



مدال در خشان نوجوان
ایزد شهری در شن های
جهان

۸



۱۲۳ تور زیر آبی
در یارک ملی بوجاق
جمع آوری شد

۴



نمایشگاه «اسوه» در سوادکوه
افتتاح شد؛ پایگاه های مقاومت،
سر پنجه های انقلاب اسلامی
خوانده شدند

۲

نظارت بر توزیع ارزاق عمومی و معیشت مردم، اولویت دادستان ها است

۴



تحول در آموزش عالی با محوریت هوش مصنوعی

دانشگاه ها در مسیر توسعه هوشمند؛ مازندران در خط مقدم تغییرات

۲

تجلیل از پژوهشگران جوان بر رشته رشته علوم پزشکی کشور در ساری

همایش ملی و بین المللی پژوهش و فناوری دانشجویان علوم پزشکی کشور، در دانشگاه علوم پزشکی مازندران بعد از سه روز تبادل دانش با معرفی برگزیدگان در ساری به کار خود پایان داد.

معاون تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی مازندران در این همایش گفت: ۴ هزار مقاله به دبیرخانه این کنگره علمی ارسال شد که از نظر کمی و کیفی بی سابقه است.

۲

هوش مصنوعی در مراقبت های بهداشتی؛ انقلابی در دنیای پزشکی

هوش مصنوعی (AI) به عنوان یکی از شاخه های تحول آفرین علوم کامپیوتر، در حال ایجاد انقلابی در حوزه پزشکی و خدمات درمانی است. با رشد روزافزون داده ها و نیاز به تصمیم گیری های دقیق تر، فناوری های هوش مصنوعی توانسته اند سیستم های مراقبت های بهداشتی را هوشمند، کارآمد و شخصی سازی شده کنند.

۷



شرق مازندران در آستانه ازدست دادن میراث سرخ

۳

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

اقتساط 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

استخدام نیرو باسابقه ومتعهد

معلم 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

۰۹۰۱ ۱۹۰ ۵۶۹۴

مازندران / ساری
خیابان فرهنگ / فرهنگ ۱۰

نمایشگاه «اسوه» در سوادکوه افتتاح شد؛ پایگاه‌های مقاومت، سرپنجه‌های انقلاب اسلامی خوانده شدند



آیین افتتاحیه نمایشگاه «اسوه» با حضور گسترده مسئولان محلی، فرماندهان نظامی و اقشار مختلف مردم در مسجد جامع شهر پل سفید برگزار شد. در این مراسم، سرهنگ پیوند، فرمانده سپاه سوادکوه، با تأکید بر نقش بی‌بدیل پایگاه‌های مقاومت، آنان را «سرپنجه‌های انقلاب اسلامی» خواند که با روحیه‌ای جهادی در عرصه‌های فرهنگی، اجتماعی و امنیتی به مردم خدمت می‌کنند. این نمایشگاه با هدف نمایش دستاوردهای پایگاه‌های برتر و ترویج الگوی «مسجد، محله، پایگاه» برپا شده است.

آیین افتتاحیه نمایشگاه «اسوه» با حضور جمعی از مسئولان شهرستانی، فرماندهان پایگاه‌های مقاومت بسیج و اقشار مختلف مردم، روز گذشته در مسجد جامع شهر پل سفید برگزار شد.

سرهنگ پیوند، فرمانده سپاه سوادکوه، در این مراسم با گرامیداشت نقش پایگاه‌های مقاومت در صیانت از دستاوردهای انقلاب اسلامی، اظهار داشت: «پایگاه‌های مقاومت، سرپنجه‌های انقلاب اسلامی هستند که در میدان‌های فرهنگی، اجتماعی و امنیتی با روحیه‌ای جهادی و انقلابی به مردم خدمت می‌کنند».

وی در ادامه با اشاره به محوریت نمایشگاه «اسوه» تحت عنوان «مسجد، محله، پایگاه»، خاطرنشان کرد: «این نمایشگاه فرصتی ارزشمند است تا نمونه‌ای از عملکرد و تلاش‌های شاخص پایگاه‌های برگزیده شهرستان در معرض دید همگان قرار گیرد».

انتخاب ۹ پایگاه اسوه از میان ۱۴۸ پایگاه مقاومت

فرمانده سپاه سوادکوه با اعلام این خبر که از میان ۱۴۸ پایگاه مقاومت بسیج در سطح شهرستان، ۹ پایگاه به عنوان پایگاه‌های اسوه و برتر انتخاب شده‌اند، تصریح کرد: «بسیج دانش آموزی و کانون تربیت محله، فعالیت‌های خود را در قالب کمیته‌های تخصصی از جمله کمیته‌های فرهنگی و اجتماعی، اقتصاد مقاومتی، فضای مجازی، تعلیم و تربیت، تربیت بدنی و امور دفاعی و امنیتی در این نمایشگاه ارائه کرده‌اند».

اهداف نمایشگاه: ترویج الگوهای موفق و تقویت پیوند سه‌گانه

سرهنگ پیوند، هدف اصلی از برگزاری این نمایشگاه را «ترویج الگوهای موفق فعالیت‌های مردمی» و «تقویت ارتباط میان نهاد مسجد، محله و پایگاه مقاومت» دانست و افزود: «این نمایشگاه، جلوه‌ای آشکار از بویایی، خلاقیت و روحیه خودباوری بسیجیان در مسیر تحقق آرمان‌های بلند انقلاب اسلامی است».

بازدید گسترده از غرفه‌ها و استقبال مردمی

در حاشیه این مراسم، غرفه‌های متعددی از پایگاه‌های مقاومت برپا شد که در آن‌ها، برنامه‌ها و اقدامات فرهنگی، آموزشی، جهادی و محرومیت‌زدایی این پایگاه‌ها به نمایش درآمد. این غرفه‌ها مورد بازدید مسئولان و عموم مردم قرار گرفت و با استقبال گسترده‌ای روبرو شد.

بر اساس این گزارش، نمایشگاه «اسوه» در مسجد جامع پل سفید، نه تنها به مثابه یک رویداد فرهنگی، بلکه به عنوان نمادی از پیوند ناگسستنی بسیج با مردم و تبلور روحیه ایثار و خدمت‌رسانی در محلات شهرستان سوادکوه قلمداد می‌شود.

تحول در آموزش عالی با محوریت هوش مصنوعی

دانشگاه‌ها در مسیر توسعه هوشمند؛ مازندران در خط مقدم تغییرات



فشار روانی کنکور و افزایش تمرکز بر کیفیت آموزش در دوران تحصیل منجر شود.

واحدی همچنین به نقش کارگروه مدیریت آموزش عالی استان در ارزیابی عملکرد دانشگاه‌ها اشاره کرد. بر اساس این سیاست، دانشگاه‌های غیرانتفاعی که نتوانند استانداردهای آموزشی را رعایت کنند، از چرخه فعالیت خارج خواهند شد. این اقدام می‌تواند به ارتقای سطح کیفی آموزش و جلوگیری از گسترش بی‌رویه مؤسسات کم‌کیفیت منجر شود. صالحی عمران در پایان سخنان خود، بر ضرورت ارتباط آموزش عالی با اشتغال و صنعت تأکید کرد. او تشکیل کارگروه‌های تخصصی، برنامه‌ریزی هدفمند و مهارت‌آموزی را راهکارهایی برای تحقق این هدف دانست. این رویکرد می‌تواند دانشگاه‌ها را از مراکز صرفاً آموزشی به نهادهایی مؤثر در توسعه اقتصادی و اجتماعی تبدیل کند.

هیأت علمی، به یکی از قطب‌های آموزش عالی کشور تبدیل شده است. دانشگاه مازندران به عنوان دانشگاه معین استان، با ۱۳ دانشکده و پذیرش دانشجو در ۲۵۷ رشته‌گرایش، نقش محوری در این تحول ایفا می‌کند. نسبت بالای دانشجویان بومی (۶۲ درصد) و حضور دانشجویان از سراسر کشور نشان‌دهنده جذابیت علمی و جغرافیایی این دانشگاه ساحلی است. همچنین، ترکیب جنسیتی دانشجویان (۶۴ درصد زن و ۳۶ درصد مرد) بیانگر تغییرات اجتماعی در گرایش به تحصیلات عالی است. در بخش دیگری از سخنان معاون وزیر علوم، به تداوم برگزاری کنکور در رشته‌های پرطرفدار مانند مهندسی و کامپیوتر اشاره شد. با این حال، ورود بدون آزمون بر اساس سوابق تحصیلی در بسیاری از رشته‌ها در حال گسترش است. از مجموع ۴۸۰ هزار دانشجوی پذیرفته‌شده در سال جاری، تنها ۱۵۰ هزار نفر از طریق آزمون سراسری وارد دانشگاه شدند. این تغییر رویکرد می‌تواند به کاهش

دانست؛ مراکزی که قرار است به عنوان موتور محرک نوآوری و کیفیت‌سازی در آموزش عالی عمل کنند. یکی دیگر از محورهای مهم این نشست، تفویض اختیار به دانشگاه‌ها بود. واحدی با اشاره به تفاوت‌های اقلیمی، اقتصادی و اجتماعی استان‌ها، تأکید کرد که هر دانشگاه باید بر اساس نیازهای بومی خود رشته‌های تحصیلی را بازتعریف و توسعه دهد. این سیاست می‌تواند به شکل‌گیری دانشگاه‌هایی با هویت منطقه‌ای و پاسخ‌گو به نیازهای محلی منجر شود. در همین راستا، رئیس دانشگاه مازندران، ابراهیم صالحی عمران، از آغاز ساماندهی آموزش عالی استان خبر داد. او با اشاره به تغییر رویکرد وزارت علوم از توسعه کمی به کیفی‌سازی، راهاندازی رشته‌هایی چون هوش مصنوعی، علوم شناختی و فناوری‌های نوظهور را یک ضرورت دانست. استان مازندران با برخورداری از ۱۰۷ دانشگاه، از جمله ۵ دانشگاه دولتی، و پذیرش ۱۶۷ هزار دانشجو و ۳۷۰۰ عضو

در نخستین جلسه کارگروه مدیریت آموزش عالی استان مازندران که با حضور معاون آموزشی وزیر علوم، تحقیقات و فناوری برگزار شد، سیاست‌های راهبردی دولت چهاردهم در حوزه آموزش عالی با تمرکز بر بهره‌گیری از ظرفیت‌های هوش مصنوعی، تفویض اختیار به دانشگاه‌ها و ساماندهی رشته‌های تحصیلی مورد بررسی قرار گرفت. این نشست که در دانشگاه مازندران برگزار شد، نویدبخش آغاز فصلی نو در مدیریت علمی و آموزشی کشور است. ابوالفضل واحدی، معاون آموزشی وزیر علوم، با تأکید بر نقش کلیدی فناوری‌های نوین در ارتقای کیفیت آموزش، اعلام کرد که بهره‌مندی دانشگاه‌ها از ظرفیت‌های هوش مصنوعی تا پایان سال جاری به مرحله اجرایی خواهد رسید. این سیاست نه تنها در حوزه آموزش بلکه در زیرساخت‌های مدیریتی و پژوهشی دانشگاه‌ها نیز تحول‌آفرین خواهد بود. واحدی بهره‌گیری از هوش مصنوعی را بخشی از برنامه اعتباربخشی به دانشگاه‌ها و ایجاد مراکز توسعه و تعالی

تجلیل از پژوهشگران جوان برجسته رشته علوم پزشکی کشور در ساری

در این همایش گفت ایران در آینده نزدیک با بهره‌برداری از یک طرح ویژه بازساختی به رتبه سوم جهان در این حوزه صعود خواهد کرد. دکتر شاهین آخوندزاده افزود: هدف از پزشکی بازساختی ترمیم و احیا بافت یا اندام آسیب دیده یا از دست رفته است. همچنین در ادامه معاون تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی مازندران گفت: مازندران رتبه دهم پژوهش‌های پزشکی کشور دارد.

همچنین رئیس دانشگاه علوم پزشکی مازندران در آیین اختتامیه این رویداد گفت: ۲ طرح با جذب سرمایه‌گذار وارد مدار تولید می‌شوند. دکتر رضایی افزود: جوانی جمعیت، هوش مصنوعی و سلامت، نوآوری و کارآفرینی در حوزه سلامت، سلول‌های بنیادی و پزشکی بازساختی، پزشکی شخصی و پزشکی از راه دور، نانو فناوری پزشکی از محورهای این رویداد علمی بود. معاون تحقیقات و فناوری وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نیز

این همایش که هزار دانشجو از دانشگاه‌های علوم پزشکی سراسر کشور در آن شرکت کردند با توجه به نیازها و فناوری‌های روز در دو محور علمی ویژه و فناوری‌های ویژه برگزار شد.

خیری دبیر علمی این همایش هم با اشاره به اینکه از چهار هزار مقاله ارسالی به دبیرخانه، ۳۷۰۰ مقاله پذیرفته شد اعلام کرد: از این تعداد یک هزار مقاله به صورت سخنرانی، پوستر عمومی و پوستر تخصصی در این کنگره پذیرش شد

همایش ملی و بین‌المللی پژوهش و فناوری دانشجویان علوم پزشکی کشور، در دانشگاه علوم پزشکی مازندران بعد از سه روز تبادل دانش با معرفی برگزیدگان در ساری به کار خود پایان داد.

معاون تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی مازندران در این همایش گفت: ۴ هزار مقاله به دبیرخانه این کنگره علمی ارسال شد که از نظر کمی و کیفی بی‌سابقه است. دکتر احمد علی عنایتی با بیان اینکه این کنگره ۳ روزه بود افزود:

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 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 می‌گردد:

املاک متقاضیان واقع در قریه برج خیل پلاک ۲ اصلی بخش ۳

۱۵۱۸ فرعی بنام آقای محمد باقر نصیری نسبت به شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۲۵۵ متر مربع خریداری بدون واسطه از خانم فرشته رحیمی رکنی مالک رسمی.

لذا به موجب ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین 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 هیات‌الصاق 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 رسید اخذ نمایند. معترض باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض میادرت 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 میادرت به صدور سند مالکیت می‌نماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست. بدیهی است برابر ماده ۱۳ آیین 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 . املاک در جریان ثبت و فاقد سابقه تحدید حدود واحد ثبتی آگهی تحدید حدود را به صورت اختصاصی منتشر می‌نماید. م الف ۲۰۱۸۰۵۵

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۷/۱۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴

مر قاضی قاسم پور رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان قائم شهر

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

برابر رای شماره ۱۴۰۴۰۳۱۰۰۰۱۰۰۴۵۹۱ شماره ۱۴۰۴/۰۶/۳۱ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه یک ساری متصرفی آقای سیدمحمدجواد ابیطحی فرزند سیدحسن نسبت به شش‌دانگ یک قطعه زمین به مساحت ۲۳۶/۵۳ متر به پلاک ۱۷۵۸ فرعی از ۳۴۴۲ اصلی در قریه مشهدی کلا واقع در بخش یک 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 ۲۰۱۸۱۲۸ کلاسه پرونده ۱۴۰۴/۸۳

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۷/۱۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴

یاسرملکی

رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت اسناد و املاک منطقه

یک ساری

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

برابر رای شماره ۱۴۰۴۰۳۱۰۰۴۵۷۰۰۷۸۵۶ مورخه ۱۴۰۳/۱۱/۲۴ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه سه ساری تصرفات مالکانه خانم فاطمه حجازیان فرزند جعفر بشماره ملی ۲۰۹۲۱۵۳۰۳۱ بشماره پرونده ۰۳۱-۱۴۰۳ نسبت به شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۲۲/۲۵ دویست و پنج متر و بیست و دو سانتیمتر متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۲ اصلی واقع در بخش ۳ ثبت ساری قریه تنگه لته خریداری از شعبان حجازیان 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 ۲۰۱۸۶۶۴

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۷/۱۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴

فریریز یوسفیان حمیدی رئیس 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 یک

برابر رای شماره ۱۴۰۴۰۳۱۰۰۰۱۰۰۴۶۶۱ مورخه ۱۴۰۴/۰۷/۰۲ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه یک ساری تصرفات مالکانه خانم فاطمه محمدی کرد خیلی فرزند علی نسبت به شش‌دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر ساختمان به مساحت ۱۴۹/۴۵ متر مربع به پلاک شماره ۵۶۰ فرعی از ۴۷۱ فرعی از پلاک ۳۴۳۲ اصلی واقع در قریه شیخ کلاه بخش یک ثبت ساری خریداری از مالک رسمی پس از کسر سهم وقف 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 ۲۰۱۶۸۱۳

کلاسه ۱۴۰۴/۴۵۳

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۷/۱۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۸/۰۴

یاسرملکی

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه یک شهرستان ساری

چاقوی بازار بر گلوی انار بومی؛

شرق مازندران در آستانه از دست دادن میراث سرخ



کارشناسان هشدار می‌دهند: «اقتصاد کوتاه‌مدت نباید باعث فراموشی میراث کشاورزی و فرهنگی شود. اگر بازار به گونه‌ای طراحی نشود که ارزش اقتصادی ارقام بومی نیز دیده شود، نسل‌های آینده فرصت چشیدن طعم واقعی انار اشرف را از دست خواهند داد.»



حمیدرضا معیری یکی از اهالی روستای «کوهستان» شهرستان بهشهر در حالی که از روند در پیش گرفته شده نسبت به حذف انارهای بومی ابراز نگرانی می‌کند، می‌گوید: با توجه به نفوذ ارقام اصلاح شده انار در بازار، باغداران به خودشان حق می‌دهند که به سمت کاشت ارقام اصلاح شده انار بروند. از نظر اقتصادی نیز حرف‌شان درست است. می‌گویند انار بومی درآمد زیادی ندارد. چون حدود یک ماه تا یک ماه و نیم پس از انار اصلاح شده یا انار ساوه که با نام انار «گل» نیز عرضه می‌شود به بازار می‌رسد.

وی می‌افزاید: محصول باغدار از درخت‌های انار بومی زمانی به بازار می‌رسد که قیمت انار در بازار شکسته شده و این انارهای بومی سهمی از بازار نوبرانه ندارند. ضمن این که ظاهر انارهای بومی در مقایسه با انارهای اصلاح شده رنگ و لعاب جذابی ندارد و همین باعث می‌شود که انار بومی کمتر مورد توجه مصرف‌کنندگان قرار بگیرد.

به گفته این فعال اجتماعی اهل روستای کوهستان، روند حذف درخت‌های انار بومی در باغ‌های منطقه هر سال بیشتر می‌شود و با استمرار این روند شاید تا یک دهه دیگر عملاً انار بومی شرق مازندران و بویژه انار اشرف به محصولی کمیاب در بازار تبدیل و به مرور نیز از سبد میوه مصرف‌کنندگان حذف شود.

محمدحسن حسنجانی کوهستانی، یکی دیگر از باغداران،

انار اشرف، میوه‌ای که روزگاری با طعم‌های متنوعش نماد باغداری شرق مازندران بود، امروز در خطر فراموشی و حذف کامل از انارستان‌های این منطقه قرار دارد. باغداران به دلیل فشار اقتصادی و جذابیت ارقام اصلاح شده داخلی و خارجی، به تدریج درختان بومی این میوه را از باغ‌ها حذف کرده‌اند؛ روندی که کارشناسان و اهالی منطقه آن را تهدیدی جدی برای میراث کشاورزی شرق مازندران می‌دانند.

میراثی که در گذر زمان کم‌رنگ شد

انار مازندران، هرچند به اندازه مرکبات برای بازارهای داخلی شناخته شده نیست، اما پیوند دیرینه‌ای با فرهنگ باغداری استان دارد. در گذشته، ارقام مختلف انار با طعم‌های شیرین، ملس و ترش در سراسر مازندران کاشته می‌شدند و باغداران چند درخت انار در کنار مرکبات و دیگر میوه‌ها نگهداری می‌کردند. حتی در برخی زمین‌ها، درختان انار برای تعیین مرز مورد استفاده قرار می‌گرفتند.



محمد رضا دعاگو

برای کارهای خود مسیری را انتخاب کنید
شهید «محمد رضا دعاگو» در وصیت‌نامه خود بیان کرد: به شما عزیزان توصیه می‌کنم که تا پای جان تابع و پشتیبان ولایت فقیه باشید، دنباله‌رو روحانیت متعهد باشید و در کارهای خود مسیری را انتخاب کنید که دنیا دوستی در آن نباشد.

شهید «محمد رضا دعاگو» دهم اردیبهشت ۱۳۳۶، در شهرستان آمل به دنیا آمد. پدرش علی محمد نام داشت. در تاریخ بیستم مهرماه ۱۳۵۹، در جاده آبادان بعد از این که بنی صدر دستور عقب نشینی نیروهای خودی را می‌دهد و دشمن وارد جاده‌ی آبادان می‌شود به دست نیروهای عراقی به اسارت درآمده و هنوز مفقودالاثر است.

فراری از وصیت‌نامه شهید «محمد رضا دعاگو»

به شما عزیزان توصیه می‌کنم که تا پای جان تابع و پشتیبان ولایت فقیه باشید، دنباله‌رو روحانیت متعهد باشید و در کارهای خود مسیری را انتخاب کنید که دنیا دوستی در آن نباشد. عزیزان شما را سفارش می‌کنم به مطالعه زیاد، که باعث می‌شود دید بازتری نسبت به همه مسائل داشته باشید و تصمیمات بهتری در زندگی بگیرید. از خواهرانم می‌خواهم که حجاب خود را رعایت کنند که برتر و بالاتراز خون شهید است.

آگهی فقدان سند مالکیت

خانم شهریانو حق دوست به شماره شناسنامه ۲۴۶۴۰ با کد ملی ۲۱۴۰۲۴۶۳۶۵ صادره از آمل فرزند حسین با وکالت آقای سعید طهماسبی با تسلیم دو برگ شهادت شهود که به تصدیق دفتر اسناد رسمی شماره ۳۵۹ بابلسر رسیده است مدعی است که سند مالکیت شش دانگ پلاک ۲۰۷۶۷ فرعی از یک اصلی واقع در بخش ۱۲ ثبت بابلسر به شماره مسلسل ۲۹۶۴۸۰ ه ۹۹ به شماره دفتر الکترونیکی ۰۵۷۶۷۳۰۰۳۱۰۰۲۰۳۱۰۰۴ به نامش ثبت گردیده در اثر جابجایی مفقود گردیده و در خواست صدور سند مالکیت المثنی از این اداره را نموده است

لذا با استناد به تبصره یک اصلاحی ذیل ماده یکصد و بیست آیین نامه قانون ثبت مراتب آگهی میشود تا چنانچه هر کسی مدعی انجام معامله یا وجود سند نزد خود باشد از تاریخ انتشار آگهی به مدت ده روز اعتراض خود را با ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله به این اداره تسلیم و رسیداخذ نماید در غیر اینصورت پس از انقضای فرجه قانونی اداره ثبت طبق مقررات نسبت به صدور سند مالکیت المثنی اقدام خواهد نمود. م

الف ۲۰۳۰۸۵۹

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴

سید روح الله اسمعیل پور

مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بابلسر

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده موسسه غیر تجاری دهکده ساحلی پزشکان کیا جم

ثبت شده به شماره ۱۴۳ و شناسه ملی ۱۴۰۱۱۶۱۷۳۲۶

بدینوسیله از کلیه اعضاء محترم (مالکان ویلاهای مجتمع) موسسه غیر تجاری دهکده ساحلی پزشکان کیا جم ثبت شده به شماره ۱۴۳ دعوت به عمل می آید تا در جلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۶ ساعت ۱۰ صبح و جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۶ ساعت ۱۱ صبح در آدرس استان گیلان، شهرستان رشت، خیابان لاکانی صندوق عدالت مجتمع کادوس کد پستی: ۴۱۳۸۸۴۳۹۴۱ تشکیل می شود حضور به هم رسانند.

دستور جلسه مجمع عمومی فوق العاده:

- اصلاح مواد اساسنامه
- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی فوق العاده باشد.

دستور جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده:

- انتخاب بازرسین
- ارائه و استماع گزارش هیئت امنا در خصوص عملکرد سال مالی منتهی به ۱۴۰۳/۱۲/۲۹
- تصویب ترانزنامه و حساب سود و زیان و صورتهای مالی منتهی به ۱۴۰۳/۱۲/۲۹
- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده باشد.

توجه مهم:

از نمایندگان و وکلای محترم مالکان ویلاهای مجتمع تقاضا می شود جهت حضور در جلسه، اصل یا کپی برابر اصل وکالت نامه رسمی یا نامه نمایندگی را به همراه داشته باشند. عدم ارائه وکالت نامه یا نامه نمایندگی معتبر موجب عدم پذیرش نماینده یا وکیل در جلسه خواهد شد.

حضور شما در این جلسه موجب تصمیم گیری بهتر و حفظ منافع کلیه مالکان محترم خواهد بود.

هیئت امنا

موسسه غیر تجاری دهکده ساحلی پزشکان کیا جم

دادستان کل کشور:

نظارت بر توزیع ارزاق عمومی و معیشت مردم، اولویت دادستان‌ها است

دولت از طریق مالیات و سایر درآمدهای قانونی تأمین شود. دادستان کل کشور درباره افزایش نظارت بر عملکرد ضابطین و نیروهای زیرمجموعه گفت: نظارت باید واقعی و مستمر باشد و در مواردی که تخلف یا کوتاهی مشاهده شد، برخورد قاطع صورت گیرد.

حجت‌الاسلام والمسلمین موحدی‌خواستار برگزاری دوره‌های آموزشی منظم برای قضات تازه‌وارد شد و یادآور شد که سال‌های آغازین قضاوت برای قضات بسیار تعیین‌کننده است.

برخورد با قاچاقچیان مواد مخدر و ایجاد ضربه مالی دادستان کل کشور برخورد با توزیع مواد مخدر را ضروری دانست و گفت: باید به قاچاقچیان ضربه مالی وارد شود و شبکه‌های سازمان‌یافته که در این حوزه فعالیت می‌کنند استخراج و مورد پیگرد قرار گیرند.

به گفته وی، اجرای احکام، پیگیری توقیف‌ها و نظارت بر اجرای درست دستورالعمل‌ها نیازمند دقت و پیگیری مستمر است.

وی همچنین بر استفاده از اطلاعات مردمی در کنار ظرفیت‌های اطلاعاتی رسمی تأکید کرد و خواست از ظرفیت‌های اطلاعاتی مردمی به شکل درست و هدفمند بهره‌برداری شود.



وی افزود: کاهش وابستگی به درآمدهای نفتی و تلاش برای افزایش درآمدهای مالیاتی کمک به تأمین بودجه دولت و ارائه خدمات به مردم خواهد کرد.

وی از مسئولان خواست تا همکاری کنند تا حقوق مردم و

فرهنگی و انتظامی مدیریت شود.

مبارزه با فرار مالیاتی و کمک به تأمین بودجه دولت

دادستان کل کشور فرار مالیاتی را یکی از مشکلات مهم عنوان کرد و خواستار پیگیری جدی پرونده‌های مرتبط شد.

دادستان کل کشور با اشاره به تلاش‌های دشمن برای ایجاد دغدغه در معیشت و روحیه مردم، گفت: یکی از وظایف مهم دادستان‌ها آرامش‌بخشی عمومی، نظارت بر توزیع ارزاق عمومی و خنثی‌سازی دسیسه‌هاست.

به گزارش نقش قلم حجت‌الاسلام محمد موحدی در نشست با دادستان‌های مراکز استان‌ها به میزبانی گرگان بر لزوم استفاده از ظرفیت‌های اطلاعاتی و جامعه برای شناسایی و مقابله با نقشه‌های دشمن تأکید کرد و خواست دادستان‌ها در تعامل با دستگاه‌های امنیتی و اطلاعاتی مطالبه‌گر باشند.

وی بر ضرورت حفظ «استقلال قاضی» تأکید کرد و گفت: قاضی و دستگاه قضایی نباید تحت تسلط جناح‌های سیاسی یا منافع اقتصادی قرار گیرند، زیرا در این صورت امکان جلب اعتماد و رضایت مردم فراهم نخواهد شد. دادستان کل کشور از دادستان‌ها خواست جایگاه دادستانی را ارتقا دهند و در انتخاب معاونان از نیروهای جوان، انقلابی و متخصص بهره بگیرند تا از نظر علمی و معنوی به ارتقای جایگاه کمک کنند.

حجت‌الاسلام موحدی با تأکید بر نظارت مستمر بر فضای مجازی و فرهنگ عمومی از دادستان‌ها خواست برای مناسبت‌هایی همچون ماه رمضان و سایر اجتماعات عمومی برنامه‌ریزی و پیگیری دقیق داشته باشند تا مسائل امنیتی،

سرپرست سازمان امور اراضی کشور:

نظارت بر خط معادن اقدامی لازم و تاثیرگذار است



مشکلات مردم خبر داد و گفت: طی یک سال اخیر، جلسات متعددی در سطح ملی و استانی برای حل اختلافات اراضی و مسائل مرتبط با ماده چهار بین مردم و بنیاد مسکن برگزار شده است. عبدالحکیم آق ارکاگلی افزود: تلاش می‌کنیم با بازنگری پرونده‌های اختلافی، مشکلات کشاورزان و دامداران مناطق مرزی برطرف شود.

وی با اشاره به وضعیت روستای آی‌تمبر که ۴۵۰ خانوار و ۱۵۰۰ نفر جمعیت دارد، اعلام کرد: این روستا دارای ۷۰۰ هکتار اراضی اختلافی است که برای نیمی از اهالی مشکل‌ساز شده است.

امر به بهبود اقتصاد و معیشت مرزنشینان کمک شایانی خواهد کرد.

سلیمان هاشمی با اشاره به فعالیت بیش از ۵۰ ساله کشاورزان و دامداران مناطق مرزی گنبدکاوس، رفع این مشکلات را مطالبه اصلی مردم دانست.

وی همچنین از اقدامات زیرساختی مانند روکش آسفالت جاده روستای آی‌تمبر در هفته گذشته خبر داد و خدمت به مناطق مرزی را که به تأمین امنیت کمک می‌کند، ارزشمند توصیف کرد.

نماینده مردم گنبدکاوس در مجلس شورای اسلامی، نیز از همکاری دولت و مجلس برای رفع

– سرپرست سازمان امور اراضی کشور با تأکید بر اینکه تمامی اراضی زراعی و مرتعی متعلق به مردم است، گفت: دولت هیچ‌گاه قصد خلع ید کشاورزان و دامدارانی را که سال‌ها از اراضی زراعی و مرتعی بهره‌برداری کرده و دارای حقوق قانونی هستند، ندارد.

به گزارش نقش قلم داور نامدار در جمع اهالی روستای مرزی آی‌تمبر گنبدکاوس گفت: وزارت جهاد کشاورزی، سازمان امور اراضی، منابع طبیعی، بنیاد مسکن، مجلس شورای اسلامی و دستگاه قضایی در تلاش‌اند تا اختلافات ارضی میان مردم و منابع طبیعی را در چارچوب قوانین برطرف کنند. وی توضیح داد: اراضی مورد اختلاف که مشمول قانون رفع تداخلات ارضی باشند، به‌احتمال قابل حل هستند و در غیر این صورت، کارگروه‌های تخصصی برای بررسی مجدد و رفع مشکلات تشکیل می‌شود.

وی با بیان اینکه بخش عمده اراضی مورد اختلاف مشمول این قانون نیستند، تأکید کرد: دولت با اجرای طرح‌هایی مانند مرتع‌داری و کشت گیاهان دارویی به دنبال حل مشکلات مردم در چارچوب قانون است.

نامدار همچنین خاطرنشان کرد: افرادی که اسناد معتبر از قوانین اصلاحات ارضی دارند، می‌توانند برای دریافت سند قانونی اقدام کنند.

فرماندار گنبدکاوس، نیز در این نشست گفت: هدف از حضور مقامات کشوری، رفع اختلافات اراضی میان مردم و منابع طبیعی است که این

۱۲۳ تور زیر آبی در پارک ملی بوجاق جمع‌آوری شد



وی با اشاره به مسئولیت اجتماعی آزاد جامعه در حفظ محیط‌زیست گفت: مشارکت فعال مردم با یگان حفاظت، ضامن تداوم تنوع زیستی منطقه و میراث طبیعی نسل‌های آینده خواهد بود.

مأموران یگان حفاظت محیط زیست شهرستان آستانه اشرفیه نیز موفق شدند یک شکارچی غیرمجاز را پیش از هرگونه اقدام به شکار در مناطق جنگلی این شهرستان شناسایی و دستگیر کنند. رامین حسین‌زاده رئیس اداره حفاظت محیط زیست آستانه اشرفیه نیز اعلام کرد: در پی دریافت گزارش‌های مردمی مبنی بر تردد افراد مشکوک در زیستگاه‌های جنگلی، مأموران یگان حفاظت بلافاصله وارد عمل شده و موفق به شناسایی و توقیف یک قبضه سلاح شکاری از فرد متخلف شدند.

وی افزود: «خوشبختانه این اقدام پیشگیرانه پیش از هرگونه آسیب به حیات‌وحش منطقه انجام شد و فرد متخلف جهت سیر مراحل قانونی به مراجع قضایی معرفی شد. مناطق جنگلی آستانه اشرفیه از زیستگاه‌های ارزشمند گونه‌های بومی و حمایت‌شده‌ای چون قرقاول به شمار می‌روند که حفاظت از آن‌ها نیازمند مشارکت و هوشیاری همگانی است.

سرپرست پارک ملی خشکی‌دریایی بوجاق اعلام کرد: با اجرای سلسله عملیات‌های حفاظتی در طول یک ماه گذشته ۱۲۳ عدد تور زیرآبی و ۵۷ دستگاه تله بازگیری غیرمجاز از عرصه‌های طبیعی این پارک جمع‌آوری شد.

به گزارش نقش قلم یعقوب رخس بهار با اعلام این‌خبر گفت: مأموران یگان حفاظت این منطقه موفق به ضبط سه حلقه تیوب، یک رشته سالیک، یک قبضه تفنگ تک‌لول مجاز، دو قبضه تفنگ دولول مجاز و یک قبضه تفنگ بادی کالبر ۵/۵ شدند.

وی از استمرار این اقدامات خبرداد و افزود: در ادامه عملیات‌ها، هفت باب کومه صیادی غیرمجاز و یک فروند قایق پارویی چوبی نیز کشف و جمع‌آوری شد.

رخس‌بهار تصریح کرد: در پی این اقدامات، پنج متخلف شکار و صید غیرمجاز شناسایی و جهت رسیدگی قانونی به مراجع قضایی معرفی شدند. سرپرست پارک ملی بوجاق ضمن قدردانی از همکاری مردم، تأکید کرد: گزارش سریع تخلفات از طریق سامانه ۱۵۴۰ نقش بسزایی در حفاظت از گونه‌های ارزشمند حیات‌وحش دارد و با متخلفان طبق قانون برخورد خواهد شد.

معاون صنایع صمت گیلان:

واحدهای بزرگ مصرف کننده گاز سوخت جایگزین تامین کنند



انرژی و خرید ماشین‌آلات جایگزین به آنها کمک کند.

اخلاقی با اشاره به اولویت‌های صنعتی گیلان افزود: در این طرح، صنایع سلولوزی، نساجی، قطعه‌سازی خودرو و برق و الکترونیک شامل لوازم خانگی در اولویت هستند و سند آمایش صنعتی استان نیز مبنا قرار دارد.

معاون صمت گیلان اظهار کرد: برنامه‌ای مشترک با سازمان گسترش و نوسازی صنایع ایران در دست اجراست تا تعدادی از واحدهای فعال دارای محصولات صادراتی یا مزیت‌های خاص برای حضور قوی‌تر در بازار، شناسایی و برای آنها طرح بازسازی و نوسازی تعریف شود.

به گفته وی، توافق اولیه با سازمان گسترش صورت گرفته است و پلتفرمی برای اجرای این طرح طراحی شده است که بزودی با حضور نمایندگان سازمان گسترش، مصادیق این طرح به‌صورت واحد به واحد بررسی و نهایی خواهد شد.

معاون صنایع و امور معادن اداره کل صنعت، معدن و تجارت گیلان از واحدهای صنعتی استان خواست در این پلتفرم ثبت‌نام کنند و افزود: در مرحله بعدی، فرم‌های عارضه‌یابی تکمیل و نیازهای هر واحد برای نوسازی مشخص می‌شود بر اساس تفاهم‌نامه موجود، امکان اعطای تسهیلات به این واحدها نیز وجود دارد.

وی تصریح کرد: سازمان گسترش می‌تواند از طریق خدمات مشاوره‌ای که هزینه آن توسط این سازمان تأمین می‌شود، برای واحدهای صنعتی طرح بازسازی و نوسازی تهیه کند یا در ارتقای راندمان

معاون امور صنایع و معادن اداره کل صنعت، معدن و تجارت گیلان با توجه به در پیش بودن فصل سرما اعلام کرد: واحدهای بزرگ مصرف‌کننده گاز از جمله صنایع فولادی و سلولوزی باید سوخت جایگزین خود را تأمین کنند.

سعید اخلاقی در گفت‌وگو با خبرنگار نقش قلم بر ضرورت ذخیره‌سازی سوخت جایگزین در واحدهای تولیدی تأکید کرد و گفت: چرا که احتمال افت فشار یا قطعی گاز در فصل زمستان وجود دارد. وی تصریح کرد: برنامه‌ریزی شده تا اواسط آبان‌ماه سوخت مورد نیاز این واحدها با هماهنگی وزارت صمت و وزارت نفت تأمین شود تا در صورت افت فشار گاز، فعالیت صنایع دچار وقفه نشود.

اخلاقی بازسازی و نوسازی ماشین‌آلات را از عوامل حیاتی برای تداوم فعالیت واحدهای تولیدی دانست و گفت: بخش عمده‌ای از صنایع گیلان که وابسته به بخش خصوصی هستند، در این زمینه به حمایت نیاز دارند.

وی بیان کرد: فرسودگی تجهیزات و ماشین‌آلات خطوط تولید در بسیاری از واحدهای صنعتی استان موجب افزایش قیمت تمام‌شده محصولات و کاهش توان رقابت‌پذیری در بازار شده است.

۱۰ درمان خانگی مؤثر برای دفع سنگ کلیه



با رعایت رژیم غذایی مناسب و استفاده از درمان‌های خانگی ساده، بسیاری از سنگ‌های کلیه‌ی کوچک می‌توانند بدون جراحی دفع شوند. با این حال، اگر درد شدید، تب، یا خون در ادرار دارید، باید فوراً به پزشک مراجعه کنید. ترکیب هیدراته ماندن، تغذیه سالم، و درمان‌های طبیعی ایمن بهترین راه برای حفظ سلامت کلیه هاست.

به گزارش نقش قلم، سنگ کلیه یکی از دردناک‌ترین مشکلات دستگاه ادراری است. اگر اندازه‌ی سنگ کمتر از ۶ میلی‌متر باشد، معمولاً می‌تواند به‌صورت طبیعی دفع شود. نوشیدن آب فراوان، مصرف برخی نوشیدنی‌های گیاهی مثل چای گل ختمی، آب کرفس یا آبلیمو و چند درمان طبیعی دیگر می‌توانند روند دفع را آسان‌تر و درد را کمتر کنند.

برای سنگ‌های بزرگ‌تر معمولاً درمان پزشکی لازم است، اما این روش‌های طبیعی می‌توانند به بهبود و پیشگیری کمک کنند.

۱. آب: مهم‌ترین درمان طبیعی نخستین و مؤثرترین گام در دفع سنگ کلیه، نوشیدن آب زیاد است. اگر به سنگ کلیه مبتلا هستید، روزانه ۱۲ تا ۱۶ لیوان آب (حدود ۳ تا ۴ لیتر) بنوشید تا حجم ادرار شما به حدود ۲.۵ تا ۳ لیتر در روز برسد. ادرار باید رنگی بسیار روشن داشته باشد. این کار باعث می‌شود سنگ سریع‌تر دفع شود و از تجمع بیشتر مواد معدنی که سنگ را بزرگ‌تر می‌کنند جلوگیری شود.

۲. آبلیمو
آبلیمو حاوی سیترات (اسید سیتریک) است که مانع تشکیل سنگ‌های رایج «کلسیم اگزالات» می‌شود. مطالعات نشان داده‌اند مصرف ۴ قاشق غذاخوری آبلیمو تازه، دو بار در روز می‌تواند خطر عود سنگ کلیه را تا ۵۰٪ کاهش دهد.

۳. سرکه سیب
سرکه سیب سرشار از اسید استیک است و می‌تواند تعادل pH ادرار را تغییر دهد. این خاصیت ممکن است از تشکیل سنگ‌های کلسیمی، اسید اوریک یا سیستینی جلوگیری کند. همچنین سرکه سیب دارای پلی‌فنول‌های گیاهی با اثرات ضدالتهابی قوی است که ممکن است درد سنگ کلیه را کاهش دهند.

نحوه مصرف ایمن: حداکثر ۲ قاشق غذاخوری در روز، رقیق شده در یک لیوان آب. زیاده‌روی در مصرف می‌تواند باعث کاهش پتاسیم و آسیب به مینای دندان شود.

۴. انار
آب انار سرشار از آنتی‌اکسیدان است و می‌تواند از التهاب و تشکیل

کریستال‌های کلسیمی جلوگیری کند. گرچه شواهد کافی برای تسریع دفع سنگ وجود ندارد، اما نوشیدن آب یا چای تهیه‌شده از پوست و دانه‌ی انار می‌تواند از بزرگ‌تر شدن سنگ جلوگیری کرده و ادرار را افزایش دهد.

۵. آب جوانه گندم (ویت‌گرس)
ویت‌گرس یا آب جوانه‌ی گندم منبعی غنی از منیزیم، کلروفیل و آهن است. این نوشیدنی خاصیت ادرارآور دارد و می‌تواند به دفع سنگ از طریق افزایش حجم ادرار کمک کند. برخی پژوهش‌های آزمایشگاهی نشان داده‌اند که عصاره‌ی ویت‌گرس ممکن است باعث تجزیه‌ی سنگ‌های کلسیمی شود.

۶. آب کرفس
آب کرفس سرشار از فلاونوئیدها و ترکیبات ضدالتهابی مانند آپیزین است که می‌تواند به شکستن سنگ‌های کلسیمی کمک کند. همچنین منیزیم موجود در کرفس خطر تشکیل مجدد سنگ کلیه

را کاهش می‌دهد. نوشیدن آب کرفس تازه به دلیل غلظت بیشتر مواد فعال نسبت به خود سبزی توصیه می‌شود.

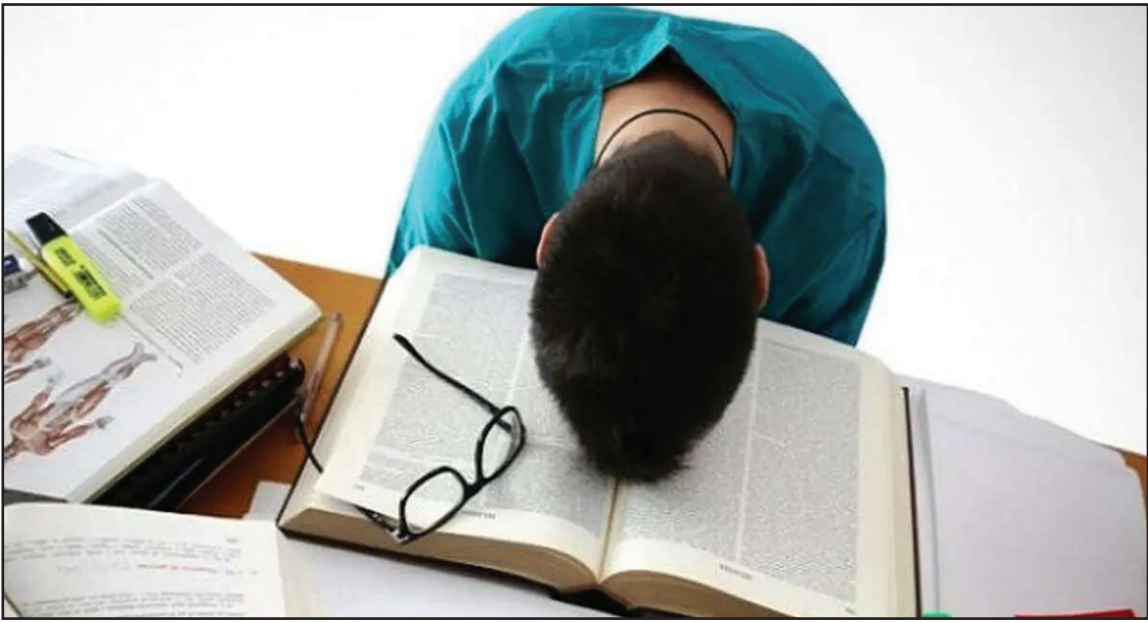
۷. گزنه (Stinging Nettle)
گزنه، که به‌صورت چای یا مکمل استفاده می‌شود، خاصیت ادرارآور دارد و می‌تواند به درمان بیماری‌های ادراری از جمله سنگ کلیه کمک کند. مطالعات حیوانی نشان داده‌اند که گزنه می‌تواند

از تشکیل سنگ جلوگیری کرده و حتی به شکستن آن کمک کند. مقدار مصرف ایمن روزانه تا ۲۴۰ میلی‌گرم گزارش شده است.

۸. لوبیای اسبی (Horse Gram)
لوبیای اسبی گیاهی بومی هند است که در طب آیورودا برای

درمان سنگ کلیه به کار می‌رود. برخی تحقیقات نشان داده‌اند که این گیاه می‌تواند سنگ‌های کوچک کلسیمی را حل کند و در پیشگیری از سنگ‌های جدید، حتی مؤثرتر از مکمل‌های پتاسیم سیترات باشد. این ماده به‌صورت پودر یا سوپ آماده در

چند راهکار برای مواجهه با دانش‌آموزانی که نسبت به انجام تکالیف مدرسه سهل‌انگاری می‌کنند



یک روانشناس کودک و نوجوان به بیان توصیه‌هایی برای والدین دانش‌آموزانی که در انجام تکالیف مدرسه‌شان سهل‌انگاری می‌کنند، پرداخت و گفت: تشخیص به موقع اختلال نقص توجه و اختلال یادگیری و درمان زودهنگامشان می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد و از افت تحصیلی دانش‌آموز جلوگیری کند.

به گزارش نقش قلم، یکی از چالش‌هایی که ممکن است تعدادی از والدین با آن مواجه باشند سهل‌انگاری دانش‌آموزان در انجام تکالیف مدرسه‌شان است و این مسئله به ویژه در اوایل سال تحصیلی دغدغه مهمی برای والدین ایجاد می‌کند.

در همین رابطه فاطمه کمالی تبار، روانشناس کودک و نوجوان بیان کرد: اگر دانش‌آموزی بیشتر در مقطع ابتدایی از روی خستگی و بی‌حوصلگی نوشتن تکالیف مدرسه برایش دشوار است والدین می‌توانند برای فرزندشان برنامه‌ریزی کنند که کودک پس از بازگشت به خانه، خوردن غذا و استراحت زمانی را برای انجام تکالیفش اختصاص دهد و با بررسی تکالیف دانش‌آموز بر کارش نظارت داشته باشند البته توصیه نمی‌شود والدین کنار کودک بنشینند تا تکالیفش را انجام دهد بلکه بیشتر باید نقش نظارتی داشته باشند و در فواصل زمانی به فرزندشان سر بزنند.

وی ادامه داد: اگر دانش‌آموز در زمان مشخص تکالیفش را انجام داد والدین می‌توانند از پاداش برای تقویت رفتار مثبت استفاده کنند و به فرزندشان بگویند اگر تکالیفت را تا ساعت مشخصی انجام دهی برای مثال یک ستاره به تو می‌دهم و اگر تعداد ستاره‌هایت

این روانشناس کودک و نوجوان افزود: والدین از این طریق می‌توانند فرزندشان را به انجام تکالیفش در ساعات‌های مشخصی عادت دهند و عادت رفتاری مطلوب در دانش‌آموز را شکل و تقویت کنند تا این رفتار توسط آن‌ها تکرار شود و به این نظم عادت کنند.

ویژگی‌های دانش‌آموزان بیش‌فعال
کمالی تبار گفت: تعدادی از دانش‌آموزان آرام و قرار ندارند و معلم گزارش می‌دهد که اصلاً به درس

گوش نمی‌دهد و به صورت مداوم حواسش پرت می‌شود، از دیکته عقب می‌ماند، به صورت مداوم با بچه‌های دیگر صحبت می‌کند، حین درس از جایش بلند می‌شود، دانش‌آموزان دیگر را اذیت می‌کنند، نمی‌تواند کلاس را تحمل کند و مدام تکالیفش نصفه می‌ماند و مادر گزارش می‌دهد مدام دوست دارد بازی کند و انقدر انجام تکالیفش طول می‌کشد که شب می‌شود و از مدرسه رفتن و نوشتن تکالیف شکایت می‌کند.

اگر چنین رفتارهایی را همراه با یکسری علائم دیگر نظیر پایین بودن نمرات در کودک مشاهده کردید بهتر است برای بررسی بیشتر به روانشناس کودک و نوجوان و یا روانپزشک فوق تخصص کودک و نوجوان مراجعه کنید چراکه ممکن است اختلال بیش‌فعالی یا نقص توجه و یا اختلال‌های دیگر نظیر اختلال در یادگیری در کودک وجود داشته باشد و این کودک حتماً باید توسط یک متخصص بررسی شود تا تحت درمان قرار گیرد.

وی ضمن اشاره به اینکه چنانچه دانش‌آموزی با اختلال نقص توجه مواجه باشد و تشخیص به موقع داده نشود در درس خواندن مشکل پیدا می‌کند و حتی اگر هوش بالایی داشته باشد دچار افت تحصیلی می‌شود، توضیح داد: دوره درمان اختلال‌های یادگیری تا ۱۱ سالگی است و دانش‌آموزی که دچار این اختلال است پس از آن به راحتی درمان نمی‌شود. بنابراین تشخیص این اختلال‌ها و درمان زودهنگامشان می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد و از افت تحصیلی دانش‌آموز جلوگیری کند.

سالاد همراه غذا؛ مفید یا مضر برای هضم؟

بنابراین، وزارت بهداشت به افراد دارای مشکلات گوارشی توصیه می‌کند که در مورد نوع، مقدار و زمان مصرف سبزیجات و سالاد با پزشک یا متخصص تغذیه مشورت کنند.

در مجموع، برای بیشتر افراد سالم، مصرف سبزیجات و سالاد همراه با غذا نه تنها مضر نیست، بلکه به عنوان بخشی از یک رژیم غذایی سالم، به بهبود عملکرد دستگاه گوارش کمک خواهد کرد.

شود. اما این نگرانی در شرایط عمومی برای بیشتر افراد سالم، غیرموجه است.

طبق اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، مصرف سبزیجات و سالاد برای افراد سالم نه تنها مشکلی ایجاد نمی‌کند، بلکه به دلیل فیبر، ویتامین‌ها و آنتی‌اکسیدان‌هایی که دارند، به هضم بهتر غذا و سلامت دستگاه گوارش کمک می‌کند. این مواد مغذی می‌توانند روند گوارش را تسریع کرده و به حفظ تعادل روده‌ها کمک

آیا خوردن سالاد همراه غذا می‌تواند باعث سوءهاضمه شود؟
کارشناسان وزارت بهداشت توضیح می‌دهند که برای بیشتر افراد سالم، مصرف سبزیجات و سالاد همراه با وعده‌های غذایی نه تنها مشکلی ایجاد نمی‌کند، بلکه به سلامت دستگاه گوارش کمک می‌کند.

به گزارش نقش قلم، بسیاری از افراد باور دارند که مصرف سالاد و سبزیجات همراه با وعده‌های غذایی می‌تواند منجر به مشکلات گوارشی مانند سوءهاضمه یا ناراحتی معده

نخستین جشنواره ورزشی ویژه افراد اوتیسم در رشت



هوش مصنوعی در مراقبت‌های بهداشتی؛ انقلابی در دنیای پزشکی

هوش مصنوعی (AI) به عنوان یکی از شاخه‌های تحول‌آفرین علوم کامپیوتر، در حال ایجاد انقلابی در حوزه پزشکی و خدمات درمانی است. با رشد روزافزون داده‌ها و نیاز به تصمیم‌گیری‌های دقیق‌تر، فناوری‌های هوش مصنوعی توانسته‌اند سیستم‌های مراقبت‌های بهداشتی را هوشمند، کارآمد و شخصی‌سازی‌شده کنند.

چالش‌های نظام سلامت در قرن ۲۱

سیستم‌های مراقبت‌های بهداشتی در سراسر جهان با چالش‌های متعددی روبه‌رو هستند. از جمله این چالش‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

افزایش جمعیت سالمندان

شیوع بیماری‌های مزمن و هزینه‌های درمانی بالا

کمبود نیروی انسانی متخصص

ناابری در دسترسی به خدمات درمانی

همه‌گیری کرونا (COVID-19) این مشکلات را نمایان‌تر کرد و نیاز به تحول دیجیتال در حوزه سلامت را سرعت بخشید.

نقش هوش مصنوعی در تحول مراقبت‌های بهداشتی

هوش مصنوعی می‌تواند با تحلیل داده‌های پیچیده، تصمیم‌گیری بالینی را بهبود بخشد و بار کاری پزشکان را کاهش دهد. استفاده از داده‌های ژنومی، اقتصادی و بالینی، همراه با فناوری‌های نوینی مانند اینترنت اشیا (IoT) و موبایل، مسیر را برای مدل‌های نوین ارائه خدمات درمانی مبتنی بر داده هموار کرده است.

محاسبات ابری و هوش مصنوعی؛ هم‌افزایی برای سلامت هوشمند

رایانش ابری (Cloud Computing) امکان پردازش حجم عظیمی از داده‌های پزشکی را با سرعت و هزینه کمتر فراهم کرده است. این فناوری، بستر توسعه سیستم‌های هوش مصنوعی مقیاس‌پذیر و ایمن را ایجاد کرده که می‌توانند در مراکز درمانی سراسر جهان پیاده‌سازی شوند.

تعریف هوش مصنوعی و نحوه عملکرد آن

هوش مصنوعی شاخه‌ای از علوم کامپیوتر است که با طراحی الگوریتم‌ها و سیستم‌هایی سروکار دارد که قادرند رفتارهای شناختی انسان مانند یادگیری، استدلال و حل مسئله را تقلید کنند.

قدرت AI در یادگیری از داده‌های چندبعدی و تشخیص الگوهای پنهان است؛ برای مثال، یک سیستم هوش مصنوعی می‌تواند پرونده کامل پزشکی بیمار را تحلیل و احتمال تشخیص بیماری را پیش‌بینی کند.

زیرشاخه‌های اصلی هوش مصنوعی در پزشکی

۱. یادگیری ماشین (Machine Learning)

در یادگیری ماشین، الگوریتم‌ها از داده‌ها برای یادگیری و پیش‌بینی استفاده می‌کنند. این یادگیری می‌تواند:

نظارتی (Supervised): بر اساس داده‌های برچسب‌گذاری‌شده (مثلاً تصاویر اشعه ایکس با تشخیص تومور).

بدون نظارت (Unsupervised): برای کشف الگوهای پنهان در داده‌ها.

یادگیری تقویتی (Reinforcement Learning): از طریق آزمون و خطا و دریافت پاداش برای تصمیم‌های درست باشد.

۲. یادگیری عمیق (Deep Learning)

یادگیری عمیق زیرمجموعه‌ای از یادگیری ماشین است که از شبکه‌های عصبی چندلایه برای شناسایی الگوهای پیچیده استفاده می‌کند. این فناوری امروزه در تشخیص تصویر، تحلیل گفتار و پردازش زبان طبیعی کاربردهای گسترده‌ای دارد و نقش مهمی در پزشکی دقیق ایفا می‌کند. آیا تا به حال در حوزه درمانی از دیپ لرنینگ‌ها استفاده کردید؟

آینده سیستم‌های هوش مصنوعی در پزشکی

در آینده نزدیک، سیستم‌های سلامت با ترکیب قدرت داده، هوش مصنوعی و تحلیل پیش‌بینی‌کننده، به سمت پزشکی شخصی‌سازی‌شده (Personalized Medicine) حرکت خواهند کرد. این مسیر می‌تواند تجربه بیماران را بهبود بخشد، خطاهای تشخیصی را کاهش دهد و هزینه‌های درمان را به‌طور چشمگیری کم کند.

نتیجه‌گیری

هوش مصنوعی دیگر یک فناوری آینده‌نگر نیست، بلکه ابزاری عملی و مؤثر در حال حاضر است که توانسته کیفیت خدمات درمانی را ارتقا دهد. با توسعه زیرساخت‌های دیجیتال، آموزش نیروی انسانی و تدوین قوانین اخلاقی، می‌توان به آینده‌ای امیدوار بود که در آن انسان و ماشین در کنار هم، مراقبت بهتری برای بیماران فراهم کنند.



گزارشی از درخشش نوجوان مازندرانی در مسابقات جهانی کشتی ساحلی

مدال درخشان نوجوان ایزدشهری در شنه‌های جهان



او همچنین از بزرگ‌ترین حامیان زندگی‌اش یاد می‌کند: پدر و مادرش پشوتانه اصلی من بودند. دعای خیرشان همیشه همراهم بود. حضور پدرم در تمرینات به من انگیزه می‌داد. کپچ در پایان حرف‌هایی هم برای مسئولان دارد: کشتی ساحلی باید همانند کشتی آزاد و فرنگی جدی گرفته شود. استعدادهای زیادی در این رشته هست، اما حمایت کافی نمی‌شوند. و پیامی نیز برای هم‌سن‌وسالانش دارد: قهرمانی در دو هفته و دو ماه به دست نمی‌آید. باید سخت تلاش کرد، امید داشت و به خدا توکل کرد.

مسیرم را تغییر داد. الگوی ورزشی او حسن یزدانی است؛ پهلوان محبوبی که بسیاری از نوجوانان مازندرانی راه او را دنبال می‌کنند. کپچ نیز با تأسی از او می‌گوید: می‌خواهم روزی مدال طلای جهان و المپیک را برای ایران بگیرم؛ در کشتی ساحلی و آزاد این قهرمان نوجوان نقش مهم مربیان‌ش را فراموش نمی‌کند و گفته آقایان حسین علیزاده، امیر چوشلو و میثم صالحی از بهترین مربیان من بودند. بیشترین تأثیر را آقای علیزاده داشتند که مدیریت آکادمی کشتی پوریای ولی بونده محمودآباد را هم برعهده دارند.»

تمرین کردم و اکنون در وزن ۶۰ کیلوگرم کشتی می‌گیرم. کپچ با پشت سر گذاشتن مراحل استانی و کشوری، پس از کسب رتبه اول مازندران و نایب‌قهرمانی ایران، به ترکیب تیم ملی اعزامی به مسابقات جهانی کاترینی یونان راه یافت. او در این رقابت‌ها با حریفانی از آذربایجان، پرتغال، یونان، فرانسه و اوکراین روبه‌رو شد و سرانجام موفق شد نخستین مدال جهانی خود را بر گردن بیاویزد. او دشوارترین لحظه مسابقاتش را این‌گونه روایت می‌کند: اولین کشتی‌ام با قهرمان اروپا از آذربایجان بود. استرس زیادی داشتم اما توانستم او را شکست بدهم و همین برد

در روزگاری که ورزش به میدان غیرت و اراده جوانان ایرانی تبدیل شده است، نامی از شمال کشور دوباره بر سر زبان‌ها افتاده: علی‌اصغر کپچ، نوجوان ۱۵ ساله اهل ایزدشهر از شهرستان نور در استان مازندران، با کسب مدال برنز جهانی کشتی ساحلی در کشور یونان، افتخاری دیگر برای ورزش ایران رقم زد. این قهرمان نوجوان که از هشت سالگی پا به دنیای کشتی گذاشته، درباره آغاز مسیر ورزشی خود به خبرنگار نقش قلم می‌گوید: در خانواده‌ای کشتی‌گیر بزرگ شدم. کشتی فقط یک ورزش نبود، راه و رسم زندگی‌ام بود. از ده سالگی حرفه‌ای



شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا



معلم کالا

moallemkala.ir

فروشگاه اینترنتی خرید اقساطی