

خبر

با حمایت استاندار مازندران، صورت گرفت:

اختصاص ۱۴۰۰ میلیارد تومان اعتبار به شهرداری ها جهت اجرای پروژه های عمرانی و خدماتی



سرپرست معاونت عمرانی استاندار مازندران با اشاره به اینکه در آستانه سال جدید، نگاهداشت و نظافت شهر باید مورد توجه شهرداران قرار گیرد، از افزایش بیش از ۱۰۰ درصدی تخصیص اعتبار به شهرداری های استان جهت اجرای پروژه های عمرانی و خدماتی با حمایت استاندار مازندران خبرداد.

به گزارش نهضت شمال، سرپرست معاونت عمرانی استانداری مازندران، در مانور آمادگی مازندران جهت استقبال از مسافران نوروزی با حضور شهرداران استان، با تقدیر از تلاش های شبانه روزی استاندار مازندران که به صورت خستگی ناپذیر پیگیر امور در کلیه حوزه ها بوده است، از حمایت و توجه سیدمحمود حسینی پور به شهرداری های استان تقدیر کرد. احمد توکلی، همچنین با تقدیر از حضور حماسی مردم که با حضور در انتخابات نقش آفرینی ویژه ای برای تثبیت نظام و نقش برآب کردن توطئه های دشمنان ایفا کردند، از تلاش و خدمات شهرداران استان نیز تقدیر کرد.

وی خطاب به شهرداران، افزود: طبق دستور استاندار مازندران که پاکسازی سیمای شهری ظرف ۴۸ ساعت باید صورت گیرد اهتمام ویژه ی داشته باشید .

توکلی، تصریح کرد: شهرداران از ظرفیت نمایندگان برای ایجاد درآمد پایدار در شهرداری ها استفاده کنند.

وی با اشاره به تقارن بهار طبیعت با بهار قرآن افزود: توجه به فضا، سیما و منظر شهری، اجرای برنامه های فرهنگی همراه با برگزاری مناسبت های آئینی و دینی در کنار اجرای پروژه های عمرانی، توجه به زیبایی و آراستگی و المان های شهری مد نظر شهرداران قرار گیرد.

توکلی با بیان اینکه به دنبال مدیریت واحد و یکپارچه هستیم، گفت: شهرداران در یکپارچه سازی فضای مدیریتی برای ارائه خدمات مطلوب به مسافران و گردشگران برنامه ریزی مناسبی داشته باشند.

سرپرست معاونت عمرانی استاندار با اشاره به اینکه شهرداری ها در خصوص دفترچه های درآمدی با توجه به قانون درآمد پایدار برنامه چشم انداز پنج ساله داشته باشند، افزود: بسیاری از شهرها درآمد خوبی به واسطه صدور پروانه، تراکم بلند مرتبه سازی و تغییر کاربری دارند و سعی کردم از زمان حضورم در کمیسیون ماده ۵ برای شهرداری ها تسهیل گری داشته باشیم. توکلی از تحقق درآمد ۱۵ هزار میلیارد تومانی شهرداری های استان خیرداد و گفت: در سال جاری بودجه مصوب شهرداری های استان ۱۲ هزار میلیارد تومان بوده است که با افزایش درآمد به ۱۵ هزار میلیارد تومان افزایش یافته است.

وی، تصریح کرد: یکی از پروژه های مهمی که مورد تاکید استاندار مازندران در شهرهای ساحلی است، اجرای پروژه پیاده راه و تفرجگاه های ساحلی در حوزه اقتصاد دریا پایه است بر این اساس شهرهای ساحلی در سال آینده ، ۳۰ درصد درآمد پروژه های عمرانی در حوزه ساماندهی سواحل اختصاص دهند.

توکلی از افزایش بیش از ۱۰۰ درصدی اعتبار به شهرداری های استان در سال جاری خیرداد و گفت: در سال ۱۴۰۱ از محل ماده ۳۹ و ۸۵ حدود ۶۵۰ میلیارد تومان اعتبار به شهرداری های استان اختصاص یافت که در سال جاری با پیگیری جدی استاندار مازندران با وزیر کشور و رئیس سازمان شهرداری ها و دهیاری ها، این مبلغ به ۱۴۰۰ میلیارد تومان افزایش یافت. وی از نگاه و توجه استاندار مازندران به مناطق کم برخوردار تقدیر کرد و گفت: با توجه به سهم بری و تسهیل گری که با حمایت استاندار مازندران انجام شد، شهرداری های کم برخوردار که درآمد آنها ۷۰۰ میلیون تومان بوده است به ۴ میلیارد تومان افزایش یافت که این امر بیانگر نگاه عادلانه استاندار جهت توزیع اعتبارات است.

عملیات ساخت نخستین شناور لایروب با ظرفیت یک هزار متر مکعب در شرکت کشتی سازی صدرا با حضور معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران، مدیرعامل کشتی سازی ایران صدرا کشور، فرماندار بهشهر و برخی مسئولان ملی و استانی در مازندران آغاز شد.

به گزارش نهضت شمال، مراسم آغاز خط طراحی، ساخت و تحویل شناور لایروب یک هزار متر مکعبی با حضور معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران ودیگر مسوولان کشوری و استانی در بهشهر برگزار شد.

معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران در این مراسم گفت که توسعه دریاحور و اقتصاد دریا محور از جمله تاکیدات و موارد مورد توجه در کشور است.

پیش روی غول خشکسالی در مازندران



مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی کشور از پیش روی و سیر خزنده غول خشکالی در مازندران سرسبز خبر داد و اعلام کرد که خشکسالی خفیف تا شدید هم اکنون بخش وسیعی از این استان شمالی را تحت تاثیر قرار داده است.

بارندگی در اسفندماه امسال با ۸۲ میلی متر مربوط به رامسر است و پس از آن نوشهر با ۷۹، ساری با ۷۲، سیاه بیشه و پل سفید با ۶۳ دشت ناز با ۶۲ و قراخیل نیز با ۶۲ میلی متر به ترتیب شاهد بیشترین میزان بارندگی در ماه جاری خواهند بود و کمترین میزان بارندگی نیز در طی این ماه به ترتیب در کجور با ۲۸، بابلسر با ۴۰ و کیاسر نیز با ۵۲ میلی متر خواهد بود.

در فروردین ماه سال ۱۴۰۳ نیز میانگین بیشترین میزان بارندگی با ۸۰ میلی متر در سیاه بیشه اتفاق خواهد افتاد و رامسر با ۷۳، نوشهر با ۶۵ و ساری با ۵۲ میلی متر باران در جایگاه بعدی قرار دارند و کمترین میزان بارندگی نیز در طی این مدت در کجور با ۲۸، بابلسر با ۴۰ و بلبده و الاشت با ۴۳ میلی متر پیش بینی شده است.

مطابق جدول پیش بینی فصلی مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی کشور، در اردیبهشت ماه سال جدید میانگین بیشترین میزان بارندگی با ۵۹ میلی متر در سیاه بیشه پیش بینی شده است و پس از آن به ترتیب رامسر با ۵۲، نوشهر با ۴۹، بلده با ۴۴ و ساری با ۴۱ میلی متر خواهد بود و بیشترین میزان بارش باران در این ماه خواهند بود و بندرامیرآباد با ۲۲، دشت ناز با ۲۹ و گلوگاه با ۲۴ میلی متر شاهد کمترین میزان بارندگی در طی این ماه خواهند بود.

در این جدول همچنین میانگین بیشترین میزان بارندگی در خردادماه سال ۱۴۰۳ با ۴۰ میلی متر در رامسر پیش بینی شده است و پس از آن نوشهر با ۳۶، پل سفید با ۳۳، الاشت و قراخیل با ۲۳ میلی متر شاهد بیشترین میزان بارندگی در طی این مدت خواهند بود و میانگین کمترین میزان بارندگی نیز در طی این ماه برای بندرامیرآباد با ۱۴، بابلسر با ۱۷ و سیاه بیشه با ۲۰ میلی متر پیش بینی شده است. بر اساس گزارش مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی کشور، میانگین بارش بهمن ماه امسال در مازندران ۶۸٫۹ میلی متر بوده که نسبت به مدت مشابه دوره آمار ی بلندمدت که ۶۵٫۴ میلی متر بوده حدود پنج درصد و نسبت به مدت مشابه دوره آمار ی بلندمدت که ۷۱٫۱ میلی متر بوده، حدود ۲۱ درصد افزایش داشته است.

طبق این گزارش، میانگین بارش پنج ماهه سال زراعی جاری مازندران منتهی به بهمن ماه امسال ۲۳۲٫۴ میلی متر بوده که نسبت به مدت مشابه دوره آمار ی بلندمدت که ۲۳۶٫۵ میلی متر بوده حدود ۱٫۳ درصد کاهش و نسبت به مدت مشابه سال قبل که ۲۱۴ میلی متر بوده حدود ۹٫۵ درصد افزایش داشته است.

میانگین دمای هوای پنج ماهه سال زراعی منتهی به بهمن ماه امسال در مازندران ۹٫۸ درجه سلسیوس بوده که نسبت به مدت مشابه دوره آمار ی بلندمدت که ۹٫۹ درجه سلسیوس بوده ۲٫۸ درصد مشابه سال قبل که ۱۶ درجه سلسیوس بوده، ۳٫۱ درجه سلسیوس افزایش داشته است.

میانگین دمای هوای پنج ماهه سال زراعی منتهی به بهمن ماه امسال در مازندران ۹٫۸ درجه سلسیوس بوده که نسبت به مدت مشابه دوره آمار ی بلندمدت که ۹٫۹ درجه سلسیوس بوده، ۲٫۸ درصد مشابه سال قبل که ۱۴٫۲ تا نیمه فروردین ۱۴۰۳ درجه سلسیوس بوده، ۲۷٫۷ درصد سلسیوس افزایش داشته است.

بر اساس خروجی های مدل اقلیمی پژوهشکده اقلیم شناسی سازمان هواشناسی کشور، میانگین بارش از اسفند ۱۴۰۲ تا نیمه فروردین ۱۴۰۳ در مازندران در محدوده نرمال با احتمال ۶۵ درصد گرایش به بیش از نرمال و نیمه فروردین تا نیمه خرداد ۱۴۰۳ در محدوده نرمال پیش بینی می شود.

میانگین دمای هوای مازندران نیز از اسفندماه سالی ۱۴۰۲ تا نیمه خرداد ۱۴۰۳ گرایش به بیش از نرمال پیش بینی شده است؛/پروا

حسن خیریانپور افزود: در همین راستا برای نخستین بار در سطح کشور شرکت کشتی سازی صدرا با همکاری اداره کل بنادر و دریانوردی مازندران ساخت شناور لایروب موتوردار با ظرفیت یک هزار متر مربع آغاز کرده است.

معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران گفت که تاکنون شناورهای لایروب به صورت وارداتی و در کشور مونتاژ می شد اما اکنون طراحی و ساخت آن در سطح کشور در حال انجام است. وی ادامه داد: با توجه به وجود ظرفیت دریای خزر و بیش از ۴۰۰ کیلومتر ساحل و سه بندر نوشهر، فریدونکنار و امیرآباد در مازندران، این استان می تواند در اقتصاد دریا محور اثرگذار باشد.

عملیات ساخت نخستین شناور لایروب با ظرفیت یک هزار متر مکعب در شرکت کشتی سازی صدرا با حضور معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران، مدیرعامل کشتی سازی ایران صدرا کشور، فرماندار بهشهر و برخی مسئولان ملی و استانی در مازندران آغاز شد.

به گزارش نهضت شمال، مراسم آغاز خط طراحی، ساخت و تحویل شناور لایروب یک هزار متر مکعبی با حضور معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران ودیگر مسوولان کشوری و استانی در بهشهر برگزار شد.

معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران در این مراسم گفت که توسعه دریاحور و اقتصاد دریا محور از جمله تاکیدات و موارد مورد توجه در کشور است.

۵۵۰ میلیون مترمکعب آب در بخش آب های سطحی و یک میلیارد و ۲۵۰ میلیون مترمکعب در بخش آب زیرزمینی بهره برداری می شود.

اثر تغییر اقلیم بر خشکسالی های سواحل جنوبی دریای مازندران در دوره های آتی مطالعه شده و نشان می دهد که شدت خشکسالی در ده های آینده نسبت به گذشته افزایش یافته است و این افزایش برای شرق دریای مازندران شدیدتر است. تغییر اقلیم منجر به افزایش فراوانی و شدت خشکسالی در منطقه مورد مطالعه می شود. سواحل غربی دریای مازندران بیشتر از سواحل شرقی آن تحت اثر جریان های شمالی سامانه پرفشار سیبری قرار دارند و در صورت استقرار پرفشار بر روی دریا، بارش ها در غرب دریای کاسپین بالاتر از منطقه شرقی آن خواهد بود. پدیده گرمایش جهانی منجر به تضعیف سیستم فشار قوی سیبری به طور کلی شده است.

سیر خزنده خشکسالی بسیار شدید در بخش های وسیعی از مازندران با بررسی های صورت گرفته و براساس شاخص های لازم دوره یکساله تا پایان خرداد ماه ۱۴۰۲، حدود ۶۷ درصد از مجموع مساحت مازندران تحت تاثیر خشکسالی بسیار شدید، ۱۷٫۷ درصد در معرض خشکسالی شدید، ۹٫۴ درصد خشکسالی متوسط، ۲٫۷ درصد در معرض خشکسالی خفیف و ۲٫۲ درصد نیز در حد نرمال است.

مطلب بالا بخش از صحبت های مدیرکل هواشناسی مازندران با استناد به آمارهای ارائه شده توسط مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی کشور است. به گفته محمدرضا رضوی، طبق گزارش این مرکز، در سطح حوزه آبریز اصلی دریای مازندران ۵۶٫۲ درصد از مجموع مساحت در معرض خشکسالی بسیار شدید، ۲۰٫۶ درصد در خشکسالی شدید، ۹٫۴ درصد خشکسالی متوسط، ۵٫۸ درصد خشکسالی خفیف و ۶٫۷ درصد نیز در محدوده نرمال قرار دارد.

۱۴۰۲
پهنه بندی خشکسالی هواشناسی در سطح استان بر اساس شاخص استانداردهای جهانی در دوره سه ماهه منتهی به دیماه ۱۴۰۲ نشان می دهد، بخش وسیعی از مازندران تحت تاثیر خشکسالی خفیف تا شدید بوده است و تنها میانبد ساری، قسمتی از میانبد میاندورود، بابل و نور، قسمت کوچکی از سوادکوه تحت تاثیر ترسالی ضعیف و با در محدوده نرمال بوده است.

میانگین بارش دریاقتی دیماه ۱۴۰۲ در مازندران ۴۱٫۸ میلی متر بوده است که در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته که ۲۱٫۷ میلی متر بوده، ۹۲٫۶ درصد افزایش و نسبت به مدت مشابه بلندمدت که ۴۹٫۵ میلی متر بوده، ۱۵۶ درصد کاهش داشت. همچنین مقایسه بارش دیماه سال جاری شهرستان های استان نسبت به مشابه بلندمدت نشان می دهد که در چهار شهرستان کلاردشت، تکلین، رامسر و چالوس به ترتیب با ۵۵٫۲، ۳۸٫۱ و ۳۷٫۶ درصد افزایش بارش مواجه بوده اند و سایر شهرستان های نیز با کاهش بارش مواجه بوده اند که بیشترین کاهش در بابلسر، فریدونکنار، محمودآباد، سیمرغ، سوادکوه شمالی، آمل، جویبار، بهشهر به ترتیب با ۶۵٫۵، ۶۴٫۴، ۵۴٫۵، ۴۶٫۶، ۴۵٫۹، ۴۱٫۳ و ۳۵٫۷ درصد اتفاق افتاد.

درصد تأمین بارش سال آبی منتهی به دیماه سال ۱۴۰۲ در مازندران ۳۹٫۷ درصد بارش سال آبی بوده که کمتر از مقدار بارش در مدت مشابه بلندمدت بوده است، میانگین بارش بلندمدت استان ۴۰٫۹ درصد بوده است. میانگین بارش شهرستان های مازندران طی این مدت نسبت به مشابه بلندمدت، به غیر از شهرستان های بابل، بهشهر، ساری، سوادکوه، عباس آباد، گلوگاه، محمودآباد، میاندورود، نکا و کلاردشت که افزایش داشته در سایر شهرستان ها با کاهش بارش

مواجه بوده اند که بیشترین کاهش در آمل، بابلسر، رامسر، سیمرغ، نوشهر اتفاق افتاده است.

بارش تجمعی دیماه سال ۱۴۰۲ در مازندران نشان می دهد که بیشترین میزان بارش تجمعی در قسمت کوچکی از کوهپایه چالوس و کلاردشت بیش از ۲۰۰ میلی متر، قسمتی از ساحل نوشهر، قسمت کوچکی از کوهپایه چالوس و کلاردشت، قسمتی از جلگه تکلین و عباس آباد و قسمتی از ساحل و جلگه رامسر بین ۱۰۵ تا ۲۰۰ میلی متر، میاندورود، جویبار، سیمرغ، محمودآباد، قسمت عمده گلوگاه، قالمشهر، فریدونکنار، عباس آباد، تکلین، ساحل تا میانبد بهشهر، ساحل تا کوهپایه نکا، ساحل تا کوهپایه و قسمتی از ارتفاعات ساری، قسمتی از بابلسر، قسمتی از سوادکوه و سوادکوه شمالی، قسمت عمده جلگه تا ارتفاعات بابل، جلگه تا میانبد و قسمتی از ارتفاعات آمل، ساحل و جلگه، میان بند و قسمتی از ارتفاعات نور، ساحل و جلگه و قسمتی از میانبد تا ارتفاعات چالوس، میانبد تا ارتفاعات کلاردشت، قسمتی از ساحل و جلگه و میانبد تا ارتفاعات رامسر بین ۲۸ تا ۱۰۵ میلی متر، قسمتی از ارتفاعات گلوگاه، میانبد تا ارتفاعات بهشهر، کوهپایه و ارتفاعات نکا، قسمت عمده ارتفاعات ساری، قسمتی از سوادکوه و سوادکوه شمالی، قسمت کوچکی از قالمشهر، قسمتی از بابلسر، قسمتی از جلگه و ارتفاعات بابل، قسمت عمده میانبد تا ارتفاعات آمل، قسمتی از جلگه تا ارتفاعات نور و نوشهر، قسمتی از جلگه تا میانبد چالوس و کلاردشت، قسمت کوچکی از ارتفاعات چالوس و رامسر بین هفت تا ۲۸ میلی متر، قسمتی از ارتفاعات بهشهر تا ساری، قسمتی از میانبد تا ارتفاعات آمل، قسمتی از میانبد نور بین ۲ تا هفت میلی متر و قسمت کوچکی از ارتفاعات آمل بین یک تا ۲ میلی متر بوده است.

میانگین دمای هوای مازندران در دیماه سال ۱۴۰۲، ۶٫۸ درجه سلسیوس بوده که نسبت به مدت مشابه بلندمدت ۴٫۴ درصد سلسیوس افزایش داشته است. طی این مدت میانگین دمای هوا نسبت به میانگین بلندمدت، در همه شهرستانهای استان مازندران، بیشتر از میانگین بلندمدت خود بوده و بیشترین افزایش میانگین دما نسبت به مدت مشابه بلندمدت مربوط به رامسر با ۵٫۷ درجه سلسیوس بوده است. میانگین دمای کمینه هوای استان نیز ۱٫۳ درجه سلسیوس بوده که نسبت به مدت مشابه بلندمدت ۳٫۶ درجه سلسیوس افزایش داشته و میانگین دمای بیشینه هوای مازندران نیز در طی این مدت ۱۲٫۳ درجه سلسیوس بوده که نسبت به مدت مشابه بلندمدت، ۵٫۲ درجه سلسیوس بوده که نسبت به مدت مشابه بلندمدت، ۵٫۲ درجه سلسیوس افزایش داشته است. کمترین مقدار دمای کمینه هوا مربوط به شهرستان کلاردشت با منفی ۲٫۴ درجه سلسیوس که نسبت به مدت مشابه بلندمدت، ۵۵٫۳ درجه سلسیوس افزایش داشته است، همچنین بیشترین مقدار دمای بیشینه هوا مربوط به شهرستان قائم شهر با ۱۸٫۹ درجه سلسیوس که نسبت به مدت مشابه بلندمدت، ۵٫۱ درجه سلسیوس افزایش داشته است.

پیش بینی ۱۶۹ میلی متر باران در سه ماه آینده مازندران

مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی کشور برای سه ماهه منتهی به خردادماه سال ۱۴۰۳ استان مازندران در مجموع ۱۶۹ میلی متر بارندگی پیش بینی کرده است. مطابق جدول پیش بینی فصلی این مرکز که هواشناسی مازندران آن را منتشر کرده است، میانگین کمترین میزان بارندگی در سه ماهه آینده با ۲۴ میلی متر مربوط به خردادماه سال ۱۴۰۳ و بیشترین میزان نیز با ۵۹ میلی متر مربوط به اسفندماه امسال و برای فروردین ماه و اردیبهشت سال ۱۴۰۳ نیز به ترتیب ۴۹ و ۲۸ میلی متر باران پیش بینی شده است.

مطابق این جدول، میانگین بیشترین میزان

و ارشاد اسلامی قائم شهر ، مسئولین شهرستانی و شهری ، جمعی از روسای ادارات فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستانهای استان مازندران و فعالان و نخبگان فرهنگی مساجد در سالن اجتماعات شهرداری قائم شهر برگزار شد و از فعالان فرهنگی مساجد استان در حوزه های مختلف تجلیل گردید.

به گزارش نهضت شمال، مراسم آیین تجلیل از فعالان فرهنگی مساجد استان مازندران به مناسبت سی و یکمین سالگرد تأسیس کانون فرهنگی و هنری مساجد (۱۸ اسفند) با حضور آنگر مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی ، ترابیان مدیر دبیرخانه ستاد هماهنگی کانون های فرهنگی و هنری مساجد استان ، خساری نژاد معاون سیاسی امنیتی و اجتماعی فرمانداری قائم شهر، یزدانی رئیس اداره فرهنگ

زندگینامه

امداد غیبی رزمنده مازندرانی در جبهه



ارشدان مازندران

همرزم شهید «اسماعیل حاتمی» می گوید: «یک موشک عراقی در نه متری ما افتاده بود که منفجر نشد. گروه تخریب در محل حاضر شدند تا آن را خنثی کنند؛ اما نتوانستند. اسماعیل گفت: من می خواهم موشک را خنثی کنم. آن‌ها گفتند: با اینکه کار ما چندین سال خنثی کردن موشک است، نتوانستیم؛ شما چطور می خواهید این کار را بکنید؟! ادامه زندگینامه این شهید تخریبچی را در نوید شاهد مازندران بخوانید.

به گزارش نوید شاهد مازندران، شهید اسماعیل حاتمی هفتم تیر ۱۳۳۶، در روستای نجن چار از توابع شهرستان آمل دیده به جهان گشود. پدرش حسینی، راننده بود و مادرش فضا نام داشت.

اسماعیل نخستین ثمره زندگی «حسینی و فضا» و نور چشم این زوج متدین و کشاورز بود.

دوران تحصیل

اسماعیل، دانش آموز پایه پنجم ابتدایی در دبستان «شهید علی اصغر فاضلی» فعلی در زادگاهش «درویش خیل» از توابع آمل بود که بنا به دلایلی، به ترک تحصیل روی آورد و سپس، پیشه جوشکاری و تراشکاری را در پیش گرفت.

دوستش «نعمت الله وسطی» می گوید: «دلبسته به مال دنیا نبود. حافظ دین و قرآن و عاشق عدالت بود. در انجام کارهای تاکتیکی، ابتکار عمل بالایی داشت و همیشه به ما می گفت: پیرو خط امام و ولایت باشید.

حضور در جبهه

اسماعیل در ۱۶ در ماه سال ۱۳۶۰ به عضویت سپاه درآمد. تا سال ۱۳۶۳، بارها به جبهه کردستان عزیمت کرد و به عنوان تک تیرانداز، فرمانده قلعه و تخریب چی، به خلق رشادتهای فراوانی پرداخت.

«نعمت الله وسطی» از هم رزمش می گوید: «زمانی، یک موشک عراقی در نه متری ما افتاده بود که منفجر نشد. گروه تخریب در محل حاضر شدند تا آن را خنثی کنند؛ اما نتوانستند. اسماعیل گفت: من می خواهم موشک را خنثی کنم. آن‌ها گفتند: با اینکه کار ما چندین سال خنثی کردن موشک است، نتوانستیم؛ شما چطور می خواهید این کار را بکنید؟! در نهایت، اسماعیل رفت و موشک را خنثی کرد. این کار او واقعاً امداد غیبی بود.»

اسماعیل که شهادت را رسیدن به قلعه سرفرازی می دانست، سرانجام در ۴ فروردین ۱۳۶۳، در میوان به فیض عظیم شهادت نایل آمد و در گلستان شهدای «درویش خیل» به خاک سپرده شد.

«توصیه نامه شهید اسماعیل حاتمی»

به شما عزیزان توصیه می کنم که تابع و پشتیبان ولایت فقیه باشید. نماز جمعه و جماعت را فراموش نکنید. ساده زیست باشید و از تجملات دوری کنید. دعاها را توسل و ندبه و کمیل را به پا دارید. دنباله رو روحانیت متعهد باشید و در کارهای خود مسیری را انتخاب کنید که دنیا دوستی در آن نباشد.

فرش قرمز مازندران زیر پای مسافران نوروزی

کردن این شرایط به انجام اقدامات برای آماده سازی فضاهای تاریخی و گردشگری نیز بر می گردد.

در میان هیجان مسافران و گردشگران برای دیدن جنگل های سر سبز و آبی خیره کننده دریا در استان مازندران، آثار باستانی و تاریخی جلوه ای دیگر از جاذبه های گردشگری این استان به شمار می روند و مجموعه های تاریخی و گردشگری، غارهای باستانی، قلعه ها، کاخ ها، عمارت ها و مکان های زیارتی، مازندران را علاوه بر دارا بودن جاذبه های طبیعی جنگل و دریا برخوردار از مناطق جذاب و دیدنی تاریخی کرده است.

در کنار تمامی زیبایی های طبیعی جنگل و دریا در مازندران، جاذبه های تاریخی و باستانی این استان در نوع خود بی نظیر هستند و ظرفیت دیگری برای حضور و جذب بیشتر مسافران و گردشگران به شمار می روند و آن دسته از مسافران و گردشگرانی که مازندران را بعنوان مقصد سفرهای خود انتخاب کرده اند، با بازدید از آثار تاریخی و باستانی می توانند جلوه ای دیگر از فضای گردشگری در این استان را مشاهده کنند.

تقویت زیر ساخت مازندران در این پیوند استاندارد مازندران گفت: همه شهرداران مازندران باید با تدوین برنامه جامع برای تقویت زیر ساخت ۲۵ سال آینده شهر خود برنامه داشته باشند.

سید محمود حسینی پور اظهار داشت: در حال حاضر سالانه حدود ۴۰ میلیون مسافر به این خطه از شمال مسافرت می کنند و این آمار هر ساله در حال افزایش است که همه این موارد ضرورت تقویت زیر ساخت های استان را فراهم می کند.

وی افزود: با توجه به در پیش بودن ماه مبارک رمضان و هزمانی آن با عید نوروز، ستاد تنظیم بازار استان به صورت منظم برای تأمین کالاهای اساسی تشکیل می شود.

حسینی پور با بیان اینکه همه اقلام مورد نیاز عید نوروز در مازندران فراهم شد، خاطرنشان ساخت: تقاضای ما از کسبه ها آن است که با هماهنگی اتحادیه ها بدون دخالت دستگاه های



انجام شد آخرین جمع بندی های نهایی را انجام و فرش قرمز پذیرایی را دو هفته زودتر برای مسافران پهن کردند.

همه شهرداران مازندران مکلف شدند فضا سازی شهری برای نوروز امسال را متفاوت تر از سالهای قبل انجام دهند و با توجه به در پیش بودن ماه مبارک رمضان و شب های قدر کارهای فرهنگی در اولویت شهرداری ها قرار گرفت.

زیر ساخت هایی همانند، آب، برق، گاز و پهنای اینترنت در مازندران باید بر مدار توسعه باشد و شهرداران برای تحقق این موارد باید پیگیری داشته باشند.

مازندران به دلیل برخورداری از جنگل، دریا و حدود سه هزار آثار تاریخی همواره در تمام فصول سال میزبان مسافران زیادی از اقصای نقاط کشور است. با توجه به چنین شرایطی، فراهم کردن بسترهای لازم برای یک میزبانی شایسته از این مسافران همواره جزو تاکیدات و اولویت های مسوولان بوده است.

با اوج گیری سفر، در تعطیلات نوروز امسال نیز ۲۰ میلیون و ۳۳۱ هزار و ۹۹۰ نفر شب اقامت مسافران در مازندران ثبت شد که این حجم از سفرهای نوروزی در کشور بی سابقه و جانز اهمیت به شمار می رود.

با توجه به حضور میلیونی مسافران در این خطه از شمال کشور پیش بینی الزامات برای میزبانی شایسته تر در این استان از نکات مورد توجه برای مسوولان می باشد تا سفر نوروزی خاطره انگیز را برای مسافران رقم زده شود.

بسترسازی و انجام اقدامات لازم برای این منظور همواره از ماهها قبل از عید نوروز انجام می شود تا کم و کاستی در نحوه و شرایط میزبانی از مسافران میلیونی ایجاد نشود. حال آنکه فراهم

۲ هفته مانده به عید نوروز، استان مازندران با فراهم کردن زیر ساخت لازم در این خطه از شمال، برای پذیرایی گسترده از مسافران میلیونی نوروزی از سراسر کشور در ماه مبارک رمضان آماده شد.

به گزارش نهضت شمال، مازندران که از هفته اول اسفند ماه با شروع فعالیت نوروز خوان ها در سطح شهرها و روستاهای این خطه سرسبز به استقبال عید نوروز رفته است سفره پذیرایی از مسافران نوروزی را پهن کرده و آماده حضور گردشگران داخلی و خارجی به این استان شد.

همنشینی نوروز با ماه مبارک رمضان تکاپوی مضاعفی را برای مازنی ها به همراه داشته است و علاوه بر تأمین کالاهای اساسی، خدماتی و رفاهی فضاسازی شهری و فعالیت های فرهنگی را هم به فضا سازی شهری برای نوروز اضافه کردند.

تأمین آب شرب سالم برای مسافران یکی از دغدغه های جدی در این استان بود که با سرمایه گذاری جدید دولت در مازندران و افزایش دبی آب این زیرساخت خدماتی هم ارتقا یافت.

مدیران ارشد استان بر این باور هستند با توجه به اینکه هر ساله بر تعداد مسافران و گردشگران مازندران اضافه می شود زیر ساخت های این استان باید در مسیر افزایش و تکاملی قرار گیرد.

بهبودی بیش از ۸۰ حلقه چاه در سال جاری سبب شد که یک هزار و ۴۷۰ هزار لیتر به دبی آب شرب این استان اضافه شود.

تأمین کالاهای اساسی برای نوروز و ماه مبارک رمضان از جمله دغدغه های جدی دیگر بود که این اقلام ضروری هم در مازندران تأمین شد.

استاندار مازندران با برگزاری یک همایش سراسری که با حضور تمامی شهرداران مازندران

مدیر کل شیلات مازندران اعلام کرد:

افزایش ۱۷ درصدی صید ماهی استخوانی در مازندران

کریمزاده با بیان اینکه متوسط قیمت ماهی در بازار به عرضه و تقاضا بستگی دارد، تصریح کرد: میانگین قیمت ماهی تا این لحظه ۲ میلیون و ۷۰۰ هزار ریال است.

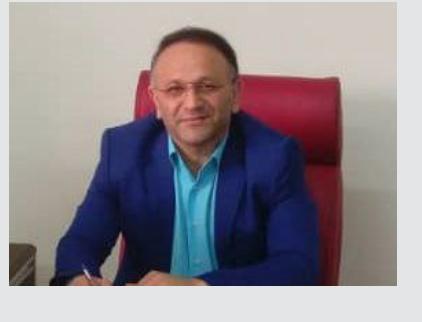
وی یادآور شد: اوج زمان صید ماهی سفید طی ماههای اسفند و فروردین است که این روزها شاهد افزایش صید هستیم

وی ادامه داد: ارزش اقتصادی این میزان ماهی صید شده ۶ هزار و ۹۵۰ میلیارد ریال بوده که نسبت به سال گذشته ۶۰ درصد رشد داشته است.

مدیرکل شیلات مازندران درباره ترکیب گونه های صید شده ماهی بیان کرد: از بین ماهی های صید شده ۵۳ درصد از گونه سفید، ۳۷ درصد کفال، ۸ درصد کپور و ۲ درصد سایر گونه ها بوده است.

مدیرکل شیلات مازندران گفت: میزان صید ماهی در دریای مازندران طی پنج ماهه اخیر به ۲ هزار و ۵۷۰ تن رسید.

به گزارش نهضت شمال، قاسم کریمزاده با بیان اینکه صید ماهی استخوانی در دریای مازندران از مهر ماه امسال شروع شده و کماکان ادامه دارد، افزود: نسبت به مدت مشابه سال گذشته صید ماهیان استخوانی از افزایش ۱۷ درصدی برخوردار بوده است.



معاون جهاد کشاورزی مازندران:

۳۱ درصد از شالیزارهای مازندران شخم و شیار شدند

خرانه گیری شده است.

وی با عنوان این که ۳۱ درصد از شالیزارهای استان شخم و شیار اولیه شدند، آن را به عنوان مهمترین مراحل فصل کشاورزی دانست و درباره اصول درست شخم و شیار گفت: استفاده از تیلر و تراکتورهای سبک در اراضی کشاورزی باید مورد توجه قرار گیرد.

وی نقش شخم و شیار را در کاهش آفات موثر دانست و درباره بذریابی در شرایط کنونی از کشاورزان خواست تا از بذریابی در حال حاضر پرهیز کنند و افزود: کشاورزان بذریابی را به بعد از ۲۰ اسفند موکول کنند.

عباسپور پوشش مناسب مرزهای شالیزارها و مصرف مناسب کودهای شیمیایی را مساله مهم بیان کرد.

۲۱۰ هزار هکتار شالیزار در مازندران وجود دارد.

مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان خبر داد:

آمادگی کامل جمعیت هلال احمر مازندران برای آغاز طرح های ملی امداد و نجات به مسافران نوروزی ۱۴۰۳



غلامعلی فخاری، از آمادگی کامل جمعیت هلال احمر استان مازندران برای آغاز طرح های ملی امداد و نجات و طرح خدمات بشردوستانه جوانان به مسافران نوروزی ۱۴۰۳ خبر داد.

به گزارش نهضت شمال، مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان، از آغاز طرح های مربوطه از تاریخ ۲۶ اسفند با پیوست فرهنگی مذهبی بعثت تقارن با ماه مبارک رمضان خبر داد.

فخاری، گفت: در طرح ملی امداد نجات نوروزی به

تعداد ۲۲ پایگاه امداد و نجات ثابت و ۵ پایگاه امداد و نجات موقت و یک پایگاه امداد و نجات کوهستان به همراه سه پایگاه امداد و نجات دریایی به همراه ناوگان لجستیکی ۴۳ دستگاه آمبولانس، ۲۲ دستگاه ماشین کمک دار دوکابین، ۶ دستگاه ماشین کمک دار تک کابین، ۶۰ دستگاه موتور امدادی همراه با حضور روزانه بیش از ۳۰۰ پرسنل و نجاتگر در سطح ستاد و شعب آماده خدمت رسانی هستند.

مدیرعامل جمعیت هلال احمر مازندران، در ادامه افزود: در طرح ملی خدمات بشردوستانه جوانان به تعداد ۲۰ پست ثابت، ۴۴ پست سیار (طرح سحاب)، ۲۰ پست فضای دوستدار کودک با همکاری تیم وقت و برپایی ۲۰ خیمه نماز برای اقامه نماز جماعت اول وقت برای مسافران، ۱۲۰ ایستگاه سلامت با حضور بیش از ۲۰۰ عضو جوان با حضور روزانه در سطح ستاد و شعبه همراه با پشتیبانی خیرین و داوطلبان سلامت محور به منظور هرچه بهتر برگزاری طرح های ملی و خدمت رسانی به مردم و مسافران عزیز در ایام نوروز ۱۴۰۳ خبر داد.

فرمانده انتظامی بندر انزلی: بیش از ۶ هزار متر مربع از اراضی ملی در بندر انزلی رفع تصرف شد

خبر

رییس سازمان جهاد کشاورزی گیلان خبر داد:

تولید ۱۳ میلیون نهال در گیلان



رییس سازمان جهاد کشاورزی گیلان از تولید ۱۳ میلیون نهال در استان خبر داد.

به گزارش نهضت شمال، صالح محمدی در دیدار با نماینده ولی فقیه در گیلان به مناسبت هفته منابع طبیعی با اشاره به فعالیت ۳۴ نهالستان بخش خصوصی و هشت نهالستان دولتی در گیلان اظهار کرد: در راستای اجرای طرح کاشت یک میلیارد نهال در کشور و به تبع آن در گیلان تاکنون ۱۳ میلیون اصله نهال در این نهالستان‌ها تولید شد ضمن اینکه تعهد سالانه گیلان در سال جاری کاشت هشت میلیون نهال در سال است.

وی صیانت از عرصه‌های جنگلی و کشاورزی را از کارهای پرمشقت برشمرد و با اشاره به اجرای طرح زراعت چوب در استان افزود: ۱۸ هزار هکتار از عرصه‌های ملی و ۲۵ هزار هکتار از اراضی کشاورزان (مستثنیات کشاورزان) زیر کشت زراعت چوب است.

رئیس طرح مردمی کاشت یک میلیارد نهال استان گیلان با بیان اینکه امسال برای نخستین بار زراعت چوب در قالب الگوی کشت قرار گرفت، اضافه کرد: در این ارتباط اقدامات مؤثری انجام شد که ارائه کودهای پارانهای و افزایش سنوات بیمه‌های اعم این خدمات است.

مدیرکل صمت گیلان:

۳۸۰۰۰ بانوی بافنده فرش در گیلان فعالند



مدیرکل صنعت، معدن و تجارت گیلان از رشد ۲۷۰ برابری سرمایه‌گذاری پس از پیروزی انقلاب در گیلان خبر داد و گفت: بخش مهمی از این موفقیت را مرهون زنان کارآفرین هستیم.

به گزارش نهضت شمال، درویشعلی حسن زاده در نخستین همایش تجلیل از بانوان کارآفرین استان گیلان که با حضور جمع کثیری از بانوان کارآفرین استان در محل تالار شماره یک سینما کاپری شهرستان گرگان برگزار شد، اظهار کرد: در سال ۱۳۵۷ و پس از انقلاب اسلامی ایران تعداد ۵۶ واحد صنعتی با سرمایه‌گذاری ۳۴۸ میلیارد تومان و اشتغال دو هزار و ۶۹ نفر در استان فعالیت می‌کردند و در حال حاضر تعداد هزار و ۱۷۳ واحد صنعتی با سرمایه‌گذاری ۹ هزار و ۶۴۳۶ میلیارد تومان و اشتغال ۲۹ هزار و ۶۳۳ نفر در استان فعالیت می‌کنند که در حوزه سرمایه‌گذاری رشدی ۲۷۰ برابری را شاهد بوده‌ایم.

وی با بیان اینکه قطعا بخشی از موفقیت‌های حوزه سرمایه‌گذاری صنعتی در استان گیلان مدیون بانوان کارآفرین استان است، افزود: همواره شاهد فعالیت مدیران بانوی موفق در سطح استان بوده‌ایم، به عنوان مثال در حوزه اصناف و بازار ۱۴ اتاق اصناف در سطح استان فعالیت می‌کنند که روسای دو اتاق اصناف از بانوان توانمند استان هستند.

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت استان گیلان ضمن تاکید بر حمایت مسئولان از صنعت فرش دستبافت گفت: در حال حاضر بیش از ۲۸ هزار بافنده زن در استان مشغول فعالیت هستند که بسیاری از آنها گنم‌باف بوده و امیدواریم با حمایت‌هایی که از این بخش می‌شود این هنر صنعت حفظ شود.

حسن‌زاده فرش دستبافت را یکی مهمترین حوزه‌های فعالیت زنان گیلانی برشمرد و تصریح کرد: تعدادی از روسای اتحادیه‌های صنفی کلیدی استان و شهرستان‌ها از بانوان هستند.

این مقام مسئول ضمن تقدیر و تشکر از تمامی بانوان هنرمند گیلانی و کسانی که به رشد و توسعه صنعت در گیلان کمک می‌کنند، گفت: بانوان هنرمند گیلانی و به ویژه بافندگان فرش سهم مهمی در رشد اقتصادی استان دارند و باید مورد حمایت قرار بگیرند.

فرمانده انتظامی بندر انزلی گفت: بیش از ۶ هزار مترمربع زمین ملی به ارزش ۲۴ میلیارد ریال در این شهرستان رفع تصرف شد.

به گزارش نهضت شمال، سرهنگ سید مهدی نجفی‌پور اظهار کرد: با گزارش تصرف زمین‌های ملی در منطقه غازیان شهرستان بندر انزلی، مأموران پلیس آگاهی پس از بررسی و تأیید صحت موضوع، به همراه کارشناسان منابع طبیعی به محل مورد نظر اعزام شدند.

فرمانده انتظامی بندر انزلی گفت: متصرف ۷۰ ساله، ۶ هزار و ۸۶۲ مترمربع زمین ملی به

گلستان آماده‌میزبانی از بهار طبیعت و قرآن

صدای پای بهار آرام آرام به گوش می‌رسد؛ سال جدیدی که در کنار خود بهار قرآن را هم پیشکش مسلمانان می‌کند تا در پوستاندازی طبیعت، روح و جان مومنان جلا یابد. برای میزبانی از این ۲ میهمان و در کنار آن پذیرایی از مسافران نوروزی، مسوولان گلستان دست به کار شده و تمهیدات لازم و مناسب را اندیشیده‌اند.

به گزارش نهضت شمال، سال ۱۴۰۲ با تمام اتفاقات تلخ و شیرین رو به پایان است و یکی از دغدغه‌های پر تکرار خانواده‌ها در آستانه سال جدید، برنامه‌ریزی برای سفر در تعطیلات نوروز است. استان گیلان هم به رسم هر ساله به استقبال نوروز می‌رود و در همین راستا، تقارن ماه مبارک رمضان با ایام نوروز و همزمانی شب‌های قدر با هفته دوم تعطیلات، بر تصمیمات ستاد خدمات سفر و ارائه خدمات به مسافران تأثیر گذاشته و مسوولان درصدد هستند با حفظ حرمت ماه رمضان، شور و حال نوروز را همچون سال‌های گذشته زنده نگه دارند.

نگارستان ایران هم با جاذبه‌های گردشگری، طبیعی و تاریخی متعدد مورد توجه مسافران در همه ایام سال از جمله نوروز است که می‌طلبد همچون سال‌های قبل میزبانی از مسافران نوروزی به نحو شایسته انجام شود؛ گرچه همزمانی ماه رمضان و نوروز شاید شرایط میزبانی را محدودتر کند.

گرچه برخی مسافران نوروزی امسال به واسطه همزمانی بهار طبیعت و بهار قرآن، ممکن است سفرهای خود را به زمان دیگری موکول کنند با این وجود کارشناسان مدت زمان سفرهای نوروزی ۱۴۰۲ را طولانی‌تر از همیشه می‌بینند و معتقدند گلستان در ایام پایانی فروردین به ویژه تعطیلات عید سعید فطر با حجم بیشتری از مسافران نوروزی مواجه خواهد شد.

براساس نظر علما و مراجع دینی، مسافرت در ماه رمضان اشکال ندارد اما اگر برای فرار از روزه باشد

ارزش ۲۴ میلیارد ریال را در منطقه‌ی غازیان بندر انزلی با سیم‌خاردار محصور کرده بود که مأموران انتظامی با حکم قانونی، این زمین را رفع تصرف کرده و متهم را به مرجع قضایی معرفی کردند.

وی با اشاره به برخورد مستمر پلیس گیلان با زمین خواری در استان، اضافه کرد: همه آثار تصرف از این قطعه زمین جمع آوری شد.



با حفظ و رعایت شئون ماه مبارک رمضان و با همکاری اداره کل امور روستایی و شوراهای استانداری گلستان، اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان و سایر دستگاه‌های اجرایی مرتبط قضایی مناسب را متناسب با این ایام در استان برای هموطنان فراهم سازد.

مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی گلستان گفت: دستگاه‌های مربوطه از جمله امداد و

نجات و نیروی انتظامی برای رفاه حال مسافران و راهنمایی بهتر هموطنان چادرها و کمپ‌های خدمات‌رسانی در طول مسیرهای استان و ورودی شهرها بر پا خواهند کرد.

دبیر ستاد اجرایی خدمات سفر گلستان، تشدید بازدیدهای نظارتی و اکیپ‌های سلامت از بخش‌های مختلف ارائه‌دهنده کالا و خدمات به مسافران و گردشگران از جمله مساجد، سالن‌های ورزشی، مدارس، جایگاه عرضه سوخت، رستوران‌ها، هتل‌ها و تفرجگاه‌ها، اماکن بهداشتی و امثال آن را یکی از وظایف اصلی دستگاه‌های اجرایی ستاد خدمات سفر در ایام پیک سفرها دانست و یادآور شد: این مسوولیت با یاری دستگاه‌های مرتبط ستاد خدمات سفر تحقق خواهد شد.

نگارستان ایران با ظرفیت‌ها و جاذبه‌های بی‌شمار طبیعی، تاریخی و گردشگری همواره پذیرای مسافران است و در کنار این ظرفیت‌های بی‌بدیل، مسوولان استان هم همه تلاش خود را برای افزایش ماندگاری مسافران نوروزی و تبدیل گلستان به مقصد گردشگری به کار خواهند گرفت./

ایرنا

اظهار کرد: زیباسازی شهرها و جلوگیری از عملیات عمرانی از ۱۵ اسفندماه، تعیین کشیک‌های صنوف ارائه‌دهنده خدمات به هموطنان از جمله بانک‌ها، نانواهای، داروخانه‌ها، تأمین سوخت، استقرار کیوسک راهنمای مسافران در مبادی ورودی شهرها، تشدید نظارت بر مراکز و صنوف ارائه دهنده خدمات به هموطنان از جمله مصوبات جلسه ستاد است.

محمدجواد ساوری خاطرنشان کرد: با توجه به ابلاغ ستاد هماهنگی خدمات سفر کشور درباره سفرهای پایان سال و نوروز ۱۴۰۳، مصوبه شورای فرهنگ عمومی منشور فعالیت ستاد اجرایی خدمات سفر استان است.

گلستان آماده میزبانی از بهار طبیعت و قرآن وی با اشاره به اینکه مصوبه شورای فرهنگ عمومی از سوی وزیر ارشاد و فرهنگ اسلامی به وزرای مربوطه و استان‌ها ابلاغ شده است، گفت: نحوه عملکرد در چارچوب مشخص و با رعایت حرمت ماه مبارک رمضان و رفاه حال مسافران و گردشگران تعیین شده است.

گلستان آماده میزبانی از بهار طبیعت و قرآن وی با اشاره به اینکه مصوبه شورای فرهنگ عمومی از سوی وزیر ارشاد و فرهنگ اسلامی به وزرای مربوطه و استان‌ها ابلاغ شده است، گفت: نحوه عملکرد در چارچوب مشخص و با رعایت حرمت ماه مبارک رمضان و رفاه حال مسافران و گردشگران تعیین شده است.

گلستان آماده میزبانی از بهار طبیعت و قرآن وی با اشاره به اینکه مصوبه شورای فرهنگ عمومی از سوی وزیر ارشاد و فرهنگ اسلامی به وزرای مربوطه و استان‌ها ابلاغ شده است، گفت: نحوه عملکرد در چارچوب مشخص و با رعایت حرمت ماه مبارک رمضان و رفاه حال مسافران و گردشگران تعیین شده است.

گلستان آماده میزبانی از بهار طبیعت و قرآن وی با اشاره به اینکه مصوبه شورای فرهنگ عمومی از سوی وزیر ارشاد و فرهنگ اسلامی به وزرای مربوطه و استان‌ها ابلاغ شده است، گفت: نحوه عملکرد در چارچوب مشخص و با رعایت حرمت ماه مبارک رمضان و رفاه حال مسافران و گردشگران تعیین شده است.

مدیرکل جمع آوری و فروش اموال تملیکی گیلان بیان کرد:

سومین حراج خرده فروشی اموال تملیکی گیلان در نوروز برگزار می‌شود

مدیرکل جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی استان گیلان با بیان اینکه با توجه به دامنه فعالیت‌هایی که داریم و اطلاع‌رسانی نشده که از آن جمله حراج خرده فروشی است، افزود: حراج خرده فروشی قانون منع مداخله ندارد و همه شهروندان و کارمندان دستگاه‌ها می‌توانند در این حراج که از طریق سامانه ستاد الکترونیک دولت برگزار می‌شود و شرایط یکسان برای همه دارد، شرکت کنند.

موقری با بیان اینکه امیدواریم مشارکت در این حراج خرده فروشی بیشتر شود، تصریح کرد: دوبار این حراج برگزار شده و سومین حراج طی چند روز اخیر و به مناسبت ماه مبارک رمضان و عید نوروز برگزار خواهد شد. وی با تاکید بر اینکه همه این‌ها کالاهای قاچاق هستند که وقتی به دست دولت می‌رسند با حواله‌ای که صادر می‌شود به صورت قانونی در اختیار متقاضیان قرار می‌گیرد، تاکید کرد: همه کالاهای قاچاق به جز مواد مخدر و مشروبات الکلی شامل می‌شود و در واقع هر کالایی که مجوزهای لازم را از ارگان‌های مربوطه اخذ کند، می‌توانیم در بازار عرضه کنیم.

موقری در پایان گفت: یک انبار استیجاری در لولمان داریم که با توجه به کمک‌های استاندار محترم، همکاری مدیر کل دارایی، گمرک و اداره بنادر و دریانوردی انبار پایبندر بندرانزلی به محوطه ۱۰ هزار متر به صورت امانی در اختیار ما گذاشتند.

۲۳ ردیف کالا است. موقری با بیان اینکه از ابتدای مهرماه سال ۱۴۰۱ تا به امروز از ۲۰۴ فقره کالای متروکه ۱۵۷ فقره به وزن تقریبی ۵۲۳۰ تن تعیین تکلیف شد، تصریح کرد: همچنین تعداد ۵۲ دستگاه خودروی روسی که از سال‌های گذشته در انبارها بود در سال جاری تعیین تکلیف شدند.

مدیرکل جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی استان گیلان با بیان اینکه هیچ کالای اساسی روسی سنواتی در هیچ کدام از انبارهای استان گیلان نداریم، تاکید کرد: شاید این کالاها به تعداد انگشتان دست باشد که در مراحل اخذ مجوز است.

وی با اشاره به آمار عملکرد انجام شده طی این بازه زمانی گفت: ۲۰۸۴ پرونده به ارزش تقریبی ۸۲۹ میلیارد تومان تشکیل شده و طی این مدت از این میزان پرونده تعداد پرونده‌هایی که فروخته شده ۱۰۲۷ پرونده بودند، آمار پرونده‌های امحا شده هزار و ۱۲۶ پرونده، ۳۲ پرونده اعاده، ۲۳۹ پرونده برائت صادر شده و ۵۱ فقره پرونده واگذار شده و جمع کل پرونده‌های تعیین تکلیف شده در این دوره ۲۴۸۵ فقره بوده است.

موقری با اشاره به اینکه درصد فروش ما نسبت به سال مشابه ۸۱۱ درصد بوده، تصریح کرد: در راستای اموال غیرمنقول طی این مدت از اول مهرماه سال ۱۴۰۱ تا دهم اسفند سال جاری توانستیم ۲۱ میلیارد ریال فروش داشته باشیم که این اموال غیر منقول دو پلاک زمین در آستارا بود که به فروش رسیده است.



وزارت اقتصاد و دارایی است و فعالیت ما در زمینه جمع‌آوری و تعیین تکلیف کالاهایی است که به تملک دولت در می‌آید.

مدیرکل جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی استان گیلان تاکید کرد: از ابتدای مهرماه سال ۱۴۰۱ تاکنون؛ در تعیین تکلیف کالاهای متروکه در بندرانزلی ۱۷۰ ردیف کالا مربوط به سنوات قبل وجود داشت که به بهانه‌های مختلف از جمله عدم صدور مجوز و مسائل دیگر تعیین تکلیف نشده بود و با پیگیری‌های صورت گرفته امروز در بندرانزلی کلا ۳۸ فقره کالای سنواتی داریم، در گمرک آستارا ۹۲ ردیف کالا داشتیم که الان به ۲۵ فقره رسیده، در گمرک حسن رود نیز ۶۰ ردیف کالا داشتیم که الان کلا

مدیرکل جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی گیلان با بیان اینکه امیدواریم مشارکت در این حراج خرده فروشی بیشتر شود، تصریح کرد: دوبار این حراج برگزار شده و سومین حراج طی چند روز اخیر و به مناسبت ماه مبارک رمضان و عید نوروز برگزار خواهد شد.

به گزارش نهضت شمال، احمدرضا موقری، در نشست خبری اظهار کرد: تا قبل از مهرماه ۱۴۰۱ اداره کل جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی استان گیلان رتبه ۲۸ کشوری را داشت که با فعالیت‌ها و پیگیری‌های صورت گرفته در ۹ ماهه اول سال جاری رتبه ۱۰ در سطح کشور را در اموال منقول کسب کردیم.

وی افزود: این اداره کل از ادارات زیر مجموعه

کارشناس نظارت بر فرآورده‌های گوشتی سازمان غذا و دارو از نظارت‌های مستمر و سختگیرانه این سازمان بر فرآورده‌های گوشتی خبر داد و گفت: سوسیس و کالباس و سایر فرآورده‌های گوشتی مناسب و باکیفیت خوب در کشور تولید می‌شود. نیره ذکی‌پور؛ کارشناس نظارت بر فرآورده‌های گوشتی سازمان غذا و دارو از نظارت‌های مستمر و سختگیرانه این سازمان بر فرآورده‌های گوشتی خبر داد و اظهار کرد: نظارت بر استفاده از مواد اولیه ایمن و باکیفیت در تولید سوسیس و کالباس و سایر فرآورده‌های گوشتی مناسب با جدیت در سازمان غذا و دارو پیگیری می‌شود. وی درباره نحوه نظارت سازمان غذا و دارو بر فرآورده‌های گوشتی مانند سوسیس و کالباس افزود: با توجه به نظارت‌های مستمر سازمان و استفاده از مواد اولیه ایمن و

از دواج شخصیت های درونگرا و برونگرا با هم موفقیت آمیز خواهد بود؟



یک روان‌شناس می‌گوید: افراد بسته به ویژگی‌های شخصیتشان، تربیت خانوادگی و محیط رشد خود در نقطه‌ای از این طیف قرار می‌گیرند. در واقع همه انسان‌ها هم ویژگی‌های درونگرای و هم ویژگی‌های برونگرای را در وجود خود دارند، ولی بسته به موقعیت، شرایط و هزار عامل دیگر، قسمتی از این ویژگی‌ها در آن‌ها برجسته‌تر می‌شود.

به گزارش بهداشت نیوز، ساده‌ترین تعریفی که عموم مردم از درونگرایی در ذهن دارند، ساکت نشستن و گوشه‌گیری است؛ تعریفی که معمولا با منزوی بودن برابری می‌کند و از این رو سوءتفاهمی را نسبت به رفتار افراد درونگرا به وجود می‌آورد. پیرو این کج‌فکری، کج‌رفتاری هم به وجود می‌آید.

قطعا همه شما بین دوست و آشنا و همکار و همسایه با افرادی بسیار ساکت مرآوه داشته‌اید که اشتیاقی به سخن گفتن و اظهارنظر کردن نداشته و ندارند؛ افرادی که اغلب شنونده‌اند و تنهایی را به بودن در جمع ترجیح می‌دهند. اگر مدتی کوتاه در کنارشان باشید، احتمالا از سکوتی که بینتان حاکم می‌شود، حوصله‌تان سر می‌رود و حرفی برای گفتن با آنان نخواهید داشت. این گروه افراد، درونگرا نامیده می‌شوند که برقراری ارتباط با آنان به عقیده بسیاری دشوار است.

ساده‌ترین تعریفی که عموم مردم از درونگرایی در ذهن دارند، ساکت نشستن و گوشه‌گیری است؛ تعریفی که معمولا با منزوی بودن برابری می‌کند و از این رو سوءتفاهمی را نسبت به رفتار افراد درونگرا به وجود می‌آورد. پیرو این کج‌فکری، کج‌رفتاری هم به وجود می‌آید. قطعا شناخت دنیای فکری و رفتاری درونگراها تا حد زیادی می‌تواند قضاوت‌های منفی درباره آنان را خنثی کند و باعث ایجاد تعامل ارتباطی سازنده شود. واضح است که از ارتباط مؤثر بین افراد، پایه اصلی موفقیت در زندگی خانوادگی و کاری است.

وی معتقد است مشاوره پیش از ازدواج و تست‌های مربوط به آن می‌تواند در زمینه شناخت ویژگی‌های شخصیتی طرفین، یاری‌دهنده باشد و می‌گوید: قبل از انتخاب فرد موردنظر باید حواستان جمع باشد که می‌توانید با این ویژگی‌ها کنار بیایید یا خیر. اگر زمان آشنایی، سکوت فرد مقابل، حوصله‌تان را سر می‌برد قاعدتا چنین انتخابی، حتی با وجود عشق درست نخواهد بود و شما را در زندگی با چالش‌هایی روبه‌رو خواهد کرد.

ترابی به این نکته مهم هم اشاره می‌کند که لازم است افراد بعد از ازدواج، تفاوت‌های اخلاقی و رفتاری یکدیگر را بپذیرند؛ مثلا اگر همسران درونگراست و نیاز به تنهایی و سکوت دارد، نباید او را سرد و بی‌عاطفه بخوانید.

افراد درونگرا شاید به ظاهر سرد و بی‌عاطفه و وجودشان نیاز به عشق و عاطفه را درون خود احساس می‌کنند.

تغییر خصوصیات افراد آیا ممکن است خصوصیات افراد در طول زمان تغییر کند، مثلا یک فرد درونگرا به مرور خصوصیات طیف برونگرا را بیابد یا برعکس؟ بعد از دوره کرونا شاهد بودیم برخی افراد اظهار می‌داشتند آن‌قدر در خلوت و تنهایی مانده‌اند که به آن خو کرده‌اند و حتی از آن لذت می‌برند و دیگر نمی‌توانند مثل سابق جمع را تحمل کنند. آیا این تغییر امکان‌پذیر است؟

ترابی می‌گوید: بخشی از خصوصیات رفتاری افراد که ژنتیکی است، در طول زمان دستخوش تغییر نمی‌شود، ولی افراد بنا بر خواسته‌ها و مواردی که برایشان مطلوب است، رفتاری را در اولویت قرار می‌دهند؛ مثلا در کودکان، اولویت با بازی است، در نوجوانان، وقت گذراندن با گروه همسالان و استقلال و خودمختاری و در افراد میانسال و سالمند، تجربه عشق و تعلق و روابط انسانی.

در واقع این به آن معناست که آدم‌ها در طول زمان خیلی تغییر نمی‌کنند، اما ممکن است دچار دگرگونی شوند، مثل آنچه در دوره کرونا شاهد بودیم.

در آن دوران، افراد برای حفظ سلامت و بقای خود از دیگران فاصله می‌گرفتند و به تدریج این موضوع به یک سبک زندگی موقت در آن زمان تبدیل شد. حالا این که در دوره پسا کرونا یک فرد همچنان به همان سبک زندگی می‌کند، حتماً برایش مطلوب بوده است. ما از شرایط و محیط تأثیر می‌گیریم، اما در نهایت خودمان هستیم که تعیین می‌کنیم آیا این سبک زندگی را ادامه دهیم یا خیر.

تفاوت درونگرایی و انزوا مزر باریکی بین درونگرایی و انزوا وجود دارد و نباید این دو را به هم اشتباه بگیریم. بهار محمودی نصر، روان‌شناس، معتقد است صرف این که کسی کمتر صحبت می‌کند و کمتر از حد متعارف وارد

باکیفیت، سوسیس و کالباس و سایر فرآورده‌های گوشتی مناسب و باکیفیت خوب در کشور تولید می‌شود و از آن‌جایی که تنوع و کیفیت فرآورده‌های گوشتی تولیدی در داخل کشور بالا است، نیاز به واردات نداریم.

وی درباره حساسیت‌های نظارتی سازمان غذا و دارو در حوزه محصولات و فرآورده‌های گوشتی گفت: اصولاً نظارتی که این سازمان اعمال می‌کند روی همه فرآورده‌های غذایی از جمله سوسیس و کالباس بر اساس ضوابط و مقررات بهداشتی جاری است و توسط معاونت‌های غذا و دارو صورت می‌گیرد و در صورت مشاهده هرگونه عدم انطباق با مقررات، با متخلف برخورد می‌کنیم و اقدامات قانونی لازم انجام می‌شود.

خبر

ماساژ باعث افزایش طول عمر می‌شود



ماساژ از قدیم در ایران و به ویژه در حمام‌های سنتی هر محله جایگاهی ویژه داشت، شاید در زمان‌های قدیم اهمیت درمانی ماساژ چندان مشخص نبود، اما امروزه ماساژ به عنوان یک عمل درمانی ارزشمند شناخته شده است. با این حال بررسی تأثیر بالقوه آن بر طول عمر همچنان برای محققان جذاب است.

به گزارش بهداشت نیوز اگر چه دیرینگی ماساژ درمانی را به طور دقیق نمی‌توان مشخص کرد، برخی از متخصصان ریشه ماساژ درمانی را در طب ایرانی دانسته‌اند. در این مطلب به تحقیقات گسترده‌ای در مورد اینکه چگونه ماساژ درمانی ممکن است بر سلامت عمومی و طول عمر تأثیر بگذارد، پرداخته شده است.

تعداد زیادی از تحقیقات علمی به ارتباط بین ماساژ درمانی و امید به زندگی طولانی‌تر اشاره می‌کنند. یافته‌های تحقیقاتی که تحت عنوان مروری بر مطالعات علمی تحت نظارت «مک فیتز» در سال ۲۰۱۶ انتشار یافته، نشان می‌دهد که ماساژ درمانی یک درمان مکمل مؤثر است که سلامت عمومی افراد مسن را بهبود می‌بخشد. فواید سلامتی ذهنی و جسمی، و همچنین دستاوردهای احتمالی در کیفیت زندگی، با این تئوری که طول عمر طولانی‌تر با پیامدهای سلامتی بهتر مرتبط است، مطابقت دارد.

مزایای بالقوه ماساژ درمانی برای افراد مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر توسط یک مطالعه در سال ۲۰۲۲ بیشتر نشان داده شده است. با توجه به ارتباط بین ماساژهای منظم و بهبود کیفیت زندگی، این نتایج به دیدگاه پیچیده‌تری اشاره می‌کند که چگونه درمان ماساژ می‌تواند با پرداختن به سلامت جسمی و روانی با عمر طولانی‌تر همراه باشد.

بر اساس یافته‌ها، ماساژ درمانی ممکن است بر چندین فاکتور فیزیولوژیکی مرتبط با افزایش سن تأثیر مثبت بگذارد، که ممکن است برخی از مزایای بالقوه آن را برای طول عمر طولانی‌تر توضیح دهد. با توجه به اینکه استرس بر بسیاری از سیستم‌های بدن تأثیر منفی می‌گذارد، کنترل استرس و سطوح کورتیزول یکی از عوامل مهم در افزایش طول عمر است. تحقیق مک فیتز در سال ۲۰۱۶ نشان می‌دهد که افزایش طول عمر می‌تواند با مدیریت استرس مرتبط باشد و ماساژ به عنوان یک فعالیت عملی برای افزایش آرامش عمل می‌کند.

همانطور که مطالعات متعدد نشان داده است، ماساژ همچنین می‌تواند دامنه حرکت و انعطاف پذیری مفاصل مختلف بدن را بهبود بخشد که به نوبه خود فرصت انجام فعالیت بدنی بیشتر را افزایش می‌دهد. این تحرک بهبود یافته با بالا رفتن سن افراد بسیار مهم است و یک سبک زندگی فعال را ترویج می‌کند که می‌تواند تأثیر مثبتی بر طول عمر داشته باشد.

علاوه بر این، آزمایش‌های بالینی متعدد نشان می‌دهد که ماساژ درمانی ممکن است مزایای طولانی‌مدتی بر فشار خون داشته باشد و از سلامت قلبی و عروقی در راز مدت حمایت کند. این امر به ویژه برای افراد مسن که هدفشان حفظ سلامت در دوران پیری است، می‌تواند مهم باشد.

از آنجایی که تحقیقات بر مزایای بالقوه ماساژ درمانی برای طول عمر تأکید دارد، ادغام آن در سبک زندگی راهی عالی برای تکمیل روند سلامتی است. داشتن جلسات منظم ۶۰ دقیقه‌ای ماساژ برای مدیریت درد و استرس و افزایش سلامت عمومی بسیار مفید است. با این حال، برای افرادی که زمان کمتری دارند، تحقیقات نشان می‌دهد که تنها دو جلسه ماساژ به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه نیز می‌تواند مفید باشد.



تنظیم می‌کند و انرژی پایدار را در طول روز تضمین می‌کند. کره بادام زمینی کره بادام زمینی ماده غذایی مغذی است که به عنوان منبع عالی پروتئین عمل می‌کند. این کره در صورت مصرف به مقدار مناسب ۳۱ درصد از پروتئین روزانه را تأمین می‌کند. گنجاندن این ماده در رژیم غذایی روزانه می‌تواند به تأمین نیازهای پروتئینی بدن کمک کند. انتخاب کره بادام زمینی بدون هیچ گونه قند افزوده و سرشار از چربی‌های مفید مانند اسیدهای چرب تک غیراشباع و فیبر، بسیار مهم است. گنجاندن مقادیر متوسط کره بادام زمینی در وعده‌های غذایی یا میان‌وعده‌ها می‌تواند یک راه راحت و خوشمزه برای افزایش مصرف پروتئین و لذت بردن از مزایای تغذیه‌ای آن باشد.

کند بلکه محتوای پروتئین با کیفیت را نیز افزایش می‌دهد که به افزایش قدرت عضلانی و افزایش سطح انرژی کمک می‌کند. آن‌ها همچنین منبع خوبی از مواد شیمیایی گیاهی هستند که به عنوان عوامل ضد التهابی عمل می‌کنند.

نخود که به دلیل تطبیق پذیری و فواید تغذیه‌ای خود شهرت دارد، نه تنها یک غذای غنی از پروتئین است، بلکه منبع ارزشمندی از فیبر است. این گیاه به بازسازی عضلات کمک کرده و در عین حال احساس سیری را تقویت می‌کند. فراتر از غذاهای سنتی مانند آش و آبگوشت، نخود را می‌توان در دستور العمل‌های مختلف غذایی دیگر به کار برد تا مجموعه کاملی از اسیدهای آمینه ضروری را برای سلامتی مطلوب فراهم کند. علاوه بر این، محتوای فیبر بالا به هضم کمک کرده و سطح قند خون را

نمضت شمال

شماره ۴۰۰۲ – پنجشنبه ۱۷ اسفند ۱۴۰۲

آشپزی

طرز تهیه شیرینی بهشتی بدون قیف



شیرینی بهشتی بدون قیف
ParsiDay.com

شیرینی های نوروزی طعم و مزه خوبی دارند و بیشتر آن ترقند یا قلق های خودشان را دارند تا نتیجه نهایی عالی شود. این شیرینی خوشمزه بهشتی را می توانید این بار بدون نیاز به قیف و ماسوره خیلی راحت و عالی در خانه تهیه کنید. شما می توانید شیرینی را به سه رنگ مختلف در بیاورید و برای پذیرایی و نوروزی استفاده کنید و چون تخم مرغ ندارد ماندگاری بالایی نیز دارد. مواد لازم

پودر قند: ۱۷۵ گرم (۱ پ+۳ ق س)
روغن صاف قنادی یا روغن تمام جامد: ۲۰۰ گرم (۱ پ+۲ ق س)
آرد قنادی: ۳۵۰ تا ۴۰۰ گرم (۵/۲ تا ۳ پ)

وایتیل: ۱.۴ ق چای خوری
روغن مایع: ۲۵ گرم معادل ۳ ق سوپ خوری

هله: ۱.۲ ق چای خوری
طرز تهیه شیرینی بهشتی بدون قیف
مرحله اول: آماده سازی
ابتدا باید مواد را در دمای محیط قرار دهید تا هم دمای محیط شود و بعد آرد و پودر قند را یک بار الک کنید و کنار قرار دهید.

مرحله دوم: هم زدن مواد
در ادامه روغن را به همرا پود قند برای ۱۰ دقیقه خوب با همزن برقی بزنید تا سفید رنگ و پوک و خامه ی بشود این مرحله بسیار مهم است تا به حالت خامه ای برسد و حتما بین کار دور گیری کنید تا همه روغن به طور یکنواخت هم بخورد.
مرحله سوم:تهیه خمیر شیرینی
در ادامه باید وایتیل، پودر هل و روغن مایع را نیز اضافه کنید و هم بزنید تا مواد یکدست شود و بعد آرد را طی چند مرحله به مواد اضافه کنید تا خمیر یکدستی بدست بیاید و اگر خمیر خیلی شل بود آرد را کم کم بزنید و بعد خمیر را به سه قسمت مساوی تقسیم کنید و به یکی ۱ ق چای خوری پودر کاکائو و یکی ساده و یکی ۱ ق چای خوری زعفران غلیظ دم کرده اضافه کنید و هم بزنید تا رنگ بگیرد.

مرحله چهارم: تهیه شیرینی بهشتی بدون قیف

حالا باد از مواد شیرینی به اندازه گردو بردارید و در دست گرد کنید و می توانید به صورت ساده یا با کمک یک ماسوره یا کاتر یا چاقو روی آن طرح ایجاد کنید و روی سینی فر قرار دهید و در فر از قبل گرم شده به مدت ۲۵ الی ۳۰ دقیقه با دمای ۱۷۰ بگذارید تا پخته شود و بعد از پخت بگذارید برای ۵ الی ۶ ساعت در دمای محیط باشد و بعد به از روی سینی جدا کنید.
نوش جان
فوت و فن های دستور پخت شیرینی بهشتی بدون قیف
اگر خمیر خیلی سفت شد کمی روغن مایع

قطعه‌ای که

کار منسوجات

الکترونیکی

پوشیدنی را راه

می‌اندازد!

محققان دانشگاه پتروشیمی چین فرآیندی برای چاپ سه‌بعدی ابرخازن ارائه کردند که در آن بدون نیاز به افزودنی می‌توان میکرو ابرخازن‌های گرافنی (MSC) را تولید کرد. به گزارش نهضت شمال، این میکرو ابرخازن‌های گرافنی از ویژگی‌های الکتروشیمیایی جالبی برخوردار بوده و می‌توان از آن در ادوات پوشیدنی استفاده نمود. این فناوری بر محدودیت‌های موجود در تولید ابرخازن‌ها غلبه کرده و قطعه‌ای برای استفاده در نسل بعدی ادوات الکترونیکی پوشیدنی ارائه می‌دهد.

● طب سنتی

خاصیت های ژله

شود پس بهتر است در این دوران ژله و مواد غذایی مناسب مصرف کنید.
کمک به کنترل قند خون
کلاژن به عنوان یک مکمل در درمان بیماری دیابت استفاده می شود. شما اگر دچار بیماری دیابت هستید می توانید ژله را در رژیم غذایی خود قرار دهید. ژله سرشار از پروتئین می باشد. شاید باور نکنید اما ژله از کالری کمی برخوردار است. ژله باعث می شود تا قند خون بدن شما کنترل شود. کسانی که دیابت دارند به نسبت آدم هایی که بیماری قند خون ندارند کلاژن بیشتری را از بدن خارج می کنند. پس خوردن ژله برای این دسته از افراد توصیه شده است.

کمک به کاهش وزن
ژله دارای قند کمی می باشد. برای همین امر به کاهش وزن بدن شما کمک می کند. شما می توانید برای کاهش وزن از ژله کمک بگیرید. برای این کار می توانید ژله را به رژیم غذایی خود اضافه کنید. ژله به عنوان یکی از سالم ترین خوراکی ها برای کاهش وزن موثر است. اگر می خواهید یک میان وعده عالی داشته باشید کی توانید ژله را در لیست غذایی خود قرار دهید. ما می خواهیم به شما توصیه کنیم که از فواید ژله غافل نشوید.

مفيد برای دندان
دندان های انسان از مینا و کلاژن تشکیل شده است. شما می توانید برای تقویت دندان های خود از کلاژن استفاده کنید. کلاژن باعث استحکام دندان می شود. مصرف ژله تاثیر مستقیمی برای سلامت دندان ها داشته و باعث می شود تا عملکرد گوارش شما به درست حفظ شود. کلاژن موجود در بدن باعث می شود تا بدن شما به شکل ویژه ای خوراکی ها را جذب کند. کلاژن به اندازه ی لازم دارای مواد مغذی می باشد که باعث افزایش سوخت و ساز بدن می شود.

منبعی از پروتئین
ژله منبع مفیدی از پروتئین می باشد. شما اگر در طول روز ۲ قاشق غذاخوری ژله مصرف کنید به میزان ده درصد از نیاز بدن شما به پروتئین تامین می شود. باید توجه داشته باشید که پروتئین موجود در ژله به هیچ عنوان کامل نیست. پروتئین ژله فاقد اسیدهای مفید برای مو

استفاده هر روزه از شامپو باعث می شود تا موهای شما خشک و ضعیف شود. شما ممکن است برای خرید انواع شامپوهای سر پول زیادی را پرداخت کنید. استفاده از شامپو انتظار ما را از داشتن موهای نرم و ضخیم و سالم

بالا می برد. ولی باید بدانید که این شامپوها چیزی جز بو و ظاهر بد به همراه ندارد. استفاده طولانی مدت از شامپوهای سر باعث می شود تا موها شکننده شوند. چرا که شامپوهای مصرفی ما دارای مواد ممنوعی زیادی هستند که باعث نابودی مو می شوند. در این میان شاید برسید که چه از ارتباطی بین توضیحات داده شده و مصرف ژله وجود دارد. باید توجه کنید که ژله به سلامت موهای شما کمک می کند. ژله باعث می شود تا پوشش موهای شما تقویت شده

● معرفی جاذبه‌های گردشگری

آبشار باران کوه

آبشارهای استان گلستان از نقاط قوت جذب گردشگر به‌شمار می‌آیند و هر ساله دوستداران طبیعت برای بهرمنجندی از جاذبه‌های متعدد به این استان سفر می‌کنند. از آبشارهای آن می‌توان به آبشارهای شیرآباد، لوه، کیودول، گلستان، باران کوه و زیارت اشاره کرد.

آبشار باران کوه از زیباترین جاذبه‌های طبیعی استان گلستان و جاهای دیدنی گرگان محسوب می‌شود که از جمله آبشارهای خزهای ایران است. این آبشار در پارک جنگلی باران کوه استان گلستان واقع شده است و آبشارهای نامی گلستان در هر چهار فصل سال است. وجه تسمیه آبشار باران کوه، ریزش مداوم قطرات ریز و درشت آب است که مانند باران از بالای صخره‌های پوشیده از یخ سرد سرازیر می‌شود و چشم‌اندازی زیبا به وجود می‌آورد.

آبشار باران کوه گرگان در موقعیت جغرافیایی ۵۴°۲۱′۵۴″ تا ۴۲°۴۶′۵۶″ در استان گلستان قرار دارد. این آبشار زیبا در ارتفاعات جنگل «شصت کلاه» و در مجاورت رودخانه «شصت کلاه» واقع شده است. برای رسیدن به این آبشار باید از گرگان به‌سمت پارک جنگلی باران کوه، مسیری حدود ۱۸ کیلومتر را در جهت غربی طی کنید و به ابتدای این پارک زیبا و بکر برسید.

مسیر آبشار باران کوه تا اولین رودخانه، خاکی و ناموار است و بهتر است این مسیر را با اتومبیل طی کنید؛ زیرا بعد از رودخانه باید مسیری دو و نیم تا سه ساعت را در جاده‌ای خاکی و پر از سنگ به‌سمت آبشار پیاده‌روی کنید. به‌دلیل طولانی بودن مسیر پیاده، بسیاری از گردشگران از دیدن آبشار منصرف می‌شوند؛ اما نباید به‌مسیر بکر و طبیعت شگفت‌انگیز باران کوه را از دست داد؛ بلکه باید از جذابیت‌های صبری و دوست‌داشتنی مسیر زیبا لذت برد تا بر خستگی مسیر غلبه کرد. طی کردن این مسیر برای افرادی که دچار محدودیت رفتی و آمدی، مشکلات استخوانی و پا هستند تقریبا ممکن نیست.

ویژگی‌های آبشار باران کوه

از ویژگی‌های منحصربه‌فرد آبشار باران کوه می‌توان به ریزش دائم آب به‌صورت قطرات ریز و درشت شبیه باران از بالای صخره‌های پوشیده از یخ اشاره کرد. این آبشار با ریزش مداوم همین قطره‌های بارانی جاری

دستگاه‌های پوشیدنی نیاز به قطعاتی برای تامین انرژی دارند که این قطعلات نظیر باتری‌های صلب، محدودیت‌هایی برای طراحی البسه با خود به همراه دارند. میکرو ابرخازن‌های گرافنی به الکترودهای متخلخلی که دارند می‌توانند به سرعت مقادیر زیادی انرژی را در خود ذخیره کنند و تخلیه این انرژی نیز به سرعت انجام می‌شود. توانایی سریع شارژ و اعطاف‌پذیری ابرخازن‌ها در برابر تعداد شارژ‌اندازهای زیاد باعث شده تا آن‌ها برای تولید منسوجات الکترونیکی گزینه ایده‌آلی باشند.



آردنال ها

زمانی که بدن انسان به دلیل مشکلات روزمره تحت استرس قرار گیرد قطعاً به آمینواسید نیاز خواهد داشت. می‌توان با مصرف ژله به راحتی در بدن آردنال ترشح کرد. شما می‌توانید با مصرف ژله بدن خود را ریلکس کرده و به اندام های حیاتی بدن خود مانند کلیه، صفرا و... کمک کنید.

کمک به تعادل هورمون ها

گلیسین موجود در ژله باعث می‌شود تا از افت قندخون در بدن جلوگیری کند. همچنین گلیسین باعث می‌شود تا در بدن گلوٲاتین تولید شود. این دو ماه برای تعادل هورمونی در بدن مناسب می‌باشند. ژله یک رژیم غذایی عالی برای دوران بارداری می‌باشد البته ختم های باردار بهتر است قبل از مصرف ژله با پزشک متخصص خود در این زمینه مشورت کنند چرا که هر شخص دارای سیستم بدنی متفاوتی می‌باشد و دکتر وی بهتر از شرایط فیزیکی و جسمانی او با خیر است. استروژن به عنوان یکی از عوامل خطر سرطان زنان شناخته می‌شود که با مصرف ژله این امر کاهش پیدا می‌کند.

التیام زخم

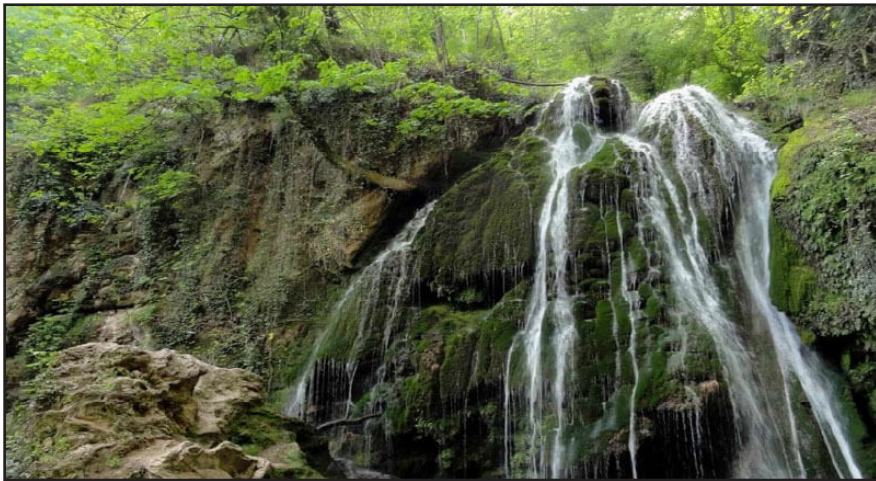
همانطور که در بالا ذکر شد گلیسین باعث می‌شود تا بافت های پیوندی فراوان در بدن شکل بگیرد. مصرف ژله به دلیل داشتن ماده ذکر شده باعث می‌شود تا در درمان و التیام زخم ها موثر باشد.

آرژنی ها
ژله باعث می‌شود تا واکنش های آرژنیک بدن کاهش پیدا کند چرا که باعث می‌شود تا وضعیت سلامت روده ها بهبود پیدا کند. ژله باعث ایجاد یک ایمنی در دیواره روده ها می‌شود و این امر باعث می‌شود تا با بیماری آرژی میارزه کند.

کاهش التهاب
ژله می‌تواند به تعادل چربی های بدن کمک کند. خیلی از افراد در ایران به دلیل مصرف غذایی نادرست دچار چربی می‌شوند. ژله به دلیل داشتن پرولین و گلیسین لازم باعث می‌شود تا تعادل چربی در بدن برقرار شود.

توصیه هایی درباره ی مصرف ژله

ژله را می‌توان به صورت های مختلف مصرف نمود، ژله را می‌توان به مانند انواع پودینگ ها استفاده کرد و یا از آن اسموتی درست کرد. از پودینگ می‌توان به عنوان دسر یا میان وعده استفاده نمود. یک نکته ی مهم در این بخش وجود دارد که باید به آن توجه کنید. مصرف ژله را در حد متعادل نگه دارید، پس بیش از حد ژله باعث ایجاد ناراحتی معده می‌شود.



برای علاقه‌مندان فراهم کرده است. همچنین رودخانه زیبای شصت کلا از دیگر دیدنی‌های اطراف آبشار باران کوه است که از میان انبوه درختان جنگل شصت کلا عبور می‌کند.

جنگل و آبشار شصت کلا، پارک جنگلی ناهارخوران و پیلاخ جهان نما از جمله دیدنی‌های اطراف آبشار باران کوه هستند

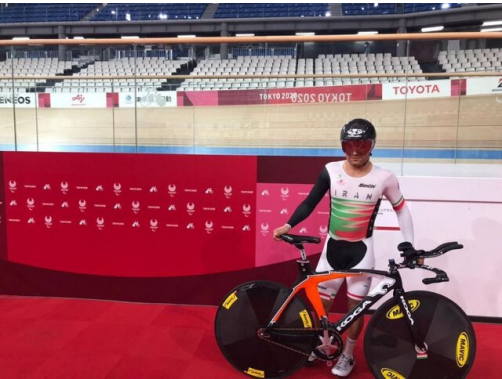
پارک جنگلی ناهارخوران نیز در نزدیکی و حدود ۲۰ کیلومتری آبشار باران کوه است که می‌توانید از آن دیدن کنید. این پارک در نزدیکی روستای زیارت قرار دارد و با طبیعت بکر و زیبای خود یک مکان عالی برای گردشگران است تا در طبیعت پاک و هوای بی‌نظیر آن از روزشان لذت ببرند.

رودخانه شصت کلا
با فاصله ۲۵ کیلومتر از آبشار باران کوه، روستای کوچکی قرار دارد که به «بام گلستان» معروف است. خانه‌های روستایی و شکل و شمایل روستا بدون هیچ نشانی از شهرنشینی، آن را همچون کارت پستی دوست‌داشتنی کرده است. دهکده جهان نما در منطقه حفاظت‌شده‌ای به همین نام قرار دارد که بکرترین جنگل‌های ایران را در خود جای داده است و به همین دلیل هر گوشه آن شما را حیرت‌زده می‌کند. این روستای زیبا در شهرستان کردکوی قرار دارد. تماشای اقیانوس ابر بر فراز جنگل‌های سرسبز و جریان چشمه‌ها و رودخانه‌ها در این منطقه با طراوت، آن را به یکی از دیدنی‌های شگفت‌انگیز اطراف آبشار باران کوه تبدیل کرده است که نباید لذت پیاده‌روی و جنگل‌نوردی در آن را به هیچ عنوان از دست دهید.

مسابقات می‌گیرم اما دوست دارم بهترین نتیجه را به دست بیاورم. انتظاها بعد از قهرمانی آسیا بالا رفته اما سطح رقابتها مهم است که به رکوردم بخورد یا نه. آقایانی ادامه داد: بعد از طلای آسیا انگیزه‌ام چند برابر شده است و باید تلاش بیشتری بکنم چون می‌خواهم برای ایران مدال بیاوریم. ۱۰۰ خودم را برای مسابقات می‌گذارم. این دوندته که برای قهرمانی آسیا نیاز به کفش جدید دارد، در این باره گفت: در مسابقات آسیایی با کفش پاره دویدم. الان هم برای مسابقات قهرمانی جوانان آسیا کفش ندارم. هزینه‌اش ۲۳ میلیون تومان است که نمی‌توانم پرداخت کنم. امیدوارم فدراسیون کمک کند تا مشکلم حل بشود.

در حاشیه

از قهرمانی آسیا تا کارگری در کابیت سازی!



دارنده مدال طلای قهرمانی آسیا در پیست و جاده با بیان این که هاشم کندی با بلایی که سر دوچرخه سواران پارا آورد آن را نابود کرد، گفت: همین دوچرخه سواران پارا از سال ۲۰۱۸ تا به الان آبروی فدراسیون را خریده‌اند.

مهدی محمدی در گفت‌وگو با ایسنا، با اشاره به دریافت ۱۰ میلیون تومان از فدراسیون دوچرخه سواری، اظهار کرد: قبل از اعزام به بازی‌های پارا آسیایی هانگژو چین، کمیته ملی پارالمپیک به حساب فدراسیون دوچرخه سواری برای هر یک از دوچرخه سواران اعزامی به هانگژو مبلغ ۳۸ میلیون تومان برای خرید مکمل و تجهیزات واریز کرد که فدراسیون دوچرخه سواری در ابتدا منکر چنین پولی بود که بعد از رسانهای شدن موضوع مبلغ ۱۰ میلیون تومان به حسابم واریز کرد که البته معلوم نیست فدراسیون دوچرخه سواری مابقی پول را چه زمانی می‌خواهد پرداخت کند.

وی با اشاره به نتیجه نگرفتن تیم دوچرخه سواری در مسابقات قهرمانی آسیا پیست، اظهار کرد: فدراسیون دوچرخه سواری همیشه پشت مدال‌های پارا خود را قایم می‌کرد این بار که دوچرخه سواران پارا را اعزام نکرد، هیچ مدالی هم کسب نکرد. هاشم کندی قبل از اعزام تیم به هندوستان گفته بود که می‌خواهیم تیم کیفی به این رقابت‌ها اعزام کنیم؛ معنی کیفی بودن تیم را فهمیدیم. سال گذشته که به این مسابقات اعزام شده بودم در پیست و جاده موفق به کسب مدال طلا شدم اما این دوره با نبود دوچرخه سواران پارا این قدر مدال کسب کردند که مدال زده شدند.

این دارنده مدال طلای قهرمانی آسیا در پیست و جاده خاطرنشان کرد: هاشم کندی با بلایی که سر دوچرخه سواران پارا آورد آن را نابود کرد. وی معتقد بود چون مدال پارا برای فدراسیون ارزش ندارد برای همین دوچرخه سواران را به مسابقات پیست اعزام نکرد در حالی که همین دوچرخه سواران پارا آبروی این فدراسیون را از سال ۲۰۱۸ تا به الان با کسب مدال خریده‌اند.

محمدی افزود: آیا مزد من ورزشکاری که از سال ۲۰۱۸ تاکنون برای فدراسیون دوچرخه سواری مدال کسب کرده‌ام این بود که بعد از ۱۲ سال کار حرفه‌ای به قهرمانی آسیا اعزام نشوم و به خاطر هیچ چیزی کنار گذاشته شوم.

وی گفت: مبلغ ۵۵ میلیون تومان قبل از هانگژو از جیب خود برای خرید مکمل و تجهیزات دوچرخه هزینه کردم و فدراسیون بعد از رسانهای شدن تنها ۱۰ میلیون به حسابم واریز کرد، دیگر خجالت می‌کشم که دنبال مابقی پولم از فدراسیون باشم. در حالی که غفور کارگری قبل از هانگژو دستور پرداخت این پول را داده بود که به حساب فدراسیون دوچرخه سواری واریز شود.

محمدی در پاسخ به این پرسش که آیا دوباره در دوچرخه سواری فعالیت دارید یا خیر؟ افزود: وقتی ارزشی برای مدال پارا قائل نیستند و به پارالمپیک نیز اعزام نمی‌شویم بعد از ۱۲ سال ورزش حرفه‌ای در دوچرخه سواری فعالیت نمی‌کنم و برای تامین معاش در یک کابیت سازی کارگری می‌کنم که البته درآمدم از دوچرخه سواری بیش‌تر است و دیگر محتاج کسی نیستم.

سجاد آقایی می‌گوید خودش را برای شرکت در قهرمانی آسیا آماده می‌کند اما نیاز به کفش جدید دارد و امیدوار است فدراسیون دوومیدانی این مشکل را برطرف کند. دوندته ۱۸ساله ایران که در مسابقات داخل سالن قهرمانی آسیا موفق به کسب طلای دوی ۴۰۰ متر شد، این روزها خودش را برای رقابت‌های قهرمانی جوانان آسیا آماده می‌کند اما نیاز به کفش جدید و امکانات بهتری دارد. سجاد آقایی در گفت‌وگو با ایسنا به وضعیتش پیش از این رقابت‌ها اشاره و بیان کرد: یک هفته است که تمریناتم را در فضای باز آغاز کرده‌ام. ۲۳ اسفند مسابقات انتخابی برگزار می‌شود و اردیبهشت هم مسابقات آسیایی را داریم. او با بیان اینکه شرایط خوبی دارد، تاکید کرد: نمی‌توانم پیش‌بینی کنم چه نتیجه‌ای در

برای قهرمانی آسیا کفش ندارم

ورزشی

اسماعیل حاللی:

وعده جوان گرایی «پوچ» است

کارشناس فوتبال کشور به حذف این تیم از جام حذفی با باخت دو بر صفر مقابل مس رفسنجان تصریح کرد: مس رفسنجان خیلی خوب بازی کرد. در فوتبال فرسایشی چنین اتفاقاتی رخ می‌دهد. استقلال دومین شکست فصل را کسب کرد. در یک تیم کاملاً طبیعی است که گاهی دچار افت شود. باخت استقلال برایش خیلی گران تمام شد اما نباید آنها را دستکم گرفت.

او درباره حذف سپاهان مقابل الهلال عربستان در یک هشتم نهایی لیگ قهرمانان آسیا تصریح کرد: الهلال یکی از بهترین تیم‌های باشگاهی آسیا است. قطعاً کسی نمی‌تواند ریف این تیم در غرب قاره شود. چه بسا قهرمانی فصل جاری نیز برای آنها باشد. آنها سرمایه گذاری کردند و حالا دارند برداشت می‌کنند.

حلالی ادامه داد: سپاهان روی اشتباهات فردی حذف شد. دو اخراج در دو دیدار رفت و برگشت نشان می‌دهد همچنان با فوتبال روز دنیا فاصله داریم. هر دو کارت قرمز با بازیابی صحنه خط توسط VAR رخ داد همین امر نشان می‌دهد با تکنولوژی اینچنینی هنوز انیس نگرفته‌ایم چون در لیگ برتر داخل کشور وجود ندارد.

قهرمان لیگ برتر روی غفلت نیازد

او درباره روند نتیجه‌گیری سینوسی تمام تیم‌های مدعی قهرمانی گفت: دقیقاً نکته درستی است. یک تیم باید در طول فصل شرایط نسبتاً مطلوبی داشته باشد. غفلت یک هفته‌ای می‌تواند بالای جدول را تغییر دهد. تمرکز تیم‌ها بازی به بازی باید باشد تا بتوانند به قهرمانی برسند.

در دایره باطل می‌چرخیم

حلالی درباره عملکرد تیم‌های پایین جدول که تقریباً تیم‌هایی ثابت شده‌اند یادآور شد: فوتبال ما در یک دایره اشتباه گیر کرده است. برنامه‌ریزی به

مری فوتبال پایه کشور با اشاره به پیدا کردن استعداد برای حضور در تیم ملی گفت: تمام این وعده‌ها با توجه به اتفاقاتی که در فوتبال رخ می‌دهد «پوچ» است.

اسماعیل حاللی عملکرد تیم‌های مدعی قهرمانی در هفته‌های نخست دور برگشت لیگ برتر و همچنین اتفاقات رخ داده در یک شانزدهم جام حذفی فوتبال کشور را مورد ارزیابی قرار داد. او که مربیگری در تیم‌های پایه را سال‌هاست آغاز کرده است در خصوص وعده جوان گرایی در تیم ملی بزرگسالان و همچنین رفتار بازیکنان هنگام برخورد با رسانه‌های جمعی صحبت کرد که در پی می‌خوانید:

عملکرد اوسمار همچنان مجهول است پیشکسوت تیم فوتبال پرسپولیس درباره یک پیروزی و یک شکست سرخپوشان با هدایت اوسمار و به را در آغاز دور برگشت لیگ بیست و سوم گفت: پرسپولیس باخت بدی را مقابل آلومینیوم اراک تجربه کرد ولی با بردن تراکتور توانست تا حدودی آن را جبران کند. من فکر می‌کنم هنوز برای بررسی عملکرد فنی این تیم خیلی زود است. نتیجه‌گیری در فوتبال باشگاهی یک موضوع مهم است اما روند نتیجه‌گیری در طول فصل نیز اهمیت دارد.

استقلال خوب است اما...

حلالی درباره ادامه صدرنشینی استقلال تهران در لیگ برتر گفت: باید پذیرفت استقلال همواره تیم محترمی است. آنها خیلی خوب نتیجه‌گیری کرده اند. شاید خیلی صحبت‌ها درباره مشکلات آنها باشد اما خروجی نشان می‌دهد خیلی خوب هم در حال نتیجه‌گیری هستند. مهم‌ترین نکته پیرامون استقلال می‌تواند انگیزه آنها برای رسیدن به موفقیت تیمی با شرایط فعلی باشد اما اگر همین انگیزه نیز از بین آنها برداشته شود قطعاً مشکلات متوالی سراغ این تیم خواهد آمد.



حداقل رسیده است و هیچ کس آینده مشخص برای باشگاه‌داری ندارد.

جوان گرایی حرف پوچ است

مری فوتبال پایه کشور در خصوص وعده جوان گرایی در تیم ملی بزرگسالان گفت: تمام این وعده‌ها پوچ است. وقتی هیچ سیستمی برای رشد و پرورش بازیکن وجود ندارد چطور می‌خواهیم جوان گرایی کنیم. چنین اتفاقی تا جام جهانی ۲۰۲۶ نمی‌افتد و تمام این بحث‌ها برای گرفتن وقت است تا بعضی‌ها روی عملکرد خود سرپوش بگذارند.

مسیر درست نیست مقصد پر اشتباه

حلالی با تشبیه نحوه توجه به تیم‌های پایه توسط مدیران باشگاه‌ها تصریح کرد: وقتی می‌خواهید یک هدفی را ترسیم کنید باید برایش نقشه راه کشید. شما در خیلی از باشگاه‌های معتبر کشور می‌بینید هیچ مسیر درستی در نظر گرفته نشده است. مدیران عامل همین باشگاه‌ها هم با دست فرمان ترسناک خود مقصد را اشتباهی گرفتند و دنبال این هستند که همه کمبدها را گردن سرمربیان تیم بیندازیم.

رحیمی: با هیچکس برای جانشینی افلاکی مذاکره نکرده‌ایم

خود را جزم کرده است تا با رسیدن به فینال صاحب سهمیه المپیک شود و دومین بانوی المپیکي تکواندوی ایران در پاریس باشد.

دیبر فدراسیون تکواندو در ادامه درباره برخی صحبت‌ها مبنی بر احتمال معرفی سرمربی جدید برای تیم ملی تکواندوی مردان در المپیک پاریس گفت: بعد از آنکه آقای مقاتلو رفت، من به همراه آقایان ساعی و افلاکی جلسه‌ای را برگزار کردیم و به توافق رسیدیم که افلاکی سرمربی تیم ملی شود اما پس از هر رویداد راجع به عملکرد تیم ملی به جمع‌بندی برسیم. در حال حاضر افلاکی سرمربی تیم ملی است و پیگیر این موضوع نیستیم که فرد دیگری سرمربی تیم ملی شود.

او در پاسخ به این سوال که پس با این اوصاف امکان تغییر سرمربی تیم ملی برای المپیک وجود ندارد، گفت: امکان هر چیزی بسته به شرایط وجود دارد. خود من یا هر کس دیگری را هم ممکن است تغییر دهند و این مسائل در هر جایگاهی و برای هر فردی امکانپذیر است.

مدیر فنی تیم‌های ملی تکواندو در پایان تاکید کرد: به عنوان مدیر فنی تیم‌های ملی تکواندو با قاطعیت اعلام می‌کنم فدراسیون تکواندو با هیچکس برای سرمربیگری تیم ملی وارد مذاکره نشده است. ضمن آنکه فدراسیون از عملکرد آقای افلاکی و همچنین خاتم مینو مداح رضایت دارد.

به عنوان آخرین مسابقات برای کسب سهمیه المپیک پاریس است و قطعاً حساسیت بالایی دارد. ضمن آنکه لایه‌های خودش را هم دارد و همه کشورها سعی می‌کنند به سهمیه المپیک برسند. البته تمرکز ما کاملاً روی مباحث فنی است و نفاتر اعزامی ما نیز عزم خود را جزم کرده‌اند تا با رسیدن به فینال صاحب سهمیه المپیک شوند.

او با تاکید بر اینکه کار سختی در این رقابت‌ها پیش رو دارند، گفت: شاید ظاهر قضیه این باشد که سلیمی کار راحتی در سنگین‌وزن برای کسب سهمیه المپیک دارد اما چین به عنوان میزبان این مسابقات در این وزن نماینده دارد و حریف قزاق هم تکواندوکار بسیار خوبی است. پیش‌بینی ما این است که تکواندوکار چین و آرین سلیمی در دو طرف جدول قرار گیرند و در آن صورت هر دو با رسیدن به فینال صاحب سهمیه المپیک می‌شوند. البته میزان آمادگی آرین سلیمی به شکلی است که حتی توان شکست حریف چینی را هم دارد. ما امید زیادی به کسب سهمیه توسط سلیمی داریم و اگر مشکل خاصی به وجود نیاید در این وزن به سهمیه المپیک می‌رسیم. رحیمی با اشاره به شرایط مینو نعمت‌زاده خاطرنشان کرد: کار نعمت‌زاده برای کسب سهمیه المپیک دشوارتر است و او رقبای خوبی از کره جنوبی و چین تاییه دارد اما او هم عملکرد بسیار خوبی در مسابقات بین‌المللی تهران داشت و امید زیادی به او برای کسب سهمیه المپیک داریم. او واقعا عزم



المپیک پاریس، اظهار کرد: دو تکواندوکار ما به همراه مجید افلاکی و مینو مداح، سرمربیان تیم‌های ملی، و هادی ساعی، رییس فدراسیون تکواندو، به عنوان سرپرست، روز بیستم اسفند عازم چین می‌شوند. روز گذشته (دوشنبه) بازدید از تمرین‌های سلیمی و نعمت‌زاده داشتیم و خدا را شکر هر دوی آنها در شرایط خوبی به سر می‌برند و انگیزه زیادی برای موفقیت در این رویداد دارند.

مدیر فنی تیم‌های ملی تکواندو افزود: این رویداد

مدیر فنی تیم‌های ملی تکواندو با بیان اینکه از ابتدا قرار شد عملکرد افلاکی پس از هر رویداد مورد بررسی قرار گیرد، گفت: فدراسیون تکواندو با هیچکس برای سرمربیگری تیم ملی مذاکره نکرده است و از عملکرد افلاکی رضایت داریم.

اصغر رحیمی در گفت‌وگو با ایسنا درباره شرایط آرین سلیمی و مینو نعمت‌زاده، دو تکواندوکار اعزامی ایران به رقابت‌های کسب سهمیه المپیک در قاره آسیا به عنوان آخرین رویداد برای رسیدن به

جدول سودوکو



جدول سودوکو یک بازی و سرگرمی جالب و جذاب می باشد جدول سودوکو از یک جدول ۸۱ خانه تشکیل شده است ، هر جدول از ۹ سطر و ۹ ستون تشکیل شده است . همین جدول خود نیز به ۹ بخش تقسیم شده که هر بخش یک بسته ۹ تایی را شامل میشود. درون این بسته ها را باید با اعداد یک تا ۹ پر کنید اما مجاز نمی باشید که در هر سطر یا ستون از اعداد تکراری استفاده کنید .

9	8		4	3				5
4	7							8
	2		8	1	5			4
	5	7	2			8	3	
	1	3		7		4	9	
				1	8		5	
	6	2			8	7		9
	9	8					5	
				5	1			7

			4		8				
	9	1		8		2			
				2			4	5	
1			6		8	3	9		
	5	3		2	7	6			
8	6		9	3	1	7	5	2	
					6	2		7	
	3	9							
	2			3	7	4		9	
6	4	7			9		1	2	3

			7		8		6		
4	5	9		7	3			1	
		6	2		1				
					3	4	9	6	
			4				7		
9	8						3		
				3	7	2		8	9
				8				3	
2					3	8		5	

5		2		4	6	9				
						6				
			9		2				1	
7				6		1		4		
			2	7		4		9		
9		1				7	6	8		
						2		6		
	7			9	5					
1	9			4	8	2			3	7
2				5	6		1	4		9

شمار اهداکنندگان عضو در مازندران مطلوب است

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی مازندران بر لزوم فرهنگ سازی برای اهدای عضو در جامعه تاکید کرد و گفت: شمار اهداکنندگان عضو در استان مطلوب است. به گزارش خبرنگار مهر، کاظم محمودی صبح چهارشنبه در حاشیه مراسم درختکاری با اشاره به این که مراسم غرس ۲۶ نهال که به

نام جان بخشان مرگ مغزی شهرستان ساری در پارک ملل برگزار شد، اهدای عضو را کاری بزرگ و بسیار ارزشمند خواند و بر نهادینه شدن فرهنگ اهدای عضو در جامعه تاکید کرد. وی افزود: تصمیم اهدای عضو از سوی خانوادهها در آن بازه زمانی کوتاه، گرفتن یک تصمیم بسیار سخت و در عین حال حیاتی است که این روح بزرگ خانوادهها، ارزشمند و قابل تقدیر است. این مسئول ادامه داد: این عزیزان هم یاد خود را جاودانه کردند و هم انسانی را نجات بخشیدند و فداکاری انسان و خانوادههای اهداکنندگان عضو قابل ستایش است.

- صاحب امتیاز و مدیر مسئول: حسن شیرزاد
- سرمدبیر: سید ابراهیم مختاری سنگدهی
- زمینه: اجتماعی سیاسی
- نشانی: ساری - بلوار پاسداران - کوچه شهید رضایی پلاک ۶۱
- تلفکس: ۰۱۱-۳۳۲۴۰۷۹۷
- طراحی و صفحه آرائی، حروفچینی: موسسه فرهنگی هنری چشمه توسعه آفاق دانش
- چاپ: تکتم
- گستره توزیع: شمال کشور

شماره ۴۰۰۲ پنجمین ۱۷ اسفند ماه ۱۴۰۲

تولید محصولات لبنی؛ صنعتی حساس و استراتژیک در صنایع غذایی کشور

شرکت‌های تولیدکننده انواع محصولات لبنی از جمله تولیدکنندگانی هستند که محصولات تولیدی آن‌ها تاثیر بسزایی در امنیت غذایی جامعه دارد، محصولاتی که مصرف سرانه‌شان در هر کشوری، یکی از مولفه‌های توسعه و سلامت آن کشور، شناخته می‌شود و میزان مصرف لبنیات با توجه به منابع سرشار کلسیم، پروتئین، ویتامین دی و... نهفته در آنها، تاثیر مستقیمی در سلامت جامعه دارد.

زنجیره تولید لبنیات و متصل کردن مزرعه به زندگی مدرن امروزی، و فرصت بسیار محدودی که مابین زمان تولید تا مصرف لبنیات وجود دارد، این صنعت را، به یک صنعت مهم، حساس و البته استراتژیک تبدیل کرده که مستقیماً به امنیت غذایی جامعه که تامین و حراست از آن بر عهده حکومت‌ها است گره خورده.

بر همین اساس در کشورمان نیز، دولت و نهادهایی از جمله بنیاد مستضعفان تلاش دارند تا در کنار بخش خصوصی، به رشد این صنعت و تامین هر چه بیشتر امنیت غذایی جامعه کمک کنند.

