



دبیر کانون خدمت رضوی مازندران خبر داد:
توزیع ۳۷ هزار و ۲۴۰ سبد کالا در
مازندران



رئیس کل دادگستری مازندران عنوان کرد:
بازگشت ۳۷ هکتار زمین کشاورزی در
مازندران به وضع پیشین



مدیرکل کمیته امداد گلستان عنوان کرد:
برپایی پایگاه‌های نیکوکاری در سطح
شهرها برای دریافت کمک‌های مردمی



مدیرکل تعاون کار و رفاه اجتماعی گلستان:
تخلف هزار و ۱۲۴ فروشگاه در
اجرای طرح فجرانه در گلستان

در این شماره می‌خوانید:



رشد ابزارهای
دیجیتال در حوزه
اقتصاد؛ مفید یا مضر؟

آماده‌باش اورژانس برای حوادث چهارشنبه‌سوری در مازندران

ایران در مسیر پرورسانی دانش تولید اقتصادی زیتون

روزنامه نهضت شمال در استان گلستان

نماینده فعال می‌پذیرد.

#تولید محتوا #برسائه مکتوب #برسائه دیجیتال ۰۹۱۱۶۲۵۳۸۰۹

داغ برنجکاران گریبان باغداران را گرفت

نوجوانی وبی‌انگیزی تحصیلی



بخشی از کارخانه البرز مرکزی سوادکوه در آستانه نوروز تعطیل شد

البرز مرکزی تا تعیین پیمانکار جدید می‌تواند با نظارت یک نماینده از سوی شرکت، کار را دوباره راه‌اندازی کند و ما برای خود شرکت البرز کار کنیم تا لاقبل شب عیدی مشکلات اقتصادی و دست‌تنگی ما را شرمندانه نخواهد نکند، اما کسی به داد ما نمی‌رسد و عوامل شرکت پاسخگو نیستند. مدیران شرکت گفتند همکاری کنید تا قرارداد پیمانکار لغو شود

یکی دیگر از کارگران نیز گفت: تمام دستگاه‌ها و بار ورودی متعلق به البرز است، پیمانکار قبلی بابت بار ورودی چیزی پرداخت نمی‌کرد و فقط ماهیانه درصدی بابت تولید به شرکت البرز می‌داد؛ از سال ۹۶ نیز بارها زمزمه فسخ قرارداد با پیمانکار شنیده می‌شد، اما اقدامی نشد تا اکنون که شرایط اینگونه شد و حالا کسی به به داد ما نمی‌رسد.

این کارگر شرکت زغال‌سنگ البرز مرکزی افزود: وقتی پیمانکار حق و حقوق ما را نمی‌دهد، اعتراض کردیم و مدیران شرکت البرز مرکزی روزی در نمازخانه ساختمان اداری شرکت به ما گفتند شماها با ما همکاری کنید تا قرارداد فسخ شود و تا آمدن پیمانکار جدید شما را به بیمه بیکاری می‌فرستیم، در صورتی که بیمه پرداخت نمی‌شد و ما بی‌خبر بودیم و اکنون نیز بیمه بیکاری به ما تعلق نمی‌گیرد.

وی افزود: از برج ۷ برای ما بیمه‌ای رد نشده و نمی‌توان بیمه بیکاری گرفت، عید نزدیک است و ما دچار مشکل اقتصادی شدیم، در حالی که شرکت می‌تواند با نظارت اجازه دهد کار را شروع کنیم اما هر روز بهانه می‌آورد. کارگران فعلاً نمی‌توانند کار کنند، چون کارخانه پلمب است.

در همین حال نوید نیکو، مدیرعامل شرکت البرز مرکزی درباره وضعیت فعلی شرکت به خبرنگار تسنیم گفت: با توجه به تخلفات صورت گرفته از سوی پیمانکار و انجام ندادن تعهداتش، به خلع ید بر اساس مفاد مندرج در قرارداد اقدام کردیم. البته پیش از آن با مسئولان شهرستان مکتوباتی داشتیم تا تعیین تکلیف وضعیت پیمانکار انجام و سپس فراخوان برای پیمانکار جدید انجام شود. نیکو افزود: طبقه پیمانکاری ما سرمایه‌گذاری و سرمایه‌پذیری بود و در اسرع وقت پس از انجام تسویه حساب، فراخوان جذب پیمانکار جدید انجام خواهد شد.

وی در خصوص وضعیت کارگران نیز بیان کرد: دغدغه ما برای کارگران از خود آنها بیشتر است و به فکر نیروها هستیم و تا زمانی که وضعیت مشخص شود و پیمانکار بعدی بیاید، وضعیت کارگران در اولویت ما قرار دارد.

مدیر عامل کارخانه البرز مرکزی در پاسخ به این پرسش که چرا کارگران تا مشخص نشدن وضعیت، نمی‌توانند در واحد زغال‌شویی قدیم کار کنند، گفت: در حال حاضر واحد زغال‌شویی قدیم پلمب است و تسویه حساب انجام نشده، از این رو نمی‌توان تا انجام نشدن تسویه و رفع پلمب، کارگران را برای ادامه کار و تولید وارد محوطه کرد.

نیکو خاطر نشان کرد: براساس قرارداد پیمانکار باید مواردی را رعایت می‌کرد، اما در عمل فقط به فکر بازآفرینی زغال بود و حقوق کارگران را نمی‌داد، حق بیمه را به‌موقع پرداخت نمی‌کرد، باطله‌ها را از منطقه خارج نمی‌کرد و تولید جانبی انجام نمی‌داد، بنابراین خلع ید وی از کار صورت گرفت.

مدیر عامل شرکت زغال سنگ البرز مرکزی با تأکید بر اینکه ما دغدغه کارگران را داشتیم که خلع ید پیمانکار صورت گرفت، گفت: کارگران در حال حاضر یکسری معوقات دارند که با راهکارهای قانونی در حال طی شدن است.

وی تصریح کرد: پیمانکاری که اهلیت و تخصص بالاتری داشته باشد، به کار گرفته خواهد شد و شرکت با شرایط بالاتری پیش خواهد رفت تا مشکلاتی که در گذشته داشتیم، تکرار نشود. تسنیم



واحد زغال‌شویی کارخانه البرز مرکزی به دلیل تخلفات پیمانکار و شکایت مدیرعامل شرکت پلمب شده و تعدادی از کارگران آن در آستانه عید نوروز بیکار شده‌اند. این در حالی است که هیچ حق بیمه‌ای برای آنها واریز نشده و اکنون امکان دریافت حقوق بیکاری هم ندارند.

به گزارش نهضت شمال، استخراج زغال سنگ از معادن بزرگ البرز مرکزی سوادکوه در دهه‌های اخیر و ارتزاق ۷ هزار نفر از این معادن، نوستالژی است که در سال‌های اخیر یادآوری آن غمی را در دل می‌نشانند؛ غمی که به واسطه خصوصی‌سازی غیراصولی و بی‌تدبیرانه، خاموشی معادن را در پی داشت و اکنون که حدود ۹ دهه از عمر اکتشاف رگه‌های زغال در سوادکوه می‌گذرد، رمق به جای مانده از آن معادن بزرگ سعی در پویایی دارد و از اواخر دهه ۹۰ استخراج برخی معادن از سر گرفته شده و در حال حاضر در قالب کارخانه دولتی البرز مرکزی فعالیت دارد.

اگرچه روزه‌های پررونق گذشته بر نمی‌گردد، اما نام معادن البرز مرکزی همچنان زنده است و همچنان کارگرانی را در پهنه کم وسعت سفره خود روزی می‌دهد؛ رزقی که مدتی است برای تعدادی از کارگران زغال‌شویی قدیم این کارخانه تنگ شده، زیرا به واسطه تخلفات پیمانکاری یکی از واحدهای کارخانه و با اقدام مدیرعامل البرز مرکزی از طریق مراجع قضایی درب زغال‌شویی قدیم پلمب شده و کارگران آن بیکار شده‌اند.

پس از پلمپ شدن این واحد از کارخانه، فشار اقتصادی وارده بر زندگی کارگران دو چندان شد و پیش رو بدون سال نو نیز بر نگرانی آنها نسبت به وضعیت معیشتی و بالاترکلیف بودن افزود.

نه حقوق دریافت کردیم و نه بیمه‌ای برای ما رد شده یکی از کارگران شرکت زغال‌سنگ البرز مرکزی در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم با بیان اینکه از پاییز تاکنون حقوقی دریافت نکردیم و بیمه هم واریز نشده است، بیان کرد: نه تنها حقوق و بیمه ما را واریز نکردند، بلکه باوجود اینکه به ما قول داده بودند تا برج ۱۱ الی ۱۲ به سرکار برمی‌گردیم، اما هنوز کاری برای ما انجام ندادند.

وی با بیان اینکه از فرمانداری و استانداری پیگیری کردیم و حکم اجرای احکام هم گرفته‌ایم، افزود: عوامل شرکت البرز به ما گفته بودند که از پیمانکار شکایت کنید تا بیمه بیکاری بگیریم، اما بیمه بیکاری تعلق نگرفت، زیرا اداره کار و تأمین اجتماعی به ما گفت اصلاح حق بیمه‌ای برای شما واریز نشده و لذا بیمه بیکاری هم به شما تعلق نمی‌گیرد.

این کارگر شرکت زغال سنگ البرز مرکزی با گلایه نسبت به وضعیت پیش آمده، تصریح کرد: شرکت قصد برداشتن پیمانکار را داشت و کارگران را جلو انداخت تا کارش پیش برود، البته ما هم از پیمانکار راضی نبودیم، چون بیمه و سختی کار از شرکت دریافت نمی‌کردیم.

این فرد با تأکید بر پیش رو بودن عید و مشکلات اقتصادی گفت: شرکت

اقساط ده ماهه و کسر از حقوق خرید

انواع کفش و پوشاک و منسوجات در فروشگاه طبقاتی صنایع پوشاک ثامن الائمه همه را به در صد تخفیف خرید کفش و البسه

خرید کالا در قبال دریافت چک صیادی بصورت ۵ ماهه ویژه عزیزانی که مایل به کسر از حقوق نیستند

اهدا ۱۰ دستگاه موتور دوچرخه، ۱۰ دستکت و شلوار، ۱۰ بن خرید دومیلیون تومنی براساس قرعه کشی تا ۱۵ اسفند ویژه مشتریان عزیز
بیش از ۳۰ سال همکاری متداوم تأمین کفش و پوشاک با ادارات استان، فروش پایان یک معامله نیست بلکه شروع یک تعهد است
ساعت کار: ۱۳ عصر الی ۲۱
جمعه ها عصر مجموعه باز می باشد.

ساری بلوار کشاورز نیش شهرک سپاه (کشاورز ۲۲) - عمادی ۰۹۱۱۳۵۵۵۱۳۰ - ۳۳۲۹۶۲۰۷

۲۰ درصد
تخفیف خرید کت
وشلوار و کاپشن

مدیر کل تعاون مازندران:

۹۴۴ هزار**تراکش طی طرح****فجرانه کالا برگ در****مازندران ثبت شد**

یادداشت

رؤیاهایم را خودم بسازم

توی یک مهمانی دوستانه، دقیقاً سر سفره بود که وسط بحث درمورد سختی‌های شاغل‌بودن، یکی از خانم‌ها رو کرد به من گفت: «خب! چرا نمی‌شینی خونه و خانومیت رو نمی‌کنی؟!»

من ساکت شده بودم. دیدم حرف مشترکی بین ما نیست. چون تعریف هر کدام‌مان از خانومیت چیز متفاوتی است. او اعتقاد داشت زن باید بماند خانه و با پولی که شوهرش درمی‌آورد، عشق و حال کند. برای من خانومیت تعریف دیگری داشت. من خانومیت را زنانگی می‌دیدم. زنانگی بدون تأکید بر برتری جنسیت و حفظ لطافت در تمام ابعاد زندگی. خانومیت برای من مصرف‌کننده بودن نیست. من دل‌م نمی‌خواهد برای رسیدن به رؤیاهایم و خواسته‌هایم مصرف‌کننده درآمد پدر یا همسر باشم. من مایلیم رؤیاهایم را خودم بسازم. خب! من رؤیا داشتم و احتمالاً رؤیا زبان مشترک من و آن دوست عزیزمان نبود. احتمالاً تمام خواست او در همان ظرف‌های کریستال‌ش خلاصه می‌شود و تمام خواسته‌های من در چیز دیگری. راستش شاید این روزها مشکل خیلی از ما این است که چقدر غصه‌مان می‌گیرد وقتی برای بودن در اجتماع و دنبال کردن خواسته‌هایمان با خانواده و همسرمان مشکلی نداریم، اما باید هر روز جواب دوستانی را بدهیم که برای «خانومی نکردن» ما را مؤاخذه می‌کنند.

خبر

دبیر کانون خدمت رضوی مازندران خبر داد:

توزیع ۳۷ هزار و ۲۴۰ سبد کالا در مازندران



به گزارش نهنزت شمال؛ محمداسماعیل امامزاده در همایش تجمعی اهدای هزار و ۳۰۰ بسته معیشتی که در مصلى بزرگ آمل برگزار شد اظهار کرد: نیروی انسانی متخصص که در ۱۹ کانون تخصصی سازماندهی شدند در خدمت رفح محرومیت استان هستند، همچنان که این تشکیلات در سراسر کشور وجود دارد.

وی با بیان اینکه ۱۹ کانون تخصصی یک سال اخیر ۲۳ تا ۲۷ مورد ارائه خدمات اجتماعی انجام دادند، عنوان کرد: تراکش مالی که ظرف یک سال اخیر داشتند ۱۱۴ میلیارد و ۵۰۰ میلیون تومان بوده است. دبیر کانون خدمت رضوی مازندران از توزیع ۳۷ هزار و ۲۴۰ سبد کالا در یکسال اخیر خبر داد و افزود: امروز هفتمین مرحله توزیع ارزاق در آمل است، ۳۷ هزار و ۲۴۰ سبد کالا تقدیم جامعه هدف شد و حدود ۳۰ چیزیه به زوج‌های جوان داده شد.

این مسئول ادامه داد: یکی بحث‌ها عقیقه است که تقریباً ظرف یک سال اخیر ۲ هزار و ۱۶۷ راس دام ضبط شد و در خدمت محرومین قرار گرفت، حدود ۷ هزار و ۶۳۹ بیمار خدمات پزشکی دریافت کردند و در حوزه مشاوره، خانواده و آموزش‌هایی که نیاز زوج‌ها دارند نیز فعالیت‌های انجام شد.

امامزاده تصریح کرد: ۲ هزار و ۵۰۰ ایستگاه صلواتی در استان تشکیل شد و ۶ هزار و ۷۵۵ برنامه فرهنگی برای نوجوانان برگزار شد، هزار و ۱۰۴ نفر فرصت شغلی ایجاد شد که برای این کارفرینان ۱۲ میلیارد و ۶۳۳ میلیون تومان برای این اشتغال هزینه شد.

وی از دیگر برنامه‌های استان قدس رضوی اشاره کرد و گفت: ۷ هزار و ۲۰ مورد برنامه قرآنی و حدود یک‌هزار و ۱۵۰ نفر زائر اولی مشرف شدند و با هزینه دفاتر کانون‌های خدمت رضوی حدود یک هزار و ۲۴۴ خانه تعمیر شد که برخی از این منازل از ضرر تا صد را خادم یاران انجام دادند.

دبیر کانون خدمت رضوی مازندران تصریح کرد: طرحی داریم تحت عنوان «طرح آقا حساب کرد» کسانی که بنده‌کار هستند به فروشگاه‌ها، حساب می‌کنیم و امسال یک هزار و ۷۰۷ مورد در این زمینه که حدود یک میلیارد تومان بدهی‌ها پرداخت شد. امامزاده ادامه داد: خرید لوازم خانگی غیر از چیزی، ۸۱۹ مورد با اعتبار یک میلیارد و ۵۴۰ میلیون تومان بوده است و حدود یکصد زندانی غیرعمد هم توسط خادم یاران به مبلغ حدود ۳ میلیارد و ۸۰۰ میلیون تومان آزاد شدند.

وی با بیان دیگر برنامه‌های استان قدس رضوی، خاطرنشان کرد: تفاهم‌نامه‌های با آموزش فنی‌و حرفه‌ای داریم که هر کسی هر استعدادی داشته باشد به صورت مجانی در آموزش فنی‌و حرفه‌ای با حضور استادیی که خادمیار هستند با گواهی مهارت که آموزش فنی‌و حرفه‌ای صادر می‌کنند، آموزش می‌بینند و به بانک برای استفاده از تسهیلات معرفی می‌شوند و برای اشتغال هم مشاوره‌های داده خواهد شد.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی مازندران از ثبت ۹۴۴ هزار تراکش خرید در قالب طرح فجرانه کالا برگ الکترونیک در استان خبر داد.

علی باقری در گفت وگو با خبرنگاران اظهار کرد: ماه دوم طرح کالا برگ الکترونیک همزمان با حلول ماه مبارک رمضان و عید نوروز از ۱۸ اسفند سال ۱۴۰۲ آغاز شده و تا ۱۷ فروردین سال ۱۴۰۳ ادامه دارد.

وی بیان کرد: طرح فجرانه یک سبد ۱۱ قلمی برای تأمین حداقل کالری، پروتئین، ریزمغزی و ویتامین‌های لازم برای هر فرد (منطبق با نظر انستیتو تغذیه ایران) با قیمت‌های مبنای سال ۱۴۰۱



داغ برنجکاران گریبان باغداران را گرفت

چند روزی به پایان سال باقی نمانده و داغ باغداران بر رنج برنج کاران اضافه شده است.

کشاورزان خریداری شده است، گفت: راه اندازی مراکز خرید گشایش و رونق خوبی در بازار ایجاد می‌کند و کشاورزان باید از فرصت ایجاد شده استفاده کنند. در شهرستان بابل نیز چهار مرکز از طوی تعاون روستایی برای خرید برنج فعال شده و ۶۲۳ تن انواع ارقام برنج خریداری شده است. علی فولاد مدیر جهاد کشاورزی آمل در گفت و گو با خبرنگار بازار افزود: ابتدای اسفند تا کنون با ایجاد چهار مرکز خرید فعال تعاونی روستایی و خصوصی، خرید برنج بصورت توافقی شروع شد و تاکنون ۶۲۳ تن انواع برنج از ارقام محلی و پر محصول از کشاورزان آملی خریداری شد که قیمت پایه ارقام محلی (نظیر هاشمی) به مبلغ ۷۰ هزار تومان برای هر کیلوگرم برنج سفید بوده است.

قیمت مرکبات مازندران در انبارها به قیمت زیر ۱۰ هزار تومان از کشاورزان خریداری می‌شود و این درحالی که بیش از ۱۴۰ تن مرکبات با بهره‌گیری از ظرفیت حمل و نقل ترکیبی ریلی و جاده‌ای به خارج از کشور صادر شده است.

باغداران منتظر بازار شب عید هستند تا با رونق بازار بتوانند مرکبات دپوشده در انبارها را به فروش برسانند تا معضل چندساله برنج در مرکبات باغداران تکرار نشود.

مازندران سه میلیون تن مرکبات و یک میلیون تن برنج تولید می‌کند؛ بازار

استان مازندران طراحی شده بود و قرار بر این بود که حداقل ۲۰ درصد تولیدات باقی استان صادر شود. با آن که امسال بازار صادرات به نسبت سال قبل رونق داشت اما چندان نتوانست در ثبات بازار مرکبات نقش آفرینی کند. معضل دیپوی برنج هم در حالی در مازندران تشدید می‌شود که طبق برخی آمارها حدود ۳۰۰ هزار تن برنج قدیمی در انبارهای مازندران باقی مانده است.

طرح خرید توافقی برنج یا ورود هلدینگ‌ها و شرکت‌های زنجیره‌ای برای خرید برنج مازاد در مازندران نیز به صورت مقطعی در برخی از ماه‌ها اجرا شد، با این حال همچنان درصد قابل توجهی از محصول تولیدی روی دست کشاورزان باقی مانده است.

مراکز خرید برنج در مازندران فعال شده است. بابک مومنی سرپرست سازمان جهاد کشاورزی مازندران نیز با بیان این که ظرفیت خرید توافقی برنج در استان فعال شده است، از راه اندازی مراکز خرید برنج در استان خبر داد و گفت: کشاورزان می‌توانند تمام ارقام برنج مانده و در اختیار نظیر محلی، طارم، فجر، شیرودی و غیره را برای فروش عرضه کنند. وی در گفت و گو با خبرنگار بازار قیمت خرید توافقی برنج را کیلویی ۷۰ هزار تومان ذکر کرد و گفت: خوشبختانه پایگاه خرید توافقی برنج در تمامی شهرستان فعال شده است.

وی با اظهار این که تاکنون مقداری برنج از

تومان نیز به مشتریان عرضه می‌شود محمندی کشاورزی که هنوز داغ فروش نرفتن بخشی از محصولات برنج روی دلش مانده است، می‌گوید: برنج درجه یک و اعلا را با قیمت پایین و به صورت چکی فروختم در حالی که این محصول اکنون در بازار تا کیلویی ۱۱۰ هزار تومان نیز به مشتریان عرضه می‌شود.

وی که چند هکتار از باغاتاش به محصول مرکبات اختصاص دارد در گفت و گو با خبرنگار بازار می‌گوید: بخشی از برتقال‌ها را پاییز همزمان با شروع فصل برداشت به صورت سر درختی و یکجا فروختم.

این باغدار مازندران ادامه داد: هم اکنون بخشی از محصولات محلی من در انبار وجود دارد و هر روز هم قیمت آن افت می‌کند و هم از وزنش کاسته می‌شود. وی با بیان اینکه حال و روز کشاورزان و باغداران در آستانه سال نو و جدید چندان خوب نیست، گفت: آنان هم نگران فروش محصول هستند و هم قیمت‌هایی که هر روز پایین تر می‌آید.

معضل دیپو و انباشت محصولات کشاورزی و باغی مازندران قدمت دیرینه‌ای دارد، هر سال با آمدن سال نو و جدید محصولات قدیمی دیپو شده به دلیل پوسیدگی و یا کهنگی از رده خارج می‌شود و به ناچار کشاورزان باید با قیمت بسیار پایین تری از هزینه تولید آن را به فروش برسانند.

در سال جاری صادرات ۷۰۰ میلیون دلاری در

به گزارش نهنزت شمال، نفس‌های سال به شماره افتاد و باغدار و برنج‌کار نیز از آنبوه مشکلات فراروی از نفس افتادند و چشم به روزهای پایانی سال دوخته‌اند. آیا برای خرید محصولات دیپو شده آنان مشتری پیدا می‌شود یا خیر.

امسال برای برنجکاران خوب نبود قیمت محصولات هر روز کم و کمتر می‌شود و این مشکل دامن باغداران را هم گرفت و آنبوه مرکبات در انبارهای غیر استاندارد هر روز می‌پوسد.

حکایت باغداری و کشاورزی در همه جا با درد و رنج نوشته شده است و کشاورزان که با سختی و مشقت تولید می‌کنند و با درد و رنج آن را به فروش می‌رسانند.

بوی عید و اسکناس‌های نو و تا نشده بیش از هر زمان دیگری به مشام می‌رسد، شالیکار دستش خالی و باغدار هم خالی‌تر. هیچ‌گاه برای آنان اوضاع و شرایط آن گونه‌که می‌خواهند نشده است. همواره با دغدغه باد و باران دارند و یا بازار فروش و محصولاتی که همانند آوار بر سرشان از خارج وارد می‌شود.

همه امیدشان به این چند روز باقی مانده تا سال جدید است اگر محصولات به فروش رفت که هیچ اما اگر نرفت آینده کشاورزی و باغداری به گونه‌ای دیگر رقم خواهد خورد.

یک کشاورز: برنج درجه یک و اعلا را با قیمت پایین و به صورت چکی فروختم در حالی که این محصول اکنون در بازار تا کیلویی ۱۱۰ هزار

رشد ابزارهای دیجیتال در حوزه اقتصاد؛ مفید یا مضر؟

فضا چه در قالب‌های کسب و کار، ارتباطات، تحصیلی، فرهنگی و اجتماعی بی‌شک جز جایی ناپذیر زندگی انسان و نمی‌توان انسان را از آن منع کرده، اما می‌توان فرد را آموزش داد، بر فضای مجازی و محتوای آن کنترل و نظارت مستمر داشت، به جامعه از مضرات استفاده بی‌حد و حساب هشدار داد و عواقب آن را روشن سازی کرد.

ایجاد امنیت می‌بایست دو محورده باشد یعنی از یک سو خود شخص به دنبال فضای امن روحی و روانی برای خود و خانواده باشد و از دیگر سو اجتماع و مسئولان دقت نظر را داشته باشند.

خانواده به عنوان مهمترین نهاد اجتماعی می‌تواند به صورت کاتالیزور در این فرایند ایمن سازی شرکت کند و فرزندان را در محیطی امن مجازی پرورش دهد و در دیگر گام آموزش و پرورش و نهادهای تربیتی فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی را به عنوان یک پلتفرم زندگی اجتماعی برای کودکان و نوجوانان بازآفرینی کرده و مایب و مزایای آن را کاملاً روشن سازند.

زیرا انسان وقتی محیطی که به آن وارد می‌شود را نتشاند به طور طبیعی استرس گرفته و عدم امنیت را تجربه می‌سازد؛ زمانی که محیط و شاخص‌های آن را بشناسد می‌تواند با کمترین میزان استرس و بالاترین حد سطح از امنیت وارد محیط جدید شود.

در نهایت مسئولیت اجتماعی و حفظ و صیانت از امنیت مردم و اجتماع به عهده مسئولان بوده و همین وظیفه ملاحظه دستور العمل‌هایی در قبال محافظت از اجتماع در برابر محتوای نامطلوب و صدمات ناشی از استفاده بی‌رویه و بی‌حد و مرز از این فضا است. بازار

استفاده از شبکه‌های اجتماعی بدون در نظر گرفتن شاخص‌هایی نظیر جنس‌(زن و مرد)، کودکی، نوجوان، جوان و میانسالی، منطقه جغرافیایی، وضعیت مالی و تحصیلی، فرد را در دریایی مواج که ممکن است ساحلی نداشته باشد فرو خواهد برد که اگر کنترل، تعدیل و نظارت نگردد غرق شدگی را حتمی می‌نماید. وقتی فرمول مشترک همه رفتارها را بر پایه احساس امنیت بنا کنیم، توضیح و تفسیر امنیت بسیار پیچیده و مهم خواهد شد.

تغییر شیوه زندگی و فشرده شدن زمان بندی‌ها در امور، تمایل و کشش عمومی را نسبت به استفاده از ابزارهای دیجیتال در حوزه‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی را افزایش داده است. همین رشد تصاعدی کاربران لزوم افزایش محتوای مجازی را بیشتر می‌کند. رشد محتوا از یک سو پرسود و از سوی دیگر تهدیداز است.

رشد محتوا از یک طرف مفید و پرسود برای زندگی اجتماعی-اقتصادی انسان بوده و از سوی دیگر بسیار خطرناکی از جهت کاهش امنیت روانی و جسمی افراد به منزله قرار گیری در تیررس تهدیدها می‌باشد. حال که مطلع از تهدید زبا بودن این فضا به عنوان روی دیگر یا لبه تاریک هستیم، چه راهکاری برای ایمن سازی و کاهش صدمات خواهیم داشت؟

پاسخ به این سوال کمی مشکل است، زیرا این



است.

آدم‌های زیادی با پذیرش این تغییر و بهره‌مندی از اون بدون محدودیت زمانی و مکانی با هم ارتباط برقرار کرده و از این طریق به رفح نیازهایشان می‌پردازند در این بین تأمین امنیت جسمی و روانی ناشی از روبرویی مستقیم و غیرمستقیم با فضای مجازی(شبکه‌های اجتماعی، موتورهای جستجو و...) به عنوان چالشی فردی و گروهی مطرح گردید.

آنچه این چالش را بسیار مهم می‌سازد مسئله تهدید زبا بودن و خطرزا بودن آن است. علاوه بر روی مثبت این شکل از ارتباطات می‌بایست بر لبه تاریک و برنده آن نیز مناقه صورت گیرد.

ابتدایی‌ترین شکل چالش که مستقیماً امنیت را نشان می‌گیرد و مانه‌آن به سمت روح و روان افراد کشیده می‌شود نبود فیلترهای مناسب برای قشرها و ستین مختلف است.

«استفاده از ابزارهای دیجیتال در حوزه اقتصادی و اجتماعی رو به رشد است و این مساله از یک سو خطرناک و از سوی دیگر مفید است». این بخشی از یادداشت وزیر بنی‌شیخ الاسلام مدرس دانشگاه برای بازار است.

به گزارش نهنزت شمال: زینب بنی‌شیخ الاسلامی انسان از دیرباز و به قدمت تاریخچه خود به دنبال تأمین امنیت خویش بوده است. دگرگونی‌های اجتماعی که در مسیر تکامل انسان در ابعاد فردی و اجتماعی صورت گرفته فضای زندگی را متنوع و گاه غیر قابل پیش‌بینی کرده است.

وجود تکنولوژی و افزایش کاربردهای آن در زندگی روزمره و پدیده‌ای به نام اینترنت، درب‌های جدیدی بر روی انسان باز کرده است؛ اگر چه تاکنون انسان در مرزهای خویش در حال تکامل بود زین پس در مواجهه با ابعاد فراسرزی و یا دنیای بدون مرز قرار گرفته

حالت آماده‌باش قرار دارد.

سخنگوی اورژانس مازندران بیان کرد: سال گذشته در استان مازندران ۱۱۲ نفر مصدوم داشتیم که بیشتر مصدومان از ناحیه چشم بودند.

اشک‌پور بیان کرد: مصدومان سال گذشته در استان مازندران در رده سنی ۶ تا ۱۸ سال بودند.

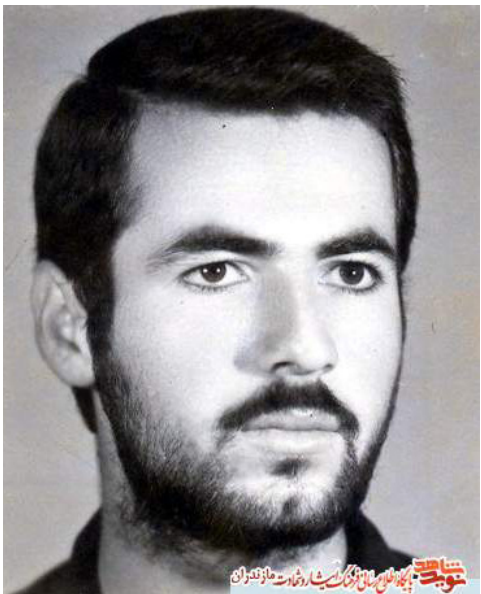
سخنگوی اورژانس مازندران گفت: اورژانس ۱۱۵ مازندران در تمام شهرهای استان برای حوادث احتمالی چهارشنبه‌سوری در حالت آماده‌باش قرار دارد.

به گزارش نهضت شمال، زکریا اشک‌پور افزود: تاکنون گزارشی از بروز حادثه در ارتباط با چهارشنبه‌سوری در استان مازندران نداشتیم.

وی با بیان اینکه پیشگیری از حوادث تلخی همانند چهارشنبه‌سوری، نیازمند فرهنگ‌سازی است، اظهار کرد: اورژانس ۱۱۵ مازندران در تمام شهرهای استان در

زندگینامه

از عضویت در ستاد نماز جمعه تا
عملیات والفجر ۶



شهید «غلامرضا آب برین» انسانی متعهد و مومن، اهل نوع دوستی و کمک به دوستان و مستمندان بود. او عضو ستاد نماز جمعه بود و نماز اول وقتش ترک نمی شد. این شهید والامقام در عملیات والفجر ۶ در چیلات دهلران شربت شهادت نوشید و آسمانی شد. زندگی نامه این شهید بزرگوار را در نوید شاهد مازندران بخوانید.

عضویت در ستاد نماز جمعه

به گزارش نوید شاهد مازندران، شهید غلامرضا آب برین پانزدهم آذر ۱۳۴۰ در شهرستان بابلسر در یک خانواده ی مذهبی و زحمتکش چشم به جهان گشود. وی تک فرزند خانواده بود و تا سوم دبیرستان درس خواند. غلامرضا عضو ستاد نماز جمعه بود و نماز سر وقتش ترک نمی شد. او انسانی متعهد و مومن، اهل نوع دوستی، قرآن و نماز شب و کمک به دوستان و مستمندان بود.

حضور در جبهه

وی برای دفاع از وطن به جبهه های نبرد حق علیه باطل شتافت و با دشمنان اسلام دلبرانه جنگید و از ناحیه ی پا مورد اصابت گلوله دشمن قرار گرفت. بعد از دوران نقاهت مجدداً به جبهه رفت و در تاریخ پنجم اسفند ۱۳۶۲ در عملیات والفجر ۶ در چیلات دهلران به دست نیروهای دشمن بعثی عراق شهید شیرین شهادت را نوشید. پس از سالها پیکر روحانی و پاکش در سال ۱۳۷۳ پس از تفحص، در امامزاده ابراهیم شهرستان بابلسر به خاک سپرده شد.

قسمتی از وصیت نامه شهید

دلم خواهد که یک روزمده بمیرم
مثال هر شهید در جبهه بمیرم
ببستم عهد و پیمان با خدایم
که در میدان جنگ بمیرم نه در بستر که پیرم
ای امت شهیدپرو، ای خواهران و ای برادران شهید،
ای پدران و مادران شهید، معلولین و مجروحین و اسرا و
مفقودین، این جنگ تحمیلی کفر به حکومت اسلامی
ایران است. من چیزی ندارم که در این وصیت نامه
بنویسم جز اینکه خودم و شهدا و معلولین و مجروحین
دیگر به وضوح گویای اهداف اسلام و همه چیز هستیم...
از امت شهیدپرو خواهشمندم نماز جمعه را ترک
نکنند، چون نماز جمعه است که مسلمین را متحد و
توطئه دشمنان اسلام را در هم میسکند.

آگهی

آگهی فقدان سند مالکیت

آقای محمد حسن حسن امرجی با ارائه دو برگ شهادت شهود مدعی میباشد سند مالکیت به شماره چاپی ۴۴۰۳۰۴ مربوط به ۲۶۴۰ سهم مشاع از ۹۹۰۰ سهم ۶ دانگ به کسر بهاء تمثیه اعیانی مربوط به پلاک ثبتی ۳۸ فرعی از ۴ اصلی واقع در ۲ ثبت تکلیف که ذیل ثبت به شماره ۲۱۸۳۶ دفتر جلد ۱۷۳ صفحه ۳۳۵ بنام متقاضی مسبق به سابقه بوده در اثر جایجانی مفقود گردید است تقاضای سندنال معنی در اجرای ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت در یک نوبت آگهی تا چنانچه اشخاص مدعی انجام معامله یا وجود سند مالکیت نزد خود میباشند ظرف مدت ده روز از تاریخ انتشار آگهی اعتراض خود را همراه اصل سند مالکیت یا سند معامله به اداره ثبت محل ارائه و رسید دریافت نمایند چنانچه پس از اتمام مدت مقرر اعتراض ارائه نکردد و یا در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا سند معامله ارائه نشود این اداره مطابق مقررات اقدام به صدور سند مالکیت المثنی به نام مالک خواهد نمود ۲۰۰۰ضمان سهم مشاع منتقل گردید. م الف ۱۶۸۲۰۷۴ تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۱۲/۲۰ صفر رضوانی گیل کلانی اون مدیر کل و سرپرست ثبت اسناد و املاک تکنان

نوجوانی و بی‌انگیزگی تحصیلی

مناسب و توجه به توانایی و تلاش فرزندان بدون اعمال فشار و تنبیه است. تعامل با معلم و مدرسه و نظارت کافی بر تحصیل فرزندشناخت نقاط قوت و ضعف او، کمک‌گرفتن از متخصصان و مشاوران تحصیلی و مربیان فرزندپروری، داشتن قوانین موثر در استفاده از ابزارهای الکترونیکی و دیجیتال نیز می‌تواند راهکار مناسبی برای ایجاد انگیزه در دانش‌آموزان باشد.»

انتظارات بیش از حد والدین برخی از پدر و مادرها عملکرد تحصیلی پایین فرزندان را با ناکارآمدی و عدم ارزشمندی خود مرتبط می‌دانند و چون تجربه چنین احساساتی برای‌شان دشوار است، سعی می‌کنند هرچه‌سریع‌تر و با فشار بیشتر فرزندان را وادار کنند در کوتاه‌ترین زمان، به بهترین عملکرد دست یابند. همان‌طور که این درمانگر می‌گوید: «والدین باید از هرگونه سرزنش، مقایسه، تهدید و تنبیه به هنگام مواجهه با عملکرد پایین تحصیلی فرزندان پرهیز کنند.

از سوی دیگر با نادان یا تعریف و تمجید بی‌اساس از فرزند نیز روش نادرستی است و به‌جای آن می‌توانند از روش قدرانی کلامی برای هرگونه تلاش فرزند خود استفاده کنند.» طبق گفته تختی، ممکن است دانش‌آموزان دچار مشکلاتی همچون بیش‌فعالی، عدم تمرکز، اضطراب، اختلال یادگیری، عدم تناسب محتوا با ظرفیت یادگیری و ... باشند که لازم است والدین به کمک یک متخصص درصدد رفع این عوامل ایجادکننده برآیند.

پیدا کرده است و این زنگ‌خطری برای نظام آموزشی کشوره‌شمار می‌رود. درموضوع بی‌انگیزگی دانش‌آموزان برای درس خواندن، نمی‌شود دوران کرونا و پساکرونا و مجازی‌بودن بستر آموزشی را نادیده گرفت. دورانی که شاید با مزیت‌هایی همراه بود، اما شاید معایب آن به‌تازگی خود را بازنمایی می‌کند. بی‌رغبتی دانش‌آموزان نسبت به درس و مدرسه، گاهی به مهم‌ترین دغدغه والدین تبدیل می‌شود. البته در اکثر موارد بچه‌ها با ورود به مدرسه، ذوق و شوق زیادی از خود نشان می‌دهند و این روند در برخی از آنان با رفتن به مقاطع بالاتر، کمتر شده و همین امر باعث دغدغه زیاد پدر و مادرها می‌شود. تشویق‌گرهای والدین برای دانش‌آموزان گاهی اوقات فشار و استرس‌های والدین روی دانش‌آموزان برای کسب آن رضایت‌ایده‌آل، به حدی است که بچه‌ها حتی نسبت به قبل بی‌انگیزه‌تر شده و فقط برای کسب نمره بهتر سلامت جسم و روان خود را تحت‌الشعاع قرار می‌دهند. همان‌طور که این مشاور و روان‌شناس هم به آن معتقد است و می‌گوید: «تقش والدین در این حوزه بسیار مهم است. والدین باید نسبت به رشد تحصیلی فرزندان ارزش قائل باشند و توانایی‌های او را بشناسند و در حد توانایی از آن انتظار تلاش و نتیجه داشته باشند. پس از این با همکاری معلم شرایط تجربه موفقیت‌آمیز را برای فرزندان فراهم کنند و این موفقیت را مورد توجه و تقدیر قرار دهند.» او همچنین ادامه می‌دهد: «تقش والدین ایجاد بستر مناسب با تشویق‌گرهای



در دوره نوجوانی فرزندان‌شان، به اندازه قبل نیرو و توان کنترل آنان را ندارند، چراکه بسیاری از مشوق‌ها یا تنبیه‌گرها، اثربخشی خود را در این دوره از دست می‌دهند و لازم است والدین با روش‌های اصولی دیگری با موضوعات تحصیلی فرزندان برخورد کنند. نسل نفس مدرسه‌ای گویا خیلی حال وحوصله‌ای برای درس و کتاب و مدرسه ندارند. میانگین معدل ۸۵برای دانش‌آموزان علوم‌انسانی یا میانگین معدل ۱۰درشته ریاضی پایه دوازدهم، بی‌رغبتی مفرط دانش‌آموزان به درس خواندن را فریاد می‌زند. حالا اگر از این موارد هم بگذریم و خیلی نمره‌محور نباشیم و کیفیت را چاشنی ماجرا کنیم، به توانایی خواندن برخی از دانش‌آموزان می‌رسیم و طبق گفته علی زرافشان، معاون سابق آموزش و پرورش، ۴۴درصد دانش‌آموزانی که پایه چهارم دبستان را گذرانده‌اند، توانایی خواندن یک متن ساده را ندارند. اگر دانش‌آموزان با همین فقر آموزشی به دوران دانشگاهی برسند، قطعا با نسلی مواجه خواهیم شد که درواقع شایستگی‌هایش به حداقل ممکن کاهش

می‌توان موضوع بی‌انگیزگی دانش‌آموزان نسبت به درس خواندن را از زوایای مختلف بررسی کرد که گاهی بی‌رغبتی آنان به شرایط خانواده، محتوای کتاب‌های درسی و شکست‌های متعدد دانش‌آموز در مدرسه برمی‌گردد. دکتر معصومه تختی، درمانگر مشاور کودک و نوجوان در این خصوص به جام‌جم می‌گوید: «وقتی دانش‌آموزی تمایلی برای انجام فعالیت‌های تحصیلی از خود نشان نمی‌دهد یا رغبت کافی برای انجام تکالیف، حضور در مدرسه یا شرکت در امتحانات ندارد، دچار بی‌انگیزگی تحصیلی است. این مشکل از اوایل نوجوانی یعنی هم‌زمان با ورود فرد به دوره متوسطه اول، بیش از پیش خود را نشان می‌دهد، چراکه تا قبل از آن والدین از قدرت و ابزارهای موثر برای ایجاد انگیزه در کودک خود برخوردار بودند اما با ورود فرزندان به دنیای نوجوانی و شروع دوره استقلال‌جویی، نوجوانان بیشتر با کم‌کاری در تلاش‌های مرتبط با تحصیل نسبت به روش‌های نادرست والدین در برخورد با مسائل تحصیلی‌شان واکنش نشان می‌دهند.» وی معتقد است که والدین

رئیس کل دادگستری مازندران عنوان کرد:

بازگشت ۳۷ هکتار زمین کشاورزی در مازندران به وضع پیشین



بازگشت این ۳۷ هکتار زمین کشاورزی به وضع پیشین بر اساس تبصره ۲ ماده ۱۰ قانون حفظ کاربری در استان بود که پس از شناسایی نسبت به قلع و قمع آن اقدام شد. وی خاطر نشان کرد: در راستای اجرای احکام قضایی قطعی نیز نسبت به قلع و قمع ۵۳ مورد از تغییر کاربری‌های غیر مجاز زمین در استان مازندران اقدام شده است.

رئیس کل دادگستری مازندران تصریح کرد: با توجه به اینکه تغییر کاربری اراضی کشاورزی ارزش افزوده بالایی ایجاد می‌کند و تولید محصولات کشاورزی به این اندازه درآمدزایی ندارد، سودجویان از این شرایط سوءاستفاده کرده و اراضی را از کشاورزان خریداری کرده و با تغییر کاربری، آن را با قیمت بالایی به فروش می‌رسانند.

وی خاطر نشان کرد: از جمله اقدامات دستگاه قضایی استان در برخورد با سودجویان می‌توان به جلوگیری از تهیه و تصویب طرح‌های هادی و جامع برخلاف مقررات

رئیس کل دادگستری مازندران با اشاره به سیاست دستگاه قضایی در حفظ زمین‌های ملی و مبارزه با تغییر کاربری غیرمجاز گفت که از آغاز امسال تاکنون بیش از ۳۷ هکتار زمین کشاورزی در استان به وضع پیشین بازگردانده شد. به گزارش نهضت شمال، حجت‌الاسلام والمسلمین محمد صادق اکبری روز شنبه با اشاره به سیاست دستگاه قضایی در حفظ زمین‌های ملی و مبارزه با تغییر کاربری غیرمجاز زمین‌های کشاورزی و باغی افزود:

مدیر کل دامپزشکی مازندران تاکید کرد:

لزوم جدیت بر نظارت بر نهاده‌ها



کشتی حامل نهاده‌های وارداتی است که توسط دامپزشکی مازندران به صورت کامل عودت داده و اجازه تخلیه بار صادر نشد

متعدد گردد و به همین دلیل سلامت خوراک دام تضمین کننده سلامت انسان محسوب می‌شود. در از ابتدای سال جاری تا کنون این دومین

مدیرکل دامپزشکی مازندران گفت: در بازدید میدانی از کشتی حامل حدود ۳۰۰۰ تن ذرت وارداتی از مبدا روسیه پس از بررسی میدانی و بررسی شرایط ارگانولپتیکی، محموله فوق به دلیل وجود کپک، رطوبت بالا و بی‌وی نامطبوع فاقد شرایط ارگانولپتیکی تشخیص داده شد و طی مکاتبات متعدد و حمایت دادستان شهرستان بهشهر مقرر شد این محموله به کشور مبدا عودت گردد.

به گزارش نهضت شمال، حمزه آقاپور کاظمی با حضور در بندر امیرآباد جهت بازدید میدانی از کشتی حامل ۳هزار تن نهاده دامی از کشور روسیه گفت: با حضور شبانه روزی کارشناس‌های نظارت و قرنطینه اداره دامپزشکی شهرستان بهشهر در بندر امیرآباد و طی بازدید میدانی از کشتی حامل حدود ۳۰۰۰ تن ذرت وارداتی از مبدا روسیه پس از بررسی میدانی و بررسی شرایط ارگانولپتیکی، محموله فوق به دلیل وجود کپک، رطوبت بالا و بی‌وی نامطبوع فاقد شرایط ارگانولپتیکی تشخیص داده شد و طی مکاتبات متعدد و حمایت دادستان شهرستان بهشهر مقرر گردید این محموله به کشور مبدا

عودت گردد. وی در خصوص نظارت‌ها بر بنادر استان گفت: در راستای تشدید نظارت شبانه روزی اداره کل دامپزشکی استان مازندران بر نهاده‌های وارداتی در بنادر سه گانه استان ۱۹۳درصد این نظارت‌ها در سال جاری نسبت به مدت مشابه سال گذشته افزایش یافته است. مدیرکل دامپزشکی مازندران افزود: تا کنون مجوز واردات حدود ۷میلیون و پانصد هزار تن نهاده در استان صادر و این حجم وارد شده که نتیجه این نظارت احصای حدود ۱۰هزار ۵۰۰تن نهاده‌ها فاقد شرایط مصرف در رنجیره خوراک دام و طیور و آبریان بوده است. وی با تاکید بر لزوم جدیت بر نظارت بر نهاده‌ها گفت: در صورتیکه نظارت‌های لازم این قبیل محموله‌ها صورت نگیرد و وارد صنعت خوراک دام شوند به دلیل قارچ و سم‌های آفاتوکسین که در آن وجود دارد می‌تواند بهداشت و فرآورده‌های خام دامی نظیر گوشت قرمز و شیر و ... تحت تاثیر قرار دهد و در نهایت با استفاده نشان از این فرآورده‌ها دچار بیماری‌های شدید گوارشی، کبدی و خدای نکرده سرطان‌های

خبر

تخلف هزار و ۱۲۴ فروشگاه در اجرای طرح فجرانه در گلستان



مدیرکل تعاون کار و رفاه اجتماعی گلستان گفت: از تعداد هفت هزارو ۲۶۶ پایانه فعال در استان گلستان، تعداد هزار و ۱۲۴ فروشگاه در راستای اجرای طرح فجرانه تخلف داشتند.

به گزارش نهضت شمال،حسینعلی خواجهمظفربی اظهار کرد: طرح فجرانه کالابرگ همزمان با سراسر کشور در استان گلستان از ۱۷بهمن‌ماه امسال آغاز شد و بیش از ۵۰۰ هزار نفر از مردم استان گلستان در این طرح مشارکت داشتند.

وی تصریح کرد: در این طرح دولت سیزدهم با توجه به ماه مبارک رمضان و عیدنوروز در نظر دارد تا خدمات مطلوبی به لحاظ قیمت و کالاهای اساسی به مردم ارائه دهد.

مدیرکل تعاون کار و رفاه اجتماعی گلستان خاطر نشان کرد: مرحله دوم این طرح از ۱۸ اسفندماه امسال تا ۱۸ فروردین سال آینده ادامه دارد و مرحله آخر آن نیز از فروردین تا ۱۸ اردیبهشت خواهد بود.

وی ادامه داد: مرحله دوم از روزهای آینده آغاز می‌شود و نیاز به ثبت در سامانه و صف‌کشیدن نیست و مردم می‌توانند از دو هزارو پنج فروشگاه و ۱۳۵ فروشگاه زنجیره‌ای که به سیستم کالابرگ مجهز هستند، خرید کنند.

خواجهمظفربی گفت: در مرحله اول از هفت هزارو ۳۶۶ پایانه فعال در استان گلستان، تعداد هزارو ۱۲۴ فروشگاه در اجرای این طرح تخلف داشتند.

وی بیان کرد: با اجرای این طرح، دولت علاوه بر کمک به سفره مردم از تولیدکنندگان داخلی حمایت می‌کند.

گفتنی است طرح فجرانه کالابرگ از ۱۷ بهمن‌ماه امسال آغاز شده‌است و در سه مرحله و هر مرحله بمدت یکماه ادامه دارد و مردم می‌توانند تعداد ۱۱ قلم کالای اساسی خود را به قیمت سال ۱۴۰۱ خریداری کنند.

در این طرح به هریک از افراد خانواده‌های یارانه‌بگیر چه ۳۰۰ هزارتومانی و چه ۴۰۰ هزار تومانی ۲۲۰ هزار تومان اضافه می‌شود که فقط می‌توانند خرید کنند.

این طرح مانع از پرداخت نقدی یارانه دولت به مردم نخواهدشد.

مدیر کل کمیته امداد گلستان عنوان کرد:

برپایی پایگاه‌های نیکو کاری در سطح شهرها برای دریافت کمک‌های مردمی



مدیرکل کمیته امداد گلستان گفت: ۴۰ پایگاه در میادین اصلی و سطح شهرهای گلستان امروز کمک‌های مردم را در جشن نیکوکاری با شعار عید همدلی جمع آوری می‌کنند.

به گزارش نهضت شمال،عیسی بابایی گفت: همزمان با سراسر کشور جشن نیکوکاری با شعار عید همدلی در گلستان آغاز شد و مردم سخاوتمند گلستان با آغاز جشن نیکوکاری در آستانه سال جدید با گلریزان عاطفه و مهرورزی به استقبال بهار می‌روند.

عیسی بابایی افزود: امروز ۴۰ پایگاه در سطح شهرها و میادین اصلی، ۲۷۵ مرکز نیکوکاری و ۲۰ اداره کمیته امداد در استان آماده دریافت کمک‌های مردمی برای نیازمندان در آستانه عید هستند. بابایی افزود: فردا نیز در روز ۱۸ اسفند ماه کمک‌های مردمی در پایگاه‌های نماز جمعه جمع آوری می‌شود.

مدیرکل کمیته امداد استان گلستان گفت: همچنین هم استانی‌های خیراندیش می‌توانند کمک‌های نقدی خود را به صورت الکترونیکی از طریق آنی پرداخت و کد دستوری #۰۱۷*۱*۸۸۷۷* و یا کمک‌های نقدی از طریق شماره کارت ۰۳۷-۶۹۱۸-۹۹۹۷-۰۲۲۶ و شماره حساب ۰۴۶۸۰۰۸۰۱۱۱۸ نزد بانک ملی واریز و همچنین با مراجعه به سایت امداد به نشانی **emdad.ir** در جشن نیکوکاری امسال مشارکت کنند.

او افزود: همچنین در روز چهاردهم اسفند، سالروز تاسیس کمیته امداد، رنگ نیکوکاری در تمامی مدارس استان طنین انداز خواهد شد.

بابایی یادآور شد: پارسال در جشن نیکوکاری مردم نودوست گلستان بیش از ۲۷میلیارد تومان کمک کردند.

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت استان گلستان گفت: پس از انقلاب اسلامی تعداد واحدهای صنعتی فعال در گلستان ۵۶ واحد صنعتی بوده که در حال حاضر این تعداد به یک هزار و ۱۷۲ واحد صنعتی با اشتغال ۲۹ هزار و ۶۳۲ نفر در استان رسیده است و در حوزه سرمایه گذاری رشدی ۲۷۰ برابری را شاهد بوده ایم.

به گزارش نهضت شمال؛ درویش علی حسن زاده در جمع بانوان کارآفرین اظهار کرد: قطعاً وی از موفقیت های حوزه سرمایه گذاری صنعتی در استان گلستان مدیون بانوان کارآفرین استان است.

ایران در مسیر بروزرسانی دانش تولید اقتصادی زیتون

تقویت تولید و توسعه زیتون در ایران نیازمند افزایش دانش و آگاهی کارشناسان و فعالان این حوزه است و برپایی کارگاه چهار روزه آموزشی در سطح ملی افات و بیماری‌های زیتون به میزبانی استان گلستان می‌تواند گام موثری در تحقق این مهم باشد.

به گزارش نهضت شمال، زیتون یکی از قدیمی‌ترین درختان میوه است که در مناطق با آب و هوای مدیترانه‌ای کشت می‌شود و روغن آن به دلیل اهمیت و نقش بارز در سلامتی انسان، در دنیا و ایران از مصرف قابل‌ملاحظه‌ای برخوردار است.

بر اساس آمار سازمان فائو در چند سال اخیر کشورهای مختلفی مثل چین، پاکستان، ایران و چند کشور دیگر برنامه توسعه کشت زیتون را به اجرا در آورده‌اند.

وجود ۷۵ هزار هکتار باغ زیتون در کشور مجری طرح زیتون کشور در گفت و گو با خبرنگار ایرنا با اشاره به اینکه سالانه ۲ هزار و ۵۰۰ تا پنج هزار هکتار توسعه سطح باغات زیتون در قالب اصلاح و جایگزینی باغات جدید در سنوات اخیر داشته‌ایم، سطح باغات بارور و غیربارور زیتون را ۷۵ هزار هکتار عنوان کرد.

جواد میرعرب رضی افزود: در برنامه هفتم توسعه، مجلس برای دولت تکلیف کرد که ۱۵۰ هزار هکتار جدید به سطح باغ های زیتون کشور اضافه شود و هم اینکه در مرحله انجام مطالعات برای تحقق این تکلیف قرار دارد.

وی اولویت وزارت جهاد کشاورزی را حمایت از تولید روغن زیتون دانست و ادامه داد: با توجه به فعالیت‌های که در این رابطه در سال های اخیر انجام گرفته، هسته اولیه ارقام زیتون برای کاشت در طرح توسعه فراهم شده است.

مجری طرح زیتون کشور گفت: امسال در تمام دنیا، عملکرد تولید میوه زیتون کاهش داشته به طوری که اسپانیا با کاهش بیش از ۴۰ درصدی عملکرد تولید روپرو بوده و سطح تولید در باغ های زیتون کشور هم با کاهش محسوس در مقایسه سال های قبل به حدود ۱۲۰ هزار تن رسیده است.

میرعرب رضی افزود: متوسط عملکرد تولید میوه زیتون در کشور در برخی سال‌ها تا سه تن بود و در ۱۰ سال اخیر متوسط عملکرد تولید بین ۲ تا ۲.۵ تن گزارش شده، ضمن آن که عملکرد تولید در باغات دیم کمتر است.

تولید پنج هزار تن زیتون در گلستان

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت استان گلستان گفت: پس از انقلاب اسلامی تعداد واحدهای صنعتی فعال در گلستان ۵۶ واحد صنعتی بوده که در حال حاضر این تعداد به یک هزار و ۱۷۲ واحد صنعتی با اشتغال ۲۹ هزار و ۶۳۲ نفر در استان رسیده است و در حوزه سرمایه گذاری رشدی ۲۷۰ برابری را شاهد بوده ایم.

به گزارش نهضت شمال؛ درویش علی حسن زاده در جمع بانوان کارآفرین اظهار کرد: قطعاً وی از موفقیت های حوزه سرمایه گذاری صنعتی در استان گلستان مدیون بانوان کارآفرین استان است.

وی گفت: همواره شاهد فعالیت مدیران بانوی موفقی در سطح استان بوده ایم ، بعنوان مثال در حوزه اصناف و بازار ۱۴ اتاق اصناف در سطح استان فعالیت می‌کنند که روسای دو اتاق اصناف از بانوان توانمند استان هستند.

حسن زاده تصریح کرد: تعدادی از روسای اتحادیه های صنفی کلیدی استان و شهرستانها از بانوان هستند.

وی در ادامه بیان کرد: یکی دیگر از مهمترین حوزه هایی که جا دارد از جایگاه و نقش بانوان در آن تقدیر کنیم، فرش دستباف است.



میزبانی استان گلستان برگزار کنیم.

رییس مرکز آموزش فنی و حرفه‌ای خوشه کشاورزی نوع الف در گلستان ادامه داد: با هماهنگی شورای بین المللی زیتون یک کارشناس بین المللی از دانشگاه کشاورزی آتن (کشور یونان) به عنوان قدیمی ترین دانشگاه کشاورزی اتحادیه اروپا به نام «پامینونداس پاپلوماتاس» مسوولیت ارائه آخرین راهکارهای ردیابی، کنترل و مبارزه با افات و بیماری‌های شاخص زیتون را برعهده دارد.

عرب افزود: این استاد دانشگاه آتن به دلیل دارا بودن تجربیات مفید و طولانی و تسلط بر دانش روز در بخش زیتون در موضوع افات و بیماری‌ها، یک مسیر ردیابی، کنترل و مبارزه با افات و بیماری‌های زیتون را در این کارگاه چهار روزه تا ۱۸ اسفندماه با حضور کارشناسان کشوری و تعدادی از کشاورزان فعال و موفق بررسی و مرور می‌کند و همزمان کارگاه عملی در داخل باغ زیتون در حال برگزاری است.

وی بیان کرد: در این کارگاه به صورت حضوری «گس زیتون، ورتیسیلیوم و گال باکتریایی زتون» به عنوان سه افات و بیماری با بیشترین خسارتزایی در گلستان و در کشور برای بررسی انتخاب شدند تا بتوانیم به صورت تئوری و عملی شاهد انتقال و تبادل دانش فنی بین کارشناسان شورای بین المللی زیتون و ایران باشیم.

وی تاکید کرد: به طور قطع با دستاوردهای این کارگاه آموزشی، دانش کارشناسان و کشاورزان فعال در حوزه زیتون در کشور در مسیر بروزرسانی قرار می‌گیرد که مهمترین نتایج آن افزایش میزان تولید و کاهش خسارات خواهد بود.

عرب گفت: وقتی کیفیت فرآورده زیتون افزایش پیدا کند به همان نسبت کشاورز با قیمت بهتری آن را در بازار عرضه می‌کند که نتیجه آن هم به نفع تولید کننده است و هم مصرف کننده‌ها به محصول سالم و با کیفیتی دسترسی خواهند یافت. «پامینونداس پاپلوماتاس» پروفیسور دانشگاه آتن

طرح آموزشی «والد آگاه، کودک ایمن» در گلستان آغاز به کار کرد

فرزندت نشان می‌دهی؟»، «آیا می‌دانی فرزندات الان کجاست؟» و یا «آیا می‌دانی فرزندت الان چه کار می‌کند؟» می‌تواند به والدین کمک کند تا به عنوان یک پلیس برای فرزندانشان عمل نکنند ولی نظارت لازم را بر آنها نداشته باشند.

معاون پیشگیری بزهیستی گلستان در این باره گفت: یکی از مسائل و مشکلات در حوزه تربیت فرزند و گرایش افراد به سمت اعتیاد و رفتارهای آسیب‌زا، ناآگاهی والدین است.

کیا ادامه داد: اگر والدین راجع به مضرات مصرف مواد مخدر و مسائل تربیتی و شیوه ارتباط با فرزندان آگاهی کافی نداشته باشند، نمی‌توانند

می‌دانی الان فرزندت کجاست؟» در این استان خیر داد.

به گزارش نهضت شمال،عین‌علی کیا اظهار کرد: هدف از اجرای این طرح که تا ۲۹ اسفند ادامه دارد، نجات نسل آینده از بلای خانمان‌سوز اعتیاد است.

وی افزود: در این طرح، پیام‌هایی که هدف نوجوانان هستند در فواصل زمانی مختلف خطاب به والدین اعلام می‌شود که می‌تواند جرقه‌های مثبتی را در ذهن والدین در زمینه نظارت بیشتر بر فرزندان ایجاد کند.

در کارزار «والد آگاه، کودک ایمن» پیام‌های مختلفی مانند «آیا محبتت را به صورت کلامی به



معاون پیشگیری بزهیستی گلستان از برگزاری طرح آموزشی «والد آگاه، کودک ایمن» با شعار «آیا

نمایش کمدی «۹ ماه انتظار ۳» در آستارا میلیاردی شد

هنرمندی هنرمندان جوان و خوش ذوق آستارایی و با همکاری اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی این شهرستان به روی صحنه رفت و بازیگران تئاتر و نمایش کمدی آستارا در ۴۳ شب با اجرای این نمایش طنز اجتماعی، صدها نفر را به تماشا نشاندند.

نمایش کمدی فوق از جمله فعالیت‌های ممتاز نیمه راهایی به عنوان نویسنده و کارگردان در عرصه هنر طنز و نمایش بوده و طراحی صحنه و بهره‌گیری از هنر و خلاقیت بازیگران با تجربه و جوان از نقاط قوت این نمایش کمدی است. یونس عدالت، اکبر فرهنگ، آرش ضارب، فرشاد حسینی، امیرحسین الهی، آرینا نمازی، غزاله فکری، آرش جوهری، هستی باقری اصل، مانده پورمیرزا، ابراهیم مهاجری، سهند رهایی، عباس آذریبار، مریم فاضلعلی زاده، مهسا قربانی، پریا مستعد، فریده زارذشت و رمیضا رزاقی در این نمایش و در دو پرده به عنوان بازیگر هنرنمایی می‌کنند و سهند رهایی به عنوان دستیار کارگردان، تارا مرثوی به عنوان وی با اشاره به قدمت تئاتر طنز اجتماعی در

دنیای خبر

رئیس سازمان غذا و دارو با بیان اینکه نگرانی درباره تأمین داروی بیماران صعب‌العلاج در تعطیلات نوروز وجود ندارد، در عین حال درباره نحوه فعالیت داروخانه‌ها در ایام عید توضیح داد. به گزارش نهضت شمال، دکتر حیدر محمدی درباره وضعیت تأمین داروی بیماران خاص و صعب‌العلاج با توجه به تعطیلات نوروزی گفت: داروی بیماران صعب‌العلاج همواره با برنامه‌ریزی‌های انجام شده در اختیار داروخانه‌های منتخب که برای توزیع این داروها انتخاب شده‌اند، قرار می‌گیرد. در مجموع ارتباطی میان توزیع داروهای بیماران صعب‌العلاج با ایام تعطیل و غیرتعطیل وجود ندارد. وی ادامه داد: داروهای بیماران صعب‌العلاج در داروخانه‌های هدف توزیع می‌شود و از طریق این

زیبایی‌های غیر متعارف؛ از «نصف کردن زبان» تا «گوش الاغی»



ایران نیز پیش از این نسبت به این موضوع هشدار داده و گفته بود که «یکی از مشکلاتی که در ایران در حوزه پزشکی وجود دارد، راه افتادن موجی به نام موج زیبایی است و این در حالیکه در اغلب مواقع شاید نیازی به انجام آن عمل نباشد و خیلی از این افراد فریب تبلیغات دلال‌ها را خورده‌اند.» حسینی همچنین ورود افراد غیرمتخصص به اعمال زیبایی را از دیگر چالش‌های این حوزه دانسته و گفته بود: «یکی دیگر از مشکلات، ورود افراد غیر فوق تخصص به انجام عمل‌های زیبایی مانند لیفت ابرو و لیپوساکشن و غیره است که حتی در برخی موارد می‌تواند جان بیمار را تهدید کند و خطر انزاد از طرفی هم متأسفانه همین افراد غیر فوق تخصص و دلال‌ها جهت انجام عمل‌های زیبایی حتی در فضای مجازی نیز تبلیغ می‌کنند و مشاهده شده است که در برخی موارد حتی بیمار پس از انجام عمل توسط این افراد به دلیل وخامت حال در ICU بستری می‌شود و یا عصب

ایران نیز پیش از این نسبت به این موضوع هشدار داده و گفته بود که «یکی از مشکلاتی که در ایران در حوزه پزشکی وجود دارد، راه افتادن موجی به نام موج زیبایی است و این در حالیکه در اغلب مواقع شاید نیازی به انجام آن عمل نباشد و خیلی از این افراد فریب تبلیغات دلال‌ها را خورده‌اند.» حسینی همچنین ورود افراد غیرمتخصص به اعمال زیبایی را از دیگر چالش‌های این حوزه دانسته و گفته بود: «یکی دیگر از مشکلات، ورود افراد غیر فوق تخصص به انجام عمل‌های زیبایی مانند لیفت ابرو و لیپوساکشن و غیره است که حتی در برخی موارد می‌تواند جان بیمار را تهدید کند و خطر انزاد از طرفی هم متأسفانه همین افراد غیر فوق تخصص و دلال‌ها جهت انجام عمل‌های زیبایی حتی در فضای مجازی نیز تبلیغ می‌کنند و مشاهده شده است که در برخی موارد حتی بیمار پس از انجام عمل توسط این افراد به دلیل وخامت حال در ICU بستری می‌شود و یا عصب

به گزارش نهضت شمال، حدود ۶۰ سال از زمانی که جراحی پلاستیک در ایران آغاز شد، می‌گذرد. تعداد متقاضیان اعمال زیبایی در گذشته کم بود و بیشتر مراجعین نیز خانم‌ها و به منظور درمان بودند؛ اما در دهه‌های اخیر تعداد متقاضیان آقا نیز افزایش یافته و دیگر هم این عمل‌ها چندان جنبه درمانی ندارند؛ به طوری که دکتر سید نجات حسینی - نایب رییس انجمن جراحان پلاستیک

ایرو فرد قطع شده و برخی مشکلات دیگر که بعضاً هم می‌تواند غیرقابل جبران باشد.» اما در چنین بازار وسیعی، علاوه بر جراحی‌هایی که با هدف زیبایی‌جویی بیشتر انجام می‌شوند، برخی افراد نیز خواهان تغییرات غیر متعارف که به اسامی همچون عمل چشم گربه‌ای، گوش الاغی و ... شهره شده‌اند، تمایل دارند؛ اعمالی که نه جنبه درمانی دارند و نه زیبایی...

در این زمینه دکتر ابراهیم رزم‌پا - متخصص جراح گوش و حلق و بینی و استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران در گفت‌وگو با ایسنا، نیز معتقد است که این اعمال در افرادی که زمینه بیماری‌های روحی و روانی دارند بیشتر مورد توجه قرار می‌گیرد و به ایسنا می‌گوید: از جمله این درخواست‌ها به این صورت است که این برخی از این افراد حتی به دنبال نصف کردن زبان خود از وسط، تغییر حالت گوش خود به شکل گوش حیوانات و ... هستند. بر همین اساس نیز تأکید می‌شود که در ابتدا این افراد باید به روانپزشک و متخصصین در این زمینه رجوع داده شوند؛ چراکه این افراد به روان‌درمانی نیاز دارند.

این افراد به روان‌درمانی نیاز دارند. اتاق جراحی در زیرزمین خانها! این عضو هیات علمی دانشگاه در این باره می‌افزاید: علاوه بر آن پزشکان نیز باید با مراجعه‌کنندگان صحبت و آن‌ها را متقاعد کنند که چنین آسیبی به خود وارد نکنند؛ اما متأسفانه امروزه پزشک‌نماهایی که این اعمال غیرمتعارف را انجام می‌دهند افرادی هستند که غیرمجاز در این حوزه فعالیت می‌کنند و در مراکز غیر مجاز نیز این اعمال را انجام می‌دهند بنابراین قاعدتا در بسیاری از مواقع حتی قابل پیگیری نیز نیستند. او ادامه داد: به طور مثال یکی از مراکز که این اعمال در آن‌ها انجام می‌شد مورد بررسی قرار گرفت که زیر زمین خانه‌ای را به اتاق عمل تبدیل کرده بودند و این اعمال در شرایط بهداشتی بسیار نامناسب و غیرطبیعی انجام می‌شد. از طرفی به دلیل اینکه این اعمال در شرایط بهداشتی و مجاز

انجام نمی‌شود، هزینه کمتری دارد و به همین دلیل نیز می‌توانند مراجعین را با تبلیغات و فریب جذب کنند و این مسئله بسیار مشکل‌آفرین است. دلالتی جراحی‌های زیبایی در فضای مجازی

وی تأکید می‌کند که اگر این اعمال توسط مراکز ذریبط وزارت بهداشت کنترل شوند به طوری که در هر محیطی و توسط هر فردی انجام نشود و مستقیماً بر این اعمال نظارت، مراکز متخلف را شناسایی و متخلفان را به مراکز ذی‌صلاح معرفی کنند تا از فعالیت آن‌ها جلوگیری شود، می‌توان میزان چنین اعمالی را کنترل کرد.

ناتعارف‌هایی که عادی شده‌اند وی با تأکید بر این اینکه در این مسئله باید هم مردم آگاهی لازم را داشته باشند و به این مراکز مراجعه نکنند و هم پزشکان باید در مواجهه با این افراد از انجام چنین اعمالی خودداری کنند، می‌گوید: انجمن‌های علمی نیز در کنترل این موضوع و فرهنگ‌سازی در میان مردم می‌توانند نقش تأثیرگذاری داشته باشند. متأسفانه این اعمال تقریباً رو به افزایش هستند و این خطر وجود دارد که دیگر به مرور از حالت نامتعارف خارج و یک اتفاق طبیعی تلقی شوند. بنابراین هر چقدر بتوانیم سریع‌تر این اعمال را کاهش دهیم و در جهت نظارت و کنترل آنها اقدام شود، در عدم عادی‌سازی آن نیز موفق خواهیم بود.

رزم‌پا در پایان با بیان اینکه میزان مراجعین خانم برای این اعمال نسبت به آقایان بیشتر است، می‌گوید: برخی از این افرادی که این اعمال غیر متعارف را انجام داده‌اند افراد شناخته شده و معروفی در اجتماع هستند که الگوی جوانان و نوجوانان قرار می‌گیرند و تأثیرگذاری زیادی در آن‌ها دارند و متأسفانه آمارها نیز نشان دهنده این است که امروزه بیشتر افرادی که به این اعمال تمایل دارند و به این مراکز مراجعه می‌کنند، نوجوانان هستند؛ ایسنا

هشدار متخصصان درباره تبلیغات اشتباه برای یک خوردنی مفید



در روغن زیتون می‌توانند از سد خونی مغز عبور کنند و با قهوه روی مغز اثر مستقیم بگذارند. این امکان هم هست که روغن زیتون با توجه به مزیتی که برای سلامت قلب و عروق دارد، تأثیر غیرمستقیم بر سلامت مغز داشته باشد. برخی از یافته‌های پژوهشی دیگر نیز حاکی از آن است که خوردن نصف قاشق غذاخوری روغن زیتون می‌تواند خطر مرگ ناشی از سرطان و خطر ابتلا به بیماری زوال عصبی و بیماری‌های تنفسی را کاهش دهد.

بنابراین بخش زیادی از نگرانی متخصصان تغذیه شامل مصرف کافی و متعادل میوه و سبزی، ماهی و غذاهای دریایی و انواع روغن‌های گیاهی نقش موثری در بهبود عملکرد ریوی و کیفیت زندگی بیماران مبتلا به آسم دارد. میوه‌ها و سبزی‌ها منابع غنی از آنتی‌اکسیدان‌هایی چون ویتامین C و کاروتنوئیدها هستند که موجب جلوگیری از آسیب بافتی و کاهش التهاب مجاری هوایی می‌شوند. روغن‌های گیاهی نیز منابع خوبی برای ویتامین E (نوعی آنتی‌اکسیدان) هستند. علاوه بر آن ماهی و غذاهای دریایی نیز به علت دارا بودن اسیدهای چرب ضروری اسما ۳ نقش محافظتی در بیماری‌های ریوی از جمله آسم آلرژیک دارد. به‌طور کلی رژیم اختصاصی برای درمان آسم وجود ندارد اما برخی مواد غذایی به رژیم روزانه فرد مبتلا به آسم می‌تواند موجب بهبود عملکرد ریوی و کاهش علائم شود. به‌طور مثال مصرف ویتامین D باعث ایجاد و کنترل علائم آسم در کودکان و نوجوانان می‌شود که بهترین منابع آن ماهی سالمون، لبنیات غنی شده با

این حجم از روغن زیتون می‌تواند حاوی چربی اشباع‌شده زیادی باشد که با مزیت‌های گفته‌شده درباره این ماده غذایی در تضاد قرار می‌گیرد. با همه این‌ها، اتفاق‌نظر بر این است که روغن زیتون برای سلامت بدن نسبتاً خوب است به ویژه اگر در پخت‌وپز استفاده شود. «کتلین لویز»، متخصص تغذیه نیز در این باره می‌گوید: اگر از منظر خطر یا فایده و هزینه به موضوع بنگریم، مصرف روغن زیتون فرابکر بسیار کم‌خطر است و با توجه به تأثیر مثبتش بر نشانه‌های خطر (بیماری‌های قلبی) و التهاب، به احتمال زیاد برای اغلب مردم مفید است. یک پژوهش نشان داده است که افزودن روغن زیتون بیشتر به رژیم غذایی ممکن است خطر مرگ در اثر زوال عقل را کاهش دهد.

به گفته آن «جولی تسیر» یکی دیگر از متخصصان تغذیه، طبق پژوهش‌ها مصرف روغن‌های گیاهی مانند روغن زیتون توصیه می‌شود زیرا این روغن‌ها نه تنها برای سلامت قلب مفیدند بلکه به سلامت مغز نیز کمک می‌کنند. با توجه به پژوهش‌های صورت‌گرفته، استفاده منظم از روغن زیتون در رژیم غذایی به جای مصرف چربی‌های حیوانی یا فرآوری‌شده به طور کلی رژیم غذایی سالم‌تری است.

تسیر می‌گوید: برخی ترکیب‌های آنتی‌اکسیدانی مخاطافاضی تولید کند این وضعیت می‌تواند تنفس را دشوار کرده و باعث سرفه، خس‌خس هنگام تنفس و تنگی نفس شود. علت اصلی این بیماری ناشناخته است و مطابق مطالعات بروز این بیماری در دو دهه گذشته افزایش یافته است. وجود سابقه آسم، آگزما و آلرژی غذایی در اعضای خانواده، احتمال بروز آسم را در سایر اعضای خانواده افزایش می‌دهد. مواجهه با برخی عوامل محیطی همچون دود سیگار، آلودگی هوا، آلرژن‌های استنشاقی نظیر گرده گل‌ها، کپک‌ها و قارچ‌ها، گرد و خاک، عوامل حساسیت زای حیوانات (پر، مو، پوست) و آلاینده‌های شیمیایی می‌تواند منجر به بروز آسم شود. افزایش چشمگیر شیوع آسم در بسیاری کشورها نشان می‌دهد که عوامل محیطی مرتبط با سبک زندگی نقش مهمی در سبب شناسی این بیماری دارد. به هم خوردن تعادل بین آنتی‌اکسیدان‌ها و آکسیدان‌ها در ایجاد و کنترل علائم آسم نقش چشمگیری دارد. بر اساس تحقیقات اخیر رعایت الگو غذایی سالم

خبر

اگر چربی خون دارید این مطلب را بخوانید



مصرف زیاد چربی اشباع‌شده می‌تواند میزان کلسترول خون و خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش دهد؛ اما چربی اشباع‌شده چیست و چگونه به بدن وارد می‌شود؟ به گزارش نهضت شمال، خوردن بیش از حد چربی‌های اشباع، کلسترول خون را افزایش می‌دهد و افزایش کلسترول خون نیز می‌تواند میزان خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را بیشتر کند.

چربی اشباع‌شده در انواع کره‌ها، روغن‌ها، خامه‌ها، کیک‌ها، بیسکویت، گوشت‌های پرچرب، سوسیس، کالباس، ماست و پنیر به خصوص پنیر پرچرب، انواع شیرینی‌ها، بستنی، شیر نارگیل، کره نارگیل، میلک شیک، شکلات و اسپری‌های شکلاتی وجود دارد.

چربی اشباع‌شده در انواع کره‌ها، روغن‌ها، خامه‌ها، کیک‌ها، بیسکویت، گوشت‌های پرچرب، سوسیس، کالباس، ماست و پنیر به خصوص پنیر پرچرب، انواع شیرینی‌ها، بستنی، شیر نارگیل، کره نارگیل، میلک شیک، شکلات و اسپری‌های شکلاتی وجود دارد.

افرادى که باید میزان چربی مصرفی خود را کاهش دهند لازم است چربی‌های غیراشباع را جایگزین چربی‌های اشباع‌شده کنند؛ امگا ۳ جزو چربی‌های غیراشباع به حساب می‌آید.

مورد متعددی می‌توانند سبب کاهش میزان کل چربی بدن شوند و باید در کانون توجه قرار گیرند. به عنوان مثال هنگام خرید باید به برچسب‌های موادغذایی توجه کرد تا بتوان غذاهای با میزان چربی کمتر انتخاب کرد. همچنین محصولات لبنی کم‌چرب یا جایگزین‌های لبنی در برنامه غذایی قرار گیرند.

بنابراین اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، به جای سرخ کردن غذاها، غذاها باید بریان، کباب یا بخارپز شوند. همچنین روغن را با یک قاشق چایخوری اندازه بگیرد تا میزان مصرف روغن کنترل شود. همچنین چربی‌های قابل مشاهده قبل از پختن گوشت و همچنین پوست مرغ قبل از طبخ باید جدا شوند. برخی از گوشت‌ها دارای چربی کمتری هستند و باید در برنامه غذایی قرار گیرند.

همچنین انجام برخی از کارها می‌تواند موجب کاهش چربی‌های اشباع، شود. برچسب‌های تغذیه‌ای که روی بسته‌بندی موادغذایی وجود دارد باید در کانون توجه قرار گیرد؛ چرا که به میزان کاهش چربی اشباع‌شده کمک می‌کند. همواره دو موله «اشباع» و «چربی نشاسته» باید در کانون توجه قرار گیرند.

اگر میزان چربی نشاسته یا اشباع مواد غذایی بیش از ۵ گرم اشباع در هر ۱۰۰ گرم باشد، میزان چربی اشباع ماده غذایی زیاد است. اگر میزان چربی اشباع بین ۱.۵ تا ۵ گرم اشباع در ۱۰۰ گرم باشد، میزان اشباع آن ماده غذایی متوسط است. همچنین اگر میزان چربی اشباع یک ماده غذایی ۱.۵ گرم اشباع یا کمتر در هر ۱۰۰ گرم باشد، میزان چربی اشباع این ماده غذایی کم است. این احتمال وجود دارد که میزان چربی اشباع‌شده در محصولات غذایی متفاوت باشد.

برخی از راهکارهای خانگی می‌تواند میزان چربی اشباع شده خون را کاهش دهد. این راهکارها شامل استفاده از گوشت کم چرب و افزایش مصرف حبوبات و سبزیجات در پخت غذا باشد. همچنین به جای سرخ کردن سیب‌زمینی می‌توان آن را در فر با کمی روغن و با پوست پخت. قبل از خوردن مرغ نیز پوست آن را جدا کنید تا محتوای چربی اشباع آن کاهش یابد. تخم‌مرغ هم به صورت آب‌پز استفاده شود و لبنیات کم‌چرب جایگزین لبنیات پرچرب شود.

همچنین خودداری از افزودن خامه به قهوه و محدود کردن مصرف فست‌فودها از دیگر راهکارهای خانگی کاهش چربی اشباع خون به حساب می‌آید/ بهداشت نیوز

نمضت شمال

شماره ۴۰۵۴ – یکشنبه ۲۵ اسفند ۱۴۰۲

آشپزی

طرز تهیه زیره پلو کرمانی



امروز یکی از خوشمزه ترین و خوش خوراک ترین ران بوقلمون را به همراه یک زیره پلو اصیل کرمانی به شما یاد خواهیم داد که فوق العاده خوشمزه و ساده است و فقط ادویه ها مهم ترین قسمت تهیه آن هستند پس همه ادویه های گفته شده در مواد لازم را تهیه کنید و این غذای کرمانی را این بار با ران بوقلمون یاد بگیرید.

ران بوقلمون:	۱،۲ عدد
زعفران: به مقدار دلخواه	
زیره سبز: نصف قاشق چای خوری	
هل: ۱ ق چای خوری	
پودر سبزی: ۱ ق چای خوری	
پودر کره: ۱ ق چای خوری	
ادویه دود به دلخواه: ۱ ق چای خوری	
نمک: ۱،۵ ق چای خوری	
فلفل‌سیاه: ۱ ق چای خوری	
زردچوبه: ۲ ق چای خوری	
فلفل قرمز: ۱،۲ ق چای خوری	
روغن زیتون:	۲ ق غذا خوری
رب گوجه:	۲ ق غذا خوری
پیاز: ۱ عدد	
سبزی: ۱ پوته	
هویج: ۱ عدد	
فلفل دلمه:	۱ عدد
برگ بو: ۲ عدد	
رزماری: ۱ شاخه	
برنج: ۴ پیمانه	
زیره سیاه: ۱ ق غذا خوری	
دارچین: ۱ ق چای خوری	
طرز تهیه زیره پلو کرمانی با ران بوقلمون	
مرحله اول: مزه دار کردن ران بوقلمون	

ابتدا باید ران بوقلمون را با زعفران ساییده شده خوب ماساژ دهید و نیم ساعت استراحت دهید و بعد به ران بوقلمون ادویه دود، کره، پودر سبزی، هل، زیره سبزی، پودر سبزی، زردچوبه، فلفل سیاه و فلفل قرمز و روغن زیتون خوب ماساژ دهید و برای ۳ ساعت در یخچال قرار دهید تا مزه ها به خورد هم برود.

مرحله دوم: تفت دادن رب و پیاز

در ادامه باید داخل یک تابه بزرگ روغن یا روغن کرمانشاهی بریزید و رب را داخل تابه سرخ کنید و بعد پیاز را به صورت خلالی ریز خرد کنید و به همراه هویج و فلفل دلمه خرد شده اضافه کنید و کمی تفت دهید و یک بوته سبزی از وسط به دو نیم کنید و اضافه کنید.

مرحله سوم: پخت ران بوقلمون

در ادامه برگ بو و یک شاخه رزماری را نیز قرار دهید و ران بوقلمون مزه دار شده را نیز اضافه کنید و روی مواد ۱ لیوان آبجوش بریزید و بگذارید برای ۲ ساعت پخته شود.

مرحله چهارم: تهیه زیره پلو

در ادامه برنج را روی حرارت قرار دهید و بگذارید تا بجوش بیاید و بعد از نرم شدن آبکش کنید و کف قابلمه ته دیگ دلخواه قرار دهید و لا به لای برنج باید زیره سیاه و دارچین و زعفران بریزید و زیره پلو را دم کنید و به همراه ران بوقلمون پخته شده سرو کنید.
نوش جان فوت و فن های دستور پخت زیره پلو کرمانی با ران بوقلمون

در حین پخت بوقلمون دوباره کمی زعفران روی آن بریزید.

مقدار زیره و دارچین در پلو دلخواه است.

باید حرارت موقع پخت بوقلمون خیلی کم باشد تا جا افتاده شود.

سقوط ۲۶۰۰

کیلوگرم باتری

بر فراز زمین

سه تَن بقایای بی‌استفاده از ایستگاه فضایی بین‌المللی به سمت زمین پرتاب شده است که امروز به جو کره خاکی ما می‌رسند.

پالت چند تنی موسوم به**Exposed ۹** (EP۹) در ماه مارس سال ۲۰۲۱ از ایستگاه فضایی به بیرون پرتاب شد. در آن زمان، گزارش شده بود که این پالت عظیم‌ترین جسمی است که تاکنون از ایستگاه فضایی بین‌المللی به سمت دریا پرتاب شده است. به نقل از اسپیس، دور انداختن تجهیزات مستعمل یا غیرضروری به این شکل رویه رایجی در ایستگاه فضایی است، زیرا اشیاء به طور معمول در جو زمین می‌سوزند. پیش از ورود مجدد این جسم به جو، اداره فدرال حفاظت مدنی و امداد در بلایای طبیعی،

- طب سنتی

خواص بی نظیر یونجه

از قدیم الایام یونجه به عنوان خواص دارویی استفاده می شده است. یونجه دارای خواص بی نظیری برای سلامت بدن می باشد.
در مطالعات انجام شده یونجه برای درمان اختلالات گوارشی، سنگ کلیه مفید می باشد. همچنین برای درمان ورم مفاصل نیز کاربرد دارد. یونجه به عنوان یک گیاه مغذی شناخته می شود که سرشار از مواد معدنی بوده و دارای خواص لازم برای تقویت استخوان ها می باشد. همچنین یونجه دارای ویتامین های کا ای، سی، ب شش، ب یک و آ می باشد. همچنین یونجه دارای پتاسیم، کلسیم، آهن و کاروتن می باشد.
یونجه برای سلامت و زیبایی مفید می باشد، همچنین یک درمان گیاهی برای بیماری های مختلف مانند تورم، مشکلات کلیوی و احتباس مایعات می باشد.
جوانه یونجه کلسترول بالا را کاهش می دهد.
جوانه یونجه دارای فواید زیادی برای کاهش کلسترول می باشد، برگ و جوانه یونجه برای این امر موثر است. یونجه باعث می شود تا کلسترول خوب خون افزایش پیدا کند. مصرف یونجه می تواند باعث کاهش خطر ابتلا به بیماری های قلبی شود.
کمک تان می کند که از شر سموم بدن خلاص شوید.

یونجه دارای خواص سم زدایی می باشد. یونجه را می توان برای پاکسازی بدن استفاده نمود. اگر می خواهید از شر سموم بدن خلاص شوید بهتر است یونجه را در رژیم خود قرار دهید. یونجه باعث می شود تا بدن شما از داخل سالم شود. مشکلات گوارشی را رفع می کند. یونجه برای درمان بیماری های گوارشی مفید است. شما می توانید برای جلوگیری از زخم معده، ورم معده و سوء هاضمه از یونجه استفاده کنید. یونجه سرشار از فیبر می باشد.

از عفونت دستگاه ادراری جلوگیری می کند. یونجه به دلیل داشتن خواص مدر باعث می شود تا از اختلالات کلیوی جلوگیری شود. شما می توانید برای جلوگیری از عفونت دستگاه ادراری از یونجه استفاده کنید. جوانه یونجه سنگ کلیه را درمان می کند.

در مورد جوانه یونجه چیزی می دانید؟ جوانه یونجه باعث می شود تا سنگ کلیه محو شود. چرا که این گیاه دارای منبع سرشار از ویتامین ای، آ و سی می باشد. خطر ابتلا به سرطان را کاهش می دهد.

با جوانه و برگ یونجه می توان از خطر ابتلا به شاخص‌ترین استحکامات دفاعی گرگان، از کرانه‌های شرقی دریای کاسپین در ناحیه‌گمیشان آغاز می‌شود و تا کوه‌های گیلیداغ در شمال شرق کلاله ادامه دارد. این دیوار که از جاذبه های گردشگری استان گلستان به حساب می آید، با نام‌های دیگری همچون سد سکندر، سد فیروز، سد انوشیروان، قزل آلان (مارسرخ) و، نیز شناخته می‌شود. در طول مسیر دیوار بزرگ گرگان ۲۶ قلعه و سه برج نگهبانی با پلان مربع و مستطیل وجود دارد. زمان ساخت دیوار بزرگ گرگان به دوره ساسانیان می‌رسد. دیوار بزرگ گرگان با ۲۰۰ کیلومتر طول، طولانی‌ترین اثر معماری ایران باستان بعد از دیوار چین است و به‌عنوان دومین دیوار بزرگ دنیا به حساب می‌آید. این دیوار یکی از سازه‌های دفاعی مشهور جهان است که شاهکاری از هوش ایرانیان محسوب می‌شود و به همین دلیل در فهرست آثار ملی ایران قرار دارد.

دیوار بزرگ گرگان

- معرفی جاذبه‌های گردشگری

دیوار بزرگ گرگان

دیوار بزرگ گرگان در فصل بهار.

فهرست آثار ملی ایران به ثبت برسد. بقایای امروزی دیوار بزرگ گرگان تنها گوشه کوچکی از آن است که با کاوش‌های باستان‌شناسی از زیر خاک بیرون آمد و به عقیده کارشناسان سازمان میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری ایران یکی از آثار شگفت‌انگیز معماری پیش از اسلام است و می‌توان آن را به‌عنوان یکی از گزیندهای ثبت در فهرست آثار میراث جهانی یونسکو به حساب آورد. در حال حاضر به‌دلیل تغییراتی که توسط ساکنان در ساختار و تابسیسات آن ایجاد شده و همچنین فرسایش ناشی از آب‌وهوا، بخش زیادی از دیوار گرگان نابود یا زیر خاک مدفون شده است. از سویی به‌خاطر وجود روستاهای در مسیر دیوار و همچنین زمین‌های کشاورزی روی آن، میراث فرهنگی عملاً با چالشی جدی برای ثبت جهانی این میراث عظیم روبه‌رو است.

دیوار بزرگ گرگان در فصل بهار.

تاریخچه دیوار بزرگ گرگان پیش از آغاز تحقیقات علمی، برخی ساخت دیوار گرگان را به اسکندر مقدونی نسبت می‌دادند و برخی دیگر آن را متعلق به زمان کوروش هخامنشی یا دوره اشکانی می‌دانستند. بسیاری از کارشناسان بر این باورند که دیوار تاریخی گرگان هم‌زمان با دیوار چین ساخته شده است و هر دو بنا برای مقابله با گروهی از مهاجمان به نام هپتال‌ها احداث شد که از شمال وارد می‌شدند. برخی معتقدند دیوار بزرگ گرگان به دوره ماد، هخامنشی یا اشکانی مربوط می‌شود؛ ولی مطالعات باستان‌شناسی نشان می‌دهد که این دیوار به اواخر دوره ساسانی متعلق است و بازه زمانی ۴۲۹ تا حدود سال ۶۱۵ میلادی را در برمی‌گیرد.

به اعتقاد اغلب تاریخ‌نگاران، انوشیروان دادگر این دیوار را بنا نهاده اما گردیزی در زین‌الخیر آغاز بنای آن را به یزدگرد اول و اتمام آن را به انوشیروان نسبت می‌دهد. پادشاهان ساسانی که با امپراتوری روم شرقی جنگ‌های مداومی داشتند، از سوی شمال نیز با تهدید قوم هون هون‌های سفید نبرد می‌کرد، مدتی را به‌طور متناوب در منطقه گرگان گذرانده بود. بنابراین احتمالاً او یا پادشاه ساسانی دیگری (قبل یا بعد از او) برای محافظت از دشت حاصلخیز گرگان که در برابر این دیوار را ساخته بود، این دیوار می‌توانست محل رخنه این اقوام به داخل ایران را در فواصل کوهستان‌های قفقاز و خط ساحلی دریای مازندران ببندد.

قدمت دیوار گرگان به اواخر دوره ساسانی می‌رسد یوزف مار کورات، خاورشناس نامدار آلمانی نیز به ساخت این دیوار توسط یزدگرد و بنای شهر دهستان ۲۹ تیرماه سال ۱۳۷۸ هجری شمسی با شماره ۲۳۴۵ در کتاب *معماری و هنر ایران* نوشته شده در طول ۹۰ تا ۹۴ سال ساخته شد. همه این دلایل باعث شد تا دیوار بزرگ گرگان به‌عنوان یکی از جاهای دیدنی گنبد کاووس، در تاریخ ۲۹ تیرماه سال ۱۳۷۸ هجری شمسی با شماره ۲۳۴۵ در

مرکز هشدار ملی ۱ در بُن، آلمان این اطلاعات را صادر کرد. در اطلاعاتی‌های توضیح داده شده است که احتمال برخورد آوار به آلمان بسیار کم در نظر گرفته می‌شود. اگر خطر افزایش یابد، اطلاعات جدیدی دریافت خواهید کرد.

بر اساس یک پست که توسط جاناتان مک داول (Jonathan McDowell)، ستاره‌شناس مرکز اخترفیزیک هاروارد-اسمیتسونیان منتشر شده است، این باتری‌ها باید بین ساعت ۷:۳۰ صبح به وقت منطقه زمانی شرقی(۱۶:۰۰ به وقت ایران) در روز ۹ مارس(۱۹ اسفند) تا ساعت ۳:۳۰ بامداد به وقت منطقه زمانی شرقی(۱۲:۰۰) ظهر روز یکشنبه) وارد جو زمین شود.



برای این امر بسیار مفید می باشد.

درای خواص ضد پیری است و آنتی اکسیدان دارد.

اگر می خواهید یک منبع عالی از آنتی اکسیدان های مختلف داشته باشید بهتر است یونجه مصرف کنید. یونجه باعث می شود تا رادیکال های آزاد در بدن کنترل شود. آنتی اکسیدان های یونجه می تواند سلامت بدن را بالا برده و از بیماری های قلبی و سرطان جلوگیری می کند. همچنین یونجه دارای ویتامین کا می باشد که برای پیشگیری از پوکی استخوان موثر است. ویتامین کا برای سلامت بدن حیاتی است.

تولید شیر را افزایش می دهد.

خانم های باردار بهتر است یونجه را در رژیم غذایی خود قرار دهند چرا که باعث افزایش تولید شیر در بانوان می شود. یکی از فواید شگفت انگیز یونجه برای تولید شیر می باشد که برای مادران حائز اهمیت است. یازبایی سلامتی را سرعت می دهد.

هناطسور که گفته شد یونجه دارای ویتامین ها و مواد معدنی می باشد. مواد مغذی موجود در یونجه برای سلامت کلی بدن مفید است. یونجه برای ترمیم بافت ها موثر می باشد، این گیاه دارای هشت اسید آمینه ضروری بدن می باشد.

جوانه یونجه به انعقاد خون کمک می کند.

برای جلوگیری از خونریزی بینی و خونریزی های رجمی می توان از جوانه و برگ یونجه استفاده نمود. ویتامین کا موجود در یونجه باعث می شود تا انعقاد خون در بدن صورت بگیرد.



دیوار بزرگ گرگان در فصل بهار.

گرگان توسط ژاک مدرگان در ۱۲۷۵ هجری شمسی انجام شد. سپس ارن، باستان‌شناس فرانسوی در سال ۱۳۱۲ هجری شمسی بخشی از دیوار را شناسایی و معرفی کرد.

اریک اشمیت، باستان‌شناسی آمریکایی که در سال‌های ۱۳۱۵ و ۱۳۱۶ هجری شمسی با هواپیمای خود اقدام به تهیه عکس‌های هوایی از نقاط باستانی ایران کرده بود، به‌طور اتفاقی در منطقه گرگان، دیوار سرخی را دید که از دریای خزر به‌سمت کوه‌های گیلیداغ کشیده شده بود. او عکسی از آن تهیه کرد که سرآغازی برای تحقیقات باستان‌شناسی داخلی و خارجی شد. پس از او محمد یوسف کباتی در سال ۱۳۵۰ با پرواز فر فراز دیوار، عکس‌هایی از آن گرفت و طول دیوار را ۱۷۵ کیلومتر یا ۳۲ قطعه وابسته تخمین زد.

جرتیبل نوکنده در سال ۱۳۷۸ هجری شمسی اقدام به بررسی روی بخشی از مسیر دیوار گرگان در محدوده شهرستان گنبد کاووس کرد و توانست اسناد و مدارک تاریخی ارزشمندی به دست آورد. در همین سال با شروع ساخت سد گلستان و قرارگیری بخشی از مسیر دیوار در محدوده کانال آبیاری و زهکشی سد و ضرورت حفظ دیوار، آب سد از طریق دو کانال از زیر دیوار این منطقه عبور داده شد.

در سال ۱۳۸۱ هجری شمسی در طی ۶ فصل کاوش، طول دیوار ۲۰۰ کیلومتر برآورد شد؛ گرچه بررسی نوشته‌های تاریخی نشان می‌دهد که این دیوار در گذشته تا سرو ادامه داشته و مسلماً طول آن بیش از ۲۰۰ کیلومتر بوده است. تا به امروز حدود ۲۰۰۰ متر مربع از دیوار از زیر خاک بیرون آورده شده و با انجام هفتمین فصل کاوش روی دیوار گرگان و دیوار تمیشه اطلاعات مهمی در مورد مرز امپراتوری ساسانی در گرگان به دست آمده است. هم‌اکنون آنچه که به‌عنوان شاخص‌ترین بخش دیوار دفاعی شناخته می‌شود، بقایای یک چهار طاقی با وسعت بیش از ۱۸۰ متر مربع است.

کارشناس والیبال ایران عنوان کرد: تیم ملی با آلکنو که یکی از بزرگترین مربیان روس است نتوانست نتیجه بگیرد، بنابراین نباید از الان پانز را قضاوت کنیم و منتظر بمانیم تیم چه نتیجه‌ای می‌گیرد.

محمد ترکاشوند در گفت‌وگو با خبرنگار مهر، درباره انتخاب موریس موتا پانز برای هدایت تیم ملی والیبال گفت: اعضای کمیته فنی ماه‌ها جلسه برگزار کردند و همه گزینه‌های مورد نظر را ارزیابی کردند و در نهایت به این انتخاب رسیدند. افرادی هم که در کمیته فنی حضور دارند همگی اصلح هستند بنابراین باید کمی



احتمال محرومیت مختاری از سوی اتحادیه جهانی

شکست امین کاویانی‌نژاد شد تا یک گام دیگر به دوپنده تیم ملی کشتی فرنگی در این وزن نزدیک شود. اما این پایان داستان نبود بلکه درگیری مختاری برابر رقیب ترک و تبدیل شدن تشک کشتی به رینگ بوکس موجب شد تا عبدی و کاویانی‌نژاد بار دیگر شانس خود را برای حضور در تیم ملی بیازمایند.

محرومیت چند ماهه کاپیتان تیم ملی کشتی فرنگی شرایط سختی را برای حضور وی در المپیک پاریس فراهم کرده است. رقابت‌های کشتی فرنگی جام وهبی ام‌ره عصر دیروز با پیکارهای وزن ۷۷ کیلوگرم پیگیری شد که در مهمترین دیدار این وزن محمدرضا مختاری در مرحله یک‌چهارم نهایی با نتیجه ۴ بر ۳ موفق به

خوبشندن‌داری کنیم تا ببینیم او چه توانایی و پتانسیلی دارد.

کارشناس والیبال گفت: شرایط تیم ملی برای صعود به المپیک واقعاً سخت است اما ممکن است با همین مربی ما بتوانیم بازی‌های خوبی ارائه بدهیم. به نظر من در شرایط فعلی باید قضاوت نکنیم و اجازه بدهیم او کارش را با تیم ملی شروع کند. ضمن اینکه الان هم کاری از دست ما بر نمی‌آید، او انتخاب شده و تنها باید بدون قضاوت اجازه دهیم تا کارش را با تیم ملی شروع کند.

به مدال طلا رسید.

کادر فنی مهدی عبدی، امین کابانی‌نژاد، محمدرضا مختاری و علی اسکو مدعیان داخلی این وزن را به ترکیه اعزام کرده بود تا از بین این چهار نفر یک فرنگی‌کار را برای رقابت‌های قهرمانی آسیا انتخاب کند. مسابقات قهرمانی آسیا و گزینشی المپیک ۲۰۲۴ پاریس اواخر فروردین در بیشکک قرقیزستان برگزار خواهد شد.

در حالی که بسیاری از کارشناسان باور داشتند مختاری می‌تواند نفر اول وزن ۷۷ کیلوگرم در قرقیزستان باشد اما درگیری او با حریف ترک این شانس را از کاکوی شیرازی گرفت و او بدون باخت حذف شد. حذف مختاری نه تنها موجب شد تا شانس وی برای پوشیدن دوپنده تیم ملی کم شود بلکه مشت زنی این فرنگی‌کار ممکن است برای او عواقب سخت و احتمالاً محرومیت را به همراه داشته باشد. حال مختاری باید منتظر تصمیم اتحادیه جهانی کشتی باشد تا میزان محرومیت او از رقابت کشتی مشخص شود یا اینکه بخش حقوقی و بین‌المللی فدراسیون با قدرت وارد ماجرا شود تا موضوع به نوعی ختم به خیر شود.

با حذف مختاری و کسب عنوان قهرمانی کاویانی‌نژاد، به احتمال زیاد کاویانی نماینده ایران در گزینشی المپیک خواهد بود و در صورت موفقیت می‌تواند بدون هیچ مشکلی راهی پاریس شود. اما اگر قهرمان جام وهبی ام‌ره ترکیه موفق به کسب سهمیه نشود آن زمان است که کار به مسابقات گزینشی استانبول خواهد کشید. اگر چنین شرایطی در وزن ۷۷ کیلوگرم ایران شکل بگیرد احتمال بازگشت کاپیتان تیم ملی به تشک وجود دارد. محمدعلی گرابی که به تازگی محرومیت وی از سوی اتحادیه جهانی کشتی بخشیده شده یکی از شانس‌های اعزام به المپیک به شمار می‌رود.

تحقیق تمام این احتمالات به نظر نهایی حسن رنگرز و کادر فنی تیم ملی کشتی فرنگی بستگی دارد. وزن ۷۷ کیلوگرم یکی از اوزان پر مدعی جهان است. در سطح جهان نامدارانی مانند آکروزل محموداف (قرقیزستان)، ساتان سلیمان‌اف (آذربایجان)، مالخاز آمویان (ارمنستان)، ناو کوزاکا (ژاپن)، دمیسو ژاداریف (قزاقستان) و آرام واردانیان (ازبکستان) مدعی رسیدن به سکوی مدالی این وزن در المپیک می‌باشند.

بیک‌زاده: خریدهای پرسپولیس بهتر از استقلال بودند

سرعتی‌تر و تکنیکی‌تر از ماشارپیوف است و نمی‌دانم چرا استقلال این بازیکن را جذب نکرد. البته درباره ماشارپیوف باید بگویم به نظر می‌رسد در پست تخصصی خودش بازی نمی‌کند زیرا او بیش‌تر در تیم‌های قبلی وینگر بوده است؛ اما به هر حال نظر کادرفنی و سرمربی تیم است.

او درباره این که خیلی‌ها معتقدند برنده داری قهرمان احتمالی لیگ برتر خواهد بود؛ ادامه داد: چنین نظری را قبول ندارم زیرا بعد از این بازی هنوز ۹ هفته از لیگ باقی می‌ماند و در واقع ۲۷ امتیاز و اتفاقات زیادی در این بین خواهد افتاد. سپاهان قهرمانی نیم فصل می‌شد اگر بازی عقب افتاده‌اش را برنده می‌شد؛ اما حالا ۷ بازی پشت سر هم باخت آورده است و ممکن است این اتفاق برای تیم‌های بالانشین فعلی لیگ هم بیفتد.

اختلاف خطیر و نکونام؟ بازیکن پیشین استقلال در این باره پاسخ داد: این مساله اپیدمی شده است و در این باره صحبت نکنیم بهتر است. هیچ کدام هم کوتاه نمی‌آیند



زمان می‌برد تا تیمی بتواند دوباره خودش را ریکاوری کند.

بیک‌زاده درباره مقایسه خریدهای استقلال و پرسپولیس در نیم فصل بیان کرد: خریدهای پرسپولیس تأثیرگذاری بیش‌تر و بهتری دارند. شما اورونوف را ببینید؛ این بازیکن خیلی

یک بازیکن پیشین استقلال درباره مقایسه خریدهای استقلال و پرسپولیس در نیم فصل بیان کرد: خریدهای پرسپولیس تأثیرگذاری بیش‌تر و بهتری دارند.

هاشم بیک‌زاده، بازیکن پیشین استقلال در گفت‌وگو با ایسنا درباره برتری این تیم مقابل استقلال خوزستان در لیگ برتر اظهار کرد: استقلال در نیمه اول توانست روی تیزهوشی به گل برسد و تا پایان بازی هم آن را حفظ کند و یک ۳ امتیاز با ارزش را به‌دست بیاورد. البته این را هم بگویم که بازی در نیمه دوم بیش‌تر در اختیار استقلال خوزستان بود و استقلال بیش‌تر در فاز دفاعی بود. این ۳ امتیاز اقتصادی خیلی پیش از داری به استقلال از لحاظ روحی و روانی کمک خواهد کرد. مهم‌ترین مساله این بود که هیچ بازیکنی هم از تیم اخطار نگرفت تا تیم با تمام توان در داری ظاهر شود.

او درباره پیش‌بینی‌اش از نتیجه داری گفت: به نظرم بازی زیبایی را شاهد خواهیم بود زیرا هر دو در کورس قهرمانی هستند و به این برد نیاز دارند. هر تیمی بتواند در این بازی برنده شود قدم بلندی را برای قهرمانی خواهد برداشت زیرا

اولین صحبت‌های زاهدی بعد از پیوستن به جی‌لیگ



شهاب زاهدی به هواداران تیم جدیدش قول داد بهترین عملکردش را در این تیم نشان دهد.

مهاجم سابق پرسپولیس به طور رسمی به تیم آویسپا فوکونوگا ژاپن پیوست تا در فصل جدید در این تیم بازی کند.

شهاب زاهدی پیش از دیدار امروز تیمش برابر شونان بلماری در ورزشگاه مورد استقبال هواداران ژاپنی قرار گرفت و در صحبت‌هایی گفت: تمام تلاشم را می‌کنم تا بهترین عملکردم را نشان دهم و همه هواداران تیم را راضی کنم. هدف اصلی من این است که در کنار هواداران تا جایی که ممکن است برنده شوم و پیروزی‌های زیادی را تجربه کنیم. من و سایر بازیکنان تمام تلاشمان را می‌کنیم تا لبخند به لبان شما بیاوریم. بسیار خوشحالم که راهی تیم آویسپا فوکونوگا شدم. می‌خواهم از زمانم بهترین استفاده را ببرم و این کار را خواهم کرد. در پایان می‌خواهم از حمایت مداوم هواداران تشکر کنم.

زاهدی از سال ۲۰۲۱ در تیم زوریا لوهانسک در لیگ دسته اول اوکراین بازی کرد و سپس راهی پرسپولیس شد تا اینکه تصمیم گرفت حضور در فوتبال ژاپن را تجربه کند و راهی فوکونوگا شد. قرارداد او ۳۰ ژوئن ۲۰۲۴ به پایان می‌رسد.

زاهدی که ۱۸۷ سانتیمتر قامت دارد، اولین بازیکن ایرانی است که در جی‌لیگ به میدان می‌رود. او در این فصل در ۱۶ بازی برای پرسپولیس در لیگ شش گل به ثمر رساند و یک گل نیز در لیگ قهرمانان ثبت کرد ولی پس از یک نیم‌فصل از سرخپوشان جدا شد.

مدیرعامل شرکت ملی پخش فرآوردههای نفتی گفت: از مردم تقاضا داریم که در ایام نوروز کارت سوخت شخصی خود را همراه داشته باشند. به گزارش نهضت شمال، جعفر سالاری‌نسب در گفت‌وگو با خبرنگاران درباره آغاز طرح سوخت رسانی نوروزی گفت: این طرح با هدف نظارت

بر توزیع فرآوردهها در جایگاهها آغاز شده؛ زیرا در نوروز حجم بالایی از مسافرت‌ها را داریم و مردم نیاز دارند که خدمات بهتری را در جایگاههای مسیر دریافت کنند. وی افزود: نظارت بر نحوه توزیع بنزین، میزان کارت آزاد موجود در جایگاههای سوخت، موارد مرتبط با ایمنی که باید حتما رعایت شود و همچنین خدمات جانبی که در جایگاهها انجام می‌شود، از اهداف این طرح است. این مقام مسئول ادامه داد: حدود ۱۰۰ گروه عملیاتی به سراسر کشور اعزام می‌شوند تا جایگاهها را بررسی کنند و پیش‌بینی می‌شود که حدود ۲۵۰۰ نفر ساعت عملیات نظارتی انجام شود.

- 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: ۰۱۱-۳۳۳۴۰۷۹۷
- طراحی و صفحه آرایی، حروفچینی: موسسه فرهنگی هنری چشمه توسعه آفاق دانش
- چاپ: تکتم
- گستره توزیع: شمال کشور

شماره ۴۰۰۴ ■ یکشنبه ۲۰ اسفند ماه ۱۴۰۲

سفر به سرزمین نور

سرزمین مجاهدت‌ها و رشادت‌های رزمندگان بی ادعای هشت سال دفاع مقدس محلی برای تجدید بیعت با آرمان‌های بلند بنیانگذار انقلاب اسلامی و شهدا شده است که همواره مورد استقبال عموم مردم و جوانان است.

به گزارش نهضت شمال، سرزمین مجاهدت‌ها و رشادت‌های رزمندگان بی ادعای هشت سال دفاع مقدس محلی برای تجدید بیعت با آرمان‌های بلند بنیانگذار انقلاب اسلامی و شهدا شده است که همواره مورد استقبال عموم مردم و جوانان است. /بلاغ



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban



blogh news.com mazandaran.ir
photo: Sepideh Purshaban