

در چهلمین دوره مسابقات کشوری قرآن کریم معرفی شد؛ رتبه نخست مؤذن شیرازی در مسابقات اذان خوانی

رئیس امور قرآنی اداره کل اوقاف و امور خیریه استان فارس خیرداد، محمد حسن توفیق زاده به عنوان نفر اول مسابقات اذان خوانی چهلمین دوره مسابقات کشوری قرآن کریم جمهوری اسلامی ایران معرفی شد. به گزارش روابط عمومی اداره کل اوقاف و امور خیریه فارس، امیرعباس جلالی گفت: این مسئول عنوان کرد: در رشته اذان خوانی ۳۵ مسابق از ۳۱ استان کشور با یکدیگر به رقابت پرداختند. جلالی با اشاره به اینکه متسابقین در بخش اذان‌خوانی، علاوه بر بخش اذان، در مسابقه کتبی نیز شرکت کردند، گفت: مرحله کشوری چهلمین دوره مسابقات قرآن کریم اوقاف از ۱۱ شهریور ماه در آذربایجان غربی آغاز شده است که تا ۲۶ شهریور ماه جاری با شرکت ۹۰۰ نخبه قرآنی از سراسر کشور ادامه دارد.



در جشنواره شهید رجایی صورت گرفت؛ کسب رتبه برتر شرکت برق منطقه‌ای فارس در بین دستگاه‌های دولتی



شرکت برق منطقه‌ای فارس در نتایج حاصله از ارزیابی عملکرد دستگاه‌های اجرائی استان در سال ۱۳۹۵ در بعد شاخص‌های عمومی، در رتبه نخست قرار گرفت. به گزارش دفتر روابط عمومی شرکت برق منطقه‌ای فارس محمد امین شرقی مدیر دفتر مدیریت استراتژیک و بهره‌وری با بیان اینکه ارزیابی‌ها هرساله توسط سازمان برنامه و بودجه انجام می‌پذیرد اظهار داشت: همه ساله با هدف بهبود و اصلاح نظام اداری، ارزیابی مربوطه تحت عنوان جشنواره شهید رجایی انجام و دستگاه‌ها بر اساس محورها و شاخص‌های معین شده‌ای مورد نظارت قرار می‌گیرند که این بار نیز شرکت برق منطقه‌ای فارس توانست با ارائه مستندات لازم، به رتبه‌های قابل قبول و مناسبی دست یابد.

رئیس سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری شیراز خبر داد برگزاری سومین جشنواره شیرازشناسی در پایتخت جوانان جهان اسلام

رئیس سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری شیراز گفت: سومین جشنواره شیرازشناسی ۱۴ تا ۲۴ شهریور ماه در بوستان بعثت برگزار می‌شود. به گزارش اداره ارتباطات سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری شیراز، احمد همتی گفت: نخست‌های تخصصی شیرازشناسی، جشن شیرازی‌ها، شب آواها و نواهای شیرازی، بخش میراث فرهنگی معنوی، بخش نمایشگاه و کارگاه هنرهای از یاد رفته صنایع دستی، بخش خوراک‌های شیرازی، بخش بازی‌های بومی و محلی و بخش گل و گلخانه از بخش‌های مختلف این جشنواره است.



قائم مقام معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی شیراز خبر داد سوانح و حوادث، دومین علت فوت کودکان زیر ۵ سال در فارس

دکتر کشاورزی، حصاربندی استخرها، تنها نگاهداشتن کودک در وان حمام و همچنین مراقبت کامل از کودک در کنار آب برای پیشگیری از غرق شدگی را در تأمین امنیت کودکان، مؤثر دانست و در مورد حوادث سوختگی در کودکان نیز توضیح داد: این موارد بیشتر با آب داغ و مایعاتی نظیر شیر اتفاق می‌افتد، برای جلوگیری از سوختگی کودکان، لازم است از حمل مایعات داغ از بالای سر کودکان خودداری کنیم، ظرف حاوی مایعات داغ را دور از لبه میز قرار دهیم و هرگز آن‌ها را روی زمین نگذاریم. دکتر کشاورزی در مورد پیشگیری از خفگی توصیه کرد: باید در تخت کودکان زیر یک سال از بالش‌های نرم استفاده نشود، در مورد پرده‌ها

او با بیان اینکه بیشترین حادثه منجر به مرگ در گروه سنی کودکان زیر پنج سال، حوادث رانندگی است، افزود: این موارد، به علت نشستن کودک در صندلی جلو اتومبیل اتفاق می‌افتد، چرا که کودکان با جثه کوچک، در هنگام تصادف حتی وقتی که در آغوش بزرگترها در صندلی جلو هستند، از پنجره اتومبیل به بیرون پرتاب شده و یا به داشبورد کوبیده می‌شوند و آسیب جدی می‌بینند؛ بنابراین توصیه می‌شود کودکان خود را در صندلی مخصوص کودک در اتومبیل بنشینان و تمامی کمربندهای آن را ببندیم. توصیه دیگر قائم مقام معاون درمان دانشگاه، رها نکردن دست کودک و چشم برداشتن از او در خیابان بود.

عضو هیئت مدیره شرکت عمران و بهسازی شهری ایران: دولت وظیفه خود می‌داند که به محلات مورد هدف باز آفرینی، نگاه تقویت‌کننده داشته باشد



وی تصریح کرد: به جای اینکه شهر را در نقاط جدید شهری بینیم و مردم را به محلاتی که وجود نداشتند بکشانیم یعنی زمین به محدوده شهر اضافه کنیم و شهر را در سمت افقی توسعه بدهیم انتظار دولت این است که حرکت به سمت و سوی بافت قدیم و بافت ساخته شده برای احیاء و باز زنده‌سازی آن‌ها صورت پذیرد. عشایری در ادامه خاطر نشان ساخت: برای این موضوع و نگاه خاص دولت و تقویت این نگاه در سال ۱۳۹۳ و ۱۳۹۴ سندی تنظیم و برنامه جامعی برای پرداخت به موضوع که باز زنده‌سازی و احیاء محلات مورد هدف باز آفرینی می‌باشد تدوین شد و به تمام نهادهای مرتبط که شامل وزارت کشور، وزارت بهداشت و درمان، وزارت راه و شهرسازی، وزارت نیرو و ساکنین این محلات ابلاغ گردید و می‌بایست بر اساس این سند و برنامه پیش روند. وی اذعان داشت در دو سال دوم یعنی ۹۵ و ۹۶ فعالیت اجرایی آغاز شده و در سال گذشته نزدیک به ۴۰ پروژه با اعتباری بالغ بر ۴۰ میلیارد تومان توسط شرکت عمران و بهسازی شهری ایران

عضو هیئت مدیره شرکت عمران و بهسازی شهری ایران گفت: دولت وظیفه خود می‌داند که در جریان خدمت‌رسانی به محلات مورد هدف باز آفرینی که نیازمند توجه خاص دولتی هستند نگاه تقویت‌کننده داشته باشد. به گزارش روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی استان فارس هوشنگ عشایری با حضور در مراسم آغاز عملیات احداث شبکه فاضلاب شهرک مهدی آباد شیراز افزود: ۱۹ میلیون نفر جمعیت در سراسر ایران ساکن محلات هدف باز آفرینی هستند که شامل محلات تاریخی در بافت شهر و محلات حاشیه شهرها سکونت‌گاه‌های غیر رسمی است. وی متذکر شد ۱۱ میلیون از ۱۹ میلیون نفر در حاشیه شهرها و سکونت‌گاه‌های غیر رسمی و ۸ میلیون نفر در بافت‌های ناکارآمد میانی و بافت تاریخی شهرها زندگی می‌کنند. عشایری با اشاره به رویکرد دولت یازدهم و دوازدهم در حوزه شهرسازی گفت: رویکرد دولت تدبیر و امید به سمت جریان سازی و باز آفرینی در محلات مورد هدف است.

آکبھی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان بهبهان

برابر رأی شماره ۲۹۲۲/۰۷۰۰۲۹۶۶۰۳۱۷۰۰۷۰۰۱۳۹۶۶ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان بهبهان تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان خانم هیله سعودی فرزند عبدالحسین به شماره شناسنامه ۷۴۷ صادره از شادگان به شماره ملی ۰۸۰۹۹۹۹۹۱۸۹۹ صادره از شادگان به مساحت ۹۵ مترمربع مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۶۹/۵۶۶۶ اصلی واقع در بخش یک بهبهان خریداری از مالک رسمی آقای اردشیر انباز محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آکبھی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آکبھی به مدت یک ماه از تاریخ اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۸/۳۲۷ الف تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۶/۰۶/۱۴ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۶/۰۶/۲۹ ۲۵۲۷۷

رئیس ثبت بهبهان - کاظمی

آکبھی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان بهبهان

برابر رأی شماره ۲۹۱۱/۰۷۰۰۲۹۶۶۰۳۱۷۰۰۷۰۰۱۳۹۶۶ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان بهبهان تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان آقای حیدر وحیدیان فرزند بندر به شماره شناسنامه ۲۹۴۳ صادره از بهبهان به شماره ملی ۰۳۳۶۰۳۸۰۱۸۶۰ صادره از شادگان یک باب ساختمان به مساحت ۱۸۱/۸۹ مترمربع مفروز و مجزی شده از پلاک ۵۶۴۵ اصلی واقع در بخش یک بهبهان خریداری از مالک رسمی آقای شیخ حسین متولی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آکبھی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آکبھی به مدت یک ماه از تاریخ اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۸/۳۲۵ الف تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۶/۰۶/۱۴ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۶/۰۶/۲۹ ۲۵۲۷۶

رئیس ثبت بهبهان - کاظمی

آکبھی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان بهبهان

برابر رأی شماره ۱۲۶۰/۰۷۰۰۲۹۶۶۰۳۱۷۰۰۷۰۰۱۳۹۶۶ مورخ ۱۳۹۶/۰۵/۱۷ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رستم تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای یعقوب نیکتام فرزند علی سینا به شماره شناسنامه ۱۳۹۶ صادره از ممسنی نسبت به ۴/۵ دانگ مشاع از شادگان ۱/۵ دانگ عرصه و اعیان یکپایه خانه به انضمام ۱/۵ دیگر اعیان به مساحت ۳۶۰/۳۹ مترمربع (۱/۵ دانگ مشاع از شادگان یکپایه عرصه به موقوفه بوشهری تعلق دارد) پلاک ۶۲۳ فرعی از ۸۶ اصلی واقع در قطعه ۹ بخش ۷ فارس شهرستان رستم اراضی مشاعی قریه مصیری انتقالی از اسکندر نیکتام فرزند علی سینا محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آکبھی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آکبھی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۱۳۹۶/۰۶/۲۸ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۶/۰۶/۱۴ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۶/۰۶/۲۸ ۲۵۲۷۵

سیدعلی عباسیان - رئیس ثبت اسناد و املاک رستم

تأثیر فضای فیزیکی مدارس بر دانش آموزان استثنائی

مهری تیمارچی - آموزگار مدرسه استثنائی نصر دختران

دانش آموزان (نابینا، ناشنوا، فلج و...) تهیه و طراحی صندلی‌هایی که کودک استثنائی بتواند برای پنج ساعت حضور در مدرسه احساس راحتی کند. رعایت حال دانش آموزان از جهت کلاس‌گذاری مثلاً کلاس ناشنویان نباید در کنار پنجره نزدیک به خیابان باشد؛ زیرا سمعک این کودکان همه

صداها را می‌گیرد و باعث می‌شود قبل از اینکه صدای معلم را بشنود، صدای بوق اتومبیل‌ها را بشنود. همچنین انواع سبزی‌های یکم‌توانی در ذهن بسیار حساس می‌باشند و تبعیض را به خوبی احساس می‌کنند. عمران و بهسازی شهری ایران به شهر شیراز گفت: ۸۵ میلیارد ریال توسط شرکت عمران و بهسازی شهری ایران به اجرای پروژه‌های مختلف در سال جاری در شهر شیراز اختصاص داده است.

با این روش‌ها در ۱۵ دقیقه لاغر شوید



تغذیه سریع اما سالم مقداری آجیل و میوه‌های خشک شده در داخل بسته‌های مجزا بریزید تا روزانه مصرف کنید. همچنین انواع سبزی‌های خام را شسته و دست‌بندی کنید تا آن‌ها را کنار یک خوراک گیاهی مانند خمص (نوعی خوراک خاورمیانه‌ای) میل کنید. اگر همواره خوراکی‌های کوچک و سالم همراه داشته باشید، دیگر نیازی نیست برای سیر شدن به مانده‌های غذای داخل یخچال و دستگاه‌های فروش غذا متوسل شوید. **با دوستان تان تماس بگیرید** به غذاهای فست‌فودی زیاد مانند گار نیست و به سادگی می‌توانید با خوراکی‌های دیگر فکرتان را منحرف کنید. مثلاً شاید با دوستان تان تماس بگیرید و بپرسید که آیا قهوه میل دارد؟ وقت‌گذرانی با دوستان می‌تواند موجب بهبود وضعیت سلامت‌تان شود. **مدیتیشن برای رفع استرس** در فرآیند لاغری، سعی کنید چند دقیقه بدون حرکت بمانید. بله درست خواندید. فعالیت‌های آرامش بخش مانند مدیتیشن می‌تواند مانع تولید هورمون استرس یعنی کورتیزول شود. این هورمون شما را به سمت مصرف اسنک‌های چرب و شیرین سوق خواهد داد. **نظافت کنید!** جاروبرقی، جارو و طی زدن فعالیت مفیدی است. نظافت نوعی تمرین ورزشی مهم محسوب می‌شود. شما در طول ۱۵ دقیقه می‌توانید حدود ۲۵ کالری در گردگیری، ۴۵ کالری در جاروبرقی زدن و ۱۰۰ کالری در تمیز کردن کف زمین کم کنید. حین انجام این کار کافی است کمی حرکات اکشن در پیابورید تا ضمن بیشتر سوزاندن کالری، درگیر یک‌نواختی نظافت کردن نشوید. **کینوآ بپزید** کینوآ گیاهی است که به خاطر دانه‌های خوراکی‌اش کاکته می‌شود. جزو غلات نیست و به خانواده اسفنج

روش‌های لاغری سالم و ماندگار، فرآیندی کوتاه است که نیاز به چندین هفته و یا چندین ماه دارد. اما این مسئله بدان معنا نیست که شما نمی‌توانید از همین حالا فرآیند لاغری را آغاز کنید. به گزارش جام جم آنلاین به نقل از فرارید، فرآیند لاغری شامل انواع تغییرات است و شما باید خودتان عامل این تغییرات باشید. در همان زمانی که شما اپلیکیشن‌های شبکه‌های اجتماعی را بررسی می‌کنید، می‌توانید گاهی مهم در زمینه لاغری بردارید. در ادامه قصد داریم ۱۵ روش را به شما معرفی کنیم که انجام‌شان تنها ۱۵ دقیقه زمان خواهند برد!

تقویم را نگاه کنید! آیا در این هفته برنامه خاصی مانند قرار شام دارید؟ هر چیزی که برنامه غذایی‌تان را مختل می‌کند، باید محسوب شود. اگر چنین است، اطمینان حاصل کنید که حواس‌تان به خورد و خوراک‌تان است. مثلاً صبح روز بعد کمی زودتر از خواب بیدار شوید و بدوید و یا غذاهای سالم‌تری را آن شب سفارش دهید.

خورشید را رها نکن! پیش از نشستن پشت میز کارتان بهتر است چند دقیقه زیر نور آفتاب قرار بگیرید تا کلوچه‌ها کمتر شما را حین کار و سوسه کنند. نتایج پژوهش منتشر شده در ژورنال پلوس وان نشان داده که نور آفتاب با پایین بودن وزن و کاهش اشتها در ارتباط است. خودروتان را در دورترین گوشه پارکینگ پارک کرده و آیا قهوه میل دارد؟ وقت‌گذرانی با دوستان روز بعد کمی زودتر از خواب بیدار شوید و بدوید و یا غذاهای سالم‌تری را آن شب سفارش دهید.

دستورهای غذایی جدید کمی در فضای مجازی چرخ بزنید تا دستورهای غذایی جدیدتر و البته سالم‌تری را پیدا کنید. این کار حتی برای شما می‌تواند بسیار مهیج باشد. **پیاده‌روی در زمان نهار** یازده دقیقه پیاده‌روی معادل ۷۰ کالری را می‌سوزاند. این کار را اگر هر روز انجام دهید، می‌توانید در طول هفته ۴۹۰ کالری بسوزانید. بنابراین در زمان صرف نهار، کمی پیاده‌روی کنید.