روزنامه طلوع
۲۵ اسفند ۱۳۹٤ سه شنبه
٤ شماره ۱۶٤۰ سال بیست و یکم

با قانون زندگی کنیم

هر کس از سفید مهر یا سفید امضایی که به او سپرده شده است یا به هر طریق به دست آورده سوء استفاده نماید به یک تا سه سال حبس محکوم خواهد شد.

ماده ۶۷۳ قانون مجازات اسلامی

انتخابات – چالش ها ، منش ها و چینش ها

حیدر رستمی

انسان در خلقتش چنان متفاوت با کل کائنات خلق شده است که خالق او، خودش را تحسین کرده و این موجود فوق العاده را مستحق پاداشی فوق العاده دانسته است. پاداشی که فقط به بشر تعلق گرفته و آن، قدرت تعقل و اندیشه و حق انتخاب است. به این ترتیب بشر موجودی است متفکر، حسابگر و انتخابگر.

قدرت تفکر به او فرصت خلاقیت و حسابگری و انتخاب داده است. به بیان دقیق تر، انسان خداگونه است که در زمین تبعید شده است. پس او می تواند و باید عبد رحمن باشد با همان ویژگی هایی که خالقش توصیف کرده است. «عبادالرحمن، الذین یمشون علی الارض هونا و اذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاما*» «والذین لا یشهدون الزور و اذا مرّوابا الغو مرّوا کراما**»

عبادالرحمن می تواند بر چنین منصه ای جلوه گری کند. اما انتخابات و انتخاب کردن حقی است که زیبنده نوع خلقت بشر است. بشر نوعا انتخابگر خلق شده است. یکی از مهمترین عرصه ها که ملت ها دست به انتخاب می زنند، میدان سیاست و کشور داری است. در همه نظام های سیاسی مبتنی بر مردم سالاری، مردم به میزان رأی، حاکمان را انتخاب می کنند. در جمهوری اسلامی، به برکت انقلاب اسلامی، صاحبان اصلی کشور، مردم هستند و برحسب تأکید حضرت امام خمینی(ره) و مقام معظم رهبری، رأی مردم در انتخابات، میزان و حق الناس است. در انتخابات سه گروه دخالت مستقیم دارند و هر کدام موافق وظیفه ای که دارد، اثر بخش است: ۱- رأی دهندگان ۲- رأی خواهندگان ۳- مجموعه برگزار کننده انتخابات. این هر سه گروه با حق الناس سر و کار دارند و لازم است به گونه ای عمل کنند که بدهکار مردم نشوند.

در انتخابات هفتم اسفند ماه نود و چهار، در پاره ای حوزه ها، بداخلاقی هایی صورت گرفت که مناسب شأن انتخاب نبود. واقعا ارزش این را دارد که به هر قیمتی پیروزی را به دست آوریم؟!

انتخابات یک مسابقه است و در هر مسابقه ای، شرکت کنندگان دنبال کسب پیروزی هستند. اما آیا به هر قیمتی؟

انتخابات تمام می شود، دوره چهار ساله نمایندگی هم تمام می شود و از این چهار سالها بسیار سپری می شود؛ اما آثار آن سالها در اذهان مردم می ماند. اخلاق بد و افعال نامناسب، به دوستی ها، حسن همسایگی ها و نشاط جامعه صدمه می زند و گاهی اوقات کینه هایی را ایجاد می کند. اما عده ای هم به «مرّوا باالغو» پاسخ «مرّوا کراما» دادند تا به پیوندهای اجتماع و حسن همجواری ها لطمه وارد نشود. افسوس و صد افسوس که همچنان فکر می کنیم قرآن فقط به کار مجالس ختم، قبرستان ها و مرده ها می آید و آن را وارد زندگی زندگان نمی کنیم.

قرآن کتاب دستور زندگی و زنده هاست. اگر آیات قرآن را راهنمای خود در مسیر حرکت هایمان بکنیم، هیچگاه از صراط مستقیم منحرف نخواهیم شد. امیدواریم خداوند دلهای همه ما را با قرآن مأنوس کند.

---

* سوره فرقان آیه ۶۳

** سوره فرقان آیه ۷۲

چهارشنبه سوری ایمن

طاهره بیاتی- لیلا معینی
کارشناسان غیرواگیر مرکز بهداشت شهید پیرویان کازرون

توصیه هایی جهت پیشگیری از حوادث در چهارشنبه آخر سال

شب آخرین چهارشنبه سال که دربین مردم به چهارشنبه سوری معروف است، یکی از مراسم قدیمی ما ایرانیهاست.

متاسفانه در هر سال با حوادث ناگواری در این شب روبرو بوده ایم. حوادث تاسف بر انگیزی که موجب سوختگی های شدید مخصوصا در ناحیه صورت، از دست دادن چشم ،قطع عضو ویا حتی مرگ می شود. با رعایت نکات ساده ایمنی می توان از بروز حوادث دلخراش جلوگیری کرد و سالی توام با شادی و سلامتی را آغاز نمود.

نکات ایمنی در مورد روشن کردن آتش در چهارشنبه سوری:

- ☑ در صورت روشن کردن آتش ، درحجم کم باشد.
- ☑ از ریختن مواد سریع الاشتعال مانند نفت ، بنزین روی آن خودداری شود.
- ☑ اسپری و حشره کش در آتش نریزید چراکه حرارت باعث انفجارقوطی می شود.
- ☑ وسایل شیشه ای را در آتش نریزید زیرا ذرات آن پرتاب و وارد چشم می شود.
- ☑ روشن کردن آتش نزدیک پست های برق، خطرناک است. نزدیک اتومبیل(مخصوصا اتومبیلهای حاوی مواد سوختی) ، کنار مشعل گاز یا اطراف پمپ بنزینها، اقدام به روشن کردن آتش ننمایید.
- ☑ البسه بزرگ و گشاد و از نوع آتشگیر هنگام پریدن از روی آتش استفاده نشود .
- ☑ وجود یک کپسول آتش نشانی پودری در نزدیک محوطه آتش ضروری است.
- ☑ در صورت امکان، یک شیلنگ آب در نزدیکی محوطه آتش آماده گردد تا در صورت لزوم، بتوان از آن استفاده نمود. حتماً قبل از ترک محل، از خاموش شدن آتش مطمئن شوید.
- ☑ مراقب رفتارهای خطرناک و ناهنجار بوده و در صورت لزوم مراتب را به واحدهای گشتی نیروی انتظامی و یا پلیس ۱۱۰ اطلاع دهید.

کمکهای اولیه در سوختگی:

۱- لباس مصدوم را که مربوط به عضو سوخته بدن اوست در آورید.

۲- به خاطر داشته باشید که اگر لباس مصدوم به پوست ناحیه سوخته چسبیده است، لباس را از پوست جدا نکنید؛ بلکه لباس را از دور تا دور محل چسبیده قیچی کنید .

۳- ساعت، گردنبند، دستبند ، انگشتر ، کمربند و کفش های مصدوم را درصورتیکه نزدیک عضو آسیب دیده است، درآورید.

۱. ناحیه سوخته را با آب سرد شست و شو دهید و بدین طریق آن را خنک کنید. به هیچ عنوان از خمیردندان،سیب زمینی رنده شده جهت تسکین درد و بهبودی سوختگی استفاده ننمایید.

توصیه به والدین:

چهارشنبه سوری، سطحی از هیجان را در بیشتر کودکان ایجاد می کند که برای آنها خوشایند و لذت بخش است.معمولا والدین به سختی می توانند فرزندان را از این تجربه هیجانی باز دارند.در این شرایط باید هیجان کودک را تعدیل و رفتارشان را مدیریت کنیم و شرایطی فراهم کنیم که چهارشنبه سوری برای آنها امن تر شود.آموزش به فرزندان،همراهی کودک طی مراسم و ایجاد محیطی امن جهت بازی کودکان، در کاهش حوادث نقش مهمی دارد.

۴/۱۶۷۱

بانوان

وظایف همسر در دوران بارداری جهت پیشگیری از افسردگی

رقیه بناگر- فرانک دریانوش/ مرکزبهداشت شهید پیرویان

بارداری را به عنوان یک مرحله حساس زندگی مشترک شان پذیرفته و سعی کند اطلاعات علمی لازم در این خصوص را به دست آورد تا با آگاهی بتواند با تغییرات و بحران های این دوران مواجه شود. سعی در ایجاد محیط و فضایی امن و توام با آرامش و آسایش روانی و جسمانی برای زن داشته باشد.

با ناراحتی های دوران بارداری زن مانند تهوع،استفراغ و غیره اظهار همدلی و همدردی کرده و در صورت بروز نشانه های ناراحت کننده و خطرناک، با پزشک تماس بگیرد. در انجام کارها و فعالیتهایی که تا آن زمان به عهده زن بوده ،همکاری و مشارکت کند تا زن احساس خستگی، ناتوانی و درماندگی نداشته باشد. سعی کند اضطراب، نگرانی ها، خیال پردازی های زن را درک کرده و با او همدلی و همفکری کند.

با توجه به اهمیت مراقبت های روانی به موازات مراقبتهای جسمی باید در هر مرحله از مراقبتهای پیش از بارداری،بارداری و پس از زایمان ، مادران مستعد راشناسایی و با اقدامات مناسب از بروز این اختلال ها و یا عواقب بعدی آن پیشگیری کنیم .

توجه به این نکته ضروریست که آموزش خانواده ها به خصوص همسر در زمینه تغییرات طبیعی حاملگی و چگونگی ایجاد محیطی امن و آرام برای زن باردار نقش مهمی در بارداری سالم و ایمن خواهد داشت.

۴/۱۶۵۹

تاثیر خانه تکانی بر سلامت بانوان

زهرا طهماسبی - بتول دژیمند/ کارشناس مرکز بهداشت شهید پیرویان کازرون

نظافت و نظم دادن به وسایل خانه، ایجاد تنوع در دکوراسیون، تاثیر مثبتی بر روحیه افراد دارد و زندگی را از یکنواختی خارج می کند. حتی تنوع و تمیزی محیط اطراف خانه هم در پیشگیری از خمودگی و افسردگی بسیار تاثیرگذار است. امروزه ثابت شده افرادی که روزانه ۲۰ دقیقه به نظافت خانه می‌پردازند، کمتر از سایرین در معرض افسردگی قرار دارند. البته خانه تکانی «وسواسی» می‌تواند دردسرهای زیادی را ایجاد کند. اگر هنگام تمیز کردن خانه و شستشو وقت زیادی صرف می کنید و در آخر هم هنوز فکر می کنید که خوب تمیز نشده‌اند، باید بدانید که علایمی از وسواس در وجود شما نهفته است و باید به فکر درمان باشید. مهم‌ترین توصیه به خانم‌هایی که دچار این حس هستند، این است که هر چه سریعتر به یک روانشناس مراجعه کنند و بدانند که با شستشوی بیشتر و کارهای نظافتی طاقت‌فرسا هنگام خانه تکانی، چیزی جز خستگی و کمردرد را تجربه نخواهند کرد. از این جهت به وسواسی‌ها توصیه می کنیم حتی‌المقدور از خانه تکانی اجتناب کرده و این کار را به سایر اعضای خانواده تفویض کنند.

آسیب‌های خانه تکانی و راه‌های پیشگیری

درد مفاصل، آسیب ستون فقرات، گردن و کمر درد

از ظرف شستن شروع می‌کنیم؛ توصیه می‌کنیم برای شست و شوی طولانی مدت ظروف طوری بنشینید تا کمرتان با لگن شما زاویه ۹۰ درجه داشته باشد و حتما مفصل زانو کمی بالاتر از ران باشد. اگر قرار است ایستاده به شست‌وشو یا نظافت ظروف بپردازید و مدت طولانی جلوی ظرفشویی باشید، حتما باید از زیرپایی استفاده کنید و هر از چند گاهی پای راست یا چپ خود را روی آن قرار دهید تا انحنای ستون فقرات شما تغییر کند و یک نقطه از آن تحت نیروی دائمی قرار نگیرد. نباید در حالت خم به جلو یا حالت قوز کرده بایستید. بعد از ۱۵ دقیقه ظرف شستن، دست از کار بکشید، کمی راه بروید. این امر از بروز کمردردهای مزمن و آسیب‌های ستون فقرات جلوگیری می‌کند.

برای بلند کردن اجسام سنگین ابتدا نشسته، کمر را راست کرده و جسم را به آرامی بالا بیاورید. با بلند کردن نادرست یک جسم، ۱۰ برابر وزن آن به ستوان فقرات، به ویژه در ناحیه کمر فشار وارد می‌شود. افراد مختلف باید با توجه به توانایی جسمی خود عمل کنند. جابه‌جایی بیش از حد توان آنها می‌تواند باعث بروز فتق دیسک و آسیب عصبی- نخاعی در ناحیه مهره‌های کمری شود.

آسیب‌های پوستی

استفاده از دستکش هنگام کار با مواد شوینده، بهترین شیوه برای حفاظت از پوست و ناخن‌هاست؛ سعی کنید تا آنجا که ممکن است از تماس مستقیم دست‌ها با انواع مواد شوینده و پاک‌کننده خودداری کنید. اگر پوست حساسی دارید بهتر است ابتدا یک دستکش نخی و سپس روی آن یک دستکش لاستیکی دست کنید؛ زیرا گاهی اوقات پوست به لاستیک دستکش حساسیت نشان می‌دهد، البته چنانچه از دستکش‌های آشپزخانه استفاده می‌کنید، بهتر است آنها را هر چند وقت یکبار تعویض کرده یا از دستکش های لاتکس که معمولا یکبار مصرف هستند، بهره ببرید؛ البته دقت داشته باشید که دستکش‌ها نباید پاره بوده یا منفذی داشته باشد. همچنین دستورالعمل استفاده از مواد شوینده را نیز بخوانید و طبق آن عمل کنید.

آسیب‌های دستگاه تنفسی

هر کدام از شوینده‌ها PH و مواد شیمیایی مخصوص خودش را دارد و با کمک آنزیم‌هایش چربی‌ها و آلودگی‌ها را در خود حل می‌کند. مخلوط کردن این شوینده‌ها با هم می‌تواند باعث واکنش‌های شیمیایی خطرناک شده و به سیستم تنفسی آسیب برساند. مثلا مخلوط کردن هر چند جزئی وایتکس و جوهر لیمو گاز بسیار خطرناکی را تولید می‌کند که در محیط بسته خیلی زود می‌تواند باعث خفگی و مرگ شود. از این جهت توصیه می‌شود هنگام کار با مواد شوینده و ضدعفونی کننده پنجره را باز بگذارید و به هیچ عنوان در محیط بسته از آنها استفاده نکنید.

استفاده از مقادیر زیاد مواد شوینده نظیر وایتکس و جوهرنمک در مکان‌های فاقد تهویه مناسب هوا، می‌تواند به مخاط دستگاه تنفسی فوقانی (حلق و بینی) و دستگاه تنفسی تحتانی (ریه‌ها) آسیب جدی وارد کند. مصرف این مواد در افراد به ویژه افراد دچار تحریک‌پذیری راه‌های هوایی و مبتلایان به آسم و آلرژی، بسیار خطرناک است. اولین و بهترین اقدام پس از بروز اختلال، قرار گرفتن در معرض جریان هواست؛ چرا که استنشاق هوای تازه، تنفس را تسهیل می‌کند و باعث ایجاد آرامش می‌شود. خوردن شیر نیز در این موارد توصیه می‌شود، زیرا مواد شوینده‌ای نظیر وایتکس، علاوه بر آسیب رساندن به ریه و حنجره، مسمومیت‌های داخلی را هم باعث می‌شود. به هنگام استفاده از شوینده‌های شیمیایی، استفاده از ماسک هم می‌تواند موثر باشد. اما وجود هواکش و بازکردن پنجره‌ها در این زمینه، می‌تواند تا حد زیادی از بروز آسیب‌های تنفسی و آلرژی‌ها جلوگیری کند.

۴/۱۶۷۷

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آئین نامه اجرائی آن

برابر رأی شماره ۱۳۹۴۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۳۴۳۰مورخ ۹۴/۱۰/۱۳ هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای بهروز منصوری فرزند شید قلی به شماره شناسنامه ۱۳۴۰ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۲۸۰۹۶۱ در موازی ۳۴۸۹۶ سهم مشاع از ۳۹۰۷۰۹ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۳۹۰۷۰۹ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۶۷ فرعی از ۸۵ واقع در بخش ۱۶ فارس شهرستان اقلید سرحد چهاردانگه روستای چشمه رعنا که جهت آن پلاک ۶۵۵ فرعی از ۸۵ منظور گردیده خریداری از مالک رسمی آقای خسرو احمدی به میزان ۱۱۶۱۱ متر مربع و علی محمد امیدوار به میزان ۱۷۶۴۰ متر مربع و خانم پروین الزمان ستوده موضوع سند شماره ۲۸۵۸۵ مورخ ۴۶/۵/۱۳ به میزان ۵۶۴۵ متر مربع محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست مربوطه اخذ و به اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتحویل نماید.بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سندمالکیت صادرخواهد شد.

تاریخ نوبت اول : ۹۴/۱۲/۱۰ تاریخ نوبت دوم : ۹۴/۱۲/۲۵

۲۰۲۳۹/۱۰۰۲۲ رضا رحیمی – رئیس اداره ثبت اسناد و املاک اقلید

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آئین نامه اجرائی آن

برابر رأی شماره ۱۳۹۴۶۰۳۱۱۰۱۴۰۰۳۴۳۳مورخ ۹۴/۱۰/۱۳ هیأت موضوع ماده یک قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای جعفر منصوری فرزند شهید قلی به شماره شناسنامه ۱۹۷۳ صادره از اقلید به شماره ملی ۲۵۳۹۲۸۷۲۹۸ در موازی ۷۳۷۳۲ سهم مشاع از ۳۹۰۷۰۹ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۳۹۰۷۰۹ متر مربع متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۶۷ فرعی از ۸۵ واقع در بخش ۱۶ فارس شهرستان اقلید سرحد چهاردانگه روستای چشمه رعنا که جهت آن پلاک ۶۵۵ فرعی از ۸۵ منظور گردیده خریداری از مالک رسمی آقای خسرو احمدی به میزان ۲۱۲۰۵ متر رمبع و آقای علی محمد امیدوار به میزان ۳۲۲۱۶ متر مربع و خانم پروین الزمان ستوده موضوع سند شماره ۲۸۵۸۸ مورخ ۴۶/۵/۱۳ به میزان ۱۰۳۱۰ متر مربع محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست مربوطه اخذ و به اداره ثبت اسناد و املاک اقلیدتحویل نماید.بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سندمالکیت صادرخواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول : ۹۴/۱۲/۱۰

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۹۴/۱۲/۲۵ ۲۰۲۴۰/۱۰۰۲۱

رضا رحیمی – رئیس اداره ثبت اسناد و املاک اقلید