

دریایاکنار

صدای پرطنین مردم



انرژی هسته‌ای پیشگام توسعه و ابزار قدرت ملی است



بوشهر برای اولین بار میزبان ثبت بیش از ۳۰ اثر ناملموس در فهرست آثار ملی شد

روزنامه‌نگاری یعنی انتشار خبری که نمی‌خواهند منتشر شود، باقی کارها کار روابط عمومی است. (جرج اورول)

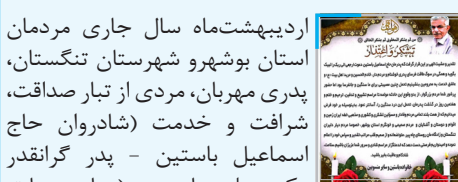
سال هشتم «شماره ۱۷۰» دوشنبه ۱۵ اردیبهشت ۱۴۰۴ - ۷ ذی القعدة ۱۴۴۶ - ۵ می ۲۰۲۵ - قیمت ۵۰۰۰ تومان

تقدیر اهالی فرهنگ، هنر و رسانه استان بوشهر از مدیر کل ارشاد؛

اتحاد بی سابقه در نهاد فرهنگی استان بوشهر به همراه حمایت حقوقی ستاد پزشکیان

خانواده باستین

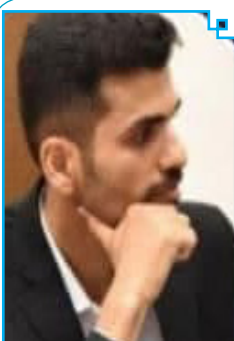
سوگ نامه ای به پاس قدردانی از همدلی مردم



اردیبهشت‌ماه سال جاری مردمان استان بوشهر و شهرستان تنگستان، پدری مهربان، مردی از تبار صداقت، شرافت و خدمت (شادروان حاج اسماعیل باستین - پدر گرانقدر دکتر علی باستین (معاون سابق استاندار بوشهر)) را بدرقه کردند؛ پدری دلسوز و مردم‌دار که تمام عمر خود را وقف خدمت صادقانه به محرومان و قدم نهادن در راه امام حسین (ع) و اهل بیت عصمت و طهارت نمود و تربیت فرزندی صالح برای ایران عزیزمان را در عالی ترین سطح ممکن رقم زد. وجود ارزشمند این بزرگ‌مرد، نعمتی گران‌بها برای استان بوشهر، به‌ویژه دیار زادگاهش تنگستان و روستای چاه‌پیر بود و کوچ زود هنگامش غمی جانکاه بر دل‌های خانواده، دوستان و مردم گذاشت اما صبر الهی و حضور پر مهر مردم در این مصیبت، مرهمی بر این اندوه شد. در پی این واقعه اندوه‌بار خانواده محترم شادروان حاج اسماعیل باستین، پیام قدردانی خود را چنین اعلام داشتند:

بسم الله الرحمن الرحيم
من لم یشکر المخلوق لم یشکر الخالق
تقدیر و مشیت الهی بر این قرار گرفت تا در سوگ پدری مهربان و خوش نام و مردم‌دار بنشینیم

ادامه صفحه ۸



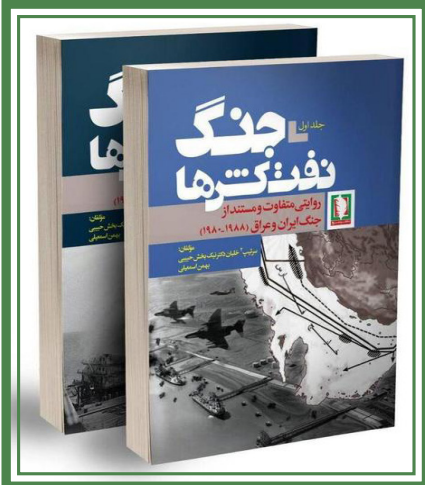
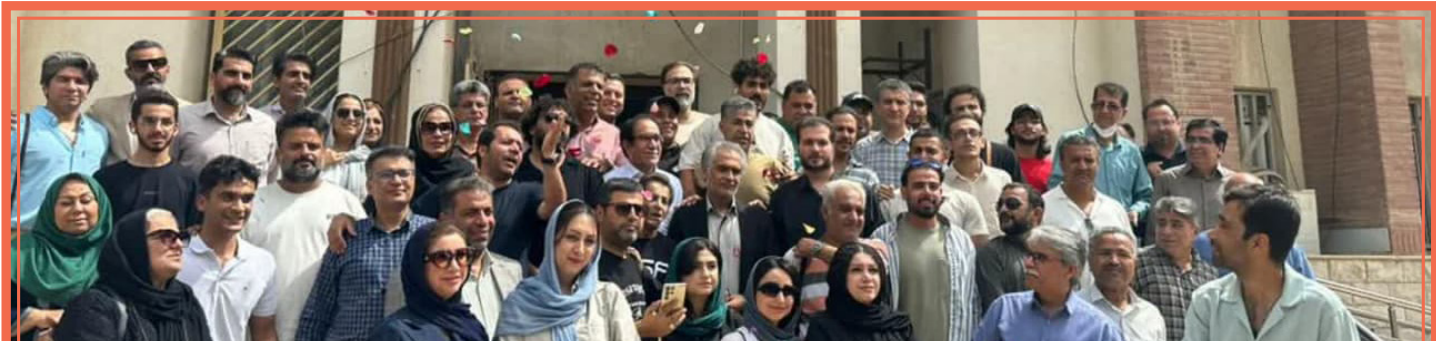
احمدرضا کهنی:
(دکتری زیست دریا)

پرورش‌دهندگان
میگو مراقب بیماری‌ها باشند!



فاطمه سلطانی:
(فرهیخته فرهنگی)

اهمیت عکاسی
قدرت یک تصویر؛ اهمیت عکاسی در دنیای امروز



نشر سرو «جنگ نفتکش‌ها» را منتشر کرد



حمایت قاطع دکتر لیلا انباری از مدیریت فرهنگی استان



وحدتیه، قطب نوظهور ورزش در استان و کشور

برگزاری نخستین همایش ملی «خلیج فارس؛ چشم‌اندازها و کارویژه‌ها» در بوشهر

مصاحبه با مسلم رویین (وکیل پایه یک دادگستری) درباره حمله به دفتر مدیر کل ارشاد بوشهر

او تأکید کرد: ورود به نهاد رسمی بدون مجوز، توهین، تهدید یا ایجاد اختلال در روند اداری، نه تنها از منظر کیفری بلکه از حیث امنیت اداری و سیاسی نیز دارای اهمیت است و باید با عاملان برخورد شود. رویین در پایان گفت: حفظ حرمت نهادهای دولتی و اداری، ضامن ثبات اجتماعی و حقوق مردم است و قانون در این زمینه ابزارهای کافی برای برخورد با هنجارشکنی و اقدامات سازمان‌یافته در اختیار دارد.



۶۱۱ ناظر بر حالتی است که افراد برای اقدام علیه جان، مال یا حیثیت مردم گرد هم آمده و مقدمات اجرایی جرم را نیز تدارک دیده ولی بدون اراده خود از انجام آن بازمانده باشند؛ که در این صورت نیز، قانون‌گذار مجازات حبس از شش ماه تا سه سال را تعیین کرده است. رویین با استناد به این دو ماده تصریح کرد: اگر این یورش از پیش هماهنگ و سازمان‌یافته بوده و مهاجمان قصد اختلال یا تعرض به اسناد، اشخاص یا اموال را داشته‌اند، مشمول یکی از این دو ماده بوده و دستگاه قضایی موظف است با توجه به ابعاد امنیتی و اداری موضوع پرونده را با دقت و قاطعیت بررسی کند.

در پی یورش تعدادی از افراد خودسر به دفتر مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان بوشهر، خبرنگار دریاکنار گفت‌وگویی با مسلم رویین (وکیل پایه یک دادگستری و مسئول حقوقی ستاد پزشکیان در استان بوشهر) انجام داد. وی با اشاره به مواد ۶۱۰ و ۶۱۱ قانون مجازات اسلامی (بخش تعزیرات) اظهار داشت: مطابق ماده ۶۱۰، اگر دو نفر یا بیشتر برای ارتکاب جرایمی علیه امنیت داخلی یا خارجی کشور تبانی کرده و وسایل ارتکاب آن را نیز فراهم کرده باشند، در صورتی که عنوان محاربه بر آنان صادق نباشد، به حبس از دو تا پنج سال محکوم خواهند شد. وی افزود: از سوی دیگر، ماده

طرح «معلم من» برای اولین بار در کشور توسط دادگستری استان بوشهر اجرا شد

هستند و کمتر دیده می‌شوند بدین وسیله و از قبل اجرای این طرح شناسایی و به جامعه قضایی معرفی می‌شوند. هدف دیگر شناسایی نیازمندی‌ها و مطالبات این قشر و پیگیری آنها توسط دستگاه قضایی است. منظور نیز امروز مراسمی جهت تجلیل از این بزرگواران برگزار شد که امیدواریم این طرح استمرار داشته باشد و حتی دستگاه‌های دیگر نیز می‌توانند این طرح را اجرا کنند. در طی این آیین، مجید آرامی معاون اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم دادگستری استان بوشهر نیز ضمن تبریک به مناسبت فرا رسیدن دهه کرامت و بزرگداشت روز معلم، به تبیین طرح معلم من پرداخت و بیان داشت: در این طرح ۴ هدف اصلی مدنظر است که عبارتند از:



۱) تکریم و تجلیل از معلمان همکاران قضایی و اداری که در تربیت، تعالی و آموزش و تامین نیروی انسانی مورد نیاز جامعه قضایی نقش آفرین بوده‌اند. ۲) آشنایی و ارتباط گیری دانش آموزان دیروز که مدیران قضایی و اداری امروز هستند با معلمان قبلی که هم از منظر عاطفی امری پسندیده است و هم یک ضرورت است که معلمانی که بازنشسته

مهدی مهرانگیز (رئیس کل دادگستری استان بوشهر) فرزندان و دانش آموزان بپردازند. مهرانگیز در ادامه افزود: طبق احادیث شریف پدر سوم هر شخص معلم آن شخص می‌باشد و این نشان از اهمیت این مقام در تعلیم تربیت انسان‌ها دارد که به همین منظور نیز امروز مراسمی جهت تجلیل از این بزرگواران برگزار شد که امیدواریم این طرح استمرار داشته باشد و حتی دستگاه‌های دیگر نیز می‌توانند این طرح را اجرا کنند. در طی این آیین، مجید آرامی معاون اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم دادگستری استان بوشهر نیز ضمن تبریک به مناسبت فرا رسیدن دهه کرامت و بزرگداشت روز معلم، به تبیین طرح معلم من پرداخت و بیان داشت: در این طرح ۴ هدف اصلی مدنظر است که عبارتند از:

اتحاد تاریخی اهالی فرهنگ بوشهر در حمایت از مدیر کل ارشاد به همراه حمایت حقوقی ستاد پزشکیان



حضور، نمادی از پایداری به شأن فرهنگ و ایستادگی در برابر بی‌نظمی‌های غیرقانونی است. بسیاری از شرکت‌کنندگان تأکید کردند که چنین سطحی از اتحاد و همبستگی در نهاد فرهنگ استان طی سال‌های اخیر بی‌سابقه بوده و می‌تواند الگویی برای دیگر استان‌ها باشد. در ادامه این رویداد، مسلم رویین (مسئول حقوقی ستاد دکتر پزشکیان در استان بوشهر) نیز با صدور بیانیهای اعلام کرد: حمایت حقوقی از اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان بوشهر در دستور کار قرار دارد و ما وظیفه خود می‌دانیم در کنار مدیران فرهنگی دلسوز بایستیم و با بهره‌گیری از ظرفیت‌های قانونی، از نهادهای فرهنگی حمایت کنیم.

امروز صحنه‌ای کم‌سابقه از همدلی و وفای فرهنگی در استان بوشهر رقم خورد جمعی از چهره‌های سرشناس عرصه فرهنگ، هنر و رسانه با حضور در اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان، از عملکرد صبورانه و تعامل‌محور محمدحسین زندویان (مدیرکل ارشاد بوشهر) در مواجهه با برخی اعتراضات غیرقانونی، تقدیر کردند. در این دیدار که ساعت ۹ صبح آغاز شد، هنرمندان و فعالان رسانه‌ای با اهدای گل و بیان سخنانی صمیمانه، از شیوه مدیریتی مبتنی بر آرامش، گفت‌وگو و احترام متقابل توسط مدیرکل ارشاد بوشهر تمجید کردند. در بیانیهای که به همین مناسبت منتشر شد، آمده است: در بزرگراه‌های حساس اهالی فرهنگ و هنر باید با صدایی واحد از نهادهای فرهنگی حمایت کنند این



خیال بافی

سر تا پای خیال
دست کم
پُر شده از سیاه و سفیدی‌ها
چه‌قدر که به صورتم نمی‌آید
وقتی به لبخندی اجباری مجابم می‌کنی
تا چال گونه‌ام
پر شود از قطره‌های
شوری که به دلم می‌اندازی
سفید
سفید
سفید می‌شود، اما

شعله خاموش عشق

درخت سر به زیر من، از آسمان چه خبر؟
شکوه قلب مرا تو فروختی به تبر
دلم نشسته به خون و بوته‌ی احزان
چه بعد تو شکوفه داده و نشست به ثمر
چنان شعله کشید بر دل آتش چشمت
که از جنگل قلبم، به جا نمانده اثر
چنان کلام تیز تو، نشسته بر جانم
که به برنگی آن نمی‌شود خنجر
وجود من به خاطرت، غمین و بد حال است
نپرس حال مرا لطفاً، از خودت چه خبر؟

طلعه

سنگم که طلعه‌های تو آبم نمی‌کند
چشمان دوزخیت کبابم نمی‌کند
غیر از غم قشنگ تو این روزها کسی
آدم در این حدود حسابم نمی‌کند
لای هزار و یک شب موت مرا بیچ
این قصه‌های یخ زده خواهم نمی‌کند
شبها عمیق تر بغلت می‌کنم که روز
از شرم، بوسه‌ی تو مجابم نمی‌کند
سنگین بریز، آب گذشته است از سرم

والا ترین پیغام حق، مادر

والا ترین پیغام حق، مادر تو هستی
تا این جهان باشد بدان سرور تو هستی
گلهای این دنیا تماش زبیر پایت
زیباترین لبخند یک مظهر تو هستی
با عطر گیسویت نشاندی در دلم نور
در فصل پاییز بهاری تر تو هستی
هم غرق مهرم تا بیایی در کنارم

دار قالی

به دار قالی ام آویخته، رنگ هایی از جنس تو
همه یکرنگ و دل انگیز عطر تو
کمی رنگ پاشیده ام میان تار و پودی
تا که جان بگیرد چینی دلش...
ترک هایش التیام بگیرد از نفس جان تو
دل شود و دار قالی و همدم تو ...
سرو و سنبل شود از خروش جانش

بهانه

بیا که بی تو دلم هی بهانه می‌گیرد
بهانه‌ی سخن عاشقانه می‌گیرد
تویی طراوت باران، ز طرح خنده‌ی تو
گل و گیاه وجودم جوانه می‌گیرد
نگاه نافذ تو تیر زهر آلودی است
که قلب کوچک ما را نشانه می‌گیرد
دلم به اوج و فرود صدای جان‌بخشت
تب شنیدن تار و ترانه می‌گیرد
مشاطه دست پر از مهر توست، موهابم

تنگسون

سلام اهرم سلام ای تنگسونم
سلام ای زادگاه مهربونم
سلام برمردمون پاک وساده ات
سلام برمردمان بی غفادت
سلام بر آن کلات باوقایت
بیوسم جای جای خاک پایت
سلام بر آب گرم پردوایت
بگیرد از تنم درد آن هوایت
سلام برچشمه‌های داغ گرم‌ت

«مانیفیست»

پنجره‌ی اتاق کارم
به کوهستان باز می‌شود
و میز تحریری دارم
که صبح‌ها
غرق شب‌نم است
با هر کلمه‌ای
که می‌نویسم
اسبی به رودخانه می‌زند
با هر سطر
بارانی هوا را پاکیزه می‌کند

دست بردار نمی‌شوم
فقط خیال می‌یافم
تا از گردنم؛
چند دور قمری...
اصلاً بگذریم
این‌جا پُر شده
از باروت‌های شلیک نشده
که بوی خون می‌دهند
و عکس‌های سیاه و سفیدی که
دارند هی سرخ‌تر می‌شوند

مژگان معدنی



همیشه
پشت حال بد،
دلیل و معلولی است
تویی دلیل
حال تار من،
همان یه نفر
دلم برای حضور
بی حضور تو تنگ است
تو نیستی و دلخوشم، به این قلم دفتر

هورزاد اسکندری



اندوه، جرعه جرعه خرابم
نمی‌کند
چندین هزار بیت پراکنده
در من است
شاعر کسی اگر چه خطابم
نمی‌کند

از زندگی بریده ام و دل خوشم به مرگ
در انتها، خلاصه جوابم نمی‌کند

ایرج انصاری فرد



هم غرق نورم تاج سر، اختر
تو هستی
هر دم نفس هایت برایم
میشود جان
مستانه ام جانا بگو ساغر تو
هستی

حمیرا رنجبر



لبریز گل شود نقشه‌ی
هیاهوی تنش
هر گره اش باشد رقص
نگاه تو ...
رنگ لعابش آویزه‌ی
گوش تو

مریم کریم پور سامانی



سراغ ناز و نوازش ز شانه می
گیرد
منم پرنده‌ی جلدی که صبح
و ظهر و غروب
به شوق دیدن تو راه خانه
می‌گیرد
بیا که کودک نوپا و سرسپرده‌ی شعر
تو را برای سرودن بهانه می‌گیرد

افسانه‌آسترکی



سلام برکوه‌های سر فرازت
سلام بر نخل‌های سرو
نازت
همیشه باشی وداغت نبینم
مو از نخل‌های تو خرما
بچینم
بشینم مو کنار سد باهوش
گذار عمر خود در او ببینم

طوبی حسینی حقیقی



گاه در خیالاتم
آن قدر از آبادی دور
می‌شوم
که فقط
همهمه‌ی آبشار را
می‌شنوم
مانیفیست من
پل‌های روی دره‌اند
که می‌گویند
شاعر در نهایت تنهاست.

مانا آقایی

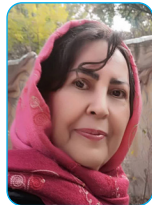
یاس‌ها

وقتی یاس‌ها
در اعماق علف‌ها
سر خم می‌کنند ...
دستانم رو به آسمان
تشنه می‌شوند ...

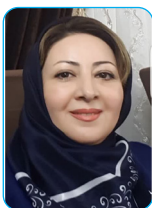
بوئیدن سیب
در آرزویت
عشق را سر می‌کشم
و می‌روم تا بوئیدن سیب
جرعه‌ای سکوت ...
سرشار از آرامش می‌شوم ...

نگاه

موسی به اشاره‌ای
دریا می‌شکافد
و تو با نگاهی
دلم را می‌نشینم تا
قاصدک‌ها را
نقاشی‌کنم
و کیوتران پرواز را
نگاهم گویای همه چیز است ...



عارفه روئین



نسخه‌ایی برای تو

هیچ نسخه‌ایی برای من نییچ
جز دست‌هایت را
محکم تر دور تنم
دنیای بدون جنگ
دست پسر قلم داده ام
دخترم یک ساز
خیالم راحت است
از نسل من کسی
سر جنگ ندارد

راحله جمالیان



دل‌تنگی

دل‌تنگ تو، من می‌شوم
حتی آن لحظه
که کنارت می‌ایستم
در قلب زیبایی تو عشق است
ولی من صاحب آن نیستم!

یاس غلامی (یاسی)



وداع

آوای نفس‌هایم
در عمق جانم
بر این صنوبر
که می‌کشد خاک را
روی داد
و انتها اتفاق افتاد
پس صدای گرفته
چکاوک میان انحصارسیلی باد

صبا جدکاره



زخم زبان

لالم کرد زمانه برای حرف زدن
گفت سکوت کن حرفی نزن
حرف زدن زخم دارد آخر
طلعه‌های درد دارد
گفت حرف هایت را نگه دار
گوشه‌ی دلت
دنیا برای زخم خورده‌ها پناهی ندارد

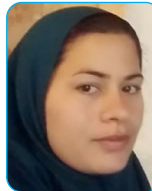
بتول سرگز



بارش

دوش تفنگ را می‌کشید
پدرم نخل را
انقلاب از خلخال پاها
آغاز گردید
شلاق صدای اسب را
در دل ابر پیچاند
اشک می‌بارید
همچنان بارش ادامه دارد!

قاسم بغلانی



نگاه

چشم‌هایم حرف‌های زیادی
برای گفتن دارند
مثل نگاه
غریب یک مسافر
که دردهایش را می‌گرید

فراموشی

از باغ نگاهم
فراموش نمی‌شوی
هرگز من سال‌ها
در انتظار سایات نشستم

سودابه کیانیان

شهید

هزار شهید که با نامتان می‌اندیشیم
و در مراتب ایمان‌تان می‌اندیشیم
به بیقراری پرچم، عهد جان بستید
به دل سیاری الحانتان می‌اندیشیم
خدای کمبه بگویند حق شود آغاز
به حامیان فراوان‌تان می‌اندیشیم
در این شهادت جانسوز سید اهل ولا
به خون بر لب خندان‌تان می‌اندیشیم
قسم به عشق عزیزان که شهرت وطن‌اند
به قرض بودن ارکان‌تان می‌اندیشیم

مادر (به یاد مادر عزیزم)

شب آمد و به حال گریه افتادم
دلم را به نبودت خبر دادم
ناله و اشک و آه و افسوسم
خرابه‌ای که به ظاهر آبادم
شکسته دلم مثال مجنونم
بیا که با خیال تو دلشادم

سکوت

به کوتاهی آن لبخند تاریکی
که از فرط سکوت مطلق اعدام باورها
میان وحشت بی‌اعتمادی
در پی زندان افسون دو چشم پر فریب زندگی دیدم
در آن افکار پوچ مغز نافهمی
که از یک آخر کج فهم می‌دزد
میان مسلک دزدان بی‌رحمی
که خون را چون شرابی ساده می‌نوشند
و انسانی که راهش را درون توده‌ای
از رنج گم کرده بی‌چیزی نمی‌گرم

پروانه وار

خواهیدم و گل دیدم و عطرین شده روزم
خواهم که چو سنجاق دلم را به تو دوزم
از شمع نگاهی که به جانم زده آتش
ترسم که در این راه چو پروانه بسوزم

نگاه

چنان از دیدن چشمان تو کردم مسلمانی
که دنیا خیره گشته سوی چشم مرد ایرانی
بریدم دست و دل را با نگاهت یوسفی شاید
زلیخا گون تو را می‌خواهم ای چاقوی زنجانی



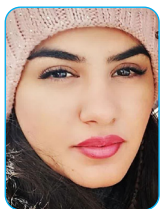
رسول وار در حلقه
تنیده‌اید و خوشید
نفس نفس به خیابان
تان می‌اندیشیم
عقال چفیه‌ی زهرا که
مثل دیروز است
و عشق ما است، به
فرمانتان می‌اندیشیم
به رسم پرچم سرخ و سفید و سبز وطن
به صحنه صحنه‌ی اکرانتان می‌اندیشیم

هادی مجاهد

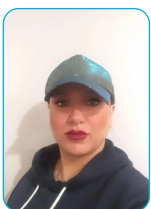


سر من را به شانه‌ات
بگذار
آغوش گرم مانده در
یادم
پناه بی‌دریغ من، مادر
نیستی و به حال گریه
افتادم

فریماه فرجامی



راضیه اخلاقی راد



خاطرات
جان چشمانت
آرام آرام
ورق بزن خاطراتم را
جای دل‌تنگی‌هایم
عجیب درد می‌کند ...

رویا

روزی اگر از من پرسیدند
بگو خانه کوچکی داشت
روایهای بزرگی در سر
دلخوشی‌هایی اندک
اما من همان چای عصرانه اش را
به کامش تلخ کردم

انتظار

از فروردین تا شهریور
منتظرت ماندم
برگ ریزان که رسید
آرزوی الزایمر کردم ...

زانت شیدا



حالا چرا

آمدی جانم به قربانت ولی حالا چرا
بی وفا حالا که من افتاده ام از پا چرا
نوشدارویی و بعد از مرگ سهراب آمدی
سنگدل این زودتر می‌خواستی حالا چرا
عمر ما را مهلت امروز و فردای تو نیست
من که یک امروز مهمان توام فردا چرا
نازنینا ما به ناز تو جوانی داده ایم
وہ که با این عمرهای کوتاه بی اعتبار
اینهمه غافل شدن از چون منی شیدا چرا
شور فرهادم بپرسش سر به زیر افکنده بود
ای لب شیرین جواب تلخ سربالا چرا
ای شب هجران که یک دم در تو چشم من نخفت
اینقدر با بخت خواب آلود من لالا چرا
آسمان چون جمع مشتاقان پریشان می‌کند
در شگفتم من نمی‌پاشد ز هم دنیا چرا
در خزان هجر گل‌ای بلبل طبع حزین
خامشی شرط وفاداری بود غوغا چرا
شهریارا بی حبيب خود نمی‌کردی سفر
این سفر راه قیامت میروی تنها چرا

شهریار



دوست

ای دوست، تا که دسترسی داری
حاجت بر آر اهل تمنا را
زیراک جستن دل مسکینان
شایان سعادت است توانا را

پروین اعتصامی



لیلا کامران (فرهیخته فرهنگی)

قند شیرین روزهای تلخ من، مهربان ترین یار من، تمام ناتمامم، عشق بی‌انتها، خدای خوب و مهربانم!

یگانه محبوب قلب و جانم، مونس شب‌های تارم، نور دل و دیده‌ام، ای همه کسم! امید من در روزهای ناامیدی و بی‌کسی. خوب به خاطر دارم؛ درست همان زمان‌هایی که راه سخت می‌شد و همه فاصله می‌گرفتند، تو بودی...

تو بودی که با شوق و شور، در آغوشم می‌کشیدی.

آن وقت‌ها که حتی خودم حوصله خودم را نداشتم و گوشی برای شنیدن نبود، تو بی‌منت مرا به آغوش امن مهربانت می‌بردی. موهایم را با دستان نوازش‌گرت آرام می‌کردی، اشک‌های چشمم را با پوسه‌هایت می‌شستی. پای همه غرغرها و ناله‌هایم می‌نشستی و از امید و نور برایم می‌گفتی ...

از فرادهای روشنی که قرار بود بعد از توکل من متولد شوند.



صدیقه محمدی(فرهیخته فرهنگی)

جاده در هیاهوی عبور ماشین‌ها خودش را پهن کرده بود. کامیون با سرعت به راهش ادامه می‌داد. شکم راننده به قار و قور افتاد. بغل جاده، چشمش به تابلوی «رستوران عمو محمود» خورد. زبانش را دور دهانش چرخاند، «ایمن رستورزران!». کامیون را پارک کرد. پیاده شد. باد خنک پاییزی میان موهای سفید ژولیده‌اش پیچید. بغل جاده، جلوی مغازه‌ی کوچکی بغل رستوران به توپ‌های آویزان نگاه کرد. زیر لب گفت: «باباا! حامد آرزو توپ بازی کردند به دلم موند.» سمارو بزرگی روی میز کهنه‌ای قل قل زنان بخار را به هوا می‌فرستاد، هااا می‌چایی قبل ناهار می‌چسبیه.اهای پسر به چای بیار. روی نیمکت جلوی مغازه نشست به فنجان کمرباریک چای نگاه کرد. «حسن فنچونا جهازمو دیدی؟» «آره مثل خودت قشنگن. چای را سرکشید و سلاانه سلاانه به سمت رستوران رفت. در توری پاره را هل داد. بغل شیشه‌ها جای رد دست، به سیاهی گشته بود. هیکش را به داخل کشاند. چشمان ریز فرو رفته در صورتش را به اطراف چرخاند. هوا دم کرده و بوی غذا و عرق تن مسافران در فضا پیچیده بود. صندلی‌های دور میز تقریباً پر بود. چشمش دیوارهای کدرا را پانید. قدم بر موزائیک‌های پر از لکه‌های چربی گذاشت. نگاهی به اطراف انداخت. رو به خدمتکار لاغری که لباس سفید کثیفی تنش بود کرد. «هیخوام غذا بگیرم» پرسک با دست کیشه را نشان داد. قدم زنان خودش را به سمت گیشی رنگ و رو رفته کشاند. مسافران مشغول خوردن و صحبت کردن بودند، سرش را خارزد و لبهایش را جمع کرد. رو به مرد پشت گیشه که سرش پایین بود گفت: «آقا یه



ریحانه مروتی(فرهیخته فرهنگی)

یکی مانده به دندان عقلم، دندان کرم خورده‌ای دارم. این دندان مرا بیمار خودش کرده، نمی‌گذارذ آب خوش از گلویم پایین برود. همینکه آب یخ پایش می‌نشیند، اول با گچ نخته سیاه را خط خطی می‌کند و بعد جیغ می‌کشد. همان دم مور مورم می‌شود وصورتم مجاله، صدای جیغ را که می‌شنوم شاندام بالا می‌پرد و دستم جلوی دهانم می‌آید.

این دندان هر روز بودنش را به رخم می‌کشد. با آرنج توی پهلویم می‌زند و می‌گوید: من هستم، حالا که داری دردم را می‌کشی پس لابد تو هم هستی!

آنقدر یاسین در گوش آدم خوانده است که باورم شده مبنای بقایم همین درد دندان است.

هربار که با آن لیم را گاز می‌گیرم لذت عجیبی در تنم می‌پیچد، دوست دارم با گوشتم جاهای خالی‌اش را پر کنم. امروز صبح دندانم، بیماراش را پیش دندان‌پزشک برد. دکتر وقتی معاینهام کرد گفت: تا عفونتش دندان عقل کناری را هم کرم‌خورده نکرده باید آن را بکشم. شتاب‌زده از جایم برخاستم و گفتم: من عقل کرم‌خورده را از دندان عقل کرم‌خورده نترسان. من دندان کرم‌خورده زیاد دور و ورم دارم



راضیه قبادی(فرهیخته فرهنگی)

یکم اردیبهشت، بهشت، دریا کنار، خلیج فارس، ایبت بی‌انتهای هستی، رگ‌های خروشان حیات، سی‌امین سالگرد تأسیس نشریه‌ای از جنس صداقت و مهرورزی.

راستی و درستی بر همه‌ی دریاکناری‌های عزیز و مخاطبان ارزشمند و مسئولان بی‌ادعا مبارک باد نقطه‌ی آغاز و شروع بی‌شائبه‌ی و پرتلاش این نشریه‌ی نفیس مبارک باد.

کارکردنی از روی خلوص و فرهیختگی، برای مردمی که لایقشان بهترین‌هاست، رسوخ آگاهی در تار و پود قلب‌های آیینه‌ای و شفاف، و جاری بودن چون دریا و موج در عرصه‌های شگفتی‌آفرین و خلق گلوآژه‌های رشد و بالندگی در گرمایی که آفتاب چکه می‌کند از از روزنه‌های پرنورش. فرخنده باد این راه، این پویش، این تفکر و اندیشه‌های ناب را، اتحاد را، همدلی را طلوع، تا فتح دروازه‌های سعادت، تا رسیدن به قلعه‌های پیشرفت و سکونت در وادی بی‌ریای دلبری‌های بهارگونه.



آتنا سرخه(فرهیخته فرهنگی)

یادمه یه روز خیلی بغض کرده بودم، قلمم تو سینه م سنگینی می‌کرد و بغض تقلا می کرد واسه رها شدن. ولی واسه اینکه کام بقیه رو تلخ نکنم جلوی خودم و گرفتم اون روز یه روز شد- دو روز شد یه هفته شد شد یک ماه. و عادت کردم، از درون هر روز می بارم اما به ظاهر خوشحالم. به قول فروغ که می گفت: شهامت می‌خواد سرد باشی و گرم بخندی.

و افسوس ... که گاهی توکل نمی‌کردم، گاهی بی‌صبر می‌شدم و گمان می‌بردم تو زیر وعده‌هایت زده‌ای.

اما باز ... باز تو بودی، بلندتر از هر دیواری کوتاه، مهربان‌تر از هر آغوشی باز.

هنوز به روشنی به خاطر دارم:

وقتی بعد از گریه‌های شبانه از پا می‌افتادم، تو دوباره جان می‌شدی در تن خسته و بی‌جانم.

هیچ‌کس به اندازه تو، مرا بلد نبود و نیست؛ هیچ‌کس جز تو راه دل مرا، راه عاشقی با مرا، بلد نیست.

آری، تو همان عشق پابرجا و همیشگی منی؛ عشقی که نه اشتباهاتم، نه گناهانم، نه شکایت‌ها و بدگویی‌ها، و نه حتی بی‌ایمانی‌هایم ذره‌ای از آن کاست.

هرگز لحظه‌ای از من غافل نشدی، هرگز لحظه‌ای تنهایم نگذاشتی.

تو همیشه برایم مادری مهربان بودی؛ مادری که هرچند تهدید به تنبیه می‌کند،

حکایت قند شیرین روزهای تلخ من

اما دلش نمی‌آید دستی به تن فرزندش بلند کند.آخ که چه قدر خواستنی و دوست‌داشتنی هستی ...

چقدر زیبا و مقتدری...

چقدر جنس عشق تو باشکوه و متفاوت است ...

چقدر شایسته ستایش و پرستش! چگونه می‌توان به تو هر لحظه سجده نکرد؟ چطور می‌توان لحظه‌ای از یاد تو غافل شد، آن‌هم وقتی تو، هر لحظه با منی و در یاد من؟ شاید چون من کوچک‌تر از آنم که بزرگی‌ات را درک کنم وگرنه تو همیشه عزیز، دوست‌داشتنی، پرستیدنی و ستودنی بوده‌ای و هستی.

ای جان جانم،

مونس جانم،

روح ریحانم،

ای حنان و منانم، رحمان و رحیم!

حبیبم، طبیبم، بهترین دوست و شفیق مهربانم ...

قند شیرین روزهای تلخ من.



الهام آباده ای(فرهیخته فرهنگی)

کمال دسته ای از موهای فر تا گردن رسیده اش را دور انگشت گوشی پیچاند. چشمان گردش را روی در و دیوار ریخته‌ی سرسرای نقلی خانه چرخاند، یله شد روی مبِل زهوار دررفته و قُرُقُش را درآورد:

میگما حاج عباس، این ننه ی جدید عیلامون، همچین بفمی نفمی بوی گوشت قریبونی به ماغاش خورده ها،

بد دل و قلوِه میداد نکبت!

حاج عباس دستی به ریش جو گندمیش کشید و با دکمه ی بالای یقه اش بازی کرد:

چاره ی دیگه ای برامون گذاشت این

مش قاسم؟پنجاه درصد ارث رو به نامتون میزیم به شرط خواستگاری از حاجیه خانم!

کمال سینه ای پر مویش را خاراند و آروغی زد:

عیالت بفهمه واسه آقاش اومدم خواستگاری، با ساطور خودم قیمه قیمه م میکنه.

کمال منم باخبر شه، به جای روضه ی مردم، برای خودم شام غریبون می گیره و واسه عباس سر میدم.

در اتاق روبروی باجناق ها که تنها دو سه متری با آن دو فاصله داشت، باز

شد. مش قاسم و حاجیه خانم تعارفی تکه و پاره کردند. حاجیه خانم چشم و ابرویی آمد:

روم سیاه! اونقدر به حرف گرفتمتون که دهنتون خشک شد، برم یه شربت



زهرا شکری (فرهیخته فرهنگی)

یحانه در اتاق را آرام باز می‌کند. به طرف تخت کنار دیوار می‌رود.

با دین زبَان سیاه گوشی قاب، روی عسلی کنار تخت، لب نازکش می‌لرزد. به آن شب فکر می‌کند، شقیقه‌هایش

نبض می‌گیرد. صورت کشیده وسفیدش هم‌رنگ انار می‌شود. پای دیوار سُر می‌خورد. روی فرش لاکی ولو می‌شود.

کافی است پلک بزند، تا کاسه‌ی پر آب چشمش روی صورتش خالی شود.

مادر به گوشه‌ی اتاق، جایی که ریحانه در خود مجاله شده نگاه می‌کند.

به مستش می‌رود. لبه‌ی تخت، روی ملحفه‌ی سفید ومرتب می‌نشیند. سر دختر را روی پایش می‌گذارد.موهای خرمایی بلند او را نوازش می‌کنند.ای مادر، زانوی غم بغل کردن که حلال مشکلات نیست.او خود را در آغوش مادر می‌اندازد.

به آن روز نحس فکر می‌کند. بغض در گلویش جا خوش می‌کند. آخه مامان اون روز آخر، نبودِی که ببینی. بابا برای یه ذره نفس، مثل ماهی دور افتاده از آب تقلا می‌کرد.

مادر سرش را می‌پوسد. خب تقصیر تو که نبوده عزیزم، خواست خدا بوده.

او غرق در فکر می‌شود.

مادر به سمت درآور می‌رود. کشو را می‌کشد. ایوم را بر می‌دارد.

روبه روی دختری می‌نشیند. نگاه کن، ببین این جا فقط سه ماهت بود.

او چشم از گل قالی برمی‌دارد. به عکس کناری نگاه می‌کند.

مادر رد نگاه او را می‌گیرد.

این عکس رو بابات از جبهه‌ی جنوب فرستاد، تو یادت نمی‌یاد، آخه خیلی کوچیک بودی.

او با دست راست، قسمت چپ سینه‌اش را فشار می‌دهد.

مردد است. چیزی که در ذهنش هست و عذابش می‌دهد را به مادر بگوید یا

نگوید. آن شب لعنتی و آن سرفه‌های خشک مکرر پدر را به یاد می‌آورد.

هر بار که نفس پدر به شماره می‌افتاد.

میراث مش قاسم

نبض داشت:

نفرمایید شدی تازه دارین به سنت رسول خدا نصف دیگه ی دیتنون رو کامل میکنن.

کمال بقی زد زیر خنده و لبش را کج کرد:

این دفه پاکت خالی میذاری جیبِت؛ باستی چه چپِت رو تو مراسم شدی رساند:

همهمه ی باجناق ها بالا گرفت که مش قاسم آخی کشید و شل روی میل افتاد. حاج عباس شانه اش را تکان داد. کمال هاج و واج به جلو خم شد.

حاجیه خانم سینی طلایی به دست وارد هال شد نگاهش را روی خواستگاراها چرخاند. سینی و لیوان ها روی قالی ولو شد و قالی کرم رنگش را الیالویی کرد. دستش را به سرش کوبید، جرینگ جرینگ النگوهایش درآمد:

خاک به سرم، چی شد؟!

حاج عباس نمی در گوشه ی چشمش نشاند و سری جنباند:

هیچی؛ سهم شما به حساب ما واریز شد.

یعنی چی؟!

کمال بلند شد. کمربند سلوارش را به چپ و راست چرخاند، عرق پیشانی را با دستمال یزدیش گرفت:

والا یعنی قبل عقد شما، به عقد ملک الموت دراومد، بنده خدا!

ماهی دورافتاده از آب

زود داره؛ اما سوخت و سوز نداره.» پیشانی بلند او را می‌پوسد، سرش را به سینه هم‌چسباند و با دستانش صورت دختر را قاب گرفت و گفت: «تو که کم نذاشتی عزیزم، هر شب تا دیر وقت کنارش بودی، براش حافظ می‌خوندی، تقدیرش این بوده باور کن پدرت راحت شد، جاش تو بهشت. او دوباره به آن شب لعنتی فکر می‌کند. از زور فکر سرش مثل زودپز پرباد می‌شود.

اشک از گوشه‌ی چشمان دختر چون جوی باریکی روان می‌شود و می‌گفت:

«ما... ما... مامان، دیگه طاقت زجر کشیدن بابا رو نداشتم. یادته اون‌شب با چشماش بهمون می‌فهموند که دلش یک نفس عمیق بدون درد می‌خواد.» مادر با پشت دست، گونه‌های برجسته و خیس دختر را پاک می‌کند و می‌گوید: «گریه نکن ریحانه جان، غصه نخور، یادت رفت، اون شبا که حمله‌ها و تنش‌ها به سراغش می‌اومد، چقدر عذاب می‌کشید.» و دستش را به طرف پارچ روی میز می‌برد و لیوان را تا نیمه آب می‌کند، بیا دخترم یه کم بخور، گلوِت خشک شده.

ریحانه سرش را بر می‌گرداند. زبانش را به لب‌های خشکش می‌کشد، «نمی‌خورم، هیچی نمی‌خوام»

مادر در حالی که دستش را روی کمر و خودش را به عقب می‌کشد ، پرده‌ای ازاشک چشم سیاهش را می‌پوشاند. با صدایی بغض آلود گفت: «آخه عزیز من، با نون و آب نخوردن تو، بابات که زنده نمی‌شه، خودت که دیدی هر کاری از دستم براومد براش انجام دادم، هر مطب و بیمارستانی که گفتند بردمش. خواستم برای معالجه بفرستمش خارج گفتند بی‌فایده‌ست. دیدی که سالها مثل یه تکه گوشت افتاده بود روی تخت و زندگی نمی‌کرد.»

گوشه‌ی چشم مادر قرمز می‌شود.

ریحانه با دیدن بغض مادر، لب پایی‌اش می‌لرزد مادرش را در آغوش می‌کشد و زار می‌زند و گفت: « مامان، من دیدم همه‌ی سختی‌هایی که بابا می‌کشید.»

او بارها می‌مرد و زنده می‌شد.

دیگر طاقت دیدن او را در حال استحضار نداشت.

بلند می‌شود، چندین بار طول اتاق را طی می‌کند.

در را باز و محکم به هم می‌کوبد.

تا کمی خشمش فروکش کند، افافه نمی‌کند.

اعصاب متشنجش آرام نمی‌گیرد. بالای سر پدر می‌رود، کنار تختش می‌نشیند.

دستان خشک و استخوانی او را در دست می‌گیرد.

قفسه‌ی سینه‌ی پدر مرتب بالا و پایین و رنگ صورتش لبوبی می‌شود. عرق سرد روی پیشانی‌اش می‌نشیند.

ریحانه چشماشش را می‌بندد. دیگر در میان یک لایه نازک لباس شده‌ی او را تحمل دیدن بدن اسکلِت شده‌ی او را

از این که پدر هر لحظه ذره ذره جان بدهد، جانش به لب می‌رسد.

تصمیمش را می‌گیرد.

چیزی در ذهنش جرقه می‌زند. مانند شمعی در تاریکی اتاق، شروع به درخشیدن می‌کند.

مادر شانه‌های افتاده‌ی دختر را

می‌گیرد و می‌گوید: «دورت بگردم، چرا با خودت اینطور می‌کنی، تا کی می‌خوای خودت رو عذاب بدی؟»

مادر به مژه‌های بلند او نگاه می‌کند. دست‌های سفید و کشیده‌اش را

می‌گیرد و می‌گوید: «انگار همین دیروز بود که جنگ شد، بابات به

جبهه رفت و تو به دنیا اومدی. با تموم اون مصیبتا و بلاهایی که سرمون اومد

چقدر تو زود بزرگ شدی.»

صدای سرفه‌های پی‌درپی پدر در سرش تداعی می‌شود، به چشمان سیاه مادر زل می‌زند و یک‌باره مادر

را از خودش دور می‌کند، طول اتاق را طی می‌کند، گفت: «مامان! تو هم

می‌شنوی؟ بابا داره سرفه می‌کنه، شاید آب می‌خواد.»

مادر پلک‌هایش می‌لرزد. با پر روسری اشک چشمش را پاک می‌کند و بلند

می‌شود. شانه‌های دختر را نوازش می‌کند و می‌گوید: «دخترجان، مرگ

حقه، همه یه روز می‌میریم. دیر و



دلَم احساسی میخواده...

مریم کریم پور(فرهیخته فرهنگی)

دلَم کمی دلَم کمی کودکی با پاهای برهنه کنار ساحل دل می خواهد .

کمی عشق کنار نمکدان خانه می خواهد.

هنوز صدای کشش های جغجغه دار کودکی گوش نواز است.

برایم آهنگ دنیا مفهومی ندارد! بگذار تا بگذرد !

مفهوم تورا کدی کسی خواهد فهمید ،که با من همقدم باران خواهد شد .

چتر من هنوز خفیس و خالدم نمدار است!

اما.....! فریاد دوست دارم هایت از نجوای درونم غوغا می‌کند!

فقط یک جمله ...دوستت دارم ها می خواهد !

دلَم کمی احساس می‌خواهد ؛کمی عشق به رنگین کمان می خواهد!

دلَم کمی پرواز در هوای تو می خواهد!

زینب ایزد پناه بعنوان سرپرست هیات ژیمناستیک منصوب شد

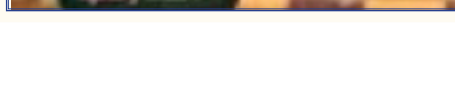
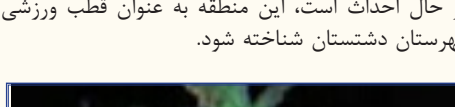
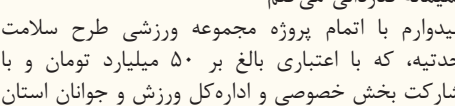
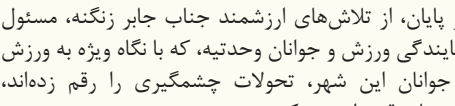
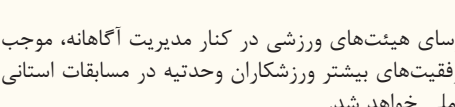
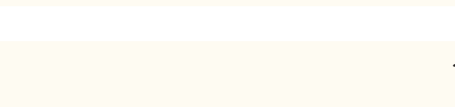
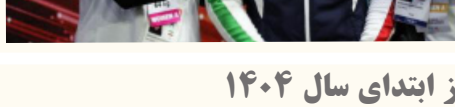
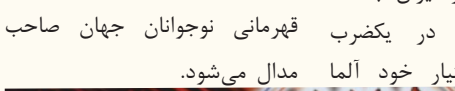
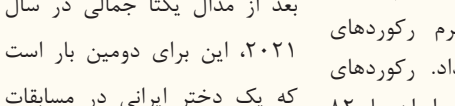
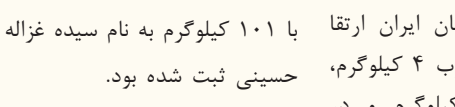


پیشنهاد یاسر جمالی مدیرکل ورزش و جوانان استان بوشهر و موافقت زهرا اینچه درگاهی رئیس فدراسیون ژیمناستیک زینب ایزد پناه بعنوان سرپرست هیات ژیمناستیک استان بوشهر منصوب شد .

به پیشنهاد یاسر جمالی مدیرکل ورزش و جوانان استان بوشهر و موافقت زهرا اینچه درگاهی رئیس فدراسیون ژیمناستیک زینب ایزد پناه بعنوان سرپرست هیات ژیمناستیک استان بوشهر منصوب شد .

درحکم رئیس فدراسیون ژیمناستیک خطاب به زینب ایزد پناه آمده است که تا سه ماه آینده با هماهنگی اداره کل ورزش و جوانان استان بوشهر و فدارسیون ژیمناستیک نسبت به مجمع انتخابات هیات استان بوشهر اقدام کنید.

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز



ضمن خوش‌آمدگویی به و تلاش مضاعف مسیر موفقیت را هموار کنیم.

در این مسیر، نمایندگان استانی و مربیان شهرستانی نیز نقشی کلیدی دارند و باید به‌درستی هدایت شوند.در پایان نشست، از مربیان استان بوشهر، فرهاد غلامی، حمید حیدری و بهاره وفادار به پاس زحمات و تلاش‌هایشان به عنوان مربی برتر کشوری با اهدا لوح سپاس و تندیس ویژه تقدیر به عمل آمد.

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

تجلیل از مربیان برتر کاراته دشتستان در نشست سالانه در شیراز

بر اساس گزارش روابط عمومی فدراسیون تیراندازی:

جام جهانی اهداف پروازی از شنبه در قبرس برگزار می‌شود.

محمد بیرانوند، امیرمحمדיان و مرضیه پرورش‌نیا در رشته تراپ نمایندگان کشورمان در این مسابقه هستند.

هدایت تیم ملی کشورمان را نیز علی افسری بر عهده دارد و علی گداری نیز سرپرستی این تیم را بر عهده دارد.

برنامه رقابت نمایندگان کشورمان در جام جهانی اهداف پروازی قبرس به شرح زیر است:

جمعه، ۱۹ اردیبهشت‌ماه: مرحله مقدماتی تراپ بانوان، ساعت ۹:۳۰ تا ۱۸:۳۰

مرحله مقدماتی تراپ آقایان، ساعت ۱۱ تا ۲۰:۳۰

شنبه، ۲۰ اردیبهشت‌ماه: مرحله مقدماتی تراپ بانوان، ساعت ۹:۳۰ تا ۱۴:۳۰

ادامه مرحله مقدماتی تراپ آقایان، ساعت ۱۱ تا ۱۶:۳۰

فینال تراپ بانوان، ساعت ۱۷:۳۰

فینال تراپ آقایان، ساعت ۱۹

یکشنبه، ۲۱ اردیبهشت‌ماه: مرحله مقدماتی تراپ میکس (مرضیه پرورش نیا و محمد بیرانوند)، ساعت ۱۰:۳۰ تا ۱۶ تا

به گزارش روابط عمومی فدراسیون تیراندازی با کمان:

اردوی تیم ملی ریکرو بزرگسالان تا ۲۶ اردیبهشت ماه ادامه خواهد داشت

سامی نفرات دعوت شده به اردوی تیم ملی به شرح زیر است:

ریکرو مردان:

۱. رضا شبانی – یزد

۲. محمدحسین گلشنی اصل – تهران

۳. صادق اشرفی باویلی – آذربایجان شرقی

۴. فائز محمدی – آذربایجان شرقی

ریکرو زنان:

۱. مبینا فلاح – یزد

۲. مهتا عبدالمی – تهران

۳. مبینا ملاجعفری – کرمان

۴. سارا بابایی – تهران

سرمربی: بهزاد پاکزاد

مربی: لیلا سخایی

سرپرست: امین قنبری

نخباتی که برخلاف برخی گمانه‌زنی‌ها، با استقبال گسترده‌ای از سوی منتقاضیان همراه بود و چهره‌های نام‌آشنایی دوباره وارد میدان شدند تا رقابتی جدی برای نشستن بر صندلی ریاست این فدراسیون شکل گیرد.

در بین افرادی که اقدام به ثبت‌نام کرده‌اند، اسامی ۱۸ چهره شناخته‌شده به چشم می‌خورد: محمدمهدی عطایی، حبیب رشادی، یونس مظلومی، علی قاسمی، علی شاکری، امیرمهدی‌زاده، هومان عسکری، سیدحسن طباطبایی، علیرضا خسروی، مسعود رهنما، سعید نصرالهی، محمد سرکوهی، علی‌محمد محمدی شیخ‌لر، احمد شقاقی، بهرام آقاخانی، اسماعیل جبله، نبی فتحی و احمد مبارکی.

برخی از این افراد پیشینه قهرمانی و مدیریتی در کاراته دارند و برخی دیگر با پشتوانه ارتباطات و حمایت‌های بیرونی وارد رقابت شده‌اند. حضور امیر مهدی‌زاده، قهرمان پرافتخار کاراته، در میان نامزدها نیز توجه رسانه‌ها و اهالی ورزش را به خود جلب کرده است. اما یکی از مهم‌ترین نکات این دوره، غیبت مزدا صوفی، سرپرست فعلی فدراسیون کاراته در لیست کاندیداهاست. صوفی پیش‌تر رسماً اعلام کرده بود قصدی برای حضور در رقابت انتخاباتی ندارد، با این حال، در ماه‌های اخیر زمزمه‌هایی درباره تلاش‌های زیرپوستی برخی اطرافیان او برای فراهم‌سازی بستر کاندیداتوری‌اش شنیده می‌شد؛ تلاش‌هایی که در نهایت به ثبت‌نام رسمی ختم نشد. با این حال نمی‌توان نقش صوفی در دوره سرپرستی‌اش را نادیده گرفت؛ مدیری که در مدت حضور خود در فدراسیون، موحی از تغییرات را در ساختار داخلی ایجاد کرد. از بدنه فدراسیون تا هیئت‌های استانی، کمتر جایگاهی را می‌توان یافت که از تغییر و تحول در امان مانده باشد.

این حجم از دگرگونی، نشان‌دهنده تلاش او برای تغییر یک طرز تفکر ریشه‌دار در مدیریت فدراسیون بود؛ چه این تغییرات مثبت ارزیابی شوند و چه نه، نمی‌توان انکار کرد که صوفی در مدت کوتاه حضورش، ردپای پررنگی از خود به جا گذاشت.

در کنار چهره‌های جدید، سیدحسن طباطبایی، رئیس سابق فدراسیون کاراته نیز بار دیگر برای بازگشت به صندلی ریاست اعلام آمادگی کرده است. با وجود ثبت‌نام ۱۸ نفر، برخی از کاندیداها احتمالاً نقش پوششی دارند؛ افرادی که شاید در نهایت به نفع گزینه اصلی خود کنار بروند یا حتی موفق به دریافت تأییدیه از کمیته تطبیق وزارت ورزش نشوند.

اما آنچه واضح است، این است که انتخابات پیش‌رو رقابتی خواهد بود و خبری از برگزاری مجمع با تک کاندیدا نخواهد بود. در این میان، گفته می‌شود فردی که حتی یکی در فهرست کاندیداها دیده نمی‌شود، می‌تواند نقش از تاثیرگذارترین عوامل پشت‌پرده این انتخابات باشد؛ مدیری همیشه در سایه که بار دیگر ممکن است با سیاست‌ورزی خاص خود، بر مسیر انتخابات اثر بگذارد. کنون باید منتظر ماند و دید

س از بررسی صلاحیت‌ها، رقابت نهایی بین چه چهره‌هایی شکل خواهد گرفت. بدون شک این انتخابات یکی از مهم‌ترین مقاطع برای کاراته ایران خواهد بود؛ مقطعی که آینده مدیریتی این رشته را در سال‌های پیش‌رو رقم خواهد زد.

خبر

اخبار کوتاه ورزشی

دارنده مدال برنز کشتی آزاد جهان گفت:

حسین خانی: تا دیر نشده به داد کشتی پایتخت برسید!

انتقاد تند عنوان‌دار جهان از عملکرد متولیان کشتی تهران، صطفی حسین‌خانی، به عنوان کسی که سال‌ها برای کشتی تهران روی تشک بوده و امروز در قامت مربی در حال فعالیت است، گفت نمی‌توانم در برابر وضعیت نگران‌کننده کشتی پایتخت سکوت کنم.

وی با اشاره به مشکلاتی که در مسابقات اخیر در رده‌های مختلف تهران شاهد بوده، ابراز داشت: نشانه‌های روشنی از بی‌نظمی، ضعف مدیریت و نبود شایسته‌سالاری در هیئت کشتی استان تهران به چشم می‌خورد.

نفر سوم رقابت‌های جهانی کشتی آزاد در همین خصوص گفت: در مسابقات اخیراً، وزن‌کشی یک روز زودتر انجام شد و برخی از کشتی‌گیران روز روز بعد روی تشک رفتند. در رده نونهالان، این فاصله باعث تغییرات جدی در وزن و شرایط جسمانی کشتی‌گیران می‌شود.مسابقات از ساعت ۷صبح آغاز می‌شد و تا نیمه‌شب ادامه داشت، در شب اول فینال‌ها بر گزار

نشد و به اجبار ادامه رقابت‌ها به روز بعد موکول شد، تا جایی که رقابت‌ها حتی در یکشنبه شب هم تا ساعت ۱۲ ادامه پیدا کرد. وی تاکید کرد: این شیوه برگزاری نه تنها با اصول حرفه‌ای فاصله دارد، بلکه به‌طور مستقیم سلامت جسمی و روانی کشتی‌گیران خردسال و نونهال را تهدید می‌کند.حسین‌خانی افزود: در همین مسابقات، به دلیل برگزاری ۱۲ وزن در یک روز

و خستگی ورزشکاران و نبودداوران باتجربه و بین‌المللی، شاهد بیش از ۱۰ مورد شکستگی کتف و آرنج بودیم.

قهرمان آسیا افزود: هیئت کشتی تهران، به‌جای پاسخگویی، با تشکیل جلسات متعدد کمیته انضباطی، مربیان و داوران را احضار می‌کند؛ در حالی که مقصر اصلی در تمام این بی‌نظمی‌ها، خود هیئت کشتی استان تهران است.من شخصا

پیش از سال جدید در این جلسات شرکت کردم و ایرادات را به‌صراحت بیان کردم، اما تاکنون هیچ پاسخ رسمی و قابل قبولی دریافت نکرده‌ام.

وی همچنین با بیان اینکه قرار بود برای آماده‌سازی بهتر، مسابقات ناحیه‌ای و شهری با فاصله مناسب و اردوی مستمر برگزار شود، گفت: اما در عمل فاصله بین مسابقات تهران تا رقابت‌های کشوری تنها ۱۵ تا ۲۰ روز بوده و کشتی‌گیران مجبور شدند چندین بار طی یک ماه روی تشک بروند و این

یعنی آسیب‌ی جدی به‌بدنه کشتی پایا! وی این پرسش را مطرح کرد که آیا جان و سلامت بچه‌های مردم تا این حد بی‌ارزش شده است که فقط برای پر کردن تقویم مسابقات، این چنین فاجعه‌بار عمل می‌کنیم؟

وی مشکل دیگر را عدم حضور مستمر و مؤثر مسئولان هیئت در مسابقات عنوان کرد و گفت: برخلاف استان‌هایی مثل مازندران، که رئیس هیئت و مدیر فنی در تمامی رقابت‌ها حضور دارند، در تهران یا اصلا حضور ندارند یا فقط برای افتتاحیه می‌آیند و می‌روند.

سرمربی تیم فوتبال گل‌گهر سیرجان گفت:

قول یک بازی زیبا را داده بودم،

سپاهان بازی را زشت کرد

مهدی تارتار پس از پیروزی تیمش مقابل سپاهان در هفته بیست‌وهشتم لیگ برتر در مورد این دیدار گفت: از بازیکنان پرتلاش تیمم که فوق‌العاده کار کردند تشکر می‌کنم و این برد را به کارگران کشورمان و کارگران سختکوش شرکت گل‌گهر تقدیم می‌کنم.دیروز هم قول دادم بازی زیبایی را شاهد خواهیم بود که همین اتفاق نیز افتاد و علاوه بر دو گلی

که زدیم موقعیت‌های دیگری هم داشتیم، وی ادامه داد: روی ضدحمله‌ات خوب توانستیم از فضای پشت دفاع سپاهان که قبلاً آنالیز کرده بودیم، استفاده کنیم.ما می‌دانستیم این‌فضایه دلیل حملات پرتعداد آنها ایجاد می‌شود.و روی همین تاکتیک

به گل دوم رسیدیم. یکی از گل‌های ما هم در ابتدای بازی مردود شد که فکر می‌کنم دیروز هم قول دادم بازی زیبایی را شاهد خواهیم بود که همین اتفاق نیز افتاد و علاوه بر دو گلی

از ما می‌توانند در این باره نظر بدهند. سرمربی تیم فوتبال گل‌گهر گفت: نیمه اول خوب بازی را کنترل کردیم و بعد از اخراج آریا یوسفی، شرایط سپاهان بدتر شد و فشار بیشتری آوردیم. تا زمانی که گل اول را سپاهان روی یک حرکت

ایستگاهی که هشدار آن را بین نیمه به بازیکنانم داده بودم به ثمر رساند. در ادامه سپاهان، چون نمی‌توانست روی زمین به ما حمله کند رو به بازی مستقیم آورد و بازی زشت شد که طبیعی بود تیمی که عقب باشد دنبال بازی مستقیم برود.

وی در پایان خاطرنشان کرد: خدا را شکر در دقایق پایانی توانستیم نتیجه را به خوبی حفظ کنیم و برای بازی بعد آماده شویم

بر اساس گزارش روابط عمومی کمیته ملی پارالمپیک

آغاز تمرینات ملی‌پوشان بزرگسال و جوان

تیم پاراشنا نابینایان و کم‌بینایان

پنجمین مرحله از تمرینات تیم ملی پاراشنا بزرگسالان جهت آمادگی حضور در مسابقات قهرمانی جهان ۲۰۲۵ سنگاپور و نیز ششمین مرحله از تمرینات تیم ملی جوانان برای شرکت در بازی‌های پارآسیایی جوانان دبی ۲۰۲۵ از امروز ۱۳ اردیبهشت ماه به میزبانی مجموعه ورزشی شهید

هرندی تهران آغاز می‌شود. محمد حسین کریمی جهان آبادی، امیرحسین سعادت‌ی مقدم و ابوالفضل قاسمی ملی پوشان دعوت شده به این اردو در بخش بزرگسالان هستند که تمرینات خود را زیر نظر حمید شریفیان سرمربی تیم ملی انجام می‌دهند.

در بخش جوانان نیز حسام عمرانی، ابوالفضل مرادی، سیدامیرسبحان جمشیدی منفرد، امیرعلی گل محمدزاده، محمدطاهای باقری، امیرعلی قاسم زاده، ابوالفضل حیدری جهان تیغی، آرمان احمدی، علی‌هنرو، مهدی گوینی‌مکی آبادی، سپهر هوشمندنی و علی حسن زاده ملی پوشان مدعو هستند که زیر نظر محمدحسین قدیمی به عنوان سرمربی،

بهمن شکری، بیژن بیرایی و احمد رستاد به عنوان مربیان تیم ملی تمرین می‌کنند.

سرپرستی هر دو اردو که تا ۲۰ اردیبهشت ماه ادامه دارد نیز بر عهده سعید ناهیدی است.





به قلم:
فاطمه سلطانی
(فعال امور رسانه)

اهمیت عکاسی قدرت یک تصویر؛ اهمیت عکاسی در دنیای امروز

عکاسی، تنها فشردن یک دکمه یا ثبت یک تصویر نیست؛ بلکه تلاشی است برای حفظ لحظه‌هایی که در گذر زمان گم می‌شوند. در دنیایی که هر روز تغییر می‌کند و خاطره‌ها به سرعت رنگ می‌بازند، عکس‌ها همچون پلی میان گذشته و حال عمل می‌کنند. آن‌ها گاهی داستانی روایت می‌کنند که واژه‌ها از بیانش ناتوان‌اند و گاهی سکوتی را ثبت می‌کنند که هزاران حرف ناگفته در دل دارد. اهمیت عکاسی را می‌توان در ابعاد مختلفی بررسی کرد؛ از ثبت لحظات شخصی و خانوادگی گرفته تا روایت‌های بزرگ اجتماعی و تاریخی. عکس‌ها نه تنها حافظه‌ی فردی انسان‌ها را شکل می‌دهند، بلکه حافظه‌ی جمعی جوامع را نیز می‌سازند. یک تصویر قدرتمند می‌تواند احساسات میلیون‌ها نفر را برانگیزد، آگاهی

ذهن، کلید در های بسته

ذهن ما انسان‌ها بسیار قدرتمند است. شاید بارها برایتان پیش آمده باشد که احساس کرده‌اید همه‌ی درهای زندگی به روی شما بسته شده‌اند و هیچ راه نجاتی وجود ندارد. اما واقعیت این است که شما زندانی ذهن خودتان شده‌اید. بسیاری از مشکلات زندگی راه‌حل‌هایی بسیار ساده دارند؛ کافی‌ست از زاویه‌ای دیگر به آن‌ها نگاه کنیم. ضرب‌المثلی آفریقایی می‌گوید: «زمانی که درون ما دشمنی وجود ندارد، دشمن خارجی نمی‌تواند به ما آسیبی بزند.» گاهی ذهن ما به‌راحتی به ما دروغ می‌گوید. به ما می‌گوید که نمی‌توانیم، که برای انجام کاری خوب نیستیم، که دیگر خسته‌ایم و انرژی لازم را نداریم. در چنین لحظاتی، مهم است که نظر ذهن‌مان را بشنویم، اما تصمیم نهایی را با آگاهی بگیریم و راهی را برویم که می‌دانیم درست است. تنها قفلی که در زندگی احساس می‌شود، در ذهن ما قرار دارد. درهای حقیقت باز هستند و ما می‌توانیم یکی پس از دیگری از آن‌ها عبور کنیم و به مقصد برسیم. ضمیر

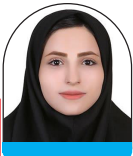
زندگی را می‌توان به یک بوم نقاشی تشبیه کرد؛ بومی که در آن، هیچ خطی پاک نمی‌شود. اما باید بیاموزیم که اشتباهات دیگران را آن‌چنان از ذهن‌مان برداییم که دفتر ذهن‌مان سفید بماند. اگر بخواهیم مدام از رنج‌ها و مشکلات‌مان گلایه کنیم، نه‌تنها راهی به‌جایی نمی‌بریم، بلکه روان و جسم‌مان نیز آزرده و خسته خواهد شد.

ای کاش درک کنیم که رنج، نعمتی است پنهان. رنج‌ها مانند آمپولی‌اند که در ظاهر دردناک هستند اما در درون‌شان درمان، گشایش و رشد نهفته است.

اگر با دقت نگاه کنیم، درخواهیم یافت که رنج‌ها سلامتی روح

را گسترش دهد و حتی سرنوشت یک ملت را تغییر دهد. در عرصه خبر و اطلاع‌رسانی، عکاسی نقشی بی‌بدیل ایفا می‌کند. بسیاری از رویدادهای مهم تاریخ، بیش از آنکه با واژه‌ها در ذهن‌ها حک شوند، با عکس‌هایی پیداماندنی جاودانه شده‌اند. تصاویری که مرزهای زبان و فرهنگ را درمی‌نوردند و حقیقت را با تمام تلخی یا شیرینی‌اش عریان می‌کنند

افزون بر این، عکاسی هنری است که نگاه انسان را به جهان پیرامونش تغییر می‌دهد. عکاس با چشمی دقیق‌تر به زندگی می‌نگرد، جزئیات را می‌بیند و زیبایی‌هایی را ثبت می‌کند که شاید دیگران به‌سادگی از کنارشان عبور کنند. بدین ترتیب، عکاسی نه تنها ابزاری برای ثبت جهان است، بلکه راهی برای دیدن جهان به شکلی تازه و متفاوت نیز به شمار می‌رود. امروز، با پیشرفت



به قلم: **نرگس مهبودی** **(مدیر مرکز استعدادیابی)**

نیاز به تکرار و استمرار داریم. ذهن مانند خاکی حاصل‌خیز است که هر بذری در آن بکاریم، اگر به‌درستی مراقبت شود، رشد خواهد کرد. تکرار جملات تأکیدی مثبت همچون «من توانمند هستم» یا «من لیاقت بهترین‌ها را دارم» می‌تواند ناخودآگاه را بازنویسی کند و باورهای تازه‌ای در ذهن ما بسازد.

یکی دیگر از ابزارهای مؤثر در تغییر ذهن، تصویرسازی ذهنی است. زمانی را در طول روز به تجسم موفقیت‌های خود اختصاص دهید. خودتان را در جایگاهی تصور کنید که به اهداف‌تان رسیده‌اید، با احساس واقعی و با جزئیات. ذهن آنچه را که به‌روشنی تصور می‌کند، واقعی تلقی می‌کند و مسیر تحقق آن را در زندگی‌تان هموار می‌سازد.

با شناخت ذهن، بازسازی باورها و پرورش افکار مثبت، می‌توانیم کلید درهای بسته‌ی زندگی را به‌دست آوریم و با اطمینان، مسیر موفقیت را در پیش بگیریم.



به قلم: **حمزه مهبودی** **(سرهنگ بازنشسته)**

انسان‌ها در اهدافی است که برای زندگی‌شان تعریف می‌کنند و با ایمان و باور آن‌ها را دنبال می‌نمایند. ایمان، چیزی‌ست که دیده نمی‌شود اما در تمام وجود ما ریشه می‌دواند. وقتی مطمئن شدید که هدف‌تان را یافته‌اید، آن‌گاه تمام نیروی باور را به‌کار بگیرید و دغدغه‌ی رسیدن به آن را در لحظه‌لحظه‌ی زندگی‌تان زنده نگه دارید.

اگر هیچ تلاشی نکنیم، بدانیم که هیچ اتفاق خوبی نخواهد افتاد. ایمان، جوهره‌ی دستیابی به اهداف است. این جهان، جهانی‌ست برای آموختن، رشد کردن و ساختن معنای زندگی. خود را باور کنیم، به هدف‌مان وفادار بمانیم و با توکل، مسیر را پیش ببریم.



به قلم: **عطیه ارجاسبی** **(مدرس طراحی هنرهای تجسمی و نقاشی)**

نبوغ نوظهور شده‌اند. هنرمندان جوان با بهره‌گیری از رنگ‌های پرشور، فرم‌های شکسته و حتی رسانه‌های دیجیتال، زبانی نو برندها و فضای مجازی ایفا می‌کند. گرافيست امروز نه‌تنها طراح است، بلکه روایت‌گری بصری است که پیام‌ها را با سرعت، خلاقیت و تأثیر بالا منتقل می‌کند.

در ایران نیز نسل تازه‌ای از هنرمندان جوان، با تسلط بر نرم‌افزارهای طراحی و درکی عمیق از هنرهای سنتی، موفق شده‌اند پلی میان گذشته و آینده بسازند. ترکیبی هوشمندانه از اصالت و نوگرایی که ویژگی منحصربه‌فرد هنر معاصر ایران است. این روزها نمایشگاه‌ها و گالری‌های سراسر کشور، ویرتینی از این



مهربانی، شکرگزاری و پذیرش اشتباهات؛ کلیدهای رشد درونی

به قلم:پروین حسینی **(فعال فرهنگی)**

در زندگی‌مان، همیشه افرادی هستند که برای ما کاری انجام می‌دهند، به ما مهر می‌ورزند و در مسیرمان همراه می‌شوند. ما هم قدردان محبتشان هستیم و تلاش می‌کنیم با دیگران، همان‌گونه رفتار کنیم. اما حقیقت انسانیت، زمانی نمایان می‌شود که با کسانی که هیچ نفعی برای ما نداشته‌اند نیز رفتاری مهربان و انسانی داشته باشیم. شکرگزاری مداوم، یکی از راه‌های هماهنگی با کائنات برای جذب خواسته‌هاست. کائنات با کلام و احساس درونی ما،هماهنگ می‌شود. اگر از به‌دل و با زیانت از خداوند به‌خاطر داشته‌هایت سپاسگزاری کنی، درهای بیشتری به رویت گشوده خواهد شد. اگر به کسی

والسلام



فناوری و همه‌گیر شدن دوربین‌های دیجیتال و تلفن‌های همراه، عکاسی بیش از هر زمان دیگری در دسترس همگان قرار گرفته است. اما همچنان ارزش یک عکس خوب در اندیشه‌ای نهفته است که پشت هر فریم قرار دارد؛ در نگاهی که فراتر از ظاهر می‌رود و لحظه‌ای را برای همیشه جاودان می‌سازد.



مقاله



عمل های زیبایی رو به فزونی است

به قلم: صبا جکداره‌فعال اموررسانه

با مشاهده تک تک افراد جامعه متوجه می‌شویم که عمل های زیبایی رو به فزونی است و رونق به سزایی دارد و هزینه های کلانی در این گونه موارد صرف می شود مگر همه ی افراد جامعه تا زیبا هستند؟ قطعاً جواب سوال منفی است

اگر نگاهی دقیق داشته باشیم چشم و هم چشمی در اکثر افراد وجود دارد و گویی مسابقه ای برگزار شده که اگر کسی چنین نکند بازنده است اکثر افراد جامعه شبیه یکدیگر شده اند

مگر این نیست که هر چه خدا به ما ارزانی داشته سپاسگزار باشیم و از صمیم قلب خشنود

لکن زندگی انسان مدرن از چارچوب ها و قوانین گذشته دور شده

عده ای برای دنبال زیبایی بیشتر وعده ای دیگر جواب ندارند

گریز از جامعه و انسانها موجب خلأ هایی در درون افراد می‌شود و به گونه ایی دیگر خود را آشکار می‌سازند

زشت انگاری خود و به صورت مداوم عمل زیبایی انجام دادن موجب عواقب زیانباری چون افسردگی می‌شود

لکن این رونق موجب شده افرادی که هیچ تخصصی در این گونه کارها ندارند بدون مجوز با هزینه های کم تر چنین عمل هایی انجام دهند که حتی ممکن است در برخی موارد سبب مرگ افراد می‌شود ۵ تا ۷ درصد

هم از نظر روحی و روانی هم از نظر جسمی اثرات زیانبار ی دارند هر روز روبه روی آینهه دنبال ایرادی در خود است و حتی اگر بهترین باشد دیگر خود قبول نمی‌کند

در هیچ جایی آماری مبتنی بر تعداد عمل های زیبایی منتشر نمی‌شود اما به خودی خود آشکار است که این عمل ها چقدر زیاد است

ولی در آمار های غیر رسمی منتشر شده ۸۰ درصد آنان را زنان تشکیل می دهند

زیبایی به خودی خود خوب و پسندیده است و هرکسی خواهان آن است اما سونمی عمل های زیبایی که یک ناهنجاری اجتماعی است بر طبق آمارها

بیشترین عمل های بینی در ایران انجام می‌شود

دغدغه ای که بین افراد حاکم است معلوم نیست که به کدام خزان ختم می شود هر ساله صاحب نظران متعددی راهکار هایی برای رفع آن می‌دهند اما تا افراد خواهان آن هستند هیچ کس نمی‌تواند کاری کند



چگونه در روابطمان از دلخوری‌ها بکاهیم؟

به‌قلم: حمیرا کبیری صدیق **(مددکار اجتماعی)**

شاید برای بسیاری از ما پیش آمده باشد که در برخورد اول با دیگران، قضاوتی ناآگاهانه داشته‌ایم یا نسبت به لهجه و گویش فردی موضع‌گیری کرده‌ایم. گاه این سوءتفاهم‌ها به مشاجره و حتی تنش‌های شدید کشیده شده است. اما بیایید این‌بار بر بیاندیشیم که چگونه می‌توانیم در شرایط پراسترس زندگی، با گفتار و رفتاری مؤثر، از دلخوری‌ها و تنش‌ها بکاهیم.

چگونه احساس ناراحتی‌مان را بیان کنیم؟

تصور کنید همسر‌تان بدون اطلاع دیر به خانه برگشته و تماس‌هایتان را بی‌پاسخ گذاشته. این اتفاق ممکن است شما را مضطرب، عصبانی یا ناراحت کند. در چنین شرایطی رفتار ما نقش مهمی در مسیر ادامه رابطه دارد.

رفتارهای اشتباه در مواجهه با چنین موقعیت‌هایی:

بدون سلام و مقدمه، پرخاشگری می‌کنید:

«سلام کردند بخوره تو سرت، یه زنگ نمی‌توستی بزنی؟»

از واژه‌های کلی‌نگر و قضاوت‌گر استفاده می‌کنید:

«تو همیشه بی‌فکری، هیچ‌وقت برات مهم نبودم.»

شخصیت طرف مقابل را زیر سوال می‌برید به‌جای نقد رفتار او:

«کلاً شعور نداری، این چیزا رو نمی‌فهمی!»

مشکلات گذشته را پیش می‌کشید:

«یادته روز خواستگاری هم دیر اومدی؟ همون موقع باید می‌شناختمت!»

در این مواقع، به‌جای انتقاد مستقیم و فرمان دادن، از طرف مقابل بخواهید خواسته‌ی شما را درک کند. مثلاً نگوئید:

«باز نشستی پای تلویزیون!؟»

بلکه بگویید:

«من خسته‌ام، واقعاً به کمکت نیاز دارم، لطفاً کنارم باش.»

کم‌ی مکث کنید، نفس عمیق بکشید، جمله‌تان را با «وقتی…» آغاز کنید و با «احساس می‌کنم…» و «چون…» ادامه دهید.

این ساختار یک روش مؤثر در بیان احساسات و پیشگیری از درگیری است.

مثال‌ها: وقتی دیر می‌ای و جواب تلفن نمی‌دی، احساس نگرانی می‌کنم چون فکر می‌کنم برات اتفاقی افتاده.

وقتی قهر می‌کنی، حس می‌کنم ازت دور شدم.

وقتی داد می‌زنی، احساس می‌کنم دیگه دوستم نداری.

با این روش، به جای سرزنش، احساس خود را منتقل می‌کنید و مسیر گفت‌وگو باز می‌ماند. مطمئناً خوانندگان عزیز با تکیه بر این الگوهای ساده و مؤثر، می‌توانند شیوه‌های گفت‌وگوی سالم را در زندگی خود تقویت کرده و روابطی صمیمانه‌تر و با آرامش‌تر بسازند.



به قلم: المیرا بانگ زارع **(نویسنده و روزنامه نگار)**

تکنیک های قطع لینک منفی

تمرکز بر نقاط قوت و استفاده از جملات تأکیدی مثبت می‌شوند. با استفاده از این تکنیک‌ها، می‌توانیم ذهن خود را از افکار منفی پاک کنیم و به جای آن، بر روی اهداف و آرزوهای مثبت تمرکز کنیم. به عنوان مثال، هر روز می‌توانیم چند دقیقه را به تجسم موفقیت‌های خود اختصاص دهیم و این تصویر مثبت را در ذهن خود تقویت کنیم. تأثیرات منفی دیگران دور بمانیم و زندگی سالم‌تری داشته باشیم. مزایای سلامتی و استفاده از تکنیک‌های ذهنی، می‌توانیم به یک زندگی مثبت و پرازتری دست یابیم. این فرایند نیاز به تمرین و مداومت دارد، اما با گذشت زمان، می‌توانیم به فردی مقاوتر و مثبت‌تر تبدیل شویم.

با تکنیک‌های تنفس عمیق یا مدیتیشن، این احساسات را کاهش دهیم و به جای واکنش‌های منفی، پاسخ‌های مثبت‌تری ارائه دهیم. ایجاد تمرینات سلامتی نیز یکی دیگر از راهکارهای مؤثر است. این تمرینا به ما کمک می‌کنند تا از خودمان در برابر تأثیرات منفی مطلع شویم و به عنوان مثال، اگر در محیط کار با افرادی مواجه هستیم که انرژی منفی دارند، می‌توانیم با تعیین مرزهایی مشخص، از خودمان در برابر این تأثیرات محافظت کنیم. این مرزها می‌توانند شامل زمان‌هایی برای استراحت، عدم پاسخگویی به پیام‌های منفی و یا حتی فاصله‌گذاری از افراد منفی باشند. تکنیک‌های ذهنی نیز ابزارهای مفیدی برای جلوگیری از تأثیرات منفی هستند. این تکنیک‌ها شامل روش‌هایی مانند تجسم مثبت،

تأثیر منفی نگرفتن یکی از چالش‌های مهم در زندگی روزمره است. در دنیای امروز، افراد با فشارهای مختلفی از جمله استرس‌های شغلی، روابط اجتماعی و انتظارات جامعه مواجه هستند. برای جلوگیری از تأثیرات منفی این فشارها، مدیریت احساسات، ایجاد مرزهای سلامت و استفاده از تکنیک‌های ذهنی می‌تواند بسیار مؤثر باشد. مدیریت احساسات یکی از کلیدی‌های اصلی در جلوگیری از تأثیرات منفی است. این فرآیند شامل شناسایی و درک احساسات خود و دیگران است. با یادگیری نحوه مدیریت احساسات، می‌توانیم واکنش‌های خود را کنترل کنیم و به رفتارهای impulsive (غریزی) کمتر متکی شویم. مثال، وقتی که احساس خشم یا ناامیدی می‌کنیم، می‌توانیم

نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه بوشهر گفت: بسیاری از تخلفات ناشی از عدم آگاهی نسبت به قوانین است برهمنین اساس آموزش‌های لازم قبل از حضور در منصب برای همه مسئولان الزامی است.

آیت الله «غلامعلی صفایی بوشهری » چهارشنبه شب در نشست شورای اداری استان بوشهر با گرامیداشت سالروز شهادت شهید مطهری و روز کارگر اظهار داشت: عدالت قوام بقا یک نظام است و عدل مایه بقا یک نظام و سلامت حرکت یک نظام به سمت اهداف خود است.

وی افزود: بسیاری از تخلفاتی که در تخصیص و هزینه کرد اعتبارات توسط برخی مسوولان اجرایی رخ می‌دهد به جهت عدم اطلاع از وضع قانون یا اطلاع از قوانین جدید است برهمنین اساس آموزش باعث می شود تا نه خود شخص آسیب ببیند و نه آسیب به مجموعه برساند.

صفایی بوشهری تصریح کرد: در یک سال گذشته که کتابچه تفریق بودجه را مطالعه کردم بیش از ۹۰ درصد از تخلفات به علت عدم اطلاع از قوانین بود بنابراین برای پیشگیری از این موضوع آموزش‌های لازم قبل از ورود به مسئولیت بسیار لازم است.

امام جمعه بوشهر گفت: وضع قوانینی که این قوانین به شکل موجهه جزئیه



◀ **به قلم: علی اکبر مهبودی (فعال فرهنگی)**

حساس سلامتی، امری نسبی‌ست؛ هر فرد، بسته به وضعیت جسمی و روحی خود، درک متفاوتی از آن دارد. اما نکته مهم این‌جاست که سلامت، نعمتی‌ست که تنها در نبودش، قدر آن را می‌دانیم. متأسفانه، سبک زندگی امروزی به‌گونه‌ای‌ست که روزبه‌روز ما را از سلامتی حقیقی دورتر می‌کند. رژیم‌های غذایی نامناسب، مصرف مواد خوراکی فرآوری‌شده، کم‌تحركی، استرس و نداشتن الگوی خواب منظم، ما را به سمت بیماری‌های مزمنی چون فشار خون، قند خون، چربی بالا، ناراحتی‌های معده و کبد چرب سوق داده‌اند. روغن‌های ناسالم، غذاهای سرخ‌شده، فست‌فودها، هله‌هوله‌هایی که بی‌وقفه در دسترس‌اند، نان‌هایی بدون سبوس و ارزش غذایی پایین، تنها بخشی از تهدیدهای پنهانی هستند که روزانه بدن ما را هدف می‌گیرند. در کنار این‌ها، الگوی رفت‌وآمدهای شهری نیز دست به دست عوام‌ل دیگر داده تا ما را از تحرک بدنی دور کند. پشت میز نشستن‌های طولانی، استفاده از خودرو حتی برای فاصله‌های کوتاه، عادت به استفاده از

قدردانی نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه بوشهر :

از مسئولان برای حمایت از برگزاری رویدادهای فرهنگی بومی

جعل و انشا قانون پیدا کرده و نسبت بر نظارت بر حسن اجرای قانون و رسیدگی به امور مبنایی و مقصدی شکایات دارای وظایف سترگی است.

صفایی بوشهری یادآور شد: یکی از توفیقات دیوان دالت اداری بروز بودن در عرصه رسیدگی به پرونده‌ها است و با وجود کمیسیون‌ها، تمامی پرونده‌های عدالت اداری در مدت یک هفته به پایان می‌رسد. امام جمعه بوشهر گفت: دیوان عدالت اداری یک فرصت است هم مراقبت از اجرای عدالت می‌کند و خود مظهر عدالت است.



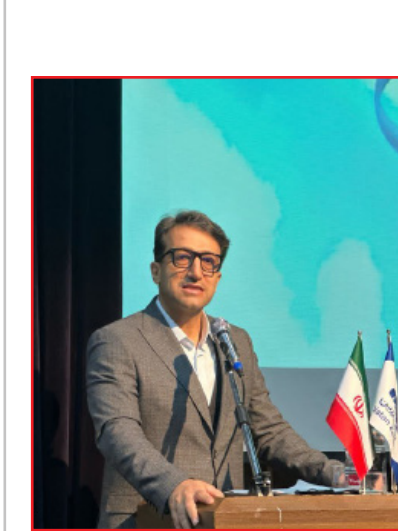
سلامتی، گنجی نادیده گرفته شده



و تنش‌های روحی، سلامت جسم را نیز تهدید می‌کنند. پس مراقب افکار و احساساتمان باشیم، گفت‌وگو را در خانواده‌ها زنده نگه داریم و فضای خانه را با مهر و آرامش پر کنیم. در نهایت، باید گفت که سلامتی، سرمایه‌ای‌ست بی‌جایگزین. هیچ دارویی نمی‌تواند لذت راه رفتن بدون درد، نفس کشیدن بدون تنگی، یا خوردن بی‌دردسر غذا را به ما بازگرداند. سلامتی را نمی‌توان خرید، اما می‌توان از آن مراقبت کرد؛ با دانایی، اراده و تغییر.سلامت زندگی، انتخاب امروز ماست.

برگزاری نخستین همایش ملی «خلیج فارس؛ چشم‌اندازها و کارویژه‌ها» در بوشهر

نخستین همایش ملی «خلیج فارس؛ چشم‌اندازها و کارویژه‌ها» در بوشهر، با حضور مقامات استانی، پژوهشگران و نویسندگان مقالات برگزیده در سالن همایش بنادر و دریانوردی بوشهر در حال برگزاری است



حمیدرضا جعفری:

ضرورت مدیریت صحیح انرژی، تأمین پایدار و توجه به رفاه مردم

حمیدرضا جعفری در پیمای به مسئولان استان، با انتقاد از قطعی‌های مکرر برق در بوشهر، خواستار تأمین پایدار انرژی و توجه جدی به رفاه مردم در این استان گرم و تولیدکننده برق شد.

استاندار محترم بوشهر، فرماندار معزز، و مسئولان گرامی،

با سلام و احترام،

بوشهر، شهری که از گرمای خورشید بهره می‌برد، خود سرچشمه‌ی تولید برق در کشور است، اما امروز در حیرت خاموشی‌های نایجا گرفتار شده است.

چگونه می‌توان پذیرفت که استانی تولیدکننده‌ی انرژی، در اوج گرما، خود از این نعمت محروم باشد؟

جنوب، با اقلیم گرم و سوزان، نیازی به آزمون طاقت ندارد؛ آنچه ضروری است، مدیریت صحیح، تأمین پایدار و توجه به رفاه مردم است.

قطعی برق، آن هم در بوشهر، معنایی جز تحمیل سختی بر زندگی مردم، مختل شدن کسب‌وکارها، و تضعیف آسایش اجتماعی ندارد. انتظار آن داریم که با برنامه‌ریزی اصولی و نگاه ویژه به ظرفیت‌های بومی استان، راهکاری قاطع و عملی برای حل این مشکل ارائه گردد.

حمایت و تدبیر شما، روشنی‌بخش خانه‌ها و آرامش‌بخش مردم خواهد بود.

کالاهای روسیو در انبارهای اموال تملیکی تعیین تکلیف می‌شود

مدیرعامل سازمان جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی گفت: این سازمان در راستای اهداف کلی و تعیین تکلیف کالاهای روسیو در مجموعه انبارهای کشور، برنامه مفصلی برای سال ۱۴۰۴ دارد. احسان عسکری در بازدید انبارهای اموال تملیکی، بندر و گمرک بوشهر به همراه اعضا هیئت مدیره سازمان جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی، اظهار کرد: این بازدید باهدف نظارت میدانی بر انبارهای کالاهای روسیو باهدف ساماندهی و تعیین تکلیف کالاهاست. وی افزود: این سازمان در راستای اهداف کلی و تعیین تکلیف کالاهای روسیو در مجموعه انبارهای کشور، برنامه مفصلی برای سال ۱۴۰۴ دارد که این برنامه به استان‌ها و معاونت‌های مربوط ابلاغ شده و اکنون بخشی از آن در حال اجراست. رئیس هیئت مدیره و مدیرعامل سازمان جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی با بیان این‌که استان بوشهر هشتمین مقصد ما در این بازدیدها بوده، اضافه کرد: برنامه بازدید و دیدار با مدیران مربوط، برای سایر استان‌ها نیز انجام می‌شود و در پایان فصل بهار نشست دوره‌ای مدیران کل جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی در استان هرمزگان برگزار خواهد شد وی با بیان اینکه سرعت تعیین تکلیف کالا در استان بوشهر مطلوب است، عنوان کرد: استان بوشهر سومین استان در سرعت تعیین تکلیف کالا است که ارزش این کالاها بیش از ۳ هزار میلیارد توان بوده است. به گفته عسکری، مدیران سازمان بنادر و گمرک هم رضایت کامل نسبت به تعیین تکلیف کالاها دارند که این نشان از سرعت، دقت و همکاری کارکنان سازمان جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی در استان بوشهر دارد. وی به مزایده‌های سازمان جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی هم اشاره کرد و گفت: دو مزایده در حال انجام است که اولین مزایده از امروز در بستر سامانه ستاد و مزاید فوق‌العاده دیگر هم ۲۱ اردیبهشت در سامانه بستر عملیاتی رمزگشایی می‌شود. مدیرعامل سازمان جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی ادامه داد: در این دو مزایده در مجموع بیش از ۷۵ همت کالا بارگذاری شده که هزینه آن بعد از فروش به خزانه واریز می‌شود. وی گفت: در کنار این مزایده‌ها، حراج خرده‌فروشی هم برگزار می‌شود که سبک جدیدی از تعیین تکلیف کالاها است. عسکری افزود: سازمان با ورود به این سبک جدید فروش، عملکرد خوبی را در استان‌ها دیده که استان بوشهر هم از جمله این استان‌ها است. وی گفت: در فروردین امسال بیش از ۱۰۰ درصد عملکرد سال ۱۴۰۳ را شاهد بودیم که تا پایان سال هم این شیوه فروش را ادامه خواهیم داد. مدیرعامل سازمان جمع‌آوری و فروش اموال تملیکی اظهار کرد: در برنامه عملیاتی سازمان ۷ محور اصلی داریم که استان‌ها بر اساس این محورها و ۵۶ زیر مجموعه اهداف خود را عملیاتی می‌کنند. وی در ادامه بیان کرد: در استان بوشهر انبارداری نوین انجام می‌شود و باید در خصوص انبارهای موتورسیکلت و محوطه گمرکی در نیمه اول سال تعیین تکلیف کنیم که به‌عنوان استان مرجع حاذق‌های انبارداری انجام شود. عسکری در پایان گفت: کالاهای پرخطر در انبارهای جداگانه نگهداری می‌شوند و منتظر آرای‌ب‌ر تعیین تکلیف هستیم. مدیرعامل سازمان جمع آوری و فروش اموال تملیکی در پایان این سفر یک‌روزه با مقامات قضایی استان بوشهر دیدار می‌کند.

فرهنگی
انجمن خبرنگاران و روزنامه‌نگاران استان بوشهر: بیانیه محکومیت حمله تعدادی افراد خودسر و تندرو به اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان بوشهر انجمن خبرنگاران و روزنامه‌نگاران استان بوشهر با صدور بیانیه‌ای، حمله تعدادی افراد خودسر و تندرو به اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان بوشهر و تعرض به جایگاه این نهاد فرهنگی و سرپرست آن را به‌شدت محکوم کرد. در این بیانیه آمده است: متأسفانه اخیراً ۱۷ نفر با اقدامی نسنجیده و تحریک‌آمیز با ورود به اداره کل ارشاد اسلامی، ضمن ایجاد رعب و وحشت، حرمت این نهاد مقدس را زیر سؤال بردند، این حمله نه‌تنها اقدامی خلاف قانون و نظم اجتماعی است، بلکه به نوعی تعرض مستقیم به خانه اصحاب رسانه و فرهنگ استان بوشهر محسوب می‌شود. انجمن خبرنگاران و روزنامه‌نگاران استان از نهادهای امنیتی، نظارتی، انتظامی و قضایی کشور درخواست دارد با قاطعیت و بدون تعلل نسبت به شناسایی ابعاد پشت پرده این اقدام و برخورد جدی با مسببان و حامیان این حرکت توهین‌آمیز اقدام نمایند، بی‌توجهی و سکوت در برابر چنین رفتارهایی، می‌تواند زمینه‌ساز تکرار اقدامات خودسرانه مشابه در آینده شود. در پایان این بیانیه تأکید شده است: جایگاه اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی، به عنوان نهادی حاکمیتی در حوزه فرهنگ، باید مورد صیانت قرار گیرد، ورود غیرقانونی افراد با رویکردی آشوب‌طلبانه به چنین نهادی و هتاک‌ی نسبت به ارکان آن، شایسته سکوت نیست و انتظار می‌رود دستگاه‌های ذی‌ربط در اسرع وقت، با اقدام مؤثر، پاسخی قاطع به چنین رفتارهایی بدهند.

رئیس شورای راهبردی ستاد بانوان، فعال رسانه‌ای، سیاسی و مطالبه‌گر اجتماعی:

حمایت قاطع دکتر لیلا انبارکی از مدیریت فرهنگی استان

دکتر لیلا انبارکی (رئیس شورای راهبردی ستاد بانوان دکتر پزشکیان، فعال رسانه‌ای، سیاسی و مطالبه‌گر اجتماعی) با صدور بیانیه‌ای رسمی، وقایع خشونت‌آمیز و تأسفبار حاشیه فستیوال فرهنگی کوچه در بوشهر را به شدت محکوم کرده و حمایت کامل خود را از سرپرست محترم اداره‌کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان بوشهر اعلام کرد. در این بیانیه آمده است: با تأسف عمیق، شاهد رفتارهایی غیراخلاقی و خشونت‌آمیز از سوی گروهی اقلیت و نامتبع‌خواه بودیم که در پایان یک رویداد فرهنگی آرام و محترمانه، به سرپرست اداره‌کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان بوشهر تعرض کردند. این رفتارها نه تنها توهینی آشکار به فردی فرهنگی، بلکه آسیبی جدی به ارزش‌های اخلاقی و فرهنگی استان است.

وی با تأکید بر سابقه درخشان فرهنگی بوشهر، رفتار خشونت‌طلبانه را محکوم و اعلام کرد: تجربه زیسته و شناخت عمیق از ظرفیت‌های فرهنگی استان، ما را بر آن می‌دارد که در برابر چنین اقدامات افراطی ایستادگی کنیم و با قاطعیت از مدیریت فعلی فرهنگی استان حمایت نماییم.

دکتر انبارکی در ادامه افزود: این حمایت، نه تنها تقدیر از تلاش‌های ایشان، بلکه نمادی از پابندی به اخلاق، احترام، و انسجام اجتماعی در برابر تفرقه و افراط‌گرایی است.

وی از نهاده‌ا و مسئولان خواست تا با پیگیری قاطع، مانع تکرار چنین رفتارهایی شوند و امنیت روانی و عملی رویدادهای فرهنگی در استان را تضمین کنند.

دانشگاه جامع علمی کاربردی استان بوشهر: نخستین همایش ملی «خلیج فارس؛ چشم‌اندازها و کارویژه‌ها» را هم‌زمان با روز ملی خلیج فارس، برگزار کرد.
--

مرکز آموزش علمی کاربردی پلیمر بوشهر با همکاری گروه صنعتی وطن زرین و با حمایت دانشگاه جامع علمی‌کاربردی استان بوشهر، نخستین همایش ملی «خلیج فارس؛ چشم‌اندازها و کارویژه‌ها» را هم‌زمان با روز ملی خلیج فارس، برگزار کرد.

این رویداد علمی، فرهنگی و اجتماعی با حضور مقامات استانی، پژوهشگران، نویسندگان مقالات برگزیده و کشتگران حوزه توسعه پایدار، در سالن همایش اداره کل بنادر و دریانوردی بوشهر برگزار شد و بر جایگاه خلیج فارس به عنوان کانون هویت ایرانی و ظرفیت‌های ملی تأکید کرد.

فریده تنگستانی، سرپرست مرکز آموزش علمی کاربردی پلیمر بوشهر، در سخنرانی خود ضمن اشاره به سابقه موفق این مرکز در برگزاری برنامه‌های فرهنگی و علمی، هدف از برگزاری این همایش را پیوند عمیق‌تر آموزش عالی با مفاهیم مسئولیت اجتماعی، پژوهش میدانی و اندیشه‌ورزی در مسیر توسعه پایدار عنوان کرد. وی افزود: برگزاری این همایش الهام‌گرته از تجربه موفق جشنواره ملی روز بندر در اسفندماه گذشته است که در راستای رویکرد اجتماعی و فرهنگی مرکز و گروه صنعتی وطن زرین، شکل گرفته و با مشارکت دانشجویان، پژوهشگران و نهادهای اجرایی، افق تازه‌ای برای آینده پژوهش پیرامون خلیج فارس فراهم کرده است. ایشان با اشاره به ضرورت بهره‌گیری از ظرفیت‌های بومی و دانشگاهی در شناخت و توسعه پیرامون خلیج فارس، بر نقش دانشگاه‌ها در تعمیق آگاهی عمومی و ارائه راهکارهای علمی برای بهره‌برداری پایدار از منابع این منطقه تأکید کرد.

بر اساس اعلام دبیرخانه، مقالات برگزیده و یافته‌های این رویداد در قالب گزارش‌هایی مستند و قابل استناد در اختیار نهادهای علمی، اجرایی و عمومی قرار خواهد گرفت تا گامی در جهت تصمیم‌سازی و توسعه علمی مبتنی بر واقعیت‌های منطقه‌ای برداشته شود.

مدیرکل سیاسی و انتخابات استانداری بوشهر:

تأمین امنیت شغلی و روانی کارگران، حق مسلم کارگران است

به گزارش دریاکنار و نقل از روابط عمومی استانداری بوشهر، هادی اخلاقی، مدیرکل سیاسی و انتخابات استانداری بوشهر، در مراسم بزرگداشت روز جهانی کارگر با تبریک این روز به تمام کارگران شریف و زحمتکش استان و کشور، گفت: «روز کارگر روز ارج نهادن به تلاش‌های بی‌وقفه انسان‌هایی است که با دستان پُرپینه خود، چرخ‌های اقتصاد، تولید و زندگی را به گردش درمی‌آورند.» وی با ابراز همدردی با خانواده‌های جان‌باختگان حادثه اسکله شهید رجایی بندرعباس، تأکید کرد: «متأسفانه بار دیگر شاهد یک حادثه تلخ بودیم که می‌توانست با پیش‌بینی، تدبیر و نظارت صحیح از وقوع آن جلوگیری شود. این اتفاقات، زنگ هشدارى است برای مدیران که باید از هم‌اکنون نسبت به ایمنی و سلامت محیط‌های کار حساس باشند.»

اخلاقی با اشاره به بیانات مقام معظم رهبری در خصوص جایگاه کار و کارگر در جامعه، اظهار داشت: «همان‌گونه که رهبری فرمودند، کارگر مایه حیات جامعه است. هیچ سرمایه‌گذاری بدون اتکا به تخصص و تلاش کارگران نمی‌تواند در مسیر تولید و پیشرفت گام بردارد. کارگر باید جایگاه خود را در دل و دیده ما ببیند و بداند که تنها نیست.» مدیرکل سیاسی و انتخابات استانداری بوشهر با بیان اینکه کمیسیون کارگری استان با جدیت پیگیر حقوق کارگران است، افزود: «در ماه‌های پایانی سال گذشته، کمیسیون کارگری استان به‌صورت هفتگی و با بالاترین سطح مدیریتی در استان برگزار شد تا حتی یک کارگر در شب عید شرمنده خانواده خود نباشد. ما وظیفه داریم تا نقطه‌ای که کارگر به تمام حقوق قانونی خود برسد، پیگیر مطالبات او باشیم.» او همچنین خطاب به مدیران و مسئولان استانی گفت: «از همه مدیران و مسئولان می‌خواهم که به کارگر به‌عنوان یک انسان ثمربخش و خادم ملت نگاه کنند و اگر حقی از او ضایع شد، با قدرت از او دفاع کنند. ما در کمیسیون‌های کارگری استان و شهرستان‌ها با همکاری فرمانداران، این مسئولیت را به‌عنوان وظیفه انسانی و قانونی خود می‌دانیم.» اخلاقی در پایان با تأکید بر لزوم فراهم کردن امنیت شغلی، روانی و فکری برای کارگران، اظهار داشت: «باغ توسعه این کشور با شکوفه‌های وجود شما کارگران ثمربخش می‌شود. به نمایندگی از مسئولان استان و کمیسیون کارگری، به شما سلام می‌کنم و می‌گویم: دست مریزاد، خدا قوت و خدا یار و نگهدارتان.»



به قلم:میلاد احمدی

علت خرابی مردم به خاطر عدم توجه به مقوله پیشگیری و تضاد منافع در وزارت بهداشت است. سلامت دندان‌ها به عنوان یکی از شاخص‌های مهم در ارتقای سلامت جامعه و مردم شناخته می‌شود. زیرا، با داشتن دندان‌های سالم، علاوه بر پیشگیری از بروز بیماری‌های حاصل از دندان‌های خراب، از هدر رفت هزینه‌های زائد نیز جلوگیری می‌شود.

حال این سوال مطرح است که چرا نظام سلامت کشور در حوزه پیشگیری به ویژه در بحث بهداشت دهان و دندان، موفقیتی کسب نکرده است و دندان‌های مردم هر روز خراب‌تر و پوسیده‌تر می‌شود. ۸۰ درصد بیماری‌های دهان و دندان قابل پیشگیری است، ۲۳ درصد سید هزینه هر خانواده مربوط به دهان و دندان است که با پیشگیری می‌توان این هزینه‌ها را کاهش داد.

متأسفانه تمام سیاستگذاری ها به دلیل تضاد منافع به دست درمانگران می‌افتد و این افراد هم خیلی بدشان نمی‌آید که تعداد بیماران زیاد باشد.

قسمتی از گرفتاری‌های مردم در حوزه سلامت، مربوط به سیاست‌های حاکم بر وزارت بهداشت است. مخصوصاً در سال‌های



به قلم: احمدرضا کهن(دکتری زیست دریا)

پرورش میگو یکی از صنایع ایجاد کننده اشتغال و کسب درآمد برای مردم استان‌های ساحلی به ویژه بوشهر و هرمزگان است. در سال گذشته به دلیل بروز بیماری نکروز حاد هپاتوپانکراس (AHPND) در میگوهای پرورشی میزان تولید میگو در کشور به شکل محسوسی کاهش یافته و پرورش‌دهندگان دچار خسارت‌های چشمگیری شدند. با توجه به شرایط بیماری‌های میگو در جهان، به نظر می رسد در سال جاری علاوه بر بیماری لکه سفید که تهدید همیشگی صنعت پرورش میگوی کشور است و بیماری AHPND که در سال گذشته به کاپوس پرورش‌دهندگان تبدیل شد، یک بیماری جدید نیز برای فعالان این صنعت ایجاد چالش کند. بیماری BPR که توسط یک انگل درون‌سلولی به نام EHP ایجاد می شود، این بیماری بر خلاف دو بیماری دیگر باعث مرگ و میر شدید در استخرهای پرورش نمی شود اما از رشد میگو جلوگیری کرده و میگوی تولیدی از کیفیت پایینی برخوردار خواهد بود که خسارت مالی سنگین برای پرورش‌دهندگان به دنبال خواهد داشت. برای جلوگیری از بیماری‌ها، رعایت اصول ایمنی زیستی امری ضروری است. گاهی شاهد سهل‌انگاری‌هایی در مراکز تکثیر و پرورش میگو هستیم که با کمترین هزینه می‌توان



محمد اسلامی، معاون رئیس‌جمهور و رئیس سازمان انرژی اتمی در دیدار با نخبگان دانشگاهی و اعضای برگزیده بنیاد ملی نخبگان کشور، اظهار کرد: انرژی هسته‌ای به معنای حقیقی کلمه، پیشگام توسعه است که می‌تواند در بسیاری از حوزه‌ها مسائل و چالش‌های کشور را رفع کند.

وی افزود: وزیر خارجه آمریکا در مصاحبه اخیر خود با صراحت اعلام کرد، کشورهایی می‌توانند غنی‌سازی کنند که سلاح هسته‌ای دارند؛ بنابراین هسته اصلی پیش‌برنده و بنیادین، غنی‌سازی است. به عبارت دیگر اگر در این حوزه غفلت وجود داشته باشد، نمی‌توانید به مرحله‌ای برسید که فعالیت‌هایتان صنعتی تلقی شود.

معاون رئیس‌جمهور گفت: صنعت هسته‌ای موجب اقتدار جمهوری اسلامی است که این دستاورد از نگاه نظام سلطه برای کشور ما ممنوع است. آنها نمی‌خواهند کشوری مثل ایران که دارای استعداد، نیروی انسانی درخشان، ذخایر غنی و جایگاه استراتژیک در دنیاست، به ابزارهای قدرت مجهز شود.

اسلامی ادامه داد: اکنون سازمان انرژی اتمی ایران



سید محمد صفوی (مدیر شرکت تبادل صنعت سرما رسان)

با آغاز روزهای گرم سال، احتمال بروز گرمزدگی در محیط خانه و محل کار افزایش می‌یابد؛ مشکلی جدی که در صورت بی‌توجهی می‌تواند خطرات جسمی قابل‌توجهی به دنبال داشته باشد. گرمزدگی علائمی همچون سردرد، سرگیجه، تهوع، تنگی نفس، تعریق شدید و در موارد حاد، بی‌هوشی به همراه دارد. اما خوشبختانه با رعایت چند نکته ساده، می‌توان از این عارضه پیشگیری کرد. در این گزارش، به بررسی گروه‌های در معرض خطر و راهکارهای موثر برای جلوگیری از گرمزدگی می‌پردازیم:

چه کسانی بیشتر در معرض گرمزدگی هستند؟ هر فردی ممکن است در هوای بسیار گرم دچار گرمزدگی شود، اما برخی افراد آسیب‌پذیرتر هستند، از جمله: نوزادان و کودکان خردسال؛ سالمندان بالای ۶۵ سال؛ افراد دارای اضافه‌وزن؛

کسانی که ساعات طولانی در فضای باز کار یا ورزش می‌کنند؛ بیماران قلبی، فشار خونی یا کسانی که داروهای خاص (مانند داروهای افسردگی یا بی‌خوابی) مصرف می‌کنند.

راه‌های ساده و موثر برای پیشگیری از گرمزدگی ۱. در ساعات اوج گرما از خانه خارج نشوید برنامه‌ریزی روزانه خود را به گونه‌ای تنظیم کنید که فعالیت‌ها در

علت خرابی دندان ایرانی ها چیست؟

اخیر، با وزرایی که بر مسند کار قرار گرفته اند.

کسی که فکرش، کسب درآمد از حوزه پزشکی است؛ هیچ وقت به پیشگیری فکر نمی‌کند و فقط دو تا شعار می‌دهد.

کارهایی که کشورهای اروپایی و حتی آسیای شرقی در حوزه پیشگیری انجام داده اند باعث شده امروز توانسته اند شاخص سلامت دهان و دندان (DFM) را بهبود ببخشند و ما عقب افتاده ایم.

۱۰سال پیش ۵ دانشکده دندانپزشکی در کشور داشتیم و امروز که ۷۷ دانشکده داریم، شاخص سلامت دهان و دندان؛ بدتر شده است. مصرف بالای مواد قندی و شیرین، اطلاعات بهداشتی پایین، مسائل ژنتیکی و تبلیغات صداوسیما که برای سلامت دهان و دندان شَم است؛ باعث می‌شود دندان‌هایی که می‌تواند سال‌های سال کار کند، خیلی زود از بین روند.

آیا می‌شود کارهای پیشگیرانه برای سلامت دهان و دندان انجام داد یا خیر، صد درصد می‌شود پیشگیری انجام داد، اما اینکه چرا نمی‌شود؛ باز می‌گردد به وجود تضاد منافع حاکم بر وزارت بهداشت. کسی که مسئولیت می‌گیرد باید دستش در جیب خودش باشد و درآمدی از درمان نداشته باشد. در غیر این صورت، تا زمانی که کار

رعایت گردد.

در مزارع پرورش، آماده سازی استخر پیش از شروع فصل و مدیریت صحیح آب و تغذیه در طول فصل مهمترین عوامل در شیوع بیماری و میزان تلفات ناشی از آن است.استفاده از آهک به میزان کافی و به روش صحیح در هنگام آماده سازی استخر می تواند تا حدودی احتمال بروز بیماری را کاهش دهد. وجود استخر ذخیره آب که بتوان در آن بار میکروبی آب را با استفاده از کلر و سایر مواد ضدعفونی کننده تنظیم کرد می تواند یک اقدام مدیریتی مناسب تلقی شود. در مراکزی که از سیستم های متراکم پرورش میگو استفاده می‌کنند احتمال بروز این بیماری‌ها بسیار کمتر و در صورت بروز امکان کنترل آنها بسیار بیشتر است. به خاطر داشته باشید که پس از آلوده شدن یک استخر به بیماری، احتمال شیوع مجدد آن بیماری در آن استخر بسیار بالاست.

بهبود وضعیت سلامت جسمی میگو و کاهش موارد استرس‌زا در محیط زیست آن، باعث کاهش چشمگیر احتمال بروز بیماری شده و همچنین در صورت بروز بیماری میزان مرگ و میر را به شکل محسوسی کاهش می دهد. بدین منظور استفاده از مکمل‌های غذایی و پروبیوتیک‌ها توصیه می شود. در استخرهای خاکی و بدون پوشش کنترل

اسلامی: انرژی هسته‌ای پیشگام توسعه و ابزار قدرت ملی است

دیدار معاون رئیس‌جمهور و رئیس سازمان انرژی اتمی با نخبگان دانشگاهی و اعضای برگزیده بنیاد ملی نخبگان کشور

وی افزود: سهم انرژی اتمی در سند توسعه انرژی کشور که از طرف ریاست‌جمهوری به تصویب رسید، در نظر گرفته شد و این برنامه در شورای عالی انرژی نیز به ثبت رسیده است. البته در کنار تولید برق اتمی، فناوری هسته‌ای کاربردهای گسترده‌تری نیز وجود دارد که باید مورد توجه قرار گیرد.

رئیس سازمان انرژی اتمی تصریح کرد: یکی از این حوزه‌ها، پروتدهی است؛ استفاده از گاما و شتاب‌دهنده‌ها در کاهش ضایعات محصولات کشاورزی نقش موثری دارد. امروز حدود ۳۰ درصد از ۱۳۰ میلیون تن محصولات کشاورزی کشور دچار ضایعات می‌شود که علاوه بر خسارت مالی، انرژی عظیمی را نیز تلف می‌کند. با کاهش این ضایعات، امنیت غذایی افزایش می‌یابد و همچنین امکان صادرات محصولات نیز بیشتر خواهد شد. ما تاکنون ظرفیت پروتدهی ۵۰۰ هزار تن در سال را ایجاد کرده‌ایم و بخش خصوصی را نیز برای مشارکت فعالانه فراخوانده‌ایم.



۶. در صورت مشاهده علائم گرم‌زدگی چه کنیم؟ اگر احساس کردید که بدنتان بیش از حد گرم شده یا علائمی چون سرگیجه، تهوع یا ضعف دارید؛ فعالیت را بلافاصله متوقف کنید؛ به مکان خنک بروید؛ آب خنک یا محلول‌های حاوی الکترولیت بنوشید؛ اگر امکان دارد، دوش آب سرد بگیرید یا بدن را با حوله مرطوب خنک کنید.

با رعایت این نکات ساده، می‌توان روزهای گرم را با سلامت و آرامش پشت سر گذاشت، سلامت شما در گرو آگاهی و توجه به علائم هشداردهنده‌ی بدن است.



دست دندانپزشکان است؛ آش همین آش و کاسه همین کاسه است. مگر نه اینطور است که در کشور های پیشرفته پزشکان از سلامت مردم درآمد دارند نه از مریض بودن مردم پس چرا در کشور ما هر چه قدر مردم بیمار تر و مشکلاتشان بیشتر باشد درآمدشان بیشتر است که این امر فقط به سود پزشکان و به ضرر مردم می باشد. باید سازوکاری صورت گیرد تا پزشک برای درآمد و منافع خودش هم که شده تلاش کند که مردم مریض نشوند و پزشک مراجعه نکنند و از این حالت مشتری گونه بیمار خارج شود و به فکر سلامتی بیمار باشند.

طرح سلامت که در اواخر دولت نهم و دهم مطرح شد همین طرح بود ولی چرا اجرا نشد چه کسی از اجرا نشدن این طرح سود می برد و چه کسانی ضرر می کنند این همه سوالانی است که باید پرسید

و از نمایندگان مطالبه کرد و هزینه های پزشکی را به حداقل رساند از سبد خانواده ها پزشکان باید برای سلامت مردم حقوق دریافت کنند نه مریض بودن مردم اگر اینگونه باشد میشود گفت در حوزه درمان پیشرفت کردیم .

به امید ایرانی سربلند.

کیفیت رسوبات کف استخر بسیار مهم است که به دلیل وسعت استخرهای پرورش و هزینه بر بودن این فرایند، مدیریت صحیح آب و غذادهی اهمیت دوچندانی دارد. در صورت استفاده از پوشش برای کف استخر مانند ورق‌های ژئوممبران، کنترل کیفیت آب و بستر استخر با سهولت بیشتری انجام می‌شود.در مجموع، بیماری AHPND و انگل EHP دو خطر بالقوه برای پرورش میگو در سال جاری هستند که نیازمند توجه بیشتر فعالان بخش تکثیر، پرورش و حتی کارخانجات تولید غذای آبزیان به این موضوع می باشد. مثل رایجی هست که «پیشگیری بهتر از درمان است»، ایت موضوع در مورد میگو و سایر آبزیان به دلیل مسائل و مشکلات زیاد در درمان، اهمیت بسیار بیشتری دارد.

امیدوارم که در سال جاری خبرهایی که از مراکز تکثیر و پرورش در خصوص همت فعالان این حوزه برای بهبود ایمنی زیستی در مراکز خود و ارتقا سیستم‌های تکثیر و پرورش به گوش می رسد، واقعیت داشته و شاهد پیشرفت این صنعت که محل کسب روزی برای بسیاری از مردم مناطق ساحلی است، باشیم.

اجتماعی

مقاله



به قلم: فاطمه حسینی حقیقی

مقام و جایگاه شهید و شهادت

در این مقاله به ارزش و احترام مقام بلند شهادت می‌پردازیم، مقامی که چه از منظر اسلام و چه از دیدگاه بزرگان، جایگاه ویژه‌ای دارد. تکريم و تعظيم شهيدان، تلاشي مقدس است در برافراشتن پرچم‌های سرخ استقلال و آزادی بشریت، از یوغ ذلت و اسارت و گام بلندي است در راستاي احياي ارزش‌هاي مکتب توحيد و عدالت؛ زیرا که، «شهادت، مرگ در راه ارزش‌هاست» و هر شهید، مشعلی است که در بلندی عزت و سرافرازی یک ملت، جاودانه می‌درخشد.

«شهید، زیباترین زخم بر پیکر هستی و «شهادت» زیباترین غزلی است که از لبهای سرخ حقیقت می‌تراود. شهادت یبباري را معنا می‌کند و بینایی را شفاف می‌سازد.

شهادت مشعلی است که خداوند در جان برگزیدگانش برمی افروزد، تا تاریکی از شانه‌های زندگی بگریزد.

شهید چشمه آتشی است که خرمن ظلم را می‌سوزاند و آب روانی است که بر کویر تشنه عدالت جاری می‌شود. هر شهید سیدیه‌ای است که در افق آسمان هاطلوع می‌کند و پیام‌آور صبح می‌شود. شهادت شهید به طور یقین بسیار پرازش‌تر و مؤثرتر از حیات اوست. «شاهد» از اوصاف خداوند است و زمانی که کسی به آن درجه از خلوص برسد که به‌مقام شهادت نایل آید او مخلوقی است ملحق شده به خالق و عادی است و از «ونفخت فیه من روحی».

شهید همواره زنده است و مرگ، او در واقع انتقال از حیات جاری در سطح طبیعت به حیات پشت پرده آن می‌باشد.

در قرآن کریم، حدود ده آیه به صورت صریح درباره کسانی که در راه خدا کشته شده باشند، وجود دارد. از جمله مسایلی که در این آیات به آن اشاره شده است عبارت است از: زنده بودن شهید، رزق شهید، آموزش گناهان شهید، ضایع نشدن عمل شهید، مسرت و خوشحالی شهید، وارد شدن در رحمت الهی و رستگاری شهید.

رسول خدا گواهی می‌دهد که شهدا شاهدان من نزد خدا در روز قیامت هستند. بیایید وایشان را زیارت کنید، بر اینان سلام کنید که سؤگند به آنکه جانم در دست اوست، هیچ کس نباشد که بر آنها سلام کند، الا اینکه جواش را می‌دهند و آنها از میوه‌های بهشتی و هدایای آن روزی داده می‌شوند.

این حدیث بر زنده بودن شهدا و بر رزق و لزوم زیارت آنان دلالت دارد. و در قرآن کریم نیز آمده است:

آنانکه در راه رضای خدا، از وطن هجرت نمودند و در راه دین خدا کشته شدند و ما مرگشان فرارسید، البته خداوند، رزق و روزی نیکویی در بهشت ابد نصیبشان می‌گرداند و همان خداوند بهترین روزی‌دهندگان است. خداوند به آنان در بهشت منزلی عنایت کند که بسیار به آن راضی و خشنود باشند.

در آیات قرآن پس از اینکه از رزق و روزی شهدا با نام رزق نیکو یاد می‌کند جایگاه آنان را در بهشت معرفی و آن را مقام رضوان و رفیع می‌داند. حقیقت رزق شهدا در جهان دیگر بر ما پوشیده است؛ لیکن می‌دانیم که رزق آنها از جانب خداست. شهادت دو رکن دارد؛ یکی این که در راه خدا و فی سبیل الله و هدف، مقدس باشد و انسان بخواهد جان خود را فدای هدف نماید. دیگر این که آگاهانه صورت گرفته باشد. شهادت به حکم این که عملی آگاهانه و اختیاری است و در راه هدفی مقدس است و از هر گونه انگیزه ی خودگرایانه منزه و مبراست، تحسین انگیز و افتخارآمیز است و عملی قهرمانانه تلقی می‌شود.



به قلم: علیرضا مهبودی (فعال فرهنگی)

فداکاری، تجلی انسانیت

فداکاری، یکی از زیباترین جلوه‌های روح انسانی‌ست؛ روحی که از دم خداوند متعال در کالبد انسان دمیده شده است. خدایی که سرچشمه آرامش، مهربانی، و عشق است؛ و روح انسان، بازتابی از همین صفات الهی‌ست. این روح بلند، گاه در وجود انسان‌ها چنان به جوشش درمی‌آید که برای نجات جان دیگری، خود را به دل خطر می‌افکند. از پریدن در آب برای نجات یک کودک، تا متوقف ساختن خودرویی برای حفظ جان عابری دیگر، همه این‌ها تجلی ایمان، عشق به انسانیت، و والادترین مرتبه از ایثار است. فداکاری، زبانی جهانی‌ست؛ زبان عشق و ایمان. چه بسیار انسان‌هایی که برای نجات دیگران، جان خویش را فدا کرده‌اند، و در آن لحظه، انسانیت را بار دیگر زنده کرده‌اند. گاهی فداکاری در بخشیدن یک شغل جلوه‌گر می‌شود، گاهی در انجام درست یک کار، و گاه در جلوگیری از حادثه‌ای تلخ. حتی ممکن است فردی خود را به آتش بزند تا دیگری را از شعله‌های سوزان نجات دهد.

در سال‌های جنگ، رزمندگان این سرزمین، درس‌های بزرگی از فداکاری به ما آموختند؛ ماسک و پوتین و غذای خود را به هم‌رزمانشان می‌دادند و جان خود را بی‌هیچ چشم‌داشتی فدای دیگران می‌کردند. این لحظه‌ها، برگ‌های زرینی در دفتر روزگارتند که روح و جان انسان را به لرزه می‌اندازند از این همه عشق، نوع‌دوستی و بزرگواری.

خدایا، در وجود بندگان پاک‌سیرت چه نهاده‌ای که این چنین بی‌قرار یاری دیگران اند، در دل مادر، چه نیرویی آفریده‌ای که جانش را بی‌دریغ برای فرزندش می‌دهد؟ تو که سرچشمه مهربانی هستی، روح چگونه در زمین این‌گونه غوغا می‌کند؟

انسانیت، دینی‌ست که در همه ادیان دیده می‌شود. فداکاری، شعله‌ای ناب از این دین انسانی‌ست که در دل کسانی می‌تابد که از خود گذشته‌اند. این روح ایثار، نه تنها جامعه را متحول می‌سازد، بلکه الگویی والا برای تربیت نسل آینده به‌جا می‌گذارد؛ نسلی که با مفاهیم عشق، همدلی و کمک به هم‌نوع رشد می‌کند.

و چه زیباست جامعه‌ای که در آن، فداکاری نه استثناء، که عادت دل‌هاست.



به قلم: عبدالرضا مهبودی (فعال اجتماعی)

روستا، آرامش ناب زندگی

روستا، جایی‌ست دور از هیاهوی شهر؛ سرزمینی سرشار از آرامش، جایی برای رهایی از دود و دم و ازدحام. صبح‌هایش با آواز خروس و عطر نان تازه و هوای پاک آغاز می‌شود. زیر سایه درختان سرسبز و پر میوه، صبحانه خوردن طعمی دیگر دارد؛ طعمی از جنس آرامش و زندگی ساده. در روستا شادی‌ها و غم‌ها تقسیم می‌شوند؛ آدم‌ها به هم نزدیک‌ترند، همسایه از حال همسایه باخبر است، و مهربانی در کوچه‌های خاکی جریان دارد. زندگی روستایی برای بسیاری، تصویری شاعرانه از لیخندهای کودکیانه، لمس خاک، لذتی ناب‌دارند. شب‌های روستا، آن چنان زیبا و سحرانگیزند که دلت نمی‌آید چشم‌هایت را ببندی. دراز کشیدن روی پشت‌بام گلی خانه، خیره شدن به آسمان پرستاره، و راز و نیاز با خدا، لحظاتی‌ست که شب را بی‌آنکه بفهمی، به صبح می‌ساند. آری، روستا زیباست؛ اگر دل‌های مردمانش کنار هم بنپد، می‌هیج فاصله‌ای.

دریاکنار

صدای پرتین مردم

سال هشتم -شماره ۱۷۰ -دوشنبه ۱۵ اردیبهشت ۱۴۰۴ - ۷ ذی القعدة ۱۴۴۶ - ۵ می ۲۰۲۵ - قیمت ۵۰۰۰ تومان

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان بوشهر:

بوشهر برای اولین بار میزبان ثبت بیش از ۳۰ اثر ناملموس در فهرست آثار ملی شد

بو دادن؛ دانش سنتی گرده افشانی(بارور کردن)درخت خرما، نمایش آیینی مذهبی قلندر خونه، مراسم سنتی سینه زنی دیلمی، فرهنگ و ادبیات جولین(مراسم سنتی برداشت گندم یا جو)، مهارت تهیه و پخت دمیخت میگو و بازی بیست و پنج در است. مدیرکل میراث فرهنگی همچنین از آغاز روند ثبت چهره‌های برجسته فرهنگی استان خبر داد و گفت: پس از ثبت ملی چهره نجف دریابندری، اینک ثبت میراث معنوی دکتر حمیدی در دستور کار قرار گرفته و این مسیر برای دیگر نویسندگان و پژوهشگران اثرگذار بوشهر نیز ادامه خواهد یافت. این مراسم با حضور استان‌های خوزستان، سیستان و بلوچستان نیز همراه بود و آثاری از این مناطق در حوزه موسیقی، غذا و آیین‌های سنتی به فهرست آثار ملی اضافه شد. به گفته سجادی منش، میراث ناملموس جنوب ایران در کرانه خلیج‌فارس، نقشی بنیادین در هویت‌بخشی فرهنگی این پهنه آبی ایفا می‌کند و بوشهر می‌تواند با تکیه بر این ظرفیت، به برند گردشگری فرهنگی منطقه بدل شود. وی در پایان با تأکید بر پشتوانه علمی این فرآیند گفت: برای مستندسازی این آثار از همکاری پژوهشگاه میراث فرهنگی، دانشگاه خلیج‌فارس، بنیاد ایران‌شناسی و چهره‌هایی همچون دکتر مشایخ بهره برده‌ایم تا اصالت و ماندگاری این میراث ارزشمند تضمین شود.



گفتمان و فناوری، راهی برای ماندگاری فرهنگ ناملموس ایران

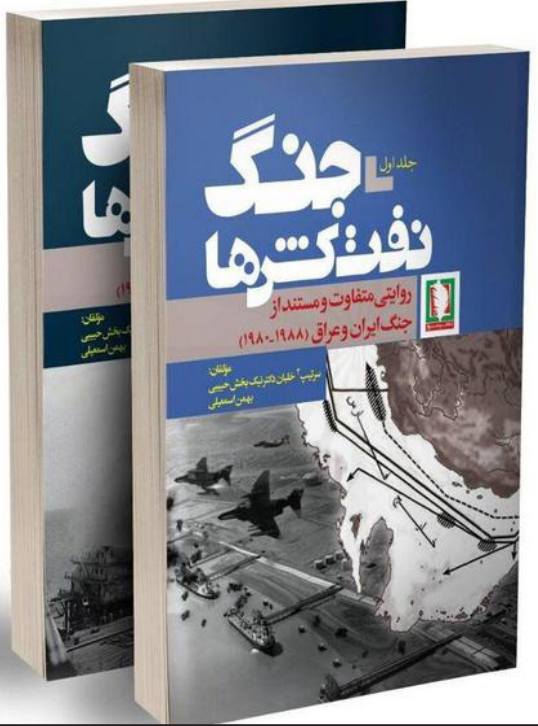
در نشست شورای سیاست‌گذاری ثبت میراث ناملموس کشور که به مناسبت روز ملی خلیج فارس در بوشهر برگزار شد، احسان جهانپان با تبریک میلاد حضرت معصومه (س) و روز دختر و نیز با ابراز همدردی نسبت به جان‌باختگان حادثه دلخراش بندر شهید رجایی بندرعباس، سخنانی در خصوص اهمیت میراث ناملموس ایراد کرد. جهانپان ضمن اشاره به حضور فعال نمایندگان استان‌های خوزستان، سیستان و بلوچستان، بوشهر و یادکرد از جای خالی همکاران هرمزگانی در پی حادثه اخیر، تأکید کرد که ثبت میراث ناملموس، ضرورتی انکارناپذیر برای حفظ فرهنگ و هویت ملی است، به گفته وی، برخلاف آثار ملموس که ممکن است در برابر حوادث طبیعی و غیرطبیعی آسیب‌پذیر باشند، میراث ناملموس همچون آیین‌ها، آداب، رسوم و سنت‌ها در

جریان سیال فرهنگ جامع باقی می‌مانند. او با بیان اینکه تخصصی در حوزه میراث ندارد، اما به این نتیجه رسیده که آثار ناملموس حتی تأثیرگذارتر از آثار ملموس‌اند، گفت: این آثار به‌واسطه گفتگو، ثبت مکتوب، استفاده از تصاویر و فناوری‌های نوین، قابلیت استمرار و انتقال به نسل‌های آینده را دارند. وی از تلاش‌های وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی و همچنین اداره‌کل میراث فرهنگی استان بوشهر در برگزاری این نشست تقدیر کرد و افزود: استان بوشهر سرشار از آیین‌ها، آداب، غذاهای محلی، هنرهای نمایشی و شیوه‌های گرامیداشت شادی و عزا است که ظرفیت بالایی برای ثبت در فهرست میراث ناملموس دارند. جهانپان در پایان با اشاره به اهمیت آشنایی نوجوانان و نسل‌های جدید با فرهنگ غنی این سرزمین، بر لزوم معرفی صحیح



نشر سرو «جنگ نفتکش‌ها» را منتشر کرد

داشته و در موارد فراوانی شرایط را در جنگ زمینی کمالات تحت تأثیر قرار داده است. در این نبرد ارتش بعث از حمایت بی دریغ تمامی قدرتهای فرامنطقه‌ای و منطقه‌ای برخوردار بود و ایران به ابتکارات و جافشانه‌ی نیرو انسانی خود اتکا داشت. به دلیل دسترسی محدود کشور عراق به خلیج فارس، هجوم ارتش بعث به اهداف دریایی، ماهیت هوایی داشتند. در نتیجه نیروی هوایی ایران به اصلی‌ترین دفاع کننده از منافع دریایی ایران تبدیل شد. این نبرد یک جنگ هوا - دریا است و براساس مستندات علمی دومین نبرد هوایی -دریایی بزرگ جهان در جنگهای قرن بیست ساخته می‌شود. جهان امروز درگیر جنگهای گوناگون است و بسیاری از شاخص‌های آنها با تجربیات حاصل از جنگ نفت‌کش‌ها قابل تفسیر و سنجش است و این نکته اهمیت شناخت این نبرد را پررنگ‌تر می‌کند. «از رادر بوشهر پرسیدم که سمت، ارتفاع و تعداد جنگنده‌های دشمن را اعلام کند. به محض ثابت شدن هوایما در سمت دلخواه، تعداد سیزده فروند جنگنده متخاصم که به طرف بوشهر در پرواز در رادر آمدند نمایان شدند. منطقه واقعا به هم ریخته بود و صدهای مختلفی در اطراف کنترلر ایستگاه رادر شنیده می‌شد. علاوه بر اینها چراغ هشدار کمبود بنزین نیز روشن شده بود. اما تصمیم به ماندن گرفتیم، چون بیست فروند نفتکش با مخزن‌های پر در اطراف جزیره خارک پراکنده بودند و امکان هدف قرار گرفتن آنها زیاد بود. نگاهی به نشانگر بنزین انداختم و پس از آن به بیرون از هواپیما نگاه کردم و آخرین هماهنگی را با خلبان کابین عقب انجام دادم. ناگهان متوجه بیست فروند موشک شدم که مستقیم به سوی ما می‌آمدند. صدای انواع اژپرها به گوش می‌رسید و چراغ‌های هشداردهنده یکی پس از دیگری چشمک می‌زدند. چف و فلیر بود که برای انحراف موشک‌ها پشت سر هم از زیر و انتهای هواپیماي تاמתک شلیک می‌شد. تنها راه نجاتمان مانورهای سنگین بود.



سوگ نامه ای به پاس قدردانی از همدلی مردم

در درگذشت شادروان حاج اسماعیل باستین (پدر گرانقدر دکتر علی باستین (معاون سابق استاندار بوشهر))

در گذشت پدرمان شادروان حاج اسماعیل باستین،تحمل این درد سنگین، بسیار صعب و دشوار می نمود، لذا بر خود فرض میدانیم تا قطره ای از دریای بیکران لطف و محبت شما را جبران نماییم بدینوسیله به پاس نیت پاک و صادقانه و همت بلند تمامی مردم سراسر کشور و اقارب و دوستان و آشنایان و مردم صمیمی و خونگرم و پر محبت استان بوشهر خصوصا دیار دلبران تنگستان و زادگاه مان روستای چاه پیر، خانواده های معزز شهداء و روحانیت، سادات جلیل القدر، ائمه جمعه و جماعات، فرهنگیان و معلمان و اندیشمندان، اساتید دانشگاه، استاندار محترم و معاونین، فرمانداران و بخشداران و مدیران کل و کارکنان دستگاه‌های اجرایی، فرماندهان و کارکنان نظامی و انتظامی، ارگانها و نهادهای بانک‌ها، فعالان بخش خصوصی و سایر هموطنان عزیز و بزرگوار در جای جای کشور، متواضعانه و از صمیم قلب مراتب قدردانی و ارادت خود را اعلام نموده و امیدواریم فرصتی پیش آید تا خدمتگزار مراسم شادی و سرور شما عزیزان باشیم سلامتی، شادکامی و عاقبت بخیری شما را از خداوند متعال خواهیم.

خانواده های باستین و سایر منسوبین

و خوش نام و مردم دار بنشینیم .بزرگ مردی از جنس صداقت و شرافت و خدمت به محرومین که همواره افتخار نوکری امام حسین و اهل بیت را داشت در هفتم اردیبهشت ۱۴۰۴ دعوت ارجعی الی ربک را لبیک گفت و به دیار باقی شتافت پدری که وجود ارزشمندش برای شهر و روستاهای استانمان بوشهر به ویژه دیار و زادگاهش، تنگستان و روستای چاه پیر نعمت وغنیمتی گران بها بود ما در حالی به سوگ پدری مهربان نشسته ایم که در حسرت سفر زود هنگامش به آخرت، دلهایمان پر از درد و چشم هایمان اشکبار است خاوندان، ما همگی راضی به رضای تو و شاکر این نعمت بزرگیم که در زمان حیات سراسر معنوی پدر، نعمت خدمت به مردم بخصوص خدمت عاشقانه به محرومین و زندگی در میان آنان و با آنان را به ایشان عنایت فرمودی.او بحق مردمی زیست و در مردمی ترین حالت بدست مردم قدردان بدرقه شد اگر نبود اعتقاد به صبر و اجر الهی و لطف و محبت شما هموطنان و همشهریان بلند همت، که از بدو وقوع این حادثه مولمه، در کنارمان بودید و با تماس تلفنی، ارسال پیام و تراکت و بنر و حضور در مراسم تشییع و تدفین، ترجم و ختم و هفتمین روز

اردیبهشت‌ماه سال جاری مردمان استان بوشهرو شهرستان تنگستان، پدری مهربان، مردی از تبار صداقت، شرافت و خدمت (شادروان حاج اسماعیل باستین - پدر گرانقدر دکتر علی باستین (معاون سابق استاندار بوشهر)) را بدرقه کردند؛ پدری دلسوز و مردم‌دار که تمام عمر خود را وقف خدمت صادقانه به محرومان و قدم نهادن در راه امام حسین (ع) و اهل بیت عصمت و طهارت نمود و تربیت فرزندی صالح برای ایران عزیزمان را در عالی ترین سطح ممکن رقم زد. وجود ارزشمند این بزرگ‌مرد، نعمتی گران‌بها برای استان بوشهر، بویژه دیار زادگاهش تنگستان و روستای چاه‌پیر بود و کوچ زود هنگامش غمی جانکاه بر دل‌های خانواده، دوستان و مردم گذاشت اما صبر الهی و حضور پر مهر مردم در این مصیبت، مرهمی بر این اندوه شد. در پی این واقعه اندوه‌بار خانواده محترم شادروان حاج اسماعیل باستین، پیام قدردانی خود را چنین اعلام داشتند:

بسم الله الرحمن الرحيم

من لم یسکر المخلوق لم یسکر الخالق

تقدیر و مشیت الهی بر این قرار گرفت تا در سوگ پدری مهربان

نشریه‌دریاکنار

صاحب امتیاز: مهندس سید عیسی گلریز ۰۹۲۱۱۴۸۷۰۰۹
مدیرمسئول: مهندس مهران سلطانی‌نژاد ۰۹۱۱۳۹۰۳۶۲۸
سردبیر: سهیلاسلطانی ۰۹۱۱۴۳۹۵۳۴۷
روابط عمومی: فریده ترنج مهرگان ۰۹۱۷۹۴۵۸۷۹۸
گرافیکست: بهار و طوبی ستایی مختاری - زهرا شریفی
کاریکاتوربست: مهندس داریوش مهرادگان _ نگار جهانتاب
مسئول سایت: آیدا عالی پور ۰۹۳۳۵۰۴۰۲۴
هیت تحریریه: سیده فاطمه آزمون، خانم دکتر زهراسحاسی، الهام فضلی، حمیدرفیعی، مهندس مجتبی تن‌زاده، حمیدرضا عباسی، زهره خاکسار، الهام هزیری ،فاطمه صالح روشن

لینوگرافی و چاپ: نشر فرهنگ

نشریه‌دریاکنار

@DARYAAKNAR

نشریه ای از جنس سرسبزی شمال

و خونگرمی مردمان جنوب

(مازندران بوشهر)

معلمان سرمایه های معنوی جامعه هستند

دانش‌آموزان باید اهتمام جدی صورت گیرد که فرموده اند: از جای خود به احترام استاد برخیز، هرچند فرمانروا باشی؛ جایگاه والای معلم و معلمی را به‌درستی نمایان ساخته است. دکتر زارع تصری کرد: معلمان بزرگترین مسئولیت فرهنگی و اجتماعی را نسبت به نسل جوان و آینده‌سازان کشور بر عهده دارند و بر این باور هستم این نقش؛ در ساختن و توسعه کشور، نقشی کم نظیر است از این رو باید دغدغه های آنان را بشنویم و نسبت به رفع آنها اهتمام ورزیم. وی اضافه کرد: باور قبلی من این‌ست که برای تعالی فرهنگی نسل جوان و نوجوان، باید به مقوله فرهنگ به صورت کلی و موضوع آموزش و پرورش که ذیل آن قرار دارد، به دیده یک فرصت ناب بنگریم از این رو، شخصا به برگزاری منظم جلسات شورای آموزش و پرورش استان و حضور در این شورا حساس هستم و مجدانه، مصوبات آن را پیگیری می‌کنم.



به روایت تصویر:

نشست ثبت میراث ناملموس خلیج‌فارس با حضور استان ها ساحلی

