



استاندار هرمزگان در حاشیه امضای ۳۱ تفاهم نامه سرمایه گذاری بنادر کشور:
اختصاص ۷۴ هزار میلیارد ریال طرح گردشگری دریایی هرمزگان گامی موثر در توسعه دریامحور است

۳

سرخط خبرها

لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه های کشور
«فولاد» اولین شکست بعثت کرمانشاه را رقم زد



۶

تعامل شیلات و سازمان منطقه آزاد قشم در راستای رونق تولید و اقتصاد

۳

دادگاه سوئد حکم حبس ابد «حمید نوری» را تایید کرد

۲

خواندنی های روز

اصول نویسندگی

۴



مراسم تشییع یک شهید با حضور مردم در بندرعباس برگزار شد؛

جوشش خون شهید گمنام در رگ های هرمزگانیان

وزیر ارشاد: نمایشگاه مطبوعات قبل از انتخابات برگزار می شود



وزیر ارشاد بیان کرد: بیش از ۶۲۱ فیلم از ۸۷ کشور در بخش بین الملل جشنواره فیلم فجر ثبت نام کرده اند. اسماعیلی گفت: شفیع کدکنی شاعر بی نظیری است و استاد بنده در دانشگاه است و ما نسبت به آقای دکتر حس تعظیم داریم. وی افزود: در مورد حواشی پیشامده در خصوص مجوز انتشار کتاب جدید ایشان خبرسانی دوستانمان ایراد دارد هر اثری فرآیندی دارد ما ۲۵۵ هزار درخواست مجوز کتاب داریم در این دو سال به همه مجوز دادیم به غیر از تیم درصد و کتاب جدید ایشان هم مثل بقیه فرآیندش را طی می کند و در به وجود آمدن این حواشی یک شیطنت خبری صورت گرفته است. اسماعیلی گفت: استاد شفیع کدکنی از افتخارات ماست و دوستان رسانه ای نباید با حب و بغض های سیاسی این بی اخلاقی فرهنگی را انجام دهند دوستان ما در رسانه ها باید رعایت کنید و به مفاخر احترام بگذارند.

سرویس فرهنگی
اسماعیلی گفت: نمایشگاه مطبوعات قبل از انتخابات برگزار خواهد شد و فرصتی برای ارتباط اصحاب رسانه با مردم و مسئولان است. محمد مهدی اسماعیلی وزیر ارشاد در حاشیه هیئت دولت گفت: تعداد تماشاگران سینما در بهترین سال ها ۲۷ میلیون بوده است. تا نوروز تعداد سینماهای کشور به عدد ۹۰۰ می رسد. پیش بینی می شود فروش فیلم ها به بیش از هزار میلیارد تومان برسد. اسماعیلی افزود: جشنواره سینما حقیقت و ثبت نام فیلم های خارجی در جشنواره فجر آغاز شده است. در حوزه آثار تجسمی و جشنواره هنرهای تجسمی بیش از ۱۰ هزار اثر ثبت شده است. وی با بیان اینکه جشنواره مطبوعات را قبل از انتخابات خواهیم داشت، افزود: جشنواره مطبوعات با قوت برگزار می شود و فرصتی برای ارتباط اصحاب رسانه با مردم و مسئولان است.

بخش خصوصی ارتباط دارد، برای ساده سازی روند درخواست ویزا برای حج، عمره، گردشگری، بازدیدهای تجاری و اشتغال در عربستان طراحی شده است. این پلتفرم از یک موتور جستجوی هوشمند برای کمک به کاربران برای شناسایی ویزاهای موجود و یک سیستم متمرکز استفاده می کند که راهنمایی های دقیق در مورد الزامات ویزا و مراحل درخواست ارائه می کند. کاربران می توانند یک نمایه شخصی برای ساده سازی برنامه های آینده تنظیم کنند. به گفته مقامات، این سیستم از هوش مصنوعی و سایر فناوری های نوظهور برای کمک به اطمینان از تأیید دقیق تاریخ و کارایی کلی استفاده می کند.

وزیر عربستان سعودی از سفیر مصر استقبال کرد



نگاهی به عرب نیوز
این وزارتخانه در روز سه شنبه گزارش داد، عبدالرحمن الراسی معاون وزیر امور بین الملل عربستان سعودی روز سه شنبه با احمد فاروق سفیر مصر در عربستان سعودی در ریاض دیدار کرد. اخیراً ولید بن عبدالکریم الخریجی معاون وزیر امور خارجه در دیداری جداگانه با اوگنی شستاکوف همتای بلاروسی خود نیز در پایتخت گفت و گو کرد. در این دیدارها، هر یک از طرفین در مورد روابط بین کشورهای متبوع خود و آخرین موضوعات مورد علاقه دوجانبه به گفت و گو پرداختند.

عربستان سعودی و فرانسه طرح همکاری در زمینه های مختلف امضا کردند

نگاهی به عرب نیوز
شیخ مشعل الاحمد الصباح در برابر پارلمان به عنوان هفدهمین امیر کویت سوگند یاد کرد. در جلسه ویژه مجلس شورای ملی، حاکم جدید گفت: «به خداوند متعال سوگند یاد می کنم که به قانون اساسی و قوانین کشور احترام بگذارم، از آزادی ها، منافع، دارایی های مردم و از استقلال و تمامیت ارضی دفاع کنم. کشور، همانطور که در ماده ۶۰ قانون اساسی کویت آمده است. دیوان امیری در بیانیه ای اعلام کرد که امیر شیخ نواف الاحمد الصباح روز شنبه در سن ۸۶ سالگی درگذشت و شیخ میشال ولیعهد وقت به عنوان امیر جدید معرفی شد.

عربستان سعودی از پلت فرم ملی درخواست ویزا در این کشور رونمایی کرد



نگاهی به عرب نیوز
وزارت امور خارجه عربستان سعودی رسماً از یک پلت فرم ملی یکپارچه جدید برای درخواست های ویزا را در مجمع دولت دیجیتال در ریاض راه اندازی کرد. این سیستم که با بیش از ۳۰ وزارتخانه، مقامات و سازمان های



نگاهی به عرب نیوز
وزیر دفاع عربستان گفت: «وزارت دفاع عربستان و فرانسه یک طرح اجرایی برای همکاری در زمینه قابلیت های دو کشور، صنایع نظامی و تحقیق و توسعه امضا کردند.» شاهزاده خالد بن سلمان بر مراسم امضای قرارداد در پاریس نظارت داشت و در یک سفر رسمی به سر می برد. وزیر دفاع عربستان گفت که با سیاستین لکوزنو، وزیر فرانسوی مسئول نیروهای مسلح، روابط راهبردی، همکاری دفاعی و دیدگاه مشترک برای امنیت و ثبات منطقه ای را بررسی کرده است. وزیر عربستان سعودی روز چهارشنبه در پستی گفت: «ما همچنین آخرین تحولات منطقه ای و بین المللی و سایر موضوعات مورد علاقه مشترک را مورد بحث قرار دادیم.» شاهزاده خالد به همراه هیئتی وارد پایتخت فرانسه شد و در این سفر با چند تن از مقامات فرانسوی دیدار خواهد کرد.

شیخ مشعل الاحمد الصباح به عنوان هفدهمین امیر کویت سوگند یاد کرد

مراسم تشییع یک شهید با حضور مردم در بندرعباس برگزار شد؛

شهید تجسم پرواز ملکوتی در عرش الهی است

سرویس سیاسی

مراسم تشییع و تدفین پیکر مطهر شهید گمنام در بندرعباس از میدان انقلاب تا شهرداری مرکزی با حضور عاشقان ثارالله مردم و مسئولین و جمعی از خانواده های معزز شهدا در بندر عباس برگزار شد.

به گزارش صبح ساحل، سه شنبه ۲۸ آذرماه ۱۴۰۲ پیکر مطهر شهید گمنام ۸ سال دفاع مقدس در حضور خیل مشتاقان و دلدادگان مکتب حسینی و ایثار و شهادت تشییع و تدفین شد. مهدی نوبانی شهردار بندرعباس گفت: شهدا ولی نعمتان ما هستند و عزت و احترام آنها بر فرد فرد ما واجب است. انسانهای شریف و از جان گذشته در طول تاریخ پرواز ملکوتی در عرش الهی و مسیر عشق را انتخاب می کنند و جانانه جان به جهان آفرین تسلیم و تقدیم می نمایند. شهردار افزود: حرمت شهید و اعجاز حضور شهدای گمنام بر هیچ کسی پوشیده نیست و امروز ما هم میزبان هستیم هم میهمان میزبان از آن جهت که شهید عزیزمان را در این مکان دفن میکنیم و میهمان هستیم از آن جهت که ارزش و اعتبار و نام نشان و بزرگی این شهید وجود ما را لریز از علوطف خواهد نمود و این به واسطه ی



حضور پرستوی مهاجرگمنام است. نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه بندرعباس به عنوان سخنران اول این مراسم پس از تلاوت آیات کلام الله مجید بیان داشت: شهدا چراغی هستند که راه جامعه را روشن می کنند و دلهای ما را مدام به نور حق هر لحظه به سمت و سویی می برند، چرا که یادواره های شهدای عزیزمان در نقاط مختلف کشور از شهر و روستا همواره پرچم عزت و افتخار شهدا را نشانمان می دهد. دکتر عبادی زاده اظهارنمود: نسل امروز و جوان ما بالنده تر جدی تر و عاشقانه ترند و خیل

عظیم جمعیت عاشق شهدا نشان می دهد که نسل امروز ما به شهدا وابسته تر و دلپسته ترند. امروز می بینیم این پرستوی مهاجر این جاوید الاثر ما پس از سالها در این مکان آرام خواهد گرفت، به این پرستو مهاجرمیگویم شما پرچم عزت و سر بلندی و آگاهی مایید شما شهدا چراغ راه مایید، به این شهید عرض میکنیم ای عزیز ما بدان که مردم راه شما را دنبال می کنند، مردم باید نگذارند حرم شهدا غریب بماند به ویژه شهدایی که در بیابانها سالها در غربت خود بوده اند به برداران و خواهران عزیز میگویم که از حضور

میزخبر

دادگاه سوئد حکم حبس ابد «حمید نوری» را تایید کرد

سرویس سیاسی

دادگاه تجدیدنظر سوئد، حکم حبس ابد حمید نوری را تایید کرد. به گزارش صبح ساحل و به نوشته ایسنا، رسانه های سوئدی خبر دادند دادگاه تجدیدنظر این کشور روز سه شنبه حکم دادگاه منطقه ای استکهلم درباره حبس ابد حمید نوری به دلیل اتهام های ادعایی «نقض قانون بین المللی و قتل» را تایید کرد.

حمید نوری، دادیار سابق قوه قضاییه ۱۸ آبان ۱۳۹۸ (نهم نوامبر ۲۰۱۹) به محض ورود به فرودگاه آرلاند در استکهلم سوئد و تحت اصل صلاحیت قضایی جهانی بازداشت شد. او به اتهام مشارکت در اعدام زندانیان سیاسی عضو گروه تروریستی منافقین و زندانیان سیاسی چپ در زندان گوهردشت در تابستان سال ۱۳۶۷ طی جلساتی در دادگاه سوئد محاکمه و در نهایت به حبس ابد محکوم شد. خانواده و وکلای نوری به حکم صادر شده اعتراض کردند. وکلای حمید نوری و نیز بسیاری از وکلای بین المللی در اظهارات متعدد روند و اصل دادگاه حمید نوری را متأثر از سیاسی کاری و خارج از قواعد و موازین حقوقی بین المللی و حتی قوانین داخلی سوئد عنوان کردند.

آن ها اعلام کردند که شاکیان و شاهدان علیه نوری از این دادگاه استفاده کرده اند تا حکومت ایران را محکوم کنند. آن ها دادگاه سوئد را فاقد صلاحیت رسیدگی به این پرونده اعلام کردند و گفتند دادگاه سوئد صلاحیت رسیدگی به وقایع ۳۴ سال پیش در ایران را ندارد و باید این پرونده را برگرداند.

«حمید نوری» فرزند حمید نوری، با بیان اینکه «عنوان حکم پدرم را عوض کردند و در بررسی بدوی پرونده فرض گرفته شد که ایشان مجرم است و این بر خلاف اصل بدیهی «برات است» اظهار کرد: متأسفانه در چنین شرایطی برای پدر حکم صادر شد و او بدون اینکه ادله محکمی درباره اتهامات نسبت داده شده وجود داشته باشد باید ثابت می کرد که مجرم نیست. نوری گفت: دادگاه پدرم یک شرافت بود و در سکوت رسانه ها، عدالت در حال ذبح است. حمید نوری روند بی عدالتی در دادگاه سوئد را تا آنجا دانست که «حتی وکیل تسخیری سوئدی ها باری حمید نوری این روند و رفتارهای صورت گرفته نسبت به وی را مورد انتقاد و اعتراض قرار داد از جمله اینکه حمید نوری را به مدت ۴۹ ماه در انفرادی زندان کردند».

آخرین تغییرات دولت در لایحه اصلاحیه بودجه ۱۴۰۳

سرویس سیاسی

نماینده مردم تهران در مجلس ادامه داد: همچنین دولت در اصلاحیه بودجه این بند را اضافه کرده که خرید تضمینی گندم توسط شرکت مباشر دولتی در سال ۱۴۰۳ صرفاً در سقف مصارف یارانه ای نان صورت گیرد. همچنین هرگونه فروش آرد یارانه ای برای سایر مصارف ممنوع بوده و این گروه از مصرف کنندگان باید نسبت به خرید گندم مورد نیاز خود به قیمت تضمینی با اولویت سازوکار کشت قراردادی از کشاورزان اقدام کنند.

این عضو کمیسیون تلفیق لایحه بودجه ۱۴۰۳ گفت: یکی دیگر از اصلاحات دولت در لایحه بودجه این است که ضریب حقوق گروه های مختلف حقوق بگیر و بازنشستگان، وظیفه بگیران، مشترکان صندوق های بازنشستگی کشوری و لشکری و سایر صندوق های بازنشستگی وابسته به



دستگاه های اجرایی به میزان متوسط ۱۸ درصد افزایش پیدا کند و مستمری والدین شهدا معادل حداقل دریافتی بازنشستگان کشوری خواهد بود. رییس کمیته اقتصاد دیجیتال مجلس افزود: پیش از این دولت افزایش حقوق گروه های مختلف حقوق بگیر

شهادت ۲ نفر از مجروحان حمله تروریستی راسک تکذیب شد

سرویس سیاسی

معاون فرهنگی اجتماعی انتظامی سیستان و بلوچستان ادعای مطرح شده در فضای مجازی در خصوص شهادت ۲ نفر از مجروحان حادثه تروریستی راسک را تکذیب کرد و گفت: خوشبختانه حال مجروحان این حادثه رو به بهبودی است. به گزارش صبح ساحل، سرهنگ علی رحیمی اظهار کرد: امروز ۶ نفر از مجروحان حادثه تروریستی راسک از بیمارستان ترخیص شدند.

وی بیان کرد: حال عمومی ۲ مجروح دیگر مساعد و روند درمانی آنان در حال انجام است. نیمه شب پنجشنبه - ۲۳ آذرماه - در پی حمله گروهک تروریستی به مقر انتظامی راسک در استان سیستان و بلوچستان ۱۱۰ نفر از نیروهای فرابچه شهادت و در مقابل تعدادی از تروریست ها نیز به هلاکت رسیدند؛ یک نفر از این تروریست ها نیز دستگیر شده است. امروز شنبه در سیستان و بلوچستان عزای عمومی اعلام شده است. اسامی شهدای حادثه روز گذشته که از استان های سیستان و بلوچستان، گیلان، قزوین، بوشهر و خراسان رضوی، مسلم شجاعیان، احسان بابایی، پویا شیخ، ابوالفضل شریاری، محمدحسن براهویی، علیرضا اکبر مزار، علی دشت پوری، حسن بابانیا، احمد خمی، مجید فیروزنیا، حمید رضایی امین شهدای حمله تروریستی به راسک هستند.

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت دوم

شرکت تعاونی مسکن مهر نایبند شمالی به شماره ثبت ۹۱۲۵ و شناسه ملی ۱۰۸۰۰۱۱۸۸۷۰

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی مسکن مهر نایبند شمالی به شماره ثبت ۹۱۲۵ و شناسه ملی ۱۰۸۰۰۱۱۸۸۷۰ ساعت ۱۵:۰۰ روز دو شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۱ در محل پروژه شرکت تعاونی به آدرس: بندرعباس، بلوار راه آهن، شهرک پیامبر اعظم، بلوار عبدالوهاب راهبر، رو به روی لیفت فاضلاب برگزار می شود. از کلیه اعضای دعوت می شود شخصاً یا وکالتاً جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این جلسه حضور به هم رسانند. ضمناً به اطلاع می رساند که به موجب ماده ۱۹ آیین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی، تعداد آراء وکالتی هر عضو حداکثر ۳ رأی و هر شخص غیر عضو تنها یک رأی خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای نمایندگی، می بایست به همراه نماینده خود حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۰ در محل دفتر شرکت تعاونی حاضر تا پس از احراز هویت و تأیید وکالت، برگه ورود به مجمع را دریافت دارند.

دستور جلسه:

-قرارت گزارش هیئت مدیره و مدیرعامل و بازرسان شرکت تعاونی در مورد عملکرد شرکت تعاونی و پیشرفت پروژه.
-تصمیم گیری درخصوص اخراج اعضای که به تعهدات مالی خود پس از دریافت اخطاریه های کتبی قانونی عمل ننموده اند.

◀ هیئت مدیره و مدیرعامل شرکت تعاونی مسکن مهر نایبند شمالی

تاسیس شرکت با مسئولیت محدود ایده منصف پارسه در تاریخ ۱۴۰۲/۰۳/۰۲ به شماره ثبت ۲۳۰۴۳ و شناسه ملی ۱۴۰۱۲۲۵۶۱۷۱ ثبت و امضا ذیل دفاتر تکمیل گردیده که خلاصه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم آگهی میگردد. موضوع فعالیت: عرضه انواع گوشت مرغ، انواع ماهی و گوشت گوساله و غیره و اقلام اساسی خوار و بار صادرات و واردات به همراه خرید و فروش کلیه محصولات مجاز بازرگانی و وسایل لوازم مرتبط با موضوعات شرکت، انعقاد قرارداد با اشخاص حقیقی و حقوقی، اخذ و اعطای نمایندگی، شرکت در نمایشگاه های داخلی و خارجی، ایجاد شعب در سراسر کشور، شرکت در مناقصات و مزایدهات اخذ وام و تسهیلات از سیستم بانکی و موسسات مالی و اعتباری (پس از اخذ مجوز های لازم و مطابق قوانین و مقررات جمهوری اسلامی ایران) در صورت لزوم پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذریبط مدت فعالیت: از تاریخ ثبت به مدت نامحدود مرکز اصلی: استان هرمزگان، شهرستان بندرعباس، بخش مرکزی، شهر بندرعباس، گلشهر شمالی، خیابان دانشگاه، کوچه دانشگاه ۱۴، پلاک ۵، طبقه همکف کدپستی ۷۹۱۵۸۸۴۶۶۷ سرمایه شخصییت حقوقی عبارت است از مبلغ ۱,۰۰۰,۰۰۰ ریال نقدی میزان سهم الشرکه هر یک از شرکا آقای حسن ناصری به شماره ملی ۳۳۹۲۷۵۷۱۱۱ دارنده ۹۹,۰۰۰ ریال سهم الشرکه خانم آرزو امانی به شماره ملی ۳۴۷۹۹۶۷۱۲۴ دارنده ۱,۰۰۰ ریال سهم الشرکه اعضا هیئت مدیره آقای حسن ناصری به شماره ملی ۳۳۹۲۷۵۷۱۱۱ به سمت رئیس هیئت مدیره به مدت نامحدود خانم آرزو امانی به شماره ملی ۳۴۷۹۹۶۷۱۲۴ به سمت مدیرعامل به مدت نامحدود و به سمت عضو اصلی هیئت مدیره به مدت نامحدود دارندگان حق امضا: کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قرارداد های، عقود اسلامی و همچنین کلیه نامه های عادی و اداری با امضاء آقای حسن ناصری همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. اختیارات مدیر عامل: طبق اساسنامه روزنامه کثیرالانتشار صبح ساحل جهت درج آگهی های شرکت تعیین گردید. ثبت موضوع فعالیت مذکور به منزله اخذ و صدور پروانه فعالیت نمی باشد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری بندرعباس (۱۶۲۶۹۰۶)

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص حمل و نقل محبوب ترابر بندر به شناسه ملی ۱۰۹۸۰۲۴۰۷۲۷ و به شماره ثبت ۲۹۴۲ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۰ که طی نامه شماره ۲۸۴۳۱/۲۸۴۳۱ مورخ ۱۴۰۲/۷/۵ به تایید اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان هرمزگان رسیده است تصمیمات ذیل اتخاذ شد اعضا هیئت مدیره برای مدت دو سال به قرار ذیل تعیین گردیدند: آقای صادق رئیسی به شماره ملی ۶۶۲۹۵۲۹۸۸۱ به عنوان رئیس هیئت مدیره خانم معصومه پاییی به شماره ملی ۶۶۲۹۸۱۵۸۶۶ به عنوان نایب رئیس هیئت مدیره آقای محمود منبعی به کد ملی ۶۶۲۹۸۳۴۱۲۷ به عنوان مدیرعامل و عضو هیئت مدیره کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، برات، قرارداد ها و عقود اسلامی با امضا مدیرعامل و یکی از اعضا هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. آقای مهدی نویدنیا به شماره ملی ۹۴۶۳۱۲۹۷۴ به سمت بازرس اصلی، آقای علیرضا محرمی به شماره ملی ۰۰۲۸۰۷۱۴۱۲ به سمت بازرس علی البدل برای یک سال مالی انتخاب گردیدند. ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی به ۱۴۰۰ مورد تصویب قرار گرفت. روزنامه ابرار جهت نشر آگهی های شرکت انتخاب شد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری بندرعباس (۱۶۲۶۹۰۵)

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص مهندسی طرح و کار هونام به شناسه ملی ۱۰۸۰۰۸۴۵۹۰ و به شماره ثبت ۵۶۶۶ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۲ تصمیمات ذیل اتخاذ شد اعضا هیئت مدیره برای مدت دو سال به قرار ذیل تعیین گردیدند: آقای سید حمید موسوی به شماره ملی ۳۳۹۱۵۴۸۵۶۸ به سمت مدیرعامل وعضو هیئت مدیره خانم سیده عاطفه موسوی به شماره ملی ۳۳۹۱۶۰۰۰۰۴ از سمت رئیس هیئت مدیره خانم سیده اطهره موسوی به شماره ملی ۳۳۹۲۳۳۲۸۴ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره خانم سیده اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها و عقود اسلامی و سایر نامه های عادی و اداری با امضا مدیرعامل همراه با مهر شرکت و در غیاب ایشان با امضای رئیس هیات مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. روزنامه صبح ساحل جهت نشر آگهی های شرکت انتخاب شد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری بندرعباس (۱۶۲۶۹۰۴)

آگهی دعوت از سهامداران

آگهی دعوت سهامداران شرکت فردوس دریا خلیج فارس سهامی خاص به شماره ثبت ۱۷۶۲۱ و شناسه ملی ۱۴۰۰۶۸۷۳۷۸۹ جهت تشکیل مجمع عمومی فوق العاده در ساعت ۸ و مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده در ساعت ۹ و جلسه هیئت مدیره در ساعت ۱۱ بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت دعوت می شود تا در تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۲ در محل قانونی شرکت به آدرس هرمزگان بندرعباس - محله آیت الله غفاری- خیابان ۱۵ خرداد - کوچه مدرس ۱۸ - ساختمان (س هنر) - طبقه چهارم- واحد ۱۱- کدپستی ۷۹۱۴۹۱۷۷۳۶ تشکیل می گردد حضور به همراه رسانند.

دستور جلسه:

- ۱- نقل و انتقال سهام
- ۲- انتخاب اعضای هیئت مدیره ۳- انتخاب بازرسین ۴- تعیین سمت مدیران
- ۵- تعیین دارندگان حق امضا

◀ هیئت مدیره شرکت فردوس دریا خلیج فارس

استاندار هرمزگان در حاشیه امضای ۳۱ تفاهم‌نامه سرمایه‌گذاری بنادر کشور:

اختصاص ۷۴ هزار میلیارد ریال طرح گردشگری دریایی هرمزگان گامی موثر در توسعه دریامحور است

سرویس اقتصادی

استاندار هرمزگان از جذب بیش از ۳۲۰ هزار میلیارد ریال طرح سرمایه‌گذاری به عنوان بزرگترین جذب سرمایه‌گذاری تاریخ بنادر ایران یاد کرد و گفت: انعقاد این میزان قرارداد و تفاهم‌نامه جذب سرمایه‌گذاری نشان از اقدامات موثر سازمان بنادر و اداره کل بنادر و دریانوردی در این استان است.

به گزارش صبح ساحل، "مهدی دوستی" در حاشیه امضای ۳۱ تفاهم‌نامه سرمایه‌گذاری بنادر کشور با اشاره به جذب ۳۲۲ هزار و ۵۹۱ میلیارد ریال سرمایه‌گذاری در قالب ۱۰ طرح در بنادر استان، اظهار کرد: در تمامی این طرح‌های دریایی، بندری، ساخت سازه‌ای و تامین تجهیزات جذب سرمایه‌گذاری وجود دارد.

وی در ادامه از تلاش‌های هیات عامل سازمان بنادر و مدیریت اداره کل بنادر و دریانوردی استان هرمزگان قدر دانی کرد و اختصاص ۷۴ هزار میلیارد ریال سرمایه‌گذاری در حوزه گردشگری دریایی را یک ظرفیت بسیار مهم در راستای توسعه دریامحور برای استان هرمزگان دانست.

نماینده عالی دولت در هرمزگان با بیان اینکه دریامرکز نقل‌گفت‌نامه توسعه در استان هرمزگان است، گفت: یکی از گزاره‌های سند ابلاغی رهبر معظم انقلاب اسلامی تأکید بر استفاده از بستر و ظرفیت دریا در راستای توسعه دریامحور بوده که در اهمیت این مسأله از ابتدای سال نشست‌های مختلفی در استان پیرامون این موضوع مهم و راهبردی برگزار شده است.

دوستی در این رابطه بر ضرورت توسعه نرم‌افزاری در حوزه دریایی و بندری تأکید کرد و ادامه داد: رویکرد استان باید بر روی اصلاحات نرم‌افزاری متمرکز باشد چون این کار گامی موثر در راستای توسعه بهره‌وری پیش‌برنده خواهد بود. وی در ادامه شناسایی را یکی از دغدغه‌های مهم سازمان بنادر و دریانوردی

دانست و در این رابطه به انعقاد ساخت ۵۰ شناور بومی در استان هرمزگان اشاره کرد. استاندار هرمزگان اضافه کرد: استاندارسازی در حوزه دریایی و بندری مسأله بسیار مهمی است و در این موضوع باید از ظرفیت بیمه‌ها بهره‌گرفت. دوستی موضوع نهادسازی در بنادر کوچک را نیز مستلزم تصویب قانون و پیش‌بینی در برنامه‌های توسعه کشور دانست که بیش‌ترین هدف در این مسأله ایجاد هماهنگی و برطرف‌سازی تعارضات بین ذی‌نفعان در یک مسأله خواهد بود. گفتنی است: از ۳۱ تفاهم‌نامه منعقد شده بنادر کشور با حضور مهرداد بذریاش وزیر راه و شهرسازی، علی اکبر صفایی؛ مدیرعامل سازمان بنادر و دریانوردی و استانداران استان‌های ساحلی کشور؛ ۱۰ طرح سرمایه‌گذاری مربوط به اداره کل بنادر و دریانوردی استان هرمزگان بود.

این ۱۰ طرح شامل «احداث مجتمع مسافری گردشگری دریایی (بنادر شهید حقانی، نخل ناخدا و هرمز)، احداث ترمینال مکانیزه ریلی غلات، احداث خطوط لوله و ساماندهی پایانه نفتی، احداث ترمینال مکانیزه مواد معدنی، احداث زیرساخت اراضی پشتیبانی به مساحت ۱۳۳ هکتار، احداث زیرساخت اراضی پشتیبانی به مساحت ۱۲۲ هکتار، احداث واحدهای



سولفور زدایی مازوت، خرید تجهیزات قالب قرارداد پورت اپراتوری و احداث پیل دسترسی به اراضی ۲۴۰۰ هکتاری» بود که با سرمایه‌گذاری ۲۲۲ هزار و ۵۹۱ میلیارد ریال به امضا رسید.

امضای تفاهم‌نامه احداث مجتمع مسافری و گردشگری دریایی (بنادر شهید حقانی، نخل ناخدا و هرمز) با سرمایه‌گذاری ۷۴ هزار میلیارد ریال یکی از مهم‌ترین طرح‌های سرمایه‌گذاری است که از مهم‌ترین اهداف اجرای این قرارداد می‌توان به «تحقق منویات رهبر معظم انقلاب در زمینه توسعه دریامحور»، «توسعه گردشگری دریایی و پاسخ به نیاز افزایش گردشگری دریایی» (توسعه مناطق ساحلی و محلی، افزایش اقتصادی و اشتغال پایدار) و «ارتقا کیفیت ارائه خدمات مسافرتی دریایی داخلی و بین‌المللی» اشاره کرد.

ساخت شناور دغدغه مهم سازمان بنادر است

استاندار هرمزگان همچنین با اشاره به اینکه ساخت شناور به عنوان یک دغدغه مهم از سوی سازمان بنادر و دریانوردی مطرح است، گفت: این سازمان حمایت‌های مالی لازم را مدنظر قرار داده است تا صنعت پیشران دریا به

خوبی فعالیت کند.

"مهدی دوستی" در همایش توسعه دریامحور و گرامیداشت روز ملی حمل و نقل دریایی و بندری که با حضور مهرداد بذریاش؛ وزیر راه و شهرسازی و تعدادی از استانداران استان‌های ساحلی و جامعه دریایی و بندری کشور برگزار شد، اظهار داشت: ضرورت توسعه سخت‌افزاری و نرم‌افزاری یکی از مهم‌ترین مسائل در حوزه دریایی و بندری است و باید به صورت جدی مدنظر قرار گیرد. وی ادامه داد: باید بدانیم که هفت میلیون TEU ظرفیت کانتینری در هرمزگان داریم که ظرفیت عملیاتی حدود ۲ میلیون تن است. استاندار هرمزگان با تأکید بر ضرورت هماهنگ‌سازی سیاست‌گذاری سخت‌افزاری و نرم‌افزاری در حوزه دریایی و بندری، عنوان کرد: پوشش ریسک در حوزه دریایی و بندری یک اولویت مهم است و باید هماهنگی‌های لازم در این بخش صورت گیرد. دوستی با اشاره به اینکه اقتصاد دریامحور نیازمند حمایت است، گفت: مزیت‌های نسبی ما در بخش بالای زنجیره ارزش متمرکز شده است و باید از مزیت‌های سرزمینی بهره‌مند شویم.

وی با بیان اینکه تأمین مالی در حوزه دریایی و بندری یک مسأله بسیار مهم به شمار می‌رود که از سوی سازمان بنادر و دریانوردی مدنظر قرار گرفته است، اظهار داشت: در عین حال شناورسازی یکی از دغدغه‌های مهم سازمان بنادر و دریانوردی است و حمایت‌های لازم را در این زمینه مدنظر قرار داده تا صنعت پیشران دریا به خوبی فعالیت کند. استاندار هرمزگان ادامه داد: استانداردسازی در حوزه دریایی و بندری مسأله بسیار مهمی است و باید از ظرفیت بیمه‌ها به منظور پوشش ریسک بهره‌مند شویم. دوستی تأکید کرد: نباید صنعت به مجوزها گره بخورد و صنعت شناورسازی باید به گونه‌ای پیش‌برود که فعالیت‌ها دچار وقفه نشود و شاهد رونق این صنعت در کشور باشیم.

همچنین در ادامه معاون اقتصادی و سرمایه‌گذاری سازمان منطقه آزاد قشم از سیاست‌گذاری و هدف‌گذاری پرورش میگو در جزیره قشم براساس سیاست‌های کلی ابلاغ شده از سوی رهبر معظم انقلاب در حوزه اقتصاد دریا محور خبر داد و افزود: امید داریم بتوانیم در تعامل با شیلات و با استفاده از دانش روز شاهد رشد در تولیدات شیلاتی به ویژه در حوزه آبی پروری شهرستان قشم باشیم.

عظیم‌زاده اردبیلی افزود: در برنامه ریزی صورت گرفته و حرکت در مسیر تعاملی رشد، فرصت‌های جدیدی برای معرفی و توسعه ظرفیت‌های موجود و همچنین رونق شیلاتی در شهرستان قشم ایجاد خواهیم کرد.

میزخبر

طرح تنظیم بازار؛

روزانه ۲۲۰ تن مرغ در هرمزگان توزیع می‌شود

سرویس اقتصادی

مدیر توسعه بازرگانی سازمان جهادکشاورزی هرمزگان گفت: روزانه برای کنترل بازار و تأمین نیاز شهروندان در آستانه شب یلدا، ۲۲۰ تن مرغ گرم و منجمد در این استان توزیع می‌شود.

علی جمعی افزود: توزیع روزانه (از روز شنبه ۲۵ آذرماه) به‌طور متوسط ۲۰ تن مرغ منجمد و ۱۲۰ تن مرغ گرم در سطح شهر بندرعباس و شهرستان‌های استان به منظور تنظیم بازار و کنترل قیمت مرغ کشتار روز و همچنین جبران کمبود ناشی از عرضه مرغ گرم خارج استان آغاز شده است. وی بیان کرد: مرغ منجمد تنظیم بازاری به قیمت کلویی ۶۵۷ هزار ریال در سطح فروشگاه‌های استان و عاملین توزیع در دسترس شهروندان قرار گرفته است و مرغ گرم نیز پایین‌تر از قیمت میانگین کشوری متناسب با عرضه و تقاضا عرضه می‌شود. مدیر توسعه بازرگانی سازمان جهادکشاورزی هرمزگان اظهار کرد: در جهت کنترل قیمت مرغ و توجه به نیاز پروتئینی قشر متوسط به پایین جامعه که امکان خرید مرغ گرم با قیمت بالاتر میسر نمی‌باشد، روند توزیع روزانه مرغ منجمد با نرخ مصوب و مناسب که طبق برنامه قبلی ذخیره‌سازی شده، ادامه دارد. جمعی یادآور شد: با توجه به برنامه جوجه ریزی مناسب و ذخیره‌سازی مرغ منجمد با تأمین و تخصیص به موقع نهاده‌های دامی و همچنین متعادل سازی قیمت‌ها امیدواریم تا پایان سال جاری هیچ‌گونه مشکلی در تأمین نیاز مرغ نداشته باشیم و نوسانات احتمالی ناشی از اختلاف کاهش قیمت استان نسبت به سایر استان‌ها نیز با ذخیره مرغ منجمد، مدیریت کرده‌ایم. طبق اعلام سازمان جهادکشاورزی هرمزگان: تقریباً متوسط ماهانه بین یک میلیون و ۸۰۰ تا ۲ میلیون قطعه و سالانه نزدیک به ۲۰ میلیون قطعه جوجه‌ریزی در واحدهای مرغداری استان انجام می‌شود و تولید مرغ در سال نیز به حدود ۴۱ هزار تن می‌رسد. ۳۰۵ واحد مرغداری صنعتی گوشتی در استان هرمزگان فعال است که از این تعداد ۲۷ واحد با ظرفیت ۷۷۵ هزار و ۸۵۰ قطعه در هر دوره در دولت سیزدهم به بهره‌برداری رسیده است. / ایرنا

۲۰۹ فروند لنج باری و صیادی در قشم ساخته شد

سرویس اقتصادی

مدیر صنعت، معدن و تسهیل تولید سازمان منطقه آزاد قشم از ساخت ۲۰۹ فروند لنج باری و صیادی به ارزش ۶ هزار و ۵۶۷ میلیارد و ۹۰۵ میلیون ریال از ابتدای سال جاری تاکنون در این جزیره خبر داد.

مرتضی صابری، افزود: این ۲۰۹ فروند لنج در ۲۰ واحد شناور سازی چوبی و فایبرگلاس فعال در جزیره قشم تولید شده‌اند و شامل ساخت ۱۷۱ شناور باری و ۳۸ مورد شناور صیادی است. وی ادامه داد: تولید این شناورها براساس استانداردهای بین‌المللی و سازمان بنادر و دریانوردی، انجام شده است. مدیر صنعت، معدن و تسهیل تولید سازمان منطقه آزاد قشم توضیح داد: جزیره قشم با بهره‌مندی واحدهای تولیدی فعال در زمینه تولید شناورهای چوبی، فایبرگلاس، فلزی و آلومینیومی، قطب تولید شناورهای دریایی در ایران است. صابری اضافه کرد: پارسال ۱۵۹ فروند لنج باری، تفریحی و صیادی در جزیره قشم سرزمین آب و آفتاب تولید شده بود. صنعت لنج سازی از دیرباز در ایران به شیوه سنتی (ساخت شناورهای چوبی) در کرانه‌های خلیج فارس و دریای عمان رایج بوده و از صنایع بومی بندرهای جنوب کشور به شمار می‌رود. «لنج» در اصل یک قایق بزرگ موتور با عرشه باز یا نیمه باز است که نام آن در فارسی از واژه انگلیسی (launch) گرفته شده است. وجود کارگاه‌های مختلف لنج سازی و ایجاد مشاغل مرتبط به این صنعت در جزیره زیبای قشم، زمینه جذب و کارآفرینی برای نیروهای زیادی را در نواحی ساحلی سرزمین آب و آفتاب فراهم کرده است. به‌طور کلی برخی از روستاها و شهرهای بندری جزیره قشم به صید ماهی و برخی به دریانوردی و برخی دیگر مثل روستاهای «پی‌پشت»، «گوران»، «سریگ» در نزدیکی شهرهای «لافت» و «پی‌پشت» به ساخت لنج معروفند و با حضور در این مناطق می‌توان تعداد اندکی از کارگاه‌های لنج سازی را دید و از نزدیک با مراحل ساخت لنج آشنا شد.

منفودی

سند مالکیت (برگ سبز) خودروسواری سیستم رنو تیپ
TONDAR 90K4M رنگ سفید شیبری-روغنی مدل ۱۳۹۶ با شماره موتور
۱۰۰۰۱۹۶۰۶RR1۸۳۹۸۷، شماره شاسی NAALSRLDHA۲۶۵۳۷۵ و
شماره پلاک ۱۸۴-ایران-۷۲۹-ص ۵۸ به نام مرتضی کلوندی فرزند علی رضا
منفود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد

قابل توجه پیمانکاران و سرمایه‌گذاران در امر ساخت و ساز مسکن

شرکت تعاونی آمیتیس گسترکلیه طلایی به شماره ثبت ۲۱۵۳ شناسه ملی ۱۴۰۱۰۲۶۱۸۱۴ در نظر دارد جهت احداث اسکلت بتنی ۷۰ واحد در شهر میناب را به متقاضیان واجد صلاحیت واگذار نماید. مطابق مشخصات ذیل از کلیه سرمایه‌گذاران نوانمند و متخصص دعوت به همکاری می‌نماید.

شرایط مشارکت در ساخت:

- ۱- تعاونی در رد یا قبول پیشنهادات مختاری می‌باشد.
- ۲- مبلغ تضمین شرکت در مشارکت ۱۵ درصد مبلغ قرارداد میباشد که به صورت چک بانکی (رمزدار) و با ضمانت نامه بانکی قابل قبول خواهد بود.
- ۳- کلیه شرایط ساخت واحدها اعم از بیمه، مالیات، میخکوبی، گچ ریزی، بتن مگر و اجرای اسکلت بتنی بر عهده پیمانکار منتخب می‌باشد.
- ۴- پیمانکاران محترم باید پیشنهاد خود را به صورت هر متر مربع در پاکت مهرور به مهر شرکت تحویل دفتر تعاونی دهند.
- ۵- آخرین مهلت تحویل پیشنهادات شنبه ۱۴۰۲/۱۰/۹ می‌باشد.
- ۶- جلسه بازگشایی پاکتها ساعت ۱۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۰ در محل دفتر تعاونی می‌باشد.

مدیرعامل تعاونی آمیتیس گستر

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول شرکت تعاونی مسکن کارگران برق بندر عباس تاریخ انتشار آگهی ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

جلسه مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول شرکت تعاونی مسکن کارگران برق بندر عباس راس ساعت ۱۶ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۲ در محل نمازخانه شرکت توزیع نیروی برق به آدرس بندر عباس بلوار جمهوری اسلامی ساختمان مرکزی شرکت توزیع نیروی برق برگزار میشود.

از کلیه اعضای دعوت میشود شخصا یا وکالتنا جهت اتخاذ تصمیم به موضوعات ذیل در این جلسه حضور به هم رسانند. ضمناً به اطلاع میرساند که به موجب ماده ۱۹ آیین نامه نحوه تشکیل مجمع عمومی، تعداد آرا وکالتی هر عضو حداکثر ۳ رای و هر شخص غیر عضو تنها یک رای خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای نمایندگی، میبایست به همراه نماینده خود حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۱ در محل دفتر شرکت تعاونی واقع در شرکت توزیع حاضر تا پس از احراز هویت و تأیید وکالت، برگه ورود به مجمع را دریافت دارند.

دستور جلسه:

- ۱- طرح و تصویب اساسنامه جدید تعاونی منطبق با اصلاحات به عمل آمده در قانون بخش تعاون
- ۲- تمدید مدت شرکت تعاونی (ماده ۵ اساسنامه شرکت تعاونی)

هیئت مدیره شرکت تعاونی کارگران برق بندرعباس

میز خبر

۸ دیماه زمان برگزاری آزمون استخدامی سازمان بهزیستی

سرویس اجتماعی

مدیرکل توسعه نیروی انسانی و تشکیلات سازمان بهزیستی کشور با اشاره به برگزاری آزمون استخدامی برای جذب ۱۷۶۵ نفر در سازمان بهزیستی بیان کرد: تاریخ برگزاری آزمون کتبی توسط جهاد دانشگاهی به عنوان موسسه مجری جمعه (۸ دی ماه) اعلام شده است. علی‌الفعلی درخصوص برگزاری آزمون استخدامی در سازمان بهزیستی اظهار کرد: در این آزمون فرصت استخدام در ادارات کل استانی، ادارات شهرستانی، شیرخوارگاه‌ها و مراکز اورژانس اجتماعی در سازمان بهزیستی ایجاد شده است. افزایش در خصوص عنوان مشاغل مندرج در این آزمون بیان کرد: ثبت‌نام در این آزمون برای مشاغل تخصصی سازمان بهزیستی اعم از کارشناس امور بهزیستی، کارشناس امور توانبخشی و کودکان صورت پذیرفته است. مدیرکل توسعه نیروی انسانی و تشکیلات سازمان بهزیستی کشور با اشاره به برگزاری آزمون استخدامی برای جذب ۱۷۶۵ نفر در سازمان بهزیستی بیان کرد: تاریخ برگزاری آزمون کتبی توسط جهاد دانشگاهی به عنوان موسسه مجری جمعه (۸ دی ماه) اعلام شده و اعلام نتیجه آزمون کتبی در اواخر دی ماه صورت می‌گیرد. وی گفت: داوطلبان برای اطلاع از کلیه مراحل آزمون باید به سایت جهاد دانشگاهی به آدرس (htc.ir) مراجعه کنند. /ایسنا

به مناسبت شب یلدا؛

پویش یلداي همدلی در سراسر کشور برگزار می‌شود

سرویس اجتماعی

رییس مرکز مشارکت‌های مردمی و توسعه ظرفیت‌های فرهنگی و اجتماعی سازمان بهزیستی کشور از برگزاری پویش یلداي همدلی با هدف کمک به جامعه هدف سازمان بهزیستی خبر داد. سید محمد جواد حسینی رییس مرکز مشارکت‌های مردمی و توسعه ظرفیت‌های فرهنگی و اجتماعی سازمان بهزیستی کشور گفت: سازمان بهزیستی در راستای تحکیم بنیاد خانواده و رسالتی که در خصوص حمایت از فرزندان تحت پوشش خود در مراکز شبانه روزی دارد هر ساله با نزدیک شدن به شب یلدا، تمام تلاش و همت خود را به کار می‌گیرد تا با تهیه بسته‌های معیشتی یلداي شادی برای فرزندان تحت حمایت خود رقم بزند. وی افزود: در همین راستا پویش یلداي همدلی با هدف کمک به جامعه هدف سازمان تا ۳۰ آذر ماه برگزار می‌شود تا مردم شریف ایران در قالب روش‌های همدلی زیر نسبت به کمک در جهت بهتر برگزار شدن این جشن قدم بردارند. روش‌های همدلی - شماره کارت ۷۰۷۵-۷۰۷۶-۹۵۷۶-۶۳۶۷ کدهای دستوری: #۱۲۳* و #۷۳۳*۷۳۳* و #۷۴۱*۵*۷۴۱* نرم افزار موبایلی: ۷۲۴

لب قند



اصول نویسندگی

- این که چگونه به لقب دکتری نائل شدى بماند. اما نویسندگی ات جای سنوال دارد؟
- اتفاقاً نویسندگی برابم راحت تر بود.
- عجب!... چه طوری؟
- هیچی... اول چند تا پیام مردمی دادم به یک روزنامه که چاپ شد. بعدش از پیام‌های چاپ شده مقاله‌ای تهیه کردم که آن هم در روزنامه درج گردید. در حال حاضر هم به درخواست جناح آن وری در حال تهیه چند مقاله مسلسل تحلیلی در رد جناح این وری هستم!

«محمد رضا»

اختصاص بودجه‌های حمایتی به گروه‌های مردمی فعال در فرزندآوری



سرویس اجتماعی

دبیر ستاد ملی جمعیت از اختصاص ۳۰ درصد از بودجه‌های حمایتی به گروه‌های مردمی فعال در فرزندآوری و ازدواج خبر داد. شکیبا محبی تبار، دبیر ستاد ملی جمعیت در نشستی با حضور نمایندگان دستگاه‌های مختلف که در حوزه جمعیت نقش دارند، اظهار داشت: عملکرد دستگاه‌ها به صورت کامل در حوزه‌های مختلف احصا شده و کارنامه عملکرد صادر شده است که شامل موضوعات سلامت، سقط جنین، خدمات اجتماعی، گروه‌های مردمی، آموزش و پژوهش، تسهیلات شغلی و حکمرانی است.

وی با اشاره به اینکه کاهش سالانه ۵ درصد میزان زایمان سزارین در کشور محقق نشده است، گفت: دستورالعمل یکپارچه سازی سیاست‌های ترویج زایمان طبیعی و کاهش سزارین تدوین شده ولی اشکالات بسیاری داشته و هنوز اصلاح و ابلاغ نشده است. البته آموزش و فرهنگ سازی برای زایمان طبیعی در شبکه بهداشت در حال اجرا است. محبی

تبار با اشاره به بیمه اجتماعی زنان خانه‌دار روستایی و عشایر پس از تولد فرزند سوم به بعد افزود: متأسفانه در بودجه سنواتی سال ۱۴۰۲ اعتباری برای تقویت صندوق روستایی و عشایر بابت این تکلیف نیامده و هم اکنون صندوق مذکور کاملاً آمادگی شروع بیمه را دارد و منتظر تخصیص اعتبار از ناحیه بودجه متمرکز ستاد ملی جمعیت است. وی با اشاره به اینکه

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری باید حذف محتواهای آموزشی مغایر با سیاست‌های جمعیتی را انجام دهد، گفت: طرح تسهیلات مادران پزشک و پیراپزشک ابلاغ شده است ولی متأسفانه بر اساس بررسی‌های میدانی در برخی از دانشگاه‌ها مفاد آن اجرا نمی‌شود. دبیر ستاد ملی جمعیت گفت: پیشگیری از سقط غیرقانونی جنین و پیشنهاد اصلاح مقررات

رئیس بسیج رسانه هرمزگان:

دستاورد های انقلاب را با راویان پیشرفت معرفی می‌کنیم

سرویس اجتماعی

رئیس بسیج رسانه هرمزگان گفت: اردوی راویان پیشرفت بسیج رسانه هرمزگان در راستای فرامین مقام معظم رهبری و امید آفرینی در جامعه با حضور خبرنگاران این استان در مجتمع کشتی‌سازی و صنایع دریایی فراساحل ایران (ایزوایکو) برگزار شد تا دستاوردهای انقلاب را در سطح جامعه معرفی کنیم.

سرهنگ محمد رسول جلالی در حاشیه اردوی راویان پیشرفت اظهار کرد: انقلاب اسلامی ایران

و جمهوری اسلامی ایران در دوران عمر بیش از ۴۰ ساله خود دستاوردهای بسیاری داشته که برخی از آن‌ها در حوزه صنعتی است که باید به جامعه معرفی شود. رئیس بسیج رسانه هرمزگان یادآور شد: خبرنگاران حاضر در این اردو از بخش‌های مختلف مجتمع کشتی‌سازی و صنایع فراساحل ایران (ایزوایکو) بازدید کرده و با دستاوردهای مهم این حوزه آشنا شدند.

وی ادامه داد: معرفی درست این دستاوردهای می‌تواند روحیه غرور ملی و افتخار به هويت



جام رسانه امید در هرمزگان آغاز شد

آیین افتتاحیه جام رسانه امید هم در حاشیه برگزاری اردوی راویان پیشرفت در مجتمع کشتی‌سازی و صنایع فراساحل ایران برگزار شد و رئیس بسیج رسانه هرمزگان در این زمینه اظهار کرد: اصحاب رسانه وظیفه سنگین تبیین پیشرفت‌های انقلاب اسلامی را بر عهده دارند و جام رسانه امید هم با همین هدف در این استان آغاز شد. سرهنگ جلالی در خصوص این رویداد ۴۸ ساعته اظهار کرد: یکی دیگر از اهداف جام رسانه امید: امید آفرینی است و خبرنگاران می‌توانند تولیدی‌های رسانه‌ای خود را به پایگاه اطلاع‌رسانی این جام به نشانی jromid.ir ارسال کنند.

مسئول بسیج رسانه هرمزگان خاطرنشان کرد: محورهای این جام رسانه‌ای جهاد تبیین، جهاد خدمت و جهاد امید است که علاقه‌مندان به شرکت می‌توانند آثار خود را در قالب‌های ایده‌پردازی، گزارش مکتوب (خبری، تحلیلی، تحقیقی)، یادداشت و سرمقاله، یادگست، تیتراژ، عکس، بوستر و اینفوگرافی و کلیپ موبایلی ارسال کنند. /ایرنا

ایرانی را عمیق‌تر کرده و بر نشاط اجتماعی بیفزاید که این کار باید توسط متخصصان حوزه رسانه و تبلیغات و خبرنگاران انجام شود که به خوبی می‌توانند با فکر و ایده و نظر خود آثار عمیقی در جامعه داشته باشند. مسئول بسیج رسانه هرمزگان بیان کرد: اکنون ۲ هزار و ۶۳۰ نفر در مجتمع کشتی‌سازی و صنایع فراساحل ایران (ایزوایکو) در زمینه‌های تعمیر کشتی، ساخت جکت‌های نفتی و غیره مشغول بکار هستند که بنا به گفته مسئولان آن می‌توانند تا ۱۰ هزار نفر افزایش یابند.

وی ابراز کرد: این مجتمع خدمات خوبی در زمان تحریم به بخش دریایی کشور داده است و در زمینه نفت و گاز اکنون ۲ طرح بزرگ را در میدان نفتی فروزان و مرحله ۱۱ پارس جنوبی در دست دارد که مجموع اعتبار اجرای آن‌ها ۲۵۰ میلیون دلار است.

سرهنگ جلالی ابراز کرد: اکنون مجتمع کشتی‌سازی و صنایع فراساحل ایران (ایزوایکو) در زمینه ساخت کشتی هم قرارداد ساخت ۲ فروند کشتی را منعقد کرده که به‌زودی عملیات ساخت کشتی اول آغاز خواهد کرد و کشتی دوم که ۱۴۵ متر طول دارد روند ساخت آن در هفته‌های آینده آغاز خواهد شد.

جدول کلمات متقاطع | دوره جدید شماره ۴۲۳۵

طراح: مهدی سنگی

	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱															
۲															
۳															
۴															
۵															
۶															
۷															
۸															
۹															
۱۰															
۱۱															
۱۲															
۱۳															
۱۴															
۱۵															

افتی

۱- نام قدیم شهر گنبد کاووس - دختر حضرت آدم ۲- بستن و دوختن مزاج و شوخی - فیلم دنباله دار تلوزیونی ۳- کدخدا و صاحب روستا ویرگول - نرخ ثابت ۴- اشعه فرابنفش - نی قلمی - پشت گردن ۵- سوره چهل و دوم قرآن کریم - نیستی و نابودی - اشاره بدور ۶- خط کش هندسی - کنج و گوشه - پیوسته و پی در پی ۷- سختی و محنت - ایوان عبرت آموز - مقدار معینی از خوراک روزانه ۸- ماه چهارم میلادی -

حل جدول شماره ۴۲۳۴

	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	ا	ش	ت	ی	ب	ذ	ی	ر	ا	ف	ر	ا	ی	ن	ش
۲	س	ل	ب	ل	ا	ل	ا	ف	ر	س	ا	ی	ش	و	
۳	م	ه	ل	ی	ت	ه	ا	ت	و	ن	س	ر			
۴	ا	ک	ر	د	ن	ا	س	ی	ا	ر	ی				
۵	ن	ر	ا	د	م	ر	س	و	ل	ه	ن	م	د		
۶	ن	د	ق	ت	ز	ی	ر	ن	و	ک	ی	س	ه		
۷	ر	د	ا	و	ن	ا	ج	ا	ر	ا	س	ت			
۸	ه	ف	ج	ل	ا	ی	ر	ن	ا	م	ه	ی	ا		
۹	ا	ق	ر	ب	ب	ن	م	و	ل	ا	ب				
۱۰	ب	ل	ل	ا	ت	ی	ن	ا	ل	ا	ن	ی	س	ر	
۱۱	ی	و	ن	ا	ی	ر	م	ا	ن	ا	د	ا	ک		
۱۲	م	د	ع	ی	ا	س	ه	ک	ت	ه	ا				
۱۳	ه	ا	ه	و	ر	ک	ا	ه	م	ا	م	ک	ک		
۱۴	ن	پ	ر	و	ا	ن	ه	ک	ل	م	ل	ی			
۱۵	ه	ا	ل	و	ز	ن	و	ی	ر	ج	ی	ن	ا		

میزخبر

سازمان تعزیرات حکومتی عنوان کرد

جریمه ۸۰۰ میلیاردی مدارس متخلف

سرویس حوادث

رئیس سازمان تعزیرات حکومتی گفت: مدارس که بیش از حد تعرفه مشخص شده شهریه دریافت کرده بودند، ۸۰۰ میلیارد تومان جریمه شدند و ۴۳ میلیارد تومان هم به اولیا دانش‌آموزان برگردانده شد. احمد اصائلو اظهار داشت: اکنون موضوع قیمت شهریه مدارس دغدغه مردم است وزارت آموزش و پرورش دستگاه متولی است اما درگیری بسیاری دارد بنابراین باید سازمان در این خصوص وارد شود. اخذ شهریه مازاد بر تعرفه مصداق گرانفروشی است. وی افزود: در حوزه شهریه مدارس ورود کردیم و پس از جلسه با سازمان مدارس غیر دولتی و توسعه مشارکت های مردمی به این موضوع رسیدگی شد، البته از آموزش و پرورش در این خصوص گله داریم چراکه همکاری خوبی با ما نداشتند و آمار اطلاعات را به ما ندادند بنابراین شعب را به صورت میدانی وارد مدارس کردیم.

صدور رای قطعی برای بهمن خودرو

رئیس سازمان تعزیرات حکومتی در ادامه به صدور رای قطعی درباره تخلفات شرکت بهمن خودرو اشاره کرد و گفت: رای تجدیدنظر این شرکت با اصلاح میزان مجازات به مبلغ بیش از پنج هزار میلیارد تومان صادر شده و قابل اجراست. این شرکت در سال ۱۴۰۱ به دلیل گرانفروشی ۹۰۰ هزار میلیارد تومانی، به مبلغ ۱۴ هزار میلیارد تومان جریمه شده بود اما با اعتراض به رای دادگاه، اجرای این حکم تاکنون به تاخیر افتاده است. / ایرنا

ضبط ۲۸۱ هزار لیتر سوخت قاچاق در بندر لنگه

سرویس حوادث

قاچاقچیان سوخت در ۲ پرونده به پرداخت ۳۳۲ میلیارد ریال جزای نقدی محکوم شدند. به گزارش صبح ساحل مدیرکل تعزیرات حکومتی هرمزگان گفت: شعبه اول بدوی و ویژه رسیدگی به تخلفات قاچاق کالا و ارز تعزیرات حکومتی بندر لنگه به پرونده قاچاق ۱۷۴ هزار و ۵۰۰ لیتر گازوئیل به ارزش ۴۲ میلیارد و ۶۱۶ میلیون ریال رسیدگی کرد. کیومرث حسن پور افزود: این شعبه پس از بررسی و با توجه به مدارک موجود در پرونده، علاوه بر ضبط نفتگاز کشف شده متهم ردیف اول را به پرداخت ۱۲۷ میلیارد و ۸۴۸ میلیون ریال جزای نقدی محکوم و همچنین پرداخت ۴۲ میلیارد و ۶۱۶ میلیون ریال جریمه برای وسیله حامل سوخت قاچاق و متهم ردیف دوم را نیز به پرداخت ۸۵ میلیارد و ۲۳۲ میلیون ریال جریمه نقدی و در مجموع متهمان را به پرداخت ۲۵۵ میلیارد و ۶۹۶ میلیون ریال جزای نقدی محکوم کرد. به گفته حسن پور، این شعبه همچنین پرونده قاچاق ۱۰۶ هزار و ۵۰۰ لیتر سوخت به ارزش ۲۵ میلیارد و ۷۷۹ میلیون ریال بررسی کرد و با توجه به مدارک موجود، علاوه بر ضبط سوخت های کشف شده متهم را به پرداخت ۷۷ میلیارد و ۳۳۹ میلیون ریال جزای نقدی محکوم کرد. وی افزود: هر ۲ پرونده با گزارش مأموران سپاه پاسداران برای بررسی به تعزیرات حکومتی ارسال شدند.

کشف ۵۷ کیلوگرم حشیش در آب‌های خلیج فارس

سرویس حوادث

فرمانده مرزبانی هرمزگان از کشف ۵۷ کیلوگرم حشیش در آب‌های خلیج فارس و شهرستان میناب خبر داد. به گزارش صبح ساحل سردار بهادر اسماعیلی در تشریح این خبر اظهار کرد: ۵۷ کیلوگرم حشیش در آب‌های خلیج فارس و شهرستان میناب کشف شد. بنا بر این گزارش، پس از توقیف یک فروند شناور و بازرسی از آن این محموله کشف شد. به گفته وی، چهار نفر از قاچاقچیان در این پرونده دستگیر شدند. فرمانده مرزبانی هرمزگان اظهار کرد: با توجه به حضور و اشراقیت مرزبانان در جای جای نقاط استان، در حوزه ساحل و دریا و افزایش ضربت هوشیاری مرزبانان در شناسایی و کشف جرائم، از این پس مجرمان به ویژه سوداگران مرگ در امان نخواهند بود و با مجرمان برابر قانون و با قاطعیت برخورد می‌شود.

جانشین فرمانده انتظامی استان سمنان خبر داد

کشف ۸۵ کیلوگرم مواد مخدر در عملیات مشترک با هرمزگان

سرویس حوادث

جانشین فرمانده انتظامی استان سمنان از کشف پیش از ۸۵ کیلوگرم مواد مخدر تریاک در عملیات مشترک با استان هرمزگان خبر داد و گفت: در این رابطه سه نفر دستگیر شدند. سرهنگ سید علی میراحمدی اظهار کرد: برخورد قاطع و بی‌امان با سوداگران مرگ از طریق اقدامات اطلاعاتی و شبانه‌روزی مأموران خیره‌پلیس مبارزه با مواد مخدر استان به صورت ویژه در دستور کار قرار دارد. وی افزود: در همین راستا مأموران عملیات ویژه این، پلیس سرنخهایی از انتقال مواد مخدر توسط قاچاقچیان از مرزهای شرقی کشور به استان هرمزگان به دست آوردند که در پی آن هماهنگی های لازم درون و برون سازمانی برای دستگیری این افراد انجام شد. سرهنگ میراحمدی ادامه داد: اجرای عملیات دستگیری اعضای این باند توسط مأموران پلیس مبارزه با مواد مخدر استان هرمزگان و با هدایت و پشتیبانی اطلاعاتی و لحظه به لحظه مأموران عملیات ویژه پلیس مواد مخدر استان سمنان صورت گرفت. جانشین فرمانده انتظامی استان به شناسایی دو دستگاه خودروی سواری توسط مأموران اشاره و اضافه کرد: با برنامه ریزی انجام شده و برقراری تور ایست و کنترل هر دو دستگاه وسیله نقلیه متوقف و سه نفر دستگیر شدند. به گفته میراحمدی، پلیس ضمن بازرسی خودروها در مجموع ۸۵ کیلو و ۴۰۰ گرم مواد مخدر از نوع تریاک از این سوداگران مرگ کشف و ضبط کرد. / ایسنا

رئیس انجمن حمایت از بیماران سوخته (ققنوس):

سالانه حدود ۲ هزار کارگر دچار سوختگی الکتریکی می‌شوند

سرویس حوادث



مانند وزارت کشور، شهرداری‌ها، نظام مهندسی و ... مراجعه کرده‌ایم و اعلام کرده‌ایم که با انجام یک سری اقدامات می‌توان از این نوع سوختگی‌ها پیشگیری کرد. همچنین اگر به دلیلی نمی‌شود این حریم در پروژه رعایت شود، پس باید عایق‌سازی شود یا خطوط به زیرزمین منتقل شوند تا جلوی سوختگی‌های الکتریکی گرفته شود. اغلب افرادی که به این طریق دچار سوختگی می‌شوند، جوان هستند و اغلب هم دست و پای خود را از دست می‌دهند و تا پایان عمر از کار افتاده می‌شوند و برای اغلب این افراد تا پایان عمر تامین اجتماعی باید حقوق از کارافتادگی پرداخت کند، در حالی که با پیشگیری از این نوع سوختگی‌ها می‌توانیم هم زندگی این افراد را نجات دهیم و هم هزینه‌ها را کاهش دهیم، اما متأسفانه درک درستی از این موضوع وجود ندارد.

اغلب کارگران سوخته، جوان هستند

فاطمی با اشاره به مواردی که باعث پیشگیری از سوختگی‌های الکتریکی می‌شود، خاطرنشان کرد: اول اینکه باید کاری کنیم که پروژه حریم را رعایت کند، همچنین اگر به دلیلی نمی‌شود این حریم در پروژه رعایت شود، پس باید عایق‌سازی شود یا خطوط به زیرزمین منتقل شوند تا جلوی سوختگی‌های الکتریکی گرفته شود. اغلب افرادی که به این طریق دچار سوختگی می‌شوند، جوان هستند و اغلب هم دست و پای خود را از دست می‌دهند و تا پایان عمر از کار افتاده می‌شوند و برای اغلب این افراد تا پایان عمر تامین اجتماعی باید حقوق از کارافتادگی پرداخت کند، در حالی که با پیشگیری از این نوع سوختگی‌ها می‌توانیم هم زندگی این افراد را نجات دهیم و هم هزینه‌ها را کاهش دهیم، اما متأسفانه درک درستی از این موضوع وجود ندارد. وی درباره سوختگی ناشی از برق‌گرفتگی در بین کارگران صنعت برق ادامه داد: اتفاقاً برق‌گرفتگی در این قشر کم است، چراکه

رئیس انجمن حمایت از بیماران سوخته (ققنوس) با اشاره به اینکه سوختگی الکتریکی اغلب در بین کارگران ساختمانی شایع است، گفت: سالانه حدود ۲ هزار کارگر دچار این نوع سوختگی می‌شوند. «محمد جواد فاطمی» درباره حوادث کارگری که منجر به سوختگی می‌شوند، گفت: کارگران هم می‌سوزند و هم برق‌گرفتگی برای آن‌ها اتفاق می‌افتد و یکی از موضوعات مهم این است که تقریباً سالی ۲ هزار کارگر دچار سوختگی الکتریکی می‌شوند، علت این سوختگی‌ها که اغلب در پروژه‌های ساختمانی است به این صورت است که سیم برق از محیط کاری‌شان رد می‌شود و متأسفانه عایق‌سازی و ایمن‌سازی نمی‌شود و حریم‌ها رعایت نمی‌شود و کارگر ممکن است در زمانی که میله داربست را در دست دارد، به این سیم‌های برق گیر کرده و کارگر دچار برق‌گرفتگی شود.

برخی کارگران سوخته «دو دست» یا «دو دست یک پا» را از دست می‌دهند

وی با بیان اینکه اغلب این سوختگی‌ها در بین کارگران ساختمانی شایع است، ادامه داد: این افراد که دچار سوختگی الکتریکی پیدا می‌کنند، بیشتر دچار سوختگی دست و پا می‌شوند. در مطالعه‌ای هم که ما درخصوص این افراد داشته‌ایم ۶۵ درصد آنها حداقل یک عضوشان را از دست داده‌اند و یا دست یا پای‌شان قطع شده است. برخی از این افراد دو دست یا دو دست یک پا را از دست می‌دهند. حتی بیماری‌ها داشته‌ایم که دو دست و دو پای خود را به علت سوختگی الکتریکی از دست داده و قطع شده است. رئیس انجمن حمایت از بیماران سوخته (ققنوس) با تأکید بر اینکه همه این موارد قابل پیشگیری است، تصریح کرد: ما در مجموعه ققنوس برای پیشگیری از این نوع سوختگی‌ها به دستگاه‌ها و سازمان‌هایی

توصیه‌های پیشگیرانه پلیس هرمزگان در خصوص پیشگیری از سرقت منزل

سرویس حوادث

رئیس پلیس آگاهی هرمزگان به منظور پیشگیری از وقوع سرقت منزل، توصیه‌های لازم را به شهروندان ارائه کرد.

به گزارش صبح ساحل سرهنگ عبدالمجید کریمی با هدف پیشگیری و کاهش وقوع سرقت منزل در استان به عموم شهروندان توصیه کرد تا حد امکان از خالی گذاشتن منزل خودداری کرده و برای اطمینان بیشتر، بر روی دیوارها، کلبه پنجره‌ها و نقاط قابل نفوذ مانند نورگیر و ... حفاظ محکم و مقاوم نصب کنند و درب پشت بام منزل خود را به حفاظ نرده‌ای و قفل اویز مطمئن مجهز کرده و در صورت تغییر محل سکونت یا مفقود شدن کلید یدک منزل، تویی قفل درهای ورودی را تعویض کنند. وی با بیان اینکه ضروریست شهروندان کلید منزل خود را در دسترس افراد غیرمطمئن قرار ندهند و از قرار دادن کلید در زیر جاکفشی، داخل کفش و سایر نقاط قابل دسترسی پرهیز نمایند و برای جلوگیری از سرقت منزل به روش تویی زنی، تویی قفل را با بدنه درب همسطح کنند، از قرار دادن چهار پایه و نردبان و نظایر آن در حیاط منزل خصوصاً در کنار دیوار خودداری کنند.

رئیس پلیس آگاهی استان هرمزگان با تأکید بر خودداری شهروندان از نگهداری وجوه نقد و طلا و جواهرات به مقدار زیاد در منزل اظهار داشت: در مواقعی که مجبور به نگهداری موقت وجوه نقد و اشیاء قیمتی در داخل منزل هستند، از پنهان کردن آن بصورت یک جا خودداری کرده و حتی امکان از گاو صندوق سالم و مطمئن استفاده کنند یا اموال باارزش مانند طلا و جواهرات و وجوه نقد خود را به صندوق امانات بانک بسپارند. این مسئول انتظامی در پایان به عموم شهروندان و مردم قدرشناس استان توصیه کرد: نزد افراد ناشناس و کسانی که اعتماد کافی به آنها ندارند از میزان اموال و دارایی موجود خود در منزل صحبت نکنند و از نوشتن نام و مشخصات خود بر روی زنگ منزل خودداری خودداری کرده و اگر در اطراف محل زندگی آنان خانه‌های خالی از سکنه و نیمه‌ساز وجود دارد در حفاظت و مراقبت از منزل و اموال خود جدیت و حساسیت بیشتری داشته باشند و در صورت مشاهده هرگونه موارد مشکوک در اسرع وقت از طریق سامانه تلفنی مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ و شماره ۲۱۸۲۵۳۴ اداره مبارزه با سرقت پلیس آگاهی استان اطلاع دهند تا در کمترین زمان نسبت به شناسایی جرم و دستگیری مجرمان اقدام گردد.

پرداخت درب منزل

روش مطمئن در خریدهای اینترنتی

یکی از شگردهای مجرمان سایبری راه اندازی فروشگاه‌های اینترنتی جعلی در شبکه‌های اجتماعی می‌باشد. لذا شهروندان دقت داشته باشند، یکی از مطمئن‌ترین روش‌ها برای خریدهای اینترنتی پرداخت حضوری می‌باشد

پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات فراجا
www.Cyberpolice.Gov.ir

لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه های کشور

«فولاد» اولین شکست بعثت کرمانشاه را رقم زد

میزخبر

مدیرکل ورزش و جوانان هرمزگان
امیدواریم بتوانیم در حوزه ورزش
گام های مثبتی در هرمز برداریم



سرویس ورزشی

مظفر مهری خادمی نسب مدیرکل ورزش و جوانان هرمزگان به اتفاق حبیب بهادری سرپرست فرمانداری بندرعباس، مهدی مسیحی مسئول فنی مهندسی اداره کل ورزش و جوانان هرمزگان، امین رئیسی رئیس اداره ورزش و جوانان بندرعباس و پویان سرپرست اداره ورزش و جوانان هرمز، حر گلزاری عضو شورای و جمعی از پیشکسوتان هرمز از اماکن و فضاهای ورزشی این جزیره بازدید نمود. به گزارش صبح ساحل، خادمی نسب در سفر به جزیره هرمز و بازدید از اماکن ورزشی این جزیره بر لزوم تکمیل زیرساخت های ورزشی این جزیره تاکید کرد. وی ضمن بازدید از اماکن و تاسیسات ورزشی جزیره هرمز اظهار داشت: امیدواریم با هماهنگی بخشداری، شورا و شهرداری جزیره هرمز، بتوانیم در حوزه ورزش در این جزیره گام های مثبتی را برداریم. در جریان این سفر از زمین فوتبال چمن مصنوعی جزیره هرمز بازدید به عمل آمد و دستورات پیگیری جدول دور زمین، سکوی تماشاچیان و همچنین ترمیم زمین های فوتبال و والیبال ساحلی صورت پذیرفت و مقرر شد اداره کل ورزش و جوانان و فرمانداری مشکلات سرمایه‌ی و سقف سالن های موجود در جزیره را مرتفع نمایند.

باشگاه های کشور شهرداری بندرعباس در گروه اول با تیم های نیروی زمینی تهران، بهمن تهران، شهرداری بابلسر، فولاد ب خوزستان، چوکا تالش، سپیدرود رشت، شهرداری ماهشهر، شهرداری ساری، آینده سازان شهرداری رزکان، تهران یاسا، پاس همدان و شهرداری بوم هم گروه است. فولاد هرمزگان و شناور سازی پی پشت قسم در گروه دوم با تیم های آریان همدان، شهرداری نوشهر، آکادمی کیا، شهید فندی یزد، بعثت کرمانشاه، نیکا پارس چالوس، نود ارومیه، اسپاد الوند تهران، اترک بجنورد، شاهین تاپان بوشهر، پترو پالایش شازند و کویر مقوا تهران هم گروه هستند.



عبدالحسین رضوانی



به پایان برسد. در نیمه دوم فولاد هرمزگان می‌توانست دوباره به گل برسد اما این گونه نشد و بازی با نتیجه دو بر صفر به سود فولاد به پایان رسید.

نتیجه دو بر صفر تیم بدون شکست بعثت کرمانشاه را مغلوب کرد و ۱۷ امتیازی شد. در نیمه نخست این بازی و در دقیقه ۲۵ مهرداد آوخ گل اول را قرمزپوشان فولاد به ثمر رساند.

حملات شاگردان کریمیان در تیم فولاد در نیمه اول ادامه پیدا کرد و در دقیقه ۴۰ ایمان کیانی نماینده هرمزگان را به گل دوم رساند تا بازی در این نیمه با نتیجه دو بر صفر

محمود رئیسی

دبیر سرویس ورزشی



تیم فولاد هرمزگان در هفته دهم لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه های کشور برابر تیم بعثت کرمانشاه به برتری دست یافت. از گروه دوم لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه های کشور تیم فولاد هرمزگان در دیداری خانگی با

رئیس اداره ورزش و جوانان جاسک

داشتن یک چمن با کیفیت حق فوتبال ایست های جاسکی است

در نخستین دیدار تدارکاتی
تیم ملی فوتبال ساحلی ایران
به سنگال باخت

سرویس ورزشی

تیم ملی فوتبال ساحلی ایران در نخستین دیدار تدارکاتی خود با حضور ملی پوش هرمزگانی مقابل تیم سنگال شکست خورد. به گزارش صبح ساحل، ساحلی بازان کشورمان در بوشهر با نتیجه دو بر یک مغلوب تیم ملی سنگال شدند. تک گل ایران را محمد محمدپور به ثمر رساند. رضا امیری زاده بازیکن هرمزگانی در این مسابقه برای تیم ملی فوتبال ساحلی ایران به میدان رفت. تیم ملی فوتبال ساحلی ایران سه مسابقه دوستانه با تیم ملی سنگال انجام خواهد داد. تیم ملی کشورمان برای حضور در جام جهانی فوتبال ساحلی ۲۰۲۴ امارات آماده می‌شود.

محمود رئیسی

مسابقات لیگ فوتبال جوانان شهرستان جاسک که از یک ماه پیش با شرکت پنج تیم زیر نظر هیئت فوتبال و همکاری اداره ورزش و جوانان در زمین چمن استادبوم ورزشی شهید لشکری جاسک آغاز شده بود با قهرمانی تیم طوفان بونجی به پایان رسید. دیدار فینال این مسابقات بین دو تیم طوفان بونجی و ایثارگران با قضاوت حسن بازرگان، مهرداد بابیران و نوید باستان برگزار شد که در این بازی تیم طوفان بونجی با نتیجه شش بر صفر تیم ایثارگران را شکست داد و قهرمان لیگ جوانان شهرستان جاسک شد.

تیم های ایثارگران و امید شهرداری یکینی مقام های دوم و سوم این را به دست آوردند. در مراسم اهدا جوایز این مسابقات عبدالمجید مرادی رئیس اداره ورزش و جوانان جاسک، احمد ارجمند رئیس هیئت فوتبال جاسک حسین روشنی مسول کمیته انضباطی هیئت، افشین احمدی مسول کمیته داوران هیئت فوتبال و جمعی از پیشکسوتان ورزش حضور داشتند و جوایز تیم های برتر را اهدا کردند. از سوی مسولان برگزاری این مسابقات حسین احمدی از تیم ایثارگران به عنوان بهترین بازیکن و شایان طاهری از تیم طوفان بونجی با ۱۵ گل زده به عنوان بهترین گلزن این دوره از مسابقات معرفی شدند. افشین احمدی، احمد سعادت، محمد بادسار، منصور نجیری، جهانگیر دریایی،



لشکری شهر جاسک اقدامی نکنند موضوع را به تهران انعکاس خواهیم داد. آیا فرزندان مسولین حاضر هستند در زمین بی کیفیت و از بین رفته مثل جاسک بازی کنند. ما را شرمند جوانان نکند حق جوانان جاسک بیشتر است و داشتن یک چمن با کیفیت حق جوانان فوتبال ایست جاسکی می‌باشد. وی از استاندار، فرماندار و امام جمعه درخواست کرد به این موضوع ورود کنند و هرچه زودتر تکلیف این چمن را مشخص نمایند.

چمن این ورزشگاه کیفیت خود را از دست داده است و چندین بار در این خصوص با متولیان ورزش استان مکاتبه کرده ایم و تا کنون هیچ اقدامی صورت نگرفته است. وی گفت: شهرستان جاسک به عنوان پایتخت طلایی مکران زمین چمن با کیفیتی ندارد و زمین نیست شهرستان مستعد جاسک زمین چمنش به این شکل بدون کیفیت باشد و ورزشکاران در حین برگزاری مسابقات مصدوم شوند. متولی ورزش جاسک بیان داشت: اهل شعار و تعارف نیستیم و اگر مسولین ورزش استان نسبت به تعویض چمن ورزشگاه شهید

رامین باسی و احمد ارجمند در برگزاری این مسابقات همکاری داشتند. عبدالمجید مرادی در مراسم اختتامیه و اهدا جوایز این مسابقات گفت. تشکر می‌کنم از رئیس و اعضای هیئت فوتبال جاسک و مسول اجرایی و داوران و همکاری مربیان تیم های شرکت کننده که تلاش کردند زمینه پر کردن اوقات فراغت جوانان را فراهم کردند. مرادی رئیس اداره ورزش و جوانان جاسک بیان داشت: از مسولین استان و شهرستان در خواست دارم در خصوص تعویض چمن استادیوم ورزشی شهید لشکری جاسک همکاری و اقدام کنند.

با حضور رئیس اداره ورزش و جوانان برگزار شد
سطح بندی ژیمناستیک کاران دختر
و پسر جاسکی



سرویس ورزشی

مراسم اعطای گواهینامه سطح بندی ژیمناستیک کاران دختر و پسر در جاسک برگزار شد. به گزارش صبح ساحل، با حضور عبدالمجید مرادی رئیس اداره ورزش و جوانان، کلتوم راهی زاده، مسول

ورزش بانوان، حمیده منجگانی رئیس هیئت ژیمناستیک جاسک گواهی نامه سطح بندی هنرجویان دختر و پسر اعطا شد. در این مراسم حمیده منجگانی رئیس هیئت ژیمناستیک جاسک گفت: شصت نفر از هنرجویان دختر و پسر در محل سالن ژیمناستیک جاسک گواهی نامه سطح بندی را دریافت کردند. رئیس هیئت ژیمناستیک جاسک بیان داشت: از رئیس هیئت ژیمناستیک استان، رئیس اداره ورزش و جوانان جاسک و مسول ورزش بانوان که در امر برگزاری آزمون و اعطای گواهی نامه ها با این هیئت همکاری داشتند تشکر می‌کنم و قدردان تمامی والدین هنرجویان به خاطر تشویق فرزندان خود به این رشته ورزشی بودند هستیم.



آخرین جزئیات از اجرای کروکی برخط اعلام شد

رئیس بیمه مرکزی گفت: کارشناسان تصادفات راهور را به تبلت مجهز کردیم و آن‌ها کروکی تصادفات را به صورت برخط می‌کشند و به بیمه مرکزی ارسال می‌کنند. علی‌استاد هاشمی رئیس کل بیمه مرکزی گفت: اکنون بیمه مرکزی تعدادی تبلت جدید تهیه کرده است و سروها و اقدامات نرم افزاری و سخت افزاری آن از سمت ما و پلیس راهور به شکل مشترک انجام شده است. وی ادامه داد: تبلت در اختیار کارشناس تصادفات راهور است

و در تبلت به شکل فرمت موارد وجود دارد و بر اساس آن کروکی کشیده و فایل pdf آن به بیمه مرکزی ارسال می‌شود. رئیس کل بیمه مرکزی ادامه داد: بعد از تهیه فایل یک نسخه آن به شماره تلفن ارائه شده از جانب راننده متخلف که حاوی لینک بازگاری است، ارسال می‌شود و وی به راحتی با بازکردن لینک ارسالی، می‌تواند pdf کروکی را دریافت کند در نهایت کروکی به بیمه مرکزی می‌رسد و ما هم به شرکت‌های بیمه ارسال می‌کنیم.



بنیانگذار:
شادروان
قاسم کرمی

صاحب امتیاز
شرکت تعاونی صبح ساحل
مدیرمسئول
الهام کرمی
قائم‌مقام مدیرمسئول و سردبیر
مهراب رشیدی
دبیر سرویس ورزش
محمود رئیسی
دبیر سرویس اجتماعی و حوادث
آنا رام

دبیر سرویس آنلاین
سامیه پهورنیا
چاپ مهدوی کرمان
تحریریه
۰۷۶۳۲۲۹۵۸۵ (داخلی ۱۰۸)
آگهی‌ها
۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۲ - ۳۲۲۴۶۷۵۱
(داخلی ۱۰۵)
فکس شبانه‌روزی
۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۳

امور مشترکین
۰۷۶۳۲۲۳۳۳۷۲۶ (داخلی ۱۰۱)
دفتر مرکزی
بندرعباس، خیابان امام خمینی،
حدفاصل شهرپلانی و اتوتاج، جنب
بانک رفاه، ساختمان صبح ساحل
پایگاه خبری آنلاین
www.sobhesahel.com

بهترین مانیتورهای اندروید ماشین از نظر قیمت و کیفیت

میزخبر

تست درایو کشنده شک‌موتو X۵۰۰۰ آرین دیزل در بندرعباس

سرویس خبری

شرکت آرین دیزل طی برنامه ای در پایانه باربری بندرعباس شرایط تست درایو کشنده تک محور X۵۰۰۰ شک‌موتو را برای علاقمندان فراهم کرد. این برنامه با هدف آشنایی دقیق مصرف‌کنندگان با محصول آرین دیزل و کمک به ایشان برای انتخاب بهتر محصول انجام شده است.

۲. webp در این برنامه مواردی نظیر شتاب، گشتاور، هندلینگ، ترمزها و امکانات رفاهی کشنده X۵۰۰۰ تک‌محور توسط مخاطبان مورد بررسی قرار گرفت. برنامه



تست درایو در نقاط حیاتی و پرتردد حمل و نقل جاده‌ای، با توجه به بعد مسافت، یکی از اهداف اصلی آرین دیزل در این حوزه است. در این راستا، برنامه جدید برای تست درایو برند شک

موتو در پایانه‌های باری کشور به طراحی شده است، که یکی از نقاط مهم برگزاری این برنامه پایانه باربری بندرعباس است. با توجه به موقعیت جغرافیایی منحصر به فرد این شهر به عنوان یک بندرتجاری بزرگ، این تصمیم می‌تواند علاوه بر امکان تست خودرو، فرصت بازاریابی برای کشورهای همسایه را نیز به ارمغان بیاورد. ۲. webp شک‌موتور X۵۰۰۰ تک‌محور کشنده ای ۴۴ تنی است که به یک موتور ۶ سیلندر ۱۳ لیتری توربو دیزل مجهز است که توانایی تولید ۵۲۰ اسب بخار قدرت و ۲۴۶۰ نیوتن مترگشتاور را دارد. توان تولیدی این موتور از طریق یک گیربکس اتوماتیک با ۱۶ دنده جلو و ۲ دنده عقب به چرخ‌ها منتقل می‌شود.

ابتدا باید جنس پنل صفحه نمایش را در نظر داشته باشید. پنل های IPS نسبت به پنل های TFT از کیفیت خیلی بالاتری برخوردار هستند. علاوه بر این مانیتورهای خودرو باید سیستم عامل بروز و جدیدی را داشته باشند تا در طول زمان استفاده از مانیتور به سختی و همچنین از یک مانیتور با رابط کاربری قدیمی استفاده ننمایید. نکته ی دومی که در مانیتور خودرو باید به یاد داشته باشید این است که مانیتور شما باید CPU قابل قبولی را داشته باشد. همچنین از فرکانس CPU قابل قبول و مقدار حافظه رام بالای ۱ گیگ را دارا باشد. این حافظه به شما کمک می کند تا شما به راحتی با مانیتور خودرو در ارتباط باشید.

همچنین داشتن فن نیز برای داشتن یک مانیتور خوب و به دلیل این که خودروی شما در معرض گرما می باشد، گزینه ی بسیار مناسب و مهمی برای خودرو می باشد. در ادامه با ما همراه باشید تا چند نمونه ی خوب از مانیتور را برای شما نشان دهیم. توجه داشته باشید که این مانیتورها برای تمامی خودروها قابل نصب می باشند. ۳. gif کلیدهای پشت فرمان در ادامه محصولی نیز برای خودرو برای راحتی بیشتر پشت فرمان پیشنهاد می کنیم که با این محصول که نام آن کلیدهای پشت فرمان می باشد. با کلید های پیشست فرمان نیز به راحتی ولوم را کم و زیاد نمایید و شما می توانید از سایر امکانات رفاهی بهره مند شوید. /



شما باید CPU قابل قبولی را داشته باشد. همچنین از فرکانس CPU قابل قبول و مقدار حافظه رام بالای ۱ گیگ را دارا باشد. این حافظه به شما کمک می کند تا شما به راحتی با مانیتور خودرو در ارتباط باشید. همچنین داشتن فن نیز برای داشتن یک مانیتور خوب و به دلیل این که خودروی شما در معرض گرما می باشد، گزینه ی بسیار مناسب و مهمی برای خودرو می باشد. در ادامه با ما همراه باشید تا چند نمونه ی خوب از مانیتور را برای شما نشان دهیم. توجه داشته باشید که این مانیتورها برای تمامی خودروها قابل نصب می باشند. ۲. gif راهنمای خرید مانیتور خودرو در خرید مانیتور خودرو باید چند رکن اساسی و مهم را رعایت نمایید. در

جهت خرید ارائه نماییم. اما پیش از این به شما راهنمایی لازم و اینکه چرا ما این مانیتورها را برای شما انتخاب کردیم شرح می دهیم. راهنمای خرید مانیتور خودرو در مهم را رعایت نمایید. در ابتدا باید جنس پنل صفحه نمایش را در نظر داشته باشید. پنل های IPS نسبت به پنل های TFT از کیفیت خیلی بالاتری برخوردار هستند. علاوه بر این مانیتورهای خودرو باید سیستم عامل بروز و جدیدی را داشته باشند تا در طول زمان استفاده از مانیتور به سختی و همچنین از یک مانیتور با رابط کاربری قدیمی استفاده ننمایید. نکته ی دومی که در مانیتور خودرو باید به یاد داشته باشید این است که مانیتور

سرویس خبری

بهترین مانیتورهای اندروید ماشین از نظر قیمت و کیفیت مانیتورهای خودرو امروزه از جمله، پرطرفدارترین و از دسته موارد بسیار مهم و کاربردی در خودروهای امروزی محسوب می شوند. خودروهای امروزی با داشتن مانیتورهای اندروید و سایر سیستم عامل ها نظیر اندروید و ویندوز طرفداران بسیار زیادی را به خود جلب نموده اند. اما چرا این مانیتورهای نیازشان در خودرو حس می شوند و شما را وا میدارند تا یک مانیتور با کیفیت و با دوام برای مسی‌های داخل شهری و بیرون از شهر تهیه نمایید. مانیتور خودرو چه کاربردی در خودروی ما دارد.

مانیتور رکن اساسی در خودرو مانیتور خودرو بیش ترین کاربردی که دارد، مراقبت از شما در مسی‌هایی است که تا به حال به آنجا نرفته اید و با کمک یک دستیار صوتی و تصویری، شما راه به شکل صحیح به مسیر مورد نظر هدایت نماید. شاید با خود بگویید که این کار را با یک تلفن همراه نیز می توانید انجام دهید. اما نکته ای ایمنی را باید رد نظر داشته باشید و آن هم این است که با داشتن موبایل در دستان خود و یا روی هولدر، حواستان پرت شده و ممکن است که فرمان حرکتی خودروی خود را از دست بدهید. در ادامه با ما همراه باشید تا مانیتورهایی را به شما

طرح: پرنیان بلوچی



غبارپاشی گیاهان



قطرات باید ریزو بصورت مه باشند



زیر نور خورشید حداکثر ۳ تا ۵ بار غبارپاشی کنید بصورت مه باشند



حداقل فاصله باید نیم متر باشد



هر روز غبارپاشی کنید



از آب جوشیده سرد استفاده کنید

اگر گیاه شما رطوبت دوست است. برای تامین رطوبت از ایجاد جزیره یا گذاشتن یک ظرف آب کنار گلدان استفاده کنید



عکس روز | پارک دباغیان

| عکس: صبح‌ساحل - یاسمن خورسند |

سرویس زندگی

غذاهای سنتی ایرانی در شب یلدا



از اینکه گوشت به‌طور کامل پخته شد، میوه به‌را معمولاً در قطعات درشت خرد می‌کنند و بعد از تفت دادن به خورش می‌افزایند تا پس از پخت نیز ظاهرش حفظ شود. در مراحل پایانی، آلو و در صورت نیاز به جاشنی، کمی شکر به خورش اضافه می‌کنند و می‌گذارند به غلظت لازم برسد.

برخی استفاده از کمی آلبیمو را نیز برای طعم بهتر غذا توصیه می‌کنند. اضافه کردن دارچین، زعفران، هل و گلاب نیز برای عطر بیشتر خورش، کاملاً اختیاری است. عده‌ای نیز آلو را به‌طور کامل از خورش به حذف می‌کنند و برخی دیگر، با افزودن مقداری لپه، غذای مشابه خورش قیمه آماده می‌سازند.

آش انار

روش طبخ آش انار در شهرهای مختلف کشور کمی فرق می‌کند؛ اما در محصول نهایی، چندان به چشم نمی‌آید؛ برای مثال، برخی از افراد از برنج نیم‌دانه و لپه در تهیه این آش استفاده می‌کنند و عده‌ای دیگر، بلغور و انواع حبوبات را در آن به کار می‌برند. گیلانی‌ها آش انار را کاملاً بدون گوشت می‌پزند، در مقابل، مردمان آذربایجان، آب گوشت یا گوشت چرخ کرده را با سایر مواد آش مخلوط می‌سازند و اهالی شیراز، این گوشت را به‌شکل کوفته ریزه به آش انار اضافه می‌کنند. گروهی نیز کمی گلپر برای عطر و مقداری لبوی خردشده برای رنگ و طعم بهتر به آش انار می‌افزایند.

خورش اناربیج گیلان

اناربیج از خورش‌های اصیل و محبوب استان گیلان به حساب می‌آید که تقریباً مشابه خورش فسنجان است. برای تهیه این خورش، سبزیجات معطر شامل خالوآش، چوچاق، جعفری، گشنیز و نعنا خرد شده را کمی تفت می‌دهند. پیاز داغ، گردوی آسیاب‌شده، رب انار و ادویه را جداگانه روی حرارت می‌گذارند تا بپزد و به روغن بپیفتد. در مرحله بعد، سبزی سرخ‌شده را نیز با سایر مواد ترکیب کرده و اجازه می‌دهند تا پخت غذا تکمیل شود. در نهایت، کوفته قلقلی سرخ‌شده و سرخ‌شده و ادویه مرغ را نیز به خورش اناربیج اضافه کرده و پس از جاف شدن غذا، آن را به‌همراه برنج کته سرو می‌کنند. در مواردی، از آب انار ترش یا آغوره نیز برای طعم بهتر این خورش قدیمی خوشمزه استفاده می‌شود.

انار پلو (نار پلو)

انار را به‌عنوان نماد شب یلدا می‌شناسند و انار پلو یا انار پلو مجلسی و خوش‌رنگ و لعاب، با مرغ یا گوشت سرو می‌شود. عده‌ای برنج را جداگانه دم می‌کنند و مخلوط مرغ پخته و ریش‌ریش شده، دانه‌های انار، پیازداغ، رب انار، خلال پسته و بادام و زعفران را با هم تفت داده و پس از کنسیدن برنج در دیس، این مخلوط آماده را روی آن می‌دهند. برخی نیز به‌جای مرغ از گوشت قلقلی (کوفته ریزه) استفاده می‌کنند. قزوینی‌ها، فیله یا تکه‌های مرغ را به‌شکل نواری برش می‌دهند و آن را به‌همراه پیاز و ادویه سرخ می‌کنند. دانه‌های انار، گشنیز خردشده و خلال پسته را به مرغ اضافه می‌کنند و پس از تفت مختصر، کنار می‌گذارند. سپس یک لایه برنج آبکش شده و یک لایه از مواد را داخل قابلمه ریخته و اجازه می‌دهند تا دم بکشد. گاهی هویج و کشمش نیز به ترکیب انار پلو اضافه می‌شود تا جشنواره رنگ و طعم را خاص‌تر، زیباتر و دلچسب‌تر کند.

به این غذا افزوده و علاوه بر جاشنی و تعدیل طعم، مزه خاص‌تری به غذای خود می‌دهند.

آجیل پلو

از آجیل پلو نیز یکی از انواع پلوهایی است که در مهمانی شب یلدا و مجالس مهمی چون شام شب عروسی آماده می‌شود و در شهرهای مختلف به اسامی متفاوت چون جواهرپلو، مرصع پلو یا پلو جواهرنشان نیز آن را می‌شناسند. غذایی که به‌ویژه در میان آذری‌ها، نشانه‌ای از پذیرایی تجملاتی به حساب می‌آید. این برنج شاهانه را معمولاً با فیله مرغ یا مرغ ریش‌ریش شده سرو می‌کنند؛ اما گاهی بنا بر سلیقه، از گوشت گوسفندی یا کوفته ریزه نیز در این غذا استفاده می‌شود. اغلب مرغ یا گوشت را به‌طور جداگانه می‌پزند و برنج را نیز آبکش کرده و دم می‌گذارند. کشمش، زرشک، خلال پسته، خلال بادام، خلال پوست پرتقال شیرین شده، خلال هویج، گردو و بادام هندی را نیز جدا از یکدیگر تفت می‌دهند. در مواردی، استفاده از انواع برگه چون زردآلو و قیسی را نیز در آجیل پلو مشاهده خواهید کرد و گاه، میزان آجیل غذا تنها به خلال بادام و پسته محدود می‌شود. اغلب پس از کشیدن برنج، با مواد مذکور و کمی پیازداغ و برنج زعفرانی، پلو را تزئین می‌کنند؛ اما عده‌ای نیز ترجیح می‌دهند که این مواد را لایه‌لایه برنج داده تا با هم دم بکشد. در نهایت، غذا عطر و طعم بهتری پیدا کند. نوع و میزان آجیل کاملاً به سلیقه افراد بستگی دارد و برخی توصیه می‌کنند که قبل از تفت دادن انواع آجیل، آن را در کمی گلاب خیس کنید تا عطر غذا خاص‌تر و دلچسب‌تر شود.

خورش کدو حلوائی

خورش کدو حلوائی از جمله غذاهای مخصوص فصل پاییز است که برای شام شب یلدا نیز گزینه مناسبی به نظر می‌رسد. عطر و طعم این خورش با ترکیب کدو حلوائی و انواع ادویه چون دارچین و هل تکمیل می‌شود و در نهایت، مزه به‌یادماندنی در خاطر ثبت خواهد کرد. برخی برای تهیه این خورش، کدو حلوائی را مکعبی برش می‌زنند و پس از تفت دادن به خورش اضافه می‌کنند. عده‌ای دیگر، کدو را می‌پزند، پوره می‌کنند و سپس با سایر مواد مخلوط می‌سازند. محصولی که در هریک از این دو روش به دست می‌آید، از نظر ظاهری متفاوت خواهد بود؛ اما طعم خورش در هر دو شیوه تقریباً یکسان است و این طعم، به‌طور معمول باید ملس باشد. برای تعدیل مزه نهایی و گرفتن شیرینی کدو، می‌توان مقداری آلبیمو، آب نارنج یا آغوره در مراحل پایانی به غذا افزود یا از رب نارنج یا رب غوره استفاده کرد. عده‌ای نیز کمی آلو (ترجیحاً ترش) به خورش کدو حلوائی اضافه می‌کنند تا طعم بهتری به این خورش پاییزی خاص بدهند.

لبو پلو (ته چین لبو)

لبو پلو یکی از این غذاهای فصلی خاص است و از انواع پلوهایی مخلوط خوشمزه‌ای به شمار می‌رود که با ظاهر زیبایی، می‌تواند گزینه مناسبی نیز برای شام شب یلدا باشد. برای تهیه این پلوی خوش‌رنگ و خوشمزه، جعفری قرمز را پخته و بعد به‌اندازه دلخواه خرد یا رنده می‌کنند. در صورت تمایل، می‌توان کمی شکر نیز به جعفری افزود تا مزه بهتری پیدا کند. پیاز و فیله مرغ خرد شده را با هم تفت داده و اجازه می‌دهند تا مرغ به اصطلاح «مغز پخت» شود؛ سپس با لبوی خرد شده و زعفران و ادویه دلخواه، مخلوط می‌کنند و کنار می‌گذارند. مواد آماده را لایه‌لایه برنج آبکش شده داده و می‌ریزند و غذا را دم می‌گذارند. این پلوی خوش‌رنگ و لعاب را در زمان سرو با خلال پسته و بادام و زرشک تفت داده شده، تزئین و سرو می‌کنند.



دانستنی

علت سرفه‌های مکرر بعد غذا خوردن چیست؟

سرویس زندگی

گاهی سرفه‌کردن، حتی بعد از خوردن غذا، طبیعی بوده و شیوه بدن شما برای حذف چیزی است که آن را دوست ندارد. مثلاً یک چپیس سیب‌زمینی می‌تواند گلویتان را تحریک کند. اما اینکه هر بار بعد از خوردن غذا به سرفه بیفتید ممکن است نشانه این باشد که مشکلی در بدنتان وجود دارد.

دلایل سرفه کردن بعد خوردن غذا

گاهی سرفه‌کردن، حتی بعد از خوردن غذا، طبیعی بوده و شیوه بدن شما برای حذف چیزی است که آن را دوست ندارد. مثلاً یک چپیس سیب‌زمینی می‌تواند گلویتان را تحریک کند. اما اینکه هر بار بعد از خوردن غذا به سرفه بیفتید ممکن است نشانه این باشد که مشکلی در بدنتان وجود دارد، مثلاً آلرژی غذایی، آسم، ریفلاکس اسید معده به مری، پنومونی تنفسی، عفونت تنفسی و دیسفاژی.

آلرژی غذایی

میلیون‌ها نفر آلرژی غذایی دارند. معمولاً آلرژی غذایی واکنش‌های شدیدی تولید نمی‌کند، اما برای عده‌ای از افراد آلرژی غذایی می‌تواند کشنده باشد. درمانی برای آلرژی غذایی وجود ندارد؛ اما داروها و راهکارهایی برای کنترل آن وجود دارد. آلرژی غذایی، شایع‌ترین نوع آلرژی در کودکان است؛ اما در هر سنی می‌تواند ظاهر بشود. آلرژی غذایی زمانی است که سیستم ایمنی بدن نسبت به یک ماده غذایی بخصوصی، بیش از حد واکنش نشان می‌دهد. هشت ماده غذایی مسئول تقریباً ۹۰ درصد از واکنش‌های آلرژیک هستند؛ تخم‌مرغ، لبنیات، بادام‌زمینی، بادام درختی، ماهی، صدف، گندم، سویا و کنجد. آنهایی که دچار آلرژی غذایی هستند ممکن است علائم گوناگونی داشته باشند، مثلاً سرفه، تنگی نفس، کهیر، خس‌خس سینه، تورم و مشکلات گوارشی. این واکنش معمولاً در عرض یکی دو ساعت بعد از مواجهه با آلرژن خوراکی رخ می‌دهد؛ اما معمولاً دو سه دقیقه بیشتر طول نمی‌کشد. اما در آلرژی‌های شدید ممکن است حلق متورم و مسدود شود و نیاز به اقدام اورژانسی باشد.



ریفلاکس اسید معده به مری

حتماً در مورد بیماری ریفلاکس شنیده‌اید. در این عارضه، اسید معده به سمت مری بالا می‌آید و می‌تواند مزه تلخ مانند در دهان ایجاد کند و باعث درد و سوزش سردل و گلودرد شود. سرفه‌کردن بعد از خوردن غذا می‌تواند علامت دیگری از ریفلاکس باشد. سرفه‌های شبانه یا سرفه‌های بعد از غذا از علائم مرتبط با ریفلاکس هستند. گفته می‌شود تقریباً ۷۵ درصد از افرادی که ریفلاکس دارند دچار سرفه‌های مزمن نیز هستند. این سرفه‌ها معمولاً خشک‌اند و ترشح ندارند. درمان ریفلاکس به تشخیص و بررسی پزشکی نیاز دارد. پزشک داروهایی برای کنترل علائم تجویز می‌کند مثل مهارکننده‌های H2 و آنتی‌اسیدها. تغییراتی در سبک زندگی نیز می‌تواند به کاهش علائم کمک نماید، مثلاً ترک سیگار، تغییر رژیم غذایی، کاهش وزن و خوابیدن با چند بالش زیر سر. خوردن وعده‌های غذایی با حجم کمتر نیز بسیار مفید است.

عفونت تنفسی

حتماً تجربه سرماخوردگی و آنفولانزا را دارید و می‌دانید سرفه بخشی از این فرایند است. بعضی از بیماری‌های تنفسی مثل کووید - ۱۹ و برونشیت، سرفه‌های بدتری دارند. این عفونت‌ها بر سینوس‌ها، گلو یا عملکرد ریه‌ها اثر می‌گذارند و منجر به تب و سرفه و سردرد و خس‌خس سینه و ضعف و گلودرد می‌شوند. تمام عفونت‌های ناشی از تحریک می‌توانند باعث سوزش و درد گلو شوند؛ بنابراین خوردن یا آشامیدن می‌تواند گلو و ریه‌هایتان را تحریک کند. ممکن است خلط در گلویتان ایجاد شود و باعث شود بعد از خوردن دچار سرفه شوید. برخی پزشکان عقیده دارند از شیر و لبنیات پرهیز کنید؛ چون باعث افزایش موکوس طی سرماخوردگی می‌شوند. اما عده‌ای می‌گویند شیر و بزاق دهان با هم ترکیب شده و موقتاً پوششی در گلو ایجاد می‌کنند که احساسی شبیه خلط به شما می‌دهد.

آسم

تنگی نفس و خس‌خس سینه از علائم آسم است. اما سرفه‌کردن بعد از غذا خوردن، علامت کمتر شناخته شده‌ای برای آسم است. تحقیقاتی در مورد چگونگی ارتباط سرفه بعد از غذا با سازوکار بلع انجام شد. در این مطالعه که روی ۱۲۱ بیمار مبتلا به آسم صورت گرفت، معلوم شد غذاهای تند و ادویه‌دار عامل ۷۶ درصد از سرفه‌ها بوده‌اند و غذاهای ترش و اسیدی نیز عامل ۵۳ درصد از سرفه‌ها شناخته شدند. ضمناً یافته‌ها نشان داد ترشحات پشت حلق در بیمارانی که سرفه‌های بعد از غذا دارند شایع‌تر است. آسم یک بیماری مزمن است که سبب التهاب و باریک شدن راه‌های هوایی می‌شود و تنفس را سخت می‌کند. عوامل گوناگونی می‌توانند باعث حملات آسم شوند، مثلاً آلرژن‌ها، بوها، گردوغبار، موی حیوانات، هوا و ورزش‌کردن. این عارضه درمانی ندارد؛ اما داروهایی برای کنترل علائم وجود دارد. بیمارانی می‌توانند از استروئیدها، داروهای خوراکی و استنشاقی برای راحت‌تر تنفس‌کردن استفاده کنند.