

پنج نشانه که پس از ۳۰ سالگی باید جدی بگیریم

بخش اجتماعی – پس از سن ۳۰ سالگی ممکن است علائمی در بدن ظاهر شود که توجه به آنها به منظور حفظ سلامت قلب ضرورت دارد. به گزارش ایسنا، قلب از اعضای مهم و حیاتی بدن است و درصورتیکه تنها برای چند ثانیه وظیفه خود را به درستی انجام ندهد ممکن است به کما یا حتی مرگ فرد منجر شود. به همین دلیل حفظ سلامت قلب از اهمیت بالایی برخوردار است.

به طور معمول، بیشترین موارد حمله قلبی در افراد بالای ۴۵ سال مشاهده می‌شود اما معمولا علائم آن پس از سن ۳۰ سالگی بروز می‌کند. در چنین شرایطی نباید این علائم خفیف در بدن را نادیده گرفت چرا که توجه به آنها می‌تواند از بروز بیماری‌های جدی همچون حمله قلبی جلوگیری کند.

سایت PLEDGETIMES به برخی از این علائم اشاره کرده که وجود آنها می‌تواند زنگ خطری برای ابتلا به بیماری قلبی باشد:
درد قفسه سینه: نشانه اصلی مشکل قلبی احساس درد در قفسه سینه است اما این علامت اغلب در مراحل پیشرفته‌تر بیماری مشاهده می‌شود. هرچند، امروزه جوانان در سن ۳۰ – ۲۵ سالگی هم قربانی حمله قلبی می‌شوند. هر ساله هزاران نفر از افراد زیر ۳۰ سال در دنیا به دلیل ابتلا به بیماری های قلبی عروقی جان خود را از دست می‌دهند. بنابراین نباید درد قفسه سینه را نادیده گرفت. درصورتیکه فرد در کنار درد قفسه سینه تعریق نیز داشته باشد لازم است سریعا به پزشک مراجعه کند.

نفس نفس زدن هنگام بالا رفتن از پله ها: در دوران جوانی سطح انرژی و قدرت بدنی به طور طبیعی بسیار زیاد است اما اگر پس از انجام کارهای سبک یا سنگین احساس خستگی و مشکل تنفسی داشته باشید این موضوع می‌تواند نشانه خطر باشد. به طور معمول، بالا رفتن از ۲۰ تا ۲۵ پله برای جوان ۳۰ تا ۴۰ ساله کار سختی نیست. هرچند افرادی که هنگام بالا رفتن از پله دچار احساس خستگی و تنگی نفس می‌شوند باید نسبت به سلامت قلب خود هوشیار باشند.
خروپف کردن: خروپف کردن در خواب می‌تواند دلایل زیادی داشته باشد اما این مشکل به طور معمول از سنین پایین شروع نمی‌شود. اگر فردی در سن ۳۵ – ۳۰ سالگی دچار این عارضه شود می‌تواند حاکی از وجود مشکل تنفسی باشد. همچنین ممکن است خر و پف کردن به مفهوم این باشد که قلب عملکرد مطلوب خود را ندارد.

احساس درد در فک: افراد این علامت را معمولا نادیده می‌گیرند زیرا اغلب درد فک را ناشی از دندان درد می‌دانند و سپس اقدام به مصرف داروی مسکنی برای رفع آن می‌کنند. ممکن است وجود مشکل دندانی علت درد فک باشد اما اگر فرد به طور مکرر با این عارضه مواجه می‌شود لازم است به پزشک مراجعه کند زیرا احساس درد در دندان یا فک می‌تواند نشانه وجود مشکل قلبی باشد.

احساس سوزن سوزن شدن در بخشی از بدن: کلسترول عامل اصلی مشکل قلبی است. افزایش سطح کلسترول، جریان خون در بدن را مختل کرده و احتمال حمله قلبی را بیشتر می‌کند. درصورتیکه سطح کلسترول بیش از حد افزایش پیدا کند احساس سوزن سوزن شدن در بدن نشانه ای از بالا رفتن کلسترول است. درصورتیکه چند روز به طور مداوم احساس سوزن سوزن شدن در بعضی قسمت‌های بدن داشته باشید این وضعیت می‌تواند نشانه‌ای از مشکل قلبی باشد.

{اجتماعی}

جزئیات قتل هولناک برادر در حمایت از پدر

بخش اجتماعی – مردی مدتی قبل به اورژانس خبر داد پرسرش زخمی شده است. دقایقی بعد از حضور مأموران در خانه مشخص شد جوان زخمی جانش را از دست داده است.

به گزارش خبرآنلاین وقتی تحقیقات در این زمینه آغاز شد و مأموران پلیس در جریان آنچه اتفاق افتاده بود قرار گرفتند، پدر مقتول گفت: پسرم با دوستانش اختلاف داشت. او در کار خرید و فروش مشروب بود و ممکن است این اختلافاتش عامل اصلی مرگش باشد. بررسی‌های مأموران در این خصوص ادامه یافت. آنها دوستان مقتول را که سامان نام داشت، مورد بازجویی قرار دادند اما به نتیجه‌ای نرسیدند. وقتی مأموران از همسایه‌ها درباره مرگ مقتول سؤال کردند، یکی از آنها گفت روز حادثه صدای ساسان برادر سامان را از خانه شنیده است و فکر می‌کند آنها با هم درگیر شده‌اند. این همسایه گفت: سامان جوانی شرور بود و خیلی خانواده‌اش را اذیت می‌کرد. ساسان تنها کسی بود که در برابر او می‌ایستاد. روزی که سامان کشته شد من صدای ساسان را از خانه‌اش شنیدم و فکر می‌کنم او در این قتل نقش دارد. پلیس در گام بعدی ساسان را مورد بازجویی قرار داد.

مرد جوان به قتل برادرش اعتراف کرد و گفت: سامان سال‌های زیادی بود که مشروب می‌فروخت. خانواده من خانواده‌ای آبرودار بودند به همین دلیل هم کارهای سامان خیلی باعث ناراحتی پدر و مادرم می‌شد. آنها نمی‌توانستند تصور کنند پرسرشان چنین کارهایی می‌کند. سامان چندین بار بازداشت و زندانی شد اما هر دفعه بعد از اینکه از زندان بیرون آمد دوباره کارهایش را

شروع کرد. متهم ادامه داد: برادرم هم مشروب می‌خورد و هم می‌فروخت. تا اینکه دو سال قبل او را حین جابه‌جایی مشروب دوباره دستگیر کردند. وقتی او را بردند پدر و مادرم در خانه نبودند. به همین خاطر همیشه نسبت به پدر و مادرم کینه داشت و فکر می‌کرد آنها او را به پلیس لو داده‌اند. برادرم در آن پرونده محاکمه و به زندان محکوم شد. تا اینکه با شروع کرونا، به زندانی‌ها مرخصی دادند و برادر من هم از زندان آزاد شد. از وقتی به خانه آمده بود با همه درگیری داشت مخصوصا با پدرم. او خیلی پدرم را اذیت می‌کرد. روز حادثه به خانه آمد و فحاشی کرد. او به پدرم فحش می‌داد و می‌گفت که تو من را لو دادی، بعد به سمت او حمله کرد و ضربات زیادی بر بدن نحیف پیبرمرد زد. من برادرم را گرفتم و او را کتک زدم و از خانه بیرونش کردم. درحالی‌که من داشتم او را از خانه بیرون می‌انداختم تیزی‌اش را درآورد و پدرم را تهدید کرد و گفت او را می‌کشد. آن‌قدر عصبانی و ناراحت شدم که دیگر نتوانستم خودم را کنترل کنم. تیزی را از او گرفتم و به سمت خودش پرت کردم. قصدم این نبود که برادرم را بکشم بلکه هدفم این بود که به او بفهمانم نمی‌تواند پدرش را این‌طور تهدید کند و بعد هم بکشد و کسی هست که جلوی او را بگیرد. این جوان در ادامه اعترافاتش گفت: بعد از اینکه ضربات چاقو را زدم و برادرم روی زمین افتاد، آن‌قدر ترسیدم که نفهمیدم باید چه کنم. به پدرم گفتم من را تحویل پلیس ندهد و او هم قبول کرد. قرار شد بگویم یک نفر برادرم را کشته و ما خبر نداریم و شاید ماجرا به اختلافاتش در فروش مشروب برمی‌گردد.

پنج ماه تلاش برای اجرای نقشه یک قتل

رسیدن به زن مورد علاقه با کشتن همسر او



حتی سعی کردیم با تصادف ساختگی او را بکشیم ولی بازهم نتیجه نداشت. تا اینکه روز حادثه موفق شدیم.

◆ منبزه چطور می‌خواست شوهرش را بکشد؟

در غذا قرص سمی ریخته بود. اما قرص‌ها کم بود و از طرفی شوهرش قوی جثه بود و به همین دلیل قرص‌ها آن‌طور که باید اثر نکرده بودند.

◆ روز حادثه چه شد؟

از شب قبل از قتل به پشت بام خانه‌شان آمدم و منتظر ماندم. حدود ساعت ۹ یا ۱۰ صبح روز بعد منبزه به سراغم آمد و گفت موقع مناسبی برای اجرای نقشه‌مان است. او وارد آپارتمان شد و در را باز گذاشت و من هم چند دقیقه بعد رفتم و با

کیان امروز

بعد از اعترافات متهم کیفرخواست علیه او صادر و پرونده برای محاکمه به دادگاه کیفری استان تهران ارسال شد.

در جلسه رسیدگی پدر و مادر مقتول اعلام کردند هیچ شکایتی ندارند و درخواست بخشش فرزندشان از سوی دادگاه را دارند. سپس متهم در جایگاه قرار گرفت. او با اعتراف دوباره به قتل گفت: من از کاری که کردم پشیمان هستم. در حمایت از پدرم این کار را کردم اما تندروی کردم. وقتی برادرم پدرم را کتک زد من هم عصبانی شدم و او را زدم. خون همه‌جا پاشید سعی کردم جاهایی را که خونی شده بود، پاک کنم و بعد هم به مأموران گفتیم نمی‌دانیم چه کسی سامان را کشته است؛ اما مأموران به آثار خون شک کردند و در تحقیق از همسایه‌ها متوجه شدند من با برادرم درگیر شدم. بعد از آن به قتل اعتراف کردم. این جوان ادامه داد: من از کرده خودم پشیمان هستم. درخواست بخشش دارم و از دادگاه می‌خواهم تا نسبت به من رأفت به خرج دهد؛ چون مادر و پدرم تنها هستند. من با آنها زندگی می‌کردم، مراقب‌شان بودم و کمک‌شان می‌کردم. قسم می‌خورم هیچ مشکلی با برادرم نداشتم و اگر سامان به پدرم حمله نمی‌کرد و او را نمی‌زد، هیچ‌وقت با برادرم درگیر نمی‌شدم. من خودم همیشه دنبال کارهایش بودم؛ وقتی خلاف می‌کرد و بازداشت می‌شد، سعی می‌کردم کمکش کنم، اما این آخری که با پدرم بدرفتاری کرد دیگر نتوانستم خودم را کنترل کنم. درخواست بخشش دارم و قول می‌دهم تا پایان عمرم نوکری پدر و مادرم را بکنم.

با پایان جلسه دادگاه هیئت قضات برای صدور رأی دادگاه وارد شور شدند.

دو ضربه چاقو به گردنش او را کشتم و از خانه بیرون آمدم.

◆ بعد از قتل کجا رفتی؟

به شهرستان محل زندگی‌ام. در این مدت هم آنجا بودم. چون فکر می‌کردم اسم و هویت من لو نرفته، برای همین با خیال راحت به زندگی‌ام ادامه دادم.

◆ حتی از دستگیری منبزه هم باخبر نشدی؟

نه، قرار بود که مدتی باهم در ارتباط نباشیم تا آب‌ها از آسیاب بیفتد و بعد از آن من به سراغش بروم و باهم ازدواج کنیم.

◆ چطور با منبزه آشنا شدی؟

چند سال قبل، منبزه و یکی از دوستانش به‌نام سهیلا را در شهرستان دیدم و عاشق منبزه شدم. شماره‌ام را به سهیلا دادم و از او خواستم که به منبزه بگوید به من زنگ بزند. کم کم رابطه‌مان بیشتر شد ولی درنهایت منبزه ازدواج کرد و من دیگر از او خبری نداشتم تا اینکه دو سال قبل خودش به سراغم آمد از زندگی‌اش و خیانت‌های همسرش برابم گفت. من هم که واقعا او را دوست داشتم، نمی‌توانستم سختی و زجر کشیدن او را ببینم برای همین به فکر چاره افتادم.

◆ زمان جنایت بچه منبزه کجا بود؟

بچه‌اش نوزاد است و داخل اتاق خواب بود.

◆ پشیمانی؟

خیلی. زمانی که می‌خواستم این کار را انجام دهم فکر نمی‌کردم که عذاب وجدانی به این سنگینی داشته باشد. حس اینکه کسی را کشته‌ای ولو اینکه دشمنت باشد انسان را از پا درمی‌آورد.

تاریخ انتشار ۱۳۹۹/۰۸/۲۲

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت دوم)

مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی مسکن مهر کارگری یک بندرانزلی به شماره ثبت ۲۵۷۳۳ و شناسه ملی ۱۵۸۶۲۵ ۱۰۷۲۰ ساعت ۱۶:۰۰ عصر روز سه شنبه مورخ ۱۳۹۹/۰۹/۱۱ درمحل بندرانزلی – خیابان پاسداران – خیابان شهید آوینی – خیابان فلسطین- ساختمان اداری مسکن مهر برگزار می گردد.از عموم اعضای محترم شرکت دعوت می گردد راس ساعت مقرر جهت رسیدگی به دستورات جلسه حضوربهم رسانند.

توجه:

هریک از اعضای شرکت می توانند استفاده از حق خود را برای حضور و دادن رای در مجمع عمومی به یک نفر به عنوان نماینده تام الاختیار از میان اعضاء یا خارج از اعضاء واگذار نماید. لکن هیچ کس نمی تواند علاوه بر رای خود بیش از ۳ رای با وکالت داشته باشد . غیر عضو تنها می تواند از یک عضو وکالت داشته باشد . بدین منظور متقاضیان اعطای نمایندگی باید از تاریخ ۱۳۹۹/۰۹/۰۸ لغایت ۱۳۹۹/۰۹/۰۹ از ساعت ۰۹ صبح الی ۱۲ ظهر به همراه نماینده خود و کارت شناسایی معتبر در محل شرکت تعاونی حاضر تا پس از احرارز هویت طرفین متقاضی و اهلیت نماینده ، برگه نمایندگی مربوطه توسط نماینده مذکور تایید و مجوز ورود به مجمع عمومی برای نماینده صادر گردد. داوطلبین عضویت در هیئت مدیره و بازرسی شرکت می توانند حداکثر ظرف مدت ۷ روز پس ازانتشارآگهی دعوت مجمع عمومی جهت تکمیل فرم داوطلبی عضویت در هیئت مدیره وبازرسی شرکت تعاونی به آدرس شرکت مراجعه و ثبت نام نمایند. داوطلبین عضویت در هیئت مدیره وبازرسی باید واجد شرایط زیر باشد:

۱- ایمان و تعهد عملی به اسلام

۲- دارا بودن اطلاعات یا تجربه لازم برای انجام وظایف متناسب با آن تعاونی

۳- عدم ممنوعیت قانونی وحجر

۴- عدم عضویت در گروههای محارب وعدم ارتکاب جرائم بر ضد امنیت و جعل اسناد

۵- عدم سابقه محکومیت ، ارتشاء ، اختلاس ، کلاهبرداری ، خیانت درامانت ، تدلیس ، تصرف غیر قانونی در اموال دولتی ، ورشکستگی به تقصیر

دستور جلسه

۱-گزارش کتبی هیات مدیره و بازرس شرکت تعاونی

۲- طرح و تصویب صورتهای مالی سال ۱۳۹۸ و بودجه پیشنهادی سال ۱۳۹۹.

۳- تصمیم گیری درخصوص اخراج عضو از شرکت تعاونی ، طبق ماده ۱۷ اساسنامه بدلیل عدم تعهدات مالی خود به شرکت تعاونی و رعایت نمودن مواد اساسنامه شرکت و جایگزینی افراد واجد شرایط جدید.

۴- طرح و تصویب پاداش هیئت مدیره و مدیرعامل و بازرس شرکت طبق بخشنامه ابلاغی وزارت تعاون

۵- انتخابات اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره و بازرسی

۶- تعیین خط مشی آینده شرکت تعاونی

هیئت مدیره شرکت تعاونی مسکن مهر کارگری یک بندرانزلی

هیئت مدیره شرکت تعاونی مسکن مهر آزاد شماره شش بندرانزلی