



یکشنبه ۲۱ مرداد ۱۴۰۳ ۶ صفر ۱۴۴۶
سال بیست و سوم شماره ۴۵۱۰
۸ صفحه ۵۰۰۰ تومان



پست الکترونیکی: daryanews_bnd@yahoo.com

آبا بتن ساحل
تولید و عرضه بتن آماده
دفتر مرکزی: ۳۲۲۱۲۸۲۸-۳۲۲۱۲۹۹۹
کارخانه: ۳۲۵۶۰۵۳۰۳۱-۳۲۵۶۰۵۳۰۳۱
آدرس: بندرعباس- بلوار امام خمینی نرسیده
به میدان شهدا نبش خیابان دانش ساختمان
بنی هاشمی واحد ۲

در دیدار مدیرمسئول روزنامه دریا با مدیرعامل فولاد هرمزگان مطرح شد؛ فولاد هرمزگان، الگوی صنایع فولادی استان در مسئولیت های اجتماعی



عکس: نادر نامری/ دریا

جای خالی مهارت های زندگی و روانشناسی در سیستم اداری و آموزشی

نارضایتی مردم از سیستم اداری کشور که دلایل مختلفی دارد، بایستی مورد بررسی کارشناسانه قرار گیرد تا با رفع آنها مردم از ادارات و دستگاه های دولتی راضی تر شوند و مشکلات بخش دولتی مان برطرف شود

■ در بیمارستان ها و مراکز بهداشتی و درمانی ، مراکز نظامی و بخصوص کلاتتری ها و... که کارکنان در حوزه های مختلف ارتباط زیادی را با مردم دارند، بایستی این مهارت ها و کنترل خشم و... آموزش داده شود تا در مواقع مختلف بدانند چگونه با مردم و اقشار مختلف برخورد کنند.

■ متاسفانه در مدارس و دانشگاه های مان هم به مهارت های زندگی توجهی نشده است و آموزش های کتابی که بیشترشان بعد از امتحانات به فراموشی سپرده می شود، نسل آینده ساز خلاق و متفکر و مبتکر را تربیت نمی کند و به همین دلیل می بینیم که در جامعه چالش های مختلف را داریم.

◀ صفحه ۲ را بخوانید

گزارش ۸
شاهکار «ماهان» در دشت پلّیک؛
بیکاری از بشاگرد
رخت برمی بندد

امام جمعه موقت بندرعباس خواستار شد
ضرورت چاره اندیشی
جهت جلوگیری از قاچاق سوخت

اجرای بسته فرهنگی تابستانه
مرغک در مرکز شماره یک
کانون بندرعباس

تخلیه ۲۴ ساعته یک هزار و ۵۰۰
دستگاه خودرودر بندرلنگه

زائران اربعین مراقب
عفونت های تنفسی
سرخک و تب دنگی باشند

الحاق ۲۶۵۴ فروند انواع
سامانه های موشکی جنگالی
و پهبادی به ندسا

طرح تشدید برخورد با تخلفات
حادثه ساز موتورسیکلت سواران

در دیدار مدیرمسئول روزنامه دریا با مدیرعامل فولاد هرمزگان مطرح شد؛

فولاد هرمزگان ،الگوی صنایع فولادی استان در مسئولیت های اجتماعی



خدمتی به مردم ارائه دهیم، در راستای مسئولیت های اجتماعی اقدام می کنیم.معروفخانی گفت : هنرستان جوار فولاد که اولین هنرستان فولادی در ایران است را در هرمزگان راه اندازی کردیم.وی مشارکت در آبرسانی به ۱۴۸ روستای محروم هرمزگان را از دیگر اقدامات فولاد هرمزگان در راستای مسئولیت اجتماعی شان خواند.مدیرعامل شرکت فولاد هرمزگان با اشاره به اجرای طرح های توسعه ای این شرکت ، اظهار امیدواری کرد : بزودی هرمزگان استان اول فولادی کشور خواهد شد.وی ایفای نقش صنایع در حوزه مسئولیت های اجتماعی که مطالبه استاندار، نماینده ولی فقیه در استان ، نمایندگان مردم در مجلس شورای اسلامی، رسانه ها و مردم است، را عاملی در جهت افزایش مشارکت اجتماعی صنایع در استان خواند و افزود: برای رفع محرومیت در هرمزگان ، صنایع هم بایستی مشارکت کنند. معروفخانی گفت: دو میلیارد و ۳۰۰میلیون یورو طرح های توسعه ای در سه سال اخیر در فولاد هرمزگان اجرا شده و ظرفیت تولیدمان به بالای ۵میلیون تن می رسد.وی گفت : با اجرای طرح های توسعه ای و افزایش تولیدات مان، افزایش اشتغال را نیز در استان به همراه خواهد داشت.به گفته مدیرعامل شرکت فولاد هرمزگان ، در این سه سال تمام خریدهای مصرفی مرتبط با این شرکت در استان انجام شده و حساب های بانکی شرکت هم در استان بوده و از گردش حساب های مان ، تسهیلات ۱۵ساله قرض الحسنه به ۴۸۰۰نفر از مددجویان و محرومان داده شده تا اشتغالزایی ... داشته باشند. وی گفت: همچنین مالیات را در استان پرداخت می کنیم.

خبر اختصاصی // مدیرمسئول روزنامه دریا با قدردانی از توجه ویژه فولاد هرمزگان به حوزه مسئولیت های اجتماعی که الگویی برای سایر صنایع فولادی و... در استان است و صنایع دیگر از جمله فولاد کاوه بایستی به حوزه مسئولیت های اجتماعی اهتمام بیشتری داشته باشند، اظهار داشت : پرسنل و کارکنان فولاد هرمزگان از مدیرعامل این شرکت رضایت کامل دارند و از احتمال تغییر مدیرعامل شرکت فولاد هرمزگان در دولت جدید اظهار نگرانی می کنند که این موضوع نشان می دهد عملکرد مدیرعامل این صنعت در استان موجب رضایت کارکنان و از آن طرف هم حتی رضایت مردم استان در حوزه مسئولیت های اجتماعی شده است.

به گزارش خبرنگار دریا ؛ یعقوب دبیری نژاد اظهار داشت : خبرنگاران مان در روزنامه دریا دو دهه مشکلات مردم استان در بخش های مختلف وموضوع لزوم مشارکت صنایع در حوزه مسئولیت های اجتماعی در بخش هایی مورد نیاز استان را منعکس می کنند که فولاد هرمزگان در حوزه مشارکت های اجتماعی عملکرد بسیار خوبی را حتی نسبت به شرکت های فولادی دیگری که در استان فعالیت دارند، داشته است.دبیری نژاد از نگاه مسئولانه شرکت فولاد هرمزگان نسبت به حوزه های مختلف در استان قدردانی کرد. مدیرعامل شرکت فولاد هرمزگان نیز با تبریک روز خبرنگار و قدردانی از تلاش های همکاران رسانه ای در تیم رسانه ای دریا گفت: در شرکت فولاد هرمزگان از همان ابتدای حضورم به حوزه

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان:

زائران اربعین مراقب عفونت های تنفسی سرخک و تب دنگی باشند

گروه خبر // معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: با توجه به اجتماع عظیم زائران از نقاط مختلف جهان زائران اربعین باید مراقب عفونت های تنفسی، بیماری های اسهالی، سرخک و تب دنگی باشند. عبدالجبار ذاکری اظهار کرد: جهت جلوگیری از عفونت های تنفسی حتما در مکان های تجمعی ماسک بزنید، فاصله اجتماعی را تا حد امکان رعایت کنید و در هنگام سرفه و عطسه از دستمال استفاده کنید.وی افزود: در زائران می خواهیم در صورت وجود علامت بیماری حتما ماسک بزنید و فاصله اجتماعی را رعایت کنید و از دست دادن و رویوسی با دیگران پرهیز نموده و در اسرع وقت به یکی از مراکز درمانی مراجعه کنید.ذاکری بیان کرد: جهت پیشگیری از مسمومیت های غذایی و بیماری های اسهالی توصیه می شود از آب های بسته بندی شده یا نوشیدنی های سرد بسته بندی شده یا جوشانده شده استفاده کنید و از غذاهای پخته شده مصرف کنید و از مواد غذایی خام یا کباب شیده ترجیحا پرهیز کنید و مرتباً دست های خود را با آب و مایع دستشویی بشوید.معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان اظهار کرد: در خصوص پیشگیری از سرخک در کودکان و نوجوانان زیر ۱۵ سال توصیه می شود حداقل یک هفته قبل از سفر به نزدیک ترین پایگاه سلامت یا خانه بهداشت محل سکونت خود مراجعه و از کامل بودن واکسیناسیون فرزندان خود اطمینان حاصل کنید و در صورت

دوره آموزشی PHOTOSHOP
راه های ارتباطی
۰۹۹۹-۹۵۸-۷۸۰۷
www.ac.sam-noavaran.ir
samnoavaran _ academy
بندرعباس، کوی فرهنگیان، خیابان امیرکبیر غربی، واحد ویلایی، پلاک ۲۰

دعوت به همکاری
روزنامه دریا جهت تکمیل کادر فنی از افراد واجد شرایط دعوت به همکاری می نماید. برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره های ذیل تماس حاصل نمایید
شماره تماس: ۳۲۲۴۳۷۳۴ - ۳۲۲۴۶۳۸۴ - ۰۷۶

همیشه آنلاین با اینترنت سریع سیستم جنوب
۰۷۶۳۳۰۴
پشتیبانی ۲۴ ساعته
سریع سیستم جنوب

یکشنبه ۲۱ مرداد ۱۴۰۳
۶ صفر ۱۴۴۶
سال بیست و سوم شماره ۴۵۱۰
سرماقله

 جای خالی مهارت های زندگی و روانشناسی در سیستم اداری و آموزشی
■ نارضایتی مردم از سیستم اداری کشور که دلایل مختلفی دارد، بایستی مورد بررسی کارشناسانه قرار گیرد تا با رفع آنها ،مردم از ادارات و دستگاه های دولتی راضی تر شوند و مشکلات بخش دولتی مان برطرف شود.علاوه براینکه برخی از انتصابات در سطوح مختلف سیاسی و جناحی و بدون توجه بسه تخصص افراد و تعهد و کارآمدی افراد صورت می گیرد و فضای فساد و رشوه هم گاهی در برخی بخش ها وجود دارد که بایستی نظارت ها تشدید شود ، موضوع دیگری که کمتر به آن توجه شده است ، وضعیت روحی و روانی و خصوصیات فرد به لحاظ روانشناسانه است که ویژگی های شخصیتی افراد نیز بایستی مورد بررسی و توجه قرار گیرد که آیا فرد برون‌رونگراست یا درونگراست و با اختلالات رفتاری دارد یا ندارد و... حتی در انتصاب و جایجایی کارمندان در بخش های مختلف بایستی به این موضوع توجه شود. برخی از کارمندان و مدیران تیپ شخصیتی شان بگونه ای است که اگر در جمع باشند و برای گروه کاری را انجام دهند ، وظایف شان را بهتر انجام می دهند ویا ارباب رجوع بهتر برخورد می کند و امورات شان را انجام می دهد و...، اما برخی تیپ شخصیتی شان فردی است و بایستی در بخشی گمارده شوند که با ارباب رجوع ارتباطی نداشته باشند. از طرفی دیگر کارمندان و مدیران بایستی دوره‌های مهارت های زندگی ، فن بیان و سخنوری و... را هم بگذرانند تا بهتر بتوانند ارتباط برقرار کنند و امورات مردم را انجام دهند. در بیمارستان ها و مراکز بهداشتی و درمانی، مراکز نظامی و بخصوص کالتری ها و... که کارکنان در حوزه های مختلف ارتباط زیادی را یا مردم دارند، بایستی این مهارت ها و کنترل خشم و... آموزش داده شود تا در مواقع مختلف بدانند چگونه با مردم واقتشار مختلف برخورد کنند. البته اقتشار مختلف مردم هم بایستی این مهارت‌ها را بیاموزند. پارها در خبرها خوانده ایم و شنیده ایم که بدلیل عدم کنترل خشم ، افرادی مرتکب جنایت و قتل و درگیری شده اند که نشان می دهد این مهارت بایستی در سطوح مختلف آموزش داده شود. متأسفانه در مدارس و دانشگاه های مان هم به مهارت های زندگی توجهی نشده است و آموزش های کتابی که بیشترشان بعد از امتحانات به فراموشی سپرده می شود، نسل آینده ساز خلاق و متفکر و مبتکری را تربیت نمی کنند و به همین دلیل می بینیم که در جامعه چالش های مختلف را داریم. حتی دانش آموزان برای رشد علمی شان مجبورند به کلاس های خصوصی و... بروند تا بتوانند در امتحانات موفق تر شوند و یا در مدارس تیزهوشان ، نمونه ، رشته های خوب دانشگاهی و... قبول شوند. جای خالی مهارت های زندگی در سیستم آموزش و پرورش باعث شده است دانش آموزان با این مهارت ها آشنا نشده و مسئولیت پذیر هم تربیت نمی شوند و حتی در مدارس هم معلمان بایستی برخی از آموزش های روانشناسی را ببینند تا بهتر تیپ شخصیتی هر دانش آموز را متوجه شوند ودر نحوه تدریس دروس شان به این دانش آموزان ، مدنظر قرار دهند. آموزش مهارت های زندگی ، فن بیان و سخنوری ، نویسندگی و... که هر شخصی و در هر سنی به آن نیاز دارد، بایستی بیش از پیش مورد توجه قرار گیرد و از ظرفیت بخش تخصصی دولتی و خصوصی در این حوزه بهره برد تا بخش‌های کمبودها و چالش های این حوزه برطرف شود. در مناطق گرمسیری که حتی شرایط اقلیمی و گرما نیز بر روحیات افراد اثر دارد و گرما و عرق کردن و تابش نور خورشید بر سر و بدن بر روحیات و افزایش خشم و... بی تاثیر نیست و بقول معروف باعث می شود بیشتر افراد زود از کوره درمی روند و توانایی صحبت منطقی هم ندارند، حوادث زیادی از جمله دعوا و درگیری و... افزایش می یابد و نیاز به افزایش آموزش این مهارت ها در مدارس و مراکز دولتی ،صنعتی ، خانواده ها و... می باشد . در بندرعباس مراکز خصوصی آموزش فن بیان و مهارت های زندگی مانند «سیرغ» هم فعالیت می کنند که دستگاه های دولتی و صنایع و... باخرید خدمت می توانند زمینه آموزش کارکنان شان را فراهم نمایند . اقتشار دیگر هم بایستی از این مهارت ها استفاده کنند و البته برای خانواده های ساکن در محلات حاشیه ای و... نیز دستگاه های متولی حوزه آسیب های اجتماعی بایستی زمینه بهره مندی از این خدمات رابرای نیازمندان و محرومان و کسانی که در معرض آسیب های اجتماعی هستند، فراهم نمایند. بطور حتم با این آموزش ها از میزان آسیب های اجتماعی در این مناطق هم کاسته می شود و امید به زندگی در بین‌شان افزایش می یابد. آموزش و پرورش، بهزیستی، اداره کل امور اجتماعی استانداری و... بایستی برای آموزش مهارت های زندگی برای دانش آموزان و خانواده ها و... در این مناطق هم تدبیری بیندیشند .
■ علی زارعی
نماینده‌ی روزنامه‌ی دریا دربارسیان قاسم گلستانی گفت: «۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵»

گروه **خبر //** امام جمعه موقت بندرعباس با اشاره به ۲ مشکل اساسی تورم و اشتغال در کشور گفت: مشکل تورم، گرانی و اشتغال در دولت‌های قبلی نیز بوده است اما مساله اساسی این است که دولت‌مردان جدید در این راستا اولویت شان کنترل تورم و توجه ویژه به اشتغال و رفع بیکاری جوانان باشند و بدور از تنش، مسائل و مشکلات را برطرف کنند.

حجت الاسلام و المسلمین عطاءالله میرزاده در خطبه‌های این هفته نماز جمعه بندرعباس اظهار کرد: مجلس هم برای رای به وزرای دولت جدید به گروه‌کی سیاسی دامن نزد بلکه در رای دادن به وزرا شاخصه انقلابی بودن و اعتقاد به جمهوری اسلامی که رهبر معظم انقلاب بر آن تاکید داشتند، درنظر بگیرد.
* **مدیریت هوشمندانه مانع از قطعی آب و برق در هرزگان شد**
امام جمعه موقت بندرعباس با اشاره به فصل تابستان و مدیریت هوشمندانه و بهینه در صنعت آب و برق هرزگان، گفت: کمترین خاموشی برق و قطعی آب را تاکنون در استان شاهد بودیم که جای قدردانی از نیروهای خدم و جهادی این مجموعه‌ها دارد. ۲ مارتن انتخابات دولت چهاردهم در ۲ مرحله و همچنین کنکور سراسری را در فصل گرما بدون قطعی برق پشت سر گذاشتیم که با مدیریت

امام جمعه موقت بندرعباس خواستار شد

ضرورت چاره اندیشی جهت جلوگیری از قاقاق سوخت

جهادی و بهینه نیروهای خدم صنعت برق، هیچ آسیبی چه از نظر حیثیتی و چه ظاهری به استان وارد نشد.وی بیان کرد: همچنین به خاطر عدم بارش‌ها و بحران کم آبی، در زمینه آب نیز استان ما با مشکل مواجه بوده که نیروهای بخش آب زحمات زیادی را متحمل شدند و در زمینه آب نیز با صرفه جویی از سوی مشترکان و همکاری با شرکت آب و فاضلاب هرزگان، مدیریت شد و قطعی آب چندان احساس نشد البته برخی از محلات استان گلایه‌هایی داشتند که به همت بیشتر نیاز است.امام جمعه موقت بندرعباس همچنین با اشاره به اینکه برخی از مردم این استان اقدام به کاشت درخت در حیاط منزل و آبیاری با آب آشامیدنی می‌کنند، هشدار داد و گفت: آبی که این درختان استفاده می‌کنند، معادل تامین آب چندین خانوار است.

*** چاره اندیشی برای جلوگیری از قاقاق سوخت**

وی در ادامه از مسئولان استانی و بالاتر به شهرستان خواست که فکر اساسی برای مبارزه و جلوگیری از قاقاق سوخت در استان هرزگان کنند؛ چرا که این معضل پلای جان مردم و نیروهای نظامی و انتظامی شده است.

*** اربعین نهاد عزت مسلمانان است**

خطیب جمعه بندرعباس همچنین به کنگره عظیم اربعین به عنوان



همکاران و خانواده ایشان کمک کند هم در رشته های مختلف استعداد یابی کرده و آن استعداد را پرورش دهد.دکتر مومنی در ادامه گفت: توجه به سلامت همکاران و طرح نشاط برای آنها کیفیت خدمت رسانی به بیش از ۵۰ درصد از جمعیت بیمه شده استان و همچنین ۲ میلیون مراجعه کننده به مراکز درمانی تامین اجتماعی و حجم کار زیاد نیاز ضروری پرسنل است وی اظهار کرد، در المپیاد ورزشی کارکنان

نهاد عزت مسلمانان، اشاره کرد و از زائران استان خواست: بر بستر قانون و با رعایت دستورالعمل‌های کشور عراق در این مراسم باشکوه معنوی شرکت کرده و ضمن کمک به موب‌ها، آداب مهمانی را نیز رعایت کرده تا نام نیکی از استان و کشورمان برجای بماند و کسانی نیز که نمی‌توانند در این همایش بزرگ معنوی شرکت کنند یاری رسان زائرانی که توان مالی ندارند، باشند.

*** رهبر معظم انقلاب پرچمدار مقاومت است**

امام جمعه موقت بندرعباس همچنین با اشاره به شهادت اسماعیل هنیه رئیس شهید دفتر سیاسی حماس، گفت: انتقام سخت در انتظار رژیم غاصب صهیونیستی است اما کشورهای امارات و بحرین حتی شهادات این مدافع قدس که هم مذهب خودشان بوده و در دفاع از قدس نیز شهید شدند، به خاطر خوش رقصی‌هایی که در مقابل آمریکا و اسرائیل داشتند، را محکوم نکردند که این نشانه ذلیل بودن آن‌ها است.به گزارش ایرنا، وی ایراز کرد: رهبرمعظم انقلاب پرچمدار مقاومت است و همه کسانی که در اقصی نقاط عالم زیر سایه این پرچم جمع شده‌اند، «حرف شان حرف اسماعیل هنیه است که به رهبر عزیز کشورمان گفت در این درگیری‌ها و برنامه‌ها، کسانی بر سر قدرت می‌آیند و می‌روند اما خداوند به شما طول عمر دهد.»

مدیر درمان تامین اجتماعی هرزگان در آیین تجلیل از مدال آوران المپیاد ورزشی تامین اجتماعی:

ورزش موجب پویایی و نشاط همکاران می شود

آقایان و بانوان، فوتسال، بدمیتون آقایان و بانوان، دارت آقایان و بانوان، شطرنج آقایان و بانوان، تنیس روی میز آقایان و بانوان، شسنا آقایان و بانوان، آمادگی جسمانی بانوان و دومیدانی آقایان برگزار شد و کارکنان تامین اجتماعی استان هرزگان موفق شدند در چند رشته عناوینی خوبی کسب کنند. در مسابقات تنیس روی میز بانوان که به میزبانی مازنداران برگزار شد ، بانوان هرزگانی مقام اول را کسب کردند. پریسا پور احمد ، پگاه پور احمد، مریم جمشیدی و صدیقه صادقی این عنوان قهرمانی را برای تامین اجتماعی هرزگان به دست آوردند.نجمه لشکری از هرزگان در مسابقات آمادگی جسمانی که به میزبانی گیلان برگزار شد دوم شد و مدال نقره به گردن آویخت. در رشته دومیدانی و ماده ۱۰۰ متر کریم سالاری به ورزش است.در این مراسم از ۷ ورزشکار مدال آور همکار در بیست و یکمین المپیاد ورزشی کارکنان سازمان تامین اجتماعی تجلیل به عمل آمد.گفتنی است المپیاد ورزشی کارکنان سازمان تامین اجتماعی در رشته های والیبال

اجرای بسته فرهنگی تابستانه مرغک در مرکز شماره یک کانون بندرعباس

و با شروع شدن اوقات فراغت فرصتی پیش آمد تا فعالیت های کانون در قالب بسته های فرهنگی به اعضا معرفی شود تا بتوانند دراین کارگاه ها شرکت کند. وی در ادامه گفت:از جمله فعالیت های دیگر مرکز معرفی و بلند خوانی کتاب، اجرای فعالیت‌های علمی ،کارگاه های نجوم و آزمایشگاه و زیست محیطی ، نقد و بررسی و تند خوانی کتاب همچنین فعالیت بازی و سرگرمی ،آشپزی که آموزش مهارت زندگی به صورت بسته فرهنگی در مرکز شماره یک که به عنوان مرکزالگوی تربیتی می باشددر حال برگزاری است.شایان ذکر است حضور حداکثری اعضا در این کارگاه قریب به ۲۵ الی ۳۰ نفر می باشد.



پشت پرده سیاست

تازه های مطبوعات

هم میهن -چه برخی دوست داشته باشند یا نه، حالا دیگر راهپیمایی اربعین به یک حرکت سالانه که بین دو تا چهار میلیون ایرانی در آن شرکت می‌کنند، تبدیل شده و این یعنی حداقل دو میلیون نفر در یک بازه زمانی کوتاه، می‌خواهند در مناطق مرزی جابه‌جا شوند و بروند و بیایند.راهپیمایی اربعین، وجهی سیاسی هم دارد که اتفاقا عملیات تروربینتی اخیر در کشورمان و شهادت «اسماعیل هنیه، لزوم انجام آن را افزایش می‌دهد، مگر این که آن وجه از تبلیغات کسانی را که دل در گرو عملیات تروربینتی و نظامی در کشورمان دارند را بی‌اهمیت بدانیم.

اعتماد -این روزنامه با اشاره به چنجال اخیر گشت ارشاد نوشت:هرچند تلاش‌های بسیجاری در نیروی انتظامی صورت می‌گیرد اما واقع آن است برخی رخدادها که به نام این نیرو تمام می‌شود تماما مبتنی بر انگاره‌های غیرقانونی و فراقانونی است، رخدادهایی که افکار عمومی را جریحه‌دار ساخته و التهابات بسیاری در جامعه ایجاد می‌کند. همه منتظرند ببینند دولتی که شعار اصلی خود را حاکمیت قانون، تعامل و مدارا قرار داده، چگونه قرار است به یک چنین رفتارهای تند، سلبی و فراقانونی پایان بدهد؟

وطن امروز -مواردی همچون قومیت‌گرایی، قائل شدن امتیازهای مذهبی به بهانه تبعیض مثبت، شخصی دانستن موضوع حجاب و مواردی از این دست، حساسیت‌برانگیز است و می‌تواند شکاف‌های اجتماعی و فرهنگی را عمیق‌تر کند. هر چند گروه‌های سیاسی تندرو حامی دولت تلاش می‌کنند دولت را وادار به اظهارنظر و اقدام در این موارد کند اما باید توجه داشت که در باختن به این موضوع‌های اختلاف‌برانگیز، جامعه را دچار چندپارگی می‌کنند.

دنیای اقتصاد - تردیدهای زیادی بابت واردات خودروهای کارکرده وجود دارد و حتی برخی فعالان عرصه واردات معتقدند واردات دست‌دو‌ها اجرایی نخواهد شد. آن‌ها البته تاکید می‌کنند در صورت تخصیص ارز و رفع چالش‌هایی مانند خدمات پس از فروش، می‌توان خودروهای کارکرده وارد و به تنظیم بازار کمک کرد، اما با این‌آیین‌نامه پرابهام، فعلا امید به اجرایی شدن آن نیست.

انتکاس

فردا نیوز خیرداد:نیویورک تایمز به نقل از مقامات ایرانی گزارش داد که روسیه تحویل تجهیزات بدافند هوایی و راداری پیشرفته خود را به ایران آغاز کرده است. برخی از این تجهیزات با درخواست ایران از کرملین و در شرایط میزبانی ایران از سرگئی شویگو، رئیس شورای امنیت روسیه صورت گرفته است.مقامات به نیویورک تایمز گفته‌اند در حالی که رسانه‌های محلی ایران تنها از درخواست تجهیزات نام برده‌اند، یکی از اعضای سپاه و یک مقام دیگر به تایمز تایید کردند که نه تنها این درخواست انجام شده، بلکه تحویل‌ها نیز آغاز شده است.برخی گزارش‌ها می‌گویند روسیه در اقدامی شگفت‌انگیز، چند دستگاه اس ۴۰۰ را پس از ۱۵ سال به ایران هدیه داد. اس ۴۰۰ به عنوان پیشرفته ترین سیستم دفاع ضد هوایی جهان مشهور است.

الف نوشت: سعید جلیلی با بیان این که کشور باید رشد ۸ درصدی داشته باشد، افزود: در برخی از سال های قبل از دولت شهید رئیسی رشد اقتصادی کشور منفی بوده که این عقب ماندگی کار جدی می خواهد.وی با اشاره به معرفی وزیران به مجلس گفت: برنامه‌های وزرا باید متناسب رشد ۸ درصدی اقتصاد کشور باشد و در برنامه هفتم ۷۰ برنامه از دولت خواسته شده که دولت باید ارائه کند.

چندتاییه خیرداد:مهدی کشت‌دار، مدیر عامل خبرگزاری میزان نوشت: این مدل کشتی نشون دادن توهین به مخاطب ایرانی است. هادی عامل داره کشتی گزارش می‌کنه اما تصویر چیز دیگه‌ای نشون میده.صداسیما مسابقات کشتی رو ضبط کنه، سانسورهاش رو انجام بده بعد زنده‌نامه کنی. مسخرتر از این مدل پوشش نداریم!

سید ابوالحسن جعفری سرویس استان ها //نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه بوشهر با اشاره به شرایط خاص این استان در فصل گرم سال، گفت: مسئولان زمان فعالیت کارگران و شدت کار آنان را در این بازه زمانی گرم کاهش دهند.

به گزارش خبرنگار دریا، آیت‌الله غلامعلی صفایی بوشهری در خطبه‌های نماز جمعه بوشهر اظهار کرد: استان بوشهر با داشتن کارنامه درخشان در مبارزه با متجاوزان به‌عنوان پایتخت مقاومت معرفی و شناخته شده که لازم است برنامه‌های ویژه توسط نهاده‌ا و دستگاه‌های فرهنگی سیاسی در نقاط مختلف استان بوشهر برگزار شود. وی با اشاره به اینکه ظرفیت تولید برق به اندازه میزان مصرف در کشور نیست اضافه کرد: ۲ راهکار برای جلوگیری از به‌سران برق از جمله افزایش تولید انرژی برقی و صرفه‌جویی وجود دارد که لازم است مردم با جلوگیری از اسراف شرایطی فراهم کنند تا خاموشی ایجاد نشود. نماینده ولی

امام جمعه بوشهر:

ساعت کار کارگران کاهش یابد

فقیه در استان بوشهر با تأکید بر همکاری همه مردم در صرفه‌جویی از مصرف برق اضافه کرد: لازم است همگان با صرفه‌جویی در مصرف برق کمک کنند تا از فصل گرما بدون هیچ مشکلی عبور کنیم. وی با تأکید بر توجه ویژه به کارگران غیردولتی استان بوشهر تقاضا کرد نسبت به زمان کاهش کار کارگران عنایت ویژه کنند، فشار به آنان آورده نشود، اخیرا یک کارگر در این عرصه فوت کرده و لازم است ساعت فعالیت کارگران کاهش دهند.

آیت‌الله صفایی بوشهری ادامه داد: کارگران در استان بوشهر به سبب شدت گرما اگر بخواهند آن مقدار ساعت تعیین شده، کار کنند قطعاً دچار

پیش‌بینی تردد ۴۰۰ هزار زائر اربعین از گذرگاه چذابه



حسن سیلایو سرویس استان ها // استاندار خوزستان گفت: **امسال پیش‌بینی می‌کنیم بیش از ۴۰۰ هزار نفر از مرز چذابه عبور کنند و موکب ها خود را برای خدمت رسانی بیشتر آماده کنند.**

به گزارش خبرنگار دریا، علی اکبر حسینی محراب در آئین شروع خدمت رسانی به زائران اربعین حسینی در مرز چذابه اظهار کرد: از زحمات همه مردمی که این موکب‌های عظیم را برپا کرده‌اند قدردانی می‌کنم. درود بر شما با همتی که داشتید، با وجود همه کمبودها و مشکلاتی که در این سرزمین وجود داشت، اینجا را ایاد کردید و امروز می‌توانیم بگوییم یک شهرک زیارتی برای اباعبدهالله الحسین (ع) در مرز چذابه آماده شده که از همه نقاط جهان برای بابوسی امام حسین (ع) به این نقطه می آیند. وی بیان کرد: آن‌هایی که اهل دل هستند می‌دانند اربعین باید بگذرد تا انسان

واونامه

پرونده کلامه ۱۳۶۱۷۶۱۰۳۹۲۰۰۱۴۰۲۴۰۹۲۰۰۰ شعبه دادگاه اصل ۴۹ قانون اساسی استان هرمزگان تصمیم نهایی شماره ۱۳۶۴۸۰۶۱۳۶۴۸۰۰۱۴۰۳۴۰۳۹۰۰۰۰ شاکی : ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) به نشانی استان تهران – شهرستان تهران – شهر تهران – خالد– اسلامی–کوچه–۱۷ ستاد –اجرائی فرمان امام (ره) با نمایندگی آقای احسان کشاورز فرزند احمد .

اتهام : شکایت برخلاف واقع در دعایوی اصل ۴۹ قانون اساسی

گردشکار: بتاريخ سیزدهم مرداد ماه یکپزارو چهارصد و سه در وقت فوق العاده دادگاه اصل ۴۹ قانون اساسی هرمزگان به تصدی افضاء کننده ذیل تشکیل است پرونده کلامه تحت نظر است دادگاه با عنایت به جمیع اوراق و محتویات پرونده ختم رسیدگی را اعلام و با استعانت از درگاه خداوند متعال بشرح آتی مبادرت به صدور رای می نماید.

(رای دادگاه) :

در خصوص شش دالغ یک قطعه زمین به پلاک ثبتی ۲۲۲۱ اصلی واقع در بخش ۲۴ شهرستان بندرلنگه ، کوی بلوکی از طرف ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) به عنوان ملک بابر بلاصاحب معرفی گردیده است این دادگاه پس از بررسی های اولیه طی دادنامه شماره۱۴۰۲۴۰۳۹۰۰۰۳۳۵۵۴۰۶ مورخه ۱۴۰۲/۱۲/۱۵ مستندا به تبصره ماده ۱۰ اصلاحیه آئین نامه نحوه رسیدگی به پرونده های موضوع اصل ۴۹ قانون اساسی مبادرت به صدور قرار سرپرستی می نماید و سپس قرار صادره به منظور حفظ حقوق مدعیان احتمالی در روزنامه کثیر الانشار آگهی گردید و متعاقبا با عنایت به انقضاه مهلت یک ماهه انتشار آگهی و عدم مراجعه شخص یا اشخاصی به عنوان مدعی یا معترض و درخواست ستاد اجرایی طی نامه شماره ۱۸۱/۱۳۳۹۱۲ مورخه ۱۴۰۳/۰۴/۳۱ مبنی بر صدور حکم تملک ملک موضوع ، انهایه این دادگاه با عنایت به عدم مراجعه شخص یا اشخاصی به عنوان مالک یا قائم مقام قانونی و یا وکیل مالک و توجها به تحقیقات و بررسیهای انجام شنده توسط ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) و اینکه ملک موضوع پرونده از مصادیق اموال بلاصاحب تلقی گردیده و هیچگونه اطلاعی از مالک و یا ورثه یا نماینده قانونی وی بدست نیامده ، لذا در راستای اجرای ماده ۲۸ قانون مدنی و فتاوی حضرت امام (ره) در تحریر الوسیله (کتاب لقطه) حکم به تملیک ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) نسبت به ملک مزبور صادر و اعلام میدارد. رای صادره غیابی و ظرف بیست روز پس از ابلاغ قابل واخواهی در این دادگاه می باشد.

مختارصادقی

رئیس دادگاه اصل ۴۹ قانون اساسی استان هرمزگان

چه مکمل هایی

برای تقویت سیستم ایمنی بدن

لازم است؟

طرح:معصومه زارعی

ویتامین D	کمبود این ویتامین خطر ابتلا به عفونت های مجاری فوقانی تنفسی مانند آنفولانزا و آسم با منشأ، آلرژی را افزایش می دهد
زینک (روی)	کمبود این ماده معدنی توانایی سیستم ایمنی برای کاهش بروز بیماری ها و عفونت ها مانند پنهومونی را کاهش می دهد
ویتامین C	عملکرد آنتی اکسیدانی دارد و از آسیب ناشی از استرس اکسیداتیو که می تواند باعث تضعیف عملکرد سیستم ایمنی شود، جلوگیری می کند
ویتامین های گروه B	این ویتامین ها شامل ویتامین های B6 و B12 برای پاسخ به سیستم ایمنی ضروری است
سلنیوم	ماده معدنی مهم برای سلامت سیستم ایمنی است و استفاده از مکمل آن باعث افزایش قابلیت دفاعی در برابر عفونت های ویروسی می شود
کوپر کومین	ماده موثر موجود در زردچوبه است که اثرات ضد التهابی قوی دارد و باعث تقویت عملکرد سیستم ایمنی می شود



آیا مردم متضرر می‌شوند و در این زمینه ضمن پیش‌بینی‌های لازم پیشگیری از بروز مشکلات کنند و از همه ظرفیت‌ها برای حل مشکلات آن مردم استفاده شود.

خطیب نماز جمعه بوشهر در ادامه با اشاره به اقدامات تروریستی رژیم صهیونیستی علیه جبهه مقاومت گفت: رژیم اشغالگر قدس فکر می‌کند با ترور فرماندهان جبهه مقاومت مانند شهید هنیه و شهدای دیگر که اخیراً برای نجات مردم فلسطین و اسلام تقدیم شده است می‌تواند محور مقاومت را تضعیف کند. عضو مجمع خبرگان رهبری با بیان اینکه همیشه مقوله شهادت سبب تقویت، شتاب، کارآمدی و پیروزی خط مقاومت در تاریخ اسلام شده است تصریح کرد: با بررسی تاریخ کاملاً مشهود است رژیم صهیونیستی بداند پیش‌روی او شکست محتم و انتقام سخت است.

امام جمعه بوشهر ادامه داد: انتقام خوان‌خواهی از رژیم صهیونیستی یواش، یواش اجرایی می‌شود و خواهید دید چگونه این انتقام صورت خواهد

دادستان عمومی و انقلاب مرکز استان کرمان تاکید کرد

لزوم توجه مسئولان کرمان به مدیریت پسماند



آرزو توکلی سرویس استان ها // دادستان عمومی و انقلاب مرکز استان کرمان گفت: **با توجه به اهمیت سلامت مردم، از مسئولان متولی در کرمان انتظار می‌رود نسبت به مدیریت پسماند حساسیت بیشتری نشان دهند.**

به گزارش خبرنگار دریا، مهدی بخشی اظهار کرد: مدیریت پسماند موضوع مهمی است که با سلامت مردم سر و کار دارد. وی افزود: رعایت نکردن ضوابط زیست محیطی تهدیدی جدی برای سلامت شهروندان به حساب می‌آید و نمی‌توانیم به سادگی از کنار آن عبور کنیم.دادستان عمومی و انقلاب مرکز استان کرمان تصریح کرد: دستگاه قضائی در چارچوب قانون، با ترک فعل دستگاه‌های ذی ربط، درخصوص عدم اقدام درجهت مدیریت صحیح پسماند برخورد خواهد کرد.

بخشی به دفع غیر اصولی پسماندها، عدم جزم جدی در جمع‌آوری مجزا و تفکیک در میدا و عدم رعایت استانداردهای کامل در خصوص پسماندهای ویژه، صنعتی و بیمارستانی اشاره کرد. وی تاکید کرد: انجام بازدید میدانی محیط زیست و اداره بهداشت از محل دفع پسماند جهت تفکیک و بازیافت و جلوگیری از اقدام علیه بهداشت عمومی ضرورت دارد.

دادستان عمومی و انقلاب مرکز استان کرمان تصریح کرد: بررسی و پایش نحوه دفع پسماند و ورود دانشگاه علوم پزشکی و شهرداری به



طرح: معصومه زارعی



برداشت انجیر در کوه گنو بندرعباس



یکشنبه ۲۱ مرداد ۱۴۰۳

۶ مهر ۱۴۰۶

سال بیست و سوم شماره ۱۰۴۵

خبر

امام جمعه یزد:

رئیس جمهور از افراد جهادی و انقلابی استفاده کند

■ علیرضا حائری زاده سرویس استان ها //نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه یزد گفت: رئیس جمهور برای تحقق اهداف نظام و انقلاب اسلامی و اجرای شدن منویات مقام معظم رهبری از افراد با روحیه جهادی و انقلابی و دارای توانایی لازم در انجام امور استفاده کند. به گزارش خبرنگار دریا، آیت‌الله محمدرضا ناصری در خطبه‌های نمازجمعه این هفته شهر یزد به توصیه‌های مقام معظم رهبری به دولت جدید اشاره کرد و افزود: بهره گیری از ظرفیت های فراوان کشور و توجه به امور فرهنگی در کنار مسایل اقتصادی و معیشت مردم باید در اولویت قرار گیرد.وی ادامه داد: توجه ویژه به مسایل کشاورزی و برطرف کردن نیازهای داخلی و همچنین حل مشکلات اقتصادی با همکاری و برنامه‌ریزی محقق می‌شود و بسیار دارای اهمیت است.امام جمعه یزد تصریح کرد: برای کاهش واردات و قطع برخی وابستگی‌ها باید در امور کشاورزی بیش از گذشته دولت جدید و شخص رئیس جمهور عنایت داشته باشد.ناصری بیان کرد: نباید از دشمن و ترندهای او هراس داشته باشیم بلکه باید با همدلی و کار جهادی و انقلابی برای شکست استکبار و حل مشکلات تلاش داشته باشیم.وی گفت: برای تحقق این اهداف مهم باید از افراد دلسوز و کارآمد در بخش‌های مورد نیاز در کشور بهره گرفت و این باید مورد عنایت رئیس جمهور باشد. نمازجمعه در ۲۷ تپهستان یزد اقامه می‌شود.

استقرار موکب هیات رزمندگان اسلام یزد با ۲۰۰ خادم در کربلا

■ علیرضا حائری زاده سرویس استان ها // رئیس هیات رزمندگان اسلام استان یزد گفت:موکب شهید شهید حاج قاسم سلیمانی با استقرار در ۱۰۰ متری حرم حضرت امام حسین (ع) با همکاری ۲۰۰ خادم در طول برگزاری راهپیمایی اربعین به زوار خدمات مختلف ارائه می‌دهد. به گزارش خبرنگار دریا، سید محمود حسینی افزود: اسکان، تغذیه و درمان و امور فرهنگی جزو خدمات هیات رزمندگان اسلام یزد به راهپیمایان اربعین است.وی ادامه داد: موکب شهید سلیمانی هیات رزمندگان اسلام تا روز اربعین با مشارکت خادمان برادر و خواهر با افتخار به صورت شبانه روز در خدمت زوار امام حسین ع است.این مسئول بیان کرد: در سال گذشته بیش از ۵۰ هزار نفر از زوار یزدی و غیر یزدی از مناطق مختلف کشور با حضور در موکب هیات رزمندگان استان از خدمات استفاده کردند.حسینی گفت: تمامی امور موکب شهید سلیمانی مردمی است و برای ارائه خدمات به حمایت مادی و معنوی نیاز است که شهروندان مومن و ولایتمدار می‌توانند همراهی کنند. وی بیان کرد: شماره کارت ۴۷۹۶۷۶۵۰۳۴۶۷۶۵۰۱۱۳۲۱۱۱۱ و شبها ۴۷۹۶۴۰۰۱۰۰۰۰۲۲۹۰۰۰۱۴۰۷۰۰۰ به نام هیات ثارالله رزمندگان برای جذب کمک مردم در نظر گرفته شده است.هیات رزمندگان با عضویت ۱۵ هزار نفر از ۱۲ شهرستان استان یزد فعالیت دارد.

پا ختی زبان
یکشنبه ۲۱ مرداد ۱۴۰۳ ۶ صفر ۱۴۴۶ سال بیست و سوم شماره ۴۵۱۰
آشپزی

آش زرشک خراسانی؛ لذیذ و مقوی

آش زرشک یکی از غذاهای اصیل ایرانی است که در خراسان شمالی، مازندران، لرستان و طالقان به روش‌های نسبتاً متفاوتی طبخ می‌شود.

مواد لازم برای تهیه آش زرشک خراسان شمالی (برای ۴ نفر)
آب زرشک(۱ لیتر).....
نصف لیوان فرانسوی دستم‌دار نخود(گرد).....
نصف لیوان فرانسوی دستم‌دار لوبیا چیتی).....
نصف لیوان فرانسوی دستم‌دار لوبیا قرمز).....
نصف لیوان فرانسوی دستم‌دار پیاز (برای پیاز داغ)).....
۳۰۰ عدد بزرگ رشته (آش).....
۱ مشت پر مرزه خشک).....
۳ قاشق غذاخوری آویشن خشک).....
۱ قاشق غذاخوری زرد شک تازه یا زرشک خشک).....
۱ قاشق غذاخوری آب سفید).....
۱ لیوان فرانسوی دستم‌دار زردچوبه و فلفل سیاه، نمک).....
به مقدار دلخواه سبزی زرد تنگ).....
برای نماد داغی روقن سرخ کردن).....
به مقدار کافی مدت زمان لازم برای آماده‌سازی مواد (اولیم)..... ۲۰ دقیقه مدت زمان لازم برای پخت آش زرشک خراسانی)..... حدود ۱ ساعت

*** مراحل طرز تهیه آش زرشک خراسانی و مشهدی**
طرز تهیه آش زرشک خراسانی با انواع آش زرشک مازنی، لری و طالقانی تفاوت‌هایی دارد که در ادامه به این جزئیات اشاره می‌کنیم. با این حال، هر نوع آش زرشکی به خاطر خواص زرشک برای پاک‌سازی کبد مفید است.
مراحل طرز تهیه آش زرشک مشهدی را دنبال کنید.

- مرحله اول: حبوبات و زرشک را بخیسانید**
در اولین مرحله از طرز تهیه آش زرشک مشهدی باید حبوبات را از شب قبل بخیسانید. برای این منظور، بهتر است نخود، لوبیا چیتی و لوبیا قرمز را در ظرف‌های جداگانه‌ای بریزید و آن‌ها را به خوبی بشوید تا هیچ گرد و خاکی نداشته باشند.سبب، در هر یک از ظرف‌ها به اندازه ۲ لیوان دستم‌دار فرانسوی آب جوش بریزید. حبوبات را کنار بگذارید تا حداقل خیس بخورند و نفخ آن گرفته شود. اگر زرشک تازه ندارید و می‌خواهید از زرشک خشک استفاده کنید، زرشک‌ها را هم به مدت ۲۰ دقیقه در آب خیس کنید.
- * مرحله دوم: حبوبات آش زرشک را بجوشانید**
حالا، آب حبوبات خیس خورده و نمک شاد را خالی کرده و آن‌ها را کاملاً آب‌کشی کنید. ترکیب نخود، لوبیا چیتی و لوبیا قرمز را با هم در یک قابلمه مناسب بریزید و پس از افزودن ۱۲ لیوان آب دستم‌دار فرانسوی آب جوش، قابلمه را روی حرارت متوسط بگذارید. پس از چند دقیقه، حرارت را ملایم کرده و حدود ۱ ساعت صبر کنید تا همه حبوبات کاملاً پخته شوند.

- * مرحله سوم: تهیه آش زرشک را آماده کنید**
در فاصله بختن حبوبات، پیاز را به صورت نگینی خرد کنید. سبب، در یک قابلمه جادار و مناسب که می‌خواهید آش را در آن بار بگذارید، بریزید و روی حرارت متوسط بگذارید. مقداری روغن سرخ کردنی بریزید و صبر کنید تا داغ شود. پیازهای خرد شده را به قابلمه اضافه کرده و کاملاً در روغن تفت دهید. پس از سبک و طلایی شدن پیازها، باید مقداری زردچوبه هم در قابلمه بریزید. چند لحظه صبر کنید تا زردچوبه نیز تفت بییند و عطر و رنگش آزاد شود.حالا، باید یک قاشق آرد را هم به این ترکیب اضافه کنید و هم به زینت تا طعم خامی آرد گرفته شود. در ادامه، ۲ لیوان دستم‌دار فرانسوی آب جوش را با آب زرشک و آب قلم در قابلمه بریزید.حالا، پیازها پخته شده را هم به این ترکیب اضافه کنید.درب قابلمه را ببندید و حدود ۱۵ دقیقه منظر بمانید تا همه مواد در کنار یکدیگر بپزند و آش زرشک لعاب ببندداز.
- * مرحله چهارم: نفعان داغ و پیاز داغ برای آش ترین آش درست کنید**
۱ عدد پیاز بزرگ را پوست بگیرید و آن را به پخته خالی نازک خرد کنید. در یک تابه کوچک مقداری روغن سرخ کردنی بریزید و پیازهای خالی خرد شده را در روغن داغ بریزید و خیلی سرخ کنید تا پیاز داغ کربسی داشته باشد.پیاز داغ آماده شده را از تابه خارج کنید و در همان تابه نفعان داغ درست کنید. برای این کار مقداری دیگر روغن در تابه بریزید و به مدت ۳۰ ثانیه نفعان خشک را در آن تفت دهید. نفعا داغ را کنار بگذارید.

- * مرحله پنجم: باقی مواد آش زرشک را اضافه کنید**
پس از گذشت ۱۵ دقیقه و اطمینان از بختن و جاف شدن مایه اولیه آش، وقت آن است که باقی مواد را هم اضافه کنید. بنابراین، زرشک تازه را به‌خوبی بشویید و کاملاً آب‌کشی کنید. اگر هم زرشک خشک را خیس کردید آن را به مدت ۱۵ دقیقه جداگانه بریزید و سپس، زرشک را همراه با مرزه و آویشن خشک، مقداری نمک، فلفل سیاه و رشته آبی در قابلمه بریزید.سبب، دوباره در قابلمه را ببندید و حدود ۱۵ تا ۲۰ دقیقه صبر کنید تا رشته در زرشک به خوبی بپزد و لعاب خود را در آش آزاد کنند. در نهایت، طعم آش را ببینید و در صورت نیاز، باز هم نمک و فلفل اضافه کنید.
- * مرحله آخر: آش زرشک را آتیزین و سرو کنید**
امیدواریم مراحل طرز تهیه آش زرشک را با دقت و بدون مشکل دنبال کرده باشید. حالا وقت آن است که آش زرشک مشهدی خوشمزه خود را در ظرف مناسبی بریزید و با نفعا داغ و پیاز داغ، مقداری زرشک تفت داده شده، خلال سته و بادام یا سفوف و گردو و ترین کنید. این غذا را می‌توانید به عنوان غذای اصلی یا پیش غذا نوش جان کنید.

- * طرز تهیه آش زرشک به روش شهرهای دیگر**
روش تهیه آش زرشک لری
طرز تهیه آش زرشک کوهی لرستان هم مشابه همان چیزی است که در بالا گفتیم؛ تنها فرق در این است که اهالی لرستان مقداری عدس، سیر و روغن دنبه هم به این غذا اضافه کرده و در آویشن خشک یا هیچ سبزی دیگری را در آش زرشک نمی‌ریزند.
- * روش تهیه آش زرشک طالقان**
اهالی طالقان برای طبخ آش زرشک به جای مرزه و آویشن از مقدار کمی جعفری، تره و جعفر دلیوبی استفاده می‌کنند. همچنین، در آش زرشک طالقانی انواع نخود و لوبیا قرمز نمی‌ریزند و فقط به اضافه کردن لوبیا چیتی اکتفا می‌کنند.
- * روش طبخ آش زرشک مازنی**
طرز تهیه آش زرشک مازندرانی تا اندازه زیادی شبیه دستور بالاست؛ با این تفاوت که آش زرشک شمالی با گوشت مرغ پخته و کنک درست می‌شود.
- * نکات مهم در طرز تهیه آش زرشک**
در صورت امکان، برای پخت حبوبات می‌توانید از زردپن استفاده کنید. به این ترتیب، زمان خیساندن نخود و لوبیا و مدت زمان لازم برای پخت کاهش پیدا می‌کند.اگر به آب قلم دسترسی ندارید می‌توانید از عصاره گوشت یا عصاره مرغ آماده و بازاری استفاده کنید.در صورت دسترسی نداشتن به زرشک تازه، می‌توانید از زرشک خشک یا زرشک کوهی استفاده کنید. دوباره آش زرشک کوهی هم باید دقت کرده و زرشک وحشی را کاملاً پاک کنید و قبل از مصرف، به خوبی بشوئو و دھید. توجه داشته باشید، زرشک کوهی به مراتب ترش‌تر از زرشک معمولی است. بنابراین، در صورت استفاده از آن باید لازم باشد در انتها مقداری شکر هم در آش زرشک بریزید.
- * خواص آش زرشک برای سلامتی چیست؟**
آش زرشک مثل آب انجور، برای پاک‌سازی کبد، بهبود بیماری‌های قلبی و عروقی، تصفیه خرد، تقویت سیستم ایمنی، کاهش کلسترول و بسیاری موارد دیگر مفید است.

این عصرانه‌های تابستانی شما را خنک نگه می‌دارد

در یک عصر داغ تابستانی که دیگر از کولرهای به هن هن افتاده هم کار چندان‌ی بر نمی آید، یک عصرانه همچون معجزه‌گری عمل می‌کند که می‌تواند حرارت بدنتان را به تعادل رسانده و برای مدتی هم شده، به کولرهای از نفس افتاده فرصت استراحت دهد.

بدون شک انتخاب عصرانه برای داغ‌ترین روزهای سال از آن هنرهای منحصر به فردی است که تقریباً همه خانم‌های خانه به آن واقفند و اگر کمی همت کنند، کلی گزینه برای رو کردن دارند تا دیگر روزهای بلند تابستان و شکم گرسنه اعضای خانواده با تقلات مضر و برطرقداری که اتفاقا خیلی هم در بالاردن دمای بدن اثر گذارند، پر نشود. از عصرانه‌های فضایی و لاکچری حرف نمی‌زنیم، منظورمان چند خوراکی معمولی است که گاه‌به‌خاطر سادگی زیادشان، آن‌ها را فراموش می‌کنیم، اما در این گزارش تابستانی می‌خواهیم شما را با خاطرات نوستالژیکتان آشتی دهیم و هلتان بدهیم سمت عصرانه‌هایی که درمان گرمای آتشین این روزهای داغ است.

■ رولت نان پنیر، سبزی، ورنژن جدید یک میان وعده نوستالژیک

گرچه در ایسن دوره زمانه همین که اراده کنی و البته جیبیت اجازه دهد، کلی خوراکی خوش

طبق ادعای برخی از کارشناسان حوزه لوازم آرایشی، از هر ۱۰ قلم لوازم آرایشی بازار، ۷ قلم قاچاق است.

«بخانی ۲۰ساله با کلیه درد به ما مراجعه کرد، بعد از انجام آزمایش فهمیدیم با مسمومیت ناشی از جیوه به بیماری مزمن کلیوی مبتلا شده، چون دوماه از به کمر بود برند معروف استفاده می‌کرد…»
این را یک پزشک می‌گوید. رئیس پلیس امنیت اقتصادی پایتخت سرهنگ کارآگاه مهدی افساری گفت: «ماموران پلیس در بازرسی از یک انبار در محدوده باقرشهر تهران، ۵ هزار و ۴۸۹ قلم لوازم آرایشی و بهداشتی فاقد مجوزهای قانونی کشف کردند.»
کارشناسان ارزش اموال مشکوفه را ۲۵ میلیارد ریال اعلام کردند. طبق اعلام اداره مقابله با قاچاق فراردهدای سلامت سازمان غذا و دارو، در سال گذشته بیش از ۲۰۸ هزار مورد کالای آرایشی و بهداشتی قاچاق و تقلبی با ارزش بیش از ۲۷۰ میلیارد ریال از سطح عرضه جمع آوری شد.بنا بر ادعای برخی از کارشناسان



رنگ و روی بازاری مقابلت ظاهر می‌شود که هر کدام می‌تواند میان وعده مورد علاقه یکی از اعضای خانواده باشد اما قاعدتا جای یک عصرانه سالم و مقوی آن هم با خاصیت کاهش دهنده دمای بدن در دکان و بقالی نیست و این مادرها و پدرها هستند که باید دست به کار شوند برای تهیه عصرانه‌هایی که از قدیم الایام، پای ثابت همه خانه‌های ایرانی بوده است. یکی مثل نان پنیر سبزی یا عطر بی‌ نظیر تابستان که الحق رودست نداشت و حالا نیز اگر به سبکی مدرن‌تر سرو شود، بازمز طرفداران پر و پا قرصی خواهد داشت. پس دست به کار شوید برای یک رولت نان پنیر سبزی جذاب. نان

مثل نان پنیر سبزی با عطر بی‌ نظیر تابستان که الحق رودست نداشت و حالا نیز اگر به سبکی مدرن‌تر سرو شود، بازمز طرفداران پر و پا قرصی خواهد داشت. پس دست به کار شوید برای یک رولت نان پنیر سبزی جذاب. نان باگت، سبزی خوردن ساطوری شده، پنیر سفید و مقداری گردوی خردشده؛ همین‌ها برای یک عصرانه جذاب کافی است. قبل از هرکاری باید نان‌های باگت را کاملاً باز کنید و با گوشت‌کوب

بانوی دیا

می‌شود. همانطور که می‌دانید ترکیب دوغ، خیار، سبزی تازه یا انواع سبزی خشک و معطر، گردو، کشمش، نمک و نان که ترجیحا بهتر است از کیسه نان خشک‌ها بیرون بیاید، شما را با آب دوغ خیارِ روبه رو می‌کند که می‌گویند اصالتی شیرازی دارد و طرفدارانی از رعیت، اما مدل درباری آن که همین آب دوغ خیار امروزی ماست، موردعلاقه ناصرالدین‌شاه بوده است. فقط حواستان باشد سردی دوغ خیلی بر گرمی نفعان و پونه و موادی چون گردو و کشمش نچرید و خدایي نکرده از آن‌ور بوم نیفتید.

■ سیخ مزه‌های تابستانی با نان داغ داغ
اینکه چه کسی در گرمای بعدازظهر خندان تازه را تقبل می‌کند، به تاهام بین اعضای خانواده مردجویند دارد اما معمولاً آن عزیز خوش شانس‌ی است که پیاپی ساعت کاری‌اش با تایم عصرانه خانواده همچوانی دارد! قهرمان تسخیر نان تازه است، پس به جبران این همه فداکاری هم که شده، با روی باز به استقبالش بروید و با یک سلام و خداقوت جانانه، خستگی ایستادن در صف نانواپی را از تنش در آورید. حالا برای باقی کار دست به کار شوید.

هندوانه، طالبی و حتی خیار و گوجه، هرچند مدل از این میوه‌های تابستانی که در یخچالتان است، می‌تواند به برش‌های مکعبی تبدیل شده و به همراه یک برش پنیر نرم، سسر بخورد داخل سیخ‌های چوبی تا رنگین کمانی جذاب برای عصرانه مهیا شود.
خوبی این سیخ‌های رنگارنگ در این است که بچه‌ها را حسایی جذب می‌کند و آن‌ها را پای عصرانه‌ای می‌نشاند که شاید در حالت عادی تمایلی برای آن نداشته باشند.

سیلی لوازم آرایش قاچاق روی صورت بانوان

آرایش و برندهای خارجی است. به همین علت سهم بیشتر بازار لوازم آرایشی در خارج از داروخانه‌ها و فروشگاه‌هایی است که عمده محصولات آن‌ها قاچاق است و مردم برای برند تقلبی پول‌های هنگفت می‌دهند.مدیر عامل سازمان جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی سید عبدالعجید اجتهادی معتقد است که «حتی اگر تصور کنیم ۱۰ تا ۱۵ درصد لوازم بهداشتی و آرایشی وارد شده به کشور که قاچاق هستند، کشف می‌شود باز هم ۸۵ درصد از آن‌ها در داخل کشور عرضه می‌شوند. بنابراین باید با راه‌اندازی سامانه‌های الکترونیکی جلوی سهم عظیمی از آن‌ها را بگیریم.»
مردم هم توجه داشته باشند که صرفاً داشتن برچسب اصالت کالا بر روی بسته‌بندی نشان دهنده این می‌شود باز هم ۸۵ درصد از اصالت محصول باید کد ۱۶ رقمی شنویده شده بر روی برچسب را به شماره ۰۸۸۲۲-۲۰۰۰ پیامک کرده و در صورت دریافت جواب تأیید، آن کالا واجد اصالت است.

بانوجوان بی‌نظم چه کنیم؟



این هستند که فرزند ما در کارهایش نظم ندارد؟
پرویزی در این مورد معتقد است: «واقعیت این است که این انتظارات، انتظارات واقع بینانه‌ای نیستند مخصوصاً در دوره نوجوانی؛ چرا چون سن نوجوانی دوره بسیار حساسی است و بچه‌ها در این مرحله از زندگی درگیر به ذهن زیادی دارند، تغییرات مهمی مثل تغییرات جسمی، شناختی، اجتماعی و هیجانی برایشان اتفاق می‌افتد و بخاطر این تغییرات بی‌نظمی تا حدودی طبیعی است. توصیه من به مادران عزیز این است که نوجوان

با فرزندمان باعث می‌شود نوجوانمان مرتب‌تر شود؟
پرویزی در پاسخ می‌گوید:حرف‌هایی که ما برای فرزندمانان می‌کنیم باعث می‌شود (در حد محدود)، آموزش، الگو دهی و...این‌ها جز مواردی است که باعث ایجاد رفتارهای مثبت و سازنده در فرزندمان می‌شود. مسئله‌ای که اینجا اهمیت دارد این است که والدین انتظارات واقع بینانه از فرزندانشان داشته باشند. اگر رفتار مثبتی از آن‌ها می‌بینید به آن‌ها بگویید و باز گو کنید تا آن‌ها هم برای انجامش تشویق شوند. مثلاً اگر زمانی متوجه می‌شوید که کارهایش را با نظم انجام می‌دهد مثلاً اتاقش را خودش مرتب می‌کند تحسینش کنید و به او بگویید «که پسر من همیشه مرتب است دختر من همیشه منظم است» این مدل رفتارها در ناخودآگاه فرزندتان می‌گنجد و از آنجایی که ذهن ناخودآگاه فرزندتان را زیاد تکرار کنید در وجود فرزندتان ذهن ناخودآگاهش نهادینه می‌شود و معمولاً همان اعمال را تکرار می‌کند.

■ به فرزندتان مدام نگوید تو شلخته‌ای
«بی‌کلی شلخته‌ای یک مرتب‌تر باش!» اگر فرزندمان در کارهایش نظم نداشتن این جملات را به فرزندمانان بگوییم؟ چنین طرز صحبتی

نیازهای ما را هم برای همسرمان برجسته‌کند و بالعکس به گفته فرزانه رضانی تکنیک قندان است. تکنیکی که کم‌کم همسر ما رفتارش را به ایده‌آل‌های‌مان نزدیک کند و زندگی را مثل قند، شیرین‌اين زوج‌درمانگر می‌گوید: «معمولاً به زوج‌ها پیشنهاد می‌دهم که دوتا قندان بردارند و ۵ تا از کارهایی که دوست دارند همسرشان از امروز تا ماه آینده برایشان انجام بدهد را به صورت جداگانه بنویسند. سپس هر هفته یکی از نوشته‌ها را از قندان همسرشان بردارند و آن کار را انجام بدهند. مثلاً اینکه من دوست دارم این ماه برابم گل بخری، این ماه وقت بگذاری و یک فیلم سینمایی با هم ببینیم، غذای موردعلاقهم را درست کنی و... شاید این کار خیلی ساده به نظر بیاید اما ختم رابطه‌ها را کمتر می‌کند. گفت‌وگوی زوجین مون‌ترتر می‌شود و انتظاراتی که از همسرشان دارند برآورده می‌شود. بارها از زوج‌های مختلف شنیدم‌ام که بعد از انجام این تکنیک گفته‌اند که اصلاً فکرش را نمی‌کردیم اما این کار زندگی‌مان را تغییر داد و با باعث شد با نیازهای ما همسرمان آشنا بشویم که هیچ‌وقت تا به حال به چشم‌مان نیامده بود.» البته فرزانه رضانی توصیه می‌کند که نباید

خواست‌های غیرمعتول از شریک زندگی‌مان داشته باشیم و چیزهای از او بخواهیم که می‌دانیم در حد توانش نیست. دومین نکته‌ای که اجرای این کار اهمیت دارد تشکر کردن از همسرمان است. قدردانی باعث می‌شود که همسرمان احساس ارزشمندی داشته باشد و مشتاق به تکرار دوباره آن رفتار باشد. با این‌حال اغلب زوجین بعد از گذشت مدت کوتاهی از زندگی مشترک‌شان فراموش می‌کنند که قدردان هم

چند سیاست زنانه که در زندگی تان معجزه می‌کند!

می‌تواند ما را دوست داشته باشد نه به اجبار می‌توانیم در دل دیگران جا باز کنیم. درواقع همسر من باید در رفتارم متوجه خواسته‌ها و علاقه‌مندی‌های من بشود نه اینکه در فانتزی‌ها و رویاهایی که دارم.»

■ بازی حدس و گمان که نیست!

زندگی بازی حدس و گمان نیست و همسرمان هم علم غیب ندارد که از حالات روحی ما باخبر باشند، از همه مهر تر شریک زندگی‌مان چوب جادو هم ندارد که به سرعت حال روحی‌مان را تغییر بدهد. گاهی اصلاً خودمان هم نمی‌دانیم که چرا این‌قدر به هم ریخته‌ایم و چه چیزی حال‌مان را خوب می‌کند چه برسد به همسرمان! هرچند فضای مجازی و زندگی‌های نمایشی‌اش زندگی ما را طور دیگری نشان می‌دهند اما یک رابطه سالم باز به گفت‌وگو و صحبت کردن درباره حال و روحيات فردی‌مان دارد، عملي که سومین تکنیک پیشنهادی فرزانه رضانی است. این زوج‌درمانگر می‌گوید: «متأسفانه وقتی با اغلب خانم‌ها هم صحبت می‌شویم می‌گویند که چه ارزشی دارد وقتی من خواسته‌هایم را به زبان بیابورم یا خودم به همسرم بگویم که حال مناسبی ندارم؟! اگر من را دوست دارد باید خودش متوجه بشود. اما اینطور نیست اتفاقاً ما باید نیاز و خواسته‌هایمان را به زبان بیابورم و همسرمان را در جریان آنها بگذاریم. مثلاً اگر من امروز احساس بدی دارم یا بی دلیل عصبی و به هم ریخته‌ام این حس را به همسرم بگویم نه اینکه قهر کنم، برخاش کنم و دست آخرهم بحث و دعوا پیش بیاید و من هم بدخور شوم که خواسته‌هایمان چندین بار اتفاق بیفتد از دفعات بعد همسرمان متوجه حالات و احساسات ما می‌شود و می‌داند که برای بهتر شدن حال ما چه کاری باید انجام بدهد.»

۷
یکشنبه ۲۱ مرداد ۱۴۰۳
۶ صفر ۱۴۴۶
سال بیست و سوم شماره ۵۱۰۴۵

طالع بینی

فروردین:



اگر کسی به تازگی باعث ناامیدی شما شده؛ خودتان را ناراحت نکنید. بهترین کار این است که برای مدت زمانی از او دور بمانید. خودتان را با افراد مثبت اندیش سرگرم کنید و دایره دوستانتان را به این سمت ببرید و معاشرت بیشتری داشته باشید. افرادی که با شما ایده‌های متفاوتی دارند؛ ملزم به بد بودنشان نیست بلکه مکمل یکدیگر بوده و می‌توانید در کنار هم تصمیمات مهم و درستی بگیرید.

اردیبهشت:



احتمالا اتفاقات غیر منتظره امروز باعث متعجب شدن شما خواهد بود، اما باید به قدری خودتان را قوی و محکم کنید که با کوچکترین اتفاقاتی به هم نریزید. سعی کنید در برابر همه چیز به بهترین شکل واکنش نشان دهید و خیلی زود عصبانی نشده و از کوره در نروید. در حقیقت باید احساسات خود را به نحوی مدیریت کنید که دچار چالش نشوید.

خرداد:



شما خیلی زود به هر کسی اعتماد می‌کنید و این مسئله ممکن است در زندگی به شما آسیب برساند، اگر شخص جدیدی وارد زندگیتان شد؛ اول خوب آن را بشناسید و بگذارید زمان بگذرد و سپس آن را وارد زندگی شخصیتان کنید.

تیر:



پیشرفت در زندگی همیشه با اولین قدم‌ها آغاز می‌شود. پس اولین قدم را بردارید؛ اما سعی کنید همیشه قبل از هر اقدامی خوب فکر کنید. شروع در هر کاری باعث پیشرفت می‌شود. مطمئن باشید خلاقیت شما در این مسیر به شما کمک می‌کند. همیشه از بقیه افراد کمک بگیرید؛ زیرا در هر مسیری تنهایی کار را سخت‌تر می‌کند بنابراین برنامه‌های خود را با دوستانتان در میان گذاشته و سعی کنید به آنها چامه عمل بیوشانید. از دوستان قدیمی خود بهره بگیرید و با آنها دوباره مشورت کنید.

مرداد:



سعی کنید نذ خود را متمرکز کارهای خود کنید و از حاشیه دور شوید تا بتوانید در زندگی پیشرفت کنید. اگر متاهل هستید؛ ممکن است با شریک عاطفی خود به مشکل بخورید؛ اما نگران نباشید که با کمی گفت و گو مشکل برطرف می‌شود. سعی کنید قبل از ایجاد چالش با هم درباره ناراحتی‌های خود صحبت کنید.

شهریور:



مطمئنا امروز به موفقیت حداکتری که در نظرتان است؛ خواهید رسید و کم‌کم به زندگی ایده‌آلی که می‌خواهید نزدیک می‌شوید. حسادت را برای همیشه در خودتان از بین ببرید و این ویژگی باعث می‌شود که در ابتدا خودتان آزار ببینید و بعد به دیگران آسیب بزنید.

مهر:



به هر کسی اعتماد نکنید و اسرار و رازهای خودتان را فاش نکنید و توقع نداشته باشید که هر کسی رازدار شما باشد. ممکن است امروز خبرهایی بشنوید که شما را شوکه کند. زود به خودتان بیایید و همه چیز را جمع و جور کنید. همیشه برای اینکه ایده‌ها و نظرات خود را به اطرافیان تحمیل کنید. آنها را تحت فشار قرار ندهید؛ چرا که بعد از مدتی از شما خسته شده و ازرده خاطر می‌شوند.

آبان:



اگر فردی برون‌گرا هستید؛ سعی کنید یک مدت کوتاه اهدافتان را به دیگران بگویید و آن را پیش ببرید.این را بدانید که همه افراد دوست شما نیستند و همه از پیشرفت شما خوشحال نمی‌شوند. ممکن است در کارتان به شما پروژه‌های زیادی پیشنهاد شود که اگر آمادگی دارید، حتما آن را قبول کنید که برای شما پیشرفت مالی خیلی خوبی دارد.

آذر:



این روزها تصمیم‌گیری برایتان سخت است؛ بین دو یا چند موضوع مانده‌اید که برایتان خیلی مهم است؛ به خدا توکل کنید و به صدای قلبتان گوش دهید. زود تصمیم نگیرید کمی بیشتر روی آن تمرکز کنید که بعدا پشیمان نشوید.ذهن خودتان را درگیر اتفاقات منفی می‌کنید و این موضوع باعث می‌شود که حال شما بیشتر مواقع بد بوده و ذهنتان مشغول؛ سعی کنید ذهنتان را خالی کنید.

دی:



این بار کارهای گروهی را امتحان کنید و مطمئن باشید که شما در چنین جمع‌هایی نیز خواهید درخشید چرا که مدیریت فوق العاده‌ای دارید. اگر به تازگی با بعضی از دوستانتان صادق نبوده‌اید؛ به آنها بگویید چرا که جلوی ضرر را از هر جایی بگیرید،منفعت است.

بهمن:



شما همیشه هدف‌هایی در زندگی دارید که اگر هر کدام را به طور مستمر پیگیری کنید؛ به شخصی بسیار موفق تبدیل خواهید شد. فقط باید استمرار داشته باشید. شما از جذابیت و فن بیان فوق العاده برخوردار هستید؛ قدر این نعمت را بدانید و مطمئن باشید که با این ویژگی همیشه در کار خواهید درخشید. هیچ وقت حس شوخ طبعی و لیخند همیشگی را فراموش نکنید. افراد با چنین رفتارهایی به شما جذب خواهند شد. این منتظر زمان مناسبی هستید تا کارهای عقب افتاده‌تان را پیش ببرید و همه چیز را رفع و رجوع کنید؛ مطمئن باشید آن زمان مناسب هیچ وقت ایجاد نخواهد شد. خودتان هستید که باید آن را خلق کنید.

اسفند:



از اینکه برخی از افراد دور و ورتان خواسته یا ناخواسته شما را می‌رنجانند؛ ناراحت نباشید. به آنها فرصتی بدهید تا متوجه اشتباهشان شوند. فقط بدانید که قطع رابطه گزینه مناسبی نخواهد بود. گاه‌ا در زندگی ناچار هستید با افرادی ارتباط بگیرید که به شما شباهت ندارند. قشنگی زندگی به همین تفاوت‌ها و مکمل بودن‌هاست و شما را وارد چالش‌هایی می‌کند که زندگی را جذاب‌تر خواهد کرد. بهترین نسخه از خودتان را به اطرافیتان نشان دهید. ارتباط و معاشرت خود را با دوستان قدیمی‌تان بیشتر کنید و قدر این جمع‌ها را بدانید.

بندرعباس	اهواز	بوشهر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد
اذان صبح ۰۳:۵۰:۵۴	اذان صبح ۰۴:۰۱:۳۳	اذان صبح ۰۴:۰۸:۲۱	اذان صبح ۰۳:۲۶:۵۰	اذان صبح ۰۳:۵۹:۳۵	اذان صبح ۰۳:۳۹:۴۲	اذان صبح ۰۴:۰۰:۴۱	اذان صبح ۰۳:۴۶:۰۱
طلوع آفتاب ۰۵:۱۴:۱۴	طلوع آفتاب ۰۵:۲۸:۳۰	طلوع آفتاب ۰۵:۳۳:۲۹	طلوع آفتاب ۰۴:۵۲:۳۷	طلوع آفتاب ۰۵:۲۵:۲۸	طلوع آفتاب ۰۵:۰۶:۲۵	طلوع آفتاب ۰۵:۲۷:۵۰	طلوع آفتاب ۰۵:۱۴:۴۵
اذان ظهر ۱۱:۰۵:۰۵	اذان ظهر ۱۲:۲۱:۲۹	اذان ظهر ۱۲:۰۲:۵۰	اذان ظهر ۱۱:۳۲:۵۱	اذان ظهر ۱۲:۰۵:۴۹	اذان ظهر ۱۱:۴۷:۵۱	اذان ظهر ۱۲:۰۹:۴۹	اذان ظهر ۱۱:۵۸:۴۱
غروب آفتاب ۱۸:۲۵:۳۷	غروب آفتاب ۱۹:۰۲:۰۳	غروب آفتاب ۱۸:۴۹:۵۰	غروب آفتاب ۱۸:۰۱:۰۴۳	غروب آفتاب ۱۸:۴۳:۴۸	غروب آفتاب ۱۸:۲۶:۵۳	غروب آفتاب ۱۸:۴۹:۲۴	غروب آفتاب ۱۸:۴۰:۱۲
اذان مغرب ۱۸:۴۲:۵۹	اذان مغرب ۱۹:۲۰:۱۵	اذان مغرب ۱۹:۰۷:۳۲	اذان مغرب ۱۸:۲۸:۳۲	اذان مغرب ۱۹:۰۱:۳۸	اذان مغرب ۱۸:۴۴:۵۲	اذان مغرب ۱۹:۰۷:۲۸	اذان مغرب ۱۸:۵۸:۳۲

کودکان زباله‌گرد قربانی مطالع ارواب‌ها



زیر نظر فردی به عنوان ارباب مدیریت می‌شوند. وی ادامه داد: این افراد که ارباب یا رئیس خوانده می‌شوند در ازای جای خواب و غذا از آن‌ها کار می‌کشند.

بیشتر این کودکان تا دیروقت کار می‌کنند و دلیل این کار بی‌قغه به دست آوردن مبلغی است که توسط این رئیس مشخص شده است؛ زیرا در صورت فراهم کردن مبلغ مد نظر همان ضد اجتماع شدن این کسودکان پرداخت کنیم.

گروه اجتماعی // یک جامعه شناس گفت: مناسفانه بحران کودکان زباله‌گرد در جامعه در حال تشدید و تعداد آن‌ها رو به افزایش است.

حسین روزبهانی، جامعه شناس درباره معضل کودکان زباله‌گرد در جامعه، اظهار کرد: متاسفانه بحران کودکان زباله‌گرد در جامعه در حال تشدید و تعداد آن‌ها رو به افزایش است. متاسفانه باید بگویم که بیشتر این کودکان دارای خانواده‌هایی متلاشی هستند و معمولا

سربازان چگونه برای اربعین گذرنامه بگیرند؟

سخا بارگذاری کنند و درخواست صدور گذرنامه را ثبت کنند تا در اولین فرصت گذرنامه برای آنها ارسال شود.

رئیس پلیس مهاجرت و گذرنامه فراجا بیان کرد:

برخی از افراد هم هستند که مشمول غایب تلقی می‌شوند، این دسته از افراد نمی‌توانند گذرنامه بگیرند و فردی هم که گذرنامه نداشته باشد نمی‌تواند از کشور خارج شود.

گروه اجتماعی // رئیس پلیس مهاجرت و گذرنامه نحوه خروج از کشور سربازان برای شرکت در مراسم اربعین و نحوه اخذ گذرنامه برای این دسته از افراد را تشریح کرد.

به گزارش خبرآنلاین،امید نودهی؛ رئیس پلیس مهاجرت و گذرنامه فراجا اظهار کرد: بر اساس قانون متولدین سال ۱۳۸۵ اسمال در سن مشمولی قرار دارند و در صورت تعیین تکلیف می‌توانند مدارک خود را در سامانه

زائران اربعین تزریق این واکسن

رافراموش نکنند



گروه اجتماعی //معاون آموزش و اعتباربخشی سازمان اورژانس کشور درباره لزوم انجام واکسیناسیون سرخک دو هفته قبل از سفر اربعین برای افراد پرخطر و گروه هایی که واکسن تزریق نکرده اند، تأکید کرد.

«حسن نوری» معاون آموزش و اعتباربخشی سازمان اورژانس کشور در گفت و گو با خبرنگار اپلنا درباره لزوم واکسیناسیون سرخک برای افرادی که تاکنون واکسینه نشده‌اند و یا در گروه‌های پرخطر هستند در ایام اربعین گفت: برنامه واکسیناسیون کشوری ما درخصوص سرخک از کودکی شروع می‌شود و باید دو دوز هم تزریق شود. اما افرادی که واکسینه شده‌اند و در گروه افراد پرریسک هستند مانند سالمندان و یا افرادی که نقص ایمنی دارند الان اگر بخواهند سفری بروند که در آن منطقه سرخک شایع است باید مجدداً ایمنی خود را تقویت کنند.

وی ادامه داد: همچنین افرادی که واکسینه نشده‌اند و افراد زیر ۱۵ سال حتماً باید واکسینه شوند و بهتر است برای تأثیر بهتر واکسن، دو هفته قبل از سفر واکسن را تزریق کنند تا خود را در مقابل سرخک ایمن کنند. بنابراین افرادی که واکسن سرخک تاکنون نزده‌اند و یا در گروه‌های پرخطر هستند به مراکز بهداشتی درمانی و یا مراکز جامع سلامت مراجعه کرده و واکسن را دریافت کنند. در حال حاضر نیز اگرچه واکسن در برنامه کشوری دو نوبت است اما الان به دلیل کمبود وقت یک نوبت بیشتر تزریق نمی‌شود. معاون آموزش و اعتباربخشی سازمان اورژانس کشور تصریح کرد: ما بیماری‌هایی مانند فلج اطفال را در کشور ریشه کن کرده‌ام از همین رو

همیشه آنلاین

با اینترنت

سریع سیستم جنوب

۰۷۶۳۲۳۰۴

پشتیبانی ۲۴ ساعته

دارنده پروانه ارائه خدمات ارتباطی ثابت (service) به شماره ۹۵۰۶۱-۱۰۰ سازمان تنظیم مقررات و ارتباطات رادیویی

سریع سیستم جنوب
[ssjco.ir]

