



یکشنبه ۲۱ اسفند ۱۴۰۱ ۱۹ شعبان ۱۴۴۴

سال بیست و دوم شماره ۴۱۲۳

۸ صفحه ۲۰۰۰ تومان



پست الکترونیکی: daryanews_bnd@yahoo.com

آبا بتن ساحل
تولید و عرضه بتن آماده
 دفتر مرکزی: ۳۲۲۱۲۹۶۹-۳۲۲۱۲۸۲۸
 کارخانه: ۳۲۵۶۱۵۳۰-۳۱۰
 آدرس: بندرعباس- بلوار امام خمینی نرسیده
 به میدان شهدا، نبش خیابان دانش ساختمان
 بنی هاشمی واحد ۲

گروه خبر // با حضور مهرداد بذریاش وزیر راه و شهرسازی، مهدی دوستی استاندار هرمزگان، نمایندگان هرمزگان در مجلس شورای اسلامی و جمعی از مدیران دستگاه‌های اجرایی مرتبط با حوزه بندار و دریانوردی چند طرح مهم در حوزه بندری هرمزگان به بهره‌برداری رسید.

به گزارش خبرنگار دریا، مهندس دوستی استاندار هرمزگان در آیین بهره‌برداری از این طرح‌ها اظهار داشت: از زمان حضور دکتر بذریاش در مجموعه وزارت راه و شهرسازی شاهد اقدامات تحولی بوده‌ایم و انتظار می‌رود با روحیه انقلابی وی اتفاقات خوبی در حوزه راه و شهرسازی رقم بخورد.

وی با تأکید بر اینکه عموماً هرمزگان را استانی بندری می‌شناسند گفت: من معتقدم هرمزگان با توجه به ظرفیت‌ها و پتانسیل‌های بسیار ویژه و خاص منطقه مهم لجستیکی کشور است که در بنادر این استان هم شاهد پهلودهی شناورهای کوچک و هم کشتی‌های چند هزار تنی هستیم. استاندار هرمزگان با اشاره به جای خالی حمل و نقل ترکیبی در کشور اظهار داشت: هرمزگان تنها جایی است که کشور می‌تواند چند کار بزرگ در آن انجام دهد و بنادر نسل جدید سطح چهار و پنج در این استان ایجاد کند در این صورت استان‌های ساحلی از موقعیت ویژه بنادر بهره‌مند می‌شوند. وی یکی از مشکلات حوزه بندار را عدم لایروبی و رسوب‌گذاری بنادر برشمرد و ادامه داد: بنادر استان به دلیل رسوب‌گذاری و عدم توجه به آنها در دهه‌ی اخیر باید در یک بسته ویژه دیده شوند تا با لایروبی همه بنادر کوچک از صدمات به کشتی‌ها و شناورها جلوگیری شود.

دوستی بر لزوم ایجاد یک بندر جدید در شهرستان بندرلنگه اشاره کرد و گفت: بندر فعلی در این شهرستان بر اثر محصور بودن در شهر، مشکلاتی برای مردم ایجاد کرده، برای بهره بردن از تمام ظرفیت بندری در شهرستان بندرلنگه نیاز

وزیر اقتصاد در جلسه گفت و گوی دولت و بخش خصوصی هر مزگان:

جلوی ابلاغ بخشنامه‌های غیر ضروری را می‌گیریم

افزایش اختیارات استانی در راستای تمرکز زدایی



عکس: علی زارعی/دريا

خود امیدوار تر باشد و همچنین دولت هم تقویت شود. وزیر امور اقتصادی و دارایی افزود: در سال آینده به بی ثباتی ارزی غلبه می‌کنیم، هرچند این موضوع با شرایط تحریم‌های خارجی و همه‌های دشمن که برای ما وارد می‌شود، دشوار است. خاندوزی اذعان داشت: ایجاد بستر و تسهیل فعالیت اقتصادی وظیفه ما دولتی‌ها است تا بار مضاعف از دوش تولیدکننده و صادرکننده برداشته شود.

وی گفت: در وزارت اقتصاد تمام تلاش ما این است که ساعت و روزهای ترخیص کالا از گمرک را هم کاهش دهیم. خاندوزی در خصوص مشکلات بیان شده در مورد دستورالعمل‌های ابلاغ شده از پایتخت به مرزنشینان، گفت: استراتژی تمرکز زدایی را بایستی به طور جدی دنبال کنیم؛ معتقدم که بروکراسی پیچیده تمرکزگرا، باعث شده استان‌ها به گروگان گرفته شوند، از این رو اختیارات هر استان را بیشتر می‌کنیم. وی اضافه کرد: اخیراً نیز ۳۵ اختیار وزیر اقتصاد و دارایی را به استان‌ها به شهرداری و دهیاری‌ها باعث شوک‌فایی شهرهای هرمزگان شده که خود نوید بخش گام‌های مثبت طرح‌های مالیاتی است.

وزیر اقتصاد در ادامه گفت: برنامه‌های دولت و وزارت خانه در ظاهر پراکنده اند، اما مهره‌های یک تسبیح هستند. بنابراین بایستی ملاحظات ملی را هم در هر فعالیتی در نظر بگیریم. برای مثال در خصوص واردات نه تنجی‌ها باید منافع ملی و کشور را هم در نظر بگیریم نه تنها منافع یک استان را. خاندوزی در پایان خواستار هم صیابی دولت و بخش خصوصی شد و گفت: در دولت و بین نهادها نیز مناقشه است و بخش خصوصی و دولتی برای تسهیل امور و حذف امضاهای طلایی باید مصداقی داشته باشند.

◀ **ادامه در صفحه ۸**

با حضور وزیر راه و شهرسازی:

بندر گاه چندمنظوره شهرستان خمیر رسماً افتتاح شد



بهره‌برداری رسید.

بخش کنترل ترافیک و امداد نجات دریایی کشور در این ساختمان مستقر شده و بیشترین امکانات و تجهیزات مدرن استفاده شده توسط شرکت‌های دانش‌بنیان طراحی و به اجرا درآمده است. درحال حاضر ظرفیت کانتینری بندر شهید رجایی شش میلیون TEU در سال است که با بهره‌برداری از فاز سوم طرح توسعه این بندر این ظرفیت به هشت میلیون TEU در سال افزایش می‌یابد. همچنین در یکی از مهم‌ترین طرح‌های بندری هرمزگان، بندر جدیدالاحداث خمیر توسط وزیر راه و شهرسازی مورد بهره برداری قرار گرفت که اثرگذاری بسیار زیادی در توسعه صادرات و ترافیک بندر شهیدرجایی به همراه خواهد داشت. بندر شهید رجایی اراضی ۲۴۰۰ هکتاری برای این مسئله فکری اساسی شود تا منویات مقام معظم رهبری محقق شود.

استاندار هرمزگان با تأکید بر اینکه در پس کرانه بندر شهید رجایی اراضی ۲۴۰۰ هکتاری نیاز به تصمیم جدی دارد گفت: این اراضی برای جذب سرمایه گذار داخلی و خارجی نیازمند ایجاد تأسیسات است تا بتوان از فرصت فعلی استفاده کرد.

دوستی توسعه و ایجاد شهرهای جدید ساحلی

کریدور ساحلی در هرمزگان

طی ۳ سال آینده کامل می‌شود

گروه خبر //مدیرعامل شرکت ساخت و توسعه زیربنایهای کشور گفت: ۲۰۰ کیلومتر از کریدور ساحلی کشور در هرمزگان باقی مانده که طی ۳ سال آینده کامل می‌شود. خیرالله خادمی مدیرعامل شرکت ساخت و توسعه زیربنایهای کشور اظهار کرد: به کار خدمت‌رسانی و انجام مأموریتیم با حضور وزیر راه و شهرسازی شاهد

بهره‌برداری از ۲۵ کیلومتر دیگر از بزرگراه ساحلی جنوب کشور در موارات ساحل بودیم.

به گزارش فارس؛ وی افزود: ۸۳۷ کیلومتر از ۱۸۰۰ کیلومتر کریدور بزرگراهی کشور در استان هرمزگان قرار دارد که ۲۰۰ کیلومتر از آن باقی مانده و ما تلاش خواهیم کرد آن را طی سه سال آینده کامل کنیم.

از صفر تا صد لوازم خانگی



- دنیای تنوع
- پایین‌ترین قیمت
- اقساط تا ۲۰ ماه
- گارانتی معتبر

هابپرکالای
خانه شیوا

📍 چهارراه پگاه به سمت ورودی شهر (جنب پایگاه هوایی) 🕒 یکسره تا ۱۱ شب

با حضور وزیر راه و شهرسازی:

بندر گاه چندمنظوره شهرستان

خمیر رسماً افتتاح شد

نماینده ولی فقیه در هرمزگان:

استقرار گمرکات در سطح هرمزگان

متوازن نیست

برگزاری ششمین نمایشگاه

صنایع‌دستی ملی در بندرعباس

اگر وعده‌های وزیر اقتصاد محقق شود ...

نمایشگاه عرضه مستقیم کالا

در بندرعباس

با صرفه‌جویی ۱۰۰درصدی محقق شد

ساخت و بازسازی قطعات کمپرسور هوای فشار قوی

در نیروگاه بندرعباس



مدیرعامل نیروگاه بندرعباس اضافه کرد: با توجه به نقاط قوت این تجهیزات، که به‌دست توانمند نیروهای متخصص داخلی ساخته شده، با رسیدن به خودکفایی در انجام چنین پروژه‌هایی، دیگر نیازی به حضور شرکت‌های سازنده خارجی، جهت تعمیرات نداریم و کارشناسان داخلی می‌توانند برای ساخت این نوع قطعات اقدام کنند.

نیروگاه بندرعباس افزود: در عملیات و مدیریت نیروگاه‌ها، استفاده از کمپرسورهای هوا برای پالس‌خ‌گویی به نیازهای واحدها بسیار حائز اهمیت است و نیازهای تعمیر و نگهداری تجهیزات را برآورده می‌کند، که در مرحله اول، بهره‌برداری از واحدهای تولید برق حرارتی برای پشتیبانی از عملیات، به‌تعداد زیادی دستگاه کنترل نیاز دارد که عملکرد این ابزارها، با هوای فشرده کنترل می‌شود. و در مرحله دوم، انتخاب سیستم‌های کمپرسور هوا به‌عنوان یکی از عوامل مهم تأمین‌کننده هوای فشرده در نیروگاه‌ها است. محمودی یادآور شد: یاباری خداوند و همت و تلاش ماندگار پرسنل متخصص شرکت و بدون نیاز به کارشناس خارجی، ساخت و بازسازی قطعات کمپرسور هوای فشار قوی به‌طور کامل انجام شد.

جناب آقای مهندس دوستی

استاندار محترم هرمزگان

جناب آقای مهندس حمزه پور

مدیرعامل محترم شرکت آب و فاضلاب هرمزگان

بدینوسیله از زحمات شما در جهت احداث مخزن هزار مترمکعبی

شهر فین و پایداری تامین آب شرب اهالی شهر فین، تشکر و قدردانی

نموده و از خداوند متعال توفیقات روزافزون شما را در جهت خدمت

هر چه بیشتر به مردم خواستاریم.

شورای اسلامی شهر فین

صرافی محمودی

خرید و فروش ارز و انجام حواله سریع
بندرعباس، مجتمع تجاری زیتون، طبقه اول
پلاک ۱۲۰- تلفن فاکس ۳۲۲۲۶۱۵۲
تلفن: ۰۹۱۷۱۶۱۰۷۷۴-۳۲۲۳۵۵۴۰

«فروشگاه رخ نما»

نمایندگی محصولات آرایشی و بهداشتی

LUMENE
FINLAND

کرم های ضد جوش، ضد چروک و جوان کننده پوست

بندرعباس، مجتمع تجاری زیتون، طبقه اول واحد ۱۱۱

تلفن: ۰۹۱۷۱۶۱۰۷۷۴-۳۲۲۲۶۹۸۴-۳۲۲۲۶۷۷۴



آرزو توکلی سرورس استان ها // نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه کرمان گفت: در روزهای اخیر بخشی دیگر از جنگ ترکیبی برای ملت ایران برپلا شد و دشمن به سراغ عزیزترین قشر جامعه(دانش آموزان) رفته که بحمدالله بخشی از عوامل این توطئه شناسائی شده و امیدواریم کامل شناسائی و به اشد مجازات برسند.

به گزارش خبرنگار دریا؛ حجت الاسلام و المسلمین حسن علیدادی سلیمانی در خطبه های نماز جمعه کرمان با توصیه به رعایت تقوای الهی اظهار کرد: واقعیت این است در دنیایی که زندگی می کنیم، و نابہسامانی‌ها و امتحان‌ها جدی است؛

گاهی در اوج نعمت ها امتحان می شویم و زمانی با مشکلات و گرفتاری ها و در هر صورت ابتلاء و امتحان قطعی است. علیدادی سلیمانی با اشاره به اینکه تجلیل از شخصیت های بزرگ یک وظیفه و آموزه دینی است، گفت: باید قدردان باشیم و تکریم کنیم تا جامعه به سمتی حرکت کند که خودش را عامل انجام نعمت ها بداند. اگر در مناسبت های مختلف از شهدا و خانواده آنها تجلیل می کنیم در همین راستا ۲۲ اسفند روز بزرگداشت شهداء و تاسیس

بنیاد شهید اظهار کرد: برگزاری اردوهای راهیان نور برای آشنایی جوانان با گوشه‌ای از ایثارگری های جوانان مخلص این ملت است، شهدایی که افتخار ملت ما و افتخار ما هستند. وی با اشاره به دهه تکریم (دانش‌آموزان) رفته که بحمدالله بخشی از عوامل این توطئه شناسایی شده و

خدا برای میهمانان خدا آماده شود.

علیدادی سلیمانی با اشاره به هفته احسان و نیکوکاری تصریح کرد: در شرایط سختی که در کشور وجود دارد، باید به فکر مستمندان و نیازمندان باشیم و کسانی که توانمند هستند، به این مسئله توجه بیشتری آشکارا را رصد نموده و جهاد فی سبیل‌الله داشته باشند.وی با اشاره به نیمه شعبان و ولادت حضرت مهدی(عج) عنوان کرد: این هفته را به سربازان گمنام که با اخلاص و رشادت هر چه تمام تر توطئه های پنهان و

نماینده ولی فقیه در استان گفت: در راستای خنثی کردن توطئه ها باید به این مسئله توجه کنیم در جنگ ترکیبی دشمنان علیه جمهوری اسلامی تدارک دیده‌اند، در روزهای اخیر بخشی دیگر از این جنگ برای ملت ایران برپلا شد و دشمن به سراغ عزیزترین قشر جامعه (دانش‌آموزان) رفته که بحمدالله بخشی از عوامل این توطئه شناسایی شده و

استاندار یزد:

سومین جشنواره مونولوگ یزد ملی بر گزار می‌شود

چرا که در هنر تئاتر باید زنده دیالوگ‌ها را گفت و اجرا کرد، سخنرانان نیز مثل هنرمندان تئاتر مونولوگ هستند و قطعا کار دشوار و سختی است. استاندار با بیان اینکه جامعه ای که به هنرمندان احترام نگذارد و هنر را به رسمیت نشناسد قد نمی‌کشد، گفت: اگر بستر و ظرفیت هنری در جامعه شکل نگیرد قطعا جامعه مشکل دار خواهد شد و لذا ما در این راستا حمایت انجام خواهیم داد و برای افزایش زیرساخت هنری ۸ میلیارد تومان سال آینده برای ساخت پلاتو جدید در استان و شهر یزد تخصیص خواهد یافت.

«ابوقاسم محی الدینی» شهردار شهر میراث جهانی یزد نیز در خصوص برگزاری جشنواره استانی تئاتر یک نفره در استان یزد، گفت: یکی از رسالت‌ها و برنامه‌های شهرداری یزد کشف و شناسایی استعدادها در حوزه‌های مختلف فرهنگی، اجتماعی و ورزشی در سطح شهر دارالعباده یزد است. وی بیان کرد: با گسترش و ادامه این رویدادها در سال‌های آینده ضمن کشف استعدادهای نو باید به ارتقای استعدادها در سال‌های آتی بپردازیم. حجت‌الاسلام «مجتبی صداقت» رییس سازمان

جنوب کشور

نماینده ولی فقیه در استان کرمان:

عوامل مسمومیت دانش آموزان به اشد مجازات برسند

امیدواریم کامل شناسائی و به اشد مجازات برسند.

علیدادی سلیمانی با اشاره به هفته احسان و نیکوکاری تصریح کرد: در شرایط حساس به چند مسئله باید توجه داشته باشیم؛ نخست اینکه همینطور که بخشی از مسمومیت جسمی دانش آموزان برپلا شد، بدانیم که مسمومیت های ذهنی، فکری و فرهنگی نیز در دستور کار دشمن است و دشمن فقط به اینکه در ظاهر می بینیم اکتفا نکرده

و نمی کند. علیدادی سلیمانی تصریح کرد: یکی از اهداف مهم مسمومیت های سریالی این است که دشمن به احساس امنیت و حس امنیت در کشورمان آسیب وارد کند و مستقیا کاری کرد حس امنیت را نشانه برد و بخش غالب مسئله این بود در یک جنگ روانی همه تلاش را بر این گذاشت تا حس ناامنی را در مردم به وجود بیاورد، آن هم نسبت به کسانی که خانواده نسبت به آنها حساس هستند.

وی بیان کرد: گرچه بخشی از این مسمومیت ها ریشه واقعی ندارد و بخش

قابل توجهی از آنجه می شنویم، جنبه روانی دارد و دشمن دنبال همین جنبه است و می خواهد احساس ناامنی تقویت شود. امام جمعه کرمان تاکید کرد: دشمن به دنبال توقف رشد علمی کشور و عقب انداختن این رشد است لذا کانون علم و تربیت را نشانه گرفته‌ه و برایش مهم است که رشد علمی کشور آسیب ببیند و متوقف بشود.

وی اظهار کرد: مسئله دیگر این است که دشمن دنبال ایجاد بستری مناسب برای تهمت زدن به جمهوری اسلامی، دین و دینداری و شخصیت‌ها و مسئولیت‌های کشور است تا بتواند با فراهم کرد این بستر، بهتر کینه و دشمنی خود را علیه جمهوری اسلامی، دین و دینداران به کار بگیرد؛ همانطور که در روزهای نخست دیدیم آغاز کرونا را از شهر مقدسی اعلام و تبلیغ وسیع وی آن کردند و این مسمومیت را نیز از شهر مقدس قسم آغاز کردند تا

کانون جهاد و انقلاب آسیب ببیند و علیه جمهوری اسلامی و دینداری موضع گرفته

و اهداف خود را پیاده کنند.

نماینده ولی فقیه در استان کرمان گفت: برای مقابله باید به چند مسئله توجه داشت؛ نخستین بخش، رسانه های کشور هستند که باید همه همت خود را صرف این کنند تا اقدامات لازم را برای آرامش در بین مردم انجام داده و اطلاع رسانی واقعی به مردم داشته باشند و اخباری که مبنای درستی ندارد در رسانه ها نباید اعلام شود و مراقب باشند در میدان دشمن بازی نکنند.

وی تصریح کرد: مردم باید هوشمندانه آرامش خود را حفظ و کمک کنند تا از این جریان پیچیده به راحتی عبور کنیم و کسانی که عامل دشمن هستند شناسایی و با آنها برخورد شود.

علیدادی سلیمانی افزود: مسئولان دلسوزانه موضوعات را پیگیری و وظیفه انقلابی و دینی خود را به بهترین وجه ممکن انجام بدهند و اطلاع رسانی به موقع از سوی مراکز مسئول به مردم صورت بگیرد تا از این حمله و هجوم دشمن، با موفقیت عبور کنیم.

مدیرکل دامپزشکی استان بوشهر خبر داد

ورود اولین محموله میگو مولد SPF به بوشهر



سید ابوالحسن جعفری سرویس استان‌ها// مدیرکل دامپزشکی استان بوشهر گفت: اولین محموله میگو مولد SPF وارداتی تحت نظارت دامپزشکی

وارد استان و در مرکز تکثیر زاد آوری‌مند میگو قرنطینه شد.

به گزارش خبرنگار دریا؛ مهدی تنگستانی مکان در جمع خبرنگاران اظهار کرد: در اولین مرحله تعداد هزار و ۲۰۰ قطعه میگوی مولد وارد استان بوشهر شده و هم‌اکنون تحت کنترل و نظارت شبکه دامپزشکی تنگستان و کارشناسان دامپزشکی استان در مرکز زادآوری‌مند قرنطینه این محموله وارداتی انجام شده است.

سلامت میگوهای مولد، ادامه روند اجرایی در مرکز تکثیر میگو انجام خواهد شد. مدیرکل دامپزشکی استان بوشهر اشاره کرد: علاوه بر هزار و ۲۰۰ قطعه میگوی مولد وارد شده، مراحل اداری و فنی ورود محموله دیگری نیز در روزهای آینده با نظارت دامپزشکی انجام خواهد شد.

امام جمعه یزد:

مسمومیت‌سازی ساختگی مدارس، جنگ ترکیبی دشمن است

عمل حضوری فعال داشته باشند.

امام جمعه یزد یادآور شد: جهاد در راه خدا، مقاومت، بصیرت، دشمن شناسی و روحیه جهادی و انقلابی یک ضرورت است که باید روز به روز تقویت شود. ناصری از مسئولان خواست برای حفظ وحدت تلاش کنند و با پرهیز از هرگونه دید جناحی و گروهی فقط مصالح کشور و منافع مردم و نظام را در نظر بگیرند.

وی در ادامه به اهمیت حفظ منابع طبیعی و درختکاری بسا همکاری تمامی بخش‌ها و آحاد مردم و مسئولان اشاره و پیگیری و تحقق آن را در استان خواستار شد.

وزیر آموزش و پرورش تاکید کرد

ضرورت راه‌اندازی سکوی استعدادیابی برای تمام دانش آموزان

وزیر آموزش و پرورش پیش بینی نشود در بزرگسالی هیچ کس نمی تواند خلاقت داشته باشد، مگر استثنائات که آن هم کم است.

نوری درادامه راه‌اندازی سکوی استعدادیابی برای تمام سطوح دانش آموزی را ضروری دانست و تصریح کرد: دانش آموزان بعد از استعدادیابی باید به ست فعالیت‌های مورد علاقه خود هدایت و در این مسیر تقویت شوند.

وزیر آموزش و پرورش با اشاره به ظرفیت دانش آموزان ایران اسلامی در حوزه‌های مختلف علمی، خاطرنشان کرد: ایران در پنج المیاد علمی برتر جهان دارای رتبه چهارم بین المللی است.

وی در پایان سخنان خود خاطرنشان کرد: دانش آموزان ایرانی در آخرین المیاد جهانی توانستند ۲۰ مدال طلا را به خود اختصاص دهند.

آمادگی بیمارستان گلستان اهواز در ارائه خدمات رایگان درمانی ویژه نوروز

و رسیدگی به شکایات مستقر در اورژانس به صورت شبانه روز از بیماران و همراهان بیماران نظرسنجی به عمل می‌آورد.

وی همچنین با اشاره به فعالیت ۲۴ ساعته واحدهای پاراکلینیکی مرتبط با اورژانس از جمله آزمایشگاه توضیح‌داد؛ بیماران سرطانی که در مرکز پرتودرمانی و شتاب‌دهنده بیمارستان گلستان که تنها مرکز درمان بیماران مبتلا به سرطان در جنوب و جنوب غرب کشور است نیز در ایام نوروز تحت درمان پرتو درمانی قرار خواهند گرفت.

شلیل احمدی اضافه کرد: از مردم و مراجعین انتظار می‌رود تا در این مدت بیش از پیش از حضور غیر ضروری بر بالین بیماران خودداری کرده و فقط در ساعات مشخص شده ملاقات (روژه‌ای زوج از ساعت ۱۵ الی ۱۶) به عیادت بیماران بیایند تا تمرکز کرد بیمارستان بیشتر بر ارائه خدمات درمانی بیماران باشد.

شلیل احمدی افزود: مجتمع اورژانس بیمارستان گلستان به عنوان مجهزترین و بزرگترین اورژانس استان، شامل شش بخش اورژانس عمومی حاد، جراحی، مغز و اعصاب، داخلی، کودکان، قلب و روتابزشکی است تا خدمات درمانی مورد نیاز را هرچه تخصصی‌تر و به‌تر به بیماران ارائه نماید.

رییس مرکز آموزشی، درمانی گلستان اهواز ادامه‌داد: در همه شیفت‌های بیمارستان، مدیر کشیک، پزشک مسئول فنی اورژانس، متخصص طب اورژانس، ناظر پرستاری و کارشناس روانشناسی بالینی حضور دارند و مشکلات مربوط به درمان بیماران از طریق پزشک مسئول فنی اورژانس و ناظر پرستاری قابل پیگیری و حل و فصل است و سامانه پیامکی ۰۹۰۷۲۰۱۶ و پست الکترونیک @AJUMS.AC.IR.AJUMS.HOSPITAL.GOLESTAN و اتفادات مراجعان است؛ کارشناسان روانشناسی

حسن سیلاوی سرویس استان ها // رییس مرکز آموزشی، درمانی گلستان اهواز از آمادگی کامل این مرکز برای ارائه خدمات به بیماران و مصدومان احتمالی سوانح رانندگی در نوروز خبر داد و گفت: ارائه خدمات درمانی به کاروان های راهیان نور و مصدومان تصادف‌ها کاملاً رایگان خواهد بود.

به گزارش خبرنگار دریا؛ دکتر داوود شلیل احمدی بیان‌کرد: بیمارستان گلستان اهواز به عنوان مرکز اصلی ارجاع بیماران پدحال با آسیب دیدگی مغزی و نخاعی در استان، آمادگی کامل برای پذیرش و درمان بیماران را دارد. وی با اشاره به روحیهی مثال‌زدنی ایثار و فداکاری جامعه ایرانی ادامه‌داد: با توجه به نیاز مبرم به همه گروه‌های خونی در ایام تعطیلات از هموطنان درخواست می‌گردد تا هرچه سریع تر با مراجعه به مراکز موجود در سطح شهر به اهدای خون اقدام کنند.

یکشنبه ۲۱ اسفند ۱۴۰۱
۱۹ شعبان ۱۴۴۴
سال بیست و دوم شماره ۲۳۱
آشپزی

شیرینی خودچی



■ **مواد لازم:**

آرد نخود کل..... ۱ کیلو
بودر قند..... ۴۰۰ گرم
روغن جامد..... ۵۰۰ گرم
بودر هل..... ۱ قاشق چای‌خوری
وانیل..... یک چهارم قاشق چای‌خوری

■ **طرز تهیه**

۱ – ابتدا روغن جامد را روی حرارت خیلی کم اجاق گاز بگذارید تا باز شود. نیازی به داغ شدن روغن نیست و همین‌که روغن باز شد، اجاق گاز را خاموش کنید.

۲ – روغن را داخل یک کاسه بزرگ و مناسب بریزید؛ سپس بودر هل و وانیل را اضافه کنید و هم بزنید. در مرحله بعد بودر قند را به روغن اضافه کنید و خوب هم بزنید تا بودر قند کاملاً در روغن حل و شفاف شود.

۳ – در مرحله بعد آرد نخود را کم کم به کاسه اضافه کنید و با دست هم بزنید. خیلی مهم است که آرد را یکباره به مواد اضافه نکنید. همه آرد نخود باید کم کم به خورد خمیر برود. خمیر به دست آمده را ۵ دقیقه ورز دهید؛ سپس یک کیسه پالونلی روی خمیر بکشید و بگذارید داخل محیط آشپزخانه حدوداً ۵ تا ۶ ساعت استراحت کند.۴ – بعد از اینکه خمیر استراحت کرد، دوباره خمیر را به مدت ۵ دقیقه ورز دهید؛ سپس مقداری از خمیر را بردارید و روی میز کار پهن کنید و روی خمیر را با کف دست خوب بکوبید تا یکدست شود. به ارتفاع خمیر هم توجه داشته باشید که بیش از اندازه کوتاه یا خیلی بلند نباشد.حالا با قالب‌های مخصوص شیرینی نخودچی قالب بزنید و شیرینی‌ها را داخل سینی فر بچینید. روی هر کدام از شیرینی‌ها یک خلال پسته بگذارید؛ سپس سینی فر را داخل فر ۱۷۰ درجه سانتیگراد به مدت ۱۰ دقیقه بگذارید تا شیرینی نخودچی شما پزد. بعد از پخت سینی را در جای خنک بگذارید تا شیرینی‌ها سرد نشوند. سعی کنید یکی دو ساعت به شیرینی‌ها دست نزنید تا کاملاً خنک شود.

■ **۵ نکته مهم برای پخت شیرینی نخودچی در منزل**

۱ – برای تهیه هر نوع شیرینی آردی بهتر است از روغن‌های مخصوص شیرینی آردی استفاده کنید که به صورت جلیبی در فروشگاه‌های فروش روغن موجود است و چربی آن‌ها مخصوص شیرینی آردی است. در صورتی که به این روغن دسترسی ندارید، از روغن جامد نباتی استفاده کنید. توجه داشته‌باشید که هرگز از روغن‌های صاف قتادی که در لوازم قتادی‌ها موجود است، استفاده نکنید؛ زیرا باعث خشکی بیش از حد شیرینی می‌شوند. توصیه ما این است که اگر از روغن مخصوص شیرینی آردی استفاده نمی‌کنید، حتماً از مخلوط روغن جامد نباتی و روغن صاف قتادی استفاده کنید. ۲ – کف سینی فر را چرب نکنید و نیازی به پهن کردن کاغذ روغنی کف سینی نیست. اگر شیرینی شما بعد از قالب زدن برق می‌زد یا درشتان چرب شد، بهتر است کمی دیگر آرد نخود به خمیر اضافه کنید.۳ – دمای فر برای پخت شیرینی نخودی نباید روی آخرین درجه باشد؛ زیرا شیرینی نخودی خیلی زود می‌سوزد. اگر از فر برقی یا تستر استفاده می‌کنید، دمای فر باید ۱۰ درجه از فر گازی کمتر باشد.۴ – شیرینی نخودی بعد از پخت حالت شدل دارد و اگر به آن دست بزنید، بودر می‌شود. بماند. بعد آن را از سینی خارج کنید. ۵ –مهمترین مسئله برای تهیه یک شیرینی نخودچی خوشمزه استفاده از آرد نخود مرغوب است. آرد نخود گل بهترین آرد نخود در بازار است. حتما آرد نخود را از لوازم قتادی‌های معتبر و به صورت فله‌ای تهیه کنید و قبل از استفاده یکبار آن را الک کنید.

برخی از والدین بعضی اوقات به دلیل مشاهده رفتار اشتباه از فرزند خود عصبانی شده و سرر او داد می‌زنند، چنانچه شما نیز در هنگام عصبانیت سر فرزند خود داد می‌زنید، می‌توانید به چند شیوه رفتار اشتباهتان را جبران کنید.

شاید برای شما نیز اتفاق افتاده که بعضی وقت‌ها به علت کلافگی و عصبانیت بسیار، بدون این‌که خودتان بخواهید سر فرزندان داد می‌زنید و سپس پشیمان می شوید. حتما بعضی وقت‌ها شما حق دارید ولی از آنجایی که می‌دانید داد زدن کار اشتباهی است و همیشه با خودتان درگیر هستید که حالا باید چه کار کنید، در اینجا به شما می‌گویم که چنانچه سرر فرزند خود داد زدید، پس از آن باید چه رفتاری نشان دهید.

■ **خودتان آرامش داشته باشید**

ابتدا تلاش کنید که خودتان را آرام کنید و وضعیت را بهتر کنید. به ذهن تان آرامش بدهید. تصمیم سریع نگیرید و تلاش کنید که همیشه آرامش داشته باشید تا

راهکارهای انگیزشی برای بهتر انجام دادن کارها

معمولی بودن چیز جالبی نیست. چرا باید یک فرد معمولی باقی‌مانیم در صورتی که می‌توانیم کاری کنیم که دنیا از مهارت‌های ما انگشت به

دهان بماند، کافی است اراده کنید.

لحظاتی هستند که احساس می‌کنید زمان کافی برای انجام کارهایتان را ندارید. مثلاً پیاده‌روی نکرده اید، با دوستان ۶ ماه تماس نگرفته‌اید، شغل جدید را درخواست نداده‌اید نتوانستید گزارش درخواستی رئیس را به اتمام برسانید و هزاران کار مانده دارید. این لیست ناتمام است و به شدت شما را نگران می‌کند. به نظر شما چه چیزی باعث می‌شود که بتوان از این اتفاقات و احساسات پیشگیری کرد؟

چگونه می‌توان یک احساس خوب را به طور مداوم داشت و کارها را به انجام رسانید؟ در این قسمت مراحل ساده‌ای را به شما معرفی می‌کنیم که بتوانید با کمک آنها تمرکزتان را روی اولویت‌ها حفظ کنید و کارهایتان را به انجام برسانید.

۱. **آماده‌گی یک راه کلیدی برای شروع است**

قبل از اینکه بخواهید برنامه روز بعد را یادداشت کنید، در نتیجه زمانی که صبح بیدار می‌شوید، سریعا می‌دانید که باید چه کارهایی انجام دهید و برای آن‌ها برنامه‌ریزی می‌کنید. اضطراب شما نیز کاهش پیدا می‌کند. می‌دانید که چه زمانی باید پشت میز بروید و چه زمانی استراحت کنید. انجام دادن این کار هر شب قبل از خواب، استرس شما را کاهش می‌دهد و یک نظم و ترتیب را در ذهن‌تان ایجاد می‌کند.

۲. **همه چیزهایی که می‌خواهید امسال به آن دست پیدا کنید را یادداشت کنید**

داشتن یک برنامه مناسب در طول روز یک راه عالی برای افزایش انگیزه در شماست. همچنین می‌توانید مقاصد خود را در بلند مدت روی کاغذ بنویسید و ببینید که دوست دارید تا ۶ ماه آینده یا تا آخر سال به چه چیزی‌های دست پیدا کنید. زمانی که برخی از والدین بعضی اوقات به دلیل مشاهده رفتار اشتباه از فرزند خود عصبانی شده و سرر او داد می‌زنند، چنانچه شما نیز در هنگام عصبانیت سر فرزند خود داد می‌زنید، می‌توانید به چند شیوه رفتار اشتباهتان را جبران کنید.

شاید برای شما نیز اتفاق افتاده که بعضی وقت‌ها به علت کلافگی و عصبانیت بسیار، بدون این‌که خودتان بخواهید سر فرزندان داد می‌زنید و سپس پشیمان می شوید. حتما بعضی وقت‌ها شما حق دارید ولی از آنجایی که می‌دانید داد زدن کار اشتباهی است و همیشه با خودتان درگیر هستید که حالا باید چه کار کنید، در اینجا به شما می‌گویم که چنانچه سرر فرزند خود داد زدید، پس از آن باید چه رفتاری نشان دهید.

■ **خودتان آرامش داشته باشید**

ابتدا تلاش کنید که خودتان را آرام کنید و وضعیت را بهتر کنید. به ذهن تان آرامش بدهید. تصمیم سریع نگیرید و تلاش کنید که همیشه آرامش داشته باشید تا

■ **۲. دمای مناسب را انتخاب کنید**

۴ ماه سالم و تازه نگهدارید. نگهداری آجیل ها در دمای اتاق باعث کاهش کیفیت آن ها شده و در این صورت باید آن ها را در طول ۲ هفته مصرف کنید. نور نیز باعث سفت شدن آجیل ها می شود و بنابراین از قرار دادن ظروف حاوی آجیل در نقاط پر نور خودداری کنید.
■ **روش ۲: نگهداری در یخچال**
۱. **از ظروف شیشه ای تمیز و خشک استفاده کنید**
آجیل ها را درون ظروف شیشه ای تمیز و خشک ریخته و در یخچال نگهداری کنید. نگهداری آجیل ها در یخچال و در ظروف شیشه ای، ماندگاری آن ها را بیشتر کرده و از سفت شدن و بو گرفتن آن ها جلوگیری خواهد کرد.
■ **۲. دمای مناسب را انتخاب کنید**
۴ ماه سالم و تازه نگهدارید. آجیل ها در دمای ۴ درجه سانتی گراد، می توانند آنها را حداقل ۲ ماه و حداکثر یک سال سالم نگهدارید. نگهداری آجیل ها در یخچال به صورت پوست کنده تاثیر زیادی در ماندگاری بیشتر آنها خواهد داشت. برای مثال در صورتی که شاه بلوط را همراه با پوست در یخچال نگهداری کنید، آنها تا حداکثر ۲ ماه ماندگاری خواهند داشت اما در صورت نگهداری آنها به صوت پوست کنده می توانید آنها را تا یک سال سالم نگهدارید.

■ **روش ۳: نگهداری در فریزر**

برای نگهداری آجیل ها در فریزر، دیگر نیازی به فریز

بانوی دریا

مختلف را انجام دهد تا بتوانید بدون خستگی کارتان را بیش ببرید.

۷. **خود درمائی کنید**

زمانی که کار مهمی را به اتمام می‌رسانید، به خودتان یاداش بدهید. اگر از این شرایط سخت بعد از یک ساعت برآمدید، مثلاً پیاده روی کنید یا سعی کنید خودتان را به یک فتنجان قهوه یا یک بلوبری خوشمزه دعوت کنید. در واقع یاد باید بگیری د که چگونه نقش بکشید، احساس لذت کنید و در کنارش، کارهایی را هم به انجام برسانید.

۸. **به این فکر کنید این کار می‌تواند اعتبار شما را افزایش دهد**

مثلاً شاید پیش خودتان فکر کنید که دیگران هرگز نمی‌دانند تا چه حد سخت کوش هستید. در نتیجه تلاش شما به چشم آنها نمی‌آید اما زمانی که کار درست را انجام دهید، از خودتان راضی هستید و به رفتار دیگران اهمیت نمی‌دهید. مطمئن باشید سخت‌کوشی هیچ گاه بدون پاسخ نخواهد ماند.

۹. **جوری کار کنید که انگار یک نفر شما را نظارت می‌کند**

هر زمان که برنامه‌ریزی می‌کنید و کاری را انجام می‌دهید، تصور کنید که یک نفر بر کار شما نظارت می‌کند. به نظر تان این فرد از شما چه چیزی می‌خواهد؟ آیا دوست دارد که تلفن همراه شما کنار دستتان باشد؟ احتمالاً نه! پس عوامل حواس پرتی را حذف کنید و با جان و دل به انجام کاری که باید، بپردازید.

۱۰. **چیزهای جدید یاد بگیرید**

حتی اگر در یک زمینه تخصصی نداشته باشید، باز هم باید چیزهای جدید یاد بگیرید. یک کتاب با یک موضوع جدید انتخاب کنید. از همکارانتان بخواهید که در مورد مسائل مختلف به صورت آنلاین و مجازی با شما به بحث و گفتگو بپردازند و چیزهای جدید یاد بگیرید. گرچه برای شما سخت است اما سطح اطلاعات تان را به شدت بالا می‌برد.

۱۱. **به دیگران کمک کنید**

برورش دادن و مربی‌گری برای دیگران، راه عالی برای حفظ انگیزه و هیجان برای کاری است که انجام می‌دهید. زمانی که یک چیز را به دیگران آموزش می‌دهید، خودتان هم فهم بهتری نسبت به آن پیدا می‌کنید.

۱۲. **زمانی را تقطیع کنید و از کار کردن دست بکشید**

شاید برایتان عجیب باشد اما گاهی اوقات باید یک زمان سکوت برای خودتان انتخاب کنید. فرقی ندارد چه ساعتی که در آن کار سختی که دارید را هر چه زودتر بدهید. بهتر است کار سختی که دارید را برای آخر روز بگذارید. زمانی که آن را تمام کردید، احساس سبکی می‌کنید و می‌توانید برای ادامه روز خود برنامه‌ریزی داشته باشید و روی کارهای آسان‌تر و خوشحال‌کننده تمرکز کنید.

۶. **از روش پومودورو استفاده کنید**

ایمن روش یک نام فانتزی دارد که در آن از راهکارهای تمرینی خاصی استفاده می‌شود. یعنی چه؟ یعنی ۲۵ دقیقه کاری که انجام می‌دهید، ۵ دقیقه استراحت کنید.

این محدوده زمانی می‌تواند برای شما شگفت‌آور باشد. مثلاً می‌توانید نیم ساعت درس بخوانید و ۱۰ دقیقه استراحت کنید یا مثلاً یک ساعت کاری را انجام دهید و ۲۰ دقیقه استراحت کنید. روش‌های



■ **ارتباطات را بازسازی کنید**

حالت خیلی اهمیت دارد که بفهمید چه مشکلی پیش آمده که سبب شده است که با او داد بزنید. حال باید رابطه را مجدداً

و با حس خشم در فرزندان وجود داشته باشد. چون وضعیت بدتر می‌شود. بنابراین تلاش کنید که با او ملایمت برخورد کنید و مهربانی کنید تا آرام گردد.

اثرات شگفت‌انگیز

خمور دهن آب قبل از غذا

همه شما تا به حال یک بسار این جمله را شنیده‌اید که نوشیدن یک لیوان آب قبل از غذا موجب لاغری شما می‌شود که این تنها فایده این نوشیدنی معجزه آسا نیست.

آیا می‌دانید نوشیدن یک لیوان آب قبل از غذا می‌تواند به هضم بهتر چربی‌ها و مبارزه با یبوست کمک کند؟ نوشیدن یک لیوان آب نیم ساعت قبل از وعده‌های غذایی برای سلامتی شما بسیار مفید است، با این حال نباید آب زیادی نیز قبل از غذا بنوشید زیرا به عنوان مثال، نوشیدن ۳- لیوان آب قبل از غذا، هضم آن را دشوار می‌کند. بنابراین مهم ترین نکته این است که قبل از غذا تنها چند جرعه آب بنوشید و زیاده روی نکنید. نوشیدن بیش از حد آب در هنگام غذاخوردن می‌تواند بدن را اسید معده شما تأثیر بگذارد، در تجزیه غذا و رهایی از باکتری‌های مضر معده که ممکن است مصرف کنید تأثیر کمتر خواهد داشت. با این حال، برای عملکرد بهینه هضم غذا و حفظ سلامتی در زندگی روزمره، توصیه می‌شود ۳۰ دقیقه قبل از غذا یک لیوان آب بنوشید.

■ **چرا نوشیدن یک لیوان آب نیم ساعت قبل از غذا خوردن توصیه می‌شود؟**

همه ما این جمله را شنیده‌ایم که نوشیدن یک لیوان آب قبل از غذا موجب لاغری می‌شود. دلیل این موضوع آن است که با نوشیدن آب، شکم تان پر از آب شده و گرسنه نخواهید بود. مهمتر از همه، برگردن معده با آب و قبل از غذا به منظور فریب دادن احساس گرسنگی می‌تواند بسیار خطرناک نیز باشد. توصیه می‌شود فقط یک یا نصف لیوان آب بنوشید.

به این ترتیب، با حفظ اثرات اساسی چون: بهبود هضم غذا، هضم و تجزیه چربی بهتر، مبارزه با یبوست، داشتن بدن و اندامی بسیارسالمتر، کاهش وزن سالمی خواهید داشت و علاوه بر این با اضافه کردن کمی آب لیمو به آب نوشیدنی خود احساس خوبی پیدا خواهید کرد. نوشیدن آب برای سلامت داخلی و ظاهری بدن مفید است. اگر عادت نوشیدن به آب را تمرین کنید، بدن شما سم‌زدایی قوی خواهد شد. اکسیدنی که از آب دریافت می‌کنید به حفظ حالت ارتجاعی و رنگ پوست شما کمک می‌کند. به همین ترتیب، اگر یک لیوان آب قبل از غذا بنوشید، غذای‌تان بهتر هضم می‌شود و در نتیجه ویتامین‌ها، مواد معدنی و اکسین بیشتری جذب خواهید کرد.

■ **مواقع دیگری که نوشیدن آب توصیه می‌شود**
علاوه بر نوشیدن ۳۰ دقیقه قبل از غذا؛ ایده خوبی است که در مواقع ذیل آب بنوشید:

هنگام برخاستن از خواب یک لیوان آب ولرم بنوشید. قبل از حمام، نوشیدن کمی آب برای کاهش فشار خون عالی است. قبل از خواب، حتماً مایعاتی بنوشید تا مایعاتی که طی شب از دست می‌رود را جبران کند.

■ **از فرزندان معذرت خواهی کنید**
این مرحله خیلی اهمیت دارد بنابراین چنانچه شما تقصیر دارید خطای خود را قبول کنید و از او معذرت خواهی کنید، چون شما نباید سر فرزندان فریاد بزنید. هنگامی که از او معذرت خواهی کنید، این رفتار را نیز به او یاد می‌دهید که چنانچه اشتباهی کرده، او نیز از شما معذرت خواهی کند.
■ **فرزندان را ترغیب کنید که احساساتش را ابراز کند**
باید از خود فرزندان بخواهید تا هر حسی که دارد را ابراز کند. کاری نکنید که او ترس داشته باشد یا از شما خجالت بکشد. او باید بتواند احساسات بد را بیرون بریزد.
■ **برای احساسات فرزندان احترام و ارزش قائل باشید**
تفاوتی ندارد که کودک چه حسی دارد. به هر صورت باید برای آن ارزش و احترام قائل باشید. چنانچه ناراحت یا عصبانی است، بهتر است که او را بفهمید و برای هیچ کدام از رفتارهایش او را ملامت نکنید.
■ **فرزند را تشویق کنید صحبت کند**
چنانچه فرزندان از حرف زدن طرّه می‌روند، بهتر است که او را ترغیب به این کار کنید که با شما حرف بزند. با انجام این کار او احساس بهتری به دست می‌آورد.
■ **محبت خود را به او نشان دهید**
حتماً برای بازسازی رابطه باید به او محبت کنید. محبت یک ابزار خیلی قوی است که از راه آن می‌توانید حس‌های منفی را در کودک خود برطرف کنید. تلاش کنید که با محبت کرد، حال خود و فرزندان را بهتر کنید.
■ **محبت خود را به او نشان دهید**
حتماً برای بازسازی رابطه باید به او محبت کنید. محبت یک ابزار خیلی قوی است که از راه آن می‌توانید حس‌های منفی را در کودک خود برطرف کنید. تلاش کنید که با محبت کرد، حال خود و فرزندان را بهتر کنید.

همچنین آجیل‌های وارداتی نمک بسیار بالایی دارند.
■ **عوارض مصرف آجیل‌های قدیمی و آجیل‌های رنگ شده**
آجیل‌های قدیمی در مورد عوارض آجیل‌های کهنه باید بگویم که آجیل برای رشد میکروارگانیسم‌های بیماری زا مخصوصاً قارچ‌ها بستر مناسبی هستند. میزان آلودگی یا قارچ‌ها در آجیل تازه‌تر کمتر است پس بهتر است آجیل تازه مصرف کنید.
برای اینکه درپایید کدام یک از آجیل‌ها تازه‌تر هستند، به رنگ و طعم آجیل توجه کنید.

■ **آجیل های رنگ شده**

برای جلب مشتری و جذاب‌تر نشان دادن ظاهر آجیل برخی تولیدکنندگان از رنگ‌ها و مواد براق‌کننده استفاده می‌کنند. این مواد با مصرف آجیل رفته رفته در بدن رو می‌تابانسته می‌شود و مشکلاتی را برای سلامتی ایجاد می‌کنند. این براق‌کننده‌ها به کید صدمه‌زده و سرطان‌زا می‌باشند.در هنگام خرید آجیل، آجیل‌هایی را که فاقد رنگ هستند را انتخاب نمایید زیرا متأسفانه به آجیل‌هایی که از سال‌های قبل در انبارها می‌مانند با زدن رنگ‌های غیرمجاز و مضر شکل‌های درخشنده می‌بخشند تا مردم را به خرید ترغیب نمایند.

■ **نکات تکمیلی جهت خریداری و نگهداری آجیل در منزل**
از مصرف تخمه‌های برنگ اجتناب کنید. مغز تخمه نخريد زیرا در مجاورت هوا طعم، کیفیت خود را نیز از دست می‌دهد و زودتر از انواع درسته فاسد می‌شوند. از خرید پسته‌هایی که زیادی خندان هستند، خودداری کنید؛ زیرا برای اینکه این پسته‌ها خندان شوند، فروشنده‌گان آنها را در ظرف های آب جوش و سپس در خنک قرار دهد.

از مصرف تخمه‌های برنگ اجتناب کنید. مغز تخمه نخريد زیرا در مجاورت هوا طعم، کیفیت خود را نیز از دست می‌دهد و زودتر از انواع درسته فاسد می‌شوند. از خرید پسته‌هایی که زیادی خندان هستند، خودداری کنید؛ زیرا برای اینکه این پسته‌ها خندان شوند، فروشنده‌گان آنها را در ظرف های آب جوش و سپس در خنک قرار دهد.

طناب دار در شعله های خونبار !

وقتی با تماس همسایگان سراسیمه و هراسان خودم را به خانه رساندم، هنوز شعله های آتش زبانه می کشید و آتش نشانان در حالی آتش را فرونشاناندند که حدود نیمی از منزلم در آتش سوخته بود. آثار خون روی پتوها دیده می شد و طناب داری هم در سقف اتاق قرار داشت...

این ها بخشی از اظهارات زن ۳۷ ساله ای است که به خاطر ترس و وحشت و تهدیدهای هولناک همسرش، به کلاتری پناه آورده بود. این زن جوان با بیان این که زندگی اش تباه شده است، درباره سرگذشت خود به مشاور و مددکار اجتماعی کلاتری گفت: ۲ خواهر بزرگ‌ترم ازدواج کردند و تنها برادرم که از من کوچک‌تر است، کارتن خواب شد، من هم در حالی تا مقطع راهنمایی تحصیل کردم که از همان دوران نوزادی در میان دود و دم و موادمخدر بزرگ شدم چسرا که پدر و مادرم معتاد بودند و مخارج زندگی را با خرید و فروش انواع موادمخدر تأمین می کردند اما مدام با یکدیگر درگیر بودند و هیچ تفاهمی با هم نداشتند. بالاخره کار به جایی رسید که پدرم مادرم را طلاق داد و در حالی که چندین بار سابقه کیفری داشت با زن دیگری ازدواج کرد و به دنبال زندگی خودش رفت. در این شرایط برادرم که مسیر خلاف را در پیش گرفته بود، از زیر پل ها و باتوق های خلافکاران سر‌دور‌آورد و از همان‌دوران نوجوانی کارتن خواب شد. مادرم نیز که با توزیع موادمخدر مخارج ما را تأمین می کرد، چندین بار دستگیر و راهی زندان شد. در این شرایط بود که خواهر بزرگم با یکی از بستگان پدرم ازدواج کرد که او نیز از مسیر خلاف روزگار می گذراند. «قدرت» در حالی دامنه خلافکاری هایش برای توزیع موادمخدر را گسترش می داد که هامون پسر آن ها نیز به دنیا آمده بود. در این گیر و دار روزی نیروهای انتظامی وارد خانه خواهرم شدند و مقداری موادمخدر صنعتی کشف کردند اما قدرت با حيله و فریبکاری موادمخدر را به گردن خواهرم انداخت و او نیز به واسطه عواطف و احساسات، توزیع موادمخدر را پذیرفت و برای چند سال راهی زندان شد اما وقتی فهمید شوهرش زن دیگری را به عقد موقت خودش درآورده است، از درون زندان تقاضای طلاق داد و از قدرت جدا شد. در همین روزها خواهر دیگرم که عاشق پسر همسایه بود، با او ازدواج کرد و من هم به خاطر علاقه ای که به فائانه (خواهر دوم) داشتم، در ۱۵ سالگی نزد آن ها رفتم و در خانه خواهرم به زندگی ادامه دادم. حدود یک سال بعد شوهر خواهرم یکی از دوستانش را که جوانی کشاورز بود به من معرفی کرد و این گونه من و محسن با هم ازدواج کردیم. او جوانی مهربان و خوش اخلاق بود اما در حالی که محسن (توفان) بیشتر از ۲ سال نداشت، ناگهان حادثه وحشتناکی زندگی مرا تباه کرد. آن روز شوهرم زمانی که سوار بر موتورسیکلت به زمین های کشاورزی می رفت با یک دستگاه خودروی سواری تصادف کرد و حافظه اش را از دست داد.خانواده محسن برای آن که به پول هنگفتی برسند، من و پسرم را از خانه بیرون کردند. من هم که اوضاع را این گونه دیدم با بخشیدن مهریه ام حضانت پسرم را پذیرفتم و با فروش طلاهایم خانه ای اجاره کردم و در یک فروشگاه لباس زنانه مشغول کار شدم. مدتی بعد با جوان مجردی آشنا شدم که در یک نمایشگاه فروش خودرو کار می کرد. جابر خانه ای اجاره کرد و من و توفان را نزد خودش برد. بیشتر از ۱۰ سال به طور پنهانی در عقد موقت جابر بودم تا این که خانواده او از ماجرا مطلع شدند و او را مجبور کردند تا من و توفان را رها کند. خلاصه آن ها جابر را داماد کردند و من هم دوباره خانه ای اجاره کردم و در حالی بستم را به مدرسه می فرستادم که او جابر را پدر خودش می دانست. بالاخره بعد از این ماجراها یکی از دوستانم طالب را به من معرفی کرد تا با هم ازدواج کنیم. او قبلا ۲ زن را به عقد موقت خودش درآورده بود و ادعا می کرد آن زن‌ها خیانتکار بودند. من هم که می خواستم جای جابر را پر کنم، به عقد موقت طالب درآمدم اما ۳ ماه بیشتر از زندگی مشترکمان نگذشته بود که فهمیدم او به خاطر جاقوکنسی و شرکت در نزاع های دسته جمعی چندین سابقه کیفری دارد و اکنون نیز باید برای تحمل کیفر خودش را به زندان معرفی کند. خلاصه طالب حدود یک سال بعد، از زندان بیرون آمد. آن جا بود که فهمیدم طالب نه تنها موادمخدر و مشروبات الکلی مصرف می کند بلکه از ارادل و اوباش معروف است که چندین بار سابقه خودکشی دارد و همه زخم های التیام یافته و خراشیدگی های وحشتناک روی پیکر خالکوبی شده اش به خاطر خودزنی و قدرت نمایی با جاقو بوده است. او حتی در زندان هم قصد خودکشی داشته که موفق نشده بود، به همین دلیل از ادامه زندگی مشترک با او ترسیدم و صیغه محرمیت را فسخ کردم ولی طالب ادعا می کرد حتما من هم مانند ۲ همسر صیغه ای قبلی اش با مرد دیگری در زمان زندانی بودن او ارتباط برقرار کرده ام و حالا قصد جدایی دارم. به این ترتیب آزار و اذیت ها و کتک کاری های او مرا به سوی یک زندگی مخفیانه کشاند تا خانه اجاره ای مرا پیدا نکند اما زمانی که به خانه خواهرم رفته بودم تا منزل جدیدی را با کمک او پیدا کنم، ناگهان یکی از همسایگان تلفنی از آتش سوزی در منزلم خبر داد. در حالی هراسان خودم را به خانه رساندم که بیش از نیمی از لوازم در آتش سوخته بود و آثار خون روی پتوها دیده می شد. در همین هنگام وقتی چشمم به طناب داری افتاد که از سقف منزل آویزان بود، طالب با من تماس گرفت و از آن سوی خط گفت: اگر از من جدا شوی تو و فرزندت را از همان طناب دار آویزان می کنم



حوادث

افزایش ۳۲ درصدی کشف سرقت در « سیریک »

گروه حوادث// فرمانده انتظامی شهرستان « سیریک » از افزایش ۳۲ درصدی کشف سرقت و افزایش ۷۰۰ درصدی کشف مواد مخدر طی ۱۱ ماهه سال جاری نسبت به مدت مشابه سال قبل خبر داد .

به گزارش خبرنگار دریا، سرهنگ « فرهاد چراغی » اظهار داشت: در اجرای طرح های مختلف انتظامی در جهت ارتقاء امنیت اجتماعی، مأموران پرتلاش پلیس سیریک در ۱۱ ماهه سال جاری موفق به دستگیری ۱۰۲ سارق شدند که نسبت به مدت مشابه سال گذشته افزایش ۳۲درصدی کشف سرقت را در پی داشته است. وی افزود: سارقان اقدام به سرقت منزل، احشام، مغازه، موتورسیکلت، اماکن خصوصی،

به گزارش خبرنگار دریا، سرهنگ « فرهاد چراغی » اظهار داشت: در اجرای طرح های مختلف انتظامی در جهت ارتقاء امنیت اجتماعی، مأموران پرتلاش پلیس سیریک در ۱۱ ماهه سال جاری موفق به دستگیری ۱۰۲ سارق شدند که نسبت به مدت مشابه سال گذشته افزایش ۳۲درصدی کشف سرقت را در پی داشته است. وی افزود: سارقان اقدام به سرقت منزل، احشام، مغازه، موتورسیکلت، اماکن خصوصی،

در شهرک علانین شهری رخ داد

مرگ تلخ ۵ کودک در آتش سوزی اتاقک‌های کارگری

گروه حوادث// انفجار گاز و آتش سوزی در اتاقک‌های کارگری شهری، منجر به مرگ ۵ کودک و مصدوم شدن ۱۱ نفر شد .

شامگاه پنجشنبه ۱۸ اسفند در یک زمین کشاورزی در شهرک علانین شهری که تعداد زیادی اتاقک موقت در آن ساخته بودند و محل زندگی و استراحت اتباع بیگانه بود ناگهان گاز منفجر شد و تعداد زیادی سوخنگی و فوت شدند. جلال ملکی سوخنگی سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی شهر تهران با بیان اینکه در این اتاقک‌ها حدود ۴۰ نفر از اتباع غیر ایرانی ساکن بودند، گفت: تمام این اتاقک‌ها کاملاً شعله‌ور بود و تا قبل از رسیدن آتش‌پیمان تعدادی از ساکنان آن خارج شده بودند . اما تعدادی هم گرفتار شده بودند که آتش‌نشانان حدود هفت نفر را نجات دادند. اما تعدادی هم گرفتار شدند. این در حالی است که بیش از ۳۰ زن و مرد و کودک که از اتباع پاکستان و ساکن این اتاقک ها بوده‌اند به دلیل سوختن این مکان آواره شده‌اند .

آتش نشانی تهران بود اما ستاد فرماندهی آتش‌نشانان را به محل اعزام کرد. ملکی با بیان اینکه حادثه در یک زمین کشاورزی رخ داده بود، گفت: در میانه این زمین با لوازمی مانند چوب، حصیر، پتو و... اتاقک‌های کارگری درست کرده بودند که کاملاً سست بوده و حدود ۲۵۰ متر مربع مساحت داشت. سوخنگی سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی شهر تهران با بیان اینکه در این اتاقک‌ها حدود ۴۰ نفر از اتباع غیر ایرانی ساکن بودند، گفت: تمام این اتاقک‌ها کاملاً شعله‌ور بود و تا قبل از رسیدن آتش‌پیمان تعدادی از ساکنان آن خارج شده بودند . اما تعدادی هم گرفتار شده بودند که آتش‌نشانان حدود هفت نفر را نجات دادند. اما تعدادی هم گرفتار شدند. این در حالی است که بیش از ۳۰ زن و مرد و کودک که از اتباع پاکستان و ساکن این اتاقک ها بوده‌اند به دلیل سوختن این مکان آواره شده‌اند .

انهدام باند ۶ نفره سارقان خودرو در «چابهار»



گروه حوادث// با تلاش کار آگاهان پلیس آگاهی شهرستان «چابهار» باند ۶ نفره سارقان خودرو در این شهرستان منلاشی شد .
سردار «دوستعلی جلیلیان» در تشریح جزئیات این خبر بیان داشت: در پی وقوع چندین فقره سرقت خودرو در شهرستان چابهار، موضوع به صورت ویژه در دستور کار مأموران پلیس این شهرستان قرار گرفت.فرمانده انتظامی استان سیستان و بلوچستان افزود: با اقدامات فنی توسط ماموران برای کشف خودروی سرقتی و دستگیری سارقان ، نهایتا سرنج هایی از فعالیت یک باند سرقت بدست آمد.این مقام ارشد انتظامی تصریح کرد: تلاش پلیس برای کشف خودرو و دستگیری سارقان ادامه پیدا کرد، که پس از شناسایی و هماهنگی قضایی و انجام یک سری

مرگ کودک در حمله سگ های ولگرد

گروه حوادث// کودک ۱۱ساله افغانستانی که در شیراز مورد حمله سگ‌های ولگرد قرار گرفته بود جان باخت .

مادر این کودک در تشریح حادثه گفت: پسرم در حالی که برای آوردن فروغن به اطراف خانه‌مان رفته بود، مورد حمله بیش از ۲۰ قلاذه سیگ ولگرد قرار گرفت . برای نجات فرزندم از چنگال این حیوانات به سمت سگ‌های ولگرد رفتم که این سگ‌ها به من هم حمله کردند و در نهایت یک راننده با ماشین به سمت سگ‌ها رفت و آنها را فراری داد و من و فرزندم را رها کردند.فرزندم پنج روز در بیمارستان و بخش آی سی یو تحت مراقبت ویژه بود اما با وجود تلاش پزشکان، جان باخت. لطف‌الله شیبانی فرماندار شیراز در خصوص جمع‌آوری سگ‌های ولگرد گفت: بعضی از تشکل‌های حامی حیوانات و سگ‌های ولگرد معتقدند که این حیوانات باید آزاد و رها باشند در صورتی که این مسأله می‌تواند به قیمت جان انسان‌های بی‌گناه و بی دفاع تمام شود.

شدند. این مسئول انتظامی در ادامه اشاره ای به کشف ۳ تن و ۱۸۴کیلو مواد مخدر در سال جاری در سطح



شهرستان هدف است .



حریق، عملیات جست‌وجو نیز انجام و در جریان آن اجساد پنج کودک و نوجوان که سوخته بودند کشف شد، عوامل اورژانس نیز داد ۵ نفر که شامل کودک و نوجوان ۶ ساله، ۵ ساله، ۳، ساله، ۱۶ ساله و ۱۸ ساله بودند گفته ملکی، عوامل آتش‌نشانی، پس از خاموش کردن محل و ایمن‌سازی محیط، آن را به مسئولان محلی و انتظامی تحویل دادند. شروین تبریزی مدیر روابط عمومی اورژانس تهران نیز در این باره گفت: حدود ساعت ۷ و

حریق، عملیات جست‌وجو نیز انجام و در جریان آن اجساد پنج کودک و نوجوان که سوخته بودند کشف شد، عوامل اورژانس نیز داد ۵ نفر که شامل کودک و نوجوان ۶ ساله، ۵ ساله، ۳، ساله، ۱۶ ساله و ۱۸ ساله بودند گفته ملکی، عوامل آتش‌نشانی، پس از خاموش کردن محل و ایمن‌سازی محیط، آن را به مسئولان محلی و انتظامی تحویل دادند. شروین تبریزی مدیر روابط عمومی اورژانس تهران نیز در این باره گفت: حدود ساعت ۷ و



یکشنبه ۲۱ اسفند ۱۴۰۱

۱۹ شعبان ۱۴۴۴

سال بیست و دوم، شماره ۲۳ ۴۱

حوادث جهان

ماهگیر مصری به ۲۸۰ سال حبس محکوم شد

دادگاهی در یونان یک ماهگیر مصری را به جرم قاچاق نزدیک به ۵۰۰ پناهجو، به ۲۸۰ سال زندان محکوم کرد. این مرد ۴۵ ساله مصری ممکن بود به ۲۷۶۰ سال زندان محکوم شود اما در نهایت دادگاه او را به ۲۸۰ سال حبس محکوم کرد. با این حال، منتقدان به این حکم می‌گویند که این ماهگیر مصری یکی از پناهجویان قایق بوده و در عین حال مجبور شده در شرایط اضطراری، هدایت قایق را نیز برعهده بگیرد.مقامات یونان ماه نوامبر گذشته در قایق حامل پناهجویان با این مرد ماهگیر روبرو شدند. این قایق پس از آنکه در نزدیکی ساحل یونان در مواجهه با وزش شدید باد در معرض خطر غرق شدن قرار گرفت، توسط گارد ساحلی یونان به یکی از بنادر جزیره کرت هدایت شد. قایق حامل این گروه از پناهجویان حرکت خود را از لیبی آغاز کرده بود و مقصد آن ایتالیا بود. اکثر پناهجویانی که سوار این قایق شده بودند اهل سوریه، مصر، پاکستان، سودان و فلسطین بودند. این ماهگیر مصری بنا به قوانین یونان ممکن بود برای قاچاق هر کدام از پناهجویانی که سوار قایق بودند به ۱۰ سال زندان محکوم شود و دادگاه یونان دلیل سبک کردن حکم و صدور ۲۸۰ سال زندان به جای ۴۷۶۰ سال حبس را در نظر گرفتن توضیحات این مرد مصری عنوان کرده است .

هشدار سیل و توفان در کالیفرنیا

مقامات ایالت کالیفرنیا در آمریکا نسبت به وقوع توفان شدید، بارندگی سنگین و سیل احتمالی در اواخر هفته به مردم هشدار داده و دست‌کم در ۲۱ منطقه، وضعیت اضطراری اعلام کردند. کارشناسان هواشناسی همچنین اعلام کردند: پس از کولاکي که مدتی است به ویژه در مناطق مرتفع این ایالت ادامه دارد، کالیفرنیا تحت تأثیر موج جدید جوی قرار خواهد گرفت.در حالی که حدود بیش از ۱۵ میلیون نفر در مناطق مرکزی و شمالی این ایالت از جمله «خلیج سانفرانسیسکو» و «ساکرامنتو» تحت هشدار سیل قرار گرفته‌اند، مقامات همچنین تأکید کردند که بارش بیش از حد باران و ذوب برف‌های به‌جا مانده از توفان‌های زمستانی اخیر می‌تواند باعث جاری شدن سیل در بسیاری از مناطق شود.مرکز ملی پیش‌بینی آب و هوای این ایالت نیز در توبیتی اعلام کرد: رودها و نهرها در حومه غربی «سیرا نوادا» در برابر سیل ناشی از باران و ذوب برف آسیب‌پذیرتر خواهند بود.از این رو مقامات محلی از مردم خواستند تا مایحتاج اولیه خود را دست کم برای دو هفته تهیه کنند و به آنها توصیه کردند که با کیسه‌های شن از منازل و مغازه‌های خود در برابر سیل محافظت نمایند .

حکم قصاصی برای کارگری که همکاری را کشت



ناخواسته به او خورد. قاضی به متهم گفت: طبق اظهارات دوست مشترک‌تان شما و مقتول از مدتها قبل باهم اختلاف حساب داشتید و چون آن روز طلیش را خواسته، او را کشتی. متهم گفت: در زمان درگیری من بیشتر از ۵۰۰ هزار تومان پول داشتمت اگر موضوع بدهی‌ام بود حتما پرداخت می‌کردم اما هر دو هم اتاقی‌هایم می‌خواستند من را آزار دهند و من برای دفاع از خودم به او جاقو زدم. در پایان جلسه قضات وارد شور شدند و با توجه به مدارک موجود در پرونده، ادعای متهم را نپذیرفتند و وی را به قصاص و در صورت رضایت اولیای دم به ترک خاک ایران محکوم کردند .

سالم‌است که در مشهد زندگی می‌کنند من هم یک سال پیش به صورت غیرقانونی و با پرداخت ۳ میلیون تومان به ایران آمدم. چند ماه پیش من و رحمان و یکی دیگر از دوستان‌مان یک اتاقی در زیرزمین خانه‌ای قدیمی اجاره کردیم. ما روزها ضایعات جمع می‌کردیم و شش‌ها هم برای خواب به آنجا می‌رفتیم. وی افزود: روز حادثه رحمان وقتی از خواب بیدار شد قصد داشت تا من را آزار دهد و وقتی با مقاومتم روبرو شد جاقو کشید و درگیر شدیم. چند لحظه بعد نمی‌دانم چه شد که او خونین روی زمین افتاد. من قصدی برای کشتن او نداشتم و جاقو

گروه حوادث// کارگر جوان که در جریان درگیری با همکاری وی را به قتل رسانده بود از سوی قضات دادگاه کیفری یک استان تهران به قصاص محکوم شد .

مرداد سال گذشته گزارش یک نزاع منجر به قتل در ساختمانی قدیمی به مأموران پلیس اعلام شد و تیم جنایی به محل حادثه که در جنوب تهران بود رفتند .پس از تحقیقات اولیه مشخص شد که درگیری میان دو کارگر ضایعات جمع کن از اتباع بیگانه رخ داده و در این میان پسر ۱۸ ساله‌ای به نام شامین همکار ۵۰ساله‌اش به نام رحمان را با ضربه‌های جاقو به قتل رسانده است. با دستگیری متهم وی در همان بازجویی‌های اولیه به قتل همکاریش اعتراف کرد و با تکمیل تحقیقات پرونده برای رسیدگی به شعبه دهم دادگاه کیفری یک استان تهران فرستاده شد.

در ابتدای جلسه رئیس دادگاه عنوان کرد: بدر قربانی چند روز قبل به شعبه مراجعه کرد و گفت که درخواستش قصاص است و به هیچ عنوان حاضر به مصالحه نیست.سپس متهم که از اتباع بیگانه بود به جایگاه رفت و گفت: از آنجایی‌که همه اعضای خانواده‌ام

مفقودی

یک جلد مباحعه نامه تجاری به آدرس در گهان مجتمع قصر طبقه همکف شماره پلاک ۱۳۰۴ جدید ۱۶۰۵ بنام فرید نیکو مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

مفقودی

کارت شناسایی خودرو کامیونت میتسوبیشی تیپ کانتر رنگ سفید پلاک ۲۶۶۶۴ شخصی قشم مالکیت احمد یوازی شماره شناسی ۱۷۶۳۰ شماره موتور ۷۰۴۷۴ مدل ۱۹۹۹ مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد

بیاید طراوت و شادابی را با مصرف آبزیان به روحمان هدیه دهیم

روابط عمومی شيلات هرمزگان

یکشنبه ۲۱ اسفند ۱۴۰۱
۱۹ شعبان ۱۴۴۴
سال بیست و دوم شماره ۴۱۳۳
 طالع بینی

توزیع ۵۰۰ اصله نهال در بین نمازگزاران میناب
■ سعیده دبیری نژاد گروه شهرستان // رئیس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان میناب از توزیع ۵۰۰ اصله نهال به مناسبت بزرگداشت هفته منابع طبیعی بعد از نماز جمعه این شهرستان خبر داد. به گزارش خبرنگار دریا؛ خسرو بهرامی نژاد گفت: منابع طبیعی و اراضی ملی متعلق به نسل یا دوره خاصی نیست و باید تمام تلاش خود را برای حفاظت از این منابع انجام دهیم و در این راستا باید از ظرفیت بالای نماز جمعه در جهت انتقال اهمیت به آب و خاک، محیط زیست و منابع طبیعی استفاده نماییم.وی افزود: با برنامه ریزی های صورت گرفته بر پسنل منابع طبیعی میناب ضمن شرکت در نماز عبادی و سیاسی جمعه، اقدام به توزیع بروشور و نهال در بین نمازگزاران نمودند.ایراهیمی امام جمعه میناب نیز در خطبه ی دوم نماز ضمن بیان اهمیت حفاظت از منابع طبیعی با پایان سال همه اهالی و مسئولین شهرستان مینی بر این که «کسی که درختی بکار، مادامی که یک نفر از پندگان خدا از آن درخت استفاده ببرد اجر و ثواب شامل او می شود» افزود : با توجه به ایام ولادت امام عصر (عج) به نیت ایشان تا پایان سال همه اهالی و مسئولین شهرستان با همکاری اداره منابع طبیعی و آبخیزداری اقدام به غرس نهال از نوع درختان مثمر نمایند.وی ضمن جدی گرفتن تهدید زیست محیطی برای شهر میناب از مردم و مسئولین خواست در حفظ و نگهداری از درختان و فضای سبز شهر جدیت کامل داشته باشند وی همچنین پراهمیت مبارزه بر زمین خواری تاکید و اضافه کرد باید از هرگونه تعرض و دست درازی به منابع طبیعی جلوگیری کرد .

به مناسبت هفته منابع طبیعی افتتاح شد

سازۀ آبخیزداری حوزه نازدشت رودان

■ سعیده دبیری نژاد گروه شهرستان // رئیس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان رودان از افتتاح و بهره برداری سازه ملاتی حوزه نازدشت در دومین روز از هفته منابع طبیعی خبر داد . به گزارش خبرنگار دریا، حسین محسنی زاده گفت : مدیریت حوزه آبخیز، کنترل نزولات آسمانی و سیلاب های فصلی ، مقابله با پیمادهای ناشی از سیل و خشکسالی و کم آبی ، جلوگیری از هدر رفتن آب و رونق بخشیدن به بخش کشاورزی و دامداران در منطقه از اهداف اصلی این پروژه است .وی تصریح کرد: این سازه با ۵ متر ارتفاع سازه و ۲۰ متر طول تاج ۱۵۰ هزار متر مکعب را طی بازنگنی های سالانه استحصال می کند که اعتبار آن از محل صندوق توسعه ملی می باشد احداث شده است .



سعیده دبیری نژاد گروه شهرستان // با حضور وزیر راه و شهرسازی ۲۵ کیلومتر از کریدور بزرگراهی نوار ساحلی جنوب کشور افتتاح و عملیات اجرایی بزرگراه کهورستان- لارنیز آغاز شد . به گزارش خبرنگار دریا ؛ با حضور مهرداد بذریاش وزیر راه و شهرسازی، مهدی دوستی استاندار هرمزگان و جمعی از معاونان وزارت راه و شهرسازی چند پروژه مهم در حوزه راهسازی هرمزگان

امام جمعه بندرلنگه :

جاده های بندرلنگه نیاز به توجه ویژه دارد

گروه شهرستان // امام جمعه بندرلنگه گفت: سه سال است مکرر فریاد زده‌ام به وضعیت راه های بحرانی شهرستان رسیدگی شود تا کمتر شاهد تلفات جانی باشیم. در نوروز و افزایش ترده مسافر، به جان مردم رحم کنید . حجت الاسلام جواد اسماعیل نیا در خطبه های نماز جمعه بندرلنگه بیان داشت: ما دچار یک بحرانیم و فریادها هم به جایی نمی‌رسد من سه سال است مکرر فریاد زده‌ام به وضعیت راه های بحرانی شهرستان رسیدگی شود تا کمتر شاهد تلفات جانی باشیم.ولی امروز چون خودم از این بحران داغ دیدام و فرزند دلبندم را در همین مسیرها از دست داده‌ام چیز بیشتری نمی‌گویم.وی ادامه داد: اما مسئولان در تعطیلات نوروز حجم سنگین خودرو راهی این مناطق می‌شود شما را به خدا به مردم رحم کنید برای اصلاح برخی قسمت‌های خطر‌ساز جاده فکری کنید برای افزودن علائم هشدار دهنده فکری کنید.حجت الاسلام اسماعیل نیا، با اشاره به پرده جدیدی از جنگ ترکیبی دشمن، گفت: این دشمن بی شرافت و حیوان صفت بدببال برنامه ریزی برای برهم زدن آرامش دانش آموزان دختر در مدارس و بیمار کردن آنهاست، که رهبر معظم انقلاب فرمودند؛ اگر واقعا دست‌هایی در کار باشد این جنایت بزرگ

شهرستان

با حضور وزیر راه و شهر سازی ؛

۲۵ کیلومتر از کریدور بزرگراهی نوار ساحلی جنوب کشور افتتاح شد

شاهد آغاز عملیات اجرایی قطعه سوم این محور به طول ۳۶ کیلومتر بودیم. وزیر راه و شهرسازی در حاشیه بهره برداری از این طرح‌ها در جمع خبرنگاران اظهار داشت: ما در راستای سیاست تکمیل کریدور نوار ساحلی جنوب کشور پروژه‌های متنوعی را پیش‌بینی کرده‌ایم، یکی از اولویت‌های اساسی راهسازی تکمیل این کریدور اصلی است. وی افزود: شهرهای جدید ساحلی در امتداد این کریدور طراحی شده‌اند و قرار است این شهرهای جدید تأسیس شوند. بذریاش گفت: راههای مواصلاتی که مورد بهره‌برداری قرار گرفت نقش کلیدی در ترانزیت کالا و مواد نفتی دارند و بار زیادی از ترافیک برون شهری بر دوش خواهند کشید .

جنوب به شمال کشور، استان های مرکزی و غربی کشور را به بنادر استان هرمزگان متصل می کند.محور کهورستان -لار در ساهایی اخیر به عنوان جایگزین مناسب کریدور جنوب به شمار بندرعباس سیرجان با حجم بالای تردد وسایط نقلیه سنگین ترانزیتی مواجه شده است. احداث باند دوم بزرگراه علاوه بر تسهیل و سرعت بخشی به ترافیک مسیر، موجب افزایش ایمنی مسیر خواهد شد، علاوه بر آن با کاهش ترافیک محور، زمان سفر و مصرف سوخت وسایل نقلیه به میزان قابل توجهی کاهش خواهد یافت. در حال حاضر ۲۰ کیلومتر از محور کهورستان- لار به بهره برداری رسیده و ۸۴ کیلومتر در دست احداث باند دوم و ۴۹ کیلومتر آماده مناقصه می باشد هم اکنون

طول ۱۰کیلومتر با اعتبار یک ۱۴۵۰ میلیارد ریال (ارزش روز ۳۰۰۰ میلیارد ریال) و همچنین بخشی از محور بندر جاسک- کاروان به طول ۱۵ کیلومتر با صرف اعتباری بالغ ۱۳۰۰ میلیارد ریال (ارزش روز ۳۰۰۰ میلیارد ریال) به بهره برداری رسید.

« آغاز عملیات اجرایی بزرگراه کهورستان- لار به طول ۳۶ کیلومتر محور کهورستان لار بخشی از کریدور بندرعباس- کهورستان- لار- جهرم -شیراز است که استان هرمزگان را از طریق استان فارس به سایر استان های مرکزی و غربی متصل می‌کند، این محور از بندر شهید رجایی از استان هرمزگان آغاز شده و از طریق شهرستانهای کهورستان ، لار، جهرم و شیراز با اتصال به کریدور بزرگراهی

عمان به آبهای آزاد و همچنان سواحل زیبا و منحصر به فرد از جایگاه خاص و ویژه در اقتصاد دریا محور برخوردار است. با عنایت به توسعه اقتصاد دریای جنوب کشور در جنوب و با توجه به قطب اقتصادی استان‌های جنوبی نقش عمده درآمد کشور از استانها و اهمیت حمل و نقل باری کشور در نوار ساحلی ضرورتی انکارناپذیر است لذا تکمیل این بزرگراه می‌تواند در تسهیل و برقراری ترافیک بین صنایع و بنادر جنوب کشور ، توسعه گردشگری ، کاهش تلفات ناشی از تصادفات جاده‌ا ی و همچنین صرفه جویی در مصرف سوخت هم نقش ایفا نماید.در راستای تکمیل کریدور مذکور در حوزه استان هرمزگان هم اکنون بخشی از محور بندر خمیر- بندر لنگه به

خانواده بدون در نظر گرفتن جوانب مختلف مسئله آمادگی را اعلام کرده‌اند و حاضر شده‌ام و ان‌شاءالله همین مسیر را تا آخرین نفس ادامه خواهیم داد. وی افزود: با خود عهد کرده‌ام هرگز از ولایت و نظام ولایی مطالبه‌ی نداشته باشم بلکه همواره بینیم سمت آن بروم. مرگ شهادت گونه فرزند جوان و طلیه مجاهدیم که در مسیر تبلیغ دین و کمک به نظام ولایی و در در جاهد تبیین اتفاق افتاد را لطف و موهبت الهی می‌دانم که امیدوارم خداوند این قربانی را از این حقیر در جهاد فی سبیل‌الله قبول فرماید. به گزارش مهر، امام جمعه شهرستان بندرلنگه ادامه داد: اما با وجود همه آنچه گفته شد به دلیل تاللمات روحی شدید خانواده از این حادثه و عدم امکان همراهی ایشان با بنده در این منطقه و لزوم همراهی بنده با ایشان از محضر مسئولان امر ریاست محترم شوروی سیاستگذاری ائمه جمعه کشور و نماینده محترم ولی فقیه در استان قاضامندم با پایان مأموریت سرایزی من در این سنگر موافقت فرمایند بی شک تا زمانی که صلاح در خدمتگزاری حقیر باشد قطعاً با وجود همه مشکلات سنگر را خالی نخواهم کرد و در ادامه نیز در هر سنگری که نظام مقدس صلاح بداند و از بنده ضعیف خدمتی ساخته باشند . وی گفت: تا آخرین نفس جان فدای مکتب اهل بیت و ولایت می‌شوم و بوی خوشایند، بدون جوش شیرین و طعم مطبوع و بوی خوشایند، بدون جوش شیرین و بافت پوک و غیر متراکم، با قابلیت برش پذیری ارزش تغذیه‌ای بالا؛ برای تأمین مواد معدنی، ویتامین و پروتئین موردنیاز بدن ماندگاری بالا

به مناسبت هفته منابع طبیعی انجام شد

برگزاری همایش پیاده‌روی همیاران طبیعت در بندر خمیر

خانوادگی همیاران طبیعت این شهرستان به مناسبت هفته منابع طبیعی و آبخیزداری داد.

به گزارش خبرنگار روزنامه دریا؛ حسن کشت گر در این زمینه گفت: در این هفته دو همایش دوچرخه‌سواری و پیاده‌روی خانوادگی همیاران طبیعت با شعار درخت برای زندگی و باهم بکاریم برای ایران سرسبز- ایران قوی به مناسبت هفته منابع طبیعی و آبخیزداری برگزار شد.کشت گر افزود: بهترین روش برای حفاظت و حراست از طبیعت فرهنگ سازی است و با برگزاری این برنامه ها می توان ضمن آگاهی بخشی به مردم آنها را در حفاظت از منابع طبیعی ترغیب کرد.وی بیان کرد: ترویج فرهنگ درختکاری در جامعه و مسئولیت پذیری در قبال عرصه های منابع طبیعی علاوه بر حفظ این منابع ملی میراثی ماندگار را بسرای آیندگان به جا خواهد گذاشت. وی همچنین از مجموعه فرمانداری، شهرداری، اداره ورزش و جوانان، نیروی انتظامی، راهنمای همکاری نموده اند تقدیر و تشکر کرد.در پایان مراسم به شرکت کنندگان در این همایش به قید قرعه جایزی اهدا شد .



سعیده دبیری نژاد گروه شهرستان // رئیس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان بندر خمیر خبر از برگزاری همایش پیاده‌روی

به مناسبت هفته منابع طبیعی

ساحل رودخانه آبنما رودان پاکسازی شد

سعیده دبیری نژاد گروه شهرستان // رییس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان رودان گفت:مراسم پاکسازی ساحل رودخانه آبنما شهرستان رودان در چهارمین روز هفته منابع طبیعی برگزار شد .

به گزارش خبرنگار دریا، حسین محسنی زاده گفت : این مراسم با حضور دانش آموزان هنرستان کشاورزی علی ابن ابیطالب، همکاران اداره محیط زیست، معلمان نهضت سوادآموزی، گروه های حامی محیط زیست و برسنل اداره منابع طبیعی و آبخیزداری رودان برگزار گردید .

خصوصیات نان خوب

- نان خوب باید دارای ظاهر مناسب و پخت کامل بوده؛ همچنین برشته باشد.**
- نان‌های سوخته یا فطیر ، برای مصرف مناسب نیستند.**
- نان‌هایی که با حرارت غیر مستقیم پخت می‌شوند و در معرض شعله مستقیم آتش قرار نمی گیرند نیز، از نان‌های مناسب بشمار می‌روند؛ مثل سنگک و برای پخت مناسب به حرارت ملایم و یکنواخت نیاز دارد.**

آ یا می دانید فواید سبوس در نان چیست؟

آ یا می دانید بیشترین سبوس در نان سنگک وجود دارد؟

همچنین، نان خوب نباید به‌سرعت بیات شود و مدتی پس از پخت حالت لاستیکی به خود بگیرد. بلکه باید به‌راحتی قابل جویدن و هضم باشد.

از دیگر ویژگی‌های نان خوب برای مصرف روزانه، می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ظاهر اشتها آور و کاملاً پخته‌شده، بدون سوختگی**
- طعم مطبوع و بوی خوشایند، بدون جوش شیرین**
- بافت پوک و غیر متراکم، با قابلیت برش پذیری**
- ارزش تغذیه‌ای بالا؛ برای تأمین مواد معدنی، ویتامین و پروتئین موردنیاز بدن**
- ماندگاری بالا**



اداره کل غله و خدمات بازرگانی هرمزگان

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

روابط عمومی اداره کل

منابع طبیعی و آبخیزداری هرمزگان

ظروف شیشه ای در طبیعت زیر تابش آفتاب باعث بروز آتش سوزی است



www.frw.org.ir

بندرعباس	اهواز	بوشهر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد
اذان صبح ۰۴:۴۹:۲۷	اذان صبح ۰۵:۱۹:۰۴	اذان صبح ۰۵:۱۰:۵۳	اذان صبح ۰۴:۳۰:۴۳	اذان صبح ۰۵:۰۳:۵۴	اذان صبح ۰۴:۴۵:۴۲	اذان صبح ۰۵:۰۷:۳۵	اذان صبح ۰۴:۵۶:۰۵
طلوع آفتاب ۰۶:۰۶:۴۵	طلوع آفتاب ۰۶:۳۹:۳۱	طلوع آفتاب ۰۶:۲۹:۲۶	طلوع آفتاب ۰۵:۴۹:۴۱	طلوع آفتاب ۰۶:۲۲:۵۹	طلوع آفتاب ۰۶:۰۵:۱۹	طلوع آفتاب ۰۶:۲۷:۳۳	طلوع آفتاب ۰۶:۱۷:۰۳
اذان ظهر ۱۱:۵۷:۲۳	اذان ظهر ۱۲:۲۷:۴۹	اذان ظهر ۱۲:۱۹:۰۶	اذان ظهر ۱۱:۳۹:۰۲	اذان ظهر ۱۲:۱۲:۱۶	اذان ظهر ۱۱:۵۴:۱۱	اذان ظهر ۱۲:۱۶:۱۱	اذان ظهر ۱۲:۰۴:۵۹
غروب آفتاب ۱۷:۴۷:۱۳	غروب آفتاب ۱۸:۱۵:۲۳	غروب آفتاب ۱۸:۰۸:۰۰	غروب آفتاب ۱۷:۲۷:۳۶	غروب آفتاب ۱۸:۰۰:۴۶	غروب آفتاب ۱۷:۴۲:۱۸	غروب آفتاب ۱۸:۰۴:۰۴	غروب آفتاب ۱۷:۵۲:۱۱
اذان مغرب ۱۸:۰۲:۵۴	اذان مغرب ۱۸:۳۱:۴۳	اذان مغرب ۱۸:۲۳:۵۶	اذان مغرب ۱۷:۴۳:۳۸	اذان مغرب ۱۸:۱۶:۴۹	اذان مغرب ۱۷:۵۸:۲۸	اذان مغرب ۱۸:۲۰:۱۸	اذان مغرب ۱۸:۰۸:۳۷

خرید و فروش غیرقانونی گونه‌های جانوری و گیاهی

در روزهای پایانی سال ؛ ممنوع

گسره اجتماعی //بازار خرید و فروش گونه‌های گیاهی و جانوری در روزهای پایانی سال داغ می‌شود؛ سازمان حفاظت محیط‌زیست در نامه‌ای به ادارات کل محیط‌زیست استان ها، بر ضرورت انجام اقدامات پیشگیرانه به منظور جلوگیری از عرضه و خرید و فروش غیرقانونی گونه‌های جانوری و گیاهی در ایام پایانی سال تاکید کرد.

در روزهای پایانی سال به رسم دیرینه غلغله‌ای در شهر برپا می شود، گویی همه عجله دارند، می خواهند خود را برای ورود به سال جدید آماده کنند، لباس نو بپوشند، بهترین ها را آرزو کنند، در تکاپو برای تهیه بهترین ها برای سفره هفت سین هستند، از هر گوشه شهر صدای دستفروشی‌های که کنار هم در خیابان ها بساط پهن کرده اند به گوش می رسد، بساط های زرق و برق داری که دلت را می برد و دوست داری از هر کدام یکی بخری و به خانه ببری، در گوشه دیگری از این هیاهو اما افرادی هستند که با جان حیوانات بازی می کنند، آنهم حیواناتی که به هیچ وجه خانگی نیستند و هیچ مناسبتی با سفره هفت سین باستانی ما ایرانیان ندارند.مساله قابل تامل این است که در تمام دوران اثری از هیچ حیوانی بر سر سفره هفت سین دیده نمی شود، اما امروزه می بینیم که ماهی قرمز به پای ثابت این سفره باستانی ایرانیان تبدیل شده است در حالی که هیچ ارتباطی به آداب و رسوم و فرهنگ غنی ایران کهن ندارد، حدود ۸۰ تا ۹۰ سال پیش ماهی قرمز وارد ایران شد، گفته می شود از چین به اروپا و بعد از آن به سراسر دنیا راه پیدا کرد، ایرانیان هم

با مجوز مدیر عامل سازمان تامین اجتماعی؛

سقف پرداخت حق اولاد بازنشستگان و مستمری بگیران برداشته شد

گروه اجتماعی // سقف سه فرزند در پرداخت حق اولاد بازنشستگان و مستمری بگیران تامین اجتماعی با مجوز مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی و در اجرای سیاست‌های جوانی جمعیت دولت سیزدهم برداشته شد.

پیش از این و در پرداخت عیدی بازنشستگان تامین‌اجتماعی، به موجب بند ۲ ماده ۹ قانون نظام هماهنگ پرداخت کارکنان دولت مصوب سال ۱۳۷۰، سقف سه فرزند تحت تکفل مبنای محاسبه و پرداخت عیدی قرار گرفته بود که با مجوز مدیرعامل سازمان

اجتماعی

بندرعباس	اهواز	بوشهر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد
اذان صبح ۰۴:۴۹:۲۷	اذان صبح ۰۵:۱۹:۰۴	اذان صبح ۰۵:۱۰:۵۳	اذان صبح ۰۴:۳۰:۴۳	اذان صبح ۰۵:۰۳:۵۴	اذان صبح ۰۴:۴۵:۴۲	اذان صبح ۰۵:۰۷:۳۵	اذان صبح ۰۴:۵۶:۰۵
طلوع آفتاب ۰۶:۰۶:۴۵	طلوع آفتاب ۰۶:۳۹:۳۱	طلوع آفتاب ۰۶:۲۹:۲۶	طلوع آفتاب ۰۵:۴۹:۴۱	طلوع آفتاب ۰۶:۲۲:۵۹	طلوع آفتاب ۰۶:۰۵:۱۹	طلوع آفتاب ۰۶:۲۷:۳۳	طلوع آفتاب ۰۶:۱۷:۰۳
اذان ظهر ۱۱:۵۷:۲۳	اذان ظهر ۱۲:۲۷:۴۹	اذان ظهر ۱۲:۱۹:۰۶	اذان ظهر ۱۱:۳۹:۰۲	اذان ظهر ۱۲:۱۲:۱۶	اذان ظهر ۱۱:۵۴:۱۱	اذان ظهر ۱۲:۱۶:۱۱	اذان ظهر ۱۲:۰۴:۵۹
غروب آفتاب ۱۷:۴۷:۱۳	غروب آفتاب ۱۸:۱۵:۲۳	غروب آفتاب ۱۸:۰۸:۰۰	غروب آفتاب ۱۷:۲۷:۳۶	غروب آفتاب ۱۸:۰۰:۴۶	غروب آفتاب ۱۷:۴۲:۱۸	غروب آفتاب ۱۸:۰۴:۰۴	غروب آفتاب ۱۷:۵۲:۱۱
اذان مغرب ۱۸:۰۲:۵۴	اذان مغرب ۱۸:۳۱:۴۳	اذان مغرب ۱۸:۲۳:۵۶	اذان مغرب ۱۷:۴۳:۳۸	اذان مغرب ۱۸:۱۶:۴۹	اذان مغرب ۱۷:۵۸:۲۸	اذان مغرب ۱۸:۲۰:۱۸	اذان مغرب ۱۸:۰۸:۳۷



سال جلوگیری کنند.بر این اساس سازمان حفاظت محیط زیست به عنوان متولی حیات وحش هر ساله با این تخلفات برخورد می‌کند.اسمال‌هم فرمانده یگان حفاظت محیط زیست در نامه ای به مدیران کل حفاظت محیط زیست استان ها بر ضرورت انجام اقدامات پیشگیرانه به منظور جلوگیری از عرضه و خرید و فروش غیر قانونی گونه های جانوری و گیاهی در ایام پایانی سال تاکید کرد.سر هنگ جمشید محبت خانی دراین باره گفت: با زیادهای در برای محیط زیست به وجود می آورند، مثلا گياه آژولا چند سالی است که تالاب انزلی را با مشکل مواجه کرده است چون با رشد و پهن شدن بر روی آب مانع ورود نور و اکسیژن به داخل تالاب می شود.از این رو حیات انواع آیزبان تالاب را با مشکل مواجه می کند و به مرور موجب باتلاقی شدن تالاب می شود. اما شاهد فروش این گیاه در روزهای پایانی سال و به فراوانی بیشتر در فصل بهار هستیم.فرمانده یگان حفاظت محیط زیست در نامه ای به ادرات کل محیط زیست استان ها خواست تا از خرید و فروش غیرقانونی گونه های جانسوری و گیاهی در روزهای پایانی خرید و فروش گونه های گیاهی و جانوری و حشی

را ارائه کنند و از شهروندان بخواهند از خرید و فروش این گونه ها خودداری کنند.محبت خانی تاکید کرد: مدیران کل استانی با فرماندهان انتظامی استان های خود در راستای همکاری و تعامل بیشتر در شناسایی و برخورد با متخلفان مکاتبه داشته باشند، همچنین از پتانسیل سازمان های مردم نهاد در تنویر افکار عمومی و کاهش سطح تخلفات استفاده کنند.فرمانده یگان حفاظت محیط زیست اظهار داشت: انجام گشت های مشترک با فرماندهی انتظامی استان ها و سایر یگان های حفاظت در چارچوب تفاهم نامه های فی مابین و رصد و پایش فضای مجازی، شناسایی و انجام اقدامات قانونی برای برخورد با متخلفان جدی گرفته شود.به گزارش ایرنا ؛ وی گفت: معمولا برخی گونه ها از استانی به استان دیگر برده می شود که از مدیران کل استانی محیط درخواست می کنم با هماهنگی نهادهای مرتبط استانی نسبت به انجام امور اطلاعاتی – عملیاتی برای جلوگیری از عرضه گونه های جانوری و گیاهی وحشی توسط عوامل اصلی توزیع کننده در استان یا منطقه اقدام کنند .

برداخت کارکنان دولت که پس از تصویب سیاست‌های جوانی جمعیت تغییری نکرده است، سقف سه فرزند مبنای محاسبه این مبلغ قرار گرفته بود که با مجوز اخیر مدیرعامل سازمان تامین‌اجتماعی مقرر نشد، این سقف برداشته شده و تمام فرزندان تحت تکفل بازنشستگان در محاسبه حق اولاد لحاظ شوند.به گزارش ایرنا، کمک هزینه اولاد و عائله‌مندی به منظور جبران قسمتی از هزینه‌های موضوع ماده ۹۶ قانون تصویب و از تاریخ ۷/۱/۷۱ به جمعیت بازنشسته و مستمری بگیر سازمان تامین اجتماعی پرداخت می شود.



یکشنبه ۲۱ اسفند ۱۴۰۱

۱۹ شعبان ۱۴۴۴

سال بیست و دوم شماره ۲۳ ۴۱

طالع یبسی

فروردين:

این طور که معلوم است استرس ها و نگرانی های اخیر شما آخرین بخش از پریشانی هایی بود که مانع رسیدن شما به شادی و نشاط می شد، اما بدون اینکه چیزهایی را که تاکنون به دست آورده اید را از دست بدهید، این ناخشنودی شما ممکن است باعث این شود قبل از فکر کردن راجع به عاقبت کار، آن را انجام دهید.اما رفتاری که بدون اندیشه باشد شما را از هدف تان دور می کند.ریسک کردن هم بدون اینکه به عواقبش فکر کنید بدترین کاری است که می توانید انجام دهید پس نخواهید که هر چیزی را یکباره تغییر دهید .

اردیبهشت:

افکار جدیدی برای پول درآوردن امروز در سرر شما بوجود آمده است، اما مشکل است که اینها را بخواهید به عمل در آورید. به جای اینکه روی کارهای سختی که مفهوم پیچیده ای هم دارند تمرکز کنید، می توانید به آسانی ایده های زیرکانه خود را به اجرا در آورید. با این کار، کنترل بیشتری بر روی آنها خواهید داشت. انضباط فردی ممکن است در دنیا متفاوت باشد، پس تصمیم تان را بگیرید و روی رفتاری که باعث رسیدن شما به اهداف جهانی تان می شود تمرکز کنید .

خرداد:

ماه کامل می تواند شما را امروز در باران یا برف به رقص در آورد ، اما این نکته حیاتی است که شما نباید نسبت به وظایف کاری و خانوادگی خود بی توجه باشید. این مهمانی آنقدر طولانی نمی شود که شما بخواهید غیر مسئولانه رفتار کنید. وسوسه ها شما را احاطه کرده اند اما شما می توانید به خود تاقین کنید که در دام آنها نیفتید. در عوض، عاقل باشید و از نیروی ترغیب کننده خود برای جلب حمایت دیگران استفاده کنید تا شما را برای رسیدن تدریجی به اهداف اجتماعی یاری کنند .

تیر:

بزرگ فکر کردن در رابطه با کارتان است ممکن است باعث شود دیگران مراقب شما باشند، و شما نیاز دارید که برای لحظاتی برنامه هایتان را به عقب انداخته تا کمی راجع به آن تامل کنید. شما نباید در جنگی شرکت کنید که مطمئن هستید که در آن بازنده خواهید بود و اوضاع روحی خودتان هم بهم می ریزد. اما از رویاهایتان دست نکشید. وظیفه شما این است که راهی برای رسیدن به موفقیت پیدا کنید و از برنامه هایتان هم برای رسیدن به موفقیت دست نکشید.

مرداد:

شما از نقش بازی کردن خسته شده اید مخصوصا اینکه نقش کسی را بازی می کنید که از شما خیلی جدی تر است و شما آن را دوست ندارید. اما امروز فرصت این را دارید که اثبات کنید تبدیل به یک آدم جدید و متعالی شده اید. زیاده از حد صادق بودن یا دیگران ممکن است این روزها برای شما دردسر آفرین باشد و الان متوجه شده اید که این تنها راه عاقلانه ایست که دارید .

شهریور:

شما با راه حل هایی که پیش رو دارید موافق هستید، اما هنوز هم با انتخاب های بیسپاری روبرو هستید. اخیرابه خاطر کارهای زیادی که برای انجام دادن دارید احساس پریشانی و نگرانی می کنید، مخصوصا اگر بدانید که باید بعضی آشفته گی هایی که در زندگی تان وجود دارند را محدود کنید. خوشبختانه، شما از اتصال عطارد و پلوتون کمک دریافت می کنیدو سرانجام می توانید هر کاری را که در ذهن تان به آن فکر می کنید انجام دهید .

مهر:

شما از مردد بودن و بی تصمیمی خود شرمند هستید، اما این به خاطر این است که شما معمولا ایده هایتان را تعدیل می کنید و آنها را تا نیمه انجام می دهید. امروز باید آماده باشید که راه تان را عوض کنید زیرا زمان زیادی ندارید تا ذهن تان را سرس و سامان دهید. به یاد داشته باشید، در گرگیی باید صریح باشید تا به حق خود برسید. پس تصمیم بگیرید و حرکت کنید !

آبان:

مقایسه خود با دیگران زیاد برای شما مفید و ضروری نیست. اما احتمالا برایتان امروز سخت خواهد بود که از چنین رفتاری اجتناب کنید چون که می خواهید برای دستست یافتن به یک وجهه بهتر مبارزه کنید. ارزیابی شخصی کار دشواری است زیرا بهترین امتیازات شما ممکن است به چشم تان نیاید. به خودتان این امکان را بدهید که افکار تان را تغییر دهید، اما زیاد جدی و سرسخت نباشید، حتی اگر دیگران با این تغییرات شما احساس راحتی نمی کنند .

آذر:

امروز ماه برج جوزا کمی زندگی تان را پیچیده می کند. برنامه ریزی کردن برای مسافرت های آینده کار جالبی نخواهد بود، مگر اینکه بتوانید کمی رویایی باشید. اگر بخواهید روی اطلاعاتی که قرار است بهتان برسد تکیه کنید، به جایی نمی رسید. هم اکنون از جزئیات دست کشیدید و روی ایده های بزرگ تمرکز کنید .

دی:

ورود ماه به ششمین خانه جزئیات باعث می شود که احساس کنید سر شما از شدت کار دارد می ترکد. اگرچه شما از اینکه همیشه مشغول باشید لذت می برید، اما از اینکه کارهای زیادی برای انجام دادن دارید و هیچ کدام از آنها به خوبی انجام نشده اند خوششان نمی آید. عطارد آهنین وارد نشان شما می شود، بنشینید و لیستی از کارهایی که باید به پایان برسانید تهیه کنید.وظایف تان را در اولویت قرار دهید و بعد به سر کار تان بازگردید .

بهمن:

مطمئن باشید، امروز می توانید تا می توانید به خودتان خوش بگذرانید، اما نگرانی های جدی هم که دارید اکنون کم رنگ تر نمی شوند. شاید به خاطر این باشد که می دانید که حتی سطوح کوچکی از مشکلات می توانند معنای عمیقی در درون خود داشته باشند... و شما می خواهید اگر لازم است از آنها سر درآورید. به تدریج پیش بروید. تنها فوریت آن خود شما هستید. هر کسی می تواند خوشحال و شاد باشد اگر به خود بیش از حد فشار و استرس وارد نکند .

اسفند:

ماه کامل امروز در نشانن شما می تواند شما را تا هر جا که بخواهید بکشاند. در کارتان مسئولیت هایی دارید که به شما استرس وارد می کنند و شما نیاز دارید که از فرضیات خود تان برای انجام آنها بهره بگیرید، اما تمایل دارید که برای کنترل کردن امور، همه چیز را تغییر دهید- در جهان فردی و شخصی خود، زندگی خانوادگی و حتی تمرینات و مراقبه های روحی و روانی تان – سعی کنید فرضیات شخصی خود را بر کسی تحمیل نکنید؛ از طرف دیگر، از آنها عقب نشینی هم نکنید .

