



چهارشنبه ۷ اردیبهشت ۱۴۰۱
۲۵ رمضان ۱۴۴۳
سال بیست و یکم
شماره ۲۸۶۷
۸ صفحه
۲۰۰۰ تومان

پست الکترونیک: daryanews_bnd@yahoo.com

آبا بتن ساحل
تولید و عرضه بتن آماده

دکتر مرکزی: ۳۳۲۱۲۸۸۰-۳۳۲۱۲۹۲۶
کارخانه: ۳۳۵۶۱۵۳۰-۳۱

آدرس: بندرعباس- بلوار امام خمینی نرسیده
به میدان شهدا نیش خیابان دانش ساختمان
بنی هاشمی واحد ۲

چهارشنبه ۷ اردیبهشت ۱۴۰۱

۲۵ رمضان ۱۴۴۳

سال بیست و یکم شماره ۳۸۶۷

سرمقاله

سهم رسانه های هرمزگان

از صنایع چیست؟

■ در حالی هرمزگان مهد صنایع و بنگاه های اقتصادی بزرگ و کوچک وابرایالایسگاههای نفت و گاز، گمرکات، بندر ... است که هم لقب قطب تجارت و اقتصاد کشور بر پیشانی دارد و هم رتبه نخست قفر وفاق، بیکاری، گرانی و... را نیز همزمان بصورت تناقض آمیز و سوالبرانگیز یکدک می کند.
چندین انتقاد همواره نسبت به صنایع و بنگاههای اقتصادی فعال در استان در سال های اخیر وارد بوده است که همچنان پاسخ مناسبی به آنها داده نشده است. اول اینکه چرا در استانی که قطب صنایع و اقتصاد ایران است، اما از آن طرف بالاترین نرخ بیکاری را در کشور هم باید داشته باشد وچرا این صنایع نیروهای مورد نیازشان را از سایر استان های کشور تامین کرده و جوانان هرمزگان بیکارند و مجبورند به سست مشاغل کاذب و قاچاق و سوخت یری و... بروند و برخی هم چان شان را هم در این مسیر از دست می دهند و بعضی هم در آنتی می سوزند و هزاران خانواده تاکنون عزادار شده و فرزندان زیادی یتیم بزرگ شده اند و از طرفی دیگر همچنان برجسب قاچاقچی می خورند و صنایع و دولت خود را موظف به اشتغالزایی برای یومیان استان نمی داندند و گویا تصور می کنند این صنایع برای اشتغال غیربومیان در استان راه اندازی شده اند.مطلب دوم اینکه چرا بیشتر صنایع و بنگاه های اقتصادی حتی حاضر نبوده و نیستند مالیات و عوارض شان را براساس قانون مالیات های مستقیم در استان محل فعالیت شان یعنی هرمزگان بپردازند که هم اکنون بعد از سال های زیاد با پیگیری دستگاه قضایی و اومردالیاتی در حال انتقال پرونده برخی از آنها به استان هستیم ومقاومت هایی در این حوزه همچنان برای انتقال پرونده ها به استان وجود دارد؟
برخی حتی حساب های بانکی شان هم در خارج از استان است و امورات بیمه‌ای‌شان را هم در استان انجام نمی دهند.
سوم اینکه چرا این صنایع در ایفای نقش انجام مسئولیت های اجتماعی شان کوتاهی کرده اند وفقط آلودگی، ترافیک، گرانی مسکن، بیکاری، بیماری های مختلف و... بر برای هرمزگانی ها بر ارمغان آورده اند؟
روستایی جمال احمد یکی از نمونه های اثرات قرار گرفتن در کنار صنایع است.
همچنین بیشتر مردم استان با بیماری های تنفسی، آسم، آرتزی و... مواجهند که یکی از اثرات این صنایع می باشد.
از آن طرف این صنایع در رفع فقر ومحرومت استان در حوزه های مختلف از جمله درمانی، آموزشی، ورزشی، معیشتی، تفریحی، اماکن فرهنگی، مسجد مدرسه، احداث جاده و خیابان، عمران و آبادانی محلات حاشیه‌ای و روستاهای محروم و... می توانند بسیار اثر گذار باشند ومشارکت که متأسفانه این سال ها از آنها شان چندان اثر ندارد مستکن در حوزه های مختلف ملموس نبوده و نیست ومشارکت تعدادی از صنایع هم بسیار محدود و قطره چکانی بوده است.
همچنین شنیده می شود بیشتر صنایع در این سالها برای پرسنل شان مسکن نساخندند و فقط تعداد زیادی از خانه های داخل شهر را خریدند و با اجاره کردند و به عنوان میهمان سرا،... استفاده می کنند که در کمبود مسکن در این شهر مهاجرپذیر ونجومی شدن قیمت مسکن واجاره بی تأثیر نبود.
بی توجهی به تامین مسکن کارگران و پرسنل صنایع که بیشتر شان هم غیربومی هستند و از سایر استانها به هرمزگان وبندرعباس آمده اندکه در سال های اخیر این موضوع باعث شده دهمها هزار نفر پرسنل صنایع، مسکن مورد نیازشان را از داخل شهر بندرعباس تامین کنند که منجر به کمبود مسکن و گرانی قیمت ورهن واجاره مسکن شد تا جایی که بومیان هم از خرید مسکن وخانه‌دار شدن ناامید شدند ووام تیر پرداخت هزینه های سرسام آور ودریعه مسکن واجاره را ندارند.
حداقل حالا که قرار است در شهر علوی مسکن برای پرسنل شاغل در صنایع بسازند، صنایع یاستی از این طرح استقبال نموده و مسکن مورد نیاز پرسنل شان را در این شهر نزدیک به صنایع بسازند تا از فشار مضاعف پرسنل داخل شهر بندرعباس وحجابی شدن قیمت ها کاسته شده و مردم بندرعباس هم بتوانند صاحبانه شود و اجاره ها منطقی و کمتر شده و بتوانند اجاره نشینی راحتی داشته باشند.
همچنین انتقال مسکن کارکنان صنایع داخل شهربندرعباس به شهروک علوی باعث کاهش چشمگیر ترافیک و صرفه جویی در مصرف سوخت و زمان و... می‌شود.
موضوع دیگر اینکه در این استانی که میزان صنعت و بنگاه اقتصادی و... دارد و شاهرگ اقتصادی کشور نام گرفته است، چرا رسانه ها و نشریات با مشکلات اقتصادی مواجه هستند که برای تامین هزینه های چاپ، حقوق، کاغذ و... با مشکل و چالش مواجه هستند.
این درحالیستکه بیشتر این صنایع از سال های گذشته تاکنون حتی گزارش های عملکردی و تبلیغاتی، مناسفه و مزایده های شان و... را تلاش کرده‌اند به رسانه های پایتخت ارسال کنند وتعداد انگشت شماری از آنها هم که بخش کوچکی از آگهی های شان را به تعدادی از رسانه های استان ارسال می کنند، هزینه های درج این آگهی ها از یک بسیار کمتر از تعرفه پرداخت می کنند که منصفانه نیست.
انها حاضرند در بخش های دیگر هزینه های زیادی داشته باشند، اما در بخش نشریات، حتی حاضر نیستند براساس تعرفه های مصوب وزارت ارشاد، هزینه های آگهی ها را پرداخت نمایند که باعث فشار مضاعفی بر رسانه ها می شود.
حتی نحوه و زمان پرداخت هزینه ها توسط برخی صنایع هم چندان رضایتبخش نیست و زمانبر است.
انتظار می رود مدیران صنایع استان در این حوزه تجدید نظر کنند و بیشتریتر آگهی ها و گزارش های خود را به رسانه های استان براساس تعرفه مصوب وزارت ارشاد ارسال و هزینه ها را در کوتاهترین زمان ممکن پرداخت کنند تا رسانه ها برای پرداخت حقوق، خرید کاغذ، هزینه چاپخانه و... مشکلی نداشته باشند.ایکله برخی صنایع آگهی مزایده و مناقصه شان و... را در نشریات محلی چاپ نمی کنند ویسا رانت هایی در برخی از صنایع در توزیع آگهی ها وجود داشته باشد، به هیچ وجه پذیرفتنی نیست که در آینده ودر صورت عدم اصلاح رویه فعلی، به برخی از آنها اشاره خواهد شد.
حتی ضرورت دارد صنایع در راستای انجام مسئولیت های اجتماعی شان در حوزه رسانه نیز برنامه های را داشته باشند.
استان هرمزگان در فاقد جایخانه مطبوعات است که صنایع می توانند برای احداث جایخانه مشارکت کنند و حتی بخشی از امورات جاری خودشان را هم به این جایخانه ارسال کنند تا نیازی به ارسال امورات چاپی به خارج از استان نباشد.
در یک کلام در استان اقتصادی هرمزگان هم مردم و هم رسانه ها یاستی از مواهب وجودی بهره مند نباشند و تفاوت ها در این استان و سایر استان های غیراقتصادی برای فعالان رسانه ای و عموم مردم یاستی ملموس ومحسوس باشد.

■ **علی زارعی**



گروه خبر // امام جمعه بندرعباس گفت: امروز دانشگاه‌های ما باید با صنعت

عجین شود و این امر موجب رشد دانشگاه و صنعت خواهد شد که لازم است با جدیت و امیدواری آن را پیگیری کنیم.

حجت‌الاسلام والمسلمین محمد عبادی‌زاده نماینده ولی‌فقیه در استان هرمزگان و امام جمعه بندرعباس در آیین تکریم و معارفه رئیس دانشگاه هرمزگان اظهار داشت: مبنای هر کاری در جامعه اسلامی باید صدق باشد و علمای منطق صدق را آن‌چیزی می‌دانند که مطابق با واقع است بنابراین مسئولیت‌هایی که می‌پذیریم در واقع با صدق مطابق است.وی افزود: دانشگاه در حوزه‌های علمی و پژوهشی مسئولیت‌ها و مأموریت‌های

گروه خبر // جانشین قرارگاه عملیاتی مدینه منوره نیروی زمینی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی گفت: خبرنگار می‌تواند بهترین وسیله برای جلب اعتماد مردم باشد و می‌تواند با تدبیر خردمندانه بسیاری از مسائل را با کمترین تنش در جامعه مطرح کند.

سردار جلال عادی در جلسه تبیین شعار سال که با حضور مسئول لشکری و استانی در فرهنگسرای انقلاب بندرعباس برگزار شد، اظهار کرد: خبرنگاران نظام جمهوری اسلامی با قلم و بیان صادفانه خود و به دنبال آگاهی بخشی به‌جامعه اسلامی و حق‌گویی هستند.وی افزود: رسانه‌های گروهی به گونه‌ای می‌توانند عمل کنند که مردم به سوی حق قدم بردارند و این اهمیت رسانه را نشان می‌دهد.
رئیس قوه صداقت و حق‌جویی در اکثریت خبرنگاران کشور ما

گروه خبر // فرمانده یگان حفاظت اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان هرمزگان ضمن تشریح عملکرد فروردین ماه ۱۴۰۱ این یگان، از رفع تصرف ۲۴ هکتار اراضی ملی استان خبرداد.

به گزارش خبرنگار دریا، رحیم اسفندیاری فرمانده یگان حفاظت اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان هرمزگان به تشریح عملکرد فروردین ماه یگان حفاظت پرداخت و گفت: با تلاش و همت عوامل یسگان حفاظت در فروردین ماه سال‌جاری،حدود۲۴هکتار از اراضی ملی و دولتی استان رفع تصرف و به سه بیت المال بازگردانده شد.

وی با بیان اینکه ارزش ریالی بازپس‌گیری شده بالغ بر ۲۰۰میلیارد ریال عنوان شده است گفت این مبلغ مربوط به ۲۹ فقره رفع تصرف

امام جمعه بندرعباس:

دانشگاه و صنعت باید عجین شود

همی دارد و طبیعتا این مسئولیت‌ها همان حقیقی است که صدق و کذب در آن‌ها تطبیق پیدا می‌کند و بنده به عنوان عضو کوچکی از دانشگاه افتخار می‌کنم بخش عمده عمر و بیش از ۲۴ سال از عمر را در دانشگاه حضور داشتم‌ام و با آشنایی که از دانشگاه دارم لازم می‌دانم از شیخی تشکر و قدردانی کنم.

عبادی‌زاده بیان کرد: زحمات زیادی برای رشد و بالندگی دانشگاه کشیده‌اند و دانشگاه در سابق به این شکل نبود و روزهای نخستین که از داخل شهر به مکان فعلی آمدیم شرایط این چنین نبود اما با تلاش‌ها به این نقطه رسید.امام جمعه بندرعباس ادامه داد: امروز دانشگاه‌های ما باید با صنعت عجین شود و این امر موجب رشد دانشگاه و صنعت خواهد شد که لازم است با جدیت و امیدواری آن را پیگیری کنیم.

جانشین قرار گاه عملیاتی مدینه منوره نیروی زمینی سپاه:

رسالت مطبوعات و خبرنگاران آگاهی بخشی به مردم است

وجود دارد و این در حالی است که خبرنگاران غربی و به خصوص آمریکایی از حيله‌گری خاصی برای ایجاد جنگ‌های روانی برخوردارند.

جانشین قرارگاه منطقه‌ای مدینه منوره سپاه تصریح کرد: رسالت مطبوعات و خبرنگاران این است مردم را از اسارت خرافات برهاند و به آگاهی برسانند.
یکی دیگر از مسائل مهم رساندن اخبار به موقع به مردم است که بسیاری از خبرنگاران در ۸سال دفاع مقدس، سیل و زلزله و بسیاری از بزنگاه‌ها تا پای شهادت رفتند تا اخبار را به موقع به مردم برسانند.

عادی بیان کرد: خبرنگار می‌تواند بهترین وسیله برای جلب اعتماد مردم باشد و می‌تواند با تدبیر خردمندانه بسیاری از مسائل را با کمترین تنش در جامعه مطرح کند.
خبرنگار و رسانه باید به دنبال تهدد دینی باشد، وظیفه خبرنگار این است که اهداف نظام

فرمانده یگان حفاظت اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری هرمزگان خبر داد
رفع تصرف ۳۴ هکتار از اراضی ملی استان

است.همچنین خاطر نشان کرد ۲۴ فقره از اراضی رفع تصرف شده به مساحت ۷۸ هکتار مربوط به آزاد سازی سواحل استان می باشد.
فرمانده یگان حفاظت منابع طبیعی از کشف و انهدام ۲ فقره کوره زغال به تعدادد باب خبرداد.

همچنین افزود: در فروردین ماه سالجاری ۱ فقره حریق به مساحت ۹۰۰ متر مربع در اراضی ملی توسط مأمورین یگان حفاظت کنترل و مهار گردید و با بیان اینکه عوامل یگان حفاظت از اراضی استان براساس برنامه پیش بینی شده عمل می کنند و درجهت حفاظت از بیت المال و جلوگیری از تصرف اراضی ملی بصورت ششماه روزی می‌پردازند.
اسفندیاری افزود این یگان در فروردین ماه سال جاری، تعداد ۵۱ گزارش از سامانه ۱۵۰۴ در سطح استان دریافت نموده است.

شرایط سخت همچون سیل و زلزله در کنار مردم بودند.
در خدمت مردم بودن افتخاری برای ما و سپاه پاسداران است و این تفاوت سپاه با نیروهای نظامی وی ادامه داد: انتقاد دلسوزانه‌ای که از سبوی خبرنگاران مطرح می‌شود، ارزشمند است.گاهی برخی خبرنگاران تنها زشتی‌ها را بیان می‌کنند اما کمک‌ها به مردمویت‌دایی‌هایی را که برای مثال توسط قرارگاه

مدینه منوره و سایر ارکان نظام انجام می‌شود را به مردم منتقل نمی‌کنند که نقد به‌جا و دلسوزانه‌ای نیست.
جانشین قرارگاه منطقه‌ای مدینه منوره شده در پایان یادآور شد: خبرنگاران در هنگام انتشار اخبار ببینند اخبارشان به تقویت نظام منتهی می‌شود یا خیر.

به گزارش ایسنا؛ معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری هرمزگان نیز در این جلسه بیان کرد: از قرارگاه مدینه منوره سپاه‌سگزاریم که در تمامی

فرمانده یگان حفاظت اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری هرمزگان خبر داد
رفع تصرف ۳۴ هکتار از اراضی ملی استان

وی افزود: در فروردین ماه، ۵۱۱ اکب گشت خودرویی و ۳۰ اکب گشت موتوروی این یگان حفاظت در عرصه های طبیعی استان به حراست و صیانت اراضی و منابع ملی پرداختند.

اسفندیاری خاطر نشان کرد: برای جلوگیری از تصرفات اراضی ملی اقدامات پیشگیرانه در اولویت یگان حفاظت این اداره کل قرار دارد که از جمله این اقدامات تصب تابلو وعلام هشداردهنده و گشت زنی در اراضی ملی بصورت مستمر بوده است تا مردم بدانند کدام اراضی مربوط به دولت است.
همچنین خاطر نشان کرد: دوستداران طبیعت می توانند گزارش‌های خود را در مخصوص تصرف اراضی قطع درخت، حریق جنگل و مرع،قاچاق چوب و محصولات فرعی جنگل و مرع، کوره زغال و...را به سامانه۱۵۰۴ و ۱۳۹۶ اعلام نمایند.

■ **خبر** ■

رئیس دانشگاه هرمزگان معرفی شد

■ گروه خبر // رئیس دانشگاه هرمزگان با حضور وزیر علوم، تحقیقات و فناوری، محمدعلی زلفی گل در بندرعباس معرفی شد.
در این مراسم از زحمت های علی اکبر شیخی فینی، رییس سابق دانشگاه هرمزگان تجلیل و محمد صادقی به عنوان رییس جدید این دانشگاه معرفی شد.
محمد صادقی مشاور امور بین الملل استاندار سابق هرمزگان و مدرس دانشگاه هرمزگان است که مدتی پیش به عنوان رییس سابق این دانشگاه منصوب شده بود.
این دانشگاه دارای ۶ هزار و ۳۰۰ دانشجو است که در مقاطع کارشناسی، ارشد و دکتری مشغول به تحصیل هستند و این دانشگاه ۲۲۶ عضو هیات علمی دارد.
دکتر محمدعلی زلفی گل پس از ورود به دانشگاه هرمزگان، با حضور در گلزار شهدای گمنام به مقام شامخ شهیدان ادای احترام کرد.
به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان ؛ نماینده ولی فقیه در هرمزگان و امام جمعه بندرعباس، استاندار هرمزگان، نمایندگان مردم در مجلس شورای اسلامی و روسای دانشگاه ها و مراکز وابسته به وزارت علوم، تحقیقات و فناوری نیز در این مراسم حضور داشتند.

نائب رییس اتاق بازرگانی،صنایع،معادن و کشاورزی بندرعباس:

هرمزگان در بخش لجستیک اقتصادی ضعف دارد

■ گروه خبر // نائب رییس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بندرعباس با اشاره به اینکه در طول این سال ها کمربش تجارت خارجی شکسته شده است، اظهار کرد: افزایش هزینه تجارت خارجی سبب بالا رفتن تورم، ضربه به اقتصاد کشور و فشار بر بدنه مردم می شود.
حسن روحانی تازبانی افزود: هرمزگان یکی از استان های تجاری و اقتصادی است که ۶۰ تا ۷۰ درصد تجارت کشور را بر دوش می کند و با این حجم از فعالیت ها، سطح توقعات فعالین اقتصادی از توجه دولت به استان هرمزگان بالاست.وی با بیان اینکه در این سال ها همکاری و تعامل بین دولت و فعالین اقتصادی در استان هرمزگان مثبت و مطلوب بوده است و خوشحالم که امروز شخصی بر مسند استانداری هرمزگان تکیه زده است که خود از بخش اقتصادی وارد کابینه دولت شده و بر این موضوع اشتراقی و تسلط دارد، خاطر نشان کرد: تجربه ما فشار مضاعفی بر تجارت خارجی کشورمان وارد و هزینه ۱۵ تا ۲۰ درصدی در تجارت خارجی افزون کرد است.نائب رییس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بندرعباس با اشاره به اینکه در طول این سال ها کمربش تجارت خارجی شکسته شده است و امیدواریم دولت و مجلس هرچه سبب شده افزایش هزینه تجارت خارجی بالا برفته و نتیجه آن وارد شدن تورم بالا به اقتصاد کشور و فشار بر بدنه مردم می شود.وی ادامه داد: هرمزگان نقش تجاری مهمی در کشور دارد اما در بخش لجستیک ضعیف و زیرساخت‌های مناسبی ندارد و همین امر سبب شده در جذب کامیون‌ها برای انتقال کالاها از بندرعباس به سایر نقاط کشور به مشکل بخوریم.روحانی تازبانی با بیان اینکه صاحبان کالا اعلام بار می کنند اما راننده ها استقباتی از دریافت بار نکرده و خواستار افزایش قیمت قمت حمل هستند، تصریح کرد: راننده‌ها به علت عدم وجود زیرساخت‌ها تا ۲۴ تا ۲۸ ساعت در بندرنهیدرجایی و گمرکات معطل می‌شوند و این موضوع سبب آسیب در تمامی بخش‌ها می‌شود و دوش در نهایت به چشم مردم و مصرف کنندگان می‌رود.وی با اشاره به اینکه هر ساله از محل صندوق توسعه ملی، تسهیلات صادراتی با نرخ ارزان قیمت به صادرکنندگان تعلق می‌گیرد، اظهار کرد: اما در هرمزگان آماری از این موضوع وجود ندارد که این میزان به چه اندازه و به افراقی تعلق یا اختصاص داده شده است.به گزارش ایسنا؛ نائب رییس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بندرعباس در پایان گفت: هرمزگان با وجود ازتربتی بودنش و موقعیت مهم بندرگاهی بودنش فاقد یک مجتمع انباری است که بتواند به صورت منظم و اصولی خرید و فروش کالا را انجام دهد و تمامی کالاها را در محل انبار نگهداری و سپس کار خدمات ارسال صورت گیرد که این موضوع سبب مشکلات زیادی برای تاجار شده است که با اختصاص یک زمین، بخش خصوصی خود امکانی ایجاد چنین انباری را دارد.

پشت پرده سیاست

در این خصوص و سه ماه و نیم است از آن که محسن رضایی خبر افزایش بارانه نقدی را اعلام و سپس سخنگوی دولت آن را تکذیب کرد، محمد مخبر مصوبه مربوط به حذف معاونان اجرائی و اقتصادی رئیس جمهور از ترکیب کمیسیون اقتصاد دولت را ابلاغ کرد.» توضیح دولت در این باره اما به همان توثیت علی‌بهادری جهری ختم می‌شود که نوشته بود: «تغییر در ترکیب کمیسیون اقتصادی در به‌درخواست خود این اعضا و به دلیل اشتغال نامتعدد و نبود امکان حضور ایشان در جلسات کمیسیون، در جلسه دولت مصوب شد تا حد تصاب قانونی تشکیل جلسات کمیسیون رعایت شود. چنین تغییراتی عادی بوده و قبلا نیز سابقه داشته است». این در حالی است که ایرنا نوشت : یک منبع آگاه در دفتر محسن رضایی اعلام کرد که علت غیبت وی در آخرین جلسه سستاد اقتصادی دولت گذراندن دوره‌ان تقامت بعد از بیماری بود که چند روز پیش به خاطر آن در بیمارستان بستری بوده و ادعاهای مطرح شده درباره کثیره گیری با برکناری از مسئولیت هایش در دولت صحت ندارد.

تازه های مطبوعات

شرق- این روزنامه نوشت: سینازن شش میلیون، یاستور سه میلیون، رازی چهار تاییون، نورا ۲٫۵ میلیون و اکتوروکو سه میلیون دوازکسن روی دشتستان مانده و تاریخ صرف آن در حال اقتضاست.
در تلوئیکنده واکسن فخرا و اسوه هم اطلاعاتی درباره واکسن‌های پرسرکوبه در انبارهایشان ندانند.
اما همگی این هفت تلوئیکنده واکسن حالا شاکی هستند. آن ها می‌گویند نه بازار داخلی متقاضی مصرف واکسن‌هایشان است، نه بازار صادراتی برای آن وجود دارد.
این هفت تلوئیکنده می‌گویند اگر دولت واکسن‌شان را نخرد، تفرده‌اغ و زمین گیر می‌شوند و دولت باید از آن‌ها حمایت کند.

رسالت- این روزنامه نوشت: برنامه «کتاب‌باز» شروش صحت مهم‌ترین اقدام صدواسیمادر جهت آرمان کتاب‌خوانی بوده و نیاز به حفظ و مراقبت این سوی این سازمان دارد.

همدلی- این روزنامه نوشت: در کمتر از شش سال سن اعتیاد ۱۰ سال کاهش‌یافته است.
چند روز پیش سلمان داکر عضو کمیسیون اجتماعی مجلس گفت: متأسفانه سن اعتیاد به ۱۰ تا ۱۲ سالگی و مقطع راهنمایی رسیده است.

سازندگی- این روزنامه به نقل از حسین مرعشی نوشت: آقای رئیس جمهورا وقتی وزیر شمسما سستمزدها را ۵۷ درصد افزایش می‌دهد، شما چگونه می‌توانید به واحدهای مشکلات واقعی اقبال را نمی‌گویید؟ چرا دایم در پشت تریبون اعلام می‌کنید که معیشت مردم را با مذاکرات گره زده‌ام؟

انتخابی

رجانیوز نوشت: معاون توسعه و ارزیابی مرکز مدیریت و راهبردی افتا با اشاره به حمله سایبری اخیر به زیرساخت های توریستی در این حمله با استفاده از یک حفره امنیتی در یکی از نرم افزارهای پرکاربرد یکی از سازمان های کشور طراحی شده بود که مهاجمان در ابتدا توانسته بودند به بیش از ۱۰۰ وب سایت سازمان های دولتی و خصوصی کشور نفوذ اولیه داشته باشند که این حمله کشف و خنثی شد.
آسیبی به زیرساخت ها وارد نشده و اطلاعاتی سرقت نشده است.

همشهری آنلاین نوشت: سعید محمد دبیر شورای عالی مناطق آزاد اقتصادی کشور گفت: در کیش که پیشانی مناطق آزاد است، مشکلات فرهنگی زیادی داریم ولی دیگر مناطق است مانند ارس، ماکو و اروند این گونه نیست، به دلیل اینکه کوشکوئنگاه مردم موبی و مردم در امور فرهنگی پیشگام هستند.
وی افزود: در کیش مخصوصا در ایامی که گردشگری اوج می گیرد، مشکلات بیشتر می شود که ناشی از ورود مسافران است و ما با روش های نوین و استفاده از تجربه و علم پژوهشگاه های علوم انسانی و اسلامی به مقابله با این ناهنجاری‌ها می پردازیم.

۹۸ خا
رمین انجام عملیات توریستی در محل چندین گردشگر شده بودند. این افراد علاوه بر این، در چند مورد دیگر نیز در نقاط مختلف تهران به عملیات با هدایت منافقین شده زده بودند. بنا بر این گزارش، دادگاه بدوی با بررسی پرونده این دو نفر با جرمایی چون افساد فی‌الارض، اجتماع و تبانی علیه نظام و تبلیغ علیه نظام، در نهایت با رأفت اسلامی حکم به ۱۶ سال حبس برای آن‌ها داده است.



چهارشنبه ۷ اردیبهشت ۱۴۰۱

۲۵ رمضان ۱۴۴۳

سال بیست و یکم شماره ۳۸۶۷

طنز

خرچران شامی

یاد دارم که در عهد شباب

عزم سفر از شام به بصره کردم، نزد خرچرانی رفتم تا الاغی بستانم مگر پای سفرم باشد. چون حاجت نزد وی بردم گفت ۵ دینار. به سه دینار و دو درهم راضی شد لیک گفت اینچنین سه روز

دیگر

تحویل گردد. دگر روز رفتم.

گفت مصوبه شورای رقابت آمده

و یک دینار دیگر باید. باز به درهمی

راضی گشت لیک حواله‌ت به روز دیگر

کرد. دیگر روز رفته و حمار طلب کرده

واخم در هم. از دری دیگر آمد که جُل

گران گشته و آپشن است.

بی‌جُل خواستم. گفت ترموستاتش

خراب است و قطعه از صین آید و در

گمرک است و دو درهم دیگر

و کاه و یونجه بیاور اشکم پر کن

و ماه دیگر خر ببر. مال خویش خواستم.

گفت دست به مهره حرکت است.

باری خویش ملامت کرده و سر به بیابان

نهاده و چنین خواندم:

گر نبود خرّ مطلا لگام

زد بنوان بر قدم خویش گام

■ مجتبی قبادی

خاطرات کاری یک وزیر در عربستان

خداقوت پستیچی

شنبه/ صبح از خواب بیدار شدم

و آماده رفتن به محل کار بودم

که یک لنگ جورابم را پیدا نکردم

و می‌دانستم برای پیدا کردن آن نیاز

به تلاش دارم، خواب را به رفتن ترجیح

دادم و آن روز را مرخصی گرفتم.

یکشنبه/ ساعت ۱۲ ظهر شده بود،

دیگر از تختخواب خسته شده بودم

و از آنجا که کار لازمه و جوهره هر

مردی است ترجیح دادم به سر کار بروم،

لباس‌های نو پوشیدم و از پله‌ها پایین

آمدم که دیدم همسرم صبحانه را آماده

نکرده، اعصابم به هم ریخت و با مشاورم

تماس گرفتم تا وضعیت صبحانه را در

محل کارم ببرسم اما او هم گفت

که صبحانه تمام شده، اعصابم بیشتر

خرد شد و دستور دادم تا علی‌الحساب

به یمن حمله کنند تا ببینم

وضعیت صبحانه چه می‌شود.

دوشنبه / در محل کار پشت میز خودم

نشسته بودم، نامه‌ای از سفارتخانه امریکا

به دستم رسید، خیلی خوشحال شدم

و دست پستیچی را بوسیدم

و نامه را به روی چشمانم گذاشتم.

سه‌شنبه /از خوشحالی زیادی که دیروز

داشتم صدایم گرفته بود و سر کار نرفتم،

مرخصی استعلاجی گرفتم.

چهارشنبه / امروز هم حالم خوب بود، به

ذهنم رسید دیگران را هم در این خوشی

شریک کنم به همین خاطر

به‌مدت ۲۷ دقیقه به جنگنده‌های خدمم

که یمن را بمباران می‌کردند

فرصت استراحت دادم.

پنجشنبه / امروز کار خاصی نکردم

و خاطره‌ای نداشتم چون مدامم را در

دفتر جا گذاشته بودم از خوشحالی زیاد.

جمعه /تعطیل رسمی.

■ نوید ارتیانی

جنوب‌کشور

عضو هیات رئیسه مجلس:

مسئولان خوزستان نباید مردم را در گرد و غبار، بلاتکلیف می‌گذاشتند

حسن سیلایو سروس استان ها //

عضو هیات رئیسه مجلس شورای اسلامی با اشاره به گرد و غبار در استان خوزستان گفت: نمی‌شود دانش‌آموزان به مدرسه بروند یا فرد سالمندی در محل کار حاضر شود و سپس مردم به‌مانند که تعطیلی اعلام می‌شود یا خبر؛ این مساله نشان می‌دهد از ظرفیت خوزستان برای تصمیم‌گیری به

موقع استفاده نکردیم.

به گزارش خبرنگار دریا؛ مجتبی یوسفی با اشاره به وقوع گرد و غبار در خوزستان با بیان اینکه گله مردم بحق بود است، اظهار کرد: باتوجه به پیش‌بینی هواشناسی زمانی که غلظت گرد و غبار از ۳۰۰ میکروگرم در مترمکعب بالاتر برود یا طبق اسناد بالادستی با رسیدن غلظت گرد و غبار به بیش از ۲۰۰۰ میکروگرم

در مترمکعب، باید تعطیلی اعلام شود.

خوزستان باید در کوتاه مدت حداقل این کار را انجام می‌دادند و مسردم را از بلاتکلیفی در می‌آوردند. وی افزود: نمی‌شود دانش‌آموزان به مدرسه بروند یا فرد سالمندی در محل کار حاضر شود و سپس مردم به‌مانند که تعطیلی اعلام می‌شود یا خبر؛ این مساله نشان می‌دهد از ظرفیت خوزستان برای تصمیم‌گیری به موقع

استاندار کرمان:

ساختارها را دست‌نزنید مشکل از مدیر ناکارآمد است

آرزو توکلی سرویس استان ها // استاندار کرمان گفت: چشم انداز استان کاملاً روشن است و اگر مدیری نمی‌تواند اسناد بالادستی استان را اجرا کند مشکل از مدیر است نه ساختارها، لذا باید مدیران کارآمد جایگزین کنیم و به ساختارهای اسناد بالادستی دست‌نزنید. رضایی افزود: برای اولین بار برای تدوین این آیین‌نامه سعی شده مشارکت جمعی عوامل موثر و ذی‌نفعان در دستور کار قرار گیرد و نظرات مدیران کل استان ها و مدیران شهرستان ها و مناطق آموزش و پرورش کشور نیز مورد بررسی واقع شود. مدیر کل آموزش و پرورش استان کرمان گفت: در لایحه دولت قبل عنوان شده بود معلمان که حداقل دارای دو سال سابقه هستند مشمول رتبه‌بندی می‌شوند اما در لایحه فعلی همه معلمان مشمول رتبه‌بندی می‌شوند.رضایی افزود: در لایحه گذشته به صراحت عنوان شده بود کارکنان اداری مشمول رتبه‌بندی نبوده و کارکنانی که در مدارس مشغول کار باشند مشمول رتبه‌بندی می‌گردند، اما در متنی که قرار است دولت فعلی اجرا نماید همه معلمان چه در ادارات و چه در مدارس مشمول رتبه‌بندی می‌شوند و همه معلمان حداقل در یک رتبه قرار می‌گیرند و هیچ محدودیت و سهمیه‌بندی برای رتبه‌های پنج‌گانه پیش‌بینی نشده است.

یک روزه زمین به سرمایه‌گذاران واگذار می‌شود

مهران سلطانی نژاد سرویس استان ها // استاندار بوشهر گفت: پس‌از صدورموافقت اصولی و پروانه تاسیس، برای نخستین بار در مدت یک روز زمین به سرمایه‌گذاران در این استان واگذار می‌شود. به گزارش خبرنگار دریا، احمد محمدی‌زاده در نشست با مسئولان استان بوشهر اعلام کرد: با تلاش و برنامه ریزی صورت گرفته در زمان حاضر موافقت اصولی و پروانه تاسیس برای طرح‌های تولیدی و صنعتی در شهرک‌ها و نواحی صنعتی استان در کمتر از یک هفته صادر می‌شود که این یک امتیاز ارزشمند برای سرمایه‌گذاران به شمار می‌رود.وی اضافه کرد:



رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی کرمان:

نیمی از کل بیکاران کرمان دارای تحصیلات لیسانس به بالا هستند

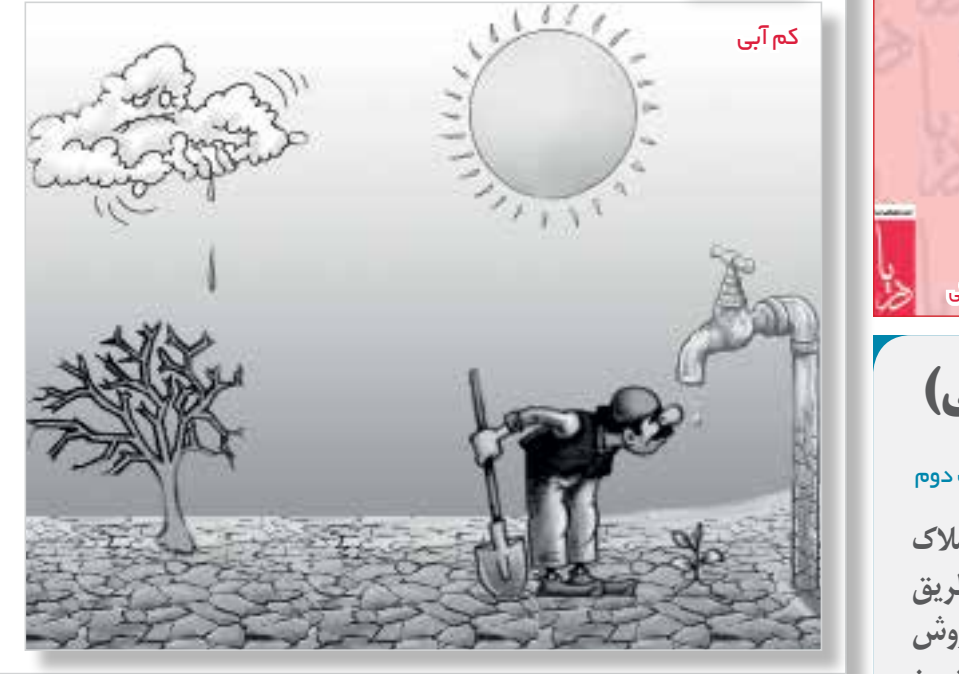
آرزو توکلی سرویس استان ها // رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی کرمان با بیان این مطلب که سهم استان از شرکت‌های دانش‌بنیان به لحاظ تعداد ۱.۸ درصد است، عنوان کرد: ۱۱۰ هزار بیکار در استان داریم که ۶۹ هزار نفر آنها تحصیل کرده هستند و در مجموع بیش از نیمی از کل بیکاران استان دارای تحصیلات لیسانس به بالا هستند.

به گزارش خبرنگار دریا، جعفر رودری در جلسه شورای راهبری فناوری تولید دانش بنیان گفت: رشد اقتصادی ۷.۷ درصدی جهت گیری کلان استان است.

کاریکاتور



کاریکاتور



مخاطبان و هم‌استانی‌های گرامی

تصمیم داریم مطالب طنز و کاریکاتور شما را در روزنامه منتشر نماییم. علاقمندان می‌توانند آثار خود را به شماره ذیل سروس یا واتساپ نمایند.

شماره تماس: ۰۹۰۳۹۱۶۵۰۹۰

راهکار های کاهش عطش در ماه مبارک رمضان



طرح: بیتا هوشنگی

آگهی مزایده عمومی اموال غیر منقول – (تملیکی)

(شماره مزایده مرجع: ۱/۱/۴۰۹۹۳۶)

نوبت دوم

مدیریت شعب بانک توسعه تعاون استان هرمزگان در نظر دارد ۳ واحد اموال غیر منقول (املاک مسکونی تملیکی) خود واقع در بخشهای شهرستان رودان و سرچاهان حاجی آباد را از طریق مزایده عمومی و شرایط اجاره به شرط تملیک در سامانه تدارکات الکترونیک دولت به فروش برساند. علاقمندان جهت شرکت در مزایده از زمان انتشار آگهی در روزنامه، می بایست از روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۱/۲۴ تا روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۱۸ با مراجعه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به نشانی (www.setadiran.ir) نسبت به بررسی و ضمن بازدید از ملک مورد نظر در ساعات اداری، نسبت به درج مبلغ پیشنهادی خود اقدام نمایند. همچنین برای کسب اطلاعات و هماهنگی بیشتر با شماره: ۰۳۷۳۳۳۳۳۳۱۰ داخلی ۳۰۷ و ۳۱۵ تماس حاصل نمایند.

شناسه آگهی: ۱۳۰۵۳۳۳



بانک توسعه تعاون

TOSC E TA'AWUN BANK

۴
چهارشنبه ۷ اردیبهشت ۱۴۰۱
 ۲۵ رمضان ۱۴۴۳
 سال بیست و یکم شماره ۳۸۶۷

 	
رییس حوزه هنری:	خبر
سه اثر از حوزه هنری هرمگان	
در جمع آثار جشنواره فیلم اردیبهشت قرار گرفت	

■ **سرویس فرهنگی //** رییس حوزه هنری هرمگان گفت: سه اثر از تولیدات حوزه هنری انقلاب اسلامی این استان در رشته انیمیشن به یازدهمین جشنواره استانی فیلم اردیبهشت راه یافت.
سید عبدلی زاده افزود: پس از بررسی آثار رسیده به دبیر خانه یازدهمین جشنواره فیلم اردیبهشت هرمگان انیمیشن های «هرمگان نگهبان بیدار ایران» به کارگردانی محمد علی غلامی، «وحدت» به کار گردانی یونس نورالدینی و «مدافعان سلامت» به کارگردانی محسن عباسی از تولیدات حوزه هنری انقلاب اسلامی هرمگان و کانون رسانه و هنر انقلاب اسلامی هرمگان (کرانه)، به این جشنواره راه یافتند.به گزارش اداره ایتا: یازدهمین جشنواره فیلم اردیبهشت در هفته پایانی اردیبهشت ماه در شهر بندرعباس برگزار می شود. یازدهمین جشنواره فیلم اردیبهشت هرمگان به دبیری اسمعیل جهانگیری مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی و مدیریت اجرایی علیرضا زارعی مدیرعامل انجمن سینماگران هرمگان و مدیریت آموزشی قسروزان گهوری نژاد بندری مدیر انجمن سینمای جوانان هرمگان برگزار می شود.

شیراز از میزبان دومین جشنواره ملی موسیقی و آیین‌های موسیقایی نواحی ایران

■ **سرویس فرهنگی //** دومین جشنواره ملی موسیقی و آیین‌های موسیقایی نواحی ایران، به دبیری علمی دامن شش بلوکی و دبیری اجرایی آرش صفری و به میزبانی استان فارس از ۲۵ تا ۳۰ اردیبهشت ماه برگزار می‌شود.این دوره از جشنواره که به همت مؤسسه فرهنگی هنری آوای هنر ایل قشقایی و با همکاری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان فارس و شهرداری شیراز برگزار می‌شود، تلاش دارد اصیل‌ترین و ناب‌ترین گونه‌های موسیقی و آیین‌های موسیقایی اقوام ایرانی را با اولویت حفظ اصالت‌ها و ترویج فرهنگ غنی ایرانی برای مخاطبان تخصصی و عام به بهترین شکل ممکن معرفی و به نمایش بگذارد. بر این اساس گروه‌های شاخص موسیقی نواحی و روابان آیین‌های بومی از مناطق همچون لرستان، سیستان و بلوچستان، شیراز، آذربایجان، ترکمن صحرا، ایل خنیشاری، ایل قشقایی، کهگیلویه و بویراحمد، خوزستان، گیلان، کرمان، کیش، کردستان، مازندران، بوشهر و تربت جام در دومین جشنواره ملی موسیقی و آیین‌های موسیقایی نواحی ایران به روی صحنه می‌روند. برگزاری کارگاه‌های پژوهشی با حضور چهره‌های شاخص اعضای هیات علمی دانشگاه‌ها و محققان با سابقهٔ ملی و بین‌المللی، برگزاری آیین‌های موسیقایی کهن اقوام با اولویت آیین‌های موسیقایی ارزشمند دینی مذهبی، اجرای آیین‌های موسیقایی اصیل مناطق برای نخستین بار با فرصت ملی همزمان با اجرای آیین‌های موسیقی با اولویت موضوع آیین‌های کهن و ارزش‌های اعتقادی، تجلیل از خبثاگران، روابان و محققان برجسته کشور، دریافت مقالات علمی و پژوهشی با موضوع‌های مشخص در حوزه کارگاه‌های موسیقی مناطق مربوطه و انتشار کتاب جشنواره از دیگر بخش‌های دومین جشنواره ملی موسیقی و آیین‌های موسیقایی نواحی ایران است. مؤسسه فرهنگی هنری آوای هنر ایل قشقایی که سوابق اجرایی متعددی نظیر برگزاری جشنواره‌های موسیقی اقوام و ایجاد اجرای مبتنی بر شاخه اصیل موسیقی اقوام دارد با قبول سختی‌های ناشی از بازگشت سرمایه کماتان با اعتقاد راسخ به این موضوع‌ها، جشنواره بزرگ ملی موسیقی و آیین‌های موسیقایی ایران را با همکاری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی در بازه زمانی مناسب اقلیمی توریستی اردیبهشت شهر شیراز با ریشه و اصالت فرهنگ و ادب و هنر این شهر که در جهان از اهمیت و اعتبار فرهنگی والایی برخوردار است، برگزار خواهد کرد.

پوستر دوازدهمین جشنواره بین المللی فرهنگی – هنری خلیج فارس رونمایی شد

■ **سرویس فرهنگی //** پوستر دوازدهمین جشنواره بین المللی فرهنگی – هنری خلیج فارس با حضور مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمگان و رئیس دبیرخانه جشنواره رونمایی شد.به گزارش خبرنگار دریا، این پوستر توسط یکی از بهترین طراحان استان هرمزگان طراحی شده‌ است و در آن سعی شده است هویت تاریخی و فرهنگی بندرعباس به استناد نقشه ها و تصاویر پیا میانه سیاحتان و مورخان نشان داده شود.گفتنی است: در این پوستر به خوبی جغرافیای سرسبز و آبادانی شهر بندرعباس معماری منحصر به فرد ، جنب و جوش و رفاه مردم ، دامنه های پر از کشت و زراعت کوه گنو و افق زیبای خورشید بر فراز قله گنو به خوبی بازگو کننده شهری آباد و پربرکت است.

سرویس فرهنگی // برنامه تلویزیونی «زندگی پس از زندگی» اثبات کرد که یک برنامه با محتوای خوب می‌تواند مورد توجه مخاطبان تلویزیون قرار گیرد. «تجربه نزدیک به مرگ، پدیده‌ای به قدمت تشریف انسان در مهبط تن، حالتی که فرد به یک باره از کالبد برون می‌شود و پس از مشاهده فرازی از بی‌کرانه‌های عالم غیب، به قالب جسم باز می‌گردد، علائم حیات، خواه در جسم باشد یا نه، این تجارب با مرگ قطعی شباهتی قطعی دارند، ادراک غیرمادی برون از جسم مادی» این جمله‌هایی است که هر قسمت از فصل سوم برنامه تلویزیونی «زندگی پس از زندگی» با آن آغاز می‌شود و هر روز تجربه نزدیک به مرگ یک شخص را روایت می‌کند.

سه سالی می‌شود که عباس موزون ساخت برنامه «زندگی پس از زندگی» را آغاز کرده است، برنامه‌ای که در روزهای اول، آنجانی که باید مورد توجه قرار نداشت و به همین منظور عباس موزون فصل اول آن را با هزینه شخصی تولید کرد؛ اما کم کم این برنامه مورد توجه جمع کثیری از مخاطبان تلویزیون قرار گرفت و حال پربیننده‌ترین برنامه افطار تلویزیون است. این برنامه که از شبکه چهار سیما روی آنتن می‌رود، اثبات کرد که وقتی یک برنامه تلویزیونی محتوای قوی داشته باشد و فرم را نیز به شکل صحیح به کار بگیرد، می‌تواند مخاطب را به دنبال خود بکشد. اما مگر

«زندگی پس از زندگی» چه چیزی را نمایش می‌دهد که آنقدر تماشاکر دارد؟

شخص تجربه‌گر در استودیو برنامه حاضر می‌شود و کمی از قبل از واقعه، روایت می‌کند و سپس به روز تجربه می‌رسد، تجربه‌ای از جنس متفاوت با همه چیزهایی که انسان می‌تواند با تمام حواس خود درک کند، تجربه‌ای از جنس مرگ. شخص مدتی از کالبد خود خارج می‌شود و تجربیاتی پیدا می‌کند که درک و فهم آن با هیچ یک از حواس انسانی قابل دریافت نیست و سپس بعد از این مشاهدات، دوباره به به کالبد خود باز می‌گردد.

می‌رساند، از کالبد جسم خود خارج می‌شود و به عالمی دیگر می‌رود. او می‌گوید که من در بیابانی خشک بودم که داخل آن بیابان، تا چشمم کار می‌کرد قیرهایی بود که می‌آستسمن حس کنم که همه آن‌ها به وسیله خودکشی از دنیا رفته بودند. به نحوی آن‌ها در آن بیابان و در درون آن قیرها انتظار می‌کشیدند تا زمان واقعی مرگشان فرا برسد تا شاید از این بیابان خشک نجات یابند. تجربه‌گر می‌گوید دو نفر دست او را گرفته بودند و او را از روی آن قیرها می‌کشیدند، وقتی او از روی این قیرها عبور می‌کرد، قیر خراب می‌شد و صدای تاله و فریاد صاحب آن قیر به همراه خاک به هوا بلند می‌شد. او می‌گوید وقتی

در گذشت شهلا ناظریان دوبلور خاطره ساز

سرویس فرهنگی // شهلا ناظریان از پیش کسوتان عرصه دوبله و همسر مرحوم حسین عرفانی دیگر دوبلور فقید کشورمان شامگاه که شنبه ۴ اردیبهشت بر اثر سکنه قلبی در گذشت. مهسا عرفانی، فرزند مشترک شهلا ناظریان و حسین عرفانی درباره جزئیات مراسم خاک سپاری پیکر این دوبلور نیز اعلام کرد: مراسم خاک سپاری امروز (هفتم اردیبهشت ماه) صبح ۹ ظهر در قطعه هنرمندان برگزار می‌شود. زنده‌یاد شهلا ناظریان متولد سال ۱۳۲۶ تهران بود و در سن ۷۵ سالگی در گذشت. او از سال ۱۳۴۱ و هم‌زمان با تحصیل در دبیرستان، وارد عرصه دوبله شد و در حقیقت شروع حرفه‌ای دوبله وی به سال ۱۳۴۲ برمی‌گردد. در ابتدا با نقش‌های کوتاه زیر نظر عطا... کاملی، سعید شرافت و محمدعلی زرنزدی گویندگی را آغاز کرد و سپس به‌خاطر استعدادش خیلی زود به عنوان گوینده نقش‌های او توجه مدیران دویلاز را به خود جلب کرد.

او در طول سال‌های فعالیت خود در دویلاز، به جای بسیاری از بازیگران مطرح جهان از جمله اینگريد برگمن، لونی باکل، سسولیا فورن، دایان کیستون، راکوتل ولش، فی دانای، آن مارگرت، کاترین اسپیک، کاترین راس، الیزابت تیلور، جولي کریستی، سیلوا کوشینا، ژاکلین بیسه، کاترین دنوو، میشل مرسیه و... حرف زده است.یکی از درخشان‌ترین گویندگی‌های او در دوبله فیلم مشهور «کازابلانکا» به‌جای اینگرید برگمن در کنار گویندگی بشرامی آندی،



پیش تولید فصل چهارم «نون خ» آغاز شد

سرویس فرهنگی // تهیه کننده سریال «نون خ» از شروع پیش تولید فصل چهارم این سریال برای پخش در نوروز و رمضان ۱۴۰۲ خبر داد.

سریال طنز و اجتماعی «نون خ» به کارگردانی سعید آقاخانی، نویسنده‌گی امیر وفایی و تهیه کنندگی مهدی فرجی که سه فصل از خود را پشت سر گذاشته است، با اعلام تهیه کننده آن در نوروز و ماه رمضان ۱۴۰۲ با فصل چهارم روی آنتن شبکه یک سیما می‌رود. مهدی فرجی تهیه کننده سریال «نون خ» درباره وضعیت و زمان پخش فصل چهار این سریال بیان کرد: نوشتن طرح و پیش تولید فصل چهارم «نون خ» آغاز شده است و برای نوروز و ماه رمضان ۱۴۰۲ آماده خواهد شد.

فصل اول سریال نون خ یکم تا یازدهم فروردین ۱۳۹۸ در ۱۵ قسمت از شبکه یک سیما که سال‌ها مخاطبان این شبکه با سریال «پایتخت» در نوروز با

شادمانی، ندا قاسمی، نسرين مرادی، هدیه بازوند، شیدایوسفی، مهیا شرافتی، هدی استواری، آتنا مهباری، کاظم نوربخش، ماشالله وروایی، سیروس سپهری، یوسف کریمی، رضا رشیدی، سید حسین موسوی، سیروس حسینی‌فر، علی اخوان، افشین ملکی، حمید لولایی، علی الوالجنتی، هومن حاجی عبدللهی، نعیمة نظام دوست، مجید یاسر، شیلان مدنی، نازین ابوبی، شقایق فاتحی، مرضی رستمی بازیگران هستند که در سه فصل گذشته در سریال نون خ هستند.

براساس گفته فرجی تهیه کننده نون خ، این سریال در نوروز و ماه رمضان ۱۴۰۲ پخش می‌شود و باتوجه به اینکه ماه رمضان از ابتدای نوروز ۱۴۰۲ آغاز می‌شود حدنصاب جدیدی برای سریال‌های نوروزی بود، چرا که تاکنون به چنین رقمی در سریال‌های نوروزی نرسیده بودیم.

سعید آقاخانی، علی صادقی، شقایق دهقان، سیروس میمنت، سید علی صالحی، یاشا جمالی، بدالله لوکیشن و بازیگران رقم می‌زند.

فرهنگ و هنر

زندگی پس از زندگی

برنامه‌ای با طعم شیرین و گاه تلخ مرگ!



داخل قیرها را نگاه می‌کردم لحظه خودکشی آن شخص صاحب قیر را می‌دیدم، مثلا یک نفر را دیده است که به وسیله خودسوزی، خودکشی کرده و به این شکل از دنیا رفته است.

حیله گر، مقتدر و منفور مثل «مهد علیا»

سرویس فرهنگی / مریلا زارعی در سریال «جیران» و به ویژه قسمت ۱۱ آن بازی تحسین‌برانگیز و درخشانی دارد.

مریلا زارعی هم‌زمان با دو سریال «جیران» اثر حسین فتحی و «توت لیلی» ساخته روح... حجازی در نمایش خانگی حضور دارد. او در هر دو سریال عملکرد موثقی داشته، اما نقش سخت «مهد علیا» در «جیران» به عنوان شخصیتی واقعی و یکی از کاراکترهای پیش برنده قصه، بیشتر توجه مخاطبان را به خود جلب کرده است. در قسمت ۱۱ این سریال هم‌زمان با رونمایی از ابعاد پنهان کاراکتر «مهد علیا»، شاهد بازی تحسین برانگیز مریلا زارعی در این نقش خاص بودیم.

نقشی سخت و پیچیده

«مهد علیا» شخصیتی قدرتمند، بافوذ، توطئه‌گر و تنشه قدرت داشته، بنابراین مریلا زارعی باید در این نقش، شخصیتی با ایهت و مقتدر را به نمایش می‌گذاشت. این بازیگر از همان ابتدای سریال با بازی خوب خود نشان داد که موفق شده از پس ایفای نقش این شخصیت بربیاید. او در طول سریال، تلاش کرده با حالت چهره و طرز نگاه خود، ایهت و اقتدار این شخصیت مهم را نمایش بدهد، دیالوگ‌هایش را با تسلط کامل و روان بگوید و تحکم کاراکتر را در لحن و طرز بیان خود نیز حفظ کند.

بازی خوب و قابل باور

زارعی در سکانس جروبحث با «ملک‌زاده» یکی از بهترین لحظات بازی خود را به همراه

رضا رویگری در آسایشگاه سالمندان کهریزک!

سرویس فرهنگی // رضا رویگری بازیگر تئاتر، سینما و تلویزیون در بخش شکوفه آسایشگاه سالمندان کهریزک بستری شد. رضا رویگری بازیگر تئاتر، سینما و تلویزیون در بخش شکوفه آسایشگاه سالمندان کهریزک

بستری شد. او با ابتلا یک ویدئو از طرفداران خود در خواست کمک کرد.

رویکری ۷۶ ساله خواننده سرود معروف «ایران ایران» (الله الله) در اوایل انقلاب است. مختارنامه، اخراج‌های و معاراجی‌ها جمله آثار این بازیگر

است. در جهلیم جشنواره تاتنر فجر در بهمن ماه ۱۴۰۰ از رویگری بابت یک عمر تلاش در این عرصه با اهدای تندیس تقدیر شد.

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای

همراه با ارزیابی کیفی فشرده نوبت اول شماره ۱۴۰۱/۲

اداره کل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس هرمزگان در نظر دارد پروژه های مشروحه زیر را بر اساس پخشنامه ۹۶/۱۳۹۹۱۸۸ مورخ ۹۶/۰۵/۰۴ با فهرست بهای ابنیه سال ۱۴۰۱ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس **www.setadiran.ir** به مناقصه بگذارد، لذا از کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی واجدالشرايط دعوت به همکاری می نماید و در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند.
کلیه متقاضیان جهت دریافت اسناد مناقصه و ارزیابی کیفی به سامانه ستاد از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۱۱ لغایت ۱۴۰۱/۰۲/۲۹ مراجعه نمایند .
آخرین مهلت تحویل پیشسنهاده‌ها تا ساعت ۱۳:۰۰ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۲۶ به سامانه ستاد و دبیرخانه اداره کل نوسازی مدارس هرمزگان به آدرس بندرعباس– کوی فرهنگیان – بلوار شهید ناصر - اداره کل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان هرمزگان می باشد و پاکتهای مناقصه و ارزیابی کیفی در روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۲۷ در محل اداره کل نوسازی مدارس استان هرمزگان بازگشایی خواهد شد.
این اداره کل در رد با قبول هر یک از پیشنهادات مخدوش یا بدون مهر و امضاء مختار می باشد .
در صورت هر گونه ابهام یا واحد امور قراردادهای این اداره کل به شماره تلفن ۰۹۰۹۳۳۳۵۰۷۶ تماس حاصل فرمایید.

ردیف	عنوان پروژه	شهرستان	مبلغ برآورد به ریال	مبلغ تضمین به ریال	نوع تضمین
۱	تکمیل تخریب و بازسازی دبستان ۶ کلاسه دخترانه شهید جمعه پور رضوان	بندرعباس	۱۱/۵۱۴/۲۸۱/۴۰۴	۵۷۵/۷۱۴/۰۷۰	۱) ضمانتنامه معتبر بانکی به مدت سه ماه اعتبار از تاریخ آخرین روز تسلیم پیشنهادها
۲	تکمیل تخریب و بازسازی مدرسه ۳ کلاسه دوره اول متوسطه ژنیه فین	بندرعباس	۱۱/۷۵۳/۶۹۸/۰۵۷	۵۸۷/۶۸۴/۹۰۳	۲) واریز نقدی به شماره حساب تمرکزی وجود سپرده بانک مرکزی
۳	تکمیل دبستان ۳ کلاسه گامرون	قشم	۱۲/۲۸۰/۴۲۱/۴۲۱	۶۱۴/۰۲۱/۰۹۶	
۴	تکمیل دبستان ۳ کلاسه ملکی	قشم	۱۲/۲۹۰/۶۳۵/۲۸۲	۶۱۴/۵۳۱/۷۶۴	
۵	تکمیل بازسازی و نوسازی دبستان ۶ کلاسه ملکن	بشاگرد	۳۹/۸۲۶/۳۷۴/۴۸۶	۱/۸۴۱/۳۱۸/۷۲۴	
۶	تکمیل سالن ورزشی دانش آموزی لافت	قشم	۲۶/۸۴۳/۲۰۵/۵۳۲	۱/۳۴۲/۱۶۰/۲۷۷	

آگهی مذکور در سایت اطلاع رسانی مناقصات به نشانی **http://iets.mporg.ir** و اداره کل نوسازی مدارس هرمزگان به نشانی **http://www.nosazihormozgan.ir** و **http://www.setadiran.ir** قابل رویت می باشد.

روابط عمومی اداره کل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان هرمزگان

نشانه آگهی: ۱۳۰۷۹۸۳۰

درحالی دوباره به تهران بازگشتم که همسرم همچنان به خلافکاری هایش ادامه می داد تا این که به جرم سرقت موتورسیکلت روانه زندان شد و مادرشوهرم نیز مرا از خانه بیرون انداخت چرا که ...

زن ۱۹ ساله در حالی که بیان می کرد دیگر نمی توانم به آن زندگی جهنمی بازگردم درباره داستان غبار زندگی اش به مشاور و مددکار اجتماعی کلانتری میرزا کوچک خان مشاهد گفت: ۵ سال بیشتر ندانستم که پدر و مادرم از یکدیگر جدا شدند پدرم اعتیاد شدیدی به مواد مخدر داشت و به همین خاطر همواره با مادرم درگیر بودند بعد از این جدایی، مادر مرا زیر بال و پر خودش گرفت و با مسافرتکشی مخارج زندگی را تامین می کرد در حالی که دانشت اما من در تنگای اقتصادی به تحصیل ادامه می دادم و دوست داشتم به مدرج علمی بالاتری برسم در همین روزها بود که دختر عمه مادرم به همراه پسرش از تهران به مشهد آمدند و چند روزی را مهمان ما بودند زمانی که میترا خانم متوجه شد مادرم قصد دارد نرده های فلزی پله های منزلمان را رنگ کند بلافاصله کلام او را قطع کرد و پسرش را صدا زد میترا خانم به مادرم گفت: خسرو رنگ کار ماهری است که در تهران مجتمع های مسکونی را رنگ می زند.

مادرم با خوشحالی پذیرفت و خسرو نیز از روز بعد رنگ کاری نرسه ها و دیوارهای منزلمان را شروع کرد. من تا آن روز خسرو را ندیده بودم البته می دانستم پدر و مادر او نیز از یکدیگر جدا شده اند و سرنوشتی شبیه مرا دارد. در همین روزها بود که مادر خسرو مرا برای پسرش خواستگاری کرد آن زمان من ۱۶ ساله بودم و آگاهی چندانی از زندگی مشترک نداشتم ولی خسرو از هر فرصتی برای گفت و گو با من استفاده می کرد و مدعی بود همه زندگی اش را به یایم می ریزد تا مرا خوشبخت کند با وجود این نه تنها من راضی به این ازدواج نبودم و دوست داشتم ادامه تحصیل بدم بلکه مادرم نیز خسرو را پسری سر به راه نمی دانست و به همین دلیل مخالف ازدواجم بود ولی در همین چند روز تحت تاثیر جملات عاشقانه و

فرار از زندگی جهنمی!

حوادث

رئیس کل دادگستری هرمزگان خبر داد

تشکیل کار گروه های استانی و شهرستانی در پرونده های قتل هر مزگان



درد ضمن بهره گیری از ظرفیت خیرین، بزرگان، انمه جاسعات و افراد صلح در شـورای حل اختلاف، امار صلح و سازش در پرونده های قضاص با فعالیت‌های مضاعف ارتقاء یابد.

قهرمانی در ادامه افزود: بدیهی است در این راستا باید افرادی که مدت زمان

بیشتری تحت حکم قصاص در زندان به سر می برند با رعایت تمامی جوانب این مقام قضایی خاطر نشان کرد: در سال ۱۴۰۰، بیست و سه پرونده قصاص در این استان منجر به مصالحه شده است که این امر نشان دهنده ظرفیت خوب استان هرمزگان در زمینه توجه به احیاء سنت حسنه اصلاح ذات البین است و

بر این اساس با توجه به شاخصه های فرهنگی و یافت جمعیتی استان ضرورت

پرونده های قتل در دو بخش استانی و شهرستانی فعالیت خواهند کرد، تصریح کرد: این کارگروه ها متشکل از مسئولین حوزه های قضایی، قضات اجرای احکام، رؤسای زندان ها، فرمانده نیروی انتظامی محل و صلح یاران واجد شرایطی است که از میان روحانیون، انمه جماعات، بزرگان طوایف، معتمدین و ریش سفیدان محلی برگزیده شده اند.

این مقام قضایی خاطر نشان کرد: در سال ۱۴۰۰، بیست و سه پرونده قصاص در این استان منجر به مصالحه شده است که این امر نشان دهنده ظرفیت خوب استان هرمزگان در زمینه توجه به احیاء سنت حسنه اصلاح ذات البین است و بر این اساس با توجه به شاخصه های فرهنگی و یافت جمعیتی استان ضرورت

سرویس حوادث // **رئیس کل دادگستری هرمزگان** از تشکیل **کارگروه های استانی و شهرستانی پیگیری صلح و سازش** در پرونده های قتل این استان خبر داد.

یسه گزارش خبرنگار دریا ؛ رئیس کل دادگستری هرمزگان اظهار داشت: در راستای اجرای اولویت‌های ۱۵ گانه مطرح شده توسط ریاست قوه قضاییه در ابتدای سال ۱۴۰۱، شیوه نامه نحوه مشارکت مردم برای پیگیری صلح در پرونده های قتل تدوین شده و بر این اساس، کار گروه های استانی و شهرستانی پیگیری صلح و سازش در این پرونده ها تشکیل شده است.

مجتبی قهرمانی با بیان اینکه کار گروه های پیگیری صلح و سازش در

دستگیری سارقان ۱۰ میلیاردی طلای منازل

سرویس حوادث // سارقانی که در قالب یک باند اقدام به سرقت ۱۰میلیارد ریال طلا از منازل چند شهروند کرمانی کرده بودند، به چنگ پلیس افتادند.

رئیس پلیس آگاهی استان کرمان در این باره گفت: به دنبال وقوع سرقت طلا ،زبورالات قیمتی و مقادیر قابل توجهی مسکوکات ،بلافاصله گروه ویژه از کارآگاهان آگاهی برای رسیدگی تشکیل شد و این در حالی بود

پرخورد با مسپیان مرگ خرس قهوه ای

پرونده‌ای در دادستانی نمن تشکیل شده و دستور ویژه دادستان مرکز استان به دادستانی و محیط زیست شهرستان ابلاغ شده است.

صبح روز جمعه پسر و گزارش تلفنی محیط بانان شهرستان نمن مبنی بر سر اعلام حضور یک قلاهد خرس قهوه‌ای در روستای کنازق شهرستان نمن، ماموران یگان حفاظت محیط زیست، کارشناسان، رئیس اداره حیات وحش استان، معاون محیط زیست طبیعی اداره کل و مدیرکل به محل اعزام شدند که متشاهده شد اهلی روستا با توسل به روش‌ها و رفتارهای نامناسب و بی رحمانه، پس از تعقیب و گریز و ضرب و جرح حیوان و از پا انداختن آن، با استفاده از ادواتی نظیر تراکتور، گونه مذکور را مهار کرده و

دیده و حبس مجازات قاتل مواد فروش

تلفن همراه مقتول و رصد شماره تماس گیرنده معلوم شد یکی از خریداران ثابت مواد مخدر بنام رحمان با پیگیری مضاعف مأموران در نهایت متهم به قتل دست به قتل شده است.

پس از پایان تحقیقات و بازسازی صحنه، پرونده با صدور کیفرخواست قتل عمد به شعبه دوم دادگاه کیفری یک استان تهران فرستاده شد.در ابتدای جلسه دادگاه عنوان کردند: حق بپسرمان نبود که در این سن کشته شود ما قصد داشتم تا قاتل پسرمان را قصاص کنیم اما از آنجایی که هر دو هم ولایتی هستیم و او هم همنم و سال پسرمان است و می‌دانیم که پدر و مادر او هم غصه پسرشان را می‌خورند حاضر به گذشت در ازای گرفتن و در حالی که می‌خواستیم فرار کنیم آن را به سمت پرداخت دیده هستیم.

سرویس حوادث //مردی که در جریان خرید و فروش مواد مخدر مرتکب قتل شده بود در حالی از سوی دادگاه به دیده و حبس محکوم شد که نتوانست بود قبل از محاکمه رضایت خانواده مقتول را جلب کند.

رسیدگی به این پرونده از اردیبهشت سال ۹۹ با گزارش کشف جسد پسر جوانی از اتباع بیگانه در کنار اتوبان آزادگان آغاز شد. در ادامه ماموران به محل اعزام شدند و پس از بررسی‌های اولیه مشخص شد که جوان ۲۵ ساله‌ای بنام ساجد بر اثر ضربه ناشی از اصابت میلگرد به قتل رسیده است.

پس از آن جسد به پزشکی قانونی منتقل شد و ماموران تحقیقات خود را در خصوص شناسایی عامل قتل پی گرفتند. در ادامه مشخص شد که مقتول در زمینه فروش مواد مخدر فعالیت می‌کرده است. به این ترتیب تحقیقات از دوستان مقتول ادامه پیدا کرد و با بررسی

چهارشنبه ۷ اردیبهشت ۱۴۰۱

۵

۲۵ رمضان ۱۴۴۳

سال بیست و یکم شماره ۳۸۶۷

جهان

بازداشت دو نوجوان پناهجوی ایرانی

در استرالیا به مدت ۹ سال

■ دولت استرالیا، آنها را به علت آنکه به صورت غیرقانونی و با قایق وارد این کشور نشده بودند، بازداشت کرد.«هدی» و پسرعمویش، «عدنان»،نوجوانان ایرانی، یازده ساله بودند که در ژوئیه سال ۲۰۱۳ وارد جزیره کریسمس استرالیا شدند. دولت استرالیا، آن‌ها را به علت آنکه به صورت غیرقانونی و با قایق وارد این کشور شده بودند، بازداشت کرد.بر اساس قوانین استرالیا، پناهجویانی که با قایق وارد حال، دولت استرالیا پس از یک سال، هر دوی آن‌ها را پناهجوی قانونی شناخت. اما دولت‌های ائتلافی بعدی استرالیا آن‌ها را به صورت نامحدود در بازداشت نگه داشتند.هدی و عدنان پس از نه سال حبس، در ماه دسامبر (۲۰۲۱، آذر ۱۴۰۰) پرونده‌ای را به جریان انداختند که در آن، دولت استرالیا را متهم کرده بودند که پس از خروج شان از ایران، اجازه اقامت در هیچ یک از منطقه‌های استرالیا – جز کشورهای مشترک المنافع «پاپوا گینه نو» و «تانوروو» که این دو در آنجا به بیماری‌های شدید روانی دچار شده بودند – نداده است. هشت هفته پیش، مراحل دادرسی به پایان رسید و «جاناناتان دیویس»، قاضی دادگاه فدرال، حکم آزادی آنان را صادر کرد. به گفته «الیسون بیتسن»، وکیل حقوق بشری مستقر در سیدنی، پس از این حکم، بلیت یکسره‌ای با آمریکا به آنان داده شد و ماموران مرزی آنان را تا فرودگاه ملیورن همراهی کردند.«یان مک کافی»، وزیر مهاجرت سابق استرالیا، گفت: سابقه دولت استرالیا در برخورد با پناهجویان موجب شده است از استرالیایی بودن خود احساس سمرساری کند. کسانی مانند «هدی» هیچ جرمی مرتکب نشده بودند، با این حال آن‌ها را زندانی کردند. رفتار غیرانسانی دولت استرالیا با پناهجویان تکان دهنده است، این رفتار تداوبرستانه است و از بیشتر مردم استرالیا پنهان نگه داشته شده است. با آنکه مهدی و پسرعمویش این روزها آزادند، اما مهدی هنوز خواستار آزادی و اسکان امن دیگر پناهجویان در استرالیا‌است. او خواهان پاسخگویی دولت استرالیا به علت نوع رفتارش با پناهجویان است.

قتل ۲۴کلیسای با چاقو

■ پلیس انگلیس از قتل چهار نفر در خانه ای واقع در جنوب شرقی لندن با ضریات چاقو خبر داد. جسده سه زن و یک مرد که با ضریات چاقو به قتل رسیدند در یک منزل مسکونی در منطقه «موندنزی» کشف شده است.نیروهای پلیس انگلیس صبح روز دوشنبه به وقت محلی، در این منزل مسکونی حضور پیدا کرده و با جسد چهار نفر مواجه شده‌اند که به نظر می‌رسد با چاقو به قتل رسیده‌اند.پلیس لندن می‌گوید یک نفر در ارتباط با این حادثه بازداشت شده و به نظر می‌رسد که چهار قربانی و مظنون با یکدیگر آشنا بوده‌اند.پلیس شهر «موندنزی» تحقیقات خود را در این باره آغاز کرده است.

آگهی مزایه فوت اول

شعبه دوم اجرای احکام حقوقی دادگستری بندرعباس به موجب پرونده اجرائی ۹۷۱۱۰۵ که طی آن محکوم علیه الهام دهقانی محکوم به پرداخت مطالبات محکوم له فروش معتضد کیوانی گردیده است که در راستای اجرای مفاد اجراییه شخص ثالث آقای میثم دهقانی ملک خود را به پلاک ثبتی ۱۳۹۹۰ اصلی ۳ فروز ۵۳۱۲ جهت استیفای حقوق محکوم له معرفی ، لذا ملک موصوف توقیف و پس از کارشناسی به شرح ذیل به مزایده گذاشته می شود.

موضوع مزایده:

ششداک عرصه و اعیان یک دستگاه آپارتمان مسکونی دارای پلاک ثبتی سیزده هزار و نهصد و نود فرعی از سه اصلی قطعه دو تفکیکی فروز و مجزی شده از ۲۳/۳۱۲/۲-اصلی- بخش دو بندرعباس به مساحت ۱۱،۴۱۴ مترمربع واقع در طبقه همکف باقدربالسمه از عرصه و سایر مشاعات و مشرکات طبق قانون تملک آپارتمانها و آیین نامه اجرایی آن که طبق سند رهتی مورخ ۹۷/۱۱/۱۱ دفتر اسناد رسمی ۸۵ بندرعباس به مبلغ ۴۱/۱۰۰/۰۰۰/ریال در رهن بانک اقتصاد نوین و بر اساس نامه شماره ۸۴۵۵۴-۱۴۰۰ مورخ ۱۴۰۰/۳/۱۷ مورخ ۱۴۰۰/۳/۱۷ شعبه دوم اجرای احکام دادگستری بندرعباس در بازداشت می باشد.
و در تاریخ ۹۷/۱۱/۲۷ به نام آقای میثم دهقانی تل گردونی فرزند شنبه کد ملی ۳۳۹۰۵۱۰۵۴۰۰ بندرعباس ثبت گردیده است.(براساس تصویر ابزاری سند مالکیت ۳۳۹۵۰ الف ۹۷-)

نشانی ملک: بندرعباس – انتهای رسالت شمالی –کوی آزادشهر- وروبری کوچه خرمدند (ابتدای خیابان سپاه –جنب املاک افق، در عرصه مذکور(به مساحت ۲۴۷،۹۱ متر مربع) یک ساختمان دو طبقه (همکف و اول) که در طبقه همکف یک دستگاه آپارتمان (مورد بازیدی) و یک مغازه احداث شده و در طبقه اول نیز یک دستگاه آپارتمان مسکونی احداث شده است.
نمای ساختمان آجرنما، سقف تیرچه بلوک ،کف حیاط شمالی و جنوبی موزالیک، نمای دیوار حیاط شمالی آجر و نمای دیوار حیاط جنوبی پلاستر زبره و نرمه سیمانی، درب حیاط آهنی ماشین رو، درب ورودی آپارتمان همکف آهنی ،پنجره ها آهنی حفاظ دار و شیشه ،دارای سه اتاق خواب ، هال ، آشپزخانه این و حمام و توالت جداگانه ، درب اتاق ها سه لایه چوبی ،کف اتاق ها موزالیک و موکت ،کف سالن پارکت، و کف آشپزخانه سرامیک ،درب سرویس ها آلومینوم بدنه و سقف سفید کاری و ابزار گچی و بدنه نقاشی .دارای یک انشعاب آب یک دوم اینچ و یک انشعاب برق سه فاز ۲۵ آمپر مستقل می باشد.

ب- ارزش کارشناسی روز ملک

با توجه به توضیحات داده شده و بررسی های به عمل آمده و موقعیت و جمیع و جهات و عوامل موثر ارزش کارشناسی روز آپارتمان فوق با احتساب انشعابات آب و برق جمعا مبلغ ۳۱/۰۰۰/۱۸۳۳۳۱ ریال تعیین و اعلام می گردد . (ضمنا برابر نظر کارشناس محترم دادگستری معادل مبلغ ۳۱/۰۰۰/۰۰۰/ریال ملک مذکور در رهن مستاجر می باشد) ارزش اعلامی بعنوان قیمت پایه مزایده است که با شرایط ذیل به مزایده گذاشته می شود.

۱- فروش نقدی است . و حداکثر مهلت پرداخت بهاء یک ماه می باشد.

۲-کلیه هزینه های مربوط به معامله از هر قبیل و از هر جهت به عهده خریدار است .

۳- پیشنهاد دهندگان باید قبل از انجام مزایده در تاریخ روز مزایده با هماهنگی اجرای احکام مبلغ ۱۰ درصد مبلغ ارزیابی شده را بصورت سپرده نقدی بحساب شماره ۲۷۱۱۲۹۵۴۰۹۰۰ نزد بانک ملی شعبه دادگستری تودیع و قبض سپرده را به این اجرا تحویل نمایند.

۴-اجرای احکام در رد یا قبول پیشنهاد مختار است .

۵- مزایده در ساعت ۱۲ ظهر مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۲۶ در محل دفتر شعبه دوم اجرای احکام حقوقی بندرعباس واقع در رسالت جنوبی - کوچه فتح المظن - مجتمع قضایی شهید بهشتی بصورت حضوری بعمل می آید و برنده کسی است که بالاترین قیمت را پیشنهاد نماید.

۶- در صورتیکه برنده تا یک ماه از جلسه مزایده و با انقضای مهلت از پرداخت بها مورد مزایده خودداری نماید مسئول کسر احتمالی قیمت و خساراتی که از تجدید مزایده حاصل شود خواهد بود که بدو از سپرده او استفا می شود و سپرده تا تعیین کسر قیمت و خسارات وارده مسترد نخواهد شد و متقاضیان شرکت در مزایده برای کسب اطلاع بیشتر می توانند به اجرای احکام حقوقی شعبه دوم دادگستری بندرعباس مراجعه نمایند.

روح الامینی – دادورز اجرای احکام شعبه دوم دادگاه حقوقی دادگستری بندرعباس

روابط عمومی

شیلات هرمزگان

اگر چاق هستی، اگر چربی خون داری یا اوره خونتان زیاد است آذربیان مصرف کنی



بندرعباس	اهواز	بوشهر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد
اذان صبح ۰۴:۵۷:۳۷	اذان صبح ۰۵:۱۹:۳۳	اذان صبح ۰۵:۱۵:۵۴	اذان صبح ۰۴:۳۴:۴۶	اذان صبح ۰۵:۰۷:۳۹	اذان صبح ۰۴:۴۸:۱۰	اذان صبح ۰۵:۰۹:۱۳	اذان صبح ۰۴:۵۵:۲۴
طلوع آفتاب ۰۶:۱۷:۱۶	طلوع آفتاب ۰۶:۴۳:۱۵	طلوع آفتاب ۰۶:۳۷:۰۹	طلوع آفتاب ۰۵:۵۶:۳۲	طلوع آفتاب ۰۶:۲۹:۳۴	طلوع آفتاب ۰۶:۱۰:۴۷	طلوع آفتاب ۰۶:۳۲:۱۷	طلوع آفتاب ۰۶:۱۹:۴۶
اذان ظهر ۱۲:۴۴:۰۷	اذان ظهر ۱۳:۰۱:۴۳	اذان ظهر ۱۳:۰۵:۵۵	اذان ظهر ۱۲:۲۵:۴۶	اذان ظهر ۱۲:۵۹:۰۰	اذان ظهر ۱۲:۴۰:۵۵	اذان ظهر ۱۳:۰۲:۵۵	اذان ظهر ۱۲:۵۱:۴۳
غروب آفتاب ۱۹:۰۱:۲۳	غروب آفتاب ۱۹:۴۶:۲۱	غروب آفتاب ۱۹:۳۴:۵۸	غروب آفتاب ۱۸:۵۵:۲۷	غروب آفتاب ۱۹:۲۸:۵۳	غروب آفتاب ۱۹:۱۱:۳۲	غروب آفتاب ۱۹:۳۴:۰۲	غروب آفتاب ۱۹:۲۴:۱۰
اذان مغرب ۱۹:۲۸:۲۳	اذان مغرب ۲۰:۰۴:۰۷	اذان مغرب ۱۹:۵۲:۱۷	اذان مغرب ۱۹:۱۲:۵۱	اذان مغرب ۱۹:۴۶:۱۹	اذان مغرب ۱۹:۲۹:۰۶	اذان مغرب ۱۹:۵۱:۴۱	اذان مغرب ۱۹:۴۲:۰۴



چگونه سلامت کلیه‌های خود را تضمین کنیم؟

سرویس سلامت // وظیفه کلیه‌ها در بدن دفع مواد زائد از خون، تصفیه آب و تولید هورمون است.

گاهی عملکرد این عضو حیاتی مختل و دچار نارسایی می‌شوند. با چند اقدام ساده و مفید می‌توان از این عضو مهم بدن حفاظت کرده و عملکرد آن را بهبود بخشید:

■ **ورزش کنید**

تحرك و ورزش از راهکارهای موثر برای تنظیم فشار خون و کنترل دیابت به شمار می‌آیند. این بیماری‌ها از شایع‌ترین دلایل بروز نارسایی کلیوی هستند. در واقع ۳۰ درصد افرادی که تحت درمان دیالیزی قرار می‌گیرند دچار دیابت هستند.

■ **مراقبت از قند خون**

مراقب میزان قند خون‌تان باشید و آن را در وضعیتی ثابت قرار دهید. دیابت به عروق آسیب می‌رساند. کلیه‌ها از رگ‌ها و شریان‌های کوچکی تشکیل شده‌اند که همچون فیلتر عمل می‌کنند. آنها مواد مورد نیاز را در بدن نگه می‌دارند و مواد زائد و سموم را دفع می‌کنند. هر جقدر این عروق بیشتر آسیب ببینند، عملکرد کلیه‌ها در دفع مواد زائد کاهش می‌یابد.

وزیر بهداشت اعلام کرد

خودمراقبتی اولین حلقه حفظ سلامت

سرویس سلامت // وزیر بهداشت با تاکید بر اهمیت حفظ سلامت، گفت: در مقوله سلامت و تأمین سلامتی، همه بخش‌های کشور دخیل هستند و اولین حلقه این زنجیره، مربوط به خود فرد و خودمراقبتی است. دکتر بهمن عین اللهی، در این رونمایی از پوستر هفته سلامت که با حضور معاونین و مدیران وزارت بهداشت و در ستاد مرکزی وزارت بهداشت برگزار شد، گفت: مفهوم سلامت قبل از شیوع کرونا برای مردم آنچنان ملموس نبود و بعد از کرونا مشخص شد که سلامت در تمام ابعاد زندگی تأثیر گذار بوده و اگر مردم سسالم نباشند، تمام فعالیت‌ها متوقف می‌شود. بنابراین، سلامت پایه و بنیاد هر فعالیتی است.وی با بیان اینکه تأمین سلامت مردم فقط بر عهده وزارت بهداشت نبوده و نیاز به همکاری‌های بین بخشی دارد، اظهار کرد: در مقوله سلامت و تأمین سلامتی، همه بخش‌های کشور دخیل هستند و اولین حلقه این زنجیره، مربوط به خود فرد و خودمراقبتی است. بنابراین، افراد باید در وهله اول بدانند که چه اقداماتی برای سلامتی‌شان مفید بوده و کدام عادات و رفتارها می‌تواند به سلامتی‌شان لطمه وارد نکند؛ این مراقبت هم باید از دوران کودکی تا دوران سالمندی ادامه داشته و فرد در طول زندگی سبک زندگی‌اش را مطابق با شرایط سنی‌اش تنظیم کند.

است؛ یعنی زمانی به سلامت دست می‌یابیم که سیاره، کشور، شهر و محیط زندگی‌مان سالم باشند.وزیر بهداشت خاطرنشان کرد: در هفته سلامت که از ۱۷ اردیبهشت ماه آغاز شده و به مدت یک هفته ادامه دارد، شعار هر روز هفته، به یکی از بخش‌های مربوط به سلامتی اختصاص داده شده است.وی در خصوص اسامی روزهای هفته سلامت، گفت: شعار روز اول، ۱۷ اردیبهشت، نقش مردم، مسئولین، سمن‌ها در تحقق عدالت و تعالی نظام سلامت، روز دوم، ۱۸ اردیبهشت، نقش مردم، مسئولین، سمن‌ها در سلامتیبی به انرژی پاک، روز سوم، ۱۹ اردیبهشت، نقش مردم، مسئولین، سمن‌ها در مدیریت حوادث و بلایا، روز چهارم ۲۰ اردیبهشت، نقش مردم، مسئولین، سمن‌ها در ارتقای سلامت خانواده و جوانی جمعیت، روز پنجم ۲۱ اردیبهشت، نقش مردم، مسئولین، سمن‌ها در تولید پاک و مدیریت پسماندها، روز ششم ۲۲ اردیبهشت، نقش مردم، مسئولین، سمن‌ها در تغذیه سالم از مزرعه تا سفره و روز هفتم ۲۳ اردیبهشت، نقش مردم، مسئولین، سمن‌ها در کاهش و کنترل مصرف دخانیات، است.بنابر اعلام وبدا، وی در پایان تاکید کرد: خوشبختانه دکتر ریسی، رئیس جمهور کشورمان توجه بسیار زیادی به مقوله سلامت دارند و در سفرهای استانی، یکی از نکاتی که مورد ارزیابی قرار می‌دهند، وضعیت سلامت مردم و چگونگی بهبود عوامل مختلف مربوط به سلامتی مردم همچون وضعیت مراکز درمانی و بهداشتی، سلامت آب، محیط، هوا و... است و امیدواریم با بهبود شرایط، سلامت که حق مسلم و طبیعی مردم است، در تمام کشور به صورت عادلانه توزیع شود.

بندرعباس	اهواز	بوشهر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد
اذان صبح ۰۴:۵۷:۳۷	اذان صبح ۰۵:۱۹:۳۳	اذان صبح ۰۵:۱۵:۵۴	اذان صبح ۰۴:۳۴:۴۶	اذان صبح ۰۵:۰۷:۳۹	اذان صبح ۰۴:۴۸:۱۰	اذان صبح ۰۵:۰۹:۱۳	اذان صبح ۰۴:۵۵:۲۴
طلوع آفتاب ۰۶:۱۷:۱۶	طلوع آفتاب ۰۶:۴۳:۱۵	طلوع آفتاب ۰۶:۳۷:۰۹	طلوع آفتاب ۰۵:۵۶:۳۲	طلوع آفتاب ۰۶:۲۹:۳۴	طلوع آفتاب ۰۶:۱۰:۴۷	طلوع آفتاب ۰۶:۳۲:۱۷	طلوع آفتاب ۰۶:۱۹:۴۶
اذان ظهر ۱۲:۴۴:۰۷	اذان ظهر ۱۳:۰۱:۴۳	اذان ظهر ۱۳:۰۵:۵۵	اذان ظهر ۱۲:۲۵:۴۶	اذان ظهر ۱۲:۵۹:۰۰	اذان ظهر ۱۲:۴۰:۵۵	اذان ظهر ۱۳:۰۲:۵۵	اذان ظهر ۱۲:۵۱:۴۳
غروب آفتاب ۱۹:۰۱:۲۳	غروب آفتاب ۱۹:۴۶:۲۱	غروب آفتاب ۱۹:۳۴:۵۸	غروب آفتاب ۱۸:۵۵:۲۷	غروب آفتاب ۱۹:۲۸:۵۳	غروب آفتاب ۱۹:۱۱:۳۲	غروب آفتاب ۱۹:۳۴:۰۲	غروب آفتاب ۱۹:۲۴:۱۰
اذان مغرب ۱۹:۲۸:۲۳	اذان مغرب ۲۰:۰۴:۰۷	اذان مغرب ۱۹:۵۲:۱۷	اذان مغرب ۱۹:۱۲:۵۱	اذان مغرب ۱۹:۴۶:۱۹	اذان مغرب ۱۹:۲۹:۰۶	اذان مغرب ۱۹:۵۱:۴۱	اذان مغرب ۱۹:۴۲:۰۴

■ **رژیم غذایی سالم داشته باشید**

یک رژیم غذایی سالم سرشار از میوه، سبزی‌ها و فیبر مانع از اضافه وزن و در نتیجه آسیب کلیوی می‌شود. اضافه وزن اغلب باعث افزایش فشار خون و دیابت می‌شود. بنابراین باید از مصرف نمک و غذاهای پرنمک پرهیز کرد، زیرا باعث افزایش فشار خون می‌شود.

■ **به حد کافی آب بنوشید**

مصرف آب و مایعات برای کمک به کلیه برای دفع مواد زائد لازم است. توصیه می‌شود روزانه ۱/۵ تا ۲ لیتر آب بنوشید. کسانی که فعالیت‌های ورزشی دارند می‌توانند مقدار بیشتری آب مصرف کنند، در غیر این صورت نوشیدن بیش از حد آب و مایعات نیز ممکن است باعث بروز مشکل شود. با این حال این میزان آب به افرادی توصیه می‌شود که از کلیه‌های سالم برخوردارند. بیماری‌هایی که دیالیز می‌شوند باید میزان مصرف آب و مایعات را کاهش دهند.

■ **سیگار را ترک کنید**

سیگار دشمن درجه یک عروق است و از آنجایی که کلیه پوشیده از عروقی است که نقش فیلتر و تصفیه خون را به

متخصص طب ایرانی پاسخ داد

ضعف بدن در ماه رمضان را چگونه برطرف کنیم؟

سرویس سلامت //متخصص طب ایرانی با تاکید براینکه بی‌خوابی موجب کسالت و آسیب به هضم غذا می‌شود، گفت: رعایت نکردن شرایط روزه داری می‌تواند موجب ضعف قوه بدن و بیماری پس از ایام روزه داری شود. علیرضا پارقلی متخصص طب ایرانی در گفتگو با فارس دیرساره راهکارهای تقویت بدن در نیمه دوم ماه رمضان گفت: معمولا روزه داران با مزاج های مختلف در نیمه دوم ماه مبارک رمضان احساس ضعف دارند چون به مراحل پایانی این پاکسازی یک ماهه نزدیک می شویم و اگر نکاتیی را رعایت نکنیم، بدنمان دچار ضعف قوه خواهد شد.

وی بر مصرف پروتئین های گیاهی و حیوانی در ایام روزه داری به ویژه نیمه دوم ماه رمضان تاکید کرد و اظهار داشت: نباید از مصرف پروتئین غافل شویم. سوپا یک منبع پروتئینی است ضمن اینکه باید از گوشت هرچند کم به ویژه در وعده سحر استفاده کرد.پارقلی تاکید کرد: گوشت هضم سنگینی دارد. وقتی انواع گوشت را با هم مخلوط می‌کنیم ، معده باید راه‌های متفاوتی را طی کند تا آن را هضم نماید. مخلوط کردن گوشت‌ها گوسفند با گوشت گاو یا شتر و دیگر گوشت‌ها کار درستی نیست.

اطلاعات دارویی؛

کرم‌زایلایی ؛ موارد مصرف و عوارض جانبی

سرویس سلامت // پماد زایلایی از پمادهای بی حسیی موضعی است که احتیالاً آن را در سالن های آرایشی دیده باشید، اما بهتر است بدانید که این پماد کاربردهای دیگری نیز دارد. زایلای بی یکی از پمادها و داروهای موضعی است که البته بدون نسخه تجویزی پزشک نیز می توانید از مراکز فروش دارو تهیه کنید، این پماد کرمی از انواع پمادهای بی‌حسی است که با استفاده از این پماد در کمتری حس خواهید کرد و نتیجه بهتری از کارتان خواهید گرفت.

■ **پماد زایلایی برای بواسیر**

درد بواسیر از دردهای وحشتناکی است که فرد بیمار را درگیری می کند ، این افراد برای کاستن درد خود در ناحیه مقعد می توانند از پماد بی حس کننده زایلایی استفاده کنند. البته توجه داشته باشید که این پماد فقط در مرحله ابتدایی شروع این بیماری مجاز به مصرف آن هستند و برای درمان کامل باید به پزشک مراجعه کنید. در این مرحله و برای کاهش فوری درد از پماد لیدوکائین نیز می توانید کمک بگیرید. کار پماد زایلایی مسدود کردن مجرای سدیم در غشای سلول های عصبی است تا از رسیدن پیام درد به سلول های عصبی جلوگیری کند. از دیگر خواص این پماد ضد التهابی بودن آن و کاستن ورم های بواسیر می باشد.

■ **پماد زایلایی برای اپیلاسیون**

انجام اپیلاسیون و عمل‌های سطحی زیبایی مانند میکروبلندینگ با تاتو همراه با دردهای می باشد که فرد توان تحمل آن را نخواهد داشت. خاصیت بی حس کنندگی پماد زایلایی می تواند در انجام این اعمال و تحمل درد به فرد کمک می کند.یک ساعت قبل از انجام اپیلاسیون و با عمل های سطحی زیبایی از پماد زایلایی بر سر نقطه مورد نظر بمالید تا هنگام کنده شدن موهای زایدتان دردی حس نکنید.

قرص کووید ۱۹ فایزر مجوز سازمان بهداشت جهانی را دریافت کرد

بیماری کووید به روزرسانی کرده است. پیش از این سازمان بهداشت جهانی استفاده از رمدسیور را در همه بیماران کووید بدون توجه به شدت بیماری پیشنهاد نکرده بود زیرا مجموع شواهد در آن زمان تاثیر کمی بر کم‌ومیر نشان می‌داد با هیچ تاثیریری نداشت. پس از انتشار داده‌های جدید از یک کارآزمایی بالینی که در مورد نتیجه پذیرش در بیمارستان است، سازمان بهداشت جهانی توصیه خود را به روز کرده و اکنون استفاده از رمدسیور را در بیماران مبتلا به کووید ۱۹ خفیف با متو سط که در معرض خطر

بهداشت توصیه خود را در مورد بستر ی رمدسیور، داروی ضد ویروسی دیگر هستند، پیشنهاد می‌کند.

سلامت



چهارشنبه ۷ اردیبهشت ۱۴۰۱

۲۵ رمضان ۱۴۴۳

سال بیست و یکم شماره ۳۸۶۷

طالع بینی

فرودین:



تلاش‌های شما برای اینکه امروز همه چیز را با هم داشته باشید کار عبث و بیهوده است، به خاطر اینکه اگر موفق هم شوید باز برای تان بر عهده گرفتن این همه کار سخت خواهد بود. این مسئله مانند یک بازی کامپیوتری است؛ شما یک کار را در مقطعی به پایان می‌رسانید و سپس اکتدر برایتان پیچیده می‌شود که باید زمان زیادی برای حل مشکلات پس از آن صرف کنید. شاید حالا زمان این باشد که یک سیاست جدید و بنیادی در پیش بگیرید.

اردیبهشت:



صحت کردن قبل از اندیشیدن طریقه شما نیست، با این حال امروز روز دیگری است. شما از نظر فکری در اوج هستید و رازی در سینه دارید که باعث شده احساس ناخشنودی کنید. نگران این نباشید که ممکن است امروز کسی را برنجانید در این صورت خودتان را اذیت کرده و تمرکز را از کارتان می‌گیرید. اگر قلب تان در جای درستی از زندگی تان قرار دارد، پس حرف‌های تحمیلی اصلا برای تان مهم نخواهد بود.

خرداد:



به جای جبران حرفی که قبلا زده‌اید یا کاری که دیروز کرده‌اید، ممکن استت تنها مشکلات را برای خود عمیق تر کنید. حتی با بهترین تصمیمات و نیت‌ها، شما می‌توانید دیگران را سهوا برنجانید. البته، یک معذرت خواهی گرم و صمیمی می‌تواند خوبی و بزرگواری شما را نشان دهد، اما تنها اگر از ته دل باشد. این درام کوچک ممکن است یک روز دیگر به طول بینجامد تا زندگی شما را دستخوش تغییرات ناخواسته ای کند.

تیر:

ممکن است شما حاضر نباشید که امروز در مواجهه با دیگری کوتاه بیایید، حتی اگر این کار روشی نباشد که شما انتخاب کرده اید. شما احساس می‌کنید که دیگر هیچ راه برگشتنی ندارید. انکار که دیگر چیزی برای از دست دادن ندارید و مایلید که برای ایستادن پای عقاید و باورهای خود دست به هر کاری بزنید. بی شک این کار قابل ستایش است، اما اطمینان کنید که فرضیه اخیرتان اکتدر مهم هست که قبل از اینکه خود را به خطر بیندازید فکر کنید که در قبال آن چه بدستی می‌آورید.

مرداد:

برنامه ریزی اخیر شما ممکن استت از بهترین نوع برنامه‌ها باشد، اما هنوز کامل نیست. زمانیکه شرایط تغییر می‌کنند، شما نیز باید خود را با آنها تطبیق دهید یا حداقل در برابرشان مقاومت کنید. متأسفانه، شما امروز سخت گیرانه بیندیشید و عدم تمایل تان برای اصلاح کردن روال کارتان می‌تواند شما را حتی از نزدیک ترین دوستان تان جدا کند.

شهریور:

ممکن است امروز بسیار پریشان و نگران باشید، با این حال اکتدر توانای دارید که احساسات ناخوشایند خود را به بهره‌وری و کارایی بالایی تبدیل کنید. گام اول این است که انتظار خود را به دور بریزید و ببینید که دقیقاً نمی‌دانید به کجا دارید می‌روید. سپس لازم است که هر چیزی را که نیاز دارید بگویید؛ حتی اگر در یک موقعیت ناخوشایند قرار بگیرید و در نهایت، اکتدر باظرفیت باشید که دستورات جدید را بپذیرف و آماده باشید که بزودی به آنها دست یابید.

مهر:

احتمالاً زودتر از جانب دیگران حمایت و پشتیبانی خوبی دریافت می‌کنید، اما لزوماً آن جور نیست که انتظار دارید. ممکن استت به نظر برسد که حتی نزدیک ترین دوست یا همسرتان بر خلاف میل شما رفتار می‌کند، اما واقعا اینطور نیست. در واقع هرکس در زندگی راه خودش را طی می‌کند و اگر شما عاقل باشید، به آنها اجازه‌ای ان کار را می‌دهید. آنها هنوز در بی کمک و یاری رساندن به شما هستند، اما به روش خودشان!

آبان:

ممکن است شما ایده بزرگی در رابطه با اینکه چطور پول بیشتری کسب کنید در سر داشته باشید، اما احتمالا قبل از اینکه تلاش تان را در این راه آغاز کنید مجبور می‌شویدعقب نشینی کنید. شما از انجام دادن کارهایی که در رابطه با آنها تجربه ای ندارید نمی‌ترسید و ممکن است سیاست جدیدی در پیش بگیرید که در راه تان موفق شوید. از طرف دیگر، ممکن است دیگران آرام آرام به سمت شما بیایند و به راحتی در جریان کار شما قرار بگیرند.

آذر:

به نظر می‌رسد همه می‌دانند شما امروز دقیقاً چه احساسی دارید، به خاطر اینکه ماه نشانه شما، قلب شما را مورد هدف گرفته تا همه آن را به وضوح مشاهده کنند. امروز چاره دیگری ندارید، چرا که جلوگیری از ابراز احساسات تان تنها فشار و اضطراب بیشتری به شما وارد سازد. تنها راه حلی که دارید این است که احساسات تان را بر مبنای اصول درست بیان کرده تا بتوانید از بروز بیماری‌های جدی روحی در خود جلوگیری کنید.

دی:

امروز کار زیاد برای شما جذابیت خاصی دارد اما شما نیاز خواهید داشت که مراقب سلامت خود نیز باشید در غیر این صورت ممکن است خود را در وضعیت روحی خطرناکی قرار دهید. این فوریت ممکن است برای شما امری طبیعی باشد اما اگر امروز شما از نظر احساسی محتاط باشید به نفع خود خواهد بود. شما واقعا نیاز ندارید که اجازه دهید هر کسی از احساسات و افکارتان مطلع شود. کمی مرزوبودن خوب است پس بعضی چیزها را در حد رویا و تصور باقی بگذارید

بهمن:



با وجود اینکه شما امروز کارهای زیادی برای انجام دادن دارید، اما ممکن است مایل باشیدکه رهبری دوستان تان را نیز بر عهده بگیرید. احتمالا متعجب می‌شوید چرا که می‌بینید جقدر سریع دیگران رهبری شما را می‌پذیرند، و یکباره هیجان زده می‌شوید و به این باور می‌رسید که تنها نیستید. اما مراقب باشید که چگونه با آنها ارتباط برقرار می‌کنید به خاطر اینکه دیگران دیگری را با دوری شتاب زده خود ناراحت کنید. آرام باشید و قبل از اینکه حرفی بزنید فکر کنید. در مجامع اجتماعی مودب باشید چرا که بدین ترتیب می‌توانید در زندگی تان موفق باشید.

اسفند:



شما تنها نیاز دارید که برای یک روز یا دو روز دیگر خود را مجهز کنید، و بعد انرژی خود را برای جنگیدن و پیروز شدن بکار گیرید. اما تمرین خودآزاری کاملاً با خودداری از بیان احساسات متفاوت است. شما باید راهی پیدا کنید که تاثیر احساساتان را برای خودتان نگاه دارید، به خاطر اینکه این کار سلامت روانی و روحی شما را در طی روزه‌های آینده تضمین می‌کند. زمانی را تنها برای خودتان اختصاص دهید تا تصورات زیبایی خود را از رویاهایان تکمیل کنید.

