

۲
یکشنبه ۱۳ شهریور ۱۴۰۱
۷ صفر ۱۴۴۴
سال بیست و یکم شماره ۳۹۷
سرمقاله

مقاومت در مقابل نسخه نویسی الکترونیکی

■ درحالی‌که از مدتی قبل اجرای طرح نسخه نویسی الکترونیکی کلید خوره، اما همچنان برخی از پزشکان از نسخه‌نویسی الکترونیکی امتناع و در مقابل اجرای آن مقاومت می کنند. روز جمعه دخترم سرفه و تب و گرفتگی بینی ... داشت و بردمش به یکی از مراکز درمانی دولتی بندرعباس که بمحمدالله خلوت بود و بعد از گرفتن ویزیت، بلافاصله رفتم داخل اتاق شماره ۳. پزشک که بیماری نداشت، با تلفن همراهش مشغول بود و بعد هم بعضی اینکه ما را دید، محترمانهانه سلام کرد و دخترم را دید. بعد از اینکه از بیماری دخترم گفتیم، فقط ریه اش را با گوشی معاینه کرد. رفتن خانم دکتر گلو و گوش‌شناسی نیازی به معاینه ندارد که گفت چون گلاویه ای از گلو و گوش ندارد، نیازی به معاینه نیست.) البته بنظم پزشک بایستی تمام معاینات را انجام دهد و شاید کودک نتواند دردش را بگوید .) خلاصه نسخه را در کاغذ نوشت و رفتم داروخانه بیمارستان که آنجا نوشته بود کم ملی باید روی نسخه نوشته شود. من هم کدملی دخترم را روی نسخه نوشتم. نسخه را که متصدی داروخانه دید، گفت اسیری بینی را ندارم و بقیه داروها هم چون در سیستم ثبت نشده‌است، بایستی آزاد حساب کنید. گفتیم چرا در سیستم نیست و نسخه را بر دم پیش خانم دکتر که ایشان گفتند سرم شلوغ و بیمار زیاد است و نمی توانم وارد سیستم کنم و الان بیرون از اتاق باشید تا بیماران را ببینم و بعد صانای می زیم بیاید داخل تا وارد سیستم کنم. ادم بیرون و با آقای دکتر فرشیدی تماس گرفتم و قضیه را به ایشان گفتم و آقای دکتر گفت بروید پیش سوپروایزر و بگویید ما من تماس بگیرند. به سوپروایزر موضوع را گفتم و سوپروایزر هم موضوع را که شنید و ایشان با پزشک صحبت کرد و پزشک همان موارد شلوغی ... را گفت.بعد که رفتم دوباره پیش پزشک تا نسخه را سیستمی بنویسد، گفتند که تفاوت قیمت دارو سیستمی و غیرسیستمی اندک است و ... به پزشک عرض کردم رئیس دانشگاه دیروز(پنجشنبه) در جمع خبر نگاران گفتند که پزشکان بایستی نسخه ها را الکترونیکی بنویسید که ایشان گفتند وقتی شروع باشد، نمی توانیم سیستمی بنویسیم و... جالب اینجاست که درمانگاه خلوت بود و حتی بعد از اینکه نسخه ام را وارد سیستم کرد تا حدود ده دقیقه بعدش که در بیرون از اتاق پزشک وداخل درمانگاه بودم، بیماری دیگر نبود و خلوت بود. ناپیا اگر شلوغ هم باشد که وظیفه مسئولان مربوطه است تا تعداد پزشکان را زیاد کند و مهمتر اینکه وقتی پزشکی در بیمارستان و مرکز درمانی دولتی دارو را سیستمی ننویسد، چه انتظاری از پزشک بیرون می توان داشت تا دارو را سیستمی وارد کند و فقط هزینه پرداختی از جیب بیمار افزایش می یابد. در حال حاضر برخی بیماران بدلیل گرانی درمان و دارو نمی توانند خودشان را درمان کنند یا روند درمان شان را تکمیل کنند که روزانه چندین مورد به خودم می گویند تا اگر امکان دارد خریدن کمک شان کنند. بیماران زیادی هستند که توان خرید دارو را ندارند و چند نفر نسخه شان را برابم رسانده اند که می گویند اگر می توانید به خیرین بگویند دارو برابیمان بخرند هزینه خریدش را نداریم. اینکه دارو خارج از سیستم ثبت شود و در نسخه آزاد نوشته شود، با اجرای طرح دارویار و...، که داروها خیلی تفاوت قیمت دارد و چرا بایستی مردم با این مشکلات اقتصادی هزینه بیشتری بدهند؟ چرا برخی پزشکان حاضر نیستند دارو را در سیستم ثبت کنند تا هزینه کمتری از جیب بیمار برود؟ امیدوارم دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان برای رفع چنین مشکلاتی تدبیری بیندیشد تا بیماران هزینه کمتری را برای درمان شان متحمل شوند.البته آن روز رئیس دانشگاه علوم پزشکی باجدیت این موضوع را پیگیری کردندکه ضمن تشکر از ایشان، امیدواریم بگونه ای کار اد سلامت استان اقدام کنند تا مردم مشکلات شان در حوزه درمان کاهش یابد. اگر هم که زیرساخت اجرای نسخه الکترونیکی در مناطقی از استان فراهم نیست ویا مشکلاتی دارد که بایستی متولیان مربوطه این مشکلات را برطرف کنند، اما در مراکز دولتی مرکز استان که زیرساخت ها فراهم است که نباید مردم و بیماران بدلیل عدم نسخه نویسی الکترونیکی مجبور شوند هزینه بیشتری را پرداخت کنند. باید متولیان حوزه سلامت در رده های مختلف تلاش کنند مردم برای درمان مشکلات کمتری داشته باشند. در حال حاضر استان با کمبود تخت بیمارستانی، پزشک و پرستار، تجهیزات درمانی ... مواجه است وریخی بیماران برای درمان به خارج از استان می روند و برخی دیگر بدلیل هزینه های بالای درمان، توانایی درمان خودشان را ندارند. همچنین نباید عدم اجرای قوانین و بخشنامه ... باعث شود هزینه بیشتری بر بیماران تحمیل شود. در حوزه نسخه نویسی الکترونیکی از یک طرف انتظار است نواقص و مشکلات زیرساختی احتمالی جهت اجرای طرح در تمامی بخش ها و مناطق برطرف شود و از طرفی دیگر پزشکان نیز نسخه ها را الکترونیکی بنویسند تا هزینه کمتری از جیب بیمار پرداخت شود.

■ **علی زارعی**

امام جمعه اهل سنت بندرعباس در خطبه‌های نماز جمعه :

مردم هرمزگان بخاطر ابتدایی ترین امکانات درمانی آواره استان های دیگر هستند
گروه خبر // امام جمعه اهل سنت بندرعباس گفت: سطح امکانات و زیرساخت های پزشکی هرمزگان به اذعان مردم مسئولین بسیار پایین است و بسیاری از مردم مجبورند برای انجام برخی امور درمانی ابتدایی به استان های دیگر مراجعه کنند.
به گزارش خبرنگار دریا ؛ شیخ یوسف جمالی در خطبه های نماز جمعه این هفته با بیان اینکه استان هرمزگان با دارا بودن ظرفیت و امکانات بالا شایسته چنین وضعیتی نیست، افزود: بسیاری از مناطق و استان های کشور به دلیل ظرفیت و شرایط اقتصادی هرمزگان از آن مناطق تغذیه می کنند اما مردم این استان از ابتدایی ترین امکانات پزشکی محروم و برای درمان های ساده آواره تهران، بزد، شیراز و شهرهای دیگر هستند.وی با ابراز تاسف از عدم خدمات آن ام آری به دلیل خرابی دستگاه ها افزود: یک بیمار برای استفاده از این امکان بایستی یک تا دوماه در نوبت بماند و یا با صرف هزینه بالا به خارج از استان عزیمت و خودش را مداوا کند.امام جمعه اهل سنت بندرعباس فراهم کردن این امکانات را ساده عنوان کرد و افزود: برخی از امکانات مثل ام آر ای باید در بسیاری از شهرهای استان وجود داشته باشد تا مردم جاسک، رودان، میناب، بندرلنگه، پارسیان و ... هم نیازی به عزیمت مرکز استان نداشته باشند؛ حال اگر این امکان در بندرعباس که مرکز استان است، وجود نباشد، شایسته مردم نیست.شیخ جمالی که مسئولان دانشگاه علوم پزشکی خواست تلاش و شایستگی بیشتری از خود نشان دهند تا این امکانات برای مردم فراهم شود.



گروه خبر // نماینده ولی فقیه در هرمزگان و امام جمعه بندرعباس با اشاره به ناآرامی های اخیر در کشور عراق گفت: امروز دشمن وحدت و انسجام شیعیان منطقه را مورد هدف قرار گرفته است و به دنبال رخنه کردن در صفوف مسلمانان است.

حجت الاسلام و المسلمین محمد عبادی زاده در خطبه های این هفته نماز جمعه بندرعباس افزود: امروز و در آستانه اربعین حسینی که بزرگترین حرکت تمدن ساز جهان است، هر اتفاقی که از سوی دشمن در عراق می افتد در

واقع شکاف بین جامعه عراق و لطمه به وحدت و انسجام شیعیان است. وی بیان داشت: امروز باید مسلمانان عراق مراقب مارهای خوش خط و خالی که به دنبال تفرقه بین ملت شان هستند، باشند؛ چرا که با تضعیف دولت عراق، به دنبال مقاومت هستند.نماینده ولی فقیه در هرمزگان همچنین به هفته پادفند هوایی اشاره کرد و گفت: پادفند هوایی حدود ۱۴ سال پیش به صورت مستقل توسط رهبر معظم انقلاب در کشور راه اندازی شد که این یک حرکت راهبردی عظیم و بزرگ برای کشورمان است. حجت الاسلام و المسلمین عبادی زاده یادآور شد: در شرایط بحرانی و جنگی، این پادفند هوایی است که باید از آسمان کشورمان صیانت

استاندار هرمزگان :

شهر دریایی را نباید با مدل ستی اداره کنیم

گروه خبر // استاندار هرمزگان در آیین بهره‌برداری از طرح‌های شهرداری بندرعباس از احداث ابرشهر گردشگری دریایی ایران در هرمزگان خبر داد.

به گزارش خبرنگار دریا، مهندس مهدی دوستی استاندار هرمزگان در حاشیه آیین بهره‌برداری از پروژه‌های شهرداری بندرعباس اظهار داشت: مالک ما برای حضور در آیین افتتاح پروژه‌ها میزان مبالغ تخصیصی و بودجه طرح‌ها نیست بلکه میزان تاثیری است که بر روی زندگی مردم دارد، پروژه‌های مرتبط با حوزه‌های شهری از این حیث حائز اهمیت هستند.وی افزود: باید حسرت خورد وقتی می‌بینم شهر زیبایی مثل بندرعباس، با پتانسیل‌های بی نظیری همچون وجود کوه گنو و ساحل زیبا و بکر به‌سرت لازم برای بهره‌برداری مردم از ثروت‌های خدادادی خود را ندارد به همین منظور از پروژه‌های شهری حمایت مادی و معنوی می‌کنیم تا بتوانیم کیفیت زیست شهری در بندرعباس را افزایش دهیم.استاندار هرمزگان بیان‌کرد: ما در حوزه تامین منابع مالی شهرداری، اصلی‌ترین راهبردی که دنبال می‌کنیم، انتقال

گروه خبر // معاون سازمان حج و زیارت هرمزگان گفت: تاکنون ۵ هزار زائر هرمزگانی وارد خاک عراق شده اند.

سجاد قادری در تشریح این خبر، با بیان اینکه ۳۱ هزار هرمزگانی نیز با پرداخت هزینه بیمه، ثبت نام خود را تکمیل کرده اند و تا روزهای

خبر

امام جمعه بندرعباس :

دشمن به دنبال رخنه کردن در صفوف مسلمانان است

المسلمین عبادی زاده یادآورشد: تشیع بیکر باشکوهی برای آن مرحوم عالی‌قدر در اصفهان برگزار شد که درواقع یک تودهنی بزرگی بود که ملت ایران به دشمن زد.وی ضمن گرامیداشت هفته دولت و قدردانی از کارگزاران دولت در استان هرمزگان گفت: با خدمات شایسته و تلاش های خستگی ناپذیری که استاندار و همکارانشان در مجموعه تشکیلات وابسته به دولت در استان انجام دادند، استاندار هرمزگان توانست رتبه برتر را به دست بیاورد و مورد تجلیل رییس جمهور در هیأت دولت قرار گرفت.به گزارش ایرنا، امام جمعه بندرعباس اظهار داشت: امیدواریم درسال‌های پیش رو با شتاب و سرعت بیشتری کارها دنبال شود و خلاا و مشکلاتی که استان دارد، مرتفع شود.

گردشگری دریایی خواهیم داشت که در ایجاد آن سه وزارتخانه راه و شهرسازی، میراث فرهنگی و گردشگری و وزارت کشور نقش آفرینی خواهند کرد، این پروژه طرحی بی‌نظیر است که دو نقطه در شهر بندرعباس و یک نقطه در جزیره هرمز را شامل می‌شود تا مثلث ابتدایی ابر اکوسیستم دریایی ما را شکل دهد. استاندار هرمزگان با اشاره به سایر پروژه‌های حوزه شهری تاکید کرد: عملیات اجرایی میدان ساید در موقعیت ورودی شهر با منابع و اعتبارات قابل توجه بزودی آغاز می‌شود، بل پیامبر اعظم(ص) و طرح‌هایی هم که قبلا قولش را به مردم داده بودیم با همت شهردار و اعضای شورای شهر کلنگ‌زنی شده است و خوشبختانه پیشرفت مناسبی دارد، آمادگی داریم که اگر طرح جدیدی از سوی شهرداری یا شورا معرفی شود بسته سرمایه‌گذاری برای آن تهیه و در تخصیص اعتبارات به شهرداری کمک کنیم.

گفتنی است با حضور مهندس مهدی دوستی استاندار هرمزگان، احمد مرادی نماینده مردم هرمزگان در مجلس شورای مهدی نوبانی شهردار بندرعباس، فاطمه جراره رئیس شورای اسلامی شهر بندرعباس، فرماندار و اعضای شورای شهر پروژه‌های عمرانی و زیربنایی شهرداری بندرعباس از جمله پارک ساحلی صدف، بلوار معراج و رومانی از تمثال شهید حاج قاسم سلیمانی در بلوار خلیج فارس مورد بهره برداری شده و

و کارت واکسیناسیون خود را به همراه داشته باشند.به گزارش ایرنا ؛ معاون حج و زیارت هرمزگان در پایان عنوان کرد: مردم تحت هیچ شرایطی با گذرنامه فاقد اعتبار به مرزها مراجعه نکنند و برای تمدید یا تعویض گذرنامه خود به دفاتر پلیس ۱۰+ یا پلیس گذرنامه مراجعه‌کنند.

- خبری** ■

«بویه موج نگار هوشناسی»

در آب‌های هرمزگان به آب انداخته شد

■ گروه خبر // بویه موج نگار هوشناسی با حضور مدیرکل هوشناسی هرمزگان و جمعی از مسئولان استانی در موقعیت حد فاصل آب‌های بندرعباس و جزایر قشم و هرمز به آب انداخته شد. مدیرکل هوشناسی هرمزگان در تشریح قابلیت‌های بویه موج نگار هوشناسی گفت: بویه، یک ایستگاه هوشناسی دریایی شناور است که با پارامترهای دریایی مانند، طول موج، ارتفاع موج، فرکانس و بریسود موج و دمای آب، جهت و سرعت جریان آب دریا و همچنین پارامترهای جوی همچون سمت و سرعت باد را به طور خودکار اندازه‌گیری نموده و قادر به انتقال دیتا به هوشناسی استان است.رنجبر افزود: این سامانه قادر به تولید، انتقال و ماینورینگ داده‌های دریایی، شامل شاخص های موج و دمای آب و همچنین پارامترهای جوی نیز است.وی بیان داشت: کاربرد این داده ها به صورت فوری در تعیین وضعیت جوی دریا و پس از آنالیز در پیش بینی وضعیت جوی و دریایی است که مورد استفاده فعالان حوزه دریا از جمله، دریانوردان، صیادان، گردشگران و حمل و نقل دریایی قرار می گیرد.به گزارش ایرنا، مدیرکل هوشناسی هرمزگان در پایان با قدردانی از حمایت معاون وزیر راه و شهرسازی و رییس سازمان هوشناسی کشور در تأمین اعتبار این طرح، اظهارداشت: میزان سرمایه‌گذاری در این طرح از محل اعتبارات ملی به مبلغ ۲۵ میلیارد ریال جهت خرید بویه موج نگار هوشناسی بوده که توسط سازمان هوشناسی کشور تأمین شده است.

۱۲ پروژه شهرداری بندرعباس رونمایی و افتتاح شد

■ گروه خبر // ۱۲ پروژه شهرداری بندرعباس با حضور استاندار و نماینده هرمزگان مورد بهره‌برداری قرار گرفت. ۱۲ پروژه هوشناسی دریا، آب و هوا، آب و برق، ۷۲۰ میلیارد ریال با حضور مهدی دوستی استاندار هرمزگان، احمد مرادی نماینده مردم و اعضای شورای شهر و دیگر مسئولان محلی و به صورت مردمی مورد بهره‌برداری و رونمایی قرار گرفت.ابتدا تمثال شهید سلیمانی و پروفوسور خشنود در نه نقطه شهر بندرعباس با اعتبار ۴.۵ میلیارد ریال رونمایی شد.بلوار معراج شهر بندرعباس در مجاورت با هتل هما نیز بسا اعتبار ۶۰ میلیارد ریال و پارک بانوان جهان آرا با اعتبار ۴.۵ میلیارد ریال و بوستان ساحلی صدف با اعتبار ۲۵۰ میلیارد ریال نیز از دیگر پروژه‌های شاخصی بودند که مورد بهره‌برداری قرار گرفتند.مهدی نوبانی، شهردار بندرعباس در حاشیه افتتاح این پروژه‌ها اظهار کرد: بزودی در کنار پارک ساحلی صدف، کلنگ‌زنی ساخت فانوس دریایی بزرگی را خواهیم داشت که طرحی آن در حال پایان است.وی عنوان کرد: بوستان ساحلی صدف با فضای سبز مناسبی تدارک دیده شده و درختان کاشته شده در آن نیز مشر و سایه دار هستند.به گزارش مهر، دریایی پایبان این که ایجاد پارک کودکان، زمین والیبال ساحلی، استفاده از اسفالت رنگی برای پیاده روی و دوچرخه سواری نیز در این پارک انجام شده است، خاطر نشان کرد: به زانمه داریم تا ساحل پشت شهر را تا بندر شهید حسانی برای پیاده روی و استفاده معلولان مهیا کنیم و بزودی دستگاه ساحل روب نیز خریداری و مورد استفاده قرار خواهیم داد.

هششوری - بازار مسکن به شدت متأثر از تحولات کلان اقتصاد است و اگر مذاکرات احیای برجام به نتیجه منتهی برسد، این بازار به ناچار به دنبال کاهش ترخ ارز و گشایش‌های اقتصادی پس‌ایرجام باید وارد دوره کسادی و رکود شود. در این میان، از روایت مرکز آمار ایران از تحولات بازار مسکن تهران در مرداد برمی‌آید که کاهش شتاب رشد قیمت مسکن در سایه احتمال رفع تحریم‌ها، کاهشی شدن شیب افزایش تورم و همچنین بازگشت آرامش به بازار نهادهای ساختمانی، می‌تواند بار دیگر مسکن را وارد دوره برخ کند و اتفاقات نیمه نخست دهه ۹۰ در این بازار تکرار شود.

شرق - هاشمی طبا در این روزنامه نوشت: می‌گویند بازار نیاز به ۵۰۰ هزار خودرو دارد تا قیمت‌ها متعادل شود... آیا اگر بر فرض این خودروها با قیمت متوسط ۱۰، ۲۰ هزار دلار وارد شود و به قیمت ارز نیمایی بدون گمرک و سود بزرگانی به قیمت ۵۰۰ میلیون تومان وارد وارد شود، قیمت‌ها می‌شکند؟ یقین بدانید مسئولان فراهم کردن یک رات ۵۰۰ هزار میلیارد تومانی در بازار خودرو خواهیم بود.

شرق - این روزنامه با اشاره به حکم وزیر نفت برای تدوین نقشه راه توسعه میادین مشترک، مشکلات و ابهامات موجود در این مسیر را برشمرد و نوشت: واقعیت این است که در اغلب میادین مشترک، از رقیبا عقب هستیم و رقیبا ممکن است با انگیزه‌ای هم برای معطل‌شدن و مشارکت بیشتر... همکاری در وزارتخانه نفت و امور خارجه برای فشارآوردن بر رقیبا در جهت کنترل ایشان در خوردن حق تاریخی و جغرافیایی ما در میادین مشترک لازم است.

انتکلی

اعتماد آنلاین مدعی شد: ایرنا، خبرگزاری دولت نوشت: دولت قبل با تهییج مردم برای ورود به بورس، هزاران میلیارد تومان از کسری بودجه خود را به قیمت نابود کردن سرمایه‌های مردم از دست داد. دولت روحانی با این کار تنها دولتی شد که به طور مستقیم از جیب مردم برای تأمین کسری بودجه خود برداشت کرد؛ درحالی‌که هیچ دولتی تاکنون اجازه چنین اقدامی به خود نداده بود.

سیاه نیوز خبردها: روابط عمومی نیروی هوافضای سپاه در اطلاعی‌ای اظهارات منتسب به سردار امیرعلی حاجی زاده فرمانده این نیرو مبنی بر ساخت ایستگاه فضای را تکذیب کرد.نیروی هوافضای سپاه هم اکنون برنامۀ‌ای در این خصوص در دستور کار خود ندارد و از رسانه‌ها انتظار می‌رود اخبار این نیرو را از منابع و مراجع رسانه‌ای رسمی سپاه دنبال کنند.

تابناک نوشت: سردار کونری با اشاره به این که مجلس یازدهم و دولت اقدام شایسته‌ای در زمینه مذاکرات هسته‌ای نداشته، گفت: این دفعه مذاکره با دفعه قبل فرق می‌کند و این بار ما هستیم که مشخص می‌کنیم نه آن‌ها، زیرا در گذشته آن‌ها بازی را بر هم زدند. وی ادامه داد: مصوبه مجلس و هماهنگ شدن مجلس و دولت به ساخت و غنی سازی اورانیوم ۶۰ درصد منجر شد که طرف های مقابل متوجه اشتباه خود شدند و درخواست مذاکره می کردند. می توانیم میزان غنی سازی ۶۰ درصد را تبدیل به ۹۳ درصد کنیم که به معنی بمب اتم است، اگرچه ما به دنبال این موضوع نیستیم ولی اگر طرف مقابل دیر بجنبند توانایی این موضوع را داریم.

چندقلمه مدعی شد: خبرگزاری صداسیما به مردم پیشنهاد داد برای تأمین پروتئین سراغ حشرات بروند! عکس انتخاب شده هم قابل توجه است. به دنبال واکنش انتقادی مخاطبان، صداسیما مجبور به حذف خبر شد.

نویز نیوز خدها: تیروی دریایی ایالات متحده آمریکا اعلام کرد که ایران دوباره برای مدت کوتاهی شناور تجسسی نیروی دریایی این کشور را توقیف و سپس رها کرده است.

سید ابوالحسن جعفری سرویس استان ها // نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه بوشهر گفت: در راستای تأمین اعتبارات حمل‌ونقل ریلی بوشهر به فارس، مقام معظم رهبری و رئیس مجلس شورای اسلامی اجازه تها تر برداشت از صندوق اعتبار ملی صادر کردند.

به گزارش خبرنگار دریا ، آیت‌الله غلامعلی صفایی در خطبه های نماز جمعه این هفته بوشهر با گرامیداشت سالروز شهادت سردار بزرگ ضد استعماری رئیس علی دلواری اظهار کرد: سردار رئیس‌علی دلواری در مبارزات ضد استبدادی شاهنشاهی، ضد استعماری انگلیس و جهاد تبیین نقش و حماسه ماندگاری خلق کرد.وی بیان کرد: رئیس‌علی دلواری با رهبری علمای دینی منطقه تنگستان قیام کرد، او با همراهی علمای منطقه قامت

کرمانی‌ها هرگز سال بدون غبار نخواهند دید



آرزو توکلی سرویس استان ها // زده‌ایم.به گفته مدیرکل منابع طبیعی و آبخیزداری استان کرمان، فعالیت های بیابان زدایی در شرق استان کرمان از سال ۱۳۶۰ آغاز شده و موثر نیز بوده است اما شرق کرمان از وقتی که هامون سیستان و بلوچستان خشک شده، ۱۲۰ روز از سال تحت تأثیرات منفی آن قرار می گیرد.او با بیان این مطلب که خوشبختانه استان کرمان زیاد تحت تاثیر کانون های گرد و غبار خارج از کشور نیست، تصریح کرد: طرح جامع مقابله با فرسایش بادی در شرق استان کرمان در سال ۱۳۹۵ تهیه شد. حدود ۵۴۰ میلیارد تومان برای اجرای آن اعتبار نیاز بود تا در دوره پنج سساله مقداری امنیت (از لحاظ گرد و غبار) برای آن منطقه حاصل شود، اما متأسفانه بودجه کامل آن به موقع تخصیص داده نشد و هزینه ها سرسام آور افزایش یافت و در این چند سال بیشتر از ۵۰۰ میلیارد تومان در این خطه هزینه کرده اما

مدیرکل منابع طبیعی و آبخیزداری استان کرمان خطاب به مردم کرمان گفت: تصور اینکه روزی در استان گرد و غباری وجود نداشته باشد،کاملا غیر علمی است و چنین اتفاقی در کرمان رخ نخواهد داد و با اقدامات بیابان زدایی فقط می توان شرایط زندگی را سهل تر و تعداد روزهای غبار آلود را کمتر کرد. به گزارش خبرنگار دریا ؛ مهدی رجیبی زاده، کرمان را یک استان بیابانی دانست ، می گوید: تقریبا ۲۵ درصد بیابان های کشور در استان کرمان هستند.او با اشاره به مرز ۵۵۰ کیلومتری استان کرمان با بیابان لوت، اظهار کرد: استان کرمان تحت تاثیر عوارض منفی بیابان قرار دارد و گذشتگان نیز برای سازگاری با این اقلیم، متناسب با ظرفیت های آن استفاده می کردند اما متأسفانه در سی و چهل سال اخیر با اقدامات صورت گرفته مقداری تعادل در منطقه را به هم

جنوب کشور

امام جمعه بوشهر:

اجازه برداشت از صندوق توسعه ملی برای راه آهن بوشهر صادر شد

انگلیس در استان بوشهر را شکست و این شخصیت که بر اساس مکتب امام حسین علیه‌السلام و فرهنگ عاشورا و اطاعت از علما و ولایت‌مدار حرکت و قیام کرد برای جامعه الگو محسوب می‌شود.سردار شهید رئیس علی دلواری را الگو جهاد نظامی و اسوه در جهاد تبیین دانست و تصریح کرد: رئیس علی دلواری با جهاد تبیین توانست خط مقاومت ضد استعماری را در منطقه تشکیل دهد.نماینده ولی فقیه در استان بوشهر، با گرامیداشت هفته تعاون و پدافند بیان کرد: تعاون بخش موثر و مفید برای

رشد اقتصادی و پدافند خط اول مقاومت در عرصه نظامی است، حوزه تعاون و پدافند در استان بوشهر پر تلاش هستند که خدمات آنان درخور تحسین است.صفایی بوشهری تصریح کرد: در سفر رئیس قوه مقننه، وزیر نفت، رئیس سازمان انرژی اتمی به استان بوشهر خدمات خوب و تصمیم‌گیری موثر برای حل مشکلات استان بوشهر اتخاذ شد که آثار و برکات آن در آینده نمایان می‌شود.وی با اشاره به تأمین اعتبارات ساخت خط راه‌آهن بوشهر– شیراز، گفت: از رهبر معظم انقلاب و رئیس مجلس شورای



استاندار و مجمع نمایندگان استان بوشهر در مجلس شورای اسلامی عنوان کرد: این مسئولان در هفته دولت پسر تلاش با نگاه تحقق مطالبه مردمی اقدام کردند و الحمدلله یک برنامه بی‌نظیری در توسعه و پیشرفت استان انجام شد.

استاندارخوزستان:

۱۶۲ واحد صنعتی راکد و نیمه راکد خوزستان فعال شد



یادآور شد و افزود: فازهای دوم و سوم این طرح بهره برداری و تولید این کارخانه سه برابر شد.استاندار خوزستان با بیان اینکه طرح بزرگ پرورش میگوی هندیدجان با رفع مشکل برق بهره‌برداری می‌شود، اظهارداشت: در یک سال دولت فعالیت انقلابی، یکپاز و ۲۲ طرح در استان خوزستان با بهره‌برداری و یا کلنگ زنی شده‌اند.وی مجموع اعتبار این طرح‌ها را ۱۰۰ هزار میلیارد ریال عنوان کرد و افزود: این موضوع باعث شده نهضت بزرگی در اجرای طرح‌ها و افزایش تولید در خوزستان شاهد باشیم.خلیلیان با اشاره به احداث نزدیک به ۲۴ خانه بهداشت و مرکز بهداشتی بیان کرد: ساخت خانه هنرمندان خوزستان به اتمام رسیده و ۲ فرهنگسرا نیز احداث شده است.

*** فعال شستن برخی طرح‌های راهسازی خوزستان بعد از ۳۰ سال**
خلیلیان با ارائه گزارشی از طرح های راهسازی خوزستان گفت: برخی راههای اصلی ما نظیر دهنذ و استان چهار محال و بختیاری ر سست پنهان و اسان گهگیوبه ۳۰ سال مانده بودند که در طرح‌های مصوبات سفر رئیس جمهور اعتبار گرفتند و فعال شدند.وی با بیان اینکه برخی از این طرح‌ها چندین سال غیرفعال بودند که دوباره فعال شدند، افزود: طرح‌های راهسازی که ما را به استان‌های شرقی کشور متصل می‌کنند اورژانس بیمارستان مادر رامهرمز نیز آماده شده است.

درخواست استاندار یزد از رئیس عدلیه :

رسیدگی خارج از وقت به پرونده های زمین خواری

تاکید کرد و گفت: این دو فرضیه الهی است لذا پیشنهاد می‌شود مجلس و دستگاه قضا، سازمانی مستقل ولی ذیل مجموعه قوه قضائیه ایجاد و فعالیت کند.امام جمعه یزد بر لزوم ایجاد تحرک اداری در تمام کشور تاکید کرد و گفت: باید همه دستگاه ها موظف به این تحرک باشند تا خدمات دهی به مردم دچار مغطلی نشود.ناصری خواستار تحول بزرگی در آموزش و پرورش کشورمان شد و گفت: امروز دانش آموزان و دانشجویان بی توجه به هویت خود هستند که به دلیل فقدان تدین، تفکر و تعقل در آموزش برگرفته از غرب در کشورمان است.سید جلیل میرمحمدی نماینده مردم نقت و میبد و رئیس مجمع نمایندگان استان نیز در این نشست با اشاره به جمعیت مازاد آمارهای جمعیت حقیقی و ساکن نقت به دلیل وجود روستاهای ییلاقی در این شهرستان، گفت: متأسفانه در تخصیص اعتبار و منابع همان جمعیت آماری لحاظ می‌شود. وی با بیان این که شهرستان نقت فاقد پزشکی قانونی است، وضعیت ساختمانهای قضایی در این شهرستان را نیز نامناسب دانست و خواستار رسیدگی شودی.

معدن صورت نگیرد.استاندار با اشاره به تهدیداتی استان به واسطه قرار داشتن در محورهای مواصلاتی کشور اظهار کرد: با توجه اینکه یزد به مسیری برای قاجاق مواد مخدر و شرارت‌هایی قاجاقچیان است که خواهش‌مندیم در زمینه انتقال زندانیان غیر بومی به محل زندگی خود و انتقال زندان یزد به خارج از شهر مساعدت لازم در صورت صلاحدید صورت گیرد.وی عنوان کرد: اجرای طرح سامان خانواده با مصوبه شورای عالی فرهنگ عمومی به پیشنهاد استان و طرح جوانی جمعیت، همچنین رسیدگی خارج از وقت به پرونده های زمین خواری یا ایجاد دادگاه ویژه از دیگر درخواست های استاندار از دستگاه قضا بود.آیت الله «محمدرضا ناصری» نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه یزد با اشاره به هزینه های میلیارد دلاری دشمنان برای از بین بردن دین و ترویج سنتهای غربی نامطلوب، گفت: باید ارزیابی کنیم که خودمان برای مبارزه با این اقدام چه کرده ایم. وی با اشاره به اهمیت موضوع امر به معروف و نهی از منکر، بر لزوم ایجاد متولی مشخصی به این حوزه

علیرضا حائری زاده سرویس استان ها // استاندار یزد در شورای اداری استستان که با حضور رئیس قوه قضائیه برگزار شد، رسیدگی خارج از وقت به پرونده های زمین خواری یا ایجاد دادگاه ویژه را از رئیس دستگاه قضا خواستار شد.

به گزارش خبرنگار دریا ؛ مهران فاطمی در نشست شورای اداری استان یزد که با حضور رئیس قوه قضائیه در استانداری یزد برگزار شد، مهمترین چالش استان را محدودیت منابع آبی و نزولات جوی دانست و گفت: مستخصرید که یزد با همه ظرفیت ها از دیرباز با چالش آب روبروست و با توجه به اینکه نیاز استان سالانه بیش از ۱۱ میلیون متر مکعب است در حال حاضر از تلفیق آب انتقالی و آب های لب شور و دارای سختی بالا آب استان تأمین می شود که افت کیفیت آب می تواند تهدیدی برای سلامت مردم باشد. وی با اشاره به مصوبه هیئت دولت در زمینه واگذاری معدن برای تأمین هزینه های آب پایدار استان ابراز کرد: استان یزد دومین استان معدنی کشور است و این معادن بخش تعالی و پیشرفت استان هستند. فاطمی با اشاره به مصوبه دیوان عدالت اداری در خصوص معافیت ۱۰۰ درصد مالیاتی یکی از معادن بزرگ استان، خاطر نشان کرد: امیدواریم با حمایت شما این حکم ابطال شود تا اجحافی در حق مردم استان از طریق سرباز زند از مسئولیت اجتماعی این

۳

یکشنبه ۱۳ شهریور ۱۴۰۱

۷ صفر ۱۴۴۴

سال بیست و یکم شماره ۳۹۷۰

طنز

دانستنی های نوستالژیک

آیا می‌دانستید طبق نظر ناظم‌ها، مدیران و معلمان، برای دانش‌آموزان دهه شصتی، تنها سه شغل «دکتری، مهندسی و حمالی» در آینده وجود خواهد داشت؟!
آیا می‌دانستید همان ناظم‌ها، مدیران و معلمان، همواره به ما تأکید می‌کردند که مملکت به هر سه این مشاغل نیاز دارد؛ پس درستان را بخوانید بوق‌های بوق؟!
آیا می‌دانستید از نظر پدران و مادران دهه شصت، نیمه دوم سال، زمان مناسبی برای به دنیا آمدن نبود؟!
آیا می‌دانستید تا وقتی نوزاد داغ بود و نمی‌فهمید که ماه انشتباهی به دنیا آمده، شناسنامه‌اش را شه‌ریور می‌گرفتند؟!

آیا می‌دانستید شیرین‌کاری‌های دهه شصتی‌ها، کاملاً ابداعی بود و تا قبل از آن بشر بدان دست نیافته بود؟!
آیا می‌دانستید عامل اصلی نقص‌عضو یا زهره‌ترک شدن بچه‌های دهه شصتی همان شیرین‌کاری‌ها بود؟!
آیا می‌دانستید دلیل موفقیت تیم کیدی (همون زوی خودمون) فوت‌کردن بی‌امان در مزاحمت تلفنی بود؟!
آیا می‌دانستید گاز گرفتن روی مج یک دهه شصتی و ساختن ساعت مچی، ایده اولیه برند ساعت مچی معروفی بوده است؟!

■ علیرضا عبدی

فال روز

تکته روح فرا از دهن دوست بگو
نامه خوش خبر از عالم اسرار بیا
ای صاحب فال شاد باش که بخت به تو روی کرده و تو را بند «ب» در حال تقویت است و به نامه‌ای گره از مشکلاتت باز خواهد شد، بی‌التماس و بی زیرمیزی؛ چون نامه‌ای از یک خررو (آنکه خوش در همه جا می‌رود) به دستت رسید فی‌الفور آن را به رئیس شرکت‌تاده تا کراماتی شگرف را به چشم ببینی؛ اما چون دیدی دهان فرو بند که از دیرباز گفته‌اند: آنکه را اسرار رانت آموختند / مهر کردند و دهانش دوختند
پس خودت بدوزی بهتر است!

■ **زهر ا آراسته نیا**



چند واحد اردمان به سهامداری مردم طی چهار دهه گذشته را خواستار شد و گفت: تعاونی های دیهاریها نیز از دامسداران به صورت غیرقانونی عوارض اخذ می کنند.ابولقاسم محی الدینی شهردار یزد هم در این نشست به آراء کمیسیون ۱۰۰ که منجر به تخریب شده و دلیل اصلی آنها مشخص نیست و پرونده های زیادی در این رابطه در شهرها پیرامون این موضوع داریم.وی از ارائه دو پیشنهاد در این رابطه که به صورت کتبی تقدیم رئیس قوه شد، خبر داد و گفت: موضوع امنیتی دیگر شهر وجود مخازن نفتی استان در درون شهر است که تاکنون اقدام موثری در این رابطه انجام نشده و امیدواریم در راستای حفظ حقوق عامه و جان مردم موضوع جابجایی مورد اهتمام قرار گیرد.

و روستاها نیازمند بازنگری طرح هادی هستند که این مهم از مطالبات بحق و جدی مردم است.
این مقام مسئول با اشاره به اسفالت معابر روستایی در استان بوشهر گفت: باسال از محل اعتبارات قیر رایگان قریب بر یک میلیون و ۴۰۰ هزار متر مربع با اعتبار ۹۴۶ میلیارد ریال در ۱۶۳ روستا آسفالت در روستاهای این استان اجرا شده است.مقدم در خصوص وضعیت پروژه های از محل اعتبارات شرکت ملی نفت ایران نیز گفت: ۱۳۴ پروژه با اعتبار ۶۴۰ میلیارد ریال با پیشرفت فیزیکی ۵۰درصد در حال اجرا است. وی افزود: اینم سازی ۱۶ روستای در معرض خطر سیلاب با اعتبار ۲۰۰ میلیارد ریال از محل اعتبارات سفر ریاست با پیشرفت فیزیکی ۹۰درصد در حال اجرا است.

مفقودی نوبت دوم

سند مالکیت خودرو سواری تویوتا
COROLA ۱۸۰۰ CC
پلاک ۱۱_۱۱۹۹۱ شخصی قشم مالک
مهدی شیرزادچاپری شماره شاسی خودرو
JTDBR۲۲E۵۷۰۲۷۹۳۵۹ شماره موتور
۱ZZ۲۷۸۷۹۲۲ مدل ۲۰۰۷ رنگ: سفید _ روغنی
مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

یغوب مبارکی فرزند عبدالله به حضور تان معرفی میگردد نامبرده در این شعبه اظهار داشته امید مبارکی فرزند یعقوب در تاریخ ۱۴۰۱/۷/۳ در شهر پارسپاد دار فانی را وداع گفته ووارث آن مرحوم حین القوت عبارتند :
۱- یعقوب مبارکی فرزند عبدالله تاریخ تولد۱۳۴۸/۷/۱۳ شماره شناسنامه ۸۰-
زینب کهن پور فرزند علی متولد ۱۳۴۷/۹/۱ شماره شناسنامه ۱۳-
مادر مرحوم ۳-طوبی الطافی فرزند عبدالله متولد ۱۳۷۴/۵/۲۶ شماره شناسنامه ۸۵-۴۷۰۰۵۴۰۸۵ هسمر مرحوم ۴- یعقوب مبارکی فرزند امید متولد ۱۳۹۷/۴/۲۴ شماره شناسنامه ۹۴۸-۷۰۰۳۳۹۹۴۸ فرزند مرحوم.

۵- بهارمبارکی فرزند امید متولد ۱۳۹۴/۷/۲۲ شماره شناسنامه ۶۳۸-۷۰۰۲۰۶۴۷۰۲۰ فرزند مرحوم.
و دیگر وارثی ندارد دارایی آن مرحوم فراتر از پانصد میلیون ریال می باشد و مذهب رسمی وی تسنن لذا تقاضای گواهی انحصار وراثت نموده جهت فرزندش لذا در روزنامه درج و نسخه ای به این شورا ارسال دارید .

رئیس شورای حل اختلاف شعبه سوم – پارسپان

کمی حصر وراثت

مذکورتن
دادگتری کهنری تانری پارس

رئیس شورای حل اختلاف شعبه سوم – پارسپان

۴
یکشنبه۱۳ شهریور ۱۴۰۱
۷ صفر ۱۴۴۴
سال بیست و یکم شماره ۳۹۷۰

- آشپزی

جوجه کباب آلبالویی



جوجه کباب آلبالویی یکی از انواع غذاهای لذیذ و متفاوت است که با رسی‌های مختلفی درست می‌شود.

جوجه کباب آلبالویی یکی از انواع غذاهای لذیذ و متفاوت است که با رسی‌های مختلفی درست می‌شود، برای مشاهده آموزش کامل و مرحله به مرحله طرز تهیه جوجه کباب آلبالویی با ما همراه باشید.

مواد لازم برای ۴ نفر

سینه مرغ	۴۰۰ گرم
پیاز	۱ عدد
زعفران غلیظ دم‌کرده	به‌مقدار کافی
نمک و فلفل سیاه	به‌مقدار کافی
مواد لازم سس آلبالویی	
آلبالو	۱ پیمانه
پیاز	۱ عدد متوسط
رب انار	۲ قاشق غذاخوری
آب	½ لیوان
شکر	۴ قاشق غذاخوری

طرز تهیه جوجه کباب آلبالویی

✓ **مرحله اول**

برای تهیه جوجه کباب آلبالویی خوشمزه در ابتدای کار سینه مرغ را به صورت ورقه‌ای برش زده، سپس با گوشتکوب کمی می‌کوبیم تا نازک شود. در ادامه سینه‌های مرغ را به صورت نواری برش می‌زنیم و درون یک کاسه مناسب می‌ریزم.

✓ **مرحله دوم**

حالا پیاز را به صورت خلالی خرد می‌کنیم، سپس به همراه مقداری زعفران دم کرده، نمک و فلفل سیاه به کاسه اضافه کرده و مخلوط می‌کنیم. در ادامه روی کاسه را با سلفون پوشانده و اجازه می‌دهیم سینه مرغ به مدت ۲ ساعت درون یخچال استراحت کند.

✓ **مرحله سوم**

حالا به سراغ درست کردن سس آلبالویی می‌رویم، برای این منظور پیاز را با دندان‌های ریز رنده، رنده می‌کنیم و یک قابلمه مناسب روی حرارت ملایم قرار می‌دهیم، حالا مقداری روغن مایع به قابلمه اضافه می‌کنیم.

✓ **مرحله چهارم**

در ادامه پیاز رنده شده را به قابلمه اضافه کرده، سپس تفت می‌دهیم تا کاملاً سرخ و طلای شود. حالا رب انار را به همراه آلبالوهای هسته گرفته به قابلمه اضافه کرده و کمی تفت می‌دهیم و پس از آن آب را اضافه می‌کنیم.

✓ **مرحله پنجم**

حالا شکر را به قابلمه اضافه کرده و اجازه می‌دهیم سس روی حرارت ملایم بجوشد تا کاملاً پخته و غلیظ شود. پس از اتمام استراحت سینه‌های مرغ آن را از یخچال خارج کرده و به صورت حلزونی به سیخ جوبی می‌کنیم.

✓ **مرحله ششم**

در ادامه یک تابه مناسب روی حرارت زیاد گذاشته و مقداری روغن مایع به آن می‌افزاییم. حالا سینه‌های مرغ به سیخ کشیده را درون تابه گذاشته و اجازه می‌دهیم پخته شوند، آن را از تابه خارج کرده و درون ظرف مورد نظرم‌ان می‌گذاریم.

✓ **مرحله هفتم**

توجه داشته باشید حین سرخ کردن سینه‌های مرغ حرارت زیاد باشد تا جوجه کباب‌ها آب نیندازند، در غیر این صورت خشک می‌شوند. زمانی که جوجه کباب‌ها پخته شدند، آن را از تابه خارج کرده و درون ظرف مورد نظرم‌ان می‌گذاریم.

✓ **مرحله هشتم**

زمانی که آب اضافی سس تبخیر شده و غلیظ شد، قابلمه را از روی حرارت برداشته، سپس ظرف مورد نظرم‌ان می‌ریزیم. در نهایت جوجه کباب را به همراه سس آلبالویی و یلوز زعفرانی سرو می‌کنیم.

چیدمان مناسب قاب عکس روی دیوار

این روزها گذاشتن قاب عکس روی دیوار در دکوراسیون داخلی خانه‌ها طرفدار پیدا کرده است.

بنابراین‌س می‌توانید با توجه به سلیقه خود از عکس‌های خانوادگی یا هنری برای تزئین روی دیوار استفاده کنید. بهتر است در چیدمان و انتخاب عکس‌ها به حسی که به شما می‌دهد هم توجه داشته باشید. زیرا قرار است این قاب‌ها هر روز جلوی چشمتان باشد. پس بهتر است مثلا اگر عکس‌های خانوادگی‌تان را انتخاب می‌کنید خاطره خوشی را برایتان تداعی کند.از سسوی دیگر چگونگی چیدمان قاب‌ها نیز اهمیت دارد. این روزها در دکوراسیون این اصل خیلی رعایت می‌شود. بهتر است قاب‌هایی به رنگ روشن را در اتاق‌خواب و قاب‌های تیره‌تر را در سالن‌پذیرایی آویزان کنید. همچنین اینکه قاب را در چه ارتفاعی هم آویزان کنیم اهمیت دارد. در گذشته معمولا قاب‌ها بسیار بالاتر از سطح زمین روی دیوار آویزان می‌شدند اما در طراحی دکوراسیون امروزی معتقدند باید قاب در نقطه‌ای روی دیوار قرار گیرد که برای دیدن آن نه سرمان خیلی بالا برود نه خیلی پایین آورده شود. همچنین سباز قاب عکس هم اهمیت دارد. بهتر است با توجه به سباز عکس خود، قابی هم اندازه و مناسب را انتخاب کنید.اگر می‌خواهید تعداد زیادی قاب به دیوار وصل کنید هم باید اول با بزرگ‌ترین قاب شروع کنید. سپس قاب‌های کوچک‌تر را در اطراف آن چیدمان کنید. در کل بهتر است قبل از

حمایت والدین از فرزندان در شرایط سخت و بحرانی باعث کاهش استرس و اضطراب آنها می‌شود و کمک می‌کند که شرایط غیر قابل پیش بینی را بهتر درک کنند.

*** روش حمایت والدین در شرایط سخت فرزندان**
اخیرا شاهد تغییرات غیر قابل پیش بینی بودیم و همه چیز از تعطیلی مدارس تا دور کاری؛ باعث شد تا ماندن در خانه به یک چالش واقعی برای والدین در سراسر جهان تبدیل شود. خبرخوب این است که در حال حاضر تحقیقات زیادی برای درک چگونگی واکنش کودکان نسبت به بلایای طبیعی یا

انسانی انجام شده است زیرا روال روزمره به کودکان احساس امنیت می دهد و به رزها و انتظارات مشخصی برای آن‌ها فراهم می‌کند.کارهای روتین نیز می تواند به کودکان کمک کند تا از پس شرایط غیر قابل پیشین بینی برآیند و اضطراب ناشی از تغییرات بزرگ را کاهش دهند، اما می تواند از جانب عمه، دایی، معلم، همسایه، مربی یا حتی خواهر و برادر هم باشد.در حقیقت، یک مطالعه ۴۰ ساله در مورد اثرات طولانی مدت فقر و اختلال عملکرد خانواده بر کودکان نشان می‌دهد که یکی از قوی ترین مواردی که کودکان به دور از خانواده تاب می آورند حمایت دیگر از راه های مدیریت اموال شخصی است، زیرا اگر زیاده روی یک بزرگسال است.به طور یقین والدین نیز احساس اضطراب می کنند و فرزندان

انسانی انجام شده است زیرا روال روزمره به کودکان احساس امنیت می دهد و به مدارس تا دور کاری؛ باعث شد تا ماندن در خانه به یک چالش واقعی برای والدین در سراسر جهان تبدیل شود. خبرخوب این است که در حال حاضر تحقیقات زیادی برای درک چگونگی واکنش کودکان نسبت به بلایای طبیعی یا

کند

روابط والدین با کودکان می تواند بر

افراد موفق در دنیا با پیروی از چند قانون ساده ، دخل و خرج

زندگی خود را به بهترین نحو ممکن مدیریت میکنند .دانستن این قوانین برای همه لازم است.

*** قانون ساده افراد موفق دنیا برای مدیریت دخل و خرج**

بسیاری از ما در مدیریت اموالمان دچار مشکل هستیم ونمی توانیم خیلی راحت پس انداز داشته باشیم،زیراسبک زندگی‌ها تغییر کرده‌به سرعت مجبور می شویم که هر چه پول داریم را خرج کنیم. در اینجا به شما راهکار هایی را آموزش می دهیم تا بتوانید مدیریت دخل و خرج خود را به بهترین شکل ممکن داشته باشید.
باور کنید که حتی موفق ترین افراد دنیا با همین رازها و قوانین به ظاهر ساده، موفق به کنترل مخارج خود شده اند پس باور داشته باشید و عمل کنید.

*** روی تصفیه بدهی‌ها تمرکز کنید**

بسیاری از افراد ترسین را کنار نمی گذارند و در نتیجه مدام نگران

بهترین روش حمایت والدین در شرایط سخت فرزندان



از حالات و احساسات آن‌ها الگو

می گیرند. به عبارتی، اگر آرام باشید فرزندان نیز احساس اطمینان می‌کند و اگر به نظر مضطرب یا ترسی داشته باشید فرزندان نیز احساس اضطراب و استرس خواهد کرد.با توجه به این نکته، بسیار مهم است که از نحوه رفتار و بیان خود با فرزندان آگاه باشید بنابراین اگر احساس اضطراب می‌کنید اجازه ندهید کودکان نیز احساس ناامنی کنند. پس ایسن امر ارزش وقت گذاری دارد و باید روش های مدیریت و غلبه بر استرس را برای خود تمرین کنید.

۲- استفاده بیش از حد از رسانه ها

مضر است

مطالعات انجام شده برروی کودکان بر خاشگر نشان می دهد که میزان یا مدت قرار گرفتن آن‌ها در معرض رسانه ها باعث این امر شده است و این فرقی نمی‌کند که در معرض مستقیم رسانه ها باشند یا غیر مستقیم . بر اساس تحقیقات، کودکانی که در معرض اخبار استرس آور رسانه ها قرار گرفته بودند طی ۷ هفته بعد دچار اختلال پس از استرس تروماتیک شده بودند.البته محافظت کامل از کودکان در برابر اخبار ناراحت کننده واقع بینانه نیست اما ایده خوبی است که دسترسی آن‌ها را به پوشش های رسانه ای ؛ چه به صورت آنالینس و چه در تلویزیون، محدود کنید همچنین می‌توانید در مورد

مدیریت دخل و خرج

مشکلات مالی هستند. اگر شما اول از همه قرض‌ها یا بدهی‌های خود را پرداخت کنید، در نتیجه این ترس و نگرانی کمتر می‌شود و کاملاً غافلگیر می‌شوید که چقدر راحت می‌توانید خرج‌های خود را مدیریت کنید؛ بدون این‌که دغدغه‌ای داشته باشید.

*** بیشتر از بودجه خود خرج نکنید**

یکی از مهم ترین راهکار ها این استست که شما بیشتر از بودجه‌ای که دارید؛ خرج نکنید. پایبند بودن به بودجه مالی یکی دیگر از راه‌های مدیریت اموال شخصی است، زیرا اگر زیاده روی کرده و آن را تمام کنید، قطعاً نگرانی و ترس دوباره به سراغ شما می‌آید. پس سعی کنید همیشه بودجه مشخصی داشته باشید و به آن پایبند بمانید.

*** با هر امکاناتی که دارید زندگی کنید**

شاید این هدر دادن زمانی باشد که بخواهید خیلی مسائل مالی را جدی بگیرید و بیش از حد خودتان را درگیر کنید اما شما می‌توانید با امکاناتی که هم‌اکنون در زندگی دارید، وضعیت بهتری را ایجاد کنید و خیلی چیز زیادی نخرید. پس سعی کنید که از تمام داشته‌های خود به بهترین شکل ممکن کمک بگیرید.

*** برای مواقع اورژانسی خودتان را آماده کنید**

زمان‌هایی در زندگی هست که از راه‌های غیر منظره برای شما خرج ایجاد می‌شود. شما باید حتماً مبلغی را کنار بگذارید و به این فکر کنید که ممکن است اتفاقات اورژانسی بیفتد و مجبور باشید برای آن‌ها خرج کنید. پس این پول را برای انجام کارهای ضروری کنار بگذارید.

*** همیشه حواستان به وضعیت مالی‌تان باشد**

شما باید تصویر ذهنی از وضعیت مالی خود داشته باشید و بدانید

با این روش ها از خشکی کف پا جلوگیری کنید

می‌تید خشک شده‌اند یا پینه بسته‌اند، انجام می‌دهید.همچنین برای حفظ رطوبت کرم‌ها، ماسک‌ها و روغن‌ها، حتماً آن‌ها را بلافاصله بعد از حمام استفاده کنید، چرا که پوست وقتی خیس است، مواد را به بهترین شکل جذب می‌کند.

■ **تا حمام از راه رفتن یا پای برهنه اجتناب کنید**

در طول تابستان قدم زدن بدون کفش و با پای برهنه در اطراف خانه، استخر یا در شن و ماسه، جالب و مفرح به نظر می‌رسد اما این کار می‌تواند صدمات زیادی با خود به همراه داشته باشد. هنگامی که پابرهنه‌اید، پاهای شما سریع‌تر گرمای سطح را جذب می‌کنند که می‌تواند در عرض چند ثانیه به آفتاب‌سوختگی و قرمزی منجر شود.

■ **پایها را خشک نگه دارید**

پاها نقش مهمی در تنظیم دمای بدن ما دارند. به همین دلیل، تمایل به تعریق دارند و تعریق ناشی از تعریق کاملاً طبیعی است اما می‌تواند مشکلات زیادی از رشد باکتری گرفته تا پینه، بوی ناخوشایند و قارچ ایجاد کند.اگر کفش‌های بسته می‌پوشید، سعی کنید همیشه جوراب به پا داشته باشید تا مقداری از رطوبت را به خود جذب کند. اگر ترجیح می‌دهید در ماه‌های

۴-در نحوه چگونگی مدیریت استرس توسط کودکان، تفاوت وجود دارد مهم است که والدین از تفاوت در ترکیب ذهن او را معطوف به موضوع دیگری کنید. به عنوان مثال، گاهی یک بازی خانوادگی انجام دهید یا با همدیگر آشپزی کنید.

۳- برقراری ارتباط حین آموزش، مهم است

یک عامل مهم محافظتلی برای کودکان ارتباط با مدرسه است. اگرچه به خانواده ها توصیه می‌شود که محیطی شبیه مدرسه و آموزش را در خانه ایجاد کنند اما کارشناسان پیشنهاد می‌کنند تاوالدین بیشتر بر تعریف یادگیری در خانه تمرکز کنند تا روی خواندن و حل مسئله، بنابراین اینگونه می‌توانند مهارت های ارتباطی و عاطفی خود را تقویت کنند.به جای تلاش برای پیروی از یک برنامه درسی سخت در خانه، به دنبال روش هایی باشید که یادگیری را در برنامه روزانه خود بگنجانید. به عنوان مثال، فعالیت هایی مانند بخت و بز فرصت هایی برای کاربرد عملی ریاضیات را فراهم می‌کند و شناسایی گونه های معمول گیاهان یا حشرات طی طبیعت گردی می‌تواند علاقه کودک را به تاریخ طبیعی برانگیزد. انجسام این کار حین خستگی کودک می‌تواند با داشتن فرصت هایی برای کمک به دیگران چه در خانه و چه در جامعه ، احساس هدفمندی بیشتر او شود.

۵- داشتن هدف برای کودک مفید است
آنچه که در شرایط سخت به نفع کودکان و بزرگسالان می باشد؛ داشتن هدف است. تحقیقات نشان می دهد که داشتن یک هدف می تواند به بزرگسالان و کودکان کمک کند تا زندگی بهتر و سالم تری داشته باشند. کودکان می توانند با داشتن فرصت هایی برای کمک به دیگران چه در خانه و چه در جامعه ، احساس هدفمندی بیشتر او شود.



که در مواقع بحرانی ممکن است که چه خرج‌هایی برای شما ایجاد شود. زمانی که تصویرسازی کلی داشته‌باشید، کم‌تر دچار استرس می‌شوید و اگر در شرایط اورژانسی و غیر منظره قرار بگیرید ، قطعاً مدیریت بحران بیستتری خواهید داشت و آرامش خود را بیشتر می‌توانید حس کنید؛ بدون این‌که پول زیادی هدر دهید.

گرم جوراب را کنار بگذارید، استفاده از پودر پا می‌تواند کمک

■ **لایه‌برداری نکته‌ای کلیدی است**

برای خلاص شدن از شر سلول‌های خشک سطحی پوست که ممکن است باعث احساس زری و زخم‌ت به نظر رسیدن پاها شود، هر دو هفته یک یا دو بار سطح زیر پاهای خود را لایه‌برداری کنید.برای لایه‌برداری یا گزینهِ‌های بسیار متنوعی وجود دارد. لایه‌بردارهای فیزیکی مانند انواع سنگ‌پای طبیعی و مصنوعی، گزینهِ‌های خوبی هستند به این شرط که آن‌ها را تمیز نگه دارید.

هنگام استفاده از سسوهان یا سنگ‌ها برای برداشتن پوست خشک یا پینه به یاد داشته باشید که هنگام کار روی پوست نرم، فشار کمتر و هنگام برخورد با پینه، فشار بیشتر وارد کنید تا پوست‌تان آسیب نینبد.گزینهِ‌عالی دیگر، یک بسته لایه‌بردار است؛ ماسک‌هایی به خشک جوراب که به نرم شدن پینه‌ها کمک می‌کند تا لایه‌برداری طبیعی پوست را راحت‌تر کند. این فرایند چند روز زمان خواهد برد و اولین نشانه‌های لایه‌برداری در حدود روز سوم ظاهر می‌شود و تا ۱۰ روز ادامه خواهد یافت.

کاربردهایی برای تمیز کردن بطری آب

سلامت کافی نیست. با وجود این‌که کلر به از بین بردن برخی از باکتری‌ها کمک می‌کند، اما مقدار این عنصر در آب آشامیدنی خیلی کم است و پس از مدت کوتاهی تبخیر می‌شود. هنگامی که کلر تبخیر می‌شود، بطری‌ها بار دیگر به محل پرورش میلیون‌ها باکتری تبدیل می‌شوند. باکتری‌ها می‌توانند به دیوارها یا کلاهک‌ها بچسبند. بطری‌هایی که برای ورزش خود استفاده می‌کنیم از آنهایی که در خانه داریم، بیشتر در معرض باکتری قرار دارند.

◀ **روش‌هایی برای تمیز کردن کامل بطری‌های آب**
برای اینکه بطری قابل استفاده مجدد برای مدتی ایمن نگهداری شود، باید حداقل هفته‌ای یک بار ضدعفونی شود. برای این منظور روش‌های مختلفی توصیه می‌شود.

◀ **سره‌ک**

استفاده از سرکه یکی از رایج ترین محصولاتی است که برای تمیز کردن ظروف استفاده می‌شود. مخلوط کردن آن با آب به مقدار مساوی و زمان دادن به آن به مدت ۲۰ دقیقه روش خوبی است، ولی همیشه به گند زدایی کامل

که هدف اصلی هنگام تمیز کردن بطری‌های آب است، نمی‌رسد. بنابراین، بهتر است این روش را با روش‌های دیگر ترکیب کنید.
◀ **سفید کننده**
یکی از روش‌های خانگی استفاده از سفید کننده است. حواستان باشد این محلول سمی است، بنابراین باید پس از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تمیز کردن و قبل از نوشیدن مجدد آب، کاملاً خشک

از تم

حوادث

انهدام باند بزرگ قاچاق سلاح و مهمات در بندرعباس

سرویس حوادث// دادستان مرکز استان هرزگان از دستگیری اعضای یک باند بزرگ قاچاق سلاح و مهمات و بندرعباس خبر داد.

به گزارش خبرنگار درسا، علی احمدی‌مشرد در تشریح جزئیات این خبر اظهار کرد: در راستای آمین نیابت استان هرزگان، یک باند سازمان یافته قاچاق سلاح و مهمات کشف و دستگیر شد. وی افزود: در اخذ دستور مقام قضایی، سربازان گنم امام زمان (عج) اقدام به شناسایی و دستگیری ۱۸ نفر از اعضای این باند کردند.

درامتداد روشنایی

ماجرای عاشقی که دزد شد!

وقتی به پدرم گفتم عاشق دختری شده ام و قصد دارم با او ازدواج کنم کمربندش را کشید و همه بدونی را بگوید کرد، من هم برای لجبازی با پدرم به سوی خلافکاری کشیده شدم تا جایی که ...

این‌ها بخشی از اظهارات نوجوان ۱۶ ساله‌ای است که به اتهام گشویی قایب دستگیر شده بود. این نوجوان در حالی که بیان می‌کرد تحت تأثیر رفاه‌های یکی از دوستان خلافکارش قرار گرفته است درباره ماجرای خلافکاری هایش به مشاور و مددکار اجتماعی کلانتری گفت: «زانه تحصیل در کلاس نهم بیست‌سازن را به پایان رسانده بودم که پدرم اجازه نداد برای ادامه تحصیل انتخاب رشته کنم. او معتقد بود در جامعه امروز مدرک تحصیلی به درد نمی‌خورد و باید هنری بیاموزم تا بتوانم معاش را زندگی ام را تأمین کنم. با آن که علاقه عجیب به تحصیل داشتم ولی نمرات تحصیلی من نیز خوب نبود و همین موضوع بهانه رفتن به مدرسه را به دست پدرم داد وقتی برای رفتن به مدرسه با پدرم به مشاگره پرداختم او حتی تا یک هفته مرا به خانه راه نداد. در این مدت به منزل خواهرم رفتم و پس از آن با کمک شوهر خواهرم شادگرد سنگ کاری شد که این حرفه را بیاموزم هنگامی که در پایان هفته کارفرما دستمزد مرا می‌پرداخت بلافاصله پدرم درآمد مرا می‌گرفت و به حساب خودش واریز می‌کرد به طوری که حتی مبلغی هم برای خرید اقلام هفته‌ای خرید لباس به من نمی‌داد. هنوز چند ماه بیشتر از رفتن به سرکار نمی‌گذشت که روزی عاشق چهره زیبای یک دختر نوجوان شدم. همان شب با ساساندانی زدن پدرم رفتم و از او خواستم دختری را که به او گفته‌ام مرا برایش «شان» کند اما او من تنها مرا تحویل نگرفت بلکه ناگهان با چهره‌ای خشمگین کمرش را کشید و

خدمتکار خانہ، سارق انگشتر برلیان

سرویس حوادث // پلیس در تعقیب زن خمدگرایی است که انگشت بریلان و ساعت گرقیمت زن نورتمندی را در دستش دارد. است. چند روز قبل زن میناسالی به پلیس رفت و از خمدگر خاناشا به اتهام سرقت شکایت کرد. مدتی بعد که بیمار شده بودیم نمی توانستیم خبری کارهای خانه و بیمان بدهم. به همین دلیل از طریق یک سارقان سابقه آلوده با زن جوانی آشنا شدم. او خمدگر منزل بود و دو بار در هفته به خانه می آمد. اما حدود دو هفته قبل ساعت مچی ۳۴ میلیون تومان را ناپدید شدد. ابتدا فکر کردم که ساسع را ام کرده یا فراموش کرده ام که کجا گذاشتم. اما هر چه فکر کردم به خاطر آوردم که آخرین بار ساعت را در خانه گذاشتم و به همین

افزایش ۸۰ درصدی مصالحه در پرونده های قصاص

سرپرست حوادث // رئیس کل دادگستری
استان هرمزگان نسبت به مدت مشابه سال قبل رشد ۷ درصدی کسب نموده است. رئیس کل دادگستری هرمزگان خاطرنشان کرد: میزان متقاضی سازش در پرونده های حقوقی و کیفری متروحه در شعب شوراهای حل اختلاف استان طی پنج ماه نخست سال ۱۴۰۱ نسبت به مدت مشابه سال ۱۴۰۰ به ترتیب ۵۰ درصد و ۸ درصد را نشان می دهد. شعبی قهرمانی بیان داشت: متوسط زمان رسیدگی جنجالی شوراهای حل اختلاف استان هرمزگان در پنج ماهه نخست سال ۱۴۰۱، نوزده روزی می باشد و حوزه های قضایی پند خیمبر و رودان با ۹ روز، حوزه قضایی قضاة ابذر خیمبر و رودان با ۱۲ روز و حوزه قضایی روز علمگرد مطوبی را از این شاخص داشته اند.

رئیس کل دادگستری استان هرمزگان همچنین یادآور شد: در پنج ماهه نخست سال ۱۴۰۱ تعداد ۱۴۰ فقره پرونده قتل عمدی به صلح و سازش منجر شده است که نسبت به مدت مشابه سال قبل، رشد ۸۰ درصدی را نشان می دهد.

سرورس حوادث // طی یک عمل جراحی موفقیت آمیز توسط تیم جراحی فوق تخصصی مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کودکان، طحال با وزن ۴ کیلو از بدن یک کودک ۱۳ کیلوپی خارج شد. طی یک عمل جراحی موفقیت آمیز توسط تیم جراحی فوق تخصصی مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کودکان، طحال با وزن ۴ کیلو از بدن یک کودک ۱۳ کیلوپی خارج شد.

سرویس حوادث// فرمانده انتظامی استان از کشف بیش از یک تن و ۳۰۰ کیلو مواد مخدر طی درگیری مسلحانه تکاوران انتظامی با عناصر قاچاق مواد افیونی، در شمال، غرب و جنوب استان خبر داد.

سردار «احمد طاهری» در تشریح این خبر بیان داشت: در راستای کنترل تحرکات باندهای قاچاق مواد مخدر در جنوب شرق کشور، با اشراف اطلاعاتی پلیس مبارزه با مواد مخدر استان و رصد تحرکات قاچاقچیان در مناطق شمال، مرکزی و

یکشنبه ۱۳ شهریور ۱۴۰۱

۷ صفر ۱۴۴۴

سال بیست و یکم شماره ۳۹۷۰

حوادث جہان

حمله توپخانه ای ترکیه به شمال سوریه

■ خبرگزاری رسمی سوریه از حمله توپخانه ای سنگین گروه های تروریستی تحت حمایت ترکیه به الرقه در شمال سوریه خبر داد. گروه های تروریستی سوریه (سانا) از حمله توپخانه ای سنگین گروه های تروریستی تحت حمایت ترکیه به مناطق مسکونی در حومه شمالی الرقه خبر داد. بر اساس این گزارش، منابع اعلام کردند که گروه های تروریستی تحت حمایت اشغالگران ترکیه اطراف منطقه نین عیسی و محور بین المللی M۴ در حومه شمالی الرقه را هدف حمله توپخانه ای قرار دادند. این منابع افزودند که این حملات به برجا ماندن خسارات به تعدادی از منازل و دارایی ها و رب و شوش و شهروندان منجر گردید. این در حالی است که گروه های ترکیه و مزدوران آن روستای قرقلی واقع در غرب شهر تل ابیض و اطراف منطقه نین عیسی و محور بین المللی M۴ را دستاویز صیدا و ملقی واقع در حومه شمالی الرقه را هدف قرار دادند.

۴۲ کشته در حمله مسلحانه در اتیوپی

منابع خبری از کشته شدن شماری در اتیوپی بر اثر حمله مسلحانه خبر دادند. بر اساس این گزارش، شاهدان عینی اعلام کردند که بر اثر حمله افراد مسلح به منطقه اورومیا اتیوپی ۴۲ نفر کشته شده اند.

انفجار انتحاری در الانبار عراق

منابع عراقی از انفجاری انتحاری در غرب این کشور
گفته و زخمی شدن چند نظامی عراقی را اثر آن خبر
دادند. یک منبع امنیتی عراقی از انفجاری انتحاری در
غرب این کشور خبر داد. بر اساس این گزارش، این منبع
امنیتی از کشته و مجروح شدن ۴ نظامی ارتش عراق
در صحرای راه در استان الانبار خبر داد. این منبع گفت
که در پی عملیات بازرسی نیروهای ارتش عراق در بیابان
راه، یک تروریست انتحاری خود را منفجر کرد.
مذکور در ادامه تاکید کرد که در بسی این انفجار، یک
نظامی ارتش عراق کشته و ۳ نظامی دیگر مجروح شدند.
گفتنی است که داعشی‌ها هزارگانه‌ای در برخی مناطق
عراق به ویژه مناطق آزاد شده از لوث تکفیری‌ها دست
به تحرکاتی می‌زنند.

خروج طحال ۴ کیلویی از بدن یک کودک ۱۳ کیلویی در بندرعباس

دریافت خون نیز کاهش

کشف یک تن و ۳۰۰ کیلو مواد افیونی در «سیستان و بلوچستان»

از فعالیت به جایی و به کشور به تنه. اطلاعاتی استان های و نیاسایی و در میزان ر و هدفمند تحت کنترل حمله های اطلاعاتی ۴۵۰ پرو، و انتقال مواد نظامی، و ناموران مناسب

عملیاتی مقابله به مثل نموده و با آتش بر حرم خود خودرو های حامل دار و زمین گیر کردند. سردار طهرانی بیان داشت: سوارداران هر گاه در مقابله با تکاوران پلیس ار نداشتند، با مرگ در خودرو های حامل مواد به اطراف متواری که ادامه و طی تعقیب و گریز قاچاقچیان در ارتفاعات مناطق مذکور ۵ سواردار مرگ دستگیر شدند.

وی خاطر نشان کرد: در پاک سازی محل های و گریزی و طی بازرسی از خودرو های توقیف شده از قاچاقچیان در مجموع یک تن و ۳۰۰ کیلوگرم مواد افیونی و یک قبضه سلاح کلاش، دو قبضه سلاح و یک دستگای بیسیم مستهجن کشف شد. این مقام ارشد انتظامی در ادامه به بیان اینکه تلاش برای دستگیری دیگر اعضای این باند قاچاق ادامه دارد، با اشاره به عزم جدی پلیس استان در مقابله با پدیده خانمان سوز قاچاق مواد افیونی، از شهروندان خواست اخبار و اطلاعات خود را در این خصوص با تماس ۱۱۰ در اختیار پلیس قرار دهند.

حامد کامران - شورای حل اختلاف شعبه ۳ پاریس

مختار صادقی - رئیس دادگاه اصل ۴۹ قانون اساسی استان هرمزگان

بامصرف مرتب گوشت ماهی و میگو خطر ابتلاء به بیماری کو اتر و آسم کاهش می یابد

روابط عمومی

تحریریں

اجتماعی									
بندرعباس	اھواز	بوشھر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد		
اذان صبح ۰۵:۵۵:۵۰	اذان صبح ۰۵:۲۹:۳۴	اذان صبح ۰۵:۲۴:۵۱	اذان صبح ۰۴:۴۳:۵۴	اذان صبح ۰۵:۱۶:۵۳	اذان صبح ۰۴:۵۷:۴۰	اذان صبح ۰۵:۱۸:۵۷	اذان صبح ۰۵:۰۵:۳۹		
طلوع آفتاب ۰۶:۲۵:۱۹	طلوع آفتاب ۰۶:۵۲:۵۰	طلوع آفتاب ۰۶:۴۵:۵۰	طلوع آفتاب ۰۶:۰۵:۲۲	طلوع آفتاب ۰۶:۳۸:۳۰	طلوع آفتاب ۰۶:۱۹:۵۶	طلوع آفتاب ۰۶:۴۱:۳۷	طلوع آفتاب ۰۶:۲۹:۳۲		
اذان ظھر ۱۲:۴۰:۴۰	اذان ظھر ۱۳:۱۵:۰۶	اذان ظھر ۱۳:۰۶:۲۳	اذان ظھر ۱۲:۲۶:۱۹	اذان ظھر ۱۲:۵۹:۳۳	اذان ظھر ۱۲:۴۱:۲۸	اذان ظھر ۱۳:۰۳:۲۸	اذان ظھر ۱۲:۵۲:۱۶		
غروب آفتاب ۱۹:۰۲:۲۵	غروب آفتاب ۱۹:۳۵:۴۱	غروب آفتاب ۱۹:۲۵:۱۷	غروب آفتاب ۱۸:۴۵:۳۷	غروب آفتاب ۱۹:۱۸:۵۶	غروب آفتاب ۱۹:۰۱:۲۰	غروب آفتاب ۱۹:۲۳:۳۸	غروب آفتاب ۱۹:۱۳:۱۸		
اذان مغرب ۱۹:۱۸:۱۲	اذان مغرب ۱۹:۵۲:۰۹	اذان مغرب ۱۹:۴۱:۲۱	اذان مغرب ۱۹:۰۱:۴۵	اذان مغرب ۱۹:۳۵:۰۶	اذان مغرب ۱۹:۱۷:۳۷	اذان مغرب ۱۹:۳۹:۵۹	اذان مغرب ۱۹:۲۹:۵۲		

وجود ۳۰۰۰ محله آسیب‌خیز در کشور

پیدا شدن مشارکت میان دستگاه‌های مختلف طراحی و تدوین برنامه‌ها است. گوهاری، مومنی، منتظایی و استانی بوده است. به این اشاره به اینکه در گذشته همیشه برنامه‌ها و طرح‌هایی در زمینه آگاسازی به مداخله سطوح یک و دو از سوی دستگاه‌های کشوری انجام می‌شده و به استناد به ابلاغ می‌شد؛ گفت: در سال جاری هدف‌گذاری سازمان به‌زیستی متفاوت است و بر اساس وضعیت موجود، نیازها و اولویت‌ها مطابق الگوی سیستم بوم اجتماعی است. انتظار بر این است که با همکاری و همکاری در دستگاه‌ها، استانداردهای ظرفیت اجرایی خود را متمرکز و یکپارچه کنند. از سوی دیگر، نیز برای شهرستان‌هایی که در حوزه آسیب‌های اجتماعی در سطح بالا دارند، برنامه‌های مختلفی از جمله برنامه‌های آگاسازی و آموزش در جمعیت عمومی، آگاسازی در گروه‌های پرخطر و همچنین غربالگری‌ها، مداخلات لازم انجام می‌شود. گدایی‌ها را بیان اینکه نقش وزارت کشور ارتباط بین بخشی دستگاه‌ها است؛ افزود: به طور مشخص، شبکه‌های اجتماعی که میان دستگاه‌ها وجود دارد، بحث تبادل داده و اطلاعات است و همواره، این مسئله و مشکل مطرح بوده که دستگاه‌ها در ارائه داده و گزارش خود، تردید دارند. اساس وزارت کشور از سال گذشته اقدام به عقد تفاهم‌نامه‌ای مشترک بین دستگاه‌های مرتبط مانند سازمان به‌زیستی، نظام درمان‌ها، قوه قضائیه، نیروی انتظامی و دستگاه‌های مرتبط دیگر کرد و بر این اساس کار در راستای همکاری تشکیل شد تا دستگاه‌های عضو بتوانند به داده‌ها و اطلاعات مورد نیاز در سطوح مختلف شهر، دسترسی داشته باشند. نیز بیان کرد: این است که در

سرپرست اجتماعی // مدیرکل دفتر پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی سازمان بهزیستی کشور با بیان اینکه در حال حاضر حدود ۷۰۰۰ محله در سراسر کشور وجود دارد، گفت: از میان این محله‌ها حدود ۴۰۰ محله، آسیب‌خیز و کمتر برخوردار هستند.

ازرو گذاری‌فرد درخصوص آخرین اقدامات سازمان بهزیستی در راستای رصد آسیب‌های اجتماعی کشور بیان کرد: هدف‌گذاری سازمان بهزیستی درخصوص رصد آسیب‌های اجتماعی، همواره شناخت روند تغییرات، وضعیت موجود، شناسخت عوامل تعیین‌کننده، عوامل خطر و محافظ و ارتباط آنها با آسیب‌های اجتماعی بود است از این طریق بتوانند روند تغییرات را دیده‌بانی کرده و برنامهریزی‌های مبتنی بر شواهد بهزیستی دهد.وی با بیان اینکه سازمان بهزیستی از این سال‌ها هم اقدام به انجام پیمایش‌های متعدد کرده و هم آمارهای حاصل از سامانه‌های بهزیستی (سامانه ۱۴۳۸)، سامانه اورژانس اجتماعی (۱۲۰) و... جمع‌آوری کرده است، ادامه داد: هدف‌گذاری سازمان به این نحو بود که بتوان تمرکز، نقطه هدف خود را تا سطح محله‌ها پیش ببریم.

به طور مشخص وی سه سال پیمایش داده‌های استان و همچنین سه شهر پر آسیب و کم آسیب را مورد بررسی قرار داد.مدیرکل دفتر پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی سازمان بهزیستی کشور ادامه داد: برای اساس این سازمان در سال گذشته و همین‌طور دو ماهه اول امسال اقدام به انجام پیمایش و جمع‌آوری داده‌های شهرستان‌ها کرده است: به گونه‌ای که بالغ بر ۴۷۰ شهرستان را (کلید شهرهای سراسر کشور) مورد

وزیر آموزش و پرورش عنوان کرد

۲. برابر شدن آسیب‌های اجتماعی دانش‌آموزان در کرونا

سرویس اجتماعی // وزیر آموزش و پرورش درباره افزایش آسیب‌های اجتماعی دانش آموزان در پاندمی کووید ۱۹: گفت: در طول پاندمی کووید ۱۹ که می‌توان گفت دانش آموزان به فضای مجازی پرتاب شدند، میزان آسیب‌های اجتماعی دانش آموزان دو برابر شده که این آمار نشانه خوبی نیست.

یوسف نورزی در دومین روز از نخستین همایش ملی «آسیب شناسی روانی کرونا و مداخلات روانی- اجتماعی»، اظهار کرد: ما با همکاری وزارت کشور و قوه قضاییه سامانه‌ای برای رصد آسیب‌های اجتماعی دانش آموزان در اختیار داریم که آسیب‌های اجتماعی دانش آموزان توسط این سامانه شناسایی شده و سپس به مشاوران ارجاع داده می‌شوند.

طراحی موتور جستجوی دانش آموزی‌ایمن «شادبین»

وزیر آموزش و پرورش در ادامه با اشاره به اهمیت همکاری گروه های فرد رسمی و دولتی و نقش گزارش‌نشان و مشاوران در جهت شناسایی و درمان آسیب‌های اجتماعی دانش آموزان، افزود: در حال طراحی سکوی برای سنجش «میرخ روانی» دانش آموزان هستیم. ۱۴۵ آزمون وجود دارد تا نیمرخ اولیه فرد به دست آید. همچنین برای اینکه از فضای مجازی‌ها ایمن برگردیم، موتور جستجوی دانش آموزی‌ایمن «شادبین» را طراحی کردیم. وی در بخش دیگر سخنان خود با اشاره به تحقیقات انجام شده وزارت آموزش و پرورش در خصوص آموزش حضوری مدارس در دوران پاندمی کووید ۱۹، ادامه داد: نتایج این بررسی‌ها نشان می‌داد برخی کشورهای اسکاندیناوی در طول پاندمی کووید-۱۹ اصلاً تعطیلی نداشتند و بعضاً در برخی کشورها طولانی‌ترین مدت آموزش غیر حضوری شده ماه بود؛ اما ما این امر را ۲۶ ماه ادامه دادیم.

آموزش مدارس ۱۱۱ کشور در کرونا

حضور یود

نوری در ادامه سخنان خود با اشاره به نتایج پژوهش WHO که نشان می‌دهد مدارس در جهان آخرین جایی بودند که در دوران پاندمی کووید ۱۹ تعطیل شدند و اولین جایی بودند که بازگشایی شدند، افزود: بر اساس آمار که از یونیسف گرفتیم متوجه شدیم آموزش مدارس ۱۱۱ کشور به صورت حضوری بود.

■ با تعطیلی مدارس ۱۶ درصد از سرمایه گذاری موثر حکومت برای دانش آموزان هدر می‌رود

وزیر آموزش و پرورش به پرسش‌های اقتصادی، جامعه‌شناسی و آموزشی تعطیلی مدارس در جهان اشاره و توضیح داد: طبق آمارهای جهانی با تعطیلی مدارس ۱۶ درصد از سرمایه‌گذاری موثر حکومت برای دانش آموزان هدر می‌رود.

■ «بازماندگی تحصیل» دانش آموزان به عنوان یکی از آسیب‌های آموزشی تعطیلی مدارس

نوری با اشاره به «بازماندگی تحصیل» دانش آموزان به عنوان یکی از آسیب‌های آموزشی تعطیلی مدارس، خاطر نشان کرد: در دوران پاندمی کووید ۱۹ به ویژه در پایه اول ابتدایی با بازماندگی از تحصیل و یا عدم ثبت نام در این پایه مواجه شدیم و حدود ۴۰ هزار نفر به بازمانده‌های از تحصیل و یا عدم ثبت نام در این پایه اضافه شد که آمار سنگینی است و به راحتی قابل تحصیلی در پایه اول ابتدایی اتفاق افتاد.

■ گرایش به مدارس بین المللی در پاندمی کووید ۱۹

به گزارش ایسنا، وزیر آموزش و پرورش از گرایش به مدارس بین المللی در پاندمی کووید ۱۹ نیز یاد کرد و افزود: این امر نیز در دوران پاندمی کووید ۱۹ اتفاق افتاد که برای ما ضرر است چراکه هویت بچه‌ها را خدشه دار می‌کند.

۱۴۰۱ شهریور ۱۳
۷ مهر ۱۴۴۴
سال بیست و یکم شماره ۳۹۷۰

غروردین :

وقتی در مقابل جمع حرف می‌زنید معمولاً از خودتان مطمئن هستید، اما امروز ممکن است بدون این که متوجه شوید خودتان را در وضعیت خطرانی قرار دهید. برای این که از این وضعیت نجات‌کننده خلاص شوید باید رویکردتان را تغییر دهید، یعنی به جای این که به حرف‌ها و نحوه‌ی انتقال پیام‌تان فکر کنید بهتر است بفهمید که دیگران چه برداشتی از شما دارند. حقایق را در نظر بگیرید، درست است که می‌خواهید در صف اول قرار بگیرید و راهنمای گروه باشید، اما کاری نکنید که اعتبارتان کم‌رنگ شود.

اردیبهشت:

فکر می کنید که احساسات تان آن قدر آشکارند که همه ی دنیا می تواند بداند و حال شما را ببینند. همین که چند کلمه بگوید کافی است، دیگران خوشان تا ته ماجرا را خواهند دانست. اگرچه به کار تو توجه بودن ممکن است ناراحت تان کند، اما مطمئن باشید که دیگران همان قدری می دانند که شما به آن ها گفته اید، بقیه فقط توهمات شماست که فکر می کنید در معرض خطر قرار دارید. انرژی خود را برای محافظت از چیزهایی که در امتیاز کامل هستند دهر ندهید و به چیزهای فکر نکنید که هرگز اتفاق خواهند افتاد.

خرداداد:

امروز ممکن است هنگام ارتباط با دیگران دچار مشکل شوید. زیرا احتمالاً سعی دارید چه بگویید، البته دلیل همه این ها بازگشت ماه به نشانه ی تغییر دهنده ی شمس است. باعث شده دهن تا هر لحظه این سبو و آن شود. اما اگر سعی کنید که پیش از حد ملموس حرف نزنید ممکن است نتیجه ی معکوس بگیرید، زیرا در آن مورد هم دیگران حرف های شما را نخواهند فهمید. امروز به شما توصیه می شود که فقط رویاهای آرزوهای بار بار دیگران در میان بگذارید و سعی نکنید که به کسی راه نشان دهید.

⋮

امروز دل تان می خواهد که اسرار تان را با دیگران در میان بگذارد، پس ممکن است به دنبال زمان و مکان مناسب بگردی تا به کسی گویند که چه چیزی را پنهان می کردی. البته احساس خطر نمی کنی، زیرا هم اکنون در یک دنیا بی خیالی زندگی می کنی و باور داری که از نظر احساسی در امنیت کامل هستی. کاری که وقتی با واقعیت روبرو شدی متعجب شوی. برای این که مشکل به وجود نیاید دنبال کسی بگردی که به اندازه کسی قابل اعتماد باشد همین کافی است.

مرداد:

امروز ممکن است کمی مشکلات نان فروختن کنند، اما بدانید که این فقط یک وقفه ای موقتی پیش از وفاتان است. مشکل شما آن قرار اساسی است که به این راحتی ها جاره نمی شود. به نظر می رسد که اکنون در زنگ تفریح به سر می برید، به همین خاطر تمایلی ندارید که این موضوع را به طور ریشه ای مورد بررسی قرار دهید. به شما توصیه می شود که هر چه زودتر این کار را انجام دهید، زیرا این را زود باید راهی پیدا کنید تا مشکلاتتان از آن اساس ریشه کن کنید.

شہریور:

تصمیم گرفته اید اطلاعاتی را که در اختیار دارید به درستی و کامل به دیگران انتقال دهید. اکنون عبارت در شانه ی عقلی شما بازگشته و از این رو به قدرت دقیق شده اید. اما از طرف دیگر نبوت به ضرر شما وارد شده و باعث می شود که حرف ها و کلمات شما برانگیزد و گمراه کننده به نظر برسند. سعی کنید لحن تان منتقدانه نباشد، زیرا تلاش شما برای شفاف سازی گفته های تان ممکن است به نظر دیگران نوعی اعمال قدرت باشد.

●

افکار بزرگی در سر دارید، اما متأسفانه افکار شما
طرز عملکرد دیگران هماهنگ نیستند. دوست دارید که
با دوستان تان هماهنگ باشید، اما چنین چیزی اکنون
ممکن نیست؛ یک برداشت غلط از سوی دوستان تان می تواند همه
چیز را به هم بریزد. به دفع تان است که انگیزه های پنهان تان را کنار
بگذارید و وارد باغ تفکر نشوید، زیرا ممکن است بر تلاش شما
تأثیر بگذارد و نتوانید کارهای تان را به انجام برسانید.

آبان :

دل نام می خواهد که در اعماق احساس غوطه ور شود، اما دیگران ممکن است از این اعماق ترسند. اما امروز همه چیز فرق می کند، تصمیم دارید که از چیزهای سطحی فراتر نروید و تمایلات شدید خود را با اهمیت جلوه دهید. اما این رفتار شما ممکن است نتیجه ای معکوس به همراه داشته باشد، شاید ارتباطان را فک کند که شما انسان ریاکاری هستید. به جای این که حقیقت را نادیده بگیرید، به شما توصیه می شود که صادق باشید و از اعماق وجودتان حرف بزنید.

آذر:

امروز ممکن است در روابط نان تغذیاتی حاصل شود، دقیقاً به همان سرعتی که با ادرار در جابه جایی می کند. اسهال است از این بی ثباتی دچار اشتگی شود و نتوانید درست را از نادرست تشخیص دهید. شیوه ی عملکرد نان اسهال حاضر تطبیق دهید. به جای این که وارد جزییات احساس ناپایداری نان شوید به شما توصیه می شود که با اهداف بلند مدت نان چشم بپوشید. اگر نسبت به تغییرات آگاهی کامل داشت باشید می توانید پایداری بیشتری را در نرس و حال نان احساس کنید.

دی :

امروز به شدت نیاز دارید که از هیولای آبی رقتناز
مخروص خاصی را بفهمید، این متناهی را تمایل را هنوز
نمی دانید. هر بار که فکسر می کنید به جواب نزدیک
شده اید، ناگهان از دست شما می گریزد. اجازه دهید که اضطراب
به شدت انجام حل این مشکل بالا برود. به شما توصیه می شود که چند
روزی صبر کنید تا ذهن تان سر و سامان بگیرد. در حال حاضر تنها
کاری که به شما برمی آید این است که بر کار خودتان تمرکز کنید و
کنجایو تان را روی موضوع دیگری قرار دهید.

بہمن :

احساس می کنید که همه ی آدم های اطراف تان پیش از حد خودنمایی می کنند. نمی توانید به آن ها اعتماد کنید، زیرا به نظراتان چیزی را زیر رفتار و حرکات شان پنهان می کنند. اکنون نمی توانید بفهمید که پشت آن ظاهر جذاب و لبخند ملیح شان چه می گوید. به شما توصیه می شود که به جای عمل به احساسات تان رجوع کنید. برای این که حقیقت را بفهمید باید از راه های غیر مستقیم وارد عمل شوید.

سپینڈ:

اکنون دل تان می خواهد که در رویاهای تان غرق شوید، اما به نظر می رسد که دیگران وقت تان را گرفته اند و مجبوری رویاپردازی به زمان دیگری موکول کنید. اطلاعاتی غریبی در دست دارید که وقتی می خواهید از آن ها حرف بزنید ناگهان از کف تان می روند. تجربه های معنوی و حرف معمولی هرگز نیست به زبان بنیانید. برای این که رویاهای تان را زنده نگه دارید باید به این فرایند اطمینان کنید.

