

جایگزینی گوشت گاو با ماهی می تواند از مرگ زود هنگام جلوگیری کند!

بر اساس یافته ها، جایگزینی گوشت قرمز با این نوع ماهی ها می تواند تا سال ۲۰۵۰ از مرگ ۷۵۰۰۰۰ نفر و کاهش ناتوانی مرتبط با بیماری های مرتبط با رژیم غذایی جلوگیری کند. تحقیقات جدید نشان می دهد که مصرف بیشتر غذاهای دریایی مانند ساردین به جای گوشت قرمز می تواند به پیشگیری از بسیاری از بیماری ها منجر شود.به گزارش اقتصادسراسرآمد به نقل از مدیکال نیوز، یک مطالعه جدید نشان می دهد که تغییر جهانی از مصرف گوشت قرمز به مصرف برخی ماهی ها می تواند به طور چشمگیری میزان مرگ و میر ناشی از بیماری های غیر واکسیر را کاهش دهد.

ماهی های مانند شاه ماهی، آنچوی و ساردین منبع غنی امگا ۳ و سایر مواد مغذی ضروری هستند و همچنین از نظر زیست محیطی پایدارتر از گوشت قرمز هستند.بنابر گزارش مهر، بر اساس یافته ها، جایگزینی گوشت قرمز با این نوع ماهی ها می تواند تا سال ۲۰۵۰ از مرگ ۷۵۰۰۰۰ نفر و کاهش ناتوانی مرتبط با بیماری های مرتبط با رژیم غذایی جلوگیری کند.محققان تاکید می کنند که این تغییر رژیم غذایی می تواند به ویژه برای کشورهای با درآمد پایین و متوسط به دلیل مقرر به صرفه بودن و فراوانی این ماهی ها در آن مناطق، مفید باشد.

محققان سناریوهای متمایزی را برای ارزیابی اثرات جایگزینی گوشت قرمز با ماهی بر اساس روندهای غذایی پیش بینی شده در ۱۳۷ کشور تا سال ۲۰۵۰ ایجاد کردند.آنها از یک چارچوب ارزیابی ریسک مقایسه ای استفاده کردند تا بررسی کنند که چگونه چنین جایگزینی می تواند بار جهانی بیماری های غیر واکسیر مرتبط با رژیم غذایی را در برز گسالن کاهش دهد. در میان سناریوهای پیشنهادی، اولویت توزیع ماهی در مناطق با مصرف کم ماهی، به ویژه در کشورهای با درآمد پایین و متوسط، بیشترین امید را در کاهش بار بیماری های کلی نشان داد. تجزیه و تحلیل جامع آنها نشان داد که جایگزینی گوشت قرمز با ماهی می تواند به طور بالقوه با کاهش بیماری های مرتبط با رژیم غذایی تا سال ۲۰۵۰ بین ۵۰۰۰۰۰ تا ۷۵۰۰۰۰ زندگی را نجات دهد.



قوه قضایه

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک رودکی تهران

هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و

ساختمان های فاقدسندر رسمی

آگهی موضوع ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۲ آیین نامه

قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و

ساختمان های فاقدسندر رسمی

برابر رأی شماره ۰۲۳۱۲/۴۵۰۰۲۶۰۳۰۱۰۴۵۰ مورخه ۱۴۰۲/۱۲/۱۵ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندر رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رودکی تهران تصرفات مالکانه بلامعارض خانم اقدس کاظمی فرزند ذبیح الله بشماره شناسنامه ۱۷۹۲ صادره از زنجان ششدانگ یک قطعه زمین بابنای احدانی در آن به مساحت ۴۹/۴۱ مترمربع پلاک ۲۳۹۵ اصلی مغرور و مجری شده واقع در بخش ۱۰ تهران خریداری از مالک رسمی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۱/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۲/۵

میم الف: ۱۰۰۸۴- شناسه آگهی: ۱۶۹۲۳۷۶

امید ملک - رئیس ثبت اسناد و املاک



رشد گروه دریا محور – امید اسماعیلی – اصغر بشارتی مدیرک فوق دیپلم عکاسی و لیسانس مدیریت گردشگری و دانشجوی مدیریت جهانگردی است و از سال ۱۳۹۲ تا ۱۴۰۰ مدیریت موسسه فرهنگی هنری سیمای بشارت قشم را عهده دار بوده است. . وی عکاسی و مستند سازی را از سال ۱۳۸۶ آغاز نموده و تاکنون موفق به چاپ دو اثر تالیفی از آثار عکاسی خود، با عنوان « رزف » و « نگاه ها » شده است. وی تاکنون موفق به کسب بیش از ۷۰۰ مدال طلا، نقره، برنز و همچنین دیپلم افتخار در سطح ملی و بین المللی شده است. در گفت و گو با خبرنگار روزنامه دریایی اقتصاد سراسرآمد از خودش و انگیزه هایش گفت که گرما و مهربانی یک جنوبی را در کلام دارد.

روزنامه دریایی سراسرآمد: به عنوان یک هنرمند شیفته دلباخته دریا که وقت و انرژی زیادی را برای این موضوع صرف می کنید و در سطح ملی و بین المللی مطرح هستید، برای مخاطبان تنها روزنامه دریایی ایران خودتان را بیشتر معرفی بفرمایید؟
اصغر بشارتی: اصغر بشارتی متولد ۱۳۵۶ جزیره قشم، از ۲۵ بهمن ۱۳۸۵ دوربین را خریدم و از اول فرودین ۱۳۸۶ عکاسی را به صورت رسمی شروع کردم. علت خرید دوربین به علت خبرنگار بودنم در روزنامه دریا در استان هرمزگان بودم و با مرحوم دبیری نژاد کار می کردم. بنابراین در کنار کار خبرنگاری کار عکاسی هم کردم و این گونه عکاسی من شروع شد.

روزنامه دریایی سراسرآمد: بر خلاف خیلی از ژورنالیست های کشور که به عکس کمتر اهمیت می دهند، در واقع تلاش شما این بود که عکس وقایع خبری را هم خودتان تهیه کنید و تولیدی باشد. چطور شد به سمت عکاسی طبیعت و دریا – در عمق و در سطح – رفتید؟

اصغر بشارتی : تا سال ۱۳۸۷ کار عکاسی خبری و طبیعت را انجام می دادم. در سال ۱۳۸۷، گروهی از عکاسان ملی با همراهی استادان افشین شاهرودی، افشین بختیاری، اسماعیل عباسی و چند تن دیگر به قشم آمدند. استاد عباس شاهرودی کارهایم را دید و از من پرسید: برای چی عکاسی می کنی؟ برای این سؤال ۶ ماه دستت به دوربین نزدم و به دنبال پاسخ این سؤال بودم و در نهایت تصمیم گرفتم برای دلم عکاسی کنم! البته در آن ۶ ماه عکس های خبری می گرفتم و بعد از آن یک دوربین کامپکت گرفتم و یک سال عکاسی دنیای زیر آب را تجربه کردم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: به عنوان یک خبرنگار باید بگویم که از دیدن عکس های شما لذت بردم و می برم. عناوین مختلف کشوری و جهانی شما برای ما انگیزه بخش است که از شما سیاستگذاریم. از اینکه در جزیره قشم زندگی می کنید، چه احساسی دارید؟
اصغر بشارتی: من قشم را دوست دارم. می گویند قشم دو فصل بیشتر ندارد: در زمستان بارش باران را برای سرسبزی بعدی داریم و در تابستان فصل گرما که ماهی گیری و شنا رونق دارد.

روزنامه دریایی سراسرآمد: میانه تون با دریا چگونه است؟

اصغر بشارتی : من چرا عکاسی دریا را خوب انجام می دهم؟ من چرا عکاسی زیرآب را خوب انجام می دهم؟ من چرا عکاسی طبیعت را خوب انجام می دهم؟ من چرا عکاسی شب را خوب انجام می دهم؟ همه این به کارهای من در جوانی بر می گردد. برای این عکاسی دریا و زیرآب را خوب انجام می دهم، که کار من صیادی بوده و دریا را خوب می شناسم. آسمان را خوب می بینم برای اینکه نگهبان بودم و آسمان را زیاد نگاه کردم. چرا قاب بندی خوبی در عکاسی دارم؛ برای اینکه تعمیرکار موبایل بودم و نیاز به ریزبینی داشتم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: در گفته هایتان اشاره داشتید

که عکاسی را برای دل خودتان انجام می دهید، منظور تان چیست؟

اصغر بشارتی: من نه عکس می بینم و نه فیلم! اما آنچه در دلم احساس می کنم که قشنگ است را ثبت می کنم؛ یعنی اول به دلم رجوع می کنم و بعد به هزینته های آن فکر می کنم. اگر من اول به پول آن فکر کنم، آن عکس به دلم نمی نشیند. برای همین سعی می کنم کاری را انجام دهم که به دلم نشسته باشد.

روزنامه دریایی سراسرآمد: ما وقتی با یک عکس مواجه می شویم فقط با تصویر آن روبرو می شویم، اما شما از ارتباط عمیق تر با آن صحبت می کنید؟
اصغر بشارتی: وقتی می خواهید یک عکس ثبت کنید، برخی جابجایی ها و تغییر زاویه ها که با قلب و مغز در ارتباط است می تواند در کیفیت عکس تفاوت ایجاد کند. مثلاً اگر بخواهم از شما عکاسی کنم با تغییر زاویه ... می توانم جایگاه شما را عکس متفاوت نشان بدهم. اعتماد بر این است که ما به عنوان یک کاربر با استفاده از یک وسیله یعنی دوربین، نقاشی های خداوند را می توانیم ثبت کنیم و ثبت هنر خداوند باید در دل عکاس بنشیند که خوب ثبت گردد.

روزنامه دریایی سراسرآمد: پس شما با دوربین، قاب هایی که می بندید و تصاویری که ثبت می کنید زندگی می کنید و لذت می برید. خانواده چقدر در موفقیت های شما سهیم اند؟
اصغر بشارتی: گفتیم که شب ها برای عکاسی می روم! من چون کارمند روابط عمومی سازمان منطقه آزاد قشم هستم معمولاً بایستی ۲۴ ساعته برای تهیه گزارش در دسترس باشم. اکثر مواقع تا ۸ و حتی ۱۰ شب سرکار هستم و بعد از آن هم وقتی خانه می روم، نمی خوابم ماشین یا موتور را بر می دارم و به بیابان می روم و در موضع مد نظرم عکس هایم را می گیرم و دوباره صبح به سرکار می روم. اگر خانواده با من همراه نمی شدند و مانند بقیه باید در کنار خانواده می ماندم، موفق نمی شدم. در سال ۱۳۸۹ که کار تعمیر موبایل را کنار

که عکاسی نمی کنم و برای دل خودم عکاسی می کنم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: از اینکه به عنوان یک بومی قشم، از طریق عکس و حضور در جشنواره های ملی و بین المللی باعث آشنایی بیشتر مردم کشور و دنیا با قشم و هرمزگان می شوید به نوبه خودم از شما تشکر می کنم، از افتخارات صحبت کنید.

اصغر بشارتی: خیلی به جواز و افتخارات توجه ندارم. تعداد زیادی از این دست رتبه ها و افتخارات نصیبم شد. فکر می کنم بیش از ۱۰۰ جایزه ملی و بین المللی در زمینه فیلم و عکس کسب کردم که ۳۵ جایزه برای فیلم ها بوده است. ۵ جایزه مقام اولی و دو تای آن بهترین تصویربرداری در سطح بین المللی است. در زمینه عکاسی ۱۰ طلا، دو نقره و سه برنز جهان را به دست آوردم و بیشتر از ۲۰ عنوان دیپلم افتخار بین المللی را کسب کردم و در ایران هم در زمینه عکاسی بیشتر از ۳۰ بار به مقام اول، دوم و سوم نائل شدم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: با این افتخارات، به نظر می رسد منزل تان شبیه یک موزه شده باشد، نه؟
اصغر بشارتی: تا سه سال پیش که دخترم کلاس پنجم بود، مدال هایم اسباب بازی دخترم بود. برای این که من دل به آن ها نیستم و همان طور که گفتیم من برای دلم عکاسی می کنم. و بعد از آن، برخی از آن ها را در دفتر کارم گذاشتم و بعضی از آن ها هم در کمد خانه نگه داشتم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: یعنی برای شما اهمیت نداشت؟
اصغر بشارتی: نه! اگر اهمیت داشت غروری سراغم می آمد و باعث می شد موفقیت های بعدی نصیبم نشود و کار از حالت دلی خارج شود و کارهای بعدی خوب شکل نگیرد.

روزنامه دریایی سراسرآمد: ما فکر می کردیم فقط در زمینه عکس فعالیت دارید، اما از موفقیت هایتان در حوزه فیلم گفتید. در این باره بگویید؟
اصغر بشارتی: در کنار عکاسی، فیلم های کوتاه ۶۰ ثانیه ای و ۱۰۰ ثانیه ای کار می کنم که تا الان حدود ۱۶ فیلم شده است که همه آنها هم جزء برگزیده هاست و جایزه



گرفتند. یک فیلم خانوادگی هم کار کردم که همسرم بازیگر فیلم بود و دخترهایم هم دستیار من بودند و عکس می گرفتند که جایزه بین المللی را برد. جایزه آن ۱۰ هزار یورو بود که به دستانم نرسید و در فرانسه ماند. همان فیلم هم به عنوان فیلم اول در جشنواره داکا بنگلادش شد. یک فیلم دیگری هم کار کردم که هم بازیگر آن و هم تصویربردار آن خودم هستم. چون شرایط خاصی بود کسی نبود که برایم بازی کند و مجبور شدم خودم بازی کنم و در آن زمان تصویربرداری هم نبود که کمکم کندو خودم مجبور شدم دو کار را انجام دهم و این فیلم هم بهترین فیلم داکا بنگلادش و هم بهترین تصویربرداری در ایتالیا را کسب کرد.

روزنامه دریایی سراسرآمد: شما در هر مسیری که وارد شدید، جایزه بردید که خیلی جالب است؟ آیا رقیب کم است یا اینکه به توانمندی های شما و نوع نگاه شما بر می گردد؟

اصغر بشارتی: لطف خدا شامل حالم شده و من یک وسیله ام که خداوند کمکم می کند.

روزنامه دریایی سراسرآمد: رابطه شما با مردم چطور است؟

اصغر بشارتی: اگر خودم تعریف کنم که درست نیست. باید از دوستان و مردم پرسید. اگر رابطه

گفت و گوی روزنامه دریایی سراسرآمد با اصغر بشارتی

عکاس و فیلمبردار زیر آب؛

ثبت نقاشی های خداوند زیر آب

از غسالی تا شب بیداری با دارنده ۱۰۰ مدال و جایزه ملی و بین المللی

ام با مردم خوب نبود، نمی توانستم بسا مردم زندگی بکنم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: جایگاه شما پیش مردم خاص است؟

اصغر بشارتی: بنا به اعتقادی که دارم هر زمان وقت کنم کسی فوت کند، کار غسالی (طهارت فوت شده ها) هم انجام می دهم! تا بدانم که جایگاهم کجاست و آخر کار به کجا می رسم. در قیر هم می روم تا نسبت به وضعیتم آگاه بمانم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: به نظر می رسد نوع نگاه شما، حالات عرفانی را وارد کار و زندگی شما کرده است. عجیب به نظر می رسد که بروید غسالخانه و مرده بشوید.

اصغر بشارتی: این کار ریشه خانوادگی دارد و در خانواده ما به صورت نسل به نسل در راه خدا این کار انجام شده است! پدرم، مادرم، پدربزرگم، پدرپدربزرگم و خواهرها و برادرهایم همه در راه خدا این کار را انجام می دهیم. من از ۱۶ سالگی این کار را انجام می دهم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: کار غسالی چه مقدار در رشد و پیشرفت کارت و نوع نگاهت در عکاسی اثر گذار باشد؟
اصغر بشارتی: این به صورت چرخه است که به دنبال هم قرار دارد. مرگ و قبرستان، باید انسانیت را در انسان زنده نگه بدارد. برخی حتی در نماز صف اول می ایستند، اما از انسانیت بویی نبرندند! و آدم های پولداردی که در ظاهر به بقیه کمک می کنند، اما در خانه خودش انسانیتی نیست. در حالی که سرانجام همه ما مرگ و قبرستان است که بقیه یا می گویند خدا بیمارزش و یا خدا لعنتش کند! بهتر است گفته شود که خدا بیمارزدمان!

روزنامه دریایی سراسرآمد: چه در عکاسی و چه در حوزه فیلم، از کدام کار رو بهتر دوست داشتی و نام می برید؟

اصغر بشارتی: عکس ها و فیلم هایم برای گذشته است و من باید به اثر بعدی ام فکر کنم. هر عکسی که گرفتم برای همان لحظه ثبت آن است و همان لحظه برایم شیرین است و بعد که نگاه می کنم شیرینی آن از بین می رود. باید دنبال فیلم و یا عکس بعدی باشم که برای شیرینی داشته باشد.

روزنامه دریایی سراسرآمد: یعنی اثری برایت خاص و خاطره انگیز باشد، وجود ندارد؟
اصغر بشارتی: نه!

روزنامه دریایی سراسرآمد: تا به حال در فستیوال های خارجی حاضر شدید؟

اصغر بشارتی: دعوت شدم، اما نرفتم! جشنواره های خارجی اسمم بزرگی دارند و ایرانی ها به دنبال اسم بزرگتر هستند، باید به توانایی های مالی هم نگاه شود.

روزنامه دریایی سراسرآمد: یعنی به دلیل شرایط مالی نتوانستید در جشنواره های خارجی حاضر شوید؟
اصغر بشارتی: خب من فقط یک کارمندم و حقوق کارمندی می گیرم و چندان عکس هم می گیرم و می فروشم و درآمد خاصی ندارم. وضع مالی مناسبی نداشتم و در برهه ای همسرم دستبند خودش را فروخته تا زندگی ما پیش برود.

اگر پولی هم ذخیره کردم، به دلیل نوع کارم باید وسایل کار را تهیه کنم. دوربین ها عمر مفید خاصی دارند. من تا الان مثلاً متفانه ۱۱ دوربین در زیر آب خراب کردم. الان هم یک دوربین را برای تعمیر آوردم که گفته شد دیگر نمی توان تعمیرش کرد. تجهیزات کار من مصرفی است و پس اندازها را مصرف می کند.

اما من از زندگی ام راضی هستم، درآمد مناسبی دارم و بدهکار کسی نیستم. هر سال از بانک وام می گیرم تا وسایل کارم را به روز کنم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: در صحبت های قبل از و حین مصاحبه دائم از خانواده ات حرف زدی.

اصغر بشارتی: اگر دعای پدر و مادر و حمایت همسر و بچه هایم همراهت نباشد، کارهایت پیش نمی رود. آن ها هم باید راضی باشند. اگر از من راضی باشند، خداوند بر من رحم و همراهی خواهد کرد تا بتوانم عکس های خوبی بگیرم.

روزنامه دریایی سراسرآمد: به کارما و کائنات هم اعتقاد دارید؟
اصغر بشارتی: فقط خدا!

روزنامه دریایی سراسرآمد: از اینکه وقت گذاشتید، از شما سیاستگذاریم.

اصغر بشارتی: من هم از شما ممنونم!