

طرح تفکیک زباله از مبدأ در ۱۱۰۰ روستا مازندران کلید خورد

نوسانات قیمت نوشت افزار در بازار گیلان؛ خانواده ها کلافه از گرانی

با چهل و پنج سال سابقه انتشار

نقش معلم
روزنامه

یکشنبه ۲۳ شهریور ۱۴۰۴، ۲۱ ربیع الاول، ۱۴ سپتامبر ۲۰۲۵،
سال چهل و پنجم - شماره ۷۳۵۸، صفحه ۵۰۰۰ - تومان

جشن عاطفه ها،

تجلی همبستگی

ملی و سرمایه گذاری

برای آینده است

مدیرکل کمیته امداد مازندران با اشاره به مشارکت گسترده مردمی در حمایت از دانش آموزان نیازمند، جشن عاطفه ها را مصداقی از «مرگ بر آمریکا» در قالب خدمت به مردم دانست و از نقش بی بدیل کمک های مؤمنانه در تربیت نسل آینده دانشمند و متعهد یاد کرد و گفت: جشن عاطفه ها، تجلی همبستگی ملی و سرمایه گذاری برای آینده مستضعفان است.

میثم معافی با تأکید بر نقش حیاتی مردم در حمایت از دانش آموزان نیازمند، اظهار کرد: در آیین جشن عاطفه ها، مردم مازندران، هشت میلیارد تومان برای دانش آموزان واریز کردند؛ این در حالی است که دشمنان میلیارد ها دلار صرف ساخت بمب می کنند. اینجا پول برای ساختن انسان خرج می شود.

وی با اشاره به کمک ۶۸ میلیارد تومانی مردم در سال گذشته به دانش آموزان یتیم، افزود: امروز بسیاری از مدیران برجسته کشور، فرزندان همین خانواده های مددجو هستند. حمایت از دانش آموزان، سرمایه گذاری برای آینده و تحقق گام دوم انقلاب اسلامی است.

در صفحه ۸



در صفحه ۲

نگاه ویژه به مناطق کم بر خور دار؛

استاندار مازندران در سوادکوه از اولویت های توسعه ای سخن گفت



آگهی مناقصه عمومی (نوبت اول)

دستگاه مناقصه گذار: شهرداری ایزدشهر

موضوع مناقصه: پروژه احداث دیواره حفاظتی بتنی حدفاصل گلستان ۳۰ الی ۵۴ ضلع جنوبی به متراژ ۵۰۰ مترطول

برآورد اولیه: به مبلغ ۱۲۸/۱۴۶/۹۲۴/۷۷۱ ریال طبق فهرست بهاء راه و باند یا آب سال ۱۴۰۴

نوع تضمین شرکت در مناقصه: ضمانتنامه بانکی در وجه شهرداری ایزدشهر به مبلغ ۶/۴۱۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (ششصد و چهل و یک میلیون تومان) اعتبار

سه ماه از تاریخ صدور و یا وجه نقد واریز به حساب ۷۷۴۴۵ به نام شهرداری ایزدشهر در بانک تجارت

مهلت دریافت و تحویل اسناد مناقصه: از تاریخ ۱۴۰۴/۰۶/۲۳ الی ۱۴۰۴/۰۶/۳۱

تاریخ ارسال اسناد مناقصه در سامانه ستاد: تا پایان وقت اداری روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۱۴

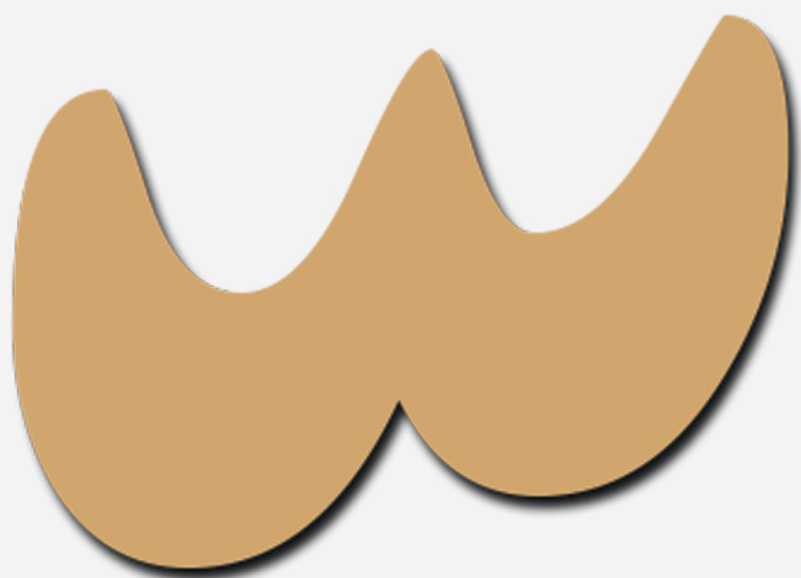
تاریخ تشکیل کمیسیون معاملات (مناقصه): روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۱۵ ساعت ۱۳:۳۰

برای کسب اطلاعات بیشتر به پایگاه ملی مناقصات مراجعه نموده و یا با شماره های ذیل تماس حاصل فرمایید.

تلفن: ۴۴۵۳۶۰۰۰ - ۴۴۵۳۵۱۱۱

شناسه آگهی ۲۰۰۴۶۷

علی اصغر مسلم پور
شهردار



معلم کالا

شغل دوم فرهنگیان

شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا

moallemkala.ir



فروشگاه اینترنتی معلم کالا

تامین کننده انواع کالا برای فرهنگیان

طرف قرارداد با آموزش و پرورش

اقساط کسر از حقوق

حداقل حقوق از ۲۰ میلیون به بالا

برای کسب اطلاعات بیشتر کلمه معلم کالا رو پیامک کن

آدرس دفتر سرپرستی شمال کشور: ساری / خ فرهنگ / جنب آموزش و پرورش / فرهنگ ۱۰

۰۹۰۱ ۱۹۰ ۵۶۹۴

نگاه ویژه به مناطق کم برخوردار؛

استاندار مازندران در سوادکوه از اولویتهای توسعه‌ای سخن گفت



در مراسم پانزدهمین سالگرد ارتحال آیت‌الله سیدموسی صالحی، روحانی برجسته مازندران، که در اسام‌زاده (عبدالحق)ع) زیراب سوادکوه برگزار شد، مهدی یونسی استاندار مازندران ضمن گرامی‌داشت مقام علمی و معنوی این عالم فقید، از برنامه‌های توسعه‌ای استان و نگاه ویژه به مناطق کم‌برخوردار سخن گفت.

به گزارش نقش قلم استاندار مازندران گفت: به مناطق کم برخوردار استان نگاه ویژه دارم، مناطق کم برخوردار از جمله سوادکوه و سوادکوه شمالی نیازمند نگاه ویژه هستند و در هفته‌های آتی سفری به این دو شهرستان برای بررسی مشکلات خواهیم داشت.

وی درمورد مشکلات سوادکوه، بیان کرد: برای پل پل سفید دو پیمانکار گرفته شد تا مشکل ترافیک هرچه سریع‌تر حل شود، درمورد میدان بالازیراب کارشناسان را برای بررسی می‌فرستم.

استاندار مازندران با بیان اینکه به مناطق کم برخوردار استان نگاه ویژه دارم، گفت: سوادکوه، سوادکوه شمالی، نکا، بهشهر و گلوگاه نیاز به نگاه ویژه دارند، مناطق کم برخوردار از جمله سوادکوه و سوادکوه شمالی نیازمند نگاه ویژه هستند و در هفته‌های آتی سفری به این دو شهرستان برای بررسی مشکلات خواهیم داشت.

یونسی، تصریح کرد: مدیریت زمانی موفق خواهد بود که مردم نمره قبولی دهند. استاندار مازندران درمورد پروژه‌های نیمه تمام استان، عنوان کرد: تعداد ۲۷۰۰ پروژه نیمه تمام وجود داشت و در طول ۹ ماه بیش از هزار پروژه را به اتمام رساندیم، مجدد چند صد پروژه را شروع می‌کنیم، به دنبال زیرساخت هستیم و در این حوزه از میانگین کشور کمتر هستیم.

یونسی با برشمردن پسماند به عنوان ابرچالش استان، اظهار داشت: در این حوزه انتخابیه موضوع پسماند را بلوک‌بندی کردیم و مرکزیت را قائمشهر گذاشتیم، قبل عید به اتمام می‌رسد و پسماند سوادکوه، سوادکوه شمالی، جویبار و سیمرغ در قائمشهر تصفیه و پردازش می‌شود.

وی، افزود: درمورد فاضلاب نیز با تلاش مدیرکل منابع اخذ و از شرق شروع و به سمت غرب می‌رویم، مسئله فاضلاب نوشهر و جالوس را به اتمام و وارد شبکه کردیم.

استاندار مازندران، بیان کرد: درحال حاضر ناترازی سطح استان و کشور آب و برق است که آب بهتر شد، در هنگام پیک ۴هزار مگاوات در سطح استان وارد می‌شود که ۲۴۰۰مگاوات تولید و بقیه بالانس دارد، ۲۰۸ مگاوات وارد مدار کردیم و حدود خرداد سال آینده ۵۰۰ مگاوات وارد مدار خواهد شد، نیاز به ۷۰۰مگاوات خواهد بود که برای این میزان ۴۰هزار میلیارد تومان منابع نیاز داریم که تامین شده است.

استاندار مازندران با بیان اینکه مشکل مردم معیشت و اقتصاد است گفت: این دو بال در کنار هم هستند، مسئول معیشت و فرهنگ مردم هستیم، فرهنگ را بر عهده علما می‌گذاریم و هر منابعی که باشد در اختیار علما قرار می‌دهیم تا بتوانند از فرزندان صیانت کنند.

حجت‌الاسلام والمسلمین محمدابراهیم پیشنهادی مشاور استاندار در امور روحانیت نیز در این مراسم با بیان اینکه قبل تابش نور اسلام در جزیره العرب امتیازات حول محور مادیات بود، گفت: وقتی در میان تاریکی‌ها خورشیدی به نام پیامبر طلوع کرد که جهان را روشن کرد خط بطلانی بر امتیازات پوشالی کشاند، از نظر اسلام عرب بر عجم برتری ندارد، زن و مرد و پیر و جوان فرقی نمی‌کنند.

وی با بر شمردن ملاک اسلام برای برتری انسان‌ها، اظهار داشت: اولین ملاک برتری در اسلام تقوا است، تقوا انسان را بزرگ می‌کند و سبب فضیلت می‌شود، دومین ملاک برتری از نظر اسلام علم است، آیا زنده‌تر از علمایی همچون آیت‌الله صالحی، آیت‌الله نظری است؟ آیا زنده‌تر از امام راحل در جهان داریم؟ مرگ در وجودشان تأثیر نمی‌گذارد، آنان زنده هستند.

حجت‌الاسلام پیشنهادی با بیان اینکه قطعا در کشور مشکلات فراوان داریم، گفت: مسئولین باید مردم را واجب‌التعظیم بدانند، استاندار برای مردم احترام قائل است و درد مردم را می‌داند.

وی، اظهار داشت: قدر علما را بدانید، همه ما به وجود حضرت آیت‌الله نظری افتخار می‌کنیم، در بیت شریف حضرت آیت‌الله صالحی چشم روشن به یادگاران ارزشمند است.

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

برابر رای شماره ۱۷۷۷۲۹/۴۵۶۰۳۱۰۴۶۰۴۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۰۱ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقدسند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه دو ساری تحت تصرفات مالکانه خانم بهاره ولوی فرزند محمد به شماره ملی ۲۲۱۹۱۱۶۸۳۲ نسبت به شش دانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۱۵۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۵۴۹ فرعی از ۱۰ - اصلی واقع در قریه ماهفروز محله بخش پنج ثبت ساری خریداری مع الواسطه از مالک رسمی آقای ناصر علی مویدی

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت اعتراضی داشته باشند میتواند 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 مرجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور وعدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۲۰۰۴۶۸

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۶/۲۳

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۷/۰۷

بهنام سراج پور مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک منطقه دو ساری

رویداد ملی «ره بانو» با هدف هم‌اندیشی در راستای توسعه زیست‌بوم تبیینی تبلیغی بانوان استان‌ها در رامسر آغاز به کار کرد.

به گزارش نقش قلم رویداد ملی «ره بانو» با هدف هم‌اندیشی و تبادل نظر شوراهای راهبری بانوان در راستای توسعه زیست‌بوم تبیینی تبلیغی بانوان استان‌ها و به همت مرکز راهبری و هم‌آهنگی بانوان و با حضور حجت‌الاسلام محمد قمی رئیس سازمان تبلیغات اسلامی بایرپایی آیین افتتاحیه در اردوگاه کشوری شهدای هفتم تیر بسیج رامسر آغاز به کار کرد و تا ۲۳ شهریورماه ادامه دارد. مدیر مرکز راهبری و هم‌آهنگی سازمان تبلیغات اسلامی گفت: این رویداد با حضور ۴۰۰ نفر از بانوان فعال و تأثیرگذار در حوزه‌های فرهنگی و اجتماعی از سراسر کشور با شعار رویداد، راهبری، مادری، بانوان پیشرفته در عرصه جهاد تبیین برگزار می‌شود و هدف اصلی آن هم‌اندیشی، تبادل نظر و ارتقای سطح همکاری‌ها میان شوراهای راهبری بانوان در راستای توسعه زیست‌بوم تبیینی تبلیغی زنان قرار داده است.

سارا طالبی افزود: در این همایش، که به عنوان یک رویداد استراتژیک در حوزه مسائل

زنان شناخته می‌شود، نمایندگانی از بنیاد هدایت، بنیاد نوجوان، سازمان دارالقرآن، اداره تبلیغ، منتخبان شورای هیئت بانوان سازمان تبلیغات و فعالان شاخص در حوزه‌های حجاب و جمعیت حضور خواهند داشت.

وی تأکید کرد: این گردهمایی فرصتی برای



بانوان فعال در سراسر کشور است تا ضمن به اشتراک‌گذاری تجارب خود، چالش‌ها و فرصت‌های پیش‌روی زنان در عرصه‌های فرهنگی و اجتماعی را مورد بحث و بررسی قرار دهند.

مدیر مرکز راهبری و هم‌آهنگی سازمان

طرح تفکیک زباله از مبدأ در ۱۱۰۰ روستا مازندران کلید خورد

مزایای تفکیک زباله از مبدأ



مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند مازندران ابراز امیدواری کرد که با اجرای این برنامه‌های آموزشی و فرهنگی، حجم زباله به مرور زمان به طور چشمگیری کاهش می‌یابد و در نتیجه، روند کلی مدیریت و پردازش پسماند در استان تسهیل می‌شود.

حسن‌زاده مقیم خاطرنشان کرد: در ۲۴ شهر استان، طرح تفکیک زباله از مبدأ با استفاده از روش‌هایی مانند جمع‌آوری سیار، کیوسک‌های بازیافت و آموزش چهره به چهره به شهروندان در حال اجراست و به تدریج به دیگر شهرهای استان نیز تسری خواهد یافت.

مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند مازندران آغاز برنامه جامع تفکیک زباله از مبدأ در ۱۱۰۰ روستا و ۲۴ شهر این استان خبر داد و گفت: این اقدام با هدف مقابله با معضل دیرینه و جدی پسماند در مازندران به‌ویژه در مناطق گردشگری پذیر صورت می‌گیرد.

به گزارش نقش قلم، امید حسن‌زاده مقیم در حاشیه بازدید از دفتر استانداری غرب مازندران در نوشهر با اشاره به اهمیت رفع مشکل پسماند در استان، اظهار کرد: با درایت استاندار مازندران، تأمین اعتبار لازم از بخش خصوصی و سرمایه‌گذاری برای تکمیل پروژه‌های نیمه‌تمام مدیریت پسماند انجام شده است.

وی به طرح‌های کلیدی در دست اقدام به منظور رفع چالش پسماند استان اشاره کرد و گفت: برای چهار سایت زباله در بهشهر، نور، تنکابن و قائمشهر تأمین اعتبار صورت گرفته و پروژه‌های مربوط به تولید کمپوست از خرداد و اوایل تیرامسال آغاز شده‌اند. پیش‌بینی می‌شود این چهار پروژه تا پایان سال جاری به طور کامل به بهره‌برداری برسند.



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

برابر رای شماره ۱۳۹۹۶۰۳۱۰۴۵۷۰۰۵۴۳۷ مورخه ۱۴۰۴/۰۵/۰۸ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقدسند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه سه ساری تصرفات مالکانه مسعود مجدی فرزند محمود بشماره ملی ۰۰۷۵۱۳۲۶۴۸ بشماره پرونده ۱۴۰۳/۱۰۰۵ یک قطعه زمین باغی به مساحت ۴۸۵۷/۷۰ (چهار هزار و هشتصد و پنجاه و هفت متر و هفتاد سانتیمتر متر مربع) قسمتی از پلاک شماره ۲ اصلی واقع در بخش ۲۸ قریه وزملا ثبت ساری خریداری مع الواسطه از مالک رسمی 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، ظرف 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. م الف ۱۹۹۱۴۲۱

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۶/۰۸

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۶/۲۳

فریبرز یوسفیان حمیدی رییس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان ساری منطقه ۳

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

برابر رای شماره ۱۴۵۷۰۰۵۴۳۸/۴۵۷۰۳۱۰۴۶۰۳۱۰ مورخه ۱۴۰۴/۰۵/۰۸ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقدسند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه سه ساری تصرفات مالکانه آقای مرتضی رحیمی فرزند غلامرضا بشماره ملی ۰۶۸۲۳۴۲۱۸۱ بشماره پرونده ۱۲۱۶ - ۱۴۰۳ نسبت به شش دانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۹۷/۱۵ و هفت متر و پانزده سانتیمتر) متر مربع قسمتی از پلاک ۱۴۲ اصلی واقع در بخش ۳ ثبت ساری بالادرا خریداری از آقای محمد اسماعیلی 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. ۱۹۸۴۹۶۱

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۶/۰۸

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۶/۲۳

فریبرز یوسفیان حمیدی رییس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان ساری منطقه ۲

جراحی چاقی در مسیر تحول



همایش ملی درمان چاقی در بیمارستان شمال آمل، نه تنها فرصتی برای تبادل دانش و تجربه میان متخصصان داخلی و خارجی بود، بلکه نقطه عطفی در مسیر مقابله علمی و عملی با یکی از مهم‌ترین چالش‌های سلامت عمومی کشور به‌شمار می‌آید. با بهره‌گیری از روش‌های نوین جراحی مانند «اسلیوگاسترکتومی» و تأکید بر اصلاح سبک زندگی، می‌توان امیدوار بود که گام‌های مؤثری در کاهش شیوع چاقی و ارتقای سلامت جامعه برداشته شود.

بررسی جدیدترین روش‌های درمان چاقی در بیمارستان شمال آمل با حضور متخصصان داخلی و خارجی

در روزهایی که آمار چاقی در ایران به مرز هشدار رسیده، بیمارستان تخصصی شمال آمل میزبان یکی از مهم‌ترین همایش‌های علمی در حوزه درمان چاقی بود؛ همایشی دو روزه با حضور بیش از ۸۰ نفر از جراحان، متخصصان گوارش، غدد، تغذیه و اساتید مدعو از خارج کشور که به بررسی جدیدترین روش‌های درمانی از جمله «اسلیوگاسترکتومی» پرداختند.

چاقی؛ معضل ملی با پیامدهای جهانی

رییس انجمن جراحان عمومی مازندران در این همایش گفت: اقدام‌های لازم قبل از جراحی، کشراندیکاسیون های جراحی اسلیو، تکنیک‌های عمل جراحی اسلیو و روش‌های جلوگیری از افزایش وزن مجدد از محورهای اصلی این کنفرانس بوده است.

دکتر محمد مهدی رضایی، با اشاره به اینکه چاقی اکنون به یک معضل بسیار جدی در ایران تبدیل شده و به نوعی براساس آمارهای موجود حدود ۶۰ درصد مردم دیگر چاقی هستند، تصریح کرد: در حال حاضر افزایش مرگ و میرهای ناشی بیماران قلبی و عروقی و سرطان در کشور با منشاء عوارض‌های ناشی از چاقی و اضافه وزن افراد است.

وی با ابراز نگرانی از اینکه متاسفانه چاقی و اضافه وزن عامل اصلی و بیشترین مرگ و میرها رو در افراد شامل می‌شود، به دلایل این افزایش روزافزون اشاره کرد و ادامه داد: تغییر سبک زندگی، نوع تغذیه، بی تحرکی و بیماری. های زمینه‌ای و ژنتیکی در روند رو به رشد چاقی در جمعیت قابل توجهی از کشور را شامل شده و حتی در معرض تهدید هستند.

رییس انجمن جراحان عمومی مازندران همچنین به برگزاری کنفرانس درمان چاقی از طریق "اسلیوگاسترکتومی" اشاره کرد و ادامه داد: در این کنفرانس با حضور جراحان سراسر کشور، روش های جراحی چاقی در کنار بقیه روش ها بررسی شد.

دکتر رضایی افزود: با آموزش بیشتر و ارائه روش های جدید توسط جراحان عمومی و متخصصان این بخش، بتوانند در درمان چاقی به مردم خدمت ویژه تری ارائه کنند و سلامت بیماران مبتلا را دوباره به آنها برگردانند.

وی یادآور شد: شیوع چاقی به عنوان یکی از عوامل عمده

سراسر کشور و اساتید مدعو خارج از کشور در بیمارستان شمال آمل برگزار شد.

یکی از مدیران بیمارستان شمال در برگزاری این همایش گفت: همزمان با برگزاری این کنفرانس مهم ملی و معتبر در بیمارستان شمال و شرایط لازم در اتاق عمل بیمارستان، بیمار متقاضی برای درمان چاقی با این روش جدید، انجام شد.

بهزار زمانی افزود: خوشبختانه عمل مورد نظر در بهترین شرایط و امکانات پیش‌بینی شده در بیمارستان شمال توسط پزشکان متخصص و تیم جراحی انجام شد.

وی با بیان اینکه این عمل و برگزاری کنفرانس ملی یافته‌های نوین پزشکی در زمینه‌های مختلف از رویکردهای جدی فعالیت‌های آموزشی بیمارستان شمال آمل است،

تصریح کرد: این بیمارستان برای دومین سال متوالی میزبان همایش ملی است که در سال گذشته به موضوع درمان بیماران قلبی و عروقی اختصاص داشت.

مدیر روابط عمومی بیمارستان شمال همچنین به راه



ابتلا به بیماری‌های مزمن است و اهتمام به مقابله با این معضل در راستای آینده‌نگری سلامت جامعه ایرانی یکی از اصلی ترین اولویت‌ها در حوزه پیشگیری اولیه و ثانویه به شمار می‌آید.

اسلیوگاسترکتومی؛ جراحی نوین برای کاهش وزن

محققان و متخصصان داخلی و خارجی جدیدترین روش درمان چاقی از طریق «اسلیوگاسترکتومی» را بر روی یک بیمار که در بیمارستان شمال آمل که همزمان به صورت زنده از سالن همایش این بیمارستان نظاره‌گر آن بودند، با موفقیت انجام دادند.

جراحی اسلیو معده که به عنوان گاسترکتومی نیز شناخته می‌شود، شامل برداشتن بخش بزرگی از معده است.

این عمل جراحی برای افرادی که بین ۱۸ تا ۶۵ سال سن دارند و با هدف کاهش وزن بالای ۳۰ کیلوگرم انجام می‌شود.

جراحی اسلیو باعث کاهش مصرف غذا می‌شود به همین دلیل بیماران به رعایت رژیم غذایی مناسب و مصرف مکمل احتیاج پیدا خواهند کرد.

این عمل در حاشیه همایش دو روزه درمان چاقی از طریق «اسلیوگاسترکتومی» با حضور محققان داخلی و خارجی به همت انجمن علمی جراحان جنرال مازندران و حدود ۸۰ نفر از جراحان و متخصصان گوارش، غدد داخلی، تغذیه از

به خصوص کودکان کنترل شود.

دکتر افشارفرد، درباره مضرات چاقی، گفت: چاقی ریشه بسیاری از بیماری‌هاست، دیابت نوع دو، فشار خون، کبد چرب، نازایی، بیماری‌های مفاصل و استخوان و بسیاری از انواع سرطان‌ها، در اثر چاقی ایجاد می‌شوند.

وی افزود: چاقی خطر سکته قلبی و مغزی را ۶ الی ۷ برابر بیشتر می‌کند، همچنین افراد چاق، حدود ۱۰ سال، طول عمر کمتری نسبت به افراد با وزن نرمال دارند.

همایش ملی درمان چاقی در بیمارستان شمال آمل، نه‌تنها فرصتی برای تبادل دانش و تجربه میان متخصصان داخلی و خارجی بود، بلکه نقطه عطفی در مسیر مقابله علمی و عملی با یکی از مهم‌ترین چالش‌های سلامت عمومی کشور به‌شمار می‌آید. با بهره‌گیری از روش‌های نوین جراحی مانند «اسلیوگاسترکتومی» و تأکید بر اصلاح سبک زندگی، می‌توان امیدوار بود که گام‌های مؤثری در کاهش شیوع چاقی و ارتقای سلامت جامعه برداشته شود.

اکنون زمان آن رسیده است که با همدلی، آگاهی‌بخشی و اقدامات هدفمند، چاقی را نه به‌عنوان یک مشکل فردی، بلکه به‌عنوان یک اولویت ملی در حوزه سلامت عمومی تلقی کنیم و برای آینده‌ای سالم‌تر، مسئولانه‌تر گام برداریم.

است.

وی، نسبت به برخی رفتارهای غیرقابل قبول از سوی برخی افراد که حتی برای خرید نان به فاصله یک یا دو کوچه همجوار با محل سکونت حتی حاضر نیستند، پیاده‌روی کنند و این مسافت کوتاه را با خودرو پیمایش می‌کنند، تصریح کرد: متاسفانه در یک نمونه از این دست رفتارها، سکته قلبی باعث مرگ شهروندی شده بود که اصرار به تکرار این عادات هر روزه خود داشت.

دبیر اجرایی جامع جراحان ایران همچنین با اشاره به اینکه زندگی ماشینی امروز هرچند باعث افزایش سطح رفاه عمومی شده است، اما شهروندان از مضرات کم تحرکی آن با وجود آنکه اطلاع کاملی دارند، اما همچنان اصرار بر عادات‌های اشتباه خود دارند، گفت: شیوه و رفتارهای بد که به صورت سیستمی نسل به نسل درحال تکرار شدن هست، باید حذف شود.

دکتر افشار فرد، با تأکید براینکه فرهنگ و سبک زندگی ماشینی و کم تحرکی افراد باید تغییرکند، تصریح کرد: تا دهه‌های گذشته بازی بچه‌ها در کوچه‌ها و تحرک آنها به

واسطه بازی‌های کودکانه تأثیر بسیار زیادی در سلامت آنها داشته، اما در حال حاضر به واسطه روی آوردن به زندگی ماشینی و کم تحرکی، حتی باعث شده تا اضافه وزن و چاقی همه سنین را تهدید می‌کند.

وی، با بیان اینکه از حدود یک دهه قبل سازمان جهانی بهداشت، یکی از مسائل عمده سلامت انسان‌ها را مسئله چاقی کودکان قلمداد کرده است، افزود: مسئله عمده

بشر اکنون چاقی کودکان است، چون که کودکان دیگر مثل قبل فعالیت‌های بدنی ندارند و بیشتر پای تلویزیون، رایانه و موبایل نشسته‌اند و با در اختیار داشتن مواد غذایی و خوراکی فراوان بیشتر تغذیه‌هایشان چیپس و فک و انواع فست‌فودها شده است.

دبیراجرایی جامع جراحان ایران پیشنهاد کرد: با توجه به وضعیت فعلی، تغییرسبک زندگی و نوع تغذیه امربسیاری ضروری است و باعث می‌شود، روند شتابان چاقی در افراد

نماز خود را اول وقت بخوانید تا موجب برآورده شدن حاجات شود

شهید «محمد خواجه‌وندسازی» در وصیت‌نامه خود می‌نویسد: امر به معروف و نهی از منکر کنید تا امنیت در جامعه برقرار شود. نماز خود را اول وقت و در مسجد بخوانید که موجب برآورده شدن حاجات و نورانی شدن چهره است. شهید «محمد خواجه‌وندسازی» فرزند نادعلی متولد یکم شهریور ۱۳۵۳، در شهرستان نوشهر به دنیا آمد. در تاریخ دوازدهم شهریور ۱۳۷۳، در منطقه اشنویه بر اثر جراحات ناشی از رعد و برق به شهادت رسید و پیکر او در گلزار اسلام آباد به خاک سپرده شد.

فرازی از وصیت‌نامه شهید «محمد خواجه‌وندسازی»

به خواهران عزیزم توصیه می‌کنم حجاب خود را رعایت کنند تا مانع فساد عمومی شوند. پیرو و دوست دار ولایت فقیه باشید تا دچار لغزش نشوید. با نیکی به پدر و مادران درهای رحمت خداوند را به روی خود بگشایید. به دیدار خانواده شهدا بروید تا احساس تنهایی نکنند. امر به معروف و نهی از منکر کنید تا امنیت در جامعه برقرار شود، نماز خود را اول وقت و در مسجد بخوانید که موجب برآورده شدن حاجات و نورانی شدن چهره است.

نوسانات قیمت نوشت افزار در بازار گیلان؛ خانواده ها کلافه از گرانی

در آستانه آغاز سال تحصیلی نوسان قیمت لوازم التحریر و افزایش هزینه های مرتبط با خرید کالاهای مدرسه در گیلان خانواده ها را با چالش های مالی جدی مواجه کرده است. گروه استان ها: در حالی که شمارش معکوس برای آغاز سال تحصیلی جدید آغاز شده نگاهی به بازار نوشت افزار نشان می دهد شور و شوق خریدهای مدرسه ای دیگر آن هیاهوی گذشته را ندارد؛ گویی حال و هوای شهرپور با آنچه پیش تر تجربه می شد تفاوتی آشکار پیدا کرده است.

شهرپورماه همیشه برای خانواده های ایرانی تنای گر عطر کاغذ نو، جلد های رنگی و شور خرید دفتر و مداد و کوله پشتی های مدرسه بود، کودکانی که با ذوق در کنار والدینشان برای آغاز سال تحصیلی آماده می شدند، بخشی جانشدنی از خاطرات جمعی بسیاری از ما هستند. اما این روزها، بازار نوشت افزار حال و هوای دیگری دارد. فروشگاههایی که در گذشته به زحمت پاسخگوی خیل مشتریان بودند، حالا خلوت و ساکت اند، نه خبری از صف های طولانی پشت وپنرین ها است، نه هیاهوی بچه های که با شوق دفتر و مداد رنگی انتخاب می کنند.

تغییر حال و هوای خرید مهر

در گذشته نه چندان دور، کتابفروشی ها و مغازه های نوشت افزار در مرکز شهر، به ویژه در شهرپورماه شلوغ ترین روزهای کاری خود را تجربه می کردند فروشند ها، با در آوردن در مغازه ها از لولا، فضای بیشتری برای تردد مشتریان ایجاد می کردند تا رفت و آمد آسان تر شود پشت پیشخوان، چند نفر همزمان مشغول تحویل اقلام، پاسخ به سوالات مشتریان و محاسبه فاکتورها بودند.

اما حالا، همان فروشند ها و همان مغازه ها با اجناس متنوع تر و دکوراسیونی بهرتر با کاهش محسوس مشتریان روبهرو هستند، نه تنها دیگر صفی پشت وپنرین ها نیست، بلکه بسیاری از قفسه ها حتی تا روزهای پایانی شهرپور نیز به طور کامل خالی نمی شوند.

تغییر رفتار خرید و افزایش دغدغه ها

یکی از دلایل این تغییر، فشار اقتصادی بر خانواده ها است. نوسانات قیمت لوازم التحریر، افزایش هزینه های مرتبط با مدرسه و کاهش

قدرت خرید مردم، همگی در کاهش تقاضا نقش داشتند. خانواده ها ناچار هستند میان نیازهای آموزشی فرزندان و سایر هزینه های روزمره، اولویت بندی کنند.

از سوی دیگر شکل خرید نیز دگرگون شده است بسیاری از والدین ترجیح می دهند با توجه به تنوع قیمت و دسترسی آسان، بخشی از نیازهای تحصیلی فرزندان خود را از فروشگاه های اینترنتی تهیه کنند این موضوع نیز به خلوت تر شدن بازارهای سنتی دامن زده است.

نوستالژی مهر در سایه واقعیت اقتصادی

آنچه این روزها در خیابان های پرفت و آمد شهرپور به چشم نمی خورد، تصویر آشنای کودکان قد و نیم قدی است که با اشتیاق پشت وپنرین مغازه ها ایستاده اند و با چشمانی کنجکاو به دفترهای رنگی و جامدای های فانتزی خیره شده اند. دیگر کمتر کودکی دفتر ۸۰ برگ را با دقت ورق می زند یا میان دو طرح کیف مدرسه، با دستان کوچکش تصمیم می گیرد.

این واقعیت تلخ، بازتابی از شرایط اقتصادی

خانواده ها و تغییر در الگوهای مصرف است در گذشته، خرید لوازم التحریر فرصتی برای ایجاد انگیزه و اشتیاق در دانش آموزان بود، اما امروز برای بسیاری از خانواده ها تبدیل به دغدغه ای جدی و سنگین شده است.

بازگشت به حال و هوای مهر نیازمند حمایت است

بازگرداندن نشاط و انگیزه به بازار نوشت افزار نیازمند حمایت های چندجانبه است؛ از جمله نظارت دقیق تر بر قیمت گذاری، حمایت از تولیدکنندگان داخلی، ایجاد نمایشگاه های عرضه مستقیم کالا با قیمت مناسب و همچنین ترویج فرهنگ سادمنیستی و پرهیز از مصرف گرایی در میان دانش آموزان.

در این بین نقش رسانه ها و مدارس نیز حیاتی است اگر بتوانیم دوباره ارزش دفترهای ساده و مداد را در ذهن نسل جدید جا بیندازیم، شاید آن حال و هوای فراموش شده بازگردد؛ همان روزهایی که بوی کاغذ نو، شور و اشتیاق را به کوچه ها می آورد.



مدو هزینه های اضافی؛ معضل خانواده ها

«سمیه (پیدا)، یکی از مادران گیلانی که برای خرید لوازم التحریر همراه فرزندش به بازار آمده است در گفتگو با خبرنگار مهر اظهار کرد: قیمت ها در راسته نوشت افزار نسبت به فروشگاه های بزرگتر منصفانه تر است، اما همچنان هزینه ها بالا است.

این مادر درباره تفاوت نسل ها ادامه داد: نسل گذشته یک کیف مدرسه را سه تا چهار سال استفاده می کرد اما امروز دانش آموزان هر سال کیف جدید می خواهند و این موضوع برای بسیاری از خانواده ها قابل هضم نیست.

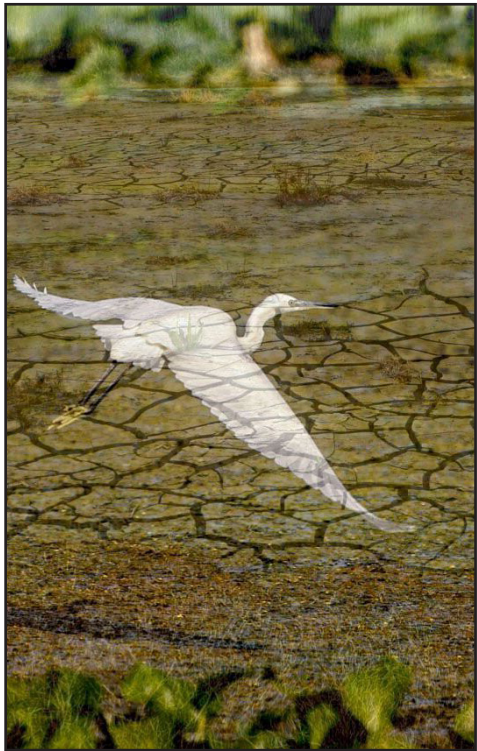
یکی از چالش های بزرگ دیگر که خانواده ها به آن اشاره می کنند، تغییر مد و رنگ هرساله لباس مدارس است.

بیماد اضافه کرد: این تغییرات هزینه های خانواده ها را افزایش می دهد و سبب ایجاد فشار اقتصادی مضاعف می شود.

این مادر گیلانی همچنین به کیفیت آموزشی مدارس اشاره کرد و گفت: سطح علمی برخی

استاندار گیلان:

تالاب انزلی با اجرای پروژه های تصفیه خانه فاضلاب احیا می شود



بدون هیچ دخالت انسانی احیا خواهد شد.

استاندار گیلان با اشاره به نبود مشکل آب در گیلان بر خلاف دیگر استان های کشور بیان کرد: برخلاف تصور عمومی، استان گیلان مشکل کم آبی ندارد و مشکل اصلی، مدیریت و تکمیل زیرساخت های زیست محیطی است.

استاندار گیلان با ابراز تاسف از اجرای ۲۶ درصدی شبکه فاضلاب در گیلان اظهار کرد: در حالی که در استان های خشک کشور مانند یزد و کرمان بیش از ۶۰ درصد شبکه فاضلاب اجرا شده، در گیلان تنها ۲۶ درصد این شبکه به بهره برداری رسیده است. وی با بیان اینکه در حوزه محیط زیست گیلان مساله به درستی مطرح نشده است، اضافه کرد: در این خصوص طرح مساله به درستی انجام نشده و اولویت نخست گیلان باید احیای محیط زیست باشد.

حق شناس با اشاره به وجود راه حل مشخص برای احیای تالاب بین المللی انزلی و دیگر تالاب های استان بیان کرد: با وجود اینکه راه حل مشخص و فنی برای این بحران وجود دارد اما به دلیل کمبود اعتبار و نبود اراده جدی، اجرای طرح ها به کندی پیش می رود.

وی مهمترین هدف دولت در گیلان را احیای کامل تالاب بین المللی انزلی و دیگر تالاب های استان و همچنین رفع مشکلات زیست محیطی برشمرد و افزود: برای حل اساسی معضل فاضلاب و احیای تالاب انزلی نیاز به منابع مالی چندین هزار میلیارد تومانی است.

تالاب بین المللی انزلی با مساحتی حدود ۲۰ هزار هکتار که از شمال به انزلی، از جنوب به صومعه سرا، از شرق به خم، از جنوب شرقی به رشت و از غرب به کپورچال و آبکنار انزلی می رسد. این تالاب سال ۱۳۵۴ در فهرست تالاب های بین المللی کنوانسیون رامسر به ثبت رسید همچنین سازمان بین المللی حیات پرنندگان، این تالاب را به عنوان زیستگاه با اهمیت برای پرنندگان

استاندار گیلان با هشدار نسبت به تهدید جدی تالاب بین المللی انزلی بر اثر ورود روزانه صدها هزار مترمکعب فاضلاب، گفت: احیای این پهنه آبی نیازمند تامین اعتبارات کلان و عزم ملی برای اجرای پروژه های شبکه و تصفیه خانه فاضلاب است. به گزارش نقش قلم از استانداری گیلان، هادی حق شناس در نشست بررسی مشکلات زیست محیطی و تالاب های استان که با حضور الباس حضرتی رئیس شورای اطلاع رسانی دولت برگزار شد، اظهار کرد: تالاب انزلی کمترین مشکل را از نظر آب دارد و مساله اصلی ورود فاضلاب و پساب های شهری است که حیات تالاب را تهدید می کند.

وی با اشاره به تجربه تلخ دریاچه ارومیه و خلیج گرگان اضافه کرد: خشک شدن این پهنه های آبی به دلیل برداشت های غیرمجاز و مدیریت غلط منابع آب بوده است؛ اما در خصوص تالاب بین المللی انزلی موضوع متفاوت است و کم آبی در آن نقش ناچیزی دارد.

استاندار گیلان یکی از مشکلات مهم در تالاب بین المللی انزلی را ورود بیش از ۳۰۰ هزار متر مکعب فاضلاب به این تالاب خواند بیان کرد: روزانه حدود ۳۸۰ هزار مترمکعب فاضلاب وارد تالاب بین المللی انزلی می شود، که به واسطه آلودگی و سمی بودن اثرات تخریبی سنگینی به جا گذاشته است.

وی با بیان اینکه پروژه فاضلاب هشت شهر گیلان از جمله رشت و انزلی از دهه های گذشته تعریف شد، اظهار کرد: تنها برای پروژه فاضلاب رشت و اتصال آن به انزلی دست کم پنج هزار میلیارد تومان اعتبار نیاز است، در حالی که سال گذشته کل اعتبارات تخصیص یافته به استان بسیار ناچیز بوده است.

وی با تأکید بر لزوم توجه به تکمیل و ایجاد شبکه فاضلاب در گیلان افزود: اگر فاضلاب رشت، انزلی، فومن، صومعه سرا و ماسال جمع آوری و از ورود به تالاب جلوگیری شود، تالاب انزلی ظرف ۲ سال

وقف سنتی با برکت که در شرایط اقتصادی نیز می تواند ادامه یابد



عموم بوجود می آید که در این وضعیت نابسمان اقتصادی آیا می توان وقف کرد و از ثواب آن بهره برد یا نه، گفت: امروز هر کسی می تواند وقف باشد مثلاً اگر کسی استاد قرآن کریم و یا معلم است با وقف وقت خود و با اگر کسی علم و ثروت ندارد با نیست به انجام مهربانی و محبت و کارهای خیر عام المنفعه می تواند نام خود را در زمره واقفان و خیران نیک اندیش قرار دهد. مهدیان اظهار کرد: در یک سال گذشته بیش از ۲۰ وقف جدید در سامانه جامع اطلاعات موقوفات به ثبت رسیده و این نشان از آن دارد که بحمدالله سرچشمه وقف همچنان می جوشد.

مدیر کل اوقاف و امور خیریه در خاتمه ضمن تقدیر و تشکر از اصحاب وقف و بقاء متبرکه گفت: واقفان و خیران گرانقدر با وقف نام و یاد خود را جاودانه کردند و شما اصحاب وقف با گسترش فرهنگ و حفظ وقف در ثواب آن شریک هستید و باید این امانات را که از گذشتگان به ما رسیده به آیندگان برسانیم.

مدیرکل اوقاف گلستان گفت: وقف همچنان با وجود چالش های اقتصادی ادامه دارد و هر فردی می تواند با نیست خیر، حتی با وقف وقت خود، در این سنت حسنه شریک شود.

به گزارش خبرنگار نقش قلم حجت الاسلام حسین مهدیان در جمع اصحاب وقف و بقاء متبرکه اظهار کرد: سنت حسنه وقف یکی از سنت های با سابقه و با برکت است و مختص به دین مبین اسلام نیست بلکه در دیگر ادیان نیز وجود دارد.

مهدیان به تنوع نیت موقوفات اشاره کرد و افزود: در کشور و در وقفنامه ها بیش از ۸۰۵ نیت ثبت شده است و این تعدد نیت در ادوار مختلف تاریخ با توجه به شرایط روز و حاکم بر جامعه و با راهنمایی علما و بزرگان وقت صورت می گرفت.

وی اقدام واقفان نیک اندیش را به نقطه زنی تشبیه کرد و گفت: با توجه به شرایط روز و نیاز جامعه واقفین خیر اندیش هدف را نقطه زنی کرده و سعی در از بین بردن مشکلات آن دوران به وسیله وقف می شدند. وی در اشاره به سوالاتی که در ذهن اکثر

هشدار! این غذاهای سالم وزن افراد رژیمی را پنهانی افزایش می‌دهد



- هنگامی که بخواهید رژیم غذایی بگیرید، قطعاً برخی از خوراکی‌ها را حذف کرده و مواد غذایی سالم را جایگزین آنها خواهید نمود اما احتمالاً ندانید که غذاهای جدید باعث افزایش وزن شما خواهد شد.

گروه رژیم غذایی معمولاً یکی از سخت‌ترین اقدامات برای کسانی است که اضافه وزن دارند. آنها باید از بسیاری از غذاها لذیذ و تنقلات دوست داشتنی بگذرند تا به وزن ایده‌آل خود نزدیک شوند. این افراد به طور دائم وزن خود را چک کرده و در انتخاب نوع خوراکی‌های خود وسواس به خرج می‌دهند. حتی به دنبال غذاهای جایگزین و مقوی هستند تا نه تنها به کاهش وزن خود کمک کنند، بلکه سلامت خود را نیز حفظ کنند.

این اشخاص در اولین اقدام ممکن است به سراغ حذف غذاهای پرکالری از جمله شیرینی، نوشابه، فک، چیپس و رفته و به دنبال جایگزینی خوراکی‌های سالم شامل میوه، آجیل، سبزیجات، سالاد و بروند اما اطلاع نداشته باشند که این خوراکی‌های سالم هم آنها را به سمت افزایش وزن سوق می‌دهد.

خوراک سالم علیرغم کمک به افراد دارای رژیم، می‌تواند باعث افزایش وزن آنها شود. دلیل آن نیز عدم آگاهی آنها از وجود فراوانی کالری در این نوع غذاهاست. همانطور که می‌دانید هنگام گرفتن رژیم باید به میزان کالری در غذاهای مصرفی دقت کرد. در این مطلب ما به غذاهای سالمی اشاره می‌کنیم که نه تنها به رژیم غذایی شما کمک نمی‌کنند بلکه باعث افزایش وزن شما می‌شوند.

روغن زیتون
روغن زیتون از جمله خوراکی سالم است که نسبت به همنوعان خود از جمله روغن حیوانی و نباتی وضعیت بهتری دارد. این روغن از جمله روغن‌هایی است که برای سلامت روانی و پیشگیری از افسردگی بسیار سودمند است اما به یاد داشته باشید که یک قاشق از این روغن حاوی حدود ۱۴ درصد چربی اشباع و ۱۱۹ کیلو کالری است. این روزها افرادی که به دنبال کاهش وزن هستند تلاش می‌کنند هنگام خوردن سالاد بعنوان یک وعده غذایی به آن روغن زیتون اضافه کنند اما آگاهی ندارند که تنها سه قاشق غذاخوری روغن زیتون بیش از ۳۶۰ کیلو کالری به بدن آنها انرژی وارد می‌کند.

آجیل
آجیل هم از جمله خوراکی‌های سالم غذایی است که علاوه بر داشتن انواع ویتامین‌ها، مواد معدنی و چربی‌های مفید، به تقویت و ثبات انرژی در بین ورزشکاران و زنان باردار، کمک به تمرکز و حافظه، تقویت سیستم ایمنی و سلامت قلب کمک می‌کند.

از این ماده غذایی که بعنوان بمب انرژی یاد می‌شود، می‌توان برای یک میان وعده غذایی سالم استفاده کرد اما همین خوراکی سالم به میزان یک لیوان (در حدود ۱۴۰ گرم) در حدود ۸۰۰ تا ۹۰۰ کیلو کالری انرژی دارد. در نظر داشته باشید باید به این میزان نمک و روغن آجیل را نیز اضافه کرد.

از این گیاه طبیعی که این روزها ردپای آن در همه امور زندگی انسان دیده می‌شود، بعنوان کنترل کننده قند خون، افزایش دهنده متابولیسم بدن و نیز میان وعده سالم غذایی استفاده می‌شود. همچنین وجود چربی‌های مفید، ویتامین E، بتاسیم و فیبر در آن اثبات شده است. اگرچه برخی از آووکادو برای کنترل رژیم غذایی استفاده می‌کنند اما احتمالاً نمی‌دانند که هر ۱۰۰ گرم از این گیاه تا ۱۶۰ کیلو کالری انرژی تولید می‌کند. مطالعات نشان می‌دهد مصرف بیش از حد آن نه تنها به کاهش وزن کمک نمی‌کند بلکه باعث افزایش آن نیز خواهد شد.

کره بادام زمینی
کره بادام زمینی هم از جمله خوراکی‌هایی است که ارزش غذایی بالایی دارد و دارای خواص بالایی از جمله پروتئین، کربوهیدرات‌ها، فیبر، ویتامین E، منیزیم، فسفر و ویتامین‌های B۲ و B۹ است. این ماده غذایی همچنین به تقویت کننده انرژی بدن، سلامت قلب و گوارش کمک

می‌کند.

این محصول خوش خوراک، پرمصرف و سالم که هر شخصی را برای مدت طولانی سیر نگه می‌دارد به ازای هر ۱۰۰ گرم، در حدود ۶۰۰ کیلو کالری انرژی تولید می‌کند. محققان تأکید دارند افرادی که دارای رژیم غذایی هستند در مصرف آن احتیاط کنند.

کینوا

کینوا از جمله گیاهانی است که دارای فیبر و پروتئین بالا، مواد غنی معدنی و انواع ویتامین‌های B، C و E است. این ماده غذایی جایگزین مناسبی برای گندم و برنج است. بسیاری معتقدند این ماده غذایی سالم برای کاهش وزن بدن مناسب است اما شاید ندانند که میزان پروتئین آن تفاوت چندانی با یک بشقاب پاستا که در حدود ۱۰۰۰ کیلو کالری انرژی است، ندارد.

درباره این گیاه باید گفت که در هر ۱۰۰ گرم کینوا خام، ۳۶۷ کیلو کالری انرژی وجود دارد که نشان‌دهنده مصرف با احتیاط آن برای افراد رژیمی است.

سالاد با سس

شنیدن نام سالاد ما را به یاد رژیم غذایی و کاهش می‌اندازد. این ماده غذایی مفید که بر پایه سبزیجات است دارای کالری کمی است اما وقتی به آن سس اضافه می‌شود، وضعیت متفاوت خواهد بود. سس‌ها دارای کالری‌های متفاوتی هستند. بعنوان مثال سس مایونز به

ازای هر ۱۰۰ گرم دارای ۷۱۷ کیلو کالری انرژی است. این میزان کالری قطعاً باعث اضافه وزن برای افرادی که رژیم دارند، خواهد شد. اما شما می‌توانید از سرکه و یا آبغور به جای استفاده از سس در سالاد بهره ببرید.

خمص
خمص غذایی عربی است که در خاورمیانه محبوبیت فراوانی دارد. این غذا از نخود پخته شده، روغن زیتون، ارده، آبلیمو و سیر له شده آماده می‌شود. اگرچه از حمص بعنوان یک سیرکننده یاد می‌شود اما به دلیل وجود مقدار زیادی ارده و روغن زیتون در آن، کالری زیادی تولید می‌شود.

مصرف یک فنجان حمص نزدیک به ۴۰۰ کیلو کالری انرژی تولید می‌کند. البته این را هم باید در نظر گرفت که در کنار حمص، نان یا چپیس هم مصرف می‌شود که وجود آنها خود به تنهایی باعث افزایش وزن است.

گرانولا
گرانولا که معمولاً برای وعده صبحانه آماده و مصرف می‌شود، مخلوطی برشته‌شده از جو دوسر پرک، مغزها، دانه‌ها، میوه‌های خشک و شیرین‌کننده‌های طبیعی مانند عسل است که در فر تهیه می‌شود. این ماده غذایی دارای قدرت سیرکنندگی است اما به دلیل وجود افزودنی‌های پرکالری نمی‌توان از آن بعنوان یک غذایی رژیمی یاد کرد. گرانولا به طور طبیعی دارای ۴۵۰ تا ۵۰۰ کالری به ازای هر ۱۰۰ گرم است که رقم بزرگی برای افرادی است که اضافه وزن دارند.

میوه خشک

میوه‌های خشک منابع غنی انرژی به ویژه کربوهیدرات‌ها و قندهای طبیعی هستند. همانطور که می‌دانید با کاهش آب در این میوه‌ها میزان کالری آن نیز افزایش می‌یابد. در نتیجه با خوردن آن سیری کمتری به شما دست می‌دهد. در کنار این موضوع وجود میزان بالای کالری در این گونه مواد غذایی است. به ازای هر ۲۰۰ گرم در حدود ۵۰۰ کیلو کالری انرژی تولید می‌شود که افراد دارای رژیم به صورت محدود و متعادل از این نوع میوه‌ها مصرف کنند.

عسل

عسل بعنوان یک مکمل غذایی سالم، علاوه بر مواد مغذی و آنتی‌اکسیدان‌های فراوان و دارای خاصیت ضدباکتریایی و ضدقارچی است. این ماده غذایی طبیعی علاوه بر تقویت دستگاه گوارش، به سلامت قلب و عروق نیز کمک می‌کند.

هر ۱۰۰ گرم عسل در حدود ۳۰۴ کیلوکالری انرژی فراهم می‌کند که مصرف بیش از اندازه آن به دلیل داشتن کالری بالا در رژیم‌های کاهش وزن می‌تواند مضر باشد.

محدودیت جریان خون، رشد سرطان را سرعت می‌بخشد

(مانند منوسیت‌ها، ماکروفاژها و نوتروفیل‌ها) که دفاع ایمنی را ضعیف می‌کنند، و کاهش تولید لنفوسیت‌ها مانند سلول‌های T که برای مقابله با سرطان ضروری هستند، منجر می‌شود.

تغییرات در محیط تومور

در داخل تومورها نیز تغییراتی مشابه مشاهده شد که منجر به تجمع بیشتر سلول‌های سرکوبگر ایمنی (از جمله منوسیت‌های Ly۶Chi، ماکروفاژهای MHCIIIو +۸/like F۴-M۲ و سلول‌های T تنظیمی) می‌شود که از حملات ایمنی به سرطان محافظت می‌کنند.

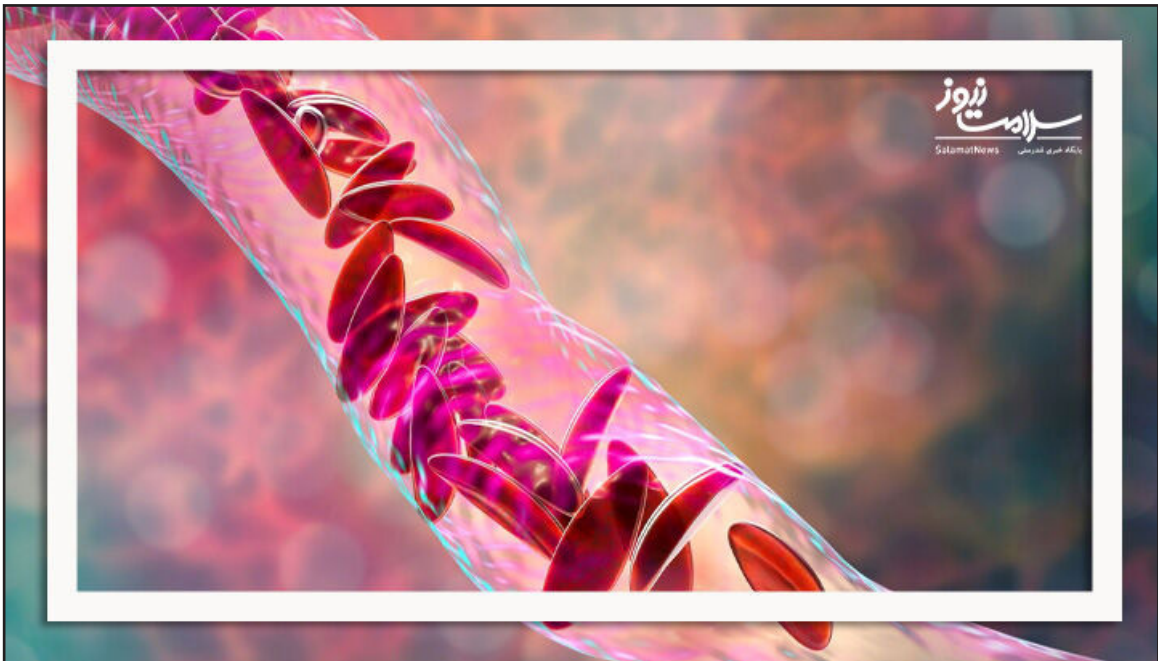
پیامدهای طولانی مدت تغییرات ایمنی

تجزیه و تحلیل‌های بیشتر نشان داد که این تغییرات ایمنی طولانی مدت هستند. ایسکمی نه تنها باعث تغییر در بیان صدا زن می‌شود که سلول‌های ایمنی را به سمت یک وضعیت تحمل کننده سرطان سوق می‌دهد، بلکه ساختار کروماتین (اسکلت پروتئینی که دسترسی به DNA را کنترل می‌کند) را بازآرایی می‌کند و فعال سازی ژن‌های مرتبط با مقابله با سرطان را برای سلول‌های ایمنی سخت تر می‌کند.

نتیجه گیری و چشم اندازهای آینده

دکتر الکساندرا نیومن، نویسنده اول تحقیق و پژوهشگر پساکتار در آزمایشگاه دکتر مور، می‌گوید: «نتایج ما مکانیسم مستقیمی را نشان می‌دهند که از طریق آن ایسکمی رشد سرطان را تحریک می‌کند، سلول‌های بنیادی را به گونه‌ای تغییر می‌دهد که شبیه به پیری است و تحمل ایمنی را ترویج می‌کند. این یافته‌ها درب را برای استراتژی‌های جدید در پیشگیری و درمان سرطان، مانند غربالگری زودهنگام سرطان برای بیماران مبتلا به بیماری شریان محیطی و استفاده از درمان‌های ضد التهابی برای مقابله با این اثرات باز می‌کنند»

گام بعدی برای تیم تحقیقاتی این است که مطالعات بالینی را طراحی کنند که بررسی کنند آیا درمان‌های موجود ضد التهاب می‌توانند تغییرات پس از ایسکمی را که باعث رشد تومور می‌شود، معکوس کنند یا خیر.



شناسایی و نابودی سلول‌های سرطانی، به ذخایر سلولی در مغز استخوان نیاز دارد. این ذخایر در شرایط طبیعی می‌توانند فعال شده و جمعیت سلول‌های سفید خون را در طول زندگی تولید کنند .

تأثیر محدودیت جریان خون بر سلول‌های ایمنی

در شرایط معمولی، سیستم ایمنی بدن با افزایش التهاب برای از بین بردن عوامل مضر و سپس کاهش آن برای محافظت از بافت‌های سالم، عمل می‌کند. این تعادل به ترکیبی از سلول‌های ایمنی بستگی دارد که یا التهاب را تقویت یا سرکوب می‌کنند. تحقیقات نشان می‌دهد که محدودیت جریان خون این تعادل را مختل کرده و باعث بازبرنام‌ریزی سلول‌های بنیادی مغز استخوان می‌شود. این تغییرات به تولید بیشتر سلول‌های ایمنی "میکروئید"

محققان همچنین کشف کردند که محدودیت جریان خون، تعادل جمعیت سلول‌های ایمنی را به گونه‌ای تغییر می‌دهد که توانایی بدن در مقابله با سرطان و عفونت‌ها کاهش می‌یابد. این تغییرات شبیه به تغییرات طبیعی در عملکرد سیستم ایمنی ناشی از پیری هستند .

برای بررسی نحوه تأثیر بیماری‌های قلبی و عروقی بر پیشرفت سرطان، محققان مدل موشی با تومور پستان ایجاد کردند و ایسکمی موقت در یک اندام پای آنها ایجاد کردند. سپس رشد تومورها را بین موش‌های با جریان خون محدود و موش‌های با جریان خون طبیعی مقایسه کردند.

نتایج نشان می‌دهند که سیستم ایمنی بدن برای دفاع در برابر عوامل مهاجم مانند باکتری‌ها و ویروس‌ها، و همچنین برای

یک مطالعه جدید از دانشگاه NYU Langone Health گزارش می‌دهد که محدودیت جریان خون می‌تواند باعث پیری زودرس مغز استخوان شود و سیستم ایمنی بدن را به گونه‌ای تغییر دهد که به رشد سرطان کمک کند.

به گزارش نقش قلم یک مطالعه جدید از دانشگاه NYU Langone Health گزارش می‌دهد که محدودیت جریان خون می‌تواند باعث پیری زودرس مغز استخوان شود و سیستم ایمنی بدن را به گونه‌ای تغییر دهد که به رشد سرطان کمک کند.

این تحقیق که در تاریخ ۱۹ آگوست ۲۰۲۵ در JACC- CardioOncology منتشر شد، نشان داد که ایسکمی محیطی (محدودیت جریان خون در شریان‌های پاها) باعث می‌شود که تومورهای پستان در موش‌ها با سرعتی دو برابر بیشتر از موش‌هایی که جریان خون طبیعی دارند، رشد کنند. این نتایج به تحقیقات قبلی در سال ۲۰۲۰ توسط همین تیم اشاره دارد که نشان داد ایسکمی در حین حمله قلبی اثرات مشابهی ایجاد می‌کند.

چگونه ایسکمی ایجاد می‌شود؟

ایسکمی زمانی رخ می‌دهد که مواد چربی مانند کلسترول در دیواره‌های شریان‌ها انباشته می‌شوند. این انباشتگی باعث التهاب و تشکیل لخته‌های خونی می‌شود که انتقال خون غنی از اکسیژن را محدود می‌کند. زمانی که ایسکمی در پاها رخ دهد، منجر به بیماری شریان محیطی می‌شود، یک وضعیت که میلیون‌ها آمریکایی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و احتمال حمله قلبی یا سکته مغزی را افزایش می‌دهد.

دکتر کترین جی مور، استاد ژان و دیوید بلشمن در بخش قلب‌شناسی دانشگاه NYU Grossman و نویسنده ارشد این تحقیق، می‌گوید: «مطالعه ما نشان می‌دهد که جریان خون محدود باعث رشد سرطان می‌شود، صرف نظر از اینکه این محدودیت در کدام قسمت از بدن رخ دهد. این ارتباط بین بیماری شریان محیطی و رشد سرطان پستان، اهمیت اساسی توجه به عوامل خطر متابولیک و عروقی به عنوان بخشی از یک استراتژی جامع درمان سرطان را برجسته می‌کند»

تغییرات سیستم ایمنی و تأثیر آن بر سرطان

جشنواره بومی محلی روستای کُشک کجور نوشهر



آینده پزشکی در پرتو هوش مصنوعی؛ از تشخیص و درمان فرد به فرد تا تحول در اخلاق حرفه‌ای



هوش مصنوعی با ورود به عرصه پزشکی، از تشخیص دقیق بیماری‌ها تا طراحی ابزارهای جراحی و توانبخشی، نقش پررنگی یافته است اما به گفته معاون بین‌الملل دانشگاه علوم پزشکی، پزشک هوشمند جایگزین پزشکان نخواهد شد و رعایت اخلاق حرفه‌ای و محرمانگی اطلاعات بیماران مهم‌ترین چالش آینده خواهد بود.

سید احمد احمدی متخصص سیاست‌گذاری سلامت و معاون بین‌الملل دانشگاه علوم پزشکی هوشمند در گفت‌وگو با خبرنگار آنا، با اشاره به جایگاه روزافزون هوش مصنوعی در پزشکی گفت هوش مصنوعی بر پایه یادگیری عمیق و الگوریتم‌های داده عمل می‌کند و توانسته است با استفاده از میلیون‌ها تصویر پزشکی و رادیولوژی الگوهایی را پردازش و در اختیار پزشکان قرار دهد.

به گفته وی این فناوری اکنون در جراحی، دندانپزشکی و بازسازی استخوانی نیز وارد شده است. نمونه‌ای از آن تولید سه‌بعدی ایمپلنت‌های دندان‌ی و قطعات استخوانی است که پس از طراحی در اختیار جراحان قرار می‌گیرد. احمدی تأکید کرد که هوش مصنوعی در حال حاضر ابزار کمکی برای پزشکان است و جایگزین نقش بالینی آنان نمی‌شود.

وی افزود: در کشور ربات جراحی سینا در بیمارستان امام خمینی مورد استفاده قرار گرفته و به عنوان دستیار جراحان ایفای نقش می‌کند. او با اشاره به اینکه بسیاری از مردم امروز برای تفسیر نتایج آزمایش‌ها یا دریافت پیشنهادهای اولیه درمانی از نرم‌افزارهای هوش مصنوعی استفاده می‌کنند گفت این روند نباید با خوددرمانی اشتباه گرفته شود. تفاوت مهم میان خوددرمانی و خودمراقبتی در این است که خودمراقبتی با هدایت پزشک انجام می‌شود و هیچ جایگزینی برای نقش پزشکان عمومی که خدمت پایه سلامت را ارائه می‌دهند وجود ندارد.

احمدی خاطرنشان کرد: در بسیاری از کشورهای پیشرفته همچنان با کمبود پزشک عمومی روبه‌رو هستند و حتی در ایران نیز خدمات آنان ضروری و غیرقابل حذف است. او بیان کرد که هوش مصنوعی نمی‌تواند واکسن تزریق کند یا معاینه بالینی کامل انجام دهد و نقش پزشک در ارزیابی هیستوری و شرایط فرد بی‌بدیل باقی خواهد ماند.

معاون بین‌الملل دانشگاه علوم پزشکی هوشمند آینده پزشکی را در گرو پزشکی شخصی شده دانست که بر اساس تاریخچه زندگی، وضعیت ژنتیکی، سن، جنسیت و شرایط اجتماعی فرد پیشنهادهای درمانی و

پیشگیرانه ارائه می‌دهد. او تأکید کرد: با وجود پیشرفت‌ها نقش پزشک در هدایت سلامت کم‌رنگ نخواهد شد. وی درباره ورود ربات‌ها به حوزه درمان توضیح داد ربات‌ها ابتدا در تجهیزات آزمایشگاهی مانند اتوآتالایزرها به کار گرفته شدند و امروز به مراحل پیشرفته‌تری همچون بخیه‌زنی ظریف رسیده‌اند. با این حال پیچیدگی‌های بیولوژیکی انسان و تفاوت‌های فردی موجب می‌شود که همواره پزشک در روند درمان نقش اصلی را ایفا کند.

به باور احمدی یکی از مهم‌ترین چالش‌ها در بهره‌گیری از هوش مصنوعی رعایت اخلاق حرفه‌ای است. حفظ محرمانگی اطلاعات بیماران و مشخص بودن مسئولیت قانونی در صورت بروز خطا از جمله موضوعات حساس در این حوزه است. اتحادیه اروپا و سازمان غذا و داروی آمریکا قوانین روشنی در زمینه استفاده از هوش مصنوعی در تجهیزات پزشکی تدوین کرده‌اند و سازمان جهانی بهداشت نیز دستورالعمل‌هایی در این زمینه ابلاغ کرده است. او تصریح کرد که در ایران هنوز قوانین خاص و مدون در حوزه سلامت برای هوش مصنوعی به‌طور کامل ابلاغ نشده است و نیاز به سیاست‌گذاری دقیق احساس می‌شود.

وی با اشاره به شکاف میان پزشکانی که به هوش مصنوعی اعتماد کرده‌اند و آنان که هنوز مقاومت نشان می‌دهند گفت همان‌طور که موبایل‌های هوشمند ناخواسته به بخش جدایی‌ناپذیر زندگی مردم تبدیل شدند پزشکان نیز ناچار به یادگیری و استفاده از ابزارهای تخصصی هوش مصنوعی هستند و در غیر این صورت از عرصه خدمت کنار زده می‌شوند.

احمدی متخصصان را به دو دسته تقسیم کرد و گفت: گروهی که به روش‌های سنتی تکیه می‌کنند و گروهی که خود را با تحولات روز تطبیق می‌دهند و از هوش مصنوعی برای ارتقای خدمات بهره می‌گیرند. او تأکید کرد:

هوش مصنوعی می‌تواند کیفیت تشخیص و درمان را به طور قابل توجهی ارتقا دهد. وی در پایان با اشاره به فعالیت‌های دانشگاه علوم پزشکی هوشمند گفت: در سال جاری چندین وبینار بین‌المللی با همکاری سازمان‌های جهانی در زمینه به‌کارگیری هوش مصنوعی در آموزش علوم پایه پزشکی، علوم بالینی، آموزش بیمارستانی و حتی توانبخشی برگزار شده است. احمدی تغییر را واقعیتی اجتناب‌ناپذیر در جهان دانست و تأکید کرد که تنها راه موفقیت در این مسیر یادگیری و انطباق مداوم با تحولات فناورانه است.

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۸۰۱۷۰۰۷۴۹۱ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۲۹ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رضوانشهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای خانم جاویدصابر فرز ند بیت الله بشماره شناسنامه ۲ صادره از رضوانشهر در شش دانگ یک قطعه زمین باغی مشتمل بر درختان مثمر و غیر مثمر به مساحت ۲۱۲۳ متر مربع پلاک ۸۵۵ فرعی از ۳۹ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۲۷ فرعی از ۳۹ اصلی واقع در قریه رودسر کلات خریداری از مالک رسمی آقای خانم/ حسن روستا پور 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 ظرف 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 : ۱۴۰۴/۰۶/۸ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۴/۰۶/۲۳

۱۹۸۶۴۴۱ شناسه - رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - کیانوش کیانی نژاد

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۸۰۱۷۰۰۷۰۷۵ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۲۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رضوانشهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای خانم نبی اله بهرامی کرکوندی فرزند محمود بشماره شناسنامه ۲۵۲ صادره از سده لنجان در شش دانگ یک قطعه زمین مشجر به مساحت ۴۵۲/۹۹ متر مربع مشتمل بر بنای احداثی و محوطه پلاک ۴۷۲ فرعی از ۵۹ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۵۳ فرعی از ۵۹ اصلی واقع در قریه گیل چالان بخش ۲۷ گیلان خریداری از مالک رسمی آقای خانم دلبر خانم رحیمی گیل چالان 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 ظرف 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 : ۱۴۰۴/۰۶/۸ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۴/۰۶/۲۳

۱۹۸۹۱۹۱ شناسه - رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - کیانوش کیانی نژاد

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۸۰۱۷۰۰۱۲۰۹۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۶ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رضوانشهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای خانم ثریا شکیبائی فرزند منصور بشماره شناسنامه ۵۹۰ صادره از در فؤل در شش دانگ یک قطعه زمین مشجر به مساحت ۱۱۰۴/۲۹ متر مربع مشتمل بر بنای احداثی و محوطه پلاک ۴۴۱ فرعی از ۶۳ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۳ فرعی از ۶۳ اصلی واقع در قریه دارسرای بخش ۲۷ گیلان خریداری از نسق سیدناز آقاموسوی 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 ظرف 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 : ۱۴۰۴/۰۶/۸ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۴/۰۶/۲۳

۱۹۹۰۵۳۰ شناسه - رئیس ثبت اسناد و املاک رضوانشهر - کیانوش کیانی نژاد

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

برابر رای شماره ۱۳۰۳۶۰۳۱۰۳۵۶۰۱۷۷۱۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۰۱ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه ۲ ساری تصرفات مالکانه مجید هادیان کارنامی فرزند محمود به شماره ملی ۵۷۶۹۶۳۵۴۴۸ نسبت به شش دانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۱۲۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۳ اصلی واقع در قریه آزاد گله 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 ۱۳۶۹ ۲۰ تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۴/۰۶/۲۳ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۴/۰۷/۰۷

بهنام سراج مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک منطقه دو ساری

تالاب «گل نیلوفر» بابل ثبت جهانی شد



ثبت جهانی تالاب «گل نیلوفر» بابل، نقطه عطفی در مسیر حفاظت از میراث طبیعی ایران است. این تالاب با وسعت ۳۴ هکتار، اکنون به عنوان پنجمین تالاب ثبت شده کشور و یکصد و هفتادمین تالاب جهانی شناخته می شود

شهردار بابل از ثبت تالاب گل نیلوفر به عنوان پنجمین تالاب کشور و یکصد و هفتادمین تالاب جهان خبر داد.

به گزارش نقش قلم ، سید حامد بیگایی در دومین جشنواره فرهنگی، گردشگری و زیست محیطی «او تی تی» با حضور جمعی از مسئولان استانی و شهری و شهروندان بابل که در محل تالاب گل نیلوفر این شهرستان برگزار شد، به ظرفیت های متنوع این تالاب اشاره کرد و گفت: این تالاب میزبان فعالیت های گردشگری پیاده روی، دوچرخه سواری و آموزش کودکان در حوزه های مختلف است.

وی ثبت جهانی این تالاب را افتخاری بزرگ برای بابل دانست و بر لزوم حفظ و حراست از آن برای آینده فرزندان و توسعه پایدار شهری تأکید کرد.

شهردار بابل از دوستاناران محیط زیست و شهروندان خواست تا با همدلی، در توسعه گردشگری و سرمایه گذاری این

شهر مشارکت کرده و این مکان زیبا و امن برای پرندگان را حفظ کنند. مهدی کاردگر، رئیس شورای اسلامی شهر بابل نیز در سخنانی بر اهمیت نگهداری و استمرار کارکردهای مهم تالابها تأکید کرد.

وی با اشاره به سیلاب های گذشته که به وجود آمدند، بر لزوم تلاش برای حفظ تالابها تأکید کرد و افزود: توسعه شهری لازمه بهره برداری از این ظرفیت هاست و وظیفه مجموعه مدیریت شهری است که در این راستا

تلاش کند. کاردگر از تمام کسانی که در معرفی بابل به عنوان «شهر جهانی تالابها» زحمت کشیده اند، قدردانی کرد و خواستار ایجاد زیرساخت های لازم در حوزه گردشگری برای این تالاب شد. این جشنواره با هدف معرفی هرچه بیشتر تالاب گل نیلوفر، افزایش آگاهی عمومی نسبت به اهمیت زیست محیطی آن و ترغیب مشارکت شهروندان در حفظ این میراث طبیعی برگزار شد.

مدیرکل کمیته امداد مازندران:

جشن عاطفه ها، تجلی همبستگی ملی و سرمایه گذاری برای آینده است



انسان خرج می شود. وی با اشاره به کمک ۶۸ میلیارد تومانی مردم در سال گذشته به دانش آموزان یتیم، افزود: امروز بسیاری از مدیران برجسته کشور، فرزندان همین خانواده های مددجو هستند. حمایت از دانش آموزان، سرمایه گذاری برای آینده و تحقق گام دوم انقلاب اسلامی است. معافی با نگاهی تحلیلی به نفوذ فرهنگی آمریکا در منطقه از طریق دانشگاه ها گفت: آمریکا پایگاه نظامی نمی سازد، بلکه دانشگاه هایی چون استانبول، بیروت و کابل را اشغال می کند. اما شما با کمک به دانش آموزان بی بضاعت، دانشمندان چون احمدی روشن را برای امام مستضعفان تربیت می کنید. او با اشاره به آمارهای قابل توجه استان

مدیرکل کمیته امداد مازندران با اشاره به مشارکت گسترده مردمی در حمایت از دانش آموزان نیازمند، جشن عاطفه ها را مصداقی از «مرگ بر آمریکا» در قالب خدمت به مردم دانست و از نقش بی بدیل کمک های مؤمنانه در تربیت نسل آینده دانشمند و متعهد یاد کرد و گفت: جشن عاطفه ها، تجلی همبستگی ملی و سرمایه گذاری برای آینده مستضعفان است. میثم معافی با تأکید بر نقش حیاتی مردم در حمایت از دانش آموزان نیازمند، اظهار کرد: در آیین جشن عاطفه ها، مردم مازندران، هشت میلیارد تومان برای دانش آموزان واریز کردند؛ این در حالی است که دشمنان میلیارد ها دلار صرف ساخت بمب می کنند. اینجا پول برای ساختن



شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا

moallemkala.ir

فروشگاه اینترنتی خرید اقساطی

