



در خدمت همشهریان عزیز

دوخت فرم مدارس متوسطه اول و دوم

شامل مانتو، شلوار ، مقنعه و انواع شومیز

سفارش همه روزه از ساعت ۹ الی ۱۴ - میر مجیدی



سنگ اندازی بانک‌های گنبدی در پرداخت

وام به مددجویان بهزیستی



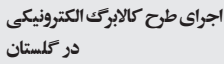
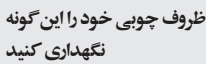
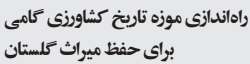
طرز تهیه یخمک هندوانه

برای کودکان



تابستان‌ها قدر پاهایتان را

بیشتر بدانید



■ احسان مکتبی

این روزها در بیست و هفتم تیر ماه ۱۳۳۷ ایران قطع نامه سازمان ملل مبنی بر پذیرش آتش بس در جنگ تحمیلی هشت ساله را پذیرفت؛ زندگانی آن روزها به خاطر دارند که ماههای آخر جنگ چه اوقات شتواری بر ایران داشت، مجنون و شلمچه از دست رفت و عراق دوباره هوس تسخیر خرمشهر و آبادان را کرد بود و این در حالی بود که امام تا ده هفته پیش از پذیرش قطع نامه با سخنرانی ها و بیانیه هایش کوتاهی در جنگ را بخیریت به رسول اله (ص) دانست و هیچگونه سهل انگاری را در جنگ نمی پذیرفت و باز شاید آن نسل به یاد دارند که هنگام اعلان پذیرش آتش بس چه اشک های حسرتی که جاری شد و چه خیالاتی که تعبیر نشد بعدا آشکار شد که امام پس از فتح خرمشهر به آتش بس و صلح تمایل داشتند و البته زمینه آن نیز در جامعه جهانی فراهم بود اما در میان مسوولان و فرماندهان چه توافقی نبود و علیرغم تسامیل امام و آیه اله هاشمی که در آن زمان فرمانده جنگ بود تصمیم به ادامه نبرد گرفته شد و دیدیم آنچه شد. امروز هم شرایط کشور به گونه ای است که گویا همان روزهای نبرد سخت هشت ساله تاغی می شود استمرار حالت آماده باش برای سلطنت نظامی کشور در شرایط جنگ سری که هم اکنون برقرار است و رجز خوانی های دشمن و شائبه احتجاجات که هر دلیلی و شکلی به باشد برای ایران که نیازمند آرامش و ساختن است نوعی ائتلاف هزینه و هاردرت سرمایه ملی

است و استمرار چنین مسیری خود ناخواه ما را از میدان قدرت و رقابت خارج خواهد کرد، بعید نیست دشمن به دنبال این باشد تا با اعانه و استمرار وضع موجود در دراز مدت قدرت خود را بر ما نیکت کند بنابراین باید با همه توان از این وضعیت خارج شد و اجازه استمرار آن را نداد، وظیفه ما ساختن ایران آباد و آزاد بوده و هست و این مسوولیت را پایانی نیست، روزی شاید به نام و با پیروزی و گاهی شاید به تزلزل و تسامح. امروز به پلرمانان در دوره جنگ با تبار می گویم کاش کمی حواستان جمع بود و دچار جو پیروزی نمی شدید تا نیمی از مام وطن از دست ما نمی رفت. اینک دشمن به لطف خدا در این مرحله به آرزوی خود نرسیده اما آینده را چه کسی می داند. به این خاطر باید با تدبیر و تعامل از مرحله کنونی گذر کرد و به دنبال مسوولیت و وظیفه اصلی حکمرانی که ساختن ایران است، رفت، بخاطر داشته باشید که پیامبر گرامی اسلام(ص) در صلب حادیثه با خرید و فروش توانست پیش از پایان قراداد اسلام را در تمام شبه جزیره عربستان گسترش دهد.

صاحب امتیاز

اصرار بر کشت برنج،

خشکسالی در گلستان



فاطمه سراوانی - گلستان، نگین سرسبز شمال ایران، روزگاری با شالیزارهای وسیع و برنج خوش‌عطرش شهره بود. اما امروز، سایه شوم خشکسالی و کمبود آب، این تصویر زیبا را خدشه‌دار کرده است. با وجود هشدارها و بحران‌های پی‌درپی، کشاورزان این استان همچنان بر کشت برنج اصرار دارند؛ اصراری که آینده‌ای مبهم را پیش روی این صنعت و منابع آبی استان قرار داده است. تغییرات اقلیمی، کاهش بارندگی‌ها و برداشت بی‌رویه از منابع آب زیرزمینی، این منطقه را با چالش‌های جدی مواجه کرده است. با این حال، دلایل متعددی وجود دارد که کشاورزان گلستانی را به ادامه کشت برنج ترغیب می‌کند: به نظر نگارنده، کشت برنج در استان گلستان ریشه‌های تاریخی و فرهنگی دارد به این معنی که کشت برنج در استان گلستان، تنها یک فعالیت اقتصادی نیست، بلکه بخشی از هویت و فرهنگ مردم این منطقه است. نسل‌هاست که کشاورزان این دیار با برنج و شالیزارها خو گرفته‌اند و تغییر این سنت دیرینه، برای آن‌ها دشوار است. مساله دیگر وجود اقتصاد تک‌محصولی است، بسیاری از کشاورزان گلستانی، تنها منبع درآمدشان کشت برنج است و به دلیل عدم وجود جایگزین مناسب و حمایت کافی از سوی دولت، قادر به تغییر الگوی کشت خود نیستند.

سنگ اندازی بانک‌های گنبدی در پرداخت وام به مددجویان بهزیستی

صورت موردی خدمات ارائه می‌کند. وی با اشاره به پرداخت کمک هزینه بلاعوض جهت ودیعه مسکن، ساخت، خرید و تکمیل مسکن، تعمیرات و لوله کشی گاز به ۱۵۲ نفر از مددجویان بهزیستی گنبدکاوس در سال گذشته، اضافه کرد: مبلغ کمک به مددجویان ۹۳ میلیارد ریال بوده است ضمن اینکه هنوز تعدادی از مددجویان پشت نوبت حمایت در این حوزه قرار دارند. رئیس اداره بهزیستی گنبدکاوس از ارائه خدمات به ۱۵۰ نفر از شهروندان درحوزه همسر و کودک آزاری، خودکشی، فرار از منزل و اختلافات خانوادگی و نیز ارائه خدمات به ۶۰۰ نفر در بخش تبادل فرزند مهر خانواده از ابتدای امسال تاکنون توسط واحد اورژانس اجتماعی این اداره خبر داد و گفت: واحد اورژانس اجتماعی بهزیستی این شهرستان به اهالی شرق استان گلستان خدمات رسانی می‌کند. پیری به انجام فرایند مولدسازی ساختمان فعلی و قدیمی بهزیستی گنبدکاوس هم اشاره کرد و افزود: با انجام این کار، ساختمان جدید بهزیستی در محل ملک بزرگ این اداره در خیابان ۱۷ شهریور احداث خواهد شد. وی با اشاره به فعال بودن مرکز ترک اعتیاد بانوان با ظرفیت تقریبی ۵۰ نفر در گنبدکاوس، اضافه کرد: این مرکز به کل بیماران استان گلستان خدمات می‌دهد و در سال گذشته ۹۵۰ نفر از خدمات آن استفاده کردند.



شامل زنان بدسرپرست و بی سرپرست، اطفال زیر ۱۸ سال و فرزندان ایام هستند. پیری همچنین از پشت نوبت افزون بر هزار نفر برای دریافت خدمات حمایتی بهزیستی گنبدکاوس خبر داد و افزود: هم اکنون این سازمان به ۶ هزار و ۶۱۰ نفر از مددجویان خود مستمری ماهانه و به بقیه به

مستمر یا موردی از سازمان بهزیستی خدمات دریافت می‌کنند. به گفته وی، از مجموع مددجویان تحت پوشش بهزیستی گنبدکاوس، ۱۰ هزار و ۵۰۰ نفر آنها شامل «معلولان جسمی و حرکتی، نابینا و کم بینا، ناشنوا و کم شنوا، ذهنی و اوتیسم» در حوزه توانبخشی و بقیه درحوزه اجتماعی و

رئیس اداره بهزیستی گنبدکاوس از سنگ اندازی برخی بانک‌های این شهرستان برای پرداخت وام اشتغالزایی به مددجویان تحت پوشش این اداره گله کرد و گفت: این امر سبب شده تا فقط ۳۰ درصد منابع اعتباری این بخش جذب شود. به گزارش روابط عمومی، محمود پیری به مناسبت آغاز هفته بهزیستی (۲۵ تا ۳۱ تیرماه) گفت: از مجموع ۵۶۴ میلیارد ریال تسهیلات جزء سه و چهار بهزیستی گنبدکاوس در سال مالی ۱۴۰۳ برای اشتغالزایی مددجویان تاکنون ۱۶۹ میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال معادل ۳۰ درصد کل اعتبار توسط بانک‌های عامل پرداخت شده است. وی اضافه کرد: هم اکنون ۱۰۰ پرونده مددجویان که تمام مراحل آن تکمیل و در انتظار واریز وام هستند، در بانک‌های این شهرستان وجود دارد. پیری، صادرنشده مجوز پرداخت وام از سوی سرپرستی بانک‌ها در استان و یا نفرستادن پرونده از سوی سرپرستی‌ها به شعب را از مهمترین دلایل پرداخت نکردن وام اشتغالزایی در گنبدکاوس برشمرد و اضافه کرد: سقف وام خوداشتغالی مددجویان یک میلیارد و ۵۰۰ هزار ریال است. رئیس اداره بهزیستی گنبدکاوس همچنین از عضویت ۱۲ هزار مددجو در این اداره خبر داد و گفت: این مددجویان در چهار حوزه «توانبخشی، سلامت اجتماعی، پیشگیری و فوریت‌ها» به صورت

طرز تهیه یخ‌مک هندوانه برای کودکان

مرحله سوم: نعنا را اضافه کنید

نعنا را به صورت ریز خرد کنید. نعنائی خرد شده را به پوره اضافه کنید. در صورت دلخواه شکر یا عسل هم بیفزایید. همه مواد را با هم ترکیب کنید.

مرحله چهارم: یخ‌مک با هندوانه را در فریزر قرار دهید

مایه نهایی را در قالب‌های یخ‌مک بریزید. چوب بستنی را میان آنها قرار دهید. قالب را در فریزر بگذارید و چند ساعت زمان دهید تا یخ‌مک‌ها کاملاً ببنند.

مرحله آخر: یخ‌مک هندوانه نعنائی را سرو کنید

یخ‌مک هندوانه‌ای نعنائی شما آماده است. آن را به عنوان یک خوراکی و در میان وعده مصرف کنید. نوش جان!

چند نکته مهم

*در خرید هندوانه دقت کنید که طعم آن شیرین باشد تا کمتر نیاز به استفاده از شکر و یا شیرین‌کننده‌های دیگر داشته باشید.
*برای تهیه یخ‌مک شفاف می‌توانید پوره هندوانه را از صافی عبور دهید.

*به جای چوب بستنی می‌توانید از قاشق‌های پلاستیکی و یا چوبی استفاده کنید.

*اگر می‌خواهید چوب بستنی کج نشود، آن را می‌توانید در زمان نیم‌بند شدن پوره به یخ‌مک اضافه کنید.
*برای تهیه یخ‌مک از قالب‌های سیلیکونی استفاده کنید تا هنگام جدا کردن یخ‌مک از قالب، خرد نشود.
*اگر پوره تهیه شده از هندوانه غلظت زیادی داشت می‌توانید برای رقیق شدن پوره، کمی از آب سرد استفاده کنید.
*تلاش کنید مقدار کمی نعنا در پوره هندوانه بریزید تا طعم آن به تلخی نزنند.
*برای ایجاد ظاهری زیبا در یخ‌مک می‌توانید از میوه‌های خرد شده در پوره استفاده کنید.



دلنشین به وجود آورد و با این طعم یک یخ‌مک خانگی متفاوت و خوشمزه می‌توانید تهیه کنید.

مرحله اول: مواد اولیه را بشوید و آماده کنید

برگ‌های نعنا را پاک کرده و سپس بشوید و روی پارچه تمیز پهن کنید تا آب اضافی آن برود و کاملاً خشک شود. هندوانه نیز را بشوید، برش بزنید و دانه‌های آن را جدا کنید. گوشت هندوانه را نیز جدا کنید و در ظرف دیگری بریزید.

مرحله دوم: هندوانه را پوره کنید

تکه‌های هندوانه را که از دانه جدا کردید در مخلوط‌کن بریزید و چند دقیقه زمان بدهید تا هندوانه پوره شود. دستگاه را تا زمانی که پوره یکدستی تهیه شود روشن نگه دارید.

و یا در لیوان‌های یکبار مصرف بریزید و چوب‌های بستنی را در آن قرار دهید. سپس آن را داخل فریزر بگذارید تا حسابی یخ بزند.

بخش پایانی

پس از یخ زدن پوره هندوانه، آن را از فریزر خارج کرده و برای بچه‌ها و در صورت نیاز بزرگ‌ترها سرو کنید. مهم: در نظر داشته باشید که شما می‌توانید برای ایجاد طعم‌های متفاوت در یخ‌مک هندوانه، به آن نعنا، زنجبیل و یا حتی ژله هندوانه هم اضافه کنید.

مراحل طرز تهیه یخ‌مک هندوانه با نعنا (روش دوم)

ترکیب هندوانه با نعنا می‌تواند یک طعم

یخ‌مک هندوانه از جمله دسرهای خوشمزه و خوش رنگ است که کودکان پس از بازی در زیر آفتاب برای تغییر ذائقه به آن نیاز خواهند داشت. ما به شما می‌آموزیم تا این دسر را بدون رنگ مصنوعی و مواد نگهدارنده در منزل تهیه کنید. به گزارش ایرنا زندگی، همیشه شروع تابستان با خود نوید گرما و در کنار آن آغاز تعطیلی مدارس و بازی‌های کودکان را می‌دهد. اما در این میان آنچه که لذت این گرما را افزایش می‌دهد استفاده از دسرهای خنک با طعم‌های مختلف از جمله یخ‌مک است. یکی از این یخ‌مک‌ها که ما قصد داریم طرز درست کردن آن را به شما آموزش دهیم تا بتوانید آن را در منزل تهیه کنید، یخ‌مک هندوانه است.

مواد مورد نیاز برای تهیه یخ‌مک هندوانه

مغز هندوانه شیرین و رسیده: ۴۵۰ گرم
شکر یا عسل: ۱ تا ۲ قاشق غذاخوری

طرز تهیه یخ‌مک هندوانه

بخش اول

ابتدا هندوانه را کاملاً بشوید. سپس آن را به دو نیم تقسیم کرده و مغز آن را از پوست جدا کرده و تخم هندوانه را از آن جدا کنید.

بخش دوم

مغز هندوانه را در دستگاه مخلوط کن ریخته و آن را کاملاً هم بزنید تا مایع یکدست از آن به دست آید.

بخش سوم

کمی از مایع هندوانه را مزه کنید. اگر شیرینی مطلوب شما را نداشت، به آن کمی شکر یا عسل بیافزایید و سپس مجدداً آن را هم بزنید تا در آن حل شود.

بخش چهارم

مایع حاصل شده را در قالب‌های مخصوص

و بیش خلاق هستند و این توانایی همانند هوش با درجات متفاوت در همه افراد وجود دارد، مهم آن است که بتوان آن را شکوفا کرد. تفکر خلاق می تواند بهترین سلاح مبارزه با مشکل قلمداد شود و افرادی که تفکر خلاق را در خود شکوفا نکرده اند تا به کوچکترین مشکل می رسند، احساس ناتوانی می کنند، در صورتی که انسان های خلاق این نگرش منفی را تسلیم شدن قبل از جنگ می پندارند، زیرا معتقدند مشکل نه تنها مزاحمت نیست بلکه مبارزه ای برای کشف راه حل است. افراد خلاق، انسان های مستقلی هستند چرا که افراد وابسته نمی توانند خلاق باشند. انسان های خلاق معمولا از کودکی فرصت اجرای این مهارت را داشته اند و چون این مهارت را بارها اجرا کرده اند، هرچه بزرگتر می شوند، جسارت آنان نیز بیشتر می شود و از اینکه شکست بخورند، ترسی ندارند. بنابراین می توان گفت این افراد ریسک پذیرند و حرف دیگران برایشان مهم نیست. اما تقویت این مسئله در سنین کودکی، ارتباط مستقیم با شیوه رفتار والدین دارد و مهم است که والدین در برابر سوالات متعدد و نقاشی ها و رفتار خلاقانه کودک صبر و پذیرش بالایی داشته باشند و به درستی راهنمایی کنند و آن را سرکوب نکنند. برای رشد و شکوفایی تفکر خلاق نیاز است مراحل متعددی من جمله: آمادگی، مطالعه، تغییر، پختگی، اشراف و اجرا طی شود. بدین صورت که در وهله اول ذهن به پدیده های مختلف دقت و توجه بیشتری می کند و گاهی ممکن است پدیده های عادی زندگی مدت های طولانی آن را درگیر کند، پس از آن فرد با بررسی و مطالعه بیشتر ذهنش را به سمتی سوق می دهد که بتواند روابط بین پدیده ها را بهتر درک کند و در ادامه شروع به زیر سوال بردن و نقد و بررسی آنان می کند و پس از نقد و بررسی های فراوان، ذهن از مرحله قبل گذر می کند و به درک و شناخت عمیق روابط بین پدیده ها می رسد. به عبارتی می توان گفت چهار پختگی شده و گویی پدیده ها جزئی از وجودش



آشنایی با مهارت های رشد شناختی و تفکر خلاق



کوثر قندهاری

در شماره های هفته گذشته روزنامه، مهارت های خودآگاهی و رشد هیجانی بررسی شد و اینک به مهارت های رشد شناختی رسیده ایم. هدف از رشد شناختی در کودکان، آموزش مهارت های حل مسئله، تصمیم گیری، آشنایی با شیوه های تفکر یعنی تفکر خلاق و تفکر نقاد است. در ابتدا با تفکر خلاق آغاز می کنیم. همه انسان ها کم

شده اند و پس از مدتی سکون و عدم کنکاش فرد به پاسخ های ناگهانی در مورد موضوع مورد سوالش می رسد و در نهایت آن را به مرحله اجرا می گذارد. برای شکوفایی خلاقیت در سنین پایین، از هنرهای بیانگر استفاده می کنیم. هنرهای بیانگر یعنی به کودک می گوئیم: نقاشی بکش که مشابهش را در هیچ جا ندیده باشی یا کتابی درست کن که قبلا ندیدی، داستانی بساز که از قبل وجود نداشته. سپس به مرور به سراغ مسایلی می رویم که در دنیای واقعی هستند به طور مثال می گوئیم: با دوستت بر سر یک مداد دعوا می کنی، به غیر از دعوا چه روش های دیگری وجود دارد که بتوان مسئله را حل کرد. برای تقویت تفکر خلاق فعالیت ها و بازی های متنوعی وجود دارد که در ادامه به آن می پردازیم. در ابتدا می توانیم فعالیت "فکر کن و بساز" را برای کودکانی که اهل کارهای عملی هستند، اجرا کنیم. این تمرین را می توان از سنین پایین انجام داد. بدین صورت است که یک سری وسایل اضافی(هرآنچه در خانه داریم مثل پارچه، کبریت، قوطی و...) در اختیارشان قرار می دهیم و از آنان می خواهیم یک تابلو درست کنند و یادآور می شویم که سعی کنند تابلو آن ها شبیه تابلو دیگران نباشد. و باید حواسمان باشد که تحت هیچ شرایطی به بچه موضوع ندهیم و اجازه دهیم خودش مسیر را پیدا کند. بازی دیگری که برای تقویت تفکر خلاق استفاده می شود؛ کار با رنگ است. این بازی به علت اینکه کثیف کاری زیادی دارد نیاز به فضای بازتر و صبر و حوصله بیشتری دارد. ابتدا چند رنگ اصلی را در اختیارشان قرار می دهیم و از آنان می خواهیم در مدت معلوم (حدودا نیم ساعت) با انگشتانشان تابلو رنگی رنگی درست کنند و یادآور می شویم که در این تابو باید با ترکیب رنگ های داده شده چند رنگ جدید داشته باشند. در این فعالیت بچه هایی که والدین آن ها در خانه محدودیت و قوانین زیادی برایشان وضع کرده اند، هنگام بازی

جبران افراطی می کنند و کثیف کاری های زیادی دارند. دو فعالیت دیگر به منظور ترغیب کودکان به فکر کردن و پرواز دادن خیالشان و در نهایت تقویت خلاقیت، استفاده می شود و نیازمند هوش کلامی بیشتری است. در فعالیت نخست تعدادی کلمه به بچه ها می دهیم و از آنها می خواهیم با ترکیب کلمات، بهترین جمله یا جملات را بسازند. در ابتدا از کلمات مرتبط شروع می کنیم و هرچه جلوتر می رویم، کلمات غیرمرتبط تر می دهیم. در فعالیت بعدی می توانیم یک جمله ناتمام به بچه ها بگوئیم و از آن ها بخواهیم هر کسی یک جمله به جمله قبلی اضافه کند و داستان معناداری بسازند. و یا می توان یک داستان را تا نیمه برایشان تعریف کنیم و از آن ها بخواهیم ۳ پایان مختلف برای داستان بگویند و در نهایت آن را به صورت نقاشی، نمایش و یا حتی کاردستی نشان دهند. فعالیت دیگری که بدین منظور و برای کودکانی که هوش موسیقایی قوی تری دارند، می توان استفاده کرد، ساخت آهنگ است. در ابتدا بچه ها را به گروه های ۳ نفره تقسیم می کنیم و پس از آن اگر ابزار موسیقی داشتیم، در اختیارشان قرار می دهیم و چنانچه موجود نبود، از آن ها می خواهیم با هر وسیله ای که در اطراف بود و قابلیت تولید صدا داشت، آهنگ بسازند. این تمرین علاوه بر تقویت خلاقیت، نیازمند مهارت ارتباطی قوی است و علاوه بر آن کارگروهی را آموزش می دهد. همانگونه که مشاهده کردید؛ آموزش خلاقیت را می توان با روش های مختلف داستان گویی، نقاشی، ساختن کاردستی، نمایش و حل مسئله اجرا کرد. بنابراین این امر علاوه بر تقویت خلاقیت کودکان، نیازمند مربیان و والدین خلاق جهت اجرای خلاقانه فعالیت ها نیز هست. پس از آموختن و تقویت تفکر خلاق، به سراغ آموزش تفکر نقاد باید رفت و در شماره بعدی به این تفکر پرداخته خواهد شد.

کارشناس مشاوره تربیتی و تحصیلی

تابستان ها قدر پاهایتان را بیشتر بدانید

کند. اگر پاهایتان درد می کند، ممکن است مجبور شوید این روند را طی چند روز تکرار کنید. به عنوان یک اقدام پیشگیرانه، متخصصین توصیه می کنند این کار را روزانه انجام دهید تا به محافظت طولانی مدت از پاهای شما کمک کند. کرم یا لوسیون سبک هم می تواند احساس خوبی به پاهای خسته و گرم ازده تان بدهد. با حرکاتی به سمت بالا پاهایتان را ماساژ بدهید و لوسیون بمالید تا گردش خون پاهایتان بهتر شود.

استفاده از روغن مخصوص پا

این نوع از روغن ها برای فصل گرم سال عالی و سبک هستند و هیچ ردی از چربی به جا نمی گذارند و فوراً جذب می شوند. روغن را در کف دستتان گرم کنید و به آرامی پاهایتان را ماساژ دهید و روی نواحی خشک و ترک خورده بیشتر تمرکز کنید. بین انگشت ها، روی قوزک پا و قوس کف پا را فراموش نکنید.

سرکه سیب:

سرکه سیب به دلیل دارا بودن خواص ضد التهابی و خنک کنندگی خود، می تواند در کاهش داغی کف پا مؤثر باشد. برای استفاده از آن، کافی است یک لگن را با آب ولرم پر کنید و یک فنجان سرکه سیب و یک قاشق غذاخوری روغن زیتون یا نارگیل به آن اضافه کنید. سپس پاهای خود را به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه در این محلول قرار دهید. پس از آن با سنگ پا سلول های مرده را جدا کنید. سپس پاها را خشک کرده و مرطوب کننده بزنید. این کار به کاهش التهاب و بهبود گردش خون در پاها کمک می کند.

استفاده از گرما و سرمادرمانی:

گرما و سرمادرمانی دو روش مکمل برای کاهش درد و التهاب در پا هستند. گرما درمانی با افزایش جریان خون و شل کردن عضلات، به کاهش سفتی و درد کمک می کند. سرما درمانی با کاهش جریان خون و التهاب، به کاهش تورم و بی حس کردن موضعی درد مؤثر است. انتخاب بین این دو روش به نوع آسیب و شرایط فرد بستگی دارد. برای این کار لگن را با آب گرم پر کنید و پاها را ۱۰ دقیقه در آن بگذارید. این کار کمک می کند رگ ها باز شده و جریان خون بهتری برقرار شود و مواد مغذی به عضلات کف پاهایتان برسد. سپس پاها را ۱۰ دقیقه در آب سرد بگذارید تا رگ ها جمع شده و التهاب و تورم کاهش پیدا کند.



درد و التهاب پا کمک کرده و به بهبود گردش خون کمک می کند.

اسکراب کف پا:

معمولا فعالیت زیاد و در نتیجه تعریق زیاد و همچنین خشکی هوا از عوامل مهم در ترک پوست خواهد بود. برای رفع این مشکل نیاز است که تا بخش های مورد نظر مخصوصا سلول های مرده از کف پاشنه پا تمیز شوند. از سنگ پا یا سوهان پا برای مالش دادن لکه های زبر پوست در کف پا استفاده کنید. در طول تابستان، معمولا به دلیل هوای گرم، کفش های باز معمولی هستند، اما این امر می تواند پاهای شما را در معرض دید قرار دهد و بیشتر مستعد سفت شدن پوست باشد. بیشترین مناطقی که باید روی آن تمرکز کنید پاشنه پا، پهلوها و قسمت زیرین انگشت شست پا هستند. کرم اسکراب و یا صابون لایه بردار هم می توانند در این زمینه به شما کمک کنند.

استفاده از مرطوب کننده و لوسیون:

همچنین پس از لایه برداری، می توانید زیر دوش رفته و پاهای خود را بشویید. پس از بیرون آمدن از حمام، پاها و کف پای خود را مرطوب کنید تا به پوست شما کمک کند رطوبت بیشتری جذب کند و آن را ببندد. این کار از پاهای شما در برابر زبری یا ترک خوردن مجدد محافظت می

پای انسان بعنوان قلب دوم دارای اهمیت خاصی است و باید به صورت ویژه از آن نگهداری و مراقبت کرد، به خصوص که در تابستان و گرما آسیب پذیرتر نیز خواهد بود. به گزارش ایرنا زندگی، گرما که آغاز می شود شرایط جسمی انسان کمی تغییر می کند، تابش شدید خورشید، تعرق بالای بدن و تحرک بیشتر نسبت به سایر فصول از جمله عوامل ایجاد این تغییرات است. در این میان پاها حتی کمی متفاوت تر از بخش های دیگر بدن است. افزایش دمای هوا آن هم با توجه به فضای بسته کفش ها و فعالیت بیشتر و یا برعکس، حتی نشستن بر روی صندلی در گرما می تواند پاها را سنگین کرده، باعث ورم و داغی آنها شود. تعرق آنها می تواند باعث بوی بد و یا ایجاد قارچ در لابلای انگشتان شود. برای همین پاها بعنوان قلب دوم بدن باید مورد رسیدگی ویژه قرار بگیرد. ما در این مطلب برای شما از این نوع رسیدگی ها خواهیم گفت.

آنچه که باید در مورد پاهای خود بدانید

- *تحرک زیاد پاها، ایستادن و گرما از جمله عواملی است که باعث افزایش سایز پا تا یک شماره می شود.
- *در فصل گرما پاهای شما برای تعادل دما و خنک نگهداشتن تا ۲۵۰ سی سی عرق می کنند.
- *در صورتی که در تابستان کفش پوشیده به پا نداشته باشید ممکن است، پاهای شما دچار آفتاب سوختگی شود.
- *محیط های مرطوب امکان تنظیم دمای بدن را کاهش می دهد، در نتیجه باعث گرم شدن و ناراحتی پاها خواهد شد.

اهمیت مراقبت از پاها

وقتی پاها خنک باشد، خستگی آنها نیز کاهش پیدا کرده و باعث آرامش روان شما خواهد شد. توجه به این اندام بدن به شما راه رفتن های طولانی را راحت تر و باعث افزایش کیفیت خواب شما خواهد شد. در نظر داشته باشید این توجه باید به صورت مستمر انجام گیرد.

شیوه های رسیدگی به پاها هنگام گرما حمام کردن پاها:

یکی از اقداماتی که می توان برای بهینه شدن فعالیت پا انجام داد استفاده از آب سرد است. لگنی از آب خنک تهیه کرده و درون آن چند قاشق نمک حل کنید. ۳۰ دقیقه پاها را داخل آن بگذارید. این اقدام به کاهش

صدای مخاطبان

۴. در جنگ غافگیرانه اخیر آمریکا و اسرائیل.

اما این مردم بودند همواره مورد بی‌مهری قرار گرفتند و در حادثه اخیر هم این مردم هستند که بزودی فراموش خواهند شد.

سلام

در خصوص ترافیک شهر گرگان و نقش اتوبوس های شرکت واحد در ایجاد ترافیک و این که چرا شهرداری ون را جایگزین اتوبوس نمی کنه تا ضمن جلوگیری از ترافیک خدمت های سریع تر و بهتری به شهروندان بدهد در خصوص کمربندی گرگان که قرار بود ۱۳۸۳ افتتاح بشه و نقش کمربندی در کاهش ترافیک و... در خصوص تله کابین گرگان و نقش آن در جذب گردشگر

هم از آسمان و هم از *زمین* آب خواست.... سفره های زیرزمینی تهی شده و فرونشست زمین پدیده ی غالب در تمام نقاط ایران است



سلام، با تشکر از تلاش های بی وقفه جنابعالی در اطلاع رسانی.

بحران های موجود مثل کمبود آب موضوع مقاله و بحرانهای پیش رو از قبیل بیابان زائی، گرمایش جهانی و منطقه ای، سیلابها، ریزگردها ناشی از فشار بیش از حد به طبیعت و بهره کشی از آن است و این موضوع خود معلول رویکردهای دستگاههای اجرایی است. بعنوان مثال حل بحران آب در اصلاح رویکرد تقاضا محور به مدیریت منابع است. هر سرزمینی یک ظرفیت زیستی یا Bio capacity دارد. پس صرفا توجه به آموزه های قرآنی و اصلاح رویکرد چاره ساز است. رویکرد موجود تقاضا محور است که مردم و مسئولین حریصانه و نابخردانه آنرا ادامه می دهند قطعا بسمت نابودی همه منابع خواهد رفت. این حدیث از حضرت محمد را بر روی یک باطری آب معدنی استرالیا دیدم "در کنار رود بزرگ در مصرف آب صرفه جوئی نمایید" (قرآن) (اخباری): ان الله لایحب المفسرفین قرآن (دستور): کلوا والشربوا ولا تسرفوا مخاطب این دستور کیست؟ از نظر کمیت آب ما در استان در کدام یک وضعیت سه گانه " عادی " " تنشی " و " بحرانی " هستیم.



سپاس از پرداخت به این موضوع یک ماه پیش کیلویی ۱۸۰ تومان خریدم الآن ۳۵۰ هزار تومان برنج دم سیاه

علی رغم مطالب ارزشمند، کارشناسانه، علمی، راه گشا و راهبردی که در نشریات مختلف از جمله نشریه وزین گلشن مهر چاپ می شود از جمله مطلب اخیر در خصوص قیمت بالای برنج در گلستان ولی اتفاق خاصی در سیاست های اقتصادی و کشاورزی استان صورت نمی پذیرد. ضمن احترام به جنابعالی و همکاران ارجمندان و پاس نهادن به زحمات ارزشمندتان امیدوارم آینده ای روشن و توسعه ای همه جانبه شامل حال گلستان و مردم متمدن و فرهنگ مدار آن باشد.



از وضعیت اسفبار صف های بنزین در گلستان بنویسید کارت آزاد ساعت ۱۲ تا ۵ صبح به مردم خدمات نادرست می دهند و حالا می گن به ما فحش بدید غیر از گلستان در استان های دیگه این وضعیت نیست جایگاه ها از چند کارت سوخت آزاد استفاده میشه. یک مسافر طی روز سوخت تمام کنه به بد بختی می افته کج فهمی حد داره حداقل به میزان همان میزان روزانه چند تا کارت سوخت به هر جایگاه بدهند طبعاً هیچ ترافیکی نمیشه

امروز چند کیلو برنج گرفتم کیلویی ۳۷۰

درد بر گلشن مهر

تشکر از آقای مهران جبری بابت پرداختن به قیمت برنج در گلستان! پیشنهاد می کنم؛

به قیمت بسیار پائین سیب زمینی، هندوانه، گوجه فرنگی و دیگر محصولات که در حال برداشت است؛ بپردازید!! هزینه های بسیار بالای تولید هم قابل توجه است! نمی دانم خبر دارید که امسال تولید محصول گندم خیلی کاهش بود؛ این در حالی است که بعد از گذشت بیش از دو ماه هنوز پول گندم کشاورزان را پرداخت نکرده اند!! البته برای بعضی ۵۰ درصد آنرا پرداخت

کرده اند! جالب است کشاورزان میلیارد ها تومان از دولت طلب دارند و همزمان به بانک های دولتی بدهکار هستند و باید به آنها سود و دیرکرد پرداخت کنند اما دولت ریالی بابت دیر پرداختن پول گندم کشاورزان پرداخت نمی کند!! بالاخره ما نفهمیدیم که چه کسی باید پاسخگو باشد!!؟ الحمدلله قیمت کالاها حتی همین نان، ببینید چه قدر گران شده است!!؟ حالا گندم را با قیمت ناعادلانه از کشاورز بگیری و پول آنرا هم به موقع پرداخت نکنی و بابت بدهی وام از او سود و دیر کرد دریافت کنی!! ناعادلانه و ظلم به کشاورزان است، نیست!! آیا می توانید یک ماه؛ حقوق کارمندان را ۵۰ درصد پرداخت کنید!!؟ آقای مدعی العموم پس کی می خواهید به داد کشاورزان برسید!!؟ تقی احسن

سلام، همه چیز تحت تاثیر رشد تکنولوژی است و خرده گیری باید از عقب ماندگی متخصصین هر رشته باشد.

مشکلات روز مردم مثل بحران آب، سودا گری برنج و حذف باغات در استان بدلیل عدم امنیت برای کشاورز از موضوعات کاربردی هست. گرفتن شناسنامه افراد فوتی توسط افغانه استان در حال رشد هست بدلیل سرعت اخراج از ایران. پرداخت در حد ۵۰۰ میلیون و کمتر. زیر پوست نهادهای دولتی که افراد ناسالم حضور دارن و کارسازی میکنند و مال حرام کسب.

آیا حکمرانی اب و خاک جهاد کشاورزی علمی به روز و متناسب با شرایط است ؟ آیا با کارهایی که خود کشاورزان انجام میدن نتیجه ای غیر از این وضعیت قابل تصور هست ؟ چه چاه هایی زده میشه چه دست اندازی هایی به آبهای زیرزمینی میشه ؟ چه بهره وری در آب دارن؟ هرروز درحال حفر چاه آشکار و پنهان هستند دریغ از یک ذره بهره وری من نماینده مجلس هم فقط تعریف کردم ای چه مردمی داریم شما خوبین ما بحران مدیریت داریم رهبری در سازمان آروست

بلی ایران به تنهایی از چنان جذابیت، قابلیت، صلابت و موقعیت ژئوپولتیکی ویژه برخوردار است که هرگونه جانفشانی و رشادت زستمندانش در راه حفاظت از آن را توجیه مینماید، البته یکایک وقایعی که رخ میدهد بویژه کنش و مواضع مردم در جنگ تحمیلی ۱۲ روزه اخیر برای حاکمان و دولتمردان درس آموز خواهد بود!

یک مشکل دیگه هم هست که پمپ های بزرگ هر مقدار سهمیه که دارند یک یا دو پمپ چی و یک یا دو کارت دارند و مردم بخاطر کم بودن تعداد کارت ساعت ها وقتشون را بیهوده از دست می دهند. این کار بیشتر عمدی به نظر می رسد. اگر اندازه هر پمپ مثلاً جایگاهی که ۴ پمپ دارد ۴ کارت سوخت آزاد داشته باشند مردم سریع تر سوخت گیری می کنند و بیهوده علاف نمی شوند. من بارها به کارگرها می گم چرا کارت سوخت جایگاه کمه می گن ما کاره ای نیستیم. این علافی بیهوده که راه کار خیلی ساده دارد توهین به شعور عمومی مردم است. دیدن صف های طولانی بنزین در چشم رهگذران هم خیلی نامطلوب و القای بحران و نا امنی می کند. اگر امکان داره برای اطلاع رسانی به مسولان شرکت پخش نفت با طرح این سوال که: چرا تعداد کارت های سوخت کم است و بیهوده موجب اتلاف وقت مردم آن هم در نیمه شب می شود مطلبی چاپ کن که مسولین پاسخ بدهند.



استان چون فروش محصولات تضمینی دارد درآمدهای آن در مصارف حل می شود استان با این شرکتها می تواند ارزش افزوده ایجاد کند من در صندوق توسعه هستم ولی کو گوش شنوا استان به همت تعاون روستایی شده انبار کشور از مهر ماه سال قبل فریاد می زنیم. بابا چی دی پی استان ۲۹ هست یعنی رتبه استان با این همه منابع بین ۳۲ استان ۲۹ این درحالی هست که در مرغ گندم زعفران و... جزو استانهای برتر هستیم گلوگاه استان تعاون روستایی پشتیبانی امور دام حمل نقل و... بازار یابی سنتی مطلب خوبی بود. موفق باشید



سلام و درود عرض تسلیت ایام شهادت سرور شهیدان حضرت اباعبدالحسین (ع) و یاران وفادارش همبستگی مردم از قبل از انقلاب در جریان مبارزات بارزیم طاغوت برای جهانیان به نمایش گذاشته شدو در بعد از پیروزی انقلاب اسلامی بارها این صحنه در عرصه های مختلف تکرار شد ۱. در توطئه تجزیه کشور در جنگ

گنبد، کردستان، آذربایجان و سایر نقاط کشور

۲. در مقابله با رژیم تجاوزگر بعث عراق و جنگ تحمیلی

۳. در جریان فتنه منافقین و جنگ مسلحانه و ترور

مردم بی گناه



اجرای طرح کالابرگ الکترونیکی در گلستان



مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گلستان از اجرای طرح کالابرگ در استان خبر داد و گفت: این طرح در مسیر تقویت معیشت خانوارهای کم‌برخوردار انجام می شود. به گزارش روابط عمومی، ایوب هلاکو با اشاره به اجرای طرح کالابرگ الکترونیکی در دولت چهاردهم گفت: این طرح با هدف ارتقا سبد غذایی خانوارهای کم‌برخوردار و حمایت از معیشت اقشار ضعیف در دستور کار قرار گرفته است. وی افزود: مرحله اول این طرح در اسفندماه ۱۴۰۳ و مرحله دوم در ۱۳ فروردین ۱۴۰۴ اجرا شد. مرحله سوم نیز از ۷ تیرماه ۱۴۰۴ با پرداخت یارانه ویژه برای دهک‌های یک تا سه آغاز شده و همچنان ادامه دارد. خانوارهای تحت پوشش نهادهایی مانند بهزیستی و کمیته امداد که در دهک‌های یک تا هفت قرار دارند نیز مشمول این مرحله هستند. هلاکو در خصوص نحوه استفاده از این اعتبار گفت: همه خانوارهایی که تا تاریخ ۵ خرداد ۱۴۰۴ در فهرست یارانه‌بگیران دهک‌های اول تا سوم قرار داشته‌اند، و همچنین خانوارهای تحت پوشش حمایتی در دهک‌های چهارم تا هفتم، مشمول طرح کالابرگ الکترونیکی هستند. اعتبار تخصیص‌یافته به‌صورت مستقیم به شماره ملی سرپرست خانوار تعلق می‌گیرد و از طریق تمام کارت‌های بانکی متعلق به سرپرست قابل استفاده است. محدودیتی در استفاده از کارت خاص وجود ندارد و افراد می‌توانند با مراجعه به فروشگاه‌های طرف قرارداد، از اعتبار خود برای خرید ۱۱ قلم کالای مشخص استفاده کنند. مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گلستان همچنین درباره میزان اعتبار توضیح داد: برای دهک‌های اول تا سوم، ۵۰۰ هزار تومان به ازای هر نفر و برای خانوارهای دهک‌های چهارم تا هفتم، ۳۵۰ هزار تومان در نظر گرفته شده است. وی تأکید کرد: این مبالغ ارتباطی با یارانه نقدی خانوارها ندارد و از حساب یارانه کسر نمی‌شود. این اعتبار جداگانه بوده و صرفاً برای خرید اقلام مشخص از فروشگاه‌های معتبر قابل استفاده است.

دوست می‌دارم همین است: فلسفه، هنر پرسیدن همان چیزی‌ست که مردم اغلب از آن می‌گریزند! امروز دیگر پرسش‌گری و توسعه فردی اموری اساساً مجزای از یکدیگر شناخته و شناسانده می‌شوند، حال آنکه نام «تعالی» در شناسنامه‌اش «خودشناسی» است؛ مایل‌ام بار دیگر بر این نکته‌ی نسبتاً بدیهی تأکید کنم که خودشناسی به‌دست نمی‌آید مگر با مواجه کردن بی‌پرده و بی‌رحمانه‌ی خود با جهان پرسش و کنکاش و تردید؛ پیوندی ناگسستنی میان خودشناسی و گفت‌وگوهای انسانی وجود دارد، در حقیقت: «مونولوگ، آغازگر دیالوگ است.» سخن راندن از فضیلت‌های خود خطاست، مادامی که از فلسفه‌ی هستی خود پرسشی به میان نمی‌آوریم. ما اغلب رنج ممتد و گاه بی‌تسکین زیستن در جغرافیای پراشوب خود را بهانه‌ی گریز از اندیشیدن به چنین اموری می‌کنیم، اما کیست که به تاریخ رجوع کند و ریشه‌ی دست‌کم نیمی از همین رنج را در گذار به «دیگری» بی‌پرداختن درخور به مسئله‌ی «خود» نبیند؟ پیش‌تر نیز بارها گفته‌ام: «چشمان ما هنگام مشاهده‌ی خود ما بسیار سیاست‌مدارانه انجام وظیفه می‌کنند.»

از زمانی که به‌خاطر دارم، شیفته‌ی پرسش‌های نامتداول بوده‌ام؛ پرسش‌هایی که اندیشیدن به آن‌ها به‌خودی‌خود، ما را از منجلاب روزمرگی بیرون می‌کشند. انسان مدرن به‌بند-کشیده-شده توسط غول‌های رسانه‌ای و محتوای میتدل شبکه‌های اجتماعی و سرگرمی‌های مضحک آن، کمتر نسبتی میان خویشتن و مسئله‌ی جدی «پرسش» می‌بیند. در حقیقت فرصت مواجهه با پرسش‌ها دیگر برای او امتیازی محسوب نمی‌شود، بلکه صرفاً امری در دسترس به‌نظر می‌آید. پرسش، امکانی‌ست برای تن ندادن به ابتدال فراگیر در عصر کوتاه‌فکر-پرور ما. ما در روزگار بیگانگی با خویشتن زیست می‌کنیم و چاره‌ای جز گفت‌وگو با خودمان در باب خودمان نداریم. من اضطرابی که چنین وضعیتی بر روح ما وارد می‌کند را به‌خوبی می‌شناسم، اما ناگزیرم که بگویم بی‌پرسش، زندگی تنها یک روند بیولوژیک است و هر پاسخی که بسیار ساده است و به‌سرعت ما را آرام می‌کند، مشکوک است. ما با مسئله‌ای کوچک مواجه نیستیم، بسیاری از بحران‌های جمعی، از کم‌کاری در پرسش فردی آغاز می‌شوند. آنچه در فلسفه



پرسش‌هایی برای اندیشیدن



مهدی فاضل

استاندار گلستان در نشست با بزرگان بلوچ:

شما ستون‌های وحدت ملی هستید

فرهنگی و اجتماعی اقوام اشاره کرد و افزود: تنوع قومی و مذهبی در گلستان، نه‌تنها عاملی برای افتخار، بلکه موتور محرکه پیشرفت و توسعه است. در این دیدار معتمدان و نمایندگان قوم بلوچ به نمایندگی از تمامی اقوام گلستان، از نگاه ویژه استاندار به مسائل و دغدغه‌هایشان ق‌ردانی کردند. آن‌ها با تأکید بر وفاداری خود به ارزش‌های نظام و انقلاب، آمادگی کامل خود را برای همکاری با مسئولین در مسیر توسعه و پیشرفت استان اعلام داشتند.

کرد و باور داریم که وحدت و همدلی، کلید حل مشکلات و پیش‌برنده اهداف توسعه‌ای است. طهماسبی با ستایش از روحیه وفاداری و همبستگی مردم گلستان، به‌ویژه قوم بلوچ، گفت: بلوچ‌ها با قلب‌های بزرگ و روحیه‌ای بی‌ادعا، نمونه‌ای درخشان از وفاداری به نظام، رهبری و آرمان‌های انقلاب هستند و در جنگ ۱۲ روزه، در کنار دیگر هم‌وطنان، با انسجامی بی‌نظیر، عزت و اقتدار ایران اسلامی را به رخ جهانیان کشیدید. وی به ظرفیت‌های

شما خواهیم بود. وی تأکید کرد: هرگونه تعرض، تهدید یا بی‌احترامی به افراد از هر قوم، مذهب یا نژادی که باشد، خط قرمز ماست. متخلفان را برخورد قاطعانه قانون مواجه خواهند شد. استاندار گلستان در ادامه از برنامه‌ای جامع برای بهره‌مندی از خرد جمعی معتمدان و نخبگان اقوام در حل چالش‌های استان خبر داد و افزود: با تکیه بر اصل مشورت و همفکری که ریشه در آیات نورانی قرآن کریم دارد، زیرساخت‌های توسعه پایدار را در گلستان تقویت خواهیم

استاندار گلستان از نقش بی‌مانند اقوام ساکنان این استان در خلق حماسه‌ای ماندگار در جنگ تحمیلی ۱۲ روزه تجلیل کرد و گفت: اقوام، ستون‌های استوار توسعه و امنیت هستند و تأمین رفاه، آسایش و امنیت همه مردم، به‌ویژه قوم بلوچ، در صدر اولویت‌های ماست. به گزارش روابط عمومی، علی‌اصغر طهماسبی در دیدار با بزرگان قوم بلوچ، مولوی مشعوف، امام‌جمعه آزادشهر، و جمعی از نخبگان استان اظهار کرد: با تمام توان پیگیر مطالبات و دغدغه‌های

کشاورزی باید تولید بذره‌های پربازده با راندمان بالای ۱۰ تن در هکتار را در اولویت قرار دهد. معاون استاندار گلستان با اشاره به ضرورت تحول در فرایند تحقیق و توسعه بذر، قول حمایت کامل از این مرکز را از طریق مسیرهای قانونی مانند مولدسازی و تخصیص اعتبارات داد تا این مجموعه به جایگاه واقعی خود در زنجیره بهره‌وری کشاورزی برسد. کیانمهر همچنین بر لزوم پیوند مؤثر بین پژوهشگران و کشاورزان تأکید کرد و افزود: دانش تولیدشده در آزمایشگاه‌ها باید به مزارع منتقل شود و این حلقه مفقوده نیازمند بازتعریف مأموریت‌ها و روش‌های اجرایی مرکز است.

معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار گلستان، با انتقاد از توقف نوآوری در تولید بذر طی دهه‌های گذشته، خواستار تولید بذره‌های پرمحصول با راندمان بالای ۱۰ تن در هکتار و سازگار با اقلیم گلستان شد. به گزارش روابط عمومی، عبدالعلی کیانمهر در بازدید از مرکز تحقیقات کشاورزی گلستان از عملکرد گذشته در حوزه بذر انتقاد کرد و گفت: بذور تحویلی به کشاورزان طی دهه‌های اخیر تغییر محسوسی نداشته و از نظر کیفیت و عملکرد همچنان در سطح گذشته باقی مانده است. وی تأکید کرد: مرکز تحقیقات کشاورزی به‌عنوان بازوی علمی بخش

انتقاد معاون استاندار از رکود در نوآوری بذر گلستان

آگهی مناقصه عمومی مرحله اول واگذاری حوزه معاونت شهری شامل

نظافت – پاکسازی خیابان‌های سطح شهر به بخش خصوصی

شهرداری بندرگز به استناد درخواست شماره ۶۰۱۴ مورخه ۱۴۰۴/۴/۳ معاونت خدمات شهری و مجوز شماره ۳۴ مورخه ۱۴۰۴/۳/۱۳ شورای اسلامی شهر و تأییدیه شماره ۱۴۰۴/۲۵۵۸۲ مورخه ۱۴۰۴/۳/۱۹ کمیته انطباق فرمانداری شهرستان بندرگز در نظر دارد نسبت به واگذاری نظافت و پاکسازی خیابانهای سطح شهر به بخش خصوصی اقدام نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه عمومی از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد قیمت و بازگشایی پاکات از طریق سامانه ستاد انجام خواهد شد. مهلت شرکت در مناقصه عمومی روز چهارشنبه مورخه ۱۴۰۴/۴/۱۸ تا ساعت ۱۲ روز شنبه ۱۴۰۴/۵/۴ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس:

www.setadiran.ir

محمد علی آزادی کناری – شهردار بندرگز – شناسه آگهی ۱۹۶۷۲۶۵

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتي اراضي
و ساختمان های فاقد سند رسمي

[illegible]

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتي اراضي
و ساختمان های فاقد سند رسمي

برابر رای شماره ۱۷۰، ۱۸۰، ۱۹۰، ۲۱۰، ۲۳۰، ۲۴۰، ۲۶۰، ۲۷۰، ۲۸۰، ۲۹۰، ۳۰۰، ۳۱۰، ۳۲۰، ۳۳۰، ۳۴۰، ۳۵۰، ۳۶۰، ۳۷۰، ۳۸۰، ۳۹۰، ۴۰۰، ۴۱۰، ۴۲۰، ۴۳۰، ۴۴۰، ۴۵۰، ۴۶۰، ۴۷۰، ۴۸۰، ۴۹۰، ۵۰۰، ۵۱۰، ۵۲۰، ۵۳۰، ۵۴۰، ۵۵۰، ۵۶۰، ۵۷۰، ۵۸۰، ۵۹۰، ۶۰۰، ۶۱۰، ۶۲۰، ۶۳۰، ۶۴۰، ۶۵۰، ۶۶۰، ۶۷۰، ۶۸۰، ۶۹۰، ۷۰۰، ۷۱۰، ۷۲۰، ۷۳۰، ۷۴۰، ۷۵۰، ۷۶۰، ۷۷۰، ۷۸۰، ۷۹۰، ۸۰۰، ۸۱۰، ۸۲۰، ۸۳۰، ۸۴۰، ۸۵۰، ۸۶۰، ۸۷۰، ۸۸۰، ۸۹۰، ۹۰۰، ۹۱۰، ۹۲۰، ۹۳۰، ۹۴۰، ۹۵۰، ۹۶۰، ۹۷۰، ۹۸۰، ۹۹۰، ۱۰۰۰، ۱۰۱۰، ۱۰۲۰، ۱۰۳۰، ۱۰۴۰، ۱۰۵۰، ۱۰۶۰، ۱۰۷۰، ۱۰۸۰، ۱۰۹۰، ۱۱۰۰، ۱۱۱۰، ۱۱۲۰، ۱۱۳۰، ۱۱۴۰، ۱۱۵۰، ۱۱۶۰، ۱۱۷۰، ۱۱۸۰، ۱۱۹۰، ۱۲۰۰، ۱۲۱۰، ۱۲۲۰، ۱۲۳۰، ۱۲۴۰، ۱۲۵۰، ۱۲۶۰، ۱۲۷۰، ۱۲۸۰، ۱۲۹۰، ۱۳۰۰، ۱۳۱۰، ۱۳۲۰، ۱۳۳۰، ۱۳۴۰، ۱۳۵۰، ۱۳۶۰، ۱۳۷۰، ۱۳۸۰، ۱۳۹۰، ۱۴۰۰، ۱۴۱۰، ۱۴۲۰، ۱۴۳۰، ۱۴۴۰، ۱۴۵۰، ۱۴۶۰، ۱۴۷۰، ۱۴۸۰، ۱۴۹۰، ۱۵۰۰، ۱۵۱۰، ۱۵۲۰، ۱۵۳۰، ۱۵۴۰، ۱۵۵۰، ۱۵۶۰، ۱۵۷۰، ۱۵۸۰، ۱۵۹۰، ۱۶۰۰، ۱۶۱۰، ۱۶۲۰، ۱۶۳۰، ۱۶۴۰، ۱۶۵۰، ۱۶۶۰، ۱۶۷۰، ۱۶۸۰، ۱۶۹۰، ۱۷۰۰، ۱۷۱۰، ۱۷۲۰، ۱۷۳۰، ۱۷۴۰، ۱۷۵۰، ۱۷۶۰، ۱۷۷۰، ۱۷۸۰، ۱۷۹۰، ۱۸۰۰، ۱۸۱۰، ۱۸۲۰، ۱۸۳۰، ۱۸۴۰، ۱۸۵۰، ۱۸۶۰، ۱۸۷۰، ۱۸۸۰، ۱۸۹۰، ۱۹۰۰، ۱۹۱۰، ۱۹۲۰، ۱۹۳۰، ۱۹۴۰، ۱۹۵۰، ۱۹۶۰، ۱۹۷۰، ۱۹۸۰، ۱۹۹۰، ۲۰۰۰، ۲۰۱۰، ۲۰۲۰، ۲۰۳۰، ۲۰۴۰، ۲۰۵۰، ۲۰۶۰، ۲۰۷۰، ۲۰۸۰، ۲۰۹۰، ۲۱۰۰، ۲۱۱۰، ۲۱۲۰، ۲۱۳۰، ۲۱۴۰، ۲۱۵۰، ۲۱۶۰، ۲۱۷۰، ۲۱۸۰، ۲۱۹۰، ۲۲۰۰، ۲۲۱۰، ۲۲۲۰، ۲۲۳۰، ۲۲۴۰، ۲۲۵۰، ۲۲۶۰، ۲۲۷۰، ۲۲۸۰، ۲۲۹۰، ۲۳۰۰، ۲۳۱۰، ۲۳۲۰، ۲۳۳۰، ۲۳۴۰، ۲۳۵۰، ۲۳۶۰، ۲۳۷۰، ۲۳۸۰، ۲۳۹۰، ۲۴۰۰، ۲۴۱۰، ۲۴۲۰، ۲۴۳۰، ۲۴۴۰، ۲۴۵۰، ۲۴۶۰، ۲۴۷۰، ۲۴۸۰، ۲۴۹۰، ۲۵۰۰، ۲۵۱۰، ۲۵۲۰، ۲۵۳۰، ۲۵۴۰، ۲۵۵۰، ۲۵۶۰، ۲۵۷۰، ۲۵۸۰، ۲۵۹۰، ۲۶۰۰، ۲۶۱۰، ۲۶۲۰، ۲۶۳۰، ۲۶۴۰، ۲۶۵۰، ۲۶۶۰، ۲۶۷۰، ۲۶۸۰، ۲۶۹۰، ۲۷۰۰، ۲۷۱۰، ۲۷۲۰، ۲۷۳۰، ۲۷۴۰، ۲۷۵۰، ۲۷۶۰، ۲۷۷۰، ۲۷۸۰، ۲۷۹۰، ۲۸۰۰، ۲۸۱۰، ۲۸۲۰، ۲۸۳۰، ۲۸۴۰، ۲۸۵۰، ۲۸۶۰، ۲۸۷۰، ۲۸۸۰، ۲۸۹۰، ۲۹۰۰، ۲۹۱۰، ۲۹۲۰، ۲۹۳۰، ۲۹۴۰، ۲۹۵۰، ۲۹۶۰، ۲۹۷۰، ۲۹۸۰، ۲۹۹۰، ۳۰۰۰، ۳۰۱۰، ۳۰۲۰، ۳۰۳۰، ۳۰۴۰، ۳۰۵۰، ۳۰۶۰، ۳۰۷۰، ۳۰۸۰، ۳۰۹۰، ۳۱۰۰، ۳۱۱۰، ۳۱۲۰، ۳۱۳۰، ۳۱۴۰، ۳۱۵۰، ۳۱۶۰، ۳۱۷۰، ۳۱۸۰، ۳۱۹۰، ۳۲۰۰، ۳۲۱۰، ۳۲۲۰، ۳۲۳۰، ۳۲۴۰، ۳۲۵۰، ۳۲۶۰، ۳۲۷۰، ۳۲۸۰، ۳۲۹۰، ۳۳۰۰، ۳۳۱۰، ۳۳۲۰، ۳۳۳۰، ۳۳۴۰، ۳۳۵۰، ۳۳۶۰، ۳۳۷۰، ۳۳۸۰، ۳۳۹۰، ۳۴۰۰، ۳۴۱۰، ۳۴۲۰، ۳۴۳۰، ۳۴۴۰، ۳۴۵۰، ۳۴۶۰، ۳۴۷۰، ۳۴۸۰، ۳۴۹۰، ۳۵۰۰، ۳۵۱۰، ۳۵۲۰، ۳۵۳۰، ۳۵۴۰، ۳۵۵۰، ۳۵۶۰، ۳۵۷۰، ۳۵۸۰، ۳۵۹۰، ۳۶۰۰، ۳۶۱۰، ۳۶۲۰، ۳۶۳۰، ۳۶۴۰، ۳۶۵۰، ۳۶۶۰، ۳۶۷۰، ۳۶۸۰، ۳۶۹۰، ۳۷۰۰، ۳۷۱۰، ۳۷۲۰، ۳۷۳۰، ۳۷۴۰، ۳۷۵۰، ۳۷۶۰، ۳۷۷۰، ۳۷۸۰، ۳۷۹۰، ۳۸۰۰، ۳۸۱۰، ۳۸۲۰، ۳۸۳۰، ۳۸۴۰، ۳۸۵۰، ۳۸۶۰، ۳۸۷۰، ۳۸۸۰، ۳۸۹۰، ۳۹۰۰، ۳۹۱۰، ۳۹۲۰، ۳۹۳۰، ۳۹۴۰، ۳۹۵۰، ۳۹۶۰، ۳۹۷۰، ۳۹۸۰، ۳۹۹۰، ۴۰۰۰، ۴۰۱۰، ۴۰۲۰، ۴۰۳۰، ۴۰۴۰، ۴۰۵۰، ۴۰۶۰، ۴۰۷۰، ۴۰۸۰، ۴۰۹۰، ۴۱۰۰، ۴۱۱۰، ۴۱۲۰، ۴۱۳۰، ۴۱۴۰، ۴۱۵۰، ۴۱۶۰، ۴۱۷۰، ۴۱۸۰، ۴۱۹۰، ۴۲۰۰، ۴۲۱۰، ۴۲۲۰، ۴۲۳۰، ۴۲۴۰، ۴۲۵۰، ۴۲۶۰، ۴۲۷۰، ۴۲۸۰، ۴۲۹۰، ۴۳۰۰، ۴۳۱۰، ۴۳۲۰، ۴۳۳۰، ۴۳۴۰، ۴۳۵۰، ۴۳۶۰، ۴۳۷۰، ۴۳۸۰، ۴۳۹۰، ۴۴۰۰، ۴۴۱۰، ۴۴۲۰، ۴۴۳۰، ۴۴۴۰،

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون وماده ۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی
و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۵۴۹، ۰۸۰۰، ۳۲۱۲۰، ۱۴۰۴، تاریخ ۱۳۰۳، ۴۰، ۱۴۰۴ هیات موسس قانون تعیین تکلیف وضعیت بنی‌اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاس ۰۸۰۰۰۰، ۴۱۲۱۰، ۱۴۰۴، تاریخ ۱۳۰۳، ۴۰، ۱۴۰۴ صادره از مراجع قضایی بهائیت علیه ششادانگ فرزندان اوز دوردی شماره شناسنامه ۱۳۴۵۷ کدملی ۴۹۷۹۱۷۴۸۳۳ آق قلا در ششادانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۸۲۰۰ مترمربع مفروز و مجزای شده جزئی از پاک بیتی شماره ۱۳ فرعی از ۲۳- اصلی واقع در آق قلا- اراضی قریشی شلده بخش ۱۲- اولاد بیتی ملک شهرستان آق قلا- از سهمی مالک رسمی (مالک قریشی) تایید گردیده است، لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دونوبت به فاصله ۱۵ روز آگاهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگاهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید بدین طریق اعلام نماید

تاریخ تسلیم اعتراض ، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت دوم : شنبه ۱۴۰۴/۰۴/۱۶ تاریخ انتشارنوبت دوم: یکشنبه ۱۴۰۴/۰۵/۱۲

مهناز جهانبفر رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا الف: ۵۷۸

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی
و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۲۲۲/۸۰۰/۱۳۱۲۰/۱۴۰۴ تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۴ هیت موضوعی قانون تعیین تکلیف و وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرداری یکم قلاقره پلاک ۳۸۳/۱۰۰/۱۴۰۴/۱۳۱۲۰/۱۴۰۴ صرفات مالکانه و بلاعرض متقاضی شمس الدین یقه فرزند آقای محمد شماره شناسنامه ۱۸۲ کدملی ۹۹۷۹۴۰۸۵ صادره آق قلاقره ششادنگ یک قطعه زمین با بنای احاطی به مساحت ۱۹۶۳ مترمربع مغرور و مجزی شده جزئی از پلاک شماره ۲۱۸۶ فرعی از ۱- اصلی واقع در آق قلا- خیابان شهید سلطانی- بخش ۷- حوزه ثبتی ملک شهرداری آق قلا از سهمی ملک رسمی مالک‌الکرم ابی‌تایید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، درخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیناسی در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: شنبه ۱۴۰۴/۰۴/۰۴ تاریخ انتشارنوبت دوم: یکشنبه ۱۴۰۴/۰۵/۰۵ مهناز جهانبفر رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا قلا ۵۲۷

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتي اراضی
و ساختمان های فاقد سند رسمي

[illegible]

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی
و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۷۷۸، ۱۲۰۰۸، ۱۴۰۳۶، ۱۷، ۱۴۰۳۰، ۱۴ هیات مسرع اون تعیین تکلیف و وضعیت تیر اراضی و ساختمانها فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرسان آق قلا در ونده کلاس ۳۰۰، ۸۰۰، ۱۰۰، ۱۴۰۳۱، ۱۴۰۳۲، ۱۴ تصورات مالکانه و بااعراض قضایی ختامی پی هاجر سلاق فرزند قربان قلیچ شماره شناسنامه ۴۷۶۷ کدملی ۹۷۹۷۰۸۸۱۷ صادره آق قلا در شناسنامه یک قطعه زمین بپانی احواتی به مساحت ۲۰۰ مترمربع مفروز و مجزی شده جزئی از پلاک ثبتی شماره ۳- واقع در آق قلا- اراضی قریه سیکلخه (شهرک شیر محملی- انتهای ۱۳۴۵ خیابان ۱۶ اصلی) بخش ۷- حوزه ثبتی ملک شهرسان آق قلا ثبت گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دونوب به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکین آگهی به مدت دو ماه اعتراضات، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت نقضای اولت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوب اول: شنبه ۱۴۰۳.۰۶.۲۸، ۱۴۰۳.۰۷.۰۱ آق قلا- انتشار دوم: شنبه ۱۴۰۳.۰۷.۰۱ مهناز جهانفر رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا- ۵۳۰

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی
و ساختمان های فاقد سند رسمی

[illegible]

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششادانگ یک قطعه زمین بانیان احدثی به مساحت ۲۵۱۰ مترمربع دارای پلاک ثبتی شماره ۱۸۳۳ فرعی از ۴- علی واقع در اراضی یلمه خندان پلاک ثبتی ۱۳ آق قلا مورد تقاضای صادق حسن فرزند عباس باستانی و ساختمان‌های فاقه دزد رسمی در ساعت ۸ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقه دزد رسمی در ساعت ۸ کیشینه مورخه ۱۴۰۴/۰۵/۱۹ در محل وقوع ملک واقع در اراضی یلمه خندان (اتحاد ۱۶)- بخش ۱۳- شهر آق قلا به نام خواهد آمد. (چنانچه روز تحدید حدود به هر دلیلی از سوی دولت محترم تعطیل رسمی اعلام گردید عملیات تحدید روز بعد تحدید حدود به تعطیلات انجام خواهد شد.) از این روز چنانچه مجاورى نسبت به تحدید حدود یا حقوق ارتقایی حق بر خود قابل است می تواند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود تا (۳۰) روز پس از اعتراض خود را کتبا به کرد شماره پلاک ثبتی به اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف دوم یک ماه از تاریخ تنظیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید. در غیر این صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مراجعه و اصول عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم واهی اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت نمود.

تاریخ انتشار: شنبه ۱۴۰۴/۰۵/۲۸

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون وماده ۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی
وساختمان های فاقد سند رسمی

برابر برای شماره ۱۲۵۰۸۰۳۱۲۰۶۷۴۱۰ تاریخ ۱۴۰۳/۰۲/۲۶ هیات موسوع قانون تعیین تکلیف و وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌ها فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا
تکپورند کلاهه ۱۲۵۰۸۰۳۱۲۰۶۷۴۱۰ صرفاً مالکانه و بلاعراض مقاضای خاتم ایام بی
آبچون ترک فرزند آقای شماره شناسنامه ۲۲۲۸۸ کیملی ۹۴۷۸۷۶۴۵۵ صادره آق قلا در ششداگن
یک قطعه زمین بباپیاری احاطه به مساحت ۲۰۰ متر مربع مغرور و مجرد شده جزئی از پلاک ثبتی
شماره ۵۶۱ فرعی آق -۳- اصلی واقع در آق قلا پشت کارخانه آر مجری شد هوش-۳ حوزه
ثبتی ملک شهرستان آق قلا از سهم مالک رسمی امین بی بی آپچون ترک تایید کردیده است.
لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دونوبت به فاصله ۱۵ روز آگاهی می شود در صورتی که
اگر شخص نسبت به صدور سند ملکیت اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار
اولین آگاهی می مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ طرف مدعت
یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در
صورت تقضای اولدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار نوبت اول: شنبه ۱۴۰۳/۰۲/۲۸
میزان جهانب رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا تلف: ۰۳۹

آگهی تحدید حدود اختصاصی

بدینوسیله اعلام میگردد به استناد ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیفیات تحدید حدود ششادگان و عرصه و اعیان یک قطعه زمین مزروعی اراضی پاک ۱۳۴۸ فرعی از ۶ اصلی بخش ۳ ثبت ناحیه و گرگان واقع در اراضی نصرآباد به مساحت ۹۱۶۶/۳ مترمربع پناہ ابراهیم مجاور موجبی نوری حسن و صابر نظری نصرآباد ثبت شعبانعلی (بصورت بالسویه) تاریخ ۱۱/۱۱/۱۳۸۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۵/۲۹ در محل وقوع ملک واقع در گرگان اراضی زراعی نصرآباد بعمل خواهد آمد از این و چنانچه مجاور یا هر شخصی نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حق برای خود قائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم محضرجلسه تحدید حدود ارتفاقی خود را با کتباً با ذکر شماره فوطی ملک ذکر به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست خود را به مرجع ذیصلاح قضائی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت با نماندہ قانونی و از میندای به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اراضی ثبت و قی مقرات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود.

تاریخ انتشار: شنبه ۱۴۰۴/۰۴/۲۸
سید عیسی میر کاظمی - سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو گرگان از طرف احمد نبویان - شناسه آگهی ۱۹۶۷۴۴۰

آگهی اختصاصی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و
ساختمان های فاقد سند رسمی سال ۱۴۰۴

در اجرای ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ - آئین نامه اجرایی قانون مزبور مقرر می دارد که پرونده هایی که به موجب ادعا حیات محترم مستقر در ثبت اسناد و املاک رایان منجر به صدور رای جهت صدور سند مالکیت گردیده اند در دو نوبت و به شرح ذیل آگهی می شوند:

۱-رای شماره ۱۴۰۴/۰۳۱۲۰۱۰۰۰۲۵۵۴ در پرونده کارسه ۱۴۰۴/۰۴۱۶۱۲۰۱۰۰۰۰۸۳

تصرفات مغرورزی و مالکانه آقای مینم کلوی فرزند عبدالرحیم مبنی بر صدور سند مالکیت نسبت به فاشدالیک قطعه زمینی مزعومه به مساحت ۲۰۰۰۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۶۴ فرعی از ۳- اصلی واقع در بخش ۸ حوزه ثبتی رایان به آدرس استان گلستان- شهرستان رایان- روستای کلو که انتقال ملک عمده الواسطه از مالکیت سند آقای عبدالرحیم کلوی، در صورتی که خواستای نفع به رای اعلام شده اعتراض داشته باشند از اولین تاریخ انتشار آگهی، در دو روستا ها از تاریخ الصاق در محل تا دو ماه اعتراض خود را کتبا با ذکر کارسه پرونده به اداره ثبت اسناد و املاک رایان تسلیم و رسید انداخت نمایند، معترض باید ظرف هی ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نمایند و ظرف هی تقدیم دادخواست را به هی اداره ثبت اسناد و املاک رایان تحویل دهد. در این صورت اقدامات ثبتی، به موقوف به ارائه حکم قطعی دادگاه است. در صورت عدم وصول اعتراض هی اداره وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. صدور سند مالکیت جدید مانع مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد بود.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۴/۱۴ (شنبه) تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۱۳ (دوشنبه) تاریخ انقضاء - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک رایان و املاک ۹۸۱۰

آگهی اختصاصی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و
ساختمان های فاقد سند رسمی سال ۱۴۰۴

[illegible]

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

تکلیف و وضعیت مکتبی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک در آن تصرفات مالکانه با معارضه قضای آقای/ خانم کلی می پور فرزانه الهی به شناسنامه شماره ۸۶۸۰۰۱۶۱۱۴۰ کد ملی ۸۶۸۰۰۱۶۱۱۴۰ صادره از شهرستان کلاهی در شناسایی قطعه زمین با پلاک ۲۰۱ اصلی واقع بنای احداثی به مساحت ۱۳۵/۵ مترمربع مفروز و مجزا شده از پلاک باقیمانده ۲۰۱ اصلی واقع در بخش ۹ شهرستان کلاهی خریداری مع اوسطه از مالک رسمی آقای/ خانم دولت یارانی از مجری گردیده است، لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۸ روز آگهی می شود که صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیتی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت نقضای اول مذکور و عدم وصول طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: شنبه ۱۴۰۴/۰۴/۲۸ اعتراض انتشار نوبت دوم: دوشنبه ۱۴۰۴/۰۵/۱۳ بهمن سالری - رئیس ثبت اسناد و املاک کلاهی ۹۸۲۰

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۴/۰۷۹۹ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کالاه تصرفات مالکانه بلاعمراسد متقاضی آقای خانم باقر کل زائی فرزند محمد بن شبنامه شماره ۹۹۸۳۸ صادره از در شانسانگی یک قطعه زمین مرزویی به مساحت ۱۲۲۴۰ مترمربع مفروز و مجزا شده از پلاک ثبتی ۲۰۹- اصلی واقع در اراضی قریه حاجی حسن بخش ۹ شهرستان کالاه انتقال ملک بلاواسطه از مالک رسمی آقای محمد کلزائی مجرز گردیده است، لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۴/۲۸ تاریخ انتشار نوبت دوم: دوشنبه ۱۴۰۴/۰۵/۱۳

بهمن سالری - رئیس ثبت اسناد و املاک کالاه ۹۹۱۸ الف

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

تاریخ انتشار برای شماره ۱۳۳۳/۱۰۰۰/۱۴۰۶: هیات اول/دوم موضوع: قانع تعیین تکلیف وضعیت ملکین اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کالاه تصرفات ملکین بااعراض متقاضی اراضی/خاتم قربان محمد لکزایی فرزند مصطفی به شناسنامه شماره ۱۹۶۹ صادره از در شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۳۰۰ مترمربع مغرور و مجزا شده از پلاک ۲۰۹- اصلی واقع در اراضی قریه حاجی حسن بخش ۹ شهرستان شاهرزو متوسطه از ملک مع الاصله (مصطفی لکزایی) محرز گردیده است، لذا به منظور انتقال عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ انتشار اعتراض، درخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدینجهت است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: شنبه ۱۴۰۶/۰۸/۱۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: شنبه ۱۴۰۶/۰۵/۱۴
بهمین ساری - رئیس است و ادعا و املاک ثبتی الف ۹۸۱۶

توصیه به بانوان خانه دار؛

ظروف چوبی خود را این گونه نگهداری کنید

۴. نکات مهم در نگهداری وسایل چوبی در آشپزخانه

آشپزخانه محیطی حساس است، چون همیشه در معرض چربی، رطوبت و شوینده‌های قوی است. برای حفاظت بهتر، نکات زیر را رعایت کنید: استفاده از استرهای محافظ: بر روی سطوح چوبی مانند میز و کانتیر، از کف پوش‌های ضد خاک و روغن استفاده کنید. پرهیز از تماس مستقیم با مایعات: در صورت ریختن آب، روغن یا مواد غذایی، سریعاً سطح را تمیز و خشک کنید. استفاده از ظروف محافظ: هنگام قرار دادن ظروف داغ یا مرطوب، از زیرلیوانی‌ها، زیرپایی‌ها یا پارچه‌های ضخیم کمک بگیرید.

نظافت منظم و سریع: در صورت لکه، فوراً با مواد پاک‌کننده ملایم آن را پاک کنید.

راهکارهای پیشگیری و نکات ایمنی

برای تضمین دوام و زیبایی وسایل چوبی، رعایت نکات زیر ضروری است:

«هرگز از اسفنج یا ابزار زیر برای پاک‌سازی استفاده نکنید، زیرا خط و خش بر روی سطح ایجاد می‌کند.

«از مواد شوینده خشک یا پاک‌کننده‌های قوی و اسیدی پرهیز کنید.

«هنگام جابجایی، وسایل سنگین و بزرگ را به صورت صحیح و با کمک چند نفر انجام دهید تا از شکستن و آسیب دیدن آن جلوگیری شود. «در صورت لزوم، هر از گاهی سطح چوبی را با واکس یا روغن مخصوص چوب مرطوب کنید تا رطوبت طبیعی آن حفظ شود.

نگهداری و تمیزکاری، کلید عمر طولانی وسایل چوبی و وسایل چوبی، چه در خانه و چه در آشپزخانه، نیازمند مراقبت مداوم و دقیق هستند تا طول عمرشان افزایش یابد و ظاهرشان همچنان درخشان باقی بماند. با رعایت نکات بیان‌شده می‌توانید زیبایی، دوام و سلامت وسایل چوبی خود را تضمین کنید و از خرید مجدد یا تعمیرهای پرهزینه جلوگیری کنید. به خاطر داشته باشید که مراقبت از وسایل چوبی نیازمند زمان و توجه مداوم است، اما نتیجه آن، فضایی سرزنده، دلنشین و منحصر‌بفرد در خانه و آشپزخانه شما خواهد بود.



آرامی سطح را پاک کنید، سپس خشک کنید.

۲. پاک‌سازی عمیق و دوره‌ای

استفاده از محلول پاک‌کننده ملایم: می‌توانید مخلوطی از آب ولرم و چند قطره سرکه یا مایع شوینده ملایم تهیه کنید و با آن سطح چوبی را تمیز کنید. خشک کردن کامل: پس از پاک‌سازی، حتماً سطح وسایل را با یک پارچه خشک و نرم خشک کنید تا از ایجاد لکه‌های آب جلوگیری شود.

۳. روش‌های اصلاح و ترمیم سطح چوبی

در صورت بروز خط و خش‌های سطحی یا تغییر رنگ در وسایل چوبی، می‌توانید از روش‌های زیر برای ترمیم و بازسازی سطح استفاده کنید: «استفاده از روغن چوب یا واکس مخصوص: این محصولات به عمق سطح نفوذ کرده و آن را تازه و براق می‌کنند. «پولیش کردن سطح: با یک پارچه نرم و روغن مخصوص، سطح را پولیش دهید تا براقیت و زیبایی آن بازگردد. «ترمیم خراش‌های سطحی: خراش‌های سطحی کوچک را می‌توان با محلول‌های خاص پر کرد و یا مقداری رنگ مشابه چوب به نقاط آسیب‌دیده بزنید.

استفاده منظم از محصولات محافظ چوب، مانند واکس، روغن مخصوص یا کرم‌های نرم‌کننده، باعث حفظ رطوبت طبیعی چوب و جلوگیری از خشکی و ترک‌خوردگی می‌گردد. برای وسایل چوبی در معرض استفاده روزمره، هر چند ماه یک بار واکس مخصوص چوب یا روغن طبیعی (مانند روغن لوبیا یا روغن نارگیل) بزنید. از مواد شیمیایی قوی و حاوی مواد اسیدی یا قلیایی پرهیز کنید.

۴. تمیزکاری مداوم و مناسب

تمیز کردن صحیح، کلید حفظ زیبایی و عمر طولانی وسایل است. استفاده از روش‌ها و مواد مناسب، در جلوگیری از آسیب‌های سطح چوب نقش دارد.

روش‌های تمیزکاری وسایل چوبی

در ادامه، راهکارهای مناسب برای تمیزکاری روزانه و دوره‌ای وسایل چوبی آورده شده است:

۱. تمیزکاری روزمره

گرد و غبار زدایی: با یک پارچه نرم و خشک یا قلم‌مو، سطح وسایل را هر روز غبارزدایی کنید. پاک کردن لکه‌های سطحی: با یک پارچه نمدی نمناک (آب ولرم و کمی مایع ملایم) به

این روزها قیمت وسایل و ظروف چوبی سر به فلک می‌زند و تهیه مجدد آن خیلی مقرون به صرفه نیست برای همین به نظر می‌رسد مراقبت مناسب از این وسایل بهترین شیوه‌ها برای حفظ زیبایی خانه است. به گزارش ایرنا زندگی، وسایل و ظروف چوبی در منزل علاوه بر زیبایی، به شما حس طبیعی بودن محیط را القا می‌کند. معمولاً این نوع وسایل در خانه هم کاربرد تزئینی و هم کاربرد ابزاری برای استفاده خانواده‌ها را دارد. از طرفی با توجه به اینکه این وسایل امروزی‌تر شده اما نگهداری از آنها مستلزم دقت و وسواس خاصی است. این وسایل به دلیل طبیعی بودن ماده اولیه آن یعنی چوب، دارای حساسیت‌های خاصی است. اگر به درستی از آن مراقبت نشود، ممکن است دچار ترک‌خوردگی، تغییر رنگ، پوسیدگی، یا تجمع گرد و غبار شوند. نگهداری صحیح نه تنها باعث افزایش عمر مفید این وسایل می‌شود، بلکه جلوه زیبایی آن‌ها را حفظ کرده و به سلامت و بهداشت خانواده نیز کمک می‌کند. ما در این مطلب برای پیشگیری از مشکلاتی که ممکن است گریبان شما را بگیرد، روش‌های مناسب مراقبت و تمیزکردن وسایل چوبی بیان خواهیم کرد.

روش‌های نگهداری صحیح وسایل چوبی

خانه و آشپزخانه

۱. مراقبت در مقابل رطوبت و دما

رطوبت و دما از عوامل مهم در آسیب وسایل چوبی هستند. افزایش رطوبت باعث تورم و تغییر شکل چوب شده و خشکی زیاد ممکن است منجر به ترک‌خوردگی آن شود. برای همین تلاش کنید دمای محیط را در حد معتدل یعنی بین ۱۸ تا ۲۲ درجه سانتی‌گراد نگه‌دارید. از قرار دادن وسایل چوبی در نزدیکی منبع آب، رطوبت‌ساز یا پنجره‌های باز و در معرض باد و دماهای پایین خودداری کنید. در صورت لزوم، از رطوبت‌گیر و دستگاه‌های کنترل دما کمک بگیرید.

۲. جلوگیری از تابش مستقیم نور خورشید

نور مستقیم خورشید موجب تغییر رنگ و پیری زودرس چوب می‌شود. به همین خاطر وسایل چوبی را در مکان‌هایی قرار دهید که در معرض نور شدید آفتاب نباشند. در صورت امکان، از سایه‌بان یا پرده‌های پارچه‌ای برای کاهش تابش مستقیم استفاده کنید.

۳. استفاده از مواد محافظ و نرم‌کننده

راه‌اندازی موزه تاریخ کشاورزی گامی برای حفظ میراث گلستان

این موزه انتخاب شده است. معاون میراث‌فرهنگی اداره کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی گلستان گفت: این بنا ابتدا به ثبت ملی می‌رسد و سپس با مرمت و تجهیز، به فضایی چندمنظوره برای نمایش تاریخ کشاورزی تبدیل خواهد شد. حمید عمرانی‌رکان‌زلی بیان کرد: بازدیدکنندگان در این موزه می‌توانند ابزارهای کهن کشاورزی، اسناد تاریخی زمین‌های زراعی، صحنه‌هایی از خرمن‌کوبی و کارآواهای محلی را از نزدیک ببینند. وی ادامه داد: بخش ویژه‌ای نیز به گیاهان دارویی بومی گلستان اختصاص خواهد یافت تا دانش سنتی این حوزه به نسل‌های جدید منتقل شود. موزه تاریخ کشاورزی گرگان نه تنها یک جاذبه فرهنگی، بلکه موتور محرکه‌ای برای توسعه اقتصادی منطقه خواهد بود. این پروژه با جذب گردشگران داخلی و خارجی، ایجاد فرصت‌های شغلی و معرفی محصولات کشاورزی گلستان، به رونق اقتصاد محلی کمک خواهد کرد. از سوی دیگر این موزه به‌عنوان پلی میان گذشته و آینده، به نسل جوان یادآوری می‌کند که کشاورزی چگونه هویت و اقتصاد این سرزمین را شکل داده است.



گونگان کشاورزی، از آیین‌های سنتی تا دانش گیاهان دارویی، خواهد پرداخت. ساختمان تاریخی اداره کشاورزی گرگان، متعلق به دوره پهلوی اول، به‌عنوان محل

استان گلستان، با دشت‌های سرسبز و پیشینه‌ای کهن در کشاورزی، به‌زودی میزبان نخستین موزه تاریخ کشاورزی شمال کشور در گرگان خواهد بود. مکانی که قرار است روایت‌گر داستان چند دهه‌زارساله کشاورزی در این خطه باشد. به گزارش ایرنا، شواهد باستانی کشف‌شده از محوطه‌هایی مانند بازگیر و تورنگ‌تپه، گواه قدمت و اهمیت کشاورزی در دشت گرگان است. کشاورزی در گلستان فراتر از یک فعالیت اقتصادی و بخشی از هویت فرهنگی این منطقه است. از ابزارهای تاریخی کشف‌شده در کاوش‌های باستان‌شناسی گرفته تا کارآواهای سنتی و دانش بومی کشت و برداشت، همه و همه در این موزه به نمایش درخواهند آمد. این پروژه که در راستای تکالیف برنامه هفتم توسعه کشور تعریف شده، گامی بلند برای مستندسازی تاریخ کشاورزی و معرفی ظرفیت‌های بی‌نظیر گلستان به شمار می‌رود. شیما قاضی‌مقدم، معاون مدیریت هماهنگی ترویج سازمان جهاد کشاورزی، این موزه را یکی از اقدامات کلیدی دولت چهاردهم در حوزه ترویج کشاورزی دانست و تأکید کرد: این پروژه به معرفی ابعاد