قسمت دوم (پایانی)

نقش تغذیه در فرایند پیری

عباس خادم الحسینی

شاید علت اصلی این امر زود تهیه و آماده شدن و در دسترس تر بودن آنها باشد. این گونه غذاهای بسته‌بندی شده و آماده مصرف حاوی افزودنی‌های زیانباری مثل شیرین کننده‌ها، طعم دهنده‌های مصنوعی، چربی‌های کارخانه‌ای، رنگ دهنده‌ها، نگه‌دارنده‌ها و مواد شیمیایی دیگر هستند. حتی افرادی که از نظر جسمی کاملاً سالم و سلامت هستند کافی است یک ماه غذای اصلی‌شان انواع فست‌فود باشد و ورزش یا فعالیت بدنی‌شان هم کم باشد تا تمامی علائم از بین رفتن کبد و مراحل اولیه دیابت به سرعت در بدنشان پیدا شود.

فست‌فودها را می توان نوعی جنگ بین سنت و مُدرنیته نامید. این خوراکی‌ها که نتیجه سرعت در زندگی ماشینی امروزه‌اند می توانند در ردیف اصلی ترین پیر کننده‌های انسان قرن بیست و یکم قرار گیرند. موادی مثل سوسیس، کالباس، همبرگر، انواع ساندویچ‌های موجود در بازار و غذاهای کنسرو شده از این دسته‌اند.

۸- از آنجایی که هر فعالیتی که در بدن انجام می‌شود موجب تولید مواد زاید و گاهاً سمی می گردد و این مواد باید به صورت کامل از بدن دفع شوند و آب نقش مهمی در خارج کردن این مواد از بدن دارد و همچنین از آنجایی که هفتاد درصد وزن بدن من و شما را آب تشکیل می‌دهد می توان به نقش مهم آب در بدن پی برد. آب نه تنها وظیفه دفع مواد زاید را در بدن برعهده دارد بلکه نقش یک حلال مناسب و قوی را هم بازی می کند و می تواند مواد گوناگونی مانند اکسیژن، مواد معدنی، مواد مغذی و بسیاری از مواد مورد نیاز بدن را با خود حمل نموده و در دسترس تمامی سلولها قرار دهد بنابراین پیشنهاد می کنم از خوردن آب به میزان کافی و مورد نیاز بدن غافل نباشید خصوصاً در تابستان که میزان تعرق بیشتر است اجازه ندهید گرمای هوا باعث کم شدن آب بدنتان گردد. ضمناً بهتر است برای رفع تشنگی، مایعات دیگر را بیش از حد جایگزین آب نکنید. نکته دیگر این که علی رغم همه تبلیغاتی که می شود خوردن بیش از حد آب (به زور و بدون تشنگی آب خوردن) نیز کار منطقی، علمی و درستی به نظر نمی رسد و فایده‌ای برای بدن ندارد.

۹- از غذاهایی که با طبع شما سازگار نیست کمتر استفاده کنید و از خوردن غذاهایی که سیستم گوارشی شما را به زحمت می‌اندازد و یا غذاهایی که تمایلی به خوردن آنها ندارید چشم پوشی کنید. ۱۰- از افراط کردن در مصرف غذاهای سرخ کردنی یا پخته شده خودداری کنید. بهتر است حداقل یک وعده را در شبانه روز از غذاهای خام یا غذاهای آب پز شده استفاده کنید و اگر بتوانید این یک وعده را به دو وعده افزایش دهید لطف بزرگی در حق معده و سیستم گوارشی خود کرده‌اید. هلموت واند میکر می گوید: اگر می خواهی سالم بمانی و عمری طولانی داشته باشی قابلمه را فراموش کن. البته او کمی در این جمله اغراق کرده است زیرا بدن ما به همه گونه مواد غذایی نیاز دارد و پرهیز کردن به‌طور تمام و کمال از مواد پخته شده (خام‌خواری یا گیاه‌خواری) کار منطقی و علمی‌ای نیست. آنچه در این میان مسلم است این است که هر چه بیشتر اعتدال را در مصرف غذاهای پخته شده و یا سرخ شده رعایت کنید سالم تر خواهید ماند و از سلامتی بیشتری برخوردار خواهید بود.

۱۱- مصرف نوشابه های گازدار را به حداقل برسانید. با توجه به اینکه قسمت اعظم ترکیبات نوشابه ها، آب، شکر و گاز است، هیچ خاصیتی برای بدن ندارند و به علت دارا بودن مقادیر بسیار زیادی شکر و همچنین گاز محلول در مایع به سیستم گوارشی آسیب می زنند و در ایجاد چین و چروکهای پوستی نقش دارند.

۱۲- تا می توانید قند، شکر، نمک و روغن کمتری مصرف کنید خصوصاً میزان مصرف نمک و روغن خود را پایین بیاورید تا سالم تر و جوان تر بمانید و از سلامتی جسمی خود محافظت بهتری انجام داده باشید. ۱۳- هر چه سن تقویمی تان افزایش می‌یابد مصرف چربی و کالری بیش از اندازه را کمتر کنید.

۱۴- هفته‌ای دوبار از غذاهای دریایی (ماهی، میگو و ....) استفاده کنید. چرا که غذاهای دریایی کلسترول خون را پایین می آورند و سرشار از پروتئین، فسفر، ید و بسیاری مواد معدنی دیگر هستند.

۱۵- از مصرف الکل و هر نوع ماده‌ای که شما را از خود بی خود کند خودداری کنید.

۱۶- از پرخوری کردن بپرهیزید. پرخوری باعث پیری زودرس، چاقی و انباشت بیش از اندازه مواد غذایی در بدن می‌شود. پرخوری که در تعالیم دینی ما نیز از آن به عنوان عملی ناپسند و مذموم یاد شده از سرحالی و نشاط شما در دراز مدت می کاهد و در عوض تنبلی، بی حالی و بسیاری از بیماری‌ها را شما هدیه می کند (البته این مسئله به میزان تحرک و مقدار فعالیت های بدنی شما هم بستگی دارد).

۱۷- از خوردن غذا در شرایطی که دچار احساسات و عواطف منفی (مثل اضطراب، استرس، ناراحتی و...) و یا موقعی که دچار هیجانات بیش از حد هستید (مثل زمانی که یک مسابقه مهم فوتبال یا یک فیلم حادثه‌ای می‌بینید) خودداری کنید. بهتر است غذا در آرامش کامل و با آسودگی خیال صرف شود زیرا فشارهای عصبی هنگام غذا خوردن باعث می گردد که عمل هضم و گوارش با اختلال و تشنج داخلی صورت گیرد. وقتی خیلی خسته هستید نیز مشغول غذا خوردن نشوید در این حالت بهتر است یک ربع دراز بکشید و با چند نفس عمیق خستگی را تا حدی از بدن خود دور کنید سپس به غذا خوردن بپردازید. هر گونه بحث و مشاجره و یا حرف زدن معمولی هنگام غذا خوردن نیز باعث اختلال در کار سیستم گوارش و عدم جذب کامل مواد غذایی می‌شود. ۱۸- به جای استفاده از روغن‌های جامد از روغن مایع استفاده کنید مصرف روغن جامد باعث بالا رفتن کلسترول می گردد در حالی که روغن‌های مایع نباتی نه تنها کلسترول را بالا نمی‌برند بلکه به علت داشتن اسیدهای چرب اشباع نشده به ویژه اسید لینولئیک برای تندرستی و زیبایی نیز مفید هستند. مخلوط روغن تخم آفتابگردان و کره می تواند بهترین جایگزین برای روغن‌های جامد باشد. ۱۹- خود را عادت بدهید که غذا را خوب و کامل بجوید خوب جویدن غذا نه تنها هضم آن را برای معده آسان تر می کند و باعث طولانی تر شدن عمر مفید معده می‌شود بلکه خون را هم در لثه‌ها به گردش بیشتری وامی دارد و ترشح بزاق رانیز برای هضم اولیه غذا، جذب بهتر و کامل تر مواد غذایی و کشتن میکروبها بیشتر می کند. ۲۰- حداقل دو تا سه ساعت بعد از خوردن یک وعدهٔ غذایی از خوردن هر نوع خوراکی دیگر پرهیز کنید. ۲۱- بلافاصله قبل از خواب شام نخورید. بهتر است شام خود را قبل از ساعت ۹ شب صرف کنید طوری که حداقل ۲ ساعت بعد از شام خوردن به رختخواب بروید. ۲۲- حتماً شبها شام بخورید. برعکس آنچه بعضی‌ها فکر می کنند، شام نخوردن یکی از رموز سلامتی و یا جوان ماندن نیست. شام یکی از وعده های غذایی ضروری است اما آنچه مهم است این است که شام باید تا حد امکان کم کالری و سبک باشد خوردن انواع دسر و یا سالاد همراه با شام می تواند از کالری آن بکاهد. ۲۳- از افراط کردن در خوردن هر نوع ماده غذایی چه در کوتاه مدت و چه در بلند مدت پرهیز کنید. اگر تا به حال این موارد را کمتر رعایت کرده‌اید بهتر است عادات تغذیه‌ای خود را رفته رفته تغییر دهید تا سلامتی و جوانی را در خود ماندگارتر کنید زیرا اگر از سیستم تغذیه‌ای مناسبی برخوردار باشید قطعاً می توانید روند پیری را تا حد بسیار زیادی در خود کُند نمایید.

چرا تولد با مرگ...!؟

منوچهر حبیبی

هر روز تعدادی متولد می شوند و عده‌ای می میرند. روزها برای عده‌ای شیرین و برای گروهی تلخ هستند ولی این تولد و مرگ ها قصه و حکایت های عجیب و غریبی هم دارند. مثلا ۱۵ مهر ماه روز تولد ولادیمیر پوتین نخست وزیر روسیه است و همین ۱۵ مهر ماه روز مرگ آنا پوسکایا روزنامه نگار و منتقد دولت روسیه هم هست که در سال ۲۰۰۷ به طرز مشکوکی در سن ۴۵ سالگی به قتل رسید و طی این چند سال که از مرگ این خبرنگار معروف روسی می گذرد دولت روسیه که در زمان شوروی سابق هم ناراضی یان را با قتل و ترور از بین می برد هیچ اقدامی در راستای شناسایی و دستگیری و مجازات قاتلین حکومتی انجام نداده است.

بدون شک دولت روسیه که با مخالفت های داخلی روبروست سال هاست که به حذف فیزیکی و سیاسی مخالفان می پردازد و یکی از مخوف ترین سازمان های اطلاعاتی و جاسوسی را داشته و دارد تا هر صدایی را در گلو خفه کنند طوری که امروز مقتدرترین حکومت استبدادی در دنیا را روس ها دارند و در راس گروه حاکم علی رغم سیاه بازی های سیاسی که انجام می شود پوتین نخست وزیر تا مدودف رئیس جمهور قرار دارد همین استبداد و خفقان داخلی را در سیاست خارجی نیز اعمال می کنند و پشت دیکتاتورهای حکومت های کمونیستی و سوسیالیستی نیز قرار دارند و اما یک تولد، یک دیکتاتور مثل پوتین به دنیا تقدیم می کند و یک مرگ به حذف یک آزادی خواه می انجامد، حالا می بینید که روز تولد پوتین روز عزاست و روز مرگ نویسنده و روزنامه نگاری همچون خانم پوسکایا به روز ریشه زدن نهال آزادی در روسیه تبدیل می شود

تولدی که مرگ را به دنبال دارد در مقابل مرگی که تولد را هدیه می کند کم نیستند کسانی که جهانیان از روز تولدشان با نفرت یاد می کنند چرا که چشم گشودن امثال هیتلر و صدام و قذافی و ... جز نکبت، جز فقر و فلاکت، جز قتل و غارت و خونریزی برای جامعه بشری هدیه و ارمغانی به دنبال نداشته و ندارد.

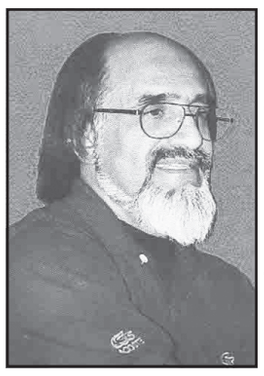
اما همه آزاد اندیشان، همه آزادی خواهان با مرگشان و با دادن جانشان آزادی و رهایی و حفظ حقوق و کرامت انسانی را برای دیگر انسان های آزاده به ارمغان می آورند. شاید سخت و دردناک باشد که این روند ادامه یابد اما تا زمانی که عده‌ای حاضر نیستند به حقوق دیگران احترام بگذارند و دست از زیاده خواهی و طمع‌ورزی خود بردارند باید عده‌ای برای روشنگری، برای آگاه کردن جامعه هایشان قربانی و فدا شوند هر چند در این جنگ نابرابر همیشه دگر اندیشان و روشنفکران و آزادی خواهان بیشترین آسیب ها و بدترین رنج و دردها را متحمل می شوند ولی حس نوع دوستی و ایمان و اعتقاد به حرمت و مقام و منزلت انسان هاست که آنان را مصمم و قوی می کند که برای رهایی و آزاد شدن ملت ها در برابر حکومت های مستبد و دیکتاتور بایستند. امروز اگر در برمه زنی «آن سان سوچی» رهبری ۲۰ ساله مخالفان با دیکتاتوری نظامیان را در دست دارد ناشی از همین عشق به رهایی و آزادی ملت برمه است، همان عشق و احساسی که در تک تک مردم اسیر و گرفتار برمه وجود دارد، همان عشق و احساسی که آنا پوسکایا نویسنده مقتول روسی داشت تا روزی مردم روسیه هم بتوانند صاحب یک نظام کاملا مردمی و آزاد باشند. شاید ۱۵ مهر پوتین برای استحکام و احیای دیکتاتوری و اختناق و ایجاد رعب و وحشت مردم کشورش متولد می شود ولی در ۱۵ مهر دیگری زنی همچون پوسکایا می میرد تا آن ابهت پوشالی را بشکند تا به مردمش پیام رساند که زندگی و مرگ لازم و ملزوم یکدیگرند و در این رهگذر مرگ با عزت بهتر از زندگی با ذلت است. حالا باید دید در برخی کشورهای مستبد و در میان دیکتاتورهای حاکم چه تعداد از مردم و روشن فکران و آزادی خواهان روز تولد دیکتاتوران به قتل رسیده و یا ترور می شوند! به راستی روز تولد هر کسی زمانی میمون و مبارک است که آن فرد در جامعه اش به عنصری مثبت و خدمتگزار تبدیل شده باشد و این همان اصلی است که برخی نقاط این کره خاکی شاهد قتل و ظلم و جنایت و کشتار گروهی و دست جمعی مردم باشیم.

شاید در برخی جوامع مردم به آزادی‌های قابل قبول و نسبی رسیده باشند اما کم نیستند نقاطی که مردم برای رسیدن به حداقل آزادی باید جان بدهند، باید بمیرند، باید روی دست های هم وطنانشان تشییع شوند تا مرگشان به تولد آزادی بینجامد. شکی نیست فردا و فرداهای دیگر، دنیا شاهد تولدهایی است که در آن روزها متاسفانه کسانی پا به جهان خواهند گذاشت که اگر به حال خودشان باشند روی چنگیز، تیمور و هیتلر و ... را سفید می کنند ولی چون در همان روزها دیگرانی پا به عرصه می گذارند و یا می میرند که در مقابل ظلم و استبداد ساکت و آرام نمی‌نشینند. شاید آینده‌ای بهتر و روشن تر پیش روی جامعه بشری باشد، شاید بتوان با بی عدالتی و ظلم و جور در هر نقطه‌ای از جهان مبارزه کرد، شاید بتوان از ریختن خون مردم بی گناه در روز تولد برخی مستبدان و دیکتاتوران جلوگیری کرد شاید بتوان علیرغم خلق و خوی ذاتی برخی از آنان انسان‌های پاک و آزاده ساخت تا با این نگاه به تولدها نگریست که هیچ کس مادرزاد جلاد، جانی، دیکتاتور، خونخوار و مستبد نیست و برای رسیدن به این هدف باید و به ناچار عده‌ای باید جان دهند تا مرگشان نه عزا که شادی و شور به ارمغان بیاورد تا در شرق و غرب عالم آدم‌ها به آزادی برسند.

قسمت چهارم

داستان زندگی لوطی صادق

نویسنده: محمد مراحل (بهبهان)



پرنده زخمی

ده، پونزده یا بیست نفر از بچه های قد و نیم قد محله با لباس های مندرس و وصله خورده و پاهای برهنه، در حالی که های و هو و جار و جنجال به راه انداخته بودند توجه حضار را به خودشان جلب می کردند آدم هایی که از مقابل آن ها عبور می کردند، کنجکاوانه به بچه ها نگاهی می انداختند و سپس بی تفاوت به راه خودش ادامه می دادند. عباس سالار و بزرگ آن ها، گُرده پا بلندی پوشیده بود و پیراهن کرباس سفید رنگش به زانوهایش می رسید، تکه پارچه ای را به صورت قلاده دور گردن پرنده ای سفید رنگ انداخته و این سو آن سو می کشید. پرنده لک لک بخت برگشته ای بود که عباس با سنگ و تیر و کمان آن را از بالای لانه اش به زیر انداخته بود. شکستگی پای لک لک کاملا آشکار بود بیچاره از درد پا و ترس، خود را به هر سو می انداخت اما نخی که دور گردنش بود او را مهار کرده و مانع پروازش می شد. یکی از بچه های شیطون و فضول در حالی که یک ترکه چوب انار توی دستش بود به سرعت خودش را به بچه ها رسانید و گفت: برید کنار ... برید کنار، الان من یه کاری می کنم که از زمین بلند بشه. بعد با آن چوب، محکم بر پشت پرنده نواخت. پرنده بیچاره ناله اش به هوا برخاست فریاد آن پرنده زخمی اسیر و شلیک خنده بچه ها باز هم توجه بیشترین عابرین را به خود جلب کرد. در این هیر و ویر جوانی بلند قامت و سبزه رو وقتی که صدای پرنده را شنید کنجکاو شد با سرعت خود را به بچه ها رسانید با دل آزردگی، آن ها را کنار زد و با لحن تندی پرسید:

- بچه ها، چه کار می کنین؟ این حیوون زبون بسته چه گناهی کرده که شما این طور اونو به بند کشیدین؟ چرا اذیتش می کنین؟ خدا خوشش نمی یاد، بچه ها خیره خیره او را نگاه می کردند. تاری در دستمال پیچیده و در دست داشت. بچه‌ها از خود می پرسیدند: او کیه؟ چه می خواد؟ چرا از این پرنده دفاع می کنه؟ چرا مثل بقیه مردم راهشو نمی گیره و بره... چرا؟

شاید بچه ها حق داشتند چرا که در این دنیای وانفسا که کسی دلش برای انسان به رحم نمی آمد دیگر این آقا کیست که دلش به حال یک پرنده می سوخت؟ یکی از بچه ها که تقریبا از همه بزرگ تر بود به صادق گفت:

- عباس با تیرو کمون زده بالشو شکسته، یه پاش هم زخمیه، با شنیدن این حرف صادق با ناراحتی و در حالی که سعی می کرد با ملایمت با بچه ها حرف بزند توی دهنش پیچید که بگوید:

خدا عباس را لعنت کند که این کار رو با این پرنده زبون بسته کرده، اما حرفش را خورده. یکی دیگر از بچه ها در حالی که با انگشتش عباس را نشان می داد گفت:

- اینه، عباس اینه

عباس هم که گویا ترسیده بود در حالی که عقب عقب می رفت. خواست که حاشا کند.

صادق با ملایمت پرسید: بی انصاف، مگه این بیچاره جاتو تنگ کرده یا بهت ظلم کرده؟ چرا این بلا را سر این زبون بسته اوردی؟ و در حالی که بغض راه نفس را توی گلویش بسته بود. زیرلب غرید: که شما آدما زورتون به اُنایی که حق تون رو می خورن نمی رسه، می رین و زیر زورگیر می آرین. و به آرامی پرنده را گرفت و نگاهی به بال خونین و شکسته اش انداخت و دست نوازشی روی سرش کشید و در حالی که چشمانش را بور کرده بود. نگاهی به پسر انداخت و گفت:

- نمی دونم تو دلت چه عقده‌ای هست که تلافی اونو سر این بیچاره در آوردی. خدا کمکت کنه و لک لک را در آغوش کشید و سرش را نوازش داد و وقتی که خواست پرنده را با خودش ببرد، عباس با گستاخی گفت: هی، آقا، پرنده منو کجا می‌بری؟ مال خودمه، به هم پس بدش... صادق جواب داد:

- می خوام پاشو درمون کنم. اگه پیش شما باشه که اون زبون بسته رو می کشین. عباس باز هم بی قراری کرد و فریاد زد و گفت: لک لک مال خودمه... اونو به هم پس بده... داد و فریاد و های و هوی به راه انداخت. صادق احساس کرد که کارش بی فایده است و از طرف دیگر نمی خواست دل پسرک را بشکند. دستش را توی جیبش فرو برد و پولی را که آن روز دستمزد گرفته بود بیرون آورد و آن را شمرد. هشت قران بود. پنج قران آن را به عباس داد و گفت:

- این هم پول لک لک، مگه حرف دیگه ای هم داری؟ عباس که انگار توی عمرش چنین پولی به دستش نرسیده بود، ذوق زده شد و با خوشحالی پا به فرار گذاشت. دو سه تا از بچه ها هم دنبال او دویدند و رفتند. اما چند بچه دیگر همچنان به صادق چسبیده و می گفتند که به ما هم پول بده... صادق سه قران باقیمانده پول هایش را هم از جیبش بیرون آورد و بین آن ها تقسیم کرد همه آن‌ها شادمانه از آن جا رفتند. صادق لک لک را بغل زد و نخی که دور گردنش بود باز کرد و راهی خانه شد.

از کوچه های پر پیچ و خمی که با عرض و پهنای کمشان فقر مضاعف آدمای نحیفی که مثل مورچه در هم می لولیدند و از راه و رسم زندگی فقط نفس کشیدن را بلد بودند و فکر می کردند که خدا دهان را فقط برای آب و نان خوردن به آن ها داده گذشت. موجودات آب و نانی با تحقیر و شاید تمسخر به او نگاه می کردند، به میدان بن بست محله که با هفت، هشت در تخته ای رنگ و رو رفته چهره فقر مردم آن جا را آشکار تر می کردند که رسید، یکی از همسایه ها از او پرسید:

- صادق مگه رفتی شکار لک لک؟ و صادق هم لبخندی زد. به خانه که رسید دق الباب کرد در حالی که در یک دست تار و در دست دیگرش پرنده را گرفته بود. مادرش کلون در تخته ای زهوار در رفته خانه را کشید و با دیدن صادق با آن وضعیت یکه ی خورد، پرسید:

- صادق این چیه تو دستته؟ تو که بنا بود بری مجلس ختنه سوران پسر کربلایی رمضون؟ صادق جواب داد: آره مادر و نگاهی به پرنده کرد و گفت: مادر حالا برات یه پرنده آوردم یه پرنده دل شکسته، و بدون این که منتظر عکس العمل مادرش باشد ادامه داد که:

- بچه ها داشتن اذیتش می کردن، اونو اُوردم خونه، مادر پرسید: چش شده؟ صادق جواب داد: یه بچه فضول اونو با تیرو کمون زده و زخمیش کرده بعد تار را زمین گذاشت، لباس بیرونیش را کند و با حوصله و به آرامی با تکه چوب و مقداری خمیر و تکه پارچه ای پای حیوان را چوب بندی کرد و بست.

پر و بال خونینش را هم تمیز کرد و خونش را بند آورد و او را توی اتاق برد و در گوشه اتاق گذاشت و قدری آب و دانه جلویش گذاشت و گفت:

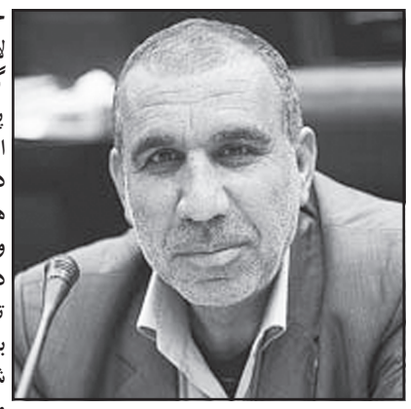
- بخور، بخور زبون بسته که گیر بد موجوداتی افتادی،

ادامه دارد...

نماینده شهرستان لارستان و خنج در گفتگو با طلوع اعلام کرد:

در صورت تخلف دولت از مصوبه مجلس، مساله در قوه قضاییه طرح و پیگیری می شود

خبرنگار پارلمانی /محمد هادی مالکی



حسنی نماینده لارستان و خنج در گفتگو با خبرنگار پارلمانی طلوع با انتقاد از عدم اختصاص ده درصد از محل هدفمندی یارانه ها به وزارت بهداشت و درمان اظهار داشت: با توجه به اینکه قبل از بودجه سال ۹۰ قرار شده بود ده درصد از محل هدفمندی یارانه‌ها به وزارت بهداشت و درمان اختصاص یابد تا مشکل کلیه بیماران نیازمند که تحت پوشش هیچگونه بیمه خدمات درمانی نیستند و همچنین جهت بیماران خاص و صحب العلاج هزینه شود این مساله در کمیسیون تصویب و در صحن علنی نیز رای آورد ولی متاسفانه دولت به این مصوبه عمل نکرد. این عضو کمیسیون بهداشت و درمان، ده درصد از محل هدفمندی یارانه ها را ۶ هزار میلیارد تومان اعلام کرد و افزود: از این مبلغ دولت فقط ۳ هزار میلیارد تومان آن را در بودجه سال ۹۰ آورد که همین مبلغ نیز هنوز اختصاص نیافته است.

نماینده لارستان و خنج گفت: کمیسیون تصمیم دارد با طرح فوریتی از معاونت راهبردی رئیس جمهور بخواهد این بودجه را به کمیسیون بهداشت و درمان اختصاص یابد و در غیر این صورت از طریق هیات رئیسه مجلس به عنوان تخلف دولت از قانون در قوه قضاییه مطرح و پیگیری شود.

حسنی اختصاص مبلغ فوق را به بخش بهداشت و درمان را بسیار مهم توصیف کرد و اذعان داشت: با پرداخت این مبلغ به وزارت بهداشت و درمان بخش زیادی از مشکل نیازمندان و افراد کم در آمد و کسانی که بیمه نیستند و بیماران خاص و صعب العلاج که هیچگونه بیمه خدمات درمانی ندارند حل خواهد شد.

نماینده لارستان و خنج یکی از مسایل مطرح در کمیسیون بهداشت و درمان را نظارت بر کمک جمعیت هلال احمر و مردم به کشور سومالی اعلام کرد و گفت: کمک های مردمی به سومالی بالغ بر ۴۰ میلیارد تومان بوده که از طریق هلال احمر جمع آوری و در چند نوبت با هواپیما به کشور سومالی ارسال شده است هفته آینده نیز بزرگترین محموله که ۵هزار تن است از طریق کشتی به کشور سومالی ارسال خواهد شد.

علی اصغر حسنی همچنین در مورد وعده های انتخاباتی خود گفت: همانطوری که در زمان انتخابات به مردم نوید داده بودم در منطقه ارتقای سیاسی ایجاد خواهد شد خوشبختانه بخش گراش به شهرستان و لار هم به فرمانداری ویژه تبدیل گردید و اکنون بخش اوز که بیش از ۶۴ سال به بخش شدن آن می گذرد و دارای شرایط و پتانسیل خوب جهت ارتقا به شهرستان را دارد و خواسته دیرینه مردم است در دست اقدام و پیگیری است و مکاتبات آن انجام شده و مقام ریاست جمهوری سفرشان به شهر اوز در افتتاحیه ی پروژه ی مسکن مهر این نوید را به مردم دادند تا اوز نیز به عنوان سی امین شهرستان استان فارس تعیین گردد.

نماینده شهرستان لارستان و خنج اقدامات بعدی خود را در جهت تبدیل جویم و بنارویه به شهرستان اعلام کرد و خاطر نشان کرد: این حق مردم این مناطق است و همچنین ارتقای چندین بخش و مرکز دهستان از جمله دهستان فراغ به بخش و دهستان درز و سایبان که پهناورترین دهستان لارستان و با فاصله ۱۲۰ کیلومتری از مرکز شهرستان قرار دارد را برنامه های اساسی خود اعلام کرد.

آگهی ابلاغ وقت دادرسی

بدینوسیله اعلام می شود آقای سید صدراله نجاتی فرزند سید امین دادخواستی به خواسته الزام به انتقال رسمی سند مالکیتی موتورسیکلت مدل ۸۲ به شماره پلاک ۱۱۷۹ شیراز -۴ پیشرو قرمز به طرفیت آقای حمید نهان دست فرزند ابراهیم تقدیم شورای حل اختلاف شعبه اول نموده که به کلاسه ۰۰۰۱ ثبت و وقت رسیدگی برای روز یک شنبه ۹۰/۸/۲۲ ساعت ۳ عصر تعیین شده به علت مجهول المکان بودن خوانده به درخواست خواهان مراتب یک نوبت آگهی می شود تا خوانده با مراجعه به این شوراواقع در فیروزآباد - مجتمع شوراها مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمایم را دریافت نموده و در وقت یاد شده جهت رسیدگی حاضر گردد در غیر اینصورت وفق مقررات قانونی اتخاذ تصمیم خواهد شد.

شماره: ۶۱۴/م الف ۳۹۶/۱۰۳۸۶

دبیرخانه شعبه اول شورای حل اختلا ف فیروزآباد

طلوع آگهی و اشتراک می‌پذیرد

۰۷۱۱-۲۳۴۴۷۷۲ ☑ ۰۷۲۱-۲۲۲۹۲۴۶ ☑

آگهی صدور سند مالکیت المثنی بخش ۱۴ فارس

نظر به اینکه آقای حسین علی ساریخانی با تسلیم دو برگ استشهادیه مدعی است که یک جلد سند مالکیت مربوط به شش دانگ یک بابخانه به مساحت ۵۷۴/۴۵ متر مربع تحت پلاک ۷۵/۷۷۲ واقع در قطعه یک قنقری علیا صفا شهر خرمی بخش ۱۴ فارس ذیل ثبت ۲۹۳۴ صفحه ۳۳۹ دفتر ۱۶ محلی به نام آقای حسینعلی ساریخانی صادر گردیده و بر اثر اسباب کشی و جابه جایی مفقود گردیده است لذا طبق تبصره یک ماده ۱۲۰ آیین نامه قانون ثبت یک نوبت آگهی می شود تا هر کس نسبت به مالکیت مورد آگهی معامله ای انجام داده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارایه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله مربوطه تسلیم نماید بدیهی است چنانچه ظرف مدت مقرر اعتراضی واصل نگردد یا در صورت اعتراض اصل سند ارایه نگردد اداره ثبت المثنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

شماره: ۵۴۴/م الف شماره: ۵۹۵۱-۹۰/۷/۲۰ ۳۹۵/۱۰۳۸۵

صفر علی کارگر - رئیس ثبت اسناد و املا ك خرم بید