

کاهش ۳۰ درصدی قیمت اوراق تسه بی اثر شد؛

تسلیم تسهیلات مسکن در مقابل قیمت‌ها

در همین صفحه بخوانید



آبگیری کامل ۳ سد تنگ ارم ارغون و خائیز در استان بوشهر

در صفحه ۴ بخوانید



Sun 31 May 2026 No:3053

سال سیزدهم - شماره ۳۰۵۳ - یکشنبه ۱۰ خرداد ۱۴۰۵
۱۴ ذی‌الحجه ۱۴۴۷ - صفحه قیمت ۴۰۰۰۰ تومان

رویداد NEWS ۲

روایت یک کارشناس
از سایه جنگ و بنادر نیمه تعطیل

انرژی ENERGY ۳

۱۴۰۴؛ سال جهش آریاساسول
در سودآوری

جامعه SOCIETY ۵

پیشکسوت بوشهری:
برای «انسان ماندن» تلاش کنید

رویداد NEWS ۲

فرودگاه بوشهر
از نظر فنی آماده پرواز است

جامعه SOCIETY ۵

چگونه با غول تنهایی
در سالمندی بجنگیم؟گفت‌وگو با داربوش
غریب‌زاده درباره
«آخرین دختر»

ادب و هنر CULTURE ۶

انجمن سینمای جوانان
بوشهر از «فیلم‌اولی‌ها»
حمایت می‌کند

۶

فرزانگان در بامداد جنوب صاحب صفحه اختصاصی شدند؛

«جهان دیدگان» رسانه‌ای برای سالمندان

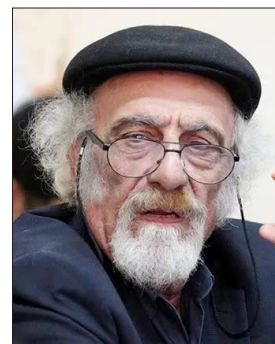
۵

تیم ملوان بوشهر به
جایگاه واقعی خود
باز می‌گردد

۷

نوری صدرنشین
آروماتیکی‌ها در
سال ۱۴۰۴ شد

۲

ابوالقاسم ایرانی در
بیمارستان بستری شد

۶

ایجاد مرکز هماهنگی انرژی تصویب شد

که از ارزشمندترین نعمات خدادادی هستند مراقبت کنیم، توصیه‌های رهبر شهید و مقام معظم رهبری نیز همین است.

استاندار بوشهر گفت: در جنگ اخیر بخش زیادی از گاز تولیدی که زمینه‌ساز تولید انرژی است را از دست دادیم و باید با مدیریت مصرف سعی کنیم این خسارت‌ها را تا حدی جبران کنیم.

زارع خاطر نشان کرد: در محیط‌های اداری، جلسات و کارگروه‌ها ملزومات کاهش مصرف انرژی رعایت شده و به هشدارهای مصرف برق و صرفه‌جویی توجه شده. آب، گاز، برق، سوخت و همه موضوعاتی که امروز اقتضای کشور ایجاب می‌کنند را رعایت می‌کنیم.

وی تأکید کرد: خواسته‌ها از اصناف، اتحادیه‌ها، کسبه بخش خصوصی و اماکن مذهبی این است که به دلیل نقش ارزنده ایشان در افکار عمومی پیش قدم شده و برنامه جامعی برای مدیریت مصرف داشته باشند، چرا که تأثیر زیادی در فرهنگ‌سازی دارند.

زارع با اشاره به استقرار صنایع انرژی در استان به پیگیری برای ایجاد ساختار انرژی در استانداری اشاره کرد و افزود: تلاش شد که در ساختار استانداری بوشهر جایگاهی تعریف شود که به شکل اختصاصی و تخصصی حوزه انرژی را هماهنگی مدیریت و راهبری و پیگیری کند.

استاندار بوشهر افزود: اکنون به دلیل اهمیت این موضوع و با توجه به پیگیری‌های مستمر از ریاست جمهوری و معاون ایشان، حسب توجهات و دلایل ارائه شده قول مساعد دادند که فرایند قانونی طی شود.

وی گفت: در هفته گذشته مصوبه آن صادر و تأسیس مرکز هماهنگی امور انرژی استانداری بوشهر ابلاغ شده است. انشالله گامی در راستای اعتدالی استان نفت خیز بوشهر باشد.

بامداد جنوب: استاندار بوشهر اعلام کرد: با پیشنهاد استان و پیگیری انجام شده، با موافقت سازمان امور اداری و استخدامی کشور «مرکز هماهنگی امور انرژی استانداری بوشهر» از سوی معاون رئیس جمهور با هدف راهبری حوزه انرژی ابلاغ شد.

از سلان زارع عصر شنبه در دومین نشست شورای اداری استان بوشهر با تبریک به مناسبت فرا رسیدن دهه امامت و ولایت و اعیاد سعید غدیر و قربان تصریح کرد: عید قربان و مناسبت‌های این چنینی فرصتی مغتنم برای خلوص نیت و انجام اعمال نیک و جدایی از خصلت‌های ناپسند از جمله کبر و غرور است.

وی اضافه کرد: باید کوشش کنیم این مناسبت‌ها زمینه خودسازی بیشتری را برای خدمت به مؤمنان را فراهم نماید. عید غدیر خم نیز فرصتی برای تأمل در سیره امیرالمؤمنین به ویژه در حیطه حکمرانی و خدمت به مردم است.

استاندار بوشهر افزود: امیدوارم که در این فرصت‌ها و ماه پربرکت ذی‌الحجه و در ادامه ماه محرم و صفر وقتی برای نزدیک شدن به خداوند و پرداختن به آموزه‌های دینی‌است.

وی با اشاره به حضور مردم در تجمعات از آغاز جنگ تحمیلی تاکنون عنوان کرد: می‌دانیم که اگر حضور حماسی مردم که پشتوانه مستحکمی برای رزمندگان اسلام است؛ حتما دشمنان نظام برای نابودی این سرزمین توطئه‌های دیگری در سر می‌پرورانند؛ بنابراین با برپایی میزهای خدمت و تلاش مضاعف در پی جلب هر چه بیشتر رضایت مردم عز‌زیمان باشیم.

زارع با اشاره به دشواری‌های پیش‌رو اضافه کرد: مردم بی‌نظیر ایران و از جمله مردم استان بوشهر به سبب شرایط خاص امروز، فشارهای زیادی از لحاظ معیشتی متحمل شده‌اند لذا بایستی به انتقادات ایشان از بابت گرانی‌ها و دیگر موارد گوش بسپارید و در مقابل انتقاداتشان صبور و بردباری پیشه کنید.

وی با اشاره به ضرورت پیشگیری از نارضایتی مردم گفت: ما بایستی از آب و انرژی جذب و تخصیص این اعتبارات قدر دانی می‌شود.

رئیس مرکز بهداشت استان بوشهر تأکید کرد: در همکاری تنگاتنگ نقش کلیدی در تحقق اهداف بهداشتی استان و ارتقای رفاه اجتماعی شهروندان ایفا کرده است و امید می‌رود این اقدام، موجبات رضایتمندی هر چه بیشتر مردم شریف استان بوشهر را فراهم آورد.

بامداد جنوب: فرماندار جم از پیگیری احیای پروازهای فرودگاه توحید جم به عنوان یکی از مطالبات دیرینه مردم منطقه خبر داد.

مسعود تنگستانی در جمع خبرنگاران با اشاره به اهمیت احیای زیرساخت‌های حمل‌ونقل هوایی در این شهرستان اظهار کرد: موضوع راهاندازی مجدد فرودگاه توحید جم به عنوان یکی از مطالبات اصلی و دیرینه مردم منطقه همواره در دستور کار قرار دارد. وی با بیان اینکه برقراری این پروازها پس از یک دهه وقفه، دغدغه جدی شهروندان است، افزود: امیدواریم با همکاری و تعامل مسئولان مربوطه، این مطالبه ۱۰ ساله به زودی محقق شود و مردم شهرستان بار دیگر از این ظرفیت بهره‌مند شوند.

فرماندار شهرستان جم به ابعاد راهبردی این طرح اشاره و عنوان کرد: راهاندازی فرودگاه توحید این شهرستان علاوه بر رفاه مردم، از منظر پدافند نیز اهمیت ویژه‌ای دارد؛ با توجه به حجم فعالیت‌ها در منطقه، این فرودگاه می‌تواند به عنوان پشتیبان و مکمل فرودگاه بین‌المللی خلیج فارس عمل کند و ضرورتی برای پدافند منطقه را تقویت دهد. وی از رایزنی‌های سطح کلان برای حل این مشکل خبر داد و یادآور شد: در نشست اخیر با وزیر نفت، مطالبه بازگشایی فرودگاه توحید جم با نگاه به ضرورت‌های پدافند غیرعامل به صورت جدی مطرح شد. تنگستانی با اشاره به نگاه مثبت مقام عالی وزارت نفت به این موضوع، افزود: وزیر نفت پس از شنیدن مستندات و مطالبات مردم، دستور لازم را به معاون خود برای بررسی و پیگیری روند بازگشایی و برقراری پروازها صادر کرد که انتظار می‌رود با این پیگیری‌ها، شاهد تسریع در عملیاتی شدن مجدد این فرودگاه باشیم.

تلفن دفتر روزنامه:
۰۷۷ - ۳۳۲۰۱۹۷

پایگاه خبری، تحلیلی ایران و بوشهر

Bamdadjonub.ir

رایانامه:

Info@bamdadjonub.ir

پیام‌رسان‌ها:

@bamdadjonub

۱۰۰ درصد اعتبارات بهداشتی استان

بوشهر جذب شد

بامداد جنوب: رئیس مرکز بهداشت استان بوشهر از جذب ۱۰۰ درصد اعتبارات بهداشتی استان بوشهر خبر داد.

امیرحسین درابی در حاشیه بازدید از مراکز خدمات جامع سلامت بوشهر اظهار کرد: با تلاش‌های شبانه‌روزی و تعامل سازنده میان واحدهای مختلف دانشگاه، معاونت بهداشت موفق به جذب ۱۰۰ درصد اعتبارات تخصیص یافته با سر فصل‌های بهداشتی شد که این بودجه در نهایت به شبکه بهداشت و درمان شهرستان تابعه استان بوشهر اختصاص یافت.

وی این دستاورد را گامی مهم و حیاتی در راستای تقویت زیرساخت‌های بهداشتی و ارتقای سطح خدمات به شهروندان استان دانست و افزود: اعتبارات جذب شده عمدتاً صرف تهیه زیرساخت‌ها، انجام تعمیرات، تجهیز و خرید تجهیزات نوین برای واحدهای مختلف از جمله بهداشت محیط، بهداشت حرفه‌ای، مراکز بهداشت دهان و دندان و اتاق‌های آفرمی شده است که پیش از این با کمبود و فرسودگی تجهیزات مواجه بودند. معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی و رئیس مرکز بهداشت استان بوشهر با اشاره به اولویت‌های تخصیص این اعتبارات تصریح کرد: یکی از نکات برجسته در این زمینه، تأکید بر ایجاد زیرساخت‌های لازم برای احیا و تقویت برنامه پزشکی خانواده است. درابری ادامه داد: این اقدام شامل بهبود فضاهای فیزیکی مراکز جامع سلامت مجری بر نامه پزشک خانواده، تجهیز اتاق‌های احیا، تجهیز پاسیون پزشکان و اماها و فراهم کردن امکانات لازم برای اجرای مؤثر برنامه‌های بهداشتی در سطح واحدهای ارائه دهنده سلامت است که نقش به‌سزایی در ارتقای کیفیت خدمات و دسترسی بهتر روستاییان و شهرنشینان به خدمات پایه سلامت خواهد داشت.

وی خاطر نشان کرد: از تلاش‌های بی‌وقفه ریاست دانشگاه، معاونت توسعه مدیریت و منابع، مدیر امور مالی و بودجه دانشگاه به دلیل تعامل سازنده و همراهی ارزشمند در جذب و تخصیص این اعتبارات قدر دانی می‌شود.

رئیس مرکز بهداشت استان بوشهر تأکید کرد: در همکاری تنگاتنگ نقش کلیدی در تحقق اهداف بهداشتی استان و ارتقای رفاه اجتماعی شهروندان ایفا کرده است و امید می‌رود این اقدام، موجبات رضایتمندی هر چه بیشتر مردم شریف استان بوشهر را فراهم آورد.

تسلیم تسهیلات مسکن

در مقابل قیمت‌ها

داود علیزاده

بازار مسکن در بوشهر و دیگر شهرهای ایران در رکود کامل به سر می‌برد. معاملات خرید و فروش به پایین‌ترین سطح خود رسیده و شمار پرونده‌های رسمی نقل و انتقال در بنگاه‌ها کاهش چشمگیری دارد. جنگ ۴۰ روزه نیز زهر خود را ریخته و اثرش را دارد کم‌کم نشان می‌دهد. با این حال، تورم مصالح و خدمات ساختمانی باعث شده هزینه تمام‌شده تولید مسکن روندی صعودی پیدا کند؛ به گونه‌ای که فعالان ساختمانی از رشد هم‌زمان رکود و گرانی در بازار ملک سخن می‌گویند. هزینه تأمین مصالح پایه مانند آهن، سیمان، میلگرد و... همچنین وضعیت دستمزدی کارگران ساختمانی، نسبت به سال گذشته چند برابر شده است؛ اما حجم ساخت و ساز کمتر از نیمی از ظرفیت سال‌های پیش است. در چنین بازاری متقاضیان به صورت سنتی سعی می‌کنند از منابع متعدد مالی نقدینگی خود را فراهم کنند. از جمله دریافت تسهیلات؛ اما در یافت تسهیلات مسکن همچون گذشته دیگر راهگشا نیست. در بوشهر، به عنوان یکی از شهرهای مرکز استان، شرایط وام خرید مسکن مشابه شهرهای با جمعیت بالای ۲۰۰ هزار نفر است. بر اساس دستورالعمل بانک مسکن، سقف وام از محل اوراق حق تقدم در این شهر برای متقاضی انفرادی ۴۰۰ میلیون تومان و برای زوجین تا ۸۰۰ میلیون تومان است. افزون بر این، متقاضیان می‌توانند از وام جعاله تعمیر مسکن تا سقف ۲۸۰ میلیون تومان بهره‌مند شوند. به این ترتیب، زوج‌های بوشهری قادر خواهند بود تا یک میلیارد و ۸۰۰ میلیون تومان تسهیلات خرید و تعمیر ساختمان دریافت کنند. مدت بازپرداخت وام خرید ۱۲ سال و جعاله ۵ سال است؛ اما دریافت این تسهیلات هزینه قابل توجهی دارد. هر ۵۰۰ هزار تومان و نیازمند خرید اوراق تسه است. اکنون قیمت هر برگ تسه حدود ۸۹ هزار تومان معامله می‌شود که نسبت به سال گذشته همین ایام نیز کاهشی حدود ۱۰ هزار تومانی را داشته و نسبت به قیمت سال گذشته نیز بیش از ۴۰ هزار تومان پایین‌تر آمده است. به طور مثال در اوراق تسه در اسفندماه ۱۴۰۴ در محدوده ۱۲۰ تا ۱۳۲ هزار تومان معامله می‌شد.

با همه این احوال برای دریافت وام یک میلیارد و ۸۰۰ میلیون تومانی زوج‌های بوشهری، باید حدود دو هزار و ۱۶۰ برگ تسه تهیه شود که قیمت آن نزدیک به ۱۹۲ میلیون تومان تمام می‌شود. این رقم فقط مربوط به خرید اوراق است و سایر هزینه‌های جانبی مانند کارشناسی ملک و هزینه‌های محضر و رهن نیز جداگانه محاسبه می‌شود.

بر آورد بانک مسکن نشان می‌دهد هزینه کارشناسی بین دو تا چهار میلیون تومان و هزینه‌های محضر برای رهن سندن، در حالت انفرادی حدود شش تا ۹ میلیون تومان و برای زوج‌ها بین ۱۲ تا ۱۸ میلیون تومان است. در نتیجه مجموع هزینه‌های اولیه برای دریافت وام، بسته به شرایط ملک و متقاضی، حدود ۲۱۰ میلیون تومان بر آورد می‌شود. با نظر گرفتن این هزینه‌ها، خالص مبلغی که گیرنده وام می‌تواند برای خرید ملک هزینه کند، حدود ۸۷۰ میلیون تومان خواهد بود. شاید به‌ظاهر کاهش هزینه دریافت تسهیلات مسکن خبر خوبی برای متقاضیان باشد اما این همه ماجرا نیست و چرا که متقاضیان مسکن با تورم لجام‌گسیخته مسکن روبرو شده‌اند جایی که ارزش وام دریافتی با توجه به کاهش ارزش ریال از یک سو و افزایش قیمت مسکن از سوی دیگر در نهایت به یک بحران عجیب منجر شده است.

حال بررسی کنیم که با این میزان نقدینگی چند متر مسکن می‌توان در بوشهر خرید؟ برای تهیه این گزارش خبرنگار بامداد جنوب به مشاوران املاک قسمت مرکزی بوشهر منطقه یک و منطقه دوم مراجعه کرده است.

بررسی‌ها نشان می‌دهد که قیمت مسکن در بوشهر تابع موقعیت جغرافیایی، سال ساخت، مترزاد و امکانات ساختمان است.

ادامه در صفحه ۴

بامداد جنوب

رویداد ۲

یکشنبه ۱۰ خرداد ۱۴۰۵ | ۱۴ خرداد ۱۴۰۵ | سال سیزدهم | شماره ۳۵۳۳

گزارش

دسترسی به اطلاعات سرمایه اجتماعی را تقویت می کند

بامداد جنوب: در ماه‌های گذشته، اینترنت بار دیگر به یکی از مهم‌ترین موضوعات سیاست‌گذاری در کشور تبدیل شد؛ موضوعی که دیگر صرفاً به ارتباطات یا فناوری محدود نمی‌شود و مستقیماً با اقتصاد، اشتغال، آموزش، خدمات عمومی و حتی سرمایه اجتماعی گره خورده‌است.

به نقل از ایرنا، در چنین شرایطی، محدودیت‌های گسترده اینترنت تنها یک مسأله فنی نیست، بلکه آثار مستقیم اقتصادی به همراه دارد. هزاران کسبو کار آنلاین، فروشگاه‌های اینترنتی، تولیدکنندگان محتوا، استارت‌آپ‌ها، شرکت‌های دانش‌بنیان و فعالان حوزه خدمات دیجیتال طی سال‌های اخیر بخش مهمی از اقتصاد کشور را شکل داده‌اند. بسیاری از این مشاغل بدون دسترسی پایدار و باکیفیت به اینترنت بین‌الملل عملاً امکان ادامه فعالیت مؤثر ندارند. از سوی دیگر، هزینه‌های فیلترینگ تنها به کاهش درآمد کسبوکارها محدود نمی‌شود. افزایش هزینه دسترسی به اینترنت، گسترش استفاده از فیلترشکن‌ها، شکل‌گیری بازارهای غیرشفاف و تحمیل هزینه‌های اضافی به مردم از جمله پیامدهایی است که در سال‌های اخیر بارها مورد انتقاد کارشناسان قرار گرفته‌است. اما شاید مهم‌تر از پیامدهای اقتصادی، تأثیر اینترنت بر سرمایه اجتماعی باشد. سرمایه اجتماعی به زبان ساده همان سطح اعتماد میان مردم و حاکمیت و همچنین احساس مشارکت شهروندان در اداره کشور است. در دوره‌های بحرانی، دولت‌ها پیش از هر زمان دیگری به این سرمایه نیاز دارند. تجربه بسیاری از کشورها نشان داده‌است که افزایش شفافیت، تسهیل دسترسی به اطلاعات و گسترش ارتباطات عمومی می‌تواند به تقویت این سرمایه کمک کند. اینترنت در جهان امروز یکی از مهم‌ترین ابزارهای شکل‌گیری اعتماد عمومی است. شهروندان از طریق فضای مجازی اخبار دریافت می‌کنند، خدمات عمومی می‌گیرند، مسائل خود را پیگیری می‌کنند و با نهادهای مختلف‌ار تباط برقرار می‌کنند. هر چه این ارتباط روان‌تر و شفاف‌تر باشد، احساس مشارکت و تعلق اجتماعی نیز تقویت می‌شود. از همین منظر، تصمیم دولت چهاردهم برای بازگشایی اینترنت را می‌توان بخشی از فرآیند بازسازی پس از بحران دانست. اگر هدف سیاست‌گذاران احیای اقتصاد، حمایت از تولید، تقویت شرکت‌های دانش‌بنیان، کاهش فشار بر کسبوکارها و افزایش امید اجتماعی است، یکی از مهم‌ترین ابزارهای تحقق این اهداف، دسترسی پایدار و بدون تبعیض به اینترنت خواهد بود. البته این موضوع به معنای نادیده گرفتن ضرورت‌های امنیتی یا مقابله با تخلفات در فضای مجازی نیست. همان‌گونه که در فضای واقعی نیز قانون وجود دارد، در فضای مجازی نیز باید با تخلفات برخورد شود. اما بسیاری از کارشناسان معتقدند راه‌حل، محدودسازی فزاینده و محروم کردن عموم مردم از دسترسی نیست، بلکه باید تخلف را هدف قرار داد، نه اصل دسترسی را.

بامداد جنوب: عضو کمیسیون برنامه و بودجه مجلس، آزادی داریایی‌های بلوکه‌شده ایران، رفع محاصره دریایی و امکان فروش آزادانه نفت را از جمله مطالبات اصلی ایران در روند مذاکرات اخیر عنوان کرد. محسن زنگنه گفت: آنچه اکنون تقریباً جمع‌بندی شده این است که دو طرف تفاهم کرده‌اند که پس از امضای تفاهم‌نامه، جنگ عملاً در همه جبهه‌ها متوقف شود. وی افزود: همزمان با این موضوع، بحث محاصره آمریکا نیز مطرح است که باید برداشته شود و

شروط ایران برای پایان جنگ

جمهوری اسلامی ایران امکان را داشته باشد که همانند ظرفیت پیش از جنگ، رت‌وآمد کشتی‌های خود را در منطقه خلیج فارس و دریای عمان از سسر بگیرد. البته همزمان، تنگه هرمز نیز با حفظ مالکیت جمهوری اسلامی ایران و با اخذ مبالغ مربوط به خدمات ناوبری و تأمین امنیت عبور کشتی‌ها، بر روی کشتی‌های تجاری باز خواهد بود. این نماینده مجلس بیان کرد: همزمان با توقف جنگ و اعلام خاتمه آن، ما شرط کردیم که اموال بلوکه‌شده جمهوری

بن‌بست در گلوگاه جهان؛

روایت یک کارشناس از سایه جنگ و بنادر نیمه‌تعطیل

مریم خونیی |

می‌کنیم که او را نیوم‌غنی شده را از ایران خارج کنیم! از مهم‌ترین نقاط راهبردی جهان بوده‌است؛ گذرگاهی که فراتر از یک مسیر دریایی، به کانونی برای تلاقی منافع قدرت‌های منطقه‌ای و بین‌المللی تبدیل شده‌است. از همین رو، هر گاه بحث باز یا بسته بودن تنگه هرمز مطرح می‌شود، توجه افکار عمومی، رسانه‌ها و محافل سیاسی جهان به این نقطه راهبردی معطوف می‌شود. در همین راستا در شرایط کنونی که تحولات منطقه با سرعت در حال تغییر است و تحلیل‌های متفاوتی درباره وضعیت تنگه هرمز مطرح می‌شود، بررسی ابعاد حقوقی، سیاسی و ژئوپلیتیکی این موضوع برای ساکنین بنادر ساحلی جنوب کشور اهمیتی دوچندان یافته

است. در همین زمینه، محمد چمگوری استاد دانشگاه و کارشناس روابط بین‌الملل در گفت‌وگو با بامداد جنوب با اشاره به شرایط کنونی، سبایه جنگ را سنگین‌تر از توافق ارزایی کرد و گفت: تبلیغات اخیر ترامپ در مورد اینکه محاصره دریایی برداشته خواهد شد همه یک ادعا بود. این محاصره همچنان ادامه دارد به طور مثال آمریکا ی‌هایی از کشتی‌های ایران را که قصد خروج از دریای عمان داشت متوقف کرده آن را مجبور به بازگشت کردند؛ اتفاقی که نشان می‌دهد ادعای ترامپ جنبه سیاسی و تبلیغاتی دارد و بیشتر برای تأثیر گذاشتن بر قیمت انرژی نفت و گاز در خود امریکاست.

وی با تأکید بر اینکه در یک حالت شبه جنگ به سسر می‌پریم، تصریح کرد: وزیر جنگ آمریکا می‌گوید مذاکرات ثمربخش بوده و در همین راستا شاهد تلاش آمریکا برای عدم دست‌نهایی ایران به سلاخ هسته‌ای هستیم یا ترامپ گفت‌است تلاش می‌شوند به آن نزدیک شوند.

وی با بیان اینکه شرایط تنگه هرمز در حال حاضر هم در بُعد نظامی و هم در بُعد سیاسی(یعنی هم بُعد مذاکره هم بُعد جنگ) مسدود و راکد است، گفت: افاق روشنی وجود ندارد. آمریکا یانه گزینه نظامی مؤثری دارند و نه راه‌حل سیاسی، هر چند گاهگاهی تلاش می‌کنند که تحت عنوان پروژه موسوم به آزادسازی، کشتی‌هایی و ناوهای را از طریق تنگه هرمز وارد خلیج فارس کنند. تاکنون سه بار تلاش کردند که از طریق تنگه وارد خلیج فارس شوند و کشتی‌های نظامی خود را وارد این آب‌راهه



شناسه آگهی: ۲۱۷۸۸۵۱
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۰۹۰۵۰۰۰۲۲۴۰۱۴۰۴۶ مورخ ۱۴۰۷/۷/۲۲ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دیر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/خانم سیمیا پاریایی فرزند عبدالله بشماره شناسنامه ۲۴ صادره از ایران یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۰۲۹.۵۰ مترمربع سهم مشاع از ۵۹۸۸۶.۸۱ مترمربع سهام شش‌دانگ مفروز و مجزی شده از پلاک ۲۱۰۹ اصلی قطعه ۶ واقع در تنگ خوش خریداری از مالک رسمی آقای/خانم مطابق سند اصلاحات ارضی و گواهی انحصار وراثت محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت 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، دادخواست خود را به مرجع 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 ۱۴۰۵/۰۲/۲۶
تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۳/۱۰
عبدالعزیز نصاریوسفی، رئیس ثبت اسناد و املاک



شناسه آگهی: ۲۱۷۸۵۸۸
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۶۸۲۰ مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۱۹ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی بوشهر تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی فاطمه صادقی فرزند گشتاسب به شماره شناسنامه ۱۰۱ و شماره ملی ۶۱۰۹۹۱۱۲۴۰ صادره از شبانکاره در قسمتی از شش دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۱۶۴۸/۷۵ متر مربع پلاک ۲۰۰۷ فرعی از ۳۲۶۴ اصلی مفروزی و مجزا شده از ۲۲۶۴/۲۶۴ اصلی واقع در بخش دو بوشهر خریداری مالک رسمی گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت 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، دادخواست خود را به مرجع 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 ۱۴۰۵/۰۲/۲۶
تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۳/۱۰
شکراله سعادی، رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بوشهر



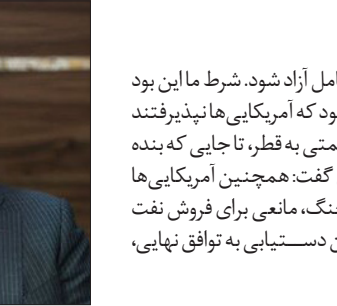
شناسه آگهی: ۲۱۸۱۱۳۶
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۰۹۰۵۰۰۰۲۲۴۰۱۴۰۴۶ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۲۲ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دیر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/خانم مهدی پاریایی فرزند عبدالله بشماره شناسنامه ۱۹۱ صادره از ایران یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۸۰۵۸.۹۹ مترمربع سهم مشاع از ۵۹۸۸۶.۸۱ متر مربع سهام مشاع مفروز و مجزی شده از پلاک ۲۱۰۹ اصلی قطعه ۶ واقع در تنگ خوش خریداری از مالک رسمی آقای/خانم مطابق سند اصلاحات ارضی و گواهی انحصار وراثت محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت 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، 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 ۱۴۰۵/۰۲/۲۶
تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۳/۱۰
عبدالعزیز نصاریوسفی، رئیس ثبت اسناد و املاک



شناسه آگهی: ۲۱۸۱۱۰۵
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره۰۹۰۵۰۰۰۲۲۴۰۱۴۰۵۶ مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۰۷ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی ملک اهرم تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای پویا رضائی حقیقی فرزند مرتضی به شماره شناسنامه ۱۵۳۲۷۹۱۰۵۳۵۰۳۵۵۰۱۵۳۲۷۹۱ مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۲۶ صادره از تنگستان در شش‌دانگ یکباخانه به مساحت ۲۹۱/۸۰ متر مربع پلاک ۳۲۰ فرعی از ۳۲۹ اصلی قطعه یک واقع دراهرم خریداری از مالک رسمی آقای مرتضی رضائی محرز گردیده است فلذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵روزآگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را کتبا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات مربوطه سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار نوبت اول ۱۴۰۵/۰۲/۲۶
تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۳/۱۰
غلامرضا حیدری، رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان تنگستان



اسلامی ایران طی ۳۰ روز به صورت کامل آزاد شود. شرط ما این بود که ابتدا حداقل نیمی از داریایی‌ها آزاد شود که آمریکایی‌ها نپذیرفتند اما با سفر آقای قالیباف، عراقچی و همتی به قطر، تاجایی که بنده اطلاع دارم، این مسأله مرتفع شد. وی گفت: همچنین آمریکایی‌ها مکلف شدند بلافاصله پس از پایان جنگ، مانعی برای فروش نفت ایران ایجاد نکنند و ایران بتواند تا زمان دستیابی به توافق نهایی، صادرات نفت را ادامه دهد.

خبر

فرودگاه بوشهر از نظر فنی آماده پرواز است

بامداد جنوب: نماینده مردم بوشهر، گناوه و دیلم در مجلس شورای اسلامی از آمادگی فنی فرودگاه بوشهر برای پرواز خبر داده‌است.

جعفر پور کبگانی در نشست با اصحاب رسانه بیان کرد: فرودگاه بوشهر از نظر فنی آماده پرواز است، اما برای آغاز فعالیت، باید مجوزهای امنیتی لازم از سوی استانداردی اخذ شود.

وی همچنین خسارت جنگ حملات دشمن آمریکایی به پارس جنوبی را نزدیک به ۴ میلیارد دلار اعلام کرد و گفت: هزینه عدم‌النفع آن نیز روزانه حدود ۲ میلیون دلار است. نماینده مردم بوشهر، گناوه و دیلم در مجلس شورای اسلامی گفت: برای خنثی‌سازی مهمات و پر تابه‌های عمل‌نکرده دشمن، روش‌های جدیدی در دستور کار قرار گرفته و دستگاهی در حال خریداری است که امکان مشاهده و بررسی وضعیت پر تابه را از فاصله ۲۰۰ متری فراهم می‌کند. هدف از این اقدام، افزایش ایمنی شهروندان و نیروهای عملیاتی و نیز تسریع در خنثی‌سازی یا امحای پر تابه‌های خطرناک است.

ساخت و تقویت قدرت درونی اولویت باشد

بامداد جنوب: سفیر پیشین کشورمان در قطر با بیان اینکه امروز اولویت اصلی باید «ساخت و تقویت قدرت درونی» باشد، تأکید کرد: باید قدر همراهی ملت پزگ ایران را دانست، نه فقط کسانی که در داخل کشور حضور دارند یا اخیراً در میدان با بوده‌اند، بلکه حتی کسانی که در خارج از مرزها، تجاوز به ایران، اشغال، تجزیه، و کشتار بی‌گناهان را محکوم کرده‌اند، باید مورد قدردانی قرار بگیرند. به نقل از ایرنا، حمیدرضا دهقانی بوده سفیر پیشین ایران در قطر در نشست «غرب آسیاد مسیر تحول به نظم جدید» با تبیین چرایی پیروزی کشورمان در جنگ تحمیلی اخیر اظهار کرد: در تحلیل چرایی پیروزی در جنگ اخیر، باید به مولفه‌هایی اشاره کرد. یکی از مستولان از شد جهانی به وزیر امور خارجه کشورمان، اعلام کرده بود که ماروی «پایداری مردم» «توان نظامی» و «پایداری و انسجام مسئولان» کشور شمالیقدر حساب نمی‌کردیم.

وی با اشاره به اینکه مردم، بعداز خدا، از عوامل اصلی قدرت و پایداری کشورمان هستند و با تأکید بر لزوم تقویت سرمایه اجتماعی گفت: سرمایه اجتماعی مادر دی، در شرایط نامطلوبی قرار گرفت و صحنه‌های درناکی از حمله تروریست‌ها به مردم رخ داد. اما در جنگ ۴۰ روزه، سرمایه اجتماعی افزایش یافت، چرا که «خودباوری» در مردم ایجاد شد. برخی از افراد که نسبت به غرب و آمریکا خوش‌خیالی داشتند، دریافتند که نیت آمریکا و غرب پاک نیست



شناسه آگهی: ۲۱۷۸۵۷۰
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۸۶۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۰۵ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی بوشهر تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی مهناز خوشیخت راد فرزند احمد به شماره شناسنامه ۳ و شماره ملی ۳۵۲۱۰۸۷۲۹۸ صادره از دشتستان در قسمتی از شش دانگ یک باب ساختمان به مساحت ۹۸/۶۴ متر مربع پلاک ۹ فرعی از ۱۸۶۱ اصلی مفروزی و مجزا شده از ۱/۱ اصلی واقع در بخش دو بوشهر خریداری مالک رسمی گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت 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، دادخواست خود را به مرجع 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 ۱۴۰۵/۰۲/۲۶
تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۳/۱۰
شکراله سعادی، رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بوشهر



شناسه آگهی: ۲۱۸۱۱۰۴
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۰۹۰۵۰۰۰۲۲۴۰۱۴۰۵۶ مورخ ۱۴۰۵/۰۱/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی ملک اهرم تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای احمد ارمان فرزند غلامحسین به شماره شناسنامه ۱۵۳۲۰۷۰۱۵۳۵۰۳۵۵۰۱۵۳۲۰۷ مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۲۶ صادره از تنگستان در شش‌دانگ یکباخانه به مساحت ۱۱۹/۵۳ پلاک ۳۲۹ فرعی از ۵۲۹ اصلی قطعه یک واقع دراهرم خریداری از مالک رسمی آقای غلامحسین تنگستانی محرز گردیده است فلذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵روزآگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را کتبا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات مربوطه سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار نوبت اول ۱۴۰۵/۰۲/۲۶
تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۳/۱۰
غلامرضا حیدری، رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان تنگستان



خبر

اجرای بزرگ‌ترین عملیات مشبک‌کاری چاه‌گازی در پارس جنوبی

بامداد جنوب: عملیات مشبک‌کاری به‌روش TCP به طول بیش از ۹۸۰ متر در عمق ۵۱۰۰ متری چاه شماره ۵ سکوی فاز ۱۵ پارس جنوبی برای نخستین بار در یک مرحله و بدون حتی یک مورد خطای عملکردی اجرا شد. مدیرعامل شرکت دیرپلینگ اینترنشنال لیمیتد بیرگانی با اعلام این خبر گفت: عملیات مشبک‌کاری از فرایندهای پیچیده و حساس در تکمیل چاه‌های نفت و گاز به‌شمار می‌رود که این بار در دستگاه حفاری دریایی DCI-۲ متعلق به این شرکت (از شرکت‌های زیرمجموعه گروه توسعه پترواِیِرلن)، با نظارت شرکت نفت و گاز پارس به‌عنوان کارفرمای اصلی پروژه‌انفیصل اجرا شد. محمدرضا طهماسبی با بیان اینکه این عملیات با اتکا به توان متخصصان ایرانی و تجهیزات بومی در شرایط ویژه عملیاتی خلیج فارس انجام شده است، افزود: اجرای موفقیت‌آمیز این پروژه در چاه شماره ۵ سکوی ۱۵ پارس جنوبی، گامی مهم در مسیر بومی‌سازی عملیات‌های فوق‌سنگین حفاری و تکمیل چاه در کشور به‌شمار می‌رود. وی با اشاره به جزئیات فنی این عملیات گفت: در این پروژه، ۹۸۳ متر تفنگ مشبک‌کاری شامل ۵۷۰ متر تفنگ مسلح و ۴۱۳ متر تفنگ غیرمسلح در سازندهای K۱، K۲، K۳ و K۴ به کار گرفته شد و بیش از ۱۱ هزار و ۲۵۰ گلوله ۳ و ۳٫۸ اینچی در لوله آستری ۷ اینچ سلیک شده عملیاتی که بدون ثبت حتی یک مورد خطای عملکردی (Miss Fire) و در یک مرحله به‌انجام رسید. طهماسبی با تأکید بر ایفاد فنی این دستاورد تصریح کرد: بررسی‌های انجام‌شده نشان می‌دهد این عملیات از نظر طول مشبک‌کاری، حجم عملیات و دست‌یابی به نرخ موفقیت ۱۰۰ درصدی در شلیک گلوله‌ها، در صنعت نفت ایران بی‌سابقه بوده و تون فنی متخصصان داخلی رادر اجرای پروژه‌های پیچیده و چالش‌برانگیز به‌نمایش گذاشته است.

مدیرعامل شرکت دیرپلینگ اینترنشنال لیمیتد بیرگانی با قدردانی از همه دست‌اندرکاران پروژه بر نقش دانش فنی بومی و ظرفیت شرکت‌های داخلی در تحقق این موفقیت تأکید کرد و گفت: اجرای این عملیات در شرایط دشوار محیطی خلیج فارس بار دیگر نشان داد که با تکیه بر توان داخلی، امکان اجرای پیچیده‌ترین پروژه‌های راهبردی صنعت نفت کشور فراهم است.

نوری صدرنشین آروماتیکی‌ها در سال ۱۴۰۴ شد

بامداد جنوب: پتروشیمی نوری در سال ۱۴۰۴ موفق به تولید بیش از پنج میلیون تن محصول شد؛ رقمی که در مقایسه با تولید ۴٫۸ میلیون تنی سال ۱۴۰۳، رشد ۳۶ درصدی را نشان می‌دهد. این رشد در شرایطی به ثبت رسید که صنعت پتروشیمی کشور یکی از پیچیده‌ترین و پرشمارترین دوره‌های عملیاتی خود را تجربه می‌کند. بر اساس این خبر، شرکت پتروشیمی نوری توانست نه تنها تولید و فروش خود را حفظ کند، بلکه در میان سایر شرکت‌های گروه الفین‌نشین به صدر جدول عملکرد برسد.

عملکرد شرکت نوری نیز فراتر از انتظار ظاهر شد. پتروشیمی نوری در سال ۱۴۰۴ بیش از ۲۱۳ همت فروش داخلی به ثبت رساند که نسبت به فروش ۱۴۱ همتی سال قبل، رشد چشمگیری ۵۰٫۷ درصدی را نشان می‌دهد. همچنین فروش صادراتی این شرکت با عبور از مرز ۴۸ همت، در مقایسه با صادرات ۳۲ همتی سال ۱۴۰۳، افزایش ۵۱ درصدی را تجربه کرد.

ثبت این ارقام در حالی رقم خورده که پتروشیمی نوری طی سال گذشته با چالش‌های کم‌سابقه‌ای همچون جنگ ۱۲ روزه، جنگ ۴۰ روزه رمضان دو اورهال غیرمنتظره و مهم‌تر از همه، محدودیت‌های جدی در تأمین خوراک روبرو بوده شرایطی که می‌توانست هر مجموعه صنعتی را با افت تولید و کاهش فروش مواجه کند. با این حال، مدیریت هوشمندانه، تصمیم‌گیری سریع و هماهنگی مستمر میان بخش‌های عملیاتی و مدیریتی سبب شد تا این شرکت نه تنها از بحران عبور کند، بلکه بالاترین رکورد فروش تاریخ فعالیت خود را نیز به ثبت برساند؛ رکوردی که بسیاری از کارشناسان آن را نشانه بلوغ مدیریتی و عملیاتی پتروشیمی نوری می‌دانند.

در ماه‌های اخیر، محدودیت خوراک به یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های صنعت پتروشیمی تبدیل شده بود و بسیاری از شرکت‌ها تحت تأثیر توقف‌های عملیاتی و ریسک‌های منطقه‌ای، کاهش تولید و افت فروش را تجربه کردند. اما پتروشیمی نوری با حفظ پایداری تولید، استمرار صادرات و تداوم فروش داخلی، توانست معنای تازه‌ای از «تاب‌آوری صنعتی» را به نمایش بگذارد.

بر اساس شاخص‌های بازار سرمایه، رشد هم‌زمان تولید، فروش داخلی و صادرات در شرایط بحرانی، پیام مهمی برای سهامداران و فعالان بازار دارد؛ اینکه پتروشیمی نوری حتی در سخت‌ترین شرایط نیز توان خلق ارزش، حفظ سودآوری و ثبت رکوردهای جدید را دارد. عبور موفق این شرکت از بحران خوراک و حفظ سهم بازار صادراتی می‌تواند ظرفیت سودآوری نوری را در دوره‌های باثبات، فراتر از برآوردهای فعلی بازار قرار دهد.

ضرورت اولویت‌بندی در بازسازی زیرساخت‌های آسیب‌دیده در جنگ

بامداد جنوب:مدیرعامل شرکت ملی گاز ایران، با اشاره به ضرورت اولویت‌بندی در اجرای پروژه‌های بزرگ از جمله بازسازی زیرساخت‌های آسیب‌دیده جنگ تحمیلی خود، تأکید کرد: مدیریت دقیق منابع، صیانت از استانداردهای ایمنی و استفاده حداکثری از ظرفیت سرمایه‌های انسانی از مهم‌ترین شاخص‌های اجرای به‌موقع پروژه‌هاست. سعید توکل‌ی در بازدید از شرکت مهندسی و توسعه گاز ایران، بر ضرورت تسریع اجرای پروژه‌ها با رویکرد ارزش‌آفرینی در محیط انرژی، صرفه‌جویی و بهینه‌سازی در اجرا، خرید و تأمین تجهیزات به‌موقع تأکید کرد. وی با اشاره به وابستگی گسترده برق، صنایع، پتروشیمی، هه صادرات و بخش خانگی به گاز گفت: در شرایط ناترازی، اولویت‌بندی دقیق پروژه‌ها تنها مسیر مدیریت کارآمد است. همچنین که پارسل تزریق گاز به ۷۷۴ کیلومتر از خطوط لوله بر همین مبنا انجام شد. مدیرعامل شرکت ملی گاز ایران امسال را «سالی استثنایی و تعیین‌کننده» در تاریخ صنعت گاز برشمرد و با تأکید بر ضرورت دقت در زمان‌بندی، تعدیل‌ها و تأمین نیازمندی‌های پروژه‌ها و اهمیت نیروی انسانی، یادآور شد: نسل جدید کارکنان از نظر دانش و تحلیل بسیار توانمند است و باید از ظرفیت فکری آنان در شرایط سخت کنونی بهره‌برد.

توکل‌ی با اشاره به اهمیت صیانت از حریم خطوط لوله و ایستادگی در برابر هرگونه کاهش استانداردهای ایمنی، گفت: استانداردهای ایمنی خط قرمز شرکت ملی گاز ایران است و بری مثنای هر طریحی که در مجاورت خطوط اجرا شود، باید از همان مرحله طراحی، تدابیر لازم را پیش‌بینی کند.

بامداد جنوب: آریاساسول در سال ۱۴۰۴ با تکیه بر ثبات تولید و مدیریت هزینه‌ها، توانست مسیر رشد سودآوری خود را تثبیت کند؛ افزایش درآمد عملیاتی در کنار کنترل هزینه‌ها، سود خالص شرکت را به بیش از ۱۸ هزار میلیارد تومان رساند و قدرت سودسازی آن را نسبت به سال گذشته تقویت کرد. بر اساس این خبر، درآمد شرکت از ۵۰ هزار و ۴۲۴ میلیارد تومان در سال ۱۴۰۳ به ۶۸ هزار و ۱۱۹ میلیارد تومان در سال ۱۴۰۴

سال ۱۴۰۴؛ سال جهش آریاساسول در سودسازی

رسیده که رشد ۲۵ درصدی را ثبت کرده است. ثبات در سطح تولید باعث‌شده شرکت بتواند از ظرفیت‌های فروش خود به شکل موثرتری استفاده کند. این موضوع در کنار بهبود نرخ‌های فروش، موتور اصلی افزایش درآمد بوده‌است. سودبهای تمام‌شده کالاهای فروش‌رفته از ۳۱ هزار و ۹۷۷ میلیارد تومان به ۴۰ هزار و ۷۱۱ میلیارد تومان رسیده که رشد ۲۷ درصدی دارد. فاصله رشد هزینه‌ها با درآمد، منجر به تقویت سودآوری شده‌است. سود

مدیر کل دفتر راهبری و نظارت بر انتقال و توزیع برق وزارت نیرو:

از دهه ۸۰ خرید و فروش برق در بورس کلید خورده است

| **الهام بهروزی** |



آن بیش از هر چیز به شفاف‌سازی دقیق و روایت‌گری روشن از سوی نهادهای مسئول گره خورده است. در این میان، مدیرکل دفتر راهبری و نظارت بر انتقال و توزیع برق وزارت نیرو با اشاره به بحث این روزهای مردم در شبکه‌های اجتماعی و فضای عمومی منبسی بر ورود برق به بورس انرژی، گفت: در حقیقت، مباحث اقتصادی صنعت برق از سال ۱۳۸۲ و با اجرای برنامه تجدید ساختار صنعت برق در جهان و از جمله در ایران وارد مرحله جدیدی شد. در آن مقطع، موضوعاتی مانند بورس و بازار انرژی و همچنین شفاف‌سازی کسب‌وکارهای حوزه انرژی در قالب قوانین و مقررات کشور تعریف و اجرایی شد. بورس انرژی نیز اکنون بیش از ۱۵ سال است که در کشور فعالیت دارد و خرید و فروش برق در سطح مختلف از همان زمان آغاز شده است. نیروگاه‌های بزرگ و مصرف‌کنندگان عمده برق طی سال‌های گذشته به‌صورت مستمر در بورس انرژی فعالیت کرده‌اند. عبدالصاحب ارجمند ادامه داد: از مهم‌ترین مزایای بورس، که مسورد تأنید فعالان اقتصادی و کارشناسان است، شفاف‌سازی قیمت‌هاست. بورس انرژی، همانند سایر بورس‌های انرژی در جهان، موجب افزایش شفافیت، کاهش رانت و بهبود کارایی بازار می‌شود. تجربه نشان داده است، این سازوکار در بلندمدت به کاهش هزینه‌ها و ایجاد رقابت سالم کمک می‌کند. بسیاری از رانت‌های احتمالی در حوزه انرژی نیز از طریق فرایندهای شفاف بورس حذف می‌شوند. با وجود این باید تأکید کرد، بورس انرژی ارتباطی با مصرف‌کنندگان نهایی خانگی ندارد. در واقع، مصرف‌کنندگان بزرگ و خریداران عمده برق هستند که عمدتاً وارد بورس انرژی می‌شوند.

به گفته وی، مصرف‌کنندگان خرد همچنان مطابق روال گذشته برق مورد نیاز خود را از طریق شرکت انرژی توزیع برق دریافت می‌کنند. همچنین مشترکان مشمول حمایت‌های یارانه‌ای نیز بر اساس قوانین موجود از همان سازوکارهای حمایتی بهره‌مند خواهند شد و هیچ‌گونه خللی در تأمین برق باقیمت برق آنان ایجاد نخواهد شد.

مدیرکل دفتر راهبری و نظارت بر انتقال و توزیع برق وزارت نیرو، گفت: بنابراین، نتیجه اصلی بورس انرژی، افزایش شفافیت در بازار و بهبود سازوکارهای اقتصادی حوزه برق و انرژی است که از دهه ۱۳۸۰ و ۱۳۹۰ در کشور آغاز شده و همچنان ادامه دارد. در قانون برنامه هفتم پیشرفت نیز وزارت نیرو مکلف شده است که حداقل ۶۰ درصد معاملات برق را از طریق بورس انرژی انجام دهد.

جایگزینی مدل «پاداش محور» به جای افزایش قیمت گاز و بنزین

دیگر، مصرف بنزین کشور با افزایش چشمگی ۱۰ میلیون لیتری نسبت به سال گذشته، از ۱۳۰ میلیون به ۱۴۰ میلیون لیتر در روز رسیده است که این تلاقی کاهش تولید و افزایش مصرف، ناترازی شدید ۳۰ میلیون لیتری بنزین در روز را رقم زده است.

سقاب اسفهان‌ی در تشریح راهکار‌های مواجهه با این بحران گفت: دولت دو مسیر واضح پیش‌رو دارد؛ نخست سوخت که مستلزم ارزیابی گسترده و در نتیجه کاهش مستقیم بودجه حیاتی دارو و کالاهای اساسی کشور است. مسیر دوم، مدیریت هوشمندانه مصرف و افزایش هم‌زمان تولید است که هم‌اکنون با تلاش شبانه‌روزی متخصصان در وزارتخانه‌های نفت و نیرو برای احیای زیرساخت‌های آسیب‌دیده در جریان تهاجم‌های اخیر، فعالانه دنبال می‌شود. رئیس سازمان بهینه‌سازی و مدیریت راهبردی انرژی

اعلام کرد: اصلاح و افزایش قیمت حامل‌های انرژی به دلیل شرایط اقتصادی و دغدغه‌های اجتماعی فلاشدنی و منطقی نیست. استراتژی نوین ما، جایگزینی کامل افزایش قیمت با مدل انتفاع عمومی است. بدین معنا که به‌جای اعمال فشار بر سبد معیشتی خانوار، به‌ازای هر میزان کاهش مصرف انرژی، پاداش نقدی مستقیم به مردم پرداخت می‌شود.

سال ۱۴۰۴؛ سال جهش آریاساسول در سودسازی

ناخالص شرکت با رشد ۴۹ درصدی از ۱۸ هزار و ۴۴۷ میلیارد تومان به ۲۷ هزار و ۴۰۸ میلیارد تومان رسیده که نشان دهنده بهبود حاشیه سود است. سود عملیاتی و خالص در مسیر صعودسود عملیاتی با رشد ۵۸ درصدی به ۲۳ هزار و ۶۲۸ میلیارد تومان رسیده‌است. همچنین سود خالص با افزایش ۲۸ درصدی از ۱۴ هزار و ۷۹ میلیارد تومان به ۱۸ هزار و ۶۶ میلیارد تومان رسیده که بیانگر تداوم روند مثبت سودسازی است.

بامداد جنوب

اخرت ۳

یکشنبه ۱۰ خرداد ۱۴۰۵ | ۱۴ ذی‌الحجه ۱۴۴۷ | سال سیزدهم | شماره ۵۳۳۰۳

گزارش

چین، بازار جهانی اوره را نجات می‌دهد

بامداد جنوب: تنش در شریان حیاتی تنگه هرمز، این بار فراتر از نفت، امنیت غذایی جهان را نشانه رفته است. جهش قیمت اوره به مرز ۷۰۰ دلار در پی اختلال در صادرات گاز و کود شیمیایی، زنگ خطر بحران غذا را به صدا درآورده و اکنون تمامی نگاه‌ها به یکن دوخته شده‌است؛ چراکه بازگشت دوباره چین به چرخه صادرات، تنها کلید احتمالی برای مهار التهاب در بازار جهانی محسوب می‌شود.

بر اساس این خبر، اوره که یکی از مهم‌ترین نهادهای کشاورزی و پایه تولید بخش بزرگی از غذای جهان محسوب می‌شود، در هفته‌های پس از بحران هرمز جهش قیمتی شدیدی را تجربه کرد. قیمت هر تن اوره که پیش از آغاز تنش‌ها حدود ۴۷۰ دلار بود، در مدت کوتاهی به محدوده ۷۰۰ دلار رسید؛ افزایشی نزدیک به ۵۰ درصد که بازارهای کشاورزی را به شدت نگران کرد.

وابستگی بالای تجارت جهانی اوره به صادرات خلیج فارس، یکی از دلایل اصلی این التهاب بود. بخش مهمی از عرضه جهانی کود شیمیایی از مسیر تنگه هرمز عبور می‌کند و هرگونه اختلال در این شاهراه انرژی، مستقیماً بر بازار کود و در نهایت هزینه تولید غذا اثر می‌گذارد. به همین دلیل، بسیاری از واردکنندگان بزرگ از جمله هند، برزیل و کشورهای آفریقایی در هفته‌های اخیر نسبت به کمبود کود و افزایش هزینه‌های کشاورزی هشدار داده‌اند.

در میانه این آشوب، نگاه معامله‌گران دوباره به چین معطوف شد؛ کشوری که یکی از بزرگ‌ترین تولیدکنندگان و صادرکنندگان اوره در جهان به‌شمار می‌رود و سیاست‌های صادراتی آن می‌تواند بازار جهانی را دستخوش تغییر کند. یکن طی ماه‌های گذشته برای کنترل قیمت داخلی و تأمین نیاز کشاورزان چینی، محدودیت‌های سختگیرانه‌ای بر صادرات اوره اعمال کرده بود. همین مسئله در کنار اختلال صادرات خاورمیانه، فشار مضاعفی بر بازار جهانی وارد کرد. اما حالا گزارش‌ها از تغییر تدریجی سیاست چین حکایت دارد. خبرگزاری رویترز به نقل از منابع آگاه گزارش داده که دولت چین بار دیگر مجوز صادرات اوره را برای برخی شرکت‌ها صادر کرده و احتمال عرضه دو تا چهار میلیون تن اوره به بازار جهانی در ماه‌های آینده مطرح شده است. انتشار همین خبر کافی بود تا بخشی از التهاب بازار فروکش کند. در برخی بازارهای آسیایی و آمریکای جنوبی، قیمت اوره بین ۵ تا ۱۲ درصد کاهش یافت و معامله‌گران از احتمال متعادل شدن عرضه سخن گفتند.

با این‌حال، بازار جهانی هنوز از وضعیت بحرانی فاصله نگرفته است. نااطمینانی درباره آینده جنگ، وضعیت تردد کشتی‌ها در منطقه و حجم واقعی صادرات چین همچنان از مهم‌ترین ریسک‌های بازار محسوب می‌شود. در عین حال، تحولات اخیر یک واقعیت مهم را بیش از گذشته آشکار کرده است؛ اینکه امنیت غذایی جهان حالا بیش از هر زمان دیگری به تصمیم‌های سیاسی و اقتصادی قدرت‌های بزرگ گره خورده است.

اگر تا چند سال پیش تنگه هرمز فقط شاهراه نفت جهان محسوب می‌شد، امروز نقش آن در زنجیره تأمین کود و غذایزیر پررنگ‌تر شده است. از سوی دیگر، چین حالا تنها یک بازیگر اقتصادی در بازار اوره نیست؛ بلکه کشوری است که تصمیم‌هایش می‌تواند بر قیمت غذا در بخش بزرگی از جهان اثر مستقیم بگذارد. بازگشت چین به بازار صادرات اوره فعلاً بخشی از نگرانی‌ها درباره تبدیل جنگ انرژی به بحران جهانی غذا را کاهش داده، اما بازار همچنان در شرایطی شکننده قرار دارد.

در مجموع، آنچه در هفته‌های اخیر در بازار اوره رخ داد، نشان می‌دهد بحران جهانی ژئوپولیتیک مستقیماً به سفره مردم جهان وصل شده‌اند؛ تنگه هرمز به‌عنوان شریان حیاتی تجارت انرژی و کود، هر بار که نامن شود موج گرانی را از مزارع تا بازار مواد غذایی منتقل می‌کند. هرچند سیگنال‌های اولیه از بازگشت محدود چین به صادرات، می‌تواند نقش یک سیوفاپ اطمینان برای آرام کردن بازار را بازی کند، اما تا زمانی که ابهام درباره استمرار تنش‌ها، امنیت کشتیرانی و حجم واقعی عرضه یکن باقی است، بازار کود و به تبع آن امنیت غذایی جهان در وضعیتی شکننده خواهد ماند؛ وضعیتی که در آن تصمیم‌های سیاسی قدرت‌های بزرگ، به همان اندازه آب‌وهوا و خاک، سرنوشت تولید غذا را تعیین می‌کند.

گزارش

۹۶ طرح بهینه‌سازی مصرف انرژی در صنعت پتروشیمی اجرا می‌شود

بامداد جنوب: مدیر بهینه‌سازی مصرف انرژی شرکت ملی صنایع پتروشیمی اعلام کرد: ۹۶ طرح بهینه‌سازی مصرف انرژی از سوی شرکت ملی صنایع پتروشیمی در داخل و خارج از صنت در حال اجراست. علنی‌رسانی با اعلام این خبر به شانا گفت: برآورد می‌شود با اجرای این طرح‌ها با حدود ۲۰ میلیون دلار سرمایه‌گذاری و فعال بودن واحدها با ظرفیت کامل، حدود ۲۵۰ میلیون مترمکعب در سال کاهش مصرف گاز محقق شود.

وی درباره طرح‌های بهینه‌سازی مصرف انرژی در صنعت پتروشیمی بیان کرد: شرکت ملی صنایع پتروشیمی افزون بر ۱۲ طرح بهینه‌سازی مصرف انرژی در خساج از صنعت، ۸۴ طرح نیز داخل صنعت در حال اجرا دارد؛ از جمع‌آوری گازهای مشعل و اصلاح فرایندهای عملیاتی تا بهینه‌سازی و ارتقای فناوری تجهیزات. مدیر بهینه‌سازی مصرف انرژی شرکت ملی صنایع پتروشیمی، اصلاح پارامترهای عملیاتی را از طرح‌های بسیار مناسب و بدون هزینه دانست و گفت: این موضوع مشابهی با «درست مصرف کردن» در بخش خانگی است. در این بخش، راهکارهایی با تغییر پارامترها در صنعت ایجاد می‌شوند که به کاهش مصرف انرژی حتی پایین‌تر از استانداردهای طراحی منجر خواهند شد.

رسانی ادامه داد: سسه عامل جمع‌آوری گازهای مشعل و بازگردانی آن، اصلاح پارامترهای عملیاتی و بهبود فرایندهای کاری، ۶۰ درصد صرف‌جویی انرژی رادر صنعت پتروشیمی محقق می‌کنند.

وی با بیان اینکه شاخص اس اس سی (استاندارد معیار مصرف) برای هر صنعت متفاوت است، گفت: برای نمونه، این شاخص برای آمونیاک و باوره به ازای هر تن عدد مشخصی است و فرق می‌کند.

مدیر بهینه‌سازی مصرف انرژی شرکت ملی صنایع پتروشیمی یادآور شد:

۷۶ درصد فرایندهای پتروشیمی با استانداردهای معیار مصرف مطابقت دارند؛

از این رو، پتروشیمی، صنعتی پیشرو در حوزه بهینه‌سازی و درست مصرف کردن است.

جهان دیدگان

صدای سالمند

هفت خوان تسهیلات برای بازنشتگان

بامداد جنوب: یکی از چالش‌های همیشگی بازنشتگان، دیوارهای بلند بروکراسی بانکی هنگام نیاز به تسهیلات است. به‌تازگی یکی از بازنشتگان جهاد کشاورزی استان بوشهر با گلایه از شرایط سخت‌گیرانه بانک‌ها، اعلام کرده است که درخواست وام تعمیر مسکن وی به‌دلیل نداشتن سپرده و میانگین حساب سه‌ماهه رد شده‌است؛ رویکردی که عملاً باواقعیت معیشتی بازنشتگان، یعنی پایین بودن حقوق و ناتوانی در پس‌انداز، در تضاد کامل است.

در همین راستا و برای شفاف‌سازی، پیگیری‌های ما از مدیریت صندوق بازنشتگی کشوری استان بوشهر نشان می‌دهد که صندوق برای حل این معضل، تسهیلات «وام ضروری» را پیش‌بینی کرده‌است. این وام با کارمزد ۴ درصد و بازپرداخت ۳۶ ماهه، نیازی به ضامن، مراجعه حضوری به بانک یا تشکیل پرونده‌های پیچیده ندارد و اقساط آن به‌صورت مستقیم از حقوق بازنشتگان کسر می‌شود.

ثبث‌نام برای دریافت این وام ۷۵ میلیون تومانی از ۲۴ اردیبهشت‌ماه آغاز شده و تا ۲۰ خردادماه از طریق درگاه الکترونیکی صندوق بازنشتگی کشوری (www.cspfir) ادامه دارد. البته باید توجه داشت که به‌دلیل محدودیت اعتبار، پرداخت تسهیلات از طریق قرعه‌کشی و در چند مرحله صورت می‌گیرد و اولویت با کسانی است که بدهی وام قبلی نداشته و بیش از یک سال از دوران بازنشتگی‌شان گذشته باشد. وراثت ووظیفه‌بگیر نیز مشمول این طرح هستند. داریوش کشتکار، مدیر صندوق بازنشتگی کشوری استان بوشهر، با تأکید بر خدمات این صندوق اعلام کرد: «در حال حاضر ۲۰ هزار و ۷۰۰ بازنشته حقوق‌بگیر استان هستند و سال گذشته بالغ بر ۲۰۰ میلیارد تومان وام ضروری و وام ازدواج فرزندان به این قشر پرداخت شده‌است».

امید است با اطلاع‌رسانی دقیق و تسهیل مسیرهای قانونی، بازنشتگان عزیز در پیچ‌وخم‌های اداری گرفتار نشوند و این تسهیلات بتواند مرهمی بر بخشی از دغدغه‌های معیشتی آنان باشد. مطالبه بازنشتگان نه امتیاز ویژه، بلکه دسترسی آسان و عادلانه به حق قانونی خوداست.

سلامت‌کده

نقش خواب شبانه در پیشگیری از آلزایمر

بامسداد جنوب: در بخش سلامت‌کده این هفته دکتر نفیسه کروی، متخصص زنتیک برای ما از نقش خواب شبانه در پیشگیری از آلزایمر در سالمندان می‌گوید. پژوهش‌های سال‌های اخیر نشان می‌دهد که خواب شبانه ی کافی و باکیفیت، نقش مهمی در حفظ سلامت مغز سالمندان و کاهش خطر ابتلا به آلزایمر دارد. هنگام خواب، مغز وارد مرحله‌ای از «پاکسازی طبیعی» می‌شود و مواد زائدی را که در طول روز در سلول‌های مغزی تجمع پیدا کرده‌اند، دفع می‌کند. یکی از این مواد، پروتئینی به نام «بتا‌آمیلوئید» است که تجمع آن با بیماری آلزایمر ارتباط مستقیم دارد.

مطالعات نشان داده‌اند سالمندانی که خواب منظم و عمیق‌تری دارند، عملکرد حافظه و تمرکز بهتری را حفظ می‌کنند و کمتر در معرض افت شناختی قرار می‌گیرند. در مقابل، بی‌خوابی، خواب منقطع، دیر خوابیدن یا خواب کمتر از حد نیاز، می‌تواند روند آسیب به سلول‌های مغزی را تسریع کند و احتمال بروز اختلالات حافظه را افزایش دهد.

متخصص معمولاً برای سالمندان حدود ۷ تا ۸ ساعت خواب شبانه را توصیه می‌کنند؛ البته کیفیت خواب به اندازه مدت آن اهمیت دارد. خواب آرام، بدون بیدار شدن‌های مکرر و در ساعت منظم، تأثیر بیشتری بر سلامت مغز دارد.

برای بهبود کیفیت خواب، رعایت چند نکته ساده مفید است: کاهش مصرف چای و قهوه در ساعات پایانی روز، دوری از تلغن همراه و تلویزیون پیش از خواب، فعالیت بدنی سبک روزانه و ثابت نگه‌داشتن ساعت خواب و بیداری. در صورت تداوم مشکلات خواب، مراجعه به پزشک اهمیت زیادی دارد، زیرا درمان اختلالات خواب می‌تواند به حفظ حافظه و سلامت ذهن در دوران سالمندی کمک کند.

کتابخانه خردمندان

شقای زندگی در دستان شماست

بامداد جنوب: دوران سالمندی، فصل مرور خاطرات و گاهی مواجهه با دردهای جسمانی و تنهایی است؛ اما چقدر به رابطه‌ی میان «ذهن» و «جسم» خودایمان دارید؟ کتاب «شقای زندگی» اثر لوئیز آل. هسی، اثری است که با اثر خودیاری ساده، نقشه‌ای جامع برای آشتی با خویش‌تان است. نویسنده که زندگی تجربه‌ی عبور از سختی‌های بزرگ زندگی را داشته، در این کتاب با زبانی گرم و صمیمی به مسأی آموزد که الگوهای ذهنی و باورهای قدیمی، چگونه می‌توانند بر سلامت جسمانی ما اثر بگذارند. پیام اصلی لوئیز هی برای مخاطب سالمند، پیام «امید» و «پذیرش» است. او معتقد است که ما مسئولیت کامل تجربیات زندگی خود را بر عهده داریم و هر فکری که امروز از سر می‌گذرانیم، آینده‌ی ما را می‌سازد. در این کتاب، جدولی ارزشمند وجود دارد که در آن ریشه‌ی ذهنی بسیاری از بیماری‌های رایج جسمی تحلیل شده و در مقابل، جملات تأکیدی مثبتی برای بهبود آن‌ها پیشنهاد شده‌است.

برای سالمندانی که شاید با دردهای مزمن یا اضطراب ناشی از کهنوت دست‌وپنجه نرم می‌کنند، این کتاب یک همراه آرامش‌بخش است. «شقای زندگی» به ما یادآوری می‌کند که برای تغییر دادن الگوهای ذهنی، بخشیدن دیگران و از همه مهم‌تر، «دوست داشتن خود»، هیچ‌گاه دیر نیست. این اثر به شما کمک می‌کند تا تغییر بنیامینی و تلخی‌های گذشته را از روح خود بزدایید و با انگهی نواز لحظات حال لذت ببرید. مطالعه‌ی این کتاب، دعوتی است به یک سفر درونی؛ سفری که در انتهای آن می‌آموزید چگونه با کلام و اندیشه، طبیعت روح و جسم خود باشید.

◀ **بامداد جنوب:** در صفحه اختصاصی

سالمندان روزنامه بامداد جنوب این هفته، به یکی از معلمان بازنشته خوشنام بوشهری رفتیم؛ مردی که ۴۰ سال از عمر خود را در مسیر تعلیم و تربیت گذرانده و سعی کرده فراتر از نقش معلمی، به‌عنوان مشاور نیز در کنار دانش‌آموزان حضور داشته باشد. وی دستی بر قلم دارد و مولف ده‌ها کتاب کمک‌آموزشی است و تجربه سفر حج را هم در قالب کتابی مکتوب کرده است. در این گفت‌وگوی صمیمانه، استاد حسین رنجبر از خاطرات ماندگار دوران تدریس بر نگاهش به تربیت فرزندان، نقش امید در زندگی و توصیه‌هایی برای نسل جوان سخن می‌گوید. **لطفا خودتان را برای خوانندگان ما معرفی کنید؟**

من حسین رنجبر هستم، یک معلم بازنشسته با ۶۴ سال سن. ۴۰ سال از عمر را وقف تعلیم و تربیت کرده‌ام و خدا را شکر، از این بابت بسیار خوشحالم.

چه حس زیبایی! می‌دانیم که شما سال‌ها در عرصه آموزش و پرورش زحمت کشیده‌اید. خاطره‌ای به یادماندنی از دوران معلمی خود دارید که برای ما تعریف کنید؟

خاطره که بسیار دارم، اما یکی از قشنگ‌ترین آن‌ها مربوط به زمانی بود که در مدرسه بزرگسالان دخترانه، دانش‌آموزی داشتم که خانمی بود با فرزندنی شش‌ماهه و همسری که نطفاتچی یکی از ادارات بود. او با مشکلات مالی فراوان و گرفتاری‌های متعدد زندگی روبه‌رو بود و درس خواندن نیز برایش بسیار دشوار شده بود.

شب‌ها سه تا چهار ساعت بیشتر نمی‌خوابید. با او صحبت کردم، به او مشاوره دادم، فرصت دادم و امید بخشیدم که پایان همه سختی‌ها،



با امید و امیدواری، قطعاً شیرین خواهد بود. در نهایت، همان دانش‌آموز اکنون پزشک موفق‌ی است و دارای مدرک تخصص بیهوشی است و اکنون در خدمت جامعه پزشکی مشغول خدمت است. این موضوع برای من بسیار ارزشمند است که توانسته‌ام تغییری در زندگی یک نفر ایجاد کنم. البته نمونه‌های زیادی در خاطراتم ثبت‌شده‌است که مجال بیان همه آن‌ها نیست و به یک مورد بسنده کردم. امیدوارم روزی بتوانم این نمونه‌ها را با جزئیات بیشتری مکتوب کنم تا افراد با توجه به مشکلات زندگی، امیدوارتر باشند.

واقعاً الهام‌بخش بود. شما علاوه بر معلمی، مشاور کنکور هم بوده‌اید. چه توصیه‌ای برای جوانان و دانش‌آموزانی دارید که در آستانه ورود به دنیای بزرگسالی هستند؟

به آن‌ها می‌گویم که اول از همه، به خود ایمان داشته باشند. توانایی‌های خود را بشناسند و برای رسیدن به اهدافشان تلاش کنند. ناامید نشوند، از شکست نترسند و همیشه به آینده امیدوار باشند. مهم‌تر از همه، انسانیت را فراموش نکنند. چراکه به نقل از قرآن، ابتدا خودتان را بشناسید و سپس به زندگی‌تان ایمان داشته باشید و به لطف خداوند امیدوارتر باشید.

چه زیبا! شنیده‌ام که شما کتابی هم درباره سفر حج نوشته‌اید. لطفا کمی از این تجربه معنوی برای ما بگویید؟
بله الحمدلله. سفرهای حج، تجربه‌های بی‌نظیری هستند که انسان را متحول می‌کنند. نوشتن این کتاب، به نوعی ثبت خاطرات و انتقال حس و حال معنوی آن سفرها بود. دوست داشتم این تجربه‌ها را با دیگران به اشتراک بگذارم. در زمینه‌های کمک‌آموزشی

گفت‌وگوی «بامداد جنوب» با معلم پیشکسوت بوشهری؛

برای «انسان ماندن» تلاش کنید

نیز ده‌ها کتاب را به رشته تحریر درآورده‌ام که هر یک زمینه‌های موفق برای دانش‌آموزان نیز به شمار می‌آید.

واقعاً چه کار ارزشمندی به نظر شما، مهم‌ترین درسی که از این سفرها، نوشته‌ها و تألیفات خود گرفته‌اید، چیست؟

درس‌های زیادی گرفته‌ام، اما مهم‌ترین آن این بود که زندگی کوتاه‌تر از آن است که تصور می‌کنیم. باید از لحظه‌لحظه زندگی‌مان لذت ببریم، با توجه به توانمندی‌هایمان به دیگران کمک کنیم و همیشه در مسیری قدم برداریم که وجودمان، قلممان و عملمان در راستای کمک، عشق به خدمت و تلاش برای کسانی باشد که می‌توانند و نیازمند محرکی هستند.

شما در خانواده هم بسیار موفق بوده‌اید. فرزندان و نوه‌های موفقی دارید. راز این موفقیت را در چه می‌بینید؟

اگر امروز در خانواده‌ام آرامش، موفقیت و محبت دیده می‌شود، بساور دارم نتیجه یک عمر صبر، دعا، تلاش و تربیت درست است. من بیش از چهل سال در مسیر تعلیم و تربیت هم برداشته‌ام و در این سال‌ها فهمیده‌ام که فرزندان بیش از آنکه به سخنان ما نگاه کنند، از رفتار ما درس می‌گیرند. پدر و مادر اگر خود اهل اخلاق، احترام، صداقت، انسان‌دوستی و

مسئولیت‌پذیری باشند، این ارزش‌ها آرام‌آرام در وجود فرزندان ریشه می‌گیرد. هیچ موفقیتی اتفاقی نیست؛ خانواده‌ای موفق می‌شود که در آن محبت باشد، گفت‌وگو باشد، دعا باشد و اعضای خانواده در سختی‌ها کنار هم بمانند. من همیشه سعی کرده‌ام برای فرزندان و دانش‌آموزانم فقط یک معلم نباشم، بلکه شنونده، همراه و دلگرمی آنان باشم. من معتقدم که محبت، احترام و همدلی، ستون‌های اصلی یک خانواده موفق هستند. ما سعی کردیم همیشه با فرزندان‌مان رقیق باشیم، به آن‌ها اعتماد کنیم، به آن‌ها فرصت بدهیم، وقت بگذاریم و با عشق کمک کنیم تا خودشان را پیدا کنند.

واقعاً الهام‌بخش بود. شما علاوه بر معلمی، مشاور کنکور هم بوده‌اید. چه توصیه‌ای برای جوانان و دانش‌آموزانی دارید که در آستانه ورود به دنیای بزرگسالی هستند؟

به آن‌ها می‌گویم که اول از همه، به خود ایمان داشته باشند. توانایی‌های خود را بشناسند و برای رسیدن به اهدافشان تلاش کنند. ناامید نشوند، از شکست نترسند و همیشه به آینده امیدوار باشند. مهم‌تر از همه، انسانیت را فراموش نکنند. چراکه به نقل از قرآن، ابتدا خودتان را بشناسید و سپس به زندگی‌تان ایمان داشته باشید و به لطف خداوند امیدوارتر باشید.

چه زیبا! شنیده‌ام که شما کتابی هم درباره سفر حج نوشته‌اید. لطفا کمی از این تجربه معنوی برای ما بگویید؟
بله الحمدلله. سفرهای حج، تجربه‌های بی‌نظیری هستند که انسان را متحول می‌کنند. نوشتن این کتاب، به نوعی ثبت خاطرات و انتقال حس و حال معنوی آن سفرها بود. دوست داشتم این تجربه‌ها را با دیگران به اشتراک بگذارم. در زمینه‌های کمک‌آموزشی

اتاق مشاوره

چگونه با غول تنهایی در سالمندی بجنگیم؟

بامداد جنوب: تنهایی و ترس از آینده، دو سایه‌ای هستند که بسیاری از سالمندان پس از بازنشستگی یا فقدان عزیزان تجربه می‌کنند. اما آیا می‌توان این سایه‌ها را به نور تبدیل کرد؟ در این شماره از «اتاق مشاور»، گفت‌وگوی صمیمانه آقای «س» (سالمند ۷۰ساله) را با دکتر محمدرضا بحرانی می‌خوانید گفت‌وگویی که از دل دغدغه‌های روزمره برآمده و مسیری روشن برای رهایی از بند انزوا پیش روی ما می‌گذارد.

راستش دکتر، من بعد از فوت همسرم خیلی تنه‌اشدم. حدود دو سال است که این اتفاق افتاده. تمام روزها مثل هم می‌گذرد و انگار هیچ انگیزه‌ای برای انجام کارها ندارم. مدام به گذشته فکر می‌کنم. . . نمی‌دانم چطور با این تنهایی کنار بیایم.

از دست دادن همسر، تجربه‌ای بسیار دردناک و یکی از سخت‌ترین مراحل زندگی است. طبیعی است که احساس غم، دل‌تنگی و تنهایی کنید. اما اجازه دهید چند نکته را با هم مرور کنیم و ببینیم چگونه می‌توانیم این دوران را با آرامش بیشتری سپری کنیم. اول از همه، مهم است که به خودتان اجازه دهید احساساتتان را تجربه کنید. سرکوب کردن غم و اندوه، فقط باعث می‌شود که این احساسات درونی تر شده و در بلندمدت اثرات مخرب‌تری داشته باشند. گریه کردن، صحبت کردن با کسی که به او اعتماد دارید، نوشتن خاطرات یا احساساتتان در دفترچه، هر کاری که به شما کمک می‌کند تا این غم را به شکل سالمی تخلیه کنید، مفید است.

سعی می‌کنم. . . اما گاهی اوقات واقعاً سخت می‌شود.

بله، می‌دانم. تحمل این درد آسان نیست. اما یک نکته بسیار کلیدی این است که خودتان را از اجتماع دور نکنید. شما گفتید دو سال از فوت همسرتان گذشته، در این مدت، آیا با دوستان قدیمی یا بستگان در ارتباط بوده‌اید؟

بامداد جنوب

جامعه ۵

یکشنبه ۱۰ خرداد ۱۴۰۵ | ۱۴ ذی‌الحجه ۱۴۴۷ | سال سیزدهم | شماره ۳۰۵۳

گزارش

«جهان دیدگان»

رسانه‌ای برای سالمندان

بامداد جنوب: در روزگاری که شتاب زندگی گاهی فرصت شنیدن را از ما می‌گیرد، هستند کسانی که عمرشان را با تجربه، صبوری، رنج، مهر و دانایی ساخته‌اند؛ کسانی که هر چین‌صورتشان روایتی از زیستن، ساختن و تاب آوردن است. سالمندان، فقط یک گروه سنی نیستند؛ آنان حافظه زنده خانواده‌ها، تکیه‌گاه عاطفی نسل‌ها و گنجینه‌های از تجربه‌های ارزشمند اجتماعی و انسانی‌اند. با همین نگاه، روزنامه بامداد جنوب از این پس صفحه‌ای اختصاصی برای سالمندان با عنوان «جهان دیدگان» به صورت هفتگی منتشر می‌کند؛ صفحه‌ای برای دیدن، شنیدن و جدی گرفتن صدای کسانی که سال‌ها با این جامعه زندگی کرده‌اند و حق دارند بیشتر و بهتر دیده شوند.

«جهان دیدگان» قرار است فقط یک صفحه مناسبتی با تشریفاتی نباشد؛ بلکه فضایی باشد زنده، پویا و صمیمی برای طرح دغدغه‌ها، بازتاب مشکلات، روایت تجربه‌ها، انتقال آگاهی و تقویت پیوند میان نسل‌ها ما باور داریم سالمندی پایان نقش آفرینی اجتماعی نیست، بلکه آغاز مرحله‌ای تازه از اثرگذاری، تجربه‌گویی و حضور معنادر در جامعه است. از همین رو تلاش خواهیم کرد در این صفحه، تصویری واقعی، محترمانه و امیدبخش از زندگی سالمندان ارائه دهیم. در «جهان دیدگان» به موضوعاتی خواهیم پرداخت که مستقیماً با زندگی سالمندان و خانواده‌های آنان در ارتباط است؛ ما می‌خواهیم این صفحه فقط از سالمندان نویسد؛ بلکه با سالمندان و برای سالمندان نوشته شود. به همین دلیل، از همه شما دعوت می‌کنیم در شکل‌گیری و پررشدن این صفحه همراه ما باشید. اگر سالمند هستید و حرفی برای گفتن دارید، اگر تجربه‌ای از زندگی، بیماری، امید، تنهایی، پیروزی یا حتی یک خاطره شیرین در دل دارید، «جهان دیدگان» جای شماست. اگر فرزند یا عضوی از خانواده یک سالمند هستید و با چالش‌ها، نیازها یا زیبایی‌های این هم‌نشینی آشنا هستید، تجربه‌تان نیز می‌تواند برای دیگران راهگشا باشد.

یادداشت

معجزه پیوند نسل‌ها

غلامحسین کروی

در دنیای پرشتاب امروز، گاهی از یاد می‌بریم که ریشه‌های عمیق مادر ارتباط با نسل‌های پیشین نهفته است. پیوند میان نسل‌ها، به‌ویژه رابطه‌ی شیرین میان کودکان و سالمندان، گنجی گران‌بهاست که نه تنها به سلامت روان فرزندانمان کمک می‌کند، بلکه به افزایش طول عمر سالمندان نیز می‌انجامد. تحقیقات علمی نشان داده‌اند که ارتباط مستمر، هدفمند و سرشار از مهر و محبت میان نوه‌ها و پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها، تأثیر شگرفی بر سلامت روان هر دو نسل دارد. زمانی که کودکان، در کنار والدین خود، در حضور معنادر پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها نیز به‌مندی می‌شوند، فرصتی بی‌نظیر برای یادگیری، کسب تجربیات ارزشمند و شکل‌گیری هویت سالم فراهم می‌آید. این ارتباط صمیمانه، به کاهش استرس، افزایش اعتمادبه‌نفس و ایجاد احساس امنیت در کودکان کمک می‌کند. از سوی دیگر، سالمندانی که در کانون توجه نوه‌ها قرار دارند و از عشق و محبت آن‌ها بهره‌مند می‌شوند، احساس شادابی و ارزشمندی بیشتری می‌کنند. این ارتباط، به مبارزه با افسردگی، حفظ سلامت جسمی و روانی و افزایش طول عمر سالمندان کمک می‌کند.

برای تقویت این پیوند ارزشمند، می‌توانیم از راهکارهای زیر بهره بگیریم: ایجاد فضاهای مشترک: فراهم کردن فرصت‌هایی برای دوره‌های خانوادگی، بازی‌های دسته جمعی، سفرهای کوتاه و فعالیت‌های هنری و ورزشی که در آن‌ها کودکان و سالمندان در کنار یکدیگر حضور داشته باشند.

تبادل تجربیات: تشویق سالمندان به اشتراک گذاشتن خاطرات، حکایات و تجربیات زندگی خود با نوه‌ها. این کار، نه تنها به انتقال دانش و فرهنگ کمک می‌کند، بلکه باعث افزایش احترام و درک متقابل می‌شود.

آموزش مهارت‌های ارتباطی: آموزش مهارت‌های ارتباطی به کودکان و سالمندان، از جمله گوش دادن فعال، همدلی و ابزار احساسات، برای برقراری ارتباطی مؤثر و پایدار.
تکریم سالمندان: آموزش احترام به بزرگ‌تراها و قدردانی از زحمات آن‌ها به کودکان. این امر، نه تنها به تقویت ارزش‌های اخلاقی در کودکان کمک می‌کند، بلکه باعث افزایش عزت‌نفس سالمندان نیز می‌شود.

قصه نسل‌ها

روایت پارمیس از مامان فرح

پارمیس جابری‌زاده

من که روزی «پارمیس کوچولوی» مامان فرح بودم، امروز دانشجوی رشته طراحی دوخت هستم و هر وقت به کودکی‌ام فکر می‌کنم، می‌بینم ریشه علاقه‌ام به لباس و طراحی، از همان روزها و از سلیقه خاص مادربزرگ عزیزم شروع شد. مامان فرح همیشه لباس‌های قشنگ، رنگارنگ و شاد می‌پوشیده لباس‌هایی که برای من کودک خیلی جذاب بودند. چیزی که بیشتر توجهم را جلب می‌کرد، نظم تک لباس‌هایش بود. هر لباس را با دقت و مرتب در جای خودش می‌گذاشت و من عاشق تماشای آن همه رنگ و زیبایی بودم. گاهی یواشکی یکی از لباس‌هایش را که چند برابر من بوده، از کم‌درمی‌دانستم می‌پوشیدم و با ذوق جلوی آینه می‌ایستادم. مامان فرح چون خیلی دوستم داشت، هیچ‌وقت ناراحت نمی‌شد و فقط با لبخند نگاه می‌کرد. هنوز یکی از قشنگ‌ترین خاطرات کودکی‌ام را فراموش نکرده‌ام؛ زمانی که کلاس پنجم دبستان بودم و قرار بود با هم به عروسی یکی از اقوام برویم. مامان فرح برایم یک دست کت‌ودامن خوشگل، شبیه لباس خودش سفارش داد. وقتی هر دو کنار هم در مراسم حاضر شدیم، حس می‌کردم شبیه او شده‌ام و از خوشحالی در پوست خودم نمی‌گنجیدم. حالا که بزرگ‌تر شده‌ام، می‌فهمم همان لباس‌های اتوکشیده، مدل‌های سنتی و رنگ‌های شاد مادربزرگ عزیزم بود که مرا عاشق طراحی لباس کرد. هنوز هم با دقت و حوصله برای هر مراسم، لباس خاص خودش را انتخاب می‌کنند و من از دیدن سلیقه و زیبایی دوستی‌اش لذت می‌برم.

بامداد جنوب

ادب‌و هنر ۶

یکشنبه ۱۰ خرداد ۱۴۰۵ | ۱۴ خرداد ۱۳۴۷ | سال سیزدهم | شماره ۵۳۳

گزارش

فریدون توللی

پلی میان شور نو و ریشه‌های کهن

بامداد جنوب: به مناسبت سالگرد درگذشت فریدون توللی (۹ خرداد ۱۳۶۴)، شاعر برجسته و متفکر ادبی معاصر، به سراسر ایکی از مهم‌ترین ویژگی‌های شعر او می‌رویم: توانایی ساختن پلی هوشمند و ظریف میان شور نوآوری و ریشه‌های عمیق سنت شعری. توللی نه در دام افراط نوگرایی گرفتار شد و نه به تکرار سنت پناه برد؛ او راه میانه‌ای یافت که هنوز هم پس از دهه‌ها، تازه و الهام‌بخش باقی مانده است.

به گزارش ایبنا، در پهنه پر تلاطم شعر معاصر ایران، کسه نوآوری گاه به قیمت از دست دادن عمق موسیقایی و انسجام زبانی تمام شده و بازگشت به سنت نیز گاهی به تکرار بی‌روح و تقلید صرف بدل گشته، فریدون توللی راهی میانه و آگاهانه برگزید. او نه در هیجان اولیه‌ی شعر نو غرق ماند و نه به دامان قالب‌های کلاسیک پناه برد تا از مواجهه با زمانه بگریزد. توللی شاعری است که ارزش را باید در همین تعادل پویا و هوشمند جست‌وجو کرد؛ رمانتیسمی نیمه‌سنتی که هم از عطر و موسیقی غزل و قصیده بهره می‌برد و هم با زبان، تصویر و دغدغه‌های روزگار خویش نفس می‌کشد.

شعر توللی از همان آغاز با شور واقعی و ضرورت تاریخی آغاز شد. او از نخستین طرفداران جدی نوآوری‌های نیم‌ا یوشیچ بود. در مجموعه‌ی «رها» و به اوج در «نافه»، توللی شعر عاشقانه نو را با زبانی تازه و چار چاره‌هایی سرشار از تصویر، عاطفه و تجربه‌ی زیسته پیش برد. در این دوره، شعر او آکنده از تنهایی عمیق، حسرت‌های گذرا، تصاویر طبیعی زنده، کلمجویی جسمانی در کنار رمانتیسمی وجودی و موتیف‌هایی چون تاریکی، مرگ‌طلبی و لذت‌های ناپایدار است. این عناصر شعر او را از انترتاج دور می‌کند و به عمق حالات درونی انسان معاصر نزدیک می‌سازد. مقدمه‌ی مسبوط او بر «ها» خود نوعی مانیفست برای شاعران رمانتیک نوپرزاز به ششمار می‌رود؛ جایی که بر لزوم تحول در زبان و تصویر شعری تأکید داره و از شاعران کهنه‌گر انتقاد می‌کند.



اما توللی شاعری ایستا نبود. او به تدریج دریافت که ادامه‌ی افراط در فرم آزاد ممکن است موسیقی ذاتی شعر فارسی و انسجام زبانی را قربانی کند. این دریافت آگاهانه او را به سوی تعادل برد. در مجموعه‌های «پویه»، «شگرف» و «بازگشت»، توللی به قالب‌های کلاسیک‌تر، غزل و دوبیوه قصیده روی آورد، اما با محتوا و زبانی کاملاً معاصر. زبان قصاید او ساده، سلیس و فصیح است؛ آمیزه‌ای هنرمندانه از کهنه و نو، ادبی و عامیانه، که صلابت قصیده‌ی کلاسیک را با انعطاف زبان روزگار خود درهم می‌آمیزد. این بازگشت مقب‌گر نبود، جست‌وجویی هوشمندانه برای حفظ وزن و موسیقی سنتی در کنار تصاویر مدرن و لایه‌های اجتماعی و سیاسی پویا بود.

یکی از جذاب‌ترین جنبه‌های شعر توللی، نمادپردازی غنی و گاه ناخودآگاه اوست. حتی آنجا که خود شاعر بر سادگی و نمادگریزی تأکید دارد، نمادهای شخصی و ریشه‌دار در تجربه‌های درونی و اجتماعی، لایه‌های عمیقی به شعرش می‌فزایند. تحلیل‌های انتقادی نشان می‌دهد که توللی، علی‌رغم ادعاها، در مجموعه «نافه» از نمادهای شخصی و خصوصی بهره برده که تنها به ذهن او تعلق دارند و افق‌های معنایی تازه‌ای می‌گشایند. موتیف‌های بودلری، تنهایی، تاریکی، مرگ به مثابه جلوه‌ای ماتماتیک، لذت‌های گذرا و حس گناه، شعر او را از رمانتیسم سطحی دور نگه می‌دارند و به عمق وجودی نزدیک‌تری می‌کنند.

در حوزه طنز نیز توللی پیشگام بود. «التفصیل» او با ترکیب هوشمندانه نثر و نظم، طنز سیاسی -اجتماعی را از سطح شوخی ساده به انتقاد هنرمندانه از تقاداد نوعی خاص از طنز را در ادبیات نوین ایران پایه گذاشت.

لزوم شعر توللی در جریان شعر معاصر دقیقاًدر همین نقطه آشکار می‌شود. در روزگاری که شعر فارسی اغلب به دو قطب افراطی خشک و شکنج و بی‌حرکتی یا نوگرایی بی‌ریشه و فاقد موسیقی تقسیم می‌شد، توللی الگویی از راه سوم ارائه داد، آگاهی، تعادل و ریشه‌داری در حال نوشدن. او نشان داد که می‌توان سنت را زنده نگه داشت بدون آنکه به تقلید بیفتد، و نوآوری کرد بدون آنکه موسیقی و انسجام شعر را قربانی کرد. این تعادل او را به پلی میان سنت‌های مختلف تبدیل کرده است. شاعرانی که پس از او آمدند، از جریان رمانتیک نیمه‌سنتی تا حتی برخی نوپردازان اجتماعی، ناخودآگاه از دستاوردهای زبانی و تصویری او بهره بردادند.

ارزش و جایگاه توللی وقتی روشن‌تر می‌شود که به بازتاب آن در نگاه منتقدان توجه کنیم. شمس لنگرودی، توللی را یکی از مؤثرترین شاعران نوپرداز می‌داند و خود اعتراف کرده که در آغاز راه شاعری، زبان و نگاه توللی، همراه با مشبیری و نادرپور، بر او تأثیر عمیق گذاشته است. فیض شریفی در کتاب «شعر زمان ما» فریدون توللی، «نگاهی دقیق به این سیر تحول پرداخته و او را محلی برای پرش شعر کهن به سوی رمانتیسم معاصر معرفی کرده است. مقالات علمی متعدد او را پیشاهنگ تحول خواهی در زبان و تصویر شعری می‌شناسند؛ شاعری رمانتیک نیمه‌سنتی که توانست پلی میان نسل‌های مختلف بسازد.

توللی در روزگاری که شعر معاصر اغلب به دو قطب سنت‌گرای خشک یا نوگرایی بی‌ریشه تقسیم شده، نشان می‌دهد که راه سومی هم هست: راه آگاهی، تعادل و ریشه‌داری در حال نوشدن. او با شعر عاشقانه‌اش قلب‌ها را تسخیر کرد، با طنزنش ذهن‌ها را به چالش کشید و با سبیر تحول آگاهانه‌اش، الگویی از شاعری متفکر ارائه داد. ارزش او در جستجوی صادقانه و هنرمندانه برای یافتن صدای خود در میانه سنت و مدرنیته است.

امروز، وقتی به اشعار او بازمی‌گردیم، هنوز آن موسیقی دلنشین، آن تصاویر زنده و آن عمق عاطفی، ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد. توللی شاعری است که ماندگار شد و راهی برای گفتن شعر در زمانه خویش گشود، راهی که هنوز هم می‌تواند برای شاعران امروز الهام‌بخش باشد و به جریان شعر معاصر عمق و تعادل بیشتری ببخشد. در جهانی که شعر گاه به افراط‌های ایدئولوژیک یا فرمالیستی کشیده می‌شود، یادآوری چنین صدایی ضروری‌تر از همیشه است.

بامداد جنوب: مدیر انجمن سینمای جوانان استان بوشهر

از ثبت‌نام و حمایت این انجمن از فیلم اولی‌ها خبر داد، رسول پولادی با اشاره به رویکردهای حمایتی این مجموعه گفت: انجمن سینمای جوانان بوشهر در راستای رسالت اصلی خود مبنی بر استعدادیابی و تقویت نگاه خلاقانه و هنری، فراخوان حمایت از «فیلم‌اولی‌ها» را منتشر کرده است. پولادی با بیان اینکه این طرح با هدف تسهیل فرایند تولید و برداشتن موانع پیش روی فیلمسازان جوان برای ساخت اولین اثر آن‌ها برنامه‌ریزی

انجمن سینمای جوانان بوشهر از «فیلم‌اولی‌ها» حمایت می‌کند

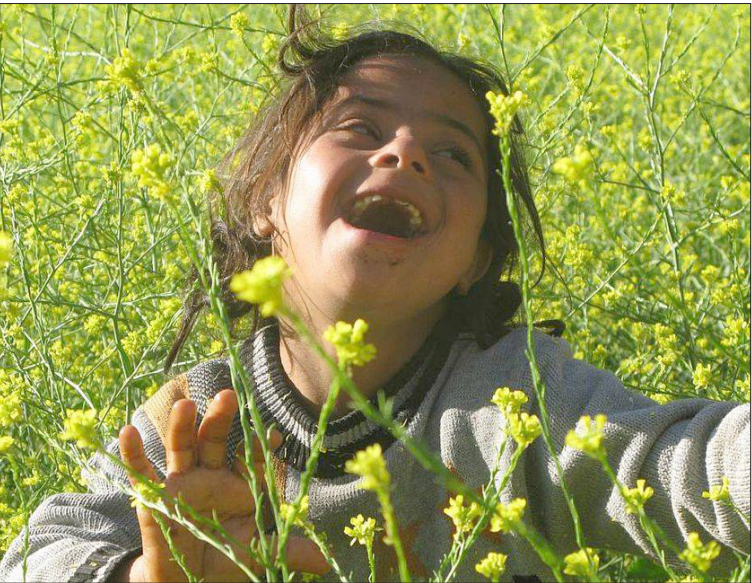
شده‌است، افزود: اولویت این طرح، حمایت از فیلم‌سازانی است که دوره‌های فیلم‌سازی را در انجمن سینمای جوانان گذرانده و فیلم پایان‌دوره خود را با موفقیت تحویل داده‌اند، چراکه این افراد به واسطه آموزش‌های آکادمیک و فنی، از آمادگی لازم برای تولید فیلم خود برخوردارند. وی ادامه داد: ما از استعدادهای خلاق خارج از هنرجویان انجمن سینمای جوانان غافل نیستیم؛ بنابراین آن دسته از فیلمسازانی که آموزش رسمی انجمن را طی نکرده‌اند، اما دارای تجربه عملی موثر در پشت‌صحنه فیلم‌های

گفت‌وگو با داریوش غریبزاده درباره «آخرین دختر»؛

همه هدف من نشان دادن

رابطه مریم با طبیعت بود

مهسا متقی



یک فیلم وجود دارد، چه بود؟

اسمروزه در دورافتاده‌ترین روستاهای ایران آمیانس طبیعت از بین رفته و سر و صدای ماشین و لوازم برقی و مکانیکی می‌شنوید. حضور من در گیسسکان مانند پر تاب شدن به سیاره‌ای دیگر بود. تنها صدای باد، پرندگان، خش‌خش برگ درختان و آواهای دور و نزدیک آدمیان غارنشین شاهد بودم. سال‌ها همراهی یک خانواده ساخته است. «آخرین دختر» روایتی از زندگی «مریم» از سه‌سالگی تا هفده‌سالگی است، دختری مبتلا به سندروم داون که فیلم به‌جای تأکید بر بیماری، جهان او را در نسبت با طبیعت و امکان استقلال به‌تصویر می‌کشد.

در «آخرین دختر» می‌توان ششم داستان‌نویسی غریبزاده را در جای‌جای این اثر شاعرانه دید؛ از شیوه نزدیک شدن به آدم‌ها تا ریتم، روایت، از انتخاب لحظه‌های به‌ظاهر ساده اما سرنوشت‌ساز تا تبدیل کوهستان به یک «شخصیت» زنده و تأثیر گذار.

این مستند در مسیر نمایش‌های بین‌المللی خود به جشنواره‌های مهمی چون جشنواره مستند مونیخ، جشنواره فیلم‌های مستقل آمریکا، جشنواره فیلم‌های کوهستانی و اسانچ، جشنواره لاس‌وگاس و جشنواره واشنگتن و... دعوت شده است.

«آخرین دختر» در جشنواره بین‌المللی فیلم یونان Honorable Mention درخشیده، جایزه اول فیلم‌های مستند را به‌دست آورده و جایزه اول جشنواره Film Spirit Award نیز نامزد

اگر کسب کرده است. این فیلم علاوه بر آن، نامزد دریافت جایزه از جشنواره مستند مونیخ، جشنواره لاس‌وگاس، جشنواره فیلم‌های کوهستانی و اسانچ جشنواره جایزه فیلم‌های بلند واشنگتن بوده است. این مستند بلند با تصویر، صدا، تدوین، متن و گفتار متن داریوش غریبزاده و به تهیه‌کنندگی مهدی خواجه‌پور ساخته شده که در سکوت و سختی یک زیست دورافتاده، پرسشی آشنا اما فراموش‌شده را پیش روی مخاطب امروز می‌گذارد؛ انسان، وقتی از طبیعت و فطرتش دور می‌افتد، چه چیزهایی را از دست می‌دهد؟ در ادامه، گفت‌وگوی تفصیلی ما با داریوش غریبزاده درباره شکل‌گیری ایده، سال‌های دشوار تولید و نگاه انسانی این مستند را می‌خوانید.

فیلم «آخرین دختر» لحن بسیار شاعرانه‌ای دارد. پیش از ورود به خود فیلم، دوست دارم از نگاه شما به شاعرانگی در سینما بپرسم که در نگاه خودتان یک فیلم چه زمانی شاعرانه می‌شود؟

وقتی انسان کلمات را اختراع کرد شعر مکتوب شد. پس شعر قبل از پیدایش الفبا محسوس بوده‌اما زبان ارائه نداشته است. به‌نظرم شعر محصول حضور انسان در مکان است. انسان به پیرامون خود معنا و مفهوم می‌دهد و زاویه دید انسان به هستی دارای حسگرهای عاطفی است. در سینما تصاویر هستند که بار اصلی انتقال معنا را به عهده دارند. پس بر می‌گردیم به قبل از اختراع کلمه. یک انسان و یک دوربین داریم. این دوربین آنجا که بر معانی و مفاهیم مرتبط با عواطف انسانی فوکوس کند شاعرانگی نمایان می‌شود. فرقی هم ندارد که فیلم داستانی باشد یا مستند. گاهی ما کاراکتر انسان هم نداریم. شاید با یک مورچه و تلاش سرسختانه او برای کشاندن یک دانه گندم به لانه مواجه باشیم. این بیان به‌نظرم من به‌شدت معنایی و شاعرانه‌است؛ زیرا دو عنصر مهم دار: حس و معنا. **وقتی برای اولین بار به آن منطقه دورافتاده رسیدید، هنوز قرار نبود داستان مریم محور اصلی فیلم باشد. اولین تصویر، صدا یا لحظه‌ای باعث شد احساس کنید اینجا**

شده‌است، افزود: اولویت این طرح، حمایت از فیلم‌سازانی است که دوره‌های فیلم‌سازی را در انجمن سینمای جوانان گذرانده و فیلم پایان‌دوره خود را با موفقیت تحویل داده‌اند، چراکه این افراد به واسطه آموزش‌های آکادمیک و فنی، از آمادگی لازم برای تولید فیلم خود برخوردارند. وی ادامه داد: ما از استعدادهای خلاق خارج از هنرجویان انجمن سینمای جوانان غافل نیستیم؛ بنابراین آن دسته از فیلمسازانی که آموزش رسمی انجمن را طی نکرده‌اند، اما دارای تجربه عملی موثر در پشت‌صحنه فیلم‌های

شده‌است، افزود: اولویت این طرح، حمایت از فیلم‌تامه قوی و ساختاریافته‌ای دارند، که می‌توانند فیلم‌نامه خود را در «پرسال تولید» انجمن سینمای جوان بارگذاری کنند. پولادی یادآور شد: متقاضیان و هنرمندان تا تاریخ ۱۰ خردادماه فرصت دارند برای ثبت‌نام و بارگذاری طرح‌های خود اقدام کنند. پس از پایان این مهلت، پرونده‌ها از سوی شورای پیچینگ و کارشناس خبره بررسی شده و آثار برگزیده برای دریافت حمایت‌های تولیدی معرفی خواهند شد.



خبر

اختصاص ۴۱ میلیارد تومان یارانه به خریداران نمایشگاه کتاب

بامداد جنوب: قائم‌مقام نمایشگاه کتاب، یارانه اختصاص یافته به خریداران در هفتمین نمایشگاه مجازی کتاب تهران را بیش از ۴۱ میلیارد تومان معرفی و اعلام کرد؛ در این نمایشگاه در مجموع ۸۰۴ هزار و ۴۲۱ نسخه کتاب به فروش رسید. ابراهیم حدیدی با اعلام این خبر گفت: در هفتمین نمایشگاه مجازی کتاب تهران ناشران داخلی در بخش‌های چاپی و دیجیتال و ناشران خارجی (لاتین و عربی) در مجموع ۴۹۶ هزار و ۱۲۹ عنوان کتاب را در معرض انتخاب علاقه‌مندان قرار داده بودند. وی افزود: از میان تعداد عناوین عرضه‌شده، ۱۳۴ هزار و ۴۹۱ عنوان کتاب به‌فروش رسید که از این تعداد، ۱۲۲ هزار و ۷۷۲ عنوان مربوط به آثار ناشران داخلی (چاپی و دیجیتال) و هزار و ۷۱۹ عنوان متعلق به بخش ناشران خارجی (عربی و لاتین) است. قائم‌مقام نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران گفت: مردم در هنگام دوست‌ایران در هفتمین نمایشگاه مجازی کتاب تهران در مجموع ۸۰۴ هزار و ۴۲۱ نسخه کتاب به مبلغ سه بیلیون و ۱۸۹ میلیارد و ۸۴۱ میلیون و ۱۴۹ هزار و ۵۰۲ ریال خریداری کردند. در این رویداد در مجموع ۴۱۰ میلیارد و ۶۵۶ میلیون و ۵۸۱ هزار و ۳۹۶ ریال یارانه برای خرید کتاب و هزینه پست اختصاص پیدا کرد. حدیدی به شرایط خاص برگزار این دوره از نمایشگاه اشاره کرد و ادامه داد: همه این آمار واستقبال بی‌نظیر در حالی رقم‌خورده که کشور در آتش‌س شکندنه جنگ رمضان به سر می‌برد و سایه جنگ هنوز بر سر جامعه‌سنگینی می‌کند. امام‌دمد ایران نشان دادند که حتی در چنین شرایطی نیز کتاب را فراموش نمی‌کنند. این حضور پرشور، پیام روشنی به جهانیان داشت که فرهنگ ایران در بحران‌ترین لحظات نیز زنده و پویاست.

وی یادآور شد: من به‌نمایندگی از خانواده بزرگ کتاب و نشر ایران، از همه هموطنانی که با خریدهای خود همراه‌صنعت‌نشر بودند، صمیمانه تشکر می‌کنم. امیدوارم این مسیر فرهنگی باقوت بیشتری ادامه پیدا‌کند.

● ● ●

انتصاب دبیر و اعضای کار گروه کودک و نوجوان وزارت فرهنگ

بامداد جنوب: وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در احکامی دبیر و اعضای کار گروه کودک و نوجوان این وزارت‌خانه را منصوب کرد.

سیدعباس صالحی در حکمی ناصر جاهدنیا مدیر‌عامل بنیاد ملی پویانمایی را به‌عنوان دبیر و عضو کار گروه کودک و نوجوان این وزارت‌خانه منصوب کرد. در متن حکم وزیر فرهنگ و ارشاد اسامی خطاب به ناصر جاهدنیا آمده است: «در تحقق ماده (۲) آیین‌نامه اجرائی کار گروه کودک و نوجوان وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی ابلاغی طی نامه شماره ۲۲۸۱۹ مورخ هفتم اردیبهشت ۱۴۰۵ و نظر به توانایی و سوابق جناب‌عالی در حوزه فرهنگ و هنر و اهمیت دوران کودکی و نوجوانی در شکل‌گیری هویت ملی، دینی، اخلاقی و فرهنگی فرزندان این کهن سرزمین، به موجب این حکم به مدت سه‌سال به‌عنوان «دبیر و عضو کار گروه کودک و نوجوان وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی» منصوب می‌شوید.

امیداست با استعانت از خداوند متعال و همکاری نزدیک با سایر اعضای کار گروه در هماهنگی و هم‌فرازی میان معاونت‌ها و سازمان‌های تابعه و از تخته‌وهم‌چنین ارتقای کمی و کیفی تولیدات با محتواهای فرهنگی امن، سالم، و هویت‌ساز برای کودکان و نوجوانان موفق و مؤید باشید.»

همچنین در احکام جداگانه دیگری از سوی وزیر فرهنگ، حسین میرزایی رئیس پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات قاسم خورشیدی دستیار ویژه وزیر، رائد فریدزاده معاون وزیر و رئیس سازمان امور سینمایی و سمعی بصری، حجرت‌الاسلامی علی ملاتوری مشاور وزیر و رئیس ستاد هماهنگی کانون‌های فرهنگی -هنری مساجد، محمد حاجی میرزایی مدیر‌عامل بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای، مهدی شفیعی معاون امور هنری، آزاده‌نظربلند دبیر کل هیات‌امانی نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور، حسین انتظامی معاون توسعه مدیریت و منابع، محسن جوادی معاون امور فرهنگی، محمدضار نوروزپور معاون امور رسانه‌ای و تبلیغات و حجت‌الاسلام والمسلمین حمیدرضا ارباب سلیمانی معاون وزیر و رئیس مرکز عالی قرآن و عترت به‌عنوان اعضای این کار گروه منصوب شدند.

● ● ●

ابوالقاسم ایرانی در بیمارستان بستری شد

بامداد جنوب: ابوالقاسم ایرانی، شاعر جنوبی به دلیل عارضه قلبی در بیمارستان بستری شده‌است. این شاعر با بیان اینکه در حال حاضر حالش بهتر است، به ایستادگفت: برای درمان از بوشهر به شیراز آمده‌ام. آنژیوگرافی و آزمایش‌هایی صورت گرفته‌است و فعلاً در بیمارستان هستم.

ابوالقاسم ایرانی، شاعر سپیدسرای جنوبی و شعرهای دریایی، متولد مرداد ۱۳۲۵ در بوشهر بود و دانش آموخته حقوق قضایی و دریایی است؛ اما بیش از همه عمر خود را در زمینه ادبیات و شعر صرف کرد. است. او در میان اهالی ادبیات شاعر شناخته‌شده‌ای است که در طول نیم قرن اخیر شعرها و مقالاتش در جنگ‌های ادبی و نشریات منتشر شده‌است. همچنین «صدای بوشهر» اولین روزنامه بوشهر نیز به‌همت این شاعر بنیان‌گذاری شد. اولین مجموعه شعر ابوالقاسم ایرانی بعد از قریب به نیم قرن فعالیت ادبی او با عنوان «جاده تا آنجا که ایستاده‌ای می‌آید» در سال ۱۳۹۳ از سوی مؤسسه انتشارات نگاه منتشر شد. ایرانی در همه سال‌های فعالیتش تنها همین یک کتاب منتشر کرده‌است.

او در سال‌های ۴۰ تا ۵۰ کتابی به نام «نجیر تالید» را آماده انتشار کرد، چاپ هم شد اما جلوی پخش آن را گرفتند و کتاب خیلی دیده‌نشد. وی در سال‌های ۴۷ تا ۴۸ در پی فشار ساواک از ایران فرار کرد و به بحرین رفت. از آنجا به هند رفت و بعد دنیا را گشت و بعد از چند سال دوباره به بحرین برگشت و همان‌جا از دوچ کرد. او افزون بر ارائه‌ی نشریه «صدای بوشهر»، نشریات «بیکار اندیشه» و «از شعر تا قصه» را نیز برانهاداری کرد.

کتاب «ابوالقاسم ایرانی؛ شاعر شعرهای دریایی» نوشته عبدالزاق صفتیری اثری است که در خصوص این شاعر در سال ۱۴۰۲ به‌همت انتشارات آرون راهی بازار کتاب شد. در پشت جلد این کتاب نوشته شده‌است: «ابوالقاسم ایرانی، شاعر چراغ دریایی، بندر، بادبان، کشتی، ملوان، جاشو، ناخدا و تاد بود... است. شاعر شعرهای دریایی، شاعری که شعرش گویا رویایی است که در خواب، روح خسته انسان مرده‌ی امروز را به فراتر از اقلیم می‌برد.

هدف ایرانی از سرودن شعر و تلاش برای به‌ایزاز در آوردن آن برای بیان و بازتاب مسائل دور بر خود، بود، بلکه معنی‌گذارندن خود زندگی است. او با شعر، زندگی می‌کند و به «شکل‌لحظه‌ها» می‌پردازد. «واژه‌ها» برای او مقدس و بازتاب‌دهنده احساسات او هستند. کلمات در شعرهایش نفسگیر نیستند. واژه‌ها او را یقیند؛ در عین حال، که اهل نمایش و خودنمایی نیست به‌نمایندگان نمایش زیبایی‌های طبیعت و پدیده‌های طبیعی می‌کند.»



بامداد جنوب: رقابت‌های تکواندو قهرمانی نونهالان دختر استان بوشهر باهدف انتخاب نفرات برتر جهت اعزام به مسابقات منطقه‌ای و کشوری، با قهرمانی تیم سرروش به کار خود پایان داد. رقابت‌های تکواندو قهرمانی نونهالان دختر استان بوشهر روز پنجشنبه هفتم خردادماه با حضور سید جلال سیدمردانی، رئیس هیأت تکواندو استان برگزار شد و با اعلام برترین‌ها به کار خود پایان داد. باشگاه سرروش در دهبندی تیمی با درخشش هوگوپوشان خود بر سکوی نخست ایستاد و عنوان قهرمانی را

خبر

برگزاری المپیادهای ساحلی و جشنواره‌های ورزشی در بوشهر

بامداد جنوب:مدیرکل ورزش و جوانان استان بوشهر از آغاز طرح‌های گسترده ورزشی هم‌زمان با دهه امامت و ولایت و برنامه‌ریزی ویژه برای غنی‌سازی اوقات فراغت تابستانی دانش آموزان با رویکرد نشاط اجتماعی خبر داد.

موسسی کشتکار با قدردانی از حضور و فعالیت هیئت‌های ورزشی در برنامه‌های دهه امامت و ولایت گفت: با توجه به فرارسیدن فصل تابستان و لزوم برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت دانش آموزان تدابیر لازم جهت پیش‌بینی و اجرای برنامه‌های متنوع ورزشی در سطح استان اتخاذشده است.

وی با اشاره به آغاز جشنواره‌های ورزشی هم‌زمان با ایام عید غدیر افزود: این برنامه‌ها به عنوان نخستین گام در مسیر غنی‌سازی اوقات فراغت محسوب می‌شود و بر همین اساس مسابقات مختلفی ازجمله المپیادهای ساحلی و سایر رشته‌های ورزشی در تمامی شهرستان‌ها و مرکز استان پیش‌بینی شده و اجرا خواهد شد.مدیرکل ورزش و جوانان استان بوشهر با تأکید بر اهمیت ورزش‌های همگانی بیان کرد: برای فصل تابستان برنامه‌ریزی گسترده‌ای جهت برپایی ایستگاه‌های تندرستی و تقویت ورزش‌های محله صورت گرفته است که این طرح‌ها با مشارکت مستقیم مربیان داوران هیئت‌های ورزشی و مجموع ارکان جامعه ورزش استان عملیات می‌شود.

کشتکار هدف از این اقدامات را بهره‌گیری بهینه از فرصت اوقات فراغت و ارتقای سطح نشاط اجتماعی دانست و تصریح کرد: در شرایطی که دشمنان صهیونیستی و آمریکا به دنبال ایجاد فشار بر کشور هستند توسعه فعالیت‌های ورزشی می‌تواند گامی مؤثر در جهت بازگشت به شرایط ادای و ایجاد پویایی در جامعه باشد.

● ● ●

معرفی برترین‌های مسابقات تنیس روی میز بانوان استان بوشهر

بامداد جنوب: مسابقه انفرادی تنیس روی میز آزاد بانوان استان بوشهر در دور دوم با نام «بانوی ایرانی» به مناسبت گرامیداشت دهه امامت و ولایت در بزرگان برگزار شد. مسابقه انفرادی تنیس روی میز آزاد بانوان در دور دوم با نام «بانوی ایرانی» به مناسبت گرامیداشت دهه امامت و ولایت با حضور بازیکنانی از شهرهای بزرگان، اهرم و بوشهر در سالن تنیس روی میز مجموعه ورزشی امام خمینی (ره) شهر بزرگان برگزار شد. بازیکنان ابتدا در مرحله گروهی و پس از صعود در جدول حذفی به رقابت پرداختند. در این رقابت‌ها خاتم‌ها بزرگو و کریمی به ترتیب به مقام اول و دوم رسیدند. همچنین اهرمی فرد و رضایی به مقام سوم مشترک دست یافتند. گفتنی است؛ مسئول برگزاری این رقابت‌ها بر عهده مرضیه جعفری بود. جواز بازیکنان مقام اور توسط پاپری قدیمی نائب رئیس هیئت شهرستان و جعفری مربی بانوان هیئت شهرستان به آن‌ها اهدا شد.

● ● ●

برگزاری همایش آموزشی مربیان فوتبال و فوتسال پایه در بوشهر

بامداد جنوب: همایش آموزشی مربیان فوتبال و فوتسال پایه و مدارس فوتبال با حضور پرشور بیش از ۳۰۰ شرکت‌کننده در سالن کانون امام خمینی (ره) اداره کل آموزش و پرورش بوشهر برگزار شد.

این همایش با حضور امیرحسین محترم،رئیس هیأت فوتبال استان، دیگر مسئولین و حضور پرشور بیش از ۳۰۰ نفر از مربیان، سرپرستان، عوامل اجرایی باشگاه‌های مدارس فوتبال پایه و همچنین ۷ نفر از بانوان مربی برگزار شد. در این برنامه آموزشی، استناد غلامرضا دلگرم مدرس فدراسیون فوتبال جمهوری اسلامی ایران و استان بوشهر، به ارائه مباحث تخصصی در حوزه آموزش فوتبال پایه و منتهای نوین آموزشی در فوتبال پایه پرداخت. هدف از برگزاری این همایش ارتقاء سطح دانش فنی مربیان، آشنایی با شیوه‌های روز آموزش و توسعه کیفی فعالیت مدارس فوتبال عنوان شد.

● ● ●

درخشش دختر دوندۀ ایران در آسیا

بامداد جنوب: هانیبه شه‌پری در مسابقات دوومیدانی قهرمانی جوانان آسیا هنگ کنگ ۲۰۲۶ در ماده ۳۰۰۰ متر به مدال نقره رسید و رکورد ملی ایران را هم شکست. در جریان برگزاری دومین روز از بیست و دومین دوره مسابقات دوومیدانی قهرمانی جوانان آسیا هنگ کنگ ۲۰۲۶، هانیبه شه شه پری نماینده تیم ایران در ماده ۳۰۰۰ متر موفق شد با ثبت رکورد ۹:۴۹.۴۲ دقیقه به عنوان نایب‌قهرمانی سمت یابد. شه‌پری در این رقابت رکورد ملی ۳۰۰۰ متر جوانان و بزرگسالان ایران را هم شکست. رکورد ملی جوانان ایران پیش‌ازاین بازمان ۹:۵۸.۴۴ دقیقه در اختیار خود هاینه شه‌پری بود. رکورد ملی بزرگسالان ایران نیز بازمان ۱۰:۵۴.۱۱ دقیقه در اختیار پرچم‌پر شاهی بود. در این رقابت «شانگو پان» و ورزشکار چینی با رکورد ۹:۳۶.۰۲ دقیقه به‌عنوان قهرمانی رسید. «دیلینزا هوشموا» ورزشکار ازبکستانی نیز با ثبت زمان ۱۰:۴۹.۷۲ دقیقه سوم شد.

هانیبه شه‌پری روز گذشته در ماده ۳۰۰۰ متر باعنوان نیز به مدال نقره رسید و ضمن ثبت رکورد جدید ملی سهمیه حضور در مسابقات قهرمانی جوانان جهان را هم کسب کرده بود. مریم‌احمدی دیگر ملی‌پوش کشورمان نیز در روز نخست مسابقات در ماده ۱۵۰۰ متر به مدال نقره دست یافت.

● ● ●

قضاوت داور ایرانی در مسابقات جام جهانی بوکس

بامداد جنوب: داور سه ستاره بین‌المللی و المپیک‌ی بوکس ایران، برای قضاوت در مسابقات جام جهانی بوکس چین انتخاب شد.

فرزاد صادق پور، داور سه ستاره بین‌المللی و المپیک‌ی بوکس ایران، با دعوت رسمی فدراسیون جهانی بوکس برای قضاوت در مسابقات جام جهانی بوکس چین انتخاب شد. صادق پور داور بین‌المللی فعال بوکس ایران در سطح جهانی محسوب می‌شود، پیش‌ازاین نیز در معتبرترین رویدادهای بوکس جهان حضورداشت‌ه است. وی در مسابقات بوکس المپیک پاریس ۲۸، ۲۰۲۴ بار به‌عنوان داور و قاضی مسابقات قضاوت کرد و سال گذشته نیز در رقابت‌های جهانی برزیل به قضاوت پرداخت. دعوت این داور برجسته کشورمان به جام جهانی چین، اتفاقی ارزشمندی برای داورِی بوکس ایران به شمار می‌رود و نشان‌دهنده جایگاه و اعتبار داوران ایرانی در عرصه بین‌المللی است.

معرفی برترین‌های مسابقات تکواندو نونهالان دختر استان بوشهر

این رقابت‌ها را از آن خود کرد. همچنین تیم‌های ولیعصر و نادری نیز به ترتیب موفق به کسب مقام‌های دوم و سوم این دوره از مسابقات شدند. در بخش معرفی برترین‌های فنی این دوره از رقابت‌ها از سوی کمیته برگزاری، زهرا عنافچی از باشگاه سروش به‌عنوان «مربی برتر» و شبنم روان‌پد از باشگاه ولیعصر به‌عنوان «مربی بر تلاش» برگزیده شدند. همچنین در بخش داور، عملکرد خیره‌کننده آرمینا خلیلی و معصومه احمدی سبب شد تا این دو داور شایسته‌عنوان «داوران برتر» مسابقات را به خود

اختصاص دهند. با نظر کمیته فنی هیئت تکواندو استان بوشهر، فاطمه مرادی به‌عنوان سرمربی تیم منتخب نونهالان استان جهت حضور در رقابت‌های منطقه‌ای و کشوری معرفی شد تا فرایند آماده‌سازی ملی‌پوشان آینده بوشهر را آغاز نماید. گفتنی است؛ هیأت تکواندو استان بوشهر از ابتدای امسال تاکنون با برنامه‌ریزی دقیق و تکیه‌بر پتانسیل‌های موجود و استعداد‌های درخشان جوانان خطه جنوب، گام‌های بلندی در جهت اعتلای ورزش تکواندو برداشته است.

سرمربی تیم ملوان بوشهر در گفت‌وگو با بامداد جنوب:

جایگاه واقعی‌مان را در هفته‌های پایانی پس می‌گیریم

| ندا قاسمیان پور |



بیشتر، نتایجی درخور نام و جایگاه این تیم کسب کنیم. اطمینان دارم با تلاش بازیکنان و کادر فنی، در هفته‌های پیش‌رو شرایط بهتری را تجربه خواهیم کرد و نتایج مطلوبی به دست خواهیم آورد. سرمربی تیم ملوان بوشهر درباره دیدار هفته بیست‌ویکم لیگ دسته دوم فوتبال کشور گفت: روز جمعه هشتم خرداد برابر فولاد بخوزستان یکی از تیم‌های مدعی و بالانشین جدول نمایش قابل قبولی ارائه کردیم و تا دقایق پایانی بازی نیز عملکرد بازیکنان رضایت‌بخش بود. متأسفانه روی یک غفلت و اشتباه در لحظات پایانی، در دقیقه ۹۴ دروازه ما باز شد و بازی را واگذار کردیم.

وی افزود: باوجوداین شکست، از عملکرد و تلاش بازیکنانم کاملاً رضایت دارم. آن‌ها در طول مسابقه با تعهد، تمرکز و جنگندگی بالا ظاهر شدند و نشان دادند که تیم‌انظرف فنی در مسیر درستی قرار دارد.

سرمربی تیم فوتبال ملوان بوشهر با اشاره به شرایط فنی این تیم در هفته‌های اخیر، از عزم جدی شاگردانش برای بهبود جایگاه در جدول رده‌بندی

خبر داد و گفت: ملوان در دیدارهای اخیر خود با دیدارهای بالی جدول رقابت داشت که خوشبختانه آن شرایط سخت را پشت سر گذاشتیم. با توجه به برنامه بازی‌های پیش‌رو، شرایط تیم به‌مراتب بهتر خواهد شد و هواداران مطمئن باشند که در پایان فصل، جایگاه مناسبی را در نیمه اول جدول کسب خواهیم کرد.

حسینی ارشد خاطرنشان کرد: هنوز پنج هفته تا پایان مسابقات باقی‌مانده و با توجه به کیفیت فنی و انگیزه‌ای که در تیم وجود دارد، اطمینان دارم در دیدارهای پیش‌رو نتایج مطلوبی کسب خواهیم کرد و جایگاه واقعی ملوان را در جدول به دست خواهیم آورد.

وی با انتقاد از کمبود امکانات و عدم حمایت کافی مسئولین در خصوص سال حضورشان افزود: متأسفانه در این مسیر با کم‌توجهی‌هایی مواجه هستیم و تنها حامی واقعی مادر این شرایط، فرمانده بازیکنان نیز در پی محلات دشمن دچار خسارت و تخریب شد و بخششی از امکانات و تجهیزات تیم از بین رفت. این مسائل باعث شد روند آماده‌سازی تیم با اختلال مواجه شود و تمرینات نیز با تأخیر از سر بگیریم.

سرمربی تیم فوتبال ملوان بوشهر عنوان کرد: باآزرنگبری مجدد مسابقات لیگ دو، در سه دیدار اخیر نتوانستیم انتظارات را برآورده کنیم و عملکرد تیم رضایت‌بخش نبود، اما بازیکنان و کادر فنی باانگیزه و تلاش مضاعف در حال تمرین هستند تا هرچه سریع‌تر تیم را به شرایط ایده‌آل بازگردانیم.

امیدواریم با برنامه‌ریزی و تلاش بیشتر، شرایطی فراهم شود تا دوباره به روند خوب گذشته بازگردیم و نتایج مطلوبی کسب کنیم.

حسینی ارشد در واکنش به برخی شایعات مطرح‌شده درباره احتمال انصراف تیمم از ادامه مسابقات تصریح کرد: شرایطی را ما تا حدودی دشوار آست، اما تاکنون بختی دربراه انصراف از رقابت‌ها مطرح نشده است. باوجود تمامی مشکلات، شخصاً مسئولیت مدیریت و تأمین هزینه‌های

باشگاه را برعهده گرفته‌ام و با تمام توان برای حفظ وادامه فعالیت تیم تلاش می‌کنیم. وی افزود: ملوان بوشهر باقدرت در ادامه مسابقات حاضر خواهد شد و قصد داریم با انسجام و تمرکز

حسینی ارشد خاطرنشان کرد: امسال در مقاطع مختلف فصل نتوانستیم لیست کاملی از بازیکنانم را در اختیار داشته باشیم و حتی در برخی دیدارها تا هفت بازیکن از ترکیب مسا غایب بودند. در آخرین مسابقه نیز نتوانستیم از تمامی نفرات خود بهره‌برم. سرمربی تیم ملوان بوشهر افزود: امیدوارم این مشکلات هرچه زودتر برطرف شود تا بتوانیم با تمام توان و ظرفیت واقعی تیم در مسابقات حاضر شویم. باوجوداین شرایط، از بازیکنانم کاملاً رضایت دارم؛ آن‌ها فوتبالیست‌هایی باکیفیت، باتجربه، جوان و باانگیزه هستند که با تمام‌وجود برای موفقیت ملوان تلاش کرده‌اند.

حسینی ارشد با ابراز امیدواری نسبت به آینده تیم گفت: در پنج دیدار پایانی لیگ دو نیز با تمام توان وارد میدان خواهیم شد و این اطمینان را می‌دهم که در هر پنج مسابقه برای کسب امتیاز تلاش کرده و دست‌خالی زمین را ترک نخواهیم کرد.

فصل آینده باقدرت بازمی‌گردیم

سرمربی تیم فوتبال ملوان بوشهر با اشاره به جذب تنها سه بازیکن در نیم‌فصل دوم، دلیل اصلی این امر را مشکلات اداری عنوان کرد و گفت: متأسفانه به دلیل پاره‌ای از مسائل اداری که ریشه در کارکنشی برخی افراد دارد، نتوانستیم آن طوره که شایسته تیم ملوان است، بازیکن جذب کرده و تیم را تقویت کنیم.

وی با ابراز امیدواری از رفع مشکلات با همکاری مسئولین و حمایت فرمانده نیروی دریایی در فصل آینده گفت: با رفع این موانع در از فصل آتی شاهد تحولی اساسی در تیم ملوان بوشهر خواهیم بود و اطمینان داشته باشید که این تیم را به شکلی متفاوت خواهیم دید.

ملوان نیازمند حمایت برای بازگشت به سطح اول حسینی ارشد با اشاره به جایگاه نامطلوب فوتبال بوشهر نسبت به استعدادهای این استان، خواستار

رسیدگی مسئولین و حمایت بیشتر از تیم‌های این شهر شد و افزود: بوشهر، استان با علاقه‌مندان پرشور فوتبال است و با توجه به اینکه خط حمله تیم ملی از استعداد‌های بوشهری تقدیمی می‌شود، انتظار می‌رود که حداقل یک نماینده شایسته در لیگ برتر کشور داشته باشیم.

وی به وضعیت فعلی تیم‌های شهر بوشهر اشاره کرد و گفت: در حال حاضر، دو تیم ملوان و ایراتوجان به‌عنوان نمایندگان بوشهر در لیگ دسته دوم حضور دارند، اما متأسفانه شرایط خوبی در این لیگ نداریم و نیازمند توجه ویژه مسئولین هستیم.

سرمربی تیم فوتبال ملوان بوشهر با تأکید بر ضرورت حمایت از تیم‌های بوشهری افزود: مسئولان باید با درود جدی‌تر و صرف انرژی و برنامه‌ریزی مؤثر، شرایطی فراهم کنند تا تیم‌داری در حد و شأن مردم فوتبال دوست بوشهر انجام شود و زمینه بازگشت این تیم‌ها به سطوح بالاتر فوتبال کشور فراهم شود.

حسینی ارشد همچنین با ابراز امیدواری نسبت به عملکرد تیم‌هاین در تنگنستان گفت: این تیم به‌عنوان یکی دیگر از نمایندگان استان بوشهر شرایط بسیار خوبی دارد و با توجه به روند فعلی، امیدواریم با یساری خدا بتواند در پایان فصل به لیگ دسته اول صعود کند.

وی ضمن قدردانی از هواداران ملوان بوشهر در شرایط سخت بیان کرد: این حمایت‌ها نشان‌دهنده فرهنگ بالای مردم بوشهر است و امیدواریم با کسب نتایج خوب، پاسخگوی زحمات آن‌ها باشیم.

بامداد جنوب

ورزشی ۷

یکشنبه ۱۰ خردادماه ۱۴۰۷ | ۱۴ خردادماه ۱۴۴۷ | سال سی‌ونهم | شماره ۳۰۵۳

گزارش

والیبال زنان در انتظار چراغ سبز برای ناگویا

بامداد جنوب: بازی‌های آسیایی ناگویا در حالی از شهرپور آغاز می‌شود که حضور تیم ملی والیبال زنان ایران در کاروان اعزامی هنوز قطعی نیست و نتایج AVC کاپ نقش تعیین‌کننده‌ای در این تصمیم خواهد داشت.

به‌نقل از مهر، بیست‌مین دوره بازی‌های آسیایی از ۲۸ شهریور تا ۱۲ مهرماه به میزبانی ناگویا ژاپن برگزار می‌شود؛ رویدادی مهم که همواره یکی از اصلی‌ترین میدان‌های مدال آوری ورزش ایران به‌شمار می‌رود و این دوره نیز باسیاست کیفی‌سازی، تنها ورزشکاران و تیم‌هایی شانس حضور در کاروان اعزامی را خواهند داشت که امید جدی به کسب مدال یا ثبت نتایج قابل‌قبول داشته باشند. در این میان، یکی از تیم‌هایی که هنوز وضعیت نهایی آن برای حضور در ناگویا مشخص نشده تیم ملی والیبال زنان ایران است؛ تیمی که طی دو سال اخیر وارد پروژهای بلندمدت برای تغییر نسل و نزدیک شدن به استانداردهای روز آسیا شده است.

فدراسیون والیبال ایران از دو سال قبل و در قالب طرح توسعه فدراسیون جهانی والیبال، همکاری با «لی دو هی» سرمربی کمرای را آغاز کرد تا پروژه بازسازی تیم ملی زنان و هدف‌گذاری برای حضور در لیگ ملت‌های زنان ۲۸-۲۰ را کلید بزند. در همین راستا، تیم زنان ایران بانام «مهرگان نور» در مسابقات لیگ قهرمانان زنان آسیا شرکت کرد اما نگران‌لی دو هی در نخستین مسابقه برابر نماینده ژاپن، شکست خوردند و خیلی زود از دور رقابت‌ها کنار رفتند.

بالیان حال فدراسیون والیبال همچنان امیدوار است روند آماده‌سازی این تیم در ماه‌های آینده به نتایج بهتری منجر شود تا نظر کمیته ملی المپیک برای اعزام این تیم تغییر کند. در حال حاضر، نگاه کمیته ملی المپیک نسبت به اعزام تیم ملی والیبال بانوان محتاطانه است و حضور این تیم در بازی‌های آسیایی مشروط به کسب برخی دستاوردها و نتایج امیدوارکننده در رقابت‌های پیش‌رو، به‌ویژه مسابقات جام‌زنان آسیا (AVC Cup) شده است. تورنمنتی که می‌تواند سرنوشت والیبال زنان برای حضور در ناگویا را مشخص کند.

تیم ملی والیبال زنان ایران این روزها در مسابقات باشگاه‌های آسیایی مرکزی شرکت کردند و با تحمیل دومین شکست مقابل قزاقستان در فینال این مسابقات به مدال خوش‌رنگ طلا رسیدند. ملی‌پوشان والیبال پس‌ازاین مسابقات قرار است برای اردویی یک‌هفته‌ای راهی فیلیپین شوند.

پس‌ازآن، شاگردانی لی دو هی باید در مسابقات ۱۱ روزه AVC Cup شرکت می‌کنند؛ جام والیبال زنان آسیا از ۱۶ تا ۲۴ خرداد با حضور ۱۲ تیم به میزبانی فیلیپین برگزار می‌شود. رقابت‌هایی که برای والیبال‌زنان ایران اهمیت دوچندانی دارد، چراکه کسب نتایج مطلوب در این تورنمنت می‌تواند مسیر حضور در بازی‌های آسیایی ناگویا را هموار کند.

برنامه آماده‌سازی تیم ملی زنان تنها به این مسابقات ختم نمی‌شود و طبق برنامه، ملی‌پوشان پس از مسابقات جام‌زنان آسیا و کسب نتایج مطلوب، تیم راهی چین و سپس کره جنوبی می‌شود و در صورت حضور در کاروان اعزامی به بازی‌های آسیایی جام‌زنان خواهد شد. این مسیر بسیار طولانی و فشرده است تا در نهایت به تحقق یک اتفاق تاریخی آن هم حضور تیم ملی والیبال زنان ایران در کاروان اعزامی بازی‌های آسیایی برای نخستین بار پس از انقلاب اسلامی ختم شود.

گزارش

دفاعی که حق دفاع را از قلعه‌نویی می‌گیرد

بامداد جنوب: تیم ملی فوتبال ایران در حالی گامی‌با را شکست داد که ضعف‌های تکراری خط دفاعی را دیگر نمایان شده؛ مشکلی که پس از سه سال حضور امیر قلعه‌نویی همچنان پابرجاست و نگرانی‌ها را افزایش داده است.

به‌نقل از مهر، پیروزی ۱ بر ۱ یک تیم ملی فوتبال ایران مقابل گامبیا در ظاهر می‌تواند نتیجه‌ای امیدوارکننده برای تیم ملی فوتبال ایران باشد اما آنچه در جریان این مسابقه بیش از هر چیز جلب توجه کرد، نه گل‌های زده‌شده بلکه آشفتگی و ناهماهنگی خط دفاعی تیمی بود که تنها چند ماه تا حضور در مهم‌ترین آوردگاه‌های بین‌المللی فاصله‌دارد.

امیر قلعه‌نویی از نخستین روز بازگشت به نیمکت تیم ملی، شعار فوتبال هجومی را سوارلوحه کار خود قرار داد. تیم او در بسیاری از مسابقات موفق به گلزنی‌شده و آثار تهاجمی نسبتاً قابل‌قبولی را ثبت کرد اما در سوی دیگر زمین مشکلات وجود دارد که نه تنها برطرف نشده بلکه در برخی مقاطع عمیق‌تر نیز شده است.

سال ۳ از حضور قلعه‌نویی در رأس کادر فنی تیم ملی می‌گذرد. سه‌سالی که با آزمون‌وخطاهای متعدد در خط دفاع همراه بوده است. سرمربی تیم ملی بارها ترکیب مسئولان میانی را تغییر داد، بازیکنان مختلف را به اردوها دعوت کرد و تلاش داشت زوجی مطمئن برای قلب دفاع پیدا کند؛ اما در نهایت دوباره به همان نسخه قدیمی زوج شجاع خلیل‌زاده و محمدحسین کنعانی‌زادگان بازگشت.

این بازگشت اما نه از سر موفقیت، بلکه بیشتر به دلیل نرسیدن به گزینهای مطمئن تر بود. بااین حال حتی استفاده مجدد از باتجربه‌ترین مدافعان فوتبال ایران نیز نتوانسته مشکلات ساختاری تیم ملی را برطرف کند. برابر گامبیا، تیمی که تنها با ۱۵ بازیکن راهی آنتالیا شده بود، خط دفاع ایران بارها غافلگیر شد و فضاهایی در اختیار مهاجمان حریف قرار داد که در سطح ملی قابل‌قبول نیست. شاید مهم‌ترین زنگ خطر زمانی به صدا درآمد که علیرضا بیرانوند در چند صحنه مجبور شد ناگی دروازه ایران شود. دو موقعیت تک‌به‌تک برای حریف و چند فرصت خطرناک دیگر نشان داد مشکل تنها به اشتباه فردی بازیکنان محدود نمی‌شود و ساختار دفاع تیمی ایراد اساسی دارد.

موضوع‌نگران‌کننده‌تر این است که این ضعف‌ها دیگر موضوعی تازه‌نیستند. فوتبال ایران در سال‌های اخیر بارها چنین مشکلاتی را تجربه کرده و انتظار می‌رفت کادر فنی تیم ملی پس از سه سال فرصت، راهکاری مشخص برای رفع آنها پیدا کرده باشد.

اگر قرار باشد هر حریفی با چند پاس ساده به قلب دفاع ایران برسد، کار برای قلعه‌نویی در دفاع از عملکرد فنی تیمش روزه‌روز دشوارتر خواهد شد. تیم ملی هنوز گل می‌زند، اما همان اندازه‌نیز موقعیت گل می‌دهد؛ نتایجی که پس از سه سال همچنان پابرجاست و نشان می‌دهد بزرگ‌ترین چالش امیر قلعه‌نویی نه در خط حمله، بلکه در دفاعی است که هنوز به ثبات و اطمینان نرسیده است.



BAMDAD JONUB

روزنامه سیاسی، فرهنگی
بامداد جنوب

دارای رتبه ۳ از معاونت مطبوعاتی
وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

اذان صبح	۰۳:۰۷:۱۶
طلوع آفتاب	۰۴:۵۰:۳۲
اذان ظهر	۱۲:۰۱:۵۸
غروب آفتاب	۱۹:۱۳:۲۵
اذان مغرب	۱۹:۳۴:۰۹
نیمه‌شب شرعی	۲۳:۱۰:۲۱

واحد	سکه	خرید	فروش
۱	سکه تصویر امام	-	▲
۱	سکه بهار قدیم	-	▲
۱	سکه نیم بهار	-	▲
۱	سکه ربع بهار	-	▲
۱	سکه یک گرمی	-	▲

واحد	نماد	ارز	خرید	فروش
۱	USD	دلار آمریکا	-	▲
۱	EUR	یورو	-	▲
۱	GBP	پوند انگلیس	-	▲
۱	AED	درهم امارات	-	▲
۱	CNY	یوان چین	-	▲

یکشنبه ۱۰ خرداد ۱۴۰۵		بوشهر	۳7°C 28°C
برازجان	عسلویه	دبلم	خارگ
47° 30°	43° 28°	44° 30°	38° 28°

داستان با پسر م روی راه

نویسنده:**ابراهیم گلستان**

قسمت **۷**

همین وقت یک بارکش رسید و نزدیک ما نگاهداشت، بی خاموش کردن موتور، که دیگر صدای دنبک‌زن از پشت آن نمی آمد، و بوی دود تندى داشت، ما نگاه می کردیم، و می خوردیم، مرغ مزه جوشیدگی در آب می داد، اما پیاز تند بود، پیدا بسود دنبک‌زن هنوز می خواند، حتی گاهی تحریرس می دهد، و مرد

ورزشکار دور گلیلم با زانوان به بالا جهنده و با پشت شق و مشت گره کرده می دوید، راننده روی گاز فشار آورد، و دود تیره بد سوختن در فضا پر شد.

گفتم «بابا، بلند شوو بریم تسو» گفت «ما تازه اومدیم بیرون» گفتم «بیرون دیدی که هیچ خبری نیس، جز بوگند دود و رز قق این باری.»
گفت «من میخوام ببینم آخرش چطور میشه.» گفتم «لعنت به پنچری.»
از جا بلند شدم، لقمه در دهان گذاشتم، رفتم تو، رفتم ببینم آیا راننده آماده است، راننده خواب بود، در پشت میز، سر روی دست روی میز خوابیده بود، برگشتمت، شلگرد او که مرا دیده بود آمد گفت «همین الان، یه چرت کوچک بعد از ناهاره، الساعه.»پسرم گفت «اینجا همه‌ش دوده، بریم نزدیک.»

گفتم «بریم.»

رفتیم از اشکبوس دیگر خبر نبود، یا از اقتضای نمایش او را به گوشه‌ای گذاشته بودند، یا پیکان که بر سر انگشت بوسه داده بود از مهره‌های پشت کسانى گذشته بود، دنباله دلآوری پوزال در لای تریتر ماشین و دود آن از بیسن رفته بود، اما دنبک‌زن به دنبک خود می کوفت، کرنان‌ن به قوت در بوق می دمید، و ورزشکار با مشت‌های گره کرده می دوید -دور گلیلم پاره خود می دوید، در گوشه بسطاط، بچه‌های گدا بودند، دنبک‌زن، ما را که دید، بنا کرد به محکم زدن، و از هر کسی که غلام علی است دعوت به رزق بچه‌ها کسک کردن، پهلوی دکه‌های کنار درخت‌ها پنج شش مرد به دیوار تکیه داده یا بر سر دو پا نشسته، تماشای معرکه می کردند، پسرم گفت «این چرا میدوه؟» گفتم «بدنش را آماده میکنه.» «یعنی چی؟» «برای اینکه نمایش بده.» «یعنی چی؟» «برای اینکه نمایش بده بدنش را آمده میکنه.» «یعنی چه؟» «ده!» «نمایش چی؟» «به!» شلگرد راننده صدامیزد «آقای عزیز، بفرمایین، میریم.» پسرم پکر شد، گفت «میخوام تماشا کنم.»

گفتم «خوب، دفعه دیگه.» گفت «یعنی چه، دفعه دیگه؟»

گفتم «بریم، بریم، دیگه.» و خواستم راه بیفتم، گفت «من میخوام تماشا کنم.» شلگرد راننده گفت «تشریف بیارین، آقا.»

پسرم دستم را گرفت که نگاهم دارد. گفتم «بریم، بابا، بریم، مردک منتظر ماس.» گفت «با ک کامیون می‌بریم.» گفتم «کدوم کامیون؟»

گفت «با کامیون بعدی، بمونیون تماشا کنیم.»

گفتم «کامیون بعدی کو؟ کدوم کامیون بعدی؟»

گفت «چطور میگی دفعه دیگه تماشا کنیم؟»

دستش را کشیدم، هم خودش را نگاهداشت، و هم مرا کشید که نزدیکتر رویم، راننده آمده بیرون سوار شد، ماشین را روشن کرد.

مطب

بدن ما چقدر پروتئین نیاز دارد؟

متخصصان تغذیه می گویند مصرف پروتئین به میزان ۱۰ تا ۱۵ درصد از کل انرژی دریافتی روزانه، به‌طور معمول برای تأمین نیازهای بزرگسالان کافی است؛ یعنی تقریباً ۵۰ تا ۷۵ گرم برای فردی با وزن سالم که حدود ۲۰۰۰ کالری در روز مصرف می کند.



مصرف پروتئین ممکن است در دوران نوجوانی و برای ورزشکاران، بدنسازان و سایر افرادی که به‌طور فعال در حال ساخت واپا حفظ مقادیر قابل توجهی از توده عضلانی هستند، بیش از ۱۵ درصد از کل انرژی دریافتی روزانه باشند، با این حال مصرف مقادیر بیش از حد پروتئین می تواند بار متابولیکی بر بدن به ویژه کلیه‌ها وارد کند.

پروتئین مورد نیاز بدن می تواند از ترکیبی از منابع حیوانی و گیاهی تامین شود، در این حال قابلیت همب و کیفیت پروتئین نیز باید در نظر گرفته شود به ویژه در دوران کودکی و نوجوانی.

به گزارش سایت اطلاع رسانی سازمان جهانی بهداشت، در برخی موارد گزارش بیشتر به منابع پروتئین گیاهی ممکن است برای کاهش خطر ابتلا به بعضی از بیماری‌های غیر واگیر مرتبط با رژیم غذایی در بزرگسالان ترجیح داده شود.
بسا این حال در موارد دیگر، مصرف غذاهای با منبع حیوانی هنوز هم برای بهبود دریافت مواد مغذی به ویژه در کودکان و زنان بارداراشیرده مهم است.

پیشخوان کتاب اتاق شماره ۶ از آنتون چخوف

کتاب «اتاق شماره ۶» نه تنها روایتی از یک آسایشگاه، بلکه آیینه‌ای تمام‌نما از زوال اخلاقی و انزوی روشنفکران در جامعه‌ای است که در آن خرد و حقیقت، با پرچسب دیوانگی سر کوب می شوند. چخوف در این اثر، فضای خفقان آور و بی تفاوتی حاکم بسر محیط را با مهارت بی نظیر به تصویر می کشد تا پوچی نظام‌های اداری و اجتماعی را عیان سازد.

رابطه میان دکتر رابین و ایوان دمیتریچ، بیمار اتاق شماره ۶ که به نوعی نماد وجدان بیدار جامعه است، هسته مرکزی این کشمکش فلسفی را تشکیل می دهد. گفتگوهای این دو شخصیت، خواننده را با پرسش‌های بنیادینی دربارۀ آزادی، رنج و ماهیت عقلانیت مواجه می کند. در واقع، چخوف با هوشمندی نشان می دهد که چگونه جامعه‌ای که از نقد و تغییر هراس دارد، افراد اندیشمند و دلسوز خود را به حاشیه می راند و آن‌ها را در حصار دیوارها محبوس می کند. این داستان کوتاه، با فضاسازی سرد و خاکستری‌اش، به یکی از تکان دهنده‌ترین آثار کلاسیک جهان تبدیل شده است که نه تنها نقد تندى بر سیستم‌های درمانی دوران خود است، بلکه مرثیه‌ای برای انسانیت از دست‌رفته در میان دیواره‌های سرد بی تفاوتی محسوب می شود. چخوف با استادی، خواننده را به این نتیجه می رساند که شاید دیوانگی واقعی نه در اتاق شماره ۶، بلکه در دنیای بیرون از آن جریان دارد.



👉 طبیعت بهاری گلستان – محمد عطایی

سوزندگی

افکننده بود. با چه شسوری ۱۱ سال کار کرد. آوڅ چقدر خون دل خورد. آخ که چطور از پیش پدر و مادرش طرد شد. او تحمل کرد. مقاومت نمود. جنگید؛ زیرا که می خواست هنر مند باشد. اراده کرده بود. دانسته بود که استعداد دارد. در مقابل سخنان مردم که به او می گفتند استعداد نقاشی ندارد ضعف نشان نداد؛ زیرا که می دانست با کوشش و رنج همه چیز به دست می آید. اکنون فکر می کنم من که از اوایل کودکی در ناز و نعمت غوطه خورده‌ام چطور می توانم رنج مردم را در ک کنم و روی کاغذ آورم. عمو علی تنها ماهی امید و تسلائی من است. تنها راهنمای من است؛ زیرا که تنها اوست که می داند من چه می کشم؛ زیرا آن وقت‌ها خودش این احساس را می کرده است. او مرا تشویق می کند که ناامید نشوم و تمرین کنم.

امروز یک داستان نوشتم. پیشرفتم خیلی محسوس بود. امید فراوان دارم که عمو علی آن را بپسندند. روز جمعه برای امتحان کنکور به تهران می رود و عمو هاشم هم که روز روزشان به سر آمده امروز رفتند. به این ترتیب به کلی تنها خواهم شد. عمو جان‌های خوب من نیستند که راهنماییم کنند. حالا می فهمم که چه قدر هر دوی آن‌ها را دوست دارم و برای آن‌ها ارزش قائلم.

سبک زندگی

فرق دوغ و کفیر چیست؟

در مقابل، دوغ طعمی ملایم‌تر و ششورتر دارد و بیشتر یک نوشیدنی همراه غذاست.البته اگر نمک آن زیاد باشد، برای همه مناسب نیست. همچنین دوغ بیشتر برای رفع تشنگی و همراهی با غذا مصرف می‌شود.وقتش درمانی یا تغذیه‌ای آن به اندازه کفیر پررنگ نیست. بنابراین اگر هدف، یک نوشیدنی خنک و ساده است، دوغ انتخاب خوبی است؛ اما اگر به دنبال تقویت سلامت گوارش و افزایش باکتری‌های مفید روده هستید، کفیر گزینه برتری به‌شمار می‌رود.

پروبیوتیک تولید می‌شود. از نظر فواید سلامتی، هر دو به هضم غذا و دریافت کلسیم کمک می‌کنند، اما کفیر به دلیل تنوع میکروبی بیشتر، برای سلامت روده مفیدتر است. این نوشیدنی به‌ویژه برای افرادی که با لاکتوز مشکل دارند، ممکن است قابل تحمل‌تر باشد، چون بخش زیادی از لاکتوز در طول تخمیر مصرف می‌شود. به همین دلیل، کفیر را می‌توان نوعی مکمل پروبیوتیکی طبیعی دانست که به تعادل باکتری‌های مفید روده کمک می‌کند و حتی در تقویت سیستم‌ایمنی نیز نقش دارد.



نسرین نفیسی:

امروز یک روز و فرصت تازه است در دستم‌ام ببینم چگونه آن را در باغچه می کاری؟ چگونه آیش می دهی؟ شب که می خواهی بخوابی، چگونه به گل می نشانی؟ سه‌شنبه ۲۲ مرداد ۱۳۴۰

دیروز کتاب سوززندگی را به پایان رساندم. وقتی خلاص شدد و کلمه عجیب پایان را که با حروف درست زیرش نوشته بود خواندم کتاب از دستم رها و روی

اگرچه دوغ و کفیر در نگاه نخست نوشیدنی‌هایی لبنی و مشابه به نظر می‌رسند، اما از نظر ساختار زیستی و ارزش غذایی تفاوت‌های مهمی دارند. تفاوت اصلی در نحوه تولید آن‌هاست. دوغ نوعی ماست رقیق شده است که از تر کیب ماست، آب و نمک به دست می‌آید؛ بنابراین تخمیر آن پیش‌تر انجام شده است. در مقابل، کفیر محصول مستقیم تخمیر شیر است. در این فرآیند، دانه‌های کفیر که شامل باکتری‌ها و مخمرهای مفید زنده هستند، به شیر افزوده می‌شوند و نوشیدنی‌ای ترش، کمی گازدار و سوسپان

شناسه آگهی: ۲۱۸۵۰۴۱	<div><div><div><div><div></div><div>⚖</div></div><div><div></div><div>تأیید شده توسط کارشناسان</div></div></div></div></div>
آگهی تحدید حدود اختصاصی	
نظری به اینکه هیئت اختلاف مستقر در ثبت گناوه/مالکیت به تصرفات مفروزی و مالکانه آقای پژمان طیب زاده را نسبت به شش دانگ عرصه واعیان یک قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۱۰۰۰ مترمربع قسمتی از پلاک ۱۳۶۵ واقع در قریه بینک گناوه بخشی ۶ پوشهر که چیت آن پلاک ۱۳۶۵/ ۱۳۶۵/ ۱ منظور گردیده برابر رای شماره ۱۰۱۰۰۵۵-۱۴۰۴۶۰۳۳۴۰ مورخ ۱۴۰۴/۱۲/ ۵ ۱۴۰۴/۱۲/ ۱۴ تأیید نموده و آگهی موضوع ماده ۳ و مناده ۱۳ آیین نامه‌ی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی ساختمانهای فاقد سند رسمی و قانون ثبت نیز منتشر گردیده لذا آگهی تحدید حدود اختصاصی آن به استناد مادتین ۱۴ و ۱۵ قانون ثبت و تبصره ذیل ماده ۱۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی ساختمان فاقد سند رسمی جهت قسمت مورد تصرف آقای پژمان طیب زاده منتشر و به اطلاع متصرف نامبرده و مجاورین و صاحبان حقوق ارتقاعی می‌رساند که عملیات تحدیدی در صبح مورخ ۱۴۰۵/۴/ ۱ در محل شروع به عمل خواهد آمد.لذا بدینوسیله از متصرف نامبرده و مجاورین دعوت می شود در وقت تعیین شده فوق در محل وقوع ملک حضور یابند وخواهی نسبت به حدود ارتقاعی برابر ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تحدید حدود به مدت ۳۰ روز پذیرفته می شود.مترعین نسبت به حدود و حقوق ارتقاعی مکلفن مطابق تبصره ماده ی ۸۶ آیین نامه قانون ثبت و تبصره ۳ ماده واحده قانون تعیین تکلیف پرونده مترعین ثبتی مصوب ۱۳۸۰/۲/۲۵ ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض کتبی به اداره ثبت دادخواست به مراجع قضائی محل وقوع ملک تسلیم و تصدیق گواهی به جریان دعوی را به جهت ضبط در پرونده از دادگاه مربوط به اخذ و به ثبت تسلیم نمایند و الا حق آنان ساقط می‌شود. تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۳/۱۰	
محمد جهادبار، رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان گناوه، از طرف عبدالحسین یکتاش	

شناسه آگهی: ۲۱۸۱۱۳۹	<div><div><div><div><div></div><div>⚖</div></div><div><div></div><div>تأیید شده توسط کارشناسان</div></div></div></div></div>
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی	
برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۲۴۰۰۵۰۰۹۱۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۲۲ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دیر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/خانم اسماعیل پاربابی فرزند عبدالله بشماره شناسنامه ۱۸۴ صادره از ایران یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۵۸۰۸۹۹(متر مربع) سهم مشاع از ۵۹۸۸۶۸۱ مترمربع(سهم) مفروزی و مجزی شده از پلاک ۲۱۰۹ اصلی قطعه ۶ واقع در تنگ خوش خریداری از مالک رسمی آقای/خانم مطابق سند اصلاحات ارضی و گواهی انحصار وراثت 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 اعتراضی 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 ۱۴۰۵/۲/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۲/۱۰	
عبدالعزیز نصاریوسفی، رئیس ثبت اسناد و املاک	

شناسه آگهی: ۲۱۸۱۱۳۸	<div><div><div><div><div></div><div>⚖</div></div><div><div></div><div>تأیید شده توسط کارشناسان</div></div></div></div></div>
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی	
برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۲۴۰۰۵۰۰۹۱۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۲۲ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دیر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/خانم عبدالرضا پاربابی فرزند عبدالله بشماره شناسنامه ۱۸۳ صادره از ایران یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۸۰۵۸۹۹ مترمربع سهم مشاع از ۵۹۸۸۶۸۱ متر مربع سهم مشاع مفروزی و مجزی شده از پلاک ۲۱۰۹ اصلی قطعه ۶ واقع در تنگ خوش خریداری از مالک رسمی آقای/خانم مطابق سند اصلاحات ارضی و گواهی انحصار وراثت مجرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی 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 ۱۴۰۵/۲/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۲/۱۰	
عبدالعزیز نصاریوسفی، رئیس ثبت اسناد و املاک	