



بهسازی و تیریزی
کوچه‌های شهری در
زیراب

۸



رئیس اتاق گیلان از خسارت
صادر کنندگان مواد غذایی به
دلیل تاخیرهای مرزی

۴



بابایی: روستای
قاجار خیل خورندین
فاقد طرح هادی است

۲

جشنواره اقوام، بیانگر پیوند تاریخی ایران با کشورهای همسایه است

۴



وقتی برنج بومی از خانه شمالی‌ها عقب‌نشینی می‌کند

۳

پای دستگاه قضا برای تسریع
در تکمیل نیروگاه زباله‌سوز
ساری باز شد

۲

۲۲۰ هزار خانه روستایی
کشور تا پایان امسال نوسازی
می‌شود

۳

مسابقه کاسپین رباتیک
دانش آموزی در گیلان
برگزار شد

۴

هوش مصنوعی مولد؛
تجربه سفر را تغییر
می‌دهد

۷

قطع گاز ویلاها و سکونتگاه‌های
غیر دائم در مازندران با هدف
پایداری شبکه

۸



شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا

معلم کالا

moallemkala.ir

فروشگاه اینترنتی خرید اقساطی

بابایی: روستای قاجار خیل خورندین فاقد طرح هادی است



فرماندار میاندورود با اشاره به اینکه روستای قاجارخیل خورندین فاقد طرح هادی است، یادآور شد: در کمیته برنامه‌ریزی شهرستان برای انتخاب مشاور طرح هادی این روستا، اعتبار لحاظ کردیم.

به گزارش نقش قلم مرتضی بابایی در نشست بررسی مسائل عمرانی، بهداشتی و زیربنایی شهرستان با حضور علی بابایی کارنامی نماینده مردم ساری و میاندورود در مجلس و تعدادی از مدیران کل مرتبط گفت: در پروژه نهضت ملی مسکن، برای تعیین سرانه بهداشتی، زمین در حال خریداری است ضمن اینکه زمین سرانه آموزشی هم در حال خریداری بوده و تا یک ماه آینده تحویل داده می‌شود.

بابایی لولتی افزود: پروژه ساختمان اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی و جهاد کشاورزی هم از مواردی است که پیگیر هستیم به بهره‌برداری برسد. وی با اشاره به وضعیت فیبر نوری در روستاهای سنه‌کوه و وارمی و مشکل مخابراتی روستای کیاپی، اظهار کرد: تیم بهینه‌سازی برای رفع این مسائل از سوی دستگاه مرتبط استانی، اعزام می‌شود ضمن اینکه پروژه فیبر نوری شهر سورک و طبقه هم انجام خواهد شد.

این مسئول با بیان اینکه در بحث اعتبارات دهیاری‌ها دچار مشکل هستیم، ادامه داد: برخی دهیاری‌ها فاقد ساختمان هستند، به دلیل پرجمعیت بودن روستاهای میاندورود، می‌طلبید که در این زمینه عنایت ویژه صورت گیرد. بابایی خاطرنشان کرد: در حال حاضر بخشی از اعتبارات ماده ۴۲ با هماهنگی فرمانداران برای دهیاری‌ها واریز می‌شود اما این حوزه نیازمند تقویت است.

وی با اشاره به اینکه روستای قاجارخیل خورندین فاقد طرح هادی است، یادآور شد: در کمیته برنامه‌ریزی شهرستان برای انتخاب مشاور طرح هادی این روستا، اعتبار لحاظ کردیم و انتخاب مشاور صورت گرفته و نقشه‌برداری‌های اولیه انجام گرفته و مشاور باید طرح پیشنهادی را ارائه دهد تا در کمیته‌های مرتبط از جمله کمیته فنی و تصویب به تصویب برسد.

فرماندار میاندورود با بیان اینکه پل ورودی روستای پلنگ‌آزاد نیازمند تعریض است، اظهار کرد: از ۱۲ کیلومتر طرح هادی روستای برگه، بخش اعظمی انجام شده و حدود ۲ کیلومتر باقی مانده است ضمن اینکه طرح هادی روستای چوکلا بیشه سر هم نیازمند بازنگری است.

بابایی با اشاره به اینکه برآورد هزینه برای پروژه آبرسانی به روستاهای لالیم، کیاپی، ماکران و پيله کوه صورت گرفت و انعقاد قرارداد با پیمانکار انجام شد، خاطرنشان کرد: برای احداث ساختمان مرکز بهداشت بادهله هم ۴ میلیارد تومان اعتبار تخصیص یافت.

لزوم تکمیل ساختمان دهیاری‌ها

در بخش دیگری از این نشست نماینده مردم ساری و میاندورود در سخنانی گفت: در طبقه طرح هادی باید تدوین شود که دغدغه‌های مردم را رفع کند.

علی بابایی کارنامی با بیان اینکه شهرداری طبقه طرح را آماده کرده و برای اجرا به بسیج سازندگی ارائه کند، اظهار کرد: پروژه فیبر نوری شهر سورک، محبث مهمی است و در صورت اجرا، جزو چند شهر نخست است که می‌تواند از این مزایا بهره‌مند شود.

وی افزود: با توجه به مهاجرت معکوس و بازگشت افراد به روستاها، انتظار داریم در احداث ساختمان دهیاری‌ها مساعدت ویژه صورت گیرد.

خاویار، دیپلماسی نرم ایران در آسیای میانه



فرم‌های درخواستی و ارائه مستندات مربوط به فرآیند تولید از سوی شرکت‌های ایرانی، مراحل نهایی ثبت‌نام و اخذ مجوز صادرات انجام خواهد شد. تمامی محصولات صادراتی نیز تحت نظارت کامل دامپزشکی و با انجام نمونه‌برداری‌های ادواری از نظر باقی‌مانده‌های دارویی و شاخص‌های میکروبی کنترل می‌شوند و گواهی سلامت از سوی سازمان دامپزشکی کشور صادر خواهد شد.

مدیرکل دامپزشکی مازندران با تأکید بر اهمیت ایجاد صادرات پایدار بین دو کشور گفت: توسعه همکاری‌های بهداشتی و نظارتی می‌تواند اعتماد بازار هدف را افزایش داده و حضور مستمر تولیدکنندگان مازندرانی را در بازار ازبکستان تضمین کند.

انتخاب ازبکستان، انتخابی هوشمندانه است. این کشور نه ساحل دارد و نه دسترسی مستقیم به آب‌های آزاد، اما به‌نیال تبدیل شدن به هاب توزیع منطقه‌ای در آسیای میانه است. حضور خاویار ایران در این بازار، می‌تواند دروازه ورود به کشورهای پیرامونی باشد و نقش ایران را در زنجیره تأمین منطقه‌ای تقویت کند. خاویار مازندران امروز فقط یک محصول لوکس نیست؛ نماد پیوند محیط‌زیست، دانش فنی، سرمایه‌گذاری خصوصی و سیاست‌گذاری دولتی است. اگر دولت چهاردهم بتواند این مسیر را با ثبات، شفافیت و حمایت مستمر ادامه دهد، اقتصاد دریامحور می‌تواند از یک شعار زیبا، به ستون واقعی اقتصاد غیرنفتی کشور تبدیل شود.

متوسط، افزایش تقاضای کالاهای لوکس غذایی و پیوندهای فرهنگی، ظرفیت بالایی برای محصولات ایرانی دارد. دامپزشکی؛ بازیگر پنهان دیپلماسی اقتصادی نقش دامپزشکی در این مسیر، فراتر از یک نهاد نظارتی صرف است. آنچه در مذاکرات اخیر با طرف ازبکستانی رخ داده، نمونه‌ای روشن از دیپلماسی فنی و بهداشتی است؛ جایی که استانداردهای سلامت، ابزار اعتمادسازی در بازارهای بین‌المللی می‌شوند. حمزه آقاپور کاظمی در نشست شورای اقتصادی مازندران در ساری با اشاره به رایزنی با کشور ازبکستان درباره صادرات، اظهار کرد: با پیگیری‌ها و مذاکرات انجام‌شده در جریان سفر

هیأت اقتصادی استان مازندران به ازبکستان، توافقاتی برای کاهش هزینه رجیستری و تسهیل فرآیند صادرات پایدار آریان و خاویار تولیدی استان، به‌ویژه برای شرکت‌های آبی‌پروری مازندران، حاصل شد. وی با اشاره به دیدار با مقامات دامپزشکی ازبکستان اظهار کرد: این مذاکرات با حضور نمایندگان شرکت‌های آبی‌پروری استان برگزار شد و طرف ازبکستانی با صدور رجیستری با هزینه کمتر برای شرکت‌های مازندرانی موافقت کرد؛ موضوعی که می‌تواند زمینه توسعه صادرات به بازارهای آسیای میانه را فراهم کند. این مقام مسوول افزود: پس از تکمیل

پای دستگاه قضا برای تسریع در تکمیل نیروگاه زباله‌سوز ساری باز شد

از حقوق عامه و بیت‌المال خاطرنشان کرد: دادستانی مرکز مازندران از ابتدای دی‌ماه با انتخاب هیأت کارشناسی و همزمان با ادامه روند تکمیل پروژه، بررسی موضوع را از حیث حفظ حقوق عامه و بیت‌المال آغاز خواهد کرد. دادستان مرکز مازندران اضافه کرد: با پایان بررسی‌ها و بر اساس نتایج اعلامی هیأت کارشناسی، تصمیم مقتضی از سوی دادگستری اتخاذ خواهد شد و در صورت احراز هرگونه قصور، کوتاهی یا حیف‌ومیل بیت‌المال از سوی اشخاص حقیقی یا حقوقی، برخورد قانونی بدون اغماض با متخلفین صورت خواهد گرفت.

در نشست بررسی آخرین وضعیت اجرای پروژه نیروگاه زباله‌سوز ۴۵۰ تنی ساری با حضور دادستان مرکز مازندران، معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار، شهردار ساری، پیمانکار و ناظر پروژه و جمعی از مسئولان ذیربط در دفتر دادستانی مرکز مازندران برگزار شد.



وی ادامه داد: همچنین در زمان تحویل بخش‌هایی از پروژه، انجام برخی اقدامات و تأمین تجهیزات به‌عنوان پیش‌نیاز کار مطرح بوده که در این زمینه نیز تعلل صورت گرفته است. عالیشاه با تأکید بر اهمیت صیانت

عالیشاه تأکید کرد: برخی پیش‌نیازهای اساسی که باید در مراحل اولیه اعلام می‌شد، به‌دورستی مطرح نشده و این موضوع در مقاطع مختلف موجب توقف پروژه شده است.

دادستان عمومی و انقلاب مرکز مازندران از پیگیری توأمان و جدی دستگاه قضائی و استانداری برای تسریع در تکمیل و بهره‌برداری از پروژه ۴۵۰ تنی نیروگاه زباله‌سوز ساری تا پایان اسفند امسال خبر داد. علی‌اکبر عالیشاه در بررسی آخرین وضعیت اجرای پروژه نیروگاه زباله‌سوز ۴۵۰ تنی ساری، با اشاره به گزارش‌های ارائه‌شده از سوی مسئولان اجرایی پروژه، اظهار کرد: با ورود دادستانی و تأکید معاون عمرانی استاندار، مقرر شد این پروژه تا اواسط اسفند امسال تکمیل و وارد فاز بهره‌برداری شود.

دادستان مرکز مازندران با انتقاد از ضعف نظارتی در روند اجرای پروژه، تصریح کرد: متأسفانه ناظر پروژه در انجام وظایف نظارتی دچار ضعف جدی بوده و لازم است ظرف مدت یک هفته، گزارش جامع و دقیقی از روند اجرا، پیش‌نیازها و موانع موجود ارائه کند.

آگهی افراز ملک مشاع

چون آقای محمدحاجی عباسعلی مالک مشاعی پلاک ۱۲۹ فرعی از ۴ اصلی واقع در بخش ۴ ثبت تکنابن طی تقاضای وارده به شماره ۰۴/۱۴۰۴/۱۱۴۳۰ مورخ ۰۴/۰۸/۱۴۰۴ در خواست سهمی سهم الارث خود را از پلاک فوق الذکر به استناد قانون افراز و فروش املاک مشاعی مصوب سال ۵۷ از این اداره نموده است و در ذیل تقاضای خود اعلام نموده که به مالکین مشاعی دیگر و خانم الناصفر یزدی نظری دسترسی ندارد و در آدرس آنها مشخص نیست. علیهذا مراتب فوق در این روزنامه آگهی و از دیگر مالکین مشاعی و یا کسانی که حق و حقوقی در این ملک دارند دعوت به عمل می‌آید تا در ساعت ۱۰ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۲۴ در این اداره و یا محل وقوع ملک حضور به هم رسانیده تا با حضور و نظارت آنان عمل افراز صورت پذیرد. عدم حضور خواندگان مانع از انجام عمل افراز نخواهد شد.

م الف ۲۰۷۶۶۳

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۹/۳۰

صفر رضوانی کیل کلایی

معاون مدیر کل و سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک تنکابن

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

رای شماره ۱۳۰۴۶۰۳۱۰۴۵۶۰۳۲۷۳۱ مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۵ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه ۲ ساری تصرفات مالکانه امیر حسین ملائی دارایی فرزند ابراهیم به شماره ملی ۲۰۸۰۶۵۹۱۳۸ نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۲۵۴/۹۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۱ اصلی واقع در قریه فیروز کنده بخش ۵ 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 ۲۰۷۵۶۹۴

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۹/۳۰

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۰/۱۵

یاسر ملکی مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک منطقه دو ساری

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

رای شماره ۱۳۰۴۶۰۳۱۰۴۵۶۰۳۴۲۵۱ مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۹ که در هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه ۲ ساری تصرفات مالکانه حسن محمدی منجیل فرزند عباسعلی به شماره ملی ۰۰۵۱۹۲۰۷۵۱ نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۵۷۱/۶۶ متر مربع که برابر نامه بنیاد مسکن ۱۷۰ متر کاربری مسکونی مابقی زراعی قسمتی از ۲۵ اصلی واقع در قریه قاجار خیل بخش ۵ 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 ۲۰۷۶۵۵۹

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۹/۳۰

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۰/۱۵

یاسر ملکی مدیر واحد ثبتی حوزه ملک منطقه دو ساری

یادشدها



علی اصغر قزوینی ساسی

متعهد به امانتداری و وقت شناسی بود

شهید «حیدر براری» در امانت داری و وقت شناسی، تعهد زیادی به خرج می‌داد و رفتارش با پدر و مادرش نیز، در نهایت ادب و احترام بود.

شهید «حیدر براری» دوم خرداد ۱۳۲۷ در کاشانه «قلی و ننه‌خانم» از روستای «پرما» از توابع بهشهر دیده به جهان گشود. پدرش کشاورز بود.

«حیدر» دوران ابتدایی را در دبستان «شهید»ی فعلی تروجن گذراند. سپس به مدرسه راهنمایی «هدایت» در بهشهر راه یافت.

به گفته خانواده، «سر به زیر و فروتن بود و با همه مهربان. اعضای خانواده هم او را دوست داشتند. علاوه بر آن، در حفظ اسرار دیگران می‌کوشید. او در امانت داری و وقت شناسی، تعهد زیادی به خرج می‌داد و رفتارش با پدر و مادرش نیز، در نهایت ادب و احترام بود.»

در بیان تقیدات دینی حیدر باید گفت که در ادای واجبات و مستحبات می‌کوشید و از انجام محرمات دوری می‌کرد. با قرآن نیز، مانوس بود و در عمل به فرامین آن، کوشا.

حیدر دوران سربازی را در سرپل ذهاب در کرمانشاه به پایان رساند. او در همان روزها، همزمان با شروع انقلاب، در تظاهرات علیه رژیم پهلوی حضوری فعال داشت.

«سیدیحیی تقی‌زاده» از دوران هم‌خدمتی با دوستش، این‌گونه ادعان می‌دارد: «سال ۱۳۵۶ که در پادگان ۰۲ شاهرود خدمت می‌کرد، طی یک مرخصی تشویقی، اصرار داشت که اعلامیه امام را به پادگان برسد؛ چون قبلاً آقای عبداللهی اعلامیه‌ها را می‌آورد و من و حیدر در پادگان پخش می‌کردیم.»

با تشکیل بسیج، فعالیت‌هایش را در این نهاد از سر گرفت.

در اول بهمن ۱۳۶۱ به عضویت سپاه در آمد.

در سال ۱۳۶۲، راهی عملیات فتح‌المبین در رقابیه شد.

آقای تقی‌زاده در ادامه می‌گوید: «به آموزش، تقسیم کار و روحیه دادن به نیروهای تحت امرش، خیلی اهمیت می‌داد. او علاوه بر آن، در مراحل بحرانی، هرگز دوستان و رزمندگان را ترک نمی‌گفت و سعی می‌کرد با جدیت و شجاعت، مشکلات را کم جلوه دهد تا بچه‌ها در منطقه، آرامش‌شان را حفظ کنند.»

سرانجام، حیدر بیست‌ودوم آذرماه سال ۶۱ در سمت تک‌تیرانداز، در بوکان به درجه والای شهادت نائل آمد. پیکر مطهرش نیز سه روز بعد، با وداع همسرش «خدیجه بیابانی» و یادگاراننش «علی، زهرا و مریم» در «مسجد النبی (ص)» شهیدآباد به خاک سپرده شد.

وقتی برنج بومی از خانه شمالی‌ها عقب‌نشینی می‌کند



سفره‌ای که بوی مازندران ندهد، فقط یک سفره ساده نیست؛ نشانه فاصله گرفتن سیاست از واقعیت زمین و شالیزار است.

که اصناف معرفی کرده است در اختیار مردم قرار می‌گیرد.

وی با بیان اینکه بسیج اصناف ظرفیت خود را در اختیار شهرستان‌ها قرار داده تا توزیع بر اساس سهمیه انجام شود، گفت: در حال رایزنی هستیم تا ۱۸۰ تن برنج دیگر نیز به مازندران اختصاص داده شود.

مدیر بازرگانی سازمان جهاد کشاورزی مازندران افزود: توزیع برنج در فروشگاه‌های منتخب آغاز شده است و تلاش می‌شود همه برنج‌ها پیش از شب یلدا در استان توزیع شود.

کارشناسان کشاورزی معتقدند ورود گسترده برنج خارجی به استان‌های شمالی، به‌ویژه در فصل فروش محصول داخلی، ضربه‌ای مستقیم به معیشت شالیکاران است.

■ ■ ■

سمانه اسلامی ورگی

برنج، فقط یک ماده غذایی در مازندران نیست؛ هویت است، خاطره است و ستون اصلی فرهنگ غذایی مردمانی است که قرن‌ها زندگی‌شان با شالیزار گره خورده است. اما این روزها، بوی برنج تازه طارم و هاشمی کمتر از گذشته در خانه‌های شمالی می‌پیچد؛ جای آن را کیسه‌های برنج خارجی گرفته که آرام‌آرام، حتی به سفره روستاییان مازندران هم راه پیدا کرده است. واقعیتهایی تلخ که نشان می‌دهد سیاست‌های تنظیم بازار، فاصله‌ای معنادار با واقعیت معیشت مردم و تولیدکنندگان پیدا کرده است.

در گذشته نه‌چندان دور، برنج در مازندران در چهار وعده غذایی مصرف می‌شد؛ از صبحانه ساده روستایی تا ناهار و شام. هنوز هم برنج، پایه ثابت سفره‌های شمالی است و کمتر خانواده‌ای را می‌توان یافت که روزی یک‌بار برنج مصرف نکند. اما تغییر الگوی مصرف در سال‌های اخیر، نه از سر انتخاب، بلکه از سر اجبار اقتصادی رخ داده است. افزایش قیمت برنج بومی، کاهش قدرت خرید خانوارها و سیاست توزیع گسترده برنج خارجی، باعث شده محصولی که زمانی نماد خودکفایی غذایی مازندران بود، به کالایی لوکس برای بخشی از مردم تبدیل شود.

مازندران سالانه بیش از یک میلیون تن برنج تولید می‌کند و ۴۲ درصد برنج کشور را تأمین می‌کند. استانی که در تولید محصولات کشاورزی، با تنها ۲.۵ درصد اراضی کشور، سهمی فراتر از انتظار دارد، امروز شاهد توزیع رسمی برنج خارجی در فروشگاه‌های منتخب خود است. در این ارتباط مدیر بازرگانی سازمان جهاد کشاورزی مازندران گفت: وزارت جهاد کشاورزی ۵۵۰ تن برنج خارجی به استان تخصیص داده است که با قیمت ۱۲۵ تا ۱۲۷ هزار تومان توزیع می‌شود.

ابراهیم قربان‌نژاد افزود: این برنج‌ها بر مبنای سهم‌بندی جمعیتی هر شهرستان و از طریق فروشگاه‌های منتخبی

رئیس بنیاد مسکن:

۲۲۰ هزار خانه روستایی کشور تا پایان امسال نوسازی می‌شود



رئیس بنیاد مسکن انقلاب اسلامی گفت: تا پایان امسال حدود ۲۲۰ هزار واحد مسکونی در روستاها و شهرهای زیر ۲۵ هزار نفر جمعیت کشور نوسازی می‌شود.

منوچهر خواجه‌دلویی در نشست شورای مسکن مازندران در محمودآباد اظهار کرد: تاکنون ۱۶۰ هزار نفر از این تعداد به بانک‌های عامل معرفی و قرارداد دوجانبه با بانک‌ها نیز منعقد شد.

وی افزود: میزان تسهیلات پرداختی برای نوسازی وساخت هرخانه روستایی ۴۰۰ میلیون تومان با کارمزد ۴ درصد و بازپرداخت ۲۰ ساله است.

رئیس سازمان بنیاد مسکن انقلاب اسلامی همچنین درخصوص افزایش میزان تسهیلات پرداختی برای ساخت مسکن روستایی، توضیح داد: البته این سازمان درخواست افزایش میزان پرداخت تسهیلات ساخت مسکن روستایی را برای سال آینده پیش‌بینی

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده

جامعه هتلداران گیلان

(نوبت سوم)

به شماره ثبت ۹۰۳ و شناسه ملی ۱۰۷۲۰۳۰۷۹۲۶

با توجه به عدم حصول حد نصاب قانونی حضور اعضا در مجمع عمومی فوق العاده (نوبت اول و دوم) در مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۰۴ و ۱۴۰۴/۰۹/۲۲ از کلیه اعضا محترم جامعه هتلداران گیلان دعوت بعمل می‌آید تا در مجمع عمومی

فوق العاده (نوبت سوم) که راس ساعت ۱۵ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۴ در محل هتل کادوس به آدرس: رشت، بلوار منظره هتل بزرگ کادوس برگزار می‌گردد لطفاً با در دست داشتن تصویر پروانه بهره‌برداری، کپی شناسنامه

، کارت ملی و کارت مدیریت و برگه نمایندگی حضور بهم رسانند.

دستور جلسه:

۱- تغییر نام جامعه به انجمن حرفه‌ای هتلداران استان گیلان

۲- تغییرات و تطبیق اساسنامه فعلی با اساسنامه تیپ وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی

رئیس هیات مدیره جامعه هتلداران گیلان

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار گلستان:

جشنواره اقوام، بیانگر پیوند تاریخی ایران با کشورهای همسایه است

را به جهان مخابره می‌کند و روابط دوستانه ایران و قزاقستان نیز نمادی روشن از این همدلی و احترام متقابل است.

وی اضافه کرد: استان گلستان با برگزاری چنین جشنواره‌هایی تلاش می‌کند ضمن حفظ اصالت فرهنگی خود، پیوندهای انسانی و فرهنگی را با جهان تقویت کند و این رویکرد نقش مهمی در رشد اجتماعی، توسعه گردشگری فرهنگی و معرفی ظرفیتهای کم‌نظیر استان در سطح ملی و بین‌المللی دارد.

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار گلستان یادآور شد: موسیقی محلی، صنایع‌دستی و آیین‌های فرهنگی تنها ابراز سرگرمی نیستند، بلکه بازتاب‌دهنده هویت، تاریخ و روح مردم هستند و این ارزش‌ها میراثی ماندگار است که نسل‌های آینده را به گذشته پیوند می‌دهد و موجب افتخار هر جامعه‌ای می‌شود.

وی از دست‌اندرکاران برگزاری این جشنواره و همچنین مهمانان کشور قزاقستان قدردانی کرد و گفت: امیدوارم این جشنواره علاوه بر معرفی فرهنگ و هنر استان گلستان و ایران، به نمادی از تعامل، همدلی و احترام متقابل میان ملت‌ها تبدیل شود و مسیر توسعه همکاری‌های فرهنگی و هنری را هموار سازد.



ایفای نقش کرده است.

وی ادامه داد: جمهوری قزاقستان هم با تاریخ و فرهنگ غنی خود نشان می‌دهد که ملت‌ها می‌توانند در کنار یکدیگر و با احترام به تفاوت‌ها، فرهنگ‌ها را غنی‌تر کنند. هنر، موسیقی، ادبیات و آیین‌های مردمی قزاقستان پیام جهانی دوستی، همدلی و احترام متقابل

جهان هستند.

وی بیان کرد: ایران با تاریخ کهن و تمدن دیرینه خود همواره یکی از مراکز مهم فرهنگی و هنری منطقه بوده است؛ از شعر و ادب فارسی گرفته تا موسیقی، نقاشی و معماری، فرهنگ ایرانی همواره الهام‌بخش بوده و به‌عنوان پلی ارتباطی میان ملت‌ها و فرهنگ‌های مختلف

سرزمین است. موسیقی محلی، صنایع‌دستی، قالبیافی، گلیم‌بافی و دیگر هنرهای سنتی تنها بخشی از گنجینه بی‌پایان فرهنگی این استان به شمار می‌رود که نشان‌دهنده اصالت، استعداد و هویت مردم گلستان و ایران است و این آثار نه تنها میراث فرهنگی ما، بلکه پیام‌آور صلح، دوستی و خلاقیت انسانی به

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار گلستان گفت: برگزاری شب‌های فرهنگی در هفدهمین جشنواره بین‌المللی فرهنگ اقوام، بیانگر پیوند عمیق، دوستانه و تاریخی جمهوری اسلامی ایران با کشورهای همسایه است.

به گزارش نقش قلم محمد حمیدی در هفدهمین جشنواره بین‌المللی فرهنگ اقوام ایران در گرگان اظهار کرد: مردم گلستان با استقبال کم‌نظیر و حضور پرشور خود در این جشنواره، تمام خستگی مسئولان و دست‌اندرکاران برگزاری این رویداد فرهنگی را از بین بردند.

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار گلستان افزود: استان گلستان با تنوع قومی و فرهنگی خود همواره الگوی کم‌نظیری از همزیستی مسالمت‌آمیز اقوام و تعامل سازنده میان آن‌ها بوده و هر یک از آداب، هنرها و سنت‌های اصیل اقوام، نقش مهمی در شکل‌گیری هویت فرهنگی و اجتماعی این استان ایفا می‌کند.

وی ادامه داد: این تنوع و سرمایه ارزشمند فرهنگی، ما را قوی‌تر کرده و موجب انسجام، همدلی و قدرت اجتماعی بیشتر در استان گلستان شده است.

حمیدی گفت: فرهنگ و هنر استان گلستان جلوه‌ای از تاریخ، خلاقیت و روح مردم این

مسابقه کاسپین رباتیک دانش‌آموزی در گیلان برگزار شد



نفر از دانش‌آموزان برگزار کرده است.

وی با بیان اینکه برگزیدگان مسابقه علمی رباتیک سپاه ناحیه مرکزی رشت به مسابقات استانی راه پیدا می‌کنند، بیان کرد: حمایت آموزشی و علمی استعدادهای برتر مسابقات توسط معاونت علمی پژوهشی و فناوری سپاه ناحیه مرکزی رشت در دستور کار قرار دارد.

وی با بیان اینکه دشمن با «جریان تحریف» در صدد ایجاد یاس و ناامیدی در بین جوانان و نوجوانان ایران اسلامی است، اضافه کرد: جوانان و نوجوانان ایران اسلامی همواره در مقابله با توطئه‌های مختلف دشمن با تلفیق اراده، ایمان و علم دشمن را به شکست محکوم کرده است.

امینی با بیان اینکه جوان ایران با همت و پشتکار توحیدی خود منجر به اقتدار ایران اسلامی شده است، افزود: اقتدار و ایمان جوان و نوجوان ایرانی در مسیر گام دوم انقلاب کابوس بدخواهان و دشمنان انقلاب اسلامی شده است و اینگونه با اراده‌ای پولادین مبتنی بر هویت اسلامی ایرانی تمامی توطئه‌های شوم دشمن را نقش بر آب کردند. همچنین سرهنگ علیرضا صفری معاون علمی پژوهشی و فناوری سپاه ناحیه مرکزی رشت گفت: مسابقات علمی رباتیک سپاه ناحیه مرکزی رشت با همکاری داوران و دانش‌جویان نوآور دانشگاه گیلان در مرحله شهرستانی آغاز و در نفرات اول تا سوم در چهار سطح معرفی شده‌اند. وی با بیان اینکه پس از شناسایی و معرفی برگزیدگان، حمایت علمی و آموزشی توسط معاونت علمی پژوهشی و فناوری سپاه ناحیه مرکزی رشت صورت خواهد گرفت، افزود: نفرات برتر هر گروه به مسابقات استانی راه پیدا کرده و پس از رقابت با همسالان استانی پس از برگزیده شدن به مسابقات کشوری راه پیدا خواهند کرد.

مسابقه کاسپین رباتیک سپاه ناحیه مرکزی رشت ویژه دانش‌آموزان امروز جمعه با همکاری مرکز نوآوری دانشگاه گیلان با حضور یکصد دانش‌آموز در رده سنی هفت تا ۱۱ سال و ۱۱ تا ۱۸ سال برگزار شد.

به گزارش خبرنگار نقش قلم فرمانده سپاه ناحیه مرکزی رشت در حاشیه برگزاری این مسابقات در جمع خبرنگاران با تأکید بر نقش جوانان و نوجوانان در مسیر پیشرفت گفت: اقتدار علمی و ایمان دانش‌آموزان، توطئه‌های دشمنان انقلاب اسلامی را خنثی کرده است.

سرهنگ پاسدار حسن امینی با اشاره به رشد و پیشرفت ایران اسلامی به برکت استقلال و عزت مثال زدنی ملت ایران اظهار کرد: ایران قوی با تکیه بر دانش بومی و علم تمام ایرانی مبتنی بر توانایی جوانان ایران اسلامی با قدرت و قوت در حال حرکت بوده و برای رسیدن به قله‌های پیشرفت در تلاش است.

وی با تأکید بر اینکه کودکان و نوجوانان ایرانی با شور و نشاط مثال زدنی برای ساخت «ایران قوی‌تر» در عرصه‌های مختلف علمی، پژوهشی و آموزشی پویا و «مظهر امید» هستند، اظهار کرد: رشد علمی چشمگیر دانش‌آموزان از مقطع ابتدایی نماد پیشرفت و حرکت جمهوری اسلامی برای رسیدن به قله‌های پیشرفت است.

امینی با اشاره به برگزاری مسابقه کاسپین رباتیک سپاه ناحیه مرکزی رشت به همت معاونت علمی پژوهشی و فناوری سپاه ناحیه مرکزی رشت گفت: معاونت علمی پژوهشی و فناوری سپاه ناحیه مرکزی رشت با هدف شناسایی و استعدادیابی کودکان و نوجوانان در مدارس و پایگاه‌های مقاومت بسیج مسابقه کاسپین رباتیک را با همکاری مرکز نوآوری دانشگاه گیلان با شرکت بیش از ۱۰۰

رئیس اتاق گیلان از خسارت صادرکنندگان مواد غذایی به دلیل تاخیرهای مرزی خبر داد



نظری با بیان اینکه این تأخیرها زیان مستقیم به تجار وارد می‌کند، گفت: در هفته‌های اخیر، تعدادی از صادرکنندگان مواد غذایی و کشاورزی شمال کشور به‌دلیل توقف طولانی کامیون‌ها در مرز، دچار خسارت‌های چند صد میلیون تومانی شده‌اند.

به گفته وی، فساد کالاهای حساس مانند صیفی‌جات، لبنیات و فرآورده‌های دریایی نه تنها زیان مالی ایجاد کرده بلکه منجر به از دست رفتن تجارتی بازارهای روسیه و جمهوری آذربایجان شده است.

رئیس اتاق بازرگانی گیلان ادامه داد: بر این اساس، با دستور استاندار گیلان و هماهنگی سفارت کشورمان در باکو، کارگروه مشترکی به‌صورت روزانه تشکیل شده تا وضعیت عبور و تخلیه کانتینرهای فسادپذیر را رصد کند و تصمیمات فوری برای تسریع در خروج آن‌ها اتخاذ شود.

نظری همچنین از اصلاح سامانه نوبت‌دهی خبر داد و افزود: مشکلات فنی این سامانه با مشارکت شرکت مجری و اتاق بازرگانی گیلان در حال رفع است تا رانندگان و صادرکنندگان

از توقف و سردرگمی غیرضروری در مرز رهایی یابند. رئیس اتاق بازرگانی گیلان اظهار کرد: هر دقیقه تأخیر در عبور کامیون‌های مواد غذایی به‌معنای از بین رفتن فرصت صادرات و سرمایه ملی است.

نظری تأکید کرد: گیلان به‌عنوان دروازه شمالی اقتصاد ایران می‌تواند با اصلاح این فرآیندهای فنی، نقشش را در اتصال تجاری ایران با روسیه و جمهوری آذربایجان با قدرت بیشتری ایفا کند.

رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی گیلان اعلام کرد: در هفته‌های اخیر تعدادی از صادرکنندگان مواد غذایی و کشاورزی شمال کشور به‌دلیل توقف طولانی کامیون‌ها در مرز، دچار خسارت‌های چند صد میلیون تومانی شده‌اند.

سامان نظری در حاشیه بازدید از مرز و گمرک آستارا در گفت‌وگو با نقش قلم به‌کندی فرآیندهای فنی در بخش کنترل کامیون‌های صادراتی اشاره کرد و از برنامه‌ریزی برای کاهش زمان توقف، تسریع صادرات کالاهای فسادپذیر، و گسترش همکاری‌های تجاری با روسیه و جمهوری آذربایجان خبر داد.

وی اظهار کرد: در سمت جمهوری آذربایجان، به‌طور میانگین فرآیند کامل عبور هر کامیون (شامل بررسی اسناد، کنترل فیزیکی، اسکن محموله و تأیید خروج در سامانه‌های مرزی) حدود ۲۵ تا ۴۰ دقیقه زمان می‌برد؛ این مدت در مقایسه با استانداردهای لجستیکی منطقه قفقاز، زمان بالایی به حساب می‌آید و جریان صادرات کالاهای فسادپذیر را کند می‌کند.

رئیس اتاق بازرگانی گیلان بر لزوم اصلاح فرآیند مرزی برای جلوگیری از زیان تجار تأکید کرد. وی افزود: در گفت‌وگوهای فنی با مدیران مرزی و در هماهنگی با سفیر جمهوری اسلامی ایران در جمهوری آذربایجان و استاندار گیلان، مقرر شد با بهینه‌سازی چرخه کنترل مکانیکی محموله‌ها و افزایش ظرفیت خطوط اسکن و عبور کامیون‌ها در شیفت‌های کاری مرزی، این زمان تا رسیدن به حدود ۱۰ دقیقه کاهش یابد.

بهترین زمان برای پیشگیری از آلزایمر جوانی است

مغز را تهدید می‌کنند، مانند الکل و سیگار می‌توانند کمک‌کننده باشد. در سطح جامعه ایجاد شورای مشورتی از جوانان متنوع برای همکاری با دولت‌های محلی و ارائه دانش زمینه‌ای درباره سلامت مغز راهکار مهمی است. در سطح ملی هم تدوین و پایبندی به منشور سلامت مغز برای حفظ مسیر سالم مغزی در طول زندگی می‌تواند رویکردی تأثیرگذار باشد. لورای بویی، جامعه‌شناس می‌گوید: «جوانان علاقه زیادی به یادگیری درباره سلامت مغز دارند و آگاهی آنها از شناخت این حوزه، انگیزه قوی برای بهبود وضعیت مغزی ایجاد می‌کند.»

عوامل نوظهور و تحقیقات آینده

عوامل خطر همیشه ثابت نیستند. محققان به مطالعه بیشتر مواد غذایی فوق فرآوری‌شده، مصرف مواد مخدر، استفاده از صفحه‌نمایش، استرس و مواجهه با میکروپلاستیک‌ها نیاز دارند. این پژوهشگران همچنین بر این نکته تأکید دارند که پیشگیری از زوال عقل نباید محدود به سنین بالا باشد بلکه یک هدف مادام‌العمر و جامع برای سلامت مغز است که با آموزش، سیاست‌گذاری و اصلاح سبک زندگی از دوران کودکی آغاز می‌شود.

اقدامات پیشنهادی و آینده پژوهش

پژوهشگران توصیه می‌کنند برنامه‌های پیشگیری باید ترکیبی از اقدامات فردی و جمعی باشد. در سطح فردی، توجه به تغذیه سالم، ورزش منظم، ارتباطات اجتماعی و محافظت از سلامت شنوایی و بینایی اهمیت دارد. در سطح جامعه، ایجاد محیط‌های حمایتی و ارتقای دسترسی به آموزش و منابع سلامت مغز می‌تواند اثرات طولانی‌مدت داشته باشد. در سطح ملی، سیاست‌های مرتبط با سلامت عمومی، کنترل آلودگی و کاهش دسترسی به مواد مضر می‌تواند ریسک زوال عقل را در جامعه کاهش دهد.

شواهد رو به رشد نشان می‌دهد ریشه‌های زوال عقل ممکن است حتی به دوران کودکی و دوران قبل از تولد بازگردد. مواجهه با عوامل خطر در اوایل زندگی، سبک زندگی ناسالم، کمبود آموزش و مواجهه با محیط‌های نامطلوب می‌تواند اثرات مادام‌العمر بر سلامت مغز داشته باشد. پیشگیری از زوال عقل باید به یک هدف طولانی‌مدت، جامع و مادام‌العمر تبدیل شود و نه صرفاً تمرکز بر دوران سالمندی. تحقیقات آینده باید عوامل نوظهور، سبک زندگی و اثرات محیطی را بررسی کند و راهکارهایی جامع برای ارتقای سلامت مغز از دوران کودکی تا بزرگسالی ارائه دهد.



محققان نتیجه می‌گیرند که پیشگیری از زوال عقل باید به یک هدف طولانی‌مدت و مادام‌العمر تبدیل شود، نه تمرکز صرف بر سنین بالا.

عوامل خطر آشکار و پنهان

در مطالعه سال ۲۰۲۴ برخی عوامل خطر آشکار بودند. مصرف الکل و سیگار به‌طور عمومی مضر است و آسیب مغزی مستقیم باعث افزایش ریسک زوال عقل می‌شود اما عوامل پنهان نیز وجود دارند. برای مثال از دست دادن شنوایی یا بینایی نیز با زوال عقل مرتبط است؛ احتمالاً به‌دلیل تخریب مغزی یا انزوای اجتماعی.

تحقیقات نشان می‌دهد برخی عوامل به‌صورت مستقیم تأثیر می‌گذارند و برخی دیگر مسیر پیچیده‌تری دارند. به‌عنوان مثال از دست دادن شنوایی ممکن است منجر به کاهش تعاملات اجتماعی شود که خود می‌تواند ریسک زوال عقل را افزایش دهد. همین موضوع نشان می‌دهد مداخلات باید چندبعدی و جامع باشند.

نقش آموزش و جامعه در پیشگیری

شناخت عوامل خطر کافی نیست. کاهش آنها نیازمند اقدامات در سطوح فردی، اجتماعی و ملی است. در سطح فردی، افزایش آگاهی درباره سلامت مغز و عوامل خطر از طریق کمپین‌های عمومی و آموزش در مدارس صورت می‌گیرد. اعمال مالیات بر موادی که سلامت

سلامتی شامل چاقی، دیابت، فشار خون بالا، کلسترول و افسردگی که اغلب ناشی از سبک زندگی ناسالم هستند در ابتلا به این بیماری نقش دارند.

محققان معتقدند بسیاری از این عوامل قابل اصلاح هستند و اقدام به‌موقع می‌تواند ریسک ابتلا به زوال عقل را کاهش دهد. آنها همچنین خاطرنشان می‌کنند که ریشه‌های این بیماری ممکن است حتی به دوران جنینی یا کودکی بازگردد و مواجهه با عوامل خطر در دهه اول زندگی، پیامدهای مادام‌العمر داشته باشد.

شواهد از مطالعات طولانی‌مدت

مطالعات طولانی‌مدت نشان می‌دهد که یکی از اصلی‌ترین عوامل تعیین‌کننده توانایی شناختی در ۷۰ سالگی، همان عملکرد شناختی در ۱۱ سالگی است. به بیان دیگر، سالمندانی که از سطح شناختی پایین‌تری برخوردارند، اغلب از کودکی در این زمینه متفاوت بوده‌اند و این شکاف صرفاً نتیجه کاهش سریع عملکرد مغز در پیری نیست.

شواهد دیگر شامل آسیب‌ها یا ناهنجاری‌های مغزی است که احتمال دارد به حوادث یا رفتارهای دوران جوانی مرتبط باشد. تغییرات مرتبط با زوال عقل در تصاویر مغزی گاهی بیشتر با مواجهه با عوامل خطر در اوایل زندگی ارتباط دارد تا با سبک زندگی فعلی.

مطالعات پیشین عوامل خطر متعددی برای زوال عقل شناسایی کرده‌اند، اما پس از شروع تخریب عصبی، تغییر این عوامل چندان مؤثر نیست. از این‌رو، پژوهشگران در تلاشند این عوامل را از نخستین مراحل زندگی شناسایی کنند تا امکان مداخله زودهنگام فراهم شود.

به گزارش نقش قلم، اگرچه زوال عقل معمولاً با سالمندی مرتبط دانسته می‌شود، اما پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که این بیماری به‌طور ناگهانی و بدون پیشینه بروز نمی‌کند. برخی عوامل خطر از پیش از تولد شکل می‌گیرند و برخی دیگر در دوران کودکی و جوانی ظاهر می‌شوند. این یافته‌ها حاکی از آن است که بهترین زمان برای مداخله و پیشگیری، دوران کودکی و جوانی است و نه صرفاً سال‌های پیری.

عوامل خطر زوال عقل از تولد تا بزرگسالی

مطالعات پیشین عوامل خطر متعددی برای زوال عقل شناسایی کرده‌اند، اما پس از شروع تخریب عصبی، تغییر این عوامل چندان مؤثر نیست. از این‌رو، پژوهشگران در تلاشند این عوامل را از نخستین مراحل زندگی شناسایی کنند تا امکان مداخله زودهنگام فراهم شود.

یک مطالعه در سال ۲۰۲۳ توسط محققانی از سوئد و جمهوری چک، چند عامل تولد را با افزایش اندک ریسک زوال عقل در بزرگسالی مرتبط دانست. برخی از این عوامل، مانند داشتن دوقلو در رحم، خارج از کنترل والدین است اما برخی دیگر مانند فاصله کوتاه بین بارداری‌ها یا بارداری بعد از ۳۵ سالگی می‌توانند در تصمیم‌گیری والدین نقش داشته باشند.

مطالعه دیگری در اواخر ۲۰۲۴ روی جوانان ۱۸ تا ۳۹ سال انجام شد. تیم مؤسسه جهانی سلامت مغز در ایرلند با همکاری کارشناسان از ۱۵ کشور جهان، برنامه‌ای برای تقویت سلامت مغز در طول زندگی توسعه داد.

فرانچسکا فارینا، متخصص علوم اعصاب می‌گوید: «دوران جوانی یک پنجره حیاتی برای مداخله است که می‌تواند ریسک زوال عقل در آینده را به‌طور قابل‌توجهی کاهش دهد. جوانان باید به‌عنوان شریک اصلی در پژوهش، آموزش و سیاست‌گذاری مشارکت داده شوند.»

سبک زندگی و عوامل محیطی

عوامل خطر شناسایی‌شده شامل سبک زندگی، محیط و وضعیت سلامت هستند. مصرف زیاد الکل، سیگار، کم‌تحرکی و انزوای اجتماعی ازجمله این عوامل است؛ همچنین آلودگی هوا، آسیب‌های مغزی، کم‌شنوایی یا ضعف بینایی و سطح پایین تحصیلات می‌تواند به تسریع ابتلا به زوال عقل کمک کند و بالاخره مؤلفه‌های

هزار روز طلایی؛ شکل‌گیری سلامت جسمی و ذهنی نوزاد از بارداری تا دو سالگی

تازه را آسان‌تر می‌کند. به همین دلیل توصیه می‌شود در کنار شیر مادر، غذاهای کمکی متنوع و دارای بافت‌های مختلف به نوزاد داده شود تا هم رشد جسمی و هم رشد شناختی او در مسیر طبیعی و مطلوب قرار بگیرد.

ساختن عادت‌های غذایی سالم پس از ۱۲ تا ۲۴ ماهگی

از ۱۲ تا ۲۴ ماهگی، عادت‌های غذایی سالم کودک شکل می‌گیرند. در این سن، حدود ۱۷ درصد از کالری روزانه هنوز از شیر مادر، شیر گاو یا نوشیدنی‌های مناسب سن تأمین می‌شود، اما بیشتر انرژی باید از غذاهای متنوع و مغذی حاصل شود. به توصیه متخصصان دادن منابع غنی از آهن مانند گوشت گاو، عدس، کلم پیچ و غلات غنی‌شده، همراه با منابع فیبر مانند کلم بروکلی و غلات کامل، می‌تواند از رشد سالم و عملکرد مناسب دستگاه گوارش حمایت کند.

مهم‌ترین اتفاق در این سن استقلال طلبی کودک است: او می‌خواهد قاشق را بگیرد، غذا را لمس کرده و درباره آن اظهار نظر کند؛ بنابراین وادار کردن کودک به خوردن غذای بیشتر، حتی اگر مغذی باشد، می‌تواند توانایی تشخیص گرسنگی و سیری را کاهش دهد.

به‌طورکلی، رعایت این توصیه‌ها همراه با پیگیری منظم و مشورت با پزشک، مسیر بارداری را آسان‌تر می‌کند، شانس تولد نوزادی سالم با رشد مطلوب را افزایش می‌دهد و و پایه‌های هزار روز اول زندگی کودک را به بهترین شکل می‌سازد.

مواد معدنی بوده که همه نیازهای تغذیه‌ای نوزاد را تأمین می‌کند. علاوه بر این، شیر مادر شامل باکتری‌های مفید و اولیگوساکاریدهای شیر انسان (HMOs) است که رشد فلور روده‌ای سالم را حمایت کرده و از رشد باکتری‌های مضر جلوگیری می‌کند. این ترکیبات علاوه بر تقویت سیستم ایمنی نوزاد، می‌توانند خطر ابتلا به عفونت‌های گوارشی و تنفسی را کاهش دهند.

مطالعات متعددی نشان داده‌اند که شیر مادر با بهبود رشد شناختی و افزایش ضریب هوشی در دوران کودکی و نوجوانی مرتبط است؛ بنابراین، سازمان‌های معتبر مانند مرکز ملی تحقیقات بهداشت و پزشکی استرالیا توصیه می‌کنند تغذیه با شیر مادر از اولین ساعات پس از تولد شروع شود و تا حدود ۶ ماه به طور انحصاری ادامه یابد.

شش ماه دوم و نیازهای حیاتی نوزاد

از حدود ۶ ماهگی شیر مادر به تنهایی دیگر قادر به تأمین تمام نیازهای تغذیه‌ای نیست. در این زمان، ورود تدریجی غذاهای جامد به رژیم غذایی شیرخوار باید با دقت انجام شده و توجه ویژه‌ای به تأمین آهن شود؛ چرا که طبق آمار سازمان بهداشت جهانی، حدود ۴۰ درصد از نوزادان ۶ تا ۵۹ ماهه دچار کم‌خونی هستند.

در این سن که همزمان با رویش دندان‌هاست، نوزاد برای رشد بهتر به تنوع غذایی نیاز دارد؛ به ویژه خوراکی‌های سرشار از کلسیم مثل ماست و پنیر که به استحکام استخوان‌ها کمک می‌کنند. با این حال، شیر مادر همچنان نقش مهمی دارد، چون افزون بر مواد مغذی، ترکیباتی دارد که سیستم ایمنی را تقویت کرده و پذیرش طعم‌های

زیر است:

آهن: برای جلوگیری از کم‌خونی مادر و افزایش اکسیژن رسانی

ویتامین D: حفظ سلامت استخوان

ید: رشد سیستم عصبی و حمایت از عملکرد تیروئید

کلسیم: تقویت استخوان‌ها

پروتئین: برای ساخت بافت‌های بدن جنین

روی: تقویت سیستم ایمنی جنین

اسیدفولیک: پیشگیری از نقص مجرای عصبی

DHA (نوع خاصی از چربی‌های امگا-۳): برای توسعه مغز و بینایی جنین

با این حال، تأمین این مواد به تنهایی و از طریق رژیم غذایی دشوار است؛ به همین دلیل سازمان جهانی بهداشت (WHO) توصیه می‌کند که زنان باردار روزانه مکمل‌هایی حاوی ریزمغذی‌های مختلف (MMS) شامل آهن، اسیدفولیک و سایر ویتامین‌ها و مواد معدنی ضروری را مصرف کنند. مصرف این مکمل‌ها خطر تولد نوزادان زودرس یا با وزن کم و رشد محدود را کاهش می‌دهد.

توجه به محدودیت‌های غذایی در بارداری نیز اهمیت زیادی دارد. پرهیز از مصرف گوشت خام، همین‌طور پنیرهای غیرپاستوریزه، به جلوگیری از عفونت‌های خطرناک کمک می‌کند. از سوی دیگر، مصرف دوزهای بالای ویتامین A باید به طور جدی محدود شود، زیرا می‌تواند خطر ناهنجاری‌های مادرزادی را افزایش دهد.

شش ماه طلایی؛ تغذیه انحصاری با شیر مادر

از بدو تولد تا ۶ ماهگی، شیر مادر بهترین منبع تغذیه است؛ چراکه حاوی ترکیبات متعددی از پروتئین‌ها، کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها، ویتامین‌ها و

۱۰۰۰ روز اول زندگی، از زمان لقاح تا دو سالگی، حساس‌ترین دوران برای رشد نوزاد است. در این دوره تغذیه مادر و نوزاد نقش تعیین‌کننده‌ای روی تکامل مغز، تقویت استخوان‌ها و سلامت کلی بدن نوزاد دارد و می‌تواند عادت‌های غذایی او را در سال‌های آینده شکل دهد. به همین دلیل، از هزار روز اول به عنوان دوره طلایی یاد می‌شود. تغذیه مادر در دوران پیش از بارداری و بارداری برای دوران پیش از بارداری، شواهد علمی نشان می‌دهند که داشتن تغذیه سالم و وزن مناسب، می‌تواند هم شرایط حاملگی مادر را بهتر کند و هم پایه‌ای برای سلامت طولانی‌مدت کودک باشد. طبق مطالعات انجام شده مادر با نگره داشتن شاخص توده بدن (BMI) خود بین ۱۸/۵ تا ۲۴/۹ و برنامه‌ریزی تغذیه‌ای زود هنگام، می‌تواند پایه‌های سلامت کلی کودک را شکل دهد.

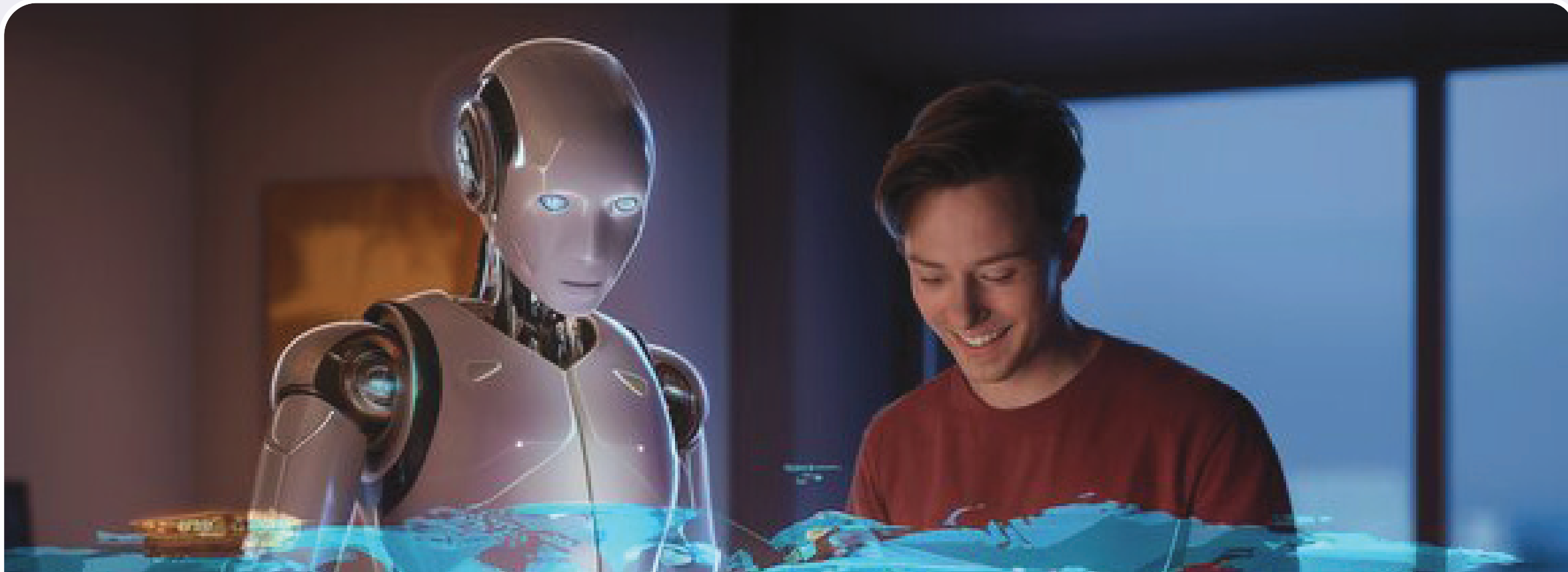
در دوران بارداری نیز رعایت تغذیه متعادل نقش حیاتی در سلامت مادر و رشد جنین دارد. این تغذیه شامل مصرف روزانه از پنج گروه اصلی مواد غذایی شامل میوه‌ها، سبزی‌ها، غلات، منابع پروتئینی مانند گوشت، تخم‌مرغ و لبنیات و کاهش مصرف قندهای تصفیه‌شده و چربی‌های اشباع شده است. پژوهش‌ها نشان می‌دهد نیاز مادر به پروتئین در بارداری بیشتر از تصور گذشته است؛ به‌طوری‌که با افزایش اندک در سه‌ماهه اول آغاز شده و در سه‌ماهه دوم مادر به حدود ۳۱ گرم پروتئین اضافه‌تر در روز نیاز دارد تا رشد مادر و جنین تضمین شود.

ریز مغذی‌هایی که در دوران بارداری می‌تواند از سلامت مادر و جنین حمایت کند نیز شامل موارد

مراسم اختتامیه نهمین جشنواره ملی "چله شو" سورک میاندورود



هوش مصنوعی مولد؛ تجربه سفر را تغییر می‌دهد



برنامه‌ریزی سفر با هوش مصنوعی مولد این امکان را برای گردشگران فراهم می‌کند که با توجه به علایق و سلیقه خود فقط در چند دقیقه سفری به یادماندنی را تجربه کنند.

احساس خستگی می کنید و به جایی برای تجدید قوا نیاز دارید، اما مطمئن نیستید چجا بروید؟ جایی می خواهید که فقط قهوه محلی سرو کند و بتوانید گفتگوهای هنرمندان محلی را تماشا کنید؟ یا به اجاره اسکوتر برقی برای گشت و گذار در یک شهر علاقه دارید؟ تصور کنید چقدر مفید خواهد بود که یک دوست آگاه به سفر در دسترس باشد تا بر اساس احساسات ما، این گشت و گذارهای مسافرتی را در زمان واقعی برنامه ریزی و هدایت کند.

خوان لوئیس نیکولاو، استاد کسب و کار می گوید: اکنون نیازی به تصور نیست زیرا هوش مصنوعی مولد می تواند دقیقاً همین کار را انجام دهد. هوش مصنوعی مولد به عنوان یک لایه شناختی عمل می کند که می تواند حال و هوا یا انرژی مسافران را تفسیر و پاسخ را در زمان واقعی شخصی سازی کند.

وی اظهار کرد: خدمات گردشگری نوعی تجربه هستند به این معنی که دوست ما، هوش مصنوعی مولد، قرار است با ما تصور همچنین احساس و حال و هوایی داشته باشد و در نهایت آنچه نیاز داریم و می‌خواهیم انجام دهیم، پیش‌بینی کند. نتیجه این عملکرد، تجربیات مشترک و متناسب با فرد است.

برای مسافران، هوش مصنوعی می‌تواند قبل، حین و بعد از سفر مورد استفاده قرار گیرد. با استفاده از وبسایت هوش مصنوعی یا یک برنامه تلفن هوشمند، امکان ایجاد تجربه شخصی‌سازی شده برای همه فراهم می‌شود. مسافران می‌توانند

قبل از سفر، گردشگری خود را برنامه‌ریزی کرده و گزینه‌های متعددی را بررسی کنید. در حالی که گردشگران در سفر هستند، می‌توانند گزینه‌های متعددی را انتخاب کرده و با هوش مصنوعی همکاری کنند و تصمیم بگیرند کدام مورد برای آنان در زمان واقعی، بهترین گزینه است. گردشگران می‌توانند از دوست خود، هوش مصنوعی مؤثر، برای کمک به بررسی آنلاین سفرهای آینده استفاده و در برنامه‌ریزی خود به آن مراجعه کنند.

اگر مسافری با هوش مصنوعی مولد در مورد پیاده‌روی یا بازدید از یک کافی شاپ محلی در طول تعطیلات خود صحبت می‌کند، برنامه هوش مصنوعی می‌تواند در صورت درخواست اندژی زیاد، پیاده‌روی را پیشنهاد دهد؛ مسافر می‌تواند بگوید:

«من احساس انرژی می‌کنم و می‌خواهم امروز به گشت و گذار بپردازم. برخی از فعالیت‌های فضای باز محبوب در این منطقه کدامند؟»

این اتفاق می‌تواند در مورد پیشنهادهای کم‌انرژی نیز رخ دهد و ممکن است به پیشنهاد نوشیدن قهوه به جای پیاده‌روی منجر شود. یک سوال می‌تواند این باشد: «من دیروز پیاده‌روی کردم و امروز احساس خستگی می‌کنم. چه فعالیت‌های تفریحی در این مکان محبوب هستند؟»

نیکولائو برای درک بهتر پویایی بین گردشگران و هوش مصنوعی مولد، هشت حوزه تحقیقاتی کلیدی در حوزه گردشگری و چگونگی تأثیر آنها بر ۱۵ موردی که نشان‌دهنده عملکرد اصلی هوش مصنوعی مولد در گردشگری هستند را شناسایی کرد.

یکی از حوزه‌های تحقیقاتی، رفتار مصرف‌کننده و چگونگی جذب مسافران به

سفر آرام و گردشگری آگاهانه است. نیکولانو گفت: هوش مصنوعی مولد می‌تواند به عنوان تسهیل‌کننده ذهن آگاهی عمل کند و تجربیاتی را پیشنهاد دهد که مسافران را تشویق می‌کند تا با محیط اطراف خود به روش‌های آگاهانه‌تری تعامل داشته باشند. به عنوان مثال، بازدید از یک کافی‌شاپ محلی به جای یک کافی‌شاپ زنجیره‌ای.

هفت حوزه تحقیقاتی دیگر شامل عرصه، عوامل مخرب، پایداری، اخلاق، عملکرد، محصول و تقاضا می‌شود. این استاد کسب‌وکار می‌گوید: برخلاف نسخه‌های قبلی هوش مصنوعی، هوش مصنوعی مولد، استدلال و تولید محتوا مانند انسان را شبیه‌سازی می‌کند. در حالی که پیشینیان با پاسخ‌های مبتنی بر منطق یا خدمات تماشایی ارائه می‌دادند، هوش مصنوعی مولد قدرت هم‌آفرینی، تعامل عاطفی و... را دارد و به صورت پویا پیش‌بینی‌های گردشگری را می‌دهد.

در حالی که هوش مصنوعی مولد می‌تواند مزایایی برای مسافران داشته باشد، وی هشدار می‌دهد که ما باید از اطلاعاتی که در هوش مصنوعی قرار می‌دهیم، آگاه باشیم. این یک مسئله اخلاقی است زیرا اگر بیش از حد اطلاعات ارائه دهیم، ممکن است خطرناک باشد زیرا در این صورت برخی از نهادهای اطلاعاتی در مورد احساسات ما خواهند داشت. هنوز این مسائل باید حل شوند و چیزی است که ما به عنوان کاربران و مصرف‌کنندگان، باید مراقب آن باشیم.

به گفته سایت فیز، نیکولائو با ادغام بیشتر هوش مصنوعی مولد در اکوسیستم گردشگری، بر اهمیت توجه مسافران به احتمالات و نگرانی‌های مربوط به حریم خصوصی تأکید می‌کند.

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

نظر به دستور مواد ۳ و 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 ویلا معارض آنان محرز و رای لازم صادر گردیده جهت اطلاع عموم به شرح ذیل آگهی می گردد:

ننیاں واقع در قریہ بالا جنید پلاک ۸ اصلی بخش ۵

۱۲۶ فرعی بنام آقای عباس اردشیری نسبت به ششدانگ یک قطعه باغ که سه دانگ مشاع از ششدانگ عرصه موقوفه است به مساحت ۵۸. ۱۷۸۳ متر مربع خریداری مع الواسطه از آقای رضا شاکریان مالک و رسمی.

لذا به موجب ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتي اراضي و ساختمانهاي فاقد سند رسمي و ماده ۱۳ آئين نامه مربوطه اين آگهي در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز از طريق اين روزنامه محلي / كثير الانتشار در شهرها منتشر و در روستاها علاوه بر انتشار آگهي راي هيات الصالحين تا در صورتيكه اشخاصي دينفع به آراي اعلام شده اعتراض داشته باشند بايد از تاريخ انتشار اولين آگهي و در روستاها از تاريخ الصالحين در محل تا دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملك تسليم و رسيد اخذ نمايند. معترض بايد ظرف يك ماه از تاريخ تسليم اعتراض مبادرت به تقديم دادخواست به دادگاه عمومي محل نمايد و گواهي تقديم دادخواست به اداره ثبت محل تحويل دهد كه اين صورت اقدامات ثبت موكول به ارائه حكم قطعي دادگاه است و در صورتي كه اعتراض از مهلت قانوني واصل نگردد تا مدت معين معترض گواهي تقديم دادخواست به دادگاه عمومي محل اخذ نكند اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالكيت مينمايد و صدور سند مالكيت مانع از مراجعه متقاضى به دادگاه ناست مـ ۲۰۶۴۱۳

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۹/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۹/۳۰

مرتضی قاسم پور رئیس اداره ثبت است و املاک شهرستان قائم شهر

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

نظر به دستور ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰/۰۹/۲۰ املاک متقاضیانی که در هیات قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی منطقه یک ساری مورد رسیدگی و تصرفات مالکانه و بلامعارض آنان محرز و رای لازم صادر گردیده جهت اطلاع عموم به شرح ذیل آگهی میگردد

املاک متقاضیان واقع در قریه ماهفروجک پلاک ۳۴۳۸ اصلی بخش یک

پلاک ۶۲۸ فرعی به نام آقای رحمت اله شریفی قاسم خیلی فرزند امراله نسبت به ششدانگ یک قطعه باغ به مساحت ۵۳/ ۲۲۴۳ متر مربع خریداری مع الواسطه از مالک رسمی.

پلاک ۶۲۹ فرعی به نام آقای علی سوادکوهی ماهفروجکی فرزند حسن نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۲۳۹۴/۸۶ خریداری مع الواسطه از مالک رسمی

پلاک ۶۳۰ فرعی به نام آقای علی سوادکوهی ماهفرو جکی فرزند حسن نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۲۴/۲۴۹۸ متر مربع خریداری مع الواسطه از مالک رسمی

پلاک ۶۳۲ فرعی به نام آقای حسن ابراهیم پور کفشگری فرزند قدمعلی نسبت به نشدانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۷۱/۸ متر مربع خریداری مع الواسطه از مالک رسمی

پلاک ۶۳۳ فرعی به نام خانم کبری قنبری فرزند قربان نسبت به شش‌دانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۲۵۵۹/۷۴ متر مربع خریداری مع الواسطه از مالک رسمی

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 ۲۰۶۰۷۸۸

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۹/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۹/۳۰

ياسر ملكى رئيس اداره ثبت اسناد و املاك منطقه يك شهرستان سارى

moallemkala.ir

فروشگاه اینترنتی خرید اقساطی

بهسازی و بتن‌ریزی کوچه‌های شهری در زیراب



دست را عامل افزایش رضایتمندی عمومی دانست.

همچنین یاور حمیدی، شهردار زیراب، با ابراز خرسندی از رضایت شهروندان نسبت به اقدامات عمرانی و خدمات شهری، اظهار کرد:

شهرداری زیراب با تخصیص اعتبارات مناسب و تأمین منابع لازم، رفع مشکلات معابر شهری را بر اساس اولویت‌ها در دستور کار دارد.

وی ضمن قدردانی از همراهی و صبوری مردم در اجرای پروژه‌های شهری، از زحمات پیمانکار در اجرای دقیق و مطلوب این طرح تشکر کرد

ابتدای کوچه، مسیر مناسب‌تری برای تردد اهالی فراهم آمد. مراسم افتتاح این پروژه با حضور مسئولان شهری و شهروندان برگزار شد.

با توجه به وجود ساختمان مرکز بهداشت شهری در این کوچه، این مسیر از معابر پرتردد شهر محسوب می‌شود و اجرای پروژه مذکور نقش موثری در تسهیل رفت‌وآمد شهروندان خواهد داشت.

در این مراسم، محمدی، معاون فرماندار سوادکوه، ضمن قدردانی از شهردار، اعضای شورای اسلامی شهر و همکاری اهالی، اجرای طرح‌های عمرانی از این

روند اجرای پروژه‌های بهسازی و بتن‌ریزی معابر شهری در شهر زیراب با هدف ارتقای زیرساخت‌های شهری، بهبود عبور و مرور و افزایش رضایتمندی شهروندان همچنان ادامه دارد.

در ادامه این اقدامات، کوچه موسوم به «بهداشت» در منطقه بالا زیراب با همکاری شهرداری و مشارکت اهالی، بهسازی و بتن‌ریزی شد.

این پروژه با اجرای ۷۹۲ مترمربع بتن‌ریزی با عیار ۳۰۰ و با بهره‌گیری از ۱۶۰ تن ماسه و ۲۴ تن سیمان، به ارزش تقریبی ۴۰۰ میلیون تومان انجام شده است. همچنین با اصلاح شیب

قطع گاز ویلاها و سکونتگاه‌های غیر دائم در مازندران با هدف پایداری شبکه



شهروندان، به‌ویژه مالکان ویلاها، نقش مهمی در تداوم خدمت‌رسانی ایمن و عادلانه دارد.

به نقل از روابط عمومی شرکت گاز مازندران، جوادی همچنین از هم‌استانی‌ها خواست با رعایت الگوی مصرف بهینه و تنظیم دمای رفاه، شرکت گاز را در مدیریت بهتر شبکه یاری کنند و خاطرنشان کرد: هر میزان صرفه‌جویی، به معنای کمک به گرمایش پایدار منازل و مراکز حیاتی استان خواهد بود.

وی افزود: ویلاهایی که خالی از سکنه هستند اما همچنان از سیستم‌های گرمایشی استفاده می‌کنند مشمول این طرح بوده و گاز آن‌ها قطع خواهد شد؛ چراکه تداوم مصرف در این واحدها، فشار مضاعفی بر شبکه گاز استان وارد می‌کند.

مدیرعامل شرکت گاز مازندران با تأکید بر اولویت‌بندی مصرف تصریح کرد: هدف از این تصمیم، حفظ پایداری شبکه گاز، جلوگیری از افت فشار و پیشگیری از بروز بحران برای مشتریان ساکن و دائمی است و همکاری

مدیرعامل شرکت گاز استان مازندران از قطع گاز ویلاها و سکونتگاه‌های غیردائم در سطح استان خبر داد و گفت: این اقدام در راستای مدیریت مصرف، تأمین پایدار گاز مشترکان دائمی و عبور ایمن از روزهای سرد سال انجام می‌شود.

هژبر جوادی با اشاره به افزایش مصرف گاز در فصل سرد، اظهار کرد: با توجه به محدودیت منابع و ضرورت تأمین گاز بخش خانگی، مراکز حساس و مشترکان دائمی، گاز ویلاها و سکونتگاه‌های غیردائم که عمدتاً مصرف غیرضروری دارند، به‌صورت مقطعی قطع می‌شود.



شرکت بازرگانی توسعه خدمات معلم کالا

معلم کالا

moallemkala.ir

فروشگاه اینترنتی خرید اقساطی