتاد و پنج نفر از فرماندهان و کارکنان ارتش از مقابل جایگاه پناه‌آوردن زخمی‌شدگان و دستگیر شدگان حوزۀ مقاومت و با تقدیم به نماز شکرگزارانه، دست‌دستی استاندار هم‌زمان در حاشیه برگزاری این مراسم به تکیه‌روزی ارتش و نظامیان حاضر شد. ارتش و تقارنی و ولایتی که با تبعیت محض از فرماندهی کل قوا سبب آبروی ایران و اسلام شده است و وی افزود: ارتش مقتدر جمهوری اسلامی ایران امروز به عنوان دستان بلند ملت ایران است و در دفاع متعلق حضور محوری مقتدرانه دارد. استاندار هم‌زمان گفت: یکی از اصلی‌ترین وظایف ارتش در پاسداری از خط مقدم فارس به نام خانۀ اصلی ملت ایران است که در پاسداری و حراست از خط مقدم فارس، دستگیر عیان و تنگه هر دو موفق عمل کرده است. به گزارش ایسنا، وی تصریح کرد: امیدوارم این اقتدار امروز ارتش و اتحاد میان نیروهای مسلح

سبب شکوفایی بیشتر کشور و تامین امنیت مردم منطقه شود.

✽ ارتش جمهوری اسلامی ایران جزو ارتش‌های قوی و سرافراز منطقه و جهان است
حجت الاسلام والمسلمین محمد اعظمی‌زاده نمایندۀ ولی فقیه در استان مازان ران در این مراسم با تبریک فرارسیدن روز ارتش اظهار داشت: ارتش جمهوری اسلامی ایران جزو ارتش‌های قوی منطقه و جهان است. وی افزود: این حقیقت با ایمان و اخلاص، از خودشناسی و فداکاری و تلاش مضاعف و کار جهادی در ارتش به دست آمده است و روز کار ارتش نیز شاهد هشتمی که سایه تیرها از جمله سیاه و ناجای نیز با تلاش و مجاهدت افتادار شهید امام جمعه تبریز عباس گفت: امروز روزی که است که اقتدار کهنه‌ساز نیروهای نظامی نیز به وقوع پیوسته است. وی تصریح کرد: اتصال و ارتباط ارتش با ولایت و در مسیر حرکت بودن ارتش در با هر معطم انقلاب و فرمانده کلی و یابان قدرت و تابناکیتند که قدرت روزافزون کشور است. نمایندۀ ولی فقیه در استان مازان ران گفت: ایاموار حرکت بالنده که شروع شد مرزهای جغرافیایی جهان را اسلام را در خود خواهد نورید و به تقاطع مختلف خواهد رسید این حقیقت عده و باید بوده و عده می شود و این تمام نیروهای مسلم‌نوردی در روز سلامتی و سرپنداری دارم

استادار محترم استان هرمزگان جناب آقای مهندس دوستی

حضور پر خیر و برکت حضرت تعالیٰ در محله ششصد شهر بندرعباس
در جمع دبیران و دانش آموزان دبیرستان دخترانه نسیمیه ناحیه دو
بندرعباس و بررسی مشکلات و پیگیری دلسوزانه و فوری مسائل
و مشکلات این آموزشگاه باعث دلگرمی و امید و آرامش دبیران و اولیاء
و دانش آموزان این آموزشگاه شد و روز ۱۷ فروردین ۱۴۰۱ در قاف
خاطرات دانش آموزان این آموزشگاه ماندگار شد. عزتمند و پایدار
باشید.

◀ انجمن اولیا و مربیان ، کادر و مدیران

و دانش آموزان دیرستان دخترانه نسیمه ناحیه دو بندرعباس

فراخوان استعلام قیمت

شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا (سهامی عام) در نظر دارد انبار مسقف، به مساحت ۵۰۰۰ متر مربع متعلق به خود، در محوطه اختصاصی این شرکت واقع در بندر شهید رجایی را از طریق استعلام عمومی قیمت، به بهترین پیشنهاد واصله واگذار نماید. لذا از متقاضیان دعوت می‌شود جهت دریافت اسناد و شرایط استعلام به آدرس‌های ذیل مراجعه نمایند.

۱ دفتر مرکزی شرکت واقع در تهران، خیابان گاندی جنوبی، نبش کوچه ششم، پلاک ۳۸، طبقه اول، واحد دبیرخانه

۲ بندر عباس، اسکله شهید رجایی، پایانه اختصاصی شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا، ساختمان ستاد، دبیرخانه

مهلت تحویل اسناد تا پایان وقت اداری روز شنبه ۱۴۰۱/۰۲/۱۰ می‌باشد. متقاضیان می‌بایست پیشنهاد قیمت خود را به صورت در بسته به نشانی تهران خیابان گاندی جنوبی، نبش کوچه ششم، پلاک ۳۸، طبقه اول، دبیرخانه شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا، تحویل نمایند. سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد و شرایط استعلام مندرج است.

شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا (سهامی عام)

دادستان بندرعباس تاکید کرد

ضرورت حل مسئله ورود پساب فاضلاب به دریا



مورد نیاز مردم مناطق مختلف استان دارد. علیرضا احمدی ضمن یادداشتن تمرکز استان نیز در این جلسه ضمن تبریک انتصاب حمزه رود پس عنوان مدیر عامل ایفای هرزگان، بر ضرورت حل مسئله مورد پسپا فاضلاب به زودی تاکید کرد و گفت: خوشبختانه در بازدید اخیر که از تصفیه خانه فاضلاب بندرعباس در صورت گرفت، روند بازسازی و ارتقای این مجموعه رضایت بخش بود. وی ابراز امیدواری کرد، با تداوم روند فعلی بزودی شاهد انتقال سراسر تصفیه خانه فاضلاب بندرعباس برپای استفاده در صنایع خاص گشتی است، در حال حاضر عملیات ارتقا و بازسازی تصفیه خانه فاضلاب بندرعباس برپای انتقال پسب به صنایع غرب این شهر از سوی شرکت تان و توسعه زیرساخت خلیج فارس متشکل از صنایع بزرگ غرب بندرعباس در حال انجام است.

حمایت استاندارد به عنوان یک اولویت در دستور کار آقا برقرار گرفته و امیدواریم با حسیست ایجاب شده، این مسئله نیز در به سرانجام خوبی برسد. مدیرعامل آفای هرگزمان، حسیست ایجاب دانسان مرتز استنار را در این خصوصی ستود و گفت: آقا بر اساس ماموریتی که بر پییده دارد، قلمده های مورتی در تمانین نیز ای مناطق برخواهد داشت که مردم آقا مثبت ان احساس خواهند کرد. حمزه پور استاذی از ظرفیت آبشیرنیک ها را در گزیت استفاده دانست و افزود: به توجه به ظرفیت منابع آبی سطحی و زیر سطحی استان چاره ای از چنین استفاده از ظرفیت های نمک زدایی نداریم.

همچنین گفته وید ای برای استفاده از این ظرفیت در حضور سرمدیه گزگران استقبال می کند و در این مسیر استاندارد هرگزمان نیز حمایت های ویژه ای را تمانین اب

عبدالحیدر حمید پور مدیر عامل آب و فاضلاب هرمزگان با تقدیر از آسپاس های دانشجویی در خصوص وضعیت آب و فاضلاب استان هرمزگان از برنامه ریزی برای رفع این مشکلات از برنامه دادوی افزود: رفع مشکل فاضلاب بندرعباس که خواسته مردم برای استفاده از جاذبه های دریایی، به گرازی شکرنگار دریا ،

رویه خبر // نماینده ولی فقیه در
موزگان و امام جمعه بندر عباس
فقت: دستاوردهای امروز نفت ستاره
لیج فارس محقق نمی شد مگر با همت
ارکان و صبوری خانواده هایشان که
این راه رهبری مهندس دادور را
پیمایند.

[illegible]

همراهی کردند و این تحولاتی را که شاهد هستیم جای شکر، تشکر و قدردانی دارد.

وی ابراز کرد: اودامیر و به فضل الهی در آینده نیز شاهد توفیقات و موفقیت‌های بیش از پیش ایشان در عرصه خدمت‌گزاری به جامعه، به‌ویژه خصوصی صنعت نفت و گاز خواهیم بود.

اقدامات تجلیل‌ترزده‌اند و به عنوان یک موفقیت بزرگ و ویژه در صنعت نفت این کشور یاد می‌شود. اما مال‌ترزده‌اند. حجت‌الاسلام عبادی زاده افزود: دستاوردهای امروز نفت ستاره خلیج‌فارس محسوب نمی‌شود مگر با ستاره کارکنان و صوری خانواده‌هایشان که در این راه با رهبری مهندس اسحاق



تحقق دستاوردهای نفت ستاره خلیج فارس با رهبری مهندس دادور

آرزو توکلی سرویس استان‌ها // مدیرکل تعزیرات حکومتی استان کرمان با بیان اینکه اختطار به واحدهای صنعتی بزودی برچیده می‌شود تاکید کرد: سقف ۱۰میلیون تومان جریمه اصفاف متخلف با مصوبه سران قوا از این پسر در محل اعمال می‌شود.

به گزارش خبرنگار دریا ، ارسالان میری در نشست کارگروه اقدام مشترک استان کرمان افزود: این قانون با هدف بازدارندگی مصوبه سه قوه شده است تا جلو سرمشابه‌های تخلفات بازار را بگیرد.وی با بیان اینکه کمسیون نظارت اسستان کرمان قیمت ها را مصوب و ابلاغ می‌کند گفت: ۲۸ هزار و ۳۴۹ تخلف به ارزش یکهزار و ۴۹ میلیارد ریال سال گذشته در استان کرمان ثبت شد که به میزان ۳۳ درصد رشد در تعداد و ۶۷ درصد در مبلغ جرایم نسبت به مدت مشابه سال ۹۹ افزایش داشته است.مدیرکل تعزیرات حکومتی کرمان ادامه داد: سسال گذشته ۲۱ میلیارد تومان وصولی به خزانه داشتیم که آمار رشد ۲۹ درصدی را نسبت به سال ۹۹ نشان می دهد.میری افزود: باوجود کمبودهای اقتصادی و راثی اگر بازار چند نرخ‌ی شود طبیعی است فساد هم به دنبال خواهد داشت که در این زمینه بایستی تدبیری صحیح و اساسی صورت گیرد و همچنین باید آرد، گندمد و گازوییل چند نرخ‌ی را کنار بگذاریم.وی یادآور شد: تخلفات بازار ناشی از فقر،فساد، رانت و ارز ترجیحی است که از نداشتن برنامه ریزی صحیح نشأت می گیرد و در این زمینه فعالیت کارگروه اقدام می تواند موثر واقع شود به شرطی که مبنای قیمت و نظارت را از مبادی و کارخانه ها پیگیری کنیم.

• جلو توزیع روغن ناسالم در کرمان گرفته شد
مدیرکل تعزیرات حکومتی استان کرمان گفت: عده ای روغن خوراکی ناسالم را با سالم تزکیب کرده و در کشور توزیع شده بود اما در کرمان جلو آن گرفته شد و در این زمینه ۲ هزار تن روغن را آنالیز کردیم.وی

مدیر عامل آب منطقه‌ای یزد :

وضعیت آبخوان ها نگران کننده است

علیرضا حائری زاده **سرویس استان ها** // مدیر عامل شرکت آب منطقه ای اباراز تاسف از خشکسالی‌های مستمر و شرایط ناساعد بارندگی در استان، مدیریت مصرف در همه بخش ها را برای استان به شدت مهم و ضروری دانست.

به گزارش خبرنگار دریا ؛ محمد مهدی جوادیان زاده با بیان این که متأسفانه ما به صورت مستمر با پدیده خشکسالی روبرو هستیم و شرایط بارندگی در استان شرایط خوبی نیست به طوری که تا این لحظه میزان بارش های استان درصدی کمتر از بارش های پارسال بوده است، افزود: شرایط بارشی، شرایط زیرترمال وضعیفی بوده و این ضعف باعث می شود که تغذیه لازم به آبخوان های استان نرسد.وی با اشاره به اینکه نرسیدن تغذیه به آبخوان‌ها و تغییر نکر دن برداشت ها باعث افت بیشتر سطح آب های زیرزمینی و کسری مخزن می شود،

استاندار یزد :

مدیران استان ، فعالانه پیگیر اجرای مصوبات سفر رئیس جمهور باشند



علیرضا حائری زاده **سرویس استان‌ها** // استاندار یزد با بیان اینکه **مصوبات سفر رئیس جمهور** به استان در راستای تسریع در اجرای پروژه های نیمه تمام است گفت: **مدیران استان** فعالانه و دغدغه مندانه پیگیری اجرای مصوبات باشند و اربزینی های لازم را با سازمان ها و وزارتخانه های متبوع انجام دهند.

به گزارش خبرنگار دریا ، مهران فاطمی در نشست ویژه بررسی پیشرفت مصوبات سفر رئیس جمهور به استان افزود: سرعت اجرای طرح ها مصوب سفر به استان نباید در سایه کاغذ بازی ها کاهش یابد. وی اظهار کرد: مدیران استان باید فعالانه و دغدغه مندانه پیگیر اجرای مصوبات سفر رئیس جمهور به استان باشند و به صورت مستمر و در قالب سفر به تهران مسائل مربوط به طرح‌ها را پیگیری و سرعگاه های احتمالی را حذف کنند. فاطمی در ادامه با اشاره به نگاه ویژه دولت به طرح ها مصوب استان ها خاطر نشان کرد: مصوبات

نبود مرکز جامع آموزش و موزه تخصصی مانعی برای توسعه پته‌دوزی در کرمان

آرزو توکلی سرویس استان‌ها // معاون صنایع‌دستی اداره کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان کرمان گفت: ۲۰ هزار هنرمند در رشته پته‌دوزی در سطح این استان اشتغال دارند که نبود موزه تخصصی و مرکز جامع آموزش مانع از معرفی و توسعه این رشته هنری شده است.

به گزارش خبرنگار دریا ؛ کاظم حسین‌زاده در نشست هم اندیشی هنرمندان صنایع‌دستی استان کرمان با هدف شناسایی چالش‌ها و مشکلات پیش‌روی رشته‌های پته‌دوزی و گلبافی اظهار کرد: به اکنون رشته پته‌دوزی با ۲۰ هزار صنعتگر و گلبافی با ۱۰ هزار صنعتگر بیشترین تعداد هنرمندان شاغل را در بین رشته‌های هنری استان کرمان به خود اختصاص داده است. معاون صنایع‌دستی اداره کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان کرمان افزود: رشته‌های پته‌دوزی و گلبافی جزو رشته‌های اولویت‌دار این استان به شمار می‌روند که باید با همکاری مشترک بخش‌های دولتی و خصوصی به مشکلات پیش روی این رشته‌ها رسیدگی شود.او بیان کرد: نبود موزه تخصصی، تنه، عدم وجود فضای متمرکز برای آموزش در رشته پته‌دوزی و گلبافی، کمبود امکانات برای تهیه مواد اولیه مرغوب از جمله شال پته و نخ پشمی، عدم ارائه آثار فاخر در نمایشگاه‌های بین‌المللی، نبود کارخانه ریسندگی در راستای تبدیل پشم مرغوب، عدم وجود کارگاه‌های رنگرزی سنتی و گاهی ... از عمده مشکلات هنرمندان و صنعتگران این دو رشته هنری است.حسین‌زاده خاطر نشان کرد:در حال حاضر ۷۰ هزار هنرمند چیره‌دست کرمانی در ۱۰۰ رشته و زیررشته صنایع‌دستی فعال هستند.

جنوب کشور

مدیرکل تعزیرات کرمان :

متخلفان در محل جریمه می‌شوند

ادامه داد: ۱۰۷ گروه بازرسی در استان کرمان فعالیت دارند و در این زمینه ۸۶۰ پرونده تخلف اصفاف طی ۲۷ روز گذشته تشکیل شده است.میری با بیان اینکه تامین، تهیه و توزیع صحیح کالاهای اساسی، جلو تخلفات را می گیرد تصریح کرد: کرمان در بررسی، نظارت و برخورد با متخلفان احتمالی مشکل چندانی ندارد و عمده مشکلات گرانفروشی در این استان ناشی از دیگر استان‌هاست.

• مطالبه شفافیت در بوجه معادن برای تنظیم بازار
مدیرکل تعزیرات حکومتی کرمان گفت: مشکل ما نداشتن شفافیت در خصوص تعیین تکلیف وعده استاندار و رئیس صمت استان در تامین بودجه اختصاص یافته برای بازرسی بازار از محل اعتبارات معادن استان است که بایستی شمول تخصیص اعتبار مشخص شود.وی عنوان کرد: تعزیرات حکومتی استان کرمان مشکل لجنسیتکا(بشتیبانی) و خودرو در حوزه نظارت بر بازار دارد زیرا نظارت را از شهرهای بزرگ باید به بخش ها و دهستان ها بکشیم و نباید همه چیز محدود به مرکز استان کرمان باشد.مدیرکل تعزیرات حکومتی استان کرمان افزود: بیش از ۳۰۰ بازرس در بخش های مختلف استان کرمان داریم و روزانه هشت گشت مشترک با همکاری صمت، جهاد کشاورزی، اتاق اصناف و دامپزشکی فعال هستند که در بخش کالاهای اساسی با همکاری بسیج و همکاران سازمان صمت بازرسی ها انجام می‌شود.

• اختلاف قیمت‌های نجومی
سرپرست معاونت هماهنگی امور اقتصادی استانداری

می دهد که این کاهش مصرفر بدون اینکه مشترک خانگی را دچار مشکل کند امکان پذیر هست، مشروط بر اینکه با برنامه ها و ابزارهای

درست اقدامات مدیریتی صورت بگیرد.مدیر عامل آب منطقه‌ای با بیان این که بخشی از آب با کیفیت استان در صنعت هم استفاده می شود، مدیریت مصرف در این بخش را نیز بسیار مهم دانست و گفت:در برنامه سازگاری با کم آبی، جوادیان زاده اظهار کرد: در حوزه شرب نیز باید سساز و کارهای جدید و تفکر نوین دیده شود.وی افزود: در تلاش هستیم در بخش مدیریت مصرف تا حدودی جواب داده ولی با این همه رشد فزاینده که بخش شرب ما داشته و به دلیل اینکه با کیفیت ترین منابع آب ما در بخش شرب استفاده می شود و ما در این بخش هم به شدت محروم هستیم خیلی مهم است که مدیریت مصرف در بخش شرب نیز بیش از پیش اتفاق بیفتد.وی با اشاره به اینکه بخش کشاورزی با اجرای طرح تحویل حجمی آب لازم به بخش کشاورزی هم برسد و باعث خشک شدن مزارع و اراضی کشاورزی نشود.

وی ادامه داد: ولیکن مهم است ابزار و سازوکارهای جدید و تفکر نوین مدیریت مصرف در بخش کشاورزی در استانی مثل استان یزد بیش از پیش به کار گرفته شود چرا که با روش ها و منابع آبی نسبتا غنی که اتفاق افتاده و تلاش هایی که نشده نشان

شدن سوق دهیم.



به فلک کشیده لذا باید اعتبارات این حوزه بویژه در بخش نظارتی افزایش یابد و به زیرساخت بازار از این محل کمک شود.
وی با اشاره به موارد مطرح شده توسط معاونت استاندار کرمان از قیمت گذاری بخش خدمات گفت: هشت هزار قلم انواع خدمات در استان کرمان داریم و در این زمینه قیمت گذاری خدمات لوازم خانگی در کمسیون نظارت تعیین تکلیف شده است.

• رفع مشکل درج قیمت کالا
حسینی نژاد اضافه کرد: تاکنون قیمت مصرف کننده روی کالا درج می شد که اکنون درج قیمت تولید هم داریم و در این زمینه از روز اول اردیبهشت ماه امسال هشت هزار قلم کالا در کشور و در مجموع پنج مرحله اجرای طرح قیمت گذاری، یکهزار و ۳۷۵ قلم کالا در استان کرمان مشمول طرح قیمت گذاری تولید و مصرف شده است.

• قیمت ها در کف بازار سر به فلک کشید
رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان کرمان با اشاره به دستورالعمل ها و قوانین مرتبط با برخورد با متخلفان بازار گفت: متأسفانه قیمت ها در کف بازار سر

شناسایی ۲ هزار و ۲۰۰ چاه آب غیرمجاز در خوزستان

حسن سیلاوی سرویس استان ها // رئیس اداره حریم بانی سازمان آب و برق خوزستان گفت: بالغ بر ۲ هزار و ۲۰۰ چاه غیرمجاز در سطح خوزستان شناسایی شده است. به گزارش خبرنگار دریا ؛ علی غلامعلی نژاد با اشاره به وجود جاهای غیرمجاز در خوزستان اظهار کرد: بالغ بر ۲ هزار و ۲۰۰ چاه غیرمجاز در سطح خوزستان شناسایی شده که این آمار رو به افزایش است. وی افزود: در پنج سال گذشته بیش از ۴۵۰ حلقه چاه غیرمجاز پر شده است، در دو سال گذشته نیز بیش از ۱۸۶ چاه پر شده‌اند اما باید این کار با سرعت بیشتری انجام شود. رئیس اداره حریم بانی سازمان آب و برق خوزستان گفت: هر گونه حفر چاه و بهره‌برداری از آب‌های زیرسطحی مانند آب‌های سطحی نیازمند اخذ مجوز از سازمان آب و برق خوزستان است. اگر در نقطه‌ای مجوز این کار داده نمی‌شود، بر اساس مطالعات انجام شده است زیرا در صورت صدور مجوز و انجام این کار، به منطقه آسیب وارد می‌شود.غلامعلی نژاد با اشاره به تبعات وارد شدن آسیب به منابع زیرسطحی بیان کرد: اگر در منطقه‌ای زائله رخ دهد، می‌توان یک منطقه را بازسازی کرد اما زمانی که آب‌های زیرسطحی از یک نقطه تخلیه شود، دیگر آسیب وارد شده به این منطقه از جمله نشست زمین جبران ناپذیر است.وی عنوان کرد: همه مردم و مسئولان باید کمک کنند تا از ایجاد این چاه‌ها پیشگیری و این آمار را کاهش دهیم.رئیس اداره حریم بانی سازمان آب و برق خوزستان که در یک برنامه تلویزیونی صحبت می‌کرد، گفت: مردم در صورت مشاهده هر گونه حفر چاه یا بهره‌برداری از منابع آب‌های زیرزمینی موضوع را به ادارات آب اطلاع دهند. در مرکز خوزستان نیز اداره حریم بانی آماده دریافت گزارشات مردمی در این زمینه است. همچنین می‌توانند با این شماره ۰۹۰۳۱۵۸۰۵۸۲ تماس بگیرند.

مدیرکل میراث فرهنگی استان بوشهر :

۶۵۰هزار مسافر از ظرفیت گردشگری دریایی بوشهر استفاده کردند

صنایع‌دستی استان بوشهر با اشاره به ساماندهی حسینه خان در سال جاری ادامه داد: خانه باغ‌های پسندر گناوه با اتعافی که در حوزه اخذ مجوز خواهیم داشت می‌توانند در زمینه بوم‌گردی فعالیت کنند و این آمادگی وجود دارد. سجادی‌منش بر لزوم ایجاد اسکله گردشگری در این بندر تاکید کرد و گفت: اعطای تسهیلات در حوزه بوم‌گردی و ساخت اقامتگاه، پیگیری برای فعال شدن پروژه منطقه نمونه گردشگری میر مهنا و کمک به توسعه اشتغال در حوزه صنایع‌دستی بخشی از برنامه‌های ما برای کمک به سه حوزه تخصصی ادارهکل متبوع در این شهرستان است.فرماندار گناوه نیز در ادامه این مراسم بیان کرد: دلیل اصلی ارائه خدمات مطلوب تعطیلات نوروز در بندر گناوه، برنامه‌ریزی قبل از شروع نوروز در زمینه ذخیره

مهران سلطانی نژاد **سرویس استان‌ها** //مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان بوشهر گفت: ۶۵۰ هزار نفر از ظرفیت گردشگری دریایی استان استفاده کردند.

به گزارش خبرنگار دریا ؛ اسماعیل سجادی‌منش در مراسم تقدیر از فعالان ستاد اجرایی خدمات سفر گناوه گفت: در نوروز امسال با فعال شدن ۵ کشتی، ۱۱ لنج و ده‌ها قایق موتوری در حوزه گردشگری دریایی، بیش از ۶۵۰ هزار نفر از این ظرفیت برای گردش استفاده کردند.وی اضافه کرد: توسعه زیرساخت‌های گردشگری گناوه یکی از اولویت‌های ما بوده و در همین راستا سرمایه‌گذاران اعلام آمادگی کرده‌اند و ما به دنبال ایجاد هتل ۵ ستاره و اماکن اقامتی با کیفیت بالا در این شهرستان هستیم . مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و



۳

سه شنبه ۳۰ فروردین ۱۴۰۱

۱۷ رمضان ۱۴۴۳

سال بیست و یکم شماره ۱۳۸۶

طنز

هرچه گران‌تر، گران‌تر...

هر وقت سخن از گران شدن اینترنت به میان می‌آید ذهن همه به سمت چیزهای منفی می‌رود. مثلاً سودجویی یا خون مردم را در شیشه‌ش کردن و یا حتی از نیاز مردم به اینترنت سوء استفاده کردن و چیزهای بد و زشت دیگر که همه نشان‌دهنده ذهن منفی باشد، که آن هم زاینده ذهن منحرف شماس‌ت، هزاران دلیل مثبت دارد که می‌توانیم فقط به گوشه‌ای از آن اشاره کنیم.

۱-از آنجایی که اینترنت ارزان مانند مواد مخدر ارزان است و ممکن است در دسترس بودن آن به وخامت حال معتادان مجازی کمک کند و حتی آنهایی که هنوز مبتلا نشده‌اند درگیر شوند، این گرانی می‌تواند عامل مهمی در جلوگیری از این ناهنجاری اجتماعی باشد.

۲-از آنجایی که پدران و مادران، انسان‌های اقتصادی هستند بعد از گران شدن اینترنت دیگر تمایل فیلم‌های ارسال شده در گروه‌های خانوادگی و دوستانه خود را دانلود نخواهند کرد و اعضای خانه بدون آلودگی‌های صوتی می‌توانند تلویزیون نگاه کنند.

۳-می‌توان از این طریق روابط خانوادگی را مدیریت کرد. به طوری که همه خانواده یک بسته اینترنت تهیه کنند و هر کدام در سسات‌های مشخص از اینترنت بهره ببرند تا در زمان‌های خالی از دیدن خانواده و آشنایی بیشتر با آنها لذت ببرند. البته در این مورد خاص پلیس محله باید بزرگ به زنگ باشد زیرا احتمال وقوع خون‌ریزی در جنگ‌های داخلی پیش‌بینی می‌شود.

۴-می‌توانیم کلوب‌های اجاره فیلم را احیا کنیم یا شغل شریف سی‌دی فروشی‌های خیابانی که مدت‌هاست مغفول مانده است دوباره زنده شود و قدم بزرگی در اشتغال آفرینی و حتی اعلام آمار شاغل‌ها برداریم. زیرا به‌دلیل گران شدن نرخ اینترنت امکان تماشای آنلاین و دانلود فیلم‌ها وجود ندارد و خانواده‌ها به این شغل‌ها نیاز پیدا خواهند کرد. فقط شرط گرو گذاشتن کارت ملیی جهت دریافت فیلم لغو شود و وگرنه با این وضع تحویل کارت ملی، تمام مردم ایران دچار بحران هویت خواهند شد.

۵-جوانان اهل کار و فعالیت می‌شوند زیرا با این قیمت‌ها دیگر باید روی پای خودشان بایستند و مثل یک مرد قوت اینترنت‌شان را دریابوند و از آنجایی که بدون اینترنت زندگی نتوان، به تکاپو افتاده و دنبال کار می‌گردند.چه بسا در همین مسیر کارآفرینی هم کردند و اقتصاد کشور با جهش مواجه خواهد شد.

۶-از قیمت گفته‌اند هیچ گرانی بی‌حکمت نیست. گرانی اینترنت نشان می‌دهد که اینترنت چه کالای گرانی‌هایی است و باید قدر آن دانسته و در مصرف آن صرفه‌جویی شود تا آیندگان بدون اینترنت نمانند و از این مایه حیات درست استفاده کنند.

۷-چون همه چیز دارد گران می‌شود اگر اینترنت گران نشود شب خوابان می‌میرد و استرس می‌گیریم. از آنجایی که خواب برای بدن لازم است پس می‌توان گفت گرانیی اینترنت در سلامت جسمی انسان‌ها نیز تأثیر بالایی خواهد داشت.

■ صنم یابوری

از من بی‌رس

با افزایش قیمت تعریفه اینترنت ثابت خانگی، موجی از نشت‌ا ط و شادی مردم را فرا گرفت. به‌گفته یکی از مقامات آگاه، مردم در اینکه به‌واسطه اینترنت گران، کمتر از قبل در دام شبکه‌های اجتماعی التحراف‌زا می‌افتند، بشدت خوشحال بوده و از مسئولین امر سیاست‌گزارند.خبرنگار اعزامی ما که برای تهیه گزارش میدانی از این خوشحالی مردم، قصد رفتن به میادین شهر را داشت، با ممانعت همان مقام آگاه روبه‌رو شد و مقام آگاه خطاب به وی گفت: «بکجا می‌خوای بری تو این آلودگی؟ هرچی بخوای من خودم بهت می‌گم دیگه، هیچ کس بهتر از ما مقامات از حال و روز مردم خبر ندارم!»خبرنگار ما در همین راستا با مقام آگاه برخورد کرد، اما خبر مردم بابت کیفیت پایین اینترنت کشور، گله‌مندند؟ مقام آگاه ضمن رد این شایعات، آن را ساخته و پرداخته رسانه‌های مغرض دانست و افزود: سرعت اینترنت پایین نیست و پیام‌رسان سروش را خیلی راحت باز می‌کند. در ادامه مقام آگاه که برای اثبات حرفش قصد داشت پیام‌رسان سروش را جلوی چشم خبرنگار ما باز کند، به‌دلیل کندی اینترنت نتوانست و اتصال سروش برقرار نشد. البته این مقام به خبرنگار ما اطمینان داد که متصل نشدن سروش به اینترنت، ناشی از کیفیت پایین گوشی‌های گرای است و ربطی به سرعت اینترنت کشور ندارد.

خبرنگار ما در ادامه پرسید: چرا اپراتورهای تلفن همراه، بسته‌های شش‌ماهه و یک‌ساله خود را که برای کاربران به‌صرفه بود حذف کرده‌اند؟ مقام آگاه توضیح داد: «ما دیدیم آدم از عمرش که خبر نداره، حالا تا شش‌سیم‌ماه یا یک‌سال بعد، کی مسره، کی زنده؟ هرچین این بسته‌ها رو حذف کردیم که شهروندان عزیز فکر نکنن تا ابد زندان و از مرگ غافل‌نن.» خبرنگار واقع‌ی ما مجدداً اصرار کرد که مردم از این وضعیت و قیمت و سرعت اینترنت مملکت شاک‌ی‌اند و برای اثبات حرفش، دوباره حرکت کرد تا از مردم گزارش میدانی تهیه کند که این‌بار با ممانعت محافظان مقام آگاه روبه‌رو شد. مقام آگاه برای اینکه خبرنگار ما از محافظان ترسیده، دستی بر سر وی کشید و گفت: «حالا فو‌ش ا‌گه بر فرض محال، به‌روز فهمیدیم که مردم عزیز واقعا دلخو‌ر شدن، دستور می‌دم به‌شبه قیمت‌ها بیاد پایین دیکه، این‌که کاری نداره. الان همین چند وقت پیش به دستور داریم، برو بین قیمت گوشت و برنج چقدر اومده پایین.» خبرنگار ما دوباره از جای خود حرکت کرد، که این‌دفعه س‌رتم محافظان مقام آگاه شخصاً جلو‌ی او را گرفت و مقام آگاه هم افزود: «حیا هم خوب چیزیه؟ واقعا می‌خوا‌ی بری ببینی قیمت‌ها اومده پایین یا نه؟ به من اعتماد کنی؟ البته خبرنگار ما توضیح داد که این‌بار برای تهیه گزارش بلند نشده، بلکه بلند شد تا همین گزارش فعلی را به روزنامه برساند؛ در نتیجه سوء تفاهم‌ها رفع شده و خبرنگار ما به تحریریه بازگشت.

■ محمدرضا رضایی

طرح : بیتا هوشنگی

شنبه ۳۰ فروردین ۱۴۰۱
۱۷ رمضان ۱۴۴۳
سال بیست و یکم شماره ۱۳۸۶
■ خبر ■
یک مستگول:

برنج ایرانی با قیمت پایین در راه است

■ سرویس اقتصادی // مدیرعامل مرکز تجارت بین الملل و پایانه صادراتی آمل به مردم توصیه کرده است که برنج کهنه نخزند زیرا زمان برداشت برنج‌های سال جدید نزدیک‌است و به قیمت‌های پایین‌تری عرضه خواهد شد.مدیرعامل مرکز تجارت بین‌الملل و پایانه صادراتی آمل به مردم توصیه کرده‌است که برنج کهنه نخزند زیرا زمان برداشت برنج‌های سال جدید نزدیک‌است و به قیمت‌های پایین‌تری عرضه خواهد شد.صحب‌های این مسئول بیشتر به دلیل آبلاب کردن باین‌ترقی می‌باشد در صورتی که مردم خرید خود را کمتر کنند، قیمت‌ها را بی دلیل افزایش داده‌اند در صورتی که مردم خرید خود را کمتر خواهند.بر اساس پایش می آید و هدف محترکان و سودجویان هم محقق نخواهد شد.بر اساس گزارش از بازار قیمت برنج طارم در بازار از کیلویی ۸۴ تا ۱۰۰ هزار تومان به فروش می‌رود این در حالی است که این برنج‌ها کیلویی ۶۰ تا ۶۵ هزار تومان از کشاورزان خریداری شده است، یعنی حدود ۲۵ تا ۴۰ هزار تومان هر کیلو برنج حباب قیمت دارد.مدیرکل دفتر بازرسی و نظارت بر کالاهای وزارت جهاد کشاورزی ضمن اینکه علت افزایش قیمت برنج را احتکار از سوی برخی سودجویان مربوط دانست از طرحی خبر داد که معتقد است تا یک هفته آینده می تواند قیمت‌ها را در بازار به نرخ‌های قبلی بر گرداند.بر اساس این جهاد کشاورزی ضمن اینکه علت افزایش قیمت برنج را احتکار از سوی کشور دستور داده شده چنانچه بازرسان با محترکان و گرافروشان روبه‌رو شوند علاوه بر برخورد جدی با آنها به سازمان تعزیرات حکومتی برای صدور رای معرفی می‌شوند.مدیرعامل مرکز تجارت بین‌الملل و پایانه صادراتی آمل همچنین از فراوانی برنج در انبارها خبر داد و گفت: برنج تنظیم بازاری هم به مراکز توزیع تحویل داده‌ایم و هیچ مشکلی از نظر تامین نیست و التهاب قیمت‌های به زودی فروکش می‌کند.

تخلیه نگله ۴۳۷ تنی وارداتی در بندر شهید رجایی

■ سرویس اقتصادی // یک نگله سنگین وارداتی با وزن ۴۳۷ تن، با رعایت تمام الزامات ایمنی و شیوه نامه های محمولات بار برداری ترافیکی از کشتی تخلیه و به یکی از محوطه های منطقه ویژه اقتصادی بندر شهید رجایی منتقل شد.به گزارش خبرنگار دیا ، « منصور خرمشکه» درباره تخلیه موفق یک نگله سنگین (نگله واحد شمارش کالا) در بندر شهید رجایی اظهار داشت: این محموله وارداتی که ۲۳٫۳ متر طول ، ۵٫۲ متر ارتفاع ، ۲٫۱ متر عرض ووزنی معادل ۴۳۷ تن برخوردار بود با رعایت کامل شیوه نامه های باربرداری محمولات ترافیکی از کشتی تخلیه شد. وی با اشاره به مراحل عملیات جابه‌جایی این محموله گفت: این نگله با استفاده از یک دستگاه جرثقیل ۱۲۰۰ تنی با به کارگیری ۲۵ نیروی انسانی و با رعایت کامل کارگوبلن (تقشه چیدمان کالا در زمان تخلیه و بارگیری) به صورت استاندارد و کاملاً ایمن در مدت زمان هشت ساعت از روی کشتی به گنشته انتقال یافت. به گفته معاون امور بندری و اقتصادی اداره کل بنسادر و دریانوردی هرمزگان، این محموله سنگین پس از انتقال بر روی کشتندهای بوزی که از قبل بر روی اسکله ۱۳ مستقر شده بود قرار گرفته و پس از مهارتی کامل آن با رعایت کامل الزامات ایمنی به محوطه‌های بندری منتقل شد. خرمشکه خاطر نشان کرد: این محموله پروژهای که به عنوان کالاهای سرمایه‌ای کلیدآ می‌شود، پس از انجام مراحل ترشیفات بندری و گمرکی به مقاصد مورد نظر انتقال می یابد. «نگله» کلمه‌ای است ظاهراً هندی که در بنادر و گمرکات جنوب بسیار متداول است.

۴

۲ دست انداز پیش روی «نهضت ملی مسکن»

سرویس اقتصادی // طرح بزرگ دولت در حوزه

مسکن کند پیشی می رود، مشکلات پیش روی اجرای طرح چیست؟

دولت طرح نهضت ملی مسکن را در شرایطی پیش می برد که گزارش ها حاکی از آن است که روند اجرای این طرح با چالش هایی نظیر تامین مالی، هزینه های ساخت و در نتیجه استقبال مخاطبان روبه روست. خبرهای منتشر شده از طرح نهضت ملی مسکن نشان می دهد که تا پایان سال ۱۴۰۰، از میان بیش از ۵٫۴ میلیون نفر متقاضی در این طرح، ۲٫۳ میلیون نفر واجد شرایط شناخته شده اند. با این حال، به نظر می رسد ادامه کار این پروژه با چالش‌های از جمله دو مورد تامین مالی و استقبال مخاطبان همراه باشد. ۱- تامین مالی: بر اساس قانون جهش تولید مسکن، بانک ها مکلف اند حداقل ۲۰ درصد از تسهیلات پرداختی نظام بانکی در هر سال را با نرخ سود مصوب شورای پول و اعتبار به بخش مسکن اختصاص دهند به طوری که در سال اول اجرای قانون، حداقل ۴۰ هزار میلیارد تومان تسهیلات برای واحدهای موضوع این قانون کمتر نباشد. با این حال کارشناسان به نحوه تحقق این میزان از تسهیلات بانکی به بخش مسکن هشدار داده اند. طبق آخرین گزارش بانک مرکزی درخصوص مقاصد تسهیلات پرداختی در بخش های اقتصادی، در ۱۱ ماه سال ۱۴۰۰، بخش عمده و بیش از ۶۶ درصد از کل تسهیلات بانکی با هدف تامین سرمایه در گردش پرداخت شده که ماهیت کوتاه مدتی

توضیح معاون وزیر صمت در مورد کاهش یک شبه قیمت‌ها

سرویس اقتصادی // معاون وزیر صمت با بیان اینکه

این صحت را که باید یک تشبیه قیمت‌ها برگردد را تکذیب می کنم، گفت: ۵۰ قلم کالای اساسی با استناد به قانون ومقررات کشور نمی توانند سرخود تغییر قیمت دهند.عباس تابش در حاشیه جلسه مشترک کارگروه مبارزه با قاچاق در جمع خبرنگاران در مورد بازگشت قیمت کالاها به سال ۱۴۰۰، اظهار کرد: یک موضوعی از قول من در خبرگزاری‌ها پخش شد و مشخص نیست به چه منظوری بود، اما به کل غلط بود. بنابراین این صحت را که باید یک شبه قیمت‌ها برگردد را تکذیب می کنم. رئیس سازمان حمایت مصرف کنندگان و تولیدکنندگان افزود: تغییر قیمت ۵۰ قلم کالای اساسی، حساس و ضروری مشمول قیمت گذاری پشین، یعنی مستلزم طی فرایند قانونی است،وی ادامه داد: اگر تولیدکننده یا صاحب کالایی بخواهد قیمت این ۵۰ کالا را تغییر دهد، اول باید مستندات تغییر قیمت را به سازمان حمایت ارائه کند تا کار کارشناسی انجام و بعد در ستاد تنظیم بازار ابلاغ شود. پس از این فرایند افراد می‌توانند افزایش قیمت دهند. منتهی در سالل جاری برخی از بنگاه‌ها این مسیر را طی

نکردند و افزایش قیمت داده بودند که ما پیشنهاد دادیم قبل از اینکه بحث‌های تعزیری و قضایی پیش بیاید این افراد در فرایند قانونی از افزایش قیمت خودسرانه اجتناب کنند. بنابراین پیشنهاد دادیم قیمت‌ها را برگردانند تا فرایند قانونی طی شود. ممکن است بعد از طی فرایند قانونی، کالا مشمول افزایش قیمت هم بشود. معاون وزیر صمت اظهار کرد: این ۵۰ قلم کالا که شامل گوشت قرمز، گوشت مرغ، لبنیات، روغن موتور، پوشاک، لوازم خانگی و غیره می شود، با استناد به قانون و مقررات کشور نمی‌توانند سرخود تغییر قیمت دهند و نباید قیمت‌های ناهمگن و متفاوت در کشور داشته باشیم. وی گفت: در اصل این ۵۰ قلم کالا، کالاهای اساسی هستند که در سبد خانوار نقش بالایی دارند و این موضوع ربطی به نوع ارز دریافتی آنها ندارد. همان‌طور که اشاره شد این ۵۰ کالا مشمول قیمت‌گذاری پیشین هستند.تابش درباره گرانفروشی برنج اظهار کرد: برنج مشمول قیمت‌گذاری تشبیهی است و وزارت جهاد کشاورزی به عنوان متولی تولید و تامین، قیمت برنج تولید داخل را اعلام کرده است. با توجه به اجرای قانون انتزاع بازرسی از بازار این کالا نیز به عهده وزارت جهاد کشاورزی است.

اقتصادی

ایسنا حاکی از آن است که متقاضیان طرح نهضت ملی مسکن، تاکنون به رغم ثبت نام اولیه، از ادامه فرایند این طرح استقبال نکرده اند. طبق آمارها، تا پایان سال ۱۴۰۰، بیش از پنج میلیون و ۴۰۰ هزار نفر در طرح نهضت ملی مسکن ثبت نام کرده اند که از این تعداد، دو میلیون و ۳۰۰ هزار نفر واجد شرایط شناخته شده اند. با این حال، طبق اظهارات مدیر عامل بانک مسکن حدود ۳۷۲ هزار نفر در بانک مسکن برای این طرح افتتاح حساب و از این میان ۲۲۰ هزار نفر واجد شرایط شناخته شده اند. اولین مورد مربوط به خلف وعده مسئولان در طرح اقدام ملی مسکن(طرح مسکن دولت قبل که هم اینک در طرح نهضت ملی مسکن ادغام شده است) می شود. بر این اساس قرار بوده از سال ۹۸ تا ۱۴۰۰، تعداد ۴۰۰ هزار واحد در قالب این طرح تکمیل شود اما آن چه عملا به اتمام رسید، تنها ۴۰ هزار واحد بوده است. اما دومین مورد نیز به افق مهیم میزان آورده متقاضیان بر می گردد. طبق گزارش مذکور، متقاضیان باید هنگام ثبت نام حدود ۲۰ میلیون تومان واریز کنند و باقی مانده با توجه به میزان پیشرفت پروژه تزریق شود. قسط مرحله آخر نیز در زمان نازک کاری پرداخت خواهد شد؛ اما متقاضیان زیادی از جمله در شهر جدید پرد(تهران) هستند که می گویند تاکنون ۱۶۰ میلیون تومان واریز کرده اند؛ اما هنوز پروژه شان به پیشرفت ۱۰ درصد نیز نرسیده است. البته در این خصوص نباید آمارهای دیگر از

به نقل از معاون وزیر راه – و شناسایی زمین برای یک میلیون و ۴۰۰ هزار واحد را از نظر دور داشت، در این میان و در خصوص قیمت واحدها نیز آمار و ارقام مختلفی تاکنون منتشر شده است که البته با توجه به فرار دانستن اقتصاد کشور در نواحی بالای پیک تومری، چندان عجیب نیست؛ اما در هر حال به ایهام این طرح نزد متقاضیان افزوده است. بنا بر اعلام وزارت راه و شهرسازی در جدیدترین فهرست بها قیمت هر متر مربع ۴٫۵ میلیون تومان تعیین شده است. سازندگان از هزینه‌های متری ۱۰ تا ۱۲ میلیون تومان سخن می‌گویند.



سرویس اقتصادی // سخنگوی انجمن صنایع لبنی گفت: لبنیات به قیمت اسفند سال گذشته عرضه می‌شود و تا پایان ماه رمضان نیز قیمت لبنیات تغییری نخواهد داشت.

بنی طبا گفت: لبنیات به قیمت اسفند سال گذشته عرضه می‌شود و تا پایان ماه مبارک رمضان نیز قیمت لبنیات تغییری نخواهد داشت. سخنگوی انجمن صنایع لبنی گفت: قیمت اقلام ضروری سسید کالای خانوار تغییر نکرده، فقط



قیمت لبنیات تا پایان ماه رمضان تغییر نمی‌کند

یکی دو برند افزایش هزار تومانی قیمت داشتند که با تذکر وزارت جهاد کشاورزی و انجمن صنایع لبنی به قیمت قبل برگشتند. به طور کلی روند کنترل قیمت لبنیات تا پایان ماه رمضان ادامه دارد.

وی می‌گوید: تعیین قیمت فرآورده‌های لبنی بسته به نرخ ششیر خام است و در صورتی که قیمت این محصول افزایش زیادی نداشته باشد، میزان تغییر قیمت زیادی نخواهد بود، در رابطه با اصلاح قیمت ها تصمیماتی اتخاذ می‌شود که این افزایش قیمت تقصیر دولت و فرد نیست و این به تومر باز می‌گردد، به نظر من باید سیاست‌هایی اخبرا تعدادی از تولیدکنندگان محصولات لبنی اقدام به افزایش مجدد نرخ کردند؛ اما دولت طی اقدامی کارخانچانی را که خودسرانه قیمت فرآورده‌های لبنی را افزایش داده بودند مجبور کرد تا محصولات را با قیمت‌های قبلی عرضه کنند

کم کردن وزن در خواب با این چند توصیه



مرکز شبانه روزی نگهداری معلولین ذهنی حبیب ابن مظاهر چشم انتظار شماست

شماره کارت: ۰۶۰۳۷۶۹۱۹۹۰۱۶۷۳۸۹

خیابان آیت الله غفاری – بیمارستان شریعتی – پشت شرکت آب و فاضلاب استان
ضلع غربی بهزیستی بندرعباس تلفن: ۰۹۱۷۷۹۷۵۳۰۲

شورای حل اختلاف شعبه ۳ پارسیان



دکتر شری جمهری، نماینده ایران

احتراماً مفروض می دارد خواهان یعقوب خردو فرزند محمد با هویت کامل به این شورا مراجعه نموده و اشعار داشتن شادروان محمد خردو فرزند

یعقوب به ۱۴۰۰/۱۱/۱۹ به رحمت ایزدی پیوسته و وراث وی در زمان فوت عبارتند از :

۱- یعقوب خردو فرزند محمد متولد ۱۳۴۷/۱/۱ به ش.ش ۲۰موالید پلدر مرحوم.

۲- مهناز سارمافی فرزند ابوالقاسم متولد ۱۳۵۰/۷/۵ به ش.ش ۱۴ مادر مرحوم.

و دیگر وارثی ندارد .

لطفاً ضمن درج در روزنامه نتیجه را به این شورا ارسال فرمایید .

حوادث

آموزش و پرورش هرمزگان

مرگ دانش آموز مینابی «در مدرسه» را تکذیب کرد

سرویس حوادث // روابط عمومی اداره
کل آموزش و پرورش هرمزگان با انتشار
اطلاعیه ای ضمن تکذیب مرگ یک
دانش آموز مینابی در مدرسه اعلام کرد:
حادثه منجر به مرگ، در مسیر مدرسه به
خانه رخ داده است.

در این اطلاعیه آمده است: پیرو انتشار خبری در رسانه‌های جمعی درخصوص مرگ یک دانش‌آموز سینمایی در مدرسه، به استحضار می‌رساند؛ خبر یاد شده برابر این روایت صحت ندارد.

به این اطلاعیه آمده است: گزارش میدانی
 ماسان ذیربط حاکمیت؛ این رخداد تلخ در
 مدرسه به خانه اتفاق افتاده که مراتب در
 بررسی و تحقیقات است و موضوع با

پیش از این منابع محلی از مرگ
دانش آموز ۱۴ ساله محمد امین بهادری در

اولیه یکی از
ادن هنر رزمی خود به

«محمد امین» ضرباتی را وارد کرد که این
بات باعث ایست تنفسی و قلبی محمد امین
شد و تلاش کادر مدرسه نیز برای نجات جان
ناکام ماند. گفته می شود دانش آموزان

مدرسه باقرالعلوم روستای زرتوجی به دلیل تعمیرات مدرسه در حسینیه این روستا به مدرسه می‌روند و کلاس‌ها در این حسینیه برگزار می‌شود.

به گزارش ایرنا؛ امیری یکی از اهالی این روستا در این باره گفت: دانش آموزان مدرسه باقرالعلوم روستای زرتوجی به دلیل تعمیرات مدرسه در حسینیّه این روستا به مدرسه می‌روند و کلاس‌ها برای مدت کوتاهی در این حسینیّه برگزار می‌شود.

سه شنبه ۳۰ فروردین ۱۴۰۱

١٧ رمضان ١٤٤٣

سال بیست و یکم شماره ۱۸۶۳

حوادث جهان

عقب‌نشینی صهیونیست‌ها از مسجد الاقصی

■ **نظامیان اشغالگر فلسطینی** چندین ساعت پس از یورش به مسجد الاقصی و سرکوب نمازگزاران فلسطینی، مجبور به عقب‌نشینی از این مسجد بارگشته شدند. بر اساس اسامی گزارش‌شده، اشغالگرانی که با وجود حمله و حراسته یهودیه فلسطینیان، توانستند اعتکاف کنندگان را سبقت‌باز کنند، به‌ویژه صلاحي یاسر ابی‌برون، که از سوی دیگر، رهبران حقوقی فلسطینی اعلام کرده‌اند رژیم صهیونیستی از ابتدای سال جاری میلادی تاکنون ۱۲۱۰ فلسطینی را در اراضی اشغال‌شده بازداشت کرده است. رهبر دیگر این معنای عربی برای اعلام کرده‌اند ۲۸۸ رهبر کشتن اشغالگران صهیونیست به مسجد الاقصی تعرض کردند. با این حال، مقاومت فلسطینیان با وجود تاخیر در پی‌نویس‌ها از فلسطینیان جهت نشنیدن کشتن. این خبر از «اسماعیلیه» (سازمان فدائی فلسطینی) منتشر شد. فلسطینیان مقاومت اشغالگران را سبقت‌باز کرده و برابری تروریسم صهیونیستی کوتاه نمی‌آید و به فاع از سبختانی ادامه می‌دهد. در برابر با شنیدن سبختانی ادامه خواهد داشت و فاع از اید که جقدر طول بکشد، آن را به نفع خود پایان خواهد برد. اسماعیلیه حیه در اعلام عنوان کرده که در آنجا کشته می‌شود و سرزمین خود دفاع می‌کند. بنابراین طبیعی است که به مقاومت در برابر اشغالگران و اقدامات چنانچه‌آزاد و تجاوزکارانه آنها ادامه دهد.

مرد آمریکایی، مادر بزرگ زنده خود را
ماه ها درون فریزر قرار داد!

■ **قلب گراش** استاد ایماکس جسد برزینی ۸۲ ساله در خانه خود کشته شد که توسط ناماد پدر درون فرزند قتل شده بود. طبق گفته پلیس ایماکس ۱۴ مرد قتل شده در شهرستان "فلوید" در ایالت "جورجیا" پس از این که دامادیزگر ۸۲ ساله دورا در خانه خود با لاستیکی قتل شده و در حالی که او زننده بود در فریزر گذاشته، به قتل مهم شده - "NEWSWEEK" در این باره نوشت، "درارت قتل تیغز" ۲۹ ساله ظاهر دامادیزگر دورا در سام سامیر پس از سقوط از ارتفاع در بارستانی که او در آن زندگی می کرد، در فریزر گذاشته است. طبق گفتههای همشنگنهای که او دامادیزگر دورا درون کسبه فرامی داشت استخوانهای شکسته بود، "بریتانی رور"، بازرس شهرستان "فلوید" گفت: "آن را چه ما می شنیدیم و در زمانی که دور فریزر جاری داده می شد هر حرکت کرد است. لاستیک شکسته که آنرا بر این بوبند که این دامادیزگر در سام سامیر، به قتل سقوط مجروح شده و تیغز به جای دریافت بارستانی های در خانه و راه فریزر خانه منتقل کرد و تیغز به داماد دورا خانه با دست داخل فریزر به زندگی خود ادامه داد، اما من مارش از ترس یافتن جسد، آن را به سرحد انباری منتقل کردم." اما بعد توسط پلیس کشف شده است. طبق گفته تیغز به این خانه گفته است که سقوط دامادیزگر از گراش نکرده زیرا حکم بازداشت او جاری بوده است. تیغز همچنین به توطئه برای قتل همسرش در سال ۲۰۰۸ مرد هم کرده بود، پس از دستگیری او، به قتل با سونیت، جنایت و جنایت ۲۰۰۸ مرد هم کرده بود. تیغز هم کرده است.

لمعی همچنان

سازمان که سه نفر بوده اند حدود ساعت هشت شب به سوی ای تالافروشی تیراندازی نموده که سینه‌خیزانه به علت هوای خفایا و صاف مغازه و صاف بهار و ملاطحات پایی و سبز نمون به سیمه ای های سرف و وایترن و صاف دکلوه ناکام مانده و با توجه به حضور وایترن و جمع شهروندان از محل متراوی دست سرف را در جعبی با پان اینکه خوشه های تیر در جیبی به کسی آجری وارد نشده است؛ اظهار داشت: به ملاطحات صاف دستوروت هوای و آذگی عملیاتی پایی، تیر ویز ای از کار آگاهن مجرب برتری صحنه جرم و دایره سرف پایی آگاهی از این زمینه تیرسی و تلاش برای شناسایی و دستگیری سرفان تا حصول نتیجه

قطعاً همچنان
سردار جعفری
جایی برای ج
نمی باشد و
خواهد کرد، اذ
مجهز نمودن
شیشه های ض
ضمن بالا بردن
سریع نزدیکتر
می نماید و از
امنیت در بین

پیش رو سی موضوع به محل

مرزبانان از کشف و توقیف یک محموله سوخت قاچاق به میزان ۲۲۰ هزار لیتر از نوع گازوئیل در سواحل بیج فارس خبر داد.

برای بررسی موضوع به محل
د. وی بیان داشت: مأموران پس
ناطق، ۳ عدد محفظه پلاستیکی
شک حاوی ۲۲۰ هزار لیتر
اقاق از نوع گازوئیل را در حوزه
نود کشف کردند.

زبانی هرمزگان ارزش محموله
اقاق کشف شده را بیش از ۲۰
اعلام و خاطرنشان کرد: در

مردار حسین دهکی اظهار داشت: مرزبانان مزگان پس از کسب خبری مبنی بر فعالیت قاچچیان سوخت در آب‌های بندر عباس و آب به وسیله مشک‌های پلاستیکی،

کلاهبرداری با عنوان پیش فروش بلیت مسابقات جام جهانی

سرویس حوادث // پلیس فضای تولید و تبادل ۷۰ میلیارد ریال اعلام کردند.

سرویس حوادث // پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات پایتخت درباره کلاهبرداری با عنوان پیش فروش بلیت مسابقات جام جهانی قطر هشدار داد.

در هشتاد پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات پایتخت (فتا) درباره کلاهبرداری به روش پیش فروش بلیت مسابقات جام جهانی قطر آمده است: در این روش مجرمان صاعیری با هدایت کاربران به لینک های الود طرحی صفحات جعلی اطلاعات کارت بانکی آنها را میسر می کند. رئیس امنیت اقتصادی تهران نیز گفت: کارشناسان ارزش ریالی کالاهای قاچاق شده را

ری توضیح داد: در اجرای گذشته مأموران مبارزه با انواع کالاهای قاچاق در سنت: با اشراف و رصد های دیوی کالاهای قاچاق و توسط خودرو های تند رو ادی تهران بزرگ ادامه داد: خارجی در ساعات پایانی سوار ی شوتی، وانت و منتقل می شود.

این مقام انتظامی افزود: کارآرگاهان تعداد ۱۲ باب در ایلام حدود ۵۵ هزار انواع اقاقیا را بایع و فروش کردند همچنین در این رابطه ۱۸ مته مستگیر، ۴۰۷۸۷۰۹۹۹ ریال و ۱۲ پرورنده تشکیل شد و با هماهنگی مقام قضایی این پرونده‌ها با اتهام قاچاق و تقلب در کسب به مرجع قضایی ارجاح شد.

وی تأکید کرد: توزیع فرهنگ مصرف اقاقیا خارجی باعث نابودی هویت و استقلال ملی است بنابراین شهروندان در صورت مشاهده هرگونه نقض اقاقیا قاچاق و استحکار کالا با پلیس امنیت اقتصادی تهران بزرگ به شماره های ۰۲۶۴۳۴۷۴۷۳۳ - ۱۳۹۲۴۰۰۹۹۹ تماس بگیرند.

Figure 6

توصیه های تغذیه در ایام روزه داری

در دوران کرونا



صيد غير مجاز

خیانت به نسل آینده

اداره گل شیلات مهرهزگانی

آکھی مزیدہ

[illegible]

ہنی - رئیس اداره اجرای اسناد رسمی بندر عباس

اکہمی مزادہ نوبت اول

[illegible]

نام (آراء صادره از شعبه ۹ و شعبه ۱۰) حقوقی بندر عباس - هادی جهانگیری

سه‌شنبه۳۰ فروردین ۱۴۰۱
۱۷ رمضان ۱۴۴۳
سال بیست و یکم شماره ۱۰۳۸۶
 خبری

مدیر جہاد کشاورزی قلمش :

۷۰۰ نفر شتر در قشـم پلاک کوبی شدند

■ سرویس شهرستان// مدیر جہاد کشاورزی شهرستان قشم گفت: با ہدف ہویت گذاری و شناسنامہ دار شدن شتران سرزمین آب و آفتاب، حدود ۷۰۰ نفر شـتر در روستای دوربنی، دفاری، مسن و طولا این جزیرہ پلاک کوبی شدند. مالک یزدان پناہ در پاسخ بہ این سوال کہ شرایط و ظرفیت‌های پرورش شتر در شهرستان قشم چگونه است، اظهار داشت: شتر بہ عنوان یک حیوان با ارزش در طی سالیان دراز سازگاری خوبی را با شرایط آب و هوایی جزیرہ پیدا کردہ است. وی ادامہ داد: ہم اکنون حدود ۹۰۰ نفر شتر در قشـم وجود دارد کہ کہ تمام اطلاعات شـتر و مالک شتر بر روی سامانہ اصلاح نژاد کشور مدیر جہاد کشاورزی شهرستان قشم توضیح داد: در این طرح یک پلاک شناسایی حاوی یک کد ۱۵ رقمی بر روی شتر نصب می‌شود کہ تمام اطلاعات شـتر و مالک شتر بر روی سامانہ اصلاح نژاد کشور ثبت شدہ و تمام این اطلاعات برای ادارہ های ذینفع از جملہ دامزشکی و جہادکشاورزی قابل دسترسی است.یزدان پناہ یاد آور شد: طرح شناسنامہ دار کردن شترہا نمونہ ای از مشارکت مردم با نمایندگان محلی خود برای تضمین پیداشت و سلامت دام و تأمین ایمنی جادہ است.وی اضافہ کرد: شترہای موجود در شهرستان در سرتاسر جزیرہ قشم وجود دارند کہ بزرگترین گلہ های شتر موجود در روستاہای مسن، سوزا، دیرستان، تنبان و دوربنی نگہ داری می‌شوند.مدیر جہاد کشاورزی شهرستان قشم اظهار داشت: شتر بہ دلیل شرایط خاص فیزیکی و فیزیولوژی، توانایی زندگی و سازگاری با شرایط سخت را دارد و این حیوان در استفادہ از مراتع یا دام‌های دیگر رقابت نمی‌کند، چرا کہ غذای او گیہانی شامل آکاسیای چتری، کهور ایرانی، نیام سمی، کنار، نیام سفید، قیچ، خارشتر، شورہ، جوج و ہمچنین برگ درختان حرا است.وی گفت: امروزہ با توجہ بہ خشکسالی‌ها و کاهش بارش‌ها در کشور، مناطق بسیاری با کمبود آب دست و پنجه نرم می‌کنند از همین رو پرورش این حیوان باید بیش از پیش مورد توجہ قرار گیرد.یزدان پناہ افزود: بیشتر شترداران در شهرستان قشم، شتر را بہ دلیل موروثی پرورش می‌دهند کہ عمدتاً شیوہ نگہداری شتر و فرستان گلہ بہ مراتع ہمرہ با ساریان است.بہ گزارش ایرنا ؛ وی ادامہ داد: قصد از دامداران بہ دنبال جایگزین کردن پرورش صنعتی شتر با پرورش سنتی آن هستیم کہ دارای پیرہ وری اقتصادی بہتری است.

فرماندار خمیر در جلسه شورای ترافیک تاکید کرد
ضرورت پیگیری و تسریع در اجرای مصوبات شورای پیگیری بندر خمیر
■ امین درسارہ سرویس شهرستان// میرہاشم خواستار در این جلسہ با اشارہ بہ برخی از صورتحسـلہ گذشتہ، خواستار پیگیری و تسریع در اجرای مصوبات تا حصول نتیجہ نہایی شد. بہ گزارش خبرنگار گدرا، وی افزود: برخی از آنہا نیاز بہ ہزرنہ و اعتبار زیادی نیست اما ضرورت دارد متولی مربوطہ برنامہ ریزی و پیگیری های لازم را در این خصوص انجام دہد. خواستار در ادامہ جلسہ از آغاز عملیات آسفالت کمربندی بندرخمیر از ہفتہ آیندہ خبر داد و اظهار کرد: برای جداسازی محور رفت و برگشت در این جادہ استفادہ از حفاظ ضروری است. وی اضافہ کرد: روشنایی این جادہ نیز بایستی از سوی دستگاہ های مربوطہ پیگیری و تأمین شود.ریس شورای ترافیک شهرستان خمیر ہمچنین با اشارہ بہ پل ورودی غرب بندر بندرخمیر و خطر آفرین بودن این نقطہ، اظهار کرد: بہترین اقدام ، تعریض پل در این نقطہ از شہر است. فرماندار افزود: در بازدید میدانی از این سارہ بتنی کہ با حضور معاون ادارہ کل راهداری و حمل و نقل جادہ ای استان صورت پذیرفت، مقرر شد راهداری نسبت بہ تعریض آن اقدام کند. خواستار ادامہ داد: تعریض این پل تاثیر زیادی در کمتـر شدن حوادث ترافیکی در این نقطہ از شہر بندرخمیر خواہد داشت، این مقام مسئول ہمچنین گفت: در جادہ بندرخمیر بہ کارخانہ سیمان در محدودہ لشتگان نیز بعضاً شاهد خلاف جہت توسط رانندگان در این مسیر هستیم کہ این افراد با این کار خطرانی را برای خود و خودروی روبرو بہ وجود می آوردند بنابراین ضرورت دارد تدابیر ترافیکی در این مسیر اندیشیدہ شود ضمن اینکه حضور مستمر پلیس در این محدودہ جہت جلوگیری از تخلفات رانندگان ضروری است.فرماندار در ادامہ با اشارہ بہ ورود خودروہا بہ کوجہ ہا و معابر شہری و گلایہ شہروندان از این اقدام، تصریح کردبہ وجود اینکه ورود کامیون ها و خودروهای سنگین بہ معابر شہری ممنوع است اما مشاہدہ می‌شود کہ این خودروہا وارد شہر شدہ و با پارک کردن در معابر و کوجہ ہا باعث ایجاد سد شہر و مشکلات ترافیکی می شوند بنابراین ضرورت دارد پلیس و شہرداری بہ صاحبان آنہا تذکر و نسبت بہ ہدایت آنان بہ پارکینگ پایانہ بار اقدام کنند.خواستار ہمچنین با اشارہ بہ سرفت تجهیزات راهداری در برخی از مسیرهای اصلی، از ادارہ راهداری خواست نسبت بہ افزایش گشت‌های راهداری در مسیرہا اقدام کند.وی افزود:سرفت تجهیزات راهداری می‌تواند خطر آفرین باشد و چالش‌هایی را برای ایمنی رانندگان ایجاد کند.فرماندار ادامہ داد: یکی از مہترین اقدامات در این زمینہ، جایگزینی تابلوہای قرزی با تابلوہایی است کہ از ارزش کمتری برخوردار هستند. فرماندار ہمچنین در این جلسہ بر مہمانگی بین دستگاہ های اجرایی در خصوص انجام ہرگونہ حفاری در سطح شہرستان تاکید کرد و گفت: برای جلوگیری از دوبارہ کاری ، صرفہ جویی دہزینہ ها و ہدررفت بیت المال، دستگاہ های خدمات رسان نسبت بہ مسائل تأسیساتی و زیربنایی دیگر دستگاہ ها حساس بودہ و پیش از آغاز عملیات حفاری نسبت بہ اخذ مجوز از کمیسیون حفاری اقدام کنند.نصب تابلو، سرعت کاہ و علایم هشدار دہندہ در برخی از مسیرہای اصلی، تعجیل در احداث رمب ورودی و خروجی سہ راہی رویدر تا زمان ساخت تقاطع غیرمسطح، پیگیری دوربرگردان درگو و گرتینیح، افزایش ارتفاع دیوار حفاظتی در برخی از مسیرهای روستایی جہت جلوگیری از ورود ماسہ و گل و لای بہ جادہ بہ ویژہ در فضول بارندگی، این سازی و اصلاح ورودی و خروجی برخی از روستاها در مسیر اصلی، تسریع در اجرای ۵کیلومتر مسیر رویدر، تأمین روشنایی جادہ کھورستان، سہ راہی بخش رویدر و پل فلزی در روستای کشار و... از دیگر موضوعاتی بود کہ در این جلسہ فرماندار تاکید کرد.

مفقودی

شناسنامه محمد صدیق امامدادی فرزند مسعود صادره از بندر عباس مفقود گردیده و از درجہ اعتبار ساقط می باشد

آداب و رسوم ماه مبارک رمضان در رویدر

اسلامی شہر رویدر و شہراد فرهنگ دوست و فرہیختہ این شہر جناب آقای عبدالحکیم جعفری رہ رشتہ تحریر رہ می آید در نظر دارد از نگاہ های متعدد آداب و رسوم رمضان در رویدر را مورد واکاوی قرار دہد و نشان دہد کہ در رمضان های قدیم در رویدر چہ آداب و سنتی وجود داشتہ است.

شہر رویدر در جنوب ایران و شہرهای آن از آداب مناطق پسرگانه ای خلیج فارس محسوب می گردد. بررسی ماه مبارک رمضان در تاریخ و فرهنگ مردم ایران زمین و مناطق هموارہ می بایست در مکتوبات تاریخی بیشتر بہ آن توجہ شود. مردم مناطق خلیجفارس و رویدر دارای آداب و سنتن متعددی در ماه مبارک رمضان هستند و با خاطرات این ماه زیستہ اند. با توجہ بہ آداب و رسوم مردم مناطق مختلف خلیج فارس در ماه رمضان و این کسہ با توجہ بہ اقلیم جنوب ایران و گرمای طاقت فرسا، رمضان در آن مناطق دارای حال و هوای خاصی بودہ است، نگارندہ بر آن شدہ است تا بہ بررسی آداب و رسوم رمضان در شہر رویدر بپردازد و گوشہهایی از شکوہ این ماه مبارک در این منطقہ تاریخی مورد واکاوی قرار گیرد و نسل کنونی با بسیاری از رسم و رسومات گذشته اجدادشان کہ برخی از آن‌ها با توجہ بہ پیشرفت تکنولوژی و ماشینی شدن زندگی در حال حاضر از بین رفته است، بیشتر آشنا گردند.

آشنایی با آداب رسوم این ماه آشنایی با تاریخ فرهنگی و اجتماعی مردم شہر رویدر است. سحر بیدار شدن های مردم رویدر کہ ہ صدای تقارہ فرد خاصی بودہ و بہ آن در اصطلاح محلی تقارہ زن می گویند و از مشارکت کم مردم در سحر بود، مشکل تر می شد. چون بہ دلیل بـسودت هوا مردم در اتاق های داخلی منزل خوابیدہ درب اتاق ها را می بستند و در فصل تابستان کار برای تقارہ زن راحت تر بود، چون مردم در وسط حیاط یا بالای پشت بام ها می خوابیدند. اما کار تقارہ زن این بود بہ ہر نحو کہ شدہ مردم را بیدار کند. البتہ برخی از مردم ہم نارضایتی جزئی از تقارہ زن بہ دلیل بیدار کردن ہمہ مردم داشتند و شاید برخی از مردم عذر موجہ برای روزہ خوری نداشتند و نمی خواستند، سحر بیدار شوند. روح ہمبستگی ہمگرایی مردم در ماه مبارک رمضان با توجہ بہ مشارکت آن‌ها



سعیدہ دبیری نژاد سرویس شهرستان // علی رغم گذشت ۱۰ روز از مسدودی حسابهای شهرداری همچنان شهر رودان با چالش توقیف حسابهای بانکی مواجه می باشد.

به گزارش خبرنگار دریا، عباس جاودان عضو شورای شهر، با بیان اینکه مسدودی حساب های شهرداری به زیان شهر و شهروندان است، گفت: مسدودی حسابهای شهرداری رودان موجب نارضایتی عمومی گردیده و در انجام خدمات رسانی به شهروندان با مشکل مواجه شده است.

جاودان گفت: بسیاری از طلبکاران جهت وصول مطالبات خود به شهرداری مراجعه نموده اند و چند روز آینده بایستی

حقوق ماهیانہ کارکنان وکارگران زحمتکش شهرداری پرداخت گردد که با این وضعیت مسدودی حسابهای مالی، شهرداری رودان با چالش بزرگی مواجه خواهد شد و نارضایتی عمومی را به دنبال خواهد داشت.

عضو شورای شهر رودان عنوان نمود محکومیت های مالی شهرداری رودان که در ادوار گذشته صورت پذیرفته است به مبلغ ۱۱۰ میلیارد ریال می باشد که تقریبا معادل بودجه عمرانی شهر رودان می باشد که چنانچه مبلغی از حسابها برداشت شود شهرداری رودان باکسری بودجه شدید مواجه خواهد شد. تاپ رئیس شورای اسلامی رودان اظهار داشت از بدو شروع به فعالیت شورای شهر با محکومیت

چگونه باروزه‌اولی‌ها برخوردکنیم؟	صحبت نکردن مداام از دشواری‌روژه‌داری
مهربانتر از همیشه رفتار کردن با اعضای خانواده	برگزار کردن نماز جماعت دسته جمعی با خانواده
بختن غذاهای هیجان انگیز و مورد علاقه آنها	تشویق وگرفتن هدیه برای آنها
ترغیب آنها به روزه کله گنجشگی چند سال قبل از سن تکلیف	همراه کردن آنها با خود در چیدن سفره افطار وسحر
	طرح:نیثاوشنگی

استعلام بها

هرمزگان ارسال فرماید.
ضمنا نتیجه استعلام بهاء پس از تصویب در کمیته ملی راهبردی تنظیم بازار میوه و نحوه فروش و تحویل متعاقبا اعلام خواهد شد.
هزینه آگهی به عهده برنده می باشد.

ردیف	مقتضی/حقوقی/حقیقی	میزان نیاز سبب درختی (تن)	قیمت پیشنهادی خرید(ریال)	میزان نیاز پر تقال والنسیا (تن)	قیمت پیشنهادی خرید (ریال)	نحوه پرداخت بهاء محصول	نوع تضمین

مدیریت تعاون روستایی استان هرمزگان

هم استانی های عزیز ، کشاورزان و مرتعداران گرامی برای جلوگیری از آتش سوزی جنگل ها و مراتع یادمان باشد :

در صورت اضطرار برای روشن کردن آتش

اطراف محل را از خار و خاشاک و علف های خشک پاک کنیم



عبداللہ ماجدی، مصاحبہ، ۱۴۰۱) در حـال حاضر تجار رویدردی هم در امر وارد کردن کالاهای موادغذایی کـہ در ماه مبارک رمضان استفاده می شود و مورد استفاده مردم است، مشارکت دارند. دیگر لازم نیست موادغذایی توسط افرادی کـہ بہ کنسورهای شیخنشین برای کار مہاجرت کرده اند، بہ رویدر وارد شود، تمامی فروشگاه‌های موجود در شہر رویدر این اقلام را دارند. با متنوع شدن سبک غذایی مردم، شیوہ مہمانداری هم در ماه مبارک رمضان در رویدر تغییر کرد. با خوب شدن اوضاع اقتصادی مردم بہ ویژه افرادی کـہ برای امرای معاش بہ کنسورهای حوزہ جنوبی خلیجفارس می رفتند، سفرہ ہا گسترده‌تر شد و بعد از نماز عشاء خانہ های مردم رویدر پذیرای دوست و اقوام جہت صرف تـقالات بود و در حـال حاضر هم این چنین است. بعد از نماز عشاء در بسیاری از خانہ ها سفرہ پهن می شود و شیرینی‌هایی نظیر زلہ، کرم کارامل، کاسترد، زولبیا، پامپہ و غیرہ و نخود، آش، سوپ، سمبوسہ و دیگر تقالات سر بیشتر سفرہ ها موجود است. در ماه میاک رمضان در شہر رویدر در گذشته برخی از مردم شـب ہا پـسدار بودند و روزها استراحت می کردند. مگر ایـن کہ این ماه در فصول سرد سال قرار گرفته با در فصل درو و کشاورزی قرار می گرفت. شب ها تا سحر مردم مبارک رمضان می گیرند. پذیرایی از خانواده‌ها در خانہ اقوام و ہمسایگان همچنان برقرار است. در شـب های رمضان بازی های فوتسال در زمین های ورزشی برگزار می شود کہ نوعی سرگرمی برای جوانان و ورزشکاران است. از آداب رسوم مردم رویدر همانند بسیاری از شہرهای جنوب ایران این است کہ در مساجد مخصوصی در زمان افطار از خانہ غذا می برند تا اگر افراد فقیر یا مسافرائی گذارشان بہ شہر رویدر

می باشند و حتی در یکی از توافق نامہ ہا فردی کہ سمت حقوقی نداشتہ است توافق نامہ را در غیاب مسول حقوقی وقت امضاء نمودہ و این چالش بزرگ را برای شہر بوجود آورده است. عضو شورای شہر اعلام داشت در این مدت دو روز از مسدودی حساب‌های بانکی شہرداری لـاش های زیادی برای جلوگیری از تضییع حقوق بیت المال صورت گرفته است و مراتب بہ مسولان عالی رتبه استان منعکس گردیدہ است کہ خواہان پیگیری و دستور تسریع در رسیدگی و درخواست‌های شہرداری جہت اعادہ دادرسی و اعمال مادہ ۴۷۷ از مقامات محترم قضایی استان هرمزگان می باشیم.

رئیس سازمان جہاد کشاورزی هرمزگان:
۴۸ ہزار تن گندم در ہرمزگان برداشت می‌شود
سرویس شهرستان // رئیس سازمان جہاد کشاورزی هرمزگان از آغاز برداشت گندم در مزارع استان خبر داد و گفت: ۴۸ ہزار تن گندم در استان ہرمزگان برداشت می‌شود.
عباس مویدی اظهار داشت: یکی از محصولات مہمی کہ در استان ہرمزگان کشت می‌شود محصول استراتیک گندم است کہ برداشت آن نیز در استان زودتر از سایر نقاط کشور آغاز می‌شود.وی افزود: ہم اکنون برداشت گندم از سطح اراضی و گندمزارهای شهرستان حاجی آباد در شمال استان ہرمزگان آغاز شد و این شهرستان نخستین گندم برداشت شدہ در کشور را تولید کرده است.مویدی تاکید کرد: در سال زراعی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ کہ در حال سیری کردن آن و برداشت محصولاتش در حوزہ‌های مختلف هستیم در سراسر استان حدود ۱۲ ہزار ہکتار زمین بہ کشت گندم اختصاص یافته بود کہ این آمار در سال زراعی گذشتہ ۱۱ ہزار و ۸۰۰ ہکتار بودہ و تغییر چندانی نکرده است. رئیس سازمان جہاد کشاورزی استان ہرمزگان تصریح کرد: عوامل بسیاری بر محصول نہایی و میزان برداشت زمین‌های کشاورزی تاثیرگذار است و با توجہ بہ اینکه در این سال زراعی سعی کردہ‌ایم مبارزہ مجدانہ‌تری با آفات و بیماری‌های گیاهی در استان داشته باشیم و از طرف دیگر ہم در فصل پاییز بارش‌های خوبی در سراسر استان ہرمزگان شاهد بودیم این امید و پیش‌بینی وجود دارد کہ شاهد رشد برداشت محصول گندم بین ۱۰ تا ۱۵ درصد باشیم.
وی تاکید کرد: عمدہ گندم استان ہرمزگان در شهرستان حاجی‌آباد و سپس میناب، رودان و بارسپان کشت می‌شود و امسال پیش‌بینی می‌شود بتوانیم حدود ۴۸ ہزار تن گندم در استان ہرمزگان برداشت کنیم.بہ گزارش مہر، مویدی از آغاز برداشت جو از سطح ۲۵۰ ہکتار اراضی تحت پوشش دیمی جو در مناطق حміران، بوجیر، ہشنیز، بھدہ، کناردان، حاجی آباد، میلکی و دشتی شہرستان بارسپان خبر داد.



تعاون روستایی هرمزگان

ب در کمیته ملی راهبردی تنظیم بازار میوه و نحوه

نوع تضمین	نحوه پرداخت بهاء محصول	مبنای ریال)

هم استانی های عزیز ، کشاورزان و مرتعداران گرامی برای جلوگیری از آتش سوزی جنگل ها و مراتع یادمان باشد :

در صورت اضطرار برای روشن کردن آتش

اطراف محل را از خار و خاشاک و علف های خشک پاک کنیم

روابط عمومی اداره کل

منابع طبیعی و آبخیزداری هرمزگان

بندرعباس	اهواز	بوشهر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد
اذان صبح ۰۴:۵۸:۴۶	اذان صبح ۰۵:۲۰:۵۳	اذان صبح ۰۵:۱۷:۰۷	اذان صبح ۰۴:۳۶:۰۱	اذان صبح ۰۵:۰۸:۵۴	اذان صبح ۰۴:۴۹:۲۷	اذان صبح ۰۵:۱۰:۳۱	اذان صبح ۰۴:۵۶:۴۶
طلوع آفتاب ۰۶:۱۸:۱۵	طلوع آفتاب ۰۶:۴۴:۲۲	طلوع آفتاب ۰۶:۳۸:۱۱	طلوع آفتاب ۰۵:۵۷:۳۵	طلوع آفتاب ۰۶:۳۰:۳۸	طلوع آفتاب ۰۶:۱۱:۵۱	طلوع آفتاب ۰۶:۳۳:۲۳	طلوع آفتاب ۰۶:۲۰:۵۴
اذان ظهر ۱۲:۴۴:۲۱	اذان ظهر ۱۳:۰۱:۴۷	اذان ظهر ۱۳:۰۶:۰۴	اذان ظهر ۱۲:۲۵:۵۹	اذان ظهر ۱۲:۵۹:۱۳	اذان ظهر ۱۲:۴۱:۰۹	اذان ظهر ۱۳:۰۳:۰۸	اذان ظهر ۱۲:۵۱:۵۷
غروب آفتاب ۱۹:۰۱:۵۵	غروب آفتاب ۱۹:۴۵:۵۰	غروب آفتاب ۱۹:۳۴:۲۳	غروب آفتاب ۱۸:۵۴:۵۰	غروب آفتاب ۱۹:۲۸:۱۶	غروب آفتاب ۱۹:۰۱:۵۴	غروب آفتاب ۱۹:۳۳:۲۳	غروب آفتاب ۱۹:۲۳:۲۹
اذان مغرب ۱۹:۲۷:۵۰	اذان مغرب ۲۰:۰۳:۲۵	اذان مغرب ۱۹:۵۱:۳۹	اذان مغرب ۱۹:۱۲:۱۳	اذان مغرب ۱۹:۴۵:۴۰	اذان مغرب ۱۹:۲۸:۲۶	اذان مغرب ۱۹:۵۱:۰۰	اذان مغرب ۱۹:۴۱:۲۱

سرویس سِلّامت // مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها در ایالات متحده (CDC) در گزارشی تازه با توجه به تشدید حساسیت‌های فصلی در ماه جاری، به یادآوری شباهت‌ها و تفاوت‌های بین علائم کووید ۱۹ و آلرژی فصلی پرداخته است.

بنابر اعلام مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها در ایالات متحده، علائم مشترک افراد مبتلا به کروناویروس و افرادی که دچار آلرژی فصلی هستند شامل سرفه، سردرد و خستگی است. در همین حال، علائمی مانند بدن درد، از دست دادن حس چشایی یا بویایی و همچنین تب یا لرز معمولاً با بیماری کووید ۱۹ مرتبط هستند. در گزارش این مرکز آمده است که تنگی نفس یکی دیگر از علائم رایج کروناویروس است و کمتر در افراد مبتلا به آلرژی فصلی مشاهده می‌شود. همچنین کمتر احتمال دارد که کووید ۱۹ باعث عطسه، خارش یا آبریزش چشم‌ها شود.

راه‌های تشخیص آلرژی بهاره از کرونا



نشدۀ باید حتماً از روزداری اجتناب کنند. اقدام کنند. و می‌توانند این بیماران نسبت به روزه داری رژیم‌کمیتۀ نورویورولوژی ایران خاطرنشان کرد: کسانی که داروهای متعدد مانند داروهای فشارخون داروهای درمان سرطان و یا بیماری‌های دیگر را مصرف می‌کنند و یا عمل جراحی کلیه انجام داده و استند در کلیه آنها وجود دارد باید نسبت به انجام روزۀ داری استنا کنند. وی بیان داشت: کسانی که دیابت دارند باید کنترل شود روزۀ رهای آنها مناسب نیست ولی بیماران دیابتی که روزانه یک تا دو قرص مصرف می‌کنند اگر قرص های قند خود را در سحر و افطار مصرف می‌کنند روزۀ داری برای آنها مشکلی نخواهد داشت.وی با اشاره به اینکه افراد گرفتار تریتوید پرکار روزۀ داری برای آنها مناسب نیست، گفت: البته این قضیه

سـرویس سـلامت // رئیس کمیته نورویورولوژی ایران و عضو انجمن اورولوژی زنان ایران با اشاره به اینکه افراد گرفتار کاهش کارکرد کلیه نباید روزه بگیرند، گفت: افرادی که در حال حاضر سنگ کلیه دارند نباید روزه بگیرند.

دکتر مهری مهارد، رئیس کمیته نورویورولوژی ایران دربارهٔ روزه داری و نکات طلایی که در این ایسام بیماران باید بدانند، اظهار داشت: براساس مطالعات پزشکی و علمی جهانی و بین‌المللی که در کشورهای مختلف از جمله آمریکا و فرانسه انجام گرفته یکی از بهترین روش های درمانی کید جرب، فشارخون بالا و کاهش وزن انجام روزه متناوب است یعنی به این صورت که فرد ۱۶ ساعت از روز را هیچ غذا و نوشیدنی و آب مصرف نکند و پس از ۸ ساعت مواد غذایی مورد استفاده قرار گیرد.

وی با اشاره به اینکه تثبیت قند خون، کنترل حافظه و بهتر شدن حافظه و شستشوی کبد از شیر لبنی نشان داده است که بیشترین تاثیر زیست‌محیطی هنگام در نظر گرفتن کاربری زمین، انتشار گازهای گلخانه‌ای، آلودگی و ایجاد می‌شود و شیرهای گیاهی ممکن است از شیرهای لبنی ستنی بهتر باشند.

در حالی که شیرهای گیاهی اغلب جایگزین سالمی برای شیر لبنی در نظر گرفته می‌شوند اما نباید آنها را جایگزین تغذیه‌ای برای شیر مادر، شیر خشک نوزادان و شیر گاو در دوران نوزادی و کودکی دانست زیرا نوزادان در حال رشد به کالری و مواد مغذی خاصی نیاز دارند که این نوع شیرها فراهم می‌کنند.

آکادمی اطفال آمریکا توصیه می‌کند که کودکان بین یک تا دو سالگی شیر کامل گاو مصرف کنند و جایگزینی شیر گیاهی به جای لبنیات حیوانی در نوزادان و خرسالان می‌تواند منجر به کمبودهای تغذیه‌ای شود.



مـواد گیاهی برای افزایش پایداری فیزیکی و ماندگاری محصول نهایی تحت همگن‌سازی و عملیات حرارتی قرار می‌گیرند. اگرچه این نوشیدنی‌های گیاهی اغلب به عنوان جایگزینی برای شیر لبنی مصرف می‌شوند اما مشخصات تغذیه‌ای یکسانی ندارند.

شیر لبنی از نظر محتوای پروتئین، چربی و کربوهیدرات استاندارد شده است اما نوشیدنی‌های گیاهی استاندارد نیستند. نوشیدنی‌های شیر لبنی حاوی هشت گرم پروتئین در هر ۲۴۰ میلی لیتر (یک فنجان) است. علاوه بر این، پروتئین موجود در شیر لبنی، حاوی ۹ اسید آمینه ضروری است در حالی که شیرهای گیاهی فاقد آمینو اسیدهای مهم هستند. شیر لبنی با ویتامین D۱ غنی شده است و به طور طبیعی حاوی کلسیم، فسفر، پتاسیم، منیزیم، ریبوفلاوین، ویتامین B12 و ویتامین A است اما شیرهای گیاهی از نظر تغذیه‌ای نسبت به شیرهای لبنی ستنی، ضعیف‌تر هستند، مگر اینکه غنی شده باشند. برای برخی از افراد، تمایل به انتخاب شیر

سرویس سلامت // هزاران سال است که انسان‌ها شیر لبنی را به عنوان بخشی از رژیم‌غذایی روزانه خود مصرف می‌کنند. این مایع که اساس کل گروه غذایی لبنیات را تشکیل می‌دهد، معمولاً از گاو، بز، گوسفند یا شتر گرفته می‌شود.

فتاوری، تغییر ذائقه، افزایش حساسیت‌های غذایی و نگرانی‌های زیست‌محیطی در سال‌های اخیر صنعت لبنیات را متحول کرده است. محققان اظهار کردند: افزایش آلرژی‌ها و عدم تحمل لکتنوز، عوامل محیطی و گیاهخواری نیاز به جایگزین های غیرلبنی را ایجاد کرده است. در چند سال گذشته، شیرهای جایگزین لبنی مانند شیرهایی که با پادام، سویا و سایر گیاهان تهیه می‌شوند، به طور گسترده‌ای محبوب شده‌اند و این نوشیدنی‌ها اغلب به‌عنوان جایگزین سالم‌تر یا پایدارتر برای محصولات لبنی، توسط برخی افراد مصرف می‌شوند اما آبا این محتمل‌ترین ابزارها در برابر انتقال ویروس کووید ۱۹ جایگزین‌های شیر با ترکیب با استخراج مواد گیاهی در آب ساخته می‌شوند. سپس



این بالا رفتن قند خون به مغز کمک می‌کند که مغز عملکرد بهتری را در هنگام اضطراب داشته باشد. شمس الدین تأکید کرد: البته اثرات بد ترشح هورمون کورتیزول که هورمونی استرسی است در بلند مدت عبارتند از افزایش وزن، فشار خون بالا، اختلالات خواب، دیابت نوع دو و ضعیف شدن سیستم ایمنی بدن.

ورزش بدن را به سمت تعادل می برد و استرس را کنترل می کند!

این فیزیولوژیست ورزشی با اشاره به اینکه ورزش استرسی مثبت را به فیزیولوژیک بدن وارد می‌کند، گفت: ورزش باعث یک سری تغییرات فیزیولوژیک در بدن می‌شود و به نوعی منجر به این می‌شود که مسیر سیگنالی داخل بدن تنظیم و بدن به سمت تعادل و طبیعی واقعی فیزیولوژیک برود. وی ادامه داد: ورزش انسجام فیزیولوژیک بدن را بهبود می‌بخشد و استرس‌های نا به جا را از طریق رهایش هورمون‌ها و مواد شیمیایی کنترل می‌کند. گاهی اوقات استرس چه در کوتاه مدت و چه بلند مدت فرد را دچار افسردگی می‌کند و ورزش باعث کاهش افسردگی هایی می‌شود که به دنبال استرس ایجاد شده اند.

ورزش چگونه منجر به آرامش بخشی می‌شود؟ شمس الدینی تصریح کرد: همچنین ورزش بر روی مسیر هورمون های درون ریز بدن مانند هیپوآلاموس، هیپوفیز و غده فوق کلیوی هم اثر می‌گذارد و در این اثرگذاری باعث می‌شود مسیر فیزیولوژیک ترشح مواد شیمیایی مؤثر بر

سـرویس سـلامت //استادیار دانشگاه علوم‌پزشکی بقیه الله (عج) با بیان اینکه ورزش استرسی مثبت را به فیزیولوژیک بدن وارد می‌کند، مطرح داشت: به دنبال فعالیت ورزشی فرد احساس می‌کند از نظر جسمی قوی‌تر و توانمندتر شده است و به دنبال توانمندی جسمی حتما افزایش توانایی روحی و کاهش استرس نیز حاصل خواهد شد.

دکتر علیرضا شمس الدینی درخصوص مفهوم استرس گفت: استرس زمانی رخ می‌دهد که فرد احساس می‌کند بین آن توانایی‌ها یا قابلیت‌هایی که خود فرد دارد و آن انتظاراتی که از آن فرد در آن موقعیت خاص می‌رود، توازن وجود ندارد.

استرس مثبت و منفی چیست؟ وی خاطرنشان کرد: استرس یک واکنش بیولوژیکی طبیعی و خاص در بدن است و سبب می‌شود فرد به‌سرعت با تغییرات هورمون‌های در بدن انسان به هنگام بروز استرس رهایی یابد و عملکرد فیزیولوژیک بدن را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

این استاد فیزیولوژی ورزشی افزود: حالا اگر این عوامل محرک که باعث بروز رهایش این مواد می‌شود، در حد طبیعی باشند باعث می‌شود استرس به افزایش عملکرد طبیعی بدن منجر شود که به آن استرس مثبت می‌گویند. وی گفت: اما اگر محرک طوری‌باشد که عملکرد فیزیولوژیک را بیش از حد تحت تأثیر قرار دهد و رهایش مواد روی عملکرد فیزیولوژیک اثر منفی داشته باشند، به آن استرس منفی می‌گوییم.

ترشح دو هورمون حیاتی بعد از بروز استرس

شمس الدینی اظهار داشت: در هنگام بروز استرس دو هورمون مهم داریم که ترشح می‌شوند یکی آدرنالین و یکی کورتیزول و باعث بروز واکنش‌هایی در بدن مانند افزایش ضربان قلب، افزایش میزان تنفس، افزایش تعریق و برخاشنگی، بر هم خوردن خلق و خو و حتی تهوع و مشکلات گوارشی می‌شوند.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله در رابطه با هورمون آدرنالین گفت: آدرنالین هورمونی است که باعث افزایش ضربان قلب می‌شود، روی عروق و عضلات اسکلتی اثر می‌گذارد و هنگامی که فرد تحت تأثیر قرار میگیرد، با افزایش گردش خون، منجر می‌شود خون‌رسانی به عضله فرد بیشتر شود تا فرد بتواند در مقابل استرس پاسخ مناسبی را بروز دهد.

وی اضافه کرد: هورمون کورتیزول هم هورمونی است که وقتی که ترشح پیدا می‌کند، باعث افزایش گلوکز خون می‌شود یعنی قند خون را بالا می‌برد و

سلامت

شنبه شنبه ۳۰ فروردین ۱۴۰۱

۱۷ رمضان ۱۴۴۳

سال بیست و یکم شماره ۱۸۶۱

■ طالع بینی ■

فروردین:

از یک طرف، امروز واقعیت می تواند بسیار رمزنازه را تخیل درآمیزد و تشخیص این دو را مشکل نماید.از طرف دیگر، حرکت ماه به سوی صورت فلکی آنتینوس روح تان را زنده می کند و باعث می شود که به چیزهای بزرگ فکر کنید. انرژی را غیر قابل کنترل است، حتی اگر متوجه نباشید که این انرژی شما را به کجا خواهد برد. اکنون زمان آن است که صبر داشته باشید و فقط کورکورانه رو به جلو حرکت نکنید. نباید به دنبال هر هوا و هوس بروید، مگر این که بخواهید مشکل درست کنید.

اردیبهشت:

افق گسترده ی بیش روی تان ممکن است کمی دلهره آور به نظر برسد، زیرا تقریباً غیر ممکن است که بفهمید کدام فرصت بهترین و منطقی ترین مسیر ممکن است. خوشبختانه امروز برای راهنمایی می توانید به دوستان و همکاران تان تکیه کنید. به حرف هایی که می زنند گوش کنید، حتی اگر مطمئن نیستید که آن‌ها به درستی علائق شما را می فهمند. اگر به توصیه های سودمند دیگران گوش دهید، می توانید از تجربیات آن‌ ها بسیار بهره ببرید. فقط به‌خاطر داشته باشید که این شما هستید که آخرین تصمیم را می گیرد.

خرداد:

امروز ممکن نیست بسا مانعی برخورد کنید، اما عاقلانه‌تر این است که کمی از سرعت خود بکاهید. مسائل عاطفی می توانند مشکل ایجاد کنند، حتی در روابط دو طرفه. ممکن است فکر کنید که به دو نیمه تقسیم شده‌اید؛ قلب تان یک چیز می گوید، درحالی که شرایط اطراف از شما می‌خواهند که طور دیگری رفتار کنید. فلا سعی نکنید که این وضع دشوار را حل کنید، فقط این که از منشأ استرس و نگرانی آگاه باشید. اگر مسئولیت تمام احساساتی را که دارید بپذیرید، باعث می شود که شرایط برای طرف مقابل هم ساده تر گردد.

تیر:

حتی اگر اخیراً کمی مضطرب و نگران بوده اید، امروز ممکن است احساس کنید که امواج آرامش بخش رضایت و خرسندی به ساحل تان روی آورده اند. تقریباً می توانید تصویر کامل را با وضوح بیشتری ببینید و راضی هستید تا هر کاری را که با نقشه ی اصلی خود درمی آید انجام دهید. متأسفانه ممکن است دچار هیجان گردید و بیش از حدی که می توانید ارائه دهید متعهد انجام کاری شوید. این که مثل بچه ها محتاطانه قدم بردارید بهتر است تا این که با سرعت بیش بروید و سپس سقوط کنید.

مرداد:

ممکن است سعی کنید تا مطمئن باقی بمانید، اما به این نتیجه می رسید که احساسات پیچیده ای وجود دارند که از خودتان نهایی می کرده اید. شاید اینها برای تان دوران کودکی تان به خاطر باورپرد یا کسی را که راز مهمی را با شما در میان گذاشت، به هر حال، اکنون بیش از هر زمان دیگری ممکن است احساس کنید که اسب پذیر شده اید. احساساتی را که ناراحت تان می‌کنند کنار زنید، زیرا می‌توانند به عنوان یک کاتالیزور شگفت‌انگیز در مرحله ی بعدی رشدتان عمل کنند. نیازی نیست طوری عمل کنید که دیگران را با شجاعت و خرد خود تحت تأثیر قرار دهید.

شهریور:

همان طور که روز به پیش می رود، دانستن این که چه طور نسبت به شرایط اطراف تان واکنش نشان دهید سخت تر می شود. امروز ممکن است عقایدتان مورد پرسش قرار بگیرند، به ویژه اگر بخواهید برای توجیه کارهای فعلی تان از آن‌ ها استفاده کنید. به واقعیت‌ ها بچسبید، اجازه ندهید که تخیل تان بر تصمیم‌هایی که می گیرید تأثیر بگذارد. وقتی واقعیت را از تخیل جدا می کنید، تا جایی که امکان دارد منصف باشید. دیگران این صداقت و عمل و اهداف مخلصانه ی شما را تحسین خواهند کرد.

مهر:

شما در رابطه با کار کردن با دیگران مشتاق پیشرفت و تحول هستید یا این حال یکی از دوستان جدید یا همسر تان ممکن است پیشنهاد کند که اکنون زمانی برای هردو طرف تان است که کاری به میل و روش خودتان انجام دهید. این پیشنهاد را به عنوان عدم بدیش تعبیر نکنید؛ این فقط بخشی از یک تغییر در یک رابطه طولانی مدت است. زمانیکه شما دوباره تمرکز و شخصیت خود را برقرار کنید برای کارتان مفید تر خواهد بود.

آبان:

از آن جایی که ماه وارد صورت فلکی فیلسوفانه ی قوس می شود، تلاش شما هم برای یافتن حقیقت در اولویت اول قرار می گیرد. با این وجود آرزوی می کنید که ای کاش می‌توانستید مشکلات تان را فراموش کنید و امروز روز خوبی داشته باشید. حتی اگر معمولاً درباره ی سفر معنوی خود بسیار جدی هستید، اکنون خندیدن بهترین درمان برای روح شماست. به جای این که در تاریکی‌ ها به دنبال جواب باشید، اکنون زمان آن رسیده است که به رویاهای تان اجازه دهید تا به واقعیت تبدیل شوند.

آذر:

بیوستن به یک منشأ عمیق تر الهام امروز می تواند کمی گیاه کننده به نظر برسد، زیرا تمایل دارید تا هر کاری که انجام می دهید چرخش مثبتی را در آن ایجاد کنید. اما مسیر کنونی تان ممکن است شما را به هزای پنهان احساسات تان هدایت کند و شرایط را از آن چه هست پیچیده تر نماید. به جای این که خودتان را از دیگران دور نگه دارید، سعی کنید تا احساسات تان را با دیگران در میان بگذارید.

دی:

به جای ایسن که امروز متوجه یک اشتباه مالی شوید، اما تصمیم‌گیری کنید، ممکن است بهتر باشد تا کمی بیشتر به رویاهای تان توجه کنید تا به واقعیت. هر با اساس احساسات تان عمل کنید و انرژی خود را به‌بوسه به خاطر قضاوت های دیگران تلف نکنید. در نهایت این که راستی و درستی شما خودش گویای همه چیز است.

بهمن:

ممکن است امروز متوجه یک اشتباه مالی شوید، اما باید بلافاصله توجه بیشتری را به کنترل شرایط معطوف سازید. نباید قیلا‌کارها را انجام دادید که فکر می‌کردید درست است، اما بعداً فهمیدید که حساب و کتاب تان درست از آب درنیامده است، اگر نمی‌دانید چه کار کنید و مطمئن نیستید که قدم بعدی تان چه باشد، از دوستان و همکاران تان بخواهید تا به شما مشورت بدهند.

اسفند:

احساس می‌کنید که انگار به داخل یک مه غلیظ کشیده شده اید، اما دیگران هنوز شما را کسی می‌بینند که می‌داند چه می‌خواهد و چه طور می‌خواهد به آن برسد. جریان های قوی عاطفی و احساسی شما را به جهت های مختلفی می‌کشاند و جهت گیری مسیرتان را دشوار می‌کند. اگر اکنون نمی‌توانید به آما بعداً فهمیدید که حساب و کتاب تان درست از آب درنیامده است، اگر نمی‌دانید چه کار کنید و مطمئن نیستید که قدم بعدی تان چه باشد، از دوستان و همکاران تان بخواهید تا به شما مشورت بدهند.

ی عطش شدید در طول روز استراحت کنید ولی تلاش کنید این خواب حدود میانه روز باشد که هوا گرم است و تا جای ممکن از خوابیدن در نزدیکی غروب آفتاب پرهیزید. این متخصص طب ایرانی گفت: خواب روزانه باید در محیطی ساکت، تاریک و همراه با تهویه مناسب باشد.

وی افزود: حداقل یک تا ۱.۵ ساعت برای وعده سحر وقت بگذارید و پس از سحر نیز یک تا ۲ ساعت بیدار باشید. رضایی یور تأکید کرد، از خوابیدن بلافاصله پس از نماز صبح پرهیزید. برهیژید. وی ادامه داد: ساعات نخستین روز تا ظهر زمان مناسبی برای مطالعه و درس خواندن است. در صورت احساس ضعف شدید

سرویس سلامت // یک متخصص طب ایرانی، با اشاره به تغییر ساعت خواب افراد در زمان روزه داری، توصیه هایی را برای استراحت روزه داران مطرح کرد.

ناصر رضایی یور با اشاره به شرایط خاص ماه رمضان و تغییر ساعات خواب، گفت: حدود ۲ تا ۳ ساعت پس از افطار سبک بخوابید و از بیدار ماندن تا سحر پرهیز کنید.

