



## گزارش اختصاصی

آمریکا گرفتار ۷ تا ۱۴ میلیارد دلار هزینه غیرقابل جبران بهره‌وری

## خسارت سنگین تعطیلی نامبارک



۴

مسیر جایگزین تنگه هرمز معطل تکمیل مخازن؛

# گره صادرات نفت گوره از جاسک



نبود امنیت شغلی و سازوکار حمایتی از زنانی که اقتصاد محلی را زنده نگه داشته‌اند

## گنجینه‌های سایه‌نشین

### سرخط خبرها

وتوی حضور ترکیه توسط اسرائیل به عنوان بخشی از نیروی حافظ صلح بین‌المللی غزه با اوج‌گیری تنش‌ها

### اخلال در ماموریت آتش بس

۱۲

راه‌اندازی طرح مردمی «رهایی فاطمی» همزمان با ایام فاطمیه؛

### پویشی برای آزادی ۹۷۳ زن زندانی

۹

پاسخ‌های متناقض محیط زیست و جهادکشواری استان؛

### منشای بوی آزاردهنده

### در سرخون چیست؟

۵

معاون فرهنگی فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمزگان در برگزاری آیین افتتاحیه هفته کتاب در روستای کنخ تاکید کرد؛

### ترویج فرهنگ کتابخوانی

### در مناطق کم‌برخوردار

۱۱

لیگ ترامپولین باشگاه‌های کشور

### هرمزگانی‌ها در اصفهان

### خوش درخشیدند

۶

### خواندنی‌های روز

عشق آغاز راه است، نه تضمین مسیر؛

### قبل از ازدواج، این دو افسانه

### را کنار بگذارید

۸

### پریشب

۵

معاون استاندار هرمزگان:

## مدیریت شهری برای ساماندهی بافت تاریخی بندرعباس همگام شد



🌟 سرویس اجتماعی

معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار هرمزگان با تاکید بر ضرورت حفظ هویت بافت تاریخی شهر بندرعباس، از توافق راه و شهرسازی و شهرداری برای آماده‌سازی این محدوده خبر داد و گفت: همکاری مدیریت شهری برای ساماندهی بافت تاریخی بندرعباس در این مرحله یک گام مثبت بوده و چشم‌انداز اجرای این طرح روشن و امیدبخش ارزیابی می‌شود. به گزارش صبح ساحل، صفر صادقی‌پور در نشست بررسی وضعیت بافت تاریخی بندرعباس، با تاکید بر لزوم انجام مطالعات دقیق و استفاده از مشاوران متخصص برای بافت تاریخی، اظهار کرد: اگر مسیر مطالعات و برنامه‌ریزی درست پیش برود، بافت تاریخی بندرعباس می‌تواند به یک بخش فعال و اثرگذار از زندگی شهری تبدیل شود. همکاری مدیریت شهری در این مرحله یک گام مثبت است و آینده کار امیدوارکننده به نظر می‌رسد. وی با بیان اینکه بافت تاریخی هر شهر بخش مهمی از هویت فرهنگی آن است، تاکید کرد: حفظ این بافت‌ها تنها یک اقدام عمرانی نیست، بلکه سرمایه‌گذاری برای آینده نسل‌های بعدی محسوب می‌شود. صادقی‌پور با اشاره به اینکه نگاه فرهنگی باید در مدیریت بافت‌های تاریخی تقویت شود، بیان کرد: بافت تاریخی می‌تواند بخش مهمی از فرهنگ و هویت شهر باشد و اگر درست مدیریت نشود، به‌تدریج از بین می‌رود. معاون استاندار هرمزگان به اتفاق مثبت بین راه و شهرسازی هرمزگان و شهرداری بندرعباس اشاره و تصریح کرد:

اصل موضوع این است که اداره کل راه و شهرسازی استان و شهرداری بندرعباس پذیرفته‌اند آماده‌سازی و ساماندهی بافت تاریخی را به‌طور مشترک انجام دهند که این همکاری نقطه شروع یک حرکت منسجم است و می‌تواند روند کار را سرعت دهد. وی همچنین درباره موضوع مطرح‌شده در شورای شهر بندرعباس توضیح داد: مصوبه شورای شهر و تعهد شهرداری مربوط به بازچه صنایع‌دستی بوده است؛ این موضوع پذیرفته و تایید شده و پرداخت‌های مرتبط باید انجام شود وقتی چنین تعهدی در شورا تصویب می‌شود، عمل به آن یک ضرورت است. صادقی‌پور همچنین با تاکید بر اینکه شهر باید در حوزه صنایع‌دستی و گردشگری حرکت بیشتری داشته باشد، گفت: این حوزه‌ها ظرفیت‌های مهمی هستند و انتظار می‌رود در طول سال فعالیت‌های مرتبط با صنایع‌دستی و گردشگری به شکل جدی‌تری دنبال شود تا شهر از قابلیت‌های خود استفاده کند. وی با اشاره به اینکه برخی فعالیت‌ها تاکنون کمتر دیده شده، اظهار کرد: وقتی شهری عنوان و ظرفیت فعالیت فرهنگی و گردشگری دارد، طبیعی است که انتظار می‌رود این حرکت بیشتر دیده شود و خروجی آن مشخص باشد؛ با اجرای مصوبه بازچه صنایع‌دستی و آماده‌شدن بافت تاریخی، این حرکت تقویت خواهد شد.

## آگهی مناقصه عمومی دو مرحله‌ای با ارزیابی



**شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا (سهامی عام) در نظر دارد 'اجرای عملیات بارشماری کانتینری در محوطه‌ها، ترمینال‌ها و اسکله‌های تحت اختیار خود واقع در بنادر شهید رجایی و بوشهر' را از طریق مناقصه عمومی به متقاضیان واجد شرایط واگذار نماید، لذا از داوطلبان شرکت در مناقصه دعوت می‌شود از تاریخ انتشار آگهی لغایت پایان وقت اداری روز سه‌شنبه به تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۰۴ جهت دریافت اسناد و شرایط مناقصه به آدرس‌های ذیل مراجعه فرمایند. (ارائه آدرس Email در معرفی‌نامه دریافت اسناد مناقصه الزامی است و کلیه اصلاحیه‌ها و ابلاغیه‌های مناقصه به آدرس ایمیل ارائه شده، ارسال می‌گردد).**

**۱- دفتر مرکزی، واقع در تهران، خیابان گاندی جنوبی، نبش کوچه ششم، پلاک ۳۸، طبقه منفی یک، دبیرخانه**

**۲- بندرعباس، مجتمع بندری شهید رجایی، ترمینال ۲ کانتینری، ساختمان ستاد شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا**

**۳- بندر بوشهر، اداره بنادر و دریانوردی استان بوشهر، شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا، ساختمان پنجره (خدمات مشتریان)، دبیرخانه**

مهلت تحویل پاکت مناقصه تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) روز سه‌شنبه به تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۱ می‌باشد و متقاضیان می‌بایست پاکت‌های خود را به نشانی تهران خیابان گاندی جنوبی، نبش کوچه ششم، پلاک ۳۸، طبقه منفی یک، دبیرخانه، کدپستی ۱۵۱۷۳۷۷۶۶ تحویل نمایند. زمان بازگشایی پاکت‌های الف و ب مناقصه روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ ساعت ۱۰ صبح و بازگشایی پاکت ج مناقصه روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۶ ساعت ۱۰ صبح در محل دفتر مرکزی مناقصه‌گزار، به آدرس تهران، خیابان گاندی جنوبی، خیابان ۱۳، شماره ۱۸ می‌باشد.

حضور متقاضیان یا نماینده آن‌ها در جلسه بازگشایی پاکت‌ها امکان‌پذیر نمی‌باشد. سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد و شرایط مناقصه مندرج است.

شماره تماس مناقصه‌گزار: ۰۲۱-۸۴۳۰۹۶۴۷، ۶۴۹، ۶۵۰

**شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا (سهامی عام)**

## آگهی شرکت‌های تعاونی سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۳۲۲۳۱۳۶۲-۱۵۵



## میز خبر

## سپاه یک نفتکش متخلف را در جنوب سواحل مکران توقیف کرد

### سرویس سیاسی

روابط عمومی نیروی دریایی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی خبر داد: در راستای صیانت از منافع و منابع ملت ایران نفتکش (Talara) توسط رزمندگان نیروی دریای سپاه توقیف شد.

رزمندگان یگان‌های واکنش سریع نیروی دریایی سپاه جمعه ۲۳ آبان ماه ساعت ۷:۳۰ پس از دستور مقام قضایی مبنی بر توقیف محموله یک فروند نفتکش با نام تجاری «Talara» با پرچم جزایر مارشال به رصد تحرکات آن پرداختند و اقدام به رهگیری و توقیف آن کردند. این نفتکش حامل ۳۰ هزار تن محموله مواد پتروشیمی و به‌مقصد سنگاپور در حال حرکت بود که به‌منظور رسیدگی به تخلفات به لنگرگاه هدایت شد. نیروی دریایی سپاه اعلام کرد این عملیات در راستای وظایف قانونی و به‌منظور حفظ منافع و منابع ملی جمهوری اسلامی ایران و با دستور مقامات قضایی با موفقیت انجام شد که اطلاع‌رسانی دقیق آن نیازمند بررسی کامل محموله و بازرسی از نفتکش و مستندات آن است، که این امر با تلاش رزمندگان این نیرو با موفقیت انجام و متخلف بودن نفتکش در حمل بار غیرمجاز محرز گردید./تسنیم

### فرمانده کل ارتش:

## به طور مستمر ارتقاء مولفه‌های قدرت دفاعی را دنبال می‌کنیم

### سرویس سیاسی

فرمانده کل ارتش در دیدار اعضای کمیسیون عمران مجلس، گفت: ما با جدیت و به طور مستمر در تلاش برای ارتقاء مولفه‌های قدرت دفاعی هستیم. اعضای کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی روز یکشنبه ۲۵ آبان ۱۴۰۴ با حضور در ستاد فرماندهی ارتش با امیر سرلشکر «امیر حاتمی» فرمانده کل ارتش جمهوری اسلامی ایران دیدار و گفت‌وگو کردند. سرلشکر حاتمی در این دیدار با اشاره به تلاش‌های صورت گرفته برای حفظ و ارتقاء نقاط قوت دفاعی جمهوری اسلامی ایران، گفت: از میان مولفه‌های قدرت، آنچه به طور کلی به نیروهای مسلح و ارتش جمهوری اسلامی باز می‌گردد، مولفه‌های مرتبط با قدرت دفاعی است و ما در این حوزه، لحظه‌ای را از دست نداده‌ایم و با جدیت و به طور مداوم در تلاش برای ارتقاء این مولفه‌ها هستیم. وی با یادآوری نقاط قوت جمهوری اسلامی ایران در جریان جنگ تحمیلی ۱۲ روزه با رژیم صهیونیستی، بیان کرد: تدابیر، درایت و فرماندهی ویژه فرمانده معظم کل قوا، ایثار، تلاش و زحمات نیروهای مسلح و البته انسجام، همراهی، همدلی، بصیرت و اراده آحاد ملت ایران اسلامی، نقاط قوت جمهوری اسلامی ایران در جریان جنگ تحمیلی ۱۲ روزه با رژیم صهیونیستی بود که سبب درخواست آتش بس از سوی دشمن شد. ما در تلاشیم تا این نقاط قوت را حفظ کرده و ارتقاء دهیم تا قدرت دفاعی خود را بالاتر ببریم. فرمانده کل ارتش با بیان اینکه از تجربیات جنگ ۱۲ روزه برای آماده‌تر شدن استفاده کرده‌ایم، اظهار کرد: امروز بدون تردید مردم ما نسبت به نیات دشمن، آگاه‌تر و بصیرتر از گذشته هستند و به خوبی متوجه نیات شوم دشمن شده و این مساله را نیز به خوبی دریافته‌اند که راه مقابله با دشمن، همان مولفه‌های پیروزی است که در جریان جنگ تحمیلی ۱۲ روزه اتفاق افتاد.

### عراقچی:

# درخواست برای مذاکره، مجددا شروع شده است

### سرویس سیاسی

**وزیر امور خارجه با بیان اینکه حمله نظامی اخیر به ایران حمله به دیپلماسی بود، گفت: اکنون درخواست برای مذاکره مجددا شروع شده است.**

سیدعباس عراقچی وزیر امور خارجه در کنفرانس بین‌المللی «حقوق بین‌الملل تحت تهاجم، تجاوز و دفاع» در مرکز مطالعات سیاسی و بین‌المللی وزارت امور خارجه در گفت‌وگویی با سیدمحمدکاظم سجادیپور به تشریح آخرین تحولات در حوزه سیاست خارجی پرداخت.

وی در پاسخ به این سؤال که آیا دیپلماسی کاملا از بین رفته است؟ گفت: حمله نظامی اخیر به ایران به نوعی حمله به دیپلماسی بود. اولین موشکی که از سوی آمریکا و اسرائیل شلیک شد، به میز مذاکرات ایران و آمریکا برخورد کرد. ولی از طرف دیگر همین جنگ نشان داد که هیچ راهی جز دیپلماسی وجود ندارد. آنچه مقصود رژیم اسرائیل و آمریکا از این جنگ بود، محقق نشد و آمریکا و اسرائیل به هیچ یک از اهدافشان نرسیدند بلکه با شکست مواجه شدند. اگر هدف آن‌ها از بین بردن برنامه هسته‌ای ایران بود موفق نشدند. وی افزود: بارها گفته‌ام که تأسیسات ممکن است تخریب شوند و تجهیزات ممکن است از بین بروند، اما تکنولوژی از طریق بمباران هوایی از بین نمی‌رود و از آن مهم‌تر، اراده ملت‌ها از طریق بمباران هوایی از بین نمی‌رود.

رئیس دستگاه دیپلماسی بیان کرد: تأسیسات ما تخریب شده اما تکنولوژی ما سرجاست و اراده ما حتی محکم‌تر شده است. اکنون نیز درخواست برای مذاکره مجدداً شروع شده و این طبیعی است. زیرا به آنچه در مورد برنامه هسته‌ای ایران از طریق حمله نظامی می‌خواستند نرسیدند و این همان حرفی بود که ما بارها گفته بودیم که موضوع هسته‌ای ایران راه‌حل نظامی ندارد. آن را امتحان کردند و متوجه شدند که این راه‌حل، راه‌حل درستی نیست.

وی اضافه کرد: اما برای مذاکره و دیپلماسی یک قاعده و یک مبنا وجود دارد. این‌طور نیست که چیزی را که در جنگ به آن

نرسیده‌ای را بتوانی در مذاکره به آن برسی و بتوانی خواسته‌های خودت را تحمیل کنی. اولین قدم در دیپلماسی و مذاکره این است که بپذیریم مذاکره با دیکته‌کردن و زور گفتن تفاوت دارد. در مذاکره، داد و ستد و منافع متقابل مطرح است.

عراقچی افزود: اینگونه نیست که یک طرف بتواند به هر آنچه می‌خواهد برسد. مذاکره و دیپلماسی باید مبنای معقول و منطقی داشته باشد و با جدیت صورت گیرد. وی گفت: اگر چنین شرایطی برای مذاکره به وجود بیاید جمهوری اسلامی ایران ثابت کرده که همواره برای مذاکره آماده است. ما هیچ‌وقت میز مذاکره را ترک نکرده‌ایم، همیشه طرف‌های مقابل ما بودند که به میز مذاکره خیانت کردند. هم در توافق برجام در سال ۲۰۱۵، جمهوری اسلامی ایران با حسن نیت مذاکره، با حسن نیت توافقی و با حسن نیت اجرا کرد. ولی آمریکا بدون هیچ دلیلی، در حالی که ایران به‌طور کامل به تعهدات خود پایبند بود، از برجام خارج شد و به دیپلماسی خیانت کرد، به توافقی که محصول دیپلماسی بود و همه دنیا آن را در سال ۲۰۱۵ جشن گرفته بود. به آن خیانت کرد و از آن خارج شد. عراقچی ادامه داد: این بار این خیانت به شکل بدتری صورت گرفت، با حمله به ایران. این ایران نبوده که از دیپلماسی فرار کرده این آمریکا و کشورهای غربی بودند که همواره به دنبال تحمیل تمایلات خودشان



در طول مذاکره بودند. وی گفت: به نظر من، دیپلماسی همچنان می‌تواند زنده باشد و همچنان راهکار نهایی برای حل‌وفصل اختلافات است، ولی باید به معیارها، ضوابط و اصول آن پایبند بود.

وزیر خارجه با بیان اینکه ایران معتقد به دیپلماسی و گفت‌وگو در خصوص مسائل منطقه است، اظهار داشت: انتخاب ایران راه‌حل دیپلماسی است.

رئیس دستگاه دیپلماسی گفت: چشم‌انداز و آینده جمهوری اسلامی ایران را در حرکتی که ما در منطقه و در سطح بین‌الملل آغاز کردیم، بسیار امیدبخش و مثبت می‌بینم.

عراقچی اضافه کرد: جنگ سخت را پشت سر گذاشتیم. جنگ ما در دفاع از حملات آمریکا و رژیم صهیونیستی با همکاری بسیاری از کشورها بود که نمی‌خواهم نام ببرم ولی بعضا گفتند در تهاجم اسرائیل کمک کردند و اهداف آنها در این جنگ به هیچ وجه محقق نشد. در روزهای اول خواستار تسلیم بدون قید و شرط ایران بودند ولی روز دوازدهم خواستار آتش‌بس شدند.

وی افزود: آنها در رسیدن به اهدافشان ناکام بودند و ایران موفق شد در همان روز اول جنگ ظرف چند ساعت خودش را آماده دفاع کند و دفاع بسیار محکمی را از خود نشان دهد و این دفاع هر روز ابعاد قوی‌تری به خود گرفت. بعضا گفته شد آسمان ایران در اختیار هواپیماهای اسرائیلی بود ولی ذکر نمی‌شود

### ▲ آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

نظر به اینکه هیات حل اختلاف مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو بندرعباس به شرح رای شماره ۱۴۰۴/۰۳۰۵۴۰۰۰۸۵۴ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۱۱ تصرفات مالکانه آقای ابراهیم خوشبخت فرزند مراد به میزان شش‌دانگ یک باب ساختمان مشتمل بر ده باب مغازه با کاربری اقامتگاه بومگردی به مساحت ۱۸۰۰ مترمربع مالک مشاعی میزان نه صدم دانگ مشاع از شش‌دانگ پلاک ثبتی ۱۲ فرعی از ۹- اصلی که در اجرای رای هیات به قطعه مورد نظر پلاک جدید ۲۴ فرعی از اصلی مذکور اختصاص یافت واقع در چهچکور جنب شهرک دریا هرمزگان قطعه یک بخش دو بندرعباس به استناد مواد ۱ و ۳ قانون مذکور و ماده ۱۳ آیین‌نامه اجرایی آن به جهت تعدد مالکین و عدم دسترسی به خانم صغرا گمشادپور به عنوان احدی از مالکین مشاعی تایید و رای به طی تشریفات ثبتی و صدور سند مالکیت بنام متقاضی مذکور صادر گردیده است و مقرر گردید پس از انتشار آگهی مذکور و سپری شدن مهلت واخواهی سند مالکیت رسمی صادر و تسلیم گردد لذا در اجرای ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی رای مذکور در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در روزنامه‌های کثیرالانتشار و محلی و جهت اطلاع عموم و مالک و صاحبان حقوق آگهی میگردد چنانچه ظرف مهلت دو ماه از تاریخ اولین انتشار آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل، اعتراضی از طرف کسی به اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو بندرعباس تسلیم نگردد سند مالکیت بر اساس مفاد رای فوق در حدود و صلاحیت وفق مقررات صادر خواهد گردید در صورت وصول اعتراض معترض می‌بایست از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت منطقه دو بندرعباس ظرف مهلت یک ماه به دادگاه صالح محل مراجعه و تقدیم دادخواست نماید و گواهی تقدیم دادخواست را به اداره ثبت محل تحویل دهد. پس از سپری شدن مهلت مذکور و عدم ارائه گواهی تقدیم دادخواست اداره ثبت اسناد منطقه دو بندرعباس نسبت به صدور سند مالکیت اقدام خواهد نمود و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد بود.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۱۰

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۲۶

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه دو بندرعباس- صادق شریفی شمیلی ۱۴۰۴/۴۸۰ م/الف

### ▲ آگهی مناقصه عمومی با اخذ سپرده درخواست شماره: T1۷-۰۴۱۳۰۱۱-RHD نوبت دوم

#### موضوع آگهی: خرید کاتالیزت راکتورهای واحد ۰۹

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت این شرکت [WWW.BAORCO.IR](http://WWW.BAORCO.IR) مراجعه نمایید .

◀ روابط عمومی و امور بین الملل

### ▲ آگهی فوت فرضی-نوبت دوم

به حکایت محتویات پرونده ۰۰۱۶۲۴۱۵۲-۰۴۰۳۰۹۰۰۰۱۴۰۳ که در این شعبه دادگاه تحت رسیدگی می باشد اعلام گردیده متوفی فوت فرضی بهژاد محمدی فرزند ویسعلی ۰۳/۷۵/۲۳۷۰۷ از ۱۰ سال پیش غایب و ناپدید شده و هیچگونه خبری از نامبرده در دست نیست لذا بدین وسیله ضمن اعلام مراتب از کلیه کسانی که خبری از غایب یاد شده دارند دعوت می شود اطلاعات خود را به نحو مقتضی در اختیار این دادگاه قرار دهند تا حقی از کسی تضییع نگردد. این آگهی سه نوبت متوالی هر یک به فاصله یک ماه در اجرای ماده ۱۰۲۳ قانون مدنی در امور مدنی منتشر می گردد بدیهی است چنانچه یک سال از تاریخ اولین اعلام (نشر آگهی) حیات غایب ثابت نشود حکم موت فرضی او صادر خواهد شد.

مدیر دفتر دادگاه حقوقی شعبه ۳ دادگاه خانواده شهرستان بندرعباس

### ◀ آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

نظر به اینکه هیات حل اختلاف مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو بندرعباس به شرح رای شماره ۱۴۰۴/۰۳۰۵۴۰۰۰۰۸۵۴ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۱۱ تصرفات مالکانه آقای ابراهیم خوشبخت فرزند مراد به میزان شش‌دانگ یک باب ساختمان دو طبقه با کاربری انبارداری و نگهداری مواد غذایی در سردخانه به مساحت ۳۰۰۰ مترمربع مالک مشاعی میزان نه صدم دانگ مشاع از شش‌دانگ پلاک ثبتی ۱۲ فرعی از ۹- اصلی که در اجرای رای هیات به قطعه مورد نظر پلاک جدید ۷۵ فرعی از اصلی مذکور اختصاص یافت واقع در چهچکور ورودی شهرک دریا هرمزگان قطعه یک بخش دو بندرعباس به استناد مواد ۱ و ۳ قانون مذکور و ماده ۱۳ آیین‌نامه اجرایی آن به جهت تعدد مالکین و عدم دسترسی به خانم صغرا گمشادپور به عنوان احدی از مالکین مشاعی تایید و رای به طی تشریفات ثبتی و صدور سند مالکیت بنام متقاضی مذکور صادر گردیده است و مقرر گردید پس از انتشار آگهی مذکور و سپری شدن مهلت واخواهی سند مالکیت رسمی صادر و تسلیم گردد لذا در اجرای ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی رای مذکور در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در روزنامه‌های کثیرالانتشار و محلی و جهت اطلاع عموم و مالک و صاحبان حقوق آگهی میگردد چنانچه ظرف مهلت دو ماه از تاریخ اولین انتشار آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل، اعتراضی از طرف کسی به اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو بندرعباس تسلیم نگردد سند مالکیت بر اساس مفاد رای فوق در حدود و صلاحیت وفق مقررات صادر خواهد گردید در صورت وصول اعتراض معترض می‌بایست از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت منطقه دو بندرعباس ظرف مهلت یک ماه به دادگاه صالح محل مراجعه و تقدیم دادخواست نماید و گواهی تقدیم دادخواست را به اداره ثبت محل تحویل دهد. پس از سپری شدن مهلت مذکور و عدم ارائه گواهی تقدیم دادخواست اداره ثبت اسناد منطقه دو بندرعباس نسبت به صدور سند مالکیت اقدام خواهد نمود و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد بود.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۱۰

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۲۶

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه دو بندرعباس- صادق شریفی شمیلی ۱۴۰۴/۴۸۲ م/الف

### ▲ آگهی مناقصه عمومی با اخذ سپرده درخواست شماره: T1۷-۰۷۳۰۲۵۰-RHP نوبت دوم

#### موضوع آگهی: خرید کنترلر ولو SAMSON

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت این شرکت [WWW.BAORCO.IR](http://WWW.BAORCO.IR) مراجعه نمایید .

◀ روابط عمومی و امور بین الملل

### دعوت به همکاری

یک شرکت معتبر عمرانی به افراد زیر جهت همکاری در پروژه خط انتقال آب از خلیج فارس (بندرعباس) نیازمند است :

۱-مهندس عمران با سابقه حداقل ۵ سال در دفاتر فنی پروژه های عمرانی

۲-راننده بیل مکانیکی باسابقه و گواهینامه ویژه . متقاضیان می توانند جهت ارسال رزومه به ایمیل

[bolourian۲۰۲۲@gmail.com](mailto:bolourian۲۰۲۲@gmail.com) و یا شماره واتساپ۰۸۲۰۹۱۲۱۳۶۴۰ ارسال بفرمایید .



علی قاسمی نژاد

کارشناس ارشد علوم سیاسی

مسیر جایگزین تنگه هرمز معطل تکمیل مخازن؛

# گره صادرات نفت گوره از جاسک

✓ صادرات نفت از پایانه جاسک متوقف شده تا پمپاژها و مخازن بهره‌برداری شوند



امید نیز حضور داشتند؛ زیرا باید مطالبات این شرکت پرداخت شود تا بتواند تکمیل مخازن را ادامه دهد. هدف وزارت نفت این است که پمپاژ نفت و بخش‌های مربوط به خط انتقال به‌طور هم‌زمان تکمیل شود تا کل پروژه یک‌باره به بهره‌برداری برسد.

احمد مرادی در ادامه گفت: برای صادرات نفت خام از گوره باید حجم زیادی نفتکش به بندار نزدیک‌تر اعزام شود. طرح صادرات از دریای عمان با این نگاه شکل گرفت؛ موضوعی که مقام معظم رهبری نیز بر ظرفیت بالقوه و مغفول‌مانده آن تأکید کرده‌اند. اهمیت دریای عمان در اتصال مستقیم به اقیانوس هند است که صادرات نفت را تسهیل می‌کند. همچنین پایانه جاسک به دلیل عمق بالای آب، امکان پهلوگیری کشتی‌های بزرگ را فراهم می‌کند. او افزود: هدف اصلی احداث خط لوله و پایانه نفتی جاسک صادرات نفت از طریق دریای عمان است و در کنار آن می‌تواند خوراک پالایشگاه‌های هرمزگان را نیز تأمین کند.

عضو کمیسیون انرژی مجلس ادامه داد: تاکنون بارگیری نفت از پایانه جاسک انجام

نشده است. تنها یک‌بار یک کشتی برای بارگیری مراجعه کرد، اما عملیات کامل نشد؛ زیرا مخازن آماده نبود و نفت به‌صورت

ظرفیت انتقال نفت در این طرح، شامل خط لوله و مخازن، یک میلیون بشکه در روز است. این میزان در مقایسه با کل صادرات یک تا یک‌ونیم میلیون بشکه‌ای ایران، ظرفیت قابل توجهی محسوب می‌شود. این پروژه جزو برنامه‌های اصلی وزارت نفت است و احتمال دارد در ماه‌های آینده تکمیل شود.

مستقیم از خط لوله وارد نفتکش شد. اکنون صادرات نفت از این پایانه متوقف شده تا پمپاژها و مخازن ابتدا تست و سپس

تنگه هرمز یکی از استراتژیک‌ترین نقاط کره زمین است که در سده‌های اخیر همواره مورد توجه قدرت‌های جهانی بوده است. بر اساس داده‌های موجود، نزدیک به ۳۴ درصد تجارت نفت جهان از طریق عبور نفتکش‌ها از این تنگه انجام می‌شود. از این رو تنگه هرمز برای ایران اهمیت بالایی دارد. موقعیت ساحلی و جزایر تحت مالکیت ایران امکان تسلط قابل توجهی را فراهم کرده و به کشور توان نقش‌آفرینی در امنیت این آبراه حیاتی را داده است.

با وجود نقش محوری ایران در ایجاد امنیت تنگه هرمز، تحریم‌های بین‌المللی و تنش‌های میان ایران و غرب مانع از تأمین کامل منافع ایران شده است. به همین دلیل موضوع بستن تنگه هرمز بارها از سوی مقامات ایرانی به عنوان اهرم فشار برای تحقق حقوق ایران مطرح شده است. در عین حال بخش مهمی از صادرات نفت ایران نیز از همین تنگه عبور می‌کند و لازم است مسیرهای جایگزین برای صادرات ایجاد شود. یکی از این مسیرها پایانه نفتی بندر جاسک در سواحل دریای مکران (عمان) است. بر اساس طرح اولیه قرار بود با احداث خط لوله از گوره در استان بوشهر به جاسک، روزانه یک میلیون بشکه نفت وارد این پایانه شده و از آنجا صادر شود. با وجود افتتاح این خط لوله در دولت دوازدهم، تاکنون صادراتی از آن انجام نشده است. برای بررسی موضوع گفت‌وگویی داشتیم با «احمد مرادی» عضو کمیسیون انرژی مجلس و نماینده مردم بندرعباس در مجلس شورای اسلامی.

احمد مرادی درباره وضعیت پروژه توضیح داد: «پیمانکار ساخت مخازن، شرکت سرمایه‌گذاری امید وابسته به بانک سپه است. در دولت دوازدهم و دوران وزارت آقای زنگنه یک فاز از این مخازن افتتاح شد، اما افتتاح کامل نبود. قرار بود روزانه صد هزار بشکه نفت به بندر جاسک منتقل شود تا صادرات از طریق دریای عمان انجام شود، اما پروژه در زمان افتتاح به‌طور کامل تکمیل نشده بود و عملاً نفتی صادر نشد. همین موضوع باعث شد کمیسیون اصل نود مجلس وارد ماجرا شود و بر لزوم رفع نواقص و اجرای کامل پروژه تأکید کند. در حال حاضر عملیات احداث خط لوله از گوره به جاسک پایان یافته است. در جلسه‌ای که با آقای بور، رئیس شرکت ملی نفت ایران، برگزار شد، نمایندگان شرکت سرمایه‌گذاری

## گزارش

نبود امنیت شغلی و سازوکار حمایتی از زنانی که اقتصاد محلی را زنده نگه داشته‌اند

## گنجینه‌های سایه‌نشین

✚ ماریا نظری

در دل بازارهای سنتی جنوب، جایی میان بوی ماهی، ادویه و پارچه‌های رنگی، زنانی هستند که سال‌هاست با دستان خود، اقتصاد محلی را زنده نگه داشته‌اند. آن‌ها را نمی‌بینیم در لیست‌های رسمی اشتغال، سهمی از تسهیلات توسعه ندارند، اما اگر نبودند، نبض بازارهای محلی بندرعباس، میناب، قشم، جزیره هرمز و... از حرکت می‌افتاد.

## ✚ کارهای کوچک، زنان بزرگ

«سکینه» زن ۴۷ ساله‌ای اهل بندر کنگ است که سال‌هاست در بندرعباس نان سنتی «تموشی» می‌پزد و به مسافران گردشگران و رهگذران می‌فروشد. او می‌گوید: «هیچ‌وقت بیمه نشدم، هیچ جاب‌مون نکردن. حتی غرفه کوچیکی هم تو بازارچه به ما نمی‌دن. آگه روزی مریض بشم، باید بساطمو جمع کنم.» مانند سکینه، صدها زن دیگر در هرمزگان در مشاغل خانگی، فروش محصولات دستی، صید و صیادی، هنرهای دستی، خیاطی لباس‌های سنتی، حنا، حصیربافی، گلابتون دوزی، کشاورزی و دامداری مشغول‌اند، که اغلب بدون مجوز، بدون حمایت و در حاشیه‌ی هر سیاست‌گذاری اقتصادی؛ هستند.

## ✚ از نبود امنیت شغلی تا حذف از زنجیره حمایت

این زنان پویا و فعال جنوب، با مجموعه‌ای از مشکلات ساختاری مواجه‌اند، از جمله: نبود بیمه و حمایت‌های اجتماعی؛ بیش از ۹۰٪ از زنان شاغل در بخش‌های غیررسمی جنوب بیمه نیستند. بیماری، بارداری یا تعطیلی بازار می‌تواند تمام دارایی‌شان را از بین ببرد.

محدودیت دسترسی به بازارهای رسمی؛ محصولات‌شان اغلب محلی می‌ماند و کمتر سازوکاری برای اتصال آنان به بازارهای ملی یا صادراتی وجود دارد.

کمبود آموزش و زیرساخت؛ آموزش‌های بازاربایی، بسته‌بندی، فروش آنلاین یا دانش مالی کمتر در دسترس است و دستگاه‌های اجرایی برنامه‌ای منسجم برای توانمندسازی این گروه تدوین نکرده‌اند.

بی‌عدالتی در تخصیص منابع محلی؛ غرفه‌ها به واسطه‌گران یا مردان تعلق می‌گیرد و زنان یا اجاره‌نشین‌اند یا باید گوشه‌ای بساط پهن کنند.

زنان روستایی هرمزگان که جمعیت قابل توجهی از جامعه را تشکیل می‌دهند، خود می‌توانند در کنار مردانشان با فعالیت در عرصه‌های کشاورزی، دامداری، صنایع دستی و حتی صید و فروش آبیان در توسعه اقتصاد مقاومتی و خوداشتغالی نقش‌آفرین باشند؛ مثلاً خدیجه در هرمز؛ نقش حنا برای مسافران می‌زند، معصومه در قشم؛ برقه و لباس بندری که هنر دست خودش است می‌فروشد، فاطمه در هنگام؛ صیاد و ماهی‌فروش است، کبری در سورو؛ شلوار بندری می‌دوزد و زینب در بندرعباس که ادویه محلی و ترشی درست می‌کند، رقیه، دست‌سازه‌های صدفی می‌سازد تا با درآمدش زندگی‌اش را بسازد؛ این مهارت زن بودن است؛ مهارتی که زن‌های جنوب خیلی خوب آن را یاد گرفته‌اند. زنان جنوب، شاید استعداد‌های کشف‌نشده‌ای هستند که در مقام یک زن، همسر یا مادر در این دنیا، زانگی می‌کنند و رنگ می‌پاشند به این دنیای بی‌رنگ.

## ✚ زنان در سایه توسعه

در برنامه‌های توسعه‌ای استان، کمتر سهمی برای این کارآفرینان به ظاهر کوچک دیده می‌شود. نبود بانک اطلاعاتی دقیق از مشاغل خرد زنانه، موجب نادیده‌گرفتن آنان در برنامه‌ریزی‌ها شده. در حالی‌که این زنان در خط مقدم اقتصاد معیشتی‌اند، دسترسی‌شان به تسهیلات بانکی، وام‌های اشتغال‌زایی یا آموزش‌های فنی تقریباً ۵ الی ۱۰ درصد است. زنان روستایی در هرمزگان باتوجه به نقش و مسئولیت‌هایشان در مزرعه و منزل، عهده‌دار وظایف تولیدی و خدماتی مختلفی هستند که در رسیدن به توسعه روستایی بسیار مؤثر است. اما توزیع نامتعارف بهره‌مندی از درآمد کافی، مسکن مناسب، اشتغال پایدار و مولد، ادامه تحصیل و بهداشت مناسب باعث شده بسیاری از آنان در فقر باشند. با وجود سهم عمده در فعالیت‌های اقتصادی، دستمزد و منزلت اجتماعی آنان به مراتب کمتر از مردان است و راه‌های دسترسی به آموزش، کسب مهارت و تخصص به رویشان بسته است.

## ✚ صدایی که باید شنیده شود

کارشناسان معتقدند احیای واقعی اقتصاد محلی جنوب بدون شنیدن صدای این زنان ممکن نیست. به گفته منصوره کاظمی، پژوهشگر حوزه توسعه پایدار، «زنان هرمزگان الگوی بومی تاب‌آوری اقتصادی هستند. حمایت هدفمند از آن‌ها نه فقط عدالت‌محور، بلکه توسعه‌محور است.» زنان هرمزگانی که در سکوت، با هنر دستانشان زندگی می‌سازند، مستحق دیده‌شدن، اگرچه کارشان کوچک به نظر می‌رسد، اما تأثیرشان در معیشت محلی بزرگ و بی‌جایگزین است. وقت آن است که این ستون‌های بی‌تکیه‌گاه را نه در سایه، که در مرکز توجه برنامه‌های توسعه‌ای قرار دهیم.

قصه زنان جنوب، قصه زنان نجیب و اصیلی است که متواضعانه زنانگی می‌کنند برای زندگی. آنان در سکوت و با هنر دستانشان زندگی می‌سازند و مستحق دیده‌شدن. اگرچه کارشان کوچک به نظر می‌رسد، اما تأثیرشان در معیشت محلی بزرگ و بی‌جایگزین است. وقت آن است که این ستون‌های بی‌تکیه‌گاه را نه در سایه، بلکه در مرکز توجه برنامه‌های توسعه‌ای قرار گیرند.

## آگهی شرکت‌های تعاونی سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۳۲۲۳۱۳۶۲-۱۵۵



## آگهی مناقصه عمومی - نوبت اول

با موضوع تامین غذای پرسنل یارد عسلویه به شماره 1004429

**شرکت مهندسی و ساخت تاسیسات دریایی ایران** در نظر دارد جهت تامین غذای پرسنل یارد عسلویه مناقصه عمومی برگزار نماید. لذا از تمامی شرکت های واجد صلاحیت دعوت می گردد پакتهای پیشنهادی خود را به مدت ۱۰ روز پس از تاریخ نشر آگهی نوبت اول، بر اساس دستور العمل برگزاری مناقصه عام به آدرس این شرکت ارسال نمایند.

خواهشمند است جهت مشاهده اسناد مرتبط با این مناقصه و دستورالعمل مربوطه، اطلاعاتیه ها رفع ابهام یا شفاف سازی از اسناد مناقصه و اصلاحات و تغییرات مناقصه به سایت اینترنتی این شرکت

https://www.ioec.com/fa/tender بخش "مناقصات" مراجعه و در صورت لزوم جهت کسب اطلاعات بیشتر از طریق شماره تلفن ۰۲۱-۸۲۸۴۲۶۴۸ با آقای مهندس پیشگاهی تماس حاصل فرمایند.

◀ روابط عمومی و امور بین الملل



مریم دهقان

خبرنگار

.....

بالاخره طولانی‌ترین تعطیلی دولت آمریکا به پایان رسید اما تقریباً هیچ‌کس از نتیجه نهایی راضی نیست. دموکرات‌ها نتوانستند موارد مورد درخواست خود را به بودجه اضافه کنند و حتی جمهوری‌خواهان نیز که قدرت را در واشنگتن کنترل می‌کنند؛ از حجم زیاد انتقادهای و نتایج انتخابات محلی و ایالتی ناراضی بودند. از طرفی، مورد سرزنش مردم نیز قرار گرفتند. چراکه پیامدهای تعطیلی دولت بر میلیون‌ها آمریکایی اثر منفی گذاشت و در آستانه فصل تعطیلات، نارضایتی عمومی بین مردم افزایش پیدا کرد.

کارگران فدرال بدون حقوق ماندند و مسافران هواپیمایی، سفرهایشان به تأخیر افتاد یا لغو شد. وقفه در برنامه کوبن تغذیه، منجر به صف‌های طولانی در بانک‌های غذا شد و هزاران مشکل دیگر در آمریکا، موجی از نارضایتی را به راه انداخت. از طرفی پیامدهای اجتماعی تعطیلی دولت به قدری زیاد بود که رهبران هر دو حزب تقریباً هر روز جلسات مطبوعاتی برگزار می‌کردند تا افکار عمومی را آرام کنند. با این وجود طبق نظرسنجی‌های صورت گرفته تقریباً از هر ۱۰ آمریکایی، ۶ نفر می‌گویند که ترامپ و جمهوری‌خواهان کنگره «بخش قابل توجهی» از مسئولیت تعطیلی را بر عهده دارند؛ در حالی که ۵۴ درصد همین نظر را در مورد دموکرات‌های کنگره دارند.

به هرحال چیزی که مشخص است این است که این تعطیلی طولانی، تبعات زیادی برای آمریکا داشته است و حدود ۱۱ میلیارد دلار به اقتصاد این کشور لطمه وارد کرده است. دفتر بودجه کنگره می‌گوید که تأثیر منفی بر اقتصاد، پس از پایان تعطیلی، به طور کامل جبران نخواهد شد.

#### ❖ خسارت تعطیلی دولت

سناور جری موران، جمهوری‌خواه معتقد است «با وجود این که این اختلال عملکرد، به اندازه کافی برای اقتصاد داخلی آسیب‌زا است؛ پیام خطرناکی نیز به جهانیان می‌فرستد. این تعطیلی به متحدان ما می‌گوید که ما یک شریک غیرقابل اعتماد هستیم و به دشمنان ما نشان می‌دهد که نمی‌توانیم برای انجام حتی اساسی‌ترین مسئولیت‌های کنگره با هم همکاری کنیم.»

هسیت، مدیر شورای اقتصاد ملی نیز معتقد است؛ «سفر و تفریح بیشترین آسیب را از تعطیلی دولت دیده است و اگر این آسیب ادامه یابد؛ سفر هوایی برای یک یا دو هفته دیگر نابسامان و حداقل در کوتاه‌مدت دچار رکود خواهند بود.» از طرفی، بازار کار در آمریکا نیز کمی ضعیف شده است که بخشی از آن به دلیل عدم اطمینان ناشی از تعداد روزهای تعطیلی دولت بوده است.

#### ❖ تأثیر اقتصادی کوتاه مدت تعطیلی دولت

به مرخصی اجباری رفتن حدود ۷۰۰ هزار کارمند دولتی به هزینه‌های مصرف‌کننده آسیب رسانده است و تعداد زیادی از این کارمندان معتقد بودند که ممکن است در بچیوجه تلاش‌های دولت ترامپ برای اخراج

آمریکا گرفتار ۷ تا ۱۴ میلیارد دلار هزینه غیرقابل جبران بهره‌وری

## خسارت سنگین تعطیلی نامبارک

✓ تعطیلی دولت، جایگاه ایالات متحده را به عنوان رهبر جهانی بازار آزاد و نظم بین‌المللی مبتنی بر قانون تضعیف کرد



زد. این موضوع بی‌شک می‌تواند به جایگاه اقتصادی جهانی آمریکا آسیب برساند.

#### ❖ آیا آسیب اقتصادی برای آمریکایی‌ها به یک میزان احساس شده است؟

قطعاً نه. تعداد زیادی از آمریکایی‌ها آسیب دیده‌اند، اما تعطیلی دولت، مناطق و افراد مختلف را به طور متفاوتی تحت تأثیر قرار داده است. همچنین از آنجا که پارک‌ها و بناهای تاریخی در طول تعطیلی بسته بودند؛ فعالیت گردشگری نیز کاهش یافت؛ کاهشی که بدون شک با کاهش پروازهای اجباری به دلیل کمبود کنترل‌کننده‌های ترافیک هوایی بدتر شد.

این امر بر هتل‌ها نیز اثر گذاشت. گفتنی است؛ قبل از تعطیلی، انجمن مسافرتی ایالات متحده هشدار داده بود که چنین رویدادی حدود ۱ میلیارد دلار در هفته برای کل صنعت سفر هزینه خواهد داشت.

#### ❖ تأثیر بلندمدت تعطیلی دولت چیست؟

اگر چه تخمین‌ها از تأثیر بلندمدت تعطیلی دولت متفاوت است؛ اما دفتر بودجه کنگره که نهادی غیرحزبی است؛ اعلام کرده که هزینه تولید ناخالصی داخلی آمریکا در حوزه بهره‌وری از دست رفته، بین ۷ تا ۱۴ میلیارد دلار است و این هزینه هرگز جبران نخواهد شد. همچنین از دیدگاه اقتصاد کلان بین‌المللی، اعتماد به ایالات متحده آسیب دیده است. حتی قبل از تعطیلی دولت، اختلال سیاسی در واشنگتن به کاهش رتبه اعتباری ایالات متحده منجر شد؛ چیزی که می‌تواند منجر به افزایش هزینه‌های استقراض شود. تعطیلی دولت همچنین، جایگاه ایالات متحده را به عنوان رهبر جهانی بازار آزاد و نظم بین‌المللی مبتنی بر قانون نیز تضعیف کرد. این تعطیلی، با ظهور اقتصادی چین، به تصور سرمایه‌گذاران بین‌المللی از ایالات متحده به عنوان داور و تأمین‌کننده سیستم تجاری و مالی تثبیت‌شده، آسیب

#### ❖ میز خبر

رییس اتاق بازرگانی هرمزگان:

### حمایت اتاق ایران در حادثه بندر شهید رجایی موجب تسکین آلام فعالان اقتصادی هرمزگان شد

#### ❖ سرویس اقتصادی

رییس اتاق بازرگانی هرمزگان در بیست و هشتمین نشست هیات نمایندگان اتاق ایران که با حضور حسن زاده رییس اتاق ایران، استاندار هرمزگان، هیئت رئیسه، دبیرکل و معاونین، هیئت نمایندگان برگزار شد، ضمن قدردانی از حضور و همراهی مسئولان گفت: «حمایت فوری و اقدامات به موقع اتاق‌های سراسر کشور در پی انفجار بندر شهید رجایی، نقش بسزایی در کاهش آلام خانواده‌های آسیب‌دیده و مردم هرمزگان داشت.

به گزارش صبح ساحل، وی افزود: «با تشکیل قراگاه ویژه «بررسی و پیگیری حل مشکلات و خسارات فعالان اقتصادی آسیب‌دیده»، ۱۲ جلسه تاکنون برگزار و ۶۷ مصوبه اجرایی شده است که شامل پرداخت دیه جنایاختگان، هزینه درمان افراد آسیب‌دیده، تعیین خسارت کالاها، تسهیلات بانکی و مالیاتی، و حمایت سازمان تامین اجتماعی بوده است.» صفا با اشاره به اقدامات عملیاتی قراگاه گفت: «نشست‌های مشترک استانداری، دادگستری، اتاق بازرگانی و سایر دستگاه‌های متولی، تسریع در برآورد خسارات، شناسایی منابع مالی، رفع موانع حقوقی و جبران خسارات انسانی و مالی را به دنبال داشته است. تشکیل کارگروه میدانی برای تعیین خسارت کالاها تاکنون منجر به بررسی ۱،۴۴۸ پرونده شده است و بدهی‌های فعالان اقتصادی آسیب‌دیده با استفاده از ظرفیت کمیسیون ماده ۱۶۵ قانون مالیات‌های مستقیم تعلیق گردیده است.» وی ادامه داد: «در حوزه بانکی، فعالان اقتصادی آسیب‌دیده مهلت ۶ ماهه برای ایفای تعهدات خود دریافت کرده و بانک مرکزی نیز اعلام کرده است که تعهدات ارزی ثبت سفارش‌های خسارت‌دیدگان تا پایان سال جاری تعلیق می‌گردد. همچنین حمایت‌های سازمان تامین اجتماعی شامل تقسیط بدهی کارفرمایان خسارت‌دیده و پذیرش لیست بیمه کارگران بدون دریافت بوده است. صفا با اشاره به پیوش «اتاق همدلی» گفت: «کمک‌های مالی اتاق‌های سراسر کشور به حساب معین معرفی شده نزد بانک ملی شعبه پاسداران واریز شد و در چارچوب تعیین شده برای جبران خسارات انسانی و مالی استفاده گردید. این حمایت‌ها موجب تسلی خاطر فعالان اقتصادی، افراد آسیب‌دیده و مردم هرمزگان شد و در مجموع با مدیریت قوی اتاق بازرگانی هرمزگان و حمایت اتاق ایران و اتاق هرمزگان و اتاق های سراسر کشور جمعا مبلغ ۲۵۷ میلیارد تومان برای حمایت از آسیب دیدگان این حادثه اختصاص یافت.

به میزبانی شرکت پالایش نفت بندرعباس برگزار شد

### بررسی چالش‌ها و رفع موانع تولید صنعت پالایش نفت در گفت وگویی نمایندگان مجلس و مدیران پالایشی

#### ❖ سرویس اقتصادی

نشست تخصصی «رفع موانع تولید در صنعت پالایش نفت کشور» با حضور اعضای کمیسیون قضایی و حقوقی و فراکسیون کارآفرینی، رفع موانع تولید و اشتغال مجلس شورای اسلامی، جمعی از مدیران ارشد دولتی و کارشناسان حوزه انرژی به میزبانی شرکت پالایش نفت بندرعباس برگزار شد.

به گزارش صبح ساحل، در این نشست راهکارهای عملی برای بهبود فضای کسب و کار و رفع چالش‌های پیش روی صنعت پالایش نفت کشور مورد بررسی قرار گرفت و حاضران بر ضرورت همکاری میان دستگاه‌های قانون‌گذار، اجرایی و بنگاه‌های صنعتی برای تسهیل فرآیندهای تولید، توسعه سرمایه‌گذاری و ارتقای بهره‌وری در صنعت انرژی کشور تأکید کردند. مدیرعامل شرکت پالایش نفت بندرعباس، گزارشی از عملکرد شرکت ارائه کرد و گفت: شرکت پالایش نفت بندرعباس با وجود چالش‌ها و محدودیت‌های اقتصادی، با اتکا به توان متخصصان داخلی و مدیریت کارآمد، موفق به افزایش ظرفیت تولید و بهبود و رشد سودآوری از ابتدای امسال نسبت به مدت مشابه سال قبل شده است و این دستاورد نتیجه تلاش شبانه‌روزی کارکنانی است که با تعهد و دقت، چرخه تولید را در حساس‌ترین شرایط حفظ کرده‌اند. احمد هاشمی افزود: صنایع پالایشی از حساس‌ترین بخشهای راهبردی کشور هستند و استمرار فعالیت آنها حتی در شرایط بحران، نقشی حیاتی در تامین امنیت انرژی دارد و در جریان جنگ ۱۲ روزه رژیم صهیونیستی علیه کشور، کارکنان پالایشگاه بندرعباس با روحیه‌ای جهادی و احساس مسئولیت ملی، بدون لحظه‌ای توقف به فعالیت خود ادامه دادند و اجازه ندادند تولید کشور دچار وقفه شود. این ایثار و تعهد، سرمایه‌ای ارزشمند برای صنعت نفت ایران است. وی در ادامه با اشاره به تعهد شرکت در ایفای مسئولیتهای اجتماعی تصریح کرد: پالایشگاه بندرعباس در کنار فعالیت‌های صنعتی، خود را نسبت به توسعه جامعه محلی متعهد میدانند و در حوزه‌های بهداشت و درمان، ورزش، آموزش و پرورش و حمایت از افشار آسیبپذیر، طرحهای متعددی را اجرا کرده است. این رویکرد با هدف تحقق توسعه پایدار و تقویت همبستگی اجتماعی دنبال می‌شود.

#### ❖ بررسی چالش‌های صنعت پالایش

در بخش کارشناسی این نشست، نمایندگان مجلس و مدیران صنعت نفت به طرح دیدگاه‌ها و مشکلات موجود در بخش پالایش پرداختند. از جمله موضوعات مطرح شده می‌توان به مطالبات مالی شرکتهای پالایشی از دولت و لزوم تسریع در تسویه آنها برای بهبود نقدینگی و پایداری عملیات تولید، تأمین خوراک پالایشگاه‌های کوچک مقیاس و ضرورت تدوین سازوکار شفاف و پایدار در توزیع خوراک، بررسی مشکلات مرتبط با قیمتگذاری فرآورده‌های نفتی، سیاستهای ارزی و نظام مالیاتی و ضرورت بازنگری در برخی مقررات حقوقی و اجرایی که موجب کندی تصمیم‌گیری در پروژه‌های کلان صنعت پالایش می‌شود؛ اشاره کرد. اعضای کمیسیون‌های تخصصی مجلس شورای اسلامی با تأکید بر اهمیت نقش صنعت پالایش در خودکفایی انرژی کشور، اعلام کردند که موضوعات مطرح شده در این نشست از طریق کارگروه مشترک وزارت نفت و مجلس پیگیری خواهد شد تا تصمیمات لازم برای رفع موانع قانونی و اجرایی اتخاذ گردد.

#### ❖ بهبود اقتصادی پس از تعطیلی برای ایالات متحده چقدر ممکن است؟

از آنجا که تعطیلی‌ها همیشه موقتی هستند؛ بهبود به مدت زمان آن بستگی دارد. به طور سنتی، روند اقتصادی بلندمدت تحت تأثیر آسیب کوتاه‌مدت تعطیلی‌ها قرار نمی‌گیرد. اما این بار ممکن است کمی متفاوت باشد. این تعطیلی طولانی‌تر از هر تعطیلی دیگری در تاریخ ایالات متحده طول کشید.

همچنین، ماهیت این تعطیلی نگرانی‌هایی را ایجاد می‌کند. این اولین تعطیلی بود که در آن یک رئیس‌جمهور گفت که حقوق موقوفه برای همه کارمندان فدرال که به مرخصی اجباری فرستاده شده‌اند؛ قطعی نیست و عدم اطمینان در مورد کسانی که با اخراج تهدید شدند؛ بیش از هر زمان دیگری بود. همچنین عدم اطمینان از زمان دقیق بازگشایی تعطیلی در طول این مدت، بر نحوه هزینه کردن بسیاری از افراد آسیب‌دیده تأثیر گذاشت.

#### ❖ آیا عوامل اقتصادی دیگر تأثیر تعطیلی دولت را تشدید کرده‌اند؟

جنگ تعرفه‌ای ترامپ فراگیر است و علاوه بر دشمنان به متحدان آن نیز ضربه می‌زند. در نتیجه، اقتصاد ایالات متحده در چنین شرایطی ناپایدارتر از هر زمان دیگری است لذا این امر منجر به عدم قطعیت بیشتر در مورد تورم می‌شود. گفتنی است؛ افزایش قیمت مواد غذایی که منجر به افزایش تورم شده است؛ در این زمینه نقش دارد. این عوامل کار فدرال رزرو را برای تنظیم دقیق سیاست پولی در راستای برآوردکردن وظایف دوگانه خود یعنی اشتغال کامل و ثبات قیمت‌ها، دشوارتر می‌کند. به این موارد، فقدان داده‌های دولتی برای بیش از یک ماه را اضافه کنید. این بدان معناست که فدرال رزرو هنگام ترسیم نمودار اقتصاد ایالات متحده، کمی در تاریکی فرو رفته است. لذا این موضوعات تأثیر تعطیلی دولت را تشدید کرده‌است.

**جنگ تعرفه‌ای ترامپ فراگیر است و علاوه بر دشمنان به متحدان آن نیز ضربه می‌زند. در نتیجه، اقتصاد ایالات متحده در چنین شرایطی ناپایدارتر از هر زمان دیگری است لذا این امر منجر به عدم قطعیت بیشتر در مورد تورم می‌شود**

امر تا حد زیادی به دلیل تأثیر تعطیلی برنامه کمک تغذیه‌ای تکمیلی، که به عنوان کوپن غذائیز شناخته می‌شود؛ بوده است. گفتنی است؛ بیش از ۴۲ میلیون آمریکایی به این کوپن‌ها متکی هستند. همچنین تحقیقاتی وجود دارد که نشان می‌دهد آمریکایی‌های سیاه‌پوست بیشتر از سایر گروه‌های نژادی تحت تأثیر تعطیلی‌ها قرار گرفتند. دلیل این امر این است که به طور سنتی، کارگران سیاه‌پوست درصد بالاتری از نیروی کار فدرال را نسبت به نیروی کار بخش خصوصی تشکیل داده‌اند.

ایوب زارعی:

## قشم می‌تواند الگوی توسعه پایدار جنوب ایران شود

#### ❖ سرویس اقتصادی

عضو هیات‌مدیره سازمان منطقه آزاد قشم، با تأکید بر ظرفیت‌های اقتصادی این جزیره گفت: قشم تنها یک جزیره در خلیج فارس نیست، بلکه در حال تبدیل شدن به یکی از محورهای اصلی رشد اقتصادی در جنوب کشور است.

به گزارش صبح ساحل، ایوب زارعی، اظهار کرد: موقعیت جغرافیایی ممتاز، قوانین حمایتی مناطق آزاد و ظرفیت‌های طبیعی متنوع، فرصت چشمگیری برای توسعه و سرمایه‌گذاری در قشم فراهم کرده است. بیش از ۴۷ درصد اشتغال قشم در بخش خدمات، حدود ۳۱ درصد در صنعت و ۲۱ درصد در حوزه شیلات و کشاورزی است که نشان می‌دهد اقتصاد جزیره از شکل سنتی خود عبور کرده و به سمت اقتصادی خدمات‌محور و دریامبنا حرکت می‌کند. عضو هیات‌مدیره سازمان منطقه آزاد

قشم در ادامه با اشاره به مزیت‌های قشم گفت: معافیت‌های مالیاتی بلندمدت، زیرساخت‌های بندری و هوایی، ارتباط مستقیم با بازارهای بین‌المللی و نیروی کار مقرون‌به‌صرفه از مهم‌ترین امتیازات جزیره برای سرمایه‌گذاران است. زارعی با تأکید بر لزوم رفع موانع موجود اظهار کرد: برای تحقق رشد واقعی اقتصادی باید چالش‌هایی همچون محدودیت منابع آب، کمبود نیروی کار ماهر و ضعف شبکه‌های مالی را برطرف کنیم. وی راهکارهای موجود را «سرمایه‌گذاری در آب‌شیرین‌کن‌ها، گسترش مراکز آموزش فنی برای نیروهای بومی و جذب سرمایه‌گذاران داخلی و خارجی در قالب طرح‌های مشارکتی» عنوان کرد. او قشم را گنج پنهان جنوب کشور توصیف کرد و گفت: پتانسیل‌های معدنی، گردشگری، انرژی‌های نو و صنایع دریایی این جزیره هنوز به‌درستی شناخته نشده است. اگر با

نگاه جامع و برنامه‌محور به قشم بنگریم، این جزیره می‌تواند به نقطه تعادل میان توسعه، محیط زیست و زندگی مردم جنوب تبدیل شود. زارعی، آینده قشم را وابسته به تصمیمات امروز دانست و تأکید کرد: قشم می‌تواند نقش مهمی در تحقق توازن توسعه‌ای کشور ایفا کند؛ شرط آن این است که مدیران ملی و محلی با هم‌افزایی، سرمایه‌گذاران را دلگرم و روند صدور مجوزها را تسهیل کنند. جزیره‌ای که روزی فقط مقصد گردشگران بود، امروز می‌تواند کانون سرمایه‌گذاری، اشتغال و صادرات غیرنفتی ایران باشد. او گفت: قشم امروز در نقطه‌ای ایستاده که می‌تواند به الگوی توسعه پایدار جنوب ایران تبدیل شود؛ به شرطی که سرمایه، مدیریت و دانش در کنار هم قرار گیرد و آینده این جزیره با تصمیمات هوشمند امروز ساخته شود. قشم فقط جایی برای دیدن نیست؛ جایی برای ساختن آینده است.



## میزخبر

اقتدار کاراته‌های هرمزگانی در تفلیس  
«حسین تنی» قهرمان کاتای  
انفرادی شد

\* سرویس ورزشی

نماینده کشورمان در رقابت‌های بین‌المللی کاراته کاپ آزاد گرجستان، با ارائه عملکردی موفق در بخش کاتای انفرادی بزرگسالان، عنوان قهرمانی این رقابت‌ها را کسب کرد. به گزارش صبح ساحل، حسین تنی با اجرای دقیق و فنی کاتاهای خود غلبه بر تمامی حریفان، مدال طلای این رویداد را از آن خود کرد و بار دیگر نام هرمزگان را در عرصه بین‌المللی کاراته مطرح ساخت. این نتیجه، نشان‌دهنده تداوم پیشرفت فنی کاراته‌های هرمزگان و حضور پرقدرد ورزشکاران این خطه در مسابقات معتبر خارجی است.

لیگ حرفه‌ای بسکتبال باشگاه‌های کشور  
دو نماینده هرمزگان پیروز شدند

\* سرویس ورزشی

دو نماینده بسکتبال هرمزگان در هفته اول لیگ حرفه‌ای بسکتبال باشگاه‌های کشور بازی خود را با پیروزی شروع کردند. به گزارش صبح ساحل، دو تیم آنامیس میناب و کاوان قشم هفته اول لیگ حرفه‌ای بسکتبال باشگاه‌های کشور را با پیروزی به پایان بردند. در گروه ب، تیم آنامیس میناب به سرمربیگری محمد غلامی در سالن یادگار امام میناب از مهمان خود مولتی‌کافه مشهد میزبانی کرد و در یک بازی پرفشار و نزدیک موفق شد با نتیجه ۵۸ بر ۵۵ به پیروزی برسد. در گروه الف تیم کاوان قشم با هدایت جواد زارعی در نخستین دیدار خارج از خانه به مصاف هیرکان رشت رفت و در یک مسابقه جذاب و پایاپای با نتیجه ۷۴ بر ۷۲ میزبان خود را شکست داد. در پایان هفته نخست تیم کاوان قشم با ۲ امتیاز در رده پنجم گروه الف قرار گرفت و تیم آنامیس میناب با ۲ امتیاز در رده پنجم گروه ب ایستاد.

با حمایت شرکت آلومینیوم المهدی برگزار شد؛  
اردوی تمرینی مشترک تیم‌های گلبال  
بندرعباس و رودان

\* سرویس ورزشی

تیم‌های گلبال آقاییان شهرستان‌های بندرعباس و رودان اردوی تمرینی مشترک برگزار کردند.

به گزارش صبح ساحل، این تمرین با هدف آماده‌سازی برای مسابقات پیشکسوتان کشوری که بهمن ماه در بابل برگزار می‌شود با حمایت آلومینیوم المهدی از ورزش نابینایان و کم‌بینایان برگزار شد. تیم گلبال بندرعباس با ترکیب رضا حاجی‌پور، حسن امینی، مظفر سعیدی، علی جهان تیغ، بنیامین محمدی‌زاده، مجتبی میرکی، محمود وفاخواه، حسن احمدی، محمد جاودان، عبدالرسول رئیسی و خدارسان متولی و تیم گلبال رودان با هدایت حبیب کریمی و با حضور بازیکنان مصطفی رنجبری، فضل‌الله زیرک‌پور، حیدر زمانی، عباس سالاری، طالب سالاری، رضا عباس‌نژاد، اصغر قاسمی و اکبر زمانی در این تمرین شرکت کردند. این تمرین مشترک نه تنها گامی بلند در مسیر آماده‌سازی فنی این ورزشکاران بود، بلکه نمادی زیبا از همبستگی و اتحاد بین ورزشکاران نابینا و کم‌بینای هرمزگان به نمایش گذاشت. بدون شک، چنین برنامه‌هایی با حمایت حامیانی مانند آلومینیوم المهدی، آینده‌ای درخشان را برای ورزش قهرمانی در منطقه رقم خواهد زد و ورزشکاران را برای کسب افتخارات ملی در مسابقات آتی بیش از پیش امیدوار می‌کند.

## لیگ ترامپولین باشگاه‌های کشور

## هرمزگانی‌ها در اصفهان خوش درخشیدند



(۱۱-۱۲ سال)، امیرحسام قربانی در دی‌ام‌تی (بزرگسالان)، آزاد امیری توسلی در دی‌ام‌تی (۱۵-۱۶ سال)، دانیال خوارزمی در دی‌ام‌تی (۱۳-۱۴ سال)، محمدمانی رضانی‌نژاد در دی‌ام‌تی (۱۳-۱۴ سال)، اهورا امیری رودان در دی‌ام‌تی (۱۳-۱۴ سال)، امیرعلی احمدی در دی‌ام‌تی (۱۱-۱۲ سال) و عدنان قاسمی دی‌ام‌تی (۹-۱۰ سال) ورزشکاران هرمزگانی بودند که فینالیست شدند.

رئیس هیئت ژیمناستیک هرمزگان گفت: این موفقیت‌ها حاصل تلاش بی‌وقفه ورزشکاران، مربیان دلسوز، ناصرخضری به عنوان سرمربی،

## محمود رئیسی

دبیر سرویس ورزشی



تیم ترامپولین هرمزگان در لیگ باشگاه‌های کشور با کسب چندین عنوان برتر خوش درخشید.

مسابقات لیگ ترامپولین باشگاه‌های کشور با حضور ورزشکاران از سراسر کشور به میزبانی استان اصفهان برگزار شد. در این دوره از رقابت‌ها، تیم ترامپولین هرمزگان با ترکیبی از ورزشکاران مستعد و پرتلاش، موفق شد با کسب چندین عنوان تیمی و انفرادی، عملکردی درخشان از خود به نمایش بگذارد. در این مسابقات مقام سوم تیمی ترامپولین رده سنی ۱۱-۱۲ سال را ابوالفضل افزند، امیرعلی احمدی، محمدجواد قورچی‌زاده، محمدسام مختاری، مقام سوم تیمی ترامپولین رده سنی ۱۳-۱۴ سال را پارسا آسان، اهورا امیری رودان، مهدی زریان، محمدامین عبدالنژاد، مقام سوم انفرادی ترامپولین رده سنی ۱۳-۱۴ سال را پارسا آسان، مقام دوم دی‌ام‌تی رده سنی ۱۳-۱۴ سال را دانیال خوارزمی، مقام سوم انفرادی دی‌ام‌تی رده سنی ۱۳-۱۴ سال را اهورا امیری رودان، مقام دوم دی‌ام‌تی رده سنی ۹-۱۰ سال را ابوالفضل افزند، مقام سوم دی‌ام‌تی رده سنی ۹-۱۰ سال را امیرعلی احمدی کسب کردند.

آراد امیری توسلی در ترامپولین (۱۵-۱۶ سال)، پارسا آسان در ترامپولین (۱۳-۱۴ سال) و ابوالفضل افزند در ترامپولین و دی‌ام‌تی



## دومین دوره مسابقات برترین‌های دومینو دانش‌آموزی هرمزگان

## استقلال عنوان قهرمانی را کسب کرد

\* محمود رئیسی



کسب کرد.

تیم ملوانان زیل متشکل از شهروز موسی پور و احسان پیلک از دبستان پسرانه اوستا رضانیا عنوان چهارمی این دوره از مسابقات را از آن خود کردند.

تیم آریامهر متشکل از حمیدرضا جمشیدی‌پور و علی‌اصغر مهداوی از هنرستان پسرانه نفت آفتاب عنوان نایب قهرمانی را به خود اختصاص دادند.

تیم پهلوانان دومینو متشکل از سبحان پورحسین و کیان شجاعیان از دبستان پسرانه رهیویان شهدای خلیج فارس عنوان سومی را

اسلامی از دبستان پسرانه دانشگاه علوم پزشکی و یوسف دادگر از دبستان پسرانه اوستا رضانیا عنوان قهرمانی را کسب کردند. تیم آریامهر متشکل از حمیدرضا جمشیدی‌پور و علی‌اصغر مهداوی از هنرستان پسرانه نفت آفتاب عنوان نایب قهرمانی را به خود اختصاص دادند. تیم پهلوانان دومینو متشکل از سبحان پورحسین و کیان شجاعیان از دبستان پسرانه رهیویان شهدای خلیج فارس عنوان سومی را

استقلال قهرمان دومین دوره مسابقات برترین‌های دومینو دانش‌آموزی استان هرمزگان (جام شهید حسین فهمیده) شد. دومین دوره مسابقات برترین‌های دومینو دانش‌آموزی هرمزگان (جام شهید حسین فهمیده) به همت کمیته دومینو استان هرمزگان در سالن دو راهی ایسینی برگزار شد. صادق یوسفی یگانه رئیس کمیته دومینو هرمزگان گفت: دومین دوره مسابقات برترین‌های دومینو دانش‌آموزی استان هرمزگان (جام شهید حسین فهمیده) با شرکت ۸۸ نفر در قالب ۴۴ تیم از دبیرستان پسرانه جامعه‌الصادق، دبستان پسرانه دانشگاه علوم پزشکی، دبستان پسرانه اوستا رضانیا، دبستان پسرانه رهیویان شهدای خلیج فارس، دبستان دخترانه رهیویان شهدای خلیج فارس، دبیرستان پسرانه رهیویان شهدای خلیج فارس و هنرستان پسرانه نفت آفتاب برگزار شد. وی افزود: تیم استقلال متشکل از امیررضا



# پرتقال؛ از سرماخوردگی تا سلامت قلب

سرویس سلامت

پرتقال، این میوه خوش‌عطر زمستانی، نه‌تنها یکی از محبوب‌ترین میوه‌های دنیا است، بلکه به‌عنوان یکی از غنی‌ترین منابع ویتامین C شناخته می‌شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهد مصرف روزانه پرتقال می‌تواند از بروز بسیاری از بیماری‌ها پیشگیری کرده و در تقویت سیستم ایمنی، سلامت پوست و قلب نقش مؤثری ایفا کند.

## پرتقال؛ سپر طبیعی در برابر سرماخوردگی

پزشکان سال‌هاست بر نقش ویتامین C در تقویت سیستم ایمنی بدن تأکید دارند و پرتقال با داشتن مقادیر بالای این ویتامین، یکی از مؤثرترین مواد غذایی برای کاهش علائم سرماخوردگی و آنفولانزا محسوب می‌شود و این میوه باعث افزایش تولید گلبول‌های سفید شده و توان بدن را برای مقابله با ویروس‌ها بالا می‌برد. همچنین مصرف منظم آب پرتقال تازه می‌تواند دوره بیماری‌های فصلی را کوتاه‌تر کند.

## سلامت پوست با درخشش پرتقال

آنتی‌اکسیدان‌های موجود در پرتقال، به‌ویژه ویتامین C، در ترمیم سلول‌های پوست و کاهش چین‌وچروک مؤثر است و این ترکیبات به تولید کلاژن کمک کرده و روند پیری پوست را کند می‌کنند.

بسیاری از متخصصان پوست توصیه می‌کنند در کنار مصرف خوراکی، از ماسک طبیعی پرتقال نیز برای شادابی و روشن‌تر شدن پوست استفاده شود.

تحقیقات جدید نشان می‌دهد فلاونوئیدها و فیبرهای محلول در پرتقال، نقش قابل‌توجهی

در کاهش کلسترول بد خون (LDL) دارند. بتاسیم موجود در این میوه نیز به تنظیم فشار خون کمک می‌کند و خطر بروز سکنه قلبی و مغزی را کاهش می‌دهد، به همین دلیل، کارشناسان تغذیه توصیه می‌کنند مصرف منظم پرتقال به‌ویژه در افراد بالای ۴۰ سال در برنامه غذایی روزانه گنجانده شود.

## از کم‌خونی (آئمی) پیشگیری می‌کند

منظور از آئمی عارضه‌ای است که منجر به کم شدن گلبول‌های قرمز یا هموگلوبین می‌شود که کاهش توانایی آن برای حمل اکسیژن را به دنبال دارد.

این عارضه معمولاً به علت کمبود آهن رخ می‌دهد. اگرچه پرتقال منبع خوبی از آهن نیست، اما منبع عالی اسیدهای اگائیک مانند ویتامین C (اسید آسکوربیک) و اسید سیتریک محسوب می‌شود.

ویتامین C و اسید سیتریک هر دو می‌توانند جذب آهن از دستگاه گوارش را افزایش دهند. زمانی که پرتقال را به همراه سایر مواد غذایی سرشار از آهن میل کنید، ممکن است به جلوگیری از آئمی کمک شود.

پرتقال، بیشتر از کربوهیدرات و آب تشکیل شده است، پروتئین و چربی این میوه بسیار کم است و مقداری کالری هم دارد و قندهای ساده، مثل گلوکز، فروکتوز و ساکروز (ساکروز) انواع اصلی کربوهیدرات موجود در پرتقال هستند و علت شیرینی پرتقال، وجود همین قندها است. پرتقال برخلاف اینکه دارای قند است، شاخصی گلیسمی پایینی دارد.

## تأثیر پرتقال بر گوارش و کاهش وزن

فیبر فراوان پرتقال به عملکرد بهتر دستگاه گوارش کمک می‌کند و از بروز یبوست

جلوگیری می‌کند و علاوه بر این، کالری پایین و احساس سیری طولانی‌مدت پس از مصرف آن، پرتقال را به یک میان‌وعده ایده‌آل برای افرادی تبدیل کرده است که در تلاش برای کاهش وزن هستند.

## خواص آب پرتقال برای مشکلات بینایی

مقادیر بالا ویتامین A و C ویتامین در آب پرتقال می‌تواند از تشکیل آب مروارید و سایر بیماری‌های چشمی که می‌توانند منجر به از دست رفتن بینایی شوند، جلوگیری کند. یک پرتقال متوسط تنها حدود ۶۰ کالری دارد، اما بیش از ۱۰۰ درصد نیاز روزانه بدن به ویتامین C را تأمین می‌کند.

## پرتقال؛ از سرماخوردگی تا سلامت قلب

رادیكال‌های آزاد، عامل اصلی بسیاری از بیماری‌های مزمن مانند سرطان و دیابت نوع دوم هستند. ترکیبات آنتی‌اکسیدانی پرتقال، از جمله فلاونوئیدها، کاروتنوئیدها و

اسید سیتریک، با این مولکول‌های مخرب مبارزه کرده و از سلول‌های بدن محافظت می‌کنند و این خاصیت ضد سرطانی سبب شده پرتقال جایگاه ویژه‌ای در رژیم‌های غذایی سالم پیدا کند.

## میوه‌ای کوچک با فوایدی بزرگ

پرتقال فراتر از یک میوه زمستانی است؛ ترکیبی از طعم، طراوت و تندرستی و گنجاندن روزانه یک عدد پرتقال در رژیم غذایی می‌تواند گامی مؤثر برای حفظ سلامتی و شادابی بدن باشد.

کارشناسان توصیه می‌کنند برای بهره‌مندی کامل از خواص پرتقال، آن را به‌صورت تازه و با تفاله مصرف کنید، چرا که بخش زیادی از فیبرها و مواد مغذی در همین قسمت نهفته است.



# هشدار مصرف خودسرانه انسولین

## لزوم پایش منظم قند خون

سرویس سلامت

متخصص داروسازی بالینی دانشگاه علوم پزشکی شیراز با اشاره به اهمیت آگاهی بیماران مبتلا به دیابت از اصول تزریق انسولین، روش‌های نگهداری و نکات ایمنی آن، بر ضرورت انتخاب نوع مناسب و دوز انسولین با تشخیص پزشک و مشورت داروساز تأکید کرد.

دکتر «دنا فیروزآبادی» متخصص داروسازی بالینی و عضو هیأت علمی دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شیراز، انسولین را یکی از داروهای حیاتی در کنترل دیابت برشمرد و گفت: مصرف صحیح انسولین نه‌تنها موجب کنترل مؤثر قند خون می‌شود، بلکه از بروز عوارض خطرناک مانند افت شدید قند و کتواسیدوز دیابتی پیشگیری می‌کند. او افزود: انتخاب نوع مناسب انسولین بر اساس مدت زمان اثربخشی کوتاه‌مدت، متوسط یا طولانی‌مدت و تنظیم دوز آن باید تنها از سوی پزشک و تحت پایش داروساز انجام گیرد.

او با بیان اینکه تزریق انسولین اغلب در نواحی زیرجلدی مانند

شکم، ران یا بازو انجام می‌شود، ادامه داد: محل تزریق باید روزانه تغییر کند تا از تغییر شکل بافت چربی (لیپودیستروفي) جلوگیری شود. فیروزآبادی همچنین بر لزوم توجه به استفاده از سرنگ یا قلم انسولین تمیز و یک‌بارمصرف برای پیشگیری از بروز عفونت‌های پوستی تأکید کرد. آگاهی از نحوه صحیح نگهداری دارو دیگر تأکید این عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز بود و در این زمینه گفت: انسولین‌های باز نشده باید در یخچال با دمای ۲ تا ۸ درجه سانتی‌گراد نگهداری شود، اما انسولین در حال مصرف را می‌توان تا ۲۸ روز در دمای اتاق (زیر ۲۵ درجه) نگه داشت؛ به شرط آنکه در معرض گرما یا نور مستقیم قرار نگیرد. دکتر فیروزآبادی ادامه داد: از نکات مهم دیگر، بررسی تاریخ انقضا و رنگ ظاهری انسولین پیش از هر تزریق است؛ در صورت تغییر رنگ، وجود ذرات یا یخ‌زدگی، باید از مصرف آن خودداری شود؛ داروسازان توصیه می‌کنند قبل از تزریق، دوز تجویزی با نسخه مطابقت داده شود و از ترکیب خودسرانه انواع مختلف انسولین پرهیز شود.

## هشدارهای دارویی در مصرف انسولین

او با طرح یکی از موارد مهم در مورد مصرف انسولین تحت عنوان «Sick Day Warning» یا هشدار دوران بیماری اظهار کرد: بیماران مبتلا به دیابت باید بدانند که در دوران تب، عفونت یا بی‌اشتهایی ناشی از بیماری، هرگز نباید مصرف انسولین را قطع کنند؛ اگر بیمار در این دوران قادر به خوردن غذا نیست، لازم است مایعات حاوی کربوهیدرات مانند آب‌میوه طبیعی، سوپ یا ژله مصرف و میزان قند خون را در فواصل کوتاه‌تر بررسی کند. این عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز افزود: مشورت با داروساز و پزشک در صورت تغییر وضعیت جسمانی، مصرف داروهای جدید یا کاهش اشتها، نقش مهمی در پیشگیری از نوسانات خطرناک قند خون دارد. به گزارش وبدا، دکتر فیروزآبادی تأکید کرد: پایش منظم قند خون با دستگاه گلوکومتر، رعایت دوز تجویزی پزشک، نگهداری صحیح انسولین و آگاهی از هشدارهای دوران بیماری، از ارکان اصلی موفقیت در درمان دیابت با انسولین است. /ایسنا

میزخبر

پاسخ علمی به باورهای نادرست تغذیه‌ای؛

## حذف وعده‌های غذایی روش مناسبی برای کاهش وزن نیست

سرویس سلامت

دکتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، اعلام کرد: باور عمومی مبنی بر اینکه حذف وعده‌های غذایی مانند صبحانه یا شام یا حذف کامل کربوهیدرات‌ها می‌تواند به کاهش وزن کمک کند، پایه علمی ندارد و نادرست است. بر اساس اعلام دکتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، حذف وعده‌های غذایی و ایجاد گرسنگی طولانی‌مدت نمی‌تواند منجر به کاهش وزن مناسب و پایدار در فرد شود. اصل اساسی در کاهش وزن، کاهش منطقی انرژی دریافتی و افزایش مصرف انرژی در بدن است و تاکنون هیچ‌گونه شواهد علمی مبنی بر اینکه مصرف یا حذف وعده خاصی مانند ناهار، اثر بیشتری بر افزایش یا کاهش وزن داشته باشد، به اثبات نرسیده است. کارشناسان دکتر بهبود تغذیه جامعه تأکید کردند: حذف وعده‌های غذایی نه‌تنها باعث محرومیت بدن از مواد مغذی مورد نیاز می‌شود، بلکه می‌تواند سطح انرژی، تمرکز و کارایی فرد در طول روز را کاهش دهد. اگرچه ممکن است در کوتاه‌مدت کاهش وزن مشاهده شود، اما بخش عمده این کاهش مربوط به از دست رفتن آب بدن است و سهم چربی در این کاهش اندک است.

در ادامه این گزارش آمده است: کاهش شدید کالری دریافتی در طولانی‌مدت موجب افت سوخت‌وساز بدن و توقف روند کاهش وزن می‌شود. همچنین حذف وعده‌های غذایی می‌تواند عوارضی مانند اختلال در چرخه خواب، تغییر در هورمون‌های گرسنگی و سیری، مشکلات گوارشی و اختلالات عصبی را به همراه داشته باشد. دکتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت توصیه کرده است: افراد برای دستیابی به وزن مطلوب، به‌جای حذف وعده‌های غذایی، اصلاح الگوی تغذیه، کنترل حجم و کیفیت غذا، و افزایش فعالیت بدنی روزانه را در برنامه خود قرار دهند. /ایرنا

## عامل احتمالی افزایش سرطان‌های روده در جوانان کشف شد

سرویس سلامت

متخصصان در آمریکا یک عامل احتمالی افزایش جهانی موارد ابتلا به سرطان‌های روده بزرگ و راست‌روده در میان جوانان را مصرف «غذاهای فوق‌فرآوری‌شده» معرفی کرده‌اند. غذاهای فوق‌فرآوری‌شده شامل خوراکی‌های آماده مانند تنقلات بسته‌بندی‌شده، نان‌های صنعتی، غلات صبحانه شیرین‌شده، نودل فوری و پیتزای یخ‌زده، در دهه‌های اخیر سهم رو به افزایشی از رژیم غذایی ما را به خود اختصاص داده‌اند.

همزمان، بروز سرطان‌های کولورکتال (مربوط به روده بزرگ و راست‌روده) که پیش‌تر بیماری سنین بالا تلقی می‌شد، در سنین زیر ۵۰ سال افزایش یافته است. این بیماران معمولاً در مراحل دیرتری تشخیص داده می‌شوند و شانس بقای پایین‌تری دارند؛ مسئله‌ای که باعث شده متخصصان با دقت بیشتری بررسی کنند که رژیم‌های غذایی در حال تغییر ما چه تأثیری بر سلامت‌مان دارد.

در این مطالعه تازه، متخصصان رژیم غذایی و نتایج آندوسکوپی بیش از ۲۹ هزار زن در ایالات متحده را تحلیل کردند. آن‌ها به داده‌های سلامت بیش از دو دهه دسترسی داشتند و توانستند وضعیت این زنان را در گذر زمان دنبال کنند.

نتایج نشان داد زنانی که بیشترین میزان غذاهای فوق‌فرآوری‌شده را مصرف می‌کردند، ۴۵ درصد بیشتر از زنانی که کمترین میزان این غذاها را می‌خوردند در معرض خطر ایجاد آدنوم (رشد‌های غیرطبیعی یا پولیپ‌های روده بزرگ و راست‌روده که می‌توانند به سرطان تبدیل شوند) بودند.

بیشتر پولیپ‌ها خوش‌خیم‌اند اما برخی طی چند سال رشد می‌کنند و به سرطان تبدیل می‌شوند. افزایش خطر به نظر می‌رسد نسبتاً خطی باشد؛ یعنی هرچه غذاهای فوق‌فرآوری‌شده بیشتری بخورید، احتمال آنکه به پولیپ‌های روده بزرگ منجر شود بیشتر است. متخصصان می‌گویند از این رو کاهش مصرف غذاهای فوق‌فرآوری‌شده که معمولاً سرشار از قند، نمک، چربی اشباع و افزودنی‌ها هستند می‌تواند به کاهش بار فراینده سرطان کولورکتال زودهنگام کمک کند.

این یافته‌های کلی حتی زمانی که پژوهشگران سایر عوامل خطر سرطان کولورکتال از جمله چاقی و مصرف کم فیبر را هم لحاظ کردند، برقرار بود. این مطالعه، که در نشریه JAMA Oncology منتشر شده، ثابت نمی‌کند که غذاهای فوق‌فرآوری‌شده باعث سرطان می‌شوند اما سرنخ‌هایی درباره اینکه رژیم غذایی چگونه می‌تواند بر خطرات سلامت اثر بگذارد ارائه می‌دهد. /ایسنا



همچنان برای پیشگیری از آسیب مغزی و کاهش حافظه اهمیت زیادی دارد.

این نوسان‌ها را به‌طور کامل مهار نمی‌کنند. با این حال، کنترل منظم فشار خون و مصرف داروهای تجویز شده

داد حتی در افرادی با فشار خون متوسط و به‌ظاهر سالم، آن‌هایی که در فشار خونسشان، نوسان بیشتری داشتند و شریان‌هایشان سفت‌تر بود، نشانه‌هایی از پیری مغز از جمله کوچک‌تر شدن هیپوکامپ و قشر «انتورینال» مشاهده شد که از نخستین نواحی درگیر در بیماری آلزایمرند. سطح نوروفیلانمنت لایت نیز در خون آن‌ها بالاتر بود که نشانه آسیب سلول‌های عصبی است این یافته‌ها حتی پس از در نظر گرفتن عواملی مانند سن، جنسیت و میانگین فشار خون، همچنان معنی‌دار ماندند که نشان می‌دهد خود نوسان‌های فشار خون و نه فقط عدد کلی آن، ممکن است عامل خطر مهمی برای سلامتی مغز باشد. با وجود اهمیت نتایج، متخصصان خاطرنشان می‌کنند این مطالعه، ارتباط آماری را نشان می‌دهد و دلیل قطعی را ثابت نمی‌کند. به نوشته ایندپیندنت، در حال حاضر، برای کنترل مستقیم این نوسان‌ها درمان خاصی وجود ندارد و داروهای فعلی فقط بر کاهش میانگین فشار خون تمرکز دارند و

فشار خون بدن (از طریق اعصاب و رگ‌ها) به‌خوبی کار می‌کند، اما وقتی این نوسان‌ها خیلی زیاد یا نامنظم شوند، مثلاً فشار خون بین دو ضربان متوالی به شکل قابل‌توجهی بالا و پایین برود، نشانگر اختلال در تنظیم خودکار جریان خون است و این رفتار ناپایدار بین هر ضربان قلب می‌تواند برای مغز خطرناک باشد. به گفته متخصصان، سالمندانی که تغییرات ضربان‌به‌ضربان بیشتری در فشار خون داشتند، دچار کاهش حجم مغز در نواحی مرتبط با حافظه شدند و سطح پروتئینی به نام «نوروفیلانمنت لایت» (NFL) در مغزشان افزایش یافت که نشانه‌ای از آسیب به سلول‌های عصبی است. به گزارش فاکس‌نیوز، این پژوهش روی ۱۰۵ فرد ۵۵ تا ۸۹ ساله انجام شد به این صورت که وقتی مغز شرکت‌کنندگان اسکن می‌شد، فشار خون آن‌ها نیز به‌صورت پیوسته به مدت چند دقیقه اندازه‌گیری شد. محققان سفتی شریان‌ها و میزان تغییر فشار خون میان ضربان‌ها را نیز ثبت کردند. نتیجه نشان

سرویس سلامت

نتایج یک مطالعه تازه در دانشگاه کالیفرنیا جنوبی نشان می‌دهد نوسان لحظه‌به‌لحظه فشار خون از هر ضربان تا ضربان بعدی قلب، می‌تواند به اندازه عدد کلی فشار خون برای سلامتی مغز اهمیت داشته باشد.

متخصصان در این مطالعه دریافتند سالمندانی که فشار خونسشان بین ضربان‌ها بیشتر نوسان دارد حتی اگر فشار خونسشان به طور کلی با دارو به‌خوبی کنترل شده باشد، حجم مغزشان در نواحی مرتبط با حافظه کوچک‌تر می‌شود و نشانه‌هایی از آسیب به سلول‌های عصبی آنان مشاهده می‌شود.

فشار خون در هر ضربان قلب، کمی بالا یا پایین می‌رود، یعنی برخلاف تصور عمومی، عددی همیشه ثابت نیست و بدن دائماً آن را تنظیم می‌کند. در حالت طبیعی، این تغییرات اندک هستند و نشان می‌دهند سیستم تنظیم

## محیا تکنده

روانشناس بالینی



هرگاه دو نفر تصمیم می‌گیرند که وارد زندگی مشترک شوند، معمولاً با آرزوها و رویاهای بزرگی همراه‌اند: «ما همیشه عاشق خواهیم بود»، «هرکدام‌مان دیگری را کامل می‌کند»، «از این به بعد همه چیز زندگی ما با هم پیش می‌رود». با این همه، مطالعات روانشناختی به‌وضوح نشان می‌دهند که عشق به تنهایی نه آغازگر کافی برای پیوند دو نفر است و نه نگهدارنده‌ی موثر آن بلکه آنچه اهمیت دارد، مهارت‌ها، انتظارات واقع‌بینانه و آمادگی برای مواجهه با پیچیدگی‌های رابطه است. اخیراً در ژورنال روانشناسی روز مقاله‌ای با عنوان «دو چیز که همه‌ی زوج‌ها باید پیش از ازدواج کنار بگذارند» منتشر شده و به دو فرض بنیادین می‌پردازد که اغلب بدون نقد پذیرفته شده‌اند و کنارنگذاشتن آن‌ها می‌تواند زمینه‌ساز مشکلات عاطفی، پایدار نبودن رابطه یا حتی فروپاشی زندگی مشترک شود.

## افسانه‌ی نخست

این تصور رایج بسیار است: دو نفر عاشق‌اند، زندگی مشترک آغاز می‌شود و از این پس همه‌ی سختی‌ها، تفاوت‌ها و تنش‌ها به‌گونه‌ای طبیعی حل می‌شوند یا دیگر به چشم نمی‌آیند. اما واقعیت چیزی جز این است. نویسندگی مقاله، مارک تراورز یادآور می‌شود که عشق کافی نیست و نکته‌ی مهم‌تر مهارت و انتظارات واقع‌بینانه رابطه‌اند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که بسیاری از مشکلات در زندگی مشترک، «مشکلات پایدار» هستند یعنی مسائلی که نه به راحتی حل می‌شوند و نه از بین می‌روند، بلکه باید بارها و بارها با کمک زوجین مدیریت شوند. برای نمونه، پژوهش‌های جان گاتمن نشان می‌دهد که حدود ۶۹ درصد از مشکلات زوج‌ها از نوع تکرار شونده‌اند. از طرفی وقتی فرد یا زوجی با این باور عمل می‌کنند که مشکل و چالش نباید وجود داشته باشد، در مواجهه با تنش یا اختلاف، غافلگیر و آزرده می‌شوند. چرا؟ چون احساس می‌کنند نباید این‌گونه می‌شد، نباید مشکلی رخ می‌داد و همه چیز باید در بهترین حالت خود نگه داشته شود. به علاوه دیده شده که زوجین در این حالت انتظار دارند که عشق تور پوشاننده همه‌ی مشکلات باشد و زمانی که این انتظار تحقق نمی‌یابد، ناامیدی، احساس شکست یا حتی تصور پایان رابطه پیش می‌آید. در روانشناسی رابطه، تمرکز صرف بر عشق (گرچه مهم است) کافی نیست، بلکه عوامل دیگری مانند سبک‌های ارتباطی، توانایی مذاکره، حل تعارض، همدلی فعال و انعطاف‌پذیری روانی تعیین‌کننده‌اند. زمانی که عشق را به تنهایی کافی بدانیم، آمادگی لازم برای مواجهه با تفاوت‌ها، برخورد با اختلاف و مدیریت بحران را از دست می‌دهیم.

## افسانه‌ی دوم

فرض دوم آن است که ازدواج یعنی فردیت را کنار گذاشتن و تبدیل شدن به یک "ما"ی کامل، واحد و بی تضاد. نویسنده این مقاله تأکید می‌کند که این دیدگاه نادرست است رابطه‌ی سالم نیازمند تعادل میان ما و من است یعنی داشتن هویت فردی در کنار هویت

عشق آغاز راه است، نه تضمین مسیر؛

# قبل از ازدواج، این دو افسانه را کنار بگذارید



مشترک. انسان‌ها موجوداتی متنوع‌اند؛ هرکدام خواسته‌ها، ترس‌ها، گذشته‌ها و علایق خاص خود را دارند. فرض حذف فردیت، می‌تواند باعث شود یکی از طرفین احساس کند که خودش را از دست داده و نقش ما به بهای حذف من رقم خورده است. روانشناسان مطرح کرده‌اند که یکی از منابع تنش در رابطه، کشمکش میان نیاز به امنیت/اشتراک و نیاز به آزادی/خود بودن است. زمانی که تنها به «ما»، «ما بودن» و «مشترک بودن» فکر شود و فردیت حذف گردد، احساس بی‌هویتی، کینه یا حتی کنترل شدن در یکی یا هر دو طرف به‌وجود می‌آید. روانشناسی روابط زوجین بیان می‌کند که تعامل سالم نه در حذف فردیت بلکه در احترام به آن و در یافتن مسیر مشترکی که دو فرد، با هویت‌شان، انتخاب کرده‌اند می‌باشد. بنابراین، رابطه ما در ازدواج، زمانی قوی‌تر است که من‌ها نیز زنده بمانند و رشد یابند.

## راهکارهای پیشنهادی برای زوج‌ها

راهکارهای پیشنهادی برای زوج‌هایی که در آستانه‌ی ازدواج‌اند، بیش از هر چیز به واقع‌گرایی، گفتگو و حفظ مرزهای فردی مربوط می‌شود. نخست باید پذیرفت که عشق به تنهایی تضمین‌پذیری رابطه نیست، بلکه مهارت، شناخت و گفتگو هستند که دوام می‌آفرینند. پیش از ازدواج، لازم است زوج‌ها درباره موضوعاتی مانند سبک حل تعارض، مسائل مالی، نقش‌ها، ارزش‌ها و حتی انتظارات‌شان از زندگی مشترک صحبت کنند؛ گفتگوهایی که هرچند دشوار یا ناخوشایند به‌نظر می‌رسند، اما از بسیاری سوء تفاهم‌های آینده جلوگیری می‌کنند. مهم است که هر دو نفر بپذیرند رابطه سالم الزاماً رابطه‌ای بی‌اختلاف نیست، بلکه رابطه‌ای است که در آن دو نفر یاد گرفته‌اند چگونه با تفاوت‌هایشان زندگی کنند. به همین دلیل، تمرین شنیدن فعال، کنترل هیجان در

صمیمیت کمک می‌کند، چون تنها زمانی که هر فرد با خودش در تماس است، می‌تواند با دیگری نیز ارتباطی واقعی برقرار کند. در همین حال، باید برای ایجاد مای مشترک نیز وقت گذاشت؛ هدف‌ها و تصمیم‌های جمعی را مشخص کرد، مرزهای زندگی مشترک را با احترام به تفاوت‌ها تعیین نمود و از وابستگی افراطی یا کنترلگری پرهیز کرد. رابطه‌ای که بر پایه گفتگو، انعطاف، پذیرش تفاوت و حفظ هویت فردی استوار باشد، نه تنها در برابر بحران‌ها آسیب‌پذیر نیست، بلکه فرصت رشد دو نفره را فراهم می‌کند. در حقیقت، ازدواج موفق نه حاصل شباهت مطلق، بلکه نتیجه‌ی



زمان تعارض و جستجوی راه حل مشترک به‌جای برنده شدن در بحث، از پایه‌های سلامت رابطه است. در کنار این مهارت‌ها، زوج‌ها باید به‌خاطر داشته باشند که ازدواج به معنای حذف فردیت نیست. هرکس نیاز دارد همچنان بخشی از زمان، فضا و انرژی خود را صرف علایق شخصی، رشد فردی و هویت مستقلش کند. اختصاص زمان‌هایی برای تنهایی، داشتن فعالیت‌ها و دوستی‌های شخصی و حفظ استقلال عاطفی به تداوم

## میان عشق و آگاهی

بیشتر ما وقتی از عشق سخن می‌گوییم، ناخودآگاه از جهانی آرمانی حرف می‌زنیم جهانی که در آن تفاهم، تداوم و امنیت همواره برقرار است. اما رابطه‌ی واقعی، هم‌زمان عرصه‌ی رویا و واقعیت است جایی که شور عاشقانه باید با بلوغ روانی پیوند بخورد تا دوام یابد. اگر عشق، نیروی آغازگر رابطه است، آگاهی نیروی نگهدارنده‌ی آن است. آگاهی یعنی دیدن تفاوت‌ها بدون انکارشان، شناخت محدودیت‌های خود و دیگری و پذیرفتن اینکه گاهی دوست داشتن به‌جای دل‌بستگی کور، مستلزم فاصله و گفت‌وگوست. زوج‌هایی که میان عشق و آگاهی تعادل برقرار می‌کنند، در برابر بحران‌ها انعطاف بیشتری دارند، زیرا می‌دانند رابطه قرار نیست همیشه مطابق تصویر ذهنی‌شان باشد. این زوج‌ها به‌جای ترمیم مداوم روای ازدواج بی‌نقص، یاد گرفته‌اند واقعیت رابطه را زندگی کند و در دل همین واقعیت، معنای تازه‌ای از عشق بسازند. در حقیقت، پایداری یک پیوند نه در حذف اختلاف‌ها، بلکه در توان دیدن و درک آن‌هاست و این همان نقطه‌ای است که عشق، از احساس صرف، به تجربه‌ای آگاهانه و انسانی ارتقا پیدا می‌کند.

در نهایت، ازدواج موفق نه به معنای یافتن فردی بی‌نقص، بلکه به‌معنای ساختن رابطه‌ای آگاهانه با پذیرش واقعیت‌های انسانی است. عشق، هرچند زیبا و ضروری است، اما به تنهایی نمی‌تواند بار تفاوت‌ها، چالش‌ها و تغییرات زندگی را تحمل کند. آنچه یک رابطه را ماندگار می‌سازد، توانایی گفتگو، انعطاف در برابر تفاوت‌ها و پذیرش این حقیقت است که هیچ دو انسانی به‌طور کامل شبیه هم نیستند.

زوج‌های آگاه پیش از آن‌که وارد تعهد شوند، یاد می‌گیرند که عشق را با مهارت، درک و تلاش مستمر همراه کنند و رابطه را عرصه‌ای برای رشد متقابل ببینند، نه میدان برتری یا وابستگی.

در این میان، حفظ فردیت همان قدر اهمیت دارد که ساختن هویت مشترک چراکه تنها انسان برخوردار از حس هویت و استقلال می‌تواند در پیوندی سالم، صمیمی و پایدار حضور داشته باشد.

ازدواج پایدار، محصول شباهت مطلق نیست، بلکه ثمره‌ی توانایی دوانسان برای زیستن در کنار تفاوت‌ها و یادگیری مداوم است. هرچه آگاهی، گفتگو و احترام متقابل در رابطه بیشتر باشد، عشق نیز پویاتر، واقعی‌تر و عمیق‌تر خواهد ماند.

## مشاوره

گفت‌وگوی پنج‌دقیقه‌ای شبانه:

## راز افزایش تمرکز و آرامش در خانواده‌های پر مشغله



**علیرضا عباسی**  
مشاور و مدرس توسعه مهارت‌های ارتباطی اجتماعی و فردی

پاییز به نیمه رسیده و خانه‌ها دوباره ریتم واقعی خود را پیدا کرده‌اند. صبح‌ها عجله برای مدرسه، عصرها تکالیف،

شب‌ها خستگی. در این میان، چیزی که اغلب نادیده گرفته می‌شود، ارتباط آرام و مؤثر بین والد و فرزند است. در حالی که حتی یک گفت‌وگوی کوتاه در پایان روز می‌تواند استرس را کاهش دهد، تمرکز را بالا ببرد و رابطه والد فرزند را تقویت کند. این مقاله نشان می‌دهد چطور یک گفت‌وگوی ساده پنج دقیقه‌ای می‌تواند بهترین سرمایه‌گذاری تربیتی شما باشد.

## گفت‌وگوی شبانه؛ پل ارتباطی ذهن و احساس

در روان‌شناسی خانواده، گفت‌وگو نه فقط وسیله انتقال اطلاعات بلکه ابزاری برای تنظیم هیجانات است. کودک وقتی درباره احساساتش صحبت می‌کند، مغزش از حالت «دفاع» به حالت «یادگیری» می‌رود. این یعنی گفتگو، به‌ویژه قبل از خواب، ذهن را آرام و حافظه را فعال می‌کند. حتی اگر زمان کم دارید، همین چند دقیقه تماس چشمی و گوش دادن واقعی، تأثیرش از ده‌ها جمله آموزشی بیشتر است.

## چرا در آبان ضروری‌تر از همیشه است؟



آبان معمولاً زمان «افت تمرکز و افزایش تنش» در خانه‌هاست. تکالیف زیاد، خستگی مدرسه و فاصله عاطفی تدریجی، باعث می‌شود بچه‌ها کم‌حرف‌تر و گوشه‌گیرتر شوند. تحقیقات CASEL و UNICEF نشان می‌دهد خانواده‌هایی که در پایان روز گفت‌وگوهای منظم دارند، تا ۳۰٪ استرس کمتری گزارش می‌کنند و عملکرد تحصیلی فرزندانشان بهتر است. گفت‌وگوی کوتاه شبانه فرصتی برای بازتنظیم ذهن قبل از خواب است مثل بستن یک پرونده روزانه ذهنی.

## مسیر عملی برای خانواده‌ها

۱. زمان ثابت و مقدس  
۵ تا ۱۰ دقیقه قبل از خواب را فقط برای گفت‌وگو بگذارید. نه موبایل، نه تلویزیون؛ فقط چراغ نرم و حضور واقعی شما.

## سه سؤال جادویی

هر شب سه سؤال ساده اما قدرتمند پیرسید:

- امروز چه چیز جالبی یاد گرفتی؟
  - چه چیزی اذیت کرد؟
  - فردا دوست داری چه کاری بهتر انجام بدهی؟
- این سه سؤال، ترکیبی از شناخت، هیجان و رشد است.

## گوش دادن فعال

در این پنج دقیقه، قضاوت نکنید، نصیحت نکنید. فقط گوش دهید و با جمله‌هایی مثل «می‌فهمم چه حسی داری» یا «جالبه، بیشتر بگو» گفت‌وگو را ادامه دهید.

## استفاده از ابزارهای دیجیتال مثبت

اگر فرزندان علاقه‌مند به فناوری است، می‌توانید با کمک اپلیکیشن‌هایی مثل "Journaly" یا "Reflectly" دفتر گفت‌وگوی شبانه دیجیتال درست کنید تا او احساس استقلال بیشتری داشته باشد.

## تبدیل گفت‌وگو به آیین

همان‌طور که مسواک زدن یا دعا کردن قبل از خواب عادت روزانه است، گفت‌وگو هم می‌تواند بخشی از روتین خانوادگی شود. آیین‌ها حس امنیت و پیش‌بینی‌پذیری ایجاد می‌کنند چیزی که ذهن نوجوان برای آرامش به آن نیاز دارد.

## منابع برای مطالعه بیشتر

- CASEL (۲۰۲۳). Emotional Regulation Through Family Dialogue
- UNICEF (۲۰۲۴). Family Communication and Child Wellbeing
- WHO (۲۰۲۵). Sleep, Emotion, and Adolescent Brain Health
- Reflectly & Journaly Apps for Reflective Journaling

## هیچ گفت‌وگویی کوچک نیست

اگر با حضور و گوش دادن همراه باشد هیچ گفت‌وگویی کوچک نیست. گفت‌وگوی پنج دقیقه‌ای شبانه پلی است بین ذهن پرمشغله والدین و دنیای احساسی فرزند. با این عادت ساده، نه تنها آرامش شبانه خانه بیشتر می‌شود، بلکه کودک یاد می‌گیرد احساساتش را بشناسد، بیان کند و روز بعد با ذهنی شفاف‌تر به مدرسه برود.

## میز خبر

## دستگیری سلطان چک‌های بلامحل

سرویس حوادث

سرکرده باندی که خود را «سلطان خرید و فروش چک‌های بلامحل» می‌نامید و بنابر اعترافات اولیه تاکنون بیش از ۱۲ هزار میلیارد تومان از طریق فروش چک‌های جعلی و بدون محل در فضای مجازی کلاهبرداری کرده است، توسط پلیس شرق استان تهران شناسایی و دستگیر شد.

جانشین فرماندهی شرق استان تهران در این خصوص در گفت‌وگویی عنوان کرد: پلیس با انجام اقدامات فنی و اطلاعاتی موفق شد شبکه‌ای هفت نفره را که به صورت سازمان‌یافته در زمینه تهیه و فروش چک‌های بلامحل فعالیت داشت، منهدم و سرکرده این باند را دستگیر کند.

سردار شهرام امیریان افزود: این فرد که حدود ۱۰ تا ۱۵ سال در حوزه جعل و کلاهبرداری فعال بوده، در اعترافات خود اظهار کرد که فعالیت مجرمانه‌اش پس از آزادی از زندان در سال ۱۳۸۸ آغاز شده است. متهم اصلی نیز گفت: سال ۱۳۸۳ به دلیل فروش یک ملک به چند نفر زندانی شدم. پس از آزادی در سال ۸۸، یکی از افرادی که در زندان با او آشنا شده بودم مرا به یک گروه معرفی کرد و گفت می‌توانی نیروی کاری انجام بدهی. وی افزود که از همان زمان وارد شبکه‌ای شد که با ثبت شرکت‌های صوری و تهیه اسناد جعلی، زمینه دریافت دسته‌چک از بانک‌ها را فراهم می‌کرد.

براساس گفته‌های متهم اصلی، اعضای این باند با ثبت شرکت‌هایی به نام افراد غیرمرتبط، در برخی موارد تا ۱۰ دسته‌چک برای هر شرکت دریافت و طبق مدارک شرکت صبر می‌کردند تا مراحل قانونی طی شود و سپس با همان مدارک به بانک رفته و دسته‌چک می‌گرفتند و در نهایت دسته‌چک‌ها را خام یا بدون امضا برای خریداران می‌فرستادند. بررسی‌های پلیس نشان می‌دهد این گروه علاوه بر فروش چک‌ها در فضای مجازی، املاکی را نیز با استفاده از چک‌های جعلی خریداری کرده و سپس آنها را به نام افراد دیگر منتقل می‌کردند. تجهیزات و اموال این املاک نیز توسط اعضای باند در پلتفرم‌های فروش آنلاین عرضه می‌شد. سرکرده باند در بخش دیگری از اعترافات خود اعلام کرده است که تاکنون ۱۲ هزار میلیارد تومان از طریق فروش چک‌های بلامحل در فضای مجازی کلاهبرداری کرده، رقمی که این پرونده را به یکی از بزرگ‌ترین تخلفات مالی مرتبط با جعل چک در سال‌های اخیر تبدیل کرده است. پرونده این باند با دستور مقام قضایی برای بررسی‌های تکمیلی و شناسایی سایر ابعاد فعالیت مجرمانه در اختیار پلیس آگاهی قرار گرفته است. / ایرنا



راه‌اندازی طرح مردمی «رهایی فاطمی» همزمان با ایام فاطمیه؛

## پویشی برای آزادی ۹۷۳ زن زندانی

سرویس حوادث

ستاد دیه کشور از ابتدای ایام فاطمیه پویشی با عنوان «رهایی فاطمی» راه‌اندازی کرده است که جامعه هدف این طرح مردمی، آزادی زندانیان زن بدهکار در جرایم غیرعمد است.

اکنون حدود ۲۰ هزار زندانی جرایم غیرعمد در کشور تحمل حبس می‌کنند که ۹۷۳ نفر از این مددجویان را بانوان تشکیل می‌دهند و اغلب آنها بدهکاران مالی هستند. استان تهران با میزبانی از ۱۸۴ بانوی گرفتار حبس، در صدر فهرست عددی بیشترین زندانی قرار داشته و در رتبه‌های بعدی این جدول آماری استان‌های فارس و مازندران هستند که هر کدام به ترتیب دارای ۹۶ و ۸۵ خانم زندانی هستند.

## سیستان فاقد زندانی زن بدهکار

به گفته سید اسداله جولایی رئیس هیات امناء ستاد مردمی دیه کشور در شرایط فعلی اگرچه استانی مانند سیستان و بلوچستان فاقد هر زندانی غیربزهکار است، اما شرایط دیگر استان‌ها با وجود حساسیت بالای محاکم ذیصلاح قضایی در ممانعت از ورود ناخواسته افراد به داخل زندان‌ها چندان مطلوب نیست و با عنایت به اینکه رسیدگی به پرونده زنانی که صرفاً بدهکار هستند و سابقه کیفری در پرونده ندارند، همواره



در این نهاد خدمت‌رسان در اولویت‌های کاری قرار دارد اما در برخی موارد بابت ارقام سنگین بدهی، حمایت از این مادران و دختران مقدور نیست. مددجویان اغلب جوانی که کارشان در تعدیل دیون با عنایت به قاعده «تاخیر در تادیه» روز به روز سخت‌تر هم می‌شود.

## ۷۳ درصد زندانیان زن «مادر» هستند

جولایی درباره شرایط زندانیان زن جرایم غیرعمد اظهار کرد: طبق آخرین آمار ۷۰۹ نفر زنان زندانی تحت حمایت ستاد مردمی دیه در شمار مادرانی تعریف می‌شوند که با وجود سرپرستی از خانواده، افزون بر سه فرزند دارند. جولایی ادامه داد: کم‌سن‌و سال‌ترین زندانی بدهکار مالی موجود در سطح

رئیس پلیس آگاهی استان فارس خبر داد:

## دستگیری کلاهبردار فروش ۳۴ میلیاردی ارزهای تقلبی

سرویس حوادث

رئیس پلیس آگاهی استان فارس از دستگیری فرد کلاهبردار فروش ارز تقلبی به مبلغ ۳۴ میلیارد ریال در شیراز، خبر داد.

سرهنگ «محمود حافظی» گفت: در اوایل شهریور ماه سال جاری چهار فقره پرونده طی بیست روز به پلیس آگاهی مبنی بر کلاهبرداری از طریق سایت دیوار، رسیدگی به موضوع در اختیار کارآگاهان اداره کلاهبرداری و جعل قرار گرفت. رئیس پلیس

آگاهی پس از اخذ نیابت قضایی و هماهنگی با این مرجع، محل اختفا متهم را شناسایی و طی عملیاتی غافلگیرانه متهم را در استان خراسان دستگیر کردند.

سرهنگ حافظی با اشاره به اینکه متهم در بازجویی‌های خود به ۳۴ میلیارد ریال کلاهبرداری فروش ارزهای تقلبی اعتراف نمود، اظهار داشت: تاکنون ۴ نفر از شکات در این رابطه شناسایی و متهم برابر دستور مرجع قضایی روانه زندان شد. / سایت پلیس

آگاهی ادامه داد: در تحقیقات پلیسی مشخص شد شکات قصد فروش طلا از طریق سایت دیوار داشتند. پس از تماس خریدار (فرد کلاهبردار) اعلام می‌کند در حال خرید و فروش و واردات ژنراتور برق از کشور امارات بوده و قصد دارد در ایران نیز در امر طلای سرمایه‌گذاری نماید.

وی با ایجاد جو اعتمادسازی ضمن حضور در محل، طلاها را خریداری نموده و در عوض آن ارزهای تقلبی به مالباختگان تحویل می‌داده است. این مقام انتظامی گفت: ماموران پلیس

## آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم

تاریخ انتشار آگهی: ۱۴۰۴/۰۸/۲۶

شرکت تعاونی مسکن کارکنان جهاد سازندگی استان هرمزگان

جلسه مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم شرکت تعاونی مسکن کارکنان جهاد سازندگی استان هرمزگان راس ساعت ۹ صبح روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴/۹/۹ در محل سالن اجتماعات سازمان جهاد کشاورزی به آدرس: خیابان طلوع سازمان جهاد کشاورزی استان هرمزگان تشکیل می‌گردد. لذا از کلیه اعضاء دعوت می‌شود راس ساعت مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانید و یا وکیل / نماینده خود را کتبا معرفی نمایید.

ضمناً به اطلاع می‌رساند که به موجب ماده ۱۹ آئین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی، تعداد آراء وکالتی هر عضو حداکثر یک رای و هر شخص غیرعضو تنها یک رای خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای نمایندگی، می‌بایست به همراه نماینده خود حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۴/۹/۸ در محل دفتر شرکت حاضر تا پس از احراز هویت و تایید وکالت، برگه ورود به مجمع را دریافت دارند.

دستور جلسه:

- تمدید مدت فعالیت شرکت تعاونی

## آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی مسکن کارگران آب مشروب بندرعباس

( شماره ثبت ۹۲۶ ) تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۸/۲۶

جلسه مجمع عمومی فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی مسکن کارگران آب مشروب بندرعباس راس ساعت ۸ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۹/۱۵ در محل پروژه فاز سوم تعاونی مسکن به آدرس: بندرعباس بلوار امام حسین شهرک نیایش خیابان گلها کوچه گلها ۴ تشکیل میگردد. لذا از کلیه اعضا دعوت میشود با در دست داشتن کارت و یا دفترچه عضویت راس ساعت مقرر در محل مذکور حضور به هم رسانید و یا وکیل / نماینده خود را کتبا معرفی نمایید. /

ضمناً به اطلاع می‌رساند که به موجب ماده ۱۹ آئین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی، تعداد آراء وکالتی هر عضو حداکثر یک رای و هر شخص غیر عضو تنها یک رای خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای نمایندگی می‌بایست به همراه نماینده خود حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۴ در محل دفتر شرکت تعاونی به آدرس بلوار امام حسین شهرک نیایش خیابان گلها کوچه گلها ۴ حاضر تا پس از احراز هویت و تایید وکالت برگه ورود به مجمع را دریافت دارند.

دستور جلسه:- تمدید مدت فعالیت شرکت تعاونی ( ماده ۶ اساسنامه )  
- تغییر آدرس شرکت تعاونی ( ماده ۵ اساسنامه )

◀ هیات مدیره شرکت تعاونی مسکن کارگران آب مشروب بندر عباس

محمد ذاکری / رئیس هیات مدیره و مدیر عامل

## آگهی شرکت‌های

## تعاونی سراسر هرمزگان

## در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۰۵-۱۰۵-۳۲۴۴۱۴۶۲



## مفقودی

اصل گواهینامه مدرک پیش دانشگاهی به نام حمید آتشبرگ فرزند عنایت اله دارای شناسنامه شماره ۱۴۳ صادره از سیرجان در سال تحصیلی ۷۹ - ۷۸ رشته علوم ریاضی پیش دانشگاهی امام حسین (شهرستان سیرجان) مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌گردد



## میزخبر

استاندار کرمان:

## از حضور سرمایه‌گذاران نامی در حوزه انرژی خورشیدی استقبال می‌کنیم

## سرویس خبری

استاندار کرمان گفت: از حضور سرمایه‌گذاران نامدار و باتجربه که در عرصه راه‌اندازی نیروگاه‌های خورشیدی سابقه موفق‌ی دارند، استقبال می‌کنیم. محمدعلی طالبی در دیدار سرپرست هلدینگ توسعه انرژی تأمین (شستا)، نماینده مردم کرمان و راور در خانه ملت و جمعی از مدیران کارخانه لاستیک بارز افزود: استان کرمان به‌واسطه موقعیت جغرافیایی و شرایط اقلیمی ویژه، بستر بسیار مناسبی برای توسعه انرژی‌های خورشیدی دارد.وی گفت: با استقبال قابل توجه سرمایه‌گذاران روبه‌رو شده‌ایم و تاکنون مجوزهای متعددی در این بخش صادر شده و از حضور سرمایه‌گذاران باتجربه در این عرصه استقبال می‌کنیم.استاندار کرمان تصریح کرد: در حال حاضر فاز خلغ‌ید و لغو مجوز طرح‌هایی شده‌ایم که غیرفعال مانده‌اند تا زمینه برای حضور سرمایه‌گذاران واقعی و فعال فراهم شود.وی گفت: در جنوب استان کرمان، ایجاد نیروگاه‌های مقیاس کوچک و نیروگاه‌های خورشیدی از توجیه اقتصادی بالایی برخوردار است و از سرمایه‌گذاری در این بخش‌ها استقبال می‌کنیم.

## ظرفیت رشد حوزه دانش‌بنیان در کرمان وجود دارد

استاندار در دیدار سردار فرجی‌زاده معاون آما، امور صنعتی و تحقیقاتی وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح با همراهی نماینده مردم کرمان و راور گفت: در کرمان به لحاظ رشد کمی شرکت‌های دانش‌بنیان شاهد اتفاقات خوبی هستیم و جایگاه اول کشور را در این حوزه داریم.طالبی ادامه داد: به‌رغم ظرفیت‌های خوبی که در استان کرمان با حضور صنایع بزرگ وجود داشته؛ اما متأسفانه کمترین استفاده از آنها برای ارتباط با شرکت‌های دانش‌بنیان شده است.وی گفت: در حال حاضر ۲ پارک علم و فناوری در استان است فعال و پارک سلامت نیز ایجاد شده که فضای مناسبی را در حوزه دانش‌بنیان استان ایجاد کرده است.

استاندار:

## آسمان سیستان و بلوچستان ظرفیت ارتباطی تازه با افغانستان است

## سرویس خبری

استاندار سیستان و بلوچستان در نشست با وزیر صنعت و تجارت افغانستان از آمادگی پنج فرودگاه فعال استان برای برقراری پروازهای تجاری با شهرهای افغانستان خبر داد.

نورالدین عزیزی وزیر صنعت و تجارت افغانستان، در رأس یک هیأت اقتصادی از طریق پایانه مرزی میلک وارد ایران شد و در نشست مشترک با منصور بیجار استاندار سیستان و بلوچستان حضور یافت. این نشست در شهرستان هیرمند برگزار شد و محور اصلی آن بررسی راه‌های توسعه مناسبات تجاری و رفع موانع بازرگانی میان دو کشور بود.منصور بیجار استاندار سیستان و بلوچستان در این نشست افزایش مبادلات تجاری را محور همکاری‌های ایران و افغانستان دانست و با اشاره به رشد تردد مرزی و توسعه ترانزیت کالا، ظرفیت‌های اقتصادی استان را زمینه‌ساز گسترش روابط معرفی کرد.وی تأکید کرد: برنامه‌ریزی‌های گسترده‌ای برای بهره‌گیری از مناطق آزاد، زیرساخت‌های جاده‌ای و بندری در حال اجراست. بیجار بیان کرد: توسعه همکاری‌ها نه تنها به سود دو کشور خواهد بود بلکه معیشت مردم مرزنشین را نیز بهبود می‌بخشد.وی منطقه آزاد سیستان و بندر چابهار را محورهای کلیدی ترانزیت کالاهای افغانستان معرفی کرد و گفت: مدیریت تردد کامیون‌ها و افزایش ظرفیت عبور روزانه تا سه هزار دستگاه در دستور کار قرار دارد. همچنین زیرساخت‌های جاده‌ای و راه‌آهن استان آماده بهره‌برداری کامل است و در صورت همکاری طرف افغانستانی، سرعت و کیفیت ترانزیت کالا به شکل قابل توجهی افزایش خواهد یافت.استاندار سیستان و بلوچستان به احداث پل دوم جاده ابریشم، ارتقای مسیرهای مرزی، آمادگی پنج فرودگاه فعال استان برای پروازهای تجاری، ظرفیت بندر چابهار برای پذیرش کشتی‌های بین‌المللی و تخفیفات ویژه برای تجار افغانستانی اشاره کرد.وی همچنین ظرفیت بسته‌بندی محصولات افغانستان، ایجاد بازارچه‌های مرزی، سرمایه‌گذاری در انرژی‌های تجدیدپذیر و تعیین نماینده ویژه برای هماهنگی امور اقتصادی را از دیگر برنامه‌ها دانست.این نشست با همراهی مسئولان اقتصادی و عمرانی استان برگزار شد و دو طرف بر اجرای سریع توافقی‌ها و بهره‌گیری از ظرفیت‌های موجود برای توسعه پایدار اقتصاد مرزی تأکید کردند./مهر

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس:

## شیراز آماده میزبانی باشکوه از جشنواره جهانی فیلم فجر است

## سرویس خبری

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس با تأکید بر جایگاه ممتاز شیراز در حوزه سینما، گفت: شیراز توجه به زیرساخت‌های سینمایی و هویت فرهنگی، بهترین میزبان جشنواره جهانی فیلم فجر خواهد بود.مهدی رنجبر در نشست خبری با خبرنگاران به مناسبت رونمایی پوستر چهل و سومین جشنواره جهانی فیلم فجر گفت: شیراز با رشد قابل توجه زیرساخت‌های سینمایی طی یک دهه اخیر، از سال ۱۳۹۴ تا کنون، با اضافه شدن حدود ۲۵ تا ۳۰ سالن استاندارد سینما پتانسیل لازم برای میزبانی رویدادهای بین‌المللی را داراست.وی همچنین بر پیوند عمیق فرهنگی و ادبی شیراز با سینما تأکید کرد و گفت: جایگاه سینمای شاعرانه در ایران هیچ جایی غیر از شیراز نمی‌توانست باشد، زیرا پایتخت شاعرانی چون حافظ و سعدی است.مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس با اشاره به هویت فرهنگی شیراز که آن را «پایتخت فرهنگی خاورمیانه» می‌سازد، افزود: انتقال جشنواره جهانی فیلم فجر به شیراز، شایسته این شهر با این همه داشته‌های هویتی و معنوی بود.رنجبر تصریح کرد: از ۹۹ کشور فیلم‌ها ارسال شده و شیراز در این دوره از جشنواره فیلم جهانی فجر، میزبان نمایندگان از ۳۰ تا ۴۰ کشور است.

استاندار کرمان مطرح کرد:

## الزام دولت به پیش‌بینی اعتبارات در قانون بودجه از طریق کمیسیون اصل ۹۰

## شکیلا افضلی

استاندار کرمان با اشاره به معضل قاچاق سوخت در استان گفت: کمیسیون اصل ۹۰ می‌تواند در اتخاذ تدابیر لازم برای کاهش این معضل کمک کند.

به گزارش صبح‌ساحل، محمدعلی طالبی در نشست شورای اداری استان کرمان، ضمن تسلیت به خانواده‌های ۱۳ کشته حادثه اخیر قاچاق سوخت در شهرستان قلعه‌گنج، این موضوع را یکی از چالش‌های جدی استان دانست.

وی همچنین با ارائه گزارشی از عملکرد یک ساله خود در استان ضمن اشاره به همدلی و هماهنگی حاکم در کرمان، بر ضرورت حمایت جدی دولت و مجلس در حوزه‌های مختلف تأکید کرد.

وی گفت: اگر موفقیتی در طول یک سال گذشته به دست آمده، ناشی از همدلی و هماهنگی بسیار خوبی است که امروز در استان کرمان حاکم است؛ هم راهبردی‌های شایسته نماینده ولی فقیه و امام جمعه کرمان، هم تعامل و هماهنگی نمایندگان استان در مجلس شورای اسلامی و همراهی دستگاه‌های امنیتی، انتظامی، قضایی و همه کسانی که با همدلی و همراهی خود موفقیت‌های بزرگی را در استان رقم زده‌اند.

## تنظیم رابطه شورای عالی معادن با کرمان

استاندار کرمان افزود: یکی از موضوعات مهم، تنظیم رابطه شورای عالی معادن با استان است که اگر محقق شود، جهش بزرگی در سرمایه‌گذاری و توسعه مناطق کمتر برخوردار کرمان رخ خواهد داد و بیش از ۵۰ درصد تکلیف قانون برنامه هفتم برای رشد بخش

معدن کشور می‌تواند در کرمان محقق شود. استاندار کرمان یکی از شاخص‌های عملکردی یک سال گذشته را باز شدن گره بسیاری از پروژه‌های معطل مانده استان دانست و گفت: از پروژه‌های ۲۰ ساله مانند منطقه ویژه جازموریان و کارخانه سیمان گرفته تا پروژه‌های اخیر مانند نیروگاه فتوولتائیک‌نوران انرژی و کارخانه ورق گالوانیزه کرمان، با همت دستگاه‌های مختلف قفل آنها باز شده و در حال اجرا هستند.

استاندار کرمان همچنین به مشکلات حوزه راه و شهرسازی اشاره کرد و گفت: با وجود اهتمام این وزارتخانه، گستردگی کار در استان کرمان

نیازمند حمایت جدی دولت است.

وی خواستار اجرای مصوبه دولت شهید ریسی شد که بنگاه‌های اقتصادی را مکلف به مشارکت در پروژه‌های راه و شهرسازی استان کرده بود و گفت: حجم این پروژه‌ها به روزرسانی شده و به حدود هفت هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان رسیده اما بنگاه‌های اقتصادی تاکنون زیر بار اجرای این تکلیف نرفته‌اند.

طالبی در ادامه به مسایل خودروسازی اشاره



کرد و گفت: این موضوع ابعاد اجتماعی و امنیتی پیدا کرده و امیدواریم با تدبیر کمیسیون اصل ۹۰ و پیگیری‌های تهران دغدغه‌های استان کاهش یابد.

## پروژه‌های بر زمین مانده

استاندار کرمان در بخش دیگری از سخنان خود به پروژه بزرگ مجتمع مس سرچشمه اشاره کرد و گفت: اجرای فاز سه و چهار این مجتمع می‌تواند تولید را تا ۷۰ درصد افزایش دهد اما به دلیل معطل ماندن قرارداد قبلی و ورود یکی از سازمان‌های نظارتی در تهران، این پروژه متوقف شده است.

وی افزود: روزانه پنج میلیون دلار عدم‌النفع ناشی از توقف این پروژه وجود دارد که تاکنون نزدیک به سه میلیارد دلار خسارت به همراه داشته و خواستار تعیین تکلیف سریع قرارداد شد. طالبی همچنین به مشکلات معادن کرومیت اسفندقه نیز اشاره کرد و گفت: این معادن متعلق به صندوق بازنشستگی فولاد هستند که به دلیل پرداخت حقوق بازنشستگان، سرمایه‌گذاری نمی‌کنند، در حالی

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت استان عنوان کرد:

## تولید سالانه خرمای بوشهر؛ حدود ۲۰۰ هزار تن

## مهران سلطانی نژاد

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت استان بوشهر گفت: سالانه ۳۰ هزار تن خرما به ارزش ۳۰ میلیون دلار از این استان به کشورهای مختلف صادر می‌شود.

به گزارش صبح‌ساحل، نصرالله کشاورز اظهار کرد: با وجود جایگاه مهم بوشهر در تولید خرما و کیفیت بالای ارقام آن، این محصول به چالش‌هایی مانند برداشت سنتی و بسته‌بندی نامناسب روبرو است که برگزاری همایش‌ها و نمایشگاه‌ها می‌تواند زمینه برطرف کردن این مشکلات و توسعه صادرات این محصول را فراهم کند.

وی با اشاره به مزیت‌های اقلیمی استان بوشهر برای تولید خرما ادامه داد: خرمای بوشهر به دلیل شرایط آب‌وهوایی خاص، گرمای مطلوب در فصول مختلف و کیفیت بالا، از مزیت

ویژه‌ای برخوردار است و استقبال زیادی بویژه از دو رقم کبکاب

و خاصویی در بازارهای داخلی و خارجی وجود دارد.وی افزود: میزان تولید خرمای استان بوشهر حدود ۲۰۰ هزار تن در سال است که با توجه به تولید یک میلیون و ۳۰۰ تا یک میلیون و ۶۰۰ هزار تنی کشور، حدود ۱۵ درصد از تولید ملی را شامل می‌شود. به این ترتیب استان بوشهر یکی از قطب‌های اصلی تولید خرما در کشور به شمار می‌رود.

کشاورز، با اشاره به صادرات خرما از استان بوشهر گفت: بخشی از خرمای تولیدی در این استان به مصرف داخلی می‌رسد و بخشی دیگر به‌عنوان سوغات با از طریق صادرات به کشورهای هدف از جمله روسیه، هند، امارات متحده عربی، ترکیه، عراق، افغانستان، پاکستان و قطر ارسال می‌شود.

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت بوشهر تصریح کرد: یکی از

معاون رئیس جمهور:

## ایستگاه تحقیقاتی آبخوان‌داری کوثر فسا به قطب بین‌المللی تبدیل می‌شود

## سرویس خبری

معاون علمی، فناوری و اقتصاد دانش‌بنیان رئیس‌جمهور از برنامه‌های ارتقای ایستگاه تحقیقات آبخوان‌داری کوثر در فسا خبر داد و گفت: این ایستگاه با بهره‌گیری از فناوری‌های نوین و هوش مصنوعی به یک نمونه موفق ملی و بین‌المللی تبدیل خواهد شد.

حسین اشقین در بازدید از ایستگاه تحقیقات آبخوان‌داری کوثر در فسا، اظهار کرد: اینجاییکی از نمونه‌های خوب کشور در حوزه آبخوان‌داری است و جزو محدود کارهایی است که کاملاً علمی انجام شده است.

## پشتیبانی فناورانه از طرح ملی

## آبخوان‌داری

وی افزود: کمکی که می‌خواهیم به این قسمت کنیم این است که ارتقای فناوری به آن دهیم. معاون علمی، فناوری و اقتصاد دانش‌بنیان رئیس‌جمهور تصریح کرد: یعنی با توجه به رشد تکنولوژی که اتفاق افتاده، به کمک فناوری‌های نوین و هوش مصنوعی کمک می‌کنیم تا این مجموعه تحقیقاتی بتواند در لبه‌های دانش حرکت کند و یک نمونه موفق شود و آن را در کل کشور تکثیر کنیم.

## تجهیز ایستگاه به ادوات پیشرفته اندازه‌گیری

رئیس ایستگاه تحقیقات آبخوان‌داری کوثر نیز افزود: امروز قول کمک قابل توجهی به

این ایستگاه داده شد تا به ادوات اندازه‌گیری آب سطحی و زیرزمینی و هواشناسی مجهز شود با این هدف که این ایستگاه به ایستگاه تحقیقات بین‌المللی تبدیل شود و با نهادهای علمی تبادل علم داشته باشد.

## پیشینه غنی و دستاوردهای درخشان

مجتبی پاک‌پور تأکید کرد: این مرکز در سال ۱۳۶۱ بنیان‌گذاری شده است و بنیانگذار آن مرحوم دکتر آهنگ کوثر بوده است؛ این مرکز زیر پوشش مرکز تحقیقات کشاورزی است و بزرگترین طرح آبخوان‌داری کشور محسوب می‌شود.وی ادامه داد: این طرح در زمینه توسعه و ترویج آبخوان‌داری انواع فعالیت‌های علمی را انجام می‌دهد که در عین حال

چالش‌های مهم در حوزه خرما، برداشت سنتی است که منجر به آسیب‌دیدگی، بسته‌بندی نامناسب سبب کاهش ارزش افزوده این محصول ارزشمند شده است زیرا اگر خرمای این استان در بسته‌بندی‌های شیک و بیشتری پسند جهانی عرضه شود، می‌تواند ارزآوری بیشتری برای بوشهر داشته باشد.وی ادامه داد: در استان بوشهر حدود پنج تا شش میلیون اصله نخل و حدود ۴۰ هزار هکتار سطح زیرکشت وجود دارد که ارقام اصلی خرمای شامل کبکاب، خاصویی، زاهدی، شهبانی و برهی است که هرکدام جایگاه ویژه‌ای در بازار دارند.

کشاورز عنوان کرد: خرما تنها یک محصول اقتصادی نیست، بلکه نقشی مهم در امنیت غذایی کشور دارد و توجه به توسعه این بخش می‌تواند هم به افزایش صادرات غیرنفتی و هم به پایداری امنیت غذایی کمک کند.

باعث مهار سیل و تغذیه آب سفره زیرزمینی هم می‌شود.طرح مهم آبخوان‌داری دشت گریباگان شهرستان فسا در استان فارس برای کنترل سیلاب، ۴۳ سال پیش توسط آهنگ کوثر طراحی و اجرا شده است.او با کاشت درختان اکالیپتوس و آکاسیا و ایجاد جنگل گریباگان، طرحی تحسین‌شده از سوی یونسکو به‌عنوان یک الگوی برتر در مدیریت منابع آب در مناطق خشک جهان، دریافت جایزه بهترین مقاله آبخیزداری سال‌های ۱۳۶۹ و ۱۳۷۰ شد.آبخوان‌داری به روش ذخیره و مهار آب ناشی از بارندگی در لایه‌های زیرین زمین موسوم به آبخوان گفته می‌شود که این آب برای کاربردهای مختلف طبق برنامه‌ریزی در نظر گرفته می‌شود./ایرنا

معاون فرهنگی فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمزگان در برگزاری آیین افتتاحیه هفته کتاب در روستای کنخ تاکید کرد؛

## ترویج فرهنگ کتابخوانی در مناطق کم‌برخوردار

✓ مشارکت مردمی در این روستای دوستدار کتاب، الگویی ارزشمند برای سایر مناطق استان است و امیدواریم روستای کنخ به عنوان روستای دوستدار کتاب ایران در سال ۱۴۰۴ برگزیده شود

سرویس فرهنگی

**همزمان با آغاز سی و سومین هفته کتاب جمهوری اسلامی ایران، آیین افتتاحیه این هفته با برگزاری جشن کتاب در روستای کنخ شهرستان بندرلنگه برگزار شد.**

به گزارش صبح ساحل، همزمان با آغاز سی و سومین هفته کتاب جمهوری اسلامی ایران، آیین افتتاحیه این هفته با برگزاری جشن کتاب در روستای کنخ شهرستان بندرلنگه برگزار شد. در این مراسم که با حضور بخشدار منطقه و جمع زیادی از مسئولان محلی و مردم فرهنگ دوست روستای کنخ برگزار شد. معاون فرهنگی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان هرمزگان با اشاره به جایگاه رفیع کتاب در توسعه فرهنگی، اظهار داشت: ترویج کتابخوانی و گسترش عدالت فرهنگی از مهمترین سیاست‌های فرهنگ و ارشاد اسلامی است. وی با تقدیر از دست‌اندرکاران و حامیان برگزاری این برنامه در روستای کنخ، افزود: حضور پرزنگ و مشارکت مردمی در این روستای پیشرو و دوستدار کتاب، الگویی ارزشمند برای سایر مناطق استان است و امیدواریم روستای کنخ با تلاش مردم روستا به عنوان روستای دوستدار کتاب ایران در سال ۱۴۰۴ برگزیده شود.

معاون فرهنگی فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمزگان خاطرنشان کرد: ما ادامه خواهیم داد تا با اجرای برنامه‌های متنوع و مستمر، کتاب را به همه خانه‌ها و به ویژه مناطق کمتر برخوردار ببریم و آرزوی ما این است که در کنخ خانه همه مردم کنخ کتابخانه‌ای کوچک و در دل همه کودکان و نوجوانان نور کتابخوانی و عشق به کتاب روشن باشد.

در پایان مراسم، از جمعی از مروجان، فعالان و حامیان عرصه کتاب و کتابخوانی در روستای کنخ تقدیر به عمل آمد. اسامی تقدیرشدگان شامل: مروجان و فعالان کتابخوانی؛ شیخ محمد شریف رحمانی، شیخ ابوطالب هدایتیان، زینب لاوری، ثریا آشفته، نسترن مشتاقی، فرید رحیمی، عبدالعزیز رحمانی، خالد آشفته و عبدالعزیز رحمانی مدیر باشگاه کتابخوانی بوکنخل است که چهار سال پیش باشگاه را ثبت نموده و این برنامه با تلاش و پیگیری وی برگزار گردید.

برگزاری نمایشگاه کتاب، اجرای نمایش گروه «چیکو» برای کودکان و نوجوانان، برگزاری جشنواره غذایی محلی و اجرای موسیقی توسط هنرمند کودک، کامیار بحری(عاشق)، از دیگر بخش‌های این جشن بود. شایان ذکر است روستای کنخ از روستاهای پیشرو در ترویج فرهنگ کتاب و کتابخوانی شناخته می‌شود و تمامی مسئولان و اهالی این روستا در این امر مهم همدل و همراه هستند.

✱ **۱۵۰ جلد کتاب در قالب برنامه‌های هفته کتاب به کتابخانه روستای کنخ اهدا شد**

همچنین در این آیین، ۱۵۰ جلد کتاب با موضوعات متنوع به کتابخانه عمومی روستای کنخ اهدا شد. محمد میردادی معاون فرهنگی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمزگان در این مراسم با تقدیر از همدلی مسئولان روستا در ترویج کتاب و کتابخوانی اظهار داشت: ترویج فرهنگ کتابخوانی بویژه در مناطق روستایی و کم‌برخوردار از اولویت‌های مهم اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی است و اهداء کتاب نقش بسزایی در ترویج



کتابخوانی و ایجاد عدالت در دسترسی به منابع فرهنگی دارد. میردادی بیان کرد: اهدای این کتاب‌ها گامی هرچند کوچک، اما مؤثر در راستای غنی‌سازی محتوای کتابخانه روستای کنخ و تشویق عموم، به ویژه کودک و نوجوان، به کتاب و کتابخوانی است.

معاون فرهنگی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمزگان در پایان از ادامه‌دار بودن چنین برنامه‌هایی در طول سال خبر داد.

میزخبر

فرماندار جزیره مطرح کرد:

### نیاز به اختیارات ویژه برای توسعه گردشگری بوموسی

سرویس فرهنگی

آخرین وضعیت تدوین سند جامع توسعه بوموسی در کارگروه توسعه این جزیره با حضور نماینده رییس جمهور در هماهنگی اجرای سیاست‌های کلی توسعه دریامحور بررسی شد.

به گزارش صبح ساحل، علی عبدالعلی‌زاده، نماینده ویژه رئیس‌جمهور در هماهنگی اجرای سیاست‌های توسعه دریامحوردر این نشست گفت: توسعه بوموسی باید به‌صورت تدریجی انجام شود و فرماندار شهرستان با محوریت و مشورت استاندار، مسئولیت اجرای آن را بر عهده دارد. وی افزود: همه مجموعه‌ها برای حمایت از سرمایه‌گذاران علاقه‌مند به فعالیت در بوموسی آمادگی کامل دارند و همه مکلف هستند با حمایت‌های قانونی مسیر سرمایه‌گذاری در این جزیره مهم را در راستای وظایف و اختیارات و مسئولیت‌های خود، تسهیل کنند.

فرماندار بوموسی نیز با اشاره به ظرفیت‌های زیرساختی و گردشگری این جزیره، خواستار توجه ویژه و اعطای اختیارات بیشتر شد. احمد بنافی تاکید کرد: ایجاد مشوق‌های سرمایه‌گذاری و فراهم‌سازی شرایط ماندگاری جمعیت در بوموسی یک ضرورت است. بر اساس اعلام مسئولان، با نهایی شدن طرح جامع توسعه بوموسی مسیر سرمایه‌گذاری و توسعه پایدار این جزیره راهبردی مشخص و ریل‌گذاری شده و پهنه‌های صنعتی، تجاری، مسکونی و گردشگری و دیگر کاربری‌های مورد نیاز، به صورت شفاف مشخص خواهد شد.



### اداره کل راه و شهرسازی استان هرمزگان آگهی شماره ۹۴/۱۴۰۴-نوبت دوم

اسناد مزایده فروش ۳ قطعه تجاری شهر بندرکنگ(کوی فرمانداری)

با عنایت به اینکه کلیه مراحل انجام مزایدهات (اعم از دریافت اسناد، ارائه تضمین، ارسال پیشنهاد قیمت، بازگشایی پاکات و اعلام برنده) در اداره کل راه و شهرسازی استان هرمزگان به صورت الکترونیکی در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) برگزار می گردد، متقاضیان محترم بایستی جهت ثبت نام در سامانه مذکور و دریافت نام کاربری و رمز عبور به **سایت [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir)** مراجعه فرمایند.

| فروش زمین                    |             |   |              | نوع واگذاری               |
|------------------------------|-------------|---|--------------|---------------------------|
| ۳ قطعه تجاری                 |             |   |              | مورد مزایده               |
| شهر بندر کنگ (کوی فرمانداری) |             |   |              | نشانی                     |
| X                            | ۲۹۲۸۲۴/۴۷۵۰ | Y | ۲۹۴۲۰۹۳/۹۹۳۵ | مختصات مرکز زمین (قطعه ۱) |
| X                            | ۲۹۲۸۲۴/۴۷۵۰ | Y | ۲۹۴۲۰۹۳/۹۹۳۵ | مختصات مرکز زمین (قطعه ۲) |
| X                            | ۲۹۲۸۲۴/۴۷۵۰ | Y | ۲۹۴۲۰۹۳/۹۹۳۵ | مختصات مرکز زمین (قطعه ۵) |

| ردیف | قطعه | پلاک                   | مساحت واحد (مترمربع) | قیمت هر مترمربع واحد(ریال) | جمعاً به ارزش(ریال) | ۵ درصد قیمت کل(ریال) |
|------|------|------------------------|----------------------|----------------------------|---------------------|----------------------|
| ۱    | ۱    | ۴۳۶ فرعی از ۱۷۶۴۱ اصلی | ۸۸/۶۰                | ۱۳۰/۰۰۰/۰۰۰                | ۱۱/۵۱۸/۰۰۰/۰۰۰      | ۵۷۵/۹۰۰/۰۰۰          |
| ۲    | ۲    | ۴۲۷ فرعی از ۱۷۶۴۱ اصلی | ۸۸/۴                 | ۱۳۰/۰۰۰/۰۰۰                | ۱۱/۴۹۲/۰۰۰/۰۰۰      | ۵۷۴/۶۰۰/۰۰۰          |
| ۳    | ۵    | ۴۴۰ فرعی از ۱۷۶۴۱ اصلی | ۸۰                   | ۱۳۵/۰۰۰/۰۰۰                | ۱۰/۸۰۰/۰۰۰/۰۰۰      | ۵۴۰/۰۰۰/۰۰۰          |

| کاربری                                                           |  | تجاری                                                                                                               |  |
|------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| وضعیت سند                                                        |  | دارد                                                                                                                |  |
| نام کارشناس(قطعه ۱)                                              |  | محسن عطاری- حمیدرضا کشفی- حسین موحد                                                                                 |  |
| تاریخ کارشناسی(قطعه ۱)                                           |  | ۱۴۰۴/۰۴/۱۴                                                                                                          |  |
| نام کارشناس(قطعه ۲)                                              |  | علی توراتی حیرت                                                                                                     |  |
| تاریخ کارشناسی(قطعه ۲)                                           |  | ۱۴۰۴/۰۵/۱۹                                                                                                          |  |
| نام کارشناس(قطعه ۵)                                              |  | محسن عطاری- حمیدرضا کشفی- حسین موحد                                                                                 |  |
| تاریخ کارشناسی(قطعه ۵)                                           |  | ۱۴۰۴/۰۴/۱۴                                                                                                          |  |
| نامه تعیین قیمت توسط کانون کارشناسان رسمی دادگستری استان هرمزگان |  | ۱۷۵۴۰۲-۱۸۲۸۵۴-۱۷۹۱۲۹                                                                                                |  |
| رای هیأت نمایندگی اداره کل راه و شهرسازی                         |  | مورخ ۰۴/۱۲/۱۰۰۴۹۳۴- مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۲۳- ۱۴۰۴/۰۷/۲۳- ۰۴۱۶۲۳/۱۰۰۴۱۹۴۲- مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۳۰- ۰۴۱۲۲۳/۱۰۰۴۱۲۳۳- مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۲۳ |  |
| وضعیت زمین                                                       |  | تخلیه                                                                                                               |  |
|                                                                  |  | شش دانگ                                                                                                             |  |
| مهلت زمانی واریز وجه ( عقد قرارداد)                              |  | ۷ روز کاری                                                                                                          |  |
| شرایط فروش                                                       |  | نقد                                                                                                                 |  |
| توضیحات                                                          |  | .....                                                                                                               |  |

**توضیحات:** به مهلت اعتبار شش ماهه تعیین قیمت توسط کانون کارشناسان رسمی دادگستری توجه شود و کل فرایند برگزاری مزایده، عقد قرارداد و واریز وجه بایستی در مهلت قانونی ۶ ماهه از زمان اعلام قیمت توسط کانون کارشناسان رسمی دادگستری انجام شود. مهلت دریافت اسناد مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۹-مهلت تحویل اسناد مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۱ از طریق سامانه ستاد ایران وتاریخ بازگشایی پاکات مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ ساعت ۱۰ صبح می باشد. کلیه مراحل فرخوان از طریق سایت ستاد ایران انجام می گیرد. (مزایده گر می بایست جهت اطلاع از برنده معاملات نسبت به ثبت نام در سامانه سنا دادگستری اقدام نماید).

◀ اداره ارتباطات و اطلاع رسانی راه و شهرسازی استان هرمزگان

شناسه آگهی: ۲۰۴۷۴۸۷



### اداره کل راه و شهرسازی استان هرمزگان آگهی شماره ۹۵/۱۴۰۴-نوبت دوم

اسناد تجدید فراخوان اجاره یک قطعه زمین با کاربری تولید محصولات بتنی در حریم شهر بندرلنگه بر اساس مصوبه شماره ۴۰۸۹ هـ/ مورخ ۱۳۹۰/۰۱/۲۳ -هیأت مدیره محترم سازمان ملی زمین و مسکن،ابلاغی به شماره ۶۰۹/۳۲۰۰ مورخ ۱۳۹۰/۰۲/۰۴ با عنایت به اینکه کلیه مراحل انجام مزایدهات (اعم از دریافت اسناد، ارائه تضمین، ارسال پیشنهاد قیمت، بازگشایی پاکات و اعلام برنده) در اداره کل راه و شهرسازی استان هرمزگان به صورت الکترونیکی در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) برگزار می گردد، متقاضیان محترم بایستی جهت ثبت نام در سامانه مذکور و دریافت نام کاربری و رمز عبور به **سایت [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir)** مراجعه فرمایند.

|                                                                  |                                           |                                                                                                                                                                                                                            |   |                                         |   |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------|---|
| نوع واگذاری                                                      |                                           | واگذاری اراضی واقع در حریم شهر به اشخاص دارای جواز تأسیس از مراجع ذیصلاح به صورت اجاره موقت، بر اساس مصوبه شماره ۴۰۸۹ هـ/مورخ ۱۳۹۰/۰۱/۲۳-هیأت مدیره محترم سازمان ملی زمین و مسکن، ابلاغی به شماره ۶۰۹/۳۲۰۰ مورخ ۱۳۹۰/۰۲/۰۴ |   |                                         |   |
| مورد فراخوان                                                     |                                           | زمین                                                                                                                                                                                                                       |   |                                         |   |
| نشانی                                                            |                                           | حریم شهر بندرلنگه                                                                                                                                                                                                          |   |                                         |   |
| مختصات مرکز زمین                                                 |                                           | ۲۹۳۵۹۸۴/۰۰                                                                                                                                                                                                                 | Y | ۲۸۴۶۹۵/۹۷                               | X |
| پلاک ثبتی                                                        |                                           | تحت پلاک ۷ فرعی از ۱۶۰۶۶ اصلی بشماره دفتر الکترونیکی ۱۲۴۸-۱۴۰۴۲۰۳۲۳۰۵۵۰۰                                                                                                                                                   |   |                                         |   |
| کاربری                                                           |                                           | صنعتی                                                                                                                                                                                                                      |   |                                         |   |
| وضعیت سند                                                        |                                           | دارد                                                                                                                                                                                                                       |   |                                         |   |
| موضوع موافقت اصولی                                               |                                           | جهت تولید محصولات بتنی                                                                                                                                                                                                     |   |                                         |   |
| مساحت عرصه (متر مربع)                                            |                                           | ۲۴۸۴/۲                                                                                                                                                                                                                     |   |                                         |   |
| نام کارشناسان                                                    |                                           | محمدرضا ذاکری، عباس سراجی، مهندس جمشید هاشمی                                                                                                                                                                               |   |                                         |   |
| تاریخ کارشناسی                                                   |                                           | تاریخ ۱۴۰۴/۰۴/۲۸                                                                                                                                                                                                           |   |                                         |   |
| نامه تعیین قیمت توسط کانون کارشناسان رسمی دادگستری استان هرمزگان |                                           | شماره ۶۰۴/ ک / ۶۶                                                                                                                                                                                                          |   |                                         |   |
| رای هیأت نمایندگی اداره کل راه و شهرسازی                         |                                           | شماره های ۰۲۷۶۹۲/۱۰۰۴۱۵۲۳ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۳۰ و ۱۴۰۴/۰۲/۳۰ و ۰۴۱۶۲۳/۱۰۰۴۲۳۳ مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۳۰                                                                                                                                    |   |                                         |   |
| وضعیت زمین                                                       | تخلیه                                     |                                                                                                                                                                                                                            |   |                                         |   |
|                                                                  | شش دانگ                                   |                                                                                                                                                                                                                            |   |                                         |   |
| مهلت زمانی واریز وجه                                             |                                           | ۷ روز کاری                                                                                                                                                                                                                 |   |                                         |   |
| مدت اجاره (سال)                                                  |                                           | ۵                                                                                                                                                                                                                          |   |                                         |   |
| شرایط پرداخت اجاره (نقد و اقساط)                                 |                                           |                                                                                                                                                                                                                            |   |                                         |   |
| نقد                                                              |                                           | نقد و اقساط                                                                                                                                                                                                                |   |                                         |   |
| قیمت پایه اجاره بهای پنج ساله (ریال)                             | قیمت پایه اجاره بهای سال اول (ریال، نقدی) | قیمت پایه اجاره بهای چهار سال اقساط (ریال)                                                                                                                                                                                 |   | %۵ قیمت پایه اجاره بهای پنج ساله (ریال) |   |
| ۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰                                                      | ۱۲۰,۰۰۰,۰۰۰                               | ۷۸۰,۰۰۰,۰۰۰                                                                                                                                                                                                                |   | ۴۵,۰۰۰,۰۰۰                              |   |

**توضیحات:** به مهلت اعتبار شش ماهه تعیین قیمت توسط کانون کارشناسان رسمی دادگستری توجه شود و کل فرایند برگزاری فراخوان، عقد قرارداد و واریز وجه بایستی در مهلت قانونی ۶ ماهه از زمان اعلام قیمت توسط کانون کارشناسان رسمی دادگستری انجام شود. مهلت دریافت اسناد مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۹-مهلت تحویل اسناد مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۱ از طریق سامانه ستاد ایران وتاریخ بازگشایی پاکات مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۲ ساعت ۱۰ صبح می باشد. کلیه مراحل فرخوان از طریق سایت ستاد ایران انجام می گیرد. (مزایده گر می بایست جهت اطلاع از برنده معاملات نسبت به ثبت نام در سامانه سنا دادگستری اقدام نماید).

◀ اداره ارتباطات و اطلاع رسانی راه و شهرسازی استان هرمزگان

شناسه آگهی: ۲۰۴۷۴۹۰

