

# سوال جواب

روزنامه اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و ورزشی صبح شمال ایران

www.soaljavabdaily.ir

معاون بنیاد مسکن در جریان سفر به کیلان:  
بازسازی روستای امامزاده ابراهیم شفت  
بدون پروسه اداری آغاز شود



- سه شنبه ۱۸ اردیبهشت ۱۴۰۳
- ۲۸ شوال ۱۴۴۵
- ۷ می ۲۰۲۴
- سال دهم - شماره ۲۴۸۱
- ۸ صفحه - ۱۰۰۰۰ تومان

رئیس کل دادگستری کیلان:

## مسئولان باید مشکلات مردم را جزو دغدغه‌های خود بدانند

صفحه ۲



مدیرکل میراث فرهنگی  
کیلان خبر داد:

### برگزاری دهمین جشنواره ملی بهار نارنج در شهرستان لنگرود

صفحه ۲

### یادداشت امروز

معین رضایی

#### عدم رعایت حجاب شرعی در نظام عدالت کیفر ایران

در حقوق کیفری قلمرو آزادی شهروندان با توجه به نوع سیاست جنایی اتخاذ شده در دولت در قبال پدیده بزهکاری متفاوت است. از آنجا که به استناد اصل ۴ قانون اساسی سیاست کلی حاکم بر فضای حقوقی و اجتماعی ایران باید مبتنی بر موازین اسلامی باشد، قانونگذار نیز به تاسی از این تاکید حجاب شرعی را تحت حمایت قانونی (کیفری) قرار داده است. از یک طرف پیش فرض‌های مبنی بر مسئولیت‌های اجتماعی دولت در قبال پاسداری از ارزش‌های ساختاری و مراقبت از آنها و عینیت‌بخشی به اخلاق در جامعه به عنوان مبانی کلان و از طرف دیگر اعتقاد به جنبه پیشگیرانه حجاب در جلوگیری از بزه‌دگی در برخی جرائم به عنوان مبنای بزه‌دیده شناختی و تولید حس امنیت در زمان به عنوان مبنای روان‌شناختی در جایگاه مبانی خرد، قانونگذار را بر آن داشته تا مقوله حجاب زنان را با حقوق کیفری پیوند دهد.

آیا عدم رعایت حجاب شرعی جرم است؟  
معنای اصطلاحی جرم از نظر فقها عبارت است از انجام دادن فعل یا گفتن قولی که قانون اسلام آن را حرام شمرده و بر فعل آن کیفری مقرر داشته یا ترک فعل و ترک قولی که دین مبین اسلام آن را واجب شمرده و بر ترک آن کیفری مقرر داشته است. این از آنجا نشأت گرفته که هر کس از اوامر و نواهی خداوند سرپیچی کند برای او کیفر و مجازاتی معین شده و آن کیفر یا در دنیا گریبان‌گیر مجرم می‌شود (به وسیله امام (ع) یا نائب او یعنی حاکم شرع و ولی امر و فقیه جامع‌الشرایط یا قضات منصوب از طرف او به اجرا در می‌آید) یا در آخرت معذب خواهد شد و در سرای دیگر به سزای عمل زشت و ناهنجار خود خواهد رسید، مگر آنکه توبه مجرم طبق شرایطی مورد پذیرش خداوند قرار بگیرد. (فاضل مقداد ۱۳۹۹: ۲۰۳). بنابراین در کل جرم از نظر فقها عبارت است از مخالفت با اوامر و نواهی کتاب و سنت یا ارتکاب عملی که به تباهی فرد یا جامعه بینجامد و هر جرمی را کیفری است که شارع بدان تصریح کرده و یا اختیار آنرا به ولی امر یا قاضی سپرده است.

از نظر حقوقی مطابق ماده ۲۰۲ ق.م.اسلامی جرم رفتاری است که در قانون برای آن مجازات تعیین شده است؛ به عبارتی دیگر جرم عمل یا خودداری از عملی است که مخالف نظم و صلح و آرامش اجتماع بوده و از همین حیث مجازاتی برای آن تعیین شده است. لذا رفتار مجرمانه به طور مشخص باید در قانون پیش‌بینی شده باشد. (گلنودزبان ۱۳۸۴: ۱۰۰؛ شامبیانی ۱۳۷۱: ج ۱: ۲۰۵)

در حقوق جزای موضوعه هیچ جرمی بدون اجتماع ۳ عنصر: قانونی (وصف مجرمانه باید به تعیین قانون باشد)، مادی (تحقق عملیات خارجی حاکی از رفتار مجرمانه) و معنوی (رفتار مجرمانه باید همراه با قصد مجرمانه یا تقصیر جزایی باشد) محقق نمی‌شود. (فیض ۱۳۸۱: ۸۵)

به عبارتی این عناصر ۳ گانه جنبه عمومی داشته و وجود آنها در کلیه جرایم الزامی است، پس عدم رعایت حجاب شرعی نیز برای اینکه بتواند جرم محسوب شود باید این ۳ عنصر را داشته باشد که در ادامه به ترتیب این عناصر را در بحث بی‌حجابی بررسی خواهیم کرد.

الف) از لحاظ عنصر قانونی جرایم جزایی به طور دقیق و به صورت مواد قانونی توسط متن تعیین شده و هر یک از ارکان مخصوص به خود را دارد. بنابراین جرم جزایی عبارت است از نقض متنی از متون خاص قانونی (شامبیانی ۱۳۷۱: ج ۱: ۲۸۹).

صدر ماده ۶۳۸ قانون مجازات اسلامی عنوان داشته است: «هر کس علناً در نظار عمومی و معابر ظاهر به عمل جرمی نماید، علاوه بر کیفر عمل به حبس از ۱۰ روز تا ۲ ماه یا تا ۷۴ ضربه شلاق محکوم می‌گردد» و در تبصره این ماده مقرر می‌دارد: «زنانی که بدون حجاب شرعی در معابر و نظار عمومی ظاهر شوند به حبس از ۱۰ روز تا ۲ ماه یا از ۵۰ هزار تا ۵۰۰ هزار ریال جزای نقدی محکوم خواهند شد. پس تبصره ماده ۶۳۸ عنصر قانونی جرم می‌باشد، چون در این تبصره همچنان که اشاره شد برای رعایت نکردن حجاب اسلامی مجازات تعیین شده و با توجه به تعریفی که قبلاً از جرم ارائه شد این عمل جرم تلقی می‌شود. ب) از لحاظ عنصر معنوی برای اینکه جرمی محقق شود، صرف وقوع مصادیق آن در خارج کفایت نمی‌کند بلکه علاوه بر آن لازم است عامل از روی اراده مرتکب عمل شده باشد؛ به عبارت دیگر برای تحقق جرم لازم است بین عملی که قانوناً قابل مجازات است و شخص عامل، رابطه روانی موجود باشد و آن رابطه اراده است. (شامبیانی ۱۳۷۱: ج ۱: ۳۵۱)

پس عنصر معنوی جرم عبارت است از قصد مجرمانه یا خطایی که مجرم در اثر آن جرم را مرتکب شده و با شرایطی مسئولیت جزایی منوجه او خواهد بود. در تحقق عنصر معنوی یا روانی جرم وجود ۲ عامل ضرورت دارد: اراده ارتکاب فعل و قصد مجرمانه.

#### آغاز چین بهاره برگ سبز چای از باغ‌های گیلان و مازندران



سوال جواب: رئیس سازمان چای کشور گفت: بیش از ۶ هزار تن برگ سبز چای از آغاز چین بهاره تاکنون برداشت شده است. حبیب جهانساز اظهار داشت: با آغاز فصل برداشت چین بهاره در هفته نخست اردیبهشت تاکنون، ۶ هزار و ۱۲۵ تن برگ سبز چای به ارزش ۱۰۰ میلیارد تومان از باغ‌های گیلان و مازندران برداشت شده است. وی افزود: از این مقدار برگ سبز برداشت شده، ۶ هزار و ۱۰۶ تن معادل ۹۹ و ۷ دهم درصد درجه یک و ۲۱ تن معادل ۳ دهم درصد درجه ۲ بوده است. رئیس سازمان چای کشور همچنین تصریح کرد: در این مدت، هزار و ۳۷۹ تن چای خشک در کارخانه‌های چایسازی شمال تولید شده است. به گفته جهانساز، سازمان چای کشور در فصل زارعی جدید با ۱۵۰ کارخانه چایسازی تاکنون قرارداد بسته است.

شرح عکس: آماده سازی مزارع برنج

پدیده آورنده: مجید عباس خواه



در روزنامه امروز می‌خوانید

مدیرعامل آب منطقه ای کیلان:  
**ذخیره آب سد سفیدرود  
در شروع آبگذاری ۷۰۲  
میلیون متر مکعب است**

صفحه ۲

رئیس دانشگاه علوم پزشکی کیلان خبر داد:  
**کاهش رشد منفی مولید  
سالانه در استان کیلان**

صفحه ۲

رئیس شورای شهر رشت عنوان کرد:  
**تأثیر فراوان پروژه گیل لند  
در جذب و ماندگاری گردشگر  
و ایجاد درآمد پایدار**

صفحه ۲

## شرکت چاپ و نشر نوین

# HEIDELBERG SM74

- پلیت ستر HEIDEIBERG CREO
- دو دستگاه چاپ افست چهار رنگ
- سه دستگاه چاپ افست تک رنگ
- دو دستگاه چسب گرم تک خانه و ۵ خانه
- دستگاه جعبه چسبانی HI-PACK
- دستگاه سلفون کش حرارتی TMC



آیت الله فلاحتی:

**هماهنگی فراجا، بسیج و دستگاه قضا در اجرای طرح عفاف و حجاب قابل تقدیر است**



سوال جواب: نماینده ولی فقیه در استان گیلان با اشاره به توفیقات نیروی انتظامی در طرح نور گفت: خوشبختانه بسیج، سپاه و مردم با کمک دیگر نهادها به صورت منسجم در این زمینه گام برداشتند و همکاری و هماهنگی فراجا، بسیج و دستگاه قضا نیز قابل تقدیر است.

نخستین جلسه شورای فرهنگ عمومی استان گیلان در سال ۱۴۰۳ برگزار شد. نماینده ولی فقیه و رئیس شورای فرهنگ عمومی استان گیلان تشکیل کارگروه های تخصصی و بررسی موارد آیین نامه برش استانی نقشه مهندسی فرهنگی کشور را در ذیل شورای فرهنگ عمومی و استفاده از ظرفیت متفکرین و صاحب نظران استانی را لازم دانسته و افزود: گیلان به لحاظ دارا بودن ظرفیت جغرافیایی متنوع و زیبا ، مقصد بسیاری از مردم و میهمانان داخلی و خارجی است که با توجه به وجود اماکن مذهبی باید تلاش شود به عنوان مقصد گردشگری مذهبی هدف گذاری گردد .

آیت الله فلاحتی ضمن انتقاد از تهاجم فرهنگی و ترویج بی حجابی و پوشش های نامناسب به واسطه حضور برخی گردشگران خوشانوار خریدار با آنها شده و اظهار داشت : مردم گیلان بسیار نجیب ، مهمان دوست و قدردار هستند و علیرغم تهاجم تمدن اروپایی در صد سال گذشته به این منطقه ، همواره به ارزشهای دینی و اخلاقی خود پایبند بوده اند .

رئیس شورای فرهنگ عمومی استان ضمن تقدیر از مجریان طرح نور و ناظر و مروجان فرهنگ عفاف و حجاب در استان گفت : دشمنان از سال ۸۸ مسئله حجاب را در کشور هدف گرفته اند که به حمد الله با حمایت مردم شریف گیلان ، مخصوصا بانوان و دختران نجیب گیلانی جلوی این توطئه ها گرفته خواهد شد. همچنین نماینده ولی فقیه و امام جمعه رشت تصریح کرد : نامگذاری خیابانها و میادین و استفاده از نماد های شهری می بایست در شورای فرهنگ عمومی تصویب گردد.

دبیر شورای فرهنگ عمومی و مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی نیز با اشاره به تشکیل فرارگه شهید آوینی به عنوان یکی از ابتکارات وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در دولت مردمی ایران قوی ، جهت ایجاد موج های فرهنگی و تقویت برنامه های و فعالیت های فرهنگی و فرهنگ عامه و اجرای برنامه های مسجد محور و ترویج فرهنگ قرآنی و همچنین توسعه و ترویج فرهنگ خانواده و فرزند آوری و پیشگیری از آسیب های اجتماعی در هر استان و اختصاص بودجه سالانه مصوب ، از همه دستگاه ها جهت اجرای طرح های این فرارگه دعوت به همکاری کرد .

➦

رئیس جهاد کشاورزی گیلان مطرح کرد:

**توزیع ۱۳۰۰ تن بذر گواهی شده برنج در استان**

ایستا: رئیس جهاد کشاورزی گیلان گفت: امسال در رانسانی استانداردهای بذرهای برنج اقدام به تهیه ۱۳۰۰ تن بذر اصلاح و گواهی شده کردیم. صالح محمدی اظهار کرد: این بذر ها متناسب با سطح زیر کشت هر شهرستان و از طریق کارگزاری های شرکت خدمات حمایتی و تعاونی های روستایی و مراکز خدمات جهاد کشاورزی توزیع شده است.

وی دوره برداشت بذرهای گواهی شده را ۱۰۰ تا ۱۱۰ روز دانست و متذکر شد: در مناطق پر تنش حتما از بیمه کشاورزی استفاده شود: کشاورزانی که از روش مدیریت تلفیقی برنج استفاده می کنند، ۲۰ درصد تخفیف بیمه ای برخوردار می شوند. تخفیف ۱۰ تا ۲۰ درصدی بیمه نیز برای اراضی دارای طرح تجهیز و کشت ارقام کیفی و پر پتانسیل همچون آتام و رش و گیلار و گیلانه و گیان ... در نظر گرفته شده است.

وی با اشاره به آغاز فصل کشاورزی در شالیزارهای استان گیلان با راهسازی آب سد سفیدرود، اظهار کرد: در ۲۲۸ هزار هکتار اراضی شالیزاری داریم که ۱۷۲ هزار هکتار آن تحت شبکه سد سفیدرود آبیاری می شود.

وی با بیان اینکه ۶۷ هزار هکتار از شالیزارهای گیلان از سایر منابع آبی همچون آبندانها و ایستگاه های پمپاژ و چاه ها و آب های سبز استفاده می کنند، افزود: برای سومین سال در استان گیلان با کمبود بارش مواجه هستیم و ذخایر آب سد سفیدرود محدود است لذا باید آب زراعی را مدیریت کنیم و در این راستا نیازمند همکاری کشاورزان با دستگاه های متولی آب و فرمانداران هستیم.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی گیلان با اشاره به مدیریت مطلوب آب زراعی در سال گذشته، عنوان کرد: توانستیم سال زراعی را در حوزه برنج با موفقیت پشت سر بگذاریم که نشان دهنده همدلی کشاورزان با مسئولان در رعایت تقویم زراعی بود.

محمدی با تاکید بر لزوم همراهی با کشاورزان و بیان شفاف وضعیت منابع آبی، ادامه داد: اگر کشاورزان تمام فعالیت های کشاورزی را بر اساس تقویم زراعی تنظیم کنند، شاهد تاب آوری در مدیریت منابع آبی خواهیم بود و می توانیم اقتصاد استان را که بر پایه کشاورزی است، ارتقا ببخشیم.

➦

رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان خبر داد:

**کاهش رشد متنی موالید سالمانه در استان گیلان**

سوال جواب: رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان با بیان اینکه رشد متنی بالای ۱۵۰ درصدی کاهش موالید در گیلان طی دو سال پیش نسبت به سال گذشته بهبود یافته است، گفت: از شیب تند کاهش زاده و ولد در استان کاسته شده اما همچنان اقدامات ترویجی، فرهنگی و حمایتی در این حوزه لازم و ضروری است.

نستخت صمیمی کارکنان و مسوولان حراست دارای حداقل سه فرزند دانشگاه علوم پزشکی گیلان با دکتر محمدتقی آشویی- رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان در سالن اجلاس دیدار و گفت و گو کردند.

دکتر محمدتقی آشویی در این نشست از فرار گرفتن در جمع خانواده های باشکوه ایران خرمندگی کرد و گفت: خانواده به ویژه خانواده های باشکوه بهترین و مطمئن ترین نهاد اجتماعی در رشد فردی و اجتماعی هستند.

وی با بیان اینکه میزان زاده و ولد در گیلان سالانه رو به کاهش بود، افزود: رشد متنی بالای ۱۰۰ درصدی کاهش موالید در گیلان طی دو سال پیش نسبت به سال گذشته بهبود یافته است.

به گفته رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان، از شیب تند کاهش زاده و ولد در استان کاسته شده اما همچنان اقدامات ترویجی، فرهنگی و حمایتی در این حوزه لازم و ضروری است.

دکتر آشویی با تاکید بر اینکه دانشگاه علوم پزشکی گیلان در راستای ترویج فرهنگ فرزندآوری از هر ابزاری استفاده می کند، خاطرنشان کرد: این مسئله علیرغم حائز اهمیت بودن در نظام سلامت و آینده کشور و گیلان منسافته توسط عده ای معذوره و غافل، به سخره گرفته می شود.

وی با اذعان به اینکه سالانه بالغ بر ۱۹ هزار و ۳۰۰ نفر در گیلان متولد می شوند و پیش بینی می شود بالغ زاده و ولد در گیلان رو به افزایش باشد، تصریح کرد: زمانی سیر زاده آوری در استان گیلان صعودی خواهد شد که زادآوری در استان حداقل به مرز ۲۲ هزار تولد در سال برسد.

گفتنی است در این نشست خانواده های دارای اول و دو چهار فرزند دغدغه ها، تجربیات و راهکارهای حوزه جوانی جمعیت و حمایت از خانواده را تبیین و تشریح کردند.

رئیس کل دادگستری گیلان:

**مسئولان باید مشکلات مردم را جزو دغدغه های خود بدانند**



رئیس کل دادگستری گیلان بیان کرد: برای پیشبرد اهداف نیازمند به وحدت هستیم و همه دستگاهها باید در این زمینه دست به دست هم دهند و انسجام داشته باشند تا گره های شهرستان گشوده شود.

وی با اشاره به اینکه دستگاه قضا باید حمایت های لازم از مدیران را در تصمیمات شهردار داشته باشد، گفت: باید اولویت های شهرستان را با هم فکری مسئولان شهرستان در دستور کار قرار دهند و مشکلات را حل رفع کنند.

صادقی نیارکی از جمله این مشکلات شهرستان را پرونده های امور مرتبط به خانواده ذکر کرد و گفت: باید از تمامی ظرفیت ها استفاده تا هزینه های پیشگیری کاهش یابد و در راستای تحقق این امر مهم همه باید پای کار باشند.

گفتنی است در این مراسم «محمد کریمی» به عنوان دادستان جدید و «سید هاشم میرحسینی» به عنوان رئیس دادگستری لنگرود معرفی شد و «تیور پوسفی» به عنوان معاون قضائی دادگستری گیلان معرفی شد.

مدیرکل میراث فرهنگی گیلان خبر داد:

**برگزاری دهمین جشنواره ملی بهار نارنج در شهرستان لنگرود**

سوال جواب: مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گیلان از برگزاری دهمین جشنواره ملی بهار نارنج در شهر کومله لنگرود از ۱۸ تا ۲۱ اردیبهشت خبر داد.

ولی جهانی گفت: جشنواره بهار نارنج یکی از رویدادهای فرهنگی تاریخی استان است که هر ساله به مناسبت چیدن شکوفه های بهار نارنج در منطقه شهرستان لنگرود به همت شهرداری و شورای اسلامی شهر و به همکاری روابط عمومی میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان گیلان در شهرستان لنگرود سبزه پارک برگزار می شود.

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان گیلان افزود: جشنواره بهار نارنج در فهرست رویدادهای فرهنگی تاریخی کشور و برداشت شکوفه های بهار نارنج نیز در فهرست آثار ملی کشور به ثبت رسیده است. وی بیان کرد: این جشنواره ها میراث ناملموس است و وظیفه ما ذی این

سوال جواب: مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گیلان از برگزاری دهمین جشنواره ملی بهار نارنج در شهر کومله لنگرود از ۱۸ تا ۲۱ اردیبهشت خبر داد.

ولی جهانی گفت: جشنواره بهار نارنج یکی از رویدادهای فرهنگی تاریخی استان است که هر ساله به مناسبت چیدن شکوفه های بهار نارنج در منطقه شهرستان لنگرود به همت شهرداری و شورای اسلامی شهر و به همکاری روابط عمومی میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان گیلان در شهرستان لنگرود سبزه پارک برگزار می شود.

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان گیلان افزود: جشنواره بهار نارنج در فهرست رویدادهای فرهنگی تاریخی کشور و برداشت شکوفه های بهار نارنج نیز در فهرست آثار ملی کشور به ثبت رسیده است. وی بیان کرد: این جشنواره ها میراث ناملموس است و وظیفه ما ذی این

رئیس شورای شهر رشت عنوان کرد:

**تاثیر فراوان پروژه گیل لند در جذب و ماندگاری گردشگر و ایجاد درآمد پایدار**

دستفروشان نیستند ، اما باید این مهم ساماندهی شود و شهروندان نسبت به حضور گسترده دستفروشان نگاه خوبی ندارند و مشکلات فراوانی در تردد برایشان ایجاد شده که موجبات گلاجه مندی کسبه شهر و شهروندان را فراهم کرده است.

رئیس شورای اسلامی با اشاره به بازگشایی مسیر سعدی به سرکل تصریح کرد: خوشبختانه آخرین تملک محور شهید مصباح انجام شده و باید نسبت به جدول گذاری و ایستگاه های ترافیکی تسریع شود ، اما همچنان در مسیرهایی همچون سعدی به سرکل نیازمند انجام تملک هستیم و ان شا با انجام تملکات و زیر بار ترافیکی قرار گرفتن این خیابان ، بخشی از مشکلات ترافیکی رشت برطرف شود.

کارگرتیا با تاکید به اینکه تا کنون طی سه سال از عمر شورای ششم رشت ، گزارشی پیرامون تاخیر در پرداخت حقوق کارگران شهرداری رشت ارائه نشده است افزود: طبق دستور شهردار رشت، حقوق کارگران شرکی شهرداری رشت هر ماه جلوتر از دیگر کارکنان شهرداری و شهردار انجام می شود.

وی با اشاره به اینکه منظور از ساماندهی دستفروشان به معنای جمع آوری آنان نیست گفت: برخی از این دستفروشان وابسته به مغازه داران هستند و برخی نیز فضایی را که اشغال کرده اند بیش از مساحت چند مغازه بزرگ است و اعضای شورا در نحوه ساماندهی دستفروشان حامی شهرداری هستند.

رئیس شورای اسلامی شهر رشت به برگزاری مراسم جشن روز کارگر اشاره کرد و گفت: این مراسم روز سه شنبه در راستای قدردانی از تلاش های تمامی کارگران خادوم و پر تلاش شهرداری رشت برگزار می شود.



هم به دلایل شرعی و ... این مسئله به سرانجام نرسید.

رئیس شورای اسلامی شهر رشت به اجرای پروژه گیل لند در خیابان پرنسار رشت اشاره کرد و گفت: پروژه خیابان پرنسار تحت عنوان احداث هتل ۲۲ طبقه یک بار دیگر در دوران فعالیت شورای ششم رشت مطرح شده و تقاضا دارم شهردار رشت هر چه سریعتر پیرامون جذب مشاور و اجرای این کارگرتیا با تاکید به اینکه تا کنون طی سه سال از عمر شورای ششم رشت ، گزارشی پیرامون تاخیر در پرداخت حقوق کارگران شهرداری رشت ارائه نشده است افزود: طبق دستور شهردار رشت، حقوق کارگران شرکی شهرداری رشت هر ماه جلوتر از دیگر کارکنان شهرداری و شهردار انجام می شود.

وی با اشاره به اینکه منظور از ساماندهی دستفروشان به معنای جمع آوری آنان نیست گفت: برخی از این دستفروشان وابسته به مغازه داران هستند و برخی نیز فضایی را که اشغال کرده اند بیش از مساحت چند مغازه بزرگ است و اعضای شورا در نحوه ساماندهی دستفروشان حامی شهرداری هستند.

رئیس شورای اسلامی شهر رشت به برگزاری مراسم جشن روز کارگر اشاره کرد و گفت: این مراسم روز سه شنبه در راستای قدردانی از تلاش های تمامی کارگران خادوم و پر تلاش شهرداری رشت برگزار می شود.

مدیرعامل آب منطقه ای گیلان:

**دخیره آب سد سفیدرود در شروع آبیگاری ۷۰۲ میلیون متر مکعب است**

سوال جواب: رئیس هیأت مدیره و مدیرعامل شرکت سهامی آب منطقه ای گیلان در گفتگویی ویژه خبری شبکه باران در شامگاه اولین روز آبیگاری در سال ۱۴۰۳ از ذخیره ۷۰۲ میلیون متر مکعبی آب در مخزن سد سفیدرود خبر داد. وحید خزمی با اشاره به ذخیره ۷۰۲ میلیون متر مکعبی آب در مخزن سد سفیدرود، گفت: ذخیره فعلی سد سفیدرود نسبت به سال گذشته کاهش را نشان می دهد اما با در نظر گرفتن جمیع جهات شرایط سال زراعی در حال سپری شدن تقریبا مشابه سال قبل است و نیازمند برنامه ریزی و اجرای دقیق آبرسانی به شالیزارها و همیاری و همکاری کشاورزان محترم گیلان با فرزندانشان در آب منطقه ای گیلان و رعایت تقویم زراعی است.

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای گیلان افزود: در روز آغاز آبیگاری (۱۶ اردیبهشت) از کانال فونتان و چپ سنگر که شامل رشت و خنک می شود فعالیت را آغاز کردیم و نشانه از ۱۹ اردیبهشت کانال راست سنگر یعنی شرق استان را وارد کردیم و کنیم و با توجه به اینکه اولین دوره آبیگاری است حدودا ۴ روز طول می کشد که آب به آخرین شهرها برسد و در داخل آنها توزیع بشود، بنابراین در این مقطع از کار ۱۴ روز پیوسته آب خواهیم گذاشت تا آب به انتهای ترین نقطه شبکه برسد و از تقویم زراعی که ملاک کار ماست بخش "نشانه" به پایان برسد.

رئیس هیأت مدیره آب گیلان گفت: این مرحله که مرحله اول آبیگاری است ۱۴ روز پیوسته خواهد بود و بعد از آن طبق روال سال های گذشته یعنی ۲ روز قطع و ۸ روز وصل در خرداد ماه ادامه خواهد داشت.

خرمینی درخصوص لایروبی ها نیز گفت: ما هر ساله ۵۰۰ کیلومتر طول از انهار اصلی نیازمند لایروبی را در گیلان لایروبی می نمایم که در حال حاضر در هر گفتگویی ویژه خبری با مردم شریف گیلان در حال صحبت هستیم بیش از ۶۵۰ کیلومتر طول از انهار اصلی و درجه دره در استان را با هدف آبرسانی مطمئن لایروبی نموده ایم تا آب سریع تر به روستاها برسد و علاوه بر این در طول دوره آبیگاری بیش از ۹۰۰ دستگاه پمپ سنگین آبرسانی در ایستگاه های پمپاژ ما در سطح استان به منظور بازچرخانی آب استفاده خواهد شد.

وی با اشاره به در حال حاضر همه ایستگاه های پمپاژ آب منطقه ای گیلان سرویس و نگهداری شده و آماده بهره برداری اند، گفت: خواهش من از کشاورزان محترم این است چون این پمپ ها خاص هستند و تعمیرات آنها زمان بر است و در بازه زمانی محدود آبیگاری جایگزینی احتمالی آنها زمانبر خواهد بود نسبت به نگهداری و ممانعت از دست اندازی به آنها کوشا باشند.

مدیرعامل شرکت سهامی آب منطقه ای گیلان در پایان گفت: در استان گیلان بیش از ۶۰۰ حلقه چاه عمیق توسط جهاد کشاورزی و آب منطقه ای گیلان حفر شده است و همه آنها در مدار رند و جای نگرانی نیست اما خواهش دیگر ما نیز این است که کشاورزان عزیز به اندازه نیاز خود آب بگیرند و اجازه بدهند که آب به مزارع پایین دست برسد و در رعایت تقویم زراعی اعلامی جهاد کشاورزی استان گیلان نهایت دقت نظر را مبذول فرمایند.

سوال جواب: رئیس هیأت مدیره و مدیرعامل شرکت سهامی آب منطقه ای گیلان در گفتگویی ویژه خبری شبکه باران در شامگاه اولین روز آبیگاری در سال ۱۴۰۳ از ذخیره ۷۰۲ میلیون متر مکعبی آب در مخزن سد سفیدرود خبر داد. وحید خزمی با اشاره به ذخیره ۷۰۲ میلیون متر مکعبی آب در مخزن سد سفیدرود، گفت: ذخیره فعلی سد سفیدرود نسبت به سال گذشته کاهش را نشان می دهد اما با در نظر گرفتن جمیع جهات شرایط سال زراعی در حال سپری شدن تقریبا مشابه سال قبل است و نیازمند برنامه ریزی و اجرای دقیق آبرسانی به شالیزارها و همیاری و همکاری کشاورزان محترم گیلان با فرزندانشان در آب منطقه ای گیلان و رعایت تقویم زراعی است.

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای گیلان افزود: در روز آغاز آبیگاری (۱۶ اردیبهشت) از کانال فونتان و چپ سنگر که شامل رشت و خنک می شود فعالیت را آغاز کردیم و نشانه از ۱۹ اردیبهشت کانال راست سنگر یعنی شرق استان را وارد کردیم و کنیم و با توجه به اینکه اولین دوره آبیگاری است حدودا ۴ روز طول می کشد که آب به آخرین شهرها برسد و در داخل آنها توزیع بشود، بنابراین در این مقطع از کار ۱۴ روز پیوسته آب خواهیم گذاشت تا آب به انتهای ترین نقطه شبکه برسد و از تقویم زراعی که ملاک کار ماست بخش "نشانه" به پایان برسد.

رئیس هیأت مدیره آب گیلان گفت: این مرحله که مرحله اول آبیگاری است ۱۴ روز پیوسته خواهد بود و بعد از آن طبق روال سال های گذشته یعنی ۲ روز قطع و ۸ روز وصل در خرداد ماه ادامه خواهد داشت.

خرمینی درخصوص لایروبی ها نیز گفت: ما هر ساله ۵۰۰ کیلومتر طول از انهار اصلی نیازمند لایروبی را در گیلان لایروبی می نمایم که در حال حاضر در هر گفتگویی ویژه خبری با مردم شریف گیلان در حال صحبت هستیم بیش از ۶۵۰ کیلومتر طول از انهار اصلی و درجه دره در استان را با هدف آبرسانی مطمئن لایروبی نموده ایم تا آب سریع تر به روستاها برسد و علاوه بر این در طول دوره آبیگاری بیش از ۹۰۰ دستگاه پمپ سنگین آبرسانی در ایستگاه های پمپاژ ما در سطح استان به منظور بازچرخانی آب استفاده خواهد شد.

وی با اشاره به در حال حاضر همه ایستگاه های پمپاژ آب منطقه ای گیلان سرویس و نگهداری شده و آماده بهره برداری اند، گفت: خواهش من از کشاورزان محترم این است چون این پمپ ها خاص هستند و تعمیرات آنها زمان بر است و در بازه زمانی محدود آبیگاری جایگزینی احتمالی آنها زمانبر خواهد بود نسبت به نگهداری و ممانعت از دست اندازی به آنها کوشا باشند.

مدیرعامل شرکت سهامی آب منطقه ای گیلان در پایان گفت: در استان گیلان بیش از ۶۰۰ حلقه چاه عمیق توسط جهاد کشاورزی و آب منطقه ای گیلان حفر شده است و همه آنها در مدار رند و جای نگرانی نیست اما خواهش دیگر ما نیز این است که کشاورزان عزیز به اندازه نیاز خود آب بگیرند و اجازه بدهند که آب به مزارع پایین دست برسد و در رعایت تقویم زراعی اعلامی جهاد کشاورزی استان گیلان نهایت دقت نظر را مبذول فرمایند.

**معاون بنیاد مسکن در جریان سفر به گیلان: یازسازی روستای امامزاده ابراهیم شفت بدون پروسه اداری آغاز شود**

معاون بنیاد مسکن در جریان سفر به گیلان: یازسازی روستای امامزاده ابراهیم شفت بدون پروسه اداری آغاز شود.

مهر: معاون بنیاد مسکن روستایی بنیاد مسکن کشور با بیان اینکه یازسازی روستای امامزاده ابراهیم (ع) بدون پروسه اداری آغاز شود، گفت: اشتغال و معیشت ساکنان دهکده به مسکن ارتباط مستقیم دارد. مجید جودی ظهر دوشنبه در بازدید از مناطق آسیب دیده امام زاده ابراهیم شفت اظهار کرد: در دوران خدمتی سه دفعه است که آتش سوزی گسترده در این روستا اتفاق می افتد و این مساله بسیار تأسف برائتگی و ناراحت کننده است.

معاون یازسازی و مسکن روستایی بنیاد مسکن کشور با تاکید بر لزوم احیای مجدد روستای امامزاده ابراهیم شفت بر اساس اصول علمی و فنی بیان کرد: مسائل فنی، مقام سازی و اصولی سازی در احیا و یازسازی مجدد دهکده سوخته شفت لحاظ شود.

جودی، امامزاده ابراهیم شفت را از معدود روستاهای زیبا و کم نظیر ایران برشمرد و اضافه کرد: مسکن در امامزاده ابراهیم شفت با معیشت و اشتغال مردم منطقه گره خورده است.

وی با تاکید بر سرعت بخشی در ساخت و سازها در امامزاده ابراهیم شفت افزود: اشتغال، اقتصاد و معیشت ساکنین دهکده چوبی شفت به مسکن ارتباط مستقیم دارد و لذا ساخت و ساز منازل مسکونی این روستا باید سرعت بیشتری یابد.

معاون یازسازی و مسکن روستایی بنیاد مسکن انقلاب اسلامی کشور با بیان اینکه یازسازی روستای امامزاده ابراهیم شفت بدون پروسه اداری آغاز شود، گفت: امامزاده ابراهیم یک روستای معمولی نیست و باید نسبت به احیا و یازسازی مجدد این روستا اقدامات ویژه و ضرب العجلی صورت گیرد.

جودی با اشاره به تخریب بیش از ۲۵۰ منزل مسکونی در روستای امامزاده ابراهیم شفت بیان کرد: یازسازی و ساخت این تعداد منزل مسکونی در کمتر شش ماه باید به اتمام برسد.

وی از پرداخت تسهیلات ۲۵۰ میلیون تومانی با کارمزد پایین خبر داد و افزود: مقدمات پرداخت این تسهیلات برای روستاییان آسیب دیده شفت فراهم شده است.

معاون یازسازی و مسکن روستایی بنیاد مسکن انقلاب اسلامی کشور با تاکید بر لزوم سرعت بخشی کار آواربرداری روستای امامزاده ابراهیم شفت بیان کرد: با بکارگیری تمام ظرفیت موجود در استان کار آواربرداری روستای امامزاده ابراهیم شفت انجام می شود و در صورت نیاز از استان های هم جوار درخواست کمک خواهیم کرد.

جودی با تاکید بر ضرورت حفظ معماری و بافت روستایی در امامزاده ابراهیم شفت اظهار کرد: ضمن تسریع در آواربرداری، یازسازی و ساخت و ساز در روستا باید تلاش شود تا این روستا بر اساس بافت سنتی و روستایی ساخته شود.

وی گریزی هم به آتش سوزی سال ۹۶ در روستای امامزاده ابراهیم شفت زد و افزود: منازل افراد جامانده از آتش سوزی سال های گذشته به بهانه آتش سوزی اخیر یازسازی می شود.



معاون بنیاد مسکن در جریان سفر به گیلان: یازسازی روستای امامزاده ابراهیم شفت بدون پروسه اداری آغاز شود.

مهر: معاون بنیاد مسکن روستایی بنیاد مسکن کشور با بیان اینکه یازسازی روستای امامزاده ابراهیم (ع) بدون پروسه اداری آغاز شود، گفت: اشتغال و معیشت ساکنان دهکده به مسکن ارتباط مستقیم دارد. مجید جودی ظهر دوشنبه در بازدید از مناطق آسیب دیده امام زاده ابراهیم شفت اظهار کرد: در دوران خدمتی سه دفعه است که آتش سوزی گسترده در این روستا اتفاق می افتد و این مساله بسیار تأسف برائتگی و ناراحت کننده است.

معاون یازسازی و مسکن روستایی بنیاد مسکن کشور با تاکید بر لزوم احیای مجدد روستای امامزاده ابراهیم شفت بر اساس اصول علمی و فنی بیان کرد: مسائل فنی، مقام سازی و اصولی سازی در احیا و یازسازی مجدد دهکده سوخته شفت لحاظ شود.

جودی، امامزاده ابراهیم شفت را از معدود روستاهای زیبا و کم نظیر ایران برشمرد و اضافه کرد: مسکن در امامزاده ابراهیم شفت با معیشت و اشتغال مردم منطقه گره خورده است.

وی با تاکید بر سرعت بخشی در ساخت و سازها در امامزاده ابراهیم شفت افزود: اشتغال، اقتصاد و معیشت ساکنین دهکده چوبی شفت به مسکن ارتباط مستقیم دارد و لذا ساخت و ساز منازل مسکونی این روستا باید سرعت بیشتری یابد.

معاون یازسازی و مسکن روستایی بنیاد مسکن انقلاب اسلامی کشور با بیان اینکه یازسازی روستای امامزاده ابراهیم شفت بدون پروسه اداری آغاز شود، گفت: امامزاده ابراهیم یک روستای معمولی نیست و باید نسبت به احیا و یازسازی مجدد این روستا اقدامات ویژه و ضرب العجلی صورت گیرد.

جودی با اشاره به تخریب بیش از ۲۵۰ منزل مسکونی در روستای امامزاده ابراهیم شفت بیان کرد: یازسازی و ساخت این تعداد منزل مسکونی در کمتر شش ماه باید به اتمام برسد.

وی از پرداخت تسهیلات ۲۵۰ میلیون تومانی با کارمزد پایین خبر داد و افزود: مقدمات پرداخت این تسهیلات برای روستاییان آسیب دیده شفت فراهم شده است.

معاون یازسازی و مسکن روستایی بنیاد مسکن انقلاب اسلامی کشور با تاکید بر لزوم سرعت بخشی کار آواربرداری روستای امامزاده ابراهیم شفت بیان کرد: با بکارگیری تمام ظرفیت موجود در استان کار آواربرداری روستای امامزاده ابراهیم شفت انجام می شود و در صورت نیاز از استان های هم جوار درخواست کمک خواهیم کرد.

جودی با تاکید بر ضرورت حفظ معماری و بافت روستایی در امامزاده ابراهیم شفت اظهار کرد: ضمن تسریع در آواربرداری، یازسازی و ساخت و ساز در روستا باید تلاش شود تا این روستا بر اساس بافت سنتی و روستایی ساخته شود.

وی گریزی هم به آتش سوزی سال ۹۶ در روستای امامزاده ابراهیم شفت زد و افزود: منازل افراد جامانده از آتش سوزی سال های گذشته به بهانه آتش سوزی اخیر یازسازی می شود.

**عدم رعایت حجاب شرعی در نظام عدالت کیفر ایران**

بقیه از صفحه اول

ج) از لحاظ عنصر مادی برای اینکه جرمی وجود خارجی پیدا کند، پیدایش یک عنصر مادی ضرورت دارد و برای ذکر برای ارتکاب جرم کافی نیست چرا که بسیاری از اشخاص قصد مجرمانه دارند ولی به نحوی از نفعه (ندامت و شیمیانی و یا ترس از مجازات) هرگز آن را به مرحله اجرا نمی گذارند. بنابراین قصد ارتکاب جرم تا زمانی که موقوف به اعمال خارجی نشده و منتشر نشده و خللی در نظم اجتماع وارد نساخته قابل تعقیب نیست. (شامیانی ۱۳۷۱: ج ۱: ۲۰۹)

از نظر عنصر مادی و ادله اثبات جرم تقسیم می شوند به جرم مشهود و غیر مشهود. جرم مشهود جرمی است که مرتکب در حین ارتکاب غافلگیر شده و دلایل و مستندات جرم مشهود باشد. اما جرم غیر مشهود جرمی است که مدت زمانی است که به ارتکاب رسیده و به دست آوردن دلایل و مستندات آن غیر ممکن و یا غیر مسلم شده است. (شامیانی ۱۳۷۱: ج ۱: ۳۲۴)

در این مورد جرم بی حجابی از جمله جرم مشهود به شمار می رود که با توجه به ماده ۲۱ قانون آیین دادرسی کیفری ضابطین دادگستری موظفند در صورت مشاهده وقوع جرم هر اقدام مؤثر را برای حفظ آثار و علامت و مستندات جرم و همچنین هر اقدامی جهت جلوگیری از تواتر شدن بزهکار را انجام داده و مجرم را توقیف کرده و به مراجع صلاحیت دار مربوطه تحویل دهند تا صدور حکم از سوی مرجع قضایی صالح نسبت به آن انجام پذیرد. اصل بر آن است که در دادگاه های عمومی به این جرم رسیدگی شود ولی در موارد خاصی که نیازمند احراز قضایی است. مرتکب این بزه ممکن است به عنوان متهم به فعل مخل امتیث داخلی یا افساد فی الارض در دادگاه انقلاب محاکمه شود و نتیجه اینکه همه عناصر ۳ گانه جرم در قوانین کیفری در عدم رعایت حجاب شرعی وجود داشته و با توجه به آن مرتکبین جرم بی حجابی بنابر تصریح تبصره ماده ۶۳۸ مجرم شناخته شده و مستوجب کیفر ذکر شده در ماده مشارالیها هستند.

همچنین بحث معاونت در این جرم نیز مانند دیگر جرم های می باشد برای مثال اگر مرتکب با وسیله خود، زن بی حجابی را در معاینه بگرداند برای نیل به اهدافی که در آن ها در سر می پروراند، معاونت در جرم کرده و مستحق مجازات می باشد (زراعت ۱۳۸۲: ج ۲: ۲۳۵)

منظور از ارتکاب در انظار عمومی به معیار که در تبصره ماده فوق الذکر آمده این است که عمل به طور علنی در مرتی و منظر عمومی واقع شود یا در مکانی که مستعد عموم باشد و قصد مرتکب پنهان نمودن محل و آشکار شدن آن تأثیری نخواهد داشت.

بنابراین ارتکاب جرم بی حجابی در پس کوچمه ها و تاریکی شب مشمول ارتکاب عمل در علن خواهد بود و ضمناً از آنجایی که طبق ماده ۵ قانون مدنی ایران کلیه ساکنین ایران اعم از اتباع داخلی و خارجی مطیع قوانین ایران خواهند بود و به موجب مواد ۳ و ۸ قانون مجازات اسلامی، قوانین جزایی دربار کلیه کسانی که در قلمرو حاکمیت جمهوری اسلامی ایران (اعم از زمینی، هوایی و دریایی) مرتکب جرم شوند، اعمال می گردد مگر آنکه به موجب قانون ترتیب دیگری مقرر شده باشد. پس قوانین کیفری نسبت به کلیه زندانی که در قلمرو کشور مرتکب جرم عدم رعایت حجاب شرعی شوند صرف نفع از تابعیت مجرم یا مجنی علیها قابل اجراست و عواملی چون تابعیت یا مذهب در تحقق این جرم دخل نمی باشد. (گلوزیان ۱۳۸۴: ۳۱) بنابراین اگر یک زن غیر مسلمان نیز در قلمرو حاکمیت دولت ایران بدون رعایت حجاب در معابر عمومی ظاهر شود مرتکب جرم شده است.

کارشناس ارشد حقوق جزا و جرم شناسی



مخبر در دیدار وزیر تجارت عراق:

### ایران و عراق در مبادلات اقتصادی از ارز ملی خود استفاده کنند



ایرنا: معاون اول رئیس جمهور با تاکید بر اینکه ایران و عراق باید در مبادلات اقتصادی از ارز ملی خود استفاده کنند تصریح کرد: روابط دوستانه، عمیق و تاریخی و کشور ايجاب می کند که در تبادلات تجاری و اقتصادی، به جای استفاده از ارز کشور ثالث، از پول ملی خود استفاده کنیم.

محمد مخبر در دیدار سلمان الفریری وزیر تجارت عراق، با بیان اینکه توفیقات دولت و ملت عراق همواره برای جمهوری اسلامی ایران از اهمیت ویژه ای برخوردار بوده است اظهار امیدواری کرد روز به روز شاهد افزایش توفیقات و رفاه مردم دو کشور باشیم.

معاون اول رئیس جمهور همچنین لازمه توسعه مناسبات اقتصادی ایران و عراق را تسهیل همکاری بخش خصوصی دو کشور دانست و افزود: بخش خصوصی ایران به دلیل روابط صمیمانه دو کشور و همچنین وجود عنایت عالیت، انگیزه بالایی برای فعالیت در عراق دارند که لازم است کمیسیون همکاری های مشترک، موانع پیش روی توسعه مرادوات تجاری فی مابین را شناسایی و نسبت به رفع این مشکلات اقدام کند.

وی با تاکید بر اینکه ایران و عراق باید در مبادلات اقتصادی از ارز ملی خود استفاده کنند تصریح کرد: روابط دوستانه، عمیق و تاریخی دو کشور ايجاب می کند که در تبادلات تجاری و اقتصادی، به جای استفاده از ارز کشور ثالث، از پول ملی خود استفاده کنیم.

مخبر در بخش دیگری از سخنان خود از وعده صادق و پاسخ محکم جمهوری اسلامی ایران به رژیم اشغالگر قدس بعنوان یک نقطه تاریخی یاد کرد و اظهار داشت: امروز هیمنه آمریکا و اسرائیل با ایستادگی محور مقاومت کاملا در هم شکسته و علی رغم اینکه آنها تمامی امکانات خود را بسیج کرده اند نتوانسته اند به اهداف خود دست پیدا کنند به همین دلیل به کنشکار زنان و کودکان در غزه روی آوردند.

وزیر تجارت عراق نیز در این دیدار ایران را سرزمین تاریخ، تمدن و اندیشه توصیف کرد و گفت: بغداد به دنبال تقویت جدی در مناسبات تجاری با تهران است و این موضوعی است که نخست وزیر عراق نیز آن را بعنوان یک اولویت دنبال می کند.

سلمان الفریری وزیر تجارت عراق با اشاره به وجود کالاها و محصولات ایرانی در عراق خاطر نشان کرد: عراق بازار خوبی برای کالاها ایرانی است و ما همواره خواهان تقویت واردات محصولات ایرانی به عراق هستیم.

وزیر تجارت عراق از ایران به عنوان یکی از مهمترین شرکای تجاری خود یاد کرد و افزود: بعنوان وزیر تجارت عراق و رئیس طرف عراقی کمیسیون همکاری های مشترک دو کشور آمادگی دارم موانع و مشکلات پیش روی تجار ایرانی را برای توسعه فعالیت های خود در عراق مرتفع کنم.

رهبر انقلاب در دیدار مسئولان و کارگزاران حج و جمعی از زائران بیت الله الحرام تاکید کردند:

## حج امسال حج برأت از دشمن جنایتکار صهیونیستی و حامیانش باشد



دشمنان ظالم و ستمزگر به شدت اظهار برکت و به صراحت اعلام دشمنی می کند.

رهبر انقلاب با اشاره به آیات قرآنی که دوستی با دشمنان ستمگر را هم کاملاً نهی می کند، رژیم صهیونیستی را مصداق کامل دشمنی با مسلمانان و آمریکا را همدست این رژیم خواندند و افزودند: اگر کمک آمریکا نبود آیا رژیم صهیونیستی قدرت و جرأت این رفتار وحشیانه با مردم مسلمان و زنان و کودکان را داشت؟

سوال جواب: رهبر معظم انقلاب اسلامی صبح امروز در دیدار مسئولان و کارگزاران حج و جمعی از زائران بیت الله الحرام، ذکر پروردگار و «وحدت و ارتباط مسلمانان» را دو عنصر بسیار مهم معنوی و اجتماعی فریضه حج خواندند و با اشاره به تصمیم گیری مشترک است تا نتایج مبارک و عینی حج نصیب عالم اسلام و همه بشریت شود که اکنون یاد و نام مبارک حضرت ابراهیم (ع)، باید فراتر از هر سال، حج برأت از این دشمن جنایتکار مسلمانان و حامیان آن باشد.

رهبر انقلاب اسلامی حج را در جنبه ماهی و معنوی، فریضه ای چند بعدی برشمردند و افزودند: در بُعد درونی و باطنی، ذکر پروردگار به عنوان «نشانه حقیقی زندگی و عزیمت و اراده و تصمیم گیری های فردی، اجتماعی و ملی، نکته برجسته همه مراحل حج است.

ایشان در همین زمینه به زائران بیت الله تاکید کردند: در حج منوجه مواردی باشد که در هیچ جای دیگر نیست مانند کعبه، مسجدالحرام و طوف و زیارت نبی اکرم (ص) و گرگه بازار و اجناس در همهجا وجود دارد.

دین خدا را از جمله تعالیم ارزشمند و ابراهیمی خواندند و گفتند: از ابتدای انقلاب، برأت یک رکن جاری در حج بوده است اما اسامی و با توجه به حوادث عظیم و عجیب غزه که پیش از همیشه چهره خون آشام و دشمنی را یگانه سازد و همگامی و همفکری و تصمیم گیری مشترک است تا نتایج مبارک و عینی حج نصیب عالم اسلام و همه بشریت شود که اکنون یاد و نام مبارک حضرت ابراهیم (ع)، باید فراتر از هر سال، حج برأت از این دشمن جنایتکار مسلمانان و حامیان آن باشد.

دین خدا را از جمله تعالیم ارزشمند و ابراهیمی خواندند و گفتند: از ابتدای انقلاب، برأت یک رکن جاری در حج بوده است اما اسامی و با توجه به حوادث عظیم و عجیب غزه که پیش از همیشه چهره خون آشام و دشمنی را یگانه سازد و همگامی و همفکری و تصمیم گیری مشترک است تا نتایج مبارک و عینی حج نصیب عالم اسلام و همه بشریت شود که اکنون یاد و نام مبارک حضرت ابراهیم (ع)، باید فراتر از هر سال، حج برأت از این دشمن جنایتکار مسلمانان و حامیان آن باشد.

### رئیس جمهور در دیدار رئیس اقلیم کردستان عراق: دولت عراق و اقلیم کردستان مانع استفاده از خاک این منطقه علیه ایران شوند



ایستاد: رئیس جمهور با بیان اینکه ایران مانعی برای گسترش همکاری های اقتصادی و مرادوات تجاری با اقلیم کردستان ندارد، تصریح کرد: ما مرزهای طولانی میان دو طرف را فرصتی ارزشمند برای ارتقای سطح روابط می دانیم، اما امنیت اساس و بستر ضروری هر نوع همکاری و گسترش تعاملات است.

سید ابراهیم رئیسی در دیدار «نیچروان بارزانی» رئیس اقلیم کردستان عراق با بیان اینکه روابط کردستان با ایران بر پیوندهای تاریخی، ملی، دینی و فرهنگی استوار است، اظهار امیدواری کرد که این سفر به نقطه عطفی در ارتقای سطح روابط سیاسی، اقتصادی و فرهنگی تبدیل شود.

رئیس جمهور با بیان اینکه عراق قوی و تقویت وحدت و انسجام در چارچوب عراق واحد همواره مورد اهتمام و تاکید جمهوری اسلامی ایران بوده است، گفت: حمایت های ایران از کردها چه در زمان رژیم صدام، چه فتل عام حلیجه و حمله داعش اثبات می کند که ایران پشوانه ای بزرگ و دوست روزهای سخت عراق و کردستان است.

رئیس با اشاره به اینکه دولت و ملت ایران، امنیت عراق را به مثابه امنیت خود می شمارند، افزود: ما نسبت به حسن نیت و دوستی برادران عراقی و کرد خود اطمینان داریم، اما با توجه به گهواره های دشمنان از جمله رژیم صهیونیستی علیه ملت ایران، انتظار داریم دولت عراق و اقلیم کردستان به طور مطلق از هرگونه سوء استفاده عناصر دشمن صهیونیستی و عناصر ضد انقلاب از خاک این منطقه علیه ایران جلوگیری به عمل آورند.

رئیس جمهور ضمن قدردانی از اقدامات دولت عراق و نیز اقلیم کردستان در اجرای مفاد توافقنامه امنیتی فی مابین، بر اجرای کامل و دقیق این توافق تاکید و تصریح کرد: خلع سلاح کامل و عدم حضور عناصر ضد انقلاب در خاک عراق یک ضرورت است.

رئیس همچنین تاکید کرد: ایران مانعی برای گسترش همکاری های اقتصادی و مرادوات تجاری با اقلیم کردستان ندارد. ما مرزهای طولانی میان دو طرف را فرصتی ارزشمند برای ارتقای سطح روابط می دانیم، اما امنیت اساس و بستر ضروری هر نوع همکاری و گسترش تعاملات است.

رئیس جمهور با تاکید بر اینکه نباید اجازه دهیم عناصر معاند و بدخواهان روابط دوستانه و صمیمی طرفین اختلالی در مسیر گسترش همکاری های فی مابین ایجاد کنند، اظهار داشت: نگاه مسولان باید فراتر از بدخواهی بیگانگان معطوف به طراحی و اجرای راهکارهای توسعه روابط در مسیر تأمین منافع متقابل میان ایران با عراق به طور عام و اقلیم کردستان به طور خاص باشد.

«نیچروان بارزانی» نیز در این دیدار ضمن ابراز خوشحالی از تجدید دیدار خود با رئیس جمهور کشورمان، با بیان اینکه اشتراکات دینی، تاریخی و فرهنگی، در طول سالیان متمادی همسایگی، پیوندهای عمیق و تاریخی ما طرف ایجاد کرده است، از جمهوری اسلامی ایران به عنوان دوست روزهای سخت و دشوری که در هنگام بروز مشکلات کنار عراق و اقلیم کردستان بوده است، صمیمانه قدردانی کرد.

رئیس اقلیم کردستان عراق با قدردانی از نقش شهید قاسم سلیمانی در امنیت و بقای کردستان تاکید کرد: شالوده عراق جدید و روابط امروز فی مابین برآمده از همکاری مبارک ایران و عراق است و لذا ایران برای ما صرفاً یک همسایه نیست. اگر انقلاب اسلامی و جمهوری اسلامی نبود، معلوم نبود تحرک کرد امروز چه سرنوشتی داشت. رعایت حرمت این همکاری ها و تعاملات خط قرمزی است که ما هرگز از آن عبور نخواهیم کرد.

بارزانی با بیان اینکه مرزهای ایران و اقلیم کردستان حتی در دوران کرونا نیز بسته نشد، گفت: انتظار ما از ایران آن است که همچنان برای رفع مشکلات در عراق و ساختن کشوری آباد و پیشرفته در کنار ما باشد. روابط گذشته ما افتخارآمیز است و تلاش ما بر این است که آینده ای درخشان و بهتر از گذشته بسازیم.

رئیس اقلیم کردستان تصریح کرد: هیچ عقل سلیمی اجازه نمی دهد ما روابط با رژیمی را که امروز در بدترین موقعیت خود قرار دارد، بر روابط با کشور قدرتمند و دوست ترجیح دهیم.

10

### گروسی برای شرکت در کنفرانس بین المللی علوم و فنون هسته ای ایران وارد تهران شد

ایرنا: مدیرکل آژانس بین المللی انرژی اتمی در تهران و اصفهان برنامه های شندهای را در حاشیه کنفرانس بین المللی علوم و فنون هسته ای ایران دارد. رافائل گروسی مدیرکل آژانس بین المللی انرژی اتمی در حاشیه کنفرانس بین المللی علوم و فنون هسته ای ایران و البته دیدار با برخی از مقامات کشورمان وارد تهران شد.

وی در پلوی ورود مورد استقبال بهروز کمالوندی، سخنگو و معاون امور بین الملل، حقوقی و مجلس سازمان انرژی اتمی ایران قرار گرفت.

مدیرکل آژانس بین المللی انرژی اتمی در تهران با برخی مقامات کشورمان از جمله حسین امیرعبداللهی وزیر امور خارجه دیدار و گفتگو کرد.

### آگهی اختصاصی

نظر به اینکه تجدید حدود اطلاق به عمل نامیده آگهی تجدید حدود اختصاصی آنها به شرح ذیل منتشر میگردد:

۱- به پلاک ۲۸ فرعی بصورت شدت یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۳۰/۱۸ متر مربع ملک آقای کریم کاظمی بیان پشته فرزند کاظم ۲- به پلاک ۲۹ فرعی بصورت شدت یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۳۷/۷۱ متر مربع ملک آقای سعید رحمتی فرزند سهراب راس سانت ۹ صبح روز دوشنبه مورخه ۱۴۰۳/۰۳/۰۷ در محل به عمل می آید.

لذا مراتب جهت اطلاع به مجاورین و صاحبان حقوق ارتقایی آن آگهی میگردد . چنانچه کسانی نسبت به حدود و حقوق ارتقایی ملک فوق الذکر اعتراضی داشته باشند میتوانند اعتراض خود را از تاریخ تجدید حدود به مدت سه روز (۳۰) به این اداره اعلام و رسید دریافت دارند. ضمناً طبق ماده ۸۶ آیین نامه اصلاحی قانون ثبت اعتراض باید کتبی و مستقیماً به این اداره تسلیم و معترض باید طرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراضی به مرجع ثبتی، دادخواست صلح قضایی تقدیم نماید در غیر ایصورت متقاضی نسبت به نامبند قانونی وی متبناست به دادگاه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید و اداره ثبت بدون توجه به اعتراض، عملیات ثبتی را با رعایت مقررات ادامه خواهد داد.

تاریخ انتشار: روز سه شنبه مورخه ۱۴۰۳/۰۳/۰۸  
محمدرضا فروهی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک رحیم آباد رام/الف/۳۲۹

### مفقودی کارت دانشجویی

کارت دانشجویی مهدی بهرامی به شماره ۹۸۱۹۴۳۴۰۰۴ و به شماره ملی ۲۵۸۱۱۹۷۶۱۷ در رشته مهندسی عمران مقطع کارشناسی از موسسه آموزش عالی راهبردی شمال مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط است.

### ۴ گزینه اصلی ریاست مجلس دوازدهم چه کسانی هستند؟

این افراد هم اکنون در حال رایزنی با نمایندگان مجلس دوازدهم برای جلب نظر آنها هستند و یک منبع آگاه و مطلع نیز به خبرنگار گفته است که این ۴ گزینه علاوه بر رایزنی با نمایندگان منتخب، همزمان با یکدیگر نیز در حال رایزنی هستند تا شاید بتوانند یکی از گزینه ها را به نفع خود از صحنه رقابت کنار بزنند.

همچنین برخی نمایندگان تصور می کنند که ممکن است سید محمود نوبینان نماینده فعلی و منتخب اول تهران، گزینه پیش بینی شده و غافلگیرکننده انتخابات ریاست مجلس باشد اما پیگیری های خبرنگار تسنیم حاکی از این است که آقای نوبینان در گفت و گوهایی که با چند نماینده منتخب مجلس داشته تصریح کرده است که تمایلی برای ریاست مجلس ندارد.

لیته در این میان، برخی منتخبان مجلس دوازدهم هم هستند که می گویند یک نماینده منتخب دیگر، تمایل و قوی برای ریاست مجلس دارد اما تاکنون نتوانسته است حتی به تعداد گفتگان ۲ دست، نظر رای گیری در صحن علنی باقی بماند.

تسنیم: بنا بر پیگیری های خبرنگار تسنیم، آقایان محمدباقر قالیباف، علی نیکزاد، منوچهر منکی و مجتبی ذوالنور تاکنون ۴ گزینه اصلی برای ریاست مجلس دوازدهم هستند.

۲۵۵ نماینده مجلس شورای اسلامی دوازدهم در دور اول انتخابات ۱۱ اسفند ماه مشخص شدند و ۲۵ نماینده باقی مانده نیز در دور دوم انتخابات در جمعه این هفته (۲۱ اردیبهشت) مشخص خواهند شد تا مجلس دوازدهم کار خود را با ۲۹۰ نماینده از ۷ خرداد ماه به ریاست مسن ترین نماینده مجلس، آغاز کند.

اولین دستور رسمی و علنی مجلس جدید، رئیس و هیئت رئیسه با رأی اکثریت نمایندگان خواهد بود.

از پیش از برگزاری انتخابات مجلس شورای اسلامی، گمانه زنی هایی مبنی بر اینکه چه کسی رئیس فوه مقننه خواهد شد، آغاز شده است و در همین راستا نامزدهای ریاست مجلس جلسات متعددی را با علوان مختلف برگزار و با رسانه های کردن تعداد حاضرین در جلسه سعی کردند احتمال شنستن بر صندلی شماره یک مجلس را برای خود تقویت کنند.

اگرچه مخلوب ۱۰ نماینده از نمایندگان منتخب برای ریاست مجلس آتی، در حال تلاش و رایزنی هستند اما طبق بررسی ها و پیگیری های خبرنگاران تسنیم از گروه های مختلف سیاسی، نامزد بالقوه برای ریاست آتی مجلس شورای اسلامی مطرح هستند و تلاش برخی دیگر از نمایندگان منتخب برای این مهم، ممکن است حتی به کاندیداتوری هم نماند.

بنا بر این گزارش، محمدباقر قالیباف با سابقه ریاست مجلس در ۴ سال گذشته، علی نیکزاد با سابقه دودوره ای وزارت و نائب رئیسی مجلس، منوچهر منکی با سابقه یک دوره سکانتاری وزارت امور خارجه و حجت الاسلام مجتبی ذوالنور با سابقه نائب رئیسی مجلس یازدهم، ۴ گزینه اصلی برای ریاست مجلس دوازدهم هستند که ممکن است بر اثر رایزنی هایی که اکنون در حال انجام است، در نهایت ۲ گزینه برای نمایندگان منتخب را جلب کند.

اسلامی در افتتاحیه کنفرانس بین المللی هسته ای:

### ایران با اراده مصمم، فناوری هسته ای را گسترش خواهد داد



مهر: رئیس سازمان انرژی اتمی گفت: جمهوری اسلامی ایران همانند بسیاری از کشورهای، با اراده مصمم، فناوری هسته ای را گسترش خواهد داد.

محمد اسلامی در افتتاحیه کنفرانس بین المللی هسته ای در اصفهان اظهار کرد: جمهوری اسلامی ایران همانند بسیاری از کشورهای، با اراده مصمم، فناوری هسته ای را گسترش خواهد داد.

وی افزود: امروز به ویژه که دنیا با تغییرات مواجه است و اراده جمعی کشورها مبتنی بر کربن صفر تا ۲۰۵۰ به میناق تبدیل شده است، ما پیش از پیش در رسانی نشر و گسترش فناوری هسته ای برای رسیدن به انرژی پاک و پایداری، تلاش خواهیم کرد.

اسلامی گفت: جمهوری اسلامی ایران رسیدن به بیست هزار مگاوات برق هسته ای تا سال ۱۴۲۰ را در برنامه خود قرار داده است و این برنامه در سواحل جنوبی و شمالی کشور، در دستور کار قرار خواهد گرفت.

### آگهی الصافی موضوع ماده ۱۰ قانون ساماندهی

نظر به اینکه تصرفات فروری و مالکانه اشخاص واقع در شهر کومه سنگ ۱۴ اصلی که از طریق بنیاد مسکن انقلاب اسلامی شهرستان لنگرود درخواست صدور سند مالکیت تصرفی خود را نموده اند به موجب آراء صادره از سوی هیات رسیدگی به پرونده های مطروحه مورد تایید قرار گرفته است لذا مراتب بترج ذیل آگهی میگردد. هر کسی نسبت به اصل معترض می باشد ظرف مدت ۲۰ اعتراض خود را مکتوب به اداره ثبت محل تسلیم نمایند. ضمناً معترض می بایست طرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست خود را به مرجع قضایی دیصلاح تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را به اداره ثبت تسلیم نماید.

شهر کومه سنگ ۱۴ اصلی پخش ۱۵ میلان

۱- پلاک ثبتی ۱۴/۲۲۸۷ مجزی از ۱۴/۸۹ بصورت شدت یک قطعه زمین به مساحت ۳۳۴ متر مربع طبق رای شماره ۸۱۶ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ بنام پرویز معصومی پرکشود و سید اعظم حسینی فرزند رمضان و سید حسن.

۲- پلاک ثبتی ۱۴/۲۳۰۰ مجزی از ۱۴/۲۵۴ بصورت شدت یک قطعه زمین مشتمل بر خانه به مساحت ۲۵۲/۱۵ متر مربع طبق رای شماره ۸۲۶ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ بنام زهرا مردانی فرزند رمضان.

۳- پلاک ثبتی ۱۴/۲۳۰۲ مجزی از ۱۴/۲۷۲ بصورت شدت یک قطعه زمین مشتمل بر یکپای خانه به مساحت ۱۱۵/۴۷ متر مربع طبق رای شماره ۸۲۲ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ بنام زینب و اصغر پورجانی کومه فرزندان رجایی.

۴- پلاک ثبتی ۱۴/۲۳۰۴ مجزی از ۱۴/۲۷۷ بصورت شدت یک قطعه زمین مشتمل بر خانه به مساحت ۲۷۰/۴۵ متر مربع طبق رای شماره ۸۱۸ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ بنام پورجانی کومه فرزند رجایی.

۵- پلاک ثبتی ۱۴/۲۳۰۶ مجزی از ۱۴/۲۶۴ بصورت شدت یک قطعه زمین مشتمل بر خانه به مساحت ۱۶۰/۵۰ متر مربع طبق رای شماره ۸۲۳ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ بنام سهراب مرادی سلو فرزند حسین. ضمناً مقدار مساحت ۰/۲۴ ع پلاک ثبتی ۱۴/۲۳۰۷ مجزی از ۱۴/۹۱۰ بصورت شدت یک قطعه زمین مشتمل بر خانه به مساحت ۳۳/۱۵۶ متر مربع طبق رای شماره ۸۲۴ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ بنام مهدی قاسمیان فرزند محمدحسین.

۶- پلاک ثبتی ۱۵/۱۲۱۲ مجزی از ۱۵/۴۹۲ بصورت شدت یک قطعه زمین مشتمل بر یکپای ساختمان به مساحت ۵۰۳/۸۸ متر مربع طبق رای شماره ۸۲۶ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ بنام علی اکبر سکری فرزند محمد.

۸- پلاک ثبتی ۱۵/۱۲۱۲ مجزی از ۱۵/۴۹۲ بصورت شدت یک قطعه زمین مشتمل بر یکپای ساختمان به مساحت ۱۲۵/۴۸ متر مربع طبق رای شماره ۸۱۴ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ بنام محمد یوسفی غوراسرای فرزند رمضانعلی.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۲/۱۸  
رایمین باقری - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک لنگرود رام/الف/۳۲۷

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند حوزه ثبت شهرستان سیاهکل

برابر رای به شماره ۱۳۰۰۰۹۹۸-۱۳۰۰۰۲۱۸-۱۴۰۳ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۲ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی سیاهکل تصرفات مالکانه و بلاعوض متقاضی آقای خاتم سلاجق نورپوش فرزند حسین به ش ش ۱۳۶ کد ملی ۰۱۷۹۳۳۵۰۱ صادره از واحد سیاهکل شدت یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۰۰/۶۰ متر مربع به شماره پلاک فرعی ۵۰۶۵ فروری و مجزی شده از ۷۷ فرعی از اصلی ۳۱ واقع در قریه کلسر سیاهکل پخش ۱۶- به نشانی شهرستان سیاهکل - خیابان ۱۶ متری خیابان شهید مطهری جنب پلاک ۲۱۲ از مورد مالکیت آقای جهان پخش زینبی ازبیری لدا به منظور اطلاع نمود در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود هر کسی ام از مجاوران و صاحبان حقوق و مالکین شماع نسبت به اصل و حدود و مفروضی پلاک فوقی واخواهی داشته باشد می تواند از تاریخ انتشار آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد شهرستان سیاهکل تحویل و ظرف مدت یکماه به مراجع قضایی صالحه دادخواست تسلیم و گواهی آن را به اداره متبوعه تحویل نماید در غیر این صورت پس از تقاضای مدت قانون مذکور برابر مقررات نسبت به صدور سند مالکیت منیز مراجع متضرر به دادگاه خواهد بود.

تاریخ ثبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۱۸  
تاریخ نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۳/۰۲  
عباس شعبانیان کوجلی - سرپرست ثبت اسناد و املاک شهرستان سیاهکل رام/الف/۳۸۱



# ۳ جنایت وحشتناک خانوادگی در ۲۴ ساعت

اتهام قتل عمد برای زن صیغه ای



همسرکشی طی ۲۴ ساعت گذشته بود که مقام قضایی را به خیابان شهید چراغچی ۵ کشاند. اما این حادثه زمانی وحشتناک تر شد که سرگرد سید قطعی (رئیس تجسس کلانتری خواجه ربیع) از وخامت حال نوجوان دوقلو نیز خبر داد که هدف ضربات هولناک کادر قرار گرفته بودند. به همین دلیل سومین ماجرای همسرکشی اهمیت ویژه ای یافت چرا که هر لحظه احتمال داشت خبر تلخ دیگری در بی سیم های پلیس به گوش برسد. گزارش اختصاصی روزنامه خراسان حاکی است:

طولی نکشید که با حضور قاضی شعبه ۲۰۸ دادسرای عمومی و انقلاب مشهد در محل وقوع جنایت، تحقیقات درباره این حادثه وحشتناک وارد مرحله جدیدی شد چراکه «الیه» (زن ۳۰ ساله) با ۲۴ ضربه کادر به قتل رسیده بود و دختر و پسر دوقلو (خواهر و برادر مقتول) نیز در بیمارستان شهیداشمی نژاد بستری شده بودند. پیگیری‌های قضایی نشان داد: «الناز» (دختر ۱۶ ساله) به خاطر وضعیت وخیمی که داشت به اتاق عمل انتقال یافته و زیر عمل جراحی قرار گرفته است. اما وضعیت «الیاس» کمی بهتر از خواهر دوقلوش بود. در همین حال منم به قتل که با حضور به موقع گروه کارآگاهان و نیروهای تجسس کلانتری خواجه ربیع، در اطراف منزل پدرش دستگیر شده بود، مورد بازجویی تخصصی قرار گرفت و به قاضی دکتر صادق صفری گفت: سال ۹۳ با همسر ازدواج کردم البته قبل از او همسر دیگری هم داشتم. اوایل ارتباط با همسرم با یکدیگر بسیار خوب بود و من هم ۲۲ سال کارمند یکی از موسسات مالی اعتباری بودم که اکنون نیز فعالیت دارد ولی بعد از آنجا بیرون آمدم. در این شرایط اختلافات بین همسرانم نیز آغاز شد و تا حدی رسید به آنجا که من با او طلاق دادم. او از همان ابتدا مخالف ازدواج مجدد من بود ولی من توجهی نمی کردم تا این که مدتی بعد به همسرم سوء ظن پیدا کردم و با آن که مسیر قانونی را در پیش می گرفتم ولی باز رضایت می دادم و پرونده مخومه می شد. خلاصه این اختلافات به جایی رسید که همسرم از حدود ۱۰ روز قبل با حالت قهر منزل را ترک کرد و به خانه پدرش رفت و در همین حال هم اصرار به طلاق داشت. امشب هم وقتی او را با آرایش غلیظ دیدم، با او تماس گرفتم ولی مانند همیشه ماجرا را انکار کرد و مرا برای دعوا فراخواند! من که به او رفتی و گو با همسرم به منزل پدرش رفته بودم ناگهان به خاطر پاسخ های سریالای او عصبانی شدم و چاقو را بیرون کشیدم. درحالی که ضرباتی را بر پیکر همسرم وارد می کردم، خواهر و برادرش نیز جلو آمدند که آن ها را هم با چاقو زدم و... بنابر گزارش اختصاصی روزنامه خراسان، تحقیقات افسران دایره تجسس که با نظارت مستقیم سرهنگ روح ا. شجاعی (رئیس کلانتری خواجه ربیع) و با دستورهای محرمانه مقام قضایی ادامه داشت، بیانگر آن بود که زوج مذکور دختر ۷ ساله ای دارند و «رضاب» (منم) قبل از دستگیری قصد خودکشی داشت که با حضور به موقع نیروهای نظامی این تصمیم وی نافرجام ماند.

این زن جوان در حالی خود را بی خبر از ماجرای درگیری همسرش نشان داد که اظهارات او برای قاضی ویژه قتل عمد باورپذیر نبود چرا که در پی این ادعاها، قاضی صفری دستور بررسی های دقیق درباره وجود لکه های خون روی پله ها و حتی کفش های مقتول را نیز صادر کرده بود و کارآگاهان نیز با بررسی های دقیق هیچ نشانه ای از وقوع جنایت در خارج از منزل را پیدا نکردند. این بود که «فاطمه» زیر رگیار سوالات انحرافی و تخصصی قرار گرفت. او در اثنای اظهاراتش به اختلافات شدید خانوادگی اشاره کرد و گفت: مقتول شوهر صیغه ای من است. او در شب از شمال کشور به منزل آمد و چنین تصور کرد که فری به غیر از من داخل خانه است! به همین خاطر درگیری بین ما شروع شد و او با لگد در ورودی منزل را شکست که آثار آن هنوز هم وجود دارد. من هم با کلانتری محل تماس گرفتم که آن ها به منزل آمدند و این حوادث را صورت جلسه کردند. امروز ظهر هم وقتی از بیرون منزل به خانه بازگشت، زخمی بود و به من گفت: «کمکم کن!» درحالی که زن جوان همچنان ادعای خود را تکرار می کرد ناگهان قاضی ویژه قتل عمد از وی درباره جراحات های روی دستش پرسید که منم با نگرانی و اضطراب گفت: این زخم ها مربوط به درگیری شب گذشته با شوهرم است! من از او باردارم و دلیلی ندارد که دروغ بگویم... گزارش اختصاصی روزنامه خراسان حاکی است: در پی ادعاهای این زن جوان، قاضی صفری اتهام قتل عمد شوهرش را به وی تفهیم کرد و بدین ترتیب او در اختیار کارآگاهان پلیس آگاهی قرار گرفت تا بررسی های بیشتری در این باره صورت گیرد.

گزارش اختصاصی روزنامه خراسان حاکی است: در حالی که هنوز ماجرای همسرکشی مرد افغانستانی ادامه داشت که حدود ساعت ۱۵ بعد از ظهر چهاردهم اردیبهشت، زنی با اورژانس ۱۱۵ مشهد تماس گرفت و مدعی شد همسرش با ضربه چاقو مجروح شده است. اما وقتی امدادگران اورژانس به محل حادثه واقع در خیابان کشاورز ۵ رسیدند، با جسد مردی حدود ۳۳ ساله روبرو شدند که بر اثر وارد آمدن تیغه چاقو به فقه سینه به قتل رسیده بود. بنا بر این طولی نکشید که نیروهای نظامی در جریان قتل قرار گرفتند و مراتب را به قاضی ویژه قتل های جنایی مشهد اطلاع دادند. دقایقی بعد با حضور قاضی دکتر صادق صفری در محل وقوع حادثه، تحقیقات گسترده قضایی در حالی آغاز شد که گروه تخصصی کارآگاهان پلیس آگاهی نیز وی را همراهی می کردند. جسد مربوط به مردی به نام «علی اصغر» بود که در پذیرایی طبقه دوم ساختمان و کنار پنجره مشرف به خیابان افتاده بود. در همین حال همسر صیغه ای مقتول که مدعی بود باردار است درباره این جنایت هولناک به مقام قضایی گفت: حدود ساعت ۱۴:۳۰ بود که شوهرم با همین وضعیت از بیرون وارد خانه شد و درحالی که به من می گفت «کمکم کن!» عقب عقب رفت و کف پذیرایی افتاد. او در بیرون از منزل درگیر شده بود و من اطلاعی از این ماجرا نداشتم!...

۳ جنایت وحشتناک خانوادگی در حالی طی ۲۴ ساعت در مشهد رخ داد که ۲ نوجوان دوقلو هم به شدت مجروح شدند و همسرکشی ها نیز در اعتراضات تکان دهنده به تشریح زوایای مختلف این جنایت ها پرداختند. روابط سرد عاطفی به جنایت انجامید روزنامه خراسان نوشت: اولین ماجرای وحشتناک همسرکشی بامداد چهاردهم اردیبهشت هنگامی فاش شد که مردی با پلیس ۱۱۰ تماس گرفت و از مرگ همسرش پس از درگیری خانوادگی خبر داد. طولی نکشید که خودروهای پلیس وارد خیابان مهدی آباد ۳۰ در شهرک شهید رجایی شدند و با حفظ صحنه جنایت، مرد تبعه خارجی (افغانستانی) را در حالی به مقر نظامی انتقال دادند که قاضی ویژه قتل عمد مشهد دستورهای محرمانه ای را برای بررسی مقدماتی صادر کرد و خود نیز عازم شهرک شهید رجایی (قلعه ساختمان) شد. دقایقی بعد گروه تخصصی کارآگاهان پلیس آگاهی مشهد نیز به سرپرستی سرهنگ ولی نجفی (رئیس دایره قتل عمد) نیز به محل جنایت رسیدند و بدین ترتیب تحقیقات میدانی قاضی «دکتر صادق صفری» برای بررسی زوایای پنهان این جنایت وحشتناک در حالی ادامه یافت که در ساعت ۲ بامداد، تعداد زیادی از اهالی محل نیز در اطراف منزل محل وقوع قضایی تجمع کرده بودند. به همین خاطر با دستور مقام قضایی، تدابیر خاصی برای امنیت محل به اجرا درآمد و جسد نیز به پزشکی قانونی منتقل شد. از سوی دیگر (منم افغانستانی) تحت الحفظ کارآگاهان به صحنه جنایت انتقال یافت و در حضور قاضی شعبه ۲۰۸ دادسرای عمومی و انقلاب مشهد به تشریح این جنایت هولناک پرداخت. منم این پرونده جنایی که حدود ۳۷ سال دارد، در اعتراضات تکان دهنده به مقام قضایی گفت: قبلا با همسر و ۲ فرزندم در قزوین زندگی می کردم اما اختلافات خانوادگی بین ما شروع شد و همسرم سرنا سازگاری با من گذاشت. این بود که به پیشنهاد همسرم به مشهد آمدم و در محله مهدی آباد ساکن شدیم. این اختلافات خانوادگی تا حدی پیش رفت که من دچار سوءظن شدم و به همین خاطر روابط عاطفی سردی بین ما به وجود آمد. گزارش اختصاصی روزنامه خراسان حاکی است: منم به همسرکشی در حالی که سعی می کرد همه این حوادث تلخ را به مشکل مغزی گره بزند، در ادامه اعترافش گفت: من مشکل مغزی دارم. به همین دلیل به همسرم گفتم با من بد صحبت نکن چون این حرف ها به درون قلبم می رود و سپس به منم می زند! ولی او توجوهی به من نمی کرد و مرا از خودش می راند! تا این که امشب باز هم به خاطر همان روابط سرد عاطفی، به من کم محلی کرد من هم که به شدت عصبانی شده بودم گلویش را با دستم فشار دادم و زمانی که بی جان شد با پلیس ۱۱۰ تماس گرفتم! اما افسر نظامی گفت شاید هنوز همسرت زنده باشد! این بود که به اورژانس ۱۱۵ هم زنگ زدم و دقایقی بعد توسط نیروهای نظامی دستگیر شدم. بنا بر گزارش روزنامه خراسان، در پی اعترافات صریح

قرارگاه قدس جنوب شرق نیروی زمینی سپاه اعلام کرد: **بازداشت عوامل پشتیبان گروهک جیش العدل در مدرسه دینی انوارالحریمین** قرارگاه قدس جنوب شرق نیروی زمینی سپاه اعلام کرد: بازداشت عوامل تاملین و پشتیبانی کننده عملیات های تروریستی اخیر سیستان و بلوچستان بازداشت شدند. در اطلاعیه روابط عمومی قرارگاه قدس جنوب شرق نیروی زمینی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی آمده است: به اطلاع امت شهیدپرور ایران اسلامی می رساند بامداد روز (شنبه) رزمندگان قرارگاه قدس در یک عملیات مشترک اطلاعاتی و عملیاتی با اداره کل اطلاعات سیستان و بلوچستان چند نفر از عوامل تاملین و پشتیبانی کننده که نقش محوری در ۲ عملیات گروهک تروریستی جیش الظلم در تاریخ های ۲۴ آذر ۱۴۰۲ در ستاد نظامی و ۱۶ فروردین سال جاری در سپاه شهرستان راسک را داشته و در مدرسه دینی انوارالحریمین روستای پشامگ از توابع این شهرستان مخفی شده بودند را با همکاری مردم شریف منطقه شناسایی و دستگیر کردند.

محاکمه مرد رمال به اتهام تعرض به ۵ زن **فرب زان به بهانه بخت گشایی و حل مشکلات** مرد رمال که منم است با نقشه شیطنی پنج زن و دختر را به دام سپاه انداخته و آزار داده در جلسه محاکمه مدعی شد که تعرضی در کار نبوده و شاکي ها با خواست و رضایت خودشان با وی ارتباط داشته اند. آذر سال ۱۴۰۲ زن جوانی به نام نسرين با مراجعه به پلیس آگاهی از مردی رمال شکایت کرد و اظهار داشت وی او را مورد آزار و اذیت و تعرض قرار داده است. این زن در تشریح ماجرا به مأموران گفت: از ۴ سال قبل به یک بیماری مبتلا شدم و به پزشکان متعددی مراجعه کردم اما نه تنها بیماری ام درمان نشد بلکه قدرت عضلاتم را هم از دست دادم. به صورت عادی نمی توانستم راه بروم تا اینکه چند ماه قبل به واسطه یکی از دوستانم با مرد رمالی به نام سعید آشنا شدم. او ادعا می کرد که ظرف چند جلسه و با یک نسخه جادویی می تواند بیماری ام را درمان کند. اظهارات این مرد دوباره من را امیدوار کرد و به خانه سعید در جنوب تهران رفتم. پس از چند جلسه او گفت برای درمان کامل باید به من انرژی بدهد و با حرف هایش فریبم داد و در نهایت منم را مورد آزار و اذیت قرار داد. حالا منم از او شکایت دارم. در حالی که مأموران در حال تحقیق از منم بودند دومین شکایت مشابه به پلیس اعلام شد. دومین شاکي دختر جوانی به نام شیرین بود که اظهاراتش با شاکي اول شباهت زیادی داشت.

در ادامه ۳ زن جوان دیگر هم با شکایت های مشابه به پلیس مراجعه کردند و تعداد شاکي های پرونده مرد رمال به ۵ نفر رسید. به این ترتیب مأموران سعید را ردیابی کردند و بازداشت شد. وی پس از انتقال به پلیس آگاهی و در جریان بازجویی ها منکر اتهام وارده شد. پس از آن مأموران او را در مقابل شاکي ها قرار



دادند که هر ۵ زن او را شناسایی کردند. با تکمیل تحقیقات پرونده برای رسیدگی به شعبه ۱۳ دادگاه کیفری یک استان تهران فرستاده شد. در ابتدای جلسه پنج شاکي پرونده برای مرد رمال درخواست اشد مجازات کردند. پس از آن نسرين به جایگاه رفت و به قضات گفت: منم به بهانه درمان بیماری به من تعرض کرد. حالا علاوه بر بیماری جسمی به مشکلات روانی هم مبتلا شدم و زندگی ام نابود شد. من به هیچ عنوان حاضر به گذشت نیستم. شیرین دومین شاکي پرونده نیز به قضات گفت: منم به خاطر اینکه دوست داشتم زودتر ازدواج کنم و همیشه به دنبال آن بودم که یک مرد خوب همسرم بشود از طریق یکی از دوستانم با سعید آشنا شدم. وقتی به خانه اش رفتم او گفت که می تواند با دادن یک نسخه جادویی کاری کند که خیلی زود مرد ایده آل من به خواستگاری ام بیاید و بختم باز شود اما این مرد شیاد من را مورد آزار و اذیت قرار داد. سومین شاکي هم گفت: چند سالی بود که مشکلات اقتصادی، منم و خانواده ام را آزار می داد و فکر کردم می توانم با گرفتن یک نسخه از منم قتل مشکلات مان را باز کنم اما سعید با ترغیبی فریبکارانه به من تعرض کرد. دو شاکي دیگر هم که با همین ترغیب فرب زان را خورده بودند جزئیات شکایت شان را مطرح کردند. پس از اظهارات شاکي ها، منم ۵۰ ساله به جایگاه رفت و گفت: من منکر ارتباط با شاکي ها نیستم و با هر ۵ نفر ارتباط داشتم اما من آنها را به زور به خانه ام نیاوردم و خودشان از من نسخه جادویی می خواستند و هر ۵ زنی که حالا از من شاکي هستند خودشان از من خواستند و پیشنهاد دادند که با آنها ارتباط داشته باشم. منم به هیچ کدام از شاکي ها تجاوز نکرده ام و اتهام را قبول ندارم. منم در ادامه افزود: البته منم دو همسر دارم که یکی از آنها بیمار است و دیگری هم در افغانستان زندگی می کند. اگر هم می بینید که پیشنهاد شاکي ها را رد نکردم به خاطر دوری از همسرانم بود و گرنه با آنها ارتباط برقرار نمی کردم. با اظهارات بیشتر قضات ادامه جلسه رسیدگی به پرونده را به تحقیقات بیشتر درباره ادعای منم موکل کردند.

## دستگیری عامل انتشار محتوای نامتعارف در فضای مجازی در رشت

رئیس پلیس فتای گیلان از دستگیری عامل انتشار محتوای سرو مشروب و تصاویر نامتعارف در اینستاگرام خبر داد. سرهنگ امیرحسین نقی مهر، رئیس پلیس فتای گیلان گفت: در راستای ارتقاء امنیت اخلاقی و اجتماعی جامعه و رصد فضای مجازی، صفحه ای با ۲۶ هزار دنبال کننده در اینستاگرام شناسایی شد که اقدام به انتشار تصاویر غیراخلاقی و سرو مشروب می کرد. او افزود: بعد از اقدامات فنی و تخصصی توسط کارشناسان پلیس فتا، منم ۳۰ ساله پرونده در شهرستان رشت مورد شناسایی قرار گرفت و دستگیر شد. به گفته رئیس پلیس فتای گیلان، طی بررسی های صورت گرفته این فرد با هدف کسب در آمد اقدام به بارگزاری و تبلیغات تصاویر نامتعارف در شبکه اجتماعی اینستاگرام کرده بود. سرهنگ نقی مهر هشدار داد: افرادی که بخواهند با ترندهای مختلف و با انتشار محتوای نامتعارف باعث رواج بی بند و باری و فساد در فضای مجازی و جامعه شوند پلیس فتا با همکاری دستگاه قضایی با آنها برخوردی قاطع و قانونی خواهد داشت. همچنین از شهروندان خواست در صورت مشاهده موارد مجرمانه مراتب را از طریق سایت پلیس فتا به آدرس [www.cyberpolice.gov.ir](http://www.cyberpolice.gov.ir) بخش مرکز فوریت های سایبری و یا به شماره تلفن ۰۹۶۳۸۰ اطلاع دهند.

فرمانده انتظامی رودسر خبر داد: **جان باختن جوان ۲۲ ساله بر اثر برق گرفتگی حین ماهیگیری**

ایسنا: فرمانده انتظامی رودسر گفت: پسر ۲۲ ساله که در پل روستای لزرگان منطقه واجارگاه در حال ماهیگیری بود که بر اثر برق گرفتگی کابل فشار قوی فوت کرد. سرهنگ سید جلال الدین جوانمردی در تشریح این خبر اظهار کرد: در پی اعلام مرکز فوریت های ۱۱۰ مبنی بر برق گرفتگی فردی در حوالی روستای لزرگان شهر واجارگاه، بلافاصله مأموران انتظامی به محل حادثه اعزام شدند. وی افزود: حضور پلیس و عوامل اسدادی در محل حادثه و بررسی های به عمل آمده مشخص شد، پسری ۲۲ ساله که بر روی پل روستای لزرگان در حال ماهیگیری بود بر اثر برخورد چوب وی با کابل فشار قوی دچار حادثه برق گرفتگی شده و جان باخته است، جسد متوفی برای سیر مراحل قانونی به سردخانه منتقل شد. فرمانده انتظامی شهرستان رودسر در پایان ضمن ابراز تاسف از این حادثه دلخراش، بر رعایت نکات ایمنی حین انجام کار تاکید کرد.

## نجات مصدومان حادثه واژگونی خودرو و ریزش بنزین در رشت

رئیس سازمان آتش نشانی رشت خبر داد: **نجات مصدومان حادثه واژگونی خودرو و ریزش بنزین در رشت** ایسنا: رئیس سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری رشت با اشاره به تصادف شدیدی که ۴ پی این تصادف مجبوس شدند، واژگونی و ریزش بنزین در سطح خیابان شهر مشاهده شده که آتش نشانان نسبت به نجات و ایمنی محل اقدام کردند. شهرام مومنی اظهار کرد: حادثه تصادف و مجبوس شدن افراد در ساعت ۵۳ دقیقه بامداد یکشنبه ۱۶ اردیبهشت ماه به مرکز فرماندهی آتش نشانی رشت اطلاع داده شد. وی با بیان اینکه سریعاً دو خودروی آتش نشانی به همراه هفت آتش نشان و افسر ارشد به محل حادثه واقع در بلوار شهدای گمنام اعزام شدند، افزود: به محض رسیدن واژگونی خودروی ال ۹۰ و مجبوس شدن راننده خودروی پراید مشاهده می شد که سریعاً نسبت به خارج کردن فرد مجبوس اقدام شد. رئیس سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری

## کشف بیش از ۱۵ هزار قلم داروی قاچاق تاریخ مصرف گذشته در غرب گیلان

ایرنا: فرمانده انتظامی گیلان از کشف ۱۵ هزار و ۱۷۴ قلم انواع داروی قاچاق و تاریخ مصرف گذشته به ارزش ۵۰ میلیارد ریال در بازرسی از یک انبار در شهرستان رضوانشهر خبر داد. سردار عزیزالله ملکی با اشاره به اینکه گسترش قاچاق به ویژه دارو در بازار باعث به خطر افتادن سلامتی مردم می شود، اظهار کرد: مبارزه با قاچاق یکی از اهداف پلیس در راستای امنیت پایدار در جامعه است. وی در ادامه با بیان اینکه در پی دریافت خبری مبنی بر توزیع داروهای قاچاق و تاریخ مصرف گذشته توسط متصدی یک واحد صنفی در شهر رضوانشهر، بررسی موضوع در دستور کار پلیس قرار گرفت، افزود: مأموران آگاهی پس از انجام اقدامات نامحسوس و اطمینان از صحت موضوع با تحت نظر قرار دادن فرد مورد نظر، انبار محل نگهداری داروها را شناسایی کردند. فرمانده انتظامی استان گیلان از اعزام پلیس به همراه کارشناس شبکه بهداشت به آدرس این مکان و کشف ۱۲ هزار و ۲۳۸ قلم



مدیر عامل توزیع برق غرب استان خبر داد:

### پوش «با انرژی» و اهداء جوایز نفیس به صرفه جویان در برق در مازندران



ایستاد: مدیرعامل شرکت توزیع برق غرب مازندران با اشاره به طرح ویژه در مصارف خانگی و تجاری گفت: طبق تفاهم نامه با همراه اول و شرکت توزیع برق کشور پوش «با انرژی» از ۱۵ اردیبهشت به راه افتاده است که در این طرح ویژه در صورت صرفه جویی ۱۵ درصدی در ۲۱ هفته جوایز نفیسی از جمله ۱۵۰ خودرو دنا و ۲۰۷ لوآزم خانگی و اینترنت به حکم قرعه به مشترکین اهداء خواهد شد.

مصطفی بابایی در نشست خبری با خبرنگاران عضو انجمن صنفی خبرنگاران غرب مازندران که در دفتر انجمن واقع در چالوس برگزار شد، با بیان اینکه این شرکت از محمودآباد تا رامسر را پوشش می‌دهد، اظهار کرد: در مجموع دارای ۷۲۰ هزار مشترک شامل ۲۴ شهر و ۹۵۳ روستا هستیم.

وی با بیان اینکه دو میلیارد و ۸۱۴ میلیون کیلووات ساعت فروش انرژی در طول سال ۱۴۰۲ این شرکت بوده است، افزود: در مجموع ۸۴ درصد مشترکان خانگی، ۹ درصد سایر مصارف، چهار درصد عمومی، ۲ درصد کشاورزی و یک درصد صنعتی است.

وی با اشاره به اینکه تابستان ۱۴۰۰ به لحاظ خاموشی‌های برنامه ریزی شده سال سختی به لحاظ خاموشی بود، تصریح کرد: با آمدن دولت سیزدهم و تعامل سه قوه و همکاری مشترکین، تابستان‌های ۱۴۰۱ و ۱۴۰۲ بدون اعمال خاموشی سپری شد و برای اسامال نیز برنامه داریم تا تابستان بدون خاموشی سپری شود.

مدیرعامل شرکت توزیع برق غرب مازندران از روند کاهش تلفات از سل ۹۵ تاکنون خبر داد و گفت: این روند در یکی دو سال اخیر قابل توجه بوده است که طی آن یک درصد معادل ۳۰ میلیون کیلووات ساعت به ارزش ۱۶۵ میلیارد تومان صرفه جویی شده است.

بابایی از هوشمندسازی ۳۹ هزار و ۵۰۰ کنومتر مشترکین به خصوص مشترکین بزرگ و سه فاز خبر داد و افزود: از این مجموع بیش از ۲۲ هزار مربوط به دو سال اخیر بوده است و هوشمند سازی تک فازها در برنامه قرار دارد.

وی طرح بهارستان را در راستای اصلاح، بهینه سازی و توسعه شبکه‌های برق‌های روستایی از مهم‌ترین اقدامات برشمرد و یادآور شد: طی دو سال ۶۲۱ روستا شامل طرح بهارستان شدند که معادل پنج سال عملکرد شرکت توزیع برق غرب مازندران است.

این مسئول با اشاره به آغاز تبدیل سیم به کابل خوندگه‌ها در هدف کاهش سرتقت از سال ۸۸ تاکنون، افزود: طی ۱۲ سال دو هزار و ۲۸ کیلومتر سیم به کابل انجام شد اما در دو سال ۱۴۰۱ و ۱۴۰۲ هزار و ۸۴۸ کیلومتر با صرف هزینه ۵۶۲ میلیارد تومان انجام شد.

بابایی بزرگترین چالش بر سر راه شرکت توزیع برق را عدم امکان فروش انشعاب به ساخت و سازهای غیر مجاز عنوان کرد و افزود: این موضوع منجر به انشعابات غیر مجاز می‌شود.

وی خاطر نشان کرد: سالانه بیش از ۱۰ هزار انشعاب فاقد کنتور یا همان غیر مجاز جمع‌آوری می‌شود، همچنین پنج هزار کنتور دستکاری شده نیز کشف می‌شود.

مدیرعامل شرکت توزیع برق غرب مازندران با اشاره به الزام ادارات مبنی بر کاهش مصرف ۳۰ درصدی برق، گفت: هر مشترک برقی در سال گذشته در صورت کاهش مصرف تا ۲۰ برابر پاداش گرفت و در مجموع ۳۰۴ هزار مشمول پاداش شدند.

بابایی به طرح ویژه در مصارف خانگی و تجاری اشاره کرد و افزود: طبق تفاهم نامه با همراه اول و شرکت توزیع برق کشور پوش «با انرژی» از ۱۵ اردیبهشت به راه افتاده است که در این طرح ویژه در صورت صرفه جویی ۱۵ درصدی در ۲۱ هفته جوایز نفیسی از جمله ۱۵۰ خودرو دنا و ۲۰۷ لوآزم خانگی و اینترنت به حکم قرعه اهدا خواهد شد.

### زوج سارق دلار از اتباع بیگانه در چالوس دستگیر شدند

فرمانده انتظامی شهرستان چالوس از دستگیری یک زوج سارق دلارهای اتباع بیگانه در آن شهرستان خبر داد.

سرهنگ محسن سلیمانی فرمانده انتظامی شهرستان چالوس گفت: طی وقوع یک فقره سرقت از اتباع بیگانه در شهرستان چالوس، موضوع به صورت ویژه در دستور کار مأموران پلیس آگاهی قرار گرفت.

او افزود: منتهان با مراجعه به مناطق تفریحی در شهرستان چالوس پس از اکتفا خارجی مورد نظر را تحت نظر قرار می‌دادند و در موقعیت مناسب اقدام به سرقت دلارها می‌کردند و منواری می‌شدند.

فرمانده انتظامی شهرستان چالوس گفت: مأموران با اقدام اطلاعاتی، منتهان را که یک زن و مرد بودند در یکی از شهرستان‌های همجوار شناسایی و دستگیر کردند.

او افزود: مأموران در بازدید از خودروی منتهان ۴ برگ اسکناس یکصد دلاری، ۲۲ برگ اسکناس یک دلاری، یک برگ اسکناس دو دلاری، دو برگ اسکناس ده دیناری، یک برگ اسکناس بیست دیناری کویت و مبلغ ۷ میلیون و ۶۰۰ هزار تومان وجه نقد و چهار دستگاه تلفن همراه لمسی کشف کردند.

سرهنگ سلیمانی در پایان خاطر نشان کرد: منتهان اهل یکی از استان‌های مرکزی کشور بودند و پس از تشکیل پرونده جهت سیر مراحل قانونی به دادسرا اعزام و روانه زندان شد.

### واژگونی مینی‌بوس در محور سوادکوه ۱۰ مصدوم برجا گذاشت

ایرنا: سخنگوی اورژانس مازندران گفت: حادثه واژگونی مینی‌بوس در محور سوادکوه ۱۰ مصدوم برجا گذاشت.

زکریا اشکری اظهار کرد: ساعت ۱۶:۱۶ روز جمعه ۱۴ اردیبهشت ماه با اعلام خبر این حادثه به مرکز ارتباطات اورژانس مازندران، بلافاصله آمبولانس‌های پایگاه‌های اورژانس دوآب و ورسک و هلال افراخته به محل حادثه واقع در عبور افراخته اعزام شدند. در این حادثه ۲ خانم و ۸ نفر آقا بر اثر واژگونی مینی‌بوس مصدوم شدند.

سخنگوی اورژانس مازندران بیان کرد: مصدومان توسط تیم‌های اعزامی پس از انجام اقدامات درمانی پیش‌بیمارستانی اولیه به بیمارستان شهدا تریب منتقل شدند. در این حادثه مصدومی با حال وخیم گزارش شد.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی مازندران خبر داد:

## تجهیز اراضی شالیزاری مازندران با الگوبرداری از کشاورزی ژاپن



ایرنا: رئیس سازمان جهاد کشاورزی مازندران گفت: از ۲۱۰ هزار هکتار اراضی شالیزاری استان ۶۰ هزار هکتار به سبک کشاورزی کشور ژاپن تجهیز و نوسازی شد. بابک مومنی درباره اجرای طرح تجهیز و نوسازی اراضی شالیزاری مازندران، افزود: بزرگترین طرح تجهیز و نوسازی اراضی شالیزاری مازندران در شهرستان آمل در حال اجرا است.

وی با بیان اینکه تجهیز اراضی با محوریت اراضی شالیزاری در حال اجرا است و متوسط مالکیت اراضی شالیزاری هفت دهم هکتار است، ادامه داد: تجهیزات و امکانات در اختیار این مزارع قرار ندارد و ابعاد قطعات مهندسی شده و هندسی نیست.

مؤمنی گفت: با توجه به حرکت کشاورزی به سمت اقتصادی و هوشمندانه، باید اراضی کشاورزی ما اقتصادی و مهندسی شده باشد و این طرح با الگوبرداری از کشور ژاپن در ایران اجرا شد و یک نظام تحولی و مدیریت آب با محوریت آب و آبیاری و زهکشی اراضی در هر یک از قطعات اجرایی شده که مصرف نهاده‌ها را مدیریت بهینه می‌کند و انقلابی در مدیریت مزارع بوجود می‌آورد.

وی اظهار کرد: این طرح یک طرح زیرساختی و مهم است و از ۲۱۰ هزار هکتار اراضی شالیزاری استان ۶۰ هزار هکتار تاکنون تجهیز و نوسازی شد و سرعت اجرای این پروژه با توجه به محدودیت منابع کند است و باید با جدیت و شتاب بیشتری دنبال شود.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی مازندران با بیان اینکه به دنبال توسعه و ارتقاء این طرح هستیم که بتوانیم سامانه‌های کم فشار آبیاری و انتقال آب یا لوله را هم در این طرح اجرا کنیم، افزود: آییندان را در بالادست مزارع و در پایین دست مزارع نیز بازچرخانی آب را داریم تا منجر به کاهش تلفات آب را داشته باشیم.

این مسئول خاطر نشان کرد: با توجه به اینکه انتقال آب و زهکشی اراضی در مزارع سنتی اراضی شالیزاری وجود نداشت طرح تجهیز و نوسازی اراضی شالیزاری به صورت کامل و با همه ملحقات طرح در روستای نوایی محله فریدونکنار اجرایی شد و به عنوان یک پایلوت ملی است تا به عنوان یک کار ترویجی مورد توجه قرار گیرد.

این استان با داشتن ۴۶۰ هزار هکتار زمین‌های زراعی و باغی ۷۲ سالانه نوع محصول کشاورزی را تولید می‌کند. تولید حدود یک میلیون تن برنج، ۲ میلیون و ۵۰۰ هزار تن مرکبات و انواع محصولات باغی در مازندران سبب شده که این استان به عنوان قطب تولید محصولات باغی و کشاورزی کشور همواره مورد توجه باشد.

### پایان برق دزدی در مازندران با شناسایی ۳ هزار انشعاب غیرمجاز

ایرنا: مدیرعامل شرکت توزیع نیروی برق مازندران با اشاره به هوشمندسازی ۸۰ درصدی مشترکین برق در مازندران گفت: سه هزار انشعاب غیرمجاز مشترکین برق در مازندران شناسایی شد.

سید کاظم حسینی کارنامی به اقدامات گسترده شرکت توزیع نیروی برق در راستای مدیریت مصرف برق و کاهش هدر رفت و ارائه خدمات نوین به مشترکین خبر داد و اظهار داشت: بازرسی ۱۲۲ هزار کنتور برق در سال ۱۴۰۲، انجام شد که در این طرح، ۲۳ هزار کنتور معیوب شناسایی و تعویض شد.

وی افزود: این اقدام منجر به بازگشت ۲۲ میلیون کیلووات ساعت مصرف برق و صرفه جویی قابل توجه در هزینه‌های مشترکین شد. حسینی کارنامی همچنین به کشف سه هزار انشعاب غیرمجاز در این بازدهی اشاره و تصریح کرد: با منخلفین مطابق قانون برخورد قانونی صورت گرفت و ۱۳ میلیون کیلووات ساعت برق به چرخه فروش بازگشت.

وی هوشمندسازی ۸۰ درصدی مشترکین را گامی بلند در راستای مدیریت مصرف دانست و گفت: هوشمندسازی ۸۰ درصدی مشترکین یکی از مهمترین دستاوردهای این شرکت بود و با اقدام لازم و با برنامه‌ریزی دقیق و تلاش شبانه‌روزی همکاران اتفاق افتاد.

وی افزود: مدیریت مصرف برق، بهینه‌سازی شبکه و ارائه خدمات نوین به مشترکین از جمله برنامه‌های شرکت توزیع نیروی برق است. مدیرعامل شرکت توزیع نیروی برق مازندران بیان کرد: هوشمندسازی در بخش‌های عادی و دیدماندی انجام شده که شامل تعویض کنتور، تعویض تابلو سنجش، کنترل‌پذیری پست‌های اختصاصی مشترکین و لنز اولیه است.

حسینی کارنامی از ثبت اطلاعات ۲۳ هزار مشترک دارای کنتور هوشمند و امکان دسترسی برخط به این اطلاعات خبر داد و گفت: این اقدام به مشترکین گرمای این امکان را می‌دهد که به طور لحظه ای از میزان مصرف برق خود مطلع شده و نسبت به مدیریت آن اقدام نمایند. حسینی در ادامه تعهد به ارائه خدمات باکیفیت، مدیریت مصرف، صرفه جویی در منابع ملی و حفظ حقوق بیت‌المال را از مهمترین اقدامات صورت گرفته برشمرد.

مازندران ۲ شرکت توزیع برق با مرکزیت ساری و نوشهر دارد. شرکت توزیع برق منطقه ساری که با نام مازندران شناخته می‌شود حدود یک میلیون و ۶۰۰ هزار مشترک دارد و شرکت توزیع نیروی برق غرب مازندران نیز با زیر پوشش داشتن ۹ شهرستان به حدود ۶۲۸ هزار مشترک خانگی، عمومی، کشاورزی، صنعتی و سایر مصارف خدمات ارائه می‌دهد.



### تخریب سازه‌های بتونی غیر مجاز و آزادسازی سواحل شهرستان نور

مهر: نیروی یگان حفاظت منابع طبیعی با همراهی نیروی نظامی با حضور در اراضی ساحلی شهرستان نور نسبت تخریب و جمع‌آوری سازه‌های بتونی غیر مجاز اقدام و اعاده به وضع سابق کردند.

روابط عمومی اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان مازندران ساری اعلام کرد: براساس دستور دادستان محترم پیرو اخطار شفاهی دوم اردیبهشت ماه و برداشت سازه‌های متحرک مورخ پنجم اردیبهشت در خصوص ساماندهی سواحل حوزه شهرستان نور در حریم ۶۰ متری و اراضی مستحذنه ملی توسط کارشناسان اداره در امور ساحل، نیروی یگان حفاظت، نیروهای حفاظتی سرچنگلپایه رستم رود با همراهی نیروی محترم نظامی و شهرداری ایزدشهر با حضور در اراضی ساحلی نسبت تخریب و جمع‌آوری سازه‌های بتونی غیر مجاز اقدام و اعاده به وضع سابق نمودند.

مرحله دوم آزاد سازی و تخریب سازه‌های بتونی غیر مجاز از درب دوم پارک جنگلی تا ساحل امیر آباد بصورت کامل تخریب و به وضع سابق برگردانده شد و طی روزهای آتی در مرحله سوم تا حوزه شهرستان محمودآباد بطور کامل طبق دستور دادستان انجام پذیرد.

هموطنان گرمی می‌توانند در صورت مشاهده وقوع هرگونه تخلف در حوزه منابع طبیعی از قبیل قطع و حمل چسب آلات جنگلی، برداشت و حمل گیاهان مرعی، برداشت و حمل محصولات فرعی جنگلی (چلم، خزه، سرخس و...) تصرف و تخریب اراضی ملی و حریق در عرصه‌های جنگلی و مرعی را با شماره‌های ۲۴ ساعته امداد جنگل و مرتع ۱۵۰۴ و ۱۳۹ در میان بگذرانند.



رییس کل دادگستری مازندران:

### ۶ پرونده نقض حقوق شهروندی در مازندران بررسی شد

مهر: رییس کل دادگستری مازندران از بررسی ۶ پرونده نقض حقوق شهروندی در دادگستری استان خبر داد.

عباس پوریانی در اولین نشست هیأت بازرسی و نظارت بر حفظ حقوق شهروندی بر بازرسی‌های دقیق و مستنصر از حوزه‌های قضائی تاکید کرد و افزود: بازرسی‌ها باید هدفمند و درجهت بهبود امور صورت گیرد به طوری که خروجی مفیدی داشته باشد و مردم اثربخشی آن را حس کنند.

وی همچنین اهمیت آموزش به ضابطان خاص و عام را مورد توجه قرار داد و گفت: ضابطان چشم و چراغ دستگاه قضائی هستند زمانی که نیاز به حمایت از آنان است باید حمایت شوند زمانی هم که نیاز به تذکر و آموزش است باید درنشت‌های مختلف آموزش داده شوند. پوریانی ادامه داد: آموزش ضابطان در افزایش رضایتمندی مردم، سرعت در کار و رعایت حقوق شهروندی افراد بسیار موثر است و باید به طور مستمر صورت گیرد.



### کشف خودروی تویوتا قاچاق از یک تعمیرگاه

رییس پلیس امنیت اقتصادی مازندران از کشف خودروی تویوتا تک کابین قاچاق در ارزش ۵۰ میلیارد ریال در شهرستان ساری خبر داد.

سرهنگ محمد محمد پور رییس پلیس امنیت اقتصادی مازندران گفت: در راستای اجرای طرح مقابله با خودروهای پلاک مخلوش و قاچاق، پیرو وصول گزارش مبنی بر تردد یک دستگاه خودروی تویوتا تک کابین قاچاق متعلق به شخصی با هویت معلوم در شهرستان ساری، تحقیق و بازرسی موضوع در دستور کار پلیس امنیت اقتصادی استان قرار گرفت.

او افزود: کارآگاهان این پلیس پس از هماهنگی قضائی، خودروی مورد نظر را در هنگام تعمیر در یک تعمیرگاه خودروهای خارجی در سطح شهر ساری بود مشاهده و پس از بررسی مدارک، توقیف و به مقر انتقال دادند. رییس پلیس امنیت اقتصادی مازندران با بیان اینکه مدارک خودروی توقیفی هیچگونه همخوانی با شماره موتور و بدنه خودروی مذکور را نداشت و قاچاق بوده است، گفت: کارشناسان ارزش خودروی مشکوفه قاچاق را بالغ بر ۵۰ میلیارد ریال برآورد کردند.

مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌های مازندران:

### بیش از ۸۴۹ هزار تردد در نیمه اول اردیبهشت در محورهای مازندران ثبت شد



ایرنا: مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌های مازندران گفت: فزون بر ۸۴۹ هزار تردد در تعطیلات نیمه اول اردیبهشت اسام در محورهای مازندران ثبت شد.

حسن جهانیان افزود: برابر آماربه دست آمده از ۱۱۲ سامانه تردد شماری منصور در محورهای استان مازندران در ایام تعطیلات

اواسط اردیبهشت اسامال نشان می‌دهد تردد انواع وسایل نقلیه در محورهای مواصلاتی استان در حدود ۴۰ درصد نسبت به مدت مشابه هفته گذشته افزایش داشته و به بیش از ۸۴۹ هزار تردد رسیده است. از این میان تردد در محور سوادکوه به بیش از ۱۶۵ هزار تردد، در محور هراز بیش از ۱۶۳

معاون استاندار مازندران:

### مازندران سالانه ۴۸۰ هزار تن گندم مصرف می‌کند



مهر: معاون هماهنگی امور اقتصادی و گردشگری استاندار مازندران گفت: سالانه ۴۸۰ هزار تن گندم برای مصرف در استان مورد نیاز است.

حسن خیریان پور در جلسه خرید محصولات زراعی استان با اشاره به اهمیت و ضرورت جلسات کارگروه خرید محصولات کشاورزی استان بر ساماندهی مراکز خرید، نظارت بر فرآیند خرید و تسهیل در امور کشاورزان در چارچوب دستورالعمل‌های ابلاغی تاکید کرد.

خیریانپور با اعلام رضایتمندی از خرید تضمینی گندم و کلزا در سال گذشته و قدردانی از تمام دستگاه‌های مرتبط با این امر، عنوان کرد: در سال گذشته بیش از ۱۱۸ هزار تن گندم و بیش از ۹ هزار تن کلزا از کشاورزان خریداری شد و در سال زراعی جاری نیز مازندران این ارقام افزایش پیدا کند.

خیریانپور با تاکید بر اینکه در استان مازندران سالانه حدود ۴۸۰

هزار تردد و در محور کندوان بیش از ۱۵۱ هزار تردد رسیده است. مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌های مازندران ادامه داد: در بازه زمانی مذکور محورهای کریدور بزرگراهی ساری تا محمود آباد بر ترددترین محورهای استان مازندران بوده اند. این مقام مسوول گیات اضافه کرد: پر

رتبه اول را دارد و این امکان وجود دارد که با استفاده از ظرفیت شرکت‌های دانش بنیان می‌بایست بخش زیادی از این گندم را در مزارع داخل استان تأمین کنیم. وی با تاکید بر نامگذاری سال از سوی مقام معظم رهبری با عنوان جهش تولید با مشارکت مردم اظهار داشت: استان مازندران در تولید ۱۴ محصول کشاورزی می‌باشد، افزود: کشاورزان از

برداشت زودهنگام گندم خودداری نمایند، برنامه ریزی‌ها به گونه‌ای قرار داد و گفت: ضابطان چشم و چراغ دستگاه قضائی هستند زمانی که نیاز به حمایت از آنان است باید حمایت شوند زمانی هم که نیاز به تذکر و آموزش است باید درنشت‌های مختلف آموزش داده شوند. پوریانی ادامه داد: آموزش ضابطان در افزایش رضایتمندی مردم، سرعت در کار و رعایت حقوق شهروندی افراد بسیار موثر است و باید به طور مستمر صورت گیرد.

وی از فرمانداران شهرستان‌هایی که به نوعی درگیر خرید هستند خواست، تا تشکیل جلسات مستمر و منظم و با همکاری لازم با اداره کل غله و خدمات بازرگانی به روند مطلوب عملیات خرید کمک کنند.

خیریانپور با تاکید بر ضرورت ثبت مشخصات مزارع کشاورزان در سامانه پهنه بندی جهاد کشاورزی ضمن درخواست از کشاورزان برای ثبت مشخصات مزارع خود قبیل از برداشت محصول، از سازمان جهاد کشاورزی خواست هرچه زودتر اقدامات لازم را جهت نهایی کردن اطلاعات این سامانه انجام دهد تا کشاورزان در روند تحویل محصول دچار مشکلی نشوند.



### چگونه به فاسیولا مبتلا می شویم؟



ایستنا: معاون بهداشتی علوم پزشکی گیلان گفت: مصرف سبزیجات محلی خام همچون چوچاق و خالیوش و نعنای هر نوع سبزی خودرو و معطر جمع آوری شده از طبیعت و موجود در بازارهای محلی در ابتلای مردم به فاسیولا نقش اساسی دارد.

دکتر سعید محمود رضوانی فاسیولیازیس را عفونت یا بیماری ناشی از انگل های جنس فاسیولا دانست و اظهار کرد: انگل های فاسیولا کرم های مسطح و برگی شکلی هستند که عمدتاً در مجاری صفراوی و کبد دامها از جمله گوسفند، بز، گاو، گاو میش و برخی از علفخواران دیگر زندگی می کنند.

وی با بیان اینکه برای برقراری چرخه زندگی انگل فاسیولا وجود دام های آلوده، منابع آبی دائمی یا فصلی، بارندگی فراوان و حلزون های میزبان واسط ضروری است، افزود: حیوانات آلوده به فاسیولا تخم انگل را همراه با مدفوع خود به محیط خارج دفن می کنند، در صورتی که این تخم در آب قرار گیرد، در درجه حرارت مناسب پس از حدود سه هفته در داخل آن یک لارو میزدار به وجود می آید. این لارو پس از تشکیل از تخم خارج شده و با نفوذ در بدن حلزون های آبی شروع به رشد و تکثیر می کند و به لاروهای دم دار تبدیل می شوند که این لاروهای جدید نیز پس از کامل شدن از بدن حلزون میزبان واسط خارج شده و در آب رها می شوند و به برگ گیاهان آبی می چسبند. حیوانات نشخوارکننده و انسان به دنبال خوردن گیاهان و یا سبزیجات آبی حامل لاروهای انگل یا آب های سطحی آلوده به فاسیولا مبتلا می شوند.

رضوانی، خوردن سبزیجات محلی آلوده به فاسیولا به صورت خام، خوردن غذاهای تهیه شده با سبزیجات خام مانند دلار و زینون پرونده، نوشیدن آب های سطحی و آب چشمه های روباز نواحی کوهستانی، خوردن جگر خام یا آبپار و شستن ظروف و سبزیجات مصرفی در آب های سطحی آلوده را از جمله راه های ابتلا به فاسیولا دانست و تاکید کرد: این بیماری دارای دو مرحله حاد و مزمن است و دوره کمون بیماری از چند روز تا چند هفته و چند ماه متغیر است، اما مهمترین نشانه های بیماری شامل تب و لرز و تعریق شبانه و دردهای شدید شکمی و اختلالات گوارشی و نشانه های آرتریک مانند کعبیر و خارش و ناراحتی های تنفسی و کاهش وزن و کم خونی و بزرگی کبد است.

وی با بیان اینکه مصرف سبزیجات محلی خام همچون چوچاق و خالیوش و نعنای هر نوع سبزی خودرو و معطر جمع آوری شده از طبیعت و موجود در بازارهای محلی در ابتلای مردم به فاسیولا نقش اساسی دارد، گفت: این سبزیجات گاهی به صورت خام در تهیه غذاهای محلی کاربرد دارد که در صورت آلودگی به انگل می تواند در انتقال بیماری نقش ایفا کند؛ از آنجایی که ضد عفونی کردن این سبزیجات مشکل است باید از خوردن آنها به صورت خام پرهیز کنیم. معاون علوم پزشکی گیلان بر لزوم پرهیز از مصرف توت فرنگی و سبزیجات خام محلی به صورت غیر بهداشتی تاکید کرد و گفت: شست و شوی سبزیجات با آب سالم و همراه با ضد عفونی کردن با محلول سرکه سفید (ترکیب یک به چهار سرکه و آب) به مدت ۱۵ دقیقه باشد. توت فرنگی نیز پس از شست و شوی با آب سالم، حتماً به مدت سه تا پنج ثانیه در آب جوش وارد شده و سریعاً در آب سرد قرار گیرد.

رضوانی با بیان اینکه سبزیجات خام محلی خرد شده، پخته شده و یا خشک شده پس از فریز کردن به مدت پنج روز مصرف شود، عنوان کرد: پاک کردن سبزیجات با دستکش و خودداری از دست زدن به دهان موقع تمیز کردن سبزیجات نیز مورد تاکید است.

## خواص بی نظیر لیموترش برای سلامتی و کاهش وزن



یک محقق و پژوهشگر طب سنتی گفت: مصرف نصف فنجان آب لیمو ترش تازه در هنگام صبح موجب چربی سوزی می شود. محمدخانی، محقق و پژوهشگر طب سنتی اظهار کرد: مصرف نصف فنجان آب لیمو ترش تازه در هنگام صبح موجب چربی سوزی می شود و چربی اطراف شکم را کم می کند. افرادی که به زخم معده و دیابت مبتلا هستند از مصرف این نوشیدنی خودداری کنند.

این محقق و پژوهشگر طب سنتی افزود: لیموترش برای درمان اسهال مفید است. همچنین نوشیدن آب گرم حاوی آب لیموی تازه هنگام صبح، گزینۀ مناسبی برای سوزش معده، بدن، چربی سوزی و دریافت ویتامین C و آنتی اکسیدان های دیگر است.

او تصریح کرد: افراد برای درمان جوش های چرکی خود می توانند آب لیمو ترش را با آب شلغم و هویج و آب پیاز مخلوط کرده و روزی یک لیوان میل کنند. این مخلوط برای از بین بردن جوش های چرکی بسیار موثر است. افراد زمانی که به سرما خوردگی و یا آنفلوآنزا مبتلا می شوند می توانند آب لیمو ترش را با عسل و عرق بیدمشک مخلوط کنند و روزانه میل کنند. محمدخانی گفت: افرادی که به تپش قلب و تنش های عصبی دچار هستند، می توانند ۴

عدد لیمو ترش را با پوست برش دهند و در یک لیتر آب حدود دو ساعت بخیسانند و پس از صاف کردن آن را به طور مساوی با عرق بیدمشک و یا نسترن مخلوط کنند و هر وعده یک فنجان میل کنند. البته این ترکیب خواب آور است و افرادی که بی خوابی به سرانجام

می آید، می توانند این نوشیدنی را میل کنند. این محقق و پژوهشگر طب سنتی افزود: برای درمان التهاب عفونی گلو و آفت دهان می توان آب لیمو ترش را با کمی آب ولرم رقیق و سپس در گلو قرقره کنند. محمدخانی ادامه داد: افراد برای تقویت

### چند ساعت در شبانه روز بشینیم، بایستیم و بخوابیم؟

متخصصان دانشگاه صنعتی سوبینرین استرالیا رفتار ۲۰۰۰ نفر را در بازه زمانی ۲۴ ساعته تجزیه و تحلیل کردند تا برای دستیابی به سلامتی مطلوب و بهینه، ترکیبی مناسب از تمرین بدنی و استراحت را تعیین کنند. زمان بندی و تفکیک ایده آل تقریباً به این شکل بود که هشت ساعت خواب، پنج ساعت ایستادن، شش ساعت نشستن و تقسیم چهار ساعت برای فعالیت بدنی سبک و متوسط. رعایت این تقسیم بندی به کنترل قند خون و ارتقای سلامتی قلب کمک می کند.

فعالیت بدنی متوسط تا شدید می تواند پیاده روی سریع یا دوچرخه سواری باشد یا دویدن آهسته، برای فعالیت بدنی سبک هم می توان هر فعالیتی از پیاده روی گرفته تا آشپزی و کار خانه یا حتی خندیدن با صدای بلند را به فهرست افزود. به گزارش ایندپندنت، گروه تحقیقاتی دانشگاه سوبینرین به

نفر را در بازه زمانی ۲۴ ساعته تجزیه و تحلیل کردند تا برای دستیابی به سلامتی مطلوب و بهینه، ترکیبی مناسب از تمرین بدنی و استراحت را تعیین کنند. زمان بندی و تفکیک ایده آل تقریباً به این شکل بود که هشت ساعت خواب، پنج ساعت ایستادن، شش ساعت نشستن و تقسیم چهار ساعت برای فعالیت بدنی سبک و متوسط. رعایت این تقسیم بندی به کنترل قند خون و ارتقای سلامتی قلب کمک می کند.

فعالیت بدنی متوسط تا شدید می تواند پیاده روی سریع یا دوچرخه سواری باشد یا دویدن آهسته، برای فعالیت بدنی سبک هم می توان هر فعالیتی از پیاده روی گرفته تا آشپزی و کار خانه یا حتی خندیدن با صدای بلند را به فهرست افزود. به گزارش ایندپندنت، گروه تحقیقاتی دانشگاه سوبینرین به



نتایج یک مطالعه نشان می دهد برای دست یافتن به سلامتی مطلوب باید روزی چهار ساعت را به درجاتی از فعالیت بدنی اختصاص دهید.

### فواید اعجاب برانگیز نوشیدن آب نمک به صورت ناشتا و با معده خالی



آب نمک حاوی مقدار خوبی از الکترولیت است که علاوه بر هیدراته کردن بدن می تواند در کاهش وزن نیز موثر باشد. نمک یکی از مواد مورد نیاز برای سوخت و ساز مواد خوراکی در بدن، جابه جایی پیام های عصبی و کارکرد درست ماهیچه ها است. نمک نقش موثری در تکامل مغز گونه خوردها دارد، کدو را مانند دسر ورق ورق کنید و مقداری سرکه سبب یا آب لیمو روی آن بریزید و بعد میل کنید؛ یا این کار قند خون، چربی و فشار سرعاً کم می شود، در وعده صبحانه حتماً به اندازه نصف قاشق چایخوری به پیتزای زیره اضافه کنید که چاقی را به شدت کاهش می دهد؛ بعد از ناهار یا قبل از شام، یک شاخه کرفس را با آب پز یا بخار پز یا آب بگیرد و میل کنید. تمام امعاء و احشاء و کلیه و مثانه را کاملاً شستشو می دهد.

### برنج را این گونه دم کنید تا لاغر شوید

زمانی که برنج را بعد از آبکش برای دم کشیدن می گذارید، یک عدد کدوی سبز را کنار برنج بگذارید تا همراه با برنج مغز پخت شود و بعد از صرف غذا، کدو را مانند دسر ورق ورق کنید و مقداری سرکه سبب یا آب لیمو روی آن بریزید و بعد میل کنید؛ یا این کار قند خون، چربی و فشار سرعاً کم می شود، در وعده صبحانه حتماً به اندازه نصف قاشق چایخوری به پیتزای زیره اضافه کنید که چاقی را به شدت کاهش می دهد؛ بعد از ناهار یا قبل از شام، یک شاخه کرفس را با آب پز یا بخار پز یا آب بگیرد و میل کنید. تمام امعاء و احشاء و کلیه و مثانه را کاملاً شستشو می دهد.

### ۷ علامت پزشکی که نباید شوخی بگیرد

پزشکان می گویند که یکی از نشانه های شایع بیماری سرطان روده بزرگ، کاهش وزن ناگهانی است؛ اگر شبها بیش از ۲ یا ۳ بار برای دفع ادرار از خواب بیدار شوید، ممکن است نوده ای در مجرای ادرار وجود داشته باشد؛ بعد از خوردن یک غذای چرب احساس نفخ در شکم عادی است، اما احساس نفخ هر روزه عادی نیست، خستگی دائم می تواند یکی از علامت سرطان رحم یا سرطان دستگاه گوارش باشد.

ورم پاهای می تواند به علت لخته خونی بوجود بیاید، اگر این لخته خونی به سرعت برطرف نشود، می تواند به شش ها برسد، اگر می بینید بدون هیچ دلیل خاصی به طور مرتب دچار تهوع یا اسهال می شوید، حتماً باید به پزشک مراجعه کنید، حتی اگر درد مختصری در ناحیه لگن خود احساس می کنید، باید آن را جدی بگیرید.

این روش، مصرف آب نمک می تواند سلامت استخوان ها را حفظ کرده و بهبود بخشد، همچنین از مشکلات استخوان مانند پوکی استخوان جلوگیری می کند. **زیباسبازی پوست با نوشیدن آب نمک** نه تنها برای پوست خوب است، نوشیدن آب شور صبحها می تواند زیبایی پوست را بهبود بخشد. آب نمک با نمک طبیعی حاوی مواد معدنی مفید است و به بهبود پوست کمک می کند تا بهتر به نظر برسد. **توانایی آب شور در سسم زدایی، در جلوگیری از برخی از مشکلات پوستی مانند آکنه و عفونت پوست موثر است.** فواید دیگر نوشیدن محلول آب نمک هر روز عبارتند از:

- کاهش گرفتگی عضلات ماهیچه
  - کاهش وزن
  - انرژی زا
  - کاهش درد
  - مفید برای سلامت دهان
  - توصیه هایی برای آماده کردن آب نمک
- صبح
- اساساً، می توانید از هر نمکی برای بهره بردن از فواید آب شور استفاده کنید اما بسیار بهتر است که به جای نمک سفید تصفیه شده از نمک طبیعی استفاده کنید، نمک طبیعی معمولاً مواد معدنی بیشتری نسبت به نمک تصفیه شده دارد.
- روش تهیه آب نمک**
- یک سسوم شیشه را با نمک تصفیه نشده پر کنید. شیشه را سر خالی با آب پر کنید. محلول را با در قوطی غیر فلزی بپوشانید. محلول را خوب تکان دهید و اجازه دهید حدود ۲۴ ساعت بماند. آن را در جای خشک نگه دارید. لازم است بدانید؛ برای استفاده از این مزایا، می توانید نصف قاشق چای خوری محلول را به یک لیوان آب ولرم اضافه کنید و هر روز صبح قبل از صبحانه آن را بخورید. می توانید میزان نمک را مطابق با ذائقه خود تنظیم کنید.

خواب تاثیر بگذارد. درمان استرس یعنی بتوانیم بهتر بخوابیم؛ بنابراین نوشیدن آب نمک گرم صبحها به ما کمک خواهد کرد تا شب خواب بهتری داشته باشیم. برای نتیجه بهتر می توانید قبل از خوابیدن آن را بنوشید. **سم زدایی بدن با نوشیدن آب نمک** سسم زدایی یک فرآیند مهم دیگر برای سلامتی ماست. در این حالت، آب شور کمک می کند تا فرآیند سسم زدایی را انجام دهیم. خاصیت ضد باکتری نمک به بدن در تخلیه باکتری ها و دیگر مواد ناخواسته از دستگاه گوارش کمک می کند. بنابراین، نوشیدن آب شور صبحها بسیار مفید است، زیرا این عادت باعث می شود مطمئن شویم که صبحها مواد زائد را از دست دهیم و در طول روز سالم تر باشیم. **خوردن آب نمک برای بهبود سلامت استخوان** مواد معدنی برای سلامت کلی ما، به ویژه سلامت استخوانها مورد نیاز است. ممکن است استخوانها را با غذاهای سالم و مغذی مثل شیر و پنیر بهبود دهید اما نوشیدن آب شور می تواند مواد معدنی برای عملکرد استخوانها را فعال کند.

**کمک به هضم سالم با نوشیدن آب نمک** نوشیدن آب نمک صبحها می تواند غده بزاقی را تحریک کند تا آمیلاز ترشح کند که آنزیم مهمی برای هضم است. علاوه بر این، آب نمک می تواند باکتری های مضر را در مسیر گوارشی از بین ببرد. این روش، آب نمک کمک می کند فرآیند گوارشی بهتر و سالم تری داشته باشیم. نوشیدن آب نمک گرم صبحها می تواند با مشکلات گوارشی از قبیل نفخ و سوزش معده مبارزه کند. **کاهش تورم با آب نمک** مصرف نمک به عنوان سدیم در حفظ تعادل مایع بدن نقش قابل توجهی ایفا می کند. بنابراین، باید مطمئن شویم سدیم به اندازه کافی مصرف می کنیم، زیرا کمبود آن منجر به التهاب در بدن می شود. التهاب ممکن است بر برخی از بیماری ها مانند بیماری های قلبی و عروقی تاثیر بگذارد. **کمک به بهبود خواب با آب نمک** نمک به ویژه نمک طبیعی تصفیه نشده می تواند سطح استرس را کاهش دهد. همانطور که می دانیم استرس ممکن است بر برخی از جنبه های فعالیتی از جمله عادت

### حمله قلبی در انتظار آنهایی که دیر شام می خورند



متخصصان قلب و عروق دانشگاه ترکیه در این زمینه پیش از ۷۰۰ زن و مرد مبتلا به فشار خون بالا را مورد بررسی قرار دادند که بعد از آزمایش دریافتند وعده شام بیشترین تاثیر را روی فشار خون در طول شب به جا می گذارد و این افراد بیشتر دچار فشار خون بالا می شوند. در ۲۵ درصد افرادی که ۲ ساعت قبل از خواب شام می خوردند، در مقایسه با ۱۴/۲ درصد از کسانی که زودتر به رختخواب می روند، وعده شام را مصرف کنند تا زمان کافی برای استراحت در اختیار بدن قرار گیرد. آنها هشدار دادند که دیر غذا خوردن حتی بیشتر از مصرف غذاهای پر نمک به سلامت قلب آسیب وارد می کند.

متخصصان معتقدند خوردن دیر هنگام نوان وعده شام، خطر ابتلا به حملات قلبی را افزایش می دهد. خوردن شام ۲ ساعت مانده به زمان خواب، بدن را در وضعیت هشدار قرار می دهد و فشار خون در طول شب به طور مناسب کاهش نمی یابد و همین موضوع احتمال بروز حملات قلبی را افزایش می دهد. متخصصان توصیه می کنند افراد بالغ قبل از ساعت ۷ شب (در صورتی که زودتر به رختخواب می روند) وعده شام را مصرف کنند تا زمان کافی برای استراحت در اختیار بدن قرار گیرد. آنها هشدار دادند که دیر غذا خوردن حتی بیشتر از مصرف غذاهای پر نمک به سلامت قلب آسیب وارد می کند.

### جدول سودوکو شماره ۲۴۸۱

طراح : سمیرا دلیرش

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

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

### جواب دیروز

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

قابل توجه خوانندگان محترم

هر نوع خبر، عکس و مقاله ای را می توانید از طریق Email:soaljavabdaily@gmail.com ارسال نمایید.

تلفن: ۰۵۰-۳۲۳۳۶-۳۲۳۱۰۷۳۷ فکس: ۰۳۲۶-۳۲۳۲۰۲۲۲





مدیرکل ورزش و جوانان کیلان مطرح کرد: تمرینات منظم و جدی ملی پوشان تکواندو در اردوی آمادگی رشت



سوال جواب: مدیرکل ورزش و جوانان کیلان در مراسم پایانی اردوی تیم ملی تکواندو بزرگسالان کشور اظهار کرد: ملی پوشان از انگیزه بسیار بالایی برخوردارند و امید است که بتوانند مدال های رنگارنگ مسابقات قهرمانی آسیا را کسب کنند.

جهانبخش آرمان افزود: در مدت برپایی اردوی تیم ملی تکواندو ایران در رشت، تمرینات ملی پوشان به صورت منظم و جدی زیر نظر کادرفنی دنبال شد و این ورزشکاران آماده رویارویی با حریفان خود هستند.

وی ابراز امیدواری کرد این اردو که آخرین مرحله اردوی تیم ملی تکواندو بزرگسالان کشور برای حضور در رقابت های قهرمانی آسیا بود، باعث آمادگی مطلوب ملی پوشان شده باشد تا آنان با تمام توان خود در مسابقات قهرمانی آسیا حضور یابند.

گفتنی است در آخرین مرحله اردوی آمادگی تیم ملی تکواندو بزرگسالان کشور که به مدت یک هفته در آکادمی قهرمانی مجموعه ورزشی شهید عضدی رشت برپا شد، مهدی حاجی موسایی، ابوالفضل زندی، متین رضایی، امیرسینا پختیاری، مهران برخوردار، میرهاشم حسینی، سعید فتحی، علی خوش روش، محمد حسین یزدی و آریین سلیمی حضور داشتند.

همچنین در مراسم پایانی آخرین مرحله اردوی آمادگی تیم ملی تکواندو بزرگسالان کشور که در محل پرورشگاه مذهبی رشت برگزار شد، افزون بر مسئولان فدراسیون، ملی پوشان، مسئولان اداره ورزش و جوانان کیلان، شهردار و رئیس شورای اسلامی شهرستان رشت، فردین معصومی کاپیتان سابق تیم ملی کشتی آزاد ایران و پیشکسوتان ورزش تکواندو حضور داشتند.

شاپان ذکر است بیست و ششمین دوره مسابقات تکواندو قهرمانی آسیا از ۲۵ اردیبهشت به مدت ۶ روز به میزبانی شهر دانانگ در کشور ویتنام برگزار خواهد شد.

ورزشکار کیلانی مجوز حضور در مسابقات جهانی پینت بال تایلند را کسب کرد

سوال جواب: یک کیلانی با تیم پینت بال ایران مجوز حضور در مسابقات جهانی تایلند را کسب کرد.

به گزارش پایگاه خبری ورزش و جوانان کیلان: تیم پینت بال امرات ناماینده ایران بهمه ابوالفضل پورکریم از کیلان بعنوان کاپیتان در مسابقات پینت بال MXL مالتی که با حضور ۲۸ گروه در شهر پتالینجایای مالتی برگزار شد، توانست عنوان ششمی و مجوز رقابت های جهانی را کسب کند. گفتنی است رقابت های جهانی پینت بال آذرماه در تایلند برگزار خواهد شد.

گیلان در رشته تکواندو استعداد و قهرمانان بسیار خوبی دارد

برپایی اردوی تیم ملی در استان ها سبب پیشرفت ورزش تکواندو می شود



سوال جواب: رئیس فدراسیون تکواندو با بیان اینکه از برپایی اردوها در استان ها استقبال می کنیم

گفت: این کار سبب پیشرفت و ارتقای سطح کیفی این رشته ورزشی در استان ها می شود.

به گزارش پایگاه خبری ورزش و جوانان کیلان، هادی ساعی در آیین پایانی اردوی تیم ملی تکواندو بزرگسالان کشور در رشت اظهار کرد: برپایی اردوهای تیم ملی در استان ها باعث می شود تا مربیان و تکواندوکاران آن استان از ظرفیت وجودی کادرفنی و ملی پوشان بهره گیرند.

وی افزود: آخرین مرحله اردوی آمادگی تیم ملی تکواندو بزرگسالان کشور برای حضور در رقابت های قهرمانی آسیا در گیلان و شهر رشت برگزار شد و همه اعضای کادرفنی از برپایی آن رضایت دارند.

ساعی عنوان کرد: گیلان نیز در رشته تکواندو در همه رده ها، استعداد و قهرمانان بسیار خوبی داشته و دارد و اکنون نیز این دیار در این رشته المپیک از داوران و مربیان بسیار زنده ای برخوردار است.

رئیس فدراسیون تکواندو به میزبانی پرورشگاه مذهبی رشت برای برپایی آیین پایانی اردوی تیم ملی تکواندو نیز اشاره و خاطر نشان کرد:

این مجتمع به جز نگهداری کودکان برای پرورش آنان نیز تلاش می کند و در زمینه ورزش و رشته تکواندو هم فعال است. ساعی گفت: هر تیمی از این مجموعه در لیگ های مختلف کشور حضور پاینده صورت رایگان می تواند ثبت نام و در مسابقات شرکت کند. سرمریی تیم ملی تکواندو جمهوری اسلامی ایران نیز در این آیین اظهار کرد: این رشته ورزشی با همدلی می تواند فلهای افتخار را فتح کند و امید است بتوانیم در مسابقات آسیایی و المپیک نتایج درخشانی کسب کنیم. مجید افلاکی افزود: امروز با حضور هادی ساعی به عنوان رئیس فدراسیون در تکواندو همدلی ایجاد شده و این رشته ورزشی می تواند با نیروی جوانی و استفاده از تجربه های پیشکسوتان به روزهای لوج خود بازگردد. وی بیان کرد: از همه قهرمانان این رشته ورزشی انتظار است به

سوال جواب: کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال ایران سه رای خود را در خصوص برخی از تیم های لیگ برتری صادر و سه تیم استقلال، صنعت نفت آبادان و ملوان را جریمه کرد. بر اساس حکم کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال، هر سه تیم به دلیل رفتار هوادارانشان، به ترتیب ۱۰۰ میلیون تومان (استقلال)، ۱۰۰ میلیون تومان (صنعت نفت) و ۱۵۰ میلیون تومان (ملوان پندر انزلی) جریمه شدند که البته این آرا قابل تجدید نظر است. جریمه استقلال به دلیل پرتاب لیزر توسط تماشاگران، جریمه نفت به دلیل توهین هواداران به مقام رسمی و پرتاب لیزر و جریمه ملوان به دلیل پرتاب مواد محترفه و توهین به مقام رسمی و توقف در بازی رخ داده است. به هر صورت ۳۵۰ میلیون تومان با سه نامه اداری نشان می دهد که فدراسیون داری هم می تواند در زمره شغل های پردرآمد در نظر گرفته شود!

بر اساس حکم کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال: جریمه نقدی تیم ملوان در بازی برابر سپاهان

ملی پوشان تکواندو در مراسم پایانی اردوی آمادگی رشت:

در مسابقات قهرمانی آسیا هیچ حریفی را دست کم نمی گیریم



کرد: به هر حال تیم ملی شرایط مناسبی دارد و امیلوارم به مسابقات قهرمانی آسیا با قدرت ظاهر شده و با کسب نتایج مطلوب روی سکو نیز قرار گیریم که البته حریفان سرسختی داریم. برخورداری به مسابقات المپیک هم اشاره و خاطر نشان کرد: با توجه به اینکه سهمیه المپیک را کسب کردم، تمام تلاش خود را انجام خواهیم داد تا به همراه سایر ملی پوشان ضمن درخشش در مسابقات قهرمانی آسیا در المپیک نیز بتوانم نشان کسب کنم. یکی دیگر از ملی پوشان آمادگی تیم ملی تکواندو نیز اظهار کرد: با توجه به اینکه در رقابت های انتخابی موفق عمل کردم به اردوی تیم ملی راه یافتیم و با درخشش در اردوها، به آخرین مرحله اردوی تیم ملی دعوت شدم. مهدی موسایی افزود: گیلانی ام اما ساکن استان البرز هستم و با شرایط آب و هوایی این استان نیز آشنایی کامل دارم از این رو شرایط آب و هوایی وینتام که شبیه گیلان است برای من عادی است.

میرهاشم حسینی بیان کرد: با توجه به شرایط موجود و آمادگی ملی پوشان امیلواریم نتایج خوبی در مسابقات قهرمانی آسیا کسب کنیم و به طور حتم برای کسب مقام قهرمانی در مسابقات حضور خواهیم یافت. یکی دیگر از ملی پوشان جوان تیم ملی تکواندو نیز اظهار کرد: تمام تلاش خود را انجام خواهیم داد تا به همراه سایر ملی پوشان ضمن درخشش در مسابقات قهرمانی آسیا در المپیک نیز بتوانم نشان کسب کنم. یکی دیگر از ملی پوشان آمادگی تیم ملی تکواندو نیز اظهار کرد: با توجه به اینکه در رقابت های انتخابی موفق عمل کردم به اردوی تیم ملی راه یافتیم و با درخشش در اردوها، به آخرین مرحله اردوی تیم ملی دعوت شدم. مهدی موسایی افزود: گیلانی ام اما ساکن استان البرز هستم و با شرایط آب و هوایی این استان نیز آشنایی کامل دارم از این رو شرایط آب و هوایی وینتام که شبیه گیلان است برای من عادی است.

یکی از ملی پوشان حاضر در اردوی تیم ملی سهمیه المپیک ۲۰۲۴ فرانسه را نیز کسب کرده است. در حاشیه برپایی اردو در گفت و گو با خبرنگار ایرنا اظهار کرد: در مسابقات قهرمانی آسیا نیز به دست کم بگیریم. مهران برخوردار افزود: همه کشورها در تکواندو سرمایه گذاری کردند و سطح کیفی برخی از کشورها نسبت به گذشته بالا رفته است و به همین دلیل دیگر حریف آسانی وجود ندارد و باید با تمام توان در مسابقات حضور یافت. وی ادامه داد: رشته ورزشی تکواندو بسیار گسترده شده و اکنون طرفداران زیادی در جای جای جهان دارد و از سوی دیگر به دلیل المپیک بودن همه کشورها در این رشته رزمی سرمایه گذاری مناسبی انجام داده اند. ملی پوش تیم بزرگسالان تکواندو بیان

بلافاصله ورزشی

چند توصیه برای تناسب اندام

مقدمه: عادت ها و الگوها اساسی ترین فاکتورها برای داشتن تناسب اندام هستند؛ غذا خوردن آگاهانه، تحرک بدنی، خواب باکیفیت، دوری از استرس و... به عبارتی دیگر مراقبت از عادت ها و الگوها می تواند پیش زمینه تناسب اندام و سلامتی باشد. بسیاری از افراد خوش اندام با کمترین تحرک بدنی و عدم انجام ورزش های سخت و تنها با پیروی از عادت های ساده سلامتی و تناسب اندام خود را حفظ می کنند. در ادامه روش هایی که این افراد برای حفظ اندام خود استفاده می کنند را معرفی خواهیم کرد تا شما نیز بتوانید آن ها را در سبک زندگی خود بگنجانید.

آب کفایتی برای تناسب اندام آب نقش مهمی در حفظ تناسب اندام دارد. نوشیدن مقدار کافی آب هر روز به افزایش سطح انرژی، کنترل اشتها، و به شاداب پوست کمک می کند. آب کافی همواره به تنظیم دمای بدن و حمایت از عملکرد حیاتی اعضای بدن می پردازد.

تغذیه آگاهانه استراژی زندگی سالم تغذیه آگاهانه بیش از یک عادت است؛ این یک استراژی زندگی است که می تواند به شما کمک کند وزن مناسبی داشته باشید و از بیماری های دور بمانید. با تمرکز بر خوردن غذاهای مغذی، کم کالری، پر فیبر و پرپزیر از خوردن بی رویه غذاهای مضر می توانید به تعادل و تناسب اندام برسید.

حرکت روزانه پایه تناسب اندام افراد هوشمند برای داشتن تناسب اندام حرکت را به بخش جدایی ناپذیر از زندگی روزمره خود تبدیل می کنند. پیاده روی، استفاده از پله به جای آسانسور، حرکت فعال در محل کار، دوچرخه سواری حتی حرکت در حین انجام تماس های تلفنی، همه و همه جزء عادهایی هستند که افراد هوشمند با بهره گیری از آنها همواره تناسب اندام خود را حفظ کرده و ارتقاء می بخشند.

خواب کافی، ضرورتی برای سلامتی خواب کافی برای تناسب اندام و سلامت کلی بدن ضروری است. خواب به ترمیم و بازسازی بدن کمک می کند، عملکرد ذهنی و فیزیکی را بهبود می بخشد و به انسان امکان می دهد که انرژی کافی برای روز بعد ذخیره نماید. کمبود خواب می تواند منجر به افزایش وزن، کاهش تمرکز، خستگی مفرط شده و عملکرد کلی بدن را پایین آورد.

مدیریت استرس، اساسی برای سلامتی تناسب پوشش های مختلف نشان داده که استرس فاکتوری مهم در میجت تناسب اندام و سلامت جسم و روان به شمار می رود وجود استرس شدید در زندگی فرد می تواند تمامی فاکتورهای سلامتی و تناسب اندام را تحت تاثیر قرار داده و سلامتی کلی را به خطر اندازد. کاهش استرس برای حفظ تناسب اندام و سلامت عمومی بدن ضروری است. فعالیت هایی مانند یوگا، مدیتیشن، و تکنیک های تنفس عمیق می توانند به مدیریت استرس کمک نمایند.

عدم مصرف دخانیات پیش نیاز تناسب اندام بر هیچ کس پوشیده نیست که مصرف دخانیات می تواند سلامت دستگاه های بدن را به مخاطره بیندازد. مصرف دخانیات مواد مخدر و مواد الکلی می توانند آسیب های اجتناب ناپذیری به سلامت جسم و روان انسان وارد نمایند از این روور پرپزیر از مصرف این مواد می تواند بوقدر چشمگیری به سلامتی و تناسب اندام فرد کمک کند.

اتصال به طبیعت فعالیت های بیرون از خانه می توانند تأثیر مثبتی بر سلامت روحی و جسمی داشته باشند. گذراندن زمانی در طبیعت، ماهی گیری پیاده روی در پارک، جنگل یا جاده های خارج از شهر، به کاهش استرس و ارتقاء شادی کمک می کند.

استمرار بر عادات سالم مهم تر از شدت استمرار و ثبات در پیروی از عادات سالم، کلیدی برای حفظ تناسب اندام است. تناسب اندام نتیجه تصمیم های کوچک و روزانه ای است که در طولانی مدت به نتایج بزرگی منجر می شود. در مجموع با تمرکز بر عادات پایدار به جای تلاش های مقطعی، می توانید به تناسب اندام دست یابید. هر ورو آن است که آهسته و پیوسته رود... صادق عزیز

رئیس هیات نجات غریق و غواصی کیلان: ۱۴۰ منجی غریق در ۱۲۰ ایستگاه سواحل شهرستان رشت مستقر خواهند شد

سوال جواب: نشست هم اندیشی کمیته سالم سازی سواحل شهرستان رشت با حضور روسای هیات نجات غریق و غواصی استان گیلان، شهرستان رشت، بخشدار خشکیبجار، دهیاران و شوراهای ۱۰ روستای مربوطه در دفتر بخشدار خشکیبجار برگزار شد.

به گزارش پایگاه خبری ورزش و جوانان گیلان، هاشم اسماعیلی رئیس هیات نجات غریق و غواصی استان گیلان درحاشیه این نشست با اشاره به برنامه های پیش رو در طرح سالم سازی دریا در سال ۱۴۰۳ باهدف هماهنگی بین دستگاهی درجهت رفع مشکلات پیش رو و ایجاد تمهیدات لازم به منظور تولید برنامه های مختلف درحوزه های زیر ساختی، افزایش تجهیزات بارویکرد برنامه های متنوع فرهنگی و هنری جهت ارائه خدمات به مسافران و گردشگران ورودی به ساحل برای ایام تابستان گفت: یکی از مهم ترین رسالت های ستاد ساماندهی سواحل ایجاد فضای امن برای مردم و گردشگران است.

وی افزود: برای جذب و سازماندهی نیرو ها همه ناچیان غریق باید در سایت فدراسیون نجات غریق و غواصی ثبت نام کنند و پندل شخصی داشته باشند.

رئیس هیات نجات غریق و غواصی استان گیلان بیان داشت: سعی ما براین این است با اتحاد و انسجام دستگاه های مربوطه بتوانیم امسال هم مثل سال گذشته بدون هیچ غرقی تابستان امنی را برای مسافران رقم بزنیم. در پایان این نشست بخشدار خشکیبجار و دهیاران از زحمات رئیس هیات نجات غریق و غواصی شهرستان رشت در تابستان ۱۴۰۲ جهت ارائه خدمات و پرداخت معوقات به موقع ناچیان و مراقبین دریا قدر دانی کردند و به کمبود تجهیزات و نقاط قوت و ضعف جهت ارائه خدمات بهتر به مسافران اشاره داشتند.

معرفی سوارکاران برتر مسابقات پورش با اسب گیلان

سوال جواب: مسابقات پرش با اسب گیلان در باشگاه سوارکاری ستاره شمال رشت برگزار شد. در این مسابقات بیش از ۵۰ شرکت کننده در رده های مختلف رقابت کردند و به نقرات برتر جوایزی اهدا شد. نتایج به دست آمده به شرح زیر است: در رده نشویقی یا ورم آب ۱۲ سوارکار بدون خطا مسابقه را به پایان رساندند که موفق به دریافت رزت شدند. \* در رده P1: هادی ابراهیم زاده بدون خطا مسابقه را به پایان رساند و طی رده و رزت دریافت کرد.

\* در رده P2: اندیا ایمانی با اسب رعد از باشگاه ستاره شمال میعاد خزایی با اسب ازو از باشگاه همای ترانه قضاپی با اسب نازگل از باشگاه تکناز هلین ابراهیم زاده با اسب هیرو از باشگاه کاسپین صحرا ستایش موسوی با اسب کارو از باشگاه ستاره شمال الناحمدی با اسب لئون از باشگاه ستاره شمال ساعد محمدی با اسب لئو از باشگاه همای دریا رضایور با اسب ماهور از باشگاه ستاره شمال ترانه قضاپی با اسب سپیده از باشگاه تکناز \* در رده P3: نقر اول کارن زمانی با اسب ایهان از باشگاه پورتمه نقر دوم میعاد خزایی با اسب آسمان از باشگاه همای نقر سوم الناحمدی با اسب لئون از باشگاه ستاره شمال که موفق به دریافت لوح قهرمانی، رزت و جایزه نقدی شدند در رده مبتدی: محمود کوهگرد با اسب لادوین از باشگاه ستاره شمال ارونند اصغری با اسب الیشان از باشگاه ستاره شمال وحید عقیق با اسب کوشین نیروانا ساتری با اسب لادوین از ستاره شمال هستنی حسین زاده با اسب فلیکا از باشگاه قوبدل باران سیف اله زاده با اسب کیروخ از باشگاه ستاره شمال پانیز کامیابی با اسب سلینک از باشگاه ستاره شمال گیلا زاهد با اسب مهربان از باشگاه ستاره شمال \* در رده آزاد: مقام اول محمد قایی با اسب ایجت مقام دوم محمد قایی با اسب الینور مقام سوم خانم رضوانه فرخ نزاد با اسب رومیکا از باشگاه کاسپین صحرا

سرپرست پاورلیفتینگ هیات بدنسازی و پرورش اندام کیلان: در تلاش برای رفع مشکلات پاورلیفتینگ استان هستیم

ایرنا: سرپرست پاورلیفتینگ هیات بدنسازی و پرورش اندام گیلان گفت: تلاشمان بر اینست تا مشکلاتی که ورزشکاران پاورلیفتینگ در این استان با آن دست به گریبان هستند را رفع کنیم. سیاوش مجلسی اظهار کرد: با توجه به بررسی های انجام شده در خصوص مشکلات موجود در ورزش پاورلیفتینگ گیلان، تلاش برای رفع آنها با همکاری مسئولان کشوری بخصوص رئیس فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام، هیات بدنسازی و پرورش اندام گیلان و همچنین رئیس انجمن ورزش پاورلیفتینگ انجام می شود.

وی افزود: ورزش پاورلیفتینگ در کشور و استان گیلان از طرفداران زیادی برخوردار است و ما در فدراسیون و انجمن این ورزش فضای مناسبی را برای جوانان و نوجوانان کشورمان ایجاد کرده ایم تا علاقه مندان بتوانند در این ورزش گام بردارند و افتخار کسب کنند. سرپرست پاورلیفتینگ گیلان ادامه داد: پاورلیفتینگ با وزنبرداری قدرتی شباهت هایی با ورزش وزنه برداری دارد که شامل سه حرکت اسکوات، دلبافت و پرس سینه است که این رشته می تواند به تجهیزات یا بدون تجهیزات اجرا شود.

مجلسی بیان کرد: در چند سال اخیر نایبانیان و کم نایبان ما در این رشته ورود کرده و توانستند افتخارات زیادی را برای ایران اسلامی کسب کنند که در این راستا اقدامات خوبی برای آنان انجام شده تا با انگیزه زیادی بتوانند در این راستا گام بردارند.

نایب رئیس انجمن پاورلیفتینگ فدراسیون ورزش های نایبانیان و کم نایبانیان و کم نایبانیان تصریح کرد: ورزش نایبانیان در انقلاب اسلامی توسعه یافته و این فشر استعدادهای زیادی دارند که باید پیش از پیش دیده شوند. وی گفت: نایبانیان و کم نایبانیان مشکلات و نیازهای خاص دارند که نیاز به نگاه ویژه دارد و هم اکنون ورزش این فشر در هشت رشته دنبال می شود که یکی از این رشته ها پاورلیفتینگ است و تاکنون موفقیت های زیادی از سوی این جمعیت برای کشور به دست آمده است.

رئیس هیات ورزش های جابازان و توان یابان شهرستان آستارا اعلام کرد: در هیات جابازان شهرستان آستارا برنامه های متنوع خوبی برنامه ریزی شده که می توان به برگزاری مسابقات مختلف ورزشی و اردوهای تفریحی خانوادگی اشاره کرد که ای برنامه ها روحیه خوبی را برای ادامه کار، فعالیت و زندگی این ورزشکاران خواهد داشت.

وی ادامه داد: نخستین دوره مسابقات انجمن پاورلیفتینگ قهرمانی پرس سینه بانوان در استان گیلان نیز به میزبانی شهرستان آستارا برگزار شد که در این مسابقات ۱۷۲ ورزشکار از پنج استان حضور یافتند که در نهایت این مسابقات با قهرمانی تیم مازندران به پایان رسید. قهرمان پاورلیفتینگ ارواسیا ادامه داد: همچنین سال گذشته در مسابقات بین المللی ارمنستان حضور یافتیم که موفق به کسب مدال طلای این رقابتها و کاپ قهرمانی شدم و در بین قهرمانان فوق حرفه ای رشته پاورلیفتینگ، سه مدال طلای این مسابقات را برای ایران اسلامی به ارمغان آوردیم که مدال های طلای خود را تقدیم شهدای انقلاب اسلامی می کنیم.



# سوال جواب

روزنامه اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و ورزشی صبح شمال ایران  
 صاحب امتیاز و مدیر مسئول: کریم خورشیدی مؤدبی  
 سردبیر: فرهاد عینی خراسانی  
 تلفن: ۳۳۳۶۰۵۰ - ۳۳۳۱۰۳۳۷ - ۳۳۳۲۰۳۲۶  
 نشانی دفتر مرکزی: رشت - چهار راه پورسینا - روبروی ثبت احوال - ساختمان اطباء - طبقه دوم کدپستی: ۴۱۹۳۳۳۴۶۵۵

مطالب درج شده لزوما انعکاس دهنده دیدگاه روزنامه نمی باشد.  
 نمایندگی مازندران - محمودآباد - خیابان معلم - پاران ۱ - ساختمان  
 فارابی - طبقه سوم (علی یوسفی - ۰۹۱۱۱۱۲۰۸۰۵)  
 لیتوگرافی و چاپ: شرکت چاپ و نشر نوین - تلفن: ۳۳۲۲۴۷۲۷

اوقات شرعی امروز به وقت گیلان  
 اذان صبح: ۰۳/۳۲  
 طلوع آفتاب: ۰۵/۱۰  
 اذان ظهر: ۱۲/۰۸  
 غروب خورشید: ۱۹/۰۷  
 اذان مغرب: ۱۹/۲۷

سه شنبه ۱۸ اردیبهشت ۱۴۰۳ - ۲۸ شوال ۱۴۴۵ - ۷ می ۲۰۲۴ سال دهم - شماره ۲۴۸۱ www.soaljavabdaily.ir Email: soaljavabdaily@gmail.com

سرپرست معاونت امور هنری، سینمایی و سمعی و بصری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی گیلان:

## تمدید مهلت ثبت نام نخستین المپیاد ملی آموزش هنر تا پایان اردیبهشت ماه

المپیاد شناسایی، کشف و هدایت استعداد های هنری به ویژه در میان جوانان و نوجوانان مشغول به تحصیل در هنرستان های هنرهای زیبای سراسر کشور و هنرجویان آموزشگاه های آزاد هنری، همچنین تشویق و توسعه کار تیمی و گروهی، ارائه شناخت به خانواده ها در زمینه فرصت های رشد فرزندان در رشته های هنری، ارتقای مهارت های فردی، گروهی و اجتماعی، ایجاد همبستگی و نشاط، امید و انگیزه به خصوص در میان هنرجویان و هنرمندان مراکز آموزشی، کمک به توسعه عدالت اجتماعی، فرهنگی و آموزشی، پیشگیری از آسیب های اجتماعی با استفاده از ابزار های هنری و آموزشی است.  
 شایان ذکر است تیم های شرکت کننده در این رویداد بایستی شرایط عمومی که در فراخوان سامانه المپیاد درج شده را به طور کامل رعایت نمایند و همچنین ضوابط تخصصی رشته های هنری که در آن شرکت می کنند را نیز داشته باشند. برای اطلاع کامل از این شرایط علاقه مندان می توانند با مراجعه به سامانه [www.amoozeshonar.farhang.gov.ir](http://www.amoozeshonar.farhang.gov.ir) وارد سامانه المپیاد هنر شده و اطلاعات کامل را دریافت نمایند و با هماهنگی مدیران آموزشگاه ها و هنرستان ها نسبت به ثبت نام تیم ها اقدام نمایند.



سوال جواب: فاطمه فروتن گفت: با توجه به برگزاری نخستین المپیاد ملی آموزش هنر و استقبال و درخواست آموزشگاه های آزاد هنری، مهلت ثبت نام در نخستین المپیاد ملی آموزش هنر در بخش آموزشگاه های آزاد هنری تا روز دوشنبه ۳۱ اردیبهشت ماه ۱۴۰۳ تمدید شد.  
 به گزارش روابط عمومی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی گیلان، فاطمه فروتن، سرپرست معاونت امور هنری، سینمایی و سمعی و بصری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی گیلان اعلام نمود: با توجه به برگزاری نخستین المپیاد ملی آموزش هنر و استقبال و درخواست آموزشگاه های آزاد هنری، مهلت ثبت نام در نخستین المپیاد ملی آموزش هنر در بخش آموزشگاه های آزاد هنری تا روز دوشنبه ۳۱ اردیبهشت ماه ۱۴۰۳ تمدید شد.  
 فاطمه فروتن گفت: این رویداد مهم هنری که برای نخستین بار برگزار می شود مختص آموزشگاه های آزاد هنری و هنرستان های هنرهای زیبا است که در رشته های هنری به رقابت می پردازند و مانند تمامی المپیادها نمرات برتر در سطح ملی جام و مدال قهرمانی هنر را به دست خواهند آورد.  
 سرپرست معاونت امور هنری، سینمایی و سمعی و بصری اداره کل

فرج اله گل سفیدی بازیگر پیشکسوت سینما و تلویزیون: گیلان از پیشگامان هنر و بازیگری در کشور است



سوال جواب - اکبر حیدرپور: فرج اله گل سفیدی از بازیگران پیشکسوت و محبوب گیلانی است که چند دهه است در عرصه سینما، تلویزیون و تئاتر کشور حضوری فعال دارد. وی که سابقه بازی در آثار متعددی را در کارنامه دارد، اخیرا با بازی در سریال جایزه ۶ و ۷ به کارگردانی علی حلوی، در شبکه باران حضور موفقی داشت و سریال رنگارنگی به کارگردانی مسعود ده نمکی، نیز در ایام نوروز و ماه مبارک رمضان با بازی او پیش شد.  
 به همین بهانه گفتگوی کوتاهی با این بازیگر محبوب انجام داده ایم. وی در ابتدا در خصوص حضورش در سریال جایزه گفت: یک روز مونیکی رفیعی مقدم دستیار تهیه سریال جایزه با من تماس گرفت و قرار شد در نسبتی با علی حلوی تهیه کننده و کارگردان درباره بازی در سریال، صحبت کنیم و پس از آن قرار شد به صورت انتخابی در این سریال حضور داشته باشم. در آن مقطع همزمان در چند سریال در شهرهای مختلف مثل مشهد، لاهیجان و سریال های رنگارنگی و خانه روشنا بودم و علیرغم اینها حلوی این همکاری را با من داشت که بتوانم در زمان های ممکن، در جایزه نیز حضور داشته باشم.  
 وی افزود: من گیلانی هستم و وظیفه خود می دانم برای گیلان کار کنم و به آن افتخار می کنم. در چند سال اخیر چند پیشنهاد برای سریال و تله فیلم داشتم که به دلیل مشغله کاری امکان پذیر نشد. وی در خصوص نقش دایی در سریال جایزه اظهار داشت: دایی شخصیتی بود که در تهران ساکن بوده و پس از سالها به سرزمین پدری اش بر می گردد. این نقش را دوست داشتم، چون شخصیتی پختننده بود و اینکه شخصی که دارنده است بتواند به دیگران کمک کند یکی از چیزهایی است که خیلی دوست دارم.  
 این بازیگر پیشکسوت درباره کار با گروه جایزه بیان کرد: کار کردن با گروه جایزه را دوست داشتم، چرا که همگی فوق العاده و انسان های مهربان و محترمی بودند و دوستان داشتم. از نظر بازیگری هم بازیگران پر قدرتی و خوبی هستند و همیشه ثابت شده گیلان یکی از استان های پیشگام در هنر است که بازیگران خیلی خوبی را به کشور معرفی کرده که خیلی خوب از عهده کار بر می آیند.  
 گل سفیدی در پاسخ به این سوال که اگر در آینده باز هم کاری در شبکه استانی باران حضور خواهد داشت گفت: اگر فرصتی داشته باشم و بتوانم، در صورت خوب بودن فیلمنامه حتما با تمام وجودم کار می کنم.  
 وی در خصوص کارهای جدید و آماده پیش خود گفت: در حال حاضر ۶، ۷ سریال آماده پیش دارم که بزودی پیش می شود. این بازیگر محبوب گیلانی در پایان گفت: از لطف شما متشکرم و امیدوارم مردم گیلان همیشه سلامت باشند. پیام به مردم گیلان این است که خیلی دوستان دارم و امیدوارم همیشه خوشحال و سلامت باشند. من عشق زیبایی گیلان و محبت مردم هستم.

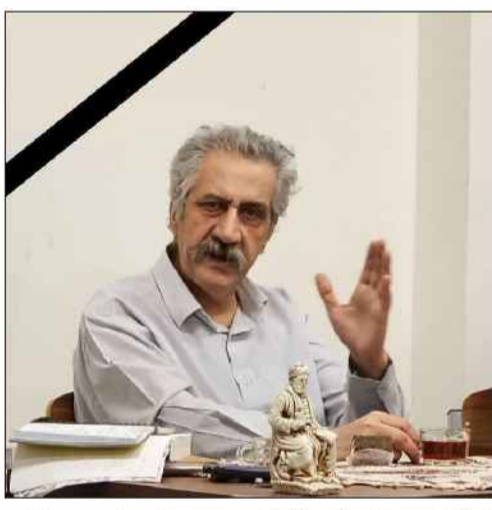
مدیرکل کانون پرورش فکری گیلان:

## تکمیل ساختمان کانون پرورش فکری خمام نیازمند حمایت مسوولان است



مهر: مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان گیلان گفت: تکمیل ساختمان کانون پرورش فکری خمام نیازمند مساعدت و حمایت مسوولان است.  
 سید جلیل میر عظیمی در نشست با فرماندار رشت به تشریح اهداف و برنامه های این مجموعه پرداخت و اظهار کرد: خدمات رسانی کانون پرورش فکری در بستر بیش از ۶۰ عنوان فعالیت فرهنگی، هنری، ادبی، علمی و پژوهشی انجام می شود. میر عظیمی در ادامه به نیروهای انسانی کانون اشاره و با متعهد و توانمند توصیف کردن آنان افزود: موفقیت میران و اعضای مراکز فرهنگی هنری این نهاد در رقابت های بین المللی، کشوری و استانی، بیانگر این توانمندی ها است. این مسئول فرهنگی با بیان اینکه که تربیت نسلی هنرمند، مؤمن و در تراز انقلاب، نیازمند تلاش هم زمان فعالان فرهنگی و توجه مسوولان و تصمیم گیران است، اضافه کرد: برای پیشبرد اهداف، حمایت های بی دریغ

## طنزپرداز و شاهنامه پژوه برجسته بمی در گذشت



ایرنا: استاد «محمدعلی علمی» نویسنده، پژوهشگر، اسطوره شناس، شاهنامه پژوه، طنزپرداز و از چهره های برجسته ادبیات داستانی معاصر شامگاه یکشنبه در سن ۶۳ سالگی به علت بیماری در منزل شخصی خود در زادگاهش، شهرستان بم درگذشت. استاد علمی دانش آموزانه علوم سیاسی دانشکده حقوق و علوم سیاسی دانشگاه تهران بود.  
 وی از دهه ۶۰ فعالیت روزنامه نگاری خود را در روزنامه اطلاعات آغاز کرد و از دهه ۷۰ نیز به طور جدی تر وارد حوزه ادبیات داستانی و فرهنگ مردم شد. آنگونه که درباره شرح زندگی و شخصیت استاد علمی روایت کرده اند، وی به طور خودآموز اصول داستان نویسی را از کتاب های آموزشی معدود آن دوران فراگرفت و اولین آموزگارش مردم عادی کوچه و بازار، روستایی ها و عشایر بودند.  
 این نویسنده مطرح، چندین سال بخش آموزش داستان نویسی در مجله جوانان را برعهده داشت. در همان سال ها شاگرد سید ابوالقاسم انجوی شیرازی (مشهور به پدر فرهنگ مردم) بود و آخرین مصاحبه مطبوعاتی با او مندرج در ادبستان را انجام داد.  
 علمی با لهجه شیرین بمی صحبت می کرد و مدت ها در تهران با دوست و همشهری هنرمندش ایرج بسطامی (خواننده اهل بم) هم خانه بود.  
 داستان کوتاه «بیمانی» اثر اوست که در آخرین شماره ماهنامه «فرجاد» در اواخر دهه ۶۰ یا اوایل ۷۰ چاپ شد. رمان «آذرستان» وی در سال ۷۷ کتاب برگزیده سال از سوی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی وقت و رمان طنز «شاهنشاه در کوچه دلگشا» برنده ۳۰ سال رمان طنز ایران شد.  
 استاد علمی در زمینه پژوهش های مربوط به طنز بنا به توصیه استاد عمران صلاحی آثار بی شماری را از جمله طنز در آمریکا (جلد اول)، طنز در مثنوی مولانا جلال الدین، انواع طنز در گلستان سعدی، طنز و شیوه های داستانی در بوستان، طنز در دوره پهلوی با نقد و بررسی آثار طنز نویسندگان آن زمان، طنز ایران از مشروطه به بعد (جلد اول) و بررسی انواع طنز در خراسان اثر حکیم قاسمی کرمانی را منتشر کرده است.  
 رمان های طنز علمی شامل «شاهنشاه در کوچه دلگشا»، «من نوکر صدام»، «واقع نگاری بن لادن و جناب آقای دیو بوده است».  
 علمی همچنین در زمینه ادبیات کودک و نوجوان کتاب گذر از کوه کیود را منتشر کرده است و در تحلیل قصه های ایرانی نیز می توان به کتاب اساطیر افسون و ش او اشاره کرد.  
 این نویسنده بمی همچنین رمان های «سوغ مغان»، «آذرستان»، «ظلمات»، «اندوه گدرد»، «پریاد»، «داستان های غریب مردمان عادی»، «هزار و یک شب نو»، «خانه کوچک» و «عطای پهلوان» را در پرونده کاری خود دارد.  
 قصه اساطیر از جمله آخرین آثار این نویسنده مطرح ایران بود. همچنین کتابی دیگر در حال انتشار داشت که هنوز اطلاعاتی درباره نام و محتوای آن منتشر نشده است.  
 در وصف کارکردها و ویژگی های آثار استاد علمی آمده که با نگاهی تازه به مسائل مختلف، همواره توانسته توجه عمومی را به خود جلب کند و با انتقاد و پیشنهاد سازنده، به ساختار و شکل دهی بهتر جامعه ایران کمک کند.  
 این نویسنده بمی در سال های پایانی عمر خود به زادگاهش در بم بازگشته بود؛ بازگشت به زادگاه و جایی که هویت و شخصیتش ریشه دار است، به این نویسنده فرصتی داد تا با تمامی تلاش و انگیزه، به خلق آثاری جدید پردازد و اثری ارزشمند خود را به سرانجام برساند.

## «برنارد هیل» بازیگر انگلستانی فیلم «ارباب حلقه ها» درگذشت

«برنارد هیل»، بازیگر انگلستانی فیلم «ارباب حلقه ها» درگذشت. به گزارش ایسنا، «برنارد هیل» بازیگر انگلستانی که بیشتر برای بازی در فیلم «ارباب حلقه ها» و «تایتانیک» شناخته می شود در سن ۷۹ سالگی درگذشت.  
 «دلاین» نوشت، «لو کولسون» مدیر برنامه های او خبر درگذشت «هیل» در صبح روز یکشنبه را تایید کرده است. علت درگذشت این بازیگر اعلام نشده است.  
 «برنارد هیل» در فیلم «تایتانیک» برنده اسکار ۱۹۹۷ در نقش کاپیتان «ادوارد اسمیت» و در «ارباب حلقه ها» در نقش پادشاه «تودون» ظاهر شده بود. از دیگر نقش های مهم او به حضور در مجموعه تلویزیونی «کلودیوس» در سال ۱۹۷۶، «گانلدی» در سال ۱۹۹۹ و «روای شب نیمه تابستان» (۱۹۹۹) می توان اشاره کرد.  
 این بازیگر اهل «منچستر» در خانواده ای از معدنیان زغال سنگ متولد شد. او پیش از بازی در فیلم های که میلیاردها دلار در سراسر جهان به فروش رساندند، حرفه متفاوتی را تجربه کرده بود و با بازی در درام های کوچک و واقع گرایی به شهرت رسید.

