

خیرین مدرسه ساز آینده جامعه را می سازند

استاندار همدان حقوق یک ماه خود را به پویش «بساز مدرسه» اهدا کرد

فرمانده سپاه انصارالحسین (ع) همدان:

اتحاد و انسجام، سلاح شکست ناپذیر
ملت ایران است

تداوم همدلی شهرداری
و فراجا همدان در مسیر نظم،
امنیت و رضایتمندی مردم

شنبه ۳ آبان ۱۴۰۴

۳ جمادی الاول ۱۴۴۷

شماره ۶۰۱۶ • سال سی و ششم

روزنامه قیمت ندارد • بهاء چاپ: ۳۵۰۰۰ تومان

اولین روزنامه همدان مرکز همایش های تمدنی ایران
www.hegmataneh-news.ir



هگمتانه

پایان آماده سازی محل اجرای

پل عابر پیاده بعثت با هزینه ۶ میلیارد تومانی

تشریح برنامه های هفته ملی بیمه سلامت سال ۱۴۰۴

توجه ویژه به اقشار کم برخوردار و مناطق محروم

یادداشت

یکی از هزاران تفاوت
شهید حاج قاسم
سلیمانی با قاتلش

در نگاه اسلام، معیار بزرگی انسان نه به مقام و عنوان
اوست، نه به گستره قدرت یا شهرتش؛ بلکه به آن چیزی
است که در نیت او می گذرد. تاریخ، چهره های بسیاری
را دیده است که زمین را زیر پا داشتند، اما درونشان از
آسمان بی نصیب بود؛ همان گونه که مردانی را دیده که
در گمنامی زیستند و در ملکوت شناخته شدند.

دمی با اهل قلم

پیرامون استاد محسن صیفی کار
نویسنده ای که واژه ها
را از دل خاکریزها
بیرون کشید

صیفی کار:
نوشتن از شهدا، نوشتن از نور است



پاسداشت حماسه ۳۰ مهر در همدان

حجت الاسلام سید حسن فاضلیان: حماسه ۳۰ مهر همدان بستر ساز شکل گیری ۱۳ آبان در کشور شد

از آتش انار تا روغن بادام نسخه طب ایرانی برای پوست در پاییز

قهرمانی کشتی فرنگی ایران در مسابقات زیر ۲۳ سال جهان



هگمتانه، گروه ورزش: تیم ملی کشتی فرنگی ایران در
مسابقات زیر ۲۳ سال جهان توانست بر سکوی نخست
قرار بگیرد.

در پایان رقابت های کشتی فرنگی زیر ۲۳ سال جهان
در صربستان، تیم ملی ایران با عملکردی درخشان
موفق شد جایگاه نخست جدول را از آن خود
کند. ملی پوشان کشورمان در مجموع ۸ وزن این
رقابت ها توانستند ۳ نشان طلا و یک نشان برنز به
دست آورند و با کسب ۱۰۸ امتیاز مقتدرانه در صدر
جدول تیمی قرار گیرند.

پس از ایران، تیم های جمهوری آذربایجان و اوکراین
به ترتیب با ۸۱ و ۷۶ امتیاز در رده های دوم و سوم جای
گرفتند.

حسن رنگرز تاکنون با تیم ملی کشتی فرنگی بزرگسالان
به یک عنوان قهرمانی و همراه با تیم ملی زیر ۲۳ سال به
۳ عنوان قهرمانی دست یافته است.

ورزش پهلوانی میراثی از جان، نه از تن

پهلوان آن است که خشم خویش را فرو خورد، نه آنکه حریف را زمین زند

نمایش

روایتی متفاوت از گروه نمایشی فاروق

نویسنده و کارگردان
مصطفی فروزش

همدان
HAMEDAN

سالن اصلی تئاتر شهر

مکان: بلوار بعثت
مجتمع فرهنگی و سینمایی
شهید آوینی

25 مهر ماه
1404

4 آبان ماه
1404

ساعت: 18:30

تهیه بلیط
خرید اینترنتی: سایت تیوال
خرید حضوری: مجتمع آوینی

شماره تماس جهت هماهنگی: 09120172850

تیوال

بهتر است وسایل پر مصرف برقی (ماشین لباسشویی، اتو، جاروبرقی و...) را در ساعات اولیه صبح و یا روزهای تعطیل استفاده نماییم.

سعی کنیم هر روز در جهت صرفه جویی در مصرف آب، یک اقدام مثبت انجام دهیم.

شنبه ۳ آبان ۱۴۰۴ • شماره ۶۰۱۶

»» **خبر همدان**

هگمتانه
روزنامه

خط آزاد

۲۰۸ خانواده در استان همدان در نوبت فرزندخواندگی هستند که ۱۵ مورد فرآیند واگذاری را طی کرده و آماده معرفی می‌باشند.

● **استاندار همدان در بیست‌وهفتمین جشنواره خیرین مدرسه‌ساز استان همدان، حقوق یک ماه خود را به پویش «بساز مدرسه» اهدا کرد.**

● **نخبگان استان همدان در مرحله کشوری بیست و دومین مسابقات ملی مهارت موفق به کسب سه نشان برنز ۹ و دیپلم افتخار در رشته‌های فناوری و صافکاری خودرو، فریز، کنترل صنعتی، پیرایش مردانه، جوشکاری، فناوری طراحی گرافیک، فناوری مد (خیاطی)، مکتورونیک، ناوایی نان حجیم و نقاشی خودرو شدند.**

● **با پیگیری‌های مستمر استاندار همدان، مجوز تأسیس دفتر نمایندگی وزارت امور خارجه در همدان صادر شد و این دفتر به‌زودی فعالیت خود را آغاز می‌کند.**

● **مجموع نزولات جوی استان همدان در سال زراعی گذشته تنها به ۱۸۰ میلی‌متر رسیده، در حالی‌که میانگین بلندمدت بارش در همدان حدود ۳۰۰ میلی‌متر است؛ به این ترتیب، استان با کاهش ۴۰ تا ۵۰ درصدی نسبت به میانگین معمول مواجه بوده است.**

● **محمد رئیس‌زاده رئیس کل سازمان نظام پزشکی کشور با اشاره به گسترش صدور مدارک دانشگاهی و آموزش‌های غیردولتی، هشدار داد: رواج مدرک‌فروشی و سودجویی جای آموزش کیفی را گرفته و به کاهش اعتماد عمومی و تضعیف اعتبار آموزش پزشکی کشور انجامیده است.**

● **وزیر جهاد کشاورزی از اجرای بیمه فراگیر گندم‌کاران خبر داد و اعلام کرد: از امسال، خرید تضمینی گندم تنها از مزارع بیمه‌شده انجام می‌شود. دولت بخش عمده هزینه بیمه را پرداخت کرده و غرامت خسارت نیز با استفاده از فناوری سنجش از دور به‌سرعت به حساب کشاورزان واریز خواهد شد.**

خبر

تداوم بارورسازی ابرها در همدان ۳۶ عملیات بارورسازی در سال گذشته

هگمتانه، گروه خبر همدان: مدیر عامل شرکت آب منطقه ای همدان با اشاره به لزوم اجرای پروژه بارورسازی ابرها در سال جاری، گفت: در راستای مدیریت منابع آبی و بهره‌وری بیشتر از نزولات آسمانی، سال گذشته ۳۶ عملیات بارور سازی ابرها از طریق ۶ ایستگاه ثابت رزتاور زمینی در استان انجام شد.

به گزارش هگمتانه، رضا اخلاص‌مند هدف اصلی این عملیات را استحصال بیشتر باران در شرایط مساعد جوی دانست و افزود: عملیات اجرایی مطابق با دستورالعمل‌های سازمان توسعه و بهره‌برداری فن‌آوری‌های نوین آب‌های جوی انجام شده است.

وی با بیان اینکه این پروژه در سال جاری نیز در همدان اجرا خواهد شد، گفت: شرکت آب منطقه‌ای همدان متولی اجرای این دستورالعمل‌ها بوده و بر این اساس نیز اقدام کرده است.

اخلاص‌مند تأکید کرد: انجام موفقیت‌آمیز عملیات بارورسازی ابرها باید بر روی یک سامانه ابری مناسب با ظرفیت خوب انجام شود.

وی معیارهای یک سامانه ابری مناسب را، دمای مناسب، ضخامت مناسب ابر، رطوبت مطلوب و میزان محتوای آبی قابل قبول دانست و افزود: در واقع بارورسازی ابرها تنها می‌توان در ابرهایی که از قبیل ظرفیت بارش دارند، با افزایش تعداد هسته‌های یخ‌زا، کارایی آنها را در تولید بارش افزایش دهد.

مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای همدان با بیان اینکه انتظارات از فناوری بارورسازی ابرها، باید واقع‌بینانه باشد، گفت: این فناوری یک روش کمکی برای افزایش بارش در حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد است و به هیچ وجه نمی‌تواند جایگزین برنامه‌ریزی کلان برای مدیریت مصرف آب، صرفه‌جویی و مقابله با پیامدهای تغییر اقلیم شود.

به نقل از روابط عمومی شرکت آب منطقه‌ای استان، اخلاص‌مند اظهار کرد: در استان همدان از این فناوری به عنوان یک ابزار مکمل در کنار سایر راهکارهای مدیریت آب استفاده می‌شود و امیدواریم در صورت تداوم حمایت‌ها و مساعد بودن شرایط جوی، شاهد تأثیرات مثبت آن در تقویت منابع آبی استان باشیم.

حجت‌الاسلام سیدحسن فاضلیان، امام جمعه موقت همدان:

حماسه ۳۰ مهر همدان بسترساز شکل‌گیری ۱۳ آبان در کشور شد

هگمتانه، گروه‌خبر همدان: امام‌جمعه موقت همدان با تأکید بر اینکه حماسه ۳۰ مهر همدان بسترساز شکل‌گیری ۱۳ آبان در کشور شد، گفت: آمریکاشریک اصلی رژیم صهیونیستی در جنایات غزه‌است. به گزارش هگمتانه، حجت‌الاسلام سیدحسن فاضلیان در خطبه‌های عبادی سیاسی نماز جمعه همدان در حسینیه امام خمینی(ره) با بیان اینکه وحدت مصداق است اظهار کرد:

استاندار همدان

خَیَرین مدرسه‌ساز آینده جامعه را می‌سازند

استاندار همدان حقوق یک ماه خود را به پویش «بساز مدرسه» اهدا کرد

هگمتانه، گروه خبر*: استاندار همدان با تأکید بر نقش آموزش وپرورش در توسعه همه‌جانبه کشور گفت: خَیَرین مدرسه‌ساز با داشتن تفکر توسعه‌ای، آینده جامعه را می‌سازند و تمام دستگاه‌ها و قهرمانان کشور مدیون نظام تعلیم و تربیت هستند.

به گزارش هگمتانه، حمید ملانوری، روز چهارشنبه ۳۰ مهرماه در بیست‌وهفتمین جشنواره تکریم از خَیَرین مدرسه‌ساز استان اظهار کرد: در طول تاریخ پرافتخار ایران اسلامی که سرشار از تمدن و فرهنگ غنی است، به‌ویژه در استان همدان به‌عنوان پایتخت تاریخ و تمدن ایران‌زمین، همواره انسان‌های بزرگی زیسته‌اند که اهل سخاوت و کرامت بوده و برای کمک به مردم و توسعه کشور از دارایی خود گذشت کرده‌اند.

وی با بیان اینکه مردم این سرزمین ذاتاً نیکوکار و سخاوتمند هستند، تصریح کرد: افرادی که در مسیر امور خیر گام برمی‌دارند، انسان‌هایی بلندنظر، فرهیخته و اهل درک و فهم‌اند که نشان از تفکر توسعه‌ای آنان دارد. اگر جامعه‌ای بخواهد به توسعه دست یابد، باید این‌روحیه و تفکر در میان مردم نهادینه شود و خَیَرین دقیقاً چنین نگاهی دارند و آن را در جامعه ترویج می‌کنند.

وی ادامه داد: ما متفکرتر از جامعه خَیَرین نمی‌شناسیم، چرا که آنان با درک عمیق از نیازها و مسائل جامعه، با اندیشه‌ای بلند برای آینده کشور دارایی خود را هزینه می‌کنند.

پایان آماده‌سازی محل اجرای پل عابر پیاده بعثت با هزینه ۶ میلیارد تومان

هگمتانه، گروه خبر همدان: شهرداری همدان با اشاره به پایان آماده‌سازی محل اجرای پل عابر پیاده بعثت با هزینه ۶ میلیارد تومانی، اعلام کرد: تیم پیمانکار این طرح که هم‌اکنون در یزد درحال کار است، بلافاصله پس از اتمام کار خود در آن شهر، عملیات نصب پل عابر پیاده را در همدان آغاز خواهد کرد.

به گزارش هگمتانه، در پی انتشار مطلبی با مضمون «سه سال انتظار برای احداث پل عابر پیاده در بعثت»، شهرداری همدان ضمن قدردانی از حساسیت مردم نسبت به موضوعات شهری، توضیحاتی جهت تنویر افکار عمومی ارائه داد. در توضیحات شهرداری همدان آمده است: این پروژه، واقع در انتهای رکنی و متصل به خیابان

تداوم همدلی شهرداری و فراجا همدان در مسیر نظم، امنیت و رضایتمندی مردم



به نقش برجسته پلیس در ایجاد امنیت اجتماعی گفت: امنیت و نظم شهری اتفاقی نیست، بلکه حاصل همدلی، برنامه‌ریزی و تلاش جمعی است. در چهار سال گذشته شاهد شکل‌گیری زبان مشترک و همکاری مؤثر میان شهرداری و نیروی انتظامی بوده‌ایم؛ همکاری‌ای که به حل بسیاری از معضلات شهری از جمله ساماندهی ترافیک، سد معبر و ساخت‌وسازهای غیرمجاز منجر شده است. وی افزود: اقتدار و حضور نیروی انتظامی در کنار نیروهای شهرداری، احساس آرامش و امنیت را به شهر بازگردانده و زمینه‌ساز رضایت شهروندان شده است. سردار رضا زارعی جانشین فرمانده انتظامی استان همدان با قدردانی از حمایت‌های مدیریت شهری گفت: برقراری نظم و امنیت، رسالتی الهی و مردمی است و بدون همکاری نهادهایی چون شهرداری و مشارکت مردم تحقق نمی‌یابد. همان‌گونه که در دوران دفاع مقدس، پیروزی در سایه همدلی مردم رقم خورد، امروز نیز امنیت و آرامش شهری در گرو همکاری و تعامل میان دستگاه‌هاست. در ادامه، مجید شاکری معاون خدمات شهری شهردار همدان با بیان اینکه تعامل نیروی

امام جمعه موقت همدان ادامه داد: روز ۱۳ آبان یادآور چند اتفاق بزرگ در تاریخ انقلاب اسلامی است؛ از جمله اعتراض امام خمینی(ره) به قانون کاپیتولاسیون، تبعید ایشان و تسخیر لانه جاسوسی آمریکا به دست دانشجویان پیرو خط امام که به‌درستی به عنوان روز مبارزه با استکبار جهانی نام‌گذاری شده است. وی با اشاره به بیانات اخیر رهبر انقلاب با ورزشکاران گفت: همان‌طور که رهبر معظم انقلاب تأکید کردند، آمریکا شریک اصلی رژیم صهیونیستی در جنایات غزه است.

فاضلیان تصریح کرد: دو سال جنگ خانمان‌سوز و کودک‌کشی

گذشت خَیَرین همدانی دارد.

رئیس هیات‌مدیره مجمع خَیَرین مدرسه‌ساز همدان با اشاره به نقش کلیدی خَیَرین در توسعه آموزشی کشور گفت: خَیَرین نماد همکاری میان دولت و ملت هستند و الگویی برای سایر نهادها محسوب می‌شوند. با وجود تلاش‌های گسترده دولت، همچنان بسیاری از مدارس نیازمند بازسازی و نوسازی‌اند و امیدواریم روزی برسد که هیچ دانش‌آموزی بدون فضای آموزشی مناسب نباشد. وی در پایان با گرمی‌داشت یاد و نام خَیَرین درگذشته گفت: این عزیزان با ساخت مدارس و روشن‌کردن چراغ دانایی، نام خود را برای همیشه در دل مردم و تاریخ ماندگار کرده‌اند.

● **استاندار همدان حقوق یک ماه خود را به پویش «بساز مدرسه» اهدا کرد**

استاندار همدان در بیست‌وهفتمین جشنواره خَیَرین مدرسه‌ساز استان همدان، حقوق یک ماه خود را به پویش «بساز مدرسه» اهدا کرد. به نقل از روابط عمومی اداره‌کل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان همدان، این اقدام در راستای حمایت از نهضت مدرسه‌سازی و تشویق اقشار مختلف جامعه به مشارکت در ساخت فضاهای آموزشی انجام شد.

● **توسعه عدالت آموزشی با مشارکت مردم محقق می‌شود**

مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان همدان گفت: تحقق عدالت آموزشی تنها با اتکای به

پاسداشت حماسه ۳۰ مهر در همدان



● **صوفی: جوانان محور موفقیت انقلاب و کشور هستند**

عباس صوفی، نماینده مردم همدان و فامنین در مجلس شورای اسلامی نیز با گرامیداشت یاد و خاطره شهدا اظهار کرد: انقلاب اسلامی در هر مقطعی که به مردم و به‌ویژه جوانان تکیه کرده، به موفقیت رسیده است؛ دوران انقلاب، دوران دفاع مقدس و حتی امروز، نشان داده که حضور جوانان در صحنه رمز پیروزی ملت ایران است. وی با اشاره به واقعه ۳۰ مهر ۱۳۵۷ گفت: در این روز، پس از تعرض مأموران رژیم پهلوی به یک دانش‌آموز دختر، مردم و دانش‌آموزان همدان دست به راهپیمایی زدند که متأسفانه با تیراندازی نیروهای رژیم، تعدادی از هم‌وطنان به شهادت رسیدند و این حادثه زمینه‌ساز حوادث ۱۳ آبان و در نهایت پیروزی انقلاب شد.

مسئول اتحادیه انجمن‌های اسلامی همدان در این مراسم با اشاره به سخنان رهبر معظم انقلاب درباره «افسران جوان جنگ نرم»، دانش‌آموزان را به حضور آگاهانه، مسئولانه و فعال در صحنه فرهنگی و اجتماعی کشور فراخواند و گفت: میدان اصلی مبارزه امروز، کف مدرسه‌هاست.

محمدمصالح زارعی ضمن گرامیداشت یاد و خاطره دانش‌آموزان شهید آن روز، خطاب به حاضران گفت: در ۳۰ مهر سال ۵۷، تعدادی از دانش‌آموزان از مدارس مختلف همدان با هماهنگی یکدیگر به خیابان‌ها آمدند و همچون رودی که به هم می‌پیوندند، جریان چند هزار نفری از اعتراض و بیداری را رقم زدند؛ حرکتی که زمینه‌ساز تظاهرات گسترده‌تر دانش‌آموزان در سراسر کشور و در نهایت

حوادث ۱۳ آبان شد. مسئول اتحادیه انجمن‌های اسلامی دانش‌آموزان استان همدان با اشاره به حضور نمایندگان مدارس همدان در این مراسم گفت: امروز حدود ۳۰۰ دانش‌آموز از ۷۵ مدرسه استان در این گردهمایی شرکت کرده‌اند که نمایندگان شهری با همراهی پلیس موفقیت‌های خوبی حاصل شده است.

وی افزود: هدف اصلی مبارزه امروز، مدرسه است؛ دانش‌آموزان باید از همین‌جا تمرین آگاهی، مسئولیت‌پذیری و اقدام را آغاز کنند تا نسل آینده‌ای مؤمن، انقلابی و اثرگذار برای کشور بسازند.

وی با یادآوری قیام تاریخی دانش‌آموزان همدانی در سال ۵۷ افزود: در آن سال، دانش‌آموزان همدان با شجاعت به خیابان‌ها آمدند و مردم تهران در ۱۳ آبان، درود بر همدان، مردم قهرمان فریاد زدند؛ این نشان از تأثیر حرکت شما در جریان انقلاب اسلامی

دارد.

در منطقه به راه انداختند، اما ملت‌های آزاده جهان امروز حقیقت را دریافته‌اند. وی با بیان اینکه تحلیل‌های حکیمانه رهبر انقلاب در تبیین مواضع رئیس‌جمهور آمریکا روشن‌گرانه بود اظهار کرد: اصلاً به آمریکا چه مربوط است که ما انرژی هسته‌ای داریم یا نه؟ اگر رئیس‌جمهور آمریکا مدعی هوشمندی است، بهتر است به اعتراضات مردمی در ایالت‌های خود رسیدگی کند و آن‌ها را آرام سازد. به نقل از فارس، وی افزود: رهبر انقلاب به درستی فرمودند که ترامپ دروغ می‌گوید که طرفدار ایران است، اگر چنین بود، ملت ایران را تحریم نمی‌کرد.



مردم و مشارکت خَیَرین مدرسه‌ساز ممکن است.

محمد شهبلائی اظهار کرد: توسعه عدالت در عرصه

آموزش و ایجاد فضای آموزشی مناسب، با محوریت

مردم و از مسیر مشارکت اجتماعی تحقق می‌یابد.

وی ضمن قدردانی از حمایت‌های استاندار همدان

به‌عنوان راهبر تیم استانی این نهضت، گفت:

برگزاری جلسات منظم و ارائه رهنمودهای ارزشمند

وی نقش مؤثری در پیشبرد اهداف مدرسه‌سازی در

استان داشته است.

شهبلائی با تقدیر از همراهی مدیران و مسئولان

استانی، ادامه داد: تلاش همه این دستگاه‌ها

فرمانده سپاه انصارالحسین (ع) همدان:

اتحاد و انسجام، سلاح شکست‌ناپذیر ملت ایران است

هگمتانه، گروه شهرستان: فرمانده سپاه انصارالحسین (ع) استان همدان، ایستادگی، اتحاد و انسجام مردم مؤمن ایران را کلید اصلی شکست دشمن خواند و تأکید کرد: مردم ایران با محوریت جمهوریّت ذیل اسلامیت و با تمسک به حلقه اتصال ولایت فقیه، توطئه‌های دشمن را یکی پس از دیگری

خنثی کرده‌اند.

به گزارش هگمتانه، سردار سرتیپ پاسدار محمد زارع‌کمالی عصر پنجشنبه در مراسم سومین سالگرد شهید مدافع امنیت شهید “علی نظری” در ملایر افزود: شبهه‌افکنی و شایعه‌سازی، ابزار جدید دشمن در جنگ شناختی علیه ملت ایران است.

گلایه معاون وزیر راه از کندی روند پروژه کنارگذرزن

هنوز این پروژه تکمیل نشده است. وی همچنین با گلایه‌مندی و انتقاد از مشاور طرح به دلیل عدم گزارش روند کند این پروژه، تصریح کرد: انتظار بر این بود که مشاور این پروژه به ما اعلام می‌کرد که پروژه امکان کار کردن ندارد، متأسفانه هیچ همتی برای اتمام این پروژه نبوده است. بازوند تصریح کرد:در حال حاضر با واگذاری این پروژه به شرکت توسعه زیرساخت وزارت راه باید هر چه سریع‌تر به مشاور طرح یک برنامه زمان‌بندی برای اتمام داده شود.

وی خاطرنشان کرد: پیمانکار پروژه اگر بنا باشد تمام پروژه‌های استان مرکزی را تعطیل کند باید این پروژه را هرچه سریع‌تر به انجام برساند. به نقل از ایسنا، بازوند بیان کرد: از امروز این پروژه از اداره کل راه و شهرسازی استان همدان توقیف شده و به شرکت توسعه زیرساخت وزارت راه واگذار می‌شود.

هگمتانه، گروه شهرستان: معاون وزیر راه و شهرسازی با گلایه از کندی روند پروژه کنارگذر زن، گفت: به دلیل روند کند پروژه کنارگذر شهرستان رزن و به منظور تسریع در تکمیل و بهره‌برداری، این پروژه از اداره کل راه و شهرسازی استان گرفته و به شرکت توسعه زیرساخت وزارت راه واگذار می‌شود.

به گزارش هگمتانه، هوشنگ بازوند روز پنج شنبه در جریان سفر به شهرستان‌های رزن و درگزین و بازدید از پروژه‌های در حال انجام این دو شهرستان از جمله کنار گذر رزن، محور واصله-کاج-ورقین»، با گلایه‌مندی از کندی روند پروژه کنار گذر شهرستان رزن، اظهار کرد: طی بازدیدی که اردیبهشت امسال از پروژه کنار گذر انجام شد مقرر شد که خط فّت پروژه تا هفته دولت به پایان برسد و انتظار بر این بود که پروژه کنار گذر زن تاکنون به اتمام رسیده باشد اما متأسفانه پیشرفت مناسبی نداشته و

تشریح برنامه‌های هفته ملی بیمه سلامت سال ۱۴۰۴

توجه ویژه به اقشار کم‌برخوردار و مناطق محروم

سلامت جهت آشنایی بیشتر مردم، بیمه شدگان و ارائه دهندگان خدمات سلامت با خدمات ارائه شده توسط سازمان بیمه سلامت از سوم لغایت نهم آبان ماه در رسانه‌های مختلف کشور اطلاع‌رسانی می‌شود. نیاستی گفت: بیمه سلامت همدان با برقراری پوشش بیمه سلامت برای بیش از یک میلیون نفر در استان، برقراری بیمه سلامت رایگان برای بیش از ۸۵۰ هزار نفر در استان، انعقاد قرارداد با یک هزار و ۸۲ مرکز تشخیصی درمانی در استان، رایگان نمودن هزینه رادیوتراپی بیماران سرطانی برای نخستین بار در کشور در استان همدان، اجرای موفقیت آمیز طرح داد و ستد و تسریع در پرداخت مطالبات داروخانه‌های استان نسبت به سایر استان ها،

هگمتانه، گروه خبر*: مدیرکل بیمه سلامت استان همدان برنامه‌های هفته ملی بیمه سلامت را تشریح کرد.

به گزارش هگمتانه، فریبرز نیاستی اظهار کرد: سوم آبان ماه سالروز تصویب قانون بیمه سلامت همگانی کشور است که به همین مناسبت از سوم تا نهم آبان ماه با عنوان هفته ملی بیمه سلامت نام گذاری شده و برنامه‌هایی جهت آشنایی و شناخت بیشتر گیرندگان و ارائه دهندگان خدمات سلامت با فعالیت‌های سازمان بیمه سلامت در نظر گرفته شده است.

مدیرکل بیمه سلامت استان همدان با اشاره به سی و یکمین سالروز تصویب قانون مترقی بیمه سلامت همگانی اظهار کرد: برنامه‌های هفته ملی بیمه

وی با بیان اینکه مردم همدان با ایمان و غیرت خود، توطئه‌های استکبار را خنثی می‌کنند، ادامه داد: امروز دشمنان اسلام و استکبار جهانی، آن اهدافی را که در گذشته از طریق جنگ سخت و نظامی دنبال می‌کردند، در قالب جدیدی به نام “جنگ ترکیبی و شناختی” با محوریت شایعه‌سازی و شبهه‌افکنی سازماندهی

کرده‌اند.

به نقل از ایرنا، سردار زارع کمالی ادامه داد: آنان به راستی وارثان سرداران شهیدی چون شهید علی نظری و شهید تاجوک هستند که با توکل بر خداوند متعال و اعتقاد راسخ به وعده‌های الهی، دشمنان را ناکام گذاشتند.



کننده‌های اجتماعی سلامت» دنظر گرفته شده است و شعار محوری هفته بیمه سلامت سال ۱۴۰۴ «بیمه سلامت؛ وقاف ملی برای ایرانی سالم‌تر» عنوان شده است.

نیاستی اظهار کرد: تبیین نقش بیمه سلامت در عدالت اجتماعی و حمایت مالی از بیمه شدگان، معرفی دستاوردهای ۳۱ ساله بیمه سلامت در نظام بهداشت و درمان، ارتقای آگاهی عمومی از حقوق و خدمات بیمه شدگان، برجسته سازی نقش بیمه سلامت در پیشگیری و تعیین کننده‌های اجتماعی سلامت، تقویت هم افزایی بین بخشی برای بهبود عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت از اهداف کلان هفته بیمه سلامت امسال هستند.

به نقل از روابط عمومی اداره کل بیمه سلامت استان، مدیرکل بیمه سلامت استان همدان افزود: معرفی سامانه‌ها و خدمات نوین بیمه سلامت، افزایش تعامل مستقیم مدیران و کارشناسان با

رایگان نمودن هزینه‌های درمانی کودکان زیر ۷ سال، پوشش بیمه ای ۹۰ درصدی هزینه‌های درمان نابروری و نازایی، رایگان شدن هزینه‌های درمانی سه دهک نخست درمانی در مراکز درمانی دولتی، رایگان شدن حق بیمه سلامت ۵ دهک نخست درآمدی، پوشش بیمه ای داروهای گران‌قیمت بیماران سرطانی و سخت درمان، پوشش بیمه سلامت ویژه محلات کم برخوردار استان به صورت رایگان، افزایش دسترسی بیمه شدگان کمیته امداد امام خمینی(ره) به پزشکان متخصص و فوق تخصص و تلاش مستمر در جهت تأمین منابع مالی پایدار و سایر اقدامات و خدمات، زمینه تسهیل دسترسی مردم استان به خدمات بیمه سلامت را فراهم کرده است.

مدیرکل بیمه سلامت استان همدان گفت: رویکرد کلان در هفته بیمه سلامت امسال «نقش بیمه سلامت در پیشگیری و مشارکت در بهبود تعیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۲۰۱۹۵۶ و ۲۰۱۹۹۲ و ۲۰۱۹۳۷ و ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۱۹۳۲۷ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کیودراهنگ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای قربانعلی عباسی انوری فرزند حسین به شماره شناسنامه ۳۴۷ صادره از اسداباد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۵۸/۵۸۵۰/۵ مترمربع ۶۹۷۲۷/۰۹ و ۶۴۱۵/۴۷ مترمربع پلاک ۲۲۹ اصلی واقع در روستای قهقور ۴۳۳۲۷/۳۳ در چهار قطعه زمین مزروعی به مساحت‌های ۵۱۰۵/۱ و ۸۰ روز آگهی می‌شود. در سفلای خریداری از مالک رسمی آقای عزت‌اله اسدی مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

دود غفرانی دلاور - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کیودراهنگ
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۴/۷/۱۴ مورخه ۱۴۰۴/۷/۰۹ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسداباد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای قربانعلی عباسی انوری فرزند حسین به شماره شناسنامه ۳۴۷ صادره از اسداباد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۵۸۵۰/۵۸ مترمربع پلاک شماره ۱۰۷ اصلی واقع در بخش ۶ حوزه ثبت ملک اسداباد، اراضی روستای قادرابان خریداری از مالک رسمی آقای ابراهیم فرزند عزت‌الله مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

محسن حضرتی - رئیس ثبت اسناد و املاک اسداباد
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۴/۷/۸۷۵ مورخه ۱۴۰۴/۷/۰۹ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسداباد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای خسرو فریدونی فرزند غلامعلی به شماره شناسنامه ۵۱ صادره از اسداباد در ششدانگ یک قطعه باغ به مساحت ۸۸۳/۱۱ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۴۵ اصلی واقع در بخش ۶ همدان، حوزه ثبت ملک اسداباد، اراضی روستای دهنو خریداری از مالک رسمی امیرخان ولایی خدائی فرزند خدامراد مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

محسن حضرتی - رئیس ثبت اسناد و املاک اسداباد
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۴/۹۳۲۶ مورخه ۱۴۰۴/۷/۲۲ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسداباد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی احد ییوشن فرزند مرادفرز به شماره شناسنامه ۹۹۷۱ صادره از اسداباد در ششدانگ یک باب ساختمان دارای کاربری مسکونی به مساحت ۷۲/۸۴ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۶۶ اصلی واقع در بخش ۶ حوزه ثبت ملک اسداباد، خیابان کاشانی، کوچه شهید بابائی، کوچه امیرکبیر ۱۶ خریداری از مالک رسمی وراث علی اکبر قهرمانی مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

محسن حضرتی - رئیس ثبت اسناد و املاک اسداباد
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۷۴ مورخه ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۱۲۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کیودراهنگ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سید فخرالدین غیبی فرزند اسلام به شماره شناسنامه ۱ صادره از گل تپه در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۳۵/۴۴ مترمربع از ۱۹۰ اصلی واقع در روستای قلیچ باغی خریداری از مالک رسمی آقای اسلام غیبی مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

دود غفرانی دلاور - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کیودراهنگ
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۳۸۲، و ۲۸۱ و ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۱۳۷۹ و ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۶۹۶ مورخه ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۶۹۶ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کیودراهنگ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای صفی‌اله راست‌رو فرزند محمدعلی به شماره شناسنامه ۲۱۵ در سه قطعه زمین مزروعی به مساحت‌های ۱۰۰۶۳/۳/۸۶ و ۲۲۲۴۰/۵۲ و ۲۲۲۴۰/۹۴ مترمربع پلاک ۱۹۸ واقع در روستای خواجه کندی خریداری از مالک رسمی آقای صفی‌اله راست‌رو مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

دود غفرانی دلاور - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کیودراهنگ
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۴۰۷ و ۲۹۹۹ و ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۶۹۶ مورخه ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۶۹۶ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کیودراهنگ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای عسکر رهنمون شایق فرزند یوسفعلی به شماره شناسنامه ۴ صادره از کیودراهنگ در سه قطعه زمین مزروعی به مساحت‌های ۶۹۵۵/۶۳ و ۱۱۸۳۲/۱۵ و ۶۹۵۵/۶۳ مترمربع مفروز و مجری شده از پلاک ۱۹۹ اصلی واقع در روستای کلب حصاری خریداری از مالک رسمی آقای یوسفعلی رهنمون شایق مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

دود غفرانی دلاور - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کیودراهنگ
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۲۰۱۱۰۱۹ و ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۶۹۶ مورخه ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۶۹۶ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کیودراهنگ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای شعبان زارعی فرزند مهرعلی به شماره شناسنامه ۱۴۶ در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۹۱۸/۷/۴۰ مترمربع پلاک ۲۴ اصلی واقع در روستای زین‌آباد خریداری از مالک رسمی آقای امیدعلی عروجی مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

دود غفرانی دلاور - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کیودراهنگ
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۲۰۰۹۱۲۲ و ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۱۲۲ مورخه ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۱۲۲ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کیودراهنگ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم کلثوم روحی فرزند حمدالله به شماره شناسنامه ۲۵ صادره از گل تپه در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۹۱۵۷/۴۶ مترمربع از ۱۹۰ اصلی واقع در روستای قلیچ باغی خریداری از مالک رسمی آقای اسلام غیبی مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

دود غفرانی دلاور - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کیودراهنگ
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۹۷۴ و ۹۷۲ و ۷۹۰ و ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۶۹۶ مورخه ۱۴۰۴۶۳۲۶۰۲۰۰۹۶۹۶ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کیودراهنگ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقایان ذبیح‌اله و عزت‌اله و محمد و خانم ترگس همگی کرمی فرزندان اکبر به شماره شناسنامه‌های ۵۰۰ و ۵۰ و ۱۴ و ۲ صادره از کیودراهنگ در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۹۵۴۹/۷ مترمربع پلاک ۱۱ اصلی واقع در روستای روان خریداری از مالک رسمی آقای اکبر کرمی مرکز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی‌که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراج قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

دود غفرانی دلاور - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کیودراهنگ
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

تورق

مُنم مثل بقیهٔ مادرای دل‌واپس

هگمتانه، گروه کتاب؛ کاسهٔ رویین را پر از آب کردم و قرآن آوردم. از زیر قرآن ردش کردم. بغض داشت خفه‌ام می‌کرد. طاقت نیاوردم. هوس کردم در آغوشش غرق شوم. او را بغل گرفتم؛ این بار محکم‌تر از همیشه. صورتش را بوسیدم. همیشه دستم را

می‌بوسید؛ اما این بار صورتم را بوسید. خداحافظی کرد و رفت. پشت سرش آب پاشیدیم. با صدای پاشیده شدن آب روی زمین رویش را برگرداند، نگاهم کرد و لیخن زد. به لنگهٔ در تکیه دادم. دلم مثل جنگلی که از درون گر گرفته باشد سوخت. مهر سکوت

دمی با اهل قلم

پیرامون استاد محسن صیفی‌کار

نویسنده‌ای که واژه‌ها را از دل خاکریزها بیرون کشید

صیفی کار؛ نوشتن از شهدا، نوشتن از نور است

آثار دفاع مقدس، سپاه انصارالحسین(ع)، بسیج هنرمندان و مرکز حفظ آثار سپاه، صدای بی‌صدایان را به گوش تاریخ رساند. در چهار پنج سال اخیر، فعالیت‌های او در کنگره ملی ۸۰۰۰ شهید استان همدان به عنوان مسوؤل کمیته تألیف، تدوین و نشر کتب دفاع مقدس، نقطه عطفی در کارنامه‌اش بوده است. از آثار ماندگار او می‌توان به کتاب «۱۰ متری چشم‌ان کمین» اشاره کرد؛ روایتی دقیق، موشکافانه و تأثیرگذار از زندگی جانباز سردار حاج جعفر مظاهری، از دوران کودکی تا دفاع مقدس و جانبازی، این کتاب، الگویی برجسته در تاریخ شفاهی کشور محسوب می‌شود. کتاب «آن شش ماه روایتی است درباره استان همدان؛ اثری ۱۱۱۶ صفحه‌ای که در بیست‌ودومین دوره انتخاب کتاب سال دفاع مقدس، شایسته تقدیر شناخته شد. «ملازم؛ اول؛ غواص ۲» روایت معلم آزاده محسن جام‌بزرگ است؛ این اثر، تاریخ شفاهی مستند استان همدان را در ۷۰۰ صفحه به تصویر کشیده، به‌ویژه فصل آزادی ایشان در دوران اسارت. «حدیث حاضر غایب» روایت سردار جعفر مظاهری از شهید بزرگ حاج حسین همدانی و حبیب حرم است؛ کتابی ۷۰۰ صفحه‌ای که توسط حوزه هنری چاپ شده و لحظه‌به‌لحظه از زبان سردار مظاهری، زندگی سردار همدانی را بازگو می‌کند.

هگمتانه، گروه کتاب؛ در دل کوه‌های خاموش همدان، جایی که تاریخ با سنگ و خون نوشته شده، مردی زندگی می‌کند که قلمش نه برای نوشتن، بلکه برای زنده نگه‌داشتن خاطره‌هاست. نامش محسن صیفی‌کار است؛ نویسنده‌ای که واژه‌ها را از دل خاکریزها بیرون کشید و به آن‌ها جان داد. به گزارش هگمتانه، او در سال ۱۳۴۶ در خانواده‌ای فرهنگی و مذهبی چشم به جهان گشود؛ خانواده‌ای که سه فرزند آن، محمد، محسن و حسین، همگی از جانبازان دفاع مقدس‌اند و مادرشان نیز در بمباران سال ۱۳۶۱ جانباز شد.

صدای اذان در خانه‌شان با ورق خوردن کتاب‌ها درآمیخته بود. کودکی‌اش با زمزمه‌های انقلاب گذشت و نوجوانی‌اش با طنین گلوله‌های جنگ. اگرچه سنش برای حضور در جبهه کم بود، دلش از بسیاری رزمندگان بزرگ‌تر بود. تحصیلاتش را در رشته فلسفه ادامه داد، اما فلسفه‌اش نه در کتاب‌های غربی، بلکه در وصیت‌نامه‌های شهدا و خاطرات خاکی رزمندگان شکل گرفت.

سال‌ها به عنوان دبیر آموزش و پرورش و استاد دانشگاه، نه فقط منطق و ادبیات، بلکه عشق و ایثار را آموزش داد. از سال ۱۳۸۲، تصمیم گرفت سکوت را بشکند؛ سکوتی که بر خاطرات مادران شهدا، سنگ‌ری‌های متروک و کوچه‌های بی‌نام مانده بود. با همکاری نهادهایی چون حوزه هنری، اداره‌کل حفظ

همکاری شهرداری همدان در برنامه‌های فرهنگی مشترک با تاجیکستان

برنامه انتشارات بین‌المللی درفش هگمتانه

در توسعه روابط فرهنگی

حماسه هفت، کتابی که به تاجیکستان سفر کرد

هگمتانه، گروه کتاب؛ نماینده ناشران فعال در تاجیکستان و آسیای میانه با بیان اینکه ما آماده همکاری و همراهی با شهرداری همدان برای اجرای برنامه‌ها و طرح‌های مشترک هستیم، گفت: این دیپلماسی فرهنگی با اجرای طرح‌ها و برنامه‌های نوآورانه مشترک قطعاً باعث توسعه و گسترده‌تر شدن روابط مردمان این دو شهر خواهد شد و ما مشتاقانه آماده همکاری و همفکری در این زمینه هستیم و به گفت‌و‌مان‌سازی انتشارات بین‌المللی درفش هگمتانه در توسعه روابط فرهنگی ارج می‌نهیم.

به گزارش هگمتانه، علی ابوالفتحی‌نادر در دیدار با سفیر جمهوری اسلامی ایران در تاجیکستان با تقدیم یکی از تازه‌های نشر همدان به نام «حماسه هفت» از نویسنده همدانی «علی جهانپور»٬ این کتاب را پژوهش و جستاری در عده هفت در شاهنامه فردوسی معرفی کرد که علاوه بر آنچه با نام عدد هفت در شاهنامه متذکر است مانند هفت خان رستم و... نویسنده در این کتاب به دنبال اعداد هفت در شاهنامه فردوسی بوده که به صورت مستتر و نهفته در داستان‌های شاهنامه وجود

دارند که هرگز تاکنون کسی به آن توجه نداشته است.

وی یادآور شد: اعطای نمایندگی اتاق بین‌المللی نویسندگان طبیب تاجیکستان در ایران به انتشارات بین‌المللی درفش هگمتانه همدان را حاصل مراودات مؤثر کاری و قرابت‌های فرهنگی با پژوهشگران تاجیکستان دانست و از بابت راه‌اندازی مجدد پژوهشگاه زبان فارسی در شهر دوشنبه بعد از چند سال وقفه از دیپلمات‌های سیاسی و فرهنگی ایران در تاجیکستان تشکر و قدردانی کرد.

ابوالفتحی اظهار امیدواری کرد که این ارتباطات فرهنگی همدان و کولاب در توسعه رو به رشد دو کشور مفید و مؤثر واقع شود.

وی در این نشست دعوت اولیه استانداری و شهردار همدان را برای همایش بین‌المللی هگمتانه و چشم‌انداز فرهنگی و تاریخی را با هدف ایجاد آمادگی حداکثری برای حضور پر رنگ پژوهشگران برجسته تاجیکستان در همایش بین‌المللی هگمتانه به اطلاع سفیر رساند.

دیپلمات عالی‌رتبه ایران در تاجیکستان گفت:

دیپلماسی شهری، از ابزارهای مهم سیاست خارجی است که حکومت‌ها آن را در اختیار شهرداران و انجمن‌های محلی مثل شما قرار می‌دهند و نوعی از گفت‌وگو و همکاری‌های بین‌المللی در سطح خُرد، اما با هدف‌های بزرگ را رقم می‌زند که یکی از جنبه‌های آن، ایجاد روابط خواهر خواندگی میان شهرهاست مانند رابط‌های که میان همدان و کولاب محل آرامگاه

علامه میر سید علی همدانی شکل گرفت.

وی تأکید کرد: ما آماده همکاری و همراهی با شهرداری همدان برای اجرای برنامه‌ها و طرح‌های مشترک هستیم و این دیپلماسی فرهنگی شما با اجرای طرح‌ها و برنامه‌های نوآورانه مشترک قطعاً باعث توسعه و گسترده‌تر شدن روابط مردمان این دو شهر خواهد شد و ما مشتاقانه آماده همکاری و همفکری در این زمینه هستیم و به گفت‌مان‌سازی انتشارات بین‌المللی درفش هگمتانه در توسعه

روابط فرهنگی ارج می‌نهیم.

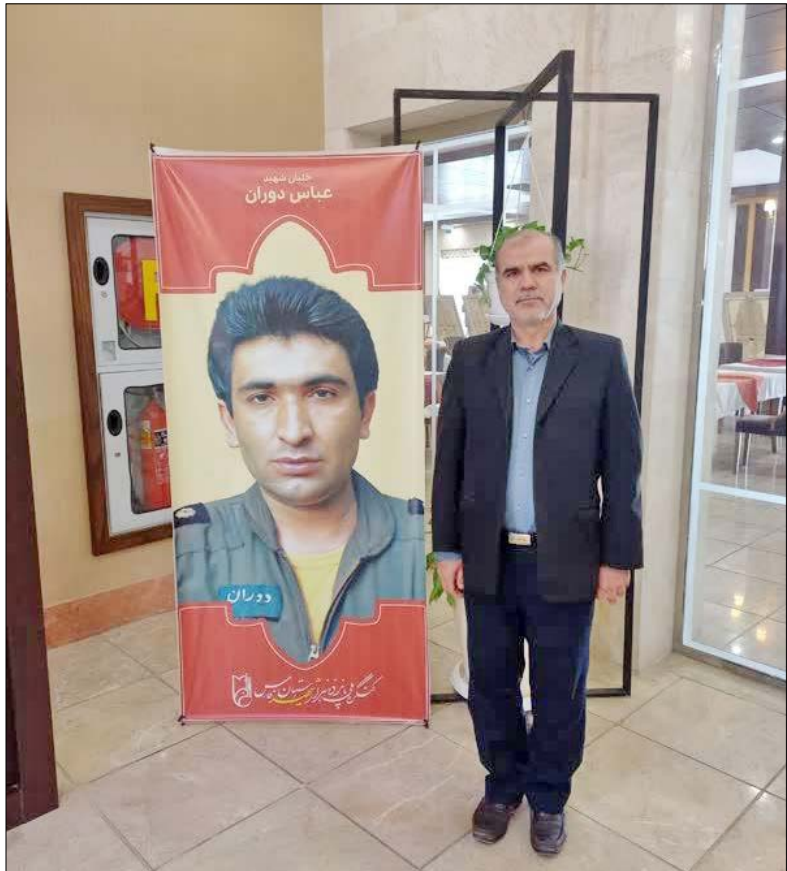
● **کتاب اساس روابط خوب بر پایه دانایی**
سفیر جمهوری اسلامی ایران در تاجیکستان نیز در دیدار با اشاره به اینکه کتاب اساس روابط خوب بر پایه دانایی است، اظهار کرد: محور اول توسعه ایران

و تاجیکستان فرهنگ و فعالیت‌های فرهنگی است. وی ضمن ابزار خرسندی از دغدغه‌های فرهنگی نماینده ناشران فعال در تاجیکستان اظهار کرد: علاقه‌مند هستیم که از قابلیت‌ها و ظرفیت‌های فرهنگی ناشران بخش خصوصی در بحث ترجمه کتاب‌های مورد نیاز استفاده کنیم.

این مقام مسوؤل ترجمه و توزیع تازه‌های نشر در



خورده بود روی زبانم. به دلم نهیب زدم: «این همه جوون رعنا آرزو به دل رفتن پی حرف امامشون، مُنم مثل بقیهٔ مادرای دل‌واپس.» بخشی از کتاب «روی ماه دی» به قلم سیده مریم کلچمن-انتشارات سوره مهر



بزنگاه‌های رزم و نقش و نشانه‌ها، می‌تواند الگویی برای «نظریه سازی» در سایر استان‌ها باشد. نگاه روشن، همیشه باغ گشاد. با. ۲۷، ۱۳۹۹/۴

این مرجع پژوهشی در جغرافیای مکتوبات استان همدان با تلاش، همت و ژرف‌اندیشیه شما پر شد. بی‌شک این نماییانی از اشخاص، مکان‌ها، یگان‌ها،



کردن رسم‌الخط فارسی کوشا باشد. دیپلمات عالی ایران در تاجیکستان، ناشران کتاب را سفیران فرهنگی دانست که هم توانایی توسعه و ترویج فرهنگ را دارند و هم آن را وظیفه خود می‌دانند و تاکنون هم کتاب بهترین قالب برای ارائه فرهنگ بوده و امید است با نوآوری‌های ناشران مطابق با فناوری‌های جدید این مسیر ادامه یابد.

نمایشگاه کتاب تاجیکستان را با هماهنگی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و حضور فعال ناشران دغدغه‌مند در نمایشگاه کتاب تاجیکستان را مفید و مؤثر ارزیابی کرد و اظهار امیدواری کرد که انتشارات بین‌المللی درفش هگمتانه همدان از ظرفیت و ارتباطات تنگ و نزدیک خود با اهالی قلم تاجیکستان در جهت تقویت توسعه فرهنگی و زنده

افزایش شمارگان در کنار پرواز قیمت‌ها

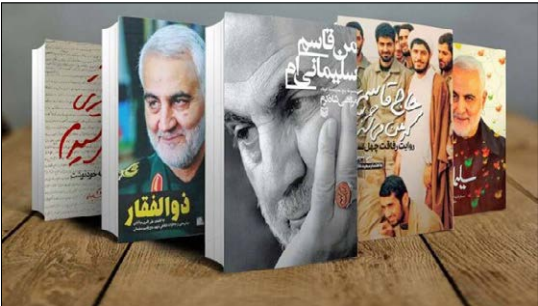
استقبال از کتابی درباره شهید قاسم سلیمانی در بازار نشر

سلیمانی در بازار نشر

بنا بر آمار منتشر شده، پرشمارگان‌ترین کتاب‌ها در همراه سال جاری به «شویه سنتورنوازی» از نشر هستان با ۶۰۶ چاپ اختصاص دارد. پس از آن، «شناسنامه شهید قاسم سلیمانی» از نشر کتابک، «شاهنامه به نثر روان» از نشر آنیسا، «تازنین یک داستان خیالی» از نشر چشمه، «سووشون» از انتشارات خوارزمی و «قرار با خورشید؛ روایت‌هایی از مواجهه با امام رضا(ع)» از به‌نشر دیده می‌شود.

● **از بازار نشر کودک و نوجوان چه خبر؟**

افزایش تعداد عناوین منتشر شده ترجمه در سال‌های گذشته از دغدغه‌های اصلی فعالان بازار کودک و نوجوان در سال‌های اخیر بوده است. آمارهای منتشر شده در ماه گذشته نیز نشان‌دهنده کاهش فاصله میزان کتاب‌های ترجمه و تألیف است؛ به طوری که از هزار و ۲۴۳ عنوان کتاب منتشر شده در این گروه، ۷۹۱ عنوان به آثار تألیفی و ۴۵۲ عنوان به آثار ترجمه اختصاص داشت. به نقل از تسنیم، نکته دیگر در این گروه موضوعی، افزایش سهم آثار تجدید چاپ نسبت به آثار چاپ اول است که نشانه سرمایه‌گذاری و توجه بیشتر ناشران به آثاری است که پیش از این امتحان خود را در بازار پس داده‌اند. آمارها در این گروه نشان می‌دهد که ۶۷۸ عنوان کتاب منتشر شده در این گروه مربوط به آثار تجدید چاپ و ۵۶۵ عنوان مربوط به کارهای چاپ اول است.



هگمتانه، گروه کتاب؛ بررسی آمار نشر در همراه سال جاری از افزایش ۱۱،۶۷ درصدی شمارگان در کنار ۵۶،۳۶ درصدی قیمت کتاب در آخرین ماه تابستان حکایت دارد.

به گزارش هگمتانه، بنا بر آمار نشر منتشر شده از سوی خانه کتاب؛ در همراه امسال تعداد ۹ هزار و ۹۴۸ عنوان کتاب منتشر شده است که در قیاس با دوره مشابه سال گذشته (مهر ماه ۱۴۰۳)، با ۱۶ درصد افزایش همراه بوده است. از تعداد

عناوین منتشر شده در ماه گذشته، تعداد هفت هزار و ۷۸۶ عنوان به تألیف و دو هزار و ۱۶۲ عنوان به آثار ترجمه شده اختصاص داشت.

● **پرکارترین و کم‌کارترین گروه‌های موضوعی**

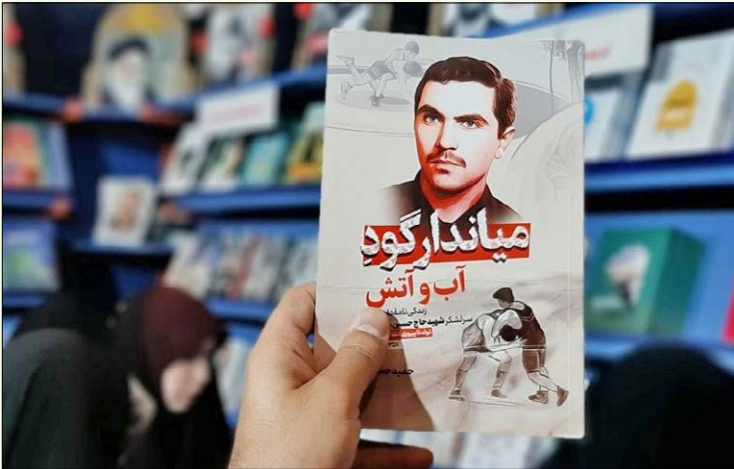
در میان موضوعات مختلف نشر؛ بیشترین افزایش در رده‌های کلیات به میزان ۵۳ درصد، رده علوم اجتماعی با ۴۸ درصد و علوم عملی با ۳۷ درصد دیده می‌شود. همچنین بیشترین کاهش نیز به رده کمک درسی و آموزشی به میزان ۱۹ درصد، ادبیات بدون هیچ تغییری نسبت به سال گذشته و تاریخ و جغرافیا با ۵ درصد اختصاص دارد.

● **تهران؛ همچنان پیشتاز**

در همراه امسال، بیشترین عناوین کتاب در استان تهران با سه هزار و ۵۶۷ عنوان(۵۲ درصد از تعداد چاپ اول‌های منتشر شده در این ماه) منتشر شده است و پس از آن، قم با ۵۲۹ و خراسان رضوی با ۳۲۹ عنوان کتاب در میزان انتشار کتاب در

در پویش مطالعاتی «دایره طلایی» بخوانید

خاطراتی متفاوت از شهید حسین همدانی



ورزشکاران، تا با مطالعه این اثر ارزشمند، با دوران نوجوانی و جوانی شهید همدانی از تولد در سال ۱۳۲۹ تا پیروزی انقلاب اسلامی در ۱۳۵۷ آشنا شوند.

کتاب «میاندار گود آب و آتش» به‌قلم حمید حسام، روایتی داستانی و مستند از زندگی شهید همدانی است. این اثر، که اخیراً در مراسمی باشکوه در محل فدراسیون کشتی رونمایی شد، قصه رشد یک پسر یتیم در دل رنج و سختی، ورود به دنیای کشتی و بیداری انقلابی او را بازگو می‌کند. حمید حسام در

هگمتانه، گروه کتاب؛ علاقه‌مندان برای شرکت کتاب «میاندار گود آب و آتش» تا پایان آذرماه فرصت دارند در این رویداد شرکت کنند.

به گزارش هگمتانه، پویش مطالعاتی «دایره طلایی» با محوریت کتاب «میاندار گود آب و آتش» با همکاری فدراسیون کشتی جمهوری اسلامی ایران و انتشارات شهید کاظمی، برگزار می‌شود.

در فراخوان شرکت در این پویش آمده است: در میدانی که گشتی نته‌ها ورزش ملی، بلکه نماد پهلوانی و ایثار است، ایران اسلامی بیش از ۱۵۰۰ شهید کشتی‌گیر را تقدیم آرمان‌های انقلاب کرده است؛ شهدایی که از گود خاکی به میدان‌های جهاد و شهادت قدم گذاشتند و پرچم عزت و مقاومت را به احتزاز درآوردند. در این بین، سرلشکر شهید حاج حسین همدانی، نمادی از پاسداری دل‌های پاک در عرصه گشتی و انقلاب است؛ مردی که از تشک کشتی تا سنگ‌ری‌های پیروزی انیلاق، قایم‌ی استوار برپا کرد.

فدراسیون کشتی جمهوری اسلامی ایران همراه انتشارات شهید کاظمی، پویش مطالعاتی ملی «دایره طلایی» با محوریت کتاب «میاندار گود آب و آتش» را از ۲۷ مهرماه ۱۴۰۴ آغاز کرد. این پویش تا پایان آذر ماه ادامه خواهد داشت و فرصتی است برای عموم مردم، به‌ویژه جوانان و

وی افزود: هر لقمه باید به‌خوبی جویده شود؛ حدود ۳۰ تا ۳۳ بار جویدن هر لقمه باعث می‌شود عمل هضم بهتر انجام گیرد و مواد مغذی به‌طور کامل جذب شوند.

او همچنین توصیه کرد: از یک ساعت قبل از غذا تا دو ساعت پس از صرف غذا باید از نوشیدن آب، دوغ، چای، ماست، میوه و سالاد پرهیز شود تا عملکرد گوارش دچار اختلال نگردد.

● **خوراکی‌های مفید پاییزی از نگاه طب ایرانی**
دکتر امامی‌العرفضی اظهار کرد: در فصل پاییز، مصرف سوپ، آش، آش انار، خوراک کدو، شلغم و هویج پخته برای افزایش رطوبت درونی بدن بسیار مفید است.

وی افزود: در میان میوه‌ها، سیب، به، انار شیرین و انگور رسیده بیشترین تأثیر را در تقویت پوست و جلوگیری از خشکی دارند.

به گفته وی، در گروه مغزینجات، بادام شیرین و پسته تازه و در نوشیدنی‌ها، شربت به‌لیمو، دمنوش گل بنفشه و آب گرم با کمی عسل توصیه می‌شود.

● **باگزشت به غذاهای سنتی برای حفظ سلامت**
متخصص طب ایرانی با اشاره به اهمیت استفاده از غذاهای بومی ایران گفت: کتابی از سوی دفتر بهبود تغذیه جامعه محلی از جمله‌غذاهای منتشر شده که در آن غذاهای سنتی مناطق مختلف کشور بر اساس اقلیم معرفی شده است.

وی افزود: این کتاب، دستور پخت غذاهای ایرانی را با نگاه علمی و سنتی ارائه می‌دهد و خانواده‌ها می‌توانند با مراجعه به آن، غذاهای اصیل و سالم متناسب با هر فصل را انتخاب کنند.

دکتر امامی‌العرفضی تأکید کرد: در استان فارس، غذاهایی مانند آش انار، آش غوره، آش ماست و آگکوش‌های محلی از جمله غذاهای مفید برای این فصل به شمار می‌روند.

● **پیوند طبیعت و سلامت انسان**

دکتر امامی‌العرفضی در جمع‌بندی سخنان خود گفت: همان‌گونه که طبیعت در فصل پاییز به آرامش و استراحت نیاز دارد، بدن انسان نیز باید با طبیعت هماهنگ شود و فرصت بازسازی و آرامش را بیابد.

وی افزود: اگر انسان با تدبیر و آرامش با تغییرات فصلی همراه شود، پوست نیز انعکاس زیبایی و سلامت درون خواهد بود.

از آش انار تا روغن بادام نسخه طب ایرانی برای پوست در پاییز



● **راهکارهای بیرونی برای پیشگیری از خشکی پوست**

دکتر امامی‌العرفضی بیان کرد: استفاده از روغن‌های گیاهی مانند روغن بادام شیرین، روغن بنفشه یا روغن زیتون، به‌ویژه پس از استحمام یا پیش از خواب، در حفظ رطوبت پوست بسیار مؤثر است.

وی افزود: کوتاه کردن زمان استحمام، استفاده از آب ولرم به جای آب داغ و مصرف صابون‌های طبیعی مانند صابون زیتون و صابون گل خضمی از جمله توصیه‌های مهم برای جلوگیری از خشکی پوست در فصل پاییز است.

متخصص طب ایرانی همچنین تأکید کرد: محافظت از پوست در برابر باد و سرما با استفاده از دستکش، شال و کلاه، از جمله اقداماتی است که باید جدی گرفته شود.

● **نقش ذهن و احساسات در سلامت پوست**
دکتر امامی‌العرفضی با اشاره به ارتباط مستقیم سلامت روان و سلامت پوست گفت: در فصل پاییز، بسیاری از افراد به دلیل کاهش نور خورشید، دچار احساس غم، بی‌حوصلگی و حتی افسردگی

سیب و انار شیرین و تهویه مناسب فضاهای بسته می‌تواند از بروز خشکی و اکزما جلوگیری کند.
دکتر امامی‌العرفضی خاطرنشان کرد: مراقبت از پوست در فصل پاییز، تنها با استفاده از کرم‌های مرطوب‌کننده تحقق نمی‌یابد، بلکه تغذیه متعادل، خواب کافی و آرامش روانی نیز در حفظ سلامت پوست نقش بسزایی دارند.

● **اهمیت حفظ تعادل رطوبت در بدن و پوست**

دکتر سید مرتضی امامی‌العرفضی، متخصص طب تافر افراد بیش از سایر فصل‌ها با مشکلاتی همچون خشکی پوست، ترک لب‌ها و اکزما مواجه شوند.

● **توصیه‌های پیشگیرانه طب ایرانی برای سلامت پوست در پاییز**

متخصص طب ایرانی تأکید کرد: برای پیشگیری از بروز مشکلات پوستی در پاییز باید از مواد غذایی خشک‌کننده مانند بادمجان، عدس، فلفل و غذاهای تند و شور پرهیز شود.
وی توصیه کرد: استفاده از روغن‌های طبیعی مانند روغن بادام شیرین برای چرب کردن پوست و لب‌ها، نوشیدن آب کافی، مصرف میوه‌های آبدار مانند

هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت؛ متخصصان طب ایرانی، با تأکید بر تأثیر تغییرات فصلی بر سلامت پوست؛ مزاج پاییز را سرد و خشک معرفی می‌کنند و این ویژگی، عامل اصلی افزایش بیماری‌هایی مانند خشکی پوست، اکزما، پسوریازیس و ترک لب در این فصل به شمار می‌رود، با رعایت اصول تغذیه‌ای، استفاده از روغن‌های طبیعی و حفظ آرامش ذهن می‌توان از بروز این مشکلات جلوگیری کرد.
به گزارش خبرنگار هگمتانه، با فرارسیدن فصل پاییز، تغییر رنگ برگ‌ها و هوای خنک و دلپذیر، زیبایی طبیعت به اوج می‌رسد؛ اما در پس این جلوه‌ی شاعرانه، بدن انسان نیز با دگرگونی‌هایی همراه می‌شود. پوست، نخستین بخش بدن است که به تغییر دما، کاهش رطوبت و سردی هوا واکنش نشان می‌دهد. خشکی، ترک‌خوردگی، قرمزی و حتی التهاب از جمله مشکلاتی هستند که بسیاری از افراد در این فصل تجربه می‌کنند.

در طب ایرانی، هر فصل دارای مزاج خاص خود است و پاییز با مزاج سرد و خشک شناخته می‌شود. این ویژگی باعث می‌شود بدن به مراقبت و رطوبت بیشتری نیاز داشته باشد. در چنین شرایطی، رعایت اصول تغذیه، توجه به سلامت روان و استفاده از روش‌های طبیعی مراقبت از پوست اهمیت دوچندان پیدا می‌کند.

در گفت‌وگوی پیش‌رو، دکتر سید مرتضی امامی‌العرفضی، متخصص طب ایرانی، از منظر طب ایرانی درباره علت افزایش مشکلات پوستی در پاییز، راهکارهای مراقبتی و خوراکی‌های مفید برای حفظ سلامت پوست سخن گفته است.

● **پاییز از نگاه طب ایرانی**

دکتر سید مرتضی امامی‌العرفضی، متخصص طب ایرانی، اظهار کرد: اساساً پاییز دارای مزاجی سرد و خشک است و خشکی آن بر سردی‌اش غلبه دارد. به همین دلیل در این فصل، بروز مشکلات پوستی افزایش می‌یابد.

وی با اشاره به دیدگاه ابن‌سینا افزود: اگر بخواهیم در فصل پاییز سالم‌تر زندگی کنیم، باید از خوراکی‌ها و رفتارهایی که خاصیت خشک‌کنندگی دارند، پرهیز کنیم و برای بدن خود طبعی معتدل و مرطوب ایجاد نماییم.

● **علت افزایش بیماری‌های پوستی در پاییز**
دکتر امامی‌العرفضی بیان کرد: هم‌زمان با تغییرات

هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت؛ طب ایرانی، از دوران کهن تا امروز، فصلی مهم از میراث دانشی ملت ایران است که با نگاه دقیق به مزاج‌ها، تعادل جسم و روح را در ارتباط با طبیعت حفظ می‌کند.

به گزارش هگمتانه، بر اساس این دیدگاه، هر فصل از سال دارای تأثیر ویژه‌ای بر بدن انسان است؛ از جمله فصل پاییز که با ویژگی‌های خشک و سرد خود به‌طور مستقیم بر پوست، مو، گوارش و خلق‌و‌خو اثر می‌گذارد. شناخت خوراکی‌ها و روغن‌های مناسب این فصل کمک می‌کند تا از بروز بیماری‌ها مانند خشکی پوست، سرفه، افسردگی و کاهش انرژی جلوگیری شود. پاییز، آغازگر دوره سرد سال است و نیازمند تدابیری خاص برای آماده‌سازی بدن در برابر سرمای زمستان است.

● **مزاج پاییز از دیدگاه طب ایرانی**

از منظر حکمایی چون ابن‌سینا، رازی و عقیلی خراسانی، فصل پاییز دارای مزاج سرد و خشک است. این مزاج ناشی از کاهش تدریجی گرمای تابستان و افزایش نفوذ عناصر سردی و خشکی در محیط است. بعد از تابستان گرم و خشک، بدن انسان هنوز گرمای نهفته‌ای دارد، اما با ورود پاییز

هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت؛ پوست بدن در پاییز به دلیل کاهش رطوبت محیط، سریعتر دچار خشکی، خارش و ترک می‌شود. استفاده از روغن‌مالی (دهن‌مالی) یکی از مؤثرترین راه‌های جذب رطوبت و حفظ گرمای بدن از طریق پوست است.
۱. روغن کنجد (گرم‌کننده و مرطوب‌کننده قوی)
• مزاج: گرم و تر.
• خواص: این روغن اصلی‌ترین روغن توصیه شده برای مالش بدن در پاییز است. بسیار نافذ بوده و به نرم شدن مفاصل، کاهش سردی اندام‌ها، و افزایش انرژی عمومی بدن کمک می‌کند. روغن کنجد تقویت‌کننده عضلات و گرم‌کننده بدن است.
• نحوه استفاده: مالش روزانه مقدار کمی روغن کنجد بر کف پاها (بخش‌هایی که بسیار حساس به سرما هستند) و پشت گردن برای تقویت اعصاب و کاهش اضطراب شدیداً توصیه می‌شود. همچنین ماساژ کل بدن با این روغن قبل از حمام، چربی طبیعی پوست را بازسازی می‌کند.
۲. روغن بادام شیرین (لطیف و نرم‌کننده پوست)
• مزاج: گرم و دارای رطوبت لطیف.
• خواص: این روغن بسیار سبک است و به سرعت جذب پوست می‌شود. برای پوست‌های خشک، حساس و نازک بسیار مفید است و از خشکی، خارش و ترک پوست صورت و دست‌ها جلوگیری می‌کند.
• نحوه استفاده: مالش این روغن بر دست و صورت، به‌ویژه قبل از خواب، چهره‌ای شاداب حفظ کرده و به تغذیه پوست کمک می‌کند.

توصیه‌های خوراکی در فصل پاییز بر اساس طب ایرانی

این‌گرم‌ا کاهش یافته و خشکی و سردی غلبه می‌یابد. این تغییر مزاج باعث می‌شود بدن مستعد بیماری‌های مرتبط با سردی و خشکی گردد؛ مثل درد مفاصل، یبوست، خشکی پوست، ترک لب، خشکی چشم و حتی کاهش نشاط روحی (که در اصطلاح طب ایرانی به آن "سوداوی شدن" مزاج نیز می‌گویند).

بنابراین باید در این فصل، با خوراکی‌ها و روغن‌های مناسب، از کاهش رطوبت طبیعی بدن جلوگیری کرده و تعادل مزاج حفظ شود. هدف اصلی در تغذیه پاییزی، حفظ و تقویت گرمای درونی بدن (حرارت غریزی) و تأمین رطوبت لازم برای مقابله با خشکی هوا است.

● **خوراکی‌های تقویت‌کننده بدن در پاییز**

در طب ایرانی، اصل اساسی تغذیه پاییزی، پرهیز از زیاده‌روی در مصرف غذاهای با مزاج سرد و خشک است و باید به سمت خوراکی‌های گرم و تر متمایل

شد.
۱. خوراکی‌های گرم و تر (گرم‌کننده‌های لطیف)
در پاییز، باید تعادل مزاج بدن را با غذاهای گرم و نسبتاً مرطوب برقرار کرد. این خوراکی‌ها انرژی بدن را تقویت کرده و از تحلیل رفتن رطوبات بدن جلوگیری می‌کنند:
• انجیر: انجیر ملین قوی است و به پاک‌سازی سودا از بدن کمک می‌کند. انجیر خیسانده در آب، نرم‌کننده سینه و ضد یبوست است و برای تقویت ریه‌ها در برابر تغییرات آب‌وهوایی بسیار مفید است.
• خرما و کشمش: این میوه‌ها منبع طبیعی انرژی، قندهای مفید و رطوبت هستند. مصرف روزانه چند عدد خرما یا کشمش (به‌ویژه مویز سیاه) به تقویت عمومی بدن و گرم نگه داشتن معده کمک شایانی می‌کند.
• حبوبات با تدابیر: حبوباتی مانند نخود و ماش که

نشاط است. به‌ویژه سیب زرد شیرین که به علت گرمی لطیف، بدن را از خشکی حفظ کرده و تقویت‌کننده اعصاب و مغز است. خوردن سیب با کمی عسل و دارچین (به‌عنوان مصلح) توصیه می‌شود.

• به: میوه اصلی پاییز است. به، تقویت‌کننده قلب، ضد اضطراب، مقوی معده و تنظیم‌کننده گوارش در پاییز است. خوردن به صورت مربا (با شکر قهوه‌ای یا عسل) بهترین شکل مصرف آن است.
• انار شیرین: انار شیرین دارای طبع معتدل مایل به سردی است، اما شیرینی آن باعث اعتدال می‌شود. انار یک قابض طبیعی و تقویت‌کننده کبد است که به پاک‌سازی خون از فضولات تابستان کمک می‌کند.

● **نوشیدنی‌ها و دمنوش‌ها**

• دمنوش گل گاوزبان و سنبل‌الطیب: برای تنظیم اعصاب، رفع بی‌خوابی پاییزی و کاهش استرس

بسیار مفیدند.

• دمنوش دارچین و زنجبیل: برای تقویت گرمای درونی بدن و کمک به هضم غذاهای پاییزی بسیار توصیه می‌شود. مصرف این دمنوش‌ها با کمی عسل، به حفظ حرارت بدن کمک می‌کند.

۳. پرهیز از خوراکی‌های سرد و خشک
برای جلوگیری از تشدید مزاج پاییزی (سرد و خشک)، باید مصرف خوراکی‌های با طبع سرد و خشک کاهش یابد:

• لبنیات سرد: ماست سرد، دوغ و کشک به سبب طبع سرد و رطوبت اضافی یا سبکی زیاد، در پاییز کمتر توصیه می‌شوند، مگر این‌که با مصلحاتی مانند کمی نعناع خشک یا زعفران مصرف شوند.
• سبزیجات با مزاج سرد: خیار، کاهو، و بادمجان به علت طبع سرد، در این فصل باید محدود شوند.
• حبوبات سرد: عدس به سبب طبع سرد و خشک، موجب افزایش یبوست و دردهای مفصلی در پاییز می‌شود و باید با احتیاط مصرف گردد.
• غذاهای سنگین: پرهیز از زیاده‌روی در مصرف غذاهای بسیار چرب و سنگین که باعث تولید سودا (مزاج سرد و خشک درونی) می‌شوند.

می‌کند. کم‌خوابی موجب افزایش خشکی و سردی مغز و در نتیجه تشدید سودا می‌شود.
• تعدیل خواب روز: خوابیدن در طول روز (قیلوله) در پاییز باید محدود شود، زیرا رطوبت بدن را افزایش داده و می‌تواند منجر به سنگینی و کسالت شود.
۳. **فعالیت بدنی و ورزش**

• ورزش معتدل: حرکات سبک صبحگاهی یا پیاده‌روی طولانی در هوای ملایم پاییزی (زمانی که آفتاب هست) باعث گرم شدن بدن، تقویت گردش خون و افزایش نشاط می‌شود. از ورزش‌های شدید که باعث تعریق زیاد و تحلیل رطوبت بدن می‌شوند، باید پرهیز کرد.

۴. **حمام و مراقبت از پوست**

• آب ولرم به جای داغ: از حمام‌های طولانی و آب بسیار گرم پرهیز شود، زیرا رطوبت طبیعی پوست را به شدت کاهش داده و باعث خشکی و خارش می‌شود. دمای آب باید مایل به گرم باشد.
• مرطوب‌سازی پس از حمام: توصیه می‌شود پس از استحمام، به‌جای خشک‌کردن کامل بدن، کف حمام با روغن کنجد یا زیتون مرطوب شده و سپس بدن خشک شود تا پوست رطوبت را جذب کند.

۵. **تنظیم تغذیه و ادویه‌جات**

• ادویه‌جات گرم: افزودن ادویه‌هایی مانند دارچین، زنجبیل، هل، زعفران و آویشن به غذاها، بدن را در برابر سردی هوامحافظت کرده و به هضم غذاکمک می‌کند.

● **دیدگاه حکیمان و منابع کهن**

توصیه‌های طب ایرانی ریشه در متون کلاسیک پزشکی دارد:

• ابن‌سینا در قانون: ابن‌سینا تأکید دارد که در فصل

خبر

مدیرکل میراث فرهنگی همدان:

مرمت آثار تاریخی شتاب می‌گیرد

هگمتانه، گروه فرهنگی؛ مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان همدان گفت: تلاش ما این است که با تخصیص اعتبارات بهتر، روند مرمت این آثار با شتاب بیشتری دنبال شود.

به گزارش هگمتانه، محسن معصوم‌علیزاده روز پنجشنبه در حاشیه بازدید از پروژه‌های در حال مرمت شهرستان نهاوند افزود: بناهای تاریخی سرمایه‌های فرهنگی و اقتصادی استان هستند.

وی بیان کرد: بناهای تاریخی نه تنها یادگار گذشتگان، بلکه سرمایه‌های فرهنگی و اقتصادی استان به‌شمار می‌روند که با احیای آن‌ها، ظرفیت‌های تازه‌ای در حوزه گردشگری و اشتغال محلی ایجاد می‌شود.

مدیرکل میراث‌فرهنگی استان همدان ادامه داد: مرمت و صیانت از بناهای تاریخی از وظایف اصلی و رسالت‌های بنیادین میراث‌فرهنگی است.

معصوم‌علیزاده افزود: در استان همدان، بناهای ارزشمندی وجود دارد که هر یک روایتگر بخشی از هویت و تاریخ این سرزمین هستند و تلاش ما این است که با تخصیص اعتبارات بهتر، روند مرمت این آثار با شتاب بیشتری دنبال شود.

وی تأکید کرد: حفظ، نگهداری و احیای آثار تاریخی، نوعی پاسداشت حافظه جمعی مردم است و اگر امروز از این بناها به‌درستی مراقبت نکنیم، بخش مهمی از هویت فرهنگی و شهری خود را از دست خواهیم داد.

مدیرکل میراث فرهنگی استان همدان یادآور شد: نگاه ما به این پروژه‌ها تنها عمرانی نیست، بلکه فرهنگی، اجتماعی و حتی اقتصادی است. معصوم‌علیزاده تصریح کرد: در سال‌های اخیر تلاش کرده‌ایم تا نگاه به مرمت از یک فعالیت صرفاً فنی به یک جریان فرهنگی و آموزشی تبدیل شود.

وی گفت: مشارکت مردم، آموزش ساکنان بافت‌های تاریخی و استفاده از نیروهای بومی در طرح‌های مرمتی از جمله اقداماتی است که به پایداری و ماندگاری بیشتر آثار کمک می‌کند. مدیرکل میراث‌فرهنگی استان همدان با تأکید بر نقش مرمت در رونق گردشگری و اقتصاد محلی، گفت: هر بنای تاریخی، یک فرصت اقتصادی است، از طرف دیگر حفظ میراث‌فرهنگی مسؤولیتی همگانی است و بدون همکاری دستگاه‌های اجرایی، شهرداری‌ها و مشارکت مردم، این مسیر به‌درستی طی نخواهد شد. به نقل از ایرنا؛ مدیرکل میراث‌فرهنگی استان همدان از پروژه‌های حمام تاریخی حاج آقا تراب، میدان قیصریه، مسجد امام حسن(ع)، کاروانسرای سعادت، خانه شجاعی و تپه باستانی نقاره‌چی بازدید کرد.

همچنین محل قلعه قدیمی نهاوند یا بنایی که در طرح‌های آتی مشترک میراث‌فرهنگی و شهرداری برای بازسازی و احیای هویت تاریخی شهر پیش‌بینی شده است، مورد بازدید مدیرکل میراث فرهنگی استان و گروه همراه قرار گرفت و درباره طرح‌های اولیه بازسازی قلعه و برنامه‌های اجرایی مرتبط، بحث و تبادل نظر شد.

سی نما

فیلم سینمایی ناتوردشت در مرز ۱۹میلیارد تومان قرار گرفت

هگمتانه، گروه فرهنگی؛ فیلم سینمایی «ناتوردشت» به کارگردانی سیدمحمدرضا خردمندان با جذب ۲۵۰ هزار مخاطب، در آستانه ۱۹ میلیارد تومان فروش قرار دارد.

به گزارش هگمتانه، فیلم سینمایی «ناتوردشت» به کارگردانی سیدمحمدرضا خردمندان و تهیه‌کنندگی مهدی فرجی که از نیمه شهریورماه اکران خود را در سینماهای سراسر کشور آغاز کرده بود، با جذب ۲۵۰ هزار مخاطب، در آستانه ۱۹ میلیارد تومان فروش قرار دارد.

اکنون با ادامه اکران این فیلم اجتماعی که روایتی برگرفته از ریشه شدن دخترپچه چهار ساله اهل شهر کلاله است، جدیدترین پوستر رسمی «ناتوردشت» با طریی از علی احمدی ششکل رومانیی شد.

هادی حجازی‌فر، می‌رسعید مولویان، شبنم قربانی، بابک کریمی، سیدعلی صالحی، امیر دژاکام، اردشیر رستمی، حسین شریفی، ترنم کرمانیان، ارغوان عزیزی، با حضور افتخاری سعید آقاخانی و هنرمندی علی مصفا بازیگران این فیلم سینمایی را تشکیل می‌دهند. به نقل از ایرنا، «ناتوردشت» محصول سازمان سینمایی سوره است که توسط پخش بهمن سبز در سینماها اکران می‌شود.

هگمتانه، گروه فرهنگی؛ پنجمین کرسی مناظره

مهدویت در مرکز «باسط» مؤسسه علمی‌فرهنگی طلیعه عطر مشکات برگزار شد.

به گزارش هگمتانه، پنجمین کرسی مناظره با محوریت «تشریح شرایط و زمینه‌های ظهور» در مجتمع فرهنگی عین‌القضات همدان برگزار شد.

در این نشست علمی که با حضور مربیان پرورشی، پژوهشگران و فعالان آموزشی مهدویت تشکیل شد، شعبانلو کارشناس مذهبی، به تبیین ویژگی‌های یاران آخرالزمان، ضرورت آمادگی عمومی برای ظهور و روش‌های جذب جوانان به دوره‌های آموزشی امام‌شناسی پرداخت.

وی بر طراحی دوره‌های متنوع و جذاب آموزشی مهدویت با تمرکز بر نسل نوجوان تأکید کرد و افزود: بهره‌گیری از ادعیه روزانه و مفاهیم مربوط به حضرت حجت(عج) از ابتدایی‌ترین ابزارهای

همه دان

آلافِ اولوف مُگنه

هگمتانه، گروه فرهنگی؛ همدان شهری با گذشته‌ای زیبا و دلنوا؛ شهری پر از یاد‌های مهربان؛ پر از واژه‌های کهن و سالخورده است. این روزها در پس گذر زمان و ایجاد زندگی مدرن، خیلی وقت‌ها یادمان می‌رود پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌هایمان چگونه زندگی می‌کردند. خیلی از نوجوانان و جوانان امروز کلمات متداول در همدان قدیم حتی به گوششان نرسیده است و باز هم این کلمات و واژه‌های قدیمی هستند که می‌توانند خاطرات گذشته را برایمان زنده کنند و به کمک جوان‌ترهایمان بیایند تا بفنساند راه و رسم زندگی را در گذشته شهرشان. در این بخش به معرفی برخی کنایات و ضرب‌المثل‌ها که در همدان قدیم مصطلح و پرکاربرد بوده است پرداخته می‌شود.

آقدایی شند: آفتابی شد، یعنی پیدا شد، معلوم شد،

محمد علی نورپور- انتشارات سوره مهر بهره گرفته شده است.

هگمتانه، گروه فرهنگی؛ روابط عمومی صندوق

توضیح صندوق اعتباری هنر درباره لغو مجوز بانک آینده و وضعیت هنرکارت

اعتباری هنر درباره لغو مجوز بانک آینده، ادغام آن در بانک ملی و وضعیت هنرکارت اطلاعیه‌ای منتشر کرد.

به گزارش هگمتانه، روابط عمومی صندوق اعتباری هنر روز پنجشنبه به دنبال اعلام رسمی انحلال بانک آینده از سوی بانک مرکزی، با صدور اطلاعیه‌ای اعلام کرد:

با توجه به سیاست‌های بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران و اظهارات رئیس این بانک درباره ادغام بانک آینده در بانک ملی، موارد زیر به استحضار دارندگان حساب‌های هنرکارت می‌رسد:

۱) بر اساس ابلاغیه بانک مرکزی، تمامی خدمات حساب‌ها و سپرده‌های بانک آینده، از جمله حساب‌های هنرکارت، با همان شرایط و قراردادهای فعلی به بانک ملی منتقل خواهد شد و حقوق سپرده‌گذاران و دارندگان حساب‌ها، توسط بانک مرکزی تضمین و مورد صیانت قرار می‌گیرد.

۲) صدور هنرکارت از سال ۱۳۹۸ با همکاری بانک آینده آغاز شد و برای بیش از یکصد هزار نفر از اعضای صندوق هنر، حساب هنرکارت افتتاح شده است.

طی یک سال گذشته، با هدف ارتقای کیفیت خدمات بانکی برای هنرمندان و با توجه به مباحثی که در خصوص بانک آینده مطرح بود، بررسی بانک جایگزین آغاز شد. صندوق اعتباری هنر با بانک‌های معتبر کشور، وارد مذاکره شد تا پس از ارزیابی امکانات، زیرساخت‌ها و توان اجرایی و مالی، بانک

مستندی درباره ستایش زندگی

هگمتانه، گروه فرهنگی؛ فیلم مستند «با من برقص»از محصولات مرکز گسترش سینمای مستند تجربی و پویانمایی، به کارگردانی محمد صفا و تهیه‌کنندگی جمال عود سیمین تولید شده است. به گزارش هگمتانه، جمال عود سیمین تهیه‌کننده فیلم مستند در مراسم رومانیی «با من برقص» بیان کرد: این فیلم درباره ستایش از زندگی است، در مواجهه با این فیلم شاید بتوان به این سؤال پاسخ داد که آیا دیدن، باعث می‌شود که نسبت ما انسان‌ها با زندگی پررنگ‌تر و عمیق‌تر شود؟ یعنی من وقتی که ببینم، می‌توانم زندگی را در آغوش بکشم یا نه!

وی افزود: فیلم درباره این موضوع و نقص نابینایی است که از بیرون، تصویری نسبت به آن وجود دارد، در حالی که هر کدام از ما نقصی داریم، یکی از نعمت دیدن محروم است و دیگری با مسأله و نقصی متفاوت اما آیا این نقص‌ها نسبت ما را با زندگی کم‌رنگ‌تر می‌کند یا نه؟ راحله و فائزه نماد دو آدمی‌اند

روزنامه فرهنگی، اجتماعی، ورزشی صبح استان همدان

صاحب امتیاز: شهرداری همدان

مدیر مسؤول: سید حامد تروهند

زیر نظر شورای سردبیری

چاپ: نوین

وبگاه: www.hegmataneh-news.ir

پيام‌رسان ایتا: @hegmataneh

رایانه‌ها: hegmataneh.news@gmail.com

نشانی: همدان، میدان آرامگاه بوعلی‌سینا، محوطه تالار فجر

انتشار مطالب پیانگر دیدگاه صاحب اثر است و الزاماً دیدگاه روزنامه نیست.

نمابر تحریریه: ۰۸۱-۳۸۲۶۲۷۰۰

تلفن تحریریه: ۰۸۱-۳۸۲۸۲۹۴۰

ارتباط با تحریریه در پیام‌رسان ایتا

۰۹۱۸ ۶۳۸ ۶۱۲۹



هر دل که ز عشقی توسست خالی

از حلقهٔ وصل تو برون باد

لعلی تو که هست جانِ حافظ

دور از لبِ مردمانِ دون باد

حافظ

حدیث روز

امام علی علیه السلام:

دنیادوستی، منشأ فتنه‌ها و ریشه رنج‌هاست.

غیرالحکم: ج ۴۸۷۰

عکس روز

سومین مراسم گرامی‌داشت شهید علی نظری در ملایر با حضور استاندار همدان



آموزه‌های محمدی برای شهروند قرآنی

علی‌رغم عبادات

دستت خالی است چون رازدار نیستی

هگمتانه، گروه فرهنگی؛ در قرآن کریم آمده است: محرم اسراری جز خود نجوید چون دشمنان از تولید هر گونه شری درباره شما کوتاه نمی‌آیند. امام علی علیه‌السلام می‌فرمایند: راز تو در بند توسست ولی اگر آن را فاش کنی تو در بند آن خواهی بود.

حکایت: یکی از عرفای مشهور از طرف مرشدی ادیب که از نوادر بود نقل می‌کند به پیرمردی برخورد کردم که دارای عبادات فراوانی بود ولی وقتی عمیق در او نگریدم متوجه شدم که برای آن دنیا دستش خالی است،

سؤال کردم چرا فرمودید که دستش برای آخرت خالی است، ادیب پاسخ دادند: چون دهان و زبانش چفت و بست ندارد و رازها را آشکار می‌کند. نکته: برخی از ما با عدم رعایت رازداری، ضربه‌های دردناکی به خود و دیگران می‌زنیم.

دانه‌ها چون در زمین پنهان شود

سر آن سر سبزی بستان شود

پچ پچ‌های عاشقانه

هگمتانه، گروه فرهنگی؛ کاریکلماتور نثر است. بازی زبانی دارد تا بتواند گفتنی‌ها را دیدنی کند. کاریکلماتور طنز دارد و از نظر معنایی، صراحت دارد. از چند معنایی واژه‌ها سود می‌برد. کاریکلماتور، معمولاً

از بدیهیات و روزمره‌ها و دم‌دستی‌هاست. سابقه‌ای در ادبیات کهن به عنوان یک سبک ندارد. اما می‌شود نمونه‌هایی در نثر و نظم از آن پیدا کرد. جملات در این نوع از نثر با ذهن خواننده بازی می‌کنند و اندیشه‌هایی تو در تو را خلق می‌نمایند. در این ستون جملاتی به سبک کاریکلماتور آورده شده است.

زیر خاکستر روزها، موهایش هاشور خورد.

پرنده پرشکسته، پایش که به زمین رسید، پرواز را از یاد برد.

دالتنگ دیروز، امروز را برای فردا پرپر کرد.

دلش که شورش کرد، دلشوره گرفت.

دیوانه بود، دلش از مغزش فرمان نمی‌گرفت.

پچ پچ‌های عاشقانه‌ات را در گوش باد زمزمه نکن، رسوا می‌شوی.

