

ذخیر سازی ۲۰ میلیون لیتر سوخت برای مواقع بحرانی در استان فراهم شد

با پل و پنج سال سابقه انتشار

نقش قلم
روزنامهیکشنبه ۱۲ مرداد ۱۴۰۴ ، ۰۹ صفر ، ۰۳ آگوست ۲۰۲۵ ،
سال چهل و پنجم - شماره ۷۳۳۱ ، ۸ صفحه - ۵۰۰۰ تومان

تحول در نظام آموزشی مازندران با اجرای طرح ملی ایران دیجیتال

سایه سنگین کولرهای بی صدا؛
وقتی مصرف برق، آرامش روستاها را می بلعدانتقال خون
مازندران با
کمبود نیرو و
تجهیزات روبرو
است

مدیرکل انتقال خون مازندران کمبود امکانات کافی و نیروی انسانی را از مشکلات فراروی این سازمان در استان اعلام کرد. به گزارش نقش قلم عبدالله محمدی در نخستین نشست هم اندیشی مجمع خیرین سلامت انتقال خون در شهرستان بابل با بیان اینکه اهدای خون اقدامی خداپسندانه بوده و نجات بخش جان انسان هاست، اظهار کرد: لازم است از ظرفیت فضای مجازی و تشکیل پوشش های مردمی برای دعوت از جامعه به منظور اهدای خون استفاده شود.

محمدی ضمن قدردانی از خیرین این حوزه اذعان داشت: امروزه در بسیاری از کشورها، تقاضا از عرضه پیشی گرفته است و خدمات خونی در سراسر جهان با چالش دله ره آور دسترسی به ذخایر کافی فرآورده های خونی و همچنین تضمین کیفیت و ایمنی این فرآورده ها در جامعه مواجهه و با تهدیدات شناخته شده و در حال ظهور برای سلامت عمومی مواجهه است.

در صفحه ۸

جناب آقای دکتر فرهاد فرزادی
ریاست محترم کمیته حقوقی
ستاد انتخابات کشور

انتصاب شایسته جناب عالی به عنوان رئیس کمیته حقوقی ستاد انتخابات کشور که بیانگر توانمندی، تخصص و سوابق ارزنده تان در حوزه حقوقی و مدیریتی است، مایه مباهات و خرسندی گردید. بی تردید حضور شما در این مسئولیت خطیر، نویدبخش تقویت مبانی حقوقی، صیانت از سلامت فرآیندهای انتخاباتی، و ارتقاء هر چه بیشتر شأن و منزلت حقوق ملت بزرگ ایران در انتخابات پیش رو خواهد بود. ضمن تبریک این موفقیت، توفیقات روزافزون شما را در مسیر خدمت به نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران، از درگاه خداوند متعال مسئلت می نماییم.

روابط عمومی روزنامه نقش قلم

استخدام
نیرو
باسابقه
ومتعهدمعلم کالا
شرکت بازرگانی
moallemkala.ir

شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا جهت تکمیل نیروی انسانی خود از بین افراد واجد شرایط **استخدام** می نماید

- مدیر مالی
- حسابدار
- طراح گرافیک
- طراح رابط کاربری
- خدمات
- حمل و نقل



جهت کسب اطلاعات بیشتر

۰۹۰۱۱۹۰۵۶۹۴

مازندران / ساری

خیابان فرهنگ / فرهنگ ۱۰



پیاده‌روی جاماندگان اربعین در ساری



همایش راهپیمایی جاماندگان اربعین حسینی (حرم تا حرم)؛ عصر روز اربعین در ساری برگزار می‌شود.

پیاده‌روی جاماندگان اربعین در ساری به گزارش نقش قلم دبیر ستاد مردمی پیاده‌روی جاماندگان اربعین مرکز مازندران گفت: همایش راهپیمایی جاماندگان اربعین حسینی (حرم تا حرم)؛ عصر روز اربعین در ساری برگزار می‌شود. محمدباقر شریفی‌فر درباره روند فعالیت‌ها و برنامه‌های ستاد جاماندگان اربعین افزود: رسالت حوزه اربعین، تبیین و جهاد رسانه‌ای است که به عهد حضرت زینب (سلام‌الله‌علیها) پس از عاشورا برگردن ماست.

وی تصریح کرد: حرکت راهپیمایی جاماندگان اربعین از سال ۱۳۹۳ در شهر ساری آغاز شد و از سال ۱۳۹۵ با ورود سازمان تبلیغات و همکاری سپاه و دیگر نهاده‌ها، این حرکت گسترده‌تر شد. دبیر ستاد مردمی پیاده‌روی جاماندگان اربعین مرکز مازندران تصریح کرد: سال‌های ۱۳۹۸ و ۱۳۹۹ به دلیل کرونا برنامه‌ها به صورت خودرویی برگزار شد و از سال ۱۴۰۰ پیاده‌روی مجدد از سر گرفته شد که سال گذشته با حضور بیش از ۴ هزار نفر همراه بود.

این مسؤول با اشاره به اینکه ستاد مردمی اربعین می‌کوشد این حرکت را کاملاً مردمی و بدون وابستگی به کمک‌های دولتی پیش ببرد و افزود: همه هزینه‌ها توسط هیئت‌ها و مردم تأمین می‌شود. شریفی‌فر به اهمیت نقش رسانه‌ها و اصحاب رسانه در تبیین و گسترش فرهنگ مقاومت و پیاده‌روی اربعین اشاره کرد و گفت: امسال شعار «انا علی العهد» (من بر عهد خود هستم) به‌عنوان شعار رسمی اربعین ۱۴۰۴ انتخاب شده که بیانگر تعهد همه اقشار مردم زیر پرچم امام حسین (ع) است و باید سپاه امام حسین را به رخ دنیا کشید.

وی درباره برنامه امسال خاطر نشان کرد: مراسم پیاده‌روی جاماندگان اربعین از ساعت ۱۵ روز اربعین از حرم امامزاده عباس (ع) ساری با اجرای برنامه‌های جمع‌خوانی سوره فتح، تعزیه و زیارت اربعین آغاز و به سمت میدان هلال احمر، میدان شهدا، میدان ساعت و به حرم امامزاده یحیی (ع) ختم می‌شود.

دبیر ستاد مردمی پیاده‌روی جاماندگان اربعین مرکز مازندران با دعوت از تمام رسانه‌ها برای پوشش این مراسم، ادامه داد: نیازمند ظرفیت‌سازی در فضای مجازی و تشکیل پوشش‌های مردمی مانند نذر خون، نذر آب و مسابقات عکاسی هستیم تا پیام اربعین فراگیر شود و بتوانیم مردم بیشتری را پای کار بیاوریم.

شریفی‌فر گفت: ثبت‌نام مواکب از طریق اپلیکیشن سازمان تبلیغات انجام می‌شود و برنامه‌ریزی‌ها به گونه‌ای است که هیئت‌های آیینی شهرستان ساری نیز نقش فعال‌تری در برگزاری مراسم داشته باشند.

استاندار مازندران:

ذخیره‌سازی ۲۰ میلیون لیتر سوخت برای مواقع بحرانی در استان فراهم شد



استاندار مازندران با بیان این که، توسعه ظرفیت نیروگاهی و مدیریت بحران انرژی اولویت استان است، گفت: ذخیره‌سازی ۲۰ میلیون لیتر سوخت برای مواقع بحرانی در این خطه شمالی فراهم شد. به گزارش نقش قلم مهدی یونسی رستمی در نشست مشترک با حضور رؤسای اتحادیه‌های صنفی مرکز استان مازندران در ساری از دستاوردهای مهم دولت در حوزه زیرساخت انرژی استان طی هفت ماه گذشته خبر داد و بر لزوم حفظ و تقویت واحدهای تولیدی تأکید کرد.

وی گفت: در این مدت نخستین نیروگاه

پنل‌های خورشیدی به منظور تولید ۷۵ تا ۸۰ مگاوات برق خورشیدی جهت کاهش خاموشی‌ها است. وی اظهار کرد: در سال‌های گذشته، به دلایل ضعف علمی و فقدان برنامه‌ریزی استراتژیک، ظرفیت‌های واقعی استان به‌درستی استفاده نشد. ما با همکاری دانشگاه‌ها، درصدد جبران این عقب‌ماندگی‌ها هستیم.

او افزود: با توجه به کاهش فشار گاز در برخی مناطق از جمله بابل، تمهیداتی برای تقویت ذخایر سوخت اجرا شد. هم‌اکنون استان آمادگی ذخیره‌سازی تا ۲۰ میلیون لیتر سوخت را دارد و برای مواقع بحرانی تا ده روز

ذخیره اضطراری در نظر گرفته شده است. یونسی رستمی با اشاره به تلاش‌های دولت برای جذب سرمایه گفت: در سفر اخیر به تهران بیش از ۲۱۰۰ میلیارد تومان منابع عمرانی برای استان جذب شد. هدف ما پاسخگویی دقیق و عملیاتی به مطالبات مردم و اصناف محترم است.

وی در پایان ضمن قدردانی از همراهی مردم مازندران تصریح کرد: از مردم شریف، به‌ویژه بازاریان استان، بابت سختی‌های اخیر پوزش می‌طلبم و دستان پرتوان آنان را به گرمی می‌فشارم.

تحول در نظام آموزشی مازندران با اجرای طرح ملی "ایران دیجیتال"



وی پروژه مهر را به عنوان محور اصلی در ساختار برنامه‌ریزی آموزش و پرورش معرفی کرد و افزود: با وجود چالش‌های اقتصادی، مازندران توانسته برنامه‌ریزی‌های موثری در راستای این پروژه داشته باشد.

معاون استاندار همچنین بر لزوم پرداخت عوارض شهرداری‌ها به آموزش و پرورش تأکید کرد و گفت: این یک قانون است و شهرداری‌ها موظف به پرداخت سهم خود هستند، این منابع نقش کلیدی در تأمین بودجه برنامه‌های آموزشی ایفا می‌کنند.

حسینی‌جو همچنین بر ضرورت برگزاری مؤثر جلسات شورای آموزش و پرورش با محوریت مناسب و ایجاد تحول در نظام آموزشی اشاره کرد و افزود: جلسات این شورا باید در دستور کار اولویت‌دار فرمانداران قرار گیرد.

وی در خصوص مدارس غیردولتی نیز

سرپرست معاونت سیاسی امنیتی استاندار مازندران گفت: پروژه مهر محور اصلی در ساختار برنامه‌ریزی آموزشی است و تحول در نظام آموزشی را خواستاریم. به گزارش نهضت شمال سید امیر حسینی‌جو، سرپرست معاونت سیاسی امنیت اجتماعی استانداری مازندران، در چهارمین جلسه شورای آموزش و پرورش استان با اشاره به اهمیت بالای این حوزه، خواستار برنامه‌ریزی دقیق و تعریف اهداف مشخص برای رفع دغدغه‌های موجود در نظام آموزشی شد.

حسینی‌جو با توجه به تحولات روزافزون فناوری و تکنولوژی، طرح ملی "ایران دیجیتال" را فرصتی طلایی برای تحول در نظام آموزشی دانست و از تمامی مدیران خواست تا با جدیت در اجرای این طرح اقدام کنند.

تصریح کرد: باید به کیفیت و کمیت آموزش این مدارس توجه بیشتری شود.

در بخش دیگری از جلسه، با توجه به فصل تابستان و برگزاری اردوهای دانش‌آموزی، حسینی‌جو بر ضرورت هماهنگی این اردوها با جمعیت هلال احمر تأکید کرد و آن را گام مهمی در

جهت ارتقای امنیت دانش‌آموزان دانست.

معاون استاندار در پایان بر اهمیت ارتقای سطح کیفی نظام آموزشی و هم‌زمان با آن ساخت و توسعه فضاهای آموزشی تأکید کرد و خواستار همکاری تمامی دستگاه‌ها در این زمینه شد.

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

برابر رای شماره ۰۳۰۰۶۸۳۲/۰۳۱۸۰۰۳۰۴۶۰۱۴۰۴/۲۷/۱۴۰۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی فومن تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی خانم الهام رفاهی پشتیری فرزند محمد در شش‌دانگ یک قطعه زمین محصور شده با بنای احداثی به مساحت ۳۴۸ متر مربع به شماره پلاک ۴۴۶۵ فرعی مفروز و مجزی شده از پلاک شماره ۳۴۸ فرعی از سنگ اصلی ۶۹ واقع در گربه کوچه بخش ۲۴ گیلان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود و در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول گواهی اقامه دعوی طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

تاریخ انتشار دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۲۶

۵۸۱۵ الف - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان فومن - سید مجتبی قیوم زاده

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

برابر رای شماره ۰۳۰۰۷۲۸۹/۰۳۱۸۰۰۳۰۴۶۰۱۴۰۴/۴/۳-۱۴۰۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی فومن تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی آقای محمد صادق باخو فرزند عبداله در شش‌دانگ یک باب خانه و محوطه به مساحت ۲۵/۱۰ متر مربع به شماره پلاک ۷۸۴ فرعی مفروز و مجزی شده از پلاک شماره ۱۷۰ فرعی از سنگ اصلی ۴۰ واقع در گیگاسر بخش ۲۴ گیلان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود و در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول گواهی اقامه دعوی طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

تاریخ انتشار دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۲۶

۵۸۰۲ الف - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان فومن - سید مجتبی قیوم زاده

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

برابر رای شماره ۰۳۰۰۷۲۹۱/۰۳۱۸۰۰۳۰۴۶۰۱۴۰۴/۴/۳-۱۴۰۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی فومن تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی آقای غلامرضا بابانی و پسرودی فرزند نعنین اله در شش‌دانگ یک قطعه زمین کشاورزی نهال مرکبات به مساحت ۲۷/۰۴ متر مربع به شماره پلاک ۵۴۵ فرعی مفروز و مجزی شده از پلاک شماره ۱ فرعی از سنگ اصلی ۴۶ واقع در کهنه گوراب بخش ۲۴ گیلان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود و در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت ۲ ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول گواهی اقامه دعوی طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول: ۱۴۰۴/۰۴/۲۹

تاریخ انتشار دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

۴۴۴ الف - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان فومن - سید مجتبی قیوم زاده

یادشدها



فرج الله حامدی

من پسر فاطمه زهرا م
مادر شهید «فرج الله حامدی» می‌گوید: داشتیم نهار می‌خوردیم، فرج بهو گفت: مامان میدونی من پسر فاطمه زهرا م، بهش گفتم فرج لوس نشو، نهار تو بخور چند وقتی از اون روز گذشت و جنگ شد و پسر رفت جبهه و شهید شد و وقتی آوردنش سرش قطع شده بود. خیلی بی تاب می‌کردم.

، نوید شهید «فرج الله حامدی» بیست و پنجم تیر ماه ۱۳۴۵، در شهرستان قائم شهر به دنیا آمد. پدرش رحمت و مادرش شوکت نام داشت. در تاریخ چهاردهم تیر ماه ۱۳۶۸، در پیرانشهر بر اثر اصابت تیر مستقیم به شکم و پا و پهلوی به شهادت رسید. مزار او گلزار سید نظام الدین به خاک سپرده شد.

خاطره‌ای از مادر شهید «فرج الله حامدی»:

مادر شهید «فرج الله حامدی» می‌گوید: داشتیم نهار می‌خوردیم، فرج بهو گفت: مامان میدونی من پسر فاطمه زهرا م، بهش گفتم فرج لوس نشو، نهار تو بخور... چند وقتی از اون روز گذشت و جنگ شد و پسر رفت جبهه و شهید شد و وقتی آوردنش سرش قطع شده بود. خیلی بی تاب می‌کردم. ۲۰ سال منتظر بودم که فقط یک شب هم شده خوابش و ببینم تا اینکه به شب خواب دیدم تو گلزار شهدا نزدیک مزار شم. از اون دور مشخص بود که خانمی سر مزارش ایستاده با کلی زرمه. صدای فرج اومد که مامان برو جلو پیش خانم فاطمه زهرا. سراسیمه فتم جلو خدمت خانم. بعد از سلام و احوالپرسی، حضرت زهرا گفت: مادر انقدر بی تاب نیکن، پسر تو در راه پسر دای مثل حسینم سر جدا شد، اونم پسر منه؛ بیال به خودت که شدی مادر شهید، ما انتخاب میکنیم که چه کسی بشه مادر شهید، همسر شهید، پدر شهید و.

سایه سنگین کولر های بی صدا؛ وقتی مصرف برق، آرامش روستاها را می بلعد

سمانه اسلامی

در دل مرداد داغ مازندران، جایی که گرما پوست را می‌سوزاند و زمین تشنه است، کولرها خاموش‌اند. نه از سر صرجه جویی، بلکه به اجبار. برق نیست. صدای آرامش بخش کولرها که روزگاری در ظهرهای کش‌دار تابستانی در خانه‌های روستایی می‌پیچید، حالا جایش را به صدای نفس‌های بریده‌ی مردمی داده که در گرما و تاریکی، دست‌وپنجه نرم می‌کنند با خاموشی‌های بی‌پایان. آرامش از خانه‌ها پر کشیده و کولرهای خاموش، نماد درماندگی‌اند.

در بسیاری از نقاط روستایی مازندران، برنامه خاموشی‌ها دیگر کارایی ندارد. برق ممکن است هر لحظه قطع شود، بدون هشدار. کشاورز نمی‌داند

پمپ آب کی روشن خواهد شد. مادری نگران یخچال خانه است که پر از دارو یا شیر بچه است. کسبه، از خرابی اجناس برقی و توقف کارگاه‌های کوچک می‌نالند.



برق، فقط یک جریان فیزیکی نیست؛ نماد امنیت، سلامت، معیشت و کرامت انسانی است. وقتی کولر خاموش است، فقط خنکی هوا از بین نمی‌رود؛ آرامش مردم هم می‌رود. و این، خسارتی است که هیچ جدول آماری، توان اندازه‌گیری‌اش را ندارد

ماه‌های تیر و مرداد، مصرف برق در استان رکورد زده است. بیشترین مصرف مربوط به کولرهای گازی و پمپ‌های آب کشاورزی است. اما مشکل، فقط میزان مصرف نیست، بلکه عدم عدالت در مدیریت مصرف است. درحالی‌که از کشاورزان و مردم عادی خواسته می‌شود مصرف خود را کاهش دهند، نهادهای



در عین حال، ساکنان ویلاهای لوکس در حاشیه شهر یا کنار ساحل، به‌واسطه سیستم‌های برق اضطراری، ژنراتورهای خصوصی یا حتی خط برق اختصاصی، کمتر طعم خاموشی را می‌چشند. این نابرابری، زخم کهنه‌ای است بر دل مردم بومی که سال‌هاست با منابع طبیعی استان زیسته‌اند، بی‌آن‌که سهمی از مدیریت آن داشته باشند.

روستاهایی در تاریکی؛ روایت رنج، از قائم‌شهر تا نکا

در روستای "ثرم‌سرا" از توابع قائم‌شهر، پیرمردی با دست به کولر خاموش گوشه خانه‌اش اشاره می‌کند و می‌گوید: خریدیم با هزار بدبختی. حالا باید فقط نگاهش کنیم. برق که نیست. شب‌ها با پارچه خیس بچه‌ها رو خنک می‌کنیم.»

در شرق مازندران، در روستاهای حاشیه نکا و بهشهر، قطع برق نه فقط آسایش، بلکه امنیت غذایی را هم تهدید کرده است. دامداری‌های کوچک و لبنیاتی‌های روستایی، به دلیل قطع برق، قادر به نگهداری شیر تازه و محصولات لبنی نیستند. شیر فاسد می‌شود، درآمد می‌سوزد.

یک دامدار جوان در روستای "زرگمحل" می‌گوید: ما پمپ برق و یخچال صنعتی داریم، ولی بدون برق، همه چی می‌پوسه. سه روزه داریم شیرها رو می‌ریزیم دور.»

بر اساس آمار شرکت توزیع برق مازندران، در

دولتی، ادارات، بانک‌ها و مراکز تجاری همچنان با کولرهای روشن در ساعات اوج مصرف، بی‌اعتنا به هشدارها، انرژی می‌بلعند.

کارشناسان انرژی می‌گویند کاهش مصرف تنها زمانی ممکن است که مردم احساس عدالت کنند؛ یعنی مصرف برق کنترل‌شده، به‌طور یکسان و با اطلاع قبلی، برای همه اجرا شود، نه فقط برای روستاها، صنایع تبدیلی، سردخانه‌ها، و واحدهای فرآوری کشاورزی در مازندران با بی‌برقی دست‌وپنجه نرم می‌کنند. بسیاری از آن‌ها یا برنامه کاری را کاهش داده‌اند، یا با هزینه‌های سنگین ژنراتورهای دیزلی روزگار می‌گذرانند.

یک مدیر سردخانه در جویبار به خبرنگار ما می‌گوید: قطعی برق یعنی مرگ محصول. برق رفت، سیستم برودتی خوابید، همه بار از بین می‌ره. این یعنی خسارت چند ده میلیونی در یک شب.

سؤال اصلی این است: چرا در استانی که قطب تولید مواد غذایی کشور است، پایداری برق برای صنایع آن تضمین نشده است؟ این ناپایداری، مستقیماً به زنجیره تأمین غذا در کشور آسیب می‌زند. راه‌حل‌ها روی میزند؛ از جمله انرژی خورشیدی. اما اجرای آن‌ها نیاز به سیاست‌گذاری جدی، مشوق‌های مالی و آموزش عمومی دارد. بسیاری از دامداران و کشاورزان آمادگی دارند از پنل‌های

استاندار مازندران اخیراً اعلام کرده است: «با توسعه زیرساخت و مشارکت عمومی، قطعی برق را تا سال آینده مهار خواهیم کرد.» همچنین مدیران حوزه انرژی می‌گویند سرمایه‌گذاری روی نیروگاه‌های کوچک مقیاس، طرح‌های پاسخ‌گویی بار، و برق‌رسانی خورشیدی در دستور کار است.

اما مردم معتقدند این وعده‌ها اگرچه امیدوارکننده‌اند، اما زمان می‌برند. در حال حاضر، آن‌چه مردم می‌خواهند، جدول دقیق خاموشی، برنامه‌ریزی منظم، و اولویت دادن به مصرف خانگی و بخش کشاورزی است.

خاموشی‌های مازندران، نه فقط نشانه کمبود برق، بلکه آینه‌ای از بحران مدیریت است. از توزیع ناعادلانه گرفته تا اجرا نشدن طرح‌های انرژی‌های تجدیدپذیر، همه و همه دلیلی بر آن‌اند که سیاست‌گذاران باید بازنگری کنند.

برق، فقط یک جریان فیزیکی نیست؛ نماد امنیت، سلامت، معیشت و کرامت انسانی است. وقتی کولر خاموش است، فقط خنکی هوا از بین نمی‌رود؛ آرامش مردم هم می‌رود. و این، خسارتی است که هیچ جدول آماری، توان اندازه‌گیری‌اش را ندارد

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود اختصاصی شش‌دانگ یک قطعه زمین با کاربری مسکونی و باغ مشتمل بر یک‌باب خانه محوطه به مساحت ۳۴۷/۰۴ متر مربع به شماره فرعی ۴۹۶ مفروز از پلاک ۴ واقع در قریه دیناچال سنگ اصلی ۱۹ بخش ۲۷ گیلان مالکیت معصومه جان احمد نژاد نقده انتقالی از نسق دوتیا مالی نور شادی ، آگهی تحدید حدود اختصاصی بنام معصومه جان احمد نژاد نقده منتشر و به اطلاع کلیه مجاورین و صاحبان حقوق ارتفاقی میرساند که تحدید حدود پلاک موصوف از مورخه ۱۴۰۴/۰۶/۱۱ راس ساعت ۱۱ صبح در محل شروع و به عمل خواهد آمد چنانچه هر یک از مجاورین ملک مرقوم به حدودو حقوق ارتفاقی ملک مرقوم واخواهی داشته باشند میتوانند از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدیدی طرف مدت سی روز اعتراض خود را کتبا به این اداره ثبت اسناد و املاک رضوانشهر تسلیم و رسید اخذ نمایند و برابر ماده ۸۶ آئین نامه اصلاح قانون ثبت معترض باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به این اداره دادخواست به دادگاه محل تقدیم دارد در غیر اینصورت پس از گذشت مدت مزبور و ارائه گواهی عدم تقدیم دادخواست به وسیله متقاضی یا نماینده قانونی او این اداره بدون توجه به اعتراض عملیات ثبتی را ادامه خواهد داد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

۰۱۳۷۳۰ ر م الف – رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - گیانوش کیانی نژاد

آگهی تحدید حدود اختصاصی

در خصوص تقاضای ثبت آقای مهدی فتحی فرزند رمضان نسبت به شش‌دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر خانه و محوطه به مساحت ۷۰۱/۰۱ متر مربع به شماره پلاک ثبتی ۲۷۶ فرعی مفروز و مجری شده از پلاک ۹ فرعی از سنگ اصلی ۹۷ واقع در خانواده بخش ۲۴ گیلان موضوع رای شماره ۱۵۱۲۳۶-۳۰۱۰۳۶۰۳۱۸۰۰۴-۱۴۰۳/۱۰/۰۴ هیات اتون تعیین و تکلیف ثبت فومن مستقر در اسناد فومن، نظر به اینکه پلاک اولیه وارد سابقه تحدید میبایشد به رعایت تبصره ذیل ماده ۱۳ قانون تعیین تکلیف اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی حسب درخواست شماره ۱۱۵/۱۴۰۴/۴۸۲۸ ۱۱۵/۱۴۰۴/۰۵/۰۴ متقاضی تحدید حدود اختصاصی پلاک مذکور راس ساعت ۹ صبح روز دوشنبه ۱۴۰۴/۶/۳ از محل شروع به عمل خواهد آمد. لذا بدینوسیله به اطلاع کلیه مالکین و مجاورین و صاحبان حقوق ارتفاقی میرساند که در وقت مقرر در محل حاضر چنانچه است به حدود و حقوق ارتفاقی پلاک فوق واخواهی داشته باشند برابر ماده ۲۰ قانون ثبت میتوانند از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدیدی ظرف مدت ۳۰ روز اعتراض خود کتبا به اداره تسلیم و رسید احد نمایند در اینصورت وفق ماده ۸۶ اصلاح موادی از آئین نامه قانون ثبت معترض باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست مقتضی به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را تسلیم اداره ثبت نمایند این صورت اداره ثبت بدون توجه به اعتراض عملیات ثبتی را با رعایت مقررات ادامه دهد. بدیهی است عدم حضور مجاورین مانع عملیات تحدید حدود نخواهد بود

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۵/۱۲

۵۰۸ ر م الف – رئیس ثبت اسناد و املاک شهر ستان فومن – سید مجتبی قیوم زاده

آگهی تحدید حدود اختصاصی

در خصوص تقاضای ثبت آقای بهروز پسندیده بوئینی فرزند رجبعلی نسبت به شش‌دانگ یک باب خانه و محوطه به مساحت ۱۱۵۲/۱۴ متر مربع به شماره پلاک ثبتی ۳۴۹ فرعی مفروز و مجری شده از پلاک ۷۲ فرعی از سنگ اصلی ۴ واقع در شولم بخش ۲۴ گیلان موضوع برای شماره ۱۵۱۵-۳۰۱۰۳۶۰۳۱۸۰۰۴-۱۴۰۴/۰۲/۰۱ هیات قانون تعیین و تکلیف ثبت فومن مستقر در ثبت اسناد فومن، نظر به اینکه پلاک اولیه فاقد سابقه تحدید میبایشد به رعایت تبصره ذیل ماده ۱۳ قانون تکلیف اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی حسب درخواست شماره ۱۱۵/۱۴۰۴/۴۲۰۹ ۱۱۵/۱۴۰۴/۲۲-۱۴۰۴/۰۴/۲۲ متقاضی تحدید حدود اختصاصی پلاک مذکور راس ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه ۱۴۰۴/۶/۱۲ از محل شروع به عمل خواهد آمد. لذا بدینوسیله به اطلاع کلیه مالکین و مجاورین و صاحبان حقوق ارتفاقی میرساند که در وقت مقرر در محل حاضر چنانچه است به حدود و حقوق ارتفاقی پلاک فوق واخواهی داشته باشند برابر ماده ۲۰ قانون ثبت میتوانند از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدیدی طرف مدت ۳۰ روز اعتراض خود کتبا به اداره تسلیم و رسید احد نمایند در اینصورت وفق ماده ۸۶ اصلاح موادی از آئین نامه قانون ثبت معترض باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست مقتضی به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را تسلیم اداره ثبت نمایند این صورت اداره ثبت بدون توجه به اعتراض عملیات ثبتی را با رعایت مقررات ادامه دهد. بدیهی است عدم حضور مجاورین مانع عملیات تحدید حدود نخواهد بود

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۵/۱۲

۵۰۴ ر م الف – رئیس ثبت اسناد و املاک شهر ستان فومن – سید مجتبی قیوم زاده

سرمایه‌گذاری ۱۰۰ میلیارد تومانی در حوزه آموزش های مهارتی گلستان

کریلو اظهار کرد: در این پروژه‌ها، در کنار دولت، بخش خصوصی و خیرین نیز مشارکت دارند. به‌ویژه، تیم خیرین استان با سرمایه‌گذاری ۴۰ میلیارد تومان، مسئولیت تجهیز مراکز آموزشی در شهرستان‌های محروم را بر عهده گرفته‌اند. وی افزود: در راستای تأمین نیازهای بازار کار، ۱۰ پروژه اقتصادی مهم در قالب سرمایه‌گذاری‌های خصوصی در نظر گرفته شده است که علاوه بر آموزش، به بهره‌برداری از ظرفیت‌های استان و تولید درآمد برای مناطق مختلف کمک خواهد کرد.

وی یادآور شد: هدف نهایی این پروژه‌ها، ارتقای استانداردهای آموزش‌های مهارتی در استان است. با تعیین شاخص‌هایی همچون سرانه فضای آموزشی، هزینه‌های آموزش‌های مهارتی و میزان دسترسی مردم به این فضاها، استان گلستان به‌دنبال ایجاد فضایی مناسب برای رشد و توسعه مهارت‌های جوانان و پاسخ به نیازهای بازار کار است.

وی افزود: این پروژه‌ها، که در ابتدا به‌عنوان تحولی بزرگ در استان در نظر گرفته می‌شدند، اکنون در حال رسیدن به مرحله اجرا و بهره‌برداری هستند و به‌زودی می‌توانند تحولی شگرف در زمینه اشتغال‌زایی و توسعه فناوری در استان ایجاد کنند



تپه به صورت هیئت امنایی، توانسته است قدم‌های مؤثری در تجهیز جوانان و بنگاه‌های اقتصادی به دانش‌های روز بردارد. این اقدام در حالی است که بخش اعظمی از این تجهیزات از کشورهایمانند پاکستان تأمین شده است.

مصنوعی، پردازش داده، انیمیشن و مهندسی، جوانان را برای ورود به بازار کار با توانمندی‌های بالا آماده کند. وی ادامه داد: در این راستا، استان گلستان با ایجاد و تجهیز ۱۱ کارگاه مهارتی در شهرستان مراوه

از بزرگ‌ترین اقدامات در این راستا، راه‌اندازی بزرگ‌ترین مرکز فناوری اطلاعات استان است که در آن ۵۰ میلیارد تومان سرمایه‌گذاری شده است. این مرکز در تلاش است تا از طریق برگزاری دوره‌های آموزشی مهارت‌های نوین، مانند هوش

مدیرکل آموزش فنی و حرفه‌ای گلستان گفت: گلستان باسرمایه‌گذاری بالغ بر ۱۰۰میلیارد تومان بهمنظور تقویت زیرساخت‌های آموزشی و مهارتی پروژه‌های مهمی را آغاز کرده است. به گزارش خبرنگار نقش قلم حمزه کریلو در نشست بررسی چالش‌های حوزه کسب و کار و نقش آموزش‌های مهارتی در رونق تولید، گفت: گلستان با سرمایه‌گذاری بالغ بر ۱۰۰ میلیارد تومان، بهمنظور تقویت زیرساخت‌های آموزشی و مهارتی، پروژه‌های مهمی را در قالب کنسرسیوم مهارت آغاز کرده است. وی افزود: گلستان در راستای توسعه آموزش‌های مهارتی و ترویج فناوری‌های نوین، با سرمایه‌گذاری بالغ بر ۱۰۰ میلیارد تومان در قالب کنسرسیوم مهارت، اقدام به اجرای پروژه‌های بزرگ کرده است. این سرمایه‌گذاری در جهت تربیت نیروی انسانی مورد نیاز بنگاه‌های اقتصادی است.

وی افزود: اداره کل آموزش فنی و حرفه‌ای در بخش‌های دیگر نیز در حال سرمایه گذاری است که در چهار بخش اصلی شامل جذب نیرو، ایجاد زیرساخت‌های آموزشی، تأسیس مراکز فناوری پیشرفته و تأمین تجهیزات مورد نیاز در شهرستان‌های محروم صورت گرفته است.

مدیر کل فنی و حرفه‌ای گلستان گفت: یکی

فعالیت سه پره صیادی گیلان چند منظوره می‌شود

گردشگری دریایی، پرورش ماهیان خاویاری در اراضی ساحلی دریا فعالیت خود را آغاز می کنند. وی تاکید کرد: هم اینک شرایط برای حمایت از تعاونی‌های پره و فعالیت آنها در راستای توسعه اقتصاد دریامحور فراهم است از اینرو پره‌های صیادی علاقمند به فعالیت در این زمینه می‌توانند برای دریافت تسهیلات اقدام کنند.

لقمانی، عمده مشکل تعاونی‌های پره صیادی برای دریافت تسهیلات را نبود سند مالکیت برای تضمین‌های بانکی عنوان کرد و افزود: تعاونی‌های پره درصورتی که بخواهند از جایگاه خود چند منظوره استفاده کنند در صورتی که تضمین های بانکی مورد نیاز را را فراهم نمایند می‌توانند از تسهیلات تبصره ۱۵ بهره‌مند شوند.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی، شرکت تعاونی پرورش ماهیان خاویاری قرق تالش را یکی از نمونه‌های موفق در این زمینه عنوان کرد و افزود: این شرکت با درآمد سالانه بالغ بر ۲ هزار میلیارد ریال ۴۰ درصد از خاویار کشور را تأمین می‌کند؛ پس می‌توان با تعمیم این نمونه موفق به تعاونی‌های پره این رویکرد را در این تعاونی‌ها دنبال کرد. وی اضافه کرد : همچنین می‌توان از ظرفیت ۸۰ هزار نفر عضو کانون بانزستگان تأمین اجتماعی استان برای توسعه گردشگری دریایی بهره گرفت؛ در این راستا با هماهنگی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی، استانداری و بانک‌های عامل؛ تعاونی‌های چند منظوره تولیدی و توزیعی تشکیل داد و مجتمع بزرگ تفریحات دریایی ایجاد کرد.

لقمانی گفت: بانک‌های عامل به ازای هر نفر از اعضای این کانون ۱۰۰ میلیون ریال وام قرض الحسنه پرداخت می‌کنند که این مبلغ طبق تعهد اخذ شده از سوی اعضاء به حساب تعاونی‌ها واریز می‌شود و سرمایه جمیع شده صرف احداث و راه اندازی مجتمع‌های ورزشی و تفریحی و رستوران‌های دریایی خواهد شد.

استان گیلان حدود ۴۶ شرکت تعاونی پره صیادی با بیش از ۴ هزار عضو فعال دارد.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گیلان از برنامه‌ریزی برای استفاده چند منظوره از پره‌های صیادی استان با پرداخت تسهیلات تبصره ۱۵ (تسهیلات تکلیفی و اشتغال) خبر داد و گفت: در این راستا سه پره دارای سند مالکیت به صورت آزمایشی فعالیت چند منظوره‌ای را در حوزه گردشگری و پرورش ماهیان خاویاری در اراضی ساحلی آغاز می‌کنند. علی لقمانی در گفت‌وگو با نقش قلم اظهار کرد: با توجه به روند کاهشی صید از دریا ضرورت بهره‌برداری اقتصادی‌تر از ظرفیت تعاونی‌های پره صیادی مورد تاکید است تا با مشارکت و سرمایه‌گذاری تعاونی‌های پرورش ماهیان خاویاری و تعاونی‌های توسعه و عمران؛ تعاونی‌های پره صیادی بتوانند در زمینه‌های گردشگری و اقتصاد دریامحور هم فعال شوند.

وی اضافه کرد: تعدادی از شرکت‌های تعاونی پره صیادی دارای اسکله، قایق‌های تفریحی و غیره هستند که با پایان فصل صید در حوزه گردشگری هم فعالیت کرده و پاسخگوی معبود مراجعات گردشگران به این شرکتها هستند اما می‌توان از ظرفیت پره‌های صیادی استان برای توسعه فعالیت‌های اقتصادی دریامحور با توجه به ظرفیت‌ها به نحو مطلوبی بهره گرفت.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی تصریح کرد: اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی توسعه فعالیت شرکت‌های تعاونی پره را به طور جدی دنبال می‌کند و بدنبال تعریف و تدوین برنامه‌های بیشتر در حوزه اقتصاد دریامحور است.

وی یکی از برنامه‌های مد نظر را استفاده از ظرفیت این پره‌ها در پرورش ماهیان خاویاری اعلام کرد و افزود: موقعیت قرارگیری این پره‌ها در کنار دریا این امکان را در اختیار آنها قرار می‌دهد که در فصل‌های ممنوعیت صید از دریا(بهار و تابستان) از این ظرفیت برای پرورش ماهیان خاویاری استفاده کرده تا به لحاظ اقتصادی خود را ارتقاء دهند.

لقمانی تاکید کرد: شرکت‌های تعاونی توسعه عمران با انعقاد قرار داد با شرکت‌های تعاونی پره صیادی می‌توانند در حوزه پرورش ماهیان خاویاری سرمایه گذاری کنند.

به گفته وی، جلسات متعددی نیز با شرکت‌های تعاونی پره صیادی، شیلات گیلان، اتحادیه تعاونی‌های پره صیادی و شرکت‌های تعاونی توسعه عمران استان برگزار شد که به موجب آن سه پره صیادی دارای سند مالکیت به صورت آزمایشی در حوزه

نماینده مجلس:

فقر مهارتی، ریشه بحران اشتغال و معیشت گلستان است



عملیاتی نی‌تپه بیش از یک دهه است که به سرانجام نرسیده که باید پروژه‌ها را با جدیت تکمیل و پیش از شروع طرح‌های جدید، خروجی آن‌ها را ارزیابی کنیم. وی بیان کرد: به جای پراکنده‌کاری در ده‌ها پروژه بی نتیجه، باید روی پنج حوزه متمرکز شویم که در این میان صنایع تبدیلی کشاورزی، بهره‌برداری از معادن، تقویت علم و فناوری، مهارت‌آموزی هدفمند و کشاورزی نوین می‌توانند اقتصاد استان را متحول کنند.

نماینده میوندشت: پایبندی به قانون، کلید توسعه مهارت‌آموزی نماینده مردم میوندشت، کلاله، مراوه‌تپه و گالیکش در مجلس شورای اسلامی هم در این همایش گفت: سرمایه‌گذاری گسترده در حوزه مهارت‌آموزی، ضرورتی غیرقابل انکار برای توسعه گلستان است. سیدنجیب حسینی افزود: قوانین موجود در این زمینه قوی و کارآمد هستند و با اجرای دقیق آن‌ها، می‌توان شاهد پیشرفت چشمگیر در مهارت‌آموزی و سایر حوزه‌های توسعه‌ای بود

وی گفت: مشارکت بخش خصوصی در مهارت‌آموزی باید به طور جدی تقویت شود و افزود سازمان فنی و حرفه‌ای کشور باید با حمایت بیشتر از مربیان باتجربه خود که با حداقل حقوق فعالیت می‌کنند، از ظرفیت‌های موجود به بهترین شکل بهره‌برداری کند. نماینده علی‌آبادکتول: بیکاری و فقر، نتیجه کم‌توجهی به مهارت‌آموزی نماینده مردم علی‌آبادکتول در مجلس شورای اسلامی هم گفت: سند آمایش سرزمینی باید مبنای برنامه‌ریزی اشتغال در هر استان قرار

نماینده مردم آزادشهر و رامیان در مجلس شورای اسلامی گفت: گلستان با بحران اشتغال و معیشت دست‌وپنجه نرم می‌کند که ریشه این مشکلات در فقر مهارتی نهفته است به گزارش نقش قلم جمشید قائم‌مقام در همایش وفاق برای سرمایه‌گذاری و ایران در گرگان با حضور احمد میدری وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی اظهار کرد: هماهنگی بین ظرفیت‌های بومی و خروجی‌های دانشگاهی وجود ندارد و ما نتوانسته‌ایم نیازهای مهارتی گلستان را با آموزش‌هایمان هم‌راستا کنیم. وی ادامه داد: نخبگان و استعداد‌های استان به دلیل نبود فرصت‌های شغلی متناسب با تحصیلاتشان چاره‌ای جز مهاجرت ندارند که این مهاجرت‌ها، سرمایه‌های انسانی ارزشمند را از گلستان می‌گیرد و توسعه را کند می‌کند. قائم مقام بیان کرد: کشاورزی، ستون اقتصاد گلستان، هنوز به روش‌های نوین مجهز نشده و این یک عقب‌ماندگی بزرگ است. این نماینده مجلس افزود: پارک علم و فناوری گلستان یکی از بهترین مراکز نوآوری منطقه است اما ارتباط ما با آن ضعیف است که تقویت این ارتباط می‌تواند مهارت‌های جدید را به استان تزریق و اشتغال پایدار ایجاد کند. وی اظهار کرد: یک مدیر خلاق با یک پروژه علمی توانسته ۲۵۰ شغل مستقیم و بیش از ۲ هزار و ۵۰۰ شغل غیرمستقیم ایجاد کند که الگویی برای آینده است.

قائم مقام ادامه داد: آموزش‌های فنی و حرفه‌ای ما با نیازهای روز همخوانی ندارد و مهارت‌های موردنیاز امروز با آنچه یک دهه پیش تدریس می‌شد تفاوت دارد که باید به‌سرعت خودمان را به‌روز کنیم.

نماینده مردم آزادشهر و رامیان در مجلس شورای اسلامی گفت: پروژه مرکز علمی-

آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی حوزه ثبتی شهرستان ساری

برابررای شماره ۱۲۶۷۶/۱۴۵۶۰/۳۱۰۴۶۶۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۲۳ در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی منطقه ۲ ساری تصرفاتمالکانه میلاد علی زاده فرزند محمد به شماره ملی ۲۰۸۰۰۹۳۸۵۱ نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۱۰۲/۵۵ متر مربع قسمتی از پلاک ۳۱ اصلی واقع در قریه قرق بخش ۲ ثبت ساری.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتیکه که اشخاص به صدور سند مالکیت اعتراضی داشته باشندمیتواننداز تاریخ انتشار اولین آگهی بمدت دو ماه اعتراض خود را مرجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور وعدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۱۹۷۵۶۶۰

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۲۷

بهنام سراج پور

مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک منطقه دوساری

سالمندان از مصرف این ویتامین غافل نشوند



این یک تصور غلط رایج است که با افزایش سن به خواب کمتری نیاز دارید؛ سالمندان به اندازه جوانان به خواب نیاز دارند.

به گزارش نقش قلم، این یک تصور غلط رایج است که با افزایش سن به خواب کمتری نیاز دارید. سالمندان به اندازه جوانان به خواب با کیفیت نیاز دارند. متأسفانه، بسیاری از بزرگسالان از اختلالات خواب رنج می برند که گذراندن یک شب خوب را مختش می کند و ممکن است خطر ابتلا به چندین بیماری از جمله آلزایمر را افزایش دهد.

با این حال، آیا می دانستید که ویتامین C می تواند به سالمندان کمک کند تا خواب راحتی داشته باشند؟ رابطه خواب و ویتامین C

بسیاری از افراد با اینکه ویتامین C چگونه برای ایمنی بدنشان مفید است آشنا هستند. چیزی که آنها نمی دانند این است که ویتامین C نقش مهمی در تقویت سلامت خواب دارد. مطالعات نشان داده است که افرادی که غلظت ویتامین C بیشتری دارند نسبت به افرادی که غلظت ویتامین C کمتری در بدن خود دارند، خواب بهتری

کسانی که غلظت مناسب ویتامین C را در بدن خود داشتند، در برابر تأثیرات بی خوابی نیز مقاوم تر بودند. چرا ویتامین C می تواند به خواب بهتر سالمندان کمک کند؟

ویتامین C طول خواب را افزایش می دهد بی خوابی یک اختلال خواب شایع است که حدود نیمی از بزرگسالان بالای ۶۰ سال را تحت تأثیر قرار می دهد. دلایلی که افراد مسن برای خوابیدن مشکل دارند ممکن

است از متغیرهای فیزیولوژیکی تا سبک زندگی متفاوت باشد. تحقیقات نشان داده است افرادی که غلظت ویتامین C در خونشان کاهش یافته است، در شب اختلالات خواب بیشتری را تجربه می کنند که شامل بیدار شدن معمولاً در طول شب و ناتوانی در بازگشت به رختخواب است.

ویتامین C اختلالات حرکتی را برطرف می کند سندرم پای بی قرار (RLS) یک اختلال حرکتی شایع است که بیش از ۲۰ درصد از بزرگسالان بالای ۸۰ سال را تحت تأثیر قرار می دهد. RLS باعث می شود که سالمندان دردی را در پاهای خود تجربه کنند که اغلب به

آن "سوزن سوزن شدن" می گویند. این احساس به آنها میل غیرقابل کنترلی برای حرکت دادن پاهایشان می دهد که می تواند خوابیدن را بسیار سخت کند.

نشان داده شده است که ویتامین C علائم RLS را به حداقل می رساند. از آنجایی که کمبود آهن با خطر بزرگ RLS همراه است، ویتامین C همچنین می تواند به بدن در جذب و ذخیره آهن کمک کند.

ویتامین C آینه انسدادی خواب را بهبود می بخشد یکی دیگر از اختلالات شایع در میان سالمندان، آپنه انسدادی خواب است. آپنه خواب با مسدود کردن راه

آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی حوزه ثبتی قائم شهر

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰/۰۹/۲۰ املاک متقاضیانی که در هیات موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی قائم شهر مورد رسیدگی و تصرفات مالکانه و بلا

معارض آنان محرز و رای لازم صادر گردیده جهت اطلاع عموم به شرح ذیل آگهی می گردد:

املاک متقاضیان واقع در قریه چهارکتی پلاک ۵۹ اصلی بخش ۱۶

۱۳۳۲۵ فرعی بنام آقای احمد دهر ویه سمنانی نسبت به ششدانگ یک باب خانه که ده سیر مشاع از ۲۴۰ سیر ششدانگ عرصه موقوفه میباشد به مساحت ۱۱۰ متر مربع خریداری مع الواسطه از آقای سید علی عظیمی مالک رسمی

لذا به موجب ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آئین نامه مربوطه این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز از طریق این روزنامه محلی / کثیرالانتشار در شهرها منتشر و در روستاها علاوه بر انتشار آگهی رای هیات الصاق تا در صورتیکه اشخاص ذینفع به آرای اعلام شده اعتراض داشته باشند باید از تاریخ انتشار اولین آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسیط اخذ نمایند. معترض باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نماید و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهد که در این صورت اقدامات ثبت موقوف به ارائه حکم قطعی دادگاه است و در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه نکند اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالکیت می نماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست. بدیهی است برابر ماده ۱۳ آئین نامه مذکور در مورد قسمتی از املاکی که قبلاً اظهار نامه ثبتی پذیرفته نشده واحد ثبتی با رای هیات پس از تنظیم اظهار نامه حاوی تحدید حدود مراتب را در اولین آگهی نوبتی و تحدید حدود به صورت همزمان باطالع عموم میرساند و نسبت به املاک در جریان ثبت و فاقد سابقه تحدید حدود واحد ثبتی آگهی تحدید حدود را به صورت اختصاصی منتشر می نماید. م الف ۱۹۶۷۳۰۹ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۴/۲۸ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

مرتضی قاسم پور رئیس اداره اسناد و املاک شهر ستان قائم شهر

آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی حوزه ثبتی شهرستان ساری

برابر رای شماره ۱۲۶۷۲/۰۳۵۶۰۳۱۰۴۶۰۴ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۲۳ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه ۲ ساری تصرفات مالکانه علیرضائشانای فرز ند مهدیقلی به شمار ملی ۲۰۹۰۵۰۹۵۶۲ نسبت به ششدانگ یک قطعه باغچه به مساحت ۱۱۵/۷۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۴ اصلی واقع در قریه ذغالچال بخش ۴ ثبت ساری .

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی بمدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را مرجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور وعدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. م الف ۱۹۷۳۹۳۲ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۲۷

بهنام سراج پور مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملکه منطقه دوساری

آگهی تحدید حدود

حوزه ثبتی رضوانشهر در اجرای بندب ماده ۷ قانون ساماندهی و حمایت از تولید و عرضه مسکن عملیات در حوزه شهری تحدید حدود هر یک از پلاکهای ذیل در وقت مقرر راس ساعت ۹ صبح در محل شروع و به عمل خواهد آمد که بدین وسیله مراتب جهت اطلاع مالکین مشاع ومجاورین و صاحبان حقوق ارتفاقی آگهی و در محل الصاق میگردد

قریه سیاه بلاش سنگ اصلی ۴۸ بخش ۲۷ گیلان

۱- برابر رای شماره ۳۰۸۳ ششدانگ یک قطعه زمین با کاربری مذهبی به مساحت ۷۳۰/۰۲ متر مربع به شماره فرعی ۱۷۱۹ از پلاک ۶ به نام شهرداری رضوانشهر به تاریخ ۱۴۰۴/۰۶/۰۵

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

بدین وسیله مراتب جهت اطلاع مالکین مشاع ومجاورین الصاق میشود چنانچه نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی املاک فوق اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدیدی ظرف مدت ۲۰ روز اعتراض خود را "کتبا با قید نشانی به اداره ثبت اسناد و املاک رضوانشهر تسلیم ورسید اخذ نمایند معترض بایداز تاریخ تسلیم اعتراض تا یک ماه دادخواست لازم را به مراجع ذیصلاح قضایی تسلیم و رسید آن را به اداره ثبت تسلیم و در صورت عدم وصول اعتراض در موعد مقرر یا تحویل گواهی عدم تقدیم دادخواست عملیات ثبتی با رعایت مقررات تعقیب خواهدشد.

۹۱۳۸۶۹ ر م الف- رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر- کیانوش کیانی نژاد

آگهی قانون تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی حوزه ثبتی بندپی

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰/۰۹/۲۰ املاک متقاضیانی که در هیات موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی بندپی مورد رسیدگی و تصرفات مالکانه و بلا معارض آنان محرز و رای لازم صادر گردیده جهت اطلاع عموم به شرح ذیل آگهی می گردد:

املاک متقاضیان در نیراسم پلاک ۱۳۸۹ - اصلی بخش ۹

بنام آقای حسینیعلی مجیدیلی سماکوش نسبت به ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین خشکه زراعی به مساحت ۳۷۳/۷۰ متر مربع خریداری با واسطه از مالک رسمی آقای مرتضی مهدی زاده سماکش و غیره بنام آقای محمدرضا مجیدیلی سماکوش نسبت به ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین خشکه زراعی به مساحت ۳۶۷/۲۰ متر مربع خریداری با واسطه از مالک رسمی آقای مرتضی مهدی زاده سماکوش و غیره

لذا به موجب ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آئین نامه مربوطه این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز از طریق روزنامه محلی و کثیرالانتشار در شهرها منتشر و در روستاها علاوه بر انتشار آگهی در محل الصاق تا در صورتیکه اشخاص ذینفع به آرای اعلام شده اعتراض داشته باشند باید از تاریخ انتشار اولین آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا ۲ ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند معترض باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نماید و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهد که در این صورت اقدامات ثبت موقوف به ارائه حکم قطعی دادگاه است و در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه نکند اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالکیت مینماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست. بدیهی است برابر ماده ۱۳ آئین نامه مذکور در مورد قسمتی از املاکی که قبلاً اظهار نامه ثبتی پذیرفته نشده و یا واحد ثبتی با رای هیات پس از تنظیم اظهار نامه حاوی تحدید حدود، مراتب را در اولین آگهی نوبتی و تحدید حدود به صورت همزمان باطلاع عموم میرساند و نسبت به املاک در جریان ثبت و فاقد سابقه تحدید حدود واحد ثبتی آگهی تحدید حدود را به صورت اختصاصی منتشر می نماید. م الف ۱۹۶۳۶۰۷ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۴/۲۸ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

محمد حبیب زاده گنجی رییس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بندپی

ناجیان غریق در سواحل مازندران



هوش مصنوعی برق همسایه‌ها را می‌دزدد!



مصرف برق مراکز داده هوش مصنوعی، منجر به بالا رفتن میزان برق مصرفی ساکنان مجاور شد.

به گزارش ایسنا، طی گزارشی جدید، مراکز داده هوش مصنوعی منجر به افزایش سرسام‌آور قبوض انرژی ساکنان مجاور خود شده‌اند. تحلیل جدیدی از یکی از بزرگ‌ترین شبکه‌های برق ایالات متحده با نام «PJM» نشان داد که افزایش نرخ انرژی مصرف‌کنندگان مستقیماً به تقاضای عظیم برق این تأسیسات مربوط می‌شود که زیربنای خدماتی مانند «چت جی‌پی‌تی» (ChatGPT) است.

به نقل از فینچرسم، شبکه «PJM» که به ۶۷ میلیون مشتری خدمات می‌دهد، بیش از ۱۰ ایالت در آمریکا را پوشش می‌دهد. برخی از این ایالت‌ها شاهد افزایش بیش از ۲۰ درصدی قبوض انرژی خود در تابستان امسال خواهند بود. قبض معمولی در ایالت فیلادلفیا، حدود ۱۷ دلار افزایش یافته و در اوهایو، ۲۷ دلار افزایش یافته است.

«ایب سیلورمن» (Abe Silverman) پژوهشگر بازارهای انرژی در «دانشگاه جانز هاپکینز» (Johns Hopkins) می‌گوید: ما شاهد رشد قابل توجه برق مصرفی مراکز داده در هر منطقه از کشور هستیم. این امر فشار صعودی عظیمی بر قیمت‌ها، هم برای انتقال و هم برای تولید وارد می‌کند.

یکی از دلایل افزایش سرسام‌آور هزینه‌ها این است که شرکت‌های خدمات شهری که زیرساخت‌های تحویل برق افراد را حفظ می‌کنند، هزینه بیشتری برای ظرفیت یا کل برقی که در اختیار آنها قرار می‌گیرد، می‌پردازند. شرکت‌های خدمات شهری در یک حراج سالانه برای خرید ظرفیت، قیمت پیشنهادی ارائه می‌دهند و در سال گذشته، قیمت‌های این حراج با ۸۳۳ درصد افزایش چشمگیری روبرو شد. آنها دوباره امسال ۲۲ درصد دیگر افزایش یافتند. بر اساس گزارش یک ناظر مستقل، حدود سه چهارم افزایش قیمت‌های ظرفیت به دلیل وجود مراکز داده است.

اشتهای انرژی هوش مصنوعی مولد برای مصرف برق آنقدر سیری‌ناپذیر است که شرکت‌هایی مانند مایکروسافت و گوگل در حال راه‌اندازی نیروگاه‌های هسته‌ای برای تأمین مراکز داده خود هستند. حتی نیروگاه‌های زغال سنگ نیز به عنوان یک اقدام موقت تا زمان راه‌اندازی این تأسیسات جدید، فعال نگه داشته می‌شوند و دولت ترامپ می‌خواهد نیروگاه‌های زغال سنگ بیشتری بسازد.

با این وجود مردم نباید تنها نگران قیمت‌ها باشند، آنها باید نگران عوارض جانبی زیست‌محیطی هولناک مانند انتشار کربن و تبخیر آب کل دریاچه‌ها نیز باشند.

افزایش عظیم تقاضای برق همچنین فشار زیادی بر شبکه‌های برق فرسوده وارد می‌کند که در طول گرمای بسیار زیاد در تابستان و سرمای زیاد در زمستان از کار می‌افتند. برخی از ایالت‌ها در حال عقب‌نشینی هستند. قانون‌مداران ایالت اوهایو به تازگی تعیین کرده‌اند که شرکت‌های مراکز داده باید هزینه بیشتری برای انرژی خود بپردازند تا به ارتقاء شبکه برق کمک کنند.

این داستان در ایالت ویرجینیا متفاوت است، زیرا این ایالت دارای بیشترین تعداد مراکز داده هوش مصنوعی در آمریکاست. این ایالت برای حفظ وضعیت خود، در حال ارائه معافیت‌های مالیاتی هنگفتی به شرکت‌های مراکز داده است. این امر یعنی مالیات‌دهندگان این ایالت، قبوض انرژی با میزان بالاتری دریافت می‌کنند. یکی از ساکنان اوهایو گفت: شرکت‌های بزرگ فناوری برق را می‌بلعند و در نهایت ما هزینه‌های بالاتری می‌پردازیم.

پس از ۷۰ سال در رشته اهداف پروازی مدال کسب کردیم



اسلامی ایران، تصریح کرد: رشته اهداف پروازی را راهاندازی کردیم و امروز شاهد کسب مدال پس از ۷۰ سال هستیم. وی مطرح کرد: تلاش خواهیم کرد تا چالش‌های استانی مرتفع و به حداقل ممکن برسانیم.

رئیس فدراسیون تیراندازی جمهوری اسلامی ایران، تأکید کرد: تلاش خواهیم کرد تا معضل تفنگ و فشنگ را در استان مازندران، تقلیل ببخشیم.

تجلیل از برترین‌های تیراندازی مازندران در پایان جلسه از محمد لایزال رئیس هیأت تیراندازی رامسر، علی نظری رئیس هیأت تیراندازی جویبار و مرتضی لطفی رئیس هیئت تیراندازی محمودآباد به‌عنوان رؤسای برتر هیأت تیراندازی مازندران تجلیل شد.

همچنین از سیده مهنا سیدپور مدال‌آور آسیایی و فاطمه شعبانی مدال‌آور ملی تیراندازی مازندران تجلیل شد.

بودند. سردار قربانی ادامه داد: وقایع اخیر باید کمک کند تا ما هوشیار و آماده باشیم و باید همواره آماده جنگ باشیم و جمهوری اسلامی ایران امروز یک ابرقدرت در منطقه و دنیا است.

رئیس فدراسیون تیراندازی جمهوری اسلامی ایران، عنوان کرد: این چهارمین سفر من به استان مازندران از پایان سال ۱۴۰۱ و آغاز مسئولیتم در سمت فدراسیون تانکون است و قریب به ۹۰ سفر استانی تا به امروز انجام داده‌ام.

سردار قربانی اعلام کرد: تیراندازان ایرانی در رقابت‌های مختلف آسیایی، منطقه‌ای و بین‌المللی حضور دارند و کسب مدال می‌کنند و این جای بسی افتخار است. وی افزود: طی دو سال اخیر با جدیت استعدادیابی در کشور در حال انجام است و این امر سبب رشد رشته تیراندازی خواهد شد و همین امر باید در استان‌ها نیز انجام گیرد.

رئیس فدراسیون تیراندازی جمهوری

رئیس فدراسیون تیراندازی ایران با اشاره به راهاندازی رشته اهداف پروازی گفت: شاهد مدال‌آوری این رشته پس از ۷۰ سال هستیم.

به گزارش نقش قلم سردار مرتضی قربانی در مجمع هیئت تیراندازی استان مازندران در سالن جلسات اداره کل ورزش و جوانان استان اظهار کرد: در جمهوری اسلامی ایران ۶ هزار زن شهید و ۷ هزار زن نیز جانباز و معلول شده‌اند و این مظلومیت زنان ایران در عین گمنامی است.

وی افزود: مازندران در جنگ تحمیلی ۸ ساله خوش درخشید و ۱۴ هزار شهید را تقدیم انقلاب اسلامی ایران کرده است. رئیس فدراسیون تیراندازی جمهوری اسلامی ایران، خاطرنشان کرد: خون شهدا و سایه رهبری و ولایت فقیه نگهدار این مملکت است و باید بدانیم که جنگ ۱۲ روزه اخیر تصمیم یک شبه رژیم صهیونیستی نبوده است بلکه سال‌ها در حال برنامه‌ریزی و فرصت

انتقال خون مازندران با کمبود نیرو و تجهیزات روبرو است



وی با تأکید بر ضرورت فرهنگ سازی اهدای خون در جامعه عنوان داشت: اهالی هنر و رسانه که محبوبیت و مقبولیت اجتماعی بیشتری دارند، حتی اگر نمی‌توانند اهدای خون کنند، می‌توانند پیام‌رسان فرهنگ اهدای خون در جامعه باشند. محمدی بابیان اینکه اهدای خون و پلاسما، عملی انسان‌دوستانه است که به نجات جان بیماران و بهبود کیفیت زندگی آنان کمک می‌کند و این عمل خیرخواهانه و بی‌نظیر، علاوه بر تأثیرات مثبت برای دریافت‌کنندگان خون، دارای فواید بسیاری برای اهداکنندگان نیز است. با افزایش آگاهی عمومی و تشویق مردم به مشارکت در اهدای خون، می‌توان نیاز مبرم به فرآورده‌های خونی در بیمارستان‌ها و مراکز درمانی را برطرف کرد.

و همچنین تضمین کیفیت و ایمنی این فرآورده‌ها در جامعه مواجهه و با تهدیدات شناخته شده و در حال ظهور برای سلامت عمومی مواجهه است. وی ادامه داد: حفظ و ارتقای سلامت مردم از اساسی‌ترین رسالت‌های این سازمان است که با تعامل و همکاری دو جانبه جامعه درمان و این سازمان در راستای تهیه فرآورده‌های خونی، می‌تواند گام‌های مؤثری در این زمینه برداشت اما متأسفانه یکی از مشکلات عمده این سازمان همکاری نکردن برخی از مسئولان این حوزه می‌باشد محمدی با انتقاد از کمبود امکانات کافی و نبود نیروی کافی برای این سازمان بیان داشت: متأسفانه در سال‌های اخیر این سازمان با کمبود نیروی کافی متخصص مواجه بوده است که مسئولان امر باید در این راستا چاره اندیشی کنند

مدیرکل انتقال خون مازندران کمبود امکانات کافی و نیروی انسانی را از مشکلات فراوری این سازمان در استان اعلام کرد.

به گزارش نقش قلم عبدالله محمدی در نخستین نشست هم اندیشی مجمع خیرین سلامت انتقال خون در شهرستان بابل با بیان اینکه اهدای خون اقدامی خدایسندانه بوده و نجات بخش جان انسان هاست، اظهار کرد: لازم است از ظرفیت فضای مجازی و تشکیل پویش‌های مردمی برای دعوت از جامعه به منظور اهدای خون استفاده شود.

محمدی ضمن قدردانی از خیرین این حوزه اذعان داشت: امروزه در بسیاری از کشورها، تقاضا از عرضه پیشی گرفته است و خدمات خونی در سراسر جهان با چالش دله‌ره‌آور دسترسی به ذخایر کافی فرآورده‌های خونی



شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا

moallemkala.ir

فروشگاه اینترنتی خرید اقساطی

