

سوال جواب

روزنامه اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و ورزشی صبح شمال ایران

ملتهای آزاده جهان در روز قدس
به حمایت فلسطین آمدند



یکشنبه ۱۹ فروردین ۱۴۰۳
۲۷ رمضان ۱۴۴۵
۱۷ آوریل ۲۰۲۴
سال دهم - شماره ۲۴۶۱
۸ صفحه - ۱۰۰۰۰ تومان

کوچکی نژاد، نماینده مردم رشت:

جهش تولید با مشارکت مردمی به تحول در رویکرد مدیران دولتی نیاز دارد

صفحه ۲

شهردار رشت تاکید کرد:

ضرورت تکمیل و اتمام پروژه های نیمه تمام شهر رشت

صفحه ۲



یادداشت امروز

مهین چراغی

سال جهش تولید با مشارکت مردم

با اعلام نامگذاری سال جهش تولید با مشارکت مردم از سوی مقام معظم رهبری یکبار دیگر وی ملت را پشتیبان دولت و این دو را مکمل هم دانست و با تاکید بر این شعار وظیفه خطیری را بر دوش مردم نهاد تا در این سال کما فی سابق بنوانیم پشتوانه مطلوبی برای تولیدات داخلی و با حمایت از برند داخلی در پیشبرد اهداف عالی نظام در جهت غنی سازی تولیدات داخلی گام برداشته و خودکفایی را یک رمز ماندگار قلمداد نمایم؛ اگرچه با پذیرش فشار تحریم ها ما از تهدیدها و تحریم ها، فرصت ها را غنیمت دانسته و با دانش علمی جوانان این آب و خاک توانسته ایم بخش عمده ای از کالاهای مورد تحریم را خودمان در داخل کشور تولید نموده و با امکان تولید در همه بخش ها و بازدهی کیفیت محصولات دسترسی به خودکفایی را نزدیکتر نماییم. آری! ایرانی توانستن را ثابت کرده و جز با اتحاد و حضور در میادین تولید و سرمایه گذاری و حمایت همه جانبه، جهش تولید امکانپذیر نمی باشد. هرچند بخش عظیمی از کارخانجات ما از مدار تولید خارج شده اند اما همچنان بازگشت آنها به خط تولید حمایت مردم و دولت را در این مسیر خودکفایی می طلبد. در این راستا مردم پای همه چیز ایستاده اند و با مشارکت در پای صندوق های رای و راهپیمایی هرساله ۲۲ بهمن و بزرگداشت روز قدس ایستادگی را تا پای جان تثبیت کرده اند؛ ضمن اینکه هشت سال دفاع مقدس خود گواه این مشارکت عظیم مردم است که از همه چیز خود گذشتند تا خاک سرزمین عزیزمان به دست دشمن نیفتد. بر این اساس جهش تولید همه زمینه ها را شامل می شود و به یک تولید و مورد خاص منحصر نمی شود و از تولید یک مداد گرفته تا ساخت موشک را در بر می گیرد؛ اگرچه دعوت از مردم و مشارکت شان در بورس و ضرر و زیان فراوانی که دیدند خاطره تلخی بر آذهان عمومی نهاده است، لیکن مردم برای رهبری و ولایت فقیه همیشه از تو به یک اشارت از ما به سر دویدن را به تصویر کشیده اند.

در روزنامه امروز می خوانید

استاندار کیلان:

برای ارتقای سطح فرهنگی جامعه باید همه دستگاه ها پای کار باشند

صفحه ۲



رئیس کل دادگستری کیلان:

تأمین اجتماعی باید در پرداخت مطالبات به تعهدات خود عمل کند

صفحه ۲



مدیرکل امور مالیاتی کیلان خبر داد:

مهلت یک ماهه ویرایش اظهارنامه مالیات بر ارزش افزوده زمستان ۱۴۰۲

صفحه ۲



صادق پور، شهردار لنگرود:

ارایه گزارش عملکرد باعث می شود تا شهروندان در جریان کارها و هزینه های انجام شده قرار بگیرند

لنگرود انجام می شود، افزود: برای انجام پایش تصویری حدود ۶ میلیارد تومان اعتبار در نظر گرفته شده که کار اجرایی آن از اوایل اسفند ماه گذشته آغاز شد و چند روز پیش نیز تمام دکل های پایش و دوربین های مربوطه به شهرداری تحویل داده شد که اسبقاً این کار به زودی به پایان برسد. صادق پور با بیان اینکه انجام پروژه خدمات الکترونیک یکی از کارهایی است که شهر را به شهر هوشمند تبدیل می کند و باعث می شود که شهروندان با کمترین حضور در ادارات، کارهای خود را پیش ببرند، گفت: یکی از فواید این طرح کاهش فسادهای اداری و تسهیل در بروکراسی اداری برای شهر و شهروندان است. وی با بیان اینکه از شهروندان انتظار داریم تا شهرداری ها را صرفاً به جهت انجام پروژه های عمرانی نبینند، تصریح کرد: شهرداری ها وظایف مختلفی دارند و از روزی که یک انسان متولد می شود تا زمانی به رحمت خدا می رود شهرداری وظیفه دارد تا به آن شهروند خدمات دهی کند و ابعاد کار شهرداری در زمینه های فرهنگی، ورزشی، مذهبی و... نیز می باشد. شهردار لنگرود با اشاره به هزینه کرد بالغ بر ۲ و نیم میلیارد تومان در حوزه های فرهنگی، ورزشی و مذهبی در سال ۱۴۰۲ گفت: در سال ۱۴۰۲ چند برنامه فرهنگی توسط شهرداری برگزار شد که جشنواره نقاشی و تونزنگ یکی از کارهای شاخص این شهرداری با حضور پرشور مردم بود و تلاش می کنیم که این جشنواره را در سال های آتی نیز برگزار کنیم. صادق پور با اشاره به پیش بینی برای ایجاد فضای سبز و تفریحی جهت استفاده عموم شهروندان گفت: یکی از اقداماتی که کارهای کارشناسی آن صورت گرفت، ایجاد بزرگترین پارک راه طبیعت در دو طبقه و به مساحت ۲۷ هزار مترمربع در خیابان شورا و در ابعاد ۳۰ متر در ۹۰۰ متر است که کارهای اولیه آن انجام شده و کارهای اجرایی آن در سال آینده آغاز می شود. وی با بیان اینکه ایجاد پارک راه طبیعت در چند فاز طراحی و برنامه ریزی شده، افزود: کل اعتبار مورد نیاز برای ایجاد پارک راه طبیعت ۹۰ میلیارد تومان است که برای فاز اول ۲۵ میلیارد تومان از اعتبار منابع داخلی و از ردیف بودجه سال آینده پیش بینی شده که مناقصه واگذاری به پیمانکار برای انجام این کار نیز از طریق سامانه ستاد در هفته اول فروردین انجام شد.

۱۴۰۳ برای هدایت آب های سطحی که یکی از مشکلات چندین ساله شهر لنگرود است در نظر گرفته شد. شهردار لنگرود با بیان اینکه روزانه حدود ۶۰ تن زباله از سطح شهر جمع می شود که فقط برای حمل زباله در سال ۱۴۰۳ حدود ۶ میلیارد تومان بودجه پیش بینی کردیم، گفت: همچنین برای سال ۱۴۰۳ و از بودجه پیش بینی شده ۲۷ میلیارد تومان برای آسفالت معابر شهری و حدود ۲۵ میلیارد تومان برای پروژه پارک راه طبیعت پیش بینی شده است. صادق پور با بیان اینکه برای انجام آسفالت معابر شهری در سال ۱۴۰۲، ۱۲۰ هزار مترمربع با اعتبار ۵۵ میلیارد تومان قرار داد بسته شد، افزود: از این مقدار تا پایان اسفندماه سال گذشته، ۱۰۲ هزار مترمربع آسفالت انجام شد که الباقی آسفالت نیز مشروط به مساعد بودن هوا طی یک ماه آینده انجام خواهد شد. شهردار لنگرود تصریح کرد: بنرریزی کوچه های سطح شهر به مساحت ۱۰۰۰ مترمربع و اعتبار حدود ۴۰۰ میلیارد تومان، رنگ آمیزی حدود ۵ هزار مترمربع از جداول سطح شهر که در حال انجام می باشد و در حوزه فضای سبز نیز تقریباً ۲ میلیارد تومان هزینه در سال ۱۴۰۲ از جمله اقدامات شهرداری است. وی با اشاره به اعتبار در نظر گرفته شده برای خرید تیرهای چراغ برق و جایگزین کردن با تیرهای قدیمی افزود: برای این کار ۳۶۰ تیر روشنایی خریداری و تحویل شهرداری شد که بخشی از آن در بلوار حافظ و بخشی دیگر در بلوار امام رضا و مسیر میدان الغدیر به سمت دریا سر اجرا شد که نصب بقیه تیرهای چراغ برق در خیابان آزموه، مهر ۲۲ و مسیر میدان پرستار به سمت میدان نورانی بعد از تعطیلات نوروزی نصب خواهد شد. شهردار لنگرود با اشاره به ایجاد تونل نوری در پارک فجر در راستای زیباسازی شهری بیان کرد: نصب همان لنگرود و رنگ آمیزی دیوارهای سطح شهر از جمله دیگر کارهایی است که در راستای زیباسازی شهری در سال ۱۴۰۲ صورت گرفت. صادق پور با اشاره به صدور ۲۲۲ فقره پروانه ساختمانی در سال ۱۴۰۱ گفت: خوشبختانه در زمینه صدور پروانه در سال ۱۴۰۲ با افزایش روبرو بودیم که تعداد پروانه های صادر شده تا ۲۰ اسفندماه سال گذشته ۴۶۲ پروانه بوده است. شهردار لنگرود خاطرنشان کرد: در سال ۱۴۰۲ حدود ۱۶۰ پایان کار صادر شد و ۶۲۰ پروانه در کمیسیون ماده ۱۰۰ بررسی و منتج به نتیجه شد. وی با بیان اینکه در راستای امنیت شهر و شهروندان، پایش تصویری شهر



صادق پور با بیان اینکه برای انجام آسفالت معابر شهری در سال ۱۴۰۲، ۱۲۰ هزار مترمربع با اعتبار ۵۵ میلیارد تومان قرار داد بسته شد، افزود: از این مقدار تا پایان اسفندماه سال گذشته، ۱۰۲ هزار مترمربع آسفالت انجام شد که الباقی آسفالت نیز مشروط به مساعد بودن هوا طی یک ماه آینده انجام خواهد شد. وی با اشاره به اجرای حدود ۳ هزار مترطول برای لوله گذاری هدایت آب های سطحی در سطح شهر بیان کرد: یکی از مشکلات چند دهه گذشته مردم خیابان آزموه، آبگرفتگی این مسیر بود که برای این خیابان نیز ۷۰۰ مترطول لوله گذاری با اعتبار ۱۱ میلیارد ریال در حال انجام است و برای لوله گذاری در خیابان ۲۵ متری نیز حدود ۱۵۰۰ مترطول قرارداد بسته شد که ۳۰۰ مترطول در اسفندماه ۱۴۰۲ انجام شد و مابقی نیز سال آینده انجام می شود. شهردار لنگرود با اشاره به انجام پالت کاری و زیرسازی خیابان شورا با اعتبار چهار میلیارد و دو سیست میلیون تومان گفت: ۱۲ میلیارد تومان نیز برای لکه گیری آسفالت به مساحت ۳۰ هزارمترمربع در سال ۱۴۰۲ هزینه شد. وی با اشاره به برخی پروژه های عمرانی برای انجام کار در سال ۱۴۰۳ بیان کرد: حدود ۲۵ میلیارد تومان از بودجه عمرانی پیش بینی شده سال

سوال جواب - سرویس گزارش: شهردار لنگرود با بیان اینکه یکی از وظایف مدیران شهری ارائه گزارش عملکرد از اقدامات انجام شده به مردم است، اظهار کرد: ارایه گزارش عملکرد به مردم موجب می شود تا آنها از هزینه های انجام شده مطلع شوند و در جریان کارها قرار بگیرند؛ ضمن اینکه اقداماتی که شهرداری انجام می دهد از منابعی است که خود شهرداری به دست می آورد. صادق پور با بیان اینکه شورای شهر لنگرود برای سال ۱۴۰۲ بودجه ۲۲۵ میلیارد تومانی را در نظر گرفته بود، گفت: از این بودجه ۸۶ میلیارد تومان برای هزینه های ۱۴۰۲، حدود ۱۱۰ میلیارد تومان برای پروژه های عمرانی و ۲۸ میلیارد تومان برای پرداخت بدهی های ستوانی است که شهرداری توانست تا پایان اسفند امسال ۲۵۴ میلیارد تومان بودجه امسال را محقق کند که ۱۳ درصد پیش از بودجه سال ۱۴۰۲ بوده است. وی با بیان اینکه از بودجه محقق شده تا پایان اسفند سال ۱۴۰۲ حدود ۱۳۲ میلیارد تومان معادل ۵۱/۹۷ درصد برای پروژه های ۱۴۰۲ هزینه شد، افزود: همچنین حدود ۱۲۲ میلیارد تومان معادل ۴۷/۳ درصد برای پروژه های عمرانی و حدود ۳۰ میلیارد تومان نیز برای پرداخت بدهی های گذشته صرف شد. صادق پور با بیان اینکه برای سال آینده ۳۱۳ میلیارد تومان بودجه پیش بینی کردیم که برای بررسی و تصویب به شورای شهر ارسال شد، تصریح کرد: از بودجه پیش شده برای سال آینده، ۱۳۰ میلیارد تومان معادل ۴۶ درصد برای هزینه های ۱۴۰۲، شهرداری و حدود ۱۵۵ میلیارد تومان معادل ۵۴ درصد برای اجرای پروژه های عمرانی پیش بینی شده که برای پرداخت بدهی های ستوانی نیز حدود ۳۰ میلیارد تومان پیش بینی کردیم. وی با اشاره به برخی پروژه های عمرانی برای انجام کار در سال ۱۴۰۳ بیان کرد: حدود ۲۵ میلیارد تومان از بودجه عمرانی پیش بینی شده برای سال ۱۴۰۳ برای هدایت آب های سطحی که یکی از مشکلات چندین ساله شهر لنگرود است در نظر گرفته شد. شهردار لنگرود با بیان اینکه روزانه حدود ۶۰ تن زباله حمل می شود که فقط برای حمل زباله در سال ۱۴۰۳ حدود ۶ میلیارد تومان بودجه پیش بینی کرده ایم، گفت: همچنین برای سال آینده و از بودجه پیش بینی شده ۲۷ میلیارد تومان برای آسفالت معابر شهری و حدود ۲۵ میلیارد تومان برای پروژه پارک راه طبیعت پیش بینی شده است.



استاندار کیلان در دیدار با اعضای کارگروه تعلیم و تربیت شورای عالی انقلاب فرهنگی:

برای ارتقای سطح فرهنگی جامعه باید همه دستگاه ها پای کار باشند



سوال جواب: استاندار کیلان برای ارتقای سطح فرهنگی جامعه و بالندگی نظام تعلیم و تربیت باید همه دستگاه ها همدفند، منسجم و برنامه محور پای کار باشند. به گزارش روابط عمومی استانداری کیلان: استاندار کیلان در دیدار و نشست با اعضای کارگروه تعلیم و تربیت، نمایندگان شورای عالی انقلاب فرهنگی کشور با اشاره به اهمیت تعلیم و تربیت به ویژه برای نسل جوان جامعه اظهار کرد: نهاد های فرهنگی و مولی به رغم همه تلاش ها، باید منسجم تر عمل کنند. در حالی که برای ارتقای سطح فرهنگی جامعه و بالندگی نظام تعلیم و تربیت، باید همه دستگاه ها همدفند، منسجم و برنامه محور پای کار باشند.

کوچکی نژاد، نماینده مردم رشت:

جهش تولید با مشارکت مردمی به تحول در رویکرد مدیران دولتی نیاز دارد



سوال جواب: عضو مجمع نمایندگان استان کیلان در مجلس گفت: جهش تولید با مشارکت مردمی نیاز به تحول در رویکرد مدیران دولتی دارد و باید راهبرد دولتمردان در این بخش مشخص باشد. جبار کوچکی نژاد با اشاره به شعار سال: با عنوان «جهش تولید، مشارکت مردمی»، گفت: اینکه مقام معظم رهبری در چند سال منمادی بر امر جهش تولید اشاره دارند: خود گوای اهمیت این مسئله در اقتصاد کشور است. نماینده مردم رشت در مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه تحولات اقتصادی کشور برپایه جهش تولید رزمی می شود، اظهار کرد: تولید باید وجهه نباید در کشور متوقف شود و باید با سازوکارهایی مولد از پیش روی تولید برداشته شود. عضو کمیسیون برنامه، بودجه و محاسبات مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه باید برای جهش تولید عزم راسخی داشته باشیم، بیان کرد: اگر قرار است برای رسیدن به جهش تولید همان مسیر قبیل را در پیش بگیریم، حتما به نتایج مطلوب دست پیدا نخواهیم کرد لذا جهش تولید نیاز به تحول در رویکرد مدیران دولتی دارد و باید راهبرد دولتمردان در این بخش مشخص باشد. این نماینده مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه قوانین خوبی در زمینه رونق و جهش تولید در مجلس یازدهم به تصویب رسید، تصریح کرد: مجلس یازدهم با تصویب قوانینی همچون قانون تسهیل در صدور مجوزهای کسب و کار، قانون تأمین مالی تولید، قانون جهش تولید دانش بنیان و جهش تولید مسکن شرایط را برای رونق تولید فراهم کرده است؛ بنابراین دولت باید اجرای این قوانین را در دستور کار خود قرار داده و روی این موارد تمرکز کند.

رییس کل دادگستری کیلان:

تامین اجتماعی باید در پرداخت مطالبات به تعهدات خود عمل کند

مردم باید خدمات پزشکی مناسب و بهنگام را با کمترین هزینه دریافت کنند



سوال جواب: مدیر درمان سازمان تامین اجتماعی استان کیلان با رییس کل دادگستری کیلان دیدار کرد. حجت الاسلام اسماعیل صادقی نیارکی رییس کل دادگستری کیلان با بیان اینکه دو نعمت سلامتی و امنیت همواره مغفول بوده و باید شکر گزاری هدفی نشود اظهار داشت: سازمان تامین اجتماعی بنا به رسالتی که در بخش سلامتی و درمان و ارائه خدمت به بیماران دارد دارای اهمیت فراوانی است. وی خدمت به اقشار کم درآمد و ضعیف جامعه را وظیفه ای خطیر و مهم خواند و افزود: خدمت به چنین جامعه ای هدفی نزد خداوند متعال ماجور و محفوف ثواب است. رییس شورای قضایی استان با اشاره به اینکه تامین اجتماعی باید در پرداخت مطالبات بیماران و احاطه به منابع و داروخته ها به تعهدات خود عمل نماید گفت: لازم است این تأخیر در پرداخت ندهای بیماران و تأمین خدمات لازم به روز شود تا موجبات نگرانی و وغدغه جامعه هدف نگردد.

مدیرکل بنیاد مسکن کیلان:

۸۲ درصد متقاضیان تسهیلات مسکن روستایی استان به بانک ها معرفی شدند



ایستاد: مدیرکل بنیاد مسکن کیلان، با اشاره به سهمیه ۱۱ هزار واحدی تسهیلات مسکن روستایی خودمالک در سال ۱۴۰۲، خاطر نشان کرد: ۸۲ درصد سهمیه استان معادل ۹۰۸۳ متقاضی را به بانک ها معرفی کردیم. حامد دلمی با بیان اینکه در راستای طرح نهضت ملی مسکن در روستاهای استان، ۲۱ هزار و ۵۳ متقاضی واجد شرایط را شناسایی کردیم، گفت: این متقاضیان در بازه ۱۴۰۰-۱۴۰۲ جهت دریافت تسهیلات ۲۰۰ و ۳۵۰ میلیون تومانی به ۹ بانک معرفی شدند. وی از انعقاد قرارداد ۱۴ هزار و ۴۸۹ متقاضی با بانک ها خبر داد و متذکر شد: ۱۳ هزار و ۷۰۰ واحد نیز در مراحل مختلف ساخت اعم از پی و فونداسیون و سقف و سفت کاری و... هستند. مدیرکل بنیاد مسکن کیلان سهمیه استان در تسهیلات مسکن روستایی را ۴۰ هزار واحد دانست و بیان کرد: طی سه سال گذشته ۲۲ هزار و ۴۷۰ واحد ابلاغی داشتیم که از این تعداد، بالغ بر ۲۱ هزار واحد را به بانک ها معرفی کردیم.

سوال جواب: مدیر کل ملی پیشن فرآورده های نفتی منطقه کیلان گفت: جمع آوری کامل کارت های آزاد از جایگاه های سوخت استان صحت ندارد. مجتبی شکوری گفت: بر اساس قانون بودجه ۱۴۰۲ مبنی بر محدود کردن استفاده از کارت های آزاد سوخت در پمپ بنزین ها، برای سوخت گیری در جایگاه های عرضه سوخت باید تا ۹۵ درصد از کارت های سوخت شخصی استفاده شود. وی افزود، اما موضوع حذف کامل کارت های اضطراری در جایگاه های عرضه سوخت کیلان صحت ندارد و این کارت ها هنوز هم در پمپ بنزین ها مورد استفاده قرار می گیرد.

شهردار رشت تاکید کرد:

ضرورت تکمیل و اتمام پروژه های نیمه تمام شهر رشت



سوال جواب: شهردار رشت با بیان اینکه تکمیل و اتمام پروژه های نیمه تمام سطح شهر ضرورت دارد، گفت: طولانی شدن پروژه ها ناراضیانی مردم را به دنبال دارد. جلسه شورای معاونان و مدیران مناطق پنج گانه شهری ظهر شنبه به ریاست رحیم شوقی شهردار رشت برگزار شد. شهردار رشت در این نشست با تأکید بر اینکه شهرداری ها در خط مقدم خدمات رسانی به مردم قرار دارند، اظهار کرد: در همین راستا و با برنامه ریزی و زمان بندی مشخص تکمیل و اتمام پروژه های نیمه تمام باید در دستور کار قرار گیرد چرا که طولانی شدن پروژه ها ناراضیانی مردم را به دنبال خواهد داشت. وی با بیان اینکه عملیات بازگشایی خیابان ها باید به جد پیگیری و تسریع یابد، ادامه داد: لایروبی رودخانه ها با هدف افزایش سطح مقطع جریان و تسهیل در جریان آب به ویژه در هنگام سیل ضرورت دارد. شوقی بر لزوم پرداخت به موقع حقوق و دستمزد کارکنان شهرداری رشت تأکید کرد و گفت: چرا که تأمین معیشت کارکنان می تواند در خدمتگزاری بهتر به مراجعہ کنندگان مؤثر واقع شود. شهردار رشت در این نشست آیم های درآمدی شهرداری در سال جاری و برنامه ریزی تحقق بودجه در راستای انجام پروژه های عمرانی و توسعه شهری را مورد بررسی قرار داد و تصریح کرد: روکش گسترده آسفالت مناطق پنج گانه در سال جدید مورد تأکید است. وی با تأکید بر اینکه توسعه شهر نیاز به سرمایه گذاری کلان دارد، اضافه کرد: پروژه های سرمایه گذاری کلان در سطح شهر پیگیری شود و باید مشارکت با بخش خصوصی تقویت شود چرا که اعتبارات بخش دولتی و عمومی پاسخگوی ایجاد زیرساخت ها و توسعه اقتصادی نیست.

مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده های کیلان عنوان کرد:

کاهش چهار درصدی ورود به استان در طرح نوروزی

ایستاد: مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده های کیلان، از ترده سه میلیون و ۴۵۷ هزار و ۳۲۲ خودرو در محورهای استان در طرح نوروزی خبر داد و گفت: شاهد کاهش چهار درصدی ورود به استان بودیم. غلامعلی نیک فهم با اشاره به آخرین وضعیت ترده در محورهای استان کیلان در طرح نوروزی، اظهار کرد: از ۲۴ اسفندماه ۱۴۰۲ لغایت ۱۷ فروردین ماه ۱۴۰۳، تعداد یک میلیون و ۷۳۴ هزار و ۹۱۸ وسیله نقلیه وارد استان کیلان شده است که در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته چهار درصد کاهش در ورود را نشان می دهد. وی همچنین از خروج تعداد یک میلیون و ۷۲۲ هزار و ۱۲۴ وسیله نقلیه از استان در بازه مذکور خبر داد و تصریح کرد: در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته، سه درصد کاهش در خروج از استان داشته ایم. مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده های کیلان با بیان اینکه از ابتدای طرح نوروزی، بیشترین میزان ورودی از طریق آزادراه قزوین - رشت با ۷۷۵ هزار و ۹۵۰ وسیله نقلیه بوده است، تصریح کرد: محور رامسر - چابکسر نیز با ۵۸۰ هزار و ۳۹۳ وسیله نقلیه، دومین محور ورودی پرترده استان بوده است. نیک فهم، بیشترین میزان خروجی استان را نیز محور آزادراه رشت - قزوین با ترده ۷۷۵ هزار و ۳۲۲ وسیله نقلیه دانست و بیان کرد: از ابتدای طرح نوروزی، متوسط ترده در محورهای مواصلاتی استان ۷۷۱ وسیله نقلیه در ساعت بوده؛ لوح ترده در محورهای استان نیز در روز یکشنبه، ۵ فروردین ماه با متوسط ترده ۸۲۷ وسیله نقلیه در ساعت به ثبت رسیده است. وی با اشاره به خروج ۶۹ هزار و ۷۸۰ خودرو از کیلان طی ۲۴ ساعت گذشته، خاطر نشان کرد: بیشترین میزان ترده در محورهای ارتباطی داخلی استان مربوط به محور امامزاده هاشم - تقاطع سروان با متوسط ترده روزانه ۴۹ هزار و ۳۳۴ خودرو و پس از آن محور لاهیجان - آستانه اشرفیه با متوسط ترده روزانه ۲۷ هزار و ۶۹۴ خودرو است.

مدیرکل امور مالیاتی کیلان خبر داد:

مهلت یک ماهه ویرایش اظهارنامه مالیات بر ارزش افزوده زمستان ۱۴۰۲

سوال جواب: مدیرکل امور مالیاتی کیلان اظهار داشت: مودیان حداکثر تا پایان فروردین ماه ۱۴۰۳ فرصت دارند اظهارنامه مالیات بر ارزش افزوده زمستان پارسل را ویرایش و تکمیل کنند. به گزارش خبرگزاری صدا و سیما کیلان؛ رضا برهانی نیا گفت: بر اساس ابلاغ سازمان امور مالیاتی کشور، مودیان تا پایان فروردین مهلت دارند با مراجعه به سامانه های mytax.gov.ir یا tp.tax.gov.ir و ثبت خریدها و فروش های دوره زمستان ۱۴۰۲ که صورت حساب های آنها در سامانه مودیان وارد نشده است، اطلاعات خود را ویرایش و تکمیل کنند. وی با بیان اینکه سازمان امور مالیاتی کشور اظهارنامه های مودیان را بر اساس اطلاعات موجود در سامانه تهیه می کند، افزود: هر مودی حداکثر تا یک ماه پس از پایان هر دوره فرصت دارد صورت حساب های خرید و فروش آن دوره را در سامانه مودیان ثبت و مالیات و عوارض آن را پرداخت کند. مدیرکل امور مالیاتی کیلان تصریح کرد: مودیانی که تا پایان فروردین ماه سال ۱۴۰۳ مالیات و عوارض دوره زمستان خود را پرداخت نکرده اند بر اساس مواد ۳۶ و ۳۷ قانون مالیات بر ارزش افزوده، به آن ها جریمه تعلق می گیرد. برهانی نیا به مودیان توصیه کرد: برای یادگیری نحوه تکمیل اظهارنامه مالیات در سامانه اطلاع رسانی سازمان امور مالیاتی کشور، به نشانی - ir.tamedia.ir مراجعه کنند. وی گفت: مالیات اخذ شده از مودیان برای متناسب سازی حقوق بازنشستگان لشکری - کشوری و صندوق فولاد هزینه می شود.

مشارکت ۷۶ درصدی خانوارهای گیلانی در طرح فخرانه کالابری

ایستاد: مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی کیلان، میزان مشارکت خانوارهای مشمول در مرحله اول طرح فخرانه را ۷۶ درصد دانست و گفت: ۲۶۵ هزار و ۵۶۹ خانوار نیز از طرح فخرانه بهره برده اند و ۴۲۴ هزار و ۵۸۸ تراکشی انجام داده اند. سیاوش آقاجانی هدف دولت و مجلس در طرح کالابرگ الکترونیکی را تأمین و تقویت امنیت سبد غذایی خانوار دانست و تأکید کرد: در طرح فخرانه که از ۱۸ بهمن ماه ۱۴۰۲ آغاز شده، کلیه خانوارهای دهک های اول تا هفتم مشمول ۲۲۰ هزار تومان اعتبار شوقی جهت خرید ۱۱ قلم کالابری شده اند. وی با اشاره به آغاز ماه سوم طرح فخرانه از ۱۸ فروردین ماه لغایت ۱۸ اردیبهشت ماه، خاطر نشان کرد: بعد از این مدت، دولت درباره ادامه طرح کالابرگ فخرانه تصمیم گیری خواهد کرد.

نماینده ولی فقیه در کیلان:

ملتهای آزاده جهان در روز قدس به حمایت فلسطین آمدند



ایرنا: امام جمعه رشت با بیان اینکه روز جهانی قدس اسسال تفاوت هایی با سال های گذشته دارد، گفت: یکی از مهم ترین این تفاوتها، حمایت ملتهای آزاده جهان از مردم مظلوم فلسطین است. آیت الله رسول فلاحتی در خطبه های این هفته نماز جمعه رشت پس از برگزاری راهپیمایی روز جهانی قدس اظهار کرد: یکی از ویژگی های بارز دیگر روز قدس اسسال، رو به فؤل بودن آمریکا است که ملت ایران سبلی محکمی را به این قدرت پوشالی زده است. نماینده ولی فقیه در گیلان افزود: جبهه مقاومت باعث شده تا صهیونیستها روز به روز بیشتر دچار فرسایش شده و در ورطه ای که خود ایجاد کردند گرفتار آمده و روز مرگ و فؤل خود را ببینند.

وی عنوان کرد: از سوی دیگر طوفان الاقصی میان سران این رژیم، شکاف ایجاد کرده که این امر باعث تابودی این رژیم جعلی خواهد شد. امام جمعه رشت ادامه داد: همچنین امروز تمام ملتهای آزاده جهان با پیروی از ملت بزرگ ایران حمایت گسترده و همه جانبه ای را از ملت مظلوم فلسطین و مردم نوار غزه اعلام داشته و دارند در حالی که اسرائیل مترصد عادی سازی روابط خود با برخی از کشورهای عربی بود اما اینک باید این آرزو را به گور ببرد. آیت الله فلاحتی به در پیش بودن سالروز قطع رابطه با آمریکا اشاره و بیان کرد: ۲۲ فروردین ماه سال ۵۸ ما با آمریکا جبهه جهنم را قطع رابطه کردیم و تا به امروز نیز این ارتباط قطع است. اگرچه ما با هیچ ملتی خصومت و جنگی نداریم اما با سردمداران استکبار جهانی و صهیونیستها مخالفیم و در برابر ظلم و استبداد آنها ایستاده ایم. نماینده ولی فقیه در گیلان اضافه کرد: آمریکا هیچ اعتفادی به ادیان ندارد و دشمن اسلام و پیامبر اکرم (ص) است و چشم طمع به ذخایر کشورها به خصوص اسلامی دوخته و در این راستا از هیچ جنبانی دریغ نمی کند. امام جمعه رشت در خاتمه به شکست اردوغان در انتخابات شهرداری های ترکیه اشاره و خاطر نشان کرد: شکست رجب طیب اردوغان درسی برای همه حکام متفقنه است که به صورت متناقضانه با اسلام و مردم فلسطین برخورد می کنند زیرا این سرنوشته صورت دول اسلامی است که بخوانند به مردم مظلوم فلسطین خیانت کنند.

مدیرکل میراث فرهنگی کیلان تاکید کرد:

لزوم آمادگی کیلان برای میزبانی از مسافران در تعطیلات عید فطر

سوال جواب: مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان کیلان بر ضرورت ایجاد آمادگی لازم برای میزبانی از مسافران تعطیلات عید فطر در استان تأکید کرد. وی همچنین با اشاره به تعطیلات عید فطر در هفته سوم فروردین ماه و شروع موج سوم سفرها گفت: با عنایت به ترده مسافران نوروزی در استان و در پیش داشتن ایام تعطیلات عید سعید فطر، سناد خدمات سفر استان گیلان تا ۲۵ فروردین ماه در آمادگی کامل برای خدمات رسانی به مسافران و گردشگران است. دبیر سناد اجرایی خدمات سفر استان کیلان و مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان افزود: با توجه به تعطیلات ۲۲ الی ۲۴ فروردین ماه، پیش بینی های لازم برای موج سوم سفرها در تعطیلات عید فطر انجام شده است. وی بیان کرد: با هماهنگی سناد اجرایی خدمات سفر، آمادگی لازم برای پذیرش و ارائه خدمات مطلوب به هموطنانی که در تعطیلات عید سعید فطر استان گیلان را به عنوان مقصد سفر خود انتخاب کرده اند، وجود دارد. جهانی تاکید کرد: ضرورت دارد تمامی فرمانداران و دستگاه های اجرایی و خدمات رسان، آماده میزبانی از موج سوم سفرهای نوروزی باشند.

مورد تغییر کاربری غیرمجاز در گیلان شناسایی شد

ایرنا: رییس سازمان جهاد کشاورزی گیلان گفت: با اجرای طرح گشت مراقبت اراضی کشاورزی و ملی در نوروز اسسال ۱۴۹ مورد تغییر کاربری غیرمجاز در استان شناسایی شد. صالح محمدی با بیان اینکه بیشترین تغییر کاربری غیرمجاز شناسایی شده با ۲۵ مورد مربوط به شهرستان ماسال بود، اظهار کرد: از این تعداد تغییر کاربری شناسایی شده برای ۲۴ مورد، تبصره یک ماده ۱۰ قانون حفظ کاربری اراضی زراعی و باغی اجرا شد، (طبق این تبصره اگر مرکب پس از اعلام جهاد کشاورزی به اقدام خود ادامه دهد نیروی انتظامی موظف است بر اساس درخواست جهاد کشاورزی از ادامه کار منخلف جلوگیری کند). وی افزود: در زمینه ۱۹ مورد دیگر هم تبصره ۲ ماده ۱۰ قانون حفظ کاربری اراضی زراعی و باغی اجرا شد و بر اساس آن ماموران جهاد کشاورزی با حضور نماینده دادسرا ضمن تنظیم صورتجلسه مستقیم نسبت به قلع و قمع بنا و مستحذات اقدام و وضعیت زمین را به حالت اولیه برگردانند. رییس سازمان جهاد کشاورزی گیلان با بیان اینکه بقیه تغییر کاربری های شناسایی شده نیز در حال انجام اقدامات قانونی مانند استخدام از مراجع ذیربط است، عنوان کرد: همچنین در اجرای این طرح ۷۲ گزارش مربوط به تغییر کاربری از سوی مردم اعلام شد که ۶۶ مورد از گزارش های تغییر کاربری از طریق سامانه ۱۳۱ دریافت شد و ۱۳ مورد نیز به صورت حضوری اعلام شده است. وی اظهار کرد: مدیریت امور اراضی جهاد کشاورزی و یگان حفاظت منابع طبیعی و آبخیزداری گیلان تعطیلات نوروزی اسسال نسبت به راه اندازی گشت امور اراضی در سطح استان اقدام کردند. محمدی با بیان اینکه ۴۰ گشت ویژه در نوروز برای مراقبت از زمین های کشاورزی و ملی استان فعال بودند، اضافه کرد: ۲۰۰ گشت یگان حفاظت از اراضی کشاورزی و ۲۰ گشت یگان حفاظت اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان در این مدت به صورت شبانه روزی برای حفاظت از اراضی کشاورزی و ملی در گیلان فعال بودند.

نفر از خدمات درمانی هلال احمر گیلان در طرح نوروزی بهره مند شدند

ایستاد: مدیرعامل هلال احمر گیلان گفت: با اجرای طرح نوروزی جمعیت هلال احمر در واحد درمان، ۱۸۵۰ نفر از خدمات درمانی، توانبخشی و دارویی جمعیت هلال احمر استان بهره مند شدند. هادی سلیمی اظهار کرد: با اجرای طرح نوروزی جمعیت هلال احمر استان گیلان در واحد درمان ۱۸۵۰ نفر از خدمات درمانگاه صلح، مرکز توانبخشی رودسر و داروخانه جمعیت هلال احمر بهره مند شدند. وی با اشاره به اینکه طرح نوروزی از تاریخ ۲۷ اسفندماه ۱۴۰۲ لغایت ۱۷ فروردین ماه ۱۴۰۳ ادامه داشت، اظهار کرد: از مجموع مراجعین طرح نوروزی ۵۹۷ نفر از بخش عمومی و واکسیناسیون و قریب به هزار نفر از خدمات داروخانه بهره مند شدند.

زوج سارق در ماسال گیلان دستگیر شدند



ایرنا: فرمانده انتظامی شهرستان ماسال استان گیلان از دستگیری یک زوج سارق در این شهرستان خبر داد و گفت: این افراد تاکنون به ۱۵ فقره سرقت اعتراف کردند.

سرهنگ مرتضی ترازوی اظهار کرد: با برنامه‌ریزی دقیق، احساس مسئولیت و همچنین تجزیه و تحلیل جرایم می‌توان ضریب امنیتی را بالا برد و فضا را برای مجرمان به خصوص سارقان نامن کرد.

وی در ادامه با بیان اینکه به دنبال وقوع چند فقره سرقت سیم برق در ماسال، پیگیری موضوع در دستور کار پلیس قرار گرفت، افزود: ماموران انتظامی بخش شاندیز با انجام تحقیقات به سرخ‌هایی از یک زوج سارق در این پرونده‌ها رسیدند.

فرمانده انتظامی شهرستان ماسال از کشف ۳۰۰ متر سیم برق سرقتی از این افراد خبر داد و بیان کرد: سارقان ۲۶ و ۳۲ ساله در تحقیقات به عمل آمده تاکنون به ۱۵ فقره سرقت سیم برق اعتراف کردند و با تشکیل پرونده برای سیر مراحل قانونی به مرجع قضائی معرفی شدند.



سناریوی عجیب زن جوان دربارہ قتل همسرش

در پی کشف جسد یک مرد جوان در رختخوابش که با ضربه چکش به قتل رسیده بود، همسر او بازداشت شد و با وجود دستکش‌های خونی زنانه در منزل، مدعی شد قاتل شخص دیگری است.

به نقل از همشهری آنلاین، ۲۸ اسفند سال گذشته به دنبال گزارش قتل مرد جوانی در حوالی میدان خراسان، بازپرس محسن اخباری و تیم بررسی صحنه جرم راهی محل شدند. با ورود به خانه قدیمی، در طبقه دوم، داخل رختخواب با جسد مردی افغانستانی مواجه شدند که با ضربه جسمی سنگین به قتل رسیده بود.

با شروع تحقیقات، کارآگاهان دستکش خونی و چکشی در خانه مقتول پیدا کردند که سایز دستکش‌ها زنانه بود. همچنین همسایه‌ها صدای جرم و بحث و دعوی این زوج را شنیده بودند، بنابراین به همسر مقتول ظن شد و وی را بازداشت کردند.

فیروزه - همسر مقتول - اعتراف کرد به خاطر اختلافاتی که با همسرش داشته او را با ضربه چکش به قتل رسانده است، اما در ادامه تحقیقات وی اظهاراتش را تغییر داد و سناریوی جدیدی را مطرح کرد. او این بار مدعی شد که مردان ناشناسی شوهرش را به قتل رسانده و او و بچه‌هایش را تهدید به قتل کرده‌اند.

با توجه به مدارک و شواهد به دست آمده در صحنه جرم، مشخص شد که زن جوان واقعیت را بیان نمی‌کند، بنابراین به دستور بازپرس شعبه دوم دادسرای امور جنایی تهران، زن جوان به اداره دهم پلیس آگاهی پایتخت منتقل شد و تحقیقات در این خصوص ادامه دارد.

بچه‌هایم را تهدید کردند
زن جوان افغانستانی که مدعی است مردان ناشناسی شوهرش را کشته‌اند، درباره شب حادثه گفت: نزدیک سحر بود که دو ضربه به در خانه‌مان زدند. من هم که برای سحری بیدار شده بودم، بدون اینکه شوهرم را بیدار کنم، به تصور اینکه زن همسایه است در را باز کردم. ناگهان ۳ مرد را دیدم که صورت‌هایشان را با ماسک مشکلی پوشانده و کلاه‌های کاپشن‌شان را روی سرشان کشیده بودند.

بعد چه اتفاقی افتاد؟
یکی از آنها جلوی دهانم را گرفت و نفر دوم داخل اتاق بچه‌هایم رفت و بالای سر آنها ایستاد و گفت اگر داد و فریاد کنی یا حرف بزنی، بچه‌هایم زنده نمی‌مانند. بعد مرا رها کردند و سراغ شوهرم در طبقه بالا رفتند. نمی‌دانم چقدر طول کشید، بعد هم برگشتند و از خانه خارج شدند.

چرا از این ماجرا به پلیس حرفی نزدی؟
آنها یک جسم کوچک مثل میکروفون یا ردیاب به لباسم وصل کردند و گفتند اگر به پلیس خبر دهی بر می‌گردیم و تو را هم می‌کشیم. من از ترسم گفتم به شما پول می‌دهم ولی با من و بچه‌هایم کاری نداشته باشید.

پول‌ها را از کجا آورده بودید؟
۴۵ میلیون تومان سهم فروش خانه‌ای بود که شوهرم در افغانستان داشت و بردارش از طریق صرافی برای او فرستاده بود و ۱۲ میلیون تومان هم مزد دست من و همسرم از کار در خیاطی بود که با خودشان بردند. از ترس با بچه‌هایم به خانه عمه‌ام رفتم و روز بعد به همسایه‌ام زنگ زدم تا به خانه‌ام برود و او هم وقتی به خانه ما رفته بود با دیدن جسد به پلیس خبر داد.



دختر ۲۲ ساله به دست پدر و برادرانش به قتل رسید

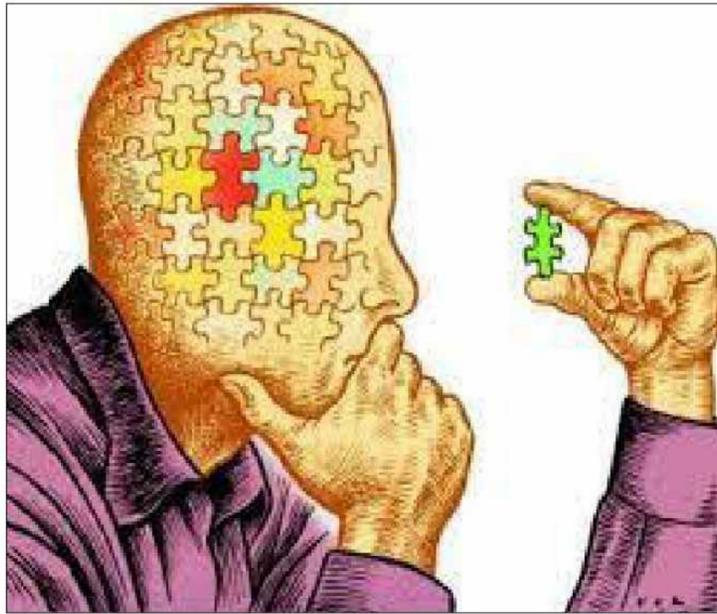
پدر و ۲ پسرش که در جریان جنایتی خانوادگی دختر ۲۲ ساله خانواده را به قتل رسانده و فیلم این جنایت هولناک را در فضای مجازی منتشر کرده بودند، دستگیر شدند.

در نیمه شب ۱۷ مارس، ماریا بی بی ۲۲ ساله در اتاق خوابش در خانه پدری‌اش در پنجاب پاکستان قربانی یک توطئه خانوادگی شد. آن شب وقتی دختر جوان در اتاقش در خواب بود، پدر و ۲ برادرش وارد اتاق او شدند تا نقشه هولناکی را که در سر داشتند عملی کنند. یکی از برادرها به نام محمد فیصل روی تخت رفت و بالش را روی دهان دختر گذاشت و آن را فشار داد. برادر دیگر به نام شهباز شروع به فیلمبرداری کرد و سنار، پدر خانواده نیز شاهد این جنایت بود.

آنها بعد از اینکه ماریا را به قتل رساندند، جنازه‌اش را در محلی بیرون از شهر دفن و ویدئوی این جنایت هولناک را در فضای مجازی منتشر کردند.

منتشر شدن این ویدئو خشم عمومی در پاکستان را در پی داشت و مردم سراسر کشور به این جنایت فجیع اعتراض کردند و خواستار مجازات این خانواده شدند. ویدئو نشان می‌دهد که یکی از برادرهای مقتول پیش از دو دقیقه در حال خفه کردن خواهرش است. این در حالی است که پدر در کمال خونسردی به او نگاه می‌کند، یک بطری آب به وی می‌دهد و قاتل نیز بالای جسد خواهرش شروع به آب خوردن می‌کند. پلیس بعد از انتشار این ویدئو برای دستگیری عاملان جنایت به خانه سنار رفت اما آنها متواری شده بودند.

مراقب افکار تان باشید، چون رفتار تان می‌شود



در طول روز ممکن است هزاران فکر از ذهن ما عبور کند و بسیاری از آنها محتوای منفی داشته باشند. اما اگر شما افکار خود را یادداشت کنید متوجه می‌شوید که برخی از اینها بیش از سایرین تکرار می‌شوند و بیش از همه در شما هیجانات منفی نظیر خشم و غم را برمی‌انگیزند. این مسئله به شما کمک می‌کند تا بتوانید میان افکار منفی خود به نوعی اولویت بندی دست یابید و بفهمید باید از کجا شروع کنید و چه چیزهایی را اول تغییر دهید. ■ پیدا کردن جایگزین و تغییر زاویه دید

روانشناس شناختی معتقدند ریشه تمام هیجانات و اعمال ما را افکارمان تشکیل می‌دهند. برای مثال در اسن زمینه از یک مثال معروف استفاده می‌کنند. آنها می‌گویند تصور کنید نیمه شب در خانه ناگهان از بیرون اتاق صدای شکستن بشنوید اگر آن لحظه از ذهنتان عبور کند که نکند دزد وارد خانه شده، در پی آن به احتمال زیاد هیجان ترس را تجربه خواهید کرد و در نتیجه دست به عملی برای دفع خطر خواهید زد. ماهر ادامه داد: حال اگر به جای فکر کردن به دزد فکر می‌کردید که گریه‌ای از پنجره خانه وارد شده و این صدا ناشی از شکستن گلدان است آیا باز هم دچار همان احساس ترس و وحشت می‌شوید؟ آیا اقدامی که انجام می‌دهید همان اقدامی خواهد بود که در مواجهه با یک دزد انجام می‌دهید؟ مسلماً خیر.

از این مثال نتیجه می‌گیریم که احساسات و هیجانات منفی ما ناشی از افکار و باورهای ما هستند. با نگاه کردن به جدولی که نوشید از خود پیرسید چند درصد به این افکار معتقدید؟ چقدر احتمال دارد که اتفاقات به گونه دیگری رقم خورده باشد. تلاش کنید تا ببینید آیا می‌توانید افکار دیگری را جایگزین افکار فعلی پیدا کنید یا خیر. ■ پاکسازی افکار منفی با کمک افراد متخصص ماهر گفت: انجام همه این مراحلی که گفته شده تنها برای افرادی قابل اجراء است که افکار منفی آنها کاملاً بر ذهنشان مسلط نشده و به نوعی اختلال نظیر افسردگی یا اختلالات اضطرابی دچار نشده‌اند چرا که مبتلایان به اختلالات روانی نوعی سوگیری ذهنی شدید نسبت به موارد منفی پیدا می‌کنند که ذهنشان قابلیت خود اصلاحی را تا حد زیادی از دست می‌دهد. کمک گرفتن از روانشناس می‌تواند در بهبود شرایط این افراد کمک کند.

آن لحظه داشتید بنویسید. آنچه در این مرحله بسیار اهمیت دارد این است که بتوانید تفاوت بین افکار و احساسات را تشخیص دهید و آنها را با یکدیگر اشتباه نگیرید. احساسات همان هیجانات غم، شادی، نفرت، خوشحالی، خشم، عشق و مواردی از این دست هستند. اما افکار در واقع صدای ذهن ما و آنچه از ذهن عبور می‌کنند را شامل می‌شوند. اگر بتوانید این بخش از فرایند مبارزه با افکار منفی را به کمک یک روان شناس متخصص در حیطه شناختی رفتاری پیش ببرید می‌توانید اطلاعات بیشتری کسب کنید و با مهارت بیشتری عمل نمایید. همچنین روانشناس خطاهای شما در انجام این تکلیف را شناسایی کرده و با بازخورد دادن در مورد آنها می‌تواند به شما کمک کند تا در مسیر صحیح‌تری گام بردارید. ■ پیدا کردن افکار منفی غالب بر ذهن

چندانی نداریم. من در ادامه به چند راهکار علمی اشاره کرده ام که به شما کمک می‌کند تا بتوانید تحریف‌های شناختی خود را کاهش دهید و بر افکار منفی غلبه کنید. ■ قدم اول شناسایی افکار و ثبت آنها اولین قدم برای تغییر شیوه نگرش و نحوه تفکر این است که افکار منفی خود را بشناسیم و بدانیم بیشتر در چه موقعیت‌هایی سراغ ما می‌آیند. آگاهی از این مسئله به ما کمک می‌کند تا بتوانیم هنگام قرار گرفتن در این موقعیت‌ها نسبت به افکار خود هشیارتر باشیم و کمتر تحت تأثیر آنها قرار بگیریم. برای شناسایی افکار خود از روش کشیدن جدول سه ستونه استفاده کنید. در یک ستون یک موقعیت که باعث رنجش و ناراحتی شما شده را یادداشت کنید و در بخش دیگر تلاش کنید تا به یاد بیاورید آن لحظه چه چیزی از ذهن شما عبور می‌کرد. در آخرین بخش لازم است احساس خاصی را که در

ریشه تمام اعمال و هیجان‌های ما در افکار شکل می‌گیرد و باید مراقب باشیم به چه می‌اندیشیم. امروزه علم روانشناسی ثابت کرده است که تأثیر افکار بر زندگی افراد بیشتر از آن چیزی است که انسان‌ها تصور می‌کنند. لیلا ماهر روانشناس در مورد اهمیت مراقبت از افکار گفت: اندیشه انسان اشاره به این توانایی دارد که ما می‌توانیم اشیا، افراد و وقایع را در غیاب آنها تجسم کنیم و تغییراتی در آنها اعمال کنیم. افکار انسان در دو مقوله مثبت و منفی دسته بندی می‌شود و اعتقاد بر این است که غلبه هر یک از آنها بر ذهن فرد، شیوه زندگی او را در حدی وسیع نشان می‌دهد.

ماهر گفت: بر اساس این دسته بندی، افکار مثبت آن دسته از افکاری را شامل می‌شود که تأثیرات مفیدی بر ذهن و رفتار فرد به جای می‌گذاردند، هدایت کننده هستند و اغلب موجبات زندگی دلپذیر را فراهم می‌سازند. افرادی که دارای چنین افکاری هستند کمتر در دام استرس و فشار روانی گرفتار می‌شوند و یا حداقل به راحتی خود را می‌توانند از چنین شرایطی رها کنند. این افراد اعتماد به نفس بالاتری دارند، دید خوبی نسبت به خود دارند و بطور کلی افکار آنها حول و حوش خوب بودن، سالم بودن و واقع بین بودن دور می‌زنند.

افکار منفی، تحریک کننده هیجانات منفی در انسان هستند و اغلب در اثر وقایع بیرونی که بار منفی دارند برای افراد ناراحت کننده هستند راه اندازی می‌شوند. این افکار چسبندگی فوق العاده‌ای در ذهن انسان دارند و درگیری و مشغله شدیدی برای صاحب خود ایجاد می‌کنند. افتادن در چرخه این افکار و عدم تلاش برای خارج شدن از این چرخه اغلب مشکلات جدی روانی را ممکن است به بار آورد.

روانشناسان شناختی نظیر لیلا ماهر معتقدند اغلب اضطراب‌ها و افسردگی‌ها، اختلالات ارتباطی، مشکلات زناشویی و انواع مسائل دیگر از زندگی فرد ناشی از غلبه افکار منفی بر ذهن فرد است. چگونه افکار منفی را از بین ببریم و به آرامش برسیم؟ ماهر ادامه داد: از بین بردن افکار منفی رویدادی نیست که خود به خود اتفاق بیفتد بلکه نیازمند آگاهی و تمرین بسیاری است چراکه بخش اعظم افکار ما به طور خودکار به ذهن خطور می‌کنند و در واقع ما نسبت به بسیاری از آنها آگاهی

به مناسبت یادواره سردار شهید حسین املاکی؛

فینال نهمین دوره مسابقات فوتچل در شهر کومله برگزار شد

شهروندان و مسافری در دو روز، فینال و نیمه نهایی انجام خواهد شد و در پایان جوایز قهرمانی و جوایز نقدی به تک تک عزیزان شرکت کننده در مسابقه اهدا خواهد شد. دکتر منوچهر مهدی پور در ادامه اظهار داشت: این مسابقه با استقبال پرشور

زراعی و بمناسبت یادواره سردار شهید حسین املاکی یک دوره مسابقات فوتچل (فوتبال در گل و لای) در مزارع برنج توسط شهرداری و شورای اسلامی شهر کومله و هیأت فوتبال شهرستان لنگرود برگزار می‌کنند و در این دوره نیز ۴ تیم شرکت می‌کنند



مدیر مجموعه گردشگری الیمالات نور پازداشت شد

ایرنا: مدیر مجموعه گردشگری الیمالات نور به دلیل مراجعه نکردن به مرجع قضایی برای ارائه توضیحات لازم درباره تخریب بخشی از جنگل الیمالات بخش چستان بازداشت شد. تخریب قسمتی از جنگل‌های الیمالات بخش چستان از توابع شهرستان نور که از اواخر سال ۱۴۰۲ مورد توجه و انتقاد مردم، رسانه‌ها و دوستداران محیط زیست و منابع طبیعی قرار گرفته بود در تازه‌ترین اقدامات مربوط به پیگیری این موضوع به دستگیری مدیر این مجموعه گردشگری منجر شد.

مبارزه با تخریب منابع طبیعی و زمین‌خواری به عنوان یکی از اولویت‌های دولت سیزدهم در مازندران طی ۲ سال اخیر با جدیت و به شکل ویژه‌ای در دستور کار قرار گرفته و پرونده‌های متعددی نیز در این زمینه با پیگیری‌های انجام شده به نتیجه رسیده است.

راهبرد دولت مردمی سیزدهم مبارزه با هرگونه دست‌اندازی به عرصه‌های ملی است و در همین راستا نیز ستاد مبارزه با زمین‌خواری در کشور تشکیل شده است.

آیت‌الله رئیسی نیز اسفند ۱۴۰۱ در سفر مازندران در نشست فعالان و متخصصان حوزه محیط زیست و منابع طبیعی مازندران تاکید کرده بود هیچ‌گونه کوتاهی در صیانت از جنگل‌ها پذیرفته نیست و به استناد این مازندران دستور داد تا با تشکیل کارگروهی ویژه بلافاصله هرگونه مقابله با تعرض به جنگل را با اولویت تخلیفات ساختمانی در دستور کار قرار دهد. استاندار مازندران هم روز ۲۱ اسفند ۱۴۰۱ اقدام به تشکیل تیم‌های شناسایی، حقوقی و بازرسی با همکاری دستگاه قضایی، نیروی انتظامی، سپاه کربلا و دیگر دستگاه‌های مرتبط کرد.

سید محمود حسینی‌پور استاندار مازندران پنجم فروردین سال جاری نیز در دیدار تفریحی مدیران ارشد استان با نماینده ولی فقیه در مازندران تاکید کرد که فرارگاه صیانت از جنگل و زمین استان، امسال با هدف پررشد جری‌تر با جنگل‌خواری، فعالیت خود را با همکاری همه مسئولان سه قوه و حمایت ویژه نماینده ولی فقیه در استان ادامه می‌دهد.

در همین راستا نیز پیگیری تازه‌ترین پرونده تخریب جنگل به جنگل الیمالات بخش چستان از توابع شهرستان نور ارتباط دارد با جدیت در حال پیگیری است که در تازه‌ترین اقدام مرتبط با این پرونده، شامگاه پنجشنبه مدیر مجموعه گردشگری الیمالات پازداشت شد.

داستان مرکز مازندران خبر پازداشت مدیر مجموعه گردشگری الیمالات را تایید کرد و گفت: مدیر این مجموعه چندی پیش برای ارائه توضیحات احضار شده بود که در مهلت قانونی داده شده خودش را معرفی نکرد.

محمد کریمی اظهار کرد: با توجه به این که فرد مد نظر در مهلت قانونی خود را برای ارائه توضیح معرفی نکرد توسط دادسرای نور پازداشت شد. البته امکان این که مدیر مجموعه گردشگری الیمالات با قرار وثیقه آزاد شود وجود دارد و با توجه به تعطیل بودن روز از شامگاه پنجشنبه ۱۶ فروردین - پازداشت شد.

در راستای سیاست‌های قوه قضاییه:

جلسه دادرسی مجازی از دادسرای ساری با کشور ترکیه برگزار شد

مهر: به همت معاونت فناوری اطلاعات و برنامه ریزی دادگستری مازندران، جلسه دادرسی مجازی از دادسرای ساری با کشور ترکیه برگزار شد.

جلسه اول تحقیق از شاکي به صورت مجازی - حضوری با کشور ارمنستان در شعبه اول بازرسی دادسرای عمومی و انقلاب ساری برگزار شده بود و امروز نیز جلسه دوم این دادگاه با یکی از منتهانی که در ترکیه دستگیر و به قید ضمانت آزاد شده بود، برگزار شد.

در راستای سیاست‌های قوه قضاییه، توسعه دادرسی الکترونیک و استفاده از فناوری‌های نوین و تسریع در رسیدگی پرونده‌ها، دومین جلسه دادرسی مجازی پرونده با موضوعات آدم‌ربایی، ضرب و جرح و کلاهبرداری برای اشخاص پرونده در داخل کشور به صورت حضوری و برای یکی از منتهان دستگیر شده در خارج از کشور در ترکیه، به صورت مجازی برگزار شده است.

برگزاری جلسات دادرسی به صورت مجازی و با استفاده از فناوری‌های نوین و در راستای سند تحول قضایی و موجب جلوگیری از تجدید اوقات و تسریع در رسیدگی و صدور سریع‌تر احکام خواهد شد.

هم‌نشینی زیاله‌های عفونی با ساختمان شورای شهر بابل

ایرنا: ابتیاض حجم زیادی از زیاله‌های عفونی داخل پارکینگ در کنار ساختمان شورای شهر بابل در شبکه‌های اجتماعی خیر ساز شد. این روزها خبری در شبکه‌های اجتماعی دست به دست می‌شود که نشان از هم‌نشینی بخشی از زیاله‌های عفونی مراکز درمانی در کنار ساختمان شورای اسلامی شهر بابل دارد.

ساختمان شورای اسلامی شهر بابل که در محدوده موزه شهر بابل واقع شد در ۲۰ متری این ساختمان یک پارکینگ خودرو وجود دارد که در ورودی این مکان زیاله‌های عفونی ریخته شده است.

مشکل زیاله‌های عفونی مختص شهر بابل نیست و هر از چند گاهی از شهرهای مختلف این مشکل رسانه‌ای خواهد می‌شود اما هم‌نشینی این زیاله‌ها با ساختمان شورای اسلامی شهر بابل مورد توجه کاربران شبکه‌های اجتماعی قرار گرفت.

با توجه به اینکه بابل به عنوان قطب درمان در شمال کشور مطرح است و هفت بیمارستان دولتی به همراه درمانگاه‌های خصوصی زیادی در این شهر فعالیت دارند زیاله‌های عفونی بیشتری در این شهر نسبت به شهرهای دیگر مازندران تولید می‌شود.

در این پیوند معاون خدمات شهری شهرداری بابل در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا بیان داشت: برخی از درمانگاه‌های خصوصی این زیاله‌های عفونی را به صورت مخفیانه در سطح شهر پخش می‌کنند.

مهدی حیدری اظهار داشت: این مراکز درمانی به خاطر اینکه فاقد فعالیت دستگاه مخصوص جمع‌آوری زیاله‌های عفونی هستند هر از چند گاهی این زیاله‌ها را در سطح شهر دور می‌ریزند.

وی ادامه داد: انتظار ما این است نظام پزشکی شهرستان بابل که متولی پیشگیری از این امر است جلدی تر به این مسئله ورود کند. زیاله‌های عفونی ریخته شده در پارکینگ خودرو در کنار ساختمان شورای شهر بابل جمع‌آوری شد.

با گذشتن جوامع شهرنشینی و ضرورت ارائه خدمات بهداشتی و درمانی به افراد جامعه و در نتیجه ایجاد مراکز متعدد درمانی و بهداشتی و مطب پزشکان، تولید زیاله‌های عفونی و بیمارستانی روز به روز افزایش می‌یابد و ادامه این روند در صورت تعلل و سستی تصمیم‌گیران سازمان‌ها و دستگاه‌های متولی، این معضل سلامت افراد جامعه را به خطر خواهد انداخت.

باید از قدرت مشارکت مردم در اجرای طرح جوانی جمعیت بهره ببریم

استفادار مازندران:



سوال جواب: استاندار مازندران بابیان این که جوانی جمعیت مازندران در اولویت فعالیت‌های استان در سال جاری است، گفت: به طور یقین برای جلوگیری از شکست این طرح باید از قدرت مشارکت مردم بهره بگیریم. استاندار با اشاره به گذشتن تهاجم فرهنگی تک‌فرزندی در استان، هشدار بحران پیری جمعیت را بسیار جدی توصیف کرد و گفت: قرار داشتن در رتبه بیست و هفتم جوانی جمعیت بین استان‌های کشور، نشان دهنده رسیدن به بحران پیری جمعیت است.

سید محمود حسینی‌پور در آیین افتتاح اتاق رصد وضعیت جوانی جمعیت اداره کل امور بانوان و خانواده استانداری مازندران مستقر در ساری، افزود: امروز اتاق رصد وضعیت جوانی جمعیت هم‌نظام مسائل و شاخص‌های ازدواج و فرزندآوری را احیاء و احصاء کرده است.

وی توضیح داد: توسعه و پیشرفت آینده مازندران به جوانی جمعیت وابسته است، چهارمفوله از خانواده و جوانی جمعیت بهداشت و درمان اثرگذارترین و محوری‌ترین موضوع‌ها در پیری جمعیت مازندران است.

حسینی‌پور با ذکر این نکته که این اتاق بر اساس داده‌های جمعیتی هر محله و روستای مازندران نظام مسائل و شاخص‌های ۲۷ گانه عملیاتی شدن جوانی جمعیت را انجام داده است، ادامه داد: جوانی جمعیت مازندران به عنوان اولویت نخست امسال فعالیت‌های استان است، امروز وضعیت بحرانی جمعیتی هر شهرستان استان مازندران تبیین و احصاء شده است.

استاندار مازندران، گفت: هر یک از فرمانداران، بخشداران،

حسینی‌پور با اظهار این که جوانی جمعیت در کشور متناسب با شرایط استان‌ها رصد شده و مازندران در وضعیت بحرانی جوانی جمعیتی قرار گرفته است، گفت: امروز این موضوع اجتماعی جوانی جمعیت در قالب قرارگاه باید دنبال شود، یعنی همه مدیران و مسئولان در هر رده‌ای باید پای کار بیایند.

استاندار مازندران خاطر نشان کرد: باید از چهره‌های ورزشی، فرهنگی، هنری، سیاسی و اجتماعی در اهمیت توجه به جوانی جمعیت استفاده کرد، افراد و خانواده‌های پر جمعیت مشهور مازندران باید شناسایی و اطلاع‌رسانی شوند.

همچنین میزهای کارشناسی جوانی جمعیت در دانشگاه با حضور اساتاد و دانشجویان همراه با تبیین و عملیاتی کردن بسته‌های حمایتی جوانی جمعیت شکل گیری و اطلاع‌رسانی شود. وی ادامه داد: امروز مأموریت‌های جوانی جمعیتی در هر یک از روستاها و محلات شهری مازندران مشخص شده است،

معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران:

معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران:

مازندران در کاهش نرخ بیکاری، رتبه نخست کشور را کسب کرد

وی اولویت‌های سرمایه‌گذاری به تفکیک شهرستان‌های مازندران را جهت گیری امسال شورای برنامه‌ریزی استان دانست.

مدیر کل حفاظت محیط زیست مازندران با اظهار این که تعداد قابل توجهی از واحد‌های معدنی در مناطق حفاظت‌شده استان فعالیت دارند، گفت: برگشت یک درصد فروش محصولات معدنی مازندران به محیط زیست، محقق نمی‌شود.

عطاالله کاویان در جلسه شورای برنامه‌ریزی استان، پایش مجدد فعالیت‌های معدنی مازندران را ضروری دانست و ادامه داد: برای این کار مهم نیاز به اعتبار است. وی با انتقاد از این مقوله که اعتبار اداره حفاظت محیط زیست در بعضی از کمیته برنامه‌ریزی شهرستان‌های مازندران صفر است، از فرمانداران خواست تا اجازه ندهند تا دستگاه حاکمیتی محیط زیست در اجرای مأموریت‌های خود زیر سوال برده شود.

وی گفت: طبق بررسی‌های انجام شده، خسارت به محیط زیست مازندران به خصوص فعالیت‌های معدنی در مناطق حفاظت‌شده که از گذشته مجوز دارند، زیاد شده است.



مسافر را در استان داشته است. وی به آمار ۴۴۶ درصد رشد اقتصادی مازندران که در پایان سال گذشته به ثبت رسیده است، اشاره کرد و گفت: در این بخش نیز این استان رتبه چهارم را کسب کرده است.

خیریناپور به بازگشت ۲۰۰ واحد راکد تولیدی صنعتی و کشاورزی به مدار تولید طی سال گذشته در مازندران اشاره کرد و گفت: ۱۹۳ واحد تولیدی راکدی که در تملک بانک‌های مازندران بوده خسارج و به مدار تولید برگشت. وی با بیان اینکه پارسال با برگزاری ۷ همایش شناسایی

ایرنا: معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران با اشاره به این که متوسط نرخ بیکاری استان در پایان اسفند ماه سال گذشته به ۵.۱ درصد کاهش یافته است، گفت: کاهش این آمار نسبت به متوسط نرخ بیکاری ۷.۶ درصد کشور سبب شد تا این استان رتبه نخست بین استان‌ها را کسب کند.

حسن خیریناپور در جلسه شورای برنامه‌ریزی و توسعه مازندران افزود: سهمی اپلاهی ایجاد اشتغال طی سال گذشته ۴۸ هزار اشتغال بود که این آمار که در سامانه ملی به ثبت رسیده به ۶۲ هزار اشتغال رسیده است. وی با ذکر این نکته که پارسال عمده مصوبات شورای برنامه‌ریزی و توسعه مازندران، اجرایی شد و استان رتبه اول تا سوم کشور را کسب کرده است، ادامه داد: مازندران در مهار تورم و رشد تولید به عنوان شعار سال گذشته به درستی عمل کرد.

معاون امور هماهنگی اقتصادی استاندار مازندران بیان داشت: طبق آمار رسمی بانک مرکزی، نرخ تورم در اسفند ماه سال گذشته استان به ۳۹.۱ درصد کاهش یافته است در حالی که پیش‌بین حضور

دستگیری سارق ویلاهای خالی از سکنه در نور مازندران

ایرنا: فرمانده انتظامی نور از دستگیری سارق حرفه‌ای ویلاهای خالی از سکنه و ساختمان‌های نیمه‌کاره با ۱۰ فقره سرقت در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ کارآگاه احمد امینی روز چهارشنبه گفت: مأموران پلیس آگاهی در پی وقوع چندین فقره سرقت از ویلاهای خالی از سکنه و ساختمان‌های نیمه‌کاره بررسی موضوع را با تشکیل پرونده و کنترل نقاط جرم خیز در دستور کار خود قرار دادند.

وی افزود: مأموران انتظامی با انجام اقدامات اطلاعاتی و تحقیقات گسترده پلیسی، یک سارق حرفه‌ای و دارای سابقه سرقت را شناسایی و پس از هماهنگی با مرجع قضائی دستگیر کردند.

فرمانده انتظامی شهرستان نور گفت: مأموران انتظامی در بازجویی از متهم، ۱۰ فقره سرقت ویلاهای خالی از سکنه و ساختمان‌های نیمه‌کاره را کشف و متهم را با تشکیل پرونده به مرجع قضائی معرفی کردند. سرهنگ امینی افزود: شهروندان با استفاده از ظرفیت نگاهبان محله و نصب دوربین‌های مداربسته می‌توانند از سرقت ساختمان‌های نیمه‌کاره پیشگیری کنند.



رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی مازندران: شورای برنامه ریزی مازندران ۲۳۵ مصوبه داشته است



مهر: رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی مازندران گفت: شورای برنامه ریزی استان در سال قبل ۲۳۵ مصوبه داشته است.

فرج‌الله فتح‌الله پور در جلسه شورای برنامه‌ریزی استان مازندران با گرمی داشت سال جهش تولید در استان افزود: امیدوارم در سال جاری با همکاری همراهی بیشتر دستگاه‌های اجرایی اقدامات خوبی را در سطح استان داشته باشیم.

وی با اشاره به گزارش عملکرد شورای برنامه‌ریزی استان در سال قبل گفت امیدوارم در سال جاری و در شورای برنامه‌ریزی بتوانیم مسائل اساسی و راهبردی استان را مدیریت و رفع کنیم.

وی خواستار اجرای دقیق و کامل مصوبات شورای برنامه‌ریزی از سوی دستگاه‌های اجرایی شد و افزود: همچنین باید پیگیری و نظارت لازم نیز به عمل آید.

فتح‌الله پور با عنوان اینکه شورای مدیریت و برنامه‌ریزی استان بر اساس قانون فعالیت می‌کند، گفت: شورای برنامه‌ریزی استان دارای ۴ کارگروه اساسی است و کارگروه اقتصادی، سرمایه‌گذاری و اشتغال، آموزش پژوهش و فناوری، اجتماعی فرهنگی سلامت و خانواده از جمله آن محسوب می‌شود.



صدور حکم تعزیری برای تعمیر کار متقلب

باشگاه خبرنگاران جوان: واحد صنفی تعمیر خودرو به دلیل تقلب در اجرای کار، در تعزیرات حکومتی ساری به پرداخت یک میلیارد ریال محکوم شد.

بهرامعلی میرزایی رئیس شعبه چهارم بدوی تعزیرات حکومتی شهرستان ساری گفت: پرونده یک واحد صنفی تعمیر خودرو پیرامون تقلب در اجرای کار به ارزش ۲۴۴ میلیون ریال در شعبه چهارم بدوی تعزیرات حکومتی ساری رسیدگی شد. شعبه با توجه به مدارک موجود در پرونده و با اعمال نظر کارشناسی، تخلف را محرز و متهم را به پرداخت یک میلیارد ریال جزای نقدی محکوم کرد.

میرزایی گفت: شعبه رسیدگی کننده، مکانیک متقلب را به جبران خسارت شاکي به مبلغ ۲۴۴ میلیون ریال محکوم کرد.

رئیس شعبه چهارم بدوی افزود: بازرسان سازمان صنعت، معدن و تجارت استان گزارش این تخلف را با ثبت شکایت شاکي دریافت و برای رسیدگی به تعزیرات حکومتی ارسال کردند.



کشف توزیع آرد خارج از شبکه در شهرستان نور

باشگاه خبرنگاران جوان: آرد خارج از شبکه که توسط یک واحد خیازی در شهرستان نور توزیع شده بود کشف شد.

دوستعلی پور رئیس اداره صنعت، معدن و تجارت شهرستان نور گفت: بازرسان این اداره موفق به کشف توزیع خارج از شبکه ۱۰ کیسه آرد توسط یک واحد خیازی در این شهرستان شدند. علاوه بر این مورد از ۲۰ واحد صنفی در سطح شهرستان بازدید که سه واحد متخلف شناسایی شدند.

رئیس اداره صنعت، معدن و تجارت شهرستان نور تخلف این واحدهای صنفی را گرفتاری و عرضه خارج از شبکه اعلام کرد.



شناسایی واحد صنفی گرانفروشی در تنکابن

باشگاه خبرنگاران جوان: رئیس اداره صمت تنکابن از شناسایی واحد صنفی گرانفروش در این شهرستان خبر داد.

عارضه‌ای که در مردان لاغر و سیگاری دیده می‌شود

یک فوق تخصص جراحی قفسه سینه گفت: پنوموتوراکس اولیه معمولاً در مردان لاغر و سیگاری بیشتر دیده می‌شود. محمدی فوق تخصص جراحی قفسه سینه درباره اثرات هواجینی اظهار کرد: پنوموتوراکس یا هواجینی به وضعیتی گفته می‌شود که هوا در حفره جنب قرار می‌گیرد و مانع باز شدن کامل ریه‌ها می‌شود که هوا می‌تواند یک قطره و دو طرفه، اولیه یا ثانویه باشد. پنوموتوراکس اولیه به مواردی گفته می‌شود که بدون علت مشخصی، هوا از ساختمان‌های داخلی مجاری تنفسی مانند نای به داخل فضای پلیر راه پیدا می‌کند. این نوع عارضه در حالت‌هایی مانند آمس و آپسه‌های ریوی بروز می‌شود یا آمفیزم بیشتر اتفاق می‌افتد. معمولاً این نوع عارضه در مردان جوان لاغری و سیگاری بیشتر دیده می‌شود.

محمّدی بیان کرد: گاهی اوقات پنوموتوراکس ثانویه بر اثر آسیب به قفسه سینه ایجاد می‌شود. گاهی اوقات هم در اثر عارضه‌هایی مانند زخم چاقو یا گلوله اتفاق می‌افتد که هوا را از بیرون وارد فضای جنب کرده و باعث می‌شود ریه‌ها کاملاً روی هم فرار بگیرند و به طور کامل باز نشوند. برخی اوقات هم به دنبال آسیب‌های غیر نافذ این عارضه اتفاق می‌افتد، مانند کشکستگی دنده که در تصادفات موجب پارگی ریه می‌شود. این فوق تخصص جراحی توراکس گفت: یکی دیگر از علل پنوموتوراکس می‌تواند به دنبال یک سری اقدامات کوچک توسط تیم پزشکی صورت بگیرد مثل کشیدن مایع از فضای پلیر که توراکوستن یا تهویه مکانیکی به آن گفته می‌شود. معمولاً این عمل برای بیمارانی که در آس سی یو بستری هستند و تحت فشار مثبت قرار می‌گیرند اتفاق می‌افتد.



او درباره علائم پنوموتوراکس بیان کرد: شایع‌ترین نشانه آن تنگی نفس بوده که با افزایش طول تنفس ممکن است بیمار دچار درد قفسه سینه و سرفه شود. ضربان قلب فرد مبتلا افزایش پیدا می‌کند و استرس او بالا می‌رود. برای تشخیص بهتر می‌توانید از سیمس ریه استفاده کنید که کاهش صداهای تنفسی را بررسی می‌کند سپس می‌توانید یک رادیوگرافی انجام دهید. زیرا معمولاً پزشک در رادیوگرافی می‌تواند به راحتی پنوموتوراکس رو تشخیص بدهد.

محمدی درباره درمان این نوع عارضه گفت: برای درمان پنوموتوراکس به صورت سنتی از لوله قفسه سینه استفاده می‌شود. معمولاً یک لوله تقریباً نازک را جراح به داخل فضای جنب یا پلیر وارد می‌کند و آن را به یک محفظه آب وصل می‌کند تا هوا از داخل ریه خارج شود. روش‌های جدیدتری هم وجود دارد که از لوله باریک‌تر به نام لوله‌های پونوموتک استفاده می‌شود و تحمل آن برای بیمار راحت‌تر خواهد بود. اگر باز شدن ریه توسط رادیوگرافی تایید شود می‌توانید به راحتی لوله را خارج کنید. در برخی موارد هم نیاز است که جراحی صورت بگیرد و قسمت آسیب دیده قفسه سینه برداشته می‌شود. افرادی که مشاغل سخت و خطرناکی مانند غواصی دارند بیشتر در معرض این نوع عارضه قرار خواهند گرفت.

خوردن این بخش از مرغ چه پلائی سر تان می‌آورد؟

چربی نهفته در پوست مرغ برای انسان و به خصوص زنان خطرناک است. پوست مرغ می‌تواند آلودگی‌های محیطی را جذب کرده و اثرات مضرش را به افراد هنگام خوردن منتقل کند. پوست مرغ حاوی چربی‌های اشباع شده‌ای است که می‌تواند میزان کلسترول خون را بالا ببرد و به کبد آسیب برساند. تمام افراد بهتر است از روغن‌های حیوانی کمتری استفاده کنند تا بتوانند عمر بیشتری را برای خود رقم بزنند. البته علاوه بر مرغ، پوست ماهی هم می‌تواند بسیاری از آلودگی‌ها و بیماری‌ها را به فرد منتقل کند. پوست مرغ به دلیل داشتن چربی اشباع شده موجب چاقی مفرط می‌شود و می‌تواند فرد را به صدها بیماری دیگر مبتلا کند. بافت‌های چربی در بدن، دیگر یک بافت مرده نیستند بلکه در ردیف غده درون‌ریز فعال هستند. این بافت‌های چربی، آنزیم‌های مختلفی را ترشح می‌کنند که می‌تواند سیستم گرسنگی و اشتها را کنترل کند.

به خصوص اگر چربی‌ها در ناحیه شکم انباشته شده باشند، هرچه قطر و طول شکم بیشتر باشد عمر فرد کوتاه‌تر می‌شود. اغلب انواع اسیدها از بافت چربی شکمی وارد جریان خون می‌شوند و تمام رگ‌ها را طوری می‌بندند که حالت کشسانی آن‌ها از بین می‌رود. کبد چرب می‌تواند به سمت بیماری به نام استاروهایپاتیسیس برود و در افرادی که به این بیماری مبتلا می‌شوند موجب دچار نارسایی کبدی می‌شود. در خوردن بقال و گردن مرغ احتیاط کنید، زیرا بسیاری از مواد شیمیایی و مواد سمی که در دنیای خارج از بدن شما وجود دارد؛ در بال مرغ انباشته می‌شوند. باید بدانید که به طور معمولاً آنتی‌بیوتیک داده می‌شود تا بتوانند در مقابل بیماری‌ها مختلف به خوبی مقابله کنند. البته این عمل موجب وزن گیری و رشد طبعی هم می‌شود.

افراد باید از دام و طوری استفاده کنند که از زمان عمر آنتی‌بیوتیک آن‌ها گذشته باشد تا وقتی که این گوشت‌ها به بازار مصرف ارائه می‌شوند، آنتی‌بیوتیک‌ها به انسان منتقل نشوند، ولی متأسفانه در بسیاری از موارد این نکته رعایت نمی‌شود. به همین علت بعضی از افراد در مقابل انواع آنتی‌بیوتیک‌ها از خودشان مقاومت نشان می‌دهند بدون اینکه خودشان علت آن را بدانند. تمام این مشکلات ناشی از حل شدن مواد شیمیایی و مواد سمی در چربی است. بیماری‌هایی وجود دارد که ناشی از افزایش چربی خون یا چربی‌های حیوانی منتقل می‌شوند. بهتر است خانم‌ها کمتر مرغ مصرف کنند، زیرا وقتی که به مرحله بلوغ می‌رسند یک جهش پیدا می‌کند و یکی از تغییراتی که در آن‌ها علاوه بر افزایش طول قدشان دیده می‌شود، تغییرات ترکیبی بدنشان است. دختران قبل از بلوغ از نظر ذخیره شدن چربی بدنشان با پسرها، یکسان هستند، ولی به محض اینکه به مرحله بلوغ می‌رسند، یعنی اولین دوره قاعدگی را تجربه می‌کنند مقدار چربی انباشته شده بدن آن‌ها تا ۳۰ درصد افزایش پیدا می‌کند.

به همین دلیل زنان نسبت به آقایان در معرض خطر شدیدتری برای افزایش وزن و نباشکستگی چربی قرار دارند. افزایش هورمون استروژن در مردان جاق موجب شباهت بدن آن‌ها به بدن زنان می‌شود. زنانی که از این طریق جاق می‌شوند هورمون‌هایشان دچار اختلال می‌شوند و نسبت هورمون تستوسترون در خونشان افزایش پیدا کرده و دچار مشکلاتی مثل رویش موهای زائد می‌شوند. حتی چاقی زنان موجب ایجاد کیست در آن‌ها می‌شود.

روزانه چقدر لبنیات مصرف کنیم؟



یک متخصص تغذیه و رژیم درمانی گفت: افراد در هر گروه سنی روزانه به مقدار مشخصی از لبنیات نیاز دارند. جوزدانی متخصص تغذیه و رژیم درمانی، درباره سرانه مصرف شیر در ایران اظهار کرد: سرانه مصرف شیر در ایران خیلی پایین است. هیچ ماده غذایی نمی‌تواند به اندازه یک لیوان شیر کلسیم مورد نیاز بدن را تأمین کند. او بیان کرد: هر یک لیوان شیر ۲۴۰ میلی‌گرم کلسیم دارد. امروزه در بازار شیر، پتیر و ماست‌هایی وجود دارند که با ویتامین D غنی شده‌اند. به اشخاص پیشنهاد می‌کنیم شیرهای غنی شده از ویتامین D را انتخاب کنند، زیرا در جذب بهتر کلسیم مؤثر هستند. نسبت جذب کلسیم به ویتامین D یک به یک است به عبارتی هر دو ماده به یک نسبت در بدن جذب می‌شوند.

میزان نیاز روزانه گروه‌های سنی مختلف به کلسیم: این متخصص تغذیه و رژیم درمانی افزود: گروه‌های سنی مختلف روزانه به حد خود نیاز دارند. مادران باید شیر پاستوریزه را پس از یک سالگی به کودکان خود بدهند تا آنها عادت کنند که پس از ۲ سالگی و با قطع مصرف شیر مادر یا شیر خشک، روزانه یک تا دو لیوان شیر بخورند. جوزدانی تأکید کرد: به طور کلی

کودکان باید روزانه دو لیوان شیر یا یک لیوان شیر به اضافه سه چهارم لیوان ماست مصرف کنند. کالکاتو جذب کلسیم شیر را مختل می‌کند، بنابراین اگر کودکی به خوردن شیر کالکاتو تمایل دارد، بهتر است شیر کالکاتوی خانگی را مصرف کند. شیرهای طعم‌دار بر جذب کلسیم اثر منفی ندارند، ولی حاوی شکر زیادی هستند. شیر خوردن کودک را تشریح کرد: میزان دریافت کلسیم در دوران نوجوانی بسیار اهمیت دارد، زیرا بیشترین ذخیره استخوانی در این دوران شکل می‌گیرد، بنابراین نوجوانان باید حداقل روزانه دو لیوان شیر به اضافه سه چهارم لیوان ماست مصرف کنند. البته مصرف کشک هم می‌تواند به تأمین کلسیم بدن کمک کند.

این متخصص تغذیه و رژیم درمانی گفت: به طور کلی بزرگسالان باید تا پایان عمر روزانه حداقل یک تا دو لیوان شیر به اضافه سه چهارم لیوان ماست و مقداری پنیر مصرف کنند. برخی افراد تصور می‌کنند که تنها در دوران کودکی و نوجوانی به شیر نیاز دارند در حالی که قطع مصرف لبنیات مانند شیر در دوران بزرگسالی می‌تواند سرعت کوتاهی قد را افزایش دهد. اشخاصی که به شیر حساسیت دارند هم می‌توانند از شیرهای بدون لاکتوز استفاده کنند. جوزدانی اظهار کرد: افرادی که به شیر حساسیت دارند می‌توانند مصرف شیر را از حجم کم مانند یک سوم تا نصف لیوان آغاز و پیش از خوردن، آن را گرم کنند. همچنین آنها می‌توانند پس از گرم شدن شیر مقداری عسل به

نشسته باشند و در صورت قرار گرفتن به حالت نیمه نشسته باید سر خود را به اندازه ۱۵ سانتی‌متر با زمین فاصله دهند. کودکان و نوزادان مبتلا به زفلاکس معده باید بعد از نوشیدن مایعات و خوردن مواد غذایی به مدت ۲۰ دقیقه به صورت افقی توسط والدین خود نگهداشته شوند تا از گریه زیاد، بی‌خوابی و بی‌قراری در امان باشند. از آنجایی که سیستم گردش خون وظیفه انتقال اکسیژن به نواحی مختلف بدن را دارد انجام حرکات ورزشی بلافاصله پس از خوردن غذا می‌تواند منجر به کاهش عملکرد سیستم ایمنی بدن مخصوصاً اختلال در گردش خون شود.

۳ ویتامینی که برای لاغری معجزه می‌کند

برای رسیدن به وزن ایده‌آل، بهتر است استفاده از سبزی، میوه و روغن‌های سالم را در اولویت وعده‌های غذایی خود قرار دهید. ویتامین B عموماً در بعضی از غلات و مواد غذایی مانند گوشت، میوه و سبزی وجود دارد که مصرف آن باعث لاغری افراد خواهد شد. منبع اصلی کلسیم در شیر و لبنیات است و این نکته که کلم و کنگد منبع اصلی کلسیم است به شدت مغفول چرا که هیچ ماده غذایی به اندازه شیر (به علت حاوی بودن ۲۴۰ میلی‌گرم کلسیم در یک لیوان) برای ما منبع مهمی نیست. نسبت جذب کلسیم به ویتامین B در بدن ما یک به یک است و هر دو ویتامین به اندازه هم باعث کاهش چربی‌های بدن می‌شوند ولی نباید انتظار داشته باشیم که مصرف تنها یک گروه از ویتامین‌ها باعث کاهش کلسری در بدن یا افزایش و تقویت سیستم ایمنی بدن شود. متأسفانه خیلی از افراد با عقیده غلط به منظور تأمین آهن در بدن خود مصرف اسفناج، حبوبات و عدس را در اولویت قرار می‌دهند. نکته مهم در این است که بدن ما از

مقداری آب گوجه فرنگی با آب نیز می‌تواند نوشیدنی سالم و خوش طعم باشد. آب سبزیجات قهیر موجود در سبزیجات، یکی از بهترین گزینه‌ها در افزایش سوخت و ساز بدن و کاهش وزن، به حساب می‌آید. آب سبزیجات، می‌تواند علاوه بر تأمین فیبر بدن می‌تواند بخاطر داشتن طعم‌های تند و مخصوص، حس چشایی شما را در جهت مثبت، تحریک کند. چای شیرین نشده قدرتش جای سبزی در افزایش میزان سوخت و ساز بدن و کمک به کم کردن وزن، ثابت شده است. می‌توانید آن را به صورت سرد یا گرم، به همراه مقداری عسل و یا شیرین کننده دیگری که قند کمی دارد، بنوشید. البته چای قرمز هم همانند چای سبزی، حاوی آنتی‌اکسیدان‌هایی است که می‌تواند علاوه بر

راهکاری ساده برای افزایش مقاومت در برابر یخخوری



آن یخ‌زبانند، در این صورت تحمل بدن نسبت به شیر افزایش پیدا می‌کند. در بدن آنزیمی وجود دارد که قند شیر را هضم می‌کند؛ این آنزیم پس از ۲ سالگی در افرادی که نژاد آسیایی دارند، کاهش پیدا می‌کند، بنابراین برای اینکه آنزیم را در میزان مناسبی نگه داریم باید به طور مرتب و پیوسته شیر مصرف کنیم.

او بیان کرد: جوشاندن شیر پروتئین‌های آن را به هم نزدیک می‌کند، در این صورت شیر به سختی هضم می‌شود، بنابراین افرادی که به شیر حساسیت دارند باید تنها شیر را گرم کنند. بستنی نمی‌تواند جایگزین شیر شود. افراد برای دریافت کلسیم باید از هر یک از محصولات لبنی مانند شیر، پنیر، ماست و کشک استفاده کنند. محصولات لبنی جوزدانی یادآوری کرد: اگر افراد به میزان پیشنهاد شده در روز کلسیم را دریافت کنند، اغلب به مصرف قرص کلسیم نیاز ندارند، اما از آنجایی که ما در کشور با فقر ویتامین D مواجه هستیم و بدون این ویتامین، کلسیم به خوبی جذب نمی‌شود، در مواردی با نظر پزشک نیاز است که افراد مکمل دریافت کنند. کودکان تا قبل از ۲ سالگی باید قطره ویتامین D بخورند و پس از این سن باید هر ۳ ماه یکبار یک عدد قرص ۵۰ هزار ویتامین D و از سن نوجوانی به بعد هر ماه یک عدد قرص ۵۰ هزار ویتامین D را مصرف کنند.

محققان به دنبال یافتن راهی هستند که بتوان بدون کاهش اشتها طبیعی، رژیم خود را حفظ کرد. تحریک پذیری یا پاسخ دادن بدون اندیشیدن به عواقب یک عمل، به مصرف بیش از حد مواد غذایی، پرخوری، افزایش وزن و چاقی، همراه با چندین اختلال روانپزشکی از جمله اعتیاد به مواد مخدر و قمار بیش از حد مرتبط بوده است. تیمی از محققان عضو هیئت علمی دانشگاه جورجیا، به تازگی مدار خاصی را در مغز شناسایی کرده‌اند که باعث تحریک مواد غذایی می‌شود، این احتمال وجود دارد که دانشمندان بتوانند روزی روش‌های درمانی برای رفع پرخوری ایجاد کنند. استادیار دانشکده خانواده معتمد است یک فیزیولوژی اساسی در مغز وجود دارد که توانایی افراد را برای مقاومت در برابر غذا را افزایش دهد. محققان با آزمایش این فیزیولوژی روی سلول‌های مغزی نوعی فرستنده را در هیپوتالاموس به نام هورمون تمرکز ملانین (MCH) تولید می‌کنند. تحقیقات قبلی نشان داده است که افزایش سطح MCH در مغز می‌تواند باعث افزایش مصرف مواد غذایی شود. این مطالعه نشان می‌دهد MCH هم در رفتارهای محرکی نقش دارد. در این روش، محققان سلول‌های مغز را که MCH تولید می‌کنند فعال کردند. سپس موش‌ها را به فشار دادن اهرمی برای دریافت یک گلوله شیرین، پرچرب، پر قند، آموزش دادند. با این حال، موش مجبور شد ۲۰ ثانیه بین فشارهای اهرمی صبر کند. اگر موش خیلی زود اهرم را فشار می‌داد، باید ۲۰ ثانیه دیگر صبر کرد.

محققان سپس از تکنیک‌های پیشرفته‌ای برای فعال کردن یک مسیر عصبی خاص MCH از هیپوتالاموس به هیپوکامپ، از بخش درگیر مغز با یادگیری و عملکرد حافظه استفاده کردند. فعال کردن این مسیر خاص سلول‌های عصبی MCH باعث افزایش رفتار تحریک آمیز بدون تأثیر غذا خوردن طبیعی برای نیاز به کالری یا انگیزه مصرف مواد غذایی خوشمزه شد. با علم به وجود مدارهایی که به طور انتخابی روی تکثیر پذیری مواد غذایی تأثیر می‌گذارد، این احتمال را فراهم می‌کنند که بتوان برای پرخوری راهی ایجاد کرد که به افراد کمک کند تا بدون کاهش اشتها طبیعی یا کم کردن غذاهای معمولی، رژیم خود را حفظ کنند.

جدول سودوکو شماره ۳۴۶۱

طراح: سمیرا دلیرش

برای حل جدول سودوکو کافی است ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های خالی جدول قرار دهید که در هر سطر، هر ستون و هر مربع کوچک ۳ در ۳ اعداد تکراری نباشد.

۱	۶	۲	۷	۴	۳	۵	۸	۹
۶	۳	۷	۸	۹	۱	۲	۴	۵
۷	۹	۱	۳	۵	۸	۲	۴	۶
۸	۲	۳	۹	۱	۵	۷	۶	۴
۳	۵	۱	۴	۶	۲	۷	۸	۹
۴	۸	۵	۳	۶	۷	۱	۲	۹
۵	۱	۴	۳	۲	۷	۶	۹	۸
۶	۳	۷	۸	۹	۱	۲	۴	۵
۷	۹	۱	۳	۵	۸	۲	۴	۶
۸	۲	۳	۹	۱	۵	۷	۶	۴
۹	۴	۵	۳	۷	۱	۲	۸	۶

جدول سودوکو شماره ۳۴۶۱

طراح: سمیرا دلیرش

برای حل جدول سودوکو کافی است ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های خالی جدول قرار دهید که در هر سطر، هر ستون و هر مربع کوچک ۳ در ۳ اعداد تکراری نباشد.

۱	۶	۲	۷	۴	۳	۵	۸	۹
۶	۳	۷	۸	۹	۱	۲	۴	۵
۷	۹	۱	۳	۵	۸	۲	۴	۶
۸	۲	۳	۹	۱	۵	۷	۶	۴
۳	۵	۱	۴	۶	۲	۷	۸	۹
۴	۸	۵	۳	۶	۷	۱	۲	۹
۵	۱	۴	۳	۲	۷	۶	۹	۸
۶	۳	۷	۸	۹	۱	۲	۴	۵
۷	۹	۱	۳	۵	۸	۲	۴	۶
۸	۲	۳	۹	۱	۵	۷	۶	۴
۹	۴	۵	۳	۷	۱	۲	۸	۶

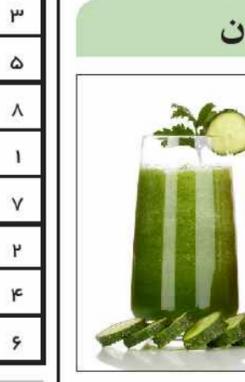
قابل توجه خوانندگان محترم
هر نوع خبر، عکس و مقاله‌ای را می‌توانید از طریق
Email:soaljavabdaily@gmail.com
ارسال نمایید.
تلفن: ۰۵۰۳۳۳۳۶۰۰ - ۰۷۳۳۱۰۷۳۷ - فکس: ۰۳۳۳۲۰۳۲۶

ویتامین D در بدن باعث اختلال متابولیسم به علت تأمین مواد غذایی می‌شود.

کمبود آهن در بدن باعث کمخاشگری، اضافه وزن، پرخوابی، عصبانیت و اختلالات متابولیسمی در افراد خواهد شد. جذب ویتامین‌ها از طریق مواد غذایی باعث تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود، اما تنها مصرف ۲۰ تا ۳۰ درصد آن از طریق مکمل‌ها امکان پذیر است. طبق مطالعات علمی تنها ۵۰ درصد افراد از مکمل‌ها استفاده می‌کنند و اگر افرادی به ویتامین نیاز داشته باشند یا مشورت پزشک و انجام آزمایشات گوناگون متناسب با بیماری خود باید به جایگزین کردن مکمل‌ها بپردازند. برای رسیدن تمامی این ویتامین‌ها به بدن، بهتر است استفاده از مواد غذایی پنبج گروه اصلی، مانند غلات (نان، برنج، ماکارونی)، پروتئین‌ها (انواع گوشت، تخم مرغ، حبوبات) لبنیات (ماست، پنیر، شیر و کشک)، سبزی و میوه تازه و روغن‌های سالم را در اولویت وعده‌های غذایی خود قرار دهید.

بهترین نوشیدنی‌ها برای رسیدن به اهداف کاهش وزن

برای رسیدن به وزن ایده‌آل، تنها نباید به محتویات بشقاب غذا نگاه کنید. نوشیدنی‌های پرطرفدار زیادی بخاطر وجود کربوهیدرات فراوان، شما را از هدف‌تان دور می‌کنند. برای رسیدن به وزن ایده‌آل، تنها نباید به محتویات بشقاب غذا نگاه کنید. نوشیدنی‌های پرطرفدار زیادی بخاطر وجود کربوهیدرات فراوان، شما را از هدف‌تان دور می‌کنند. اما در مقابل، ۵ نوشیدنی مطلوب و خوش طعم در دسترس هستند که به کاهش وزن شما کمک شایانی می‌کنند. اما اگر می‌خواهید نوشیدنی شما علاوه بر سلامتی منجر به افزایش وزن نشود، آب گزینه‌ای عالی است. می‌توانید برای تنوع بخشیدن به طعم آب، چند قطره از یک لیمو را در آن بچکانید. حتی ترکیب



کمک به کاهش وزن، سموم انباشته شده در بدن را پاکسازی کند. قهوه نوشیدنی یک فنجان قهوه در صبح می‌تواند منجر به افزایش کافئین و سرکوب احساس گرسنگی شود. همچنین اضافه کردن شیر و مقدار بسیار کمی شکر به قهوه، توصیه می‌شود. شیر کم چرب بهترین نوشیدنی انرژی‌زا است.

سوال جواب

روزنامه اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و ورزشی صبح شمال ایران
 صاحب امتیاز و مدیر مسئول: کریم خورشیدی مؤدبی
 سردبیر: فرهاد عینی خراسانی
 تلفن: ۰۲۱-۳۳۳۶۰۵۰ - ۳۳۳۱۰۳۳۷
 فکس: ۳۳۳۲۰۳۲۶
 نشانی دفتر مرکزی: رشت - چهار راه پورسینا - روبروی ثبت احوال - ساختمان اطباء - طبقه دوم کدپستی: ۴۱۹۳۷۳۴۶۵۵

مطالب درج شده لزوما انعکاس دهنده دیدگاه روزنامه نمی باشد.
 نمایندگی ماژندران - محمودآباد - خیابان معلم - پاران ۱ - ساختمان
 فارابی - طبقه سوم (علی یوسفی - ۰۹۱۱۱۲۰۸۰۵)
 لیتوگرافی و چاپ: شرکت چاپ و نشر نوین - تلفن: ۳۳۲۲۴۷۲۷

اوقات شرعی امروز به وقت گیلان
 اذان صبح: ۰۴/۲۰
 طلوع آفتاب: ۰۵/۴۸
 اذان ظهر: ۱۲/۱۴
 غروب خورشید: ۱۸/۴۰
 اذان مغرب: ۱۸/۵۹

یکشنبه ۱۹ فروردین ۱۴۰۳ - ۲۷ رمضان ۱۴۴۵ - ۷ آوریل ۲۰۲۴ سال دهم - شماره ۲۴۶۱ www.soaljavabdaily.ir Email: soaljavabdaily@gmail.com

مدیرکل کتابخانه‌های عمومی استان گیلان عنوان کرد:

وجود چالش‌های متعدد در مسیر بهره برداری کامل کتابخانه مرکزی رشت



سوال جواب: جلسه ویژه تعیین وضعیت پروژه کتابخانه مرکزی رشت با حضور معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری گیلان و جمعی از مسئولان امر همراه با ارائه گزارش از سوی مسئولین برگزار شد.
 جلسه تعیین وضعیت کتابخانه مرکزی رشت به ریاست موسی فکور، معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری گیلان و با حضور محمدرضا رستمی، رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان؛ محمدرضا فلاحتگر، مدیرکل راه و شهرسازی استان؛ علیرضا قاسمیان، مدیرکل دفتر فنی استانداری؛ یاسر تقوی، مدیرکل کتابخانه‌های عمومی استان؛ رئیس اداره آب منطقه‌ای شهرستان رشت، معاون برق منطقه‌ای استان، مشاور و پیمانکار پروژه و مسئولین اداره کل کتابخانه‌های عمومی استان در سالن اجتماعات این مجموعه برگزار شد.

پاسر تقوی همچنین افتتاح ناهنگام پروژه نیمه کاری کتابخانه مرکزی رشت در سال پایانی دولت پیشین را یکی از دلایل مهم عدم تزریق اعتبارات کافی برای تکمیل آن عنوان کرد و گفت: علیرغم این اتفاق نامبارک، نهاد کتابخانه‌های عمومی تمام توان و تلاش خود را برای تزریق منابع داخلی برای خرید تجهیزات و منابع لازم در مسیر بهره برداری کامل این مرکز به کار بسته است.
 همچنین محمدرضا رستمی، رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان گیلان هم در این نشست با بیان اینکه اولویت بندی بخش‌های ضروری کتابخانه مرکزی رشت و همچنین تسویه مطالبات پیمانکار پروژه دو موضوع مهم در مسیر تخصیص اعتبارات است، از آمادگی خود برای کمک به اتمام مراحل ساخت کتابخانه سخن گفت.
 در ادامه این نشست همچنین، محمدرضا فلاحتگر، مدیرکل راه و شهرسازی استان گیلان نیز گزارشی در خصوص اقدامات انجام گرفته در مسیر تکمیل کتابخانه مرکزی رشت ارائه کرد و یکی از مهمترین چالش‌های پیش روی این مجموعه

نسبت به آماده‌سازی فضاها اقدام کند و این وظیفه دستگاه‌های مجری است تا با تزریق اعتبارات و همکاری با یکدیگر در جهت رفع چالش‌های پیش رو برای تحقق وعده دولت برای بهره برداری کامل کتابخانه تلاش کنند.
 فکور همچنین گفت: امیدواریم با توافقاتی که در این جلسه صورت خواهد گرفت گام مثبت و بلندی برای تکمیل و بهره برداری نهایی این مرکز بزرگ فرهنگی برداشته شود و مردم گیلان بویژه شهر رشت در سال جاری شاهد این اتفاق بزرگ باشند.
 مدیرکل کتابخانه‌های عمومی استان گیلان نیز در این نشست ضمن ارائه گزارشی از وضعیت کتابخانه مرکزی رشت، به چالش‌های متعدد در مسیر بهره برداری کامل آن اشاره کرد و با بیان اینکه مجموعه نهاد کتابخانه‌های عمومی آمادگی کامل برای تجهیز و تزریق منابع مختلف مکتوب و اختصاص امکانات لازم کتابخانه‌ای برای استفاده مردم و علاقه مندان را در کمترین زمان ممکن پس از واگذاری ساختمان را دارد، از تهیه بخش عمده‌ای از تجهیزات لازم این مرکز پیش از تکمیل بنای کتابخانه خبر داد.

به پیشواز «حظ حضور» می رویم



رئیس حوزه هنری گیلان خبر داد:
 به بزرگوار خواهیم کرد.
 مفرد «حظ حضور» را تجلی هم افزایی دستگانه های فرهنگی استان گیلان دانست و بیان کرد: فارغ از منع قانونی برگزاری محافل دولتی به صرف افطار، گردهمایی «حظ حضور» داشته تا هنرمندان در فضایی همدلتر حضور پیدا کنند و میهمان انگیزه‌های بی غل و غش مردم باشند لذا هزینه افطاری ساده این گردهمایی را از محل نظورات تامین می کنیم.
 وی با اشاره به برگزاری محفل صمیمانه هنرمندان پس از صرف افطار، خاطر نشان کرد: همچون دو سال گذشته، فعالان جوان حوزه فرهنگ و نصیحت پیشکسوتان خواهند نشست و بزرگان فرهنگ و هنر استان به مدت چند دقیقه اندوخته عمرشان را در اختیار جوان ترها قرار خواهند داد.
 رئیس حوزه هنری گیلان مدعوین محفل «حظ حضور» را شامل هنرمندان رشته‌های مختلف پژوهشگران و جمعی از اصحاب رسانه و تعدادی از مدیران فرهنگی و فعالان مردمی حوزه فرهنگ هنر استان دانست و یادآور شد: علاقه‌مندان جهت مشارکت در این امر فرهنگی و معنوی می توانند از طریق درگاه‌های ارتباطی معرفی شده در وبگاه و شبکه های اجتماعی حوزه هنری استان گیلان اقدام کنند.

ایستاد: رئیس حوزه هنری گیلان «حظ حضور» را تجلی هم افزایی دستگانه های فرهنگی استان گیلان دانست و بیان کرد: فارغ از منع قانونی برگزاری محافل دولتی به صرف افطار، گردهمایی «حظ حضور» داشته تا هنرمندان در فضایی همدلتر حضور پیدا کنند و میهمان انگیزه‌های بی غل و غش مردم باشند لذا هزینه افطاری ساده این گردهمایی را از محل نظورات تامین می کنیم.
 سید رسول مفرد از برگزاری محفل فرهنگی «حظ حضور» خبر داد و اظهار کرد: گردهمایی سالانه و رمضانی جامعه فرهنگ و هنر استان گیلان برگزار می شود.
 وی دیدار اهالی فرهنگ و هنر استان با همدیگر و فریاد دستان تا فعالان رشته‌های مختلف فرهنگی و هنری فارغ از نفسی که در آن حضور دارند، خودشان را همدلانه در موقعیت عضویت در خانواده بزرگ فرهنگ و هنر استان ببینند.
 رئیس حوزه هنری گیلان محفل «حظ حضور» سال جاری را سومین دوره این گردهمایی دانست و تصریح کرد: به سبب دو سال اخیر و با مشارکت حوزه هنری و اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان گیلان، این مراسم را در تالار مرکزی رشت

«آپاراتچی» یک عاشقانه پارادیزی!

اصل قصه با ایند بوده اند تقریباً در حاله ای از ابهام است.
 چرا که عنوان فیلم «نوری در تاریکی» با عنوان فیلم ساخته شده توسط بازیگر اصلی فیلم یکبست، اما اشاره ای به اینکه سایر بخشها نیز عین واقعیت رخ داده در دهه ی ۶۰ است، بر تماشاگر مشخص نیست. با اینکه به نظر می رسد آپاراتچی نمره ی قابل قبولی از مخاطبانش دریافت کرده باشد، حقیقتی شاید تلخ در پس آن نیز نهفته است. اینکه فیلمساز با عقل و درک و سواد آموزش فیلمی برای آن روزها ساخته است.
 مشکلات طرح شده مشکلات طرح شده در بخشهای زیادی مشکلات امروز جامعه است. آری، می توان پذیرفت که مشکلات امروز می تواند مشکلات آن روزها نیز باشد مثل نبود بودجه برای ساخت فیلم. اما به نظر می رسد کارگردان تلاش کرده مشکلات و معضلات امروز را در نوع روابط اجتماعی آمدها در فیلم خود طرح کرده و جای دهد. برای ساخت یک فیلم که به گذشته مرتبط است، علاوه بر لباس، صحنه، و گریسم و حتی ادبیات، که باید با آن زمان همخوانی داشته باشد، باید از منظر اندیشه و نوع روابط اجتماعی، میزان دریافت آمدها نیز با آن زمان همخوانی داشته باشد.
 ذکر این نکته خالی از لطف نیست که کارگردان گویی عمدا محیط مدرسه را جهت تعمیر و نقاشی انتخاب کرده که بی گمان برای مخاطبان هوشمند حرفهایی در نهاد دارد. و یا اینکه با شهید بازاریهای زیادی شده و میزان ارادت مردم به شهدا به جهت تکرار زیاد، دستخوش تغییر گردیده.

واقعیت این است که آپاراتچی می خواهد مخاطبانش را تا انتهای اثر با خود همراه کند که البته به مدد ایجاد موقعیتها و دیالوگ های کمدهی، بازی های خوب و قابل باور، میزان سن های درست، افکنهای دقیق و درست و حتی نورپردازی مناسب وقت هم می کند صادقانه آپاراتچی فیلمی است که تلاش می کند صادقانه و بدون هیاهو، عشق پسر جوانی را به سینما در مقابل دیده جان مخاطبانش به نمایش بگذارد. عشقی که حتی از همسرش نیز بیشتر و با اهمیت تر است. به لحاظ مضمون، شاید در ابتدا این عشق به سینما ما را به یاد «سینما پارادیزو» بیاندازد. اما پس کمی، به نظر می رسد باید حدود انتظارتمان را جایجا کنیم. عشق به سینما یا عشق به شهرت از طریق سینما؟
 مسئله این است. موضوع بین استعداد و توانمندی و استفاده از سینما به عنوان ابزار برای رسیدن به شهرت حرفهایی را طرح میکند. حرفهایی سیاسی، اجتماعی و البته اقتصادی. واقعیت این است که آپاراتچی می خواهد مخاطبانش را تا انتهای اثر با خود همراه کند که البته به مدد ایجاد موقعیتها و دیالوگ های کمدهی، بازی های خوب و قابل باور، میزان سن های درست، افکنهای دقیق و درست و حتی نورپردازی مناسب وقت هم می شود.
 در این راه سادگی آمدها بسیار مورد توجه است. شاید انتخاب روستا و زبان ترکی به ایجاد این فضا کمک کرده باشد. هر چند که به نظر می رسد این اثر بر اساس یک قصه ی واقعی نوشته و کار شده است. اینکه نویسنده و کارگردان تا چه میزان به



۳۰ سال بی رقیب برای فیلم «بازمانده»



رویدادها و جشنواره‌های سازمان سینمایی در سال ۱۴۰۳ در بخش‌های مجزا طراحی و تعریف خواهند شد.
 طرح این برنامه‌ها و وعده‌ها در جشنواره پویانمایی تهران نیز که نیمه اسفندماه ۱۴۰۲ برگزار شد، ادامه یافت و رئیس مرکز پویانمایی صبا سازمان صداوسیما در نشستی با موضوع فلسطین گفت: مرکز پویانمایی صبا به تازگی با بازسازی فیلم «بازمانده» به صورت یک مینی سریال هفت قسمتی در این مسیر قدم برداشته و در فصل اول این انیمیشن، اتفاقات فیلم سینمایی «بازمانده» به تصویر درآمده و بنا داریم در فصل دوم داستان بزرگ شدن کودکی که محور داستان بود و پیوستنش به گروه‌های مقاومت را به تصویر بکشیم.
 برنامه‌ریزی مدیران سینمایی و تلویزیونی بر ساخت ادامه یا نسخه‌ای دیگر از فیلم سینمایی «بازمانده» که مرحوم سیف‌الله داد ۳۰ سال قبل آن را ساخت، نشان می‌دهد که پس از گذشت سه دهه هنوز هیچ اثر برجسته و تأثیرگذاری در حد و اندازه این فیلم ساخته نشده است.

اسماعیلی تأکید کرده بود: بنای ما این است که از همه فیلم‌های کوتاه و فیلمنامه‌هایی که به موضوع فلسطین می‌پردازند حمایت کامل کنیم چرا که این مسئله دستور مستقیم رئیس جمهور است.
 کمی بعد از این اظهارات، محمد خزاعی - رئیس سازمان سینمایی - هم گفت: «سازمان سینمایی به منظور ثبت و ضبط این مقطع از تاریخ سرزمین فلسطین از آثار تصویری (کوتاه، مستند، انیمیشن و سینمایی) با محوریت روایت و انعکاس جنایات صهیونیست‌ها در غزه حمایت می‌کند.
 خزاعی خبر داده بود، «بر اساس این فراخوان علاقه‌مندان می‌توانند طرح‌ها و فیلم‌نامه‌های خود را تا بهمن‌ماه سال ۱۴۰۲ به موسسات سازمان سینمایی (مرکز گسترش سینمای مستند و تجربی و پویانمایی، انجمن سینمای جوانان ایران و بنیاد سینمایی فارابی) ارسال و آثار منقظی پس از بررسی، ارزیابی و انتخاب در مسیر تولید قرار می‌گیرد.»
 به گفته وی «روایت‌های مرتبط با غزه در

البته در بین آثار سینمایی ایران کم نیستند فیلم‌هایی که شخصیت‌های داستان آن‌ها مستقیم یا غیرمستقیم با مسئله اشغال فلسطین توسط رژیم صیونیستی درگیر می‌شوند که از میان آن‌ها به «سرب» مسعود کیمیایی، «هیام» محمد درمنش، «شکارچی شسته» پرویز شیخ‌طادی، «سی و سه روز» جمال شورش، «تولد دیگری» و «بگناگان» عباس رفعی و «فانری» جواد اردکانی می‌توان اشاره کرد ولی بجز «سرب» که بیشتر تحت سیطره نام فیلمسازش قرار دارد، هیچ کدام به اندازه «بازمانده» بخاطر ارتباط فیلم با فلسطین معروف و ماندگار نشدند.
 حالا پس از سال‌ها وعده تولید ۶ فیلم با موضوع غزه داده شده که البته فعلا خبر رسمی از آن‌ها نیست: هر چند نکات و پرسش‌های مهمی در این زمینه وجود دارند که به نوبه خود باید با آن‌ها برخورد کرد. این فیلم‌ها فقط به نوعی رفع تکلیف باشند یا می‌توان انتظار داشت که پس از ۳۰ سال فیلم دیگری در قد و قامت «بازمانده» به سینمای ایران اضافه شود؟
 این پرسش به این دلیل مهم است که در شرایط فعلی و از جنبه‌های گوناگون، تولید همان «بازمانده» ای که سیف‌الله داد ساخت، بیشتر به یک رویا می‌ماند. حتی ساخت ادامه «بازمانده» طبق برخی پیگیری‌های اینستا، با موانع جدی در زمینه‌های مختلف روبرو بوده که احتمالاً تولید آن را غیرممکن یا دست‌کم با پروسه‌ای بسیار سخت و پرچالش مواجه می‌کند.
 شاید بازخوانی برخی صحبت‌ها از چگونگی ساخت این فیلم و بررسی تأثیر و جایگاهش بتواند تا حدی سختی‌های ساخت اثری قدرتمند و ماندگار در این زمینه را روشن کند. چند سال قبل «سلمی المصری» بازیگر نقش «سفر» در فیلم سینمایی «بازمانده» که به تیرا سقر کرده بود در مصاحبه‌ای با اینستا از شرایط فیلمبرداری در دمشق و بسن خیابان لاذقیه و نیز ایستگاه قطار سخن گفته بود.
 فیلم سینمایی «بازمانده» بر اساس داستانی با نام «بازگشت» از غسان کفانی در سال ۱۳۷۳ ساخته شد و جایزه ویژه هیئت داوران چهاردهمین جشنواره فیلم فجر را کسب کرد و نامزد بهترین فیلمنامه و بازیگر نقش اول زن هم شد.