

قیمت انواع میوه و تره بار از تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۰۹	تاریخ	تاریخ
۱	فلفل دلمه رنگی	۴۶۰.۰۰۰
۲	فلفل فلفلی و گلخانه ای دلمه	۲۸۷.۵۰۰
۳	بادمجان سبزی و کارتنی	۱۴۹.۵۰۰
۴	گوجه فرنگی درجه ۱	۳۲۴.۰۰۰
۵	گوجه فرنگی فارس	۲۶۴.۰۰۰

برای دریافت اطلاعات بیشتر به سایت روزنامه www.ahab.ir مراجعه کنید  
منبع: سازمان جهاد کشاورزی استان هرمزگان

# ندای هرمزگان

روزنامه سیاسی، فرهنگی، اجتماعی

مدیرعامل شرکت فولاد هرمزگان در جشن سالگرد افتتاحیه این شرکت:

## تولیدکننده ورق های خاص فولادی می شویم

از ابتدای امسال تاکنون انجام شد!

ترابری ایمن بیش از ۶۴۰ هزار مسافر در بنادر غرب هرمزگان



مدیرکل شیلات هرمزگان:  
جامعه صیادی  
هرمزگان برای  
نابینایان مدرسه ویژه  
می سازد



کدام مواد غذایی  
برای قلب مضرند؟



شناسایی و توقیف  
کامیون حامل سوخت  
قاچاق در بندرعباس

۱	پنج شنبه ۱۴ دی ۱۴۰۲
۲	۲۱ جمادی الثانی ۱۴۴۵
۳	۴ زانویه ۲۰۲۴
۴	شماره ۴۳۲۳
۵	۴ صفحه
۶	دهه چهارم سال سی و دوم
۷	قیمت ۵۰۰۰ تومان

بخشدار مرکزی شهرستان بندرعباس:  
با هرگونه ساخت و ساز غیر  
مجاز برخورد جدی می شود

**ندای هرمزگان - گروه خبر**  
بخشدار مرکزی شهرستان  
بندرعباس در جلسه ای با حضور  
دهیاران منطقه ایسین از برخورد  
جدی با هرگونه ساخت و ساز غیر  
مجاز در این بخش خبر داد.

تفصیح دیابت از روی کف دست

دیابت می تواند قسمت های  
مختلف بدن از جمله استخوان ها  
و مفاصل را تحت تاثیر قرار دهد.

دستگیری ۱۱۰ خرده فروش،  
توزیع کننده و کشف قریب به  
۲ تن مواد مخدر در هرمزگان



**ندای هرمزگان - گروه حوادث**  
با تلاش همه جانبه مأموران  
انتظامی استان ۱۱۰ توزیع کننده و  
خرده فروش مواد مخدر دستگیر و  
قریب به ۲ تن مواد مخدر کشف و  
ضبط شد.

شناسایی و توقیف  
کامیون حامل سوخت  
قاچاق در بندرعباس

حادث

پلیس هرمزگان قاتل ۱۴ ساله را  
دستگیر کرد



**ندای هرمزگان - گروه حوادث**  
فرمانده انتظامی هرمزگان گفت:  
ماموران انتظامی شهرستان  
میناب شخص قاتل ۱۴ ساله  
که در نزاع جمعی مرتکب قتل  
و متواری شده بود، شناسایی و دستگیر شد.  
به گزارش ندای هرمزگان، سردارعلی اکبر جاویدان در  
تشریح جزئیات این خبر بیان کرد: در پی وقوع یک فقره  
نزاع دسته جمعی چند نوجوان و قتل یکی از عاملان  
درگیری در شهر سسندرک شهرستان میناب، پیگیری  
موضوع در دستورکار قرار گرفت.

وی افزود: مأموران انتظامی پاسگاه سندرک با تشکیل  
تیمی به محل وقوع حادثه اعزام و در تحقیقات میدانی  
و پلیسی انجام گرفته، مشخص شد چند نوجوان باهم  
درگیر و در این نزاع جمعی ۲ نوجوان ۱۴ و ۱۷ ساله با ضربه  
چاقو با یکدیگر درگیر شده که متهم ۱۴ ساله با ضربه  
چاقو به گردن دیگری عامل درگیری منجر به قتل وی  
شده و از صحنه متواری شده است.

این مقام ارشد انتظامی هرمزگان اذعان کرد: با تلاش  
همه جانبه صورت گرفته و همکاری پلیس آگاهی  
میناب، قاتل ۱۴ ساله شناسایی و دستگیر و بازرسی  
از مخفیگاه متهم، آلات قتل کشف شد.

سردار جاویدان با اشاره به تشکیل پرونده برای متهم و  
معرفی وی به مراجع قضایی، خاطرنشان کرد: متهم در  
مواجهه با مستندات پلیس، به قتل اعتراف کرد و پس  
از تشکیل پرونده تحویل مراجع قضایی شد.

جلوگیری از ادامه فعالیت تخریب و قطع

درختان جنگلی در منطقه چاه فعله

غربی شهرستان بندرعباس

**ندای هرمزگان - گروه حوادث**  
رئیس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان  
بندرعباس از گشست زنی نیروهای یگان حفاظت این  
شهرستان و جلوگیری از ادامه فعالیت تخریب و قطع  
درختان جنگلی در منطقه چاه فعله غربی شهرستان  
بندرعباس خبر داد.

به گزارش ندای هرمزگان، روح الله وفاکیش گفت:  
نیروهای پاسگاه حفاظت این اداره به صورت ۲۴ساعته  
مشغول گشست زنی و مراقبت از اراضی ملی و طبیعی  
هستند و با مشاهده هرگونه تخریب، تصرف و آتش  
سوزی اراضی منابع طبیعی با تخریب کنندگان عرصه  
ها مطابق قانون برخورد می کنند.

رئیس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان  
بندرعباس گفت: پاسگاه حفاظت منابع طبیعی و  
آبخیزداری بندرعباس به صورت شبانه روزی آماده  
دریافت هرگونه اخبار در مورد تخریب و تصرف و آتش  
سوزی از طریق شماره تلفن ۱۵۰۴ می باشد.

بین المللی نیز، ۱۹ هزار و ۲۸۶ نفر مسافر به مقصد  
بنادر کشور امارات متحده عربی جابه‌جا شده‌اند که  
در همسنگی با مدت مشابه سال قبل ۱۳ درصد  
افزایش داشته است.

**نجات جان ۱۶۵ نفر در ۹ ماهه امسال**  
به گفته وی؛ از ابتدای سال جاری تا پایان آذرماه  
امسال، ۲۶ هزار و ۸۹۷ فروند شناور با افزایش ۱۶  
درصدی در آب‌های حوزه استحفاظی غرب استان  
پهلودهی شده است.

مدیر بنادر و دریانوردی غرب هرمزگان ادامه داد:  
مرکز جستجو و نجات دریایی (MRCC) بنادر  
غرب استان نیز در راستای اعمال وظایف حاکمیتی  
در ۹ ماهه امسال با دریافت ۲۴ پیام اولیه و ۹۰  
عملیات جستجو و نجات، موفق به نجات جان  
۱۶۵ نفر شد.

گفتنی است؛ اداره بنادر و دریانوردی بندرلنگه به  
عنوان هسته مرکزی بنادر غرب استان هرمزگان  
با پوشش بر ۱۰ بندر تجاری و مسافری و نظارت  
بر ۴۶ سازه دریایی و پشتیبانی نیمی از جزایر  
کشور، همچنین در برگیری ۶۰۰ کیلومتر مرز  
دریایی از نقاط مهم مدیریت بر سواحل کشور  
است.

و آسیای میانه بارگیری شدند.  
**افزایش ۳۰ درصدی تخلیه و بارگیری کانتینر  
یخچالی**  
سالاری در بخش دیگری به عملکرد ۹ ماهه  
امسال بخش کانتینری اشاره و بیان کرد: در این  
مدت ۱۳۴ هزار و ۳۶۲ TEU کانتینر یخچالی با  
تناژ یک میلیون و ۳۹۰ هزار و ۶۵ تن در بنادر  
غرب هرمزگان تخلیه و بارگیری شد که ۳۰ درصد  
افزایش به ثبت رسید.

وی همچنین حجم صادرات کانتینر یخچالی از  
طریق بنادر غرب استان هرمزگان در مدت یاد  
شده را ۶۷ هزار و ۱۸۱ TEU با تناژ ۶۹۵ هزار و  
۳۲ تن اعلام کرد.

**ترابری ایمن بیش از ۶۴۰ هزار مسافر**  
مدیر بنادر و دریانوردی غرب هرمزگان در تشریح  
کارنامه ۹ ماهه مسافری این بنادر گفت: در این  
مدت ۶۴۰ هزار و ۷۴۷ مسافر در در مسیرهای  
دریایی داخلی از بنادر لنگه، آفتاب و چارک به  
مقصد کیش، ابوموسی و سایر جزایر خلیج فارس  
جابه‌جا شدند که در این بخش ۳۰ درصد افزایش  
به ثبت رسیده است.

سالاری اضافه کرد: در بخش ترابری سفرهای

سالاری افزود: از مجموع عملیات انجام شده، سه  
میلیون و ۳۰۹ هزار و ۵۷۳ تن فرآورده‌های نفتی  
و غیرنفتی به صورت رویه کابوتاز (حمل ونقل  
ساحلی) جابه‌جا شد که از این میزان یک میلیون و  
۸۰۲ هزار و ۷۲۵ تن مربوط به فرآورده‌های نفتی  
بوده است.

**ترانزیت بیش از ۱۴۳ هزار دستگاه خودرو از  
بندرلنگه به آسیانه میانه**

وی در بخش تشریح عملکرد ترانزیت کالا در ۹  
ماهه امسال نیز گفت: در این مدت حجم ترانزیت  
کالاهای نفتی و غیرنفتی که عمده آن محموله  
خودرو بوده به ۳۲۲ هزار و ۶۸۳ تن رسید که در  
مقایسه با مدت مشابه سال گذشته، ۲۶ درصد  
افزایش داشته و بنادر غرب توانست جایگاه سوم  
این بخش از عملیات حمل و نقلی در سطح بنادر  
ایران را به خود اختصاص دهد.

مدیر بنادر و دریانوردی غرب هرمزگان، میزان  
ترانزیت خودرو را نیز ۱۴۳ هزار و ۸۲۲ دستگاه  
خودرویی با ۲۱ درصد افزایش اعلام کرد و ادامه  
داد: تخلیه این تعداد خودروی ترانزیتی توسط ۲  
هزار و ۱۴۸ فروند شناور فلزی انجام و پس از  
انجام تشریفات گمرکی به مقاصد کشورهای عراق

**ندای هرمزگان - گروه اقتصادی**  
مدیر بنادر و دریانوردی غرب هرمزگان، میزان  
تخلیه و بارگیری انواع کالاهای نفتی و غیرنفتی  
از ابتدای سال جاری تا پایان آذرماه امسال در بنادر  
غرب این استان را بیش از ۹ میلیون و ۶۲۴ هزار  
تن اعلام کرد.

به گزارش ندای هرمزگان، مرتضی سالاری در  
تشریح عملکرد ۹ ماهه بنادر غرب این استان اظهار  
داشت: در این بازه زمانی در مجموع ۹ میلیون و  
۶۲۴ هزار و ۴۷۳ تن کالای نفتی و غیرنفتی با  
تخلیه و بارگیری شد که از این میزان، پنج میلیون  
و ۱۴۳ هزار و ۱۶۹ تن به جابه‌جایی کالاهای  
غیرنفتی اختصاص داشت.

وی با بیان اینکه در این مدت نیز چهار میلیون و  
۴۸۰ هزار و ۹۷۴ تن کالاهای نفتی جابه‌جا شده  
است، از صادرات پنج میلیون و ۳۲۲ هزار و ۷۵۱  
تن انواع کالا از بنادر غرب خبر داد.

مدیر بنادر و دریانوردی غرب هرمزگان گفت: از  
مجموع صادرات نفتی و غیرنفتی انجام شده، ۲  
میلیون و ۶۵۴ هزار و ۶۶۷ تن با مربوط به صادرات  
غیرنفتی و ۲ میلیون و ۶۷۸ هزار و ۸۴ تن به  
صادرات نفتی اختصاص دارد.

اقتصادی

ثبت رکوردی دیگر در ایزوایکو:  
تعمیر همزمان شش شناور بزرگ  
در درای داک ایزوایکو

**ندای هرمزگان - گروه اقتصادی**

سه شناور (شناور چند منظوره عسلیویه، شناور لوله گذار  
ایبوذر ۱۲۰۰ و تانکر پولاریس) بصورت همزمان در  
حوض کارون خود از آبگیری کرد که علاوه بر منحصر  
بفرد بودن این عملیات، تعداد پروژه های درحال تعمیر  
این گروه ایزوایکو به رکورد نه پروژه تعمیراتی بصورت  
همزمان رسید.

به گزارش ندای هرمزگان، مهندسان ایزوایکو سه  
فروند شناور (شناور چند منظوره عسلیویه، لوله گذار  
ایبوذر ۱۲۰۰ و تانکر پولاریس) را بطور همزمان در  
حوض خشک کارون ایزوایکو جهت انجام تعمیرات  
ساسی از آبگیری کردند.

اولین شناور داک شده در این عملیات، شناور چند  
منظوره عسلیویه، دومین شناور لوله گذار ایبوذر ۱۲۰۰ و  
سومین شناور تانکر پولاریس بود که در زمان تقریبی  
۲ ساعت و ۲۰ دقیقه به حوض خشک ورود و پهلودهی  
شدند.

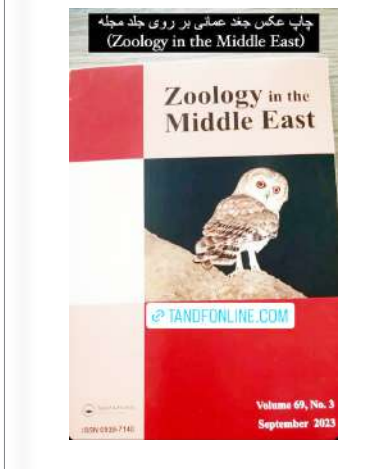
شناور لوله گذار ایبوذر ۱۲۰۰ با ۱۷۷،۸۴ متر طول،  
۳۹،۱۶ متر عرض و ۱۲،۳ متر ارتفاع مجهز به جرثقیل  
های ۱۲۰۰ تنی است و در نوع خود یکی از خاصترین  
شناورهای موجود در کشور است که خدمات ارزشمندی  
را در جهت حفظ و استخراج سرمایه های ملی انجام  
داده است. و شناور پولاریس ۱۸۰ متر طول، ۲۲،۳متر  
عرض، ۱۸متر ارتفاع و ۲۸ هزار تن وزن دارد.  
لازم به ذکر است که شناورهای ایبوذر ۱۲۰۰ و  
پولاریس که در نوع خود بی نظیر و خاص محسوب  
میشوند هر کدام سومین داک در ایزوایکو را تجربه  
میکنند و انتخاب سه باره ایزوایکو از سوی مالکان و  
کارفرمایان مربوطه نشان از کیفیت بالای کار ایزوایکو،  
پایبندی به انجام تعهدات و رضایتمندی کارفرمایان  
را دارد.

این اولین بار در تاریخ ایزوایکو و صنعت کشتی سازی  
کشور است که در دو حوض خشک این مجتمع شش  
شناور بصورت همزمان مورد تعمیر و بازسازی قرار  
میگیرند و با احتساب دو فروند شناور و یک فروند  
اکومودیشن ریگ درحال تعمیر کنار اسکله های گروه  
شناورهای بزرگ ایزوایکو این گروه درحال حاضر نه  
پروژه تعمیراتی را بصورت هم زمان در دست اجرا دارد  
که نشان از ظرفیت و توان بالای ایزوایکو در این گروه  
دارد و با مدیریت صحیح توانسته از این ظرفیت بهترین  
استفاده را داشته باشد.



## نمایشگاه عکس مرتضی آریانژاد بهانه ای برای نوشتن از خلق تصاویر طبیعت

می‌شود. متأسفانه در بسیاری از شهرها از  
جمله شهر بندرعباس اغلب شاهد المان‌ها و  
این پرند بومی منطقه است. برای مکان یابی  
این پرند بسیار مطالعه و تحقیق کرد و ساعت‌ها  
مرارت کشید. همین طور او بود که فیلم اولین  
پلنگ آسیایی را در منطقه میناب توانست ضبط  
کند. خوشبختانه حاصل تلاش او همین تابلوها  
و مقالاتی است که در چند نوبت در مجلات  
تخصصی معتبر جهانی به چاپ رسیده است.



پایین، عکس جغد عمانی است که روی جلد  
مجله تخصصی حیات وحش چاپ شده است.  
این عکاس و فعال محیط زیست موسسه‌ای در  
راستای فعالیت گسترده، آموزش و عضو گیری  
بنا نهاد تا علاقه‌مندان به آن بیوبندند و هر کدام  
به سهم خود در شاخه‌های مختلف، پژوهش و  
فعالیت کنند و در کنار آن حافظ طبیعت باشند تا  
پیش از این آسیب نبینند.  
با رفتن به این نمایشگاه بسیاری از این گونه‌ها  
برای ما بومیان که تا پیش از این تعداد زیادی از  
آن‌ها را نمی‌شناختیم معرفی می‌شود.  
برای کارشناسان شهرداری‌ها هم توصیه

رفتن به دهان شیر. مرتضی اولین کسی بود که  
توانست عکس جغد عمانی را بگیرد و ثابت کند  
این پرند بومی منطقه است. برای مکان یابی  
این پرند بسیار مطالعه و تحقیق کرد و ساعت‌ها  
مرارت کشید. همین طور او بود که فیلم اولین  
پلنگ آسیایی را در منطقه میناب توانست ضبط  
کند. خوشبختانه حاصل تلاش او همین تابلوها  
و مقالاتی است که در چند نوبت در مجلات  
تخصصی معتبر جهانی به چاپ رسیده است.

پایین، عکس جغد عمانی است که روی جلد  
مجله تخصصی حیات وحش چاپ شده است.  
این عکاس و فعال محیط زیست موسسه‌ای در  
راستای فعالیت گسترده، آموزش و عضو گیری  
بنا نهاد تا علاقه‌مندان به آن بیوبندند و هر کدام  
به سهم خود در شاخه‌های مختلف، پژوهش و  
فعالیت کنند و در کنار آن حافظ طبیعت باشند تا  
پیش از این آسیب نبینند.  
با رفتن به این نمایشگاه بسیاری از این گونه‌ها  
برای ما بومیان که تا پیش از این تعداد زیادی از  
آن‌ها را نمی‌شناختیم معرفی می‌شود.  
برای کارشناسان شهرداری‌ها هم توصیه



من که از نزدیک مرتضی را می‌شناسم می‌دانم  
که تا همین جا چه اندازه خطرات زیادی را به  
جان خریده. اکنون ذهن او سرشار از خاطرات  
جذاب و ترسناک است. شبانه یک تنه به دل کوه  
زدن بدون داشتن همراه و راهنما و غذای گرم.  
جایی که هیچ کس مکانت را نمی‌داند و موبایل  
هم آنتن نمی‌دهد. برای کار گذاشتن دوربین در  
مسیر حیوانات وحشی یعنی دل شیر داشتن و  
کرده است.

**ندای هرمزگان - مهدی میرآبی**

فعالیت در حوزه محیط زیست به شکل حرفه‌ای  
آن از معدود کارهای پژوهشی و هنری است که  
با مشقت و خطرات زیاد همراه است. علاوه بر  
آن هزینه چنین فعالیت‌هایی هم بسیار بالاست و  
پول هنگفتی می‌خواهد. ضمن اینکه باید با دانش  
و اطلاعات وسیع وارد این عرصه شد. دانشی که  
بیشتر بر پایه «تجربه» و «تحقیق» استوار است  
تا «آموختن» در محفل‌های آکادمیک. شاید به  
همین دلیل باشد که نیروهای متخصص این  
حوزه به ویژه در بخش «حیات وحش» بسیار  
کم‌اند. اما همین تعداد نیرو هم از ناحیه بعضی  
ارگان‌ها با بی‌مهری شدید و اتهامات ناروا روبرو  
شدند.

با این حال حیات وحش و به طور کلی محیط  
زیست با داشتن ویژگی‌های بسیار جذاب همراه  
با اتفاقات نادر و غیر قابل پیش‌بینی‌اش باعث  
شده در دنیا پرطرفدار باشد. مستندهای حیات  
وحش گران و پر بیننده است. بخش بزرگی از  
ادبیات کودکان را دنیای اسرار آمیز حیوانات پر  
کرده است.

وقت خود را ذخیره کنید

تسریع در ثبت و تغییرات کلیه آگهی های شرکت های تعاونی، ثبتی و حقوقی شما

یک تماس کافایت! ۳۲۲۴۲۸۸۸ و ۰۷۶-۳۲۲۴۱۵۱۵

ندای هرمزگان



#### طنز روز

### دلسوزی مسئولان داراب

فایل صوتی فرماندار و رئیس آموزش و پرورش داراب را که شنیدیم، بیشتر به حقانیت و حس مسئولیت پذیری خادمان ملت پی بردیم…

این دو مسئول دلسوز با تمام وجودشان درد و رنج ملت را حس کرده بودند، و برای درمان آن انتجان بال بال می زدند و به خود می پیچیدند و خود را به رد و دیوار می کوبیدند که دل و جگر بشرد دو پا که جای خود دارد، حتی دل و روده و امعا و احشا چرنندگان و پرندگان و چونندگان زمینی و آسمانی هم به حال زار آنها کباب می شد…

ما وقتی این حجم از دلسوزی و عشق این دو مسئول را نسبت به مردم و سرزمین مان را به تماشا می نشینیم، و به وضوح می بینیم که به خاطر علاقه و اشتیاق قلبی شان به مردم چه جلز و ولژی راه انداخته اند و چه خون دلی می خورند، باور کنید طاقت مان طاق می شود و چیزی نمانده است که سینه چاک دمیم و سر به به کوه و بیابان بگذاریم.. ادم واقعا از دست این خلاق بی خیال لجنش می گیرد که در برابر این مسئولیت پذیری مسئولان خود این چنین بی تفاوت بوده و فقط تماشاگر صحنه هستند و قدر این همه فداکاری و خود گذشتگی را نمی دانند.

کاری هم از دست ما ساخته نیست جز اینکه سرمان را به

دیوار بکوبیم، تا فرق مان از وسط بشکافد….

در ضمن ما از کار این عزیزان در عجمیم که چرا باید خودشان را فدای مردمی کنند که تا این حد نمک شناس و قدر ندان هستند…

البته درست است که ما از درد اصلی این مسئولان جان بر کف اطلاع دقیقی نداریم، ولی هر درد و مرضی که این خادمان داشته باشند، یقینا زیر سر همین مردم و در ارتباط با

همین خلاق بی چشم و روست…

حالا این درد و گرفتاری مربوط به صبحانه ستاد انتخابات باشد یا دغدغه ناهار اعضای ستاد باشد و یا مربوط به محل اسکان و یا نمی دانم در مورد دسر و شیرینی و کادو و مسائل دیگر آن‌ها ولی هر چه که باشد، در اصل موضوع هیچ توفیری ایجاد نمی کند و ذره ای در غم و اندوه و محنت این عزیزان تاثیری ندارد…

مردم باید در چنین مواردی اگر لازم شود باید لباس تن شان هم بفروشند و اجازه ندهند که این عزیزان خون دل بخورند و دندان به جگر افشارند…والسلام

## فرهنگی

**مدیرکل آموزش و پرورش استان خبر داد:**

## آغاز برگزاری دوره های آموزشی تخصصی بر نامه ملی شهاب در هرمزگان



**ندای هرمزگان – گروه خبر**

مدیرکل آموزش و پرورش استان هرمزگان از آغاز برگزاری دوره های آموزشی تخصصی برنامه ملی شهاب در سطح این استان خبر داد.

به گزارش ندای هرمزگان، مدیرکل آموزش و پرورش استان با بیان خیر آغاز دوره آموزشی تخصصی برنامه ملی شهاب در استان هرمزگان اظهار داشت: این دوره های آموزشی تخصصی جهت توانمندسازی و آشنایی آموزگاران با برنامه ملی شهاب در مناطق ۲۳ گانه آموزشی برگزار می شود. محمد قوبیل افزود: در راستای اجرای برنامه شناسایی و هدایت استعدادهای برتر دانش آموزان پایه های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی، استان هرمزگان برگزار می شود. وی خاطر نشان کرد: در استان حدود ۵۷۶۳ آموزگار در مدارس دوره دوم ابتدایی مشغول به خدمت هستند که بالغ بر ۲۰ درصد آنها ضمن شرکت دراین دوره تخصصی با فرایند شناسایی و هدایت استعدادهای برتر و ایجاد زمینه مناسب برای رشد و بالندگی آنها آشنا می شوند و پس از این دوره، شاهد ارتقاء مهارت های حرفه ای آموزگاران در اجرای مطلوب برنامه شهاب خواهیم بود.

## تکذیب واگذاری فوکر ۱۰۰ شرکت هواپیمایی کیش

**ندای هرمزگان – گروه خبر**

روابط عمومی شرکت هواپیمایی کیش فروش یکی از هواپیمایهای این شرکت را تکذیب کرد.

به گزارش ندای هرمزگان، روابط عمومی شرکت هواپیمای کیش طی اطلاعیه‌ای اعلام کرد: پیرو انتشار خبری نادرست مبنی بر فروش یک فروند هواپیمای فوکر ۱۰۰ شرکت هواپیمایی کیش به یکی از ایرانی‌های داخلی، ضمن تکذیب این خبر اعلام می‌دارد که این هواپیمای فوکر ۱۰۰ با شماره ثبت EP-LCQ هم اکنون در چرخه پروازی در حال خدمات رسانی است.

در ادامه این اطلاعیه آمده است: هواپیمای فوکر ۱۰۰ شرکت هواپیمایی کیش پس از مدتی زمین‌گیری با تامین موتور، قطعات مورد نیاز و انجام چک‌های ضروری، بار دیگر جهت تقویت ناوگان و استمرار فعالیت و خدمات رسانی به ناوگان فعال اضافه شده و هیچگونه نقل و انتقالی در خصوص این هواپیما انجام نشده است.

در این اطلاعیه اعلام شده که فوکر ۱۰۰ این شرکت صرفا با درخواست شرکت هواپیمایی کارون تعداد ۲ لگ پرواز تهران به جزیره خارک را انجام و مسافیرن را جابه جا کرده است.

**مدیرعامل شرکت فولاد هرمزگان در جشن سالگرد افتتاحیه این شرکت:**

# تولیدکننده ورق های خاص فولادی می شویم



داخلی و خارجی به خرید تختال از ما می‌شود.

مدیرعامل شرکت فولاد هرمزگان به مهم‌ترین برنامه شرکت در این سال‌ها یعنی اجرای طرح‌های توسعه‌ای پرداخت و

عطالله معروفخانی در مراسم جشن دوازدهمین سالگرد افتتاحیه شرکت فولاد هرمزگان، با اشاره به رکوردشکنی‌ها و دستاوردهای متعدد شرکت در سال جاری، بیان کرد: خوشبختانه در سال جاری توانستیم علی‌رغم همه مشکلات و محدودیت‌ها، به موفقیت‌های متعددی ازجمله، ثبت سه رکورد ماهیانه و چندین رکورد تولید روزانه تختال، رشد فروش و درآمد و افزایش قابل توجه سودآوری دست یابیم.

وی افزود: فولاد هرمزگان باکیفیت‌ترین تختال فولادی کشور را با درایت، دانش و تجربه کارشناسان و مدیران خود تولید می‌کند و این مهم باعث افزایش رغبت مشتریان

## بخشدار مرکزی شهرستان بندرعباس:

# با هر گونه ساخت و ساز غیر مجاز برخورد جدی می شود

و ساز غیرمجاز در بخش به صورت جدی برخورد خواهد شد .
بخشدار مرکزی شهرستان بندرعباس در بیان تاکید بر لزوم نظارت و برخورد دهیاران به هرگونه ساخت و ساز غیر مجاز افزود: نظارت و بازدید میدانی از روستاها یکی از وظایف اصلی دهیاران است.
ترابری تاکید کرد: هرگونه ساخت و ساز غیرمجاز و فاقد پروانه از سوی مبادی صدور پروانه در این بخش ممنوع بوده و با خاطیان

برابر قانون برخورد خواهد شد.

بخشدار مرکزی شهرستان بندرعباس در

پایان تصریح کرد: هرگونه قصور و کوتاهی در روند شناسایی، اطلاع رسانی و تشکیل پرونده در بخش ساخت و ساز غیرمجاز در سطح روستاها از سوی دهیاران پیگرد قانونی خواهد داشت، لذا دهیاران تمهیدات لازم را در جهت آگاهی به اهالی روستا در دستور کار قرار دهند.

و ساز غیرمجاز در بخش به صورت جدی برخورد خواهد شد .
بخشدار مرکزی شهرستان بندرعباس در بیان تاکید بر لزوم نظارت و برخورد دهیاران به هرگونه ساخت و ساز غیر مجاز افزود: نظارت و بازدید میدانی از روستاها یکی از وظایف اصلی دهیاران است.
ترابری تاکید کرد: هرگونه ساخت و ساز غیرمجاز و فاقد پروانه از سوی مبادی صدور پروانه در این بخش ممنوع بوده و با خاطیان

برابر قانون برخورد خواهد شد.

بخشدار مرکزی شهرستان بندرعباس در

پایان تصریح کرد: هرگونه قصور و کوتاهی در روند شناسایی، اطلاع رسانی و تشکیل پرونده در بخش ساخت و ساز غیرمجاز در سطح روستاها از سوی دهیاران پیگرد قانونی خواهد داشت، لذا دهیاران تمهیدات لازم را در جهت آگاهی به اهالی روستا در دستور کار قرار دهند.

برابر قانون برخورد خواهد شد.

بخشدار مرکزی شهرستان بندرعباس در بیان اینکه این مدرسه، اولین مدرسه اختصاصی و ویژه نابینایان استان هرمزگان است گفت امید داریم با ساخت آن بتوانیم گامی مهم در راستای خدمت رسانی به جامعه شریف روشن دلان استان برداریم.
بازاری، ساخت این مدرسه را با ظرفیت شش کلاس خواند و گفت: پس از ساخت تجهیز آن با مشارکت نوسازی مدارس استان صورت خواهد گرفت.

مداحان، شورای هیأت مذهبی و هیأت رزمندگان، انجمن تفریه، جامعه ایمانی مشعر همه و همه، شورای شبکه هیأت تشکیل داده‌اند که این جمع، همدل، جدی و هماهنگ به پیش می‌رود که امید است در سایه این همدلی، کارهای جدی‌تری رقم بخورد. البته این جمع، نیازمند همدلی و هماهنگی بیشتر است.

وی اذعان داشت: در آستانه میلاد حضرت

فاطمه زهرا سلام الله علیه، مداحان و ذاکرین اهل بیت علیهم السلام با رهبر معظم انقلاب اسلامی دیدار دارند که

مداحانی از استان هرمزگان نیز به این دیدار مشرف خواهند شد.

مداحان، شورای هیأت مذهبی و هیأت رزمندگان، انجمن تفریه، جامعه ایمانی مشعر همه و همه، شورای شبکه هیأت تشکیل داده‌اند که این جمع، همدل، جدی و هماهنگ به پیش می‌رود که امید است در سایه این همدلی، کارهای جدی‌تری رقم بخورد. البته این جمع، نیازمند همدلی و هماهنگی بیشتر است.

وی اذعان داشت: در آستانه میلاد حضرت فاطمه زهرا سلام الله علیه، مداحان و ذاکرین اهل بیت علیهم السلام با رهبر معظم انقلاب اسلامی دیدار دارند که مداحانی از استان هرمزگان نیز به این دیدار مشرف خواهند شد.

نداشتن توانایی در کنترل وسیله نقلیه ناشی از تخطی از سرعت مطمئنه از سوی راننده ۲ خودرو تشخیص داده شده است.

وی ادامه داد: براتر این آتش سوزی راننده

هر ۲ نسیان در داخل خودرو به واسطه

حریق فوت کردند که با همکاری عوامل

آتش نشانی اطفاء حریق انجام و جسد ۲

متوفی به سردخانه انتقال شد.

### مفقودی

خودروی نسیان وانت حامل سوخت، کنترل خودرو را به علت سرعت بالا و ناتوانی راننده در کنترل وسیله نقلیه به

دلیل حجم زیاد سوخت قاچاق در قسمت بار از دست داده و منحرف می‌شود و

باتوجه به حجم بالای سوخت و برخورد وانت نسیان دیگر دچار حریق می‌شود.

سرهنگ قاسمی اذعان کرد: علت این تصادف از سوی کارشناسان پلیس راه،

نداشتن توانایی در کنترل وسیله نقلیه ناشی از تخطی از سرعت مطمئنه از سوی راننده ۲ خودرو تشخیص داده شده است.

وی ادامه داد: براتر این آتش سوزی راننده هر ۲ نسیان در داخل خودرو به واسطه حریق فوت کردند که با همکاری عوامل آتش نشانی اطفاء حریق انجام و جسد ۲ متوفی به سردخانه انتقال شد.

مداحان، شورای هیأت مذهبی و هیأت رزمندگان، انجمن تفریه، جامعه ایمانی مشعر همه و همه، شورای شبکه هیأت تشکیل داده‌اند که این جمع، همدل، جدی و هماهنگ به پیش می‌رود که امید است در سایه این همدلی، کارهای جدی‌تری رقم بخورد. البته این جمع، نیازمند همدلی و هماهنگی بیشتر است.

وی اذعان داشت: در آستانه میلاد حضرت فاطمه زهرا سلام الله علیه، مداحان و ذاکرین اهل بیت علیهم السلام با رهبر معظم انقلاب اسلامی دیدار دارند که مداحانی از استان هرمزگان نیز به این دیدار مشرف خواهند شد.

نداشتن توانایی در کنترل وسیله نقلیه ناشی از تخطی از سرعت مطمئنه از سوی راننده ۲ خودرو تشخیص داده شده است.

وی ادامه داد: براتر این آتش سوزی راننده هر ۲ نسیان در داخل خودرو به واسطه حریق فوت کردند که با همکاری عوامل آتش نشانی اطفاء حریق انجام و جسد ۲ متوفی به سردخانه انتقال شد.

## ندای هرمزگان

#### هرمزگان

### بانوان شاغل در شهرداری قشم به

### مناسبت روز زن تجلیل شدند



**ندای هرمزگان – زهرا غفوری**

بانوان شاغل در شهرداری قشم در آستانه ولادت با سعادت حضرت فاطمه زهرا(س) و روز زن در همایش بصیرتی زنان انقلاب تجلیل شدند.

به گزارش ندای هرمزگان، میرداد میردادی در این آیین که در سالن همایش شهرداری قشم برگزار شد با تبریک ولادت حضرت فاطمه زهرا (س) و میلاد حضرت امام خمینی (ره) افزود: تمام کارکنان شهرداری نکین خلیج فارس به ویژه بانوان با نیرویی مضاعف در راستای خدمت رسانی و تحقق شعار سال جاری «مهار تورم و رشد تولید» گام بر می دارند.

وی در ادامه به جایگاه و نقش زن در جامعه و خانواده اشاره کرد و گفت: بانوان شاغل در این شهرداری باید با مطالعه زوایایی مختلف اخلاقی، شخصیتی، رفتاری و زندگی بزرگ بانوی اسلام از ایشان الگو و تاثیر بگیرند.

شهردار قشم اضافه کرد: بانوان شاغل باید نقش مادری و همسری خود را در خانواده به بهترین شکل ایفا کنند و مسایل کاری را با خود به خانه نبرند.

میردادی تصریح کرد: برای ارتقای نشاط بانوان شاغل در این شهرداری برنامه‌های زیارتی و تفریحی در دستور کار قرار دارد که تا پایان سال اجرایی خواهد شد.

در ادامه این همایش امام جمعه شهرستان قشم نیز با گرامیداشت سالروز ولادت حضرت فاطمه (س)، تصریح کرد: دشمن به دنبال تقدس زدایی از زن و مادر بودن است. حجت‌الاسلام والمسلمین غلامرضا حاجبی افزود: زن و مادر حقوق و تکالیفی دارند که بانوان باید حقوق و تکالیف خود را به خوبی بشناسند و به آن پایبند باشند.

وی خاطرنشان کرد: نقش بانوان به ویژه مادران در حوزه فرهنگی بسیار برجسته و موثر است.

امام جمعه شهرستان قشم گفت: ترویج فرهنگ وقف در امور بانوان یکی از ضرورت‌ها است که باید بیش از پیش مورد توجه قرار بگیرد.

در پایان این مراسم از تمامی بانوان شرکت کننده در این مراسم توسط امام جمعه و شهردار قشم به عنوان بانوی نمونه تجلیل به عمل آمد.

حضرت فاطمه (س) در بیستم جمادی الثانی سال پنجم بعثت در مکه دیده به جهان گشود، پدر بزرگوار ایشان حضرت محمد بن عبدالله (ص)، رسول گرامی اسلام، خاتم پیامبران الهی و برترین مخلوق خداوند و مادر بزرگوارشان حضرت خدیجه (س) از زنان بزرگ و شریف قریش است. نام مبارک آن حضرت، فاطمه است و زهرا، صدیقه، طاهره، مبارکه، بتول، راضیه، مرضیه از مشهورترین القاب و ام الحسن، ام الحسن، ام الائمه، ام اییها از جمله کنیه های ایشان است.

فاطمه، در لغت به معنی بریده شده و جدا شده می باشد و علت این نامگذاری بر طبق احادیث نبوی، آنست که پیروان حضرت فاطمه (س) به سبب او از آتش دوزخ بریده، جدا شده و برکنارند. سخاوت، شجاعت، بخشش، نرم خویی، سعه صدر، صبر و بردباری، خویشستنداری و نظایر آن بخشی از شخصیت ممتاز حضرت فاطمه (س) به شمار می رود.

این بانوی بزرگوار از چنان فضیلت ها و کمالاتی برخوردار بودند که رسول خدا (ص) در وصف ایشان فرمودند: «فاطمه سرور زنان جهانیان است».

ایشان همچنین همسری نمونه برای حضرت علی (ع) و صادی مهربان برای فرزندان خویش بودند و آنان را به گونه ای پرورش دادند که هر کدام با ایفای نقش بی نظیر خود، درس عزت، سربلندی، جهاد، مبارزه، ایثار، گذشت و نظایر آن را از خود به یادگار گذاشتند و برای مسلمانان اسوه و الگویی برجسته شدند.

## شورای حل اختلاف بخش بندرزک برترین شورای هرمزگان در انجام مصالحه شد

**ندای هرمزگان – گروه خبر**

رییس دادگستری شهرستان میناب در بازدید سرزده از شورای حل اختلاف بخش بندرزک گفت : این شورا در انجام پرونده‌های مصالحه برترین شورای حل اختلاف استان است.

به گزارش ندای هرمزگان، علی بلادر رییس دادگستری شهرستان میناب در حاشیه بازدید سرزده از شورای حل اختلاف بخش بندرزک این شهرستان در گفتگو با خبرنگار فارس اظهار داشت: این شورا یکی از مراکز مهم در انجام امور رسیدگی به پرونده‌های مربوطه است که در همایش برگزار شده در مورخ ششم دی ماه به عنوان شورای برتر در مصالحه پرونده ها تقدیر شد.

وی افزود: شورای بخش بندرزک در ۹ ماهه سال جاری ۲۵۴ پرونده وارده داشته است که در این مرکز رسیدگی و اقدامات لازم انجام شده است.

رییس دادگستری شهرستان میناب گفت: تعداد پروند های قابل سازش در این مرکز در ۹ ماهه سال جاری ۳۵۴ پرونده بوده که از این میان ۱۹۰ پروند به صلح و سازش ختم شده است.

بلادر کرددر این مرکز درصد مصالحه پرونده ها در ۹ ماهه سال جاری ۵۴ درصد است که این موضوع سبب شده است تا به عنوان برترین شورا در مصالحه پرونده ها شناخته شود.



## محیط زیست

## چگونه کمک به محیط زیست احساس بهتری در شما ایجاد می کند

به گزارش سلامت نیوز به نقل از وری ول مایند، تغییرات آب و هوایی تهدیدی است که به طور قابل توجهی بر هر یک از ما تأثیر می گذارد و خطراتی که محیط زیست را تهدید می کند، روز به روز نگران کننده تر می شود. اگر نسبت به تغییرات زمین احساس گناه، اضطراب، غم و عصبانیت می کنید، مطمئنا تنها نیستید. پاسخ این نیست که از دنیای طبیعی دوری کنید، بلکه رفتن به سمت آن است.

ارتباط با محیط می تواند به کاهش استرس و بهبود سلامت روان شما کمک کند. این مقاله به بررسی این موضوع می پردازد که چرا کمک به محیط زیست مهم است، مزایای مراقبت از زمین و راه‌هایی که می‌توانید در آن مشارکت داشته باشید.

**چرا کمک به محیط زیست زیست مهم است؟**

تغییرات آب و هوایی به نقطه خطر بی سابقه ای رسیده است. ما در سطح جهان شاهد افزایش دما، خشکسالی های گسترده و بلایای طبیعی شدید هستیم که همگی نشانه هایی از آسیب محیط هستند.

تغییر اقلیم یک موضوع فردی نیست، بلکه یک موضوع جمعی است که هر یک از ما را تحت تأثیر قرار می دهد. وقتی همه ما نقش خود را در کمک به محیط زیست انجام می دهیم، سلامت زمین خود را به سمت بهتری تغییر می دهیم.

علاوه بر این، کمک به محیط می تواند به ما کمک کند تا در میان پدیده ای که بسیار ترسناک و غیرقابل کنترل است، احساس کنترل و اختیار کنیم.

**چگونه محیط شما بر سلامت روان شما تأثیر می گذارد؟**

کمک به محیط زیست نه تنها برای زمین ما مفید است، بلکه برای سلامت روحی و جسمی ما نیز بسیار مفید است. هنگامی که ما به محیط زیست اهمیت می دهیم، اغلب درگیر دنیای طبیعی هستیم، چه بیرون رفتن برای تمیز کردن ساحل یا پرورش غذاي خود.

از طریق بیرون بودن و فعال شدن در طبیعت، می‌توانیم فواید سلامت روحی و جسمی را تجربه کنیم.

**چگونه طبیعت درمانی به سلامت روان شما کمک می کند**

وقتی صحبت از هدایت احساسات همراه با تغییرات آب و هوایی می شود، درگیر شدن در رفتارهای دوستدار محیط زیست می تواند در مدیریت احساسات دردناک موثر باشد. صرف زمان برای پرورش محیط زیست سالم می تواند به عنوان نوعی امید در نظر گرفته شود که برای حفظ سلامت روان ما بسیار مهم است. امید به ما پیشنهاد نمی کند که ما فقط آرزوی تغییر را داشته باشیم. در عوض، امید را یک فرآیند فعال است که در آن ما ایمان به توانایی تغییر از یک طریق درگیر شدن در رفتارهای دوستدار محیط زیست حفظ می کنیم.

در حالی که انتظار می رود احساسات پیچیده و چالش برانگیز در مورد تغییرات آب و هوایی داشته باشد، شروع به کار و یافتن راه حل می تواند بسیار مفید باشد.

**مزایای سلامت جسمانی**

تغییرات آب و هوایی برای سلامت جسمانی ما مضر است. آلودگی هوا، کاهش کیفیت غذا و آلودگی آب و استرس ، همگی تهدیدی برای سلامت جسمانی ما هستند. انجام اقدامات مثبت برای جبران تغییرات آب و هوایی می تواند به نوبه خود، تهدیداتی را که تغییرات محیطی برای سلامت جسمانی ما ایجاد می کند، کاهش دهد.

علاوه بر این، کشف راه‌هایی برای کمک به محیط زیست می‌تواند منجر به رفتارهای سالم شود. باغبانی یک فعالیت بدنی عالی است و پرورش غذای خود باعث افزایش مصرف میوه و سبزیجات می شود.

**بهترین اشکال ورزش برای بهبود خلق و خو**

بیرون رفتن برای سلامت روحی و جسمی ما فوق العاده مهم است. گذراندن زمان در طبیعت می تواند منجر به خستگی شناختی کمتر ، کاهش خطر ابتلا به بیماری های روانی ، بهبود خلق و خو و افزایش عزت نفس شود. حتی نور خورشید می تواند مزایای زیادی برای سلامت روان داشته باشد قرار گرفتن در معرض نور خورشید می تواند خستگی و علائم افسردگی را کاهش دهد.

وقتی صحبت از سلامت جسمانی می شود، فعالیت در فضای باز می تواند منجر به کاهش فشار خون، ضربان قلب و آدرنالین شود.

در نظر بگیرید که چگونه می‌توانید به بیرون بروید و به محیط زیست کمک کنید. به عنوان مثال، داوطلب شدن در یک حفاظتگاه طبیعی یا کمک به کاشت درخت با یک سازمان محلی، دو روشی است که می‌توانید به بیرون بروید و رفتاری دوستدار محیط‌زیست داشته باشید.

مطالعه جدید تأیید می کند که فعالیت های مبتنی بر طبیعت خلق و خو را بهبود می بخشد و اضطراب را محدود می کند.

**راه هایی برای کمک به محیط زیست**

همانطور که قبلا ذکر شد، امید نیاز به عمل دارد. با روحیه حرکت به سمت شفاي کره زمین و رفاه جوامعمان، یافتن راه هایی برای مشارکت در کمک به محیط زیست ضروری است.

**در زیر چند ایده وجود دارد:**

- به یک باغ اجتماعی بپیوندید: باغ های اجتماعی به ایجاد غذای سالم و کاهش استرس ناشی از انتقال غذا به محیط کمک می کنند.
- تا حد امکان از دوچرخه خود استفاده کنید، مخصوصاً برای مسیrehای کوتاه؛ مطالعات نشان می دهد که ۲۵ درصد از ترکبئات آلی فرار در چند مایل اول سفر منتشر می شود. سوار شدن بر دوچرخه می تواند به کاهش آلودگی هوا کمک کند.
- صرف خود را کاهش دهید: اگر مقدار زیادی غذا هدر می‌دهید یا تمایل به خرید مواردی دارید که هرگز استفاده نمی‌شوند، ببینید به کجا می‌توانید عادت‌های خود را تغییر دهید تا کمتر مصرف کنید. این در نهایت می‌تواند به شما کمک کند تا هزینه ها را نیز کاهش دهید و آن را به یک موفقیت برد-بردم تبدیل کنید.
- در نظر بگیرید که زمان یا پول خود را به سازمان‌های متمركز بر محیط‌زیست اهدا کنید.

رژیم غذایی سرشار از چربی، مواد قندی، نمک و کلسترول بالا در کنار بی‌تحرکی، استرس کنترل‌نشده و عصبانیت، خطر بروز بیماری قلبی را افزایش می‌دهد.

به گزارش ایسنا، تغذیه مناسب و سبک زندگی سالم نقش مهمی در حفظ سلامت قلب دارد از این رو با انتخاب هوشمندانه مواد غذایی می‌توان خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش داد.

در ادامه به نقل از «وب ام دی» به چند مورد از مواد غذایی که برای سلامت قلب مضرند، خواهیم پرداخت.

• **شکر، نمک، چربی**

با گذشت زمان مصرف مقادیر زیاد نمک، شکر، چربی های اشباع شده و کربوهیدرات های تصفیه شده خطر حمله قلبی یا سکته را افزایش می دهد. اگر نگران قلب خود هستید، بهتر است این خوردنی‌ها را از رژیم غذایی خود دور نگه دارید.

با این حال به جای تمرکز روی یک غذای مضر، عاقلانه‌تر این است که روی رژیم غذایی خود تمرکز کنید. اگر بیشتر از میوه‌ها و سبزیجات مفید برای قلب، غلات کامل، پروتئین بدون چربی و لبنیات کم‌چرب استفاده می‌کنید، همچنان این مواد غذایی را نیز می‌توانید به میزان متعادل و کنترل‌شده مصرف کنید.

• **بیکن**

بیش از نیمی از کالری بیکن از چربی اشباع شده است که می‌تواند لیپوپروتئین یا چگالی کم (LDL) یا کلسترول بد را افزایش دهد و احتمال حمله قلبی یا سکته را بیشتر کند. بیکن، پر از نمک است که فشار خون را بالا می برد و باعث می شود قلب سخت تر کار کند. مقادیر زیاد سدیم (بخش اصلی نمک) نیز می‌تواند منجر به سکته مغزی، بیماری قلبی و نارسایی قلبی شود. نگهدارنده های اضافه شده به بیکن نیز با این مشکلات مرتبط هستند.

• **گوشت قرمز**

خوردن بیش از حد گوشت گاو و … ممکن است احتمال ابتلا به بیماری قلبی و دیابت را افزایش دهد. ممکن است به این دلیل باشد که این گروه از مواد غذایی دارای چربی اشباع بالایی هستند که می‌تواند کلسترول را افزایش دهد. بنابر این توصیه می‌شود که مصرف گوشت قرمز خود را محدود و گوشت چرخ کرده بسیار کم چربی مصرف کنید.

• **نوشابه**

داشتن مقادیر کمی شکر اضافه مضر نیست اما یک قوطی نوشابه بیشتر از آنچه متخصصان برای یک روز کامل توصیه می کنند، قند افزوده دارد. افرادی که نوشابه می نوشند بیشتر وزن اضافه می کنند و احتمال چاقی و دیابت نوع ۲، فشار خون بالا و بیماری قلبی در آنها بیشتر است. در حالی که داده‌های علمی هنوز در مورد نوشیدنی های رژیمی مهم است، برخی تحقیقات آنها را با افزایش وزن و سکته مغزی مرتبط می کند.

• **شیرینی‌ها**

کوکسی ها، کیک ها و کلوچه ها را کمتر مصرف کنید. آنها معمولاً مملو از قند اضافه شده هستند که منجر به افزایش وزن می شود. آنها همچنین با سطوح بالاتر تری گلیسیرید مرتبط هستند و این فاکتور می تواند منجر به بیماری قلبی شود. ماده اصلی آنها معمولاً آرد سفید است که ممکن است قند خون را افزایش دهد و شما را بیشتر گرسنه کند.

• **گوشت های فرآوری شده**

هات داگ، سوسیس و … بدترین نوع گوشت ها برای قلب هستند. آنها مقادیر زیادی نمک دارند و بیشتر آنها حاوی چربی اشباع شده بالایی هستند. به جای گوشت‌های

## سلامت

# کدام مواد غذایی برای قلب مضرند؟



فرآوری شده می‌توانید از گوشت بوقلمون استفاده کنید با این حال در مصرف آن نیز زیاده‌روی نکنید.

• **برنج سفید، نان و پاستا**

برنج، نان، ماکارونی و تنقلات تهیه شده از آرد سفید فاقد فیبر، ویتامین ها و مواد معدنی سالم هستند. غلات تصفیه شده به سرعت به قند تبدیل می شوند که بدن شما آن را به عنوان چربی ذخیره می کند. رژیم غذایی سرشار از غلات تصفیه شده می تواند باعث ایجاد چربی شکم شود که مطالعات می‌گویند مرتبط با بیماری قلبی و دیابت نوع ۲ است. سعی کنید حداقل نیمی از غلات خود را از غلات کامل مانند برنج قهوه ای، جو دوسر و کندکامل تهیه کنید. هنگام خرید به دنبال عبارت ۱۰۰ درصد غلات کامل باشید.

• **پیتزا**

اگر پیتزا را به طرز صحیحی درست کنید می‌تواند سالم باشد، اما بیشتر پیتزاها دارای مقادیر زیاد سدیم، چربی و کالری هستند که همگی می‌توانند خطر حمله قلبی را افزایش دهند. در صورت سفارش پیتزا، پنیر کمتری بخواهید و از پیرونی یا سوسیس که پر از نمک هستند صرفنظر کنید. برای مصرف سالم‌ترین پیتزا، خودتان آن را درست کنید.

• **الکل**

مطالعات تایید می‌کند که نوشیدن الکل منجر به فشار خون بالا، نارسایی قلبی، سکته مغزی و افزایش وزن می شود.

• **کره**

کره، سرشار از چربی اشباع شده است که می‌تواند کلسترول بد را افزایش دهد و احتمال بیماری قلبی را تشدید کند. بهتر است کره را با روغن زیتون یا روغن های گیاهی جایگزین کنید.

• **ماست طعم دار و پرچرب**

ماست می تواند یک منبع فوق العاده برای دریافت مواد مغذی باشد و خوردن منظم آن ممکن است از شما در برابر فشار خون بالا محافظت کند اما مراقب نوع خرید خود باشید. ماست‌های طعم‌دار مملو از قند اضافه‌شده هستند که با افزایش وزن، فشار خون بالا، التهاب و بیماری‌های قلبی ارتباط دارد. برای سالم‌ترین انتخاب، ماست کم‌چرب ساده تهیه کنید.

• **سیب‌زمینی سرخ‌کرده**

سیب زمینی های سرخ شده رستوران ها و فست فودها چربی و نمک زیادی دارند که خیر بدی برای قلب شمامست. داده‌های یک مطالعه نشان داد افرادی که دو تا سه بار در هفته سیب زمینی سرخ کرده می‌خورند، احتمال مرگ زودهنگام بیشتری دارند. اگر قصد مصرف سیب زمینی سرخ کرده دارید، سعی کنید آن را با دیگران سهیم شوید و مقدار کمی از آن مصرف کنید. همچنین سعی کنید خودتان در خانه سبب زمینی سرخ کرده را با استفاده از روغن زیتون تهیه کنید.

• **مرغ سوخاری**

سرخ کردن مرغ، کالری، چربی و سدیم را به یک غذای سالم اضافه می کند. مطالعات، غذاهای سرخ شده را با دیابت نوع ۲، چاقی و فشار خون بالا مرتبط دانسته‌اند که

همگی احتمال نارسایی قلبی را افزایش می‌دهند. می‌توانید به جای سرخ کردن مرغ آن را در فر بپزید.

• **سوپ کنسرو شده**

سوپ می تواند راهی آسان برای دریافت سبزیجات، پروتئین و فیبر بیشتر باشد. اما مراقب مواد ناسالم باشید. سوپ کنسرو شده اغلب مقدار زیادی سدیم دارد که می تواند باعث فشار خون بالا، حمله قلبی، سکته مغزی و نارسایی قلبی شود. هر سوپ خامه ای دارای چربی اشباع شده ناسالم است. اگر سوپ آماده می‌خرید، برچسب آن را برای حداقل نمک و چربی بررسی کنید.

• **سس**

مواد اصلی سس‌ها، نمک و شکر است. این باعث می شود چربی، سدیم و کالری بالایی داشته باشند. هیچ کدام از اینها برای قلب خوب نیست. سس‌های دست‌ساز خانگی گزینه‌های سالم تری هستند.

• **بستنی**

بستنی هم سرشار از قند، کالری و چربی اشباع شده است، بنابراین آن را همیشه مصرف نکنید. خوردن غذاهای مملو از چربی و قند منجر به افزایش وزن می شود. همچنین می‌تواند تری گلیسیرید را افزایش دهد و منجر به حمله قلبی شود. برچسب روی بستنی ها را برای حداقل میزان قند و چربی اشباع بررسی کنید.

• **چیپس سیب زمینی**

چیپس سیب زمینی یکی از غذاهایی است که بیشتر به افزایش وزن منجر می‌شود. چیپس نه تنها مملو از چربی اشباع شده است بلکه با نمک نیز آغشته شده که با بیماری قلبی مرتبط است. سعی کنید کمتر چیپس مصرف کنید زیرا آنها فقط شما را دوباره گرسنه خواهند کرد.

علائم اولیه بیماریهای قلبی شامل احساس گیجی، خستگی، تنگی نفس، عرق سرد و سردرد است. کارشناسان توصیه می‌کنند در صورت بروز این علائم ضروری است ندرمیا و تعادل مد نظر در عرضه و تقاضا، بوجود آمده و از این به بعد دیگر شرایط پایدار است.

سختگوی سازمان غذا و دارو گفت: مردم می‌توانند جهت خرید شیرخشک بدون دغذغه با در دست داشتن کد ملی کودک‌شان به داروخانه‌ها مراجعه کنند. همچنین تاکید می‌کنیم که تنها محل مجاز برای دریافت شیرخشک، داروخانه است و از نظر سازمان غذا و دارو هیچ محلی به جز داروخانه برای دریافت شیرخشک معتبر نیست.

وی همچنین در پاسخ به سوالی درباره نبود احتمالی شیرخشک در برخی داروخانه‌ها و چگونگی اطلاع‌رسانی مردم، گفت: مردم در استان‌های مختلف می‌توانند با تماس یسا مراجعه حضوری به معاونت‌های غذا و دارو در استان‌ها موارد احتمالی را گزارش دهند. دستور داده شده که به محض دریافت گزارش، پیگیری جدی انجام و برنامه توزیع انجام شود.

سختگوی سازمان غذا و دارو همچنین گفت: طی ۱۰ روز اخیر گزارشی از کمبود شیرخشک در داروخانه‌ها نداشتیم.

## خبر

**سختگوی سازمان غذا و دارو:**

## تعادل عرضه و تقاضا به بازار شیر خشک بازگشت



سختگوی سازمان غذا و دارو با بیان اینکه به دنبال اقدامات انجام شده، تعادل عرضه و تقاضا به بازار شیرخشک بازگشته و اکنون شرایط پایدار است، در عین حال تاکید کرد که تنها محل معتبر عرضه شیرخشک، داروخانه است.

به گزارش ایسنا، دکتر سجاد اسماعیلی ضمن توضیح اقدامات انجام شده جهت رفع کمبود شیرخشک طی ماه‌های گذشته، گفت: در یک ماه و نیم‌ اخیر مانور بازرسی و نظارتی خوبی نیز از شرکت‌های توزیع کننده در استان‌ها و همچنین از داروخانه‌ها داشته‌ایم. به دنبال این بازرسی‌ها در صورتی که مشخص می‌شد موجودی شیرخشک در شرکت‌های پخش به حد معمولی رسیده، همتاجا برنامه توزیع برای داروخانه‌ها با همکاری مدیر شرکت مربوطه و از سوی بازرسان سازمان غذا و دارو صورت گرفته است.

وی افزود: این امر سبب شد که توزیع با سرعت بیشتری صورت گیرد و بر همین اساس هم در آذر ماه به توزیع ۱۲ میلیون و ۰۰۰هزار قوطی شیرخشک رسیدیم.

بنابراین دیگر مشکلی در بازار شیرخشک نداریم.

اسماعیلی با تاکید بر اینکه تولیدگان داخلی به صورت دو شیفت و بعضا سه شیفت فعالند، افزود، همچنان روزهای تعطیل نیز برنامه توزیع شیرخشک برقرار است. بر همین اساس و به دنبال اقدامات انجام شده، اکنون دیگر مشکلی نداریم و تعادل مد نظر در عرضه و تقاضا، بوجود آمده و از این به بعد دیگر شرایط پایدار است.

سختگوی سازمان غذا و دارو گفت: مردم می‌توانند جهت خرید شیرخشک بدون دغذغه با در دست داشتن کد ملی کودک‌شان به داروخانه‌ها مراجعه کنند. همچنین تاکید می‌کنیم که تنها محل مجاز برای دریافت شیرخشک، داروخانه است و از نظر سازمان غذا و دارو هیچ محلی به جز داروخانه برای دریافت شیرخشک معتبر نیست.

وی همچنین در پاسخ به سوالی درباره نبود احتمالی شیرخشک در برخی داروخانه‌ها و چگونگی اطلاع‌رسانی مردم، گفت: مردم در استان‌های مختلف می‌توانند با تماس یسا مراجعه حضوری به معاونت‌های غذا و دارو در استان‌ها موارد احتمالی را گزارش دهند. دستور داده شده که به محض دریافت گزارش، پیگیری جدی انجام و برنامه توزیع انجام شود.

سختگوی سازمان غذا و دارو همچنین گفت: طی ۱۰ روز اخیر گزارشی از کمبود شیرخشک در داروخانه‌ها نداشتیم.

## جراحی کاهش وزن به سلامت روان آسیب می‌رساند؟

پژوهش جامعی که توسط دانشگاه لوند و موسسه کارولینسکای سوئد انجام شده، تأثیرات طولانی‌مدت جراحی چاقی در جوانان را مشخص کرده است. به نقل از ساینس، در حالی‌که جراحی چاقی برای کاهش وزن قابل‌توجه و پایدار، موثر است اما به‌طور شگفت‌انگیزی منجر به بهبود سلامت روان این افراد نمی‌شود.

این پژوهش به دلیل مقیاس و مدت‌زمان انجام آن قابل توجه است و شامل همه افراد جوان در سوئد می‌شود که بین سال‌های ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۷ تحت عمل جراحی چاقی قرار گرفتند. استفاده از داده‌های ثبت‌شده امکان تجزیه و تحلیل گسترده و مقایسه با سایر گروه‌های اجتماعی را فراهم کرده است.

یافته‌ی نگران‌کننده این است که این افراد جوان پنج سال قبل از انجام عمل جراحی به احتمال زیاد درمان مشکلات سلامت روان دریافت کرده‌اند.

محقق این پژوهش، دانشیار روان‌شناسی در دانشگاه لوند اظهار کرد: در حالی که مشکلات سلامت روان معمولاً بین سنین ۱۵ تا ۲۱ سالگی افزایش می‌یابد، این گروه خاص در مقایسه با همسالان خود افزایش سریع‌تری در نیاز به درمان نشان دادند.

مارتین نئویوس، پروفیسور اپیدمیولوژی بالینی در موسسه کارولینسکا بیان کرد: اگرچه جراحی چاقی، سلامت روان را بدتر نمی‌کند اما بهبودی نیز به همراه ندارد.

مورد نگران‌کننده‌ی این پژوهش، افزایش تشخیص‌های وابستگی به‌ویژه به الکل در گروه مورد بررسی پس از جراحی بود. این افزایش هم در مقایسه با وضعیت قبل از عمل جراحی و هم در جمعیت عمومی جوانان مشاهده شد.

این پژوهش به‌عنوان بزرگترین پروژه تحقیقاتی طولانی‌مدت در سراسر جهان است و جوانانی را که تحت عمل جراحی چاقی قرار گرفته‌اند، بررسی می‌کند. یافته‌های آن نیاز به رویکردی جامع‌تر در درمان چاقی در جوانان را نشان می‌دهد که نه تنها جنبه‌های سلامت جسمی بلکه جنبه‌های سلامت روان را نیز در نظر می‌گیرد.

این پژوهش بر اهمیت مراقبت و حمایت همه‌جانبه از افراد جوانی که تحت چنین رویه‌های پزشکی تغییردهنده زندگی هستند، تاکید می‌کند.

نتایج پژوهش کنونی در نشریه The Lancet Child & Adolescent Health منتشر شده است.





### جهان

**وقوع زلزله ۷.۴ ریشتری در ژاپن؛**

**هشدار سونامی صادر شد**



زمین لرزه‌ای با قدرت اولیه ۷.۴ ریشتر بخش‌هایی از ژاپن را لرزاند.

به گزارش ایسنا به نقل از ژاپن تایمز، ژانسن هواشناسی ژاپن هشدار سونامی در مناطق ساحلی استان های

«ایشییکاوا»، «نیگاتا» و «تویاما» صادر کرده است.

برخی رسانه‌های ژاپنی اعلام کردند که دو زلزله با فاصله چند دقیقه رخ داده که یکی از آنها نیز حدود ۵ ریشتر بوده است.

تاکنون گزارشی در مورد خسارات یا تلفات این زمین لرزه منتشر نشده است.

### طوفان در کالیفرنیا؛ ادامه ناپایداری

### جوی و هشدار سیل در لس آنجلس

طوفان شدید اقیانوسی طی روزهای اخیر در سواحل کالیفرنیا ی آمریکا، موج‌های عظیمی را به همراه داشته و به گفته کارشناسان، ارتفاع برخی امواج به ۱۰ متر می‌رسد.

به گزارش ایسنا به نقل از دویچه وله، با ادامه این شرایط جوی، دستور تخلیه برای برخی مناطق و هشدار سیل در لس‌آنجلس صادر شده است.

سرویس ملی هواشناسی در لس‌آنجلس نسبت به وقوع سیل در این منطقه هشدار داده که می‌تواند خطر غرق شدن یا آسیب‌های جدی به برخی از ساختمان‌ها و تجهیزات را نیز به همراه داشته باشد.

در میان این مناطق، شهر «ونچورا» در حدودا ۱۰۵ کیلومتری لس‌آنجلس بیش از سایر مناطق تحت تأثیر این طوفان قرار گرفته و آسیب‌های بیشتری دیده است. موج‌های بلند در این شهر به شماری از خانه‌ها و ساختمان‌های تجاری آسیب‌های جدی وارد کرد و باعث ویرانی اقامتگاه‌های تفریحی در سواحل شد.

در ونچورا دستور تخلیه اقامتگاه‌ها صادر شده و سواحل آن از پذیرش عموم منع شده‌اند. از این شهر تصاویری در شبکه‌های منتشر شده که نشان می‌دهد آب، شماری از خودروها را با خود می‌برد.

مناطق ساحلی در کالیفرنیا از روز پنج‌شنبه شاهد شرایط جوی ناپایدار، بارندگی شدید و طوفان بوده به طوری که ساکنان در برخی از این سواحل با موج‌های بلندی روبرو شدند.

طبق گزارش‌ها، ارتفاع برخی از این موج‌ها به هشت تا ۱۰ متر می‌رسد و شماری از رسانه‌ها و کاربران در فضای مجازی، این موج‌ها را «آخرالزمانی» توصیف کرده‌اند.

آنگونه که در شماری از تصاویر و ویدئوها دیده می‌شود، بسیاری از خانه‌ها و ساختمان‌ها دچار آب گرفتگی شده‌اند.

روز شنبه مقامات مسئول در کالیفرنیا بار دیگر از ساکنان در این مناطق خواستند تا از سواحل فاصله بگیرند و دستور تخلیه برخی از مناطق نیز صادر شد.

طبق گزارش‌ها تا کنون هشت نفر مجروح شده‌اند.

هنوز برآورد دقیقی از میزان خسارت مالی بر اثر وقوع این شرایط منتشر نشده است.

همچنین شماری از کارشناسان پیش‌بینی می‌کنند که این وضعیت ناپایدار دست کم تا اواخر ادامه خواهد داشت.

گرم شدن زمین از جمله دلایل اصلی در ایجاد شرایط ناپایدار جوی است که به بروز طوفان‌های شدید به ویژه در سواحل می‌انجامد.

طی سال گذشته میلادی (۲۰۲۳) مناطق مختلفی از کره زمین به دلیل تغییرات اقلیمی تحت تأثیر شرایط نامساعد آب و هوایی از جمله طوفان، سیل، خشکسالی و ... قرار گرفتند که خسارتی زیادی برجای گذاشت و جان هزاران نفر را نیز گرفت.



### تاریخ‌شان

(روزنامه سیاسی ، اجتماعی ، فرهنگی )

تأسیس: ۱۳۷۰

صاحب امتیاز و مدیرمسئول:

غلامحسین عطایی دریایی

سرمدیر: خلیل بزرگمهر

دیرسیاسی: نورا عطایی

دیر خبر: مرزیه دشتی

دیر طنز: راشد نصاری

دیر ورزش : شهناز خوش

دیر سرویس خانواده: محمد قاراگراییان

دیر اجتماعی: کاظم گلشنی

نمایندگی حوزه بشاگرد زینب نورالدینی

نمایندگی حوزه قشم: زهرافغوری

نمایندگی حوزه جاسک: عبدالمجید مرادی

نمایندگی حوزه خمیر: اسماعیل جیبا

نمایندگی حوزه پارسبان: توکلی

نمایندگی حوزه حاجی آباد : کرمانی

روابط عمومی: ساحل عطایی دریایی

نمایندگی تهران : ۰۲۱۸۸۵۶۶۶۳۰

حرف‌نگاری و صفحه‌آرایی : ندای هرمزگان

سایپخانه و لیتوگرافی: مهدوی کرمان

سازمان آگهی‌ها: ۰۲۲۴۱۵۱۵ – ۲۲۴۴۲۸۸۸

نمابر: ۲۲۴۱۱۱۷

## حوادث

## سرنوشت اسرار آمیز یک فست فودی !



**دو روایت عجیب**

مرد دستگیر شده در بازجویی ها ادعای عجیبی را مطرح کرد و گفت: چند روز قبل در یکی از خیابان های جنوبی تهران در حال عبور بودم که چشمم به گوشی موبایل افتاد و آن را برداشتم. ابتدا تصمیم گرفتم تلفن همراه را به مغازه ای تحویل دهم اما بعد پشیمان شدم و تصمیم گرفتم تلفن همراه را به مالخری بفروشم. به همین دلیل تلفن همراه را برای دقایقی روشن کردم تا متوجه شوم سالم است یا نه. وقتی مطمئن شدم سالم است آن را به مالخر فروختم!

## شیوه جدید کلاهبرداری از بیکاران!

کلاهبردارهای اینترنتی اگر تا حالا با تبلیغات محصولات مختلف و برنده شدن در مسابقه حساب دیگران را خالی می‌کردند، حالا در شگرذ جدید خودشان، به آگهی استخدام رسیده‌اند و قصدشان سرکسبه کردن کسانی است که به‌دنبال کار هستند.

به گزارش همشهری آنلاین، خیلی‌ها برای پیدا کردن یک کار مناسب سراغ سایت‌های کاربایی می‌روند و اگر برایشان پیامکی در این زمینه بیاید، شاید متوجه فیک بودن آن درنهایت همان مقدار پولی هم که دارند،

## قتل فجیع زن تنها بخاطر یک مشت طلا



زنی سالخورده در خانه اش به قتل رسیده

است.

هنوز به درستی معلوم نبود که در پشت پرده این جنایت چه کسی قرار دارد اما برای افسران پلیس مسجل شده بود که انگیزه قاتل سرقت است. با ادامه تحقیقات میدانی یکی از همسایه‌های مقتول گفت روز حادثه پسر جوانی را هنگام ورود به خانه مقتول دیده است.
آنطور که او می‌گفت مقتول در را برای او باز کرده بود و آنها به ظاهر یکدیگر را می‌شناختند. این شاهد مشخصات ظاهری این جوان را در اختیار مأموران قرار داد و با این سرنخ جستجوها برای شناسایی قاتل آغاز شد.

**قتل با انگیزه سرقت**

چند روز از آغاز بررسی‌های پلیسی می‌گذشت که کارآگاهان به اطلاعاتی درساره عامل جنایت دست پیدا کردند. او جوانی معناد بود که در همان منطقه زندگی می‌کرد و شواهد به دست آمده نشان می‌داد که او در این جنایت دست دارد. به این ترتیب تنها مظنون پرونده دستگیر شد، او

## جنایت هولناک نوجوان ۱۴ ساله در کالیفرنیا

پسر ۱۴ ساله ای در کالیفرنیا به اتهام قتل

والدینش و زخمی کردن خواهرش دستگیر شد.

به نقل از سی ان ان، پلیس کالیفرنیا شب۲۷ دسامبر ۲۰۲۳، از طریق تماس تلفنی در جریان یک قتل خانوادگی قرار گرفت. در این تماس پسر نوجوانی ادعا کرد که یک فرد غریبه به خانه آنها در منطقه میراموته در شهرستان فرسنو کالیفرنیا وارد شده و قبل از فرار با یک وانت به والدین و خواهرش حمله کرده است. پلیس بلافاصله به محل جنایت رفت و تحقیقات را آغاز کرد. اما آنچه پلیس می‌دید با گزارشی که به آنها داده شده بود کاملاً فرق داشت.

پلیس در بررسی‌هایش اجساد پدر و مادر پسر نوجوان را در حالی پیدا کرد که هر دو مورد هدف گلوله قرار گرفته و کشته شده بودند و اجسادشان به فاصله کمی از هم در اتاق



می‌رود توی جیب دزدان اینترنتی! با اینکه پلیس دائم در این زمینه هشدار می‌دهد اما همچنان عده‌ای در دام این سودجویان می‌افتند و کلاهشان برداشته می‌شود. این‌بار هم پلیس فتا با اینکه همیشه حواسش هست، اما هشدار داده که اگر

با توجه به اظهارات مرزوم و عجیب این مجرم، بازپرس دادسرای جنایی تهران، دستور بازداشت وی را صادر کرد. تحقیقات از او ادامه داشت تا اینکه وی دپروژ ادعای عجیب دیگری را مطرح کرد. وی گفت:چند وقت قبل برای انجام کاری به حاشیه تهران رفته بودم که در بیابان های آنجا با جسد خوئین مردی مواجه شدم. جسد متعلق به مردی جوان بود که تلفن همراهی هم کنارش افتاده بود. وسوسه شدم گوشی مرد مرده را سرقت کنم و آن را بفروشم. من در سرقت نقش دارم اما قاتل نیستم و اطلاعی درباره مرگ مرد جوان ندارم.

این متهم به دستور قاضی محمد مهدی براعه بازپرس شعبه سوم دادسرای جنایی تهران در اختیار مأموران اداره دهم پلیس آگاهی تهران قرار گرفته است و تحقیقات از او برای یکل معمای سرنوشت مرد گمشده ادامه دارد. از سوی دیگر مأموران دپروژ به دستور بازپرس به محلی که متهم ادعا کرده جسد رها شده بوده، اعزام شدند تا ببیند آیا جسدی با مشخصات مرد گمشده در بیابان کشف شده یا نه.

پيامکی برایتان آمد که حاوی لینک بود، جلوی خودتان را بگیرید و روی لینک نزنید چون معمولا این لینک‌ها یک نوع بدافزار است که حساب بانکی‌تان را خالی می‌کند.
ضمن اینکه این سارقان فقط از طریق پیامک دزدی نمی‌کنند و در شبکه‌های اجتماعی هم حضور فعال دارند در نتیجه موقع گشست زدن در این شبکه‌ها هم به هوش و گوش باشید که فریب پیج‌های فیک را نخورده و هیچ‌گونه مشخصاتی برایشان ارسال نکنید. اگر هم به مورد مشکوکی برخوردید، بلافاصله به پلیس فتا خبر بدهید تا دیگران هم در این تله گرفتار نشوند.

شرایط بود که قضات دادگاه وارد شور شدند و متهم را گناهکار تشخیص داده و با توجه به درخواست دادستان او را به پرداخت ديه محکوم کردند.

**ديه‌ای که به ارث رسيد**

مدتی از صدور حکم دادگاه گذشته و شوهر مقتول منتظر دریافت ديه بود؛ اما مدتی بعد او فوت شد. با فوت این مرد ديه همسرش به فرزندان او ارث می‌رسيد. این مرد بجز مقتول با زن دیگری نیز ازدواج کرده و از او صاحب فرزند بود. در این شرایط ديه همسر سابق پدرشان بعنوان ارثيه به آنها می‌رسيد. هرچند آنها به دنبال دریافت ديه بودند، اما قاتل پولی برای پرداخت کردن نداشت و او بلاتکليف در زندان مانده بود. در این شرایط بود که مسولان واحد اجرای احکام برای صلح و سازش در این پرونده اقدام کردند.

قاضی الهام پوردهقان فراشاه، سرپرست اجرای احکام دادگستری بندرعباس در این باره به همشهری گفت: همکارانم قاضی علیرضا بلاغي، رئیس شعبه اول اجرای احکام و کاظم شاهرخ‌نیا، عضو شوروی حل اختلاف زندان بندرعباس تلاش‌های زیادی برای ایجاد صلح و سازش در این پرونده انجام دادند. وراث ولی دم برای دریافت ديه اصرار داشتند اما با رایزنی‌های انجام شده وقتی متوجه شرایط محکوم شدند از دریافت ديه صرف نظر کردند. به این ترتیب او که مجازات به لحاظ جنبه عمومی جرم را نیز گذرانده بود از زندان آزاد شد.

که هويتش به دليل سنش فاش نخواهد شد، با دو اتهام قتل و یک اتهام تلاش برای قتل برای حمله مرگبار مواجه است.

خواهر او هنوز در بیمارستان است و انتظار می‌رود زنده بماند اما هنوز قادر به صحبت و فاش کردن هويت قاتل نیست. بر اساس این گزارش، نوجوان ۱۴ ساله در حال حاضر در یک مرکز نگهداری نوجوانان نگهداری می‌شود اما هنوز انگیزه او از تیراندازی به خانواده‌اش مشخص نشده است.



### هرمزگان ... گروه حوادث

### دستگیری ۱۱۰ خرده فروش ، توزیع

### کننده و کشف قریب به ۲ تن مواد



با تلاش همه جانبه مأموران انتظامی استان ۱۱۰ توزیع کننده و خرده فروش مواد مخدر دستگیر و قریب به ۲ تن مواد مخدر کشف و ضبط شد.

فرمانده انتظامی استان هرمزگان در مصاحبه خبری و تلویزیونی با خبرنگاران در حاشیه بازدید از نمایشگاه نمونه کشفیات مواد مخدر در استان، بیان داشت: در حوزه استانی ما هم یکی استان‌هایی که در بحث مقابله با مواد مخدر از اهمیت خاصی به جهت همجواری بااستان سیستان و بلوچستان و همچنین مرز آبی که داریم توی این حوزه به عنوان یکی از استان های محوری هستیم .

وی افزود: در بحث عناصر اصلی چون این استان یک استان مهمان پذیر است و شرایط آب هوایی خاصی که در نیمه دوم سال دارد بحث خروده فروشان و حضور متعادلین و متجاهر که چهره شهری به بد جلوه میدهد یکی از استان هایی هستیم که در این حوزه باید توجه خاصی داشته باشیم.

این مقام انتظامی استان اظهار داشت: بر همین اساس با تبعیت از تدابیر فرماندهی انتظامی کل ابلاغ شده ما در دو محور اصلی و همچنین جمع آوری معنادان متجاهر و برخورد با خروده فروشان در محور مقابله با مواد مخدر قرار گرفته و هم بعنوان مسئول کمیته مقابله با مواد مخدر در استان این رسالت را بر عهده داریم که ضمن حمایت ، پشتیبانی و ساماندهی از این کمیته، توان و تلاش خود را دراین حوزه متمرکز کنیم .

سردار جاویدان خاطر نشان کرد: بر همین اساس با تلاش همه جانبه در ۲۴ ساعت گذشته ضمن اجرای ۶۲ طرح پاکسازی مناطق آلوده در قالب طرح محله محور آرامش در شهر تمداد ۱۱۰ خرده فروش و توزیع کننده مواد مخدر شناسایی ودستگیر و قریب به ۲ تن مواد مخدر کشف و ضبط شده است.

فرمانده انتظامی استان هرمزگان با اشاره به جمع آوری ۶۲۸ معناد متجاهر و بلامکان افزود: در این طرح ۵ باب منزل و عطاری بدلیل تخلف صنفی و توزیع مواد روان گردان شناسایی و با هماهنگی قضایی پلمپ شدند.

### شناسایی و توقیف کامیون حامل سوخت قاچاق در بندرعباس



فرمانده انتظامی استان از کشف ۳۰ هزار لیتر سوخت قاچاق در شهرستان بندرعباس خبر داد.

به گزارش ندای هرمزگان، سردارعلی اکبر جاویدان گفت: در ادامه طرح مقابله با قاچاق فرآورده های نفتی، مأموران انتظامی ایستگاه بازرسی شهید مرزایی بندرعباس حین کنترل خودروهای عبوری محور مواصلاتی لاین ورودی بندرعباس به یک دستگاه کامیون تانکردار مشکوک شده و جهت بررسی خودرو را متوقف کردند.

این مقام ارشد انتظامی استان افزود: مأموران در بازرسی از کامیون مورد نظر مقدار ۳۰ هزار لیتر گازوئیل قاچاق کشف کردند.

وی ارزش این محموله قاچاق کشف شده را برابر اعلام نظر کارشناسان اقتصادی ۱۲ میلیارد ریال عنوان کرده و اظهار داشت: در این رابطه یک متهم دستگیر و جهت سیر مراحل قانونی به مراجع قضائی معرفی شد.

فرمانده انتظامی هرمزگان بیان داشت: قاچاق، پدیده شومی است که آسیب های فراوانی به اقتصاد جامعه وارد کرده و مانی برای رشد تولید است، لذا پلیس با تمام توان با این پدیده مقابله می کند.

### کشف قطعات کامپیوتر در بستک

فرمانده انتظامی استان گفت: با هوشیاری مأموران انتظامی شهرستان بستک یک خودرو مسئوری با ۱۲ میلیارد ریال قطعات کامپیوتر شناسایی و توقیف شد.

به گزارش ندای هرمزگان، سردارعلی اکبر جاویدان در تشریح این خبر بیان داشت: مأموران انتظامی پاسگاه جناح شهرستان بستک حین گشت زنی در یکی از محورهای فرعی شهرستان به خودرو پژو با سه سرنشین مشکوک شد و دستور توقف دادند.

وی افزود: راننده خودرو بدون توجه به دستور مأموران اقدام به فرار کرد که پس از تعقیب و گریز طولانی متوقف و دربازرسی از داخل آن ۶۰ دستگاه کیب و ۹دستگاه قطعات کامپیوتر قاچاق کشف و ضبط کردند. فرمانده انتظامی استان هرمزگان ارزش مالی این محموله را بنا به اعلام نظر کارشناسان اقتصادی ۱۲ میلیارد ریال عنوان کرده و اظهار داشت: در این رابطه یک متهم دستگیر شد .