

تمام متغیرهای پولی تأثیر گذار بر تورم کاهش می‌شود

صفحه ۲

دستیار و مشاور فرمانده معظم کل قوا؛ مراقب باشید در انتخابات دو قطبی سازی نشود



سردار سرلشکر سید یحیی صفوی، دستیار و مشاور فرمانده معظم کل قوا در مراسم گرامیداشت شهید محمد بروجرودی اظهار کرد: ما و شما با خدا و پیامبرش عهد و پیمان بستیم که از انقلاب و امامین انقلاب...

فرمانده کل سپاه؛ مصونیت بخشی به جوانان در مقابل تهدیدها از رسالت‌های سپاه است



سرلشکر پاسدار حسین سلامی، فرمانده کل سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در آیین افتتاح مرکز چندمنظوره شهید زبایدان اظهار کرد: بزاید امروز ما از این مرکز جنبه‌های تلخ و بسیار شیرینی داشت؛ تلخ از این جهت...

سرپرست ریاست جمهوری؛ ایران مصمم به اجرای همه توافقات با روسیه است



محمد مخبر، سرپرست ریاست جمهوری در گفت‌وگوی تلفنی با ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهور روسیه ضمن قدردانی مجدد از ابراز هم‌دردی دولت این کشور با دولت و ملت ایران در پی شهادت آیتا، رئیسی...

به یک کارگر ساده نیاز مندیم

کمبود نیروی کارگر ساده در بسیاری از مشاغل از جمله ساختمانی و خدمات منجر به این شده است در مشاغل ساختمانی، این فرصت‌ها توسط اتباع خارجی اشغال شوند و نیروی انسانی ایرانی یا حاضر نباشند کاری کند یا به سمت مهاجرت برای اشتغال برود تا بتوانند هزینه‌های زندگی را به دلیل تورم موجود تأمین کند. موقتی بودن کار، درآمدهای پایین، تعدیل نیرو، ورشکستگی بنگاه‌های اقتصادی، مهاجرت، بیماری، کهولت سن، بازنشستگی، مسائل خانوادگی و... از عمده‌ترین دلایل ترک کار در هر کشور است؛ اما در ایران سه دلیل عمده، یعنی اشتغال موقت، پایین بودن درآمد و اخراج مهم‌ترین...

صفحه ۳

آغاز زودهنگام رشد مصرف برق نسبت به روند ۱۰ سال گذشته

صفحه ۵



در پیست و ششمین مرحله از جهش عمرانی کلان‌شهر شیراز با حضور وزیر کشور صورت گرفت؛

از افتتاح بزرگراه شهید جمهر تا احیای زندیه

صفحه ۳

N.ghanbari@sobhannews.ir

کابوسی جنگل



سالانه بخش وسیعی از جنگل‌ها به خصوص مراتع در کشور به شیوه‌های گوناگون مانند خشکسالی، عوامل انسانی، آتش‌زدن کاه و کلس کشتزارهای گندم توسط کشاورزان دچار آتش‌سوزی می‌شوند و به باور متولیان حفظ و نگهداری مراتع و جنگل‌ها شمار آتش‌سوزی در مراتع و جنگل‌ها از اندازه گذشته است و نمی‌توان خوش‌باورانه آن را در شمار بلایای طبیعی برشمرد و از زیر بار مسئولیت پدید آمدن آن شانه خالی کرد. آمارهایی که در سال‌های گذشته و حتی همین ابتدای سال جاری تاکنون منتشر شده است خود گویای زرفای چنین فاجعه‌ای است؛ فاجعه‌ای ملی که زیست‌بوم ما را به روزهای مبادا دچار کرده است. به هر روی باید به یاد داشته باشیم که اتفاقات و رخدادهایی طبیعی و انسان‌ساز در زمین در حال وقوع است که تأثیرات و پیامدهای آن به نحوی می‌تواند در زندگی ما مؤثر باشد. روزانه اخبارش را در شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌های محلی و سراسری مشاهده می‌کنیم. تالابی در یک نقطه از کشور دچار حریق شده است این حوادث معمولاً ابتدا توسط مردم محلی و بعد توسط فعالان اجتماعی در شبکه‌های اجتماعی و سایت‌های محلی خبررسانی شده و افراد محلی و دغدغه‌مندان را به یاری می‌طلبند، تا بتوانند جلوی گسترش آتش‌سوزی و سوختن جنگل‌ها و مراتع را گاه با دست خالی و یا شاخه‌ای درخت بگیرند و در این مسیر جان و سلامت خود را نیز به خطر می‌اندازند.

گفته می‌شود سال‌های پرباران پوشش گیاهی خوب را به همراه دارد و مراتع پربار می‌شوند و این روی خوش ماجراست که نیاز به مدیریت دارد چرا که با رسیدن فصل گرما، پوشش گیاهی بالا خطر آتش‌سوزی را بیشتر می‌کند و این نکته به ما یادآوری می‌کند، تغییر اقلیم مخاطره‌ای جدی است که اگر به هوش نباشیم هم خشکسالی و هم ترسالی‌اش می‌تواند موجب آسیب و خطر باشد.



نماینده ولی فقیه در فارس و امام جمعه شیراز؛ رئیس جمهور منتخب باید توان تحقق بر نامه هفتم توسعه را داشته باشد



شهردار منطقه چهار شیراز تشریح کرد: اقدامات و فعالیت‌های عمرانی و خدماتی در باغ جنت



شهردار صرنا بیان کرد: رویداد قرآنی «شمس الضحی» شاخص‌ترین برنامه فرهنگی صرنا



مدیرکل تأمین اجتماعی استان فارس خبر داد: برگزاری بیست و دومین دوره انتخابات بازنشسته و همسر بازمانده نمونه تأمین اجتماعی

مدیر شعب بانک کشاورزی استان فارس خبر داد:

ارتقای جایگاه ۲۰ پله‌ای در کشور



از ۱۵۰ هزار میلیارد ریال وجه گندم از اقدامات مهم این بانک بوده است. وی در خصوص حوزه وصول مطالبات نیز عنوان کرد: در اجرای بند «خ» ماده ۳۳ قانون بودجه، بیش از ۶۸۲۰۳ پرونده با اصل بدهی برابر ۱۵۲۹۰ میلیارد ریال با استفاده از ۷۲۲۹ میلیارد ریال یارانه دولتی تسدید شده است. گفتنی است عملکرد بانک کشاورزی در اجرای بند تبصره ۱۶ «تا سقف ۵۰۰ میلیون ریال» در سال گذشته تعداد ۴۶۶۵ فقره یارانه ۵۹۷ میلیارد ریال اصل ۱۵۳۲ میلیارد ریال و آمار عملکرد در اجرای بند تبصره ۱۶ «تا سقف ۵۰۰ میلیون ریال» در سال ۱۴۰۲ تعداد ۳۱۸۴ فقره (۱۶۴۷ فقره امهال و ۱۵۳۷ فقره تسویه شده) با مبلغ اصل ۹۶۳ میلیارد ریال (۵۱۶ میلیارد ریال امهال و ۴۴۷ میلیارد ریال تسویه شده) با استفاده از ۳۶۴ میلیارد ریال یارانه (۱۷۶ میلیارد ریال برای امهال و ۱۸۸ میلیارد ریال برای تسویه ۳۳۶۰ فقره تسهیلات با ۱۸۰ میلیارد ریال با استفاده از قانون تسهیل تسویه بدهی بدهکاران تعیین تکلیف شده، تعداد ۱۶۱۰۸ فقره بخشودگی وجه التزام با مبلغ ۵۸۰ میلیارد ریال و تعداد ۲۱۵۰ فقره تسهیلات تسدید شده به مبلغ ۶۴۶۳ میلیارد ریال بود که توسط مدیر شعب بانک کشاورزی استان فارس به آن پرداخته شد.

قایدی‌زاده با اشاره به تغییرات جوی و افزایش حوادث طبیعی از جمله سیل، آتش‌سوزی و خشکسالی و لزوم توجه کشاورزان به این حوزه گفت: از ۱۴۲ شعبه استان، ۵۴ شعبه بیمه‌ای و ۹ شرکت بیمه‌ای با ۱۰۰ دفتر اصلی و فرعی و ۱۹۱ نفر کارگزار بخش خصوصی در حال خدمت به کشاورزان عزیز می‌باشند. در سال گذشته برای بیش از ۴۰۵ هزار رأس انواع دام به تعداد ۸۵۰۰ نفر و بیش از ۹۵ میلیون قطعه طیور به ۴۰۸۲ بیمه‌گذار بیمه صادر شده است. وی گفت: پرداخت ۳۱۰۰ میلیارد ریال غرامت در سال زراعی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ انجام شده است و همچنین تعداد ۸۰ هزار فقره بیمه‌نامه تا پایان اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۳ صادر شده است. مدیر شعب بانک کشاورزی استان فارس بیان کرد: برای بیش از ۳۶۲ هزار هکتار باغات و محصولات کشاورزی به تعداد ۸۰۰۰۰ بیمه‌گذار بیمه صادر شده است و حدود ۱۰ درصد از پورتفوی سطح بیمه کشور در استان فارس انجام شده است. وی با تصریح بر اینکه در طرح جهش تولید در دیم زارها ۱۱۷ هزار هکتار بیش از ۴۰ درصد رشدنسبت به سال گذشته بیمه انجام شده است، خاطر نشان کرد: بیمه کشاورزی استان فارس حائز کسب رتبه اول در بخش دام، رتبه دوم در محصولات باغی و رتبه سوم در بخش ابنیه در کشور شده است. مدیر شعب بانک کشاورزی استان فارس در بخشی دیگر از تشریح عملکرد این مجموعه به حوزه تجهیز منابع و بانکداری الکترونیک پرداخت و گفت: فروش بیش از ۹۰۰ میلیارد ریال کارت هدیه، صدور بیش از ۶۹۰ هزار فقره کارت الکترونیکی، صدور بیش از ۵۷ میلیون دلار حواله ارزی، فعالیت بیش از ۱۹۳ دستگاه خودپرداز و ۵۶ هزار دستگاه پایانه فروش، پرداخت بیش

مدیر شعب بانک کشاورزی در استان فارس با بیان اینکه معادل ۳۹۲ میلیارد ریال تسهیلات صنایع تبدیلی از پرداخت شده است، افزود: بیش از ۲۸۴۰۰ فقره انواع ضمانت نامه بانکی به مبلغ ۱۲۰۰۰ میلیارد ریال برای پشتیبانی از فرآیندهای مختلف اقتصادی به صورت تأمین مالی بدون پرداخت تسهیلات، صادر شده است که جهش بسیار خوبی در استان فارس پیدا کرده است و در اولویت کاری بانک کشاورزی در سال جاری نیز می‌باشد. قایدی‌زاده از پرداخت مبلغ ۱۶۲۵ میلیارد ریال تسهیلات صندوق توسعه ملی در قالب ۴۲۶ فقره تسهیلات خبر داد و گفت: برای ساخت گلخانه، مبلغ ۴۷۹۷ میلیارد ریال به ۳۹۵ طرح پرداخت شده است که جز اولویت‌های سال ۱۴۰۳ این بانک نیز می‌باشد و به طور جدی در حال پیگیری است. وی مبلغ پرداخت تسهیلات در زیربخش دام، طیور و زنبورداری را بالغ بر ۱۴۴۴۴ میلیارد ریال در قالب ۹۰۳۷ فقره عنوان کرد. مدیر شعب بانک کشاورزی استان فارس همچنین گفت: در سال ۱۴۰۲، تعداد ۲۱ فقره بالغ بر ۷۱۳۸ میلیارد ریال تسهیلات بذور گواهی شده پرداخت شده است که حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد کشور بوده است. خبر مهم سخنان قایدی‌زاده خبر ارتقای جایگاه بانک کشاورزی در میان شعب کشور بود. وی در این خصوص اظهار کرد: در پایان سال ۱۴۰۱ در ارزیابی عملکرد بانک کل کشور جایگاه مدیریت استان در ارزیابی عملکرد مدیریت‌ها در سال ۱۴۰۲ معادل ۲۰ پله نسبت به پایان سال ۱۴۰۱ رشد داشته است این بسیار جای افتخار دارد و تلاش مجموعه به ادامه این روند است. بخش دوم این نشست به تشریح عملکرد بیمه کشاورزی اختصاص یافت.

گروه خبر - نجمه قنبری
به مناسبت نود و یکمین سالگرد تأسیس بانک کشاورزی و چهلمین سالگرد تأسیس صندوق بیمه، نشست خبری مدیریت بانک کشاورزی استان فارس با اصحاب رسانه برگزار شد. در ابتدای این نشست مهندس عباس قایدی‌زاده، مدیر شعب بانک کشاورزی استان فارس در تشریح عملکرد این بانک در سال ۱۴۰۲ گفت: بانک کشاورزی در استان فارس ۱۴۲ شعبه فعال دارد که بزرگ‌ترین شبکه شعبه‌ای سطح کشور بوده و از لحاظ کیفیت عملکرد شعب و با داشتن دو شعبه ممتاز، جزء مدیریت‌های برتر بانک کشاورزی می‌باشد. وی با بیان اینکه برآوردی شعب بانک در استان به گونه‌ایست که تقریباً در تمامی بخش‌های استان و حتی بعضی از شهرها و روستاهایی که بانک دیگری وجود ندارد و حتی ادامه فعالیت این بانک در این نقاط استان صرفه و توجیه اقتصادی ندارد، مانند برخی مناطق کمتر برخوردار در شهرستان‌های اقلید، بوانات یا سرچهان اما شعب این بانک برحسب وظایف اجتماعی در حال خدمت‌گزار به هم استانی‌ها به خصوص کشاورزان می‌باشند.

مدیر شعب بانک کشاورزی استان فارس با بیان اینکه در حوزه اعتبارات، بانک مکلف به تخصیص ۹۰ درصد تسهیلات پرداختی به بخش کشاورزی می‌باشد، گفت: این نسبت در سال گذشته برابر ۹۲ درصد بوده است و مابقی اعتبارات بالغ بر ۹۰ هزار میلیارد ریال تسهیلات در بخش‌های مختلف به ۴۳۷۳۲ نفر متقاضی در قالب ۴۸۴۵۷ فقره تسهیلات پرداخت شده است که بعد از استان‌های تهران و اصفهان، استان فارس در پرداخت تسهیلات حائز کسب رتبه سوم کشوری شد. قایدی‌زاده با اشاره به اینکه در بخش زراعت و باغداری بیش از ۱۵۵۹۲ میلیارد ریال در قالب ۱۲۰۷۳ فقره تسهیلات پرداخت شده است، افزود: همچنین بالغ بر ۳۸۲۰ میلیارد ریال تسهیلات قرض الحسنه ازدواج به ۱۸۴۴ نفر از متقاضیان در سال گذشته پرداخت شده است. وی تصریح کرد: ۳۲۷ فقره تسهیلات مکانیزاسیون (تراکتور، کمباین، پهاد و سایر ماشین آلات و ادوات کشاورزی و دامپروری) با مبلغ ۲۵۶۱ میلیارد ریال به کشاورزان پرداخت شده است که بخشی از این کمباین‌های تهیه شده از محل تسهیلات در استان فارس در برداشت محصولات و امنیت غذایی در استان بسیار مؤثر بوده است و به دیگر استان‌ها نیز این امکانات پرمه‌مند شده‌اند.

۵۰۰ میلیون تومانی جایزه
قرعه‌کشی بزرگ
حساب‌های قرض‌الحسنه بانک کشاورزی
و میلیاردها ریال جایزه نقدی دیگر



سرپرست ریاست‌جمهوری:

ایران مصمم به اجرای همه توافقات با روسیه است



فرمانده کل سپاه:

مصونیت‌بخشی به جوانان در مقابل تهدیدها از رسالت‌های سپاه است

ایسنا- سرلشکر پاسدار حسین سلامی، فرمانده کل سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در آیین افتتاح مرکز چندمنظوره شهید زیادیان اظهار کرد: بازدید امروز ما از این مرکز جنبه‌های تلخ و بسیار شیرینی داشت؛ تلخ از این جهت که این بلای خانمان‌سوز و ویران‌گر موادمخدر توانسته بر بخشی از جامعه جوان ما نفوذ کند و آنها را از شرایط یک زندگی سالم محروم نماید.

وی گفت: این برای ما قابل تحمل نیست؛ چراکه ما در فرهنگ اسلامی و ملی با این شعر زیبای شاعر گران‌قدر تاریخ کس «بنی آدم اعضای یکدیگرند …» زندگی می‌کنیم و اگر بر یک عضو، حتی یک عضو جامعه مشکلی با نقصی و زخمی وارد شود همه پیکره ملت ایران احساس درد می‌کنند؛ چراکه ما با قلب‌هایمان را هم پیوند داریم و اعضای یک پیکره واحد هستیم و هیچ‌کس در این سرزمین بدون احساس آرامش مردم احساس آرامش ندارد و همه ما در مقابل این مخاطرات مسئول هستیم و باید مسئولانه عمل کنیم.

فرمانده کل سپاه افزود: جامعه‌ای پویا، رشید، صاحب حرکت و رشد است که جوانان آن سالم، صالح، پویا، خلاق، پرتحرک

تسننیم، محمد مخبر، سرپرست ریاست‌جمهوری در گفت‌وگویی تلفنی با ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهور روسیه ضمن قدردانی مجدد از ابراز هم‌دردی دولت این کشور با دولت و ملت ایران در پی شهادت آیتا… رئیسی، رئیس جمهوری اسلامی ایران و همچنین تبریک فرارسیدن روز ملی فدراسیون روسیه، روابط تهران و مسکو را راهبردی و متکی بر اصول تغییرناپذیر عنوان کرد و افزود: اجرای کامل همه توافقات صورت گرفته از جمله در بخش تجارت، ترانزیت و انرژی دستورکار اصلی روابط دوجانبه را شکل می‌دهد و جمهوری اسلامی ایران مصمم به اجرای آن است.

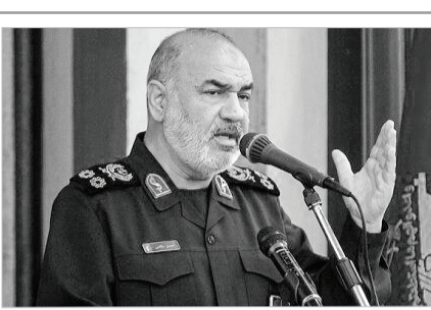
مخبر در ادامه ضمن مرور همکاری‌های دو

تهاجم دشمن خارجی و فرهنگی و تحریم، مقاومت و ایستادگی می‌کنیم باید مقابل آن بایستیم.

■ **یکی از رسالت‌های اصلی سپاه مصونیت‌بخشی به نسل جوان در مقابل تهدیداتی است که کرامت او را تهدید می‌کند**
سرلشکر سلامی بیان کرد: یکی از رسالت‌های اصلی سپاه مصونیت‌بخشی به نسل جوان در مقابل تهدیدات و آسیب‌هایی است که جسم و جان، هویت، شرافت و عزت نفس و کرامت او را تهدید می‌کند؛ انسان یک هویت جسمانی نیست و ترکیبی از جسم و روح الهی است و ترکیب روح و جسم، یک انسان کامل را شکل می‌دهد و یک‌از هدف‌های ما این است که جوانان را از این خطر جهانی و خانمان‌سوز نجات دهیم. وی ادامه داد: دشمنان از هر زاویه‌ای تلاش دارند جوامع را با ترویج اعتیاد و ابتلال و دور نگه‌داشتن از حقیقت زندگی، زوال و فروپاشی را در شخصیت جوانان ایجاد و آنها را با بحران شخصیت روبه‌رو کنند و خانواده را سست و فریباندن و نعمت زندگی شیرین را از مردم بگیرند و ما برای این پدیده باید برنامه داشته باشیم. فرمانده کل سپاه افزود: آنچه امروز در این مرکز مشاهده کردیم حکایت از یک ایمان و باور

و چندجانبه ایران و روسیه به ویژه در بخش کریدور ترانزیتی شمال - جنوب، مجموعه بریکس و اتحادیه اقتصادی اوراسیا، بر اهمیت تحکیم مبانی حقوقی همکاری‌های فی‌مابین تأکید کرد. ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهور روسیه نیز در این گفت‌وگویی تلفنی ضمن تسلیت مجدد فقدان دکتر رئیسی به دولت و ملت ایران، سطح همکاری و سرعت توسعه روابط میان تهران و مسکو در بخش‌های مختلف اقتصادی را بسیار خوب و رضایت‌بخش توصیف کرد

ولادیمیر پوتین همچنین در پایان برای ملت ایران در انتخابات ریاست‌جمهوری پیش‌رو آرزوی موفقیت کرد.



مستحکم و همت و دلسوزی بیش‌از اندازه و فداکاری برای نجات انسان‌ها و وفاداری به اصول و تجلی احساس عمیق برای نجات هم بود و این اردوگاه توانسته فضایی را برای بازگشت جوانان به زندگی فراهم کند و نشان دهد که هیچ انسانی در این جامعه مورد غفلت واقع نمی‌شود و نظام اسلامی به همه انسان‌ها و به جسم و جان و سلامت انسان‌ها می‌اندیشد. سرلشکر سلامی بیان کرد: وقتی انسان‌هایی این‌چنین دلسوز هست و به انسان درمان و آموزش ارائه می‌دهد و برای آنها زمینه اشتغال فراهم می‌کند و با خانواده‌های آنها مرتبط است و از تحقیر شخصیت جلوگیری می‌کند و کار بسیار مشکل را سهل می‌کندند و از زندگی و سلامت خود می‌گذرند باید دانست که واقعا این کارها جز برای خدا نیست و کسی جز برای رضای خدا این کار را نمی‌کند.

رقابت مجازی کاندیداها چگونه پیش می‌رود؟

ترتیب رتبه‌های دوم (با ۵/۹ هزار پست) و سوم (با ۵۰۰۰ پست) را از آن خود کرده‌اند. جلیلی نیز با تفاوتی حداقلی که به انتشار ۴/۵ هزار پست درباره هاشمی با ۳/۴ هزار و پورمحمدی ۲/۵ هزار پست در جایگاه‌های بعدی قرار گرفته‌اند.

■ **نسبت محتوای هر کاندیدا در تلگرامی**

از میان ۲۱ هزار پیام منتشر شده در کانال‌های تلگرامی در روز نخست تبلیغات تلویزیونی، پزشکیان با ۵۶/۱ هزار پیام در جایگاه نخست و قالیباف با ۳۹ هزار پیام در رتبه بعدی قرار دارد. آمارها نشان می‌دهد جلیلی نیز با کمی تغییر میزان (۳۱/۲ هزار پیام) سایه به سایه قالیباف حرکت می‌کند؛ نسبتی که میان پیام‌های مرتبط با زاکانی با ثبت عدد ۳۱ هزار در مقایسه با جلیلی، و میان زاکانی در قیاس با قاضی‌زاده هاشمی با ۳۰ هزار پیام هم حفظ شده است. پورمحمدی هم با ۲۲ هزار پیام در رتبه بعدی این آمارها قرار گرفته است.

تفاهم‌نامه معاونت زنان با معاونت توسعه مناطق محروم

خانواده به ویژه برای متولیدن دهه ۶۰ کمک کند. ■ **پرداخت ۱۴۰ همت تسهیلات اشتغال‌زایی به روستاییان**

سید امیرحسین مدنی، معاون توسعه روستایی، عشایر و مناطق محروم کشور با بیان اینکه در دولت سیزدهم اقدامات ویژه ای در حوزه توسعه روستاهای کشور انجام شده است، افزود: پرداخت ۱۴۰ همت تسهیلات اشتغال‌زایی برای ۹۵۲ هزار و ۶۳۵ نفر روستایی از جمله این اقدامات است.

آگهی مناقصه عمومی ۱۸۸-۱۴۰۳

– آخرین مهلت ارائه پیشنهادات و ثبت اسناد و مدارک در سامانه حداکثر تا ساعت ۱۳:۰۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۰ می‌باشد. شرکت کنندگان می‌بایست تا تاریخ مذکور سپرده شرکت در مناقصه را به صورت فیزیکی به آدرس شیراز، ابتدای خیابان حسینی، روبروی حرم سیدعلاءالدین حسین، کوچه علمدار، سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری شیراز تحویل نمایند.

– تاریخ و محل بازگشایی پاکت: روز دوشنبه ساعت ۱۳:۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۱ در محل چهارراه خلدبرین، شهرداری منطقه یک، طبقه سوم می‌باشد.

– مدت اعتبار پیشنهادها ۳ ماه از آخرین مهلت ارائه پیشنهادات می‌باشد.

– هیچگونه وجهی بابت پیش پرداخت داده نخواهد شد.

– بدیهی است هزینه درج آگهی در روزنامه و کارمزد ستاد سامانه بعهده برنده مناقصه خواهد بود.

– شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهاده‌ها مختار می‌باشد در اینصورت سپرده‌ها مسترد می‌گردد.

– شرکت در مناقصه ودانن پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف شهرداری موضوع ماده ۱۰ آئین‌نامه معاملات شهرداری می‌باشد.

– سایر اطلاعات مربوط به مناقصه در اسناد مناقصه مندرج است.
– آگهی و اطلاعات مربوط به مناقصه از طریق سایت <https://shaffaf.shiraz.ir> قابل مشاهده می‌باشد.

– متقاضیان شرکت در مناقصه موظف بهه ثبت نام در سایت vendor.shiraz.ir می‌باشند

– اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس : ۱۴۵۶

شناسه آگهی: ۱۷۳۳۶۶۱

– /م/الف-آداره کل ارتباطات و امور بین الملل شهرداری شیراز

ایسنا- پس از نخستین حضور کاندیداهای انتخابات ریاست‌جمهوری در شبکه‌های مختلف تلویزیونی و بازتاب آن در فضای مجازی، نتایج بررسی داده‌های آماری در سه شبکه اجتماعی تلگرام، اینستاگرام و ایکس (توییتر) نشان می‌دهد از کل داده‌های تولیدی در شبکه اجتماعی ایکس که به ۲/۲ میلیون پست می‌رسد، ۱۳۸ هزار پست با محوریت انتخابات ریاست‌جمهوری منتشر شده که از این میزان ۹۲/۵ هزار مورد به حداقل یکی از ۶ کاندیدا بازمی‌گردد. نتایج همین بررسی روزانه (۲۰ خرداد) از کل داده‌های تولیدی در اینستاگرام نشان می‌دهد از ۳/۱ میلیون پست منتشر شده در این شبکه اجتماعی، ۴۹ هزار مورد درباره انتخابات ریاست‌جمهوری است که از این میان ۳۷/۵ هزار مورد به کاندیداها مرتبط است. داده‌کاوی از کل محتوای تولیدشده در کانال‌های تلگرامی نیز نشان می‌دهد از ۳/۸ میلیون پست، ۱۴۲ هزار مورد درباره انتخابات بوده که از این میزان، ۲۱ هزار مورد به کاندیداها ارتباط داشته است.

■ **سهیمه توییتری هر کاندیدا چقدر است؟**

مسعود پزشکیان و محمدباقر قالیباف دو چهره‌ای هستند که بیشترین میزان اقبال کاربران شبکه اجتماعی ایکس (توییتر) را در روز نخست تبلیغات تلویزیونی به خود اختصاص داده‌اند. پزشکیان با ۴۸ هزار توییت در رتبه نخست قرار گرفت و قالیباف با ۲۶ هزار توییت در جایگاه دوم ایستاده است. در میان سایر کاندیداها هم سعید جلیلی با ۱۲ هزار توییت بیشتر از دیگر کاندیداها توجه کاربران را به خود جلب کرده است. امیرحسین قاضی‌زاده هاشمی با ۳/۵ هزار، علیرضا زاکانی با ۱/۵ هزار و مصطفی پورمحمدی با ۱/۳ هزار توییت در رتبه‌های بعدی قرار گرفته‌اند.

■ **کدام کاندیداها در اینستاگرام بیشترند؟**

مروری بر محتوای ۳۷/۵ پست منتشرشده درباره کاندیداها در اینستاگرام طی روز نخست تبلیغات تلویزیونی هم حاکی از این است که علیرضا زاکانی با ۱۶ هزار پست رتبه نخست را به خود اختصاص داده و پزشکیان و قالیباف با اختلافی اندک به

ایرنا- انسیه خزعلی، معاون رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده از امضای تفاهم‌نامه همکاری با معاونت توسعه روستایی و مناطق محروم کشور با هدف ارتقا و بهبود وضعیت فرهنگی اجتماعی و

اقتصادی زوجین روستایی خبر داد و گفت: روستا مسئله مهمی است که باید به صورت ویژه دیده شود و جهت پیشگیری از تجرد قطعی و مهاجرت از روستا به شهر باید امکانات ویژه به خصوص در بحث کسب و کار در اختیار آنان قرار داد. وی افزود:

آگهی مناقصه عمومی ۱۹۱-۱۴۰۳

نوبت اول : ۱۴۰۳/۰۳/۲۴ شیراز نوین

نوبت دوم : ۱۴۰۳/۰۳/۲۶ سیحان

شهرداری شیراز در نظر دارد بهسازی و اجرای زمین چمن مصنوعی ویژه بانوان را از طریق برگزاری مناقصه عمومی در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) با شماره فراخوان ۰۰۱۱۶۶۶۸۸۰۰۰۱۱۶ به اشخاص واجد شرایط واگذار نماید. لذا از کلیه متقاضیان دعوت به عمل می‌آید با مراجعه

به آدرس WWW.Setadiran.ir نسبتب به دریافت اسناد مناقصه و تحویل آن اقدام نمایند. در صورت عدم عضویت قبلی، ثبت نام در سامانه مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی صاحبان افضاء مجاز از سوی متقاضیان جهت شرکت در مناقصه الزامی است. ضمناً در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر شماره تلفن: ۳۷۳۶۰۰۵۵ آماده پاسخ گویی می‌باشد.

– مبلغ برآورد : ۸۴/۲۹۰/۹۸۶/۵۸۳ ریال

– مدت قرارداد : ۶ ماه

– شرایط شرکت کنندگان: شرکت های دارای حداقل پایه پنج برای اشخاص حقوقی در رشته ابنیه از سازمان برنامه و بودجه کشور، ارائه گواهینامه تایید صلاحیت ایمنی از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی

– محل انجام کار : سطح شهر شیراز

– مبلغ سپرده شرکت در مناقصه ۰۰۰/۰۰۰/۴/۲۵۰ ریال بصورت ضمانت نامه بانکی یا فیش واریزی نقدی بحساب سپرده ۰۴۷۴۲-۱۰۰۸۰۵۵۰ با کد مرجع ۱۰۵۵۲ بانک شهر شعبه چمران

– برندگان اول و دوم مناقصه هر گاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به تر تیب ضبط خواهد شد.

– در زمان انعقاد قرارداد حداقل ۵٪ مبلغ پیشنهادی بعنوان ضمانت حسن اجرای تعهدات بصورت ضمانت نامه بانکی یا فیش واریزی اخذ می‌گردد.

– آخرین مهلت دریافت (توزیع) اسناد : متقاضیان می توانند حداکثر تا ساعت ۱۳:۰۰ روز پنج شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۲۱ از طریق مراجعه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) اسناد مناقصه را دریافت نمایند.

دستیار و مشاور فرمانده معظم کل قوا:

مراقب باشید در انتخابات دو قطبی سازی نشود



سازمان‌دهی کرد، هرچند به او بسیار جفا کردند. همچنین ایشان سپاه غرب کشور را ایجاد کرد چون فکر و بیشن سیاسی و قرآنی داشت و علاوه بر اعتقاد به امام با بزرگانی همچون مقام معظم رهبری و شهید مطهری در ارتباط بود.

■ **کسی را انتخاب کنید مشکلات مردم را حل کند و کاربلد باشد**

سرلشکر صفوی افزود: کسی را انتخاب کنید که مدیریت اجرایی کشور را بلد باشد و مشکلات مردم را حل کند و کاربلد باشد؛ چراکه ما افراد با مبانی مذهبی و دانشگاهی بسیار داریم ولی کاربلد نیستند، همچنین مراقب باشید دو قطبی‌سازی نشود و انسانی را که واقعا به درد بخورد و مدیریت کشور را عهده‌دار شود، انتخاب کنید.

آگهی تجدید مناقصه عمومی ۱۹۱-۱۴۰۳

– آخرین مهلت دریافت (توزیع) اسناد: متقاضیان میتوانند حداکثر تا ساعت ۱۳:۰۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۲ از طریق مراجعه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) اسناد مناقصه را دریافت نمایند.

– آخرین مهلت ارائه پیشنهادات و ثبت اسناد و مدارک در سامانه حداکثر تا ساعت ۱۳:۰۰ یکشنبه تاریخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۷ می‌باشد. شرکت کنندگان می‌بایست تا قبل از برگزاری کمیسیون سپرده شرکت در مناقصه را به صورت فیزیکی به آدرس شیراز بوبوار مدرس- کوچه ۶۳ فرعی ۶۳/۱- سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده های کشاورزی- طبقه دوم واحد قراردادها تحویل نمایند.

– تاریخ و محل بازگشایی پاکت: روز دوشنبه ساعت ۱۳:۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۸ در محل چهارراه خلدبرین سان اجتماعات شهرداری منطقه یک می‌باشد.

– ما به التفاوت نیرو انسانی و نیرو مسلح (پلیس راهور و انتظامی) و ماشین آلات توسط کارفرما قابل پرداخت می‌باشد..

– مدت اعتبار پیشنهاد سه ماه می‌باشد.

– هیچگونه وجهی بابت پیش پرداخت داده نخواهد شد.

– بدیهی است هزینه آگهی بعهده برنده مناقصه خواهد بود.

– شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهاده‌ها مختار میبایشد در اینصورت سپرده‌ها مسترد می‌گردد.

– شرکت در مناقصه ودانن پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف شهرداری موضوع ماده ۱۰ آئین نامه معاملات شهرداری می‌باشد.

– سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به مناقصه در اسناد مناقصه مندرج است.
– آگهی و اطلاعات مربوط به مناقصه از طریق سایت

<https://shaffaf.shiraz.ir> قابل مشاهده می‌باشد.

– برنده مناقصه موظف به ثبت نام در سایت vendor.shiraz.ir می‌باشند.

– اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز

تماس : ۱۴۵۶

شناسه آگهی: ۱۷۳۴۰۶۸

– /م/الف-آداره کل ارتباطات و امور بین الملل شهرداری شیراز

به یک کارگر ساده نیاز مندیم

چالش کمبود نیروی کار



عکس: نظیر حبیان

تعدادی از زندانیان را تحت‌الحفظ برای کار در کارخانه بیاورند و ببرند. اینکه از زندانیان در کار تولید استفاده می‌شود، قابل‌تحسین است؛ اما مشکل واحدهای تولیدی را در تامین نیروی کار برنگ می‌کند. رنگی گفت: شرایط و امکانات باید به نوعی باشد که نه نیروی کار فعال بدون کار بماند و نه واحدهای تولیدی و خدماتی مشکل نیروی کار داشته باشند.

او به مسئله سامان‌دهی نیروی کار مهاجر اشاره کرد و افزود: افغانستانی‌ها، بنگلادشی‌ها و پاکستانی‌ها مجبور هستند به صورت غیررسمی در ایران کار کنند.

کشورهای اروپایی از این نیروها به‌خوبی استفاده می‌کنند. سؤال مای این است که چرا دولت این نیروهای کار را سامان‌دهی نمی‌کند که هم آن‌ها به صورت رسمی کار کنند و هم واحدهای تولیدی و خدماتی آن‌ها را به کار بگیرند.

تلطل در سامان‌دهی نیروی کار فاجعه‌ای است که در آینده نزدیک تبعات آن نمایان می‌شود.

رنگی، در چند سال اخیر، یکی از معضلات جدی واحدهای تولید در کشور، کمبود نیروی کار بوده است به‌طوری‌که در حال حاضر، کارخانه‌ها حتی برای تامین نیروی کار ساده نیز در تنگنا قرار گرفته‌اند. او افزود: این موضوع باعث شده که یک کارخانه در حوالی فروین با زندان این شهر قرارداد ببندد که هر روز

ایران تبدیل به تولیدکننده نیروی کار حرفه‌ای برای همسایگان شده است. او از نگرانی‌های خود در مورد نبود نیروی کار حرفه‌ای در تمام حوزه‌ها به‌ویژه صنعت دارو می‌گوید. داوود رنگی، عضو دیگر هیئت نمایندگان اتاق بازرگانی تهران نیز از چالش کمبود نیروی کار واحدهای تولیدی در کشور می‌گوید. به گفته

بیکاری کل کشور به ۸/۱ درصد رسید که این کمترین نرخ بیکاری در چند دهه اخیر است. سال‌های اخیر، روند مهاجرت نیروی انسانی از ایران به‌شدت سرعت گرفته است. بحران نبود نیروی کار متخصص به نیروی کار ساده منتقل شده است. فعالان اقتصادی می‌گویند ما پیش‌تر نگران تامین کار حرفه‌ای خود بودیم. امروز باید نگران تامین نیروی کار ساده هم باشیم؛ زیرا ایران تبدیل به تولیدکننده نیروی انسانی برای همسایگان شده است. نزدیک یک دهه است که فعالان اقتصادی بخش خصوصی از نگرانی‌ها خود در مورد کمبود نیروی انسانی صحبت می‌کنند.

اما در سال‌های اخیر، آن‌ها از یک بحران جبران‌ناپذیر سخن می‌گویند. نکته قابل‌تأمل در اینجاست پیش‌تر آن‌ها در مورد مهاجرت نیروی کار متخصص صحبت می‌کردند؛ اما اکنون از مهاجرت نیروی کار ساده و کمبود آن هم صحبت می‌کنند. مریم تاج‌آبادی، عضو هیئت نمایندگان اتاق بازرگانی تهران، معتقد است

گزارش خبری - لیلیا غضنفری

کمبود نیروی کارگر ساده در بسیاری از مشاغل از جمله ساختمانی و خدمات منجر به این شده که در مشاغل ساختمانی این فرصت‌ها توسط اتباع خارجی اشغال شوند و نیروی انسانی ایرانی یا حاضر نباشد کارگری کند یا به سمت مهاجرت برای اشتغال برود تا بتوانند هزینه‌های زندگی را به دلیل تورم موجود تأمین کنند. موقتی‌بودن کار، درآمد‌های پایین، تعدیل نیرو، ورشکستگی، بنگاه‌های اقتصادی، مهاجرت، بیماری، کپولت‌سن، بازنشستگی، مسائل خانوادگی و... از عمده‌ترین دلایل ترک کار در هر کشور است؛ اما در ایران سه دلیل عمده، یعنی اشتغال موقت، پایین‌بودن درآمد و اخراج مهم‌ترین دلایل برای این است که شغل خود را از دست می‌دهند.

محمود کریمی بیرانوند، معاون اشتغال وزارت کار با اشاره به آمار سال ۱۴۰۲ گفت: بر اساس داده‌های مرکز آمار ایران در سال ۱۴۰۲ نرخ

با حضور وزیر کشور انجام شد؛

افتتاح پروژه مخزن آب روستای بیدزرد

انجام شد که باید از وزارت نیرو و شرکتهای آب و فاضلاب استان‌های مختلف تشکر کنیم؛ اقداماتی مانند این پروژه که مردم ما را از مهم‌ترین نیاز خودشان یعنی آب مستغنی می‌کند و جزو خدمات بزرگ، ماندگار و قابل‌تقدیر است.

♦ **گروه‌های جهادی نقطه عطف بسیار مهمی در پروژه‌های عمرانی است**

وی استفاده از ظرفیت گروه‌های جهادی را موجب کاهش چشمگیر هزینه‌های طرح‌ها و افزایش سرعت انجام کار دانست و گفت: گروه جهادی یعنی اینکه برای انجام کار هزینه‌ای دریافت نمی‌کنند و این گروه‌های جهادی نقطه عطف بسیار مهمی در پروژه‌های عمرانی است که گاهی به خاطر فقدان همین نوع نگاه، اتمام پروژه‌ها طولانی می‌شود.

♦ **مشکل آب ۳۰۰ روستا تا انتهای سال رفع خواهد شد** محمدصادی ایمانی، استاندار فارس در این مراسم ابراز داشت: در ابتدای دولت سیزدهم هزار روستای استان فارس دچار کم‌آبی و تنش آبی بودند؛ اما با تلاش جهادی که انجام شد، مشکل بیش از ۳۰۰ روستا حل شد و معضلات ۳۰۰ روستای دیگر نیز تا انتهای سال جاری رفع خواهد شد.

ایمانیه با بیان اینکه مسئله آب اولویت بسیار بالای استان فارس است، افزود: اقدامات خوبی انجام شده است و



آیین افتتاح پروژه مخزن آب روستای بیدزرد شیراز با حضور احمد وحیدی وزیر کشور، محمدصادی ایمانی استاندار فارس، فرماندار شیراز و جمعی از مسئولین استانی برگزار شد. وزیر کشور در این مراسم ضمن گرامیداشت یاد شهیدجمهور و شهدای راه خدمت گفت: شهید آیت‌... رئیسی عمر بابرکتی داشتند و در تمام پروژه‌ها نقش اساسی ایفا می‌کردند. شهید رئیسی به محض تصدی مسئولیت با یک مشکل بزرگ عمومی به نام تنش آبی در اکثر نقاط کشور مواجه شدند که در مدت سه سال بر بخش عمده‌ای از آن‌ها فائق آمدند. بسیاری از سدها آبیگری و مشکل بسیاری از روستاها و شهرها رفع شد، وحیدی افزود: کار مهمی‌در حوزه آب و فاضلاب

مدیرکل تأمین اجتماعی استان فارس خبر داد:

برگزاری بیست و دومین دوره انتخاب بازنشسته و

همسر بازمانده نمونه تأمین اجتماعی

از کارافتادگان نمونه برشمرد و گفت: علاقه‌مندان تا پایان وقت اداری روز شنبه بیستم تیرماه سال جاری فرصت دارند مدارک خود را برای شرکت در فراخوان به حوزه‌های روابط عمومی و امور فرهنگی شعب تأمین‌اجتماعی، مدیریت‌های درمان، ادارات‌کل تأمین‌اجتماعی و یا کانون‌های بازنشستگی استان‌ها ارائه دهند و یا با مراجعه به سایت سازمان تأمین اجتماعی (tamin.ir) نسبت به ثبت تقاضای خود اقدام نمایند.

وی افزود: شعب تأمین‌اجتماعی در سراسر استان مدارک واصله را بررسی و پس از امتیازدهی مطابق با شاخص‌ها و امتیازات تعیین شده، نسبت به انتخاب واجدین شرایط اقدام و اسامی منتخبین را، به اداره‌کل امور فرهنگی و اجتماعی ارسال خواهند کرد. در بیست‌ودومین جشنواره انتخاب بازنشسته و مستمری‌بگیر نمونه استان‌ها با تقدیر شده و از بین آنها ۱۵ نفر به‌عنوان بازنشسته و مستمری‌بگیر نمونه کشوری انتخاب و طی مراسمی با حضور مقامات کشوری تقدیر میشوند. از بین افراد برگزیده هر استان، ۱۵ نفر براساس بالاترین امتیاز مکتسبه انتخاب و در مراسم جشن کشوری مورد تقدیر قرار خواهند گرفت.

ایرج نادری، مدیرکل تأمین اجتماعی استان فارس گفت: سازمان تأمین‌اجتماعی در سال جاری نیز مطابق روال سال‌های پیش و به‌منظور ارج نهادن به جایگاه والای بازنشستگان، بازماندگان بیمه‌شدگان متوفی و از کارافتادگان تحت پوشش این سازمان، در نظر دارد افراد شاخص و موفق را در بین این عزیزان شناسایی کرده و مورد تقدیر قرار دهد. نادری سابقه پرداخت حق بیمه، کارآفرینی و ایجاد اشتغال، موفقیت‌های علمی از قبیل تدریس در مراکز آموزشی، پیشرفت‌های تحصیلی دانشگاهی و موفقیت در رقابت‌های فرهنگی، علمی، قرآنی و ورزشی در سطوح مختلف با تأیید مراجع ذی‌صلاح را از جمله معیارهای انتخاب بازنشستگان، همسران بیمه‌شدگان متوفی و از کارافتادگان نمونه عنوان کرد. وی افزود: تعداد فرزندان و تربیت فرزندان شایسته از دیگر معیارهای انتخاب بازنشستگان و مستمری‌بگیران نمونه است و داشتن مدارک دانشگاهی، موفقیت در رقابت‌های ورزشی، علمی و هنری از سوی فرزندان نیز در انتخاب بازنشستگان نمونه تأثیرگذار است. مدیرکل تأمین اجتماعی فارس مشارکت در امور عام‌المنفعه، خیریه، جهادی و فرهنگی را از دیگر معیارهای انتخاب بازنشستگان، همسران بیمه‌شدگان متوفی و

امیدواریم این مسیر ادامه پیدا کند. هدف‌گذاری ما این است که تا پایان دولت چهاردهم، مشکل آبرسانی تمام روستاهای دچار تنش آبی در سطح استان رفع شود.

♦ **سالانه ۳۵ هزار مشترک جدید به شیراز اضافه می‌شود** بهمن بهروزی، مدیرعامل آیف‌ا شیراز گفت: سالانه ۳۵ هزار مشترک جدید معادل ۱۰۰ هزار نفر به شهر شیراز اضافه می‌شود و این افزایش جمعیت، سالانه ۱۰۰ هزار متر مکعب مخزن را می‌طلبد. بهروزی افزود: با طرح جهادی در روستاها، از محل منابع داخلی ۲۸۸ کیلومتر شبکه راه‌اندازی شده است. وی در خصوص افتتاح مخزن آب روستای بیدزرد نیز گفت: سال گذشته بخش عمده‌ای از این روستا با تانکر آبرسانی می‌شد؛ ولی با ایجاد این مخزن، منطقه به‌طور کامل تحت پوشش مدیریت آیف‌ا شیراز قرار گرفت.

بهروزی ادامه داد: مخزن آب روستای بید زرد با حجمی در حدود دو هزار متر مکعب، خط انتقال ۷/۱ کیلومتر، حجم بتن هزار و ۱۰۰ مترمکعب و حجم آرماتور ۱۲۰ تن، جمعیت شش هزار نفری را تحت پوشش قرار می‌دهد. با اجرای این طرح، کمبود ذخیره و افت فشار آب آشامیدنی در شبکه روستای بیدزرد مرتفع شده و علاوه بر این، مشکل بی‌آبی محله «تنگ نظری» نیز که قبلاً با تانکر آبرسانی می‌شد، رفع می‌شود.

در بیست‌وششمین مرحله از جهش عمرانی کلان‌شهر شیراز با حضور وزیر کشور صورت گرفت؛

از افتتاح بزرگراه شهیدجمهور تا احیای زندیه

محمدصادی ایمانیه با بیان اینکه شیراز شهر گردشگری است و این پروژه در راستای بهره‌مندی از اصالت تاریخی و فرهنگی کلان‌شهر شیراز است، افزود: این پروژه ارزشمند حاصل تعامل و همکاری شورای اسلامی شهر و شهرداری شیراز، میراث فرهنگی و اداره کل راه و شهرسازی است.

وی با بیان اینکه این پروژه ارتباط بین تاریخ شهر شیراز در زمان زندیه و ایجاد آثار رفاهی و مذهبی است، تصریح کرد: این پروژه یادآور دورانی است که مسئولان در زمان حیات خود به مردم خدمت می‌کردند.

استاندار فارس گفت: این پروژه برای قشر جوان بسیار مهم است و به نوعی احیای حافظه تاریخی و فرهنگی است. ♦ **بازآفرینی مجموعه زندیه یک‌گام مثبت برای ثبت جهانی آن است** شهردار شیراز در این آیین اظهار کرد: اقدام شهرداری این کلان‌شهر در کلنگ‌زنی پروژه زندیه یک کار باآفرینی و زنده‌سازی بافت زندیه است و از نسوی دیگر یک‌گام مثبت برای رفتن به ثبت جهانی پروژه زندیه صورت می‌گیرد.

محمدحسین اسدی با اشاره به اینکه در پروژه بازآفرینی مجموعه زندیه بحث‌های

پیاوده، انسان‌محوری و حفظ فضای تاریخی و میراثی درنظر گرفته می‌شود،

خاطر‌نشان کرد: در پروژه زندیه بر حفظ و نگهداری بناهای تاریخی با ایجاد

پروژه از حساسیت خاصی برخوردار بود، ادامه داد: تمام اقدامات اجرایی شهرداری

شیراز طی مدت یک سال در این پروژه به اتمام می‌رسد.

شهردار شیراز اعلام کرد: محل تأمین اعتبار پروژه بازآفرینی محور زندیه از محل

فروش اوراق مشارکت است.

♦ **شهرداری شیراز در پروژه بازآفرینی مجموعه زندیه به دنبال سرزندگی فضای شهری است**

شهردار منطقه تاریخی-فرهنگی شیراز با توضیح اجرای پروژه ملی بازآفرینی

زندیه گفت: مجموعه تاریخی کلان‌شهر شیراز با مساحت ۳۰ هکتار بخش قابل

توجهی از آثار تاریخی و میراثی را دربر گرفته است.

علی‌مصطفی‌نژاد با بیان اینکه در عملیات بهسازی و بازآفرینی پروژه ملی زندیه

پروژه‌های متعددی تعریف، اجرا و یا در حال اجراست، افزود: عملیات کنساز،

بدنه‌سازی و جداره‌سازی برای مجموعه‌های فعلی و محورهای مجموعه زندیه اجرا

شده یا در دست اجرا است.

وی با بیان اینکه مراحل تصویب پروژه بازآفرینی مجموعه زندیه حدود سه دهه

طول کشیده است، اظهار کرد: با تعامل شهرداری شیراز با مجموعه میراث‌فرهنگی

و سایر دستگاه‌های مرتبط با پروژه ملی بازآفرینی مجموعه زندیه این طرح به

تصویب رسید. به گفته مدیر پروژه ملی بازآفرینی مجموعه زندیه؛ بیش از هزار

میلیارد تومان اعتبار پروژه تعریف شده و در حال اجرا در این مجموعه است.

مصطفی‌نژاد تصریح کرد: در پروژه بازآفرینی مجموعه زندیه سرای کمرگ، دروازه

اصفهان و خیابان ناصرخسرو احیا و تبدیل به پیاده‌راه می‌شود.

شهردار منطقه تاریخی-فرهنگی شیراز با بیان اینکه عمل پروژه این محور به

نمایش گذاشته می‌شود، ادامه داد: میدان نثارخانه حد فاصل دیوار ارگ و بازار

با تملک بالغ بر ۵۰۰ میلیارد تومان است که ملک مورد نظر آزادسازی و احیا

می‌شود. وی با اشاره به اینکه در مجموعه پروژه زندیه یک میدان بزرگ برای

برگزاری مراسم‌ها و تجمع‌های آیینی و ملی پیش‌بینی شده است، عنوان کرد: با

نگاه احیای پروژه ملی بازآفرینی زندیه و ارتباط با حرم مطهر شاهچراغ (ع)، خیابان

طالقانی در فاصله بین مجموعه زندیه و حرم حضرت احدین موسی (ع) تبدیل

به پیاده‌راه خواهد شد که این پروژه تکمیل‌کننده یک زیرساخت برای برگزاری

مراسم‌های آیینی است.

مصطفی‌نژاد با بیان اینکه در پروژه مجموعه زندیه به دنبال سرزندگی فضای

شهری هستیم، عنوان کرد: طبق برنامه زمان‌بندی این پروژه در مدت یکسال به

بهره‌برداری خواهد رسید.



وزیر کشور:

بزرگراه شهید آیت‌... رئیسی نمادی از هم‌افزایی شورای اسلامی شهر و شهرداری شیراز است



شهردار شیراز بیان کرد:

افتتاح و کلنگ‌زنی ۹۵۰ پروژه طی ۳ سال گذشته



رسیدن به این محور نخواهد بود.

وی این کار را بزرگ توصیف کرد و گفت: ۸۰ درصد پروژه طی یک سال گذشته به اتمام رسیده که حاصل تلاش شورای اسلامی شهر و شهرداری شیراز است و همدلی میان شورا و شهرداری، نمایندگان شیراز در مجلس شورای اسلامی و سایر دستگاه‌ها را در شیراز شاهد هستیم.

این عضو شورای اسلامی شهر شیراز بر تأمین روشنایی بزرگراه‌ها تأکید داشت و گفت: از وزارت کشور برای تأمین سریع‌تر و مستمر این بزرگراه‌ها مساعدت می‌طلبیم.

♦ **پروژه بازآفرینی مجموعه زندیه به دنبال دفاع از اصالت‌هاست**

وزیر کشور در این آیین با بیان اینکه در پروژه بازآفرینی محور زندیه شاهد پرداخت به هویت و بخش روشن تاریخ هستیم، اظهار کرد: این پروژه شهری شهرداری شیراز یک کار ارزشمند است. شهرداری تلاش کرده این هویت‌گذاری را به نمایش بگذارد.

گروه خبر - لیلیا غضنفری

بزرگراه شهید آیت‌... رئیسی و تقاطع غیرهمسطح شهید امیرعبداللهیان در بیست‌وششمین مرحله از جهش عمرانی کلان‌شهر شیراز با حضور سردار احمد وحیدی وزیر کشور، مسئولان ملی و مدیریت ارشد استانی و شهری به افتتاح و بهره‌برداری رسید. همچنین کلنگ‌فاز نخست پروژه ملی بازآفرینی مجموعه زندیه شیراز با حضور وزیر کشور، مسئولان ملی و مدیریت استانی و شهری در مجموعه میدان نثارخانه به زمین زده شد.

وزیر کشور در بیست‌وششمین مرحله از جهش عمرانی کلان‌شهر شیراز، افتتاح بزرگراه شهید آیت‌... رئیسی و بهره‌برداری از تقاطع غیرهمسطح شهید امیرعبداللهیان، گفت: رئیس‌جمهور شهید نشان داد که روحانیت در تمام حوزه‌ها به ویژه خدمت‌رسانی به مردم همواره در صحنه هستند.

سردار احمد وحیدی با تشکر از مدیران استانی و شهری فارس ادامه داد: این بزرگراه پروژه بسیار ارزشمندی است که با هم‌افزایی و مدیریت قوی و با ۲۲۰ میلیارد تومان تحقق یافته است و این نشان می‌دهد کشور ما به سرعت راه خود را به سمت پیشرفت طی می‌کند.

وی تأکید کرد: یک عده نمی‌خواهند دستاوردهای مدیریت شهری را که نمایندگان مردم هستند، ببینند.

وحیدی افزود: انجام ۱۸۰ همت و ۵۴۰۰ پروژه در شهر شیراز، نشان دهنده بالندگی و رشد کشور است، این‌ها همه محصول ایستادگی مردم و نمایندگان مردم در شورا، شهرداری، مجلس و... است.

وزیر کشور گفت: امیدواریم ۱۵ کیلومتر مابقی این بزرگراه هم به خوبی تا اتصال به آزادراه شیراز-اصفهان پیش برود، همچنین همه کارهای عمرانی باید با نگاه عالمانه به محیط زیست صورت بگیرد و این پروژه‌ها با همین روند پیش رفت‌اند. وی بیان کرد: تمامی این اقدامات برای مردم شهیدپرور و از خودگذشته ماست و مردم ما دیده‌اند که در دولت سیزدهم و مجلس یازدهم، وقتی یک‌پارچه همه به فکر سازندگی باشند، این دستاوردها حاصل می‌شود.

شهردار شیراز نیز گفت: این بزرگراه با عرض ۵۵ متر یک کار تأثیرگذار و شریان اصلی است و به گویم و سه‌راهی قلات در نهایت می‌رسد.

محمدحسین اسدی افزود: حدود ۵ سال قبل این پروژه کلنگ‌زنی شد؛ ولی پیشرفتی نداشت، اما ظرف ۴ ماه قبل با همت شورای اسلامی و شهرداری شیراز پروژه کامل شده و تمامی استانداردهای یک بزرگراه شهری را دارد.

شهردار شیراز با گرامیداشت یاد شهیدجمهور و شهدای خدمت ادامه داد: با همت شورای اسلامی شهر و شهرداری شیراز طی ۳ سال گذشته ۹۵۰ پروژه کلنگ‌زنی و افتتاح شده که ۵۰۰ مورد به ارزش ۲۳ هزار میلیارد تومان افتتاح شده است.

اسدی بیان کرد: از دستور ویژه وزیر کشور برای تهیه ۱۰ رام قطار مترو شیراز هم تقدیر و تشکر داریم، امیدوارم کار شورای اسلامی و شهرداری شیراز مورد قبول خدای متعال و مردم شهر شیراز قرار بگیرد.

♦ **ایمن‌سازی ورودی شمال غربی کلان‌شهر شیراز با بزرگراه شهید آیت‌... رئیسی**

رئیس کمیسیون عمران، حمل‌ونقل و ترافیک شورای اسلامی شهر شیراز نیز گفت: این بزرگراه ۱۸ کیلومتر طول کلی دارد، یک سوسم مسیر طولی شهر شمال غرب شیراز است و جمعیت شمال غرب شیراز حدود ۸۰۰ هزار نفر از میدان قصردشت تا گویم سکنی گزیده‌اند و خیابان‌های موازی این بزرگراه حائز اهمیت ویژه است. رضا محمدیان افزود: ۱۵ کیلومتر این محور مانده است که یک کیلومتر مسیر در محدوده برزین آزاد شده و برای تسریع ادامه روند این مسیر و چند هکتاری که در اختیار صنایع فجر است از وزیر کشور تقاضای حمایت داریم تا بزرگراه سریع‌تر ادامه یابد. رئیس کمیسیون عمران، حمل‌ونقل و ترافیک شورای اسلامی شهر شیراز تأکید کرد: این ۱۸ کیلومتر به محور قلات و قطعه بعدی بزرگراه شیراز اصفهان به سمت پوشش خواهد رفت که ورودی شهر شیراز را ایمن‌تر می‌سازد. محمدیان افزود: حدود ۱۰ کیلومتر از گویم تا کمربندی باید طی شود؛ اما تکمیل این بزرگراه مسیر را کوتاه و ایمن‌تر می‌سازد و لازم به عبور از دل شهر برای

حماس:

به موضع واضح اسرائیل درباره قبول آتش‌بس نیاز داریم



ایسنا - «اسامه حمدان» از رهبران جنبش حماس گفت: ما به موضع واضحی از سوی اسرائیل درباره قبول آتش‌بس و عقب‌نشینی کامل از غزه، اجازه دادن به فلسطینی‌ها برای مشخص کردن آینده و سرنوشت خود، بازسازی و لغو محاصره نیاز داریم و در آن صورت آماده صحبت درباره یک معامله عادلانه برای تبادل اسرا هستیم.
وی در مصاحبه با سسی ان ان آمریکا گفت: ما با هیچ کس دیگری هیچ ایده‌ای درباره تعداد اسرای زنده اسرائیلی نداریم. هرگونه توافق برای آزادی آنها باید شامل ضمانت‌هایی درباره توقف دائم جنگ و عقب‌نشینی کامل نیروهای رژیم‌صهیونیستی از غزه باشد. رژیم اشغالگر باید از غزه عقب‌نشینی کند و بگذارد فلسطینی‌ها خودشان سرنوشتشان را تعیین کنند.
حمدان افزود: پیشنهاد اخیریی که مطرح شد و یک طرح اسرائیلی است و «جو باین» رئیس‌جمهور آمریکا برای کمترین‌پار آن را اعلام کرد، خواسته‌های جنبش حماس برای پایان جنگ را برآورده نمی‌کند.
پیش از این میانجی‌های مصری و قطری اعلام کردند پاسخ حماس و گروه‌های فلسطینی دیگر را درباره پیشنهاد جو باین درباره آتش‌بس غزه دریافت کردند. پنج‌شنبه منابع از اصطلاحاتی که جنبش حماس از این پیشنهاد ایجاد کرده است، خبر دادند.
به گفته این منابع حماس خواهان آغاز بازسازی غزه در مرحله اول معامله تبادل اسرا است. حماس هم‌چنین خواهان آتش‌بس در مرحله اول است و مخالفت رژیم‌صهیونیستی با اسامی اسرایی را که حماس خواهان آزادی آنها است، رد می‌کند.

سخنگوی سفیر چین در آمریکا:

چین به هیچ کدام از طرف‌های جنگ اوکراین سلاح ارسال نمی‌کند



مهر - لیو پنگیو، سخنگوی سفارت چین در آمریکا در گفت‌وگو با خبرگزاری «ناس» اعلام کرد که تجارت بین روسیه و چین آشکارا و مطابق با بنحارهای سازمان تجارت جهانی انجام می‌شود، زیرا پکن کنترل شدیدی بر صادرات کالاهایی اعمال می‌کند که می‌توانند کاربرد دوگانه (نظامی و غیرنظامی) داشته باشند. وی در واکنش به اظهارات اخیر جو باین، رئیس‌جمهور آمریکا گفت: چین طرفی از طرف‌های درگیر در بحران اوکراین نیست. ما متعهد به ترویج گفت‌وگوها برای صلح هستیم. چین به طرف‌های درگیر سلاح ارائه نمی‌کند و صادرات کالاهای با کاربرد دوگانه را به شدت کنترل می‌کند، که به‌طور گسترده از طرف جامعه جهانی مورد تشویق قرار گرفت.

بایدن در نشست خبری مشترک با ولادیمیر زلنسکی، رئیس‌جمهور اوکراین در حاشیه اجلاس سران گروه ۷ در ایتالیا مدعی شد: چین (به روسیه) سلاح ارسال نمی‌کند، بلکه توانایی تولید آن سلاح‌ها را روسیه‌ا را دارد، فناوری لازم را در اختیار (روسیه) قرار می‌دهد، بنابراین در واقع به روسیه کمک می‌کند. وی در ادامه افزود: تجارت دای می با روسیه در سطح بالایی انجام می‌شود. این تجارت با قوانین سازمان تجارت جهانی و اصول بازار مطابقت دارد و هیچ طرف ناشی را هدف قرار نمی‌دهد. هفته پیش «دونگ جون» وزیر دفاع چین در «جمع گفت‌مان شانگوری لا» در سنگاپور اعلام کرد که در جنگ اوکراین، چین به مسکو یا کیف تسلیحات نظامی نمی‌دهد و صادرات کالاهای چندمنظوره (با کاربرد نظامی) را به‌شدت کنترل می‌کند.

وی دراین‌باره گفت: ما هرگز به هیچ‌یک از طرفین درگیری تسلیحاتی ندادهایم. ما کنترل دقیقی بر صادرات کالاهای چندمنظور ایجاد کرده‌ایم و هرگز کاری انجام نداده‌ایم که تنش‌ها و اوضاع را تشدید کند» وزیر دفاع چین هم‌چین افزود که پکن همیشه موضع قابل‌اعتمادی در مسئله اوکراین داشته و از مذاکرات صلح حمایت می‌کند.
خبرگزاری رویترز مدعی شد که چین اعلام کرده است که در کنفرانس صلح اوکراین به میزبانی سوئیس در ماه ژوئن که روسیه به آن دعوت نشده است، شرکت نخواهد کرد. رویترز مدعی شد که پکن با اشاره به اینکه شرایط حضورش در این کنفرانس برآورده نشده است، در این اجلاس حاضر نخواهد شد.

آمریکا خواستار افزایش همکاری ایران با آژانس اتمی شد

تسنیم - وزارت امور خارجه آمریکا به گزارش جدید آژانس بین‌المللی انرژی اتمی درباره قصد ایران برای توسعه برنامه هسته‌ای، یک هفته بعد از تصویب قطعنامه ضدایرانی در شورای حکام واکنش نشان داد.

متو میلر، سخنگوی وزارت خارجه آمریکا در بیانیه‌ای بدون اشاره به نقض عهد کشورش در ایجاد وضعیت کنونی پیرامون برنامه هسته‌ای ایران گفت که ایران بایستی بدون تأخیر بیشتر با آژانس اتمی همکاری کرده و به تعهدات الزام‌آور خود عمل کند. در این بیانیه آمده است: «ایران بایستی بدون تأخیر بیشتر با آژانس در جهت اجرای کامل تعهدات پادمانی الزام‌آور خود همکاری کند. تا زمانی که ایران این‌ کار را انجام دهد شورای حکام آژانس بین‌المللی انرژی اتمی به پاسخگو کردن ایران ادامه خواهد داد.»

اعضای شورای حکام آژانس یک هفته پیش قطعنامه پیشنهادی سه کشور اروپایی انگلیس، آلمان و فرانسه علیه ایران را به تصویب رسانده و خواستار همکاری ایران با نهاد دیده‌بان هسته‌ای سازمان ملل متحد شدند.



مقام‌های ایران پیش از تصویب این قطعنامه هشدار داده بودند که به آن پاسخ مناسب و لازم خواهند داد. نمایندگی ایران در سازمان ملل پس از صدور قطعنامه ضدایرانی شورای حکام آژانس در پاسخ به پایگاه خبری تحلیلی‌المانیئور اعلام کرد که این قطعنامه «تر مخربی» بر تعاملات آینده خواهد داشت. وزارت امور خارجه ایران هم ساعاتی بعدتر در بیانیه‌ای ضمن محکوم کردن قطعنامه ضد ایرانی در شورای

هم‌افزایی ایران و عراق به نفع جهان اسلام و کشورهای منطقه است

توجه به بازتاب گسترده بحران فلسطین در سطح جهانی و تظاهرات در تأیید آن در دانشگاه‌های غربی شد.

رهبر جریان حکمت ملی عراق درباره شرایط داخلی عراق نیز گفت که کشور بسیاری چالش‌های سیاسی و اجتماعی و امنیتی را پشت سر گذاشته و دولت فدرال به ریاست محمد شیاع سودانی و حکومت‌های استانی با تلاش فراوان در پی ارائه خدمات و اجرای کارزارهای سازندگی و توسعه هستند و این موجب افزایش رضایت مردمی از دولت و نیروهای سیاسی شده است.

حکیم افزود که چارچوب هماهنگی نیروهای سیاسی شیعه شاهد یکپارچگی و انسجام کامل است و این باعث شده که بتواند چارچوب مهمی برای حفاظت از کشور و تشکیل دولت و اجرای انتخابات ارائه کند، که این نقش چارچوب هماهنگی تأثیر خود را در نتایج آرای انتخابات استانی نشان داد و در اکثر استان‌ها چارچوب هماهنگی توانست حضور پررنگی داشته باشد.

وی تأکید کرد که عراق در پی پایان دادن به مأموریت نیروهای ائتلاف بین‌المللی پس از بی‌نزاری از حضور آنان به علت شکست داعش است و گفت که حضور ائتلاف با این حجم از نیروها نوعی قیومت بر عراق

برابر تعادلی می‌کند.

رهبر جریان حکمت ملی عراق بر وجود یک جدول زمانی مشخص برای خروج نیروهای ائتلاف از

حکام آژانس بین‌المللی انرژی اتمی، این اقدام را سیاسی و غیرسازنده و در ادامه سیاست‌های شکست خورده قبلی برخی از کشورهای غربی دانست.

شعب گذشته برخی رسانه‌های غربی گزارش دادند که جمهوری اسلامی ایران آژانس اتمی را از قصد خود برای توسعه بیشتر برنامه هسته‌ای این کشور با نصب سانتریفیوژهای جدید در سایت‌های نظنز و فردو مطلع کرده است. این رسانه‌ها مدعی شده بودند که اقدام تهران در پاسخ به قطعنامه ضدایرانی آژانس صورت گرفته است.

سخنگوی وزارت خارجه آمریکا در ادامه بیانیه خود خاطرنشان کرده است: «ما با شریکان خودمان در ارتباط نزدیک هستیم و آماده‌ایم در صورت تلاوم عدم همکاری ایران با آژانس فشار را بر این کشور افزایش دهیم.»
ادعاهای مقام آمریکایی در حالی مطرح شده که دولت ایالات متحده در سال ۲۰۱۸ به مشارکت خود در توافق هسته‌ای با ایران پایان داد و تمامی تحریم‌های متوقف‌شده ذیل این توافق را علیه ایران از سر گرفت.



حکیم ادامه داد که رضایت مردمی از دولت و نیروهای سیاسی و حالت مرجعیت عراق و بهبود روابط منطقه‌ای و فرمانطق‌های عراقی عواملی بوده که بر رسیدگی به مسائل منطقه تأثیر نهاده است

و در این راستا به موضوع عراق در حمایت از مسئله فلسطین در همه محافل منطقه‌ای و فرمانطق‌های در سطح مرجعیت و دولت و ملت و امدادسانی اشاره کرد.

وی افزود که رابطه هم‌افزای میان ایران و عراق در نفع جهان اسلام و کشورهای منطقه است و این رابطه ریشه در دو ملت دارد که اشتراکات فراوان دارند.

رهبر جریان حکمت ملی عراق با تحسین سیاستی که شهید رئیسی پیش گرفت گفت که دوران ریاست شهید رئیسی شاهد گشایش ایران در روابط با کشورهای منطقه بوده و ابراز امیدواری کرد که این روند ادامه پیدا کند.

حکیم ابراز امیدواری کرد که ملت و دولت ایران بتوانند انتخابات پیش‌رو را با موفقیت اجرا کنند و تأکید کرد که اجرائی انتخابات در این زمان کوتاه نشان‌دهنده ثبات و انسجام داخلی در جمهوری اسلامی و تحکیم نهادها در این کشور است.

(مناقصه نوبت دوم)



شناسه آگهی: ۱۷۲۷۱۶۴

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۳/۱۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۲۶

-م ا الف - مصطفی زارعی-شهردار فال

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۶۰۳۱۱۰۲۰۰۰۴۴۹ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لامرد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سید علی صالحی فرزند سید ابراهیم بشماره شناسنامه ۲۰ صادره از لامرد در شش‌دانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۰۲۲۳۱/۳۸متر مربع پلاک ۱۱ فرعی از ۲۴۳ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۲۴۳ اصلی قطعه هفت بخش ۲۵ فارس واقع در شهرستان لامرد - بخش علامرودشت - روستای دهنو خریداری از مالک رسمی حسین سرفراز محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صورت سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ ،رسید طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۳/۲۶

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۴/۱۱

۱۴/۷۴۳ / م الف

منصور کشوری

رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان لامرد

شنبه ۱۴۰۲/۰۳/۲۶

اخبار کوتاه جهان



محافظت از تیم اوکراینی در مسابقات یورو۲۴ چالشی برای آلمان

تسنیم - به نقل از هفته‌نامه اسپیکل، مسابقات قهرمانی فوتبال مردان اروپا از روزگذشته در آلمان آغاز شد. تیم ملی اوکراین نیز واجد شرایط شرکت در این مسابقات شده است. این تیم از جنگ اوکراین به این رویداد ورزشی در آلمان سفر می‌کند. از آنجایی که ورزش همیشه مسئله‌ای سیاسی هم است، ناسی فایزر، وزیر کشور فدرال آلمان نگران محافظت از این تیم ورزشی است.

فایزر روز پنج‌شنبه در گفت‌وگویی با نشریه بیلد گفت: این یک چالش ویژه برای ما است و ما به‌طور خاص خود را برای محافظت از این تیم آماده می‌کنیم. وقتی از فایزر در این‌باره پرسیده شد، وی نمی‌خواست این احتمال را که روسیه می‌تواند تلاش کند تا از طریق حملات سایبری برای آسیب‌رساندن به مسابقات قهرمانی اروپا استفاده کند را رد کند. فایزر در این‌باره گفت: ما انتظار همه سنساریوها را داریم و ما برای مدت طولانی آماده هستیم و البته این حمله وحشتناک پوتین به اوکراین نقش مهمی را هم‌چنین می‌تواند ایفا می‌کند.

اوکراین از فوریه ۲۰۲۲ مورد حمله روسیه قرار گرفته است و ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهور روسیه بخش‌هایی از این کشور را ضمیمه خود کرده است. با وجود جنگ، نوعی زندگی روزمره در بخش‌های وسیعی از اوکراین امکان‌پذیر است. تیم ملی اوکراین در آخرین لحظات در ماه مارس به مسابقات قهرمانی اروپا راه یافت.

تیم اوکراین در هتلی در تاونوششتاین نوهوف (هسه) اقامت دارد. این تیم اولین بازی خود را روز دوشنبه در مونیخ مقابل رومانی انجام خواهد داد. پس از آن بازی‌های گروهی مقابل اسلواکی در دوسلدورف و مقابل بلژیک در اشتوتگارت برگزار می‌شود.

رئیس‌جمهور آمریکا:

آتش‌بس در «غزه» قریب‌الوقوع نیست

ایسنا - «جو باین»، رئیس‌جمهور آمریکا روز پنج‌شنبه در یک کنفرانس خبری گفت تردید دارد که به‌زودی آتش‌بسی بین حماس و رژیم‌صهیونیستی برقرار شود. به نوشته پایگاه الجزیره، جو باین در این کنفرانس مطبوعاتی در پاسخ به سوآلی درباره اینکه آیا اطمینان دارد که به‌زودی یک توافق آتش‌بس برای غزه اعلام شود پاسخ داد: «خیر» او ادامه داد: «من امیدم را برای آن از دست نداده‌ام.»

جو باین این اظهارات را در پی نشست‌هایش با سران گروه هفت در جریان اجلاس این گروه در ایتالیا مطرح کرد. باین که مدتی پیش یک توافق آتش‌بس پیشنهادی آتش‌بس تهیه شده از سوی اسرائیلی‌ها که مدعی بود بدون اشاره به حمایت‌هایش از جنایات رژیم صهیونیستی و اعتراضات گسترده در جهان علیه این جنایات و احکام دادگاه‌های علیه رژیم صهیونیستی مدعی شد حماس مانع برقراری آتش‌بس است.

او در کنفرانس مطبوعاتی در حالی که کنار «ولودیمیر زلنسکی»، رئیس‌جمهور اوکراین ایستاده بود گفت: «این که آتش‌بس به ثمر نشیند یا نشیند را باید منتظر ماند و دید. ما قصد داریم به فشار خود ادامه دهیم. من پاسخی نهایی برای شما ندارم.»

چند روز پیش جنبش حماس پاسخ متقابلی را برای پیشنهاد آتش‌بس تهیه شده از سوی اسرائیلی‌ها که توسط باین ارائه شد مطرح کرد. مقام‌های کاخ سفید گفتند که این دولت هم‌چنان در حال ارزیابی این پیشنهاد است و تفاوت‌های چشم‌گیر بین آن طرح و پیشنهادی که سازمان ملل ارائه کرده هفت در جریان اجلاس مذکور دارد. وی همچنین گفت با سران گروه هفت در جریان اجلاس مذکور درباره مذاکرات مرتبط با غرب آسیا بحث و رایزنی داشته اما جزئیات بیشتری درباره آن مطرح ساخت.

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۶۰۳۱۱۰۲۰۰۰۳۲۸ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لامرد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمد عباسی فرزند عباس بشماره شناسنامه ۶۳۴ صادره از لامرد در شش‌دانگ یک باب خانه به مساحت ۴۵۴.۷۸ متر مربع پلاک ۷۲ فرعی از ۲۶۸۹ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۲۶۸۹ اصلی قطعه یک بخش ۲۵ فارس واقع در شهرستان لامرد - محله چاه حاج ابول - خیابان رسول اعظم - کوچه ۳ خریداری از مالک رسمی آقای عباس رئیسی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۰۳/۲۶

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۰۴/۱۱

۱۴/۷۴۵ / م الف

منصور کشوری

رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان لامرد

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۶۰۳۱۱۰۲۰۰۰۳۲۸ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لامرد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سید محمد هاشمی فرزند سید علی اکبر بشماره شناسنامه ۱۵۴۵۵ صادره از لامرد در شش‌دانگ یک باب خانه به مساحت ۳۸۹.۹۷ متر مربع پلاک ۳۲۹ فرعی از ۲۳۵۵ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۲۳۵۵ اصلی قطعه یک بخش ۲۵ فارس واقع در شهرستان لامرد - بلوار شهید نجعی - پشت بتن آماده خریداری از مالک رسمی آقای حیدر منصوری محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ ،رسید طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۰۳/۲۶

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۰۴/۱۱

۱۴/۷۴۲ / م الف

منصور کشوری

رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان لامرد

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۶۰۳۱۱۰۲۰۰۰۴۴۷ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لامرد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای رمضان علی‌پور فرزند محمد بشماره شناسنامه ۶۷۰ صادره از لامرد در شش‌دانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۴۵۴۱۸۰/۵۹ متر مربع پلاک ۱ فرعی از ۱۱۳۵ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۱۳۵ اصلی قطعه پنج بخش ۲۵ فارس واقع در شهرستان لامرد - روستای کال خریداری از مالک رسمی خانم سکینه شایسته محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۰۳/۲۶

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۰۴/۱۱

۱۴/۷۴۸ / م الف

منصور کشوری

رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان لامرد

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۶۰۳۱۱۰۲۰۰۰۳۲۶ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لامرد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای رمضان علی‌پور فرزند محمد بشماره شناسنامه ۶۷۰ صادره از لامرد در شش‌دانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۳۲۳۳/۱۵ متر مربع پلاک ۱ فرعی از ۱۱۰۰ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۱۰۰ اصلی قطعه پنج بخش ۲۵ فارس واقع در شهرستان لامرد - روستای کال خریداری از مالک رسمی آقای محمد علی‌پور محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۳/۲۶

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۴/۱۱

۱۴/۷۴۷ / م الف

منصور کشوری

رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان لامرد

سبوحان

روزنامی صبح ایران

صاحب امتیاز: مؤسسه فرهنگی هنری دبای اندیشه سبحان
مدیر مسئول: سید ابوالحسن حقایقی
دفتر مرکزی: شیراز - خیابان سی‌متری سینما سعدی
خیابان ذوالنون شرقی - ساختمان تابان - واحد ۱۴
تلفن: ۲۳۴۴۰۰۴۱
سازمان آگهی‌ها: ۲۳۴۴۰۰۴۲
شماره پیامک: ۲۰۰۹۹۰۰۸۵۱۱۵
لیتوگرافی و چاپ: خلیج فارس
www.sobhannews.ir
Email: info@sobhannews.ir

این نامه اخلاقی حرفه‌ای روزنامه سبحان را در وبسایت بخوانید.

ادبیات

به بهانه زادروز «محمدعلی رجایی»

۲۵ خرداد مصادف با زادروز محمدعلی رجایی دومین رئیس‌جمهور ایران پس از انقلاب اسلامی است که عمر ریاست‌جمهوری وی کمتر از یک ماه به طول انجامید و در هشتم شهریور ۱۳۶۰ توسط سازمان تروریستی منافقین به اسم مجاهدین خلق به شهادت رسید. رجایی سال ۱۳۱۲ در شهرستان قزوین دیده به جهان گشود. وی دارای مدرک کارشناسی ارشد آمار و دومین وزیر آموزش و پرورش ایران پس از انقلاب اسلامی بود و در زمان وزارت خود موفق به دولتی کردن تمام مدارس شد. سپس به عنوان نماینده مردم تهران در مجلس شورای اسلامی انتخاب و ۱۸ مرداد ۵۸ با درخواست مجلس شورای اسلامی به عنوان اولین نخست‌وزیر جمهوری اسلامی ایران به مجلس معرفی و با رأی قاطع به نخست‌وزیری انتخاب شد. مردم‌گرایی در سیره شهید رجایی به شکل‌های گوناگون ظهور داشت که مصداقی از آن، نحوه سامان دادن به دفتر کارش بود و همچنین افرادی که در این نهاد خدمت می‌کردند. او همیشه در دسترس مسئولان و مردم بود و همین موضوع بر محبوبیتش می‌افزود. سال‌ها گذشت تا مردی دیگر در قامت رئیس‌جمهور همچون رجایی به مردماری پرکاری و حشر و نشر با مردم معروف شود.

آیتا... رئیس‌ی بعد از رجایی دومین رئیس‌جمهور ایران بود که در مسیر خدمت به فیض شهادت رسید. رئیس‌ی و رجایی دو رئیس‌جمهوری بودند که از بسیاری جهات نظیر ساده‌زیستی، مردمی، انقلابی و جهادی، مخلص و ولایت‌مدار و طرفدار محرومان در مسیر خدمت خستگی‌ناپذیر با هم شباهت داشتند. رئیس‌ی با نهاد خدمت به مردم و حامی محرومان نامش در تارک مدیریت جهادی و انقلابی کشور خوش درخشید؛ او که به تعبیر رهبر معظم انقلاب «خستگی نمی‌شناخت»، «سید محرومان» و «هنرزم ملت» بود و اکنون «شهید خدمت» و «شهید جمهور» است.

جنگ تحمیلی عراق علیه جمهوری اسلامی ایران همزمان با نخستین هفته شروع به کار دولت شهید رجایی به صورت رسمی و همه‌جانبه آغاز شد. دولت شرایط دوران گذار و مسائل گوناگون ناشی از آن را سپری می‌کرد و به لحاظ داخلی و سیاست خارجی تمهیداتی برای مواجهه با چنان جنگ گسترده‌ای تدارک ندیده بود. به هر حال، وظایف و حوزه تصمیم‌گیری و عملکرد دولتی رجایی در ارتباط با جنگ بیشتر متوجه تدارکات و پشتیبانی، اقدامات ستادی، بودجه نظامی، تأمین اعتبارات و هزینه‌ها، مقابله و رفع عوارض و پیامدهای منفی جنگ مثل بیکاری، اسکان آوارگان و مهاجران و رسیدگی به مشکلات و مسائل گوناگون آن‌ها، جمع‌آوری و ارسال کمک‌های مردمی به جبهه‌های جنگ، مسائل مربوط به بازسازی و نوسازی مناطق جنگ‌کرده، سیاست خارجی و امور مشابه مرتبط بود.

آیتا... رئیس‌ی هم وقتی سکان دولت سیزدهم را در دست گرفت که تورم و بیکاری به شکل وسیعی جامعه را در بر گرفته بود. او سعی کرد با کار شبانه روزی به صورت جهادی موانع پیش رو را از میان بردارد و نرخ تورم و بیکاری را کاهش دهد.

وقتی آیتا... رئیس‌ی به با حکم رهبر معظم انقلاب به عنوان تولیت آستان قدس رضوی منصوب شد با رویکردی که به محرومان و حاشیه‌نشینان داشت مردم به او لقب سید محرومان را دادند. او در طول دوران خدمت خود سعی می‌کرد در میان مردم حاضر شود و از نزدیک به درد‌های آنها گوش دهد و قدمی برای رفع مشکلات مردم بردارد.

رهبر معظم انقلاب اسلامی به خاطر سبک زندگی که آیتا... رئیس‌ی داشت، درباره او فرمود: ساده‌زیستی و کاهش تشریفات در سلوک شخصی و حکومتی دولت به خصوص شخص آقای رئیس‌جمهور برای من چشم‌گیر است. انقلابی و مردمی بودن از ویژگی‌های دولت آیتا... رئیس‌ی بود. حضور میدانی شخص رئیس‌جمهور و کابینه وی در صحنه‌های مهم و بحرانی کشور حائز اهمیت و همواره مورد اشاره رهبر معظم انقلاب بود.

حضرت آیتا... خامنه‌ای در دوره ریاست‌جمهوری خود درباره شهید رجایی فرمود: آقای رجایی و آقای باهنر این طور نبوده که ریاست در آن‌ها تأثیر کرده باشد. آن‌ها در ریاست تأثیر کرده بودند. یعنی آن‌ها ریاست را آورده بودند زیر چنگ خودشان، ریاست آن‌ها را نبرده بود تحت لوای خودش و این یک درسی است که سوداگران این‌ها یاد بگیرند. من شهید رجایی را به عنوان یکی از اسوه‌های بزرگ تقوا، اخلاص و ایمان می‌شناسم.

تنها وجه تمایز این دو دولتمرد انقلابی شاید در مدت خدمت در کسوت ریاست‌جمهوری یا نحوه شهادتشان است؛ شهید رجایی که کمتر از یک ماه از ریاست‌جمهوری وی می‌گذشت در خانه انفجار در دفتر نخست‌وزیری ترور و به شهادت رسید؛ اما «سید محرومان» پس از افتتاح سد «قیز قلعه‌سی» در مسیر افتتاح پروژه «ارتقای کیفیت پالایشگاه تبریز» در منطقه ووزقان دچار سانحه سقوط بالگرد شد و در شب ولادت هشتمین اختر تابناک امامت و ولایت، به همراه حاجت‌الاسلام سید محمدعلی آل‌هاشم نماینده ولی فقیه و امام‌جمعه تبریز، حسین امیرعبداللهیان وزیر امور خارجه، مالک رحمتی استاندار آذربایجان شرقی، سردار سید مهدی موسوی فرمانده یگان حفاظت ریاست‌جمهوری و تعدادی از خدمه پرواز به درجه رفیع شهادت نائل آمد.



امام رضا (علیه‌السلام):
«مهرورزی با مردم، نیمی از خرد است.»

تحف‌العقول: ص ۴۴۳

فن آوری

نخ دندان برقی ساخته شد



دستگاه جدیدی به نام فلاس ساخته شده است که یک دستگاه نخ‌دندان‌کشی برقی است که در کمتر از ۶۰ ثانیه می‌توان دندان‌ها را با آن نخ دندان کشید. نخ دندان کشیدن روزانه می‌تواند یک کار وقت‌گیر و دشوار باشد. اکنون نخ دندان برقی فلاس برای تغییر آن طراحی شده است؛ زیرا طبق گزارش‌ها به کاربران اجازه می‌دهد نخ دندان کشیدن کامل و آسانی را در کمتر از یک دقیقه داشته باشند. فلاس نیز تقریباً مانند یک مسواک برقی از یک بدنه استوانه‌ای اصلی تشکیل شده است که سرهای یک بار مصرف را می‌پذیرد. هر یک از این سرها به شکل یک

محمدصادق کرمانی، دکترای پزشکی درباره بهترین گوشت برای کاهش وزن نوشت؛ با شناخت بهترین گوشت برای لاغری بدن خود را تقویت کرده و در عین حال روند کاهش وزن خود را سرعت می‌بخشید؛ زیرا گوشت به سبب بالا بودن درصد پروتئین و مواد مغذی دیگر مانند آهن، روی و ویتامین‌ها، بخش زیادی از نیازهای بدن ما را فراهم می‌سازد. پیشنهاد اکید متخصصان تغذیه این است که هر هفته انواع مختلف گوشت‌های مفید و بدون چربی را در وعده‌های غذایی خود استفاده کنید، اما رابطه میان گوشت و کاهش وزن موضوعی است که همواره توسط پژوهشگران مورد بحث و تجزیه و تحلیل بوده است.

پیشنهاد اکید متخصصان تغذیه این است که هر هفته انواع مختلف گوشت‌های مفید و بدون چربی را در وعده‌های غذایی خود استفاده کنید، اما رابطه میان گوشت و کاهش وزن موضوعی است که همواره توسط پژوهشگران مورد بحث و تجزیه و تحلیل بوده است.

آیا گوشت گزینه خوبی برای کاهش وزن است؟

براساس بررسی متخصصان تغذیه در آمریکا، پروتئین موجود در گوشت به حفظ توده عضلانی شما در دوران رژیم غذایی و تسریع فرآیند کاهش وزن بسیار کمک می‌کند. به گفته این محققان، خانواده گوشت‌ها به ویژه گوشت سفید، متابولیسم و سوخت و ساز بدن شما را بالا برده و در مقایسه با کربوهیدرات‌هایی همچون برنج و نان، احساس سیری بیشتری به شما می‌دهند.

به علاوه، محققان توصیه می‌کنند که حتی‌الامکان گوشت را به صورت تازه نه فرآوری شده از فروشگاه‌ها تهیه نمایید. گوشت‌های فرآوری شده حاوی سطح بالایی از سدیم و چربی اشباع شده‌اند که باعث بالا رفتن فشار خون، کلسترول و مشکلات قلبی عروقی در طولانی مدت خواهند شد. از این رو، بهتر است مصرف گوشت‌های فرآوری را به حداقل ممکن برسانید.

بهترین گوشت برای لاغری و کاهش وزن

گوشت‌های بدون چربی گزینه بسیار مناسبی برای وعده‌های غذایی شما خواهند بود. علاوه بر این، متخصصان تغذیه توصیه می‌کنند که چربی و پوست اضافی گوشت‌ها را در زمان پاک کردن آن‌ها ببرد و از روش‌های پخت سالم برای درست کردن آن‌ها بهره بگیرد. در این قسمت فهرستی از انواع بهترین گوشت برای سلامتی و کاهش وزن را برای شما آورده ایم:

سینه مرغ بدون چربی و پوست

بهترین گوشت برای لاغری و کاهش وزن سینه مرغ بدون چربی است که علاوه بر جلوگیری از تحلیل رفتن عضلات شما در دوران رژیم غذایی، احساس سیری بسیار بالایی به شما می‌دهد.

مرغ برای افرادی که در تلاش هستند تا کالری و چربی کمتری مصرف کنند، گزینه بسیار مناسبی است. اما جالب است بدانید که مرغ همان مقدار پروتئین گوشت‌های دیگر را دارا می‌باشد.

به علاوه، مرغ نیز منبع قابل توجهی از ژلاتین را در خود جای داده است که در کاهش وزن، کنترل قند خون، استحکام استخوان‌ها و... نقش مهمی ایفا می‌کند.

ماهی سالمون

ماهی سالمون منبع عالی پروتئین و امگا ۳ است که علاوه بر حفظ سلامت مغز و چشم، در فرآیند کاهش وزن بسیار مفید عمل کرده و التهابات شما

حدیث روز

امام رضا (علیه‌السلام):
«مهرورزی با مردم، نیمی از خرد است.»

تحف‌العقول: ص ۴۴۳

فن آوری

نخ دندان برقی ساخته شد

زائده پلاستیکی Y شکل، با یک رشته کوتاه از نخ تفلون تک رشته‌ای هستند که بین دو بازوی سر Y شکل آن قرار گرفته‌اند. با این دستگاه همانطور که کاربر نسخ دندان را بین دندان‌های خود فشار می‌دهد، بدون اینکه انگشتان خود را در دهان خود کند، سر فلاس به سرعت و با سرعت حداکثر ۳۰۰ لرزش در ثانیه از این طرف به طرف دیگر دندان حرکت می‌کند. ادعا می‌شود که این عمل به سرعت مواد غذایی به دام افتاده بین دندان‌ها را از بین می‌برد و در عین حال لکه‌ها را نیز ماساژ می‌دهد. به گفته شرکت سازنده یک شارژ ۳.۵ ساعته باتری لیتیوم یونی این دستگاه برای دو ماه استفاده روزانه مناسب است.

طراحان فلاس می‌گویند سرهای آن در مقایسه با نخ دندان‌های سنتی ۹۵ درصد کارآمدتر است، به علاوه ۳۰ درصد پلاستیک کمتری نسبت به نخ‌های یک‌بارمصرف دارد.

جعبه این دستگاه شامل یک نخ دندان برقی فلاس و یک بسته حاوی ۴۵ سر است که با قیمت ۷۹ دلار قابل سفارش است.

تغذیه

بهترین گوشت برای لاغری کدام است؟

را در این دوران کاهش می‌دهد. همچنین، ماهی سالمون در پیشگیری از بیماری‌های قلب و عروق و آلزایمر نیز نقش مهمی ایفا می‌کند.

• **بوقلمون**
بوقلمون یک جایگزین بسیار مناسب برای گوشت چرخ کرده در دوران رژیم غذایی است. این گوشت خوشمزه منبع غنی پروتئین و در عین حال بدون چربی است که سوخت و ساز و متابولیسم شما را در این دوران بالا می‌برد. محبوب‌ترین غذایی که می‌توانید با بوقلمون درست کنید، بوقلمون کبابی یا بریان شده است که دارای طعم فوق‌العاده دلچسبی می‌باشد. البته اگر می‌خواهید این غذا را به صورت رژیمی تهیه کنید، کافیسیت میزان کره یا روغن آن را کمتر کنید.

• **قراول یا بلدرچین**
گوشت بلدرچین یا قراول، کالری پایین و سطح پروتئین بسیار بالایی دارد. این نوع گوشت نیز در دوران رژیم غذایی، یک انتخاب سالم برای کاهش وزن شما خواهد بود. در حال حاوی انواع ویتامین‌ها و مواد معدنی است.

• **شترمرغ**
گوشت مرغ یک جایگزین فوق‌العاده مناسب به جای گوشت گاو است که مانند گوشت قراول کالری پایین و پروتئین بالایی دارد. اگر به گوشت قرمز علاقه زیادی دارید، می‌توانید از گوشت شتر مرغ به جای گوشت قرمز استفاده کنید.

• **کم‌پروتئین ترین گوشت**
رژیم‌های غذایی با پروتئین بالا با افزایش خطر برخی بیماری‌ها مانند بیماری کلیوی و پوکی استخوان مرتبط است. انتخاب گوشت‌های کم پروتئین می‌تواند به کاهش این خطرات کمک کند.

به علاوه اگر در تلاش برای کاهش وزن یا حفظ وزن سالم هستید، انتخاب گوشت‌های کم پروتئین می‌تواند مفید باشد.

برخی از افراد نیز ممکن است شرایط پزشکی یا محدودیت‌های غذایی داشته باشند که آنها را ملزم می‌کند مصرف پروتئین خود را محدود کنند. گوشت‌های کم پروتئین می‌توانند منبع تغذیه با ارزشی برای این افراد باشند. این چند نمونه گوشت، کم‌پروتئین ولی در عین حال مغذی هستند:

• **گوسفند یا بره**
گوشت بره به گوشت

اما در کنار وعده صبحانه، زمان ناهار بهترین زمان استفاده از گوشت در رژیم غذایی است. گنجاندن یک وعده پروتئینی بدون چربی در وعده غذایی علاوه بر بازسازی عضلات، به تسریع فرآیند کاهش وزن کمک می‌کند، چرا که ریزه‌خواری و احساس گرسنگی شما را در طول روز کاهش می‌دهد.

شما را در طول روز کاهش می‌دهد. در مسیر کاهش وزن انتخاب بهترین گوشت برای لاغری می‌تواند سرعت لاغر شدن تان را افزایش دهد. اما براساس تحقیقات متخصصان تغذیه، خوردن گوشت سفید به ویژه مرغ و بوقلمون در مقایسه با گوشت قرمز انتخاب سالم‌تری بوده و به کنترل وزن شما کمک می‌کند.

طرح روز



توهم پولدار شدن یا اتلاف وقت با همستر کامبتا

منبع: تسنیم

عکس خبر



برداشت کندم از مزارع استان گلستان



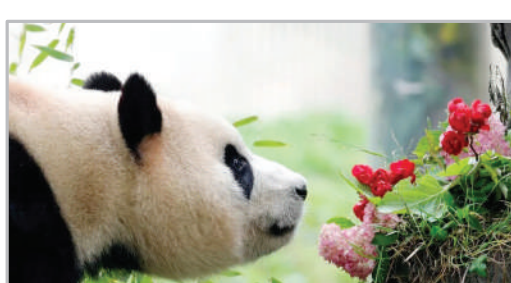
دشت گل‌های بابونه



سکوی حفاری سحر ۲



یک دختر فلسطینی در گرمای هوای غزه داخل ظرف آب نشسته است



یک مرکز نگهداری پاندا - چین

سواد زندگی

بحث سیاسی در خانواده هیچ برنده‌ای ندارد

حدود ۲۰ درصد از ارتباطات ما را تشکیل می‌دهند، به این معنی که اکثریت قریب به اتفاق آنچه مردم از گفته‌های ما می‌فهمند در واقع به دلیل چیزی غیر از آن چه می‌گوییم است.

هنگام گفت‌وگو سیاسی، به نشانه‌های غیر کلامی مثل او را نادیده می‌گیرید. برای شرکت در یک مکالمه معنادار، سعی کنید از تباط چشمی راحت و بیانی دلپذیر داشته باشید. همچنین از خم شدن یا بی‌قراری خودداری کنید، که هر دو نشان دهنده آمادگی شما برای پایان دادن به گفت‌وگو هستند.

• **خروج از مجادله**
معمول است که یک بحث داغ باید پایانی معقول داشته باشد، مثلاً با یک اظهار نظر. در حالی که این ممکن است نسبتاً بی‌ضرر به نظر برسد، اما تمایل دارد دیدگاه طرف مقابل را نادیده بگیرد و احساس ناشناخته‌ای به او بدهد. بهتر است بگویید: تو به من چیزی گفتی که در موردش فکر کنم. بیا در مورد چیز دیگری صحبت کنیم و در فرصتی دیگر به این موضوع بپردازیم.



اگر می‌خواهید در مورد عقاید خود بحث کنید، سعی کنید باورهای اعضای خانواده خود را نیز درک کنید. ورود به مکالمه از موضع فروتنی و ذهنی باز به شما شانس بیشتری برای بحث سازنده در مورد مسائل می‌دهد.

• **با ظرافت از مکالمه خارج شوید**
اگر متوجه شدید که حجم صدایتان در حال افزایش است و لحنان بحث برانگیز شده است، چند نفس عمیق بکشید یا با ظرافت از مکالمه خارج شوید.

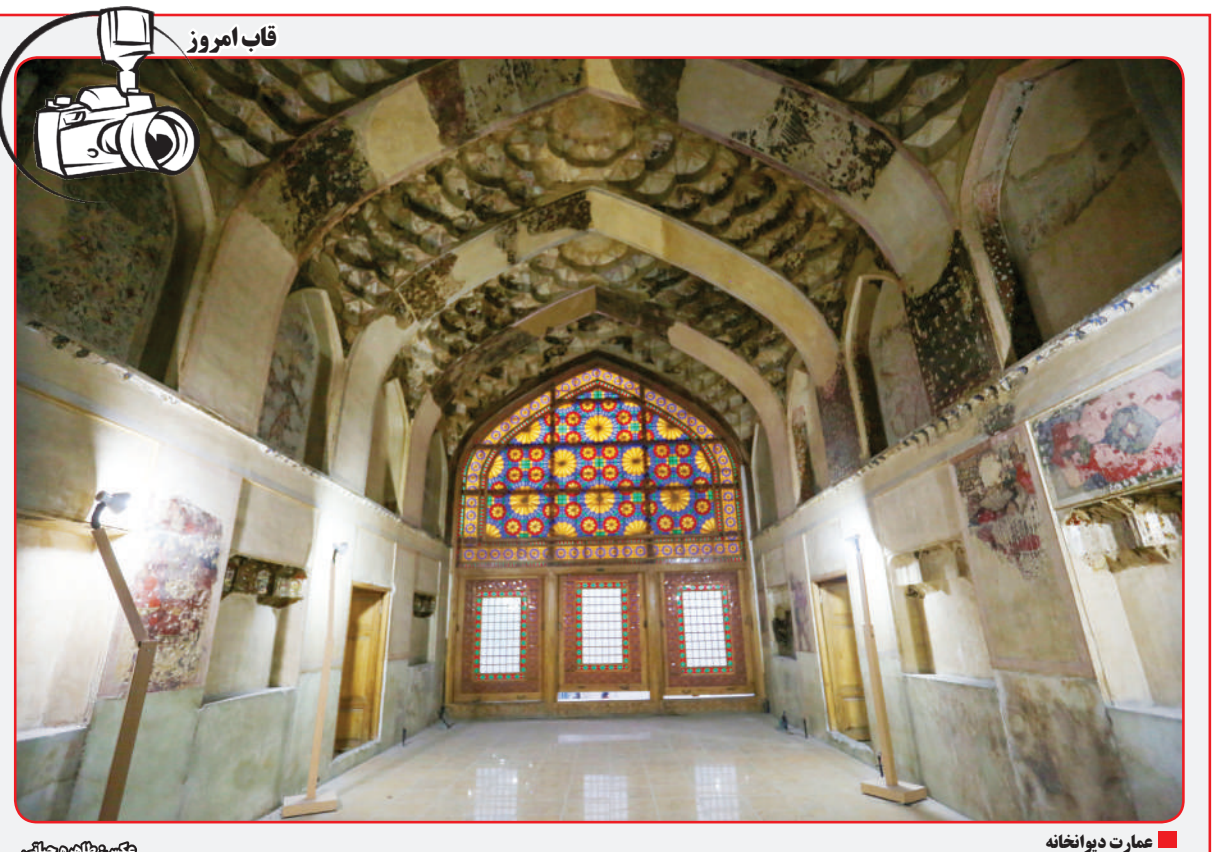
• **از زبان بدن خود آگاه باشید**
رفتار غیر کلامی بسیاری از پویایی‌های نهفته در تعاملات اجتماعی چهره به چهره را بیان می‌کند، و به طور ضمنی نگرش‌ها، احساسات و انگیزه‌های اجتماعی فرد را آشکار می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهد که کلماتی که ما به زبان می‌آوریم تنها

در حالی که تنها سه هفته تا انتخابات ریاست‌جمهوری باقی مانده است، تنش‌های سیاسی و تفرقه در بالاترین حد خود قرار دارد. بخشی از فصل انتخاباتی که می‌تواند استرس‌زا باشد، یافتن راه‌هایی برای مدیریت تفاوت در دیدگاه‌های سیاسی با اعضای خانواده است. اختلاف عقاید به راحتی می‌تواند باعث خصومت و اضطراب شود و این برای سلامت روانی اعضا خانواده و حفظ سلامت روابطی فی ما بین اعضا خوب نیست.

چگونه در خانواده گفت‌وگو سیاسی کنیم؟

از میان همه موضوعاتی که خانواده‌ها در مورد آنها بحث می‌کنند، سیاست می‌تواند یکی از قطبی‌ترین موضوعات باشد. این موضوع می‌تواند صلح‌آمیزترین گفت‌وگوئی شام را در چند لحظه به یک مشاجره داغ تبدیل کند. حال باید دید با چه استراتژی‌ای با اعضا خانواده گفت‌وگو کنیم تا گفت‌وگویی مدنی و سازنده داشته باشیم.

• **درک باورهای دیگران**
در حالی که با یکی از اعضا خانواده خود بحث سیاسی می‌کنید، مهم است به یاد داشته باشید که او برای اعتقادات خود دلیل موجه دارد. پس بهتر است، کنجکاو شوید که او چرا این گونه فکر می‌کند. علاوه بر این، گوش دادن به نظرات او ممکن است دیدگاهی را به شما معرفی کند که قبلاً به آن توجه نکرده بودید. سعی کنید تفاوت را به حالت تعلیق درآورید و در عوض با ذهنیت کنجکاو به عقاید او گوش دهید و



عکس: علی محمدی

عمارت دیوانخانه