



همدلی، امداد و بازسازی
در بارندگی‌های سیل‌آسای شرق و غرب
هرمزگان؛

هرمزگان یک‌دل در بحران

تصویری کلی از لایحه درآمدها و هزینه‌های دولت در سال ۱۴۰۵؛

بودجه بدون ساختارشکنی



جریمه‌های اشتباه رانندگی و شهروندانی که از حق خود می‌گذرند

اعتراض گران‌تر از جریمه

سرخط خبرها

پلیس آگاهی هرمزگان کلاهبردار حرفه‌ای محصولات کشاورزی را دستگیر کرد

شیادی در فصل برداشت

یک نماینده مجلس مدعی شد:

فروش ۸ کشتی نهاده دامی بدون ورود کالا به کشور

دیدار مدیرکل اموال و املاک بنیاد مستضعفان
هرمزگان با فرماندار شهرستان حاجی‌آباد؛

تسریع در تعیین تکلیف املاک و توسعه اشتغال

بن‌بست سناریوهای کاسبان تشویش و جنگ

چرا اسرائیل نمی‌تواند

به ایران حمله کند؟

لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه‌های کشور

فولاد هرمزگان و شهرداری

بندرعباس نتایج دلخواه هواداران

را کسب نکردند

خواندنی‌های روز

کافئین برای بدن مفید است

یا ضرر دارد

رئیس کل دادگستری هرمزگان:

ادعای ریختن برنج در دریا صحت ندارد

سرویس اجتماعی

رئیس کل دادگستری استان هرمزگان ادعای برخی افراد از جمله یک نماینده مجلس که گفته بود: «تن تن برنج در بندر شهید رجایی به دریا ریخته می‌شود» را تکذیب کرد و گفت: هیچ‌گونه محموله برنجی در بندر شهید رجایی معدوم یا به دریا ریخته نشده است.

به گزارش صبح ساحل، مجتبی قهرمانی با اشاره به اقدامات دستگاه قضایی جهت تسهیل تجارت و فرایندهای مربوط به بنادر و گمرکات به منظور کمک به دولت اظهار داشت: مطابق قوانین و مقررات جاری، در صورت نقص اسناد یا عدم اخذ مجوزهای بهداشتی برای مصرف انسانی، کالاها صرفاً از طریق فرآیندهای قانونی و با نظارت مقام قضایی تعیین تکلیف می‌شوند و در موارد قابل استفاده، برای مصارف ثانویه و صنعتی از جمله صنایع تبدیلی نظیر الکل‌سازی اختصاص می‌یابند و معدوم‌سازی، آخرین و استثنایی‌ترین راهکار است که آن هم ضوابط سخت‌گیرانه خاص خود را دارد. وی افزود:

اخیراً اظهاراتی از سوی یکی از نمایندگان مجلس شورای اسلامی مبنی بر ریخته شدن محموله‌های برنج به دریا در بندر شهید رجایی مطرح شده است که ضمن رد آن، ادعای مطرح شده تکذیب می‌شود. قهرمانی اظهار داشت: بر اساس استعلامات به عمل آمده هیچ‌گونه محموله برنجی در بندر شهید رجایی معدوم یا به دریا ریخته نشده است و اساساً چنین ادعایی فاقد



هرگونه مستندات میدانی و قانونی بوده و با واقعیت‌های موجود در بنادر کشور مغایرت دارد. رئیس کل دادگستری استان هرمزگان با تأکید بر اینکه دستگاه قضایی در سال‌های اخیر، اقدامات گسترده و مؤثری را در راستای تسهیل تجارت، جلوگیری از رسوب کالا و حمایت از فعالان اقتصادی قانون‌مدار انجام داده است، خاطر نشان کرد: تسهیل و تسریع فرآیندهای زیست‌محیطی مرتبط با ترخیص و شماره‌گذاری خودروها با حفظ الزامات قانونی، رفع موانع ناشی از اختلافات سازمان استاندارد، گمرک، بنادر و سایر دستگاه‌های اجرایی و همچنین تعیین تکلیف سریع کالاهای متروکه، دیو شده و بلا تکلیف در بنادر با هدف جلوگیری از خسارت به بیت‌المال و فعالان اقتصادی از جمله مهم‌ترین این اقدامات است.

مجتبی قهرمانی همچنین به برگزاری جلسات منظم با دستگاه‌های اجرایی و

بخش خصوصی برای کاهش بروکراسی‌های زائد و حل اختلافات بین‌دستگاهی اشاره کرد و یادآور شد: دستگاه قضایی در عین برخورد قاطع با تخلفات و مفاسد احتمالی، از تجارت سالم و قانونی نیز حمایت می‌کند.

وی افزود: در نتیجه اقدامات دادگستری کل استان هرمزگان، تنها در چند محموله، بیش از پنج هزار و ۴۶۷ تن محموله برنج معطل مانده در بندر شهید رجایی، تعیین تکلیف و از این بندر خارج شده است.

این مقام قضایی با اعلام اینکه تسهیل تجارت از گفتمان‌های محوری و مستمر رئیس قوه قضاییه بوده و ایشان همواره بر لزوم حمایت از تولید، تجارت قانونی و رفع موانع غیرضرور تأکید داشته‌اند، تصریح کرد: رئیس قوه قضاییه در تسهیل تجارت و گره‌گشایی از مشکلات مزمن حوزه بنادر و گمرکات پیشگام و پرچمدار بوده و تأثیر اقدامات مثبت ایشان مورد تأیید خاص و عام به ویژه تجار است. این رویکرد به‌طور عملی در سفرهای استانی رئیس قوه قضاییه، بازدیدهای میدانی از بنادر و اسکله‌ها و نیز صدور دستورات صریح برای حل مشکلات فعالان اقتصادی متجلی شده و اقدامات مهم و اثربخشی نیز در همین چارچوب به اجرا درآمده است.

قهرمانی ابراز داشت: ضمن تأکید بر اهمیت امنیت غذایی و معیشت مردم، انتظار می‌رود اظهارنظرها در موضوعات عمومی، بر پایه اطلاعات دقیق، مستند و میدانی مطرح شود تا از ایجاد تشویش در اذهان عمومی جلوگیری به عمل آید.

سرویس اقتصادی

رئیس اتحادیه بنکداران مواد غذایی گفت: قیمت برنج به دلیل آزاد شدن ارز افزایش چشمگیری داشته است که در چند روز آینده حتماً فروکش خواهد کرد. واردات گسترده به کاهش قیمت برنج پاکستانی و هندی کمک خواهد کرد. همین عامل، قیمت برنج ایرانی را نیز کاهش خواهد داد.

کمبود روغن خوراکی در بازار نیازمند پیگیری جدی است

رضا کنگری، رئیس اتحادیه بنکداران مواد غذایی، در گفت‌وگویی رسانه‌ای اظهار کرد: یکی از چالش‌های تازه تأمین مواد غذایی، روغن است. کمبود عرضه مساله‌ساز شده است. به گوش ما رسیده است که عرضه روغن کارخانه‌ها با اختلال همراه است. مشکل در عرضه روغن به دلیل کمبود مواد

انامه و انالیه راجعون

همکار گرامی سرکار خانم عهدیه صولت‌برد

ضایعه درگذشت پدر محترمتان را از صمیم قلب تسلیت عرض می‌نماییم از درگاه ایزد منان رحمت الهی برای آن عزیز سفر کرده و برای شما و خانواده محترم صبر و شکیبایی مسئلت می‌نماییم.

روحشان شاد

گروه رسانه‌ای صبح ساحل

یک نماینده مجلس مدعی شد:

فروش ۸ کشتی نهاده دامی بدون ورود کالا به کشور

✱ سرویس سیاسی

نماینده مردم تهران در مجلس شورای اسلامی با انتقاد از فروش ۸ کشتی نهاده دامی بدون ورود کالا به کشور گفت: چگونه بدون رؤیت کالا، مجوز صدور صادر شده و پیش از اظهار انجام گرفته است؟ چگونه ممکن است صرفاً بر اساس بارنامه کشتی‌ای که نه وارد لنگرگاه شده، نه اساساً در آب‌های سرزمینی کشور حضور داشته و نه قبض انبار کالایی برای آن صادر شده، کوتاژ گمرکی صادر و اقدام به فروش کالای ناموجود به مرگرداران و دامداران شود؟

به گزارش صبح ساحل، علی خضریان در نشست علنی چهارشنبه، ۳ دی ماه،مجلس شورای اسلامی طی تذکری در خصوص ناسامانی نهاده‌های دامی،گفت:مستنداتی به بنده رسیده که نشان می‌دهد فروش ۸ کشتی نهاده‌های دامی از طریق سامانه «بازارگاه» وزارت جهاد کشاورزی انجام شده، بدون آنکه این کالاها اساساً وارد کشور شده باشند، به



بیان روشن‌تر، عملاً ۸ کشتی «خالی‌فروشی» صورت گرفته است.

نماینده مردم تهران، ری، شمیرانات، اسلامشهر و پردیس در مجلس شورای اسلامی بدون تردید، وقوع چنین اتفاقی نمی‌تواند بدون همکاری یا قصور مسئولان ذی‌ربط در وزارت جهاد کشاورزی و گمرک جمهوری اسلامی ایران رخ داده باشد.

مصوبه مجلس:

زن می تواند تا قبل از دریافت مهریه از تمکین خاص همسر امتناع کند

✱ سرویس سیاسی

نمایندگان مجلس شورای اسلامی در جلسه علنی با پیشنهاد اصلاحی ماده ۵ طرح اصلاح قانون نحوه اجرای محکومیت‌های مالی و قانون مدنی موافقت کردند که بر اساس آن، عبارت مربوط به حق حبس زوجه در ماده ۱۰۸۵ قانون مدنی به «تمکین خاص» محدود شد و تبصره‌های پیش‌بینی‌شده در متن اولیه این ماده حذف شد.

نمایندگان مجلس شورای اسلامی در جریان جلسه علنی دیروز چهارشنبه ۳ دی ماه، گزارش کمیسیون قضائی و حقوقی در مورد

طرح اصلاح موادی از قانون نحوه اجرای محکومیت‌های مالی و قانون مدنی را بررسی کرده و با پیشنهاد اصلاحی در ماده ۵ این طرح موافقت کردند.

در ماده ۵ این طرح آمده بود که در ماده (۱۰۸۵) قانون مدنی مصوب ۸/ ۸/ ۱۳۱۴ عبارت «از ایفای وظایفی که در مقابل شوهر دارد» به عبارت «از تمکین خاص» اصلاح و یک تبصره به شرح زیر به ماده مذکور الحاق می‌شود:

تبصره- در موارد زیر حق حبس زوجه ساقط می‌شود:

۱-درصورتی که اعسار زوج پذیرفته شود و یا

مهریه تقسیط گردد و اولین قسط پرداخت شود.

۲-در صورتی که در دعوای تمکین، زوجه به حق حبس خود استناد کند و دادگاه بخشی از مهریه را تعیین نموده و زوج آن را پرداخت نماید.

اما نمایندگان مجلس شورای اسلامی با پیشنهاد اصلاحی در این ماده موافقت کرده و بر این اساس ماده ۵ این طرح به شرح زیر اصلاح شد:

در ماده (۱۰۸۵) قانون مدنی مصوب ۸/ ۸/ ۱۳۱۴ عبارت «از ایفای وظایفی که در مقابل شوهر دارد» به عبارت «از تمکین خاص»

آگهی شرکت‌های تعاونی سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۰۵-۱۰۵۶۲۴۱۴۶۲۳۲۲۴



مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز)، سند کارخانه و کارت شناسایی خودروسواری هاج یک سیستم سایپا تیپ QUIK-MT رنگ سفید مشکی روغنی مدل ۱۳۹۹ شماره موتور۴۶۴۳۴۹۳/۸۱۵/ شماره شاسی۵۶۶۷۶۱۰۵۶۶۷۶NAS۸۴۱۰۰L۱۰۵۶۶۷۶ شماره پلاک ۸۴ایران-۴۳۳۳۰۱به نام مرتضی ترکی زاده فرزندی عیسی مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

یادداشت

بن‌بست سناریوهای کاسبان تشویش و جنگ

چرا اسرائیل نمی‌تواند به ایران

حمله کند؟

✱ مجتبی قانع/استاد دانشگاه

امروزه رسانه‌های جمعی در دنیا و ایران براساس وظایف ذاتی خود تحلیل‌های متفاوتی از نحوه اقدام رژیم صهیونیستی علیه و له جمهوری اسلامی ارائه می‌دهند. در این میان رسانه‌های اروپایی، آمریکایی و نشریات زرد داخلی مدام در طبل حمله رژیم صهیونی کوبیده و با طمطراق اعلام می‌کنند که جنگ خواهد شد، اسرائیل بزودی به ایران حمله خواهد کرد و از این ناحیه باعث تشویش اذهان و افکار عمومی امت شریف ایران می‌شوند و نان خود را به عنوان کاسبان جنگ، در پخش تحلیل‌های دلپره‌آور و نا امیدکننده جستجو می‌کنند. لذا برای پاسخ به این بلندگوهای دارای جیره و موجب و از سوی دیگر، به منظور ایجاد امید و نشاط در بین جامعه ایرانیان باید گفت، رژیم صهیونیستی بنا به دلایل زیر به جمهوری اسلامی ایران حمله نخواهد کرد:

۱-حضور نیروهای متخصص و مهندسین کشورهای دوست و هم پیمان جمهوری اسلامی ایران در بازسازی اهداف و مناطق بمباران شده صنایع غیر نظامی ایران که تعدادشان درسراسر کشور توزیع شده است، حاکی از وجود محیطی امن برای انجام اقدامات بازسازی است. این کشورها هرژمونی قوی روی رژیم صهیونی دارند و در صورتی که خطایی از سوی این رژیم غاصب صورت بگیرد و موجب آسیب به اتباع آن‌ها در ایران شود، قطعاً با عکس العمل شدید آنان علیه اسرائیل مواجه خواهد شد.

۲-آغاز پروازهای کشورهای اروپایی به فرودگاه های جمهوری اسلامی ایران که غالباً از متحدان رژیم صهیونی محسوب می‌شوند، نشان از وجود آسمان پاک و امن برای انجام پروازهای خارجی دارد. قطعاً اگر اسرائیل قصد تجاوز مجدد به ایران را داشته باشد، این پروازها با این وسعت و تعداد صورت نخواهد گرفت. شرکت هواپیمای لوفت هانزا طی اطلاعیه‌ای رسمی اعلام کرده که از ۲۶ دی ماه ۱۴۰۴ پروازهای خود را به ایران از سر خواهد گرفت.

۳- براساس اعلام کارشناسان حوزه اجتماعی و سیاسی رژیم صهیونیستی از جمله آقای امیر منشه (خبرنگار اسرائیلی)، میزان نفرت جهانی از رژیم اشغالگر قدس نسبت به سال گذشته چهار برابر افزایش یافته است . لذا رژیم صهیونیستی برای ترمیم و بازسازی چهره مخدوش خود در جهان، اقدام به اجرای پروژه‌های یهودی‌ستیزی نموده و تلاش دارد با طراحی و اجرای برنامه‌هایی شبیه حادثه استرالیا (که حدود ۴۰ نفر کشته و زخمی شدند) و ساخت و پخش آدمک‌های عروسکی سرپریده در مقابل منازل مسئولین اسرائیلی در تل آویو واقدامات دیگر، به دنیا و مردم معترض به جنایات رژیم صهیونی بقبولاند که یهودیان مظلوم هستند و یهودی‌ستیزی در حال گسترش است. لذا تا زمانی که چهره منفور و متنفّر رژیم صهیونیستی بازسازی نشود، رژیم اشغالگر مرتکب اشتباه مجدد حمله به ایران نخواهد شد.

۴-گزارشات رسمی حاکی از آن است که توان موشکی ایران نسبت به قبل از جنگ ۱۲ روزه به بیش از ده برابر افزایش و ارتقا ً یافته است و اگر در جنگ ۱۲ روزه ۵۰۰ موشک به سمت سرزمین های اشغالی شلیک شده، در صورت جنگ مجدد، ۵۰۰۰ موشک قوی‌تر از موشک‌های قبلی به سوی اسرائیل شلیک خواهد شد، که مساوی است با نابودی کلیه زیر ساخت‌ها و صنایع نظامی و استراتژیک در تمامی شهرهای اسرائیل و مایوس شدن حامیان آن در اروپا و آمریکا از موجودیت رژیم غاصب.

۵- خسارات و آسیب‌های وارده در جنگ ۱۲ روزه به مناطق حساس رژیم صهیونی که اخبار آن به مرور آشکار و در حال پخش است، حاکی از آن است که رژیم صهیونیستی ضربات سخت و مهلکی را از موشک‌های ایران دریافت کرده، و با گذشت شش ماه از جنگ ۱۲ روزه هنوز موفق به بازسازی آن‌ها نشده است. از این رهگذر بیش از ۲۰ میلیارد دلار خسارت برآورده شده که به سادگی برای رژیم جعلی قابل جبران نیست. در پایان لازم به توضیح است، هرکدام از دلایل پنجگانه اگر از این کارکرد خارج شود، باید برای مقابله با جنگ احتمالی، آمادگی بیشتری را کسب کرد.

مفقودی

مجوز حمل سلاح و مهمات شکاری ساچمه زنی تک لول به شماره سلاح ۱۹۱۴۸۱۰۶۴ کالیبر ۱۲ مدل نیمه خودکار ساخت ترکیه به نام هاشم رستمی برغنی نام پدر غلام مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز)وانت سیستم سایپا تیپ۱۵۱ رنگ سفید مدل۱۴۰۱با شماره موتور۶۸۶۰۶۵۷/۶۱۳. شماره شاسی۵۱۰۰۴۹۸۸۵۹۸NAS۴۵۱۱۰۰ شماره پلاک ۱۸۴ایران-۳۲۲۷۰۴۶ به نام سهیلا احمدی زاده زهرانی فرزند شهریار مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

آگهی فقدان سند مالکیت

نظر به اینکه آقای فاروق سلمانی فرزند عبدالله به شماره شناسنامه ۷۷ صادره از بندرلنگه به استناد دو فقره استشهدا محلی اعلام داشته است که سند مالکیت شش‌دانگ یک قطعه زمین محصور و بنای احداثی در آن دارای پلاک ۰۴۲۳۲۳ فرعی از اصلی ۴۲۳۲۳ واقع در بندرکنگ بخش ۲۴ بندر لنگه به مساحت ۶۷۷/۴۸ متر مربع که به شماره سریال ۴۰۴۳۷۶۴-سری الف/ ۸۸ به نام نامبرده صادر و تسلیم گردیده به علت جابجایی مفقود شده است. لذا با عنایت به تبصره ۵ ماده ۱۲۰ آیین نامه اصلاحی قانون ثبت اسناد و املاک مصوب ۱۳۸۰/۱۷/۰۱ مراتب به استناد بند یک ماده مذکور در یک نوبت آگهی می‌شود تا هر کسی مدعی انجام معامله باشد از تاریخ انتشار این آگهی ظرف مدت ۱۰ روز به این اداره مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند و یا سند انتقال رسمی تسلیم و رسید دریافت نماید چنانچه ظرف مدت مقرر مورد واخواهی قرار نگیرد و یا در صورت اعتراض سند مالکیت ارائه نشود اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بندر لنگه سند مالکیت‌المتنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار پنجشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۰۴

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک بندرلنگه-صادق خواجه بهرامی ۱۶۰م/الف

آگهی فقدان سند مالکیت

نظر به اینکه آقای رضا ربیسی سرخونی فرزند فتحلی با کدملی ۳۳۹۰۴۸۱۴۳۵ به استناد ۲ فقره استشهدا محلی در خصوص پلاک ۹۱۵ فرعی از ۱۳ اصلی با شماره سریال ۰۴۰۶۲۷/الف ۸۲ تحت عنوان یک باب خانه صادر گردیده که علت جابجایی مفقود گردیده لذا نامبرده تقاضای صدورسند مالکیت‌المتنی سندهای مذکور را به نموده است لذا بااستناد ماده ۱۲۰ آئین نامه اصلاحی و تبصره ذیل آن بدینوسیله اعلام می‌شود هرکس مدعی انجام معامله نسبت به پلاک مذکور و وجود اصل اسناد مالکیت در نزد خود می‌باشد بایستی از تاریخ انتشار آگهی ظرف مدت ده روز اعتراض خود راضمن ارائه اسناد مالکیت به این اداره تسلیم و اخذ نماید بدیهی است پس از انقضای مهلت قانونی مذکور و عدم وصول اعتراض و یا وصول اعتراض و عدم ارائه اسناد نسبت به صدور اسناد مالکیت‌المتنی بنام متقاضی اقدام خواهد شد.

تاریخ: ۱۴۰۴/۱۰/۰۴

کفیل واحد ثبتی حوزه ثبت ملک ناحیه دو بندرعباس-اسمعیل ربیعی نژاد ۵۷۵/۱۴۰۴م/الف

علی قاسمی نژاد
خبرنگار



تصویری کلی از لایحه درآمدها و هزینه‌های دولت در سال ۱۴۰۵؛

بودجه بدون ساختارشکنی



با تردید مواجه می‌سازد.از سوی دیگر، سهم قابل توجهی از شرکت‌ها و هلدینگ‌های بزرگ اقتصادی کشور در اختیار دولت و وزارتخانه‌ها قرار دارد. بنابراین نمی‌توان انتظار بیش از اندازه‌ای از بخش خصوصی واقعی و مردم داشت؛ چرا که تداوم این فشارها می‌تواند به کاهش فعالیت صنایع خصوصی، افت توان تولیدکنندگان و آسیب به کسب‌وکارهای بزرگ و کوچک منجر شود.افزون بر این، افزایش مالیات بر ارزش افزوده به‌صورت مستقیم سطح فشار معیشتی را بالا می‌برد، زیرا این نوع مالیات به افزایش عمومی قیمت‌ها در بازار منجر خواهد شد.

حذف ارز ترجیحی، کاهش یارانه‌های پنهان و پرداخت کالابریک

یکی از مهم‌ترین محورهای قابل بحث در بودجه سال ۱۴۰۵، حذف ارز ترجیحی و کاهش یارانه‌های پنهان است. بر اساس جداول لایحه بودجه، منابع حاصل از حذف ارز ترجیحی رقمی در حدود ۵۷۲ هزار میلیارد تومان برآورد شده که قرار است از طریق طرح‌های حمایتی، از جمله کالابریک، به‌صورت مستقیم به مردم پرداخت شود.بدیهی است این بخش از بودجه ارتباط مستقیمی با معیشت مردم دارد و در صورتی که دولت نتواند آن را به‌درستی اجرا کند، پیامدهایی مانند گسترش فقر و کاهش توان اقشار آسیب‌پذیر در تأمین کالاهای اساسی دور از انتظار نخواهد بود.

واکنش مجلس به لایحه بودجه ۱۴۰۵
با رأی نمایندگان مجلس، غلامرضا تاجگردون بار دیگر به‌عنوان رئیس کمیسیون تلفیق بودجه انتخاب شد. نزدیکی او به دولت و شخص رئیس‌جمهور پرشکیان می‌تواند به‌عنوان یک امتیاز مثبت تلقی شود. با این حال، تاجگردون در اظهارات ابتدایی خود، بودجه ۱۴۰۵ را بودجه‌ای سخت‌گیرانه توصیف کرده است. وی تأکید کرده کاهش فشار بر مردم و حمایت از معیشت خانوارها باید در اولویت بررسی‌های مجلس قرار گیرد. با توجه به مواضع رئیس کمیسیون تلفیق و رویه‌های سال‌های گذشته، این احتمال وجود دارد که بخشی از سیاست‌های تعدیلی دولت در جریان بررسی بودجه با چالش مواجه شود. البته باید توجه داشت که تنظیم یک بودجه انقباضی با هدف افزایش درآمدها و کنترل هزینه‌ها، در مجموع می‌تواند نسبت به بودجه‌ای مبتنی بر افزایش هزینه‌ها و کسری گسترده، پیامدهای کم‌هزینه‌تری برای اقتصاد داشته باشد. کسری بالای بودجه در نهایت به استقراض از بانک مرکزی، رشد نقدینگی و تشدید تورم منجر می‌شود؛ چرخه‌ای که به نظر می‌رسد در سال ۱۴۰۵ نیز ادامه‌دار باشد.

چشم‌انداز محدود توسعه در سال ۱۴۰۵

تداوم روند تورمی سال‌های گذشته، پیش‌بینی کاهش حدود ۷۰ درصدی درآمدهای نفتی و

با حضور رئیس‌جمهور در مجلس شورای اسلامی، لایحه بودجه سال ۱۴۰۵ به مجلس تحویل داده شد. ارزیابی کلی و ابتدایی ارقام این لایحه نشان می‌دهد دولت بودجه ۱۴۰۵ را در یکی از انقباضی‌ترین و بسته‌ترین قالب‌های ممکن و هم‌زمان با حذف چهار صفر از پول ملی تنظیم کرده است. حذف ارز ترجیحی، اتکای ۸۷ درصدی به درآمدهای مالیاتی، کاهش حدود ۷۰ درصدی سهم نفت در بخش درآمدها نسبت به سال قبل، افزایش نرخ مالیات بر ارزش افزوده و پیش‌بینی کالابریک برای جبران افزایش هزینه‌های معیشتی مردم، از مهم‌ترین محورهای لایحه بودجه ۱۴۰۵ به شمار می‌روند. با این حال، به اعتقاد کارشناسان، با وجود اتخاذ سیاست‌های تعدیلی از سوی دولت، همچنان سایه سنگین کسری بودجه بر بودجه سال آینده سنگینی می‌کند و اقتصاد ایران باید خود را برای تجربه یک سال تورمی دیگر آماده کند. در کنار این موارد، افزایش ۲۰ درصدی حقوق کارمندان دولت و تعیین حداقل حقوق ۱۴ میلیون تومان برای بازنشستگان از دیگر بخش‌های مهم بودجه است که به‌طور مستقیم با زندگی روزمره بخش قابل توجهی از جامعه ارتباط دارد.

کاهش وابستگی به نفت و افزایش فشار مالیاتی

در سال‌های گذشته، با تشدید تحریم‌ها و کاهش صادرات نفت، دولت‌های وقت تلاش کرده‌اند از طریق افزایش درآمدهای مالیاتی، افت درآمدهای نفتی را جبران کنند. در همین راستا، سازوکارهای جدیدتری برای محاسبه و اخذ مالیات از بخش‌های مختلف اقتصادی طراحی شده است. با این حال، دولت‌ها در تحقق کامل درآمدهای پیش‌بینی‌شده مالیاتی چندان موفق نبوده‌اند. بخش قابل توجهی از درآمدهای مالیاتی باید از بخش خصوصی و مردم تأمین شود؛ این در حالی است که شرایط نامساعد اقتصاد کلان، از جمله تورم بالا و کنترل نشده، عملاً توان مالی فعالان اقتصادی و خانوارها را کاهش داده است. در چنین شرایطی، افزایش مالیات فشار مضاعفی بر تولیدکنندگان و مردم وارد می‌کند و امکان تحقق ارقام پیش‌بینی‌شده دولت را

میزخبر

همدلی، امداد و بازسازی
در بارندگی‌های سیل‌آسای شرق و غرب هرمزگان؛
هرمزگان یک‌دل در بحران



سامیه پهنریان
خبرنگار

وقوع سیلاب در شهرستان‌های جاسک، سیریک و قشم اگرچه خساراتی به منازل، راه‌ها و زیرساخت‌ها وارد کرد، اما جلوه‌ای روشن از همبستگی، مدیریت

میدانی و بای کار بودن همه دستگاه‌ها را به نمایش گذاشت. از اسکان اضطراری و امدادرسانی اولیه تا پاکسازی، برآورد خسارت و آغاز بازسازی. در این میدان همه بخش‌ها در کنار مردم ایستاده‌اند؛ حضوری که همچنان ادامه دارد. بارندگی‌های شدید و سیلابی اخیر در استان هرمزگان، سه شهرستان جاسک، سیریک و قشم را تحت تأثیر قرار داد و باعث بروز خساراتی در بخش‌های مختلف شد. هرچند حجم خسارات قابل توجه بود، اما آنچه بیش از همه خودنمایی کرد، سرعت عمل، هماهنگی و همدلی میان دستگاه‌های اجرایی، امدادی و نیروهای مردمی در مواجهه با بحران بود؛ حضوری که اجازه نداد شرایط از کنترل خارج شود. به گفته مجید سلحشور، مدیرکل راه و شهرسازی استان هرمزگان، از نخستین ساعات وقوع سیلاب، همه دستگاه‌های امدادی و خدمات‌رسان در مناطق آسیب‌دیده حاضر شدند. جمعیت هلال احمر با برپایی کمپ‌های اسکان موقت، به‌ویژه در روستاهای آسیب‌دیده شهرستان جاسک از جمله مهرگی و نگر، شرایطی فراهم کرد تا خانواده‌هایی که منازل آن‌ها دچار آسیب شده و امکان سکونت نداشتند، در امنیت اسکان داده شوند. در این کمپ‌ها، چادر، جیره غذایی و خدمات امدادی اولیه در اختیار مردم قرار گرفت و نیازهای ضروری آنان در کوتاه‌ترین زمان ممکن تأمین شد. اگرچه آمار نهایی خانواده‌های اسکان‌یافته هنوز جمع‌بندی نشده است، اما به گفته سلحشور، هیچ خانواده‌ای که امکان استقرار در منزل خود را نداشت، بدون حمایت نماند. «هر خانواده‌ای که دچار مشکل بود، در کمپ‌های موقت اسکان داده شد و خدمات اولیه به‌طور کامل انجام گرفت.»



با فروکش کردن آب و عبور از مرحله اضطراری، فاز دوم عملیات با محوریت پاکسازی منازل و معابر آغاز شد. نیروهای جهادی، بسیج، هلال احمر و نیروهای مردمی در روستاهای آسیب‌دیده جاسک، سیریک و همچنین بخش‌هایی از قشم وارد عمل شدند. منازلی که بر اثر سیلاب مملو از گل‌ولای شده بود، با تلاش شبانه‌روزی این نیروها در حال پاکسازی است و این عملیات همچنان ادامه دارد. در این میان، ظرفیت منابع غرب استان نیز به کمک مناطق آسیب‌دیده آمد. تعداد قابل توجهی ماشین‌آلات سنگین از جمله بایکت، لودر و بیل مکانیکی به مناطق اعزام شد تا روند پاکسازی با سرعت بیشتری انجام شود. این هم‌افزایی میان بخش‌های مختلف، نمونه‌ای موفق از مدیریت میدانی بحران در استان بود. هم‌زمان با اقدامات امدادی و پاکسازی، ستاد بازسازی استان با حضور معاون بنیاد مسکن کشور و به ریاست استاندار هرمزگان تشکیل شد. هدف این ستاد، برنامه‌ریزی برای بازسازی منازل آسیب‌دیده و جبران خسارت وارده به واحدهای مسکونی است. خانه‌هایی که دچار آسیب جدی شده‌اند یا دیگر قابل سکونت نیستند، توسط بنیاد مسکن شناسایی می‌شوند، برای آن‌ها پرونده تشکیل می‌شود و مطابق دستورالعمل‌های ستاد بازسازی، فرآیند نوسازی یا تعمیر آغاز خواهد شد. سلحشور با اشاره به آغاز رسمی این فرایند گفت: «بازسازی از طریق تسهیلات بانکی و کمک‌های پیش‌بینی‌شده انجام می‌شود تا مردم بتوانند با کمترین دغدغه، خانه‌های خود را بازسازی کرده و به زندگی عادی بازگردند.» در کنار بخش مسکن، برآورد خسارات در سایر حوزه‌ها نیز در جریان است. فرمانداران شهرستان‌های جاسک، سیریک و قشم در حال جمع‌آوری اطلاعات خسارت در بخش‌های مختلف از جمله راه، کشاورزی و زیرساخت‌ها هستند. هرچند اعداد مختلفی در روزهای اخیر مطرح شده، اما مدیرکل راه و شهرسازی استان تأکید می‌کند که اعلام آمار نهایی نیازمند تکمیل بررسی‌هاست و جمع‌بندی نهایی توسط مدیرکل مدیریت بحران استان اعلام خواهد شد. بر اساس برآوردهای اولیه، خسارات قابل توجهی به بخش راه وارد شده و پیش‌بینی اولیه در این حوزه رقمی در حدود ۱۱ و نیم همت را نشان می‌دهد؛ عددی که پس از نهایی شدن بررسی‌ها به‌صورت رسمی اعلام خواهد شد. امروز، شرایط در مناطق آسیب‌دیده نسبت به روزهای ابتدایی بحران به‌مراتب بهتر است. آب فروکش کرده، پاکسازی منازل ادامه دارد، زیرساخت‌های موقت برقرار شده و نیروهای امدادی همچنان در منطقه حضور دارند. به گفته سلحشور، این حضور تا زمان پایداری کامل شرایط ادامه خواهد داشت. سیلاب، آزمونی دشوار برای هرمزگان بود، اما مردم و مسئولان در کنار هم نشان دادند که در روزهای سخت، استان یکپارچه می‌شود. جاسک، سیریک و قشم این روزها بیش از هر زمان دیگری معنای همدلی را زندگی می‌کنند؛ همدلی‌ای که از دل بحران، امید، بازسازی و آینده‌ای روشن‌تر را رقم خواهد زد.

دیدار مدیرکل اموال و املاک بنیاد مستضعفان هرمزگان با فرماندار شهرستان حاجی‌آباد؛

تسریع در تعیین تکلیف املاک و توسعه اشتغال

سامیه پهنریان

جلسه مشترک مدیرکل اموال و املاک بنیاد مستضعفان استان هرمزگان با فرماندار شهرستان حاجی‌آباد با هدف بررسی وضعیت املاک بنیاد مستضعفان، تسریع در تعیین تکلیف آن‌ها و استفاده از ظرفیت‌های موجود برای توسعه، اشتغال‌زایی و رفع محرومیت از منطقه برگزار شد.

به گزارش صبح ساحل، صبح دیروز جلسه‌ای مشترک با حضور سالاری‌پور، فرماندار شهرستان حاجی‌آباد، در دفتر این اداره کل برگزار شد. این نشست با محوریت بررسی آخرین وضعیت املاک بنیاد در شهرستان حاجی‌آباد و برنامه‌ریزی برای بهره‌برداری بهینه از ظرفیت‌های موجود تشکیل شد. در ابتدای این جلسه، مدیرکل اموال و املاک بنیاد مستضعفان استان هرمزگان گزارشی از اقدامات و فعالیت‌های



انجام‌شده در خصوص شناسایی، ساماندهی و تعیین تکلیف املاک بنیاد در شهرستان حاجی‌آباد ارائه کرد. وی با اشاره به اهمیت تثبیت مالکیت‌ها و رفع موانع حقوقی، این اقدامات را زمینه‌ساز توسعه پایدار، تسهیل سرمایه‌گذاری و ایجاد بستر مناسب برای اجرای طرح‌های عمرانی و اقتصادی در

منطقه عنوان کرد. در ادامه، فرماندار شهرستان حاجی‌آباد ضمن قدردانی از اقدامات انجام‌شده توسط اداره کل اموال و املاک بنیاد مستضعفان استان، بر لزوم استفاده حداکثری از ظرفیت‌های بنیاد در راستای توسعه متوازن شهرستان تأکید کرد. وی ایجاد اشتغال، کاهش محرومیت و بهره‌گیری هدفمند از املاک و دارایی‌های موجود را از اولویت‌های مهم مدیریت شهرستان برشمرد.

فرماندار حاجی‌آباد همچنین خواستار تقویت همکاری‌های مشترک و تسریع در روند تعیین تکلیف املاک شد و اظهار داشت: استفاده صحیح و برنامه‌محور از این ظرفیت‌ها می‌تواند نقش مؤثری در رونق اقتصادی و ارتقای شاخص‌های اجتماعی منطقه ایفا کند. در پایان این نشست، بر تداوم تعامل و برگزاری جلسات مشترک به‌منظور تحقق اهداف توسعه‌ای شهرستان تأکید شد.

آگهی موضوع بند الف ماده ۷ قانون الحاق

آگهی موضوع بند الف ماده ۷ قانون الحاق موادی به قانون ساماندهی و حمایت از تولید و عرضه مسکن مصوب ۱۳۸۸ مستقر در واحد ثبتی بندرلنگه برابر رای شماره ۲۸۹ تصرف مالکانه و بلامعارض مورد تقاضای آقای عبدالنعیم مقدس فرزند محمد به کدملی ۳۴۴۰۶۱۸۶۸۴ مالکیت عرصه و اعیان شش‌دانگ یک باب خانه پلاک ۶۷۵۳/۰ به مساحت ۳۳۷/۳۷ متر مربع واقع در شهر بندرکنگ قطعه ۰۲ بخش ۲۴ بندرلنگه محرز گردید و مطابق ماده ۱۰ آیین نامه الحاق موادی به قانون ساماندهی و حمایت از تولید عرضه مسکن مصوب ۱۳۸۸ لذا چنانچه اشخاص نسبت به اصل ملک یا حدود و حقوق ارتفاقی اعتراض دارند از تاریخ انتشار رای ظرف مدت ۲۰ روز باید اعتراض خود را بصورت مکتوب به اداره ثبت محل تسلیم نمایند و پس از اخذ رسید ظرف مهلت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع ذی صلاح قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت اسناد و املاک تسلیم نمایند در صورت عدم وصول اعتراض در موعده مقرر و یا تحویل گواهی عدم تقدیم دادخواست به اداره ثبت اسناد و املاک عملیات ثبتی با رعایت مقررات تعقیب و سند مالکیت پلاک ۶۷۵۳/۰ به نام آقای عبدالنعیم مقدس صادر و تنظیم خواهد شد.

صادق خواجه بهرامی- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک بندرلنگه ۱۵۹/م الف

آگهی آیین نامه اجرایی الحاق به قانون ساماندهی املاک- پاریسان-گوشکنار

در اجرای ماده ۱۰ آیین نامه اجرایی الحاق موادی به قانون ساماندهی املاک که در محدوده بافت مسکونی شهر گوشکنار بخش ۲۱ پاریسان واقع گردیده است و برابر گزارش بنیاد مسکن پاریسان و کارشناسان اداره ثبت اسناد و املاک پاریسان فاقد سابقه تشخیص داده شده و برابر نظر هیات موضوع بنادالف ماده ۷ آیین نامه مذکور رای به تنظیم اظهارنامه بنام متصرف صادر گردیده که اسامی متصرف به شرح ذیل آگهی می‌گردد. ۱- پلاک ۱۶۷۴۶ به نام مریم حسینی فرزند ابراهیم شش دانگ یک باب خانه به مساحت ۴۵۸/۶۱ مترمربع واقع در شهر گوشکنار ۲- پلاک ۱۶۷۴۱ به نام صدیقه حسینی فرزند ابراهیم شش دانگ یک باب خانه به مساحت ۳۲۹/۸۷ مترمربع واقع در شهر گوشکنار مطابق ماده ۱۰ آیین نامه الحاق موادی به قانون ساماندهی و حمایت از تولید و عرضه مسکن مصوب ۱۳۸۸ لذا چنانچه اشخاص نسبت به اصل ملک اعتراض دارند از تاریخ الصاق با انتشار آگهی و اشخاصی که نسبت به تحدید حدود و حقوق ارتفاقی اعتراض دارند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود ظرف ۲۰ روز از تاریخ الصاق با انتشار آگهی باید اعتراض خود را به صورت مکتوب به اداره ثبت محل تسلیم نمایند و ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست خود را به مرجع ذصلاح قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را به اداره ثبت اسناد و املاک تسلیم نمایند در صورت عدم وصول اعتراض در موعده مقرر و یا تحویل گواهی عدم تقدیم دادخواست به اداره ثبت اسناد و املاک عملیات ثبتی با رعایت مقررات تعقیب خواهد شد.

جمیل پار- رئیس ثبت اسناد و املاک پاریسان ۱۸۴/۱۷۰م الف

[illegible]

میزخبر

اردوی تمرینی تیم ملی کشتی نونهالان

کشتی‌گیر هرمزگانی

در جمع ملی‌پوشان قرار گرفت



سرویس ورزشی

استعداد نونهالان کشتی فرنگی هرمزگان، به اردوی تمرینی تیم ملی دعوت شد تا در جمع منتخبان کشور قرار بگیرد.

به گزارش صبح ساحل، عزیز کامیابی‌فرد استعداد نونهالان کشتی فرنگی هرمزگان به اردوی آماده‌سازی تیم ملی کشتی فرنگی نونهالان دعوت شد.

این اردوی تخصصی، با هدف غربالگری نهایی و تمرینات فشرده نونهالان سراسر کشور، از ۲۸ آذر تا ۴ دی ماه به میزبانی شهرستان چالوس در استان

مازندران در حال برگزاری است. موفقیت این کشتی‌گیر از هرمزگان، حاصل ترکیبی از استعداد ذاتی، پشتکار مثال‌زدنی و هدایت فنی دقیق مربی برجسته، رحمان قره‌گوزلو، ارزیابی می‌شود. حضور کامیابی‌فرد در این اردو، فرصتی طلایی برای عرضه توانمندی‌هایش در مقابل حریفان، کسب تجربه از رقابت و نهادینه‌سازی استانداردهای تمرین در سطح ملی به شمار می‌رود.

لیگ برتر فوتسال بانوان کشور

فولاد هرمزگان مدافع عنوان قهرمانی
را به زانو در آورد

سرویس ورزشی

تیم پالایش نفت آبادان مدافع عنوان قهرمانی لیگ برتر فوتسال باشگاه‌های بانوان کشور در بندرعباس مقابل شاگردان کلثوم دارا در تیم فولاد هرمزگان زانو زدند. به گزارش صبح ساحل، در هفته هشتم لیگ برتر فوتسال بانوان کشور دو تیم فولاد هرمزگان و پالایش نفت آبادان در سالن فجر بندرعباس به مصاف هم رفتند که فولاد هرمزگان مهمان خود را با شکست بدرقه کرد.

در این دیدار که با نتیجه ۲ بر یک به سود فولاد هرمزگان پایان یافت، نسیمه غلامی و سحر زمانی برای شاگردان کلثوم دارا موفق به گلزنی کردند.

فولاد هرمزگان ۱۶ امتیازی در در هفته نهم مهمان تیم هیئت فوتبال خراسان رضوی خواهد بود.

مینی فوتبال رده پایه کشور

پدیده مکران نماینده هرمزگان شد

سرویس ورزشی

تیم پدیده مکران جاسک به عنوان نماینده هرمزگان در مسابقات مینی فوتبال رده پایه کشور معرفی شد.

به گزارش صبح ساحل، تیم مینی فوتبال پدیده مکران جاسک به عنوان نماینده هرمزگان در مسابقات کشوری مینی فوتبال در رده‌های سنی زیر ۱۳ و زیر ۱۶ سال در بخش‌های آقایان و بانوان انتخاب شد. این دستاورد مهم نتیجه پیگیری‌های مستمر مدیر عامل باشگاه و مسئولان استان است که در راستای پرورش و معرفی استعدادهای جوان ورزشی به عرصه‌های ملی صورت گرفته است.

تیم پدیده مکران جاسک که در سال‌های اخیر روند موفقیت‌آمیزی در رده‌های مختلف سنی داشته اکنون در آستانه رقابت‌های ملی آماده است تا در سطح کشور به رقابت بپردازد. این حضور در مسابقات مینی فوتبال زیر ۱۳ و زیر ۱۶ سال فرصتی ارزشمند برای ارتقاء سطح ورزش‌های پایه در استان هرمزگان و معرفی استعدادهای آینده ساز این استان در سطح ملی به شمار می‌رود.

شطرنج سریع هفتگی شهرستان میناب

حدادی عنوان قهرمانی را کسب کرد

سرویس ورزشی



سعید حدادی قهرمان بیست و چهارمین مسابقه سریع هفتگی شطرنج میناب معرفی شد.

به گزارش صبح ساحل، بیست و چهارمین مسابقه سریع هفتگی هیئت شطرنج شهرستان میناب با حضور ۷ شطرنج‌باز در شش دور به روش سوئیسی با زمان ۱۵ دقیقه با ۵ ثانیه فیشر برگزار شد.

در پایان این مسابقات سعید

حدادی با کسب پنج امتیاز و پوئن‌شکنی بیشتر عنوان قهرمانی را کسب کرد. محمدجواد موسایی با کسب پنج امتیاز و پوئن‌شکنی کمتر در مکان دوم ایستاد و یوسف بهرام حبشی با سه امتیاز سوم شد. داوری این مسابقات را موسی میرکی بر عهده داشت.

لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه‌های کشور

فولاد هرمزگان و شهررداری بندرعباس
نتایج دلخواه هواداران را کسب نکردند

محمود رئیسی

دبیر سرویس ورزشی

در هفته دهم لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه‌های کشور دو نماینده هرمزگان نتایج دلخواه هواداران خود را کسب نکردند.

در هفته دهم لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه‌های کشور فولاد هرمزگان مقابل آکادمی کیا تن به تساوی داد و شهررداری بندرعباس بازی را به پالایش نفت گچساران واگذار کرد.

دیدار تیم‌های فولاد هرمزگان و آکادمی کیا در هفته دهم لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه‌های کشور، در حالی با تساوی سه سه به پایان رسید که نماینده هرمزگان می‌توانست سه امتیاز کامل این بازی را در ورزشگاه خلیج فارس کسب کند.

در این دیدار محمد حسین بذریاج، سجاد طجرو و ایمان رئیسی نسب برای شاگردان رضا مرتضی‌زاده موفق به گلزنی شدند و در پایان نود دقیقه با اشتباهات فردی بازیکنان تنها یک امتیاز گرفتند.

فولاد هرمزگان ۱۵ امتیازی پنجم دی ماه در هفته یازدهم لیگ دسته دوم فوتبال کشور در تبریز به مصاف رخش خودرو می‌رود.

دیدار تیم‌های شهررداری بندرعباس و نفت مسجد سلیمان در ورزشگاه خلیج فارس بندرعباس برگزار شد که در پایان، تیم میهمان

با نتیجه ۲ بر صفر به پیروزی رسید. نفت مسجدسلیمان در نیمه نخست توسط علی آل‌کثیر به گل نخست دست یافت و در

جهت حضور در رقابت‌های کشور برپا شد؛

اردوی آماده‌سازی تیراندازان جانبازان
و توان‌یابان هرمزگانی

محمود رئیسی

تیراندازان جانبازان و توان‌یابان هرمزگان با برگزاری اردوی آماده‌سازی فشرده، خود را برای حضور قدرتمند در مسابقات قهرمانی کشور که نهم دی‌ماه در شهرستان شیراز برگزار می‌شود، آماده می‌کنند.

به گزارش صبح ساحل، حسن کامجو، دبیر هیئت ورزش‌های جانبازان و توان‌یابان هرمزگان از برگزاری اردوی آماده‌سازی تیم تیراندازی این استان خبر داد و گفت: با هدف کسب بهترین نتایج و سربلندی تیم تیراندازی هرمزگان در مسابقات قهرمانی کشور دوره فشرده‌ای را برای تیراندازان منتخب بانوان و آقایان تدارک دیده‌ایم. وی در تشریح برنامه جامع این اردو بیان داشت: این دوره آماده‌سازی با یک برنامه دقیق و علمی پیش می‌رود که تمرکز اصلی آن بر روی تمرینات فنی تخصصی برای افزایش دقت و ثبات، تقویت آمادگی ذهنی و روانی ورزشکاران برای حفظ تمرکز در شرایط مسابقه، و شبیه‌سازی محیط رقابت برای کاهش استرس و افزایش تجربه عملی آنان استوار است. کامجو گفت: این اردوی آموزشی تحت هدایت دو مربی، داوود محمدی‌زاده گرمسیری و فرزاد قازاگرلیان، در حال برگزاری است و حضور این مربیان مجرب، نقطه قوت اصلی تیم برای



آماده‌سازی نهایی ورزشکاران ارزیابی می‌شود. دبیر هیئت ورزش‌های جانبازان و توان‌یابان هرمزگان اظهار داشت: ورزش قهرمانی برای توان‌یابان، بهانه‌ای برای خروج از انزوا و نمایش توانمندی‌های آنان است و هدف نهایی ما تنها کسب مدال نیست، بلکه نمایش روحیه مقاومت، خودباوری و توانمندی

در بندرعباس برگزار شد

دوره مربیگری آمادگی جسمانی درجه سه



آمادگی جسمانی ساحلی در هرمزگان برگزار شد. جلسه هماهنگی و برنامه‌ریزی اولین المپیاد

جلسه هماهنگی اولین المپیاد آمادگی جسمانی ساحلی

جلسه هماهنگی و برنامه‌ریزی اولین المپیاد

فاطمه کریمی

دوره مربیگری آمادگی جسمانی درجه سه در بندرعباس به پایان رسید.

به گزارش صبح ساحل، دوره مربیگری آمادگی جسمانی درجه ۳ (فیزیکال فیتنس) با حضور ۳۰ شرکت‌کننده در بندرعباس به پایان رسید. این دوره با تدریس ملیحه کهن‌پور و سمرا لقمانی و با هدف ارتقای سطح دانش و مهارت‌های تخصصی مربیان برگزار و آموزش‌ها مطابق سرفصل‌های مصوب ارائه شد.

در کنار این دوره، کلاس حرکات اصلاحی نیز برگزار شد تا شرکت‌کنندگان با اصول صحیح حرکات اصلاحی و روش‌های بهبود کیفیت تمرین‌ها آشنا شوند.

سفیدی زودرس مو؛

دشمن خاموش جوانی یا زنگ هشدار بدن؟

سرویس سلامت

وقتی اولین تار موی سفید در آینه خودنمایی می‌کند، اغلب آن را نشانه گذر زمان می‌دانیم اما سفیدی زودرس همیشه حاصل سن نیست. تغذیه، استرس، کمبود ویتامین‌ها و سبک زندگی مدرن در کنار ژنتیک، نقش مهمی در خاکستری شدن زودهنگام مو دارند.

صبحی آرام است، جلوی آینه می‌ایستی و ناگهان چیزی میان موجی از تارهای آشنا برق می‌زند، یک موی سفید باریک و بی‌صدا، اما پرمعنا. دستت را میان موها می‌کشی، شاید اشتباه می‌کنی، شاید نور است، شاید خستگی دیشب... اما نه، آن‌جاست، واقعی و صادق. احساسی از غافلگیری در دل می‌پیچد، انگار زمان ناگهان تصمیم گرفته از میان تارهای مو آغاز شود.

سفید شدن مو برای خیلی‌ها فقط تغییر رنگ نیست، بلکه نشانه‌ای است از فشارهای پنهان، کم‌خوابی‌های ممتد، استرس‌های بی‌وقفه و شاید تغذیه‌ای که سال‌ها نادیده گرفته‌ایم. این سفیدی ناگهانی گاهی فریاد آرام بدن است، هشداری که می‌گوید وقت مراقبت دوباره از خودت رسیده است.

چرا موها سفید می‌شوند؟ از ژن تا سبک زندگی

رنگ مو نتیجه فعالیت سلول‌هایی به نام ملانوسیت‌ها است که رنگدانه ملانین تولید می‌کنند. با افزایش سن یا در اثر برخی عوامل، عملکرد این سلول‌ها کاهش یافته و مو رنگ خود را از دست می‌دهد. اما نکته جالب اینجاست، در بسیاری از افراد زیر ۳۰ سال، سفیدی مو بیشتر از آن‌که حاصل ژنتیک باشد، ناشی از سبک زندگی ناسالم است، از استرس مزمن گرفته تا رژیم غذایی فقیر از مواد مغذی. اگر زودتر از پدر یا مادر خود شاهد تارهای سفید هستی، پیش از سرزنش ژن‌ها، نگاهی به عادات روزمره‌تان بیندازید، تغذیه، خواب، آرامش و مراقبت مو نقش تعیین‌کننده دارند.

تغذیه رنگ مو؛ آنچه می‌خورید، آن می‌روید

بدن برای تولید ملانین به ویتامین‌ها و مواد معدنی خاصی نیاز دارد. کمبود این مواد می‌تواند تولید رنگدانه را مختل کند و سفیدی زودرس را رقم بزند. ویتامین B۱۲ از مهم‌ترین عناصر است؛ کمبود آن از دلایل اصلی سفیدی زودرس به شمار می‌رود و در گوشت قرمز، ماهی، تخم‌مرغ و لبنیات یافت می‌شود. مس نیز برای فعال‌سازی آنزیم‌های تولید ملانین ضروری است و در آجیل، تخمه آفتابگردان و عدس وجود دارد. آهن و روی برای جلوگیری از کم‌خونی و ضعف فولیکول اهمیت دارند و ویتامین D و فولیک اسید سلامت عمومی مو را حفظ می‌کنند.

هر روز بشقاب‌تان را رنگی کنید، میوه‌های قرمز، سبزیجات برگ‌دار، غلات کامل و پروتئین‌های سالم را در رژیم خود بگنجانید. رژیم‌های سخت و طولانی می‌توانند به قیمت از دست دادن رنگ طبیعی مو تمام شوند.

استرس؛ قاتل خاموش رنگ مو

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که استرس مداوم می‌تواند مستقیماً روی سلول‌های مولد

رنگ اثر بگذارد. هنگام استرس، هورمون‌های آدرنالین و کورتیزول افزایش می‌یابد و به مرور ذخیره ملانوسیت‌ها در فولیکول‌ها کاهش پیدا می‌کند. ورزش منظم، تنفس عمیق، مدیتیشن یا حتی چند دقیقه پیاده‌روی در طبیعت می‌تواند سیستم عصبی را آرام کند. خواب کافی نیز حیاتی است، چراکه بازسازی سلول‌ها، از جمله ملانوسیت‌ها، در خواب عمیق انجام می‌شود. کنترل استرس نه‌تنها رنگ مو بلکه سلامت قلب و پوست را هم حفظ می‌کند.

آفتاب؛ دوست یا دشمن رنگ مو؟

در حالی که آفتاب برای تولید ویتامین D مفید است، تابش مستقیم و طولانی می‌تواند رنگ مو را اکسید کند. اشعه فرابنفش (UV) با تخریب ملانین، موها را روشن‌تر و مستعد سفیدی می‌کند. در روزهای آفتابی از کلاه یا روسری سبک استفاده کنید و اگر زیاد در فضای باز هستید، از اسپری‌های محافظ مو حاوی فیلتر UV بهره بگیرید. آفتاب‌سوختگی فقط مختص پوست نیست، مو نیز از آسیب اکسیداتیو رنج می‌برد.

ماساژ پوست سر، احیای جریان زندگی در ریشه‌ها

جریان خون در پوست سر نقش مهمی در رساندن مواد مغذی به فولیکول‌ها دارد. ماساژ روزانه پوست سر با نوک انگشتان یا روغن‌های طبیعی مانند روغن نارگیل، بادام یا سیاه‌دانه می‌تواند به تقویت ملانوسیت‌ها کمک کند. هر شب پیش از خواب ۵ دقیقه پوست سر را به آرامی ماساژ دهید. این کار نه تنها به رشد مو کمک می‌کند بلکه آرامش روانی نیز به همراه دارد. ترکیب روغن‌های طبیعی با چند قطره عصاره رزماری یا آم‌له، تأثیر مضاعفی در تحریک ریشه‌ها دارد.

درمان‌های طبیعی و گیاهی، بازگشت به ریشه‌های طبیعت

بسیاری از گیاهان در طب سنتی برای حفظ رنگ مو و جلوگیری از سفید شدن زودرس توصیه شده‌اند و علم مدرن نیز برخی از آن‌ها را تأیید کرده است. چنا، برگ کاری، سیاه‌دانه، رزماری و آم‌له از گزینه‌های مؤثر هستند. چنا رنگ طبیعی و تقویت‌کننده مو است، برگ کاری سرشار از آنتی‌اکسیدان و ویتامین B بوده و سیاه‌دانه به تقویت فولیکول و افزایش رنگ

مو کمک می‌کند. رزماری و آم‌له به دلیل وجود ویتامین C و ترکیبات ضد رادیکال آزاد، رنگ طبیعی مو را حفظ می‌کنند. استفاده از ترکیب پودر آم‌له با روغن نارگیل به‌صورت ماسک هفتگی، در طول زمان تأثیر چشم‌گیری بر سلامت و رنگ مو دارد.

سیگار و الکل، دشمنان پنهان رنگ مو

مصرف سیگار و الکل با افزایش استرس اکسیداتیو در بدن، به سلول‌های تولید رنگ آسیب می‌زنند. مطالعات نشان داده‌اند که افراد سیگاری تا چهار برابر بیشتر در معرض سفیدی زودرس مو قرار دارند. ترک سیگار نه فقط برای ریه، بلکه برای پوست، مو و حتی

جریان خون در پوست سر نقش مهمی در رساندن مواد مغذی به فولیکول‌ها دارد. ماساژ روزانه پوست سر با نوک انگشتان یا روغن‌های طبیعی مانند روغن نارگیل، بادام یا سیاه‌دانه می‌تواند به تقویت ملانوسیت‌ها کمک کند. هر شب پیش از خواب ۵ دقیقه پوست سر را به آرامی ماساژ دهید. این کار نه تنها به رشد مو کمک می‌کند بلکه آرامش روانی نیز به همراه دارد. ترکیب روغن‌های طبیعی با چند قطره عصاره رزماری یا آم‌له، تأثیر مضاعفی در تحریک ریشه‌ها دارد.

رنگ چهره شما معجزه می‌کند. جایگزین کردن عادت سیگار با پیاده‌روی یا نوشیدنی‌های سالم مانند چای سبز می‌تواند مسیر جوانی را بازگرداند.

مراقبت درست از مو؛ کمتر حرارت، بیش‌تر حیات

استفاده مکرر از سشوار، اتوی مو و رنگ‌های شیمیایی به مرور باعث اکسید شدن رنگدانه‌ها و تضعیف ساقه مو می‌شود. همچنین شامپوهای حاوی سولفات و پارابن، چربی طبیعی پوست سر را از بین می‌برند و فولیکول‌ها را آسیب‌پذیر می‌کنند. بهتر است از محصولات ملایم و طبیعی استفاده کنید و اجازه دهید موها گاهی در هوای آزاد خشک شوند. هر ماه یک‌بار از ماسک خانگی تخم‌مرغ و روغن زیتون برای احیای درخشش طبیعی مو بهره ببرید. کاهش دفعات رنگ شیمیایی و استفاده از رنگ‌های



گیاهی نیز به حفظ ملانین کمک می‌کند.

ژنتیک را نمی‌توان حذف کرد اما می‌توان سرعش را کم کرد

اگر در خانواده‌تان سابقه سفیدی زودرس وجود دارد، ناامید نشوید. شما نمی‌توانید ژن‌ها را تغییر دهید اما می‌توانید تأثیرشان را مدیریت کنید. تغذیه غنی، خواب کافی، کاهش استرس و مراقبت مو می‌تواند روند طبیعی سفیدی را به‌طور قابل توجهی کند. به جای نگرانی از سفیدی، بر سلامت کلی مو تمرکز کنید، موهای سالم حتی اگر سفید باشند، برق و زیبا دیده می‌شوند.

مکمل‌ها و بررسی‌های پزشکی؛ گاهی به بدن پیام می‌فرستد

گاهی سفیدی زودرس نشانه‌ای از کمبودهای پنهان یا بیماری‌های زمینه‌ای مانند تیروئید، کم‌خونی یا کمبود ویتامین B۱۲ است. در این صورت اصلاح رژیم به‌تنهایی کافی نیست. اگر زیر ۴۰ سال هستید و به‌طور ناگهانی موهایتان سفید می‌شود، بهتر است آزمایش خون انجام دهید. پزشک می‌تواند مکمل‌های مناسب مانند بیوتین، B کمپلکس یا زینک را تجویز کند تا روند تولید رنگدانه‌ها دوباره متعادل شود.

بازگشت به تعادل درونی

سفیدی زودرس مو فقط مسئله‌ای ظاهری نیست؛ گاه نشانه‌ای از بی‌تعادلی درونی است. همان‌طور که پوست و چشم‌ها آینه روح‌اند، مو نیز آینه سلامت بدن است. با بازگرداندن تعادل از طریق تغذیه متنوع، خواب کافی، آرامش ذهن و مراقبت طبیعی، می‌توان حتی رنگ از دست‌رفته را تا حدی بازیابی کرد یا دست‌کم از گسترش آن جلوگیری نمود.

سفیدی زودرس مو فقط نشانه بالا رفتن سن نیست، بلکه پیامی از درون بدن برای توجه بیشتر به سبک زندگی است. موها نه‌تنها تارهایی از کراتین، بلکه نشانه‌هایی زنده از وضعیت درونی ما هستند. رنگ آن‌ها در برابر عادات ما تسلیم یا مقاوم می‌شود، بنابراین برای مقابله با سفیدی زودرس، باید به‌جای تمرکز صرف بر رنگ‌مو، ریشه‌های زندگی‌مان را رنگین‌تر کنیم، با تغذیه آگاهانه، ذهنی آرام، خواب منظم، ترک عادت‌های مضر و پیوند دوباره با طبیعت. /ایرنا

میز خبر

کافئین برای بدن مفید است

یا ضرر دارد

سرویس سلامت

یک متخصص تغذیه و رژیم درمانی گفت: مطالعات نشان می‌دهد که کافئین، بسته به مقدار مصرف و حساسیت فرد، می‌تواند هم دوست و هم دشمن ما باشد. «غزاله اسلامیان»، با اشاره به اینکه کافئین به عنوان ماده‌ای محبوب و نوشیدنی بی‌خوابی شناخته می‌شود، اظهار کرد: پس از نوشیدن قهوه یا نوشیدنی‌های انرژی زا، کافئین در عرض حدود ۱۵ تا ۴۵ دقیقه جذب و وارد مغز می‌شود. وی افزود: این ماده با جایگزینی در محل گیرنده‌های آدنوزین (نوروترانسمیتر خواب‌آور) باعث می‌شود خواب‌آلودگی کمتر، هوشیاری و تمرکز بیشتر، دوپامین و نوراپی‌نفرین تحریک و در نهایت احساس انرژی و خلق و خو بهتر تجربه شود؛ این همان احساسی است که باعث محبوبیت جهانی قهوه و نوشیدنی‌های انرژی‌زا شده است.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، با اشاره به اینکه بدن ما با مصرف مشخصی از کافئین، نسبت به تحمل آن مقاوم می‌شود، ادامه داد: به این معنی که همان مقدار کافئین قبلی، دیگر اثر کافی ندارد و فرد به‌تدریج به دوزهای بیشتر نیاز پیدا می‌کند.

وی ادامه داد: قطع ناگهانی کافئین باعث سردرد، بی‌حوصلگی، خستگی و حتی خلق افسرده می‌شود.

اسلامیان با بیان اینکه کافئین بیش از ۴۰۰ میلی‌گرم در روز برای بزرگسالان، حدود ۴ فنجان قهوه معمولی عوارضی دارد، ادامه داد: اضطراب، تپش قلب، بی‌خوابی، تحریک‌پذیری، افزایش فشار خون و مشکلات گوارشی از عوارض مصرف بیش از حد کافئین است.

وی اضافه کرد: در نوجوانان آستانه استفاده از کافئین‌ها بسیار پایین‌تر است و حداکثر ۱۰۰ میلی‌گرم در روز توصیه می‌شود.

اسلامیان با اشاره به اینکه تحقیقات نشان می‌دهد بسیاری از دانش‌آموزان، دانشجویان و حتی کارمندان، در زمان‌های استرس‌زا از کافئین به‌عنوان یک «مکانیزم مقابله‌ای» استفاده می‌کنند، ادامه داد: در شب‌های امتحان، ساعات کاری طولانی، کم‌خوابی و پروژه یا آزمون‌های پر فشار معمولاً افراد از کافئین استفاده می‌کنند.

به گفته وی، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که مصرف بالای کافئین، به ویژه از



نوشیدنی‌های انرژی‌زا و قهوه، با افزایش اضطراب، استرس و حتی افسردگی مرتبط است و نکته مهم این است که این ارتباط «دلیل و معلول قطعی» نیست؛ یعنی مشخص نیست آیا کافئین باعث اضطراب می‌شود یا افراد مضطرب بیشتر سراغ کافئین می‌روند اما به طوری کلی ارتباط قوی وجود دارد.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در پاسخ به این سوال که چرا نوشیدنی‌های انرژی‌زا بیشترین مشکل را ایجاد می‌کنند؟ گفت: این نوشیدنی‌ها علاوه بر کافئین، معمولاً حاوی شکر زیاد، گیاهان محرک، افزودنی‌هایی مانند گوارانا (۴ برابر کافئین بیشتر از دانه قهوه) هستند که همین ترکیب باعث می‌شود ضریان قلب بالا برود، بی‌قراری و اضطراب افزایش یابد، خواب به‌شدت مختل و بدن دچار افزایش ناگهانی انرژی و پس از آن سستی و رخوت شود که این واکنش‌ها در نوجوانان، افراد کم‌خواب، و کسانی که سابقه اضطراب دارند شدیدتر است.

اسلامیان با بیان اینکه مصرف کم تا متوسط کافئین می‌تواند تمرکز را افزایش، خلق را بهتر، هوشیاری را بالا، عملکرد ورزشی را تقویت و حتی خطر برخی بیماری‌ها را کاهش دهد (در مورد قهوه) تأکید کرد: بنابراین کافئین «بد» نیست؛ بلکه مقدار و زمان مصرف آن تعیین‌کننده اثر آن است.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به افرادی که نسبت به مصرف کافئین حساسیت دارند توضیح داد: برخی گروه‌ها حتی با دوزهای پایین کافئین دچار اضطراب می‌شوند.

وی درباره این گروه‌ها توضیح داد: افراد مبتلا به اختلالات اضطرابی، کسانی که خواب ناکافی دارند، نوجوانان و افرادی که مصرف زیاد و ناگهانی دارند به کافئین حساس‌اند به شکلی که برخی مطالعات نشان داده که افراد دارای اضطراب اجتماعی، پانیک یا اختلالات دوقطبی با دوزهای بالاتر از ۲۰۰ تا ۴۰۰ میلی‌گرم دچار تشدید علائم می‌شوند. این متخصص تغذیه و رژیم درمانی، با بیان اینکه کافئین در دوزهای بالا هورمون‌های استرس (کورتیزول و آدرنالین) را افزایش می‌دهد ادامه داد: کافئین دوز بالا سیستم عصبی سمپاتیک را فعال، حالت بیداری و آمادہ-حمله را تحریک، خواب را مختل می‌کند و همین بی‌خوابی اضطراب را بدتر خواهد کرد. وی با اشاره به اینکه در واقع کافئین بدن را وارد وضعیت هشدار می‌کند اضافه کرد: این موضوع شبیه اتفاقی که در استرس رخ می‌دهد ایجاد می‌شود و این دو اثر روی هم جمع می‌شوند.

به گفته اسلامیان، مقدار مناسب استفاده از کافئین در بزرگسالان سالم تا ۳۰۰-۴۰۰ میلی‌گرم در روز، زنان باردار حداکثر ۲۰۰ میلی‌گرم، نوجوانان حداکثر ۱۰۰ میلی‌گرم و در کودکان توصیه اکید عدم مصرف است.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی درباره زمان بندی استفاده از کافئین نیز اضافه کرد: بعد از ساعت ۳ ظهر کافئین مصرف نکنید و توجه داشته باشید ناشتا بودن اثر آن را تشدید می‌کند، پس بهتر است همراه غذا باشد.

اسلامیان، استفاده از چای سبز کافئین کمتر، اثر آرام‌بخش ال-تیانین، قهوه کم‌کافئین و شکلات تلخ را جایگزین‌های سالم برای استفاده از قهوه عنوان کرد.

وی به افرادی که دچار اضطراب هستند توصیه کرد: آب زیاد برای جلوگیری از دهیدراته شدن بدن استفاده کنید و مصرف نوشیدنی‌های انرژی‌زا را قطع کنید ضمن اینکه مصرف قهوه را کاهش داده و بعد از ظهرها کافئین مصرف نکنید.

اسلامیان با اشاره به اینکه کافئین در مقدار کم تا متوسط می‌تواند کمک‌کننده باشد، خاطرنشان کرد: در مقادیر بالا یا در افراد حساس، به ویژه نوجوانان و افراد مضطرب، می‌تواند استرس، اضطراب و بی‌خوابی را تشدید کند ولی مهم‌ترین نکته این است که بدن خود را بشناسیم، اگر با مصرف کافئین قلب‌تان تند می‌زند، بی‌قرار می‌شوید یا خوابتان مختل می‌شود، وقت آن است که کمترش کنید./مهر

پروتکل تولید و واردات محصولات آرایشی تدوین شد

سرویس سلامت

معاون سازمان غذا و دارو، بر لزوم رعایت ضوابط و مقررات ملی در تولید و واردات محصولات آرایشی و بهداشتی تأکید کرد و از نهایی شدن پروتکل اولیه در این حوزه خبر داد.

رؤیا مرجانیان، با اشاره به اهمیت نظارت مؤثر بر بازار فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی، گفت: تمامی محصولاتی که برای مصرف عمومی عرضه می‌شوند، باید به‌طور کامل با ضوابط و مقررات

ملی و الزامات قانونی انطباق داشته باشند. وی با اشاره به برخی چالش‌های موجود در بازار محصولات بهداشتی و آرایشی، افزود: ممکن است بخشی از کالاهای موجود از مبادی غیرقانونی وارد شده یا به‌صورت مسافری وارد کشور شوند که در این موارد، تصمیمات جدی و بازدارنده‌ای در دستور بررسی قرار دارد. معاون سازمان غذا و دارو با تأکید بر نقش استانداردهای آرایشی‌گهی تصریح کرد: فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی باید

الزامات آزمایشگاهی را به طور کامل رعایت کنند و هرگونه قصور در اجرای مقررات، حتی در موارد جزئی، باید مورد بررسی قرار گیرد. مرجانیان همچنین از نهایی شدن پروتکل اولیه برای تولید و واردات این محصولات خبر داد و گفت: تلاش سازمان غذا و دارو بر این است که اطمینان حاصل شود تمامی محصولات، به‌ویژه کالاهای آرایشی و بهداشتی، مطابق با ضوابط مصوب تولید یا وارد کشور شوند.



بنیانگذار:
شادروان
قاسم کرمی

• صاحب امتیاز
شرکت تعاونی صبح ساحل
• مدیر مسئول
الهام کرمی
• قائم‌مقام مدیرمسئول و سردبیر
مهراب رشیدی
• دبیر تحریریه
فاطمه محمودآبادی
• دبیر سرویس ورزش
محمود رئیسی

• دبیر سرویس حوادث
آنا رام
• دبیر سرویس آنلاین
سامیه طهوریان
• چاپ مهدوی کرمان
• تحریریه
۰۷۶۳۲۲۹۵۸۵ (داخلی ۱۲۴)
• آگهی‌ها
۰۳۲۲۴۶۷۵۱ - ۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۲ (داخلی ۱۰۵)

• فاکس شبانه‌روزی
۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۳
• امور مشترکین
۰۷۶۳۲۲۳۳۷۲۶ (داخلی ۱۰۱)
• دفتر مرکزی
بندرعباس، خیابان امام خمینی،
حدفاصل شهربانی و اتوتاج، جنب
بانک رفاه، ساختمان صبح ساحل
• پایگاه خبری صبح ساحل نیوز
www.sobhesahel.ir

ترامپ بار دیگر مادورو را تهدید کرد

«دونالد ترامپ» رئیس‌جمهور آمریکا همزمان با آنکه گارد ساحلی ایالات متحده تلاش‌های خود برای توقیف نفتکش‌ها در دریای کارائیب را تشدید کرده است، طی سخنانی بار دیگر «نیکلاس مادورو» رئیس‌جمهور ونزوئلا را تهدید کرد. به گزارش ایرنا از آسوشیتدپرس، دونالد ترامپ در حالی که توسط مقامات ارشد امنیت ملی خود، از جمله مارکو روبیو وزیر امور خارجه و پیت هگست وزیر جنگ آمریکا همراهی می‌شد، گفت: «اگر او (نیکلاس مادورو) بخواهد سخت‌گیری کند، آخرین باری خواهد بود که چنین کاری انجام می‌دهد.» وی این سخنان را در خلال تعطیلات خود در فلوریدا و همزمان با اعلام برنامه

جان باختن رئیس ستاد ارتش لیبی

سقوط هواپیمای لیبیایی در ترکیه

سرویس بین‌الملل

هواپیمای لیبیایی در ترکیه سقوط کرد و سپهبد الفتوری غریبیل رئیس ستاد نیروی زمینی ارتش لیبی و سرتیپ محمد القبطوی رئیس سازمان صنایع نظامی لیبی و تعدادی از محافظانش در جریان این سانحه هوایی کشته شدند.

وزیر کشور ترکیه گفت که این هواپیمای آنکارا به مقصد طرابلس در حال پرواز بود و درخواست فرود اضطراری در منطقه آنکارا را داشت، اما ارتباط با آن قطع شد. فلیت‌آدار اعلام کرد که هواپیمای حامل رئیس ستاد ارتش لیبی ۱۶ دقیقه پس از برخاستن ناپدید شد. گفته می‌شود که رئیس ستاد کل ارتش لیبی برای مذاکره درخصوص مواضع ترکیه درباره معاهده دریایی با این کشور به ترکیه سفر کرده بود، اما ارتباط برج مراقبت با هواپیمای او قطع شد.

لاشه هواپیمای پیدا شد

امدادگران ترکیه‌ای لاشه هواپیمایی را که رئیس ستاد کل ارتش لیبی در آن حضور داشت و از صفحه رادار ناپدید شده بود، در نزدیکی آنکارا پیدا کردند. یک منبع دولتی به الجزیره گفت که آنکارا به طرف لیبیایی اطلاع

داده است که تمامی سرنشینان هواپیمای جان باختند و اجساد و بقایای لاشه هواپیمای پیدا شده است.

نخست‌وزیر دولت وحدت ملی لیبی اعلام کرد که سپهبد الفتوری غریبیل رئیس ستاد نیروهای زمینی ارتش لیبی و سرتیپ محمد القبطوی رئیس سازمان صنایع نظامی لیبی و تعدادی از محافظانش در جریان این سانحه هوایی کشته شدند.

دلیل سفر رئیس ستاد ارتش لیبی به ترکیه

محمد علی الحداد، رئیس ستاد ارتش لیبی امروز با وزیر دفاع ترکیه یاشار گولر و همتای ترکیه‌ای خود، ژنرال سلجوق بایراکتاروغلو، دیدار کرده بود. گفته می‌شود که رئیس ستاد کل ارتش لیبی برای مذاکره درخصوص مواضع ترکیه در معاهده دریایی با این کشور به ترکیه سفر کرده بود، اما ارتباط برج مراقبت با هواپیمای او قطع شد.

دلایل احتمالی سقوط هواپیمای مقام نظامی لیبی

کارشناسان و تحلیلگران به بررسی دلایل سقوط هواپیمای حامل هیئت نظامی لیبی در

نزدیکی پایتخت ترکیه و احتمال وقوع اختلال فنی در آن می‌پردازند. سایت شبکه الجزیره گزارش داد: تحقیقات ترکیه در خصوص حادثه سقوط هواپیمای محمد الحداد رئیس ستاد کل ارتش لیبی و همراهانش نزدیک آنکارا ادامه دارد. تحلیلگران و کارشناسان به سناریوهای مربوط به علت وقوع این حادثه اشاره می‌کنند و احتمال رخ دادن اختلال فنی را قوی می‌دانند.

جاهد توز مشاور سابق نخست‌وزیر ترکیه و کارشناس امور خاورمیانه در این خصوص گفت که اطلاعات رسمی تاکنون به این نکته اشاره دارند هواپیمای مذکور بعد از گذشت ۳۵ دقیقه از بلند شدن از باند آنکارا درخواست فرود اضطراری کرد؛ قبل از آنکه تماس با این هواپیمای قطع شود و در منطقه هیمانا نزدیک آنکارا سقوط کند. وی اضافه کرد که تمام فروگاه‌های نزدیک، آماده پذیرش این هواپیمای بودند اما فرصت فرود اضطراری مهیا نشد.

به احتمال زیاد وقوع اختلال فنی در سیستم‌های الکترونیکی این هواپیمای باعث سقوط آن شد و کارشناسان در حالی بررسی این موضوع هستند. توز در عین حال گفت که با توجه به تحولات منطقه‌ای و بین‌المللی

میز خبر

ارتش لبنان: ادعای اسرائیل دروغ است

سرویس بین‌الملل

ارتش لبنان ادعای رژیم صهیونیستی درباره ارتباط یکی از نظامیان این کشور با حزب‌الله را رد کرد.

ارتش لبنان اتهامات مطرح شده از سوی رژیم صهیونیستی در خصوص ارتباط یکی از نظامیان این کشور که جان خود را در حمله اسرائیل از دست داد با حزب‌الله رد کرد. ارتش این کشور تأکید کرد که چنین ادعاهایی دروغ بوده و در راستای هدف قرار دادن مستقیم این نهاد نظامی لبنان مطرح می‌شود. ارتش لبنان قاطعانه ادعاهای رژیم صهیونیستی را رد کرد. میشل منسی وزیر دفاع این کشور نیز گفت که ادعای ارتباط نیروهای نظامی لبنان با احزاب و گروه‌های مختلف یک ادعای دروغین در راستای هدف قرار دادن ارتش است. روز گذشته ارتش لبنان اعلام کرد که یکی از نیروهای نظامی این کشور در جریان حمله اخیر رژیم صهیونیستی علیه یک خودرو در قنيطرة واقع در صیدا جان خود را از دست داد. ارتش رژیم صهیونیستی نیز مدعی شده بود که سه تن از نیروهای حزب‌الله را در این حمله هدف قرار داده است. رژیم صهیونیستی در ادامه اعلام کرد که یکی از این افراد در یگان اطلاعاتی وابسته به ارتش لبنان نیز خدمت می‌کرد. ارتش رژیم صهیونیستی از زمان اجرای به اصطلاح آتش بس در لبنان تاکنون صدها بار مناطق مختلف این کشور را زیر آتش گرفته است. این حملات به بهانه فعالیت‌های حزب‌الله در حالی صورت می‌گیرد که نیروهای وابسته به سازمان ملل اعلام کرده‌اند هیچ مدرکی دال بر اثبات این ادعای تل‌آویو وجود ندارد. /مهر



راهنمای برای گرم نگه داشتن بدن



موقع راه رفتن قوز نکنید،
باینینی نفس بکشید
و دست هایتان را تکان دهید



در طول روز نوشیدنی‌های گرم
مانند دم‌نوش آویشن، بابونه
یا پونه بنوشید



صبحانه تخم مرغ، کمی شیر
انگور یا توت، غسل و یا حلاوا
ارده بخورید



از کیسه‌های آب گرم با
سایزهای مختلف برای
گرم کردن بدن کمک بگیرید



چند لایه لباس و دو جوراب
بپوشید تا گرمای بدنتان
به خوبی حفظ شود



با خوراکی‌هایی با طبع گرم
مانند زنجبیل، هل و دارچین
بدنتان را گرم کنید



هنگام بیرون رفتن کلاه،
شال گردن ماسک، دستکش
و کفش لژدار بپوشید



کاریکاتور: "تورم"

اثر: کارلوس آموریس

