



مدیرکل زندان‌های چهارمحال و بختیاری،  
خانواده زندانیان اولین قربانیان  
جرم‌هستند

صفحه ۲



رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی چهارمحال و بختیاری،  
سند استانی تحقق شعار سال در چهارمحال  
و بختیاری تدوین شد

صفحه ۳

### اول دفتر

#### پرونده‌ای که باید دیده شود

• قاسم غفوری •

هشت ماه از نسل کشی و قتل عام فلسطینی‌ها توسط رژیم صهیونیستی و حامیانش می‌گذرد در حالی که در اقدامی قابل توجه، مجمع عمومی سازمان ملل قطعنامه‌ای را با ۸۴ رای مثبت تصویب کرد که ۱۱ جولای (ژوئیه) هر سال را به عنوان روز بزرگداشت نسل کشی سال ۱۹۹۵ سربرنیتسا در بوسنی که گفته می‌شود توسط صربها قتل عام شده‌اند، تعیین کرد. این اقدام از سوی مجمع عمومی در حالی صورت گرفته است که در باب آن به چند نکته می‌توان توجه داشت.

نخست آنکه این اقدام هر چند توجه دیر هنگام سازمان به نسل کشی ۸ هزار مسلمان می‌باشد اما می‌تواند سرآغازی برای توجه جهانی به نسل‌کشی‌هایی باشد که حداقل در طول یک قرن گذشته در عرصه جهانی روی داده است که به خاطر سلطه قدرت‌های بزرگ بر نهادهای بین‌المللی از توجه به آن خودداری شده است.

نسل کشی بومیان کانادا توسط دولت‌مردان انگلیس و کانادا که به مدت یکصد سال تا سال ۱۹۹۶ ادامه داشته که یافت شدن گورهای دسته جمعی ۱۵۰ هزار کودک بومی کانادایی قربانی این نسل‌کشی نمودی از آن است.

« ادامه در صفحه ۲ »

# ۲ سال و ۹ ماه خدمت برای گشودن گره‌های قدیمی در بام ایران

کشور می‌پرداخت، بلکه روح امید را در دل‌های مردم کاشت، رئیس جمهور شهید هم‌چون باغبانی دلسوز به دنبال رشد و بالندگی کشور بود و با هر قدم و تصمیم سعی در بهبود زندگی هم‌نوعان خود داشت.

• متن کامل در صفحه ۲

دولت سیزدهم انتخاب کردند که از همان ابتدا خدمت به مردم ایران به‌ویژه محرومان را در اولویت قرار داد، رئیس جمهورمان خستگی‌ناپذیر به حل مشکلات می‌پرداخت.

رئیس جمهور شهید با قلبی پر از عشق و امید به میدان آمد تا به مردم خدمت کند و با اقدامات جهادی خود نه تنها به آبادی

جمهور شهید «آیت‌الله سید ابراهیم رئیسی» در راه خدمت به مردم این سرزمین به آسمان‌ها پرکشید، هنوز شاید منتظر تکذیب این خیر از رسانه‌های جمعی هستیم، اما باید کم کم با خادم ملت ایران خداحافظی کنیم.

در خردادماه سال ۱۴۰۳ مردم ایران شخصی را به‌عنوان رئیس

اقدامات جهادی رئیس‌جمهور شهید در مناطق محروم کشور، الهام‌بخش نسل‌های آینده برای خدمت به وطن شد، شهادت آیت‌الله رئیسی در راه خدمت به مردم نهایت ایثار و فداکاری بود و همواره چراغ راهی برای ما خواهد درخشید.

هنوز باورمان نشده است که خادم‌الرضای ایران و رئیس



## چالش تفکیک زمین‌ها با متر اژبالا

گرفتاری مردم در دادگاه و شهرداری برای تفکیک زمین‌های با متر اژبالا خود، از یک سو و رها کردن این اراضی در بافت‌های فرسوده شهری و تراکم بالای خانه‌های قدیمی از سوی دیگر باعث بروز مشکلات عدیده‌ای شده است.

ماده ۱۰۱ ادارات ثبت اسناد و املاک و حسب مورد دادگاه‌ها موظفند در موقع دریافت تقاضای تفکیک یا افزایش اراضی واقع در محدوده و حریم شهرها، از سوی مالکین، عمل تفکیک یا افزایش را براساس نقشه‌ای انجام دهند که قبلاً به تأیید شهرداری مربوط رسیده باشد. نقشه‌ای که مالک برای تفکیک زمین خود تهیه نموده و جهت تصویب در قبال رسیدن، تسلیم شهرداری می‌نماید، باید پس از کسر سطوح معابر و قدرالسهم شهرداری مربوط به خدمات عمومی از کل زمین، از طرف شهرداری حداکثر ظرف سه ماه تأیید و کتبا به مالک ابلاغ شود.

بعد از انقضای مهلت مقرر و عدم تعیین تکلیف از سوی شهرداری مالک می‌تواند خود تقاضای تفکیک یا افزایش را به دادگاه تسلیم نماید.

• متن کامل در صفحه ۳

### یادواره سرداران شهید زال و نجف یوسف‌پور و شهدای بخش ناغان با عنوان:

## "شهداء صادق‌ترین پیروان امام و ولایت"



سخنران: یکی از شخصیت‌های کشور

زمان: پنجشنبه ۱۷ خردادماه ۱۴۰۳ ساعت ۵ تا ۷ بعدازظهر

مکان: مسجد جامع

### احزاب و جبهه‌ها، شعور و بلوغ سیاسی خود را نشان دهند



فرهاد خادمی

ثبت نام ریاست جمهوری در کشور «ماهیة مضحکه و خنده» خاص و عام شود؟! و هر کسی از پایین‌ترین اقشار جامعه تا بالاترین آن‌ها در خود احساس «تکلیف» می‌کند برای «پریزیدنت» شدن!

بعد از گذشت ۴۵ سال از پیروزی انقلاب اسلامی از گروه‌ها و جریان‌های سیاسی باسابقه و شناسنامه دار، آیا نباید پرسید این جماعت که همواره شورای نگهبان را سد راه حضورشان در عرصه انتخابات می‌دانند، چرا خودشان یک یا دو نفر را به عنوان نامزد اصلی و مورد حمایت‌شان به افکار عمومی معرفی نمی‌کنند تا شاهد «حضور فله‌ای» و پر تعداد نامزدها نباشیم؟

سوال مردم این است چرا این احزاب و گروه‌ها قاعده بازی را بلد نیستند که بعد است ندانند و خودشان عملاً به این هرج و مرج ثبت نام‌ها دامن می‌زنند. مردم می‌پرسند وقتی اصلاح طلبان، اصولگرایان، اعتدلیون و برخی جبهه‌های سیاسی معروف و استخواندار کشور خودشان قواعد معرفی نامزد اصلاح را رعایت نمی‌کنند چگونه انتظار دارند شورای نگهبان «نامزدهای فله‌ای» را تأیید کند؟

بنظر می‌رسد در این برهه زمانی که کشور و مردم در شرایط نابسامان اقتصادی هستند و تورم و گرانی‌های سرسام‌آور در سفره مردم باعث دلزدگی و یأس آن‌ها از سیاست و سیاست بازی شده است (لطفاً حضور میلیون‌ها مردم ایران در مراسم عزاداری شهدای کشور را به پای استقبال مردم از عرصه سیاست نگذارید این حضور رابطه دلی و اعتقادی آن با شاعران دینی و مذهبی‌شان بوده و هست و دلیل بر طرفداری و حمایت از نامزد خاصی نیست) باید احزاب و گروه‌های سیاسی بلوغ و شعور اجتماعی و سیاسی خود را به منصفه‌طور بگذارند و این فضای ایجاد شده را فرصتی برای رعایت و اجرای قوانین و قاعده‌های تحزب و تحزب‌گرایی بدانند تا این رسم و روش در جامعه نهادینه شود.

بر آتم که در این دوره از انتخابات شورای محترم نگهبان بیش از ۶ نفر را تأیید نخواهد کرد. انتخابات تیر ماه ۱۴۰۳ با همه انتخابات کشور تفاوت‌های اساسی دارد و فضا برای نامزدهای پوششی مهیا نیست و مردم هم این بازی «کی بود کی بود» را نمی‌پذیرند. عرصه تیر ماه آینده، یکی از جدی‌ترین عرصه‌های انتخاباتی کشور است که کسانی که برنامه مشخص و سوابق روشن دارند به میدان بیایند و احزاب می‌توانند برای نهادینه شدن بلوغ سیاسی مردم از همین خرداد ماه شروع کنند و خودشان پیشگام در این مهم باشند و نامزدهای از «فیلتز حزب»، گذشته راب ه مردم و جامعه معرفی کنند.

حادثه شهادت خدمتگزاران جمهور، خصوصاً رئیس‌جمهور شهید سید ابراهیم رئیسی، کشور را وارد فضای جدید و بی‌سابقه‌ای کرد.

از یک طرف تأثر و تألم روحی ناشی از یک حادثه غیرمتربقه و از طرف دیگر اینکه طبق قانون اساسی، طرف ۵۰ روز باید تکلیف رئیس قوه مجریه که اصلی‌ترین قوه کشور است مشخص شود.

ما در سال ۱۳۶۰ در اوج جنگ تحمیلی و دفاع مقدس ملت ایران، موضوع شهادت رئیس‌جمهور و نخست‌وزیر کشور را داشتیم و آن زمان حساسیت و شرایط حاکم بسیار سخت و بحرانی بود اما بدون خسارت قابل توجهی کشور وارد فاز مدیریت جدید شد و امور جاری مملکت بر مدار خود قرار گرفت.

۵ طری روز گذشته نیز با تدابیر و درایت رهبر معظم انقلاب، سرپرست ریاست جمهوری مشخص شد و حسب دستور ایشان مقامات فعلی و سیاسی باید مقدمات انتخابات چهاردهمین دوره ریاست جمهوری و گزینش نهمین رئیس‌جمهور ایران را فراهم کنند.

موضوعی که در این و جیزه مد نظر است این است که طی دوسه روز گذشته تحریکات گروه‌های سیاسی و فعالین این حوزه بطور چشمگیری افزایش داشته و همه چشم‌ها به دهم تا چهاردهم خرداد دوخته شده که چه کسانی نامزد این انتخابات خواهند شد. در بررسی میدانی از فضای رسانه‌های کشور تاکنون اسامی ۳۶ نفر از سیاسیون به عنوان نامزدهای احتمالی مطرح شده و گمانه زنی‌ها برای بررسی این اسامی کماکان ادامه دارد.

یک انسان فهیم و آگاه وقتی به عدد ۳۶ می‌رسد در ذهنش این مطلب خطور می‌کند که این احساس تکلیف و خود بزرگ بینی و حسنی «توهم رئیس‌جمهور بودن» چگونه در مغز عده‌ای جرقه می‌زند؟

تجربه چنددهه ساله این حقیر نشان داده که در جهان پیشرفته و توسعه یافته معمولاً نامزدهای ریاست جمهوری از تعداد انگشتان دست هم تجاوز نمی‌کنند آن هم کسانی مطرح می‌شوند که احزاب با سابقه از آن‌ها حمایت می‌کنند، حال چگونه می‌شود که ایام

امروزه رعد غم‌زینای تبلیغات نه تنها ایجا ارتباط بلکه تدویم رابطه با مخاطبان است.

برای تبلیغات در پرتاب‌ترین نشریه استان با ما تماس بگیرید.

تلفن‌های پذیرش آگهی: ۳۲۲۲۰۸۵۰ - ۳۲۲۲۰۸۵۲ (۰۲۸) • شماره: ۳۲۲۲۳۱۰۱ (۰۳۸)

E-mail: zardkoohbakhtiyari@yahoo.com  
site: www.zardkoohnews.com



## اول دفتر

## بروندهای که باید دیده شود

ادامه از صفحه نخست

در همین حال میلیون‌ها نفر از مردم ایران، از سال ۱۹۱۷ تا ۱۹۱۹ در خلال جنگ جهانی اول به واسطه سیاست‌های ضد انسانی انگلیس که باعث محرومیت شدید از مواد غذایی و منابع حیاتی و منجر به قحطی و گرسنگی گسترده شده بود، قربانی نسل‌کشی شدند. همچنین در هند نیز در همان دوران میلیون‌ها نفر قربانی قحطی ساختگی انگلیسی‌ها شدند.

بررسی نسل‌کشی‌هایی که غرب به صورت مستقیم با اعزام نیروی نظامی به کشورهایی همچون ویتنام، افغانستان، عراق و... صورت داده و یا نسل‌کشی‌های نیابتی که با گروه‌های تروریستی همچون القاعده و داعش انجام داده است، نسل‌کشی و جنایت علیه بشریت که غرب با تروریسم اقتصادی به بسیاری از کشورها تحمیل کرده است اقدامات مغفول مانده سازمان ملل و نهادهای حقوق‌بشری در پیگیری و مجازات‌های عادلانه و آمران نسل‌کشی‌ها می‌باشد که نیازمند اقدام جدی برای رفع این کاستی‌هاست.

دوم آنکه آنچه در سربرینتسا روی داد بیش از هر چیز نتیجه رفتارهای سول‌برانگیز سازمان‌ملل و نیروهای حافظ صلح تحت امر ناتو بوده است که از یک سو کم‌کاری‌های ابهام‌انگیزشان زمینه را برای نسل‌کشی مسلمانان فراهم ساخت و از سو دیگر دولتهای غربی رسماً به حمایت از این نسل‌کشی پرداخته و نیروهای ناتو تحت امر هلند و آمریکا از پناه‌دادن به قربانیان خودداری کردند.

واقعیت این است که کشورهایی که باید همراه با ناتو مسئولیت شکست خوردن را که سربرینتسا در سال ۱۹۹۵ به فاجعه کشاند، بر عهده بگیرند و حتی به جرم مشارکت در این نسل‌کشی مجازات شوند، اکنون جزو حامیان این قطعنامه هستند. اکنون این سناریو مطرح است که غربی‌ها نه به خاطر مردم بوسنی بلکه در چارچوب مبراسازی خود از آن نسل‌کشی و فشار بر صربستان جهت مشارکت در جنگ اوکراین چنین رویکردی را در پیش گرفته‌اند.

سوم آنکه نقش سازمان‌ملل و مدعیان حقوق بشر غربی در پیگیری حقوق مردم سربرینتسا زمانی ابهام برانگیزتر می‌شود که در طول ۸ ماه نسل‌کشی فلسطینی‌ها در غزه توسط رژیم صهیونیستی، این سازمان‌ها و کشورها اقدامی در برابر آن صورت ندادند و حتی غربی‌ها در مجمع عمومی و شورای امنیت اجازه صدور قطعنامه توقف این نسل‌کشی را ندادند و همچنان در حال ارسال تسلیحات به این رژیم برای کشتار بیشتر هستند.

وضعیت فاجعه‌بار کنونی فلسطین و دستورات الزام‌آور صادره از سوی اصلی‌ترین ارکان قضایی سازمان ملل متحد، مرتبط‌ترین موضوع بحث پیرامون مقابله با نسل‌کشی است.

نکته اساسی آن است که سازمان‌ملل متحد نباید همان اشتباهی را که سال ۱۹۹۵ انجام داد و به یک نسل‌کشی ختم شد، مجدداً مرتکب سازد. هر چند که قطعنامه نسل‌کشی مسلمانان سربرینتسا در جای خود دارای اهمیت است اما آنچه امروز مهم و ضروری است نه اولویت دادن به واقع‌ای که سه دهه از آن گذشته بلکه جنایت و نسل‌کشی است که امروز پیش چشم جهانیان در غزه جریان دارد و استمرار این روند لکه سیاهی در کارنامه سازمان ملل در تحقق اهداف منشور و حمایت از دفاع مشروع ملت فلسطین در برابر تجاوز و اشغالگری صهیونیست‌ها و حامیان‌شان و لکه ننگی دیگر بر پیشانی آنانی است که زمانی با تسلیح صرب‌ها و مانع تراضی بر سر امدادسانی به سربرینتسای‌ها یک نسل‌کشی را رقم زدند و همچنان تهور آور زشت‌های حقوق بشری می‌گیرند در حالی که هر روز میلیون‌ها دلار تسلیحات برای کشتار بیشتر فلسطینی‌ها به رژیم صهیونیستی هدیه می‌دهند. امروز غزه محور نسل‌کشی است و فریاد جهان باید مقابله با این جنایت باشد.



# ۲ سال و ۹ ماه خدمت برای گشودن گره‌های قدیمی در بام ایران

دو طرح با اعتبار ۱۰۰ میلیارد تومان برای زیرساخت مجتمع‌های کشاورزی و ۱۰۰ میلیارد تومان برای تأمین و انتقال آب به اراضی کشاورزی مصوب شد.

علاوه بر طرح‌های مصوب از محل اعتبارات دولتی در جریان سفر دوم رئیس‌جمهور شهید چند تفاهم‌نامه و طرح سرمایه‌گذاری نیز مبادله شد از جمله این طرح‌ها می‌توان به طرح توسعه کشت گیاهان دارویی، ایجاد گاوآردی ۳ هزار راسی دشت زرین و طرح کشت و صنعت کشتارگاه جوققان اشاره کرد.

طرح‌های مصوب در سفرهای استانی دولت سیزدهم به چهارمحال و بختیاری در قالب پروژه‌های مختلف در اقصی نقاط استان اجرا شده‌اند که تعدادی از این پروژه‌ها مانند انتقال آب گل سفید، انتقال آب دره گرم، انتقال آب دشتک، انتقال آب دشت اردل، انتقال آب سرتنگ محمود، انتقال آب آبشاران علیا، انتقال آب موز و زیر ساخت شهرک گلخانه بلداجی تاکنون به بهره‌برداری رسیده است، همچنین با اعتبارات مصوب سفرهای استانی شهید جمهور طرح‌های مهمی مانند تأمین و انتقال آب و زیر ساخت شهرک‌های کشاورزی پیشرفت فیزیکی قابل توجه‌ای دارد.

در مجموع بیش از ۶۰ درصد مصوبات و اعتبارات مربوط به بخش کشاورزی در سفر اول و دوم رئیس‌جمهور شهید آیت‌الله رئیسی اختصاص یافته و به نتیجه رسیده است.

## • حوزه آبرسانی

دوره اول سفر آیت‌الله رئیسی - رئیس‌جمهور شهید به استان به طرح‌های آبرسانی نیمی از جمعیت چهارمحال و بختیاری (بن بروجن)، سد باباحیدر، طرح انتقال آب از این سد تا جوققان، سد آق‌بلخ، اجرای پمپاژ ناغان و سد و شبکه انتقال آب از سد گهرو بالغ بر ۲ هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان اعتبار تخصیص و ۸۱۱ میلیارد تومان این اعتبارات جذب شد.

همچنین در دور دوم سفر شهید آیت‌الله رئیسی به چهارمحال و بختیاری، ۸۰۰ میلیارد تومان اعتبار برای پنج طرح بن بروجن، سد بابا حیدر، خط انتقال آب به فارسان به جوققان، پمپاژ آب به ناغان و تکمیل سد، شبکه آبیاری و زهکشی گهرو اختصاص یافت که در سال پیش رو تخصیص داده خواهد شد. پروژه آبرسانی بن بروجن در دولت سیزدهم وارد مدار شد و فرآیند آبیگری سد باباحیدر نیز آغاز شده است، مابقی پروژه‌های آبرسانی در حال تکمیل هستند.

این مصوبات تنها بخشی از مصوبات سفرهای استانی دولت سیزدهم به چهارمحال و بختیاری است که در صورت تحقق کامل می‌تواند تحول بزرگی ایجاد کند، البته نباید بگذاریم پرچم خدمات‌رسانی رئیس‌جمهور شهیدمان به زمین بیوفتد. فارس

حوزه‌های علمیه و مساجد بود، همچنین در این سفر در سند توسعه کوهرنگ و اندیکا برای فرهنگسرای شهر چلگرد ۱۴ میلیارد تومان و برای کتابخانه‌ها ۲ میلیارد تومان ابلاغ شد.

در سفر دوم شهید آیت‌الله رئیسی به چهارمحال و بختیاری ۳۴۰ میلیارد تومان در حوزه فرهنگ و ارشاد اسلامی برای اتمام تمام پروژه‌های نیمه‌تمام، مرمت برخی ابنیه موجود و احداث سینمای لردگان اختصاص یافت که جزئیات آن بعد از تصویب در شورای برنامه‌ریزی و توسعه استان قابل اعلام خواهد بود.

دولت سیزدهم به ریاست شهید آیت‌الله رئیسی در حوزه فرهنگ و ارشاد اسلامی برای چهارمحال و بختیاری، ۶۰۶ میلیارد تومان ابلاغ اعتبار داشته است که سال مالی ۱۴۰۱، تخصیص اعتبار صورت گرفت و تخصیص سال‌های ۱۴۰۲، ۱۴۰۳ و ۱۴۰۴ باقی مانده است. این اعتبارات نسبت به دولت‌های یازدهم و دوازدهم بی‌سابقه بوده است.

ساختن پروژه فرهنگسرای لردگان تکمیل شده است و در انتظار نصب هواساز است، پروژه سینمای فارسان هم در مراحل پایانی است.

## • حوزه راه و شهرسازی

در دور اول سفر شهید آیت‌الله رئیسی - رئیس‌جمهور شهید به چهارمحال و بختیاری در حوزه راه و شهرسازی ۱۵ مصوبه با ۳ هزار و ۹۰۰ میلیارد تومان مصوب شد، همچنین در دور دوم سفر ایشان ۱۸ مصوبه به تصویب رسید.

مصوبات دور دوم سفر رئیس‌جمهور شهید به چهارمحال و بختیاری در مجموع یک‌هزار و ۷۰۰ میلیارد تومان در حوزه راه‌داری، ۲۵ میلیارد تومان برای تکمیل ورزشگاه ۱۵ هزار نفری شهرکرد، ۵۰ میلیارد تومان برای افزایش باند فرودگاه شهرکرد، ۱۰ میلیارد تومان در حوزه هوشناسی و ۴ هزار و ۸۲۵ میلیارد تومان برای تکمیل راه‌آهن مبارکه-سفیددشت به شهرکرد در حوزه راه و شهرسازی بود. ۸۰ درصد مصوبات دور اول سفر رئیس‌جمهور شهید به چهارمحال و بختیاری در دور اول سفر محقق شد، اما تخصیص دور دوم سفر در حال حاضر در حدود صفر درصد است.

حجم مصوبات سفرهای استانی دولت سیزدهم به چهارمحال و بختیاری در حوزه راه و شهرسازی در مقایسه با سایر دولت‌های قبل بی‌سابقه بوده است، بیش‌ترین مصوبات در این حوزه برای تکمیل پروژه راه‌آهن مبارکه-سفیددشت به شهرکرد با اعتبار ۳ هزار میلیارد تومان بود.

## • حوزه کشاورزی، منابع طبیعی، شیلات و ...

در دور اول سفر رئیس‌جمهور شهید به چهارمحال و بختیاری در حوزه کشاورزی ۱۹ طرح و پروژه مختلف با مجموع اعتبار یک‌هزار و ۴۷۰ میلیارد تومان مصوب شد، همچنین در دور دوم سفر ایشان

آسان ۱۴۰۲ نیز ۱۶۱ مصوبه برای آبادانی چهارمحال و بختیاری در پی داشت که مجموع اعتبارات تملک دارایی‌های سرمایه‌ای در این سفر ۱۰ هزار و ۴۷۳ میلیارد تومان بود.

در مقایسه سفر رئیس‌جمهور دولت یازدهم به چهارمحال و بختیاری می‌توان گفت که در این سفر ۸۴ مصوبه برای استان داشتیم و در مجموع ۲۲۲ میلیارد تومان اعتبار به این استان اختصاص پیدا کرده بود که اعتبارات اختصاص یافته به چهارمحال و بختیاری در سفرهای استانی دولت سیزدهم ۱۰۶ برابر بیش‌تر از سفر رئیس‌جمهور دولت یازدهم و دوازدهم به استان است.

## • حوزه نوسازی و تجهیز مدارس در چهارمحال و بختیاری

در سفر اول رئیس‌جمهور شهید بالغ بر ۲۶۰ میلیارد تومان و در سفر دوم نیز ۵۹۰ میلیارد تومان اعتبار برای نوسازی و تجهیز مدارس مصوب شد.

جذب قیر رایگان برای ایزوگام و آسفالت مدارس به مبلغ ۴۲ میلیارد تومان، تحویل ۶۶ فضای آموزشی و ورزشی، تحویل ۲۲۵ باب کلاس درس با زیربنای ۲۹ هزار و ۲۰۰ مترمربع با اعتبار ۳۷۵ میلیارد تومان، خرید تجهیزات مدارس با اعتبار ۹۵ میلیارد تومان، استانداردسازی تعداد ۱۱۰ پروژه با ۷۸۰ کلاس درس با اعتبار هزینه شده ۶۰ میلیارد تومان در دولت سیزدهم در چهارمحال و بختیاری انجام شد.

همچنین تعداد ۱۰۰ باب پروژه مدرسه‌سازی ۳۶۰ کلاس درس در چهارمحال و بختیاری دست اجرا است، تاکنون ۲۵۰ میلیارد تومان برای این پروژه‌ها هزینه شده و در حدود ۶۵۰ میلیارد تومان اعتبار برای تکمیل نیاز داریم.

مجموع اعتبارات تخصیص یافته در سه سال اخیر به مبحث نوسازی و تجهیز مدارس مبلغ ۷۴۵ میلیارد تومان است که در مقایسه با اعتبارات تخصیص یافته در سه سال قبل از دولت سیزدهم این اعتبارات به میزان ۲۶۳ درصد رشد داشته است. در سفر دوم رئیس‌جمهور شهید حدود ۵۹۰ میلیارد تومان مصوب شده بود که علاوه بر اعتبارات تکمیل پروژه‌های در دست اقدام، تعداد زیادی پروژه بزرگ مقیاس از جمله هنرستان، دانشگاه فرهنگیان، دبیرستان با این اعتبارات احداث خواهد شد.

## • حوزه فرهنگ و ارشاد اسلامی

در دور اول سفر رئیس‌جمهور شهید به چهارمحال و بختیاری ۲۵۰ میلیارد تومان اعتبار برای بخش فرهنگ و ارشاد اسلامی استان مصوب شد. این اعتبارات به تفکیک به میزان ۱۰۰ میلیارد تومان برای پروژه مصلی امام خمینی شهرکرد، ۲۰ میلیارد تومان برای پروژه سینمای فارسان، سالن پلاتوی بروجن و مجتمع‌های فرهنگی فرادنبه، شلمساز و لردگان، ۴۰ میلیارد تومان برای مجتمع بزرگ قرآنی بزرگ در چهارمحال و بختیاری، ۴۰ میلیارد تومان برای

اقدامات جهادی رئیس‌جمهور شهید در مناطق محروم کشور، الهام‌بخش نسل‌های آینده برای خدمت به وطن شد، شهادت آیت‌الله رئیسی در راه خدمت به مردم نهایت ایثار و فداکاری بود و همواره چراغ راهی برای ما خواهد درخشید.

هنوز باورمان نشده است که خادم‌الرضای ایران رئیس‌جمهور شهید «آیت‌الله سید ابراهیم رئیسی» در راه خدمت به مردم این سرزمین به آسمان‌ها پرکشید، هنوز شاید منتظر تکذیب این خبر از رسانه‌های جمعی هستیم، اما باید کم‌کم با خادم ملت ایران خداحافظی کنیم.

در خردادماه سال ۱۴۰۰ مردم ایران شخصی را به‌عنوان رئیس دولت سیزدهم انتخاب کردند که از همان ابتدا خدمت به مردم ایران به‌ویژه محرومان را در اولویت قرار داد، رئیس‌جمهورمان خستگی‌ناپذیر به حل مشکلات می‌پرداخت.

رئیس‌جمهور شهید با قلبی پر از عشق و امید به میدان آمد تا به مردم خدمت کند و با اقدامات جهادی خود نه تنها به آبادی کشور می‌پرداخت، بلکه روح امید را در دل‌های مردم کاشت، رئیس‌جمهور شهید هم‌چون باغبانی دلسوز به دنبال رشد و بالندگی کشور بود و با هر قدم و تصمیم سعی در بهبود زندگی هم‌نوعان خود داشت.

اقدامات جهادی رئیس‌جمهور شهید در مناطق محروم کشور، الهام‌بخش نسل‌های آینده برای خدمت به وطن شد، شهادت آیت‌الله رئیسی در راه خدمت به مردم نهایت ایثار و فداکاری بود و همواره چراغ راهی برای ما خواهد درخشید.

در این گزارش درصدمه هستیم تا با قلبی سرشار از احترام و سپاس، به مرور اقدامات ارزشمند و تأثیرگذار رئیس‌جمهور شهید در چهارمحال و بختیاری برداریم، ایشان با عزمی راسخ و دلی پر از مهر در راه خدمت به مردم، به‌ویژه در مناطق محروم، قدم‌های استواری برداشتند.

اقدامات دولت سیزدهم در چهارمحال و بختیاری شهید آیت‌الله رئیسی، رئیس‌جمهور شهید با ایمانی عمیق به اصول انسان‌دوستی و عدالت اجتماعی، همواره در پی آن بود تا فرصت‌های برابر برای همه فراهم آورد و مانعی بر سر راه محرومیت‌زدا، نمی‌دید. او با اقداماتی هم‌چون توسعه زیرساخت‌ها، ارتقای سطح بهداشت و درمان، توجه به آموزش و پرورش، حمایت از کشاورزی و صنایع دستی و ... نقشی بی‌بدیل در پیشرفت و توسعه مناطق محروم ایفا کردند.

سفر اول آیت‌الله رئیسی - رئیس‌جمهور شهید در خردادماه ۱۴۰۰ به چهارمحال و بختیاری ۲۶۹ مورد مصوبه داشت که اعتبارات تملک دارایی‌های سرمایه‌ای سفر اول به مبلغ ۱۳ هزار و ۳۰۹ میلیارد تومان بود.

در سفر دوم ایشان به چهارمحال و بختیاری در

## مدیر عامل شرکت آب و فاضلاب استان چهارمحال و بختیاری خبر داد:

### حفر ۱۸ حلقه چاه آب شرب



رئیس هیات مدیره و مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان چهارمحال و بختیاری از حفر ۱۸ حلقه چاه تأمین‌کننده آب آشامیدنی خبر داد. محمد کریمی گفت: در جهت تأمین آب آشامیدنی اهالی ساکن در شهرها و روستاهای استان چهارمحال و بختیاری و برای جبران کمبود آب شرب این شرکت در سال گذشته حفاری ۱۸ حلقه انواع چاه دستی دهانه گشاد با حفر گالری، آهکی و ضربه‌ای را به انجام رسانید.

## مدیرکل زندان‌های چهارمحال و بختیاری:

### خانواده زندانیان اولین قربانیان جرم هستند

مدیرکل زندان‌های چهارمحال و بختیاری گفت: خانواده زندانیان اولین کسانی هستند که خود به نوعی قربانی جرم هستند. حمیدرضا حیدری اظهار کرد: خانواده زندانیان اولین کسانی هستند که خود به نوعی قربانی جرم هستند. وی تصریح کرد: وقتی سرپرست خانواده جرمی را مرتکب می‌شود خانواده، سرپرست و نان‌آور خود را از دست می‌دهد و در همین راستا با توجه به برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته، پنجم خردادماه به‌عنوان روز حمایت از خانواده زندانیان تحت عنوان روز «نسیم مهر» از طریق شورای عالی انقلاب فرهنگی تعیین شد.

مدیرکل زندان‌های چهارمحال

## خبر

## اطلاعیه

به اطلاع کشاورزان و بهره‌برداران بخش کشاورزی عضو اتاق اصناف کشاورزی شهرستان فارس می‌رساند انتخابات هیئت مدیره اتحادیه کشاورزی در روز پنج‌شنبه مورخ ۱۴۰۳/۳/۲۴ ساعت ۹ صبح در محل مدیریت جهاد کشاورزی شهرستان فارس برگزار می‌گردد لذا از بهره‌برداران بخش کشاورزی عضو اتاق اصناف کشاورزی درخواست می‌گردد در این جلسه شرکت فرمایند.

روابط عمومی مدیریت جهاد کشاورزی شهرستان فارس  
اتاق اصناف کشاورزی شهرستان فارس

## آگهی فراخوان ثبت نام اعضا و داوطلبین عضویت در هیات مدیره و بازرسی اتحادیه صنفی کشاورزی

به استناد مواد (۴) و (۲۷) آیین‌نامه اجرایی نظام صنفی کارهای کشاورزی و منابع طبیعی موضوع تصویب‌نامه شماره ۱۳۰۷۴/۱۳۰۷۴ت/۴۹۲۳۵ مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۴ هیات وزیران و مواد (۸) و (۹) اساسنامه اتحادیه صنفی کشاورزی به اطلاع کلیه اعضای محترم دارنده پروانه کسب کشاورزی از نظام صنفی یا اتاق اصناف کشاورزی می‌رساند انتخابات اعضای هیات مدیره و بازرسی اتحادیه اصناف کشاورزان شهرستان فارس در روز پنج‌شنبه ۲۴ خرداد ماه برگزار می‌گردد. لذا داوطلبان حائز شرایط با مراجعه در محل هیات اجرایی (مدیریت جهاد کشاورزی شهرستان فارس) نسبت به تکمیل فرم درخواست عضویت در هیات مدیره و بازرسی و بارگذاری تصویر مدارک زیر جهت ثبت نام تا تاریخ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳ خرداد ماه ۱۴۰۳ تحویل مهندس فیصل قاسمی مسئول اصناف کشاورزی واقع در مدیریت جهاد کشاورزی شهرستان فارس، اقدام لازم بعمل آورید. ضمناً مدارک لازم به شرح ذیل می‌باشد.

۱- تکمیل فرم درخواست

۲- تصویر شناسنامه اصل و کپی آن

۳- تصویر کارت ملی اصل و کپی آن

۴- تصویر پروانه فعالیت/ پروانه کسب کشاورزی معتبر از نظام صنفی کشاورزی شهرستان یا اتحادیه صنفی کشاورزی مربوطه

۵- گواهی عدم سوء پیشینه کیفری مؤثر (استعلام از مراجع ذیصلاح قضایی)

۶- گواهی عدم اعتیاد

۷- داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم

۸- یک قطعه عکس ۴×۳

روابط عمومی مدیریت جهاد کشاورزی شهرستان فارس  
اتاق اصناف کشاورزی شهرستان فارس

و بختیاری یادآور شد: در این راستا تکالیفی برای نهادهای حمایتی و خیریه‌های وابسته به اداره زندان‌های استان تلاش می‌کنند خدماتی را به زندانیان ارائه دهند تا شاهد کاهش آسیب‌های اجتماعی باشیم. حیدری بیان داشت: از خیرین دعوت می‌شود در حمایت از خانواده‌های زندانیان پای کار

و... است.

رییس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی چهارمحال و بختیاری:

سند استانی تحقق شعار سال در چهارمحال و بختیاری تدوین شد

رییس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی چهارمحال و بختیاری گفت: سند استانی تحقق شعار سال مبنی بر جهش تولید با مشارکت مردمی تدوین و به زودی برای تصویب در شورای برنامه‌ریزی استان ارائه می‌شود.

حمیدرضا منظری در نشست ستاد توسعه اقتصاد دانش‌بنیان این استان افزود: این سند پیش از ارائه در شورای برنامه‌ریزی استان به معاونت امور اقتصادی سازمان برنامه و بودجه کشور ارسال شد و مورد تصویب قرار گرفته است.

وی ادامه داد: در این سند به ظرفیت‌ها و نیازمندی‌های استان پرداخته شده و برای اجرای برنامه‌ها تامین منابع پیش‌بینی شده است.

رییس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی چهارمحال و بختیاری تصریح کرد: جلب مشارکت‌های مردمی

موضوع مهمی است که در برش استانی سند تحقق شعار سال دیده شده است.

منظری با بیان اینکه برش استانی سند تحقق شعار در ۳۰ صفحه تدوین شده است، افزود: رویکرد تدوین این برنامه توجه به مباحث دانش‌بنیان است.

● **صادرات ۱.۵ میلیارد دلاری شرکت‌های دانش‌بنیان استان**

رییس پارک علم و فناوری چهارمحال و بختیاری نیز در این نشست گفت: سال گذشته (۱۴۰۱) یک و نیم میلیارد دلار انواع محصولات شرکت‌های دانش‌بنیان از استان صادر شده است.

اسماعیل پیرعلی افزود: در حال حاضر ۲۱۰ شرکت فناوری و دانش‌بنیان در استان فعال است که از این تعداد ۷۰ شرکت مجوز از معاونت علمی و فناوری نهاد رییس‌جمهوری دارد.

وی ادامه داد: در حال حاضر ۱۰ هکتار اراضی قابل واگذاری به شرکت‌های دانش‌بنیان استان وجود دارد و یک هزار و ۶۲۰ نفر در این شرکت‌ها مشغول فعالیت هستند.

رییس پارک علم و فناوری چهارمحال و بختیاری گردش مالی شرکت‌های دانش‌بنیان استان را ۶ هزار و ۲۰۰ میلیارد ریال اعلام کرد و گفت: فعالیت‌های دانش‌بنیان در سال‌های اخیر در استان توسعه یافته و در شهرهای بروجن و لردگان نیز فعالیت داریم.

پیرعلی از اعطای یک هزار و ۴۳۰ میلیارد ریال تسهیلات به شرکت‌های دانش‌بنیان استان در سال گذشته خبر داد و گفت: از این میزان ۱۱۰ میلیارد ریال از محل حمایت‌های بنیاد برکت، ۱۳۰ میلیارد ریال از محل تسهیلات پارک علم و فناوری، ۴۸۰ میلیارد ریال

خصوصی، برپایی نمایشگاه فن‌بازار و راه‌اندازی خانه خلاق با کمک دانشگاه‌ها از مهمترین برنامه‌های در دستور کار امسال این نهاد است.

وی توسعه فیزیکی فضای پارک علم و فناوری را از مهمترین ضرورت‌های این بخش عنوان کرد و افزود: نیاز است تا اراضی بیشتری در اختیار پارک و شرکت‌های دانش‌بنیان استان قرار گیرد.

در این نشست مدیران دستگاه‌های اجرایی به بیان نظرات و تشریح ظرفیت‌های دستگاهی خود در راستای توسعه فعالیت‌های دانش‌بنیان در استان پرداختند.

در پایان این نشست نیز زمینی به مساحت ۲ هزار مترمربع و با سرمایه‌گذاری هفت هزار میلیارد ریال برای توسعه فیزیکی فعالیت‌های دانش‌بنیان در استان کلنگ‌زنی شد.

مدیر شعبه آتیه‌سازان حافظ چهارمحال و بختیاری:

افزایش قرارداد آتیه‌سازان حافظ با مراکز درمانی دولتی و خصوصی



مدیر شعبه آتیه‌سازان حافظ چهارمحال و بختیاری از افزایش قرارداد این بیمه با مراکز درمانی دولتی و خصوصی خبر داد و گفت: هم اکنون بیمه‌شدگان طرف قرارداد با شعبه این استان از خدمات بیمه مکمل درمان بهره‌مندند که جمع زیادی از این افراد بازنشستگان و مستمری‌بگیر تامین اجتماعی هستند.

پژمان احمدی می‌رساند افزود: شرکت بیمه آتیه‌سازان حافظ وابسته به سازمان بیمه سلامت ایران از سال ۱۳۸۰ بر اساس قانون بیمه همگانی خدمات درمانی و ساختار نظام رفاه و تامین اجتماعی و مصوبه هیات وزیران به عنوان بزرگ‌ترین شرکت تخصصی بیمه درمان تکمیلی آغاز به کار کرده است.

وی با بیان اینکه اکنون بسیاری از مراکز بیمارستانی و

پاراکلینیکی در استان چهارمحال و بختیاری با آتیه‌سازان حافظ طرف قرارداد هستند، اظهار داشت: این بیمارستان‌ها با ظرفیت بالای پذیرش و تخصص در زمینه‌های مختلف پزشکی و درمانی می‌توانند پاسخگوی بخش زیادی از نیاز درمانی بیمه‌شدگان باشند.

به گفته مدیر شعبه آتیه‌سازان حافظ استان چهارمحال و بختیاری، افزایش قرارداد با مراکز درمانی دولتی با هدف کاهش هزینه‌های درمان از جیب بیمه‌شدگان و سهولت دسترسی به مراکز درمانی و تشخیصی در سطح استان است.

احمدی می‌رساند یادآور شد: اکثر خدمات در این مراکز به صورت تمام الکترونیک و برخط (آنلاین) و بدون دریافت هیچ هزینه‌ای به بیمه‌شدگان ارائه می‌شود.

وی افزود: صندوق حمایت از بیماران خاص و سخت‌العلاج شرکت بیمه آتیه‌سازان حافظ ذیل سازمان بیمه سلامت ایران به اینگونه بیماران خدمات ویژه یا "وی ای پی" ارائه می‌دهد.

مدیر شعبه آتیه‌سازان حافظ استان چهارمحال و بختیاری افزود: ارائه خدمت به بیمه‌شدگان شرکت در مراکز درمانی

تجلیل از ۱۳ ایده برتر دامپزشکی در دانشگاه آزاد شهر کرد



رویداد ملی دامپزشکی «دام‌تاپ ۵» برترین‌های خود را معرفی کرد.

پنجمین دوره رویداد ملی دامپزشکی (دام‌تاپ ۵) به همت باشگاه پژوهشگران و نخبگان جوان و انجمن علمی دامپزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد و با مشارکت شماری از حامیان علم و فناوری، با معرفی برترین‌ها به کار خود پایان داد.

به گزارش نویه افیونی خبرنگار زدکو: معاون پژوهش و فناوری دانشگاه آزاد اسلامی شهرکرد گفت: این مسابقه در پنج محور اصلی، ابزار هوش مصنوعی در دامپزشکی، نوآوری و فناوری در دامپزشکی، سلامت انسان و دام، کارآفرینی در دامپزشکی و تغذیه دام، طیور و آبزیان و با هدف خلق ایده‌های فناورانه و حمایت از آنها جهت راه‌اندازی یک کسب و کار و ارائه محصول و یا خدمت دانش محور در حوزه دامپزشکی برگزار شد.

برای نخستین بار محور هوش مصنوعی وارد این دوره از رقابت‌ها شد و به عنوان محور اصلی مورد استقبال قرار گرفت، گفت: در این مسابقه ایده‌های طرح فناورانه، مکمل خوراکی پیشگیری و درمان کمکی سرطان (فاطمه خدادودی دارویی، ادویه‌ای و عطری دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد، سرای نوآوری واحد شهرکرد، مرکز تحقیقات انرژی واحد شهرکرد و دانشکده مهارت و کارآفرینی واحد شهرکرد، مجری این رویداد ملی در دانشگاه آزاد شهرکرد بودند.

رئیس باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان دانشگاه آزاد اسلامی شهرکرد بیان کرد: برگزیدگان این رویداد از امتیازات ارزنده مادی و معنوی مانند جوایز نقدی، معرفی به مراکز رشد دانشگاه به منظور استقرار، معرفی به صندوق پژوهش و فناوری دانشگاه آزاد اسلامی کل دامپزشکی استان چهارمحال و بختیاری، سازمان نظام دامپزشکی استان چهارمحال و بختیاری، سازمان نظام مهندسی ساختمان استان چهارمحال و بختیاری، مرکز رشد واحدهای فناور دانشگاه شهرکرد، مرکز رشد توسعه فناوری سلامت دانشگاه

دکتر فرشید خیری افزود: در این رویداد تعداد ۳۰ ایده از سراسر کشور و از استان‌های تهران، تبریز، اصفهان، چهارمحال و بختیاری، یزد به دبیرخانه مسابقه ارسال و پس از ارزیابی داوران تعداد ۸ ایده به مرحله نهایی مسابقه و ارائه در حضور داوران و حاضران راه یافت. وی اظهار کرد: هیئت داوران از میان این ۸ ایده با در نظر گرفتن شاخص‌هایی مانند نوآوری، جذابیت، شفافیت، قابلیت پیاده‌سازی و ارزش آفرینی و امکان تجاری‌سازی، تعداد ۱۳ ایده را به عنوان برگزیده معرفی کردند.

دکتر روح الله یداللهی رئیس باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان دانشگاه آزاد اسلامی شهرکرد هم در این رویداد ملی با اشاره به اینکه



دکتر فرهاد ترافیک اشاره و اظهار کرد: از بلوار فرهنگ به سمت دانشگاه شهرکرد جاده در حال تکمیل می‌باشد. تقاطع‌های غیرمسطح، جوی، جدول و پارک در دستور کار قرار گرفته است.

حیدری با بیان اینکه در سال‌های اخیر رضایتمندی خوبی در بین مردم ایجاد شده و مردم بدهی خود را به شهرداری پرداخت کرده‌اند گفت: بودجه ۸۳۰ میلیاردی تومان در سال ۱۴۰۲ صددرصد محقق شد و حتی به یک هزار و ۱۰ میلیارد تومان نیز رسید.

وی گفت: با همکاری همه دستگاه‌ها می‌توانیم تحول اساسی در مرکز استان ایجاد کنیم.

رئیس شورای اسلامی شهرکرد تاکید کرد:

خدمت به مردم هدف اصلی شورای اسلامی شهر کرد

رئیس شورای اسلامی شهرکرد گفت: تمام تلاش شورای اسلامی شهر و شهرداری شهرکرد خدمت به مردم است.

مصطفی حیدری در دویست و هفتاد و پنجمین جلسه علنی شورای اسلامی شهرکرد ضمن عرض تسلیت شهادت خادم الرضا و شهید جمهور آیت الله رئیسی و هیات همراهان اظهار کرد: سال‌های اخیر تغییرات اساسی در شهرکرد ایجاد شده و تمام تلاش شورای اسلامی شهر و شهرداری شهرکرد خدمت به مردم است.

رئیس شورای اسلامی شهرکرد با بیان اینکه در سال‌های اخیر ۳۹ دستگاه اتوبوس به ناوگان حمل و نقل درون شهری شهرکرد اضافه شده است، بیان داشت: ۳۷ دستگاه اتوبوس در این چند سال بازسازی شده و برای اولین بار ناوگان حمل و نقل شهرکرد در طول عمر شهرداری نو شده است.

حیدری با اشاره به دریافت یک هزار و ۳۰۰

تقیر در نهضت آسفالت یادآور شد: قول دریافت یک هزار و ۵۰۰ تن قیصر برای امسال داده شده است.

وی با اشاره به پیگیری‌های مستمر شورای اسلامی شهرکرد و شهردار درباره مشکل کمربندی جنوب شهرکرد، خاطر نشان کرد: این کمربندی بعد از ۲۴ سال، فاز ۱ آن در حال زیرسازی می‌باشد و امیدوارم تا ۲ ماه دیگر بهره‌برداری شود؛ کمربندی پایین نمایشگاه به طول ۳ کیلومتر بعضی زمین‌ها مستثنیات بود و با موافقت کشاورزان شهرکرد، کمربندی در آنجا احداث می‌شود.

رئیس شورای اسلامی شهرکرد گفت: روگذر آیت‌الله طالقانی به بلوار آیت‌الله کاشانی با دعوت از قرارداد خاتم‌الانبیا و سایر پیمانکاران در حال برگزاری مناقصه می‌باشد تا با مشخص شدن برنده احداث آغاز شود.

وی به تکمیل جاده‌ها از سمت شرق شهرکرد

چالش تفکیک زمین‌ها با متر از بالا

رسیدگی و رأی مقتضی صادر می‌نماید. (مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی مورخ ۱۳۹۰/۲/۲۸)

متن بالا مربوط به قانون ۱۰۱ شهرداری‌ها است، قانونی که این روزها مشکلات فراوانی برای مردم، به‌ویژه آن‌هایی که ملک بالای ۵۰۰ متر دارند، ایجاد کرده است.

گرفتاری مردم در دادگاه و شهرداری برای تفکیک زمین‌های با متر از بالای خود، از یک سو و رها کردن این اراضی در بافت‌های فرسوده شهری و تراکم بالای خانه‌های قدیمی از سوی دیگر باعث بروز مشکلات عدیده‌ای شده است.

اسناد ۱۰۱ ادارات ثبت اسناد و املاک و حسب مورد دادگاه‌ها موظفند در موقع دریافت تقاضای تفکیک با افزایش اراضی واقع در محدوده و حریم شهرها، از سوی مالکین، عمل تفکیک یا افزاز را بر اساس نقشه‌ای انجام دهند که قبلاً به تأیید شهرداری مربوط رسیده باشد. نقشه‌ای که مالک برای تفکیک زمین خود تهیه نموده و جهت تصویب در قبال رسید، تسلیم شهرداری می‌نماید، باید پس از کسر سطوح معابر و قدرالسهام شهرداری مربوط به خدمات عمومی از کل زمین، از طرف شهرداری حداکثر ظرف سه ماه تأیید و کتبا به مالک ابلاغ شود.

بعد از انقضای مهلت مقرر و عدم تعیین تکلیف از سوی شهرداری مالک می‌تواند خود تقاضای تفکیک یا افزاز را به دادگاه تسلیم نماید.

دادگاه با رعایت حداکثر نصاب‌های مقرر در خصوص معابر، شوارع و سرانه‌های عمومی با أخذ نظر کمیسیون ماده (۵) به موضوع رسیدگی و اتخاذ تصمیم می‌نماید.

کمیسیون ماده (۵) حداکثر ظرف دو ماه باید به دادگاه مذکور پاسخ دهد.

در صورت عدم ارسال پاسخ در مدت فوق، دادگاه بناً ملاحظه طرح جامع و تفصیلی در چهارچوب سایر ضوابط و مقررات، به موضوع

گرفته‌اند و ورته به دلیل قانون ۱۰۱ شهرداری ترجیح داده‌اند ملک خود را رها کنند تا مجبور نباشند نیمی از آن را به شهرداری بدهند یا اگر موردی بوده که زمین خود را تقسیم کرده باشند نتوانستند مجوز ساخت و ساز بگیرند و باز هم ملک را رها کرده‌اند.

کریمی بیان کرد: یکی از دلایلی که بافت‌های فرسوده و قدیمی شهرکرد رشد نمی‌کند همین سنگ‌اندازی‌های شهرداری برای اراضی بالای ۵۰۰ متر است، قطعاً کسی نیست که بخواهد نیمی از ملک خود را به شهرداری واگذار کند.

● **اصلی‌ترین منبع درآمد شهرداری‌ها از محل ماده ۱۰۱ قانون شهرداری‌ها است**

سپحان نظری اظهار کرد: ماده ۱۰۱ قانون شهرداری‌ها سال ۹۰ به شهرداری‌ها ابلاغ شد، این قانون در مجلس شورای اسلامی به تصویب رسید.

وی افزود: اصلی‌ترین منبع درآمد شهرداری‌ها از محل ماده ۱۰۱ قانون شهرداری‌ها است، در حال حاضر ۴۱۸۵ درصد از اراضی واقع در حریم شهرها که متر از بالای ۵۰۰ متر دارند توسط شهرداری‌ها از مالک اخذ می‌شود و میزان این رقم دست مجموعه شهرداری‌ها نیست.

شهردار فرخ‌نهر ادامه داد: ماده ۱۰۱ قانون شهرداری‌ها جز معهود قوانینی است که در مجلس تصویب شده و در شهرداری‌ها اجرا می‌شود، اکثر قوانین به پیشنهاد شهرداری و تصویب شورای شهر اجرا می‌شوند.

نظری عنوان کرد: بر اساس قانون باید ۴۳۷۵ درصد از زمین‌های با متر از بیش از ۵۰۰ متر

● **برای تفکیک زمین پدري سال‌ها گرفتار دادگاه هستيم**

مرضیه حیدری اظهار کرد: حدود یک هزار متر زمین از پدرم به من و سه خواهر و برادرم ارث رسید.

وی افزود: برادر کوچکترم حتی قبل از اینکه قانون ۱۰۱ شهرداری‌های تصویب شود، سهم خودش را جدا کرد و خانه خود را در آن ساخت، برادر دیگرم هم به دلیل بیماری همسرش مجبور شد سهم خودش را بفرودند تا خرج بیماری همسرش کند، خواهر بزرگترم هم سهم خود را فروخت تا کسب و کاری برای فرزندش دست و پا کند، تنها من هستم که هنوز سهم باقی است.

حیدری عنوان کرد: حالا که سال‌ها از فروش زمین می‌گذرد برای تفکیک و اخذ مجوز شهرداری با مشکلات فراوانی روبرو شده‌ام. در حالی که تقسیم زمین قبل از اعمال این قانون انجام شده و اما شهرداری شهرکرد به بهانه‌ای آنکه نیمی از زمین سهم شهرداری است اجازه تفکیک یا اخذ سند را نمی‌دهد.

وی خاطر نشان کرد: مدت‌ها است به همین دلیل گرفتار دادگاه و شهرداری هستیم و نمی‌دانیم باید چه کنیم.

● **مالکان زمین‌های بالای ۵۰۰ متر، ملک خود را رها کرده‌اند**

احمد کریمی نیز اظهار کرد: خانه ما در بافت فرسوده شهرکرد واقع شده است و دور تا دور خانه من هم پر است از زمین‌های با متر از بالای ۵۰۰ متر که یا صاحبان آن‌ها فوت

شهررداری‌ها ۴۳٫۷ درصد ارزش زمین محاسبه می‌شود و از مالک خواسته می‌شود تا این مبلغ را به حساب شهرداری واریز تا شهرداری اجازه تفکیک ملک را صادر کند.

باقی عنوان کرد: مسئله ماده ۱۰۱ شهرداری‌ها با مکاتبات بین وزارت کشور و وزارت راه و شهرسازی انجام شدنی نیست گرچه هر دو وزارتخانه به دنبال آن هستند که این موضوع در قانون اصلاح شود.

وی خاطر نشان کرد: قانون ۱۰۱ شهرداری‌ها چندین بار تا پای اصلاح پیش رفته اما به صحن مجلس وارد نشده است، پیگیری می‌شود تا این قانون اصلاح شود.

در حالی که زمین در شهرهای کوچک مثل شهرکرد روز به روز نایب‌تر و گران‌تر می‌شود، همان اراضی موجود نیز به دلایل مختلف همچون این قانون از سوی مالکان رها می‌شود و ساخت و ساز در آن‌ها صورت نمی‌گیرد.

کما اینکه اکثر زمین‌های بالای ۵۰۰ متر اراضی مشاع و قدیمی هستند که در بافت‌های قدیمی شهرکرد واقع شده‌اند، سنگ‌اندازی‌های شهرداری و اعمال این قانون دو فاکتور مهم برای عدم پیشرفت این محله‌ها شده است که به نوبه خود مشکلات فراوانی را به وجود می‌آورد. /جهانبین نیوز

شهررداری‌ها ۴۳٫۷ درصد ارزش زمین محاسبه می‌شود و از مالک خواسته می‌شود تا این مبلغ را به حساب شهرداری واریز تا شهرداری اجازه تفکیک ملک را صادر کند.

باقی عنوان کرد: مسئله ماده ۱۰۱ شهرداری‌ها با مکاتبات بین وزارت کشور و وزارت راه و شهرسازی انجام شدنی نیست گرچه هر دو وزارتخانه به دنبال آن هستند که این موضوع در قانون اصلاح شود.

وی خاطر نشان کرد: قانون ۱۰۱ شهرداری‌ها چندین بار تا پای اصلاح پیش رفته اما به صحن مجلس وارد نشده است، پیگیری می‌شود تا این قانون اصلاح شود.

در حالی که زمین در شهرهای کوچک مثل شهرکرد روز به روز نایب‌تر و گران‌تر می‌شود، همان اراضی موجود نیز به دلایل مختلف همچون این قانون از سوی مالکان رها می‌شود و ساخت و ساز در آن‌ها صورت نمی‌گیرد.

کما اینکه اکثر زمین‌های بالای ۵۰۰ متر اراضی مشاع و قدیمی هستند که در بافت‌های قدیمی شهرکرد واقع شده‌اند، سنگ‌اندازی‌های شهرداری و اعمال این قانون دو فاکتور مهم برای عدم پیشرفت این محله‌ها شده است که به نوبه خود مشکلات فراوانی را به وجود می‌آورد. /جهانبین نیوز

شهررداری‌ها ۴۳٫۷ درصد ارزش زمین محاسبه می‌شود و از مالک خواسته می‌شود تا این مبلغ را به حساب شهرداری واریز تا شهرداری اجازه تفکیک ملک را صادر کند.

باقی عنوان کرد: مسئله ماده ۱۰۱ شهرداری‌ها با مکاتبات بین وزارت کشور و وزارت راه و شهرسازی انجام شدنی نیست گرچه هر دو وزارتخانه به دنبال آن هستند که این موضوع در قانون اصلاح شود.

وی خاطر نشان کرد: قانون ۱۰۱ شهرداری‌ها چندین بار تا پای اصلاح پیش رفته اما به صحن مجلس وارد نشده است، پیگیری می‌شود تا این قانون اصلاح شود.

در حالی که زمین در شهرهای کوچک مثل شهرکرد روز به روز نایب‌تر و گران‌تر می‌شود، همان اراضی موجود نیز به دلایل مختلف همچون این قانون از سوی مالکان رها می‌شود و ساخت و ساز در آن‌ها صورت نمی‌گیرد.

کما اینکه اکثر زمین‌های بالای ۵۰۰ متر اراضی مشاع و قدیمی هستند که در بافت‌های قدیمی شهرکرد واقع شده‌اند، سنگ‌اندازی‌های شهرداری و اعمال این قانون دو فاکتور مهم برای عدم پیشرفت این محله‌ها شده است که به نوبه خود مشکلات فراوانی را به وجود می‌آورد. /جهانبین نیوز

شهررداری‌ها ۴۳٫۷ درصد ارزش زمین محاسبه می‌شود و از مالک خواسته می‌شود تا این مبلغ را به حساب شهرداری واریز تا شهرداری اجازه تفکیک ملک را صادر کند.

باقی عنوان کرد: مسئله ماده ۱۰۱ شهرداری‌ها با مکاتبات بین وزارت کشور و وزارت راه و شهرسازی انجام شدنی نیست گرچه هر دو وزارتخانه به دنبال آن هستند که این موضوع در قانون اصلاح شود.

وی خاطر نشان کرد: قانون ۱۰۱ شهرداری‌ها چندین بار تا پای اصلاح پیش رفته اما به صحن مجلس وارد نشده است، پیگیری می‌شود تا این قانون اصلاح شود.

در حالی که زمین در شهرهای کوچک مثل شهرکرد روز به روز نایب‌تر و گران‌تر می‌شود، همان اراضی موجود نیز به دلایل مختلف همچون این قانون از سوی مالکان رها می‌شود و ساخت و ساز در آن‌ها صورت نمی‌گیرد.

کما اینکه اکثر زمین‌های بالای ۵۰۰ متر اراضی مشاع و قدیمی هستند که در بافت‌های قدیمی شهرکرد واقع شده‌اند، سنگ‌اندازی‌های شهرداری و اعمال این قانون دو فاکتور مهم برای عدم پیشرفت این محله‌ها شده است که به نوبه خود مشکلات فراوانی را به وجود می‌آورد. /جهانبین نیوز

شهررداری‌ها ۴۳٫۷ درصد ارزش زمین محاسبه می‌شود و از مالک خواسته می‌شود تا این مبلغ را به حساب شهرداری واریز تا شهرداری اجازه تفکیک ملک را صادر کند.

باقی عنوان کرد: مسئله ماده ۱۰۱ شهرداری‌ها با مکاتبات بین وزارت کشور و وزارت راه و شهرسازی انجام شدنی نیست گرچه هر دو وزارتخانه به دنبال آن هستند که این موضوع در قانون اصلاح شود.

وی خاطر نشان کرد: قانون ۱۰۱ شهرداری‌ها چندین بار تا پای اصلاح پیش رفته اما به صحن مجلس وارد نشده است، پیگیری می‌شود تا این قانون اصلاح شود.

در حالی که زمین در شهرهای کوچک مثل شهرکرد روز به روز نایب‌تر و گران‌تر می‌شود، همان اراضی موجود نیز به دلایل مختلف همچون این قانون از سوی مالکان رها می‌شود و ساخت و ساز در آن‌ها صورت نمی‌گیرد.

کما اینکه اکثر زمین‌های بالای ۵۰۰ متر اراضی مشاع و قدیمی هستند که در بافت‌های قدیمی شهرکرد واقع شده‌اند، سنگ‌اندازی‌های شهرداری و اعمال این قانون دو فاکتور مهم برای عدم پیشرفت این محله‌ها شده است که به نوبه خود مشکلات فراوانی را به وجود می‌آورد. /جهانبین نیوز

## چطور کتاب خواندن را به اندازه فیلم دیدن برای مردم جذاب کنیم؟



به گفته یک کارشناس حوزه کتاب، در دوره معاصر، فیلم به درجات گسترده‌تر از کتاب مورد استفاده قرار گرفته و مصرف تصویری مردم بیشتر از مصرف متنی‌شان بوده، اما تأثیر کتاب عمیق‌تر است و بر لایه‌های درونی‌تری اثر می‌گذارد؛ لذا لازم است تا ما با راهکارهایی کسب‌اب را به اندازه فیلم برای مردم جذاب کنیم.

کتاب و کتاب‌خوانی از جمله مهم‌ترین دغدغه‌های رهبر معظم انقلاب در حوزه فرهنگ است. ایشان تأکید بسیار زیادی بر انس با کتاب در میان همه اقشار بخصوص جوانان داشته و دارند. ایشان در بازدید از سی و پنجمین نمایشگاه کتاب تهران فرمودند: «اعتقادم بر این است که ما محتاج کتاب هستیم؛ همه آحاد در بخش‌های مختلف، طبقات مختلف سنی و علمی، احتیاج دارند به اینکه کتاب بخوانند و به معنای واقعی کلمه، هیچ چیزی جای کتاب را نمی‌گیرد. امروز یک مقداری شاغل‌های دیگر، مثل فضای مجازی، مثل این‌جور چیزها، جای کتاب‌خوانی را گرفته؛ این حرکت صحیحی نیست. نه اینکه به فضای مجازی مراجعه نکنند یا روزنامه نخوانند؛ چرا لکن اینها جای کتاب را نباید بگیرد. کتاب پایستی یک جای خاصی، هم در سبب معیشت مردم و خرید مردم،

کتاب و کتاب‌خوانی از جمله مهم‌ترین دغدغه‌های رهبر معظم انقلاب در حوزه فرهنگ است. ایشان تأکید بسیار زیادی بر انس با کتاب در میان همه اقشار بخصوص جوانان داشته و دارند. ایشان در بازدید از سی و پنجمین نمایشگاه کتاب تهران فرمودند: «اعتقادم بر این است که ما محتاج کتاب هستیم؛ همه آحاد در بخش‌های مختلف، طبقات مختلف سنی و علمی، احتیاج دارند به اینکه کتاب بخوانند و به معنای واقعی کلمه، هیچ چیزی جای کتاب را نمی‌گیرد. امروز یک مقداری شاغل‌های دیگر، مثل فضای مجازی، مثل این‌جور چیزها، جای کتاب‌خوانی را گرفته؛ این حرکت صحیحی نیست. نه اینکه به فضای مجازی مراجعه نکنند یا روزنامه نخوانند؛ چرا لکن اینها جای کتاب را نباید بگیرد. کتاب پایستی یک جای خاصی، هم در سبب معیشت مردم و خرید مردم،

کتاب و کتاب‌خوانی از جمله مهم‌ترین دغدغه‌های رهبر معظم انقلاب در حوزه فرهنگ است. ایشان تأکید بسیار زیادی بر انس با کتاب در میان همه اقشار بخصوص جوانان داشته و دارند. ایشان در بازدید از سی و پنجمین نمایشگاه کتاب تهران فرمودند: «اعتقادم بر این است که ما محتاج کتاب هستیم؛ همه آحاد در بخش‌های مختلف، طبقات مختلف سنی و علمی، احتیاج دارند به اینکه کتاب بخوانند و به معنای واقعی کلمه، هیچ چیزی جای کتاب را نمی‌گیرد. امروز یک مقداری شاغل‌های دیگر، مثل فضای مجازی، مثل این‌جور چیزها، جای کتاب‌خوانی را گرفته؛ این حرکت صحیحی نیست. نه اینکه به فضای مجازی مراجعه نکنند یا روزنامه نخوانند؛ چرا لکن اینها جای کتاب را نباید بگیرد. کتاب پایستی یک جای خاصی، هم در سبب معیشت مردم و خرید مردم،

خواننده رفتار متفاوتی می‌طلبند. مثلاً رفتار ورق‌زدن کاغذی با مجازی تفاوت دارد، اما اصل پی‌گرفتن یک متن منسجم با خواندن، در هر دو فضا یکی است.» او ادامه داد: «باید موضوع خواندن را از اشکال دیگر استفاده از متن یک کتاب مانند شنیدن آن جدا در نظر بگیریم. فرایند خواندن تمرکز منحصربه‌فردی دارد که هنگام شنیدن الزامی نیست، پس یکی از دلایل تأکید بر «خواندن» همین تمرکز و معطوف‌شدن است. مهم‌ترین اثر اجتماعی و شخصی مطالعه این است که تمام حواس دریافتی‌مان را فقط در اختیار خوانند می‌گذاریم.»

### کتاب را برای کودکان و نوجوانان به یک ارزش عمومی تبدیل کنیم

بچه‌ها در سنین کودکی به‌خصوص چهار سالگی کتاب‌خوان هستند تا جاییکه حتی اگر برایشان کتاب بخوانیم خوابشان می‌برد؛ اما در سنین نوجوانی کم‌کم علاقه‌شان کمتر می‌شود و نمره این آفت در بزرگسالی دیده می‌شود چراکه سرانه مطالعه را کمتر می‌کند. فخریان دلیل گرایش کودکان به کتاب‌خوانی را توانایی تمرکز عنوان کرد و اظهار داشت: «تفاوت مطالعه در سنین مختلف به طور معمول ارتباطی به علاقه ندارد، بلکه مرتبط با توانایی تمرکز شخص است. خردسالان به نسبت کودکان راحت‌تر به متن تمرکز می‌کنند و همین‌طور کودکان به نسبت نوجوانان، چراکه مسائل کمتری ذهنشان را مشغول کرده است و پسران دقت‌دقیق‌تری نسبت به متن برایشان ممکن است.»

او برای تغییر و هدایت این شرایط دو محور مهم را بیان کرد: «اول اینکه کتاب خوب و مناسب در اختیار هر گروه سنی قرار داشته باشد، در این صورت لذت خواندن باعث علاقه به مطالعه کتاب به‌عنوان یک فعالیت همیشگی می‌شود.» مشاور وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در امور کودک و نوجوان محور دوم برای ترغیب کودکان و نوجوانان به خواندن کتاب را تبدیل کتاب‌خواندن به ارزش عمومی عنوان کرد و گفت: «اما باید خواندن کتاب را برای کودکان و نوجوانان به یک ارزش عمومی تبدیل کنیم. چطور؟ با حرف‌زدن درباره خود مطالعه کتاب، یعنی وقتی می‌خواهیم از مشغولیت‌ها و عادت‌هایمان بگویم هم خواندن کتاب جزو آن باشد البته که هرکدام خصوصیات متفاوتی دارند و از

و هم با افتخار و دقت به آن اشاره کنیم و درباره‌اش با هم حرف بزنیم.» این نویسنده با اشاره به نقش خانواده و سیستم آموزشی در ترویج فرهنگ کتابخوانی در بین کودکان و نوجوانان افزود: «در این محور خانواده‌ها، مربیان و همه بزرگ‌ترها الگوساز هستند و جایی می‌شود انتظار داشت مطالعه ارزش شده باشد که این افراد هم خودشان اهل مطالعه باشند و هم به مطالعه بچه‌ها اهمیت عملی بدهند.»

**کتاب را به اندازه فیلم جذاب کنیم**  
از آنجاکه میزان کتاب و کتاب‌خوانی با توسعه و پیشرفت کشورها رابطه مستقیم دارد، آمار سرانه کتاب‌خوانی کشورهای پیشرفته قابل توجه است و به همین علت کودکان و نوجوانان آنها هم بیشتر اهل کتاب و مطالعه‌اند، به‌طوری‌که در این کشورها خانواده‌ها ترجیح می‌دهند ابتدا یک کتاب را بخوانند تا فیلم آن را ببینند چرا که به مطالعه به‌عنوان یکی از ملزومات زندگی مانند غذاخوردن یا خوابیدن نگاه می‌کنند. اعتقاد آنها بر این است که انسان بدون غذاخوردن نمی‌تواند به زندگی خود ادامه دهد؛ اما در غذاهای درحال‌توسعه، کتاب نقش بسیار کم‌رنگ در زندگی خانواده‌ها دارد و تنها به‌عنوان یک وسیله سرگرمی، آن هم در مواقع بیکاری به آن نگاه می‌شود و به همین دلیل، دیدن فیلم را به خواندن کتاب ترجیح می‌دهند. فخریان در رابطه با اهمیت کتاب‌خوانی نسبت به فیلم دیدن گفت: «در دوره معاصر، فیلم به درجات گسترده‌تر از کتاب مورد استفاده قرار گرفته و مصرف تصویری مردم بیشتر از مصرف متنی‌شان بوده، اما تأثیر کتاب عمیق‌تر است و بر لایه‌های درونی‌تری اثر می‌گذارد.»

او در پاسخ به این سؤال که «چطور می‌توانیم کتاب را به اندازه فیلم برای مردم جذاب کنیم» گفت: «کتاب خواندن ذاتاً یک فعالیت جمعی نیست، درحالی که سالن سینما کاملاً بر مبنای حضور جمعی شکل گرفته است. لزومی هم ندارد این دورا به لحاظ ظاهری به هم نزدیک کنیم، اما گفت‌وگو درباره مصرف متن و خواندن را می‌توانیم به یک حرکت گروهی و جمعی تبدیل کنیم. وقتی کتابی را می‌خوانیم به هم توصیه‌اش کنیم، قرض بدهیم، و درباره‌اش حرف بزنیم.» ایرنا

### به نیا باباگردی مربی آموزش شنا:

## آموختن شنا در هر سنی امکان پذیر است



اولین دلیل برای دانستن نحوه شنا نجات جان خود و اطرافیان در شرایط بحرانی است. با یادگیری مهارت‌های اولیه مانند شناور کردن، پا زدن در آب و تنفس، می‌توانید در صورت افتادن تصادفی در آب یا بروز حادثه به خود و دیگران کمک کنید. دومین دلیل برای یادگیری شنا تناسب اندام است.

اگر شدت حرکات زیاد باشد کاملاً می‌توانید آن را بسا دودین در یک تراز تصور کنید. اما از آنجا که در کلیه حرکات‌های شنا هم قسمت‌های بالایی و هم قسمت‌های پایینی بدن‌تان در آب حرکت می‌کنند، می‌توان گفت که عضله‌ها حتی بیشتر از دودین کار می‌کنند و شما کالری بیشتری خواهید سوزاند. شنای آرام و معمولی ۵۰۰ کالری در ساعت می‌سوزاند، در حالی که شنای حرفه‌ای و قدرتی در همین مدت حدود ۷۰۰ کالری انرژی مصرف می‌کند. چون غلظت آب تقریباً ۸۰۰ برابر هواست، هر حرکت دست یا پا به نوعی یک تمرین مقاومتی کوچک برای کل بدن به‌ویژه مرکز بدن، باسن، شانه‌ها و بازوها محسوب می‌شود. پس با شنا کردن، علاوه بر اینکه کالری می‌سوزانید، حجم خالص ماهیچه‌ها را هم افزایش می‌دهد که متابولیسم بدن شما را افزایش می‌دهد.

**آیا شنا در درمان بیماری‌ها تأثیر دارد؟**  
مزیت دیگری که شنا نسبت به سایر ورزش‌ها دارد این است که از آسیب کمی برخوردار است. بنابراین برای آنها که مشکلات مفصلی دارند یا دچار پوکی استخوان هستند نیز مفید است.

اگر شما ورزش‌هایی می‌کنید که روی مفصل هایتان شدت زیادی وارد می‌کند تنیس یا دو، شنا می‌تواند برای بدنتان مثل مرهم عمل کند و این

فشار روی مفصل‌هایتان را کاهش دهد. افراد بسیاری شنا را یکی از ورزش‌هایی تلقی می‌کنند که استرس و فشارهای عصبی را پایین می‌آورد. به همین دلیل با شنا کردن نه تنها فواید جسمی عایدتان می‌شود، بلکه فواید روحی نیز می‌برید.  
**بهترین سن برای آموزش شنا کردن به کودک چه سنی است؟**  
بهترین سن برای یادگیری شنا بعد از چهار سالگی است. در این سن، بچه‌ها معمولاً می‌توانند مهارت‌های اولیه بقا در آب مانند شناور کردن، قدم زدن در آب و رسیدن به نقطه خروج را بیاموزند. در سن ۵ یا ۶ سالگی، اکثر کودکان در کلاس‌های شنا می‌توانند مهارت‌های شناهای چهارگانه را به راحتی بیاموزند.

**آیا در سنین بالای می توان شنا یادگرفت؟**  
هیچ حداکثر سنی وجود ندارد که نتوانید شروع به یادگیری شنا کنید و از تمام مزایای آن بهره‌مند شوید. در سه سالگی یا ۹۳ سالگی هم می‌توان شنا را آموخت در صورتی که این قاعده در مورد سراسر ورزش‌ها صادق نمی‌کند.  
**برای یادگیری بهتر شنا یا تقویت مهارت های شنا چه باید کرد؟**  
تمرین مداوم اولین گام در افزایش مهارت‌های شنا است.

اما برای شناگرانی که می‌خواهند این ورزش را به صورت حرفه‌ای دنبال کنند مهم است که ترکیبی از تکنیک‌های خاص را برای ایجاد مهارت‌های خوب شنا انجام دهند. این کار را می‌توان قبل، حین یا بعد از تمرین و آموزش شنا انجام داد. تمرین حرکات شنا هایتان شدت زیادی وارد می‌کند تنیس یا دو، شنا می‌تواند برای بدنتان مثل مرهم عمل کند و این

### یادداشت

#### افتادن افسار اسب قهرمانی از دست نکونام



هوشنگ نوبخت

بی شک لیگ برتر فوتبال اسامال کشور، خارج از همه مسائل فنی و جاشیه‌ای که داشت و دارد از چند لحاظ خیلی قابل توجه و ویژه شده است.

اول این که دو تیم محبوب و پر هوادار کشور یعنی استقلال و پرسپولیس از اول فصل تاکنون شانه به شانه دنبال کسب عنوان قهرمانی هستند و تنها شانس تثبیت قهرمانی برای این دو رقیب سنتی، لغزش تیم دیگر است که در هفته گذشته رخ داد و افسار اسب قهرمانی از دست نکونام و تیم اش لیز خورد تا اوسمار و یارانش یک گام بزرگ به سوی خط پایان بردارند.

این رقابت در حالی پیش می‌رفت و لیگ برتر را جذاب کرده بود که استقلال تنها با اقتدار و ثبات در بردن، می‌توانست سرنوشت خود و دیگران را رقم بزند، کاری که از عهده این تیم مقابل نساجی برنیامد و تحولی اساسی و حساس در صدر جدول اتفاق افتاد، تغییری که در طول فصل، باعث دلهره و نگرانی آبی‌های کشور بود و قرمزها برای آن لحظه شماری می‌کردند و در یک بازی تاریخی و کم نظیر موفق به سبقت از رقیب دیرینه شان شدند.

از نکات قابل توجه دیگر لیگ برتر امسال، تلاش و رقابت تیم خوزستانی نه برلی قهرمانی که برای عدم سقوط به لیگ یک است.

خوزستانی که معدن و گنجینه ناب فوتبال ایران است و چنان دارای منابع و ذخائر ثروت است که می‌تواند چند تیم حرفه‌ای را در بالاترین سطح مدیریت کند اما شرایط هر سه تیم جنوبی به گونه‌ای پیش رفت که در یک برهه کم نظیر تاریخی و در اوج بی باوری شاهد تلاش ۳ تیم جغرافیای برزیلی ایران برای ماندن در لیگ برتر هستیم، تلاشی که معجزه هم نمی‌تواند جلوی آن را بگیرد و بی شک با توجه به روند موجود، می‌توان گفت که ۲ تیم خوزستانی گزینه جدی سقوط به لیگ پایین‌تر هستند. کلام آخر این که در یکی از حساس‌ترین لیگ‌های فوتبالی کشور، شاهد سپردن صدر جدول به پرسپولیس هستیم که به شدت بعد از کامبک تاریخی اش در بازی با استقلال خوزستان و بسا روحیه مضاعف به دو بازی سخت بعدی می‌اندیشد و استقلال که فرصت طلایی صدرنشینی را از دست داد و با مصاحبه‌های جنجالی‌شان بعد از بازی قبل باید منتظر جرمه‌های سنگین از سوی کمیته اخلاق باشد.

### زندگی با رובان‌های رنگی

#### هورمون درمانی چیست؟

هورمون درمانی مانند شیمی درمانی، نوعی از درمان در سرطان پستان است که سلول‌های سرطانی را در تمام نقاط بدن درمان می‌کند. هورمون درمانی بیشتر زمانی استفاده می‌شود که سلول‌های سرطانی دارای گیرنده‌های هورمونی (استروژنی و پروژسترونی) باشند. هورمون درمانی مانند شیمی درمانی، نوعی از درمان در سرطان پستان است که سلول‌های سرطانی را در تمام نقاط بدن درمان می‌کند. هورمون درمانی بیشتر زمانی استفاده می‌شود که سلول‌های سرطانی دارای گیرنده‌های هورمونی (استروژنی و پروژسترونی) باشند. به عبارت دیگر این درمان در افرادی که در تومور آنها گیرنده‌های استروژن و پروژسترون، مثبت باشد اثر بهتری دارد. البته موارد دیگری نیز در تصمیم‌گیری برای انجام این نوع درمان وجود دارند. به عنوان مثال گاهی در زنانی که بعد از پانسی که به سرطان پستان مبتلا می‌شوند، صرف نظر از اینکه گیرنده‌ها وجود دارند یا خیر، از این نوع درمان استفاده می‌شود.

#### هورمون درمانی چگونه عمل می‌کند؟

هورمون درمانی از دو طریق عمل می‌کند:

دارو باعث کاهش سطح استروژن در بدن می‌شود و لذا سلول‌های سرطانی به استروژن کمتری برای رشد دسترسی پیدا می‌کنند. دارو به گیرنده هورمونی در سطح سلول‌های سرطانی متصل شده و مانع از دسترسی هورمون اصلی به این گیرنده‌ها می‌شود. به این صورت دارو مانع تأثیر هورمون بر سلول‌های سرطانی شده و در نتیجه باعث مهار رشد آنها می‌گردد. هدف در هر دو روش، محروم کردن سلول‌های سرطانی از هورمون‌های طبیعی بدن است که سلول‌های سرطانی زودتر از بین رفته و رشد سلول‌های باقی‌مانده آهسته‌تر شده و یا متوقف شود. انواع مختلفی از داروهای هورمون درمانی توصیه می‌شود که ممکن است به صورت قرص و تک دارویی یا ترکیبی با آمپول‌های مهارکننده تخمدان تجویز شود.

#### هورمون درمانی چقدر طول می‌کشد؟

بیمارانی که سرطان پستان در آنها محدود به ناحیه پستان است، به هورمون درمانی پاسخ خوبی می‌دهند. استفاده از داروهای هورمون درمانی در درمان سرطان پستان، حداقل به مدت ۵ سال، نتایج خوبی در بیماران داشته است. در حال حاضر بسیاری از محققین عقیده دارند که گروه‌های خاصی از بیماران از هورمون درمانی به مدت طولانی‌تر سود می‌برند. ممکن است بنا به صلاحدید پزشک هورمون درمانی پس از مدتی از یک نوع به نوع دیگر تغییر کند.

#### عوارض هورمون درمانی

به گزارش وبگاه پژوهشکده سرطان معتمد، تاموکسیفن (شایع‌ترین دارو در هورمون درمانی) علاوه بر سلول‌های سرطانی بر سایر سلول‌های بدن نیز تأثیر می‌گذارد که عوارض آن ناشی از این امر است. از جمله مهم‌ترین عوارض تاموکسیفن که در موارد نادری ممکن است است با حرکت کردن این لخته به ریه‌ها، مشکلات تنفسی برای بیمار ایجاد شود. از عوارض دیگر آن، احتمال ابتلا به سرطان رجم یا شیوع بسیار کم است. اگر پزشک معالجتان تاموکسیفن تجویز کرده، در صورت بروز عوارضی مانند خونریزی واژینال یا لکه‌بینی، حتماً پزشک خود را مطلع سازید. همچنین باید به صورت دورهای توسط متخصص زنان تحت معاینه لگن قرار بگیرید و هرگونه خونریزی یا درد غیرطبیعی را به پزشک اطلاع دهید. اما از جمله منافع بارز این دارو، می‌توان به کاهش خطر پوکی استخوان (به‌خصوص پس از سنین پانسی) اشاره کرد. لذا با در نظر گرفتن فواید تاموکسیفن، امروزه صاحب نظران استفاده از این دارو را در اغلب مبتلایان به سرطان پستان به‌عنوان درمان کمکی مفید دانسته و توصیه می‌کنند. ایرنا

## ویتامین دی

دلیل اهمیت و علائم کمبود آن در بدن چیست؟

**منابع سرشار از ویتامین B12 کدامند؟**

از آنجا که بدن انسان ویتامین B12 تولید نمی‌کند، این نشان‌دهنده سلامت بر نفس این ویتامین از طریق رعایت رژیم غذایی سالم باید دارد.

**آب پیور**  
این منبع مفید، فنیسی از پروتئین و ویتامین‌ها و مسود معدنی است

**اسفناج**  
اسفناج منبعی از مواد مغذی است که به رشد کلی و سلامت بدن کمک می‌کند

**چغندر**  
چغندر علاوه بر آنکه سرشار از آهن است، منبع ویتامین B12 نیز به حساب می‌آید

**ماست**  
ماست به دلیل پروبیوتیک‌های موجود در آن، سیستم سلامت روده شما را تقویت می‌کند

**توتلو**  
این میوه تازه میوه‌های گرم و تر است

**پوکی استخوان**  
ضعف سیستم ایمنی

**سکته قلبی**  
اسفربکری

**علائم کمبود**  
زردی شو

**افزایش فشار خون**  
خشکی دهان و پشه‌های مزمن

**توسعه بیماری های قلبی**

**پوکی استخوان**  
رشد آن‌ها کمک می‌کند

**مواجهه با**  
از بدن در برابر ابتلا به انواع سرطان

**اهمیت**  
از ابتلا به بیماری‌های فلج و کمردگی و عوارض عصبی عروق جلوگیری می‌کند

**بهبود**  
به دیابت کمک می‌کند

**چند توصیه مهم درباره مصرف مکمل‌ها**

در صورت استفاده از مکمل‌ها، محصولات کیفیت را که توسط شخص ثالث آزمایش شده‌اند، انتخاب کنید

مراقب ادعای تبلیغاتی غیرمعمول بهتر از داروی تجویزی عملی می‌کنند یا «مکمل‌ها کاملاً بی‌خطر هستند» باشید

از سایت‌های غیررسمی مانند سازمان غذا و دارو برای کسب اطلاعات استفاده کنید

همیشه پیش از شروع مصرف مکمل با یک متخصص مشورت کنید

به یاد داشته باشید که طبیعی بودن همیشه به معنای ایمن بودن نیست