



تاریخ  
۱۶  
آبان  
۱۳۹۸  
پنجشنبه

## سخن بزرگان

ما دیگران را فقط تا آن قسمت از جاده که خود پیموده‌ایم می‌توانیم هدایت کنیم.

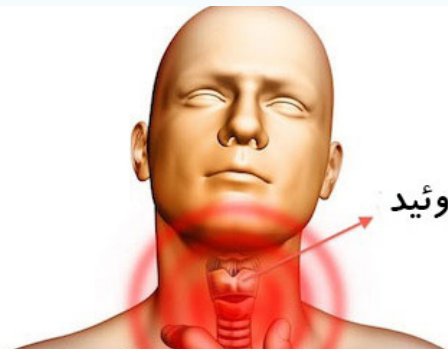
### اسکات پک

صفحه  
۵  
شماره  
۲۶۵۰  
سال  
بیست‌ونجم

## سلامت



## بیماری کم کاری مادرزادی تیروئید



### تیروئید

طاهره بیاتی، لیلا معینی، مریم نظری، سیده زهرا حسینی کارشناسان مرکز بهداشت شهید پیرویان

کم کاری مادرزادی تیروئید (هیپوتیروئیدیسم) یک بیماری ارثی و مادرزادی است. به کمبود هورمون تیروکسین در بدن نوزاد به هر علتی بیماری کم کاری تیروئید نوزادان می‌گویند. این بیماری می‌تواند به‌صورت دائمی و گذرا باشد. در نوع گذرا بیمار تا مدتی (این مدت می‌تواند از حدود دو هفته تا سه سال طول بکشد) نیاز به درمان داشته باشد و بعد از آن با شروع به کار تیروئید و تولید مقدار کافی هورمون درمان قطع شده و دیگر نیاز به مصرف دارو نباشد.

این بیماری در بدو تولد معمولاً علامت مشخصی ندارد و بهترین روش شناسایی این بیماری انجام غربالگری نوزادان است...بروز

کارت پایان خدمت اینجانب شهباز شریفی فرزند محمود به شماره شناسنامه ۱۰۲۷ و شماره ملی ۲۳۹۱۳۷۷۱۵۰ مفقود شده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد. ۸/۷۶۰

### آگهی مزایده عمومی نوبت اول

شهرداری مهر به استناد مصوبه شماره ۱۶۲ مورخ ۹۸/۰۶/۱۷ شورای اسلامی شهر مهر در نظر دارد تعداد ۲۵ قطعه زمین از املاک شهرداری (تفکیکی آقایان دوستکام و خلیلی را با شرایط و مشخصات ذیل به فروش برساند. پیشنهاد دهندگان بایستی ۵ درصد قیمت پایه را برای هر قطعه زمین به حساب سپرده شماره ۱۰۵۵۹۹۷۴۹۰۸ به نام شهرداری مهر (سیبا ملی) واریز و فیش مربوطه را ضمیمه پیشنهاد خود نمایند. ۱- به پیشنهادات مشروط و فاقد فیش سپرده ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۲- پیشنهاد دهندگان می‌توانند همه روزه در وقت اداری به منظور رویت نقشه تفکیکی قطعه زمینهای مورد مزایده و راهنمایی لازم به واحد املاک شهرداری مراجعه و یا با شماره تلفن های ۰۷۱-۵۲۸۲۴۱۸۲-۵۲۸۲۲۹۶۷-۵۲۸۲۴۱۸۲ تماس حاصل فرمایند.

۳- شهرداری در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است. ۴- سپرده برندگان اول تا سوم در صورت انصراف به نفع شهرداری ضبط خواهد شد. ۵- متقاضیان می‌توانند پیشنهاد خود را به صورت کلی یا جزئی اعلام فرمایند. ۶- هزینه های ثبتی، دبیرخانه ای، نقل و انتقال و دارایی و شهرداری و غیره برعهده بنده مزایده می‌باشد. ۷- بهای املاک مورد مزایده به صورت یکجا پس از برنده شدن متقاضی از ایشان دریافت می‌گردد. متقاضیان می‌توانند پیشنهادات خود را از تاریخ نشر آگهی نوبت دوم به مدت ۱۰ روز به امور مالی شهرداری تحویل و رسید دریافت نمایند.

اراضی سهم شهرداری از تفکیکی دوستکام

ردیف	شماره قطعه	مساحت هر قطعه (متر)	قیمت پایه هر قطعه ریال	%۵ قیمت پایه هر قطعه	آدرس
۱	۶۲	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۲	۶۳	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۳	۶۴	۳۰۰	۴۵۰۰۰۰۰۰	۲۲/۵۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۴	۶۵	۳۰۰	۴۵۰۰۰۰۰۰	۲۲/۵۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۵	۶۶	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۶	۷۵	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۷	۷۶	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۸	۷۷	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۹	۷۸	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۱۰	۷۹	۳۰۰	۴۵۰۰۰۰۰۰	۲۲/۵۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۱۱	۸۵	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۱۲	۸۶	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۱۳	۸۷	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۱۴	۸۸	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
۱۵	۸۹	۳۰۰	۴۰۰۰۰۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	بلوار آیت الله هاشمی
اراضی سهم شهرداری از تفکیکی خلیلی					
۱	۵۶	۲۵۰	۲۵۰۰۰۰۰۰	۱۲/۵۰۰/۰۰۰	بلوار خلیج فارس
۲	۵۷	۲۵۰	۲۵۰۰۰۰۰۰	۱۲/۵۰۰/۰۰۰	بلوار خلیج فارس
۳	۸۴	۳۵۶/۸۴	۳۵۰۰۰۰۰۰	۱۷/۵۰۰/۰۰۰	بلوار خلیج فارس
۴	۸۵	۲۵۰	۲۵۰۰۰۰۰۰	۱۲/۵۰۰/۰۰۰	بلوار خلیج فارس
۵	۸۶	۲۵۰	۲۵۰۰۰۰۰۰	۱۲/۵۰۰/۰۰۰	بلوار خلیج فارس

۱۰۴۹۴م/الف ۳۱۹۶۴ شناسه آگهی: ۶۵۳۹۳۶ شهرداری مهر

## چند نوشیدنی مفید برای افزایش متابولیسم بدن

اگر به دنبال یک روش طبیعی برای از دست دادن وزن اضافی یا سم‌زدایی از بدن خود هستید، در این مقاله یک راه‌حل داریم. این نوشیدنی‌های معجزه‌آسا نه تنها برای سلامتی مفید است بلکه بسیار خوشمزه هستند. آنها سوخت‌وساز بدن شما را افزایش می‌دهند و در نتیجه بدن شما چربی بیشتری می‌سوزاند و راحت‌تر وزن کم می‌کند.

**چای سبز و نعناع**  
چای سبز، ماده اصلی، اکسیداسیون چربی را بهینه می‌کند، درحالی که نعنا و لیمو از التهاب جلوگیری می‌کنند و در روند سوخت‌وساز بدن بسیار کمک می‌کنند.

**طرز تهیه آن:**  
هفت فنجان چای سبز را در یک ظرف بریزید. تعدادی از برگ‌های نعناع تازه را اضافه کنید. چند برش لیمو اضافه کنید.

ظرف را یک شب در یخچال بگذارید. از روز بعد، هر روز یک لیوان چای بنوشید. نوشیدن را به مدت یک هفته ادامه دهید.

**اسموتی توت‌فرنگی**  
نکته اصلی تقویت عضلات، مصرف پروتئین بیشتر است. این اسموتی باعث افزایش میزان پروتئین شما می‌شود و توت‌فرنگی سوخت‌وساز بدن را فعال می‌کند.

**طرز تهیه آن:**  
۱/۲ لیتر شیر بدون چربی  
۱ فنجان توت‌فرنگی  
۱/۲ فنجان جو  
۱ فنجان ماست طبیعی کم‌چربی  
۱/۴ فنجان تخم‌کنان

همه مواد را با هم در مخلوط‌کن ریخته و مخلوط کنید و از عطروطعم و مزایای نوشیدنی لذت ببرید.

**اسموتی میوه**  
این نوشیدنی بسیار خوشمزه است زیرا حاوی ترکیبی از میوه‌ها است. ماده اصلی گریپ‌فروت، ماده‌ای است که به‌طور گسترده مورد استفاده قرار می‌گیرد.

**طرز تهیه آن:**  
۲ گریپ‌فروت  
۲ برش آناناس

۱ فنجان تمشک  
۱/۲ لیوان آب  
همه‌چیز را با هم در مخلوط‌کن، مخلوط کنید و اسموتی شما آماده نوشیدن است.  
اسموتی سیب  
سیب برای سم‌زدایی و انرژی بخشیدن به بدن شما بسیار عالی است. آنها از نظر پکتین سرشار هستند و باعث کاهش میزان چربی سلول‌های شما می‌شوند. این نوشیدنی باعث تقویت عضلات و کمک به سوزاندن چربی می‌شود.  
**طرز تهیه آن:**  
۱ فنجان ماست کم‌چرب  
۱ سیب نگینی شده  
۱ قاشق غذاخوری عسل  
۱/۲ فنجان بادام  
دارچین  
۱/۲ لیتر شیر بدون چربی  
همه‌چیز را با هم در مخلوط‌کن، مخلوط کنید، نوشیدنی سالم و خوشمزه شما آماده است.  
**چای سبز و ادویه**  
این دمنوش فواید سلامتی بسیار خوبی دارد. چای سبز، فلفل و دارچین سوخت‌وساز بدن را سرعت می‌بخشد و عسل بدن شما را سم‌زدایی می‌کند.  
**طرز تهیه آن:**  
یک فنجان چای سبز آماده کنید.  
مقداری عسل اضافه کنید.  
یک مقدار فلفل کتان (کمتر از عسل) اضافه کنید.  
یک قاشق غذاخوری دارچین را اضافه کنید.



### آگهی حصر وراثت

آقای ایوب قائم پور دارای شماره ملی ۲۳۶۰۰۱۶۵۰۴ به شرح دادخواست به کلاسه ۹۸۰۷۳۵ ش ۴ از این دادگاه درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان عبدالرحمن قائم پور به شماره ملی ۲۳۷۱۶۷۲۹۰۴ در تاریخ ۱۳۹۱/۱۱/۱۲ در اقامتگاه دایمی خود بدرود زندگی ورته گشته و نه حین الفوت وی عبارتند از: ۱- زهرا گندمی فرزند قربانلی ش ملی ۲۳۷۰۲۵۸۰۰۴ - ۱۳۳۲ صادره از حوزه کازرون زوجه متوفی ۲- ایوب قائم پور فرزند عبدالرحمن ش ملی ۲۳۶۰۰۱۶۵۰۴ - ۱۳۶۸ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۳- امید قائم پور فرزند عبدالرحمن ش ملی ۲۳۷۰۴۵۳۴۰۰ - ۱۳۵۶ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۴- خلیل قائم پور فرزند عبدالرحمن ش ملی ۲۳۷۱۹۸۵۹۲۹ - ۱۳۵۹ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۵- مرضیه قائم پور فرزند عبدالرحمن ش ملی ۲۳۷۲۰۲۷۷۳۵ - ۱۳۶۱ صادره از حوزه کازرون دختر متوفی اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می‌نماید تا هرکس اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او می‌باشد از تاریخ نشر آگهی به مدت یک ماه به این شورا مراجعه و تقدیم نماید والا گواهی صادر خواهد شد. ۸/۷۹۶ الف م/۵۲۳

**زمانی بخش - رییس شعبه چهارم شورای حل اختلاف کازرون**

### آگهی تعیین حدود اختصاصی

نظر به اینکه برابر رای شماره ۱۳۹۸۶۰۳۱۱۰۳۶۰۰۷۶۲ قانون تعیین تکلیف مستقر در ثبت ناحیه ۴ شیراز شدانگ یک باب خانه به مساحت ۲۸۰/۵ مترمربع به پلاک شماره ۵۴ فرعی از ۱۰۲۵ اصلی بخش ۳ شیراز مالکیت مرضیه بذرافکن استقرار یافته و تعیین حدود پلاک های فوق تاکنون بعمل نیامده است اینک بنا به درخواست مالک مذکور و ماده قانونی باید تعیین حدود اختصاصی به عمل آید تعیین حدود روز یکشنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۹/۰۷ تعیین و عملیات تعیین حدود از ساعت ۸ صبح در محل شروع و به عمل خواهد آمد. اینک به سبب این آگهی از متقاضی مزبور و کلیه صاحبان املاک مجاور بر طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می‌شوند که در روز مقرر در محل حضور بهم رسانند و اخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتقایی طبق ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت مجلس تعدیدی تا سی روز پذیرفته خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۱۳۹۸/۰۸/۱۶  
م/الف ۳۱۹۵۵/۱۹۱۵۲۶  
شاپور زارع شبیانی - رییس ثبت اسناد و املاک منطقه ۴ شیراز

### آگهی مناقصه عمومی عمرانی

نوبت اول: ۹۸/۰۸/۱۴ روزنامه افسانه  
نوبت دوم: ۹۸/۰۸/۱۶ روزنامه طلوع

شهرداری شیراز در نظر دارد عملیات پیاده راه سلامت بلوار احمد ابن موسی منطقه دو را براساس فهارس بپاه مکانیک و برق و ابنیه سال ۹۸ را برآورد اولیه ۲۰/۸۷۲۰ ریال، از طریق مناقصه عمومی به پیمانکار حقیقی و حقوقی واجد شرایط واجد شرایط و گواهی پیمانکاران دارای رتبه بندی و گواهی تشخیص صلاحیت پیمانکاری از معاونت برنامه ریزی و نظارت راهبردی ریاست جمهوری با حداقل رتبه ی ۵ ابنیه و پیمانکاران حقیقی دارای صلاحیت مربوطه دعوت بعمل می‌آید با توجه به موارد ذیل جهت اخذ اسناد مناقصه به آدرس: ابتدای بلوار رازی شهرداری منطقه دو - واحد قراردادها مراجعه نمایند. ضمناً در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر شماره تلفن: ۰۷۱۳۷۲۵۹۸۱۷ در ساعات اداری آماده پاسخ گوئی می‌باشد.

مدت انجام کار: ۶ ماه

- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه ۹۸/۰۸/۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد که مبیاست بصورت ضمانت نامه بانکی یا فیش واریزی نقدی به حساب سپرده شماره ۷۰۰۷۹۴۶۹۶۶۷۷ شناسه آگهی: ۶۵۱۵۲۴

بانک شهر شعبه بین الحرمین بنام شهرداری شیراز ارائه گردد.

- برندگان اول و دوم مناقصه هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهدشد.

- در زمان انعقاد قرارداد ۵٪ مبلغ پیشنهادی بعنوان ضمانت حسن اجرای تعهدات پیمان بصورت ضمانت نامه بانکی یا واریز فیش نقدی از برنده مناقصه اخذ می‌گردد.

- آخرین مهلت تسلیم پیشنهادات ساعت ۱۴ روز دوشنبه مورخه ۹۸/۰۸/۲۷ می‌باشد.

- تاریخ بازگشایی پاکات ساعت ۱۵ روز دوشنبه مورخ ۹۸/۰۸/۲۷ می‌باشد. - مدت اعتبار پیشنهادها سه ماه می‌باشد. - هزینه آگهی بهنده برنده مناقصه خواهد بود. - شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار می‌باشد که در اینصورت سپرده ها مسترد خواهد شد. - شرکت در مناقصه و دادن پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف شهرداری موضوع ماده ۱۰ آئین نامه معاملات شهرداری می‌باشد. - سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به مناقصه در اسناد مناقصه مندرج است.

۳۱۹۵۶ شناسه آگهی: ۶۵۱۵۲۴

**اداره کل ارتباطات و امور بین الملل شهرداری شیراز**

### آگهی حصر وراثت

آقای ابراهیم تل جنگان فرزند مرحوم عباس به شرح درخواستی که به کلاسه ۹۸۰۷۴۰ ش ۴ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی انحصار وراثت نموده و اعلام داشته که مرحوم عباس تل جنگان فرزند مرحوم ابراهیم به شماره ملی ۲۳۷۱۷۱۲۱۸۳ - ۲۳۷۱۷۱۲۱۸۳ صادره از کازرون در تاریخ ۱۳۹۸/۲/۹ در اقامتگاه دایمی خود شهرستان کازرون فوت نموده وراث حین الفوت وی عبارتند از: ۱- صدیقه مصطفایی به شماره ملی ۲۳۷۱۷۱۹۱۵۲ - ۱۳۲۳ کازرون زوجه متوفی ۲- ایمان تل جنگان به شماره ملی ۲۳۷۰۴۹۲۲۹۵ - ۱۳۵۹ کازرون پسر متوفی ۳- ابراهیم تل جنگان به شماره ملی ۲۳۷۰۴۱۹۱۹۹ - ۱۳۵۱ کازرون پسر متوفی ۴- مریم تل جنگان به شماره ملی ۲۳۷۰۳۷۰۹۳۹ - ۱۳۴۸ کازرون دختر متوفی ۵- زهرا تل جنگان به شماره ملی ۲۳۷۱۹۱۷۳۴۶ - ۱۳۵۴ کازرون دختر متوفی ولاغیر اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می‌نماید تا هرکس اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او می‌باشد از تاریخ نشر آگهی به مدت یک ماه به این شورا مراجعه و تقدیم نماید والا گواهی صادر خواهد شد. ۸/۷۹۴ الف م/۵۲۴

**زمانی بخش - رییس شعبه چهارم شورای حل اختلاف کازرون**

### آگهی حصر وراثت

آقای حمد بحرانی دارای شماره ملی ۲۳۷۰۴۷۷۷۹۲ به شرح دادخواست به کلاسه ۹۸۷۳۲ ش ۴ از این دادگاه درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان بیگم جان ستوده به شماره ملی ۲۳۷۱۶۸۲۷۸۰ در تاریخ ۱۳۹۸/۶/۲۰ در اقامتگاه دایمی خود بدرود زندگی گشته ورته حین الفوت آن مرحوم منصرف است به: ۱- موسی بحرانی فرزند محمدجعفر ش ملی ۲۳۷۰۱۳۷۵۸۴ - ۱۳۱۲ صادره از حوزه کازرون زوج متوفیه ۲- حمد بحرانی فرزند موسی ش ملی ۲۳۷۰۴۷۷۷۹۲ - ۲۳۷۰ صادره از حوزه کازرون پسر متوفیه ۳- احد بحرانی فرزند موسی ش ملی ۲۳۷۰۴۴۳۸۱۸ - ۱۳۵۵ صادره از حوزه کازرون پسر متوفیه ۴- ایمان بحرانی فرزند موسی ش ملی ۲۳۷۲۰۱۶۵۵۵ - ۱۳۶۱ صادره از حوزه کازرون پسر متوفیه ۵- صمد بحرانی فرزند موسی ش ملی ۱۳۴۸ - ۲۳۷۰۳۲۹۲۱۰ صادره از حوزه کازرون پسر متوفیه ۶- صدیقه بحرانی فرزند موسی ش ملی ۲۳۷۱۸۷۲۰۹۴ - ۱۳۴۶ صادره از حوزه کازرون دختر متوفیه ۷- جواهر بحرانی فرزند موسی ش ملی ۲۳۷۱۸۰۵۶۳۷ - ۱۳۳۷ صادره از حوزه کازرون دختر متوفیه اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می‌نماید تا هرکس اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او می‌باشد از تاریخ نشر آگهی به مدت یک ماه به این شورا مراجعه و تقدیم نماید والا گواهی صادر خواهد شد. ۸/۷۸۹ الف م/۵۲۰

**زمانی بخش - رییس شعبه چهارم شورای حل اختلاف کازرون**