

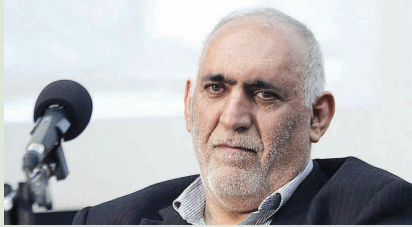
حضرت آیت الله خامنه‌ای در دیدار هزاران نفر از زنان و دختران:

اسلام بر رعایت کامل احترام زن تأکید دارد



تاکید شهردار شیراز بر تسریع مجوزها و رفع موانع در طرح توسعه بیمارستان خیرساز مادر و کودک غدیر

۴



جایزه جهانی پروفیسور ملک حسینی
افتخاری برای پزشکی ایران و مباحثات مردم فارس است

۲

نشست هم‌اندیشی

دانشگاه علوم پزشکی شیراز
و استانداری فارس با محور
«نظارت بر تعرفه‌های سلامت»

۴

در دیدار مدیرکل صداوسیما استان فارس
با نمایندگان تشکلات دانشجویی تأکید شد:

جریان‌سازی علمی، مطالبه‌گری
مستولانه و حضور پررنگ رسانه
در دانشگاه‌ها

۴

سردار ملکی فرمانده انتظامی فارس خبر داد

از کاهشی ۱۳ درصدی
وقوع سرقت‌ها تا افزایش
۲۰ درصدی کشفیات

۳

مدیران جدید شرکت برق
منطقه ای فارس و شیراز
منتوب شدند

۳

کرم‌لین: مذاکرات پوتین و ویتکاف مثبت بود

دهنه، ابراز امیدواری کرد که عقل سلیم در این مناقشه بالاخره پیروز شود. به گزارش ایرنا، مذاکرات استیو ویتکاف فرستاده ویژه رئیس‌جمهوری ایالات متحده و ولادیمیر پوتین رئیس‌جمهوری روسیه در کرم‌لین عصر سه‌شنبه برگزار شد. جرد کوشنر نماینده رئیس‌جمهور ایالات متحده و داماد ترامپ که از سوی کرم‌لین به عنوان کارآفرین و سرمایه‌گذار معرفی شد، ویتکاف را همراهی می‌کرد.

از طرف روسی نیز پوری اوشاکوف دستیار رئیس‌جمهور و کریل دیمیتریف نماینده ویژه رئیس‌جمهور روسیه در امور سرمایه‌گذاری و همکاری اقتصادی با کشورهای خارجی در این دیدار حضور داشتند.

ویتکاف و کوشنر پیش از این همراه با مارکو رابییو وزیر امور خارجه آمریکا در مذاکرات ۹ آذرماه ۱۴۰۴ هیأت‌های واشنگتن - کیف در میامی درباره طرح صلح ایالات متحده حضور داشتند؛ مذاکراتی که ولودیمیر زلنسکی رئیس‌جمهوری اوکراین آن را سازنده توصیف کرد.

برنامه سفر پوتین به هند

دهلیو نیز سفر می‌کند، گفت: رئیس‌جمهوری روسیه به هند، طرفین قصد دارند ۱۰ سندی و بیش از ۱۵ توافقنامه تجاری امضا کنند. وی ادامه داد: پوتین و مودی پس از مذاکرات خود بیانیه مشترکی صادر کرده و دیدارهایی سیاست‌گذاری‌ها انجام می‌شود. سال ۲۰۳۰ را تصویب خواهند کرد.

دستیار رئیس‌جمهوری روسیه گفت: دیدار غیررسمی پوتین و مودی یکی از نقاط کلیدی سفر به هند خواهد بود؛ در چنین دیدارهایی سیاست‌گذاری‌ها انجام می‌شود. وی پیش‌بینی کرد که سفر پوتین به هند مفید و موفقیت‌آمیز خواهد بود و به تقویت بیشتر همکاری بین دو کشور کمک خواهد کرد. به گفته وی، هفت وزیر از جمله بلوسوف وزیر دفاع روسیه پوتین را در سفر هند همراهی خواهند کرد.

کرد: تماس‌ها با آمریکا در راستای حل و فصل مناقشه اوکراین ادامه خواهد یافت. اوکراین از ادامه مذاکرات با روسیه خودداری کرد. وی در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به توقف مذاکرات مستقیم روسیه و اوکراین در استانبول گفت: در حال حاضر، روسیه تنها با هیچ کشور دیگری جز آمریکا در مورد اوکراین مذاکره نمی‌کند چرا که مقامات کیف از ادامه مذاکرات خودداری کردند.

وی با بیان اینکه اروپایی‌ها از هرگونه تماسی با روسیه در این زمینه خودداری می‌کنند، گفت: مسکو همان گونه که پوتین بارها اعلام کرده است، آماده چنین گفت‌وگویی است و هیچ نگرش منفی نسبت به امکان ادامه تماس‌ها با اروپا ندارد.



اوشاکوف با اشاره به سخنان اخیر ولادیمیر پوتین رئیس‌جمهوری روسیه خاطرنشان کرد که به رسمیت شناختن مرزهای جدید این کشور توسط جامعه بین‌المللی از به رسمیت شناختن آن توسط کشورهای مختلف مهم‌تر است؛ همه این مسائل دقیقاً موضوع مذاکره هستند.

موفقیت ارتش روسیه تأثیر مثبتی در مذاکرات داشت

این مقام کرم‌لین همچنین اظهار داشت: موفقیت‌های ارتش روسیه در اوکراین تأثیر مثبتی بر مذاکرات عصر سه‌شنبه روسیه و آمریکا در کرم‌لین داشت. وی افزود: موفقیت‌های ارتش روسیه و «بی‌کفایتی ولودیمیر زلنسکی (رئیس‌جمهوری اوکراین)» که در مورد چگونگی نبرد در مناطقی که مدت‌ها است «زاد شده‌اند» (به تصرف روسیه درآمده‌اند) صحبت می‌کند، می‌تواند نگرش اروپا نسبت به درگیری اوکراین را تغییر دهد. اوشاکوف با بیان اینکه امیدواریم اروپایی‌ها و اوکراینی‌ها نگرش و درک مناسب‌تری از آنچه اتفاق می‌افتد نشان

دستیار رئیس‌جمهوری روسیه در امور سیاست خارجی با اشاره به دیدار «استیو ویتکاف» فرستاده ویژه رئیس‌جمهوری آمریکا با «ولادیمیر پوتین»، این ملاقات را بسیار پرمحتوا، جامع و مثبت توصیف کرد و گفت: آمریکا مایل است در روند حل و فصل مناقشه اوکراین، نگرانی‌های مسکو را در نظر بگیرد.

به گزارش ایرنا از خبرگزاری تاس، یوری اوشاکوف چهارشنبه در جمع خبرنگاران افزود: «وضعیت، مثبت است؛ آمریکایی‌ها آماده هستند تا تمام تلاش خود را برای دستیابی به یک توافق بلندمدت انجام دهند که در واقع با اهداف مسکو همسو است».

وی از ارائه جزئیات بیشتر درباره دیدار ویتکاف با پوتین خودداری کرد و در عین

حال گفت: ایالات متحده مایل است برای دستیابی به یک توافق بلندمدت در اوکراین تلاش کند؛ واشنگتن همچنین مایل است نگرانی‌های مسکو را در این مسیر در نظر بگیرد. دستیار پوتین خاطرنشان کرد: در این دیدار، روسیه آشکارا نگرانی‌های خود را در مورد اسناد ارائه شده (موسوم به طرح صلح) آمریکا به واشنگتن ابراز کرد. وی ادامه داد: طرفین توافق کردند که جزئیات مذاکرات را فاش نکنند.

پوتین و هیأت آمریکایی تنها درباره اوکراین مذاکره کردند

اوشاکوف خاطرنشان کرد: پوتین در جریان مذاکرات با هیأت آمریکایی در کرم‌لین تنها در مورد موضوع اوکراین با آنها صحبت کرد. وی ادامه داد: پوتین و هیأت آمریکایی در مورد عضویت اوکراین در ناتو بحث کردند و آن را یکی از مسائل کلیدی در گفت‌وگو دانستند.

تماس‌ها با آمریکا ادامه می‌یابد

دستیار رئیس‌جمهوری روسیه تأکید

وال استریت ژورنال: آمریکا پیادهای نسخه‌برداری شده از طراحی ایرانی را مستقر کرد

پس از اینکه فرماندهی مرکزی آمریکا از استقرار یک واحد پیادهای انتحاری در خاورمیانه خبر داد، روزنامه وال استریت گزارش داد که پیادهای این واحد، نسخه‌برداری از طراحی ایرانی است. به گزارش ایرنا، فرماندهی مرکزی ایالات متحده (سنتکام) دیروز (چهارشنبه) از تشکیل یک گروه ویژه جدید برای اولین اسکاگردان پهبادی تهاجمی در خاورمیانه خبر داد. سنتکام چهار ماه پس از آنکه بیت هگست وزیر جنگ آمریکا، دستور تسریع در دستیابی و به‌کارگیری فناوری پهبادهای مقرون‌به‌صرفه را صادر کرد، گروه ویژه ضربه عقرب به اختصار TFSS را راه‌اندازی کرد. این گروه ویژه به گونه‌ای طراحی شده است که قابلیت‌های پهبادی کم‌هزینه و موثر را به سرعت فراهم می‌کند.

روزنامه وال استریت ژورنال در این مورد نوشت: پنتاگون در حال استقرار یک پهباد انتحاری جدید نسخه‌برداری شده از یک نسخه ایرانی پرکاربرد، در خاورمیانه است و آن را به یک سلاح ابتدایی اما موثر تبدیل می‌کند. این رسانه اشاره کرد که این اقدام تاکتیک ایران در بازایی پهبادهای سقوط کرده آمریکایی، مانند آرکیو-۱۷۰ سنسیتل (Sentinel ۱۷۰ RQ) و مهندسی معکوس آنها برای ساخت نسخه‌های خودشان را منعکس می‌کند. دونالد ترامپ رئیس‌جمهور آمریکا در اردیبهشت ماه امسال با ستودن پهبادهای «ارزان» و «مرگبار» ایرانی گفت که از یکی از شرکتهای آمریکایی خواسته که انبوهی از پهبادها را تولید کنند و اینکه ایرانی‌ها پهبادهای خوب ۲۵ تا ۴۰ هزار دلاری می‌سازند.

ترامپ در آن زمان عنوان کرد: آن شرکت ۲ هفته بعد خبر داد که پهبادی ساخته که ۴۱ میلیون دلار هزینه‌اش شده است، به آنها گفتم منظرم این نبود، منظرم پهبادی بود که نهایت ۲۵ هزار تا ۴۰ هزار دلار باشد. (این پهبادها) خیلی خوب، سریع، مرگبار و وحشتناک هستند.

در خواست گروه‌های فلسطینی برای فشار بر تل آویو برای بازگشایی گذرگاه رفح

گروه‌های فلسطینی از میانجی‌ها و کشورهای ضامن توافق آتش‌بس در غزه خواستند تا برای بازگشایی گذرگاه رفح در ۲۰ جهت، فشار لازم را بر اشغالگران صهیونیست وارد کنند. به گزارش ایسنا، گروه‌ها و نیروهای فلسطینی روز چهارشنبه با صدور بیانیه‌ای، بر ضرورت اجرای کامل تعهدات رژیم اشغالگر صهیونیستی در چارچوب توافق آتش‌بس تأکید کردند. آن‌ها همچنین از میانجی‌ها و کشورهای ضامن توافق خواستند تا برای بازگشایی گذرگاه رفح در هر ۲ جهت، فشار لازم را بر اشغالگران صهیونیست وارد کنند. در این بیانیه آمده است که اشغالگران باید به آنچه در توافق آتش‌بس از آن‌ها خواسته شده، عمل کنند. گروه‌های فلسطینی در همین راستا، اهمیت حیاتی بازگشایی گذرگاه رفح در هر ۲ جهت را گوشزد کرده و از طرف‌های میانجی و تضمین‌کننده خواستند تا طبق توافق شرم‌الشیخ و قطعنامه ۲۸۰۳ شورای امنیت سازمان ملل، بر رژیم صهیونیستی فشار بیاورند.

این اقدام با هدف جلوگیری از هرگونه دستکاری یا فرار اشغالگران از این تعهدات صورت می‌گیرد. گروه‌های فلسطینی به طور خاص، درباره تلاش‌های برخی منابع صهیونیستی برای محدود کردن بازگشایی گذرگاه به تنها یک جهت هشدار دادند و بر لزوم بازگشایی کامل آن تأکید ورزیدند تا امکان تردد آزادانه و ورود کمک‌های بشردوستانه فراهم شود.

عارف در پانزدهمین نشست هیأت امنای مشترک پارک فناوری پردیس و پارک فناوری سلامت پردیس؛

برای ماندگاری جوانان نخبه و برجسته علمی کشور کارگروهی در دولت تشکیل شده است

را از مهم‌ترین اهداف و اولویت‌های منطقه بین‌المللی نوآوری ایران برشمرد و تصریح کرد: مردم هنوز پیشرفت‌های علمی و فناوری را در کشور حس نکردند و باید به سمتی برویم که مردم بهره این دستاوردها را در زندگی و سفره خود ببینند، وی با تأکید بر بین‌المللی شدن فعالیت‌های پارک علم و فناوری پردیس، اضافه کرد: باید اقدامات و طرح‌ها با پارک‌های مشترک در سایر کشورها در دستور کار قرار گیرد به این دلیل که جمهوری اسلامی ایران در دو اتحادیه و

کم و منابع محدود باشد چرا که بر این باوریم جمهوری اسلامی ایران باید در منطقه جایگاه اول و تأثیرگذار در دنیا در حوزه فناوری‌ها داشته باشد که در این راستا باید با جش علمی هدفدار، رو به جلو حرکت کنیم. عارف‌خاترنشان کرد: جنگ ۱۲ روزه ضرورت اقدامات و برنامه‌ریزی هدفدار علمی را به کشور لقا کرد البته راهی جز نگاه دقیق راهبردی و هدفدار در حوزه علم و فناوری نداریم. وی از مدیران منطقه بین‌المللی

معاون اول رئیس‌جمهور بالا بردن نفوذ علمی در منطقه در کنار تجاری‌سازی اقدامات و طرح‌های علمی و فناوری را از مهم‌ترین اهداف و اولویت‌های منطقه دانسته باشد که در این راستا باید با جش علمی هدفدار، رو به جلو حرکت کنیم. عارف‌خاترنشان کرد: جنگ ۱۲ روزه ضرورت اقدامات و برنامه‌ریزی هدفدار علمی را به کشور لقا کرد البته راهی جز نگاه دقیق راهبردی و هدفدار در حوزه علم و فناوری نداریم. وی از مدیران منطقه بین‌المللی

و به گزارش ایرنا از ریاست جمهوری، محمدرضا عارف در پانزدهمین نشست هیأت امنای مشترک پارک فناوری پردیس و پارک فناوری سلامت پردیس که در منطقه بین‌المللی نوآوری ایران برگزار شد، با بیان اینکه در هر زمانی که در پارک فناوری پردیس حضور می‌یابم، نشاط جوانان عالم، برجسته، با انگیزه و پر نشاطی را مشاهده می‌کنم که نگاه به داخل کشور و ساختن ایران دارند، بیان کرد: تصمیم به ایجاد پارک علم و فناوری پردیس اقدامی درست بود که با هدف ایجاد یک پارک الگو و نمونه در همه ۸۰ اتحاد شد اما امروز

و مهمتر از این هدف، اقدامات راهبردی است که در این پارک‌های علم و فناوری صورت می‌گیرد که بسیاری بخش‌ها قادر به انجام آن نیستند. وی با اشاره به اقدامات ارزنده و درخشان پارک علم و فناوری پردیس که با همان انگیزه دهه ۸۰ امروز نیز به کار خود ادامه می‌دهد، تأکید کرد: به برکت نگاه نظام و به ویژه مقام معظم رهبری اولویت‌های توسعه علم و فناوری در کشور رشد چشمگیری داشته است و دستاوردهای علمی و فناوری امروز مرهون و مدیون نگاه رهبر معظم انقلاب اسلامی است، اگر حمایت‌ها و پشتیبانی‌های مقام معظم رهبری از توسعه علم و فناوری در کشور نبود، نمی‌توانستیم در فناوری‌های پیشرفته و نوظهور در جهان ادعایی کنیم.

معاون اول رئیس‌جمهور با تأکید بر اینکه امروز در آستانه یک جهش در علم و فناوری هستیم، تصریح کرد: باید رفتار، حرکت و برنامه‌ریزی در بخش علم و فناوری هدفدار و با توجه به فرصت‌های



پیمان مهم منطقه‌ای اوراسیا و شانگهای عضو است که می‌تواند بهترین شرایط را برای کشور ایجاد کند.

معاون اول رئیس‌جمهور با اشاره به اجلاس اخیر نخست‌وزیران کشورهای عضو پیمان همکاری شانگهای گفت: در این اجلاس بر اولویت هوش مصنوعی تأکید شد که باید از این فرصت استفاده کنیم و پارک علم و فناوری پردیس برای افزایش تعامل و همکاری‌ها با پیمان شانگهای و اتحادیه اوراسیا به دولت برنامه بدهد و در قالب همکاری‌های دوجانبه و منطقه‌ای به جلو برویم. عارف بر اهمیت ایجاد محیط مطلوب نخبگانی تأکید کرد و افزود: برای توسعه پارک‌های علم و فناوری در استان تهران و البرز استثناً قائل هستیم و همچنین دولت برای ایجاد محیط مطلوب نخبگانی و حل مساله مسکن اساتید به ویژه اساتید جوان برنامه‌ریزی و طرح‌های خوبی آغاز کرده است که به زودی به دانشگاه‌ها اعلام می‌کنیم.

نوآوری ایران خواست تا در مسیر فناوری‌های هدفدار به ویژه فناوری‌های پیشرفته همانند هوش مصنوعی، کوانتوم و سایبری برنامه‌ریزی کنند تا هرچه سریعتر به افق‌های چشم‌انداز ۲۰ ساله که میثاق ملی است، برسیم. معاون اول رئیس‌جمهور همچنین به برنامه‌ریزی سه ساله دولت در زمینه توسعه علم و فناوری اشاره و تصریح کرد: معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دانش بنیان رئیس‌جمهور اقدامات بسیار خوبی در این زمینه انجام داده است و در این برنامه سه ساله باید با محوریت توسعه علم و فناوری با همکاری کشورهای به نام و آماده همکاری با جمهوری اسلامی ایران گام برداریم. لذا باید تمرکز فعالیت‌های پارک علم و فناوری بر روی اولویت‌های ملی راهبردی در کشور باشد و سهم خودتان را برای رسیدن به این اهداف در سه سال آینده مشخص کنید. عارف، بالا بردن نفوذ علمی در منطقه در کنار تجاری‌سازی اقدامات و طرح‌ها



سرمقاله

• اسماعیل عسلی

آری باید بدانند

به موازات افزایش جمعیت و گسترش حاشیه نشینی ، زباله ی بیشتری تولید می شود و محیط زندگی هر چه پیچیده تر باشد ، مدیریت پسماندها نیز دشوار تر خواهد بود . زندگی در شهر مانند زندگی در روستا نیست که شرایط حاکم امکان جداسازی پسماندها را فراهم آورده باشد زیرا در روستا غیر از غباری که بر سر و رویمان می نشیند و آن را می تکانیم و دوباره به زادگاهش یعنی زمین و طبیعت بازمی گردانیم ، هر چیز دیگر قابلیت تبدیل و مصرف شدن دارد ، از دورریز میوه جات گرفته تا خرده نان خشک و پسماند غذا و حتی استخوان همه توسط حیوانات خانگی مصرف می شود. اما چنین چیزی در شهرها با سرعت انجام نمی شود و اگر طرح جمع آوری و جداسازی پسماند از مبدا اجرایی نشود ، روزانه صدها بلکه هزاران تن زباله و پسماند خشک و تر بر سر شهر آوار می شود که ناگزیر هستیم یا آنها را دفن کنیم و یا بسوزانیم که در هر دو صورت به هدرروی سرمایه می انجامد .

جداسازی پسماندها اگرچه نیازمند همکاری مردم با متولیان جمع آوری آنهاست ولی موجب بازگشت انواع زباله به چرخه بازتولید و مصرف می شود . در برخی از کشورها با سوزاندن زباله آن را به انرژی و برق تبدیل می کنند . کمپوست سازی یک روش طبیعی برای مدیریت زباله های آلی است که از حجم زباله می کاهد و به غنی تر شدن خاک یاری می رساند به موازات پیشرفت تکنولوژی ، جمع آوری زباله های الکترونیکی نیز توجه دغدغه مندان را به خود جلب کرده و عده ای با ساز و کاری مناسب پس از تفکیک زباله های الکتریکی فلزات ارزشمند را از آنها جدا می کنند و آنچه می ماند را به چرخه دوب و تولید مواد جدید بازمیگردانند . چند سالی است که در جامعه ی ما زباله گزرها به رقیب جدی متولیان جمع آوری انواع پسماندها تبدیل شده اند به طوری که قبل از رسیدن خودروهای ویژه جمع آوری زباله ، با آش و لاش کردن کیسه های آشغال و جداسازی پلاستیک ها و اشیاء فلزی آنچه می ماند را به همان حالت رها کرده و می روند و کاری اضافی روی دست اهالی کوچه و خیابان و متولیان جمع آوری زباله می گذارند .

از زمانی که پاکت های کاغذی جای خود را به کیسه های پلاستیکی داد و استفاده از ظروف پلاستیکی به جای شیشه در کارخاتجات تولید نوشابه رواج یافت ، روزانه شاهد تولید چندین تن زباله پلاستیکی و آلومینیومی هستیم که مدیریت آنها نیازمند برنامه ریزی های دقیق است . آنچه مسلم است بر اساس شیوه های تجربه شده ، سود حاصل از فرآوری پسماند به اندازه ای است که پاسخگوی هزینه های آن خواهد بود همچنان که راه اندازی سیستم فاضلاب شهری در دراز مدت سودآور است زیرا کود حاصل از آن در کشاورزی کاربرد دارد و آب تصفیه شده نیز قابل بازگشت به طبیعت است . متأسفانه هنوز شاهد استقرار ایستگاه های جمع آوری زباله های تفکیک شده در قاطع خیابان ها نیستیم تا مردم را به تفکیک از مبدا ترغیب کند که اگر چنین می بود مردم چوب و شیشه و پلاستیک و فلز را از مبدا (خانه یا محل کار) جداسازی کرده و در نزدیک ترین ایستگاه تحویل می دادند تا زحمت جداسازی آنها هزینه کمتری داشته باشد .

نکته ای که معمولا از نگاه مسئولین دور می ماند و نسبت به آثار روانی آن بی توجه هستند ارائه ی گزارش پیرامون سرنوشت زباله ها و پسماندهاست . با توجه به این که صنعت فرآوری پسماندها سودآور است اگر شهرداری ها گزارشی سالانه پیرامون نتایج همکاری مردم با خود در زمینه جداسازی پسماندها از مبدا را رسانه ای می کردند و مثلا می گفتند چند تن کود تولید شده و یا چه میزان برق از سوخت زباله به دست آمده و چند تن فلز و شیشه و پلاستیک در چرخه بازتولید قرار گرفته و سود حاصل از آن صرف چه اموری شده ، تاثیر فراوانی از خود بر جای می گذاشت .

مثلا بوستانی را نشان بدهند که در آن وسایل بازی کودکان را با استفاده از پلاستیک های دورریز ساخته اند یا مواردی از این قبیل . زباله و آشغال و پسماند که جای خود دارد ، مردم باید در مورد تمامی آنچه به دولت تحویل می دهند به دنبال حسابرسی باشند . یکی از دلایل عدم رغبت مردم به پرداخت مالیات ، بی اطلاعی آنها از نحوه ی هزینه کرد آن است هرچند اخیرا مقرر گردیده که مودیان مالیاتی می توانند موضوع هزینه کرد مالیات خود را تعیین نمایند که این امر حتی اگر جنبه نمایشی هم داشته باشد ، اثربخش است . ایران متعلق به ایرانیان با هر قومیت ومذهب و زبان و لباس و فرهنگ است و نه هیچ کس دیگر . بنابراین ، هر چه هست مردم باید بدانند یا دارایی آنها سرزمینشان چه رفتاری می شود . آری باید بدانند !

رهبرمعظم انقلاب اسلامی تاکید کردند:

«حفظ امنیت، حرمت و کرامت» از حقوق اصلی زنان است و بر خلاف سرمایه‌داری غرب که کرامت زن را لگدمال می‌کند، اسلام بر رعایت کامل احترام زن تأکید دارد.

به گزارش ایسنا، حضرت آیت‌الله خامنه‌ای رهبر معظم انقلاب اسلامی صبح دیروز در دیدار هزاران نفر از زنان و دختران مناطق مختلف کشور، حضرت فاطمه زهرا(س) را در همه عرصه‌ها یک انسان عرشی آراسته به والاترین خصوصیات خواندند و با تبیین نگاه اسلام به شأن و حقوق زنان در عرصه خانه و اجتماع، بایدها و نبایدهای رفتار مردان با همسران و زنان را در زمینه‌های مختلف تشریح کردند. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با اشاره به فضائل بی‌حد و حصر بانوی دو عالم در «عبادت و خشوع، ایشار و گذشت برای مردم، تاب‌آوری در سختی‌ها و مصائب، دفاع شجاعانه از حق مظلوم، روشنگری و تبیین حقایق، فهم و عمل سیاسی، «خانه‌داری، همسرداری و فرزندپروی»، حضور در حوادث مهم تاریخ صدر اسلام» و دیگر عرصه‌ها، گفتند: زن ایرانی الحمدلله از چنین خورشیدی که به فرموده پیامبر(ص)، سرور همه زنان عالم در همه دوران تاریخ است، الگو و درس می‌گیرد و در جهت اهداف او حرکت می‌کند.

ایشان شأن زنان در اسلام را بسیار بالا و بالا خواندند و افزودند: تعاییر قرآن درباره هویت و شخصیت زن، عالی‌ترین و مترقی‌ترین تعاییر است.

رهبر انقلاب با اشاره به آیات قرآن کریم درباره «نقش برابر زن و مرد در حیات و تاریخ بشر و امکان برابر رشد زن و مرد در رسیدن به کمالات معنوی و عالی‌ترین مقامات»، گفتند: همه این نکات با بدفهمی‌های کسانی که دین دارند اما دین را نشناخته‌اند و کسانی که از اساس دین را قبول ندارند، در تضاد است.

ایشان با تبیین منطق قرآن در زمینه حقوق زنان در جامعه تأکید کردند: در اسلام در فعالیت‌های اجتماعی، کسب و کار، فعالیت سیاسی، دستیابی به بیشتر مناصب حکومتی و در عرصه‌های دیگر، زن با مرد حقوق برابری دارد و در سلوک معنوی و تلاش و حرکت فردی و

عمومی، زمینه‌های پیشرفت او باز است. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با اشاره به اینکه فرهنگ منحنط غربی و سرمایه‌داری از نگاه اسلام کاملاً مردود است، افزودند: در اسلام برای حفظ شأن زنان و مهار خواش‌های بسیار قوی و خطرناک جنسی، محدودیت‌ها و احکامی در «ارتباط زن با مرد، پوشش زن و مرد، حجاب زن و تشویق به ازدواج» وجود دارد که کاملاً منطبق با طبیعت زن و صلحت و نیازهای حقیقی جامعه است؛



در حالیکه مهار کشش‌های بی‌پایان و مخرب جنسی در فرهنگ غربی، مطلقاً مورد توجه نیست.

رهبر انقلاب، زن و مرد را در اسلام دو عنصر متعادل با مشترکات فراوان و برخی تفاوت‌های ناشی از جسم و طبیعت دانستند و گفتند: این «دو عنصر مکمل» در اداره جامعه بشری، ادامه نسل بشر، پیشرفت تمدن، تأمین نیازهای جامعه و اداره زندگی نقش‌آفرین هستند. ایشان در روند این نقش‌آفرینی حیاتی، تشکیل خانواده را از مهمترین کارها برشمردند و افزودند: برخلاف فراموشی نهاد خانواده در فرهنگ غلط غربی، در اسلام برای «زن، مرد و فرزندان» به عنوان عناصر شکل‌دهنده خانواده، حقوق متقابل و مشخصی دیده شده است.

رهبر انقلاب در بخش دیگری از سخنانشان که به حقوق زن اختصاص داشت، «عدالت در رفتار اجتماعی و خانوادگی» را اولین حق زنان برشمردند و با تأکید بر وظیفه دولت و احاد جامعه در تأمین این حق، گفتند: «حفظ امنیت، حرمت و کرامت» نیز از حقوق اصلی

ایران و جهان

پنج شنبه ۱۳ آذر ۱۴۰۴ ۱۳ جمادی‌الثانی ۱۴۴۷ Dec 04, 2025 سال سی ام شماره ۸۴۸۹

حضرت آیت الله خامنه‌ای در دیدار هزاران نفر از زنان و دختران:

اسلام بر رعایت کامل احترام زن تأکید دارد

خانه است، گفتند: باید از زنان که با وجود درآمدهای ناکافی و ثابت همسران و گرانی اجناس، هنرمندانه خانه را اداره می‌کنند قدردانی کرد.

ایشان در بیان تقابل نگاه سرمایه‌داری و اسلام به زن، گفتند: زن در اسلام، استقلال، توانایی، هویت و امکان پیشرفت دارد اما نگاه سرمایه‌داری، تبعیت و هضم شدن هویتی زن در مرد و عدم رعایت شرافت و حرمت زن است و زن را وسیله مادی و ابزار هوسرانی و خوشگذرانی می‌داند که باندهای خلافکار که اخیراً در آمریکا سر و صدای زیادی به پا کرده‌اند نتیجه این نوع نگاه است.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، «تخریب بنای خانواده» و ایجاد آسیب‌هایی همچون کودکان پرترنشاس، کاهش نسبت‌های خانوادگی، باندهای شکار دختران جوان و ترویج روزافزون بی‌بنودباری جنسی به نام آزادی را از گناهان بزرگ فرهنگ سرمایه‌داری در یکی دو قرن اخیر برشمردند و گفتند: سرمایه‌داری غرب با فریبکاری، اسم این حجم عظیم از کارهای خلاف را «آزادی» می‌گذارد و برای رواج آن حتی در کشور ما نیز از

این عنوان استفاده می‌کنند در حالی‌که این آزادی نیست بلکه اسارت است. ایشان با اشاره به اصرار غرب برای صادرات فرهنگ غلط خود به دنیا، افزودند: آنها مدعی هستند که محدودیت‌های معین برای زن از جمله حجاب، مانع پیشرفت او خواهد شد اما جمهوری اسلامی این منطق غلط را باطل کرد و نشان داد که زن مسلمان و مقید به پوشش اسلامی می‌تواند در همه عرصه‌ها، بیشتر از دیگران حرکت و نقش‌آفرینی کند.

رهبر انقلاب، پیشرفت‌های علمی، ورزشی، فکری، پژوهشی، سیاسی، اجتماعی، سلامت و بهداشت، امید به زندگی و پشتیبانی‌های جهادی و همراهی‌های زمینه‌ساز همسران شهدای پر افتخار را دستاوردهای بی‌سابقه زنان در طول تاریخ ایران خواندند و گفتند: ایران در تاریخ خود هیچ‌گاه از حتی یک‌صدم اینهمه زنان دانشمند، متفکر و صاحب فکر و نظر، برخوردار نبوده و جمهوری اسلامی بود که باعث ارتقاء و پیشروی زنان در همه عرصه‌های مهم شد.

فریاد نماینده زن مجلس در اعتراض به قانون مهریه

کجای کار نشستیم که اصلا حواسمان نه به شرع، نه به قانون اساسی و حفظ خانواده در قانون اساسی و سیاست‌های کلی مقام معظم رهبری و فتوای مرجع عالی مقام معظم رهبری نیست؟

وی با طرح این موضوع که آیا مهریه عدلاستطاعه را حق داریم قانونی کنیم یا خیر؟، گفت: عدلاستطاعه که طبق نظر غالب فقها اصلا پذیرفته شده نیست. آقای نقضی اگر پسری و اگر مردی امکان ازدواج برایش پیش می‌آید آیا شما این عقلایتان را برایش قائل نیستید که نمی‌داند چه چیزی را امضا می‌کند؟ به چه حقی شما برایش آن را عدلاستطاعه می‌کنید؟ این نماینده مجلس خاطرنشان کرد: اگر که بنا دارید نهاد خانواده را له کنید هم چهارده سکه بزارید هم عدلاستطاعه. آقای قالیباف، لطفا به حرف من گوش بدهید. ما امروز روی صحنتمان با جنابالی و در مرحله ی دوم با شورای نگهبان است. واقعیت این است که متأسفانه به این مجلس با این طرح دیگر آمیدی نداریم. خواهش می‌کنم شما با یک نگاه عقلائی منطقی آن را برگردانید. خواهش می‌کنم اگر مدافع حفظ خانواده حقوق خانواده هستید این کار را انجام دهید.



در توافق بین دو نفر رسمیت می‌دهیم. برای چه باید بین توافقات دو نفر که کاملاً شرعی است و قوانین ما که منطبق با شرع ماست دخالت می‌کنیم که نه مبنای شرعی دارد و نه مبنای قانونی. رفعیی گفت: قانون مهریه ای که ما داریم تنظیم می‌کنیم باید از قوانین بالادستی و از سیاست های کلی خانواده ابلاغی مقام معظم رهبری تبعیت کند.

نخست‌وزیر لبنان:

آماده مذاکره فراتر از سطح نظامی با اسرائیل هستیم



به روند کلی صلح و حل‌وفصل پرونده‌های اصلی وابسته است». نخست‌وزیر لبنان همچنین اعلام کرد که بیروت پیام‌هایی از طرف رژیم صهیونیستی درباره

۲

پیگیری مسائل نیروهای نهضتی، خدماتی و پیش‌دستانی در اولویت کاری وزارت آموزش و پرورش

وزیر آموزش و پرورش بر ضرورت توجه ویژه به رفع مشکلات نیروهای اداری و آموزشی، بهبود تجهیزات سرمایشی و گرمایشی، کاهش تراکم کلاس‌ها و افزایش سهمیه پذیرش دانشگاه فرهنگیان تأکید کرد و گفت: پیگیری مسائل نیروهای نهضتی، پیش‌دستانی و نیروهای خدماتی از اولویت‌های اصلی وزارتخانه است و اقدامات لازم در این زمینه در حال انجام است.

به گزارش ایسنا، علیرضا کافلی وزیر آموزش و پرورش امروز، چهارشنبه ۱۲ آذر ماه در جلسه شورای آموزش و پرورش شهرستان تربت‌جام با اشاره به اهمیت آموزش و پرورش به‌عنوان رکن اساسی توسعه کشور، اظهار کرد: آینده کشور در دستان دانش‌آموزان است بنابراین نظام تعلیم و تربیت باید نخستین اولویت تمامی مسئولان و دستگاه‌های اجرایی باشد.

کافلی آموزش و پرورش را نهادی فراملی و مولد سرمایه انسانی کشور دانست و تصریح کرد: توسعه پایدار و اقتدار علمی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی ایران مستقیماً با کیفیت و توجه به این نهاد مرتبط است و همه دستگاه‌ها باید با رویکرد حمایتی و هدایتگرانه از آموزش و پرورش حمایت کنند. وزیر آموزش و پرورش در تشریح اقدامات دولت در حوزه توسعه عدالت آموزشی، از اجرای بیش از ۸ هزار پروژه آموزشی در سراسر کشور خبر داد و افزود: از این تعداد، ۲ هزار و ۴۰۰ پروژه تا اول مهرماه افتتاح شده و در استان خراسان رضوی نزدیک به ۳۰۰ پروژه به بهره‌برداری رسیده است.

وی همچنین از ۷۲۵ پروژه دیگر در دست اجرا خبر داد که با بهره‌گیری از فناوری‌های روز و استانداردسازی تجهیزات، به‌زودی به بهره‌برداری خواهند رسید.

وزیر آموزش و پرورش بر ضرورت توجه ویژه به رفع مشکلات نیروهای اداری و آموزشی، بهبود تجهیزات سرمایشی و گرمایشی، کاهش تراکم کلاس‌ها و افزایش سهمیه پذیرش دانشگاه فرهنگیان تأکید کرد و گفت: پیگیری مسائل نیروهای نهضتی، پیش‌دستانی و نیروهای خدماتی از اولویت‌های اصلی وزارتخانه است و اقدامات لازم در این زمینه در حال انجام است.

کافلی در ادامه به تخصیص منابع مالی ویژه برای تکمیل پروژه‌های نیمه‌تمام و توسعه زیرساخت‌های ورزشی شهرستان تربت‌جام و مناطق همجوار اشاره کرد. بر اساس اعلام وی، بیش از ۱۵۰ میلیارد تومان برای این اهداف اختصاص یافته است که شامل ۳۰ میلیارد تومان برای طرح نهفت ملی مسکن تربت جام، ۱۵ میلیارد تومان برای بهبود سامانه‌های گرمایشی و سرمایشی و ۲۰ میلیارد تومان برای تجهیز اماکن ورزشی است. همچنین تکمیل استخر تربت جام مورد تأکید است.

وی با اشاره به اهمیت نهضت توسعه عدالت آموزشی در مناطق محروم، تأکید کرد: ارتقای کیفیت آموزش، تجهیز مدارس و توسعه امکانات آموزشی در شهرستان تربت‌جام و سایر مناطق استان خراسان رضوی، در راستای تحقق عدالت آموزشی در دستور کار وزارتخانه قرار دارد.

وزیر آموزش و پرورش افزود: آموزش و پرورش تنها نهادی است که می‌تواند نقش تربیتی و آموزشی خود را به شکل کامل ایفا کند و مدارس، نخستین محیط تربیتی دانش‌آموزان هستند. توجه ویژه به آموزش و پرورش، تضمین‌کننده توسعه متوازن و پایدار کشور است و اقتدار نظام جمهوری اسلامی ایران در حوزه‌های مختلف علمی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی، از جمله دستاوردهای این سرمایه‌گذاری است.

وی در بخش دیگری از سخنان خود تصریح کرد: در سخت‌ترین شرایط کشور نیز، توسعه پروژه‌های آموزشی با شتاب دنبال می‌شود و بهره‌گیری از فناوری‌های نوین و استانداردسازی تجهیزات آموزشی، کیفیت یادگیری و شرایط آموزشی دانش‌آموزان را بهبود می‌بخشد. به گزارش مرکز اطلاع‌رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش، وزیر آموزش و پرورش با اشاره به ضرورت تقویت زیرساخت‌های آموزشی، تربیتی و ورزشی در شهرستان تربت‌جام و مناطق اطراف، گفت: رفع کمبودها، افزایش ظرفیت مدارس و تجهیز امکانات ورزشی و رفاهی، از اولویت برنامه‌های وزارتخانه قرار دارد و تمامی اقدامات با هدف ایجاد محیط آموزشی استاندارد و توسعه عدالت آموزشی در کشور انجام خواهد شد.

سقوط مرکز لجستیک اوکراین در جبهه شرق؛ چگونه ورق در یوکروفسک برگشت؟

شهر مهم یوکروفسک واقع در شرق اوکراین زمانی یک شهر پر رونق و در اوایل جنگ نیز به دلیل فاصله ۴۸ کیلومتری تا خط مقدم نبرد دارای موقعیتی استراتژیک و یک پناهگاه امن در شرق بود. اما همه اینها به قبل از تابستان ۲۰۲۴ زمانی که این کانون صنعتی به دنبال پیشروی سریع روس‌ها تحت محاصره قرار گرفت برمی‌گردد.به گزارش ایسنا، به نوشته روزنامه انگلیسی، درگیری ۱۸ ماهه شدید روسیه و اوکراین بر سر شهر یوکروفسک که این شهر مهم و استراتژیک را به ویرانه‌ای تبدیل کرده، حالا به مراحل پایانی نزدیک شده است.

روز سه‌شنبه کاخ کرملین اعلام کرد شهر راهبردی «یوکروفسک» در منطقه دونباس در شرق اوکراین توسط ارتش روسیه تصرف شده و «والری گراسیموف» عالی‌ترین فرمانده نظامی روسیه در ویدنویس در روز ۱۰ آذر این موضوع را به «ولادیمیر پوتین»، رئیس‌جمهور این کشور گزارش کرده است. با این حال مقام‌های اوکراینی این موضوع را رد کردند.

ارتش اوکراین روز سه‌شنبه ادعا کرد نیروهای اوکراینی همچنان بخش شمالی شهر را در اختیار دارند و در جنوب شهر که نیروهای روس در آنجا غالب هستند، حملات متقابل انجام می‌دهند.

روزنامه گاردین در گزارشی درباره وضعیت شهر یوکروفسک تصریح می‌کند: «نبرد بر سر شهر یوکروفسک در طول ۱۸ ماه گذشته، نمونه‌ای از وضعیت کلی موجود در جنگ اوکراین بوده است: نبردی فرسایشی که در آن پیشروی‌های تدریجی روسیه با هزینه‌های انسانی زیادی روبرو خورده است. اگرچه این نبرد نشان‌دهنده این بوده که روسیه در تلاش برای تصرف مناطق شهری در اوکراین کار راحتی ندارد اما از سوی دیگر این نبرد اوکراین را نیز شدیداً تحلیل برده و پیامدهای آن در جاهای دیگر در حال ظهور است.»

دیدار مشاور وزیر امور خارجه با استاندار فارس



محمدتقی صابری، مشاور وزیر و نماینده ویژه وزارت خارجه در رسیدگی به امور نمایندگی های داخلی در سفر به شیراز با حسینعلی امیری، استاندار فارس دیدار و گفت و گو کرد. به گزارش اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل استانداری فارس، محمدتقی صابری، مشاور وزیر امور خارجه کشورمان، در سفر به شیراز و دیدار با استاندار فارس از تلاش های مدیریت استان در برگزاری رویدادهای بین المللی قدردانی کرد. وی برگزاری نخستین اجلاس دیپلماسی منطقه ای در فارس را اقدامی مهم در جهت تقویت همکاری های منطقه ای و بین المللی دانست. صابری همچنین برگزاری موفق جشنواره جهانی فیلم فجر در شیراز را در چارچوب توسعه دیپلماسی فرهنگی و بین المللی مهم و اثرگذار ارزیابی کرد.

قادری نماینده شیراز تشریح کرد:

آخرین وضعیت پروژه انتقال آب خلیج فارس به فارس

چرا آب از مسیر بوشهر منتقل نشد



نماینده مردم شیراز و زرقان در مجلس شورای اسلامی و نائب رئیس کمیسیون اقتصادی مجلس با اشاره به پیشرفت بیش از ۳۰ درصدی خط انتقال آب از خلیج فارس به استان فارس، از متمرکز شدن عملیات اجرایی در بازه اوز تا بیرم و تأمین بخشی از منابع مالی پروژه از صندوق توسعه ملی خبر داد. جعفر قادری در گفت و گو با ایسا، درباره خط انتقال آب از خلیج فارس به استان فارس نیز گفت: اکنون سرمایه گذار پروژه، راناندازی آب شیرین کن خود را دنبال می کند. به طور کلی پروژه خط انتقال آب از خلیج فارس به استان فارس بیش از ۳۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد. سرمایه گذار پروژه برای تکمیل پروژه آب شیرین کن، ۵۰۰ الی ۶۰۰ میلیون دلار از صندوق توسعه ملی تقاضا کرده و موفقیت شده است. وی اضافه کرد: خط انتقال قبلاً در ۳۰ نقطه شروع شده بود اما اکنون متمرکز شده بین اوز تا بیرم تا این ۱۱۰ کیلومتر را اجرا کند و در فاز اول آب را از سمت شمال به جنوب برساند؛ آبی که از سد سلمان فارسی می آید تا اوز و لار و گراش، بخشی هم به بیرم و لامرد وشت، خیرگو، چاهورز و شهرستان های لار و لامرد و گراش برسد. قادری ادامه داد: وقتی آب شیرین آماده شد، سرمایه گذار خط انتقال آب از بیرم تا پارسیان تکمیل می کند و جهت خط را از جنوب به شمال می برد تا آب را از دریا به سمت قسمت های مختلف بیرد و تمام روستاها و شهرهای مسیر را آب دهد و در نهایت آب از سد سلمان فارسی به سمت مرکز شیراز و قسمت های مرکزی و شمالی خواهد رسید. **مدل های مالی تهاتری برای تأمین منابع**

نماینده مردم شیراز و زرقان در مجلس شورای اسلامی تصریح کرد: برای تأمین منابع مالی این پروژه، اقدامات تهاتری برای سرمایه گذار و دولت انجام می شود. به عنوان مثال آبی که هر سال وزارت نیرو به پتروشیمی مرودشت می دهد، دو سال این آب را به عنوان تضمین سرمایه گذار در نظر می گیرد و این دو سال آب را به سرمایه گذار می دهد و سرمایه گذار به پتروشیمی می فروشد و پولش را در خط کامل می کند. بعد از دو سال سرمایه گذار همین مقدار آب را به دولت برمی گرداند که یک تهاتر زمانی است.

وی تصریح کرد: همچنین در مقابل آبی که

می شود.

نماینده مردم شیراز و زرقان در مجلس شورای اسلامی یادآور شد: به طور کلی ۴۰۰ میلیون تخصیص آب از دریا برای استان فارس داریم و سرمایه گذار فعلاً این مسیر را تا آباده می تواند برود.

صرفه جویی ۱۵ همتی دولت با حذف یک خط قدیمی

قادری بیان کرد: یک خط انتقال آب مصوب شده است که آب از سد سلمان فارسی به سمت جویم و لارستان برود. این خط شاید با اجرای خطی که توسط سرمایه گذار انتقال آب خلیج فارس به فارس در حال انجام است، دیگر نیازی نباشد و این امر کمک می کند ۱۵ همت دولت صرفه جویی شود؛ چون می خواستند این خط را به سمت بیرم ادامه دهند اما دولت چیزی ندارد که بخواهد سرمایه گذاری کند. سرمایه گذار آنجا آب را تحویل می دهد.

پاسخ به مطالبه درباره مسیرهای نزدیک تر تأمین آب شیراز

وی افزود: بعضاً مطرح می کنند چرا انتقال آب خلیج فارس به شیراز از مسیر کازرون یا بوشهر که نزدیک تر است تأمین نمی شود؟ دلایلش آن است که آب فقط برای شیراز نیست و در مسیر، آب مورد نیاز بسیاری از شهرها و روستاها تأمین خواهد شد و در آینده بازار آب مانند بازار برق راه می افتد. نماینده مردم شیراز و زرقان در مجلس شورای اسلامی در پایان گفت: در حال راناندازی بازار آب هستم چنانچه اکنون بازار برق راه افتاده است مانند فروش برق تجدیدپذیر و حرارتی و... در بحث گاز هم تلاش می کنیم بازار ایجاد کنیم.

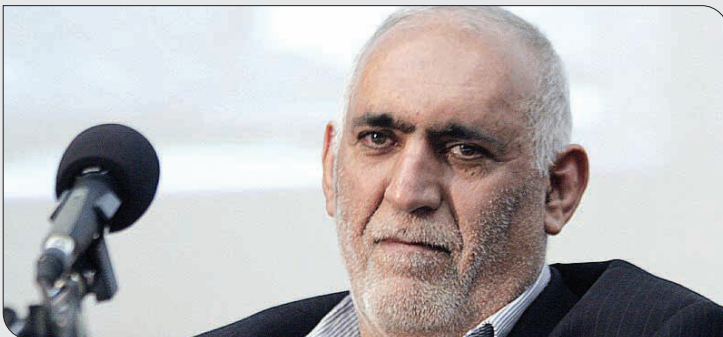


و مشارکت مردمی محقق کند، از برنامه مدیریت بار خارج خواهد شد؛ این توافقی است که داریم.

نواب قائدی مدیرعامل جدید شرکت برق منطقه ای استان فارس نیز در این مراسم گفت: به پشتوانه همکاریان تلاش می کنیم مشکلات ناترازی را در حد توان رفع کنیم؛ از تجربیات همکاریان و توصیه های مدیر قبلی استفاده خواهیم کرد و ارتباط با دانشگاه ها و نظام مهندسی را گسترش می دهیم؛ از اصحاب رسانه نیز تقاضا دارم همچون گذشته، چشم و گوش مردم باشند.

یدالله حقیقی در شرکت برق منطقه ای فارس و معارفه احمدرضا خسروی به جای احمدرضا سلاحی در شرکت توزیع برق شیراز انجام شد. طرول این چهار سال، همواره تاکید بر

جایزه جهانی پروفیسور ملک حسینی افتخاری برای پزشکی ایران و مباحثات مردم فارس است



استاندار فارس در پیامی خطاب به پروفیسور سید علی ملک حسینی نوشت: کسب جایزه نوزدهمین کنفرانس جهانی انجمن آسیایی پیوند اعضا از سوی جنابعالی که چهره ای برجسته و پیشگام در عرصه پیوند اعضا ایران و جهان هستی، افتخاری بزرگ برای جامعه پزشکی کشور و مایه مباهات مردم فرهیخته استان است.

به گزارش چهارشنبه ایرنا از پایگاه اطلاع رسانی استانداری فارس، حسینعلی امیری در این پیام خطاب به پروفیسور سید علی ملک حسینی بیان کرده است: این موفقیت ارزشمند، حاصل سال ها تلاش خستگی ناپذیر، نوآوری های علمی و نقش آفرینی بی بدیل حضرتعالی در توسعه دانش پیوند اعضا در ایران و منطقه بوده است.

استاندار فارس خاطرنشان کرد: مسیری که با همت و تعهد مثال زدنی شما امروز کشور عزیزمان ایران و استان پهناور فارس را به جایگاهی ممتاز در سطح بین المللی رسانده است.

امیری با تبریک صمیمانه این موفقیت، اضافه کرد: از درگاه خداوند متعال، جل و اعلا، برای حضرتعالی سلامتی، عزت و توقیقات روزافزون مسئلت دارم.

به گزارش ایرنا، در نوزدهمین کنفرانس جهانی انجمن آسیایی پیوند اعضا، که امسال به میزبانی کشور کویت و با حضور متخصصانی از سراسر جهان برگزار شد، دکتر سید علی ملک حسینی، از پزشکان برجسته استان فارس، موفق به دریافت جایزه این انجمن شد. دکتر سید علی ملک حسینی، فلوشیپ پیوند کبد از دانشگاه پتسبورگ آمریکا، یکی از استادان پیشکسوت و چهره های برجسته پیوند اعضا در جهان است که بزرگترین مرکز پیوند عضو جهان را در شیراز اداره می کند.

مرکز پیوند ابوعلی سینای شیراز از نظر تعداد پیوند در سال و توان علمی، بزرگترین مرکز پیوند عضو در دنیاست؛ بیش از ۹۶ درصد از پیوندهای کلیه بیمارستان ابوعلی سینا شیراز از اهداکنندگان مرگ مغزی است که این رقم در جهان کم سابقه است.

سردار ملکی فرمانده انتظامی فارس خبر داد

از کاهشی ۱۳ درصدی وقوع سرقت ها تا افزایش ۲۰ درصدی کشفیات



صنذر دوام

فرمانده انتظامی استان فارس گفت: از کاهش ۱۳ درصدی وقوع سرقت ها و افزایش ۲۰ درصدی کشفیات پلیس در سال جاری خبر داد.

«سردار عزیز الله ملکی» دیروز در حاشیه بازدید خبرنگاران از کشفیات سرقتی و همچنین بزهکاران دستگیر شده، اظهار داشت: با توجه به آمار یاد شده در سال جاری بیش از ۸ هزار نفر سارق دستگیر و تعداد ۶۶ باند سرقت نیز متلاشی گردیده اند.

وی در عین حال عمده سارقان دستگیر شده را سارقان چرخی دانست که در سایر نقاط کشور فعالیت داشتند، او گفت: طی یک ماه گذشته تعداد ۱۲۲ باند سرقت شناسایی و دستگیری شدند که در پی آن تعداد ۶۲ سارق به تعداد ۱۶۶ فقره سرقت اعتراف کرده اند.

فرمانده انتظامی استان فارس در این جهت از تلاش های همکاران در فراجا استقبال کرد و گفت: از عموم هموطنان می خواهیم که در جهت حفظ اموال و همچنین رعایت نکات در رابطه با امنیت منازل و محل کسب و کار خود نهایت دقت در رعایت نکات حفاظتی داشته باشند. این مقام عالی انتظامی در استان فارس به تمرکز نیروها بر رده های تخصصی فراجا فارس نیز اشاره کرد و گفت: هم اکنون ۱۱ درصداً نیروهای ستادی ما به یگان های عملیاتی منتقل شده اند. در حوزه مبارزه با مواد مخدر نیز طی یک ماه گذشته چند محموله سنگین به وزن ۴۰۰ تا ۵۰۰ کیلوگرم در ورودی استان کشف شده است.

سردار ملکی همچنین در پاسخ به پرسشی پیرامون برخورد با خودروهای شوتی و قاچاق کالا، اذعان داشت: در سال جاری بیش از ۳ هزار میلیارد تومان کشف کالای قاچاق توسط پلیس در استان فارس انجام گرفته که نسبت به مدت زمان مشابه در سال گذشته با رشد ۱۶۶ درصدی مواجه بوده ایم. این مقام عالی انتظامی و قانونی با اتباع غیرمجاز، اراذل و اوباش و متخادان متجاهر را از دیگر اقدامات پلیس استان اعلام کرد و گفت: رشد ۱۳ درصدی کشف مواد مخدر و دستگیری خردفروشان از دیگر اقدامات پلیس استان بوده است.

او همچنین از همکاری دستگاه قضایی و حمایت استاندار فارس در جهت همکاری و حمایت از پلیس تقدیر کرد و گفت: احساس امنیت و رضایت حداکثری مردم از اهداف اصلی پلیس در استان فارس می باشد.

روابط عمومی دانشگاه ملی مهارت فارس برای دومین سال متوالی روابط عمومی برتر کشور شد

صنذر دوام

در گردهمایی مسئولین روابط عمومی دانشگاه ملی مهارت که در سازمان مرکزی تهران برگزار گردید، از محمد امین احمدی مسئول حوزه ریاست و روابط عمومی دانشگاه ملی مهارت واحد استان فارس با توجه به فعالیت درحوزه «تأمینات برون سازمانی و ارتباط با حوزه های اثر بخش» به عنوان روابط عمومی برتر کشور توسط دکتر خضری مشاور وزیر و مدیر کل حوزه وزارتی وزارت علوم، دکتر زمانی رئیس دانشگاه ملی مهارت و دکتر فخر موسوی مدیر کل حوزه ریاست و روابط عمومی دانشگاه ملی مهارت تقدیر به عمل آمد.



هوای شیراز در وضعیت «ناسالم برای همه» قرار گرفت

افزایش خطر حوادث قلبی-عروقی شود. دکتر ایلامی با اشاره به تصمیم استانداری مبنی بر غیرحضوری شدن مدارس و دانشگاه‌ها، خواستار همراهی شهروندان در کاهش تردهای غیرضروری شد و گفت: در این شرایط باید از فعالیت‌های شدید بدنی در فضای باز خودداری شود و افرادی که ناچار به حضور در محیط بیرون هستند، از ماسک‌های استاندارد مانند N۹۵ استفاده کنند. این مقام مسوول در دانشگاه علوم پزشکی شیراز با بیان اینکه هماهنگی بین‌بخشی با شهرداری، پلیس راهور، محیط‌زیست و سایر نهادهای برای کاهش فعالیت‌های آلاینده، تقویت معاینه فنی خودروها و مدیریت ترافیک در دستور کار قرار گرفته است، ادامه داد: پایش لحظه‌ای کیفیت هوا و انتشار گزارش‌های متبیر برای اطلاع رسانی عمومی نیز ادامه خواهد داشت.

تاکید شهردار شیراز بر تسریع مجوزها و رفع موانع در طرح توسعه بیمارستان خیر ساز مادر و کودک غدیر



صفر دوام

محمدحسن اسدی، شهردار شیراز، با حضور در بیمارستان مادر و کودک غدیر از روند اجرای طرح توسعه این مرکز درمانی بازدید کرد و بر ضرورت تسریع در صدور مجوزها، ایجاد دسترسی دوم و اصلاح نقاط حادثه‌خیز مسیرهای ورودی بیمارستان تأکید کرد.

شهردار شیراز با اشاره به اهمیت مراکز تخصصی مادر و کودک در ارائه خدمات سلامت گفت: شهرداری از همه ظرفیت‌های خود برای رفع موانعی که در چارچوب وظایف مدیریت شهری قرار دارد استفاده خواهد کرد تا هم خدمات درمانی ارتقا یابد و هم آرامش و ایمنی بیشتری برای شهروندان فراهم شود. خاطر نشان می شود، طرح توسعه بیمارستان در زمینی به مساحت ۶ هزار مترمربع که توسط بانو سیمین مدرسی خیر بیمارستان ساز و برگزیده عرصه ی سلامت فارس احداث شده است با همکاری خیریه مدرسی و مجمع خیرین سلامت فارس اجرا می‌شود و هدف آن ارتقای کیفیت خدمات درمانی و ایجاد زیرساخت‌های لازم برای توسعه خدمات سلامت است.

دکتر علی‌اکبر رام‌جردی مدیرعامل مجمع خیرین تامین سلامت فارس، در حاشیه بازدید با قدردانی از نگاه حمایتی مدیریت شهری در تمام امور عمرانی، فرهنگی، اجتماعی و خدمات رسانی به شهروندان گفت: این طرح در نقطه‌ی تعیین‌کننده‌ای قرار دارد و همراهی شهرداری در تسریع تغییر کاربری زمین،

صدور مجوزهای ساخت و اصلاح مسیرهای دسترسی، آغاز عملیات عمرانی این طرح را تسهیل می‌سازد.

مدیر عامل مجمع خیرین سلامت فارس در تشریح مشخصات این پروژه گفت: این طرح شامل راه‌اندازی درمانگاه‌های تخصصی جدید، توسعه اتاق‌های عمل و بخش‌های جراحی، گسترش خدمات **IVF** و ناباروری، ایجاد بخش‌های تحقیقاتی نوین با محوریت ژن‌درمانی، احداث پارکینگ جدید برای رفع مشکل شیب زمین و فراهم‌سازی فضاهای خدماتی برای همراهان بیماران است.

وی افزود: زیربنای طرح بین ۶ تا ۸ هزار مترمربع و هزینه ساخت آن حدود ۲۰۰ تا ۳۰۰ میلیارد تومان خواهد بود که در صورت صدور مجوزها، پروژه ظرف سه سال تکمیل می‌شود. وی گفت: بیمارستان مادر و کودک

بررسی اهمیت پیشگیری در ارتقا جامعه در کمیته تحقیقات و پژوهش مجمع خیرین سلامت فارس



صفر دوام

سومین نشست کمیته تحقیقات و پژوهش مجمع خیرین تامین سلامت فارس با موضوع اهمیت پیشگیری در ارتقا سلامت عمومی جامعه به میزبانی بیمارستان کوثر برگزار شد.

«دکتر محمود تابنده» رئیس هیات مدیره مجمع خیرین تامین سلامت فارس و مدیرعامل بنیاد قلب پارس پیشنهاد حرکت استانی در راستای پیشگیری از گسترش بیماری های غیرواگیردار را مطرح کرد و هم افزایی دولت، بخش خصوصی و نیکوکاران حوزه سلامت را در ابعاد ملی پراهمیت برشمرد.

دکتر تابنده در سومین نشست کمیته تحقیقات و پژوهش مجمع خیرین افزود: برنامه محوری کلیدواژه موفقیت در همه زمینه هااست و در حوزه پیشگیری به برنامه ریزی مدونی در بخش های دولتی، تحقیقاتی، اجرایی و تامین بودجه نیاز مبرمی داریم.

رییس هیات مدیره مجمع خیرین تامین سلامت فارس با مطرح کردن پیشنهاد حرکت استانی برای پیشگیری از بیماری های غیرواگیردار افزود: پیشگیری همواره مقدم بر درمان است و برای موفقیت در این عرصه نیازمند برنامه مدون از سوی بخش دولتی، همکاری با خیریه های درمانی و بخش خصوصی

به همراه برنامه های اجرایی و تبلیغاتی توسط مجمع خیرین تامین سلامت برای جذب خیرین هستیم. استاد تابنده ایجاد برنامه تشویقی برای موسسات بخش خصوصی و خیریه که در زمینه پیشگیری فعال هستند را ضروری برشمرد و اظهار داشت: دانشگاه علوم پزشکی نقش راهبردی در راستای نیل به اهداف پیشگیری ایفا می کند.

وی با اشاره به تلاش هایی که در زمینه پیشگیری انجام گرفته، اظهار داشت: بیمارستان کوثر در راستای اجرای طرح پیشگیری از بیماری های غیرواگیر و غربالگری از سال های گذشته فعالیت های مهمی در مدارس و سازمان های مختلف در دستور کار قرار داده که یکی از آنها توزیع کتابچه جامع غربالگری سلامت از آبان ماه ۱۴۰۳ است.

تأثیرگذار بوده است. مدیر عامل مجمع خیرین تامین سلامت فارس با اشاره به اینکه هدایت خیرین به سمت نیازهای سلامت و مسائل اجتماع رویکرد خوبی است گفت: با توجه به این که در شیراز نیاز تخت های بیمارستانی مرتفع شده است هم اکنون توجه به آگاه سازی جامعه در راستای پیشگیری جز اولویت‌های است که باید به آن پرداخته شود و مورد توجه قرار گیرد که می تواند هم راستا با نیازهای دیگر عرصه سلامت به خیرین یادآور شود.

وی افزود: این کمیته تحقیق و پژوهش در حال برنامه ریزی برای شناسایی اهداف پیشگیرانه مورد نیاز جامعه و معرفی این نیازها به خیرین است جلسه یاد شده با هدف بررسی راهکارهای لازم جهت ارتقا سلامت و پیشگیری از بیماری‌های غیرواگیر برگزار و در این نشست پیشنهادات لازم به منظور هم افزایی دولت، دانشگاه علوم پزشکی شیراز و مجمع خیرین تامین سلامت فارس برای افزایش تعاملات بیشتر مطرح شد.

شایان ذکر است در این نشست تخصصی دکتر پنجه شاهی، دکتر علی اکبر رام‌جردی مدیرعامل مجمع خیرین تامین سلامت فارس نیز دراین نشست کمیته تحقیقات و پژوهش که به صورت دوره ای برگزار می گردد گفت: کارهای عظیمی در حوزه زیرساخت های سلامت به همت خیرین بزرگوار انجام شده است که در ارتقا سطح سلامت جامعه و نیل به اهداف سلامت

وی افزود: نظارت مؤثر، ضمن رعایت ضوابط قانونی، به ارتقای عدالت سلامت و دسترسی عادلانه مردم به خدمات درمانی منجر می‌شود.

در ادامه، «حجت‌اله رضایی» معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری فارس نیز با تأکید بر اهمیت هماهنگی و اقدام سریع دستگاه‌های مرتبط در حوزه نظارت اظهار کرد: رسیدگی به‌موقع به چالش‌ها و جلوگیری از تخلفات احتمالی، نقش مهمی در پیشگیری از پیامدهای اجتماعی و حفظ اعتماد عمومی دارد.

او خاطرنشان کرد: نظارت دقیق در حوزه سلامت، موجب انسجام در نظام ارائه خدمات و افزایش اعتماد مردم به جامعه پزشکی خواهد شد.

در دیدار مدیرکل صداوسیما استان فارس

با نمایندگان تشکل‌های دانشجویی تأکید شد:

جریان‌سازی علمی، مطالبه‌گری مسئولانه و حضور پررنگ رسانه در دانشگاه‌ها



در آستانه روز ۱۶ آذر، مدیرکل صداوسیما استان فارس با نمایندگان تشکل‌های دانشجویی دیدار و گفت‌وگو کرد. در این نشست صمیمی ، ضرورت تقویت تعامل دانشگاه و رسانه، جریان‌سازی علمی، بازخوانی نقش دانشجو در مطالبه‌گری مسئولانه و ارتقای همکاری‌های مشترک مورد تأکید قرار گرفت.

دکتر امیر رثوف، مدیرکل صداوسیما استان فارس، با بیان اینکه جلسات با تشکل‌های دانشجویی یادآور «روحیه مطالبه‌گری» دوران دانشجویی است، گفت: نگاه مطالبه‌گرانه دانشجو از مهم‌ترین توصیه‌های رهبر معظم انقلاب بوده و جریان دانشجویی باید همچنان پرچم‌دار این رویکرد باشد. وی با اشاره به اهمیت تاریخی ۱۶ آذر و نقش دانشجویان در مقابله با استبداد و سلطه، تأکید کرد که «الگوی ایستادگی دانشجویان در آذر سال ۱۳۳۲ همچنان برای جنبش دانشجویی الهام‌بخش است».

مدیرکل صداوسیما استان فارس با اشاره به پیشرفت‌های علمی دانشگاه‌های کشور پس از پیروزی انقلاب اسلامی گفت: «دانشگاه شیراز امروز در میان ۲۰۰ دانشگاه برتر ثبت‌شده در نظام رتبه‌بندی تایمز، رتبه ۱۰۹ را کسب کرده است و این دستاوردها باید بیشتر مورد توجه رسانه‌ها و تشکل‌های دانشجویی قرار گیرد.»

او با گلایه از کم‌توجهی جریان دانشجویی به مسئله «جهش علمی» و مطالبه‌گری افزود: «دانشجو باید علاوه بر طرح دغدغه‌های صنفی و اجتماعی، جریان‌سازی علمی را نیز دنبال کند. اگر دانشگاه موتور تولید علم و طرح‌های نو نباشد، مسیر تحقق ایران قوی کند خواهد شد».

دکتر رثوف از آمادگی کامل معاونت‌های صدا، سیما، خبر و فضای مجازی مرکز فارس برای همکاری با تشکل‌های دانشجویی خبر داد و گفت: «درهای صداوسیما به روی دانشگاه باز است. اما این همکاری زمانی مؤثر خواهد بود که تشکل‌ها نیز فعالانه مراجعه کنند، پیشنهاد بدهند و برنامه مشترک طراحی کنند.»

وی با اشاره به موفقیت برخی برنامه‌های علمی و دانشجویی صداوسیما مانند «صدرا» و «آر‌دیو دانشگاه» گفت که این برنامه‌ها با وجود محدودیت‌های مالی و تولیدی، توانسته‌اند ارتباط مؤثری با اساتید، دانشمندان و جامعه علمی برقرار کنند.

مدیرکل صداوسیما استان فارس همچنین بر ضرورت وحدت میان تشکل‌ها، تقویت فرهنگ تجلیل از اساتید و دانشجویان ممتاز، و حضور رسانه در محیط‌های دانشجویی تأکید کرد و گفت: «تشکل‌های انقلابی می‌توانند با محوریت جهاد علمی، فضای دانشگاه را به سمت هم‌افزایی و انسجام بیشتر سوق دهند.»

در ادامه، وی از تشکل‌ها خواست فهرست ایده‌ها، ظرفیت‌ها و سوژه‌های پیشنهادی خود را برای تولید برنامه‌های مشترک ارائه کنند و افزود که صداوسیما آمادگی دارد در قالب برنامه‌های گفت‌وگومحور، تریبون آزاد و روایت مسائل دانشگاه، صدای دانشجویان را به صورت حرفه‌ای منعکس کند.

نقش آفرینی علمی کمیته امداد امام خمینی(ره) فارس در زیست‌بوم نوآوری استان



در هفته پژوهش و فناوری، رویداد «فرمت‌های شغلی شرکت‌های دانش‌بنیان و فن‌اور» با حضور دکتر مرتضی موصلی مدیرکل کمیته امداد امام خمینی(ره) فارس، مدیران ارشد صندوق صنعت و ماشین‌سازی، رئیس پارک علم و فناوری فارس، رؤسای دانشگاه‌ها، مدیران دستگاه‌های اجرایی و جمعی از شرکت‌های دانش‌بنیان و فن‌اور استان برگزار شد.

در این رویداد علمی و تخصصی که با حضور بیش از ۴۰۰ نفر از مددجویان، واحدهای صنعتی و شرکت‌های دانش‌بنیان برگزار گردید، دکتر مرتضی موصلی مدیرکل کمیته امداد فارس ضمن تریبک هفته پژوهش، پژوهش را یکی از ارکان توسعه متوازن استان و کشور دانست و گفت: «در کمیته امداد امام خمینی(ره) استان فارس با محوریت علمی و پژوهشی تلاش داریم مسیر توانمندسازی جامعه هدف را بر مبنای دانش و نوآوری پیش ببریم. پژوهش می‌تواند الگویی علمی برای توسعه اشتغال، شناسایی نیازهای بازار، تحلیل رفتار مشتریان و ارتقای فرآیندهای کسب‌وکارهای خرد باشد.»

وی افزود: «جهت‌گیری غالب مجموعه امداد امام، توسعه کسب‌وکارهای خرد و مزیت‌دار است تا ارزش افزوده بیشتری برای خانوارهای تحت حمایت ایجاد شود. ما در این مسیر از ظرفیت‌های پژوهشی، دانشگاهی و علمی استان بهره‌مند خواهیم شد تا بتوانیم مأموریت‌های امداد امام را با رویکرد علمی و فناورانه به ثمر برسانیم.»

مدیرکل کمیته امداد فارس اظهار کرد: «یکی از مدل‌های طراحی‌شده در الگوی توانمندسازی اقتصادی امداد امام، فرایند شناسایی استفاده‌ها، ارزیابی نیاز بازار و هدایت مددجویان تا مرحله بازاریابی و فروش است؛ امروزه حتی شرکت‌های بزرگ مانند دیجی‌کالا با مجموعه امداد در برخی طرح‌های بازاریابی همکاری دارند.»

وی همچنین به ورود علمی کمیته امداد در زنجیره‌های اقتصادی اشاره کرد و گفت: «در سطح کشور کمیته امداد در برخی زنجیره‌ها از فرش دستباف و نوغانداری تا خرید تضمینی محصولات ورود پیدا کرده و این مسیر را برای توسعه اشتغال پایدار دنبال می‌کند.»

دکتر موصلی ضمن قدردانی از همکاری دانشگاه‌های استان، صندوق ماشین‌سازی معاونت علمی ریاست جمهوری، استانداری فارس و پارک علم و فناوری شیراز افزود: «برنامه دستیار فن‌اور برای دومین سال متوالی با همکاری پارک علم و فناوری فارس و فن‌بازار منطقه‌ای اجرایی شده است. سال گذشته بیش از ۴۰ نفر از مددجویان به شرکت‌های دانش‌بنیان معرفی شدند و تعدادی از این عزیزان فعالیت خود را به صورت حرفه‌ای در این شرکت‌ها آغاز کردند».

وی این طرح را فرصتی مغتنم برای تمرین و یادگیری عملی دانست و تصریح کرد: «در الگوی توانمندسازی اقتصادی، تمرکز ویژه‌ای بر اشتغال فناورانه مددجویان داریم و این رویه‌ها زمینه ایجاد اشتغال پایدار مبتنی بر علم و فناوری را فراهم می‌کنند.»

در ادامه، دکتر امین‌رضا ذوالقدر رئیس پارک علم و فناوری فارس ضمن تقدیر از همکاری کمیته امداد گفت: «طرح دستیار فن‌اور از سه سال پیش از پارک علم و فناوری فارس آغاز شد و به دلیل موفقیت‌های چشمگیر، در سال‌های بعد به‌صورت ملی اجرا گردید. در این طرح، دانشجویان و کارورزان در محیط‌های واقعی شرکت‌های دانش‌بنیان قرار می‌گیرند و بسیاری از آن‌ها فرصت جذب و اشتغال مستقیم پیدا می‌کنند.»

در پایان این نشست، دکتر موصلی ضمن ابراز امیدواری از تداوم همکاری‌های علمی و فناورانه میان دستگاه‌های اجرایی و مؤسسات پژوهشی استان، گفت: «امیدواریم این هم‌افزایی علمی بتواند در جهت ارتقای عزت، کرامت و منزلت احاد جامعه و توسعه اشتغال پایدار برای جامعه هدف امداد امام خمینی(ره) نقش آفرینی مؤثر داشته باشد.»

تقدیر از بسیجیان کمیته امداد امام خمینی(ره) استان فارس در آیین بزرگداشت هفته بسیج

در آیین بزرگداشت هفته بسیج که در استان خوزستان و شهرستان هویزه برگزار شد، از مجموعه پایگاه مقاومت بسیج سردار شهید حاج قاسم سلیمانی کمیته امداد امام خمینی(ره) استان فارس به پاس عملکرد درخشان و فعالیت‌های مؤثر فرهنگی و جهادی، سه لوح تقدیر توسط سرهنگ پاسدار حسن صنعتکاران، رئیس بسیج ادارات و کارمندان کشور، اهدا شد.

در این مراسم، ابتدا دکتر مرتضی موصلی، مدیرکل کمیته امداد امام خمینی(ره) استان فارس، به دلیل خدمت‌رسانی میدانی، حضور جهادی در میز خدمت و دیدار چهره‌به‌چهره با مردم، عنوان مدیر بسیجی فعال کشور را کسب و لوح تقدیر مدیرکل برتر را دریافت کرد.

در بخش دوم آیین، از برادر بسیجی محمدمهدی کیهان‌پور، قائم مقام کمیته امدادامام خمینی(ره) استان فارس و فرمانده پایگاه مقاومت بسیج این نهاد مقدس ، به‌سبب برنامه‌ریزی و اعزام دستگاه‌ها به اردوهای راهیان نور، بازدید از مناطق عملیاتی هشت سال دفاع مقدس و نقش مؤثر در توسعه و تقویت حرکت‌های فرهنگی دفاع مقدس، با لوح تقدیر ویژه تجلیل به عمل آمد.در ادامه نیز از برادر بسیجی میثم شمس، به‌عنوان نیروی بسیجی فعال در برپایی میز خدمت جهادی این پایگاه، قدردانی شد.

دکتر مرتضی موصیلی در این مراسم ضمن اشاره به نقش اثرگذار بسیجیان کمیته امداد فارس در ترویج فرهنگ ایثار، خدمت جهادی و روحیه انقلابی، از تلاش‌های مجموعه پایگاه مقاومت بسیج سردار شهید حاج قاسم سلیمانی تقدیر کرد. وی این دستاوردها را نمونه‌ای از پویایی، خدمت خالصانه و هم‌افزایی میان کارکنان بسیجی و بدنه مردمی دانست. در همین راستا از تعدادی از بسیجیان فعال این پایگاه نیز با اهداء لوح، تقدیر بعمل آمد.

وی در پایان افزود: این تقدیرها بار دیگر نشان داد که مجموعه کمیته امداد امام خمینی(ره) استان فارس، با بهره‌گیری از ظرفیت‌های انسانی و فرهنگی خود، در صف مقدم خدمت‌رسانی جهادی و ترویج معارف دفاع مقدس قرار دارد.

گفتنی است کمیته امداد امام خمینی(ره) استان فارس طی سال‌های ۸۸سال دفاع مقدس با مأموریت ستاد پشتیبانی از جنگ با افتخار ۳۳شهید امدادگر این نهاد مقدس تقدیم ایران اسلامی نموده است و در سال هایی اخیر، با برنامه‌ریزی هدفمند و بهره‌گیری از ظرفیت امدادگران سهم مؤثری در گسترش فرهنگ ایثار وخدمت صادقانه ایفا کرده است.

عصر مردم

نشست هم‌اندیشی رئیس دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز با معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری فارس، با هدف تقویت همکاری‌های بین‌بخشی در حوزه نظارت بر تعرفه‌های خدمات سلامت، در دفتر معاونت سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری فارس برگزار شد.

دکتر «سید بصیر هاشمی» رئیس دانشگاه، در این نشست با تأکید بر رسالت دانشگاه در صیانت از سلامت جامعه گفت: دانشگاه علوم پزشکی شیراز همواره مدافع حقوق مردم در حوزه سلامت بوده و با نظارت مستمر و قاطعانه، از اجرای صحیح قوانین و تعرفه‌های مصوب در مراکز درمانی اطمینان حاصل می‌کند.

غذاهای فوق فرآوری شده می‌توانند باعث پر خوری در نوجوانان شوند



مهر: تحقیقات جدید نشان می‌دهد افرادی که در اواخر نوجوانی و اوایل بیست سالگی خود هستند، پس از دو هفته رژیم غذایی سرشار از غذاهای فوق فرآوری‌شده، حتی زمانی که گرسنه نیستند، هم کالری بیش از حدی دریافت می‌کنند.

همین امر در مورد افراد هم‌سن که رژیم غذایی دو هفته‌ای داشتند و به جای غذاهای فوق فرآوری‌شده، غذاهای سالم‌تر و غیرفرآوری‌شده، مصرف می‌کردند، صادق نبود.

بخش زیادی از کالری دریافتی در میان افرادی که در معرض غذاهای فوق فرآوری‌شده قرار داشتند، از میان‌وعده‌ها ناشی می‌شد.

«الکس دی‌فلیسینتونیو»، یکی از نویسندگان این مطالعه از مؤسسه تحقیقات زیست‌پزشکی فرالین در ویرجینیای تنک، خاطرنشان کرد: «خوردن میان‌وعده در زمان عدم گرسنگی، پیش‌بینی‌کننده مهمی برای افزایش وزن در آینده در جوانان است و به نظر می‌رسد قرار گرفتن در معرض غذاهای فوق فرآوری‌شده، این تمایل را در نوجوانان افزایش می‌دهد.»

غذاهای فوق فرآوری‌شده عمدتاً از موادی استخراج‌شده از غذاهای کامل، مانند چربی‌های اشباع، نشاسته و قندهای افزوده، تهیه می‌شوند.

آنها همچنین حاوی طیف گسترده‌ای از افزودنی‌ها هستند تا آنها را خوشمزه‌تر، جذاب‌تر و ماندگارتر کنند. نمونه‌هایی از این موارد شامل محصولات پخته‌شده بسته‌بندی‌شده، غلات شیرین، محصولات آماده مصرف یا آماده گرم کردن و غذاهای آماده سرد می‌شود.

از سوی دیگر، غذاهای کامل مانند میوه‌ها، سبزیجات و غلات کامل فرآوری نشده هستند و بسیاری از محصولات لبنی حداقل فرآوری را دارند.

طبق گفته تیم تحقیقات، غذاهای فوق فرآوری شده با سندرم متابولیک، سلامت ضعیف قلب و سایر بیماری‌ها در جوانان مرتبط بوده‌اند.

آیا قرار گرفتن در معرض این غذاها می‌تواند به طور کلی باعث پر خوری شود؟

برای فهمیدن این موضوع، تیم دی‌فلیسینتونیو ۲۷ نفر، ۱۸ تا ۲۵ ساله، را به مدت دو هفته تحت یکی از دو رژیم غذایی قرار داد.

در یک رژیم غذایی، ۸۱٪ کالری از غذاهای فوق فرآوری شده تأمین می‌شد، در حالی که

رژیم غذایی دیگر هیچ کالری از غذاهای فوق فرآوری شده نداشت.

«برندا دیوی»، نویسنده ارشد مطالعه، خاطرنشان کرد: «ما این رژیم‌های غذایی را با دقت بسیار زیادی طراحی کردیم تا در نظر ۲۲ ویژگی، از جمله درشت مغذی‌ها، فیبر، قند افزوده، چگالی انرژی و همچنین بسیاری از ویتامین‌ها و مواد معدنی، با هم مطابقت داشته باشند. مطالعات قبلی تا این حد رژیم‌های غذایی را با هم مطابقت نداده بودند.»

محققان پس از پایان دو هفته رژیم غذایی ویژه، عادات غذایی هر فرد جوان را در طول یک ماه تنذیه «عادی» پیگیری کردند. آنها به ویژه به میزان مصرف در بوفه صبحانه «هر چه می‌توانید بخورید» و همچنین سینی‌های میان وعده پس از صبحانه توجه کردند.

برای گروه ۲۷ نفره به طور کلی، تیم هیچ تغییر بزرگی در میزان کالری دریافتی افراد پس از ترک رژیم‌های غذایی تخصصی یا اینکه آیا آنها غذاهای فوق فرآوری شده را ترجیح می‌دهند یا خیر، مشاهده نکرد.

با این حال، هنگامی که داده‌ها را بر اساس سن تجزیه کردند، محققان متوجه شدند که گروه جوان‌تر – افراد ۱۸ تا ۲۱ ساله – اگر به تازگی رژیم غذایی سرشار از غذاهای فوق فرآوری شده را تمام کرده بودند، کالری بیشتری در صبحانه بوفه خود مصرف می‌کردند. آنها همچنین با وجود اینکه تازه صبحانه خورده بودند و گرسنه نبودند، خیلی بیشتر میان وعده خوردند.

چنین تغییری در بین جوانان ۱۸ تا ۲۱ ساله که رژیم‌های غذایی با غذاهای فرآوری نشده یا با حداقل فرآوری داشتند، مشاهده نشد.

محققان گفتند که بررسی دقیق‌تر اینکه چگونه برخی غذاها ممکن است باعث پر خوری شوند مورد نیاز است.

آلودگی هوا، زنگ خطر جدی برای بیماران تنفسی

مهر: رئیس بنیاد بیماران سی اف ایران گفت: آلودگی هوا بیماران سی‌اف را در معرض خطر جدی تشدید مشکلات تنفسی قرار داده است.

محمدرضا مدرسی، رئیس بنیاد بیماران سی اف ایران با اشاره به اینکه آلودگی هوا در بسیاری از استان‌ها به مرحله «بسیار خطرناک» رسیده است، گفت: آلودگی هوا می‌تواند برای گروه‌های پرخطر از جمله کودکان، سالمندان، زنان باردار و به‌ویژه بیماران مبتلا به بیماری‌های مزمن ریوی، آسیب‌های شدید ایجاد کند.

وی تأکید کرد: بیماران سی‌اف به دلیل مشکلات مزمن تنفسی، به‌مراتب آسیب‌پذیرتر هستند و آلودگی هوا می‌تواند منجر به تشدید علائم، افزایش عفونت‌های ریوی و حتی بستری شدن آن‌ها شود.

ضرورت کاهش حضور در فضای باز

مدرسی با ارائه توصیه‌های عملی برای کاهش آسیب آلاینده‌ها گفت: افراد به‌خصوص بیماران تنفسی باید تا حد امکان زمان حضور در فضای آزاد را کاهش دهند و فعالیت‌های غیرضروری را به تعویق بینندازند. ورزش در فضای باز نیز در این ایام بسیار خطرناک است، زیرا حجم هوای ورودی به ریه چند برابر می‌شود و احتمال آسیب را افزایش می‌دهد.

وی تأکید کرد: اگر نیاز به فعالیت ورزشی وجود دارد، بهتر است در محیط سرسبته، با تهویه مناسب انجام شود.

پرهیز از هرگونه دود و استفاده از ماسک استاندارد

وی با اشاره به نقش دود در تشدید مشکلات ریوی افزود: مصرف دخانیات، قلیان، دود اسپند، عود و حتی دود ناشی از پخت‌وپز می‌تواند ریه را تحت فشار بیشتری قرار دهد و در صورت امکان، پخت‌وپز در فضای باز یا محیطی با تهویه مناسب انجام شود.

وی با تأکید بر استفاده از ماسک‌های مناسب گفت: ماسک N۹۵ تنها ماسکی است که می‌تواند ذرات را تا ۹۵ درصد فیلتر کند، ماسک‌های معمولی در برابر این ذرات مؤثر نیستند.

تغذیه مناسب برای تقویت ریه

رئیس بنیاد بیماران سی اف ایران توصیه کرد: مصرف سبزیجات، میوه‌های حاوی آنتی‌اکسیدان به‌ویژه مرکبات، مغزیجاتی مانند گردو و بادام، ادویه‌هایی مانند زنجبیل و زردچوبه، و ماهی سرشار از امگا ۳ می‌تواند نقش محافظتی مهمی برای ریه‌ها داشته باشد.

آلودگی هوا می‌تواند حملات ریوی را تشدید کند

مدرسی در پاسخ به اینکه آیا آلودگی هوا می‌تواند علت مستقیم حملات ریوی در بیماران باشد، گفت: اثبات مستقیم ارتباط در هر مورد ممکن است دشوار باشد، اما از نظر علمی کاملاً ثابت شده که آلودگی هوا علائم بیماران مزمن ریوی را تشدید می‌کند. بنابراین احتمال افزایش حملات ریوی در این شرایط کاملاً منطقی است.

وی در پایان هشدار داد: تا زمانی که شرایط آلودگی هوا ادامه دارد، بیماران به‌ویژه بیماران سی‌اف باید با دقت بیشتری توصیه‌های ایمنی را رعایت کنند تا از بروز مشکلات جدی تنفسی جلوگیری شود.

سلامت

بیتوته: زمستان قرار است زیباترین فصل سال باشد، اما در حالی که ما در حال گرم شدن کنار شومینه هستیم، قلب ما ممکن است با بزرگ‌ترین چالش‌هایش روبه‌رو شود. آیا می‌دانستید که سکت‌های قلبی، آریتمی‌ها (مثل فیبریلاسیون دهلیزی) و سایر مشکلات قلبی–عروقی در ماه‌های سرد سال به طور چشمگیری افزایش می‌یابند؟ در واقع مطالعات نشان می‌دهند که آمریکایی‌ها در زمستان بیشتر از هر فصل دیگری دچار حمله قلبی می‌شوند. اما نگران نباشید؛ با چند عادت هوشمندانه و ساده می‌توانید این خطر را به شدت کاهش دهید. در زیر ابتدا دلایل تأثیر زمستان بر قلب را توضیح می‌دهیم و سپس راهکارهای عملی و فوری را معرفی می‌کنیم تا در تمام طول فصل سرد قلب‌تان سالم بماند.

چرا در زمستان قلب در خطر بیشتری است؟

هوای سرد باعث انقباض عروق خونی می‌شود و خون بیشتری به سمت اندام‌های حیاتی هدایت می‌شود؛ این کار فشار زیادی به قلب وارد می‌کند. قلب باید در برابر عروق تنگ‌شده سخت‌تر پمپ کند که منجر به افزایش فشار خون و ضریان قلب می‌شود. تحقیقات نشان داده که در سرما خون غلیظ‌تر شده و خطر لخته شدن خطرناک افزایش می‌یابد.

اگر فشار خون بالا، آریتمی یا بیماری قلبی دارید، این خطرات برای شما چند برابر می‌شود. آگاهی اولین قدم برای محافظت است!

راههای محافظت از قلب در زمستان
۱. حتی در تعطیلات هم رژیم غذایی سالم و قلبی‌دوست داشته باشید

در مهمانی‌های زمستانی خیلی راحت است که در شیرینی، نوشیدنی‌های الکلی و غذاهای سنگین زیاده‌روی کنیم. اما مصرف بیش از حد شکر، چربی‌های ناسالم و غذاهای فرآوری‌شده خطر حمله قلبی و آریتمی را بالا می‌برد. توصیه‌ها:

- از سبزیجات ریشه‌ای فصل مثل چغندر، کدو حلوائی و سیب‌زمینی شیرین لذت ببرید.
- سبزیجات برگ‌سبز زمستانی مثل کلم کیل و اسفناج را روزانه مصرف کنید؛ یک فنجان در روز با کاهش قابل‌توجه بیماری قلبی مرتبط است.
- ماهی‌های وحشی (سالمون، ساردین و…) را برای دریافت امگا-۳ قلبی‌دوست بگنجانید.
- به جای پیش‌غذاهای سنگین و سرخ‌شده، از سبزیجات پخته یا بشقاب میوه تازه استفاده کنید.
- ۲. حتی وقتی هوا سرد است، فعال بمانید**

صبح‌های تاریک و بعدازظهرهای سرد باعث می‌شود به راحتی ورزش را کنار بگذاریم، اما دقیقاً در زمستان باید فعالیت بدنی را حفظ یا حتی افزایش دهیم. ورزش قلب را قوی‌تر می‌کند، گردش خون را بهبود می‌بخشد و عوامل خطر مثل فشار خون بالا

راه‌هایی برای محافظت از قلب‌تان در ماه‌های زمستان



را کنترل می‌کند. لباس مناسب بپوشید و پیاده‌روی تند، کوهنوردی زمستانی و اسکی بروید.

با خانواده بازی‌های فعال انجام دهید یا به گروه‌های ورزشی بپیوندید تا انگیزه‌تان حفظ شود.

۳. خطر مصرف الکل را جدی بگیرید

الکل باعث کم‌آبی سریع، از دست رفتن مواد معدنی ضروری و فشار بیشتر به قلب می‌شود. مطالعات نشان می‌دهند که مصرف سنگین الکل خطر حمله قلبی را افزایش می‌دهد و حتی مقدار متوسط آن

می‌تواند آریتمی‌های خطرناکی مثل فیبریلاسیون دهلیزی ایجاد کند. همیشه آب در دسترس داشته باشید و در مهمانی‌ها آهسته بنوشید.

دوستان و خانواده‌تان را هم به انتخاب‌های سالم تشویق کنید.

۴. استرس را کاهش دهید تا قلب‌تان شادتر بماند

زمستان معمولاً با وظایف بیشتر، استرس و حتی

افسردگی فصلی همراه است. همه این عوامل به طور مستقل خطر قلبی را با افزایش فشار خون و التهاب بالا می‌برند.

هر روز زمانی برای فعالیت‌های آرامش‌بخش مثل مدیتیشن، تنفس عمیق یا یوگای ملایم اختصاص دهید.

یاد بگیرید «نه» بگویید و مرزهای سالم بگذارید.

اگر احساسی استرس، اضطراب یا افسردگی فصلی دارید، حتماً از دیگران یا متخصص کمک بگیرید.

۵. خواب باکیفیت را در اولویت قرار دهید

در زمستان میل به خواب بیشتر کاملاً طبیعی و حتی مفید برای قلب است! تحقیقات نشان می‌دهد ۸–۹

ساعت خواب باکیفیت در شب فشار خون را تنظیم و به ترمیم قلب کمک می‌کند. انجمن قلب آمریکا خواب را یکی از ارکان اصلی سلامت قلب می‌داند.

ساعت خواب و بیداری منظمی داشته باشید (حتی آخر هفته‌ها).

قبل از خواب از صفحه نمایش دوری کنید و به جای آن کتاب بخوانید، حمام گرم بگیرید یا حرکات

می‌کنند و رادیکال‌های آزاد مضر را خنثی می‌کنند که باعث استرس اکسیداتیو و التهاب می‌شوند؛ دو عامل اصلی پیری و بیماری‌های مزمن از جمله افت شناختی.

با کاهش التهاب در سراسر بدن و به‌خصوص در رگ‌های ظریف مغز، محیط سالم‌تری برای رشد سلول‌های مغزی ایجاد می‌کنید. مصرف منظم و روزانه این نوشیدنی‌های غنی از پلی‌فنول به سلامت کلی سیستم گردش خون کمک می‌کند. آن را مثل تعمیر و نگهداری روزانه برای آن ۴۰۰ مایل رگ خونی تصور کنید. البته به حساسیت خودتان به کافئین توجه کنید، اما اضافه کردن قهوه بدون شکر و انواع چای (سبز، سیاه یا اولونگ) راهی ساده و لذت‌بخش برای حمایت بلندمدت از سلامت مغز و جلوگیری از آسیب عروقی منجر به زوال عقل است.

۳. آجیل را جدی بگیرید: گردو، بادام و پسته

آجیل‌های درختی واقعاً غول‌های تغذیه‌ای هستند و باید بخش ثابت هر رژیم غذایی متمرکز بر طول عمر و سلامت مغز باشند. گردو، بادام، پسته و ماکادامیا پر از ترکیبی برنده از چربی‌های سالم، پروتئین گیاهی و فیبر غذایی هستند. چربی‌های سالم (به‌خصوص امگا-۳ موجود در گردو) بلوک‌های ساختمانی ضروری برای غشای سلول‌های مغزی هستند و خواص ضدالتهابی قوی دارند.

اما فواید عمیق‌تر هم هست. ترکیب منحصربه‌فرد مواد مغذی در این آجیل‌ها سیستم دفاعی بدن را به شکل شگفت‌انگیزی تقویت می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهد ترکیبات موجود در آجیل می‌توانند به متابولیسم سالم کمک کنند و حتی سلول‌های سرطانی بنیادی را هدف قرار داده و نابود کنند بدون اینکه به سلول‌های سالم آسیب بزنند. با کاهش التهاب سیستمیک و حمایت از سلامت کلی بدن، به‌طور غیرمستقیم از مغزتان محافظت می‌کنید.

یک مشت آجیل خام یا پوداده خانگی میان‌وعده‌ای عالی است که شما را سیر نگه می‌دارد، قند خون را ثابت می‌کند و مواد لازم برای تیزهوش ماندن مغز را تأمین می‌کند.

۴. ستاره‌های آنتی‌اکسیدان را در آغوش بگیرید: گوجه‌فرنگی و توت‌ها

اگر به دنبال غذاهایی هستید که فوایدشان بسیار بیشتر از وزن‌شان باشد، گوجه‌فرنگی و توت‌ها بهترین انتخاب هستند. گوجه‌فرنگی بهترین منبع غذایی «لیکوپن» است، آنتی‌اکسیدان قدرتمندی که رنگ قرمز به آن می‌دهد. لیکوپن به‌طور گسترده برای محافظت از سیستم گردش خون و حمایت از متابولیسم سالم بررسی شده که هر دو برای سلامت مغز حیاتی هستند. چه تازه در سالاد و چه پخته در سس (پختن در واقع لیکوپن را بیشتر در دسترس بدن قرار می‌دهد)، گوجه فوق‌العاده است.

توت‌ها (بلوبری، توت‌فرنگی و به‌خصوص تشک) هم گروه دیگری از ستاره‌ها هستند. پر از آنتی‌اکسیدان و پلی‌فنول که با التهاب مبارزه می‌کنند. اما تشک یک سلاح مخفی دارد: یکی از غنی‌ترین منابع فیبر در میان تمام غذاها. چون سبک و توخالی هستند، فیبر بسیار زیادی دارند. این فیبر برای تغذیه باکتری‌های خوب روده ضروری است که از طریق محور روده–مغز مستقیماً با مغز در ارتباط هستند. میکروبیوم سالم روده التهاب کل بدن را کاهش می‌دهد و در نتیجه شبکه عروقی ظریف مغز را محافظت می‌کند.

۵. پایه و اساس را با سبزیجات برگی بسازید

رژیم‌های مدیترانه‌ای و آسیایی به‌طور مداوم با نتایج بهتر سلامتی و طول عمر بیشتر همراه هستند و سنگ‌بنای هر دوی آن‌ها مصرف زیاد سبزیجات برگی است. سبزیجاتی مثل کلم کیل، بوک‌چوی، سوییچ چارد و اسکارول برای رژیم غذایی سالم مغز اساسی هستند. کالری کمی دارند اما فوق‌العاده غنی از ویتامین‌ها، مواد معدنی و فیبر مورد نیاز بدن هستند. این سبزی‌ها مواد اولیه خوب برای صدها فرآیند بدنی را تأمین می‌کنند؛ از ساخت استخوان‌های قوی گرفته تا عملکرد صحیح سیستم ایمنی. برای مغزتان، به سلامت کلی سیستم عروقی کمک می‌کنند. ویتامین‌ها و مواد معدنی یکپارچگی و انعطاف‌پذیری رگ‌های خونی را حفظ می‌کنند، در حالی که فیبر به کنترل کلسترول و قند خون کمک می‌کند و از شرايطی که منجر به گرفتگی عروق و زوال عقل عروقی می‌شود جلوگیری می‌کند. درست کردن یک سالاد بزرگ به‌عنوان غذای اصلی، اضافه کردن سبزی به اسموتی یا تفت دادن آن‌ها پایه‌ای محکم برای زندگی طولانی و سالم با ذهنی تیز است.



✦ طنز مکتوب‌نوش و نیش- علی‌اصغر کمال‌لار «غمین»

فعال فضای مجازی

شبه‌ها تو بیداری چرا؟ گوشی به کف داری چرا؟
هی پست بگذاری چرا؟ این حد گرفتاری چرا؟

هی در مجازی می‌بری، پُستی، کلیبی می‌بری
بس می‌نهی از هر دری، هی پستِ تکراری چرا؟

با یک، دو تِن چت می‌کنی، چت‌را مرتب می‌کنی
تند و به سرعت می‌کنی، بر خود فشار آری چرا؟

دانی که درد گردنت؟ باشد از این چت کردند
پژمردن و افسردنت! مِشتی! خود آزاری چرا؟

آنلاینی و هستی به روز، پشت تو در آورده قوز
شد صبح و بیداری هنوز، بی‌حال و بیماری چرا؟

خسته شده چشمان تو، لاغر شدی کو جان تو
از پا فُتد تنبان تو، اینسان سَر کاری چرا؟

با دیگران قهری گلم، اُخمو چنان زهری گلم
نومیدی همشهری گلم، اشکت شده جاری چرا؟

مثانه باشد در عذاب، کلیه ات، وضعش خراب
قُذت شده خُم بی‌حساب، آنلاین و پر کاری چرا؟

گر که زنی یا اینکه مرد، کردی روابط را تو سرد
رویت شده بیرنگ و زرد، ناشاد و غمخواری چرا؟

این علم و دانش ای "غمین"، در هر دیار و سرزمین
هی بار منفی اش نبین، بدبین تو بسیاری چرا؟

بی‌توته: اغلب ما گمان می‌کنیم تغییر زندگی نیازمند یک اتفاق بزرگ است؛ پول زیاد، یک شغل رؤیایی، مهاجرت یا حتی شناختن آدم‌های تأثیرگذار. اما حقیقت این است که ۹۰٪ تغییرات بزرگ از انتخاب‌های کوچک و مداوم شکل می‌گیرد؛ انتخاب‌هایی که شاید ساده به نظر برسند، اما با تکرار روزانه‌شان می‌توان مسیر زندگی را در چند ماه کاملاً عوض کرد.

۱. هر روز فقط ۱۰ دقیقه زودتر بیدار شو
بیدار شدن زودتر از خواب شاید کوچک‌ترین تصمیم یک روز باشد، اما همین ۱۰ دقیقه می‌تواند نقطه شروع یک روز متفاوت باشد. جذابیت این تصمیم در این است که بدون فشار زیاد، یک تغییر کاملاً قابل اجراست؛ نه مثل برنامه‌های سخت صبحگاهی، نه مثل چالش‌های ناممکن.

چرا این ۱۰ دقیقه مهم‌تر از چیزی است که فکر می‌کنی؟

به ذهن فرصت گرم شدن می‌دهد. بلافاصله بعد از بیداری ذهن در حالت پردازش سنگین نیست. اگر چند دقیقه قبل از دیگران یا قبل از شروع کارهای روزمره بیدار شوی، ذهن فرصت پیدا می‌کند آرام آرام فعال شود. احساس کنترل روی روزت پیدا می‌کنی. وقتی صبح با عجله شروع می‌شود، انگار کل روز علیه توست. یک شروع آرام، حس تسلط و مدیریت زمان را افزایش می‌دهد.

اضطراب صبحگاهی کمتر می‌شود. عجله کردن، درگیری با موبایل، یا فشار زمان باعث افزایش کورتیزول می‌شود. این ده دقیقه می‌تواند تفاوت بزرگی ایجاد کند. به تو فرصت انجام کارهای عقب‌افتاده را می‌دهد. نوشیدن آب، مرتب کردن تخت، چک کردن برنامه روز، یک دقیقه مدیتیشن... همین کارهای کوچک کیفیت روزت را تغییر می‌دهند.

۲. روزی فقط یک صفحه مطالعه کن

در ذهن بسیاری از ما «مطالعه» معادل است با یک کار بزرگ؛ باید زمان، تمرکز و حال خوب داشته باشیم. همین باعث می‌شود همیشه عقب بيفتند. اما یک صفحه آن قدر کوچک است که هیچ بهانه‌ای برای انجام ندادنش نمی‌ماند.

چرا یک صفحه؟

– شروع ساده، مهم‌تر از حجم زیاد است: روان‌شناسی عادت‌ها تأکید دارد که آغاز عادت باید ساده باشد تا مغز آن را تهدید تلقی نکند. اثر مرکب. یک صفحه در روز

یعنی ۳۶۵ صفحه در سال؛ یعنی دست‌کم یک کتاب کامل بدون هیچ فشار.

– دویامین سالم: هر بار یک صفحه را می‌خوانی، مغز حس موفقیت را ثبت می‌کند و تو را برای ادامه تشویق می‌کند. ورود آرام ذهن به فضای یادگیری. مطالعه کم اما پیوسته ذهن را آماده‌تر، خلاق تر و هوشیارتر می‌کند.

۳. روزی ۵ دقیقه حرکت کن — حتی اگر از ورزش متنفر باشی!

– بسیاری از افراد ورزش را کاری بزرگ می‌دانند؛ باشگاه، لباس مخصوص، برنامه‌ی حرفه‌ای.



اما حقیقت این است که بدن انسان برای حرکت ساخته شده، نه برای نشستن طولانی‌مدت.

۵ دقیقه حرکت یعنی:

کشش ساده، چند قدم راه رفتن، چرخاندن شانه‌ها، باز کردن قفسه سینه، یا حتی رقصیدن با یک آهنگ مورد علاقه.

این ۵ دقیقه چه تغییری ایجاد می‌کند؟

– افزایش انرژی فوری. گردش خون بهتر، اکسیژن بیشتر، خستگی کمتر.

– کاهش دردهای گردن، شانه و کمر مخصوصاً اگر

ساعت‌ها پشت میز می‌نشینی.

– بهبود خلق‌وخو. حرکت حتی ۱ دقیقه‌ای هورمون سروتونین را بالا می‌برد.

– ساختن یک هویت جدید. تو تبدیل می‌شوی به «کسی که ورزش می‌کند» حتی اگر بسیار کم.

۴. روزی یک کار عقب‌افتاده را انجام بده
کارهای کوچک عقب‌افتاده—آن‌هایی که شاید کمتر از یک دقیقه طول می‌کشند—بزرگ‌ترین «دزدهای انرژی ذهنی» هستند. مثل پاک کردن یک پیام، مرتب کردن میز، شستن یک لیوان، یا فرستادن یک ایمیل کوتاه.

چرا انجام دادن این کارها ذهن را آزاد می‌کند؟

– اثر یوگاریتیک: کارهای نیمه‌تمام ذهن را مشغول نگه می‌دارند حتی وقتی به آن‌ها فکر نمی‌کنی.

– افزایش حس کنترل: با انجام دادن یک کار کوچک، ذهن پیام «من توان انجام کارها را دارم» دریافت می‌کند.

– جلوگیری از انباشته شدن کارها: همین موارد کوچک اگر جمع شوند تبدیل به کوهی از کارهای سنگین می‌شوند.

– اعتمادبه‌نفس بیشتر: انجام کار—حتی کارهای کوچک—به تو حس موفقیت می‌دهد.

۵. هر شب ۳ چیز مثبت روزت را بنویس

این یکی شاید در ظاهر ساده باشد، اما اثرش از بسیاری از تمرین‌های روانشناسی عمیق‌تر است. نوشتن ۳ اتفاق مثبت، هر چقدر کوچک، ذهن را از حالت «بقای منفی‌بین» به حالت «دیدن خوبی‌ها» منتقل می‌کند.

چرا این کار تا این اندازه مؤثر است؟

تمرکز از مشکلات به نعمت‌ها تغییر می‌کند. مغز به‌طور طبیعی منفی‌گراست؛ با نوشتن نکات مثبت، به آن آموزش می‌دهی که فرصت‌ها را بیشتر ببیند. کاهش استرس و نگرانی. وقتی قبل از خواب ذهن به جای دغدغه‌ها روی زیبایی‌های روز تمرکز کند، آرامش بیشتری تجربه می‌کنی.

بهبود رابطه با خود و دیگران. وقتی خوبی‌ها را می‌بینی، قدردانی در رفتار و کلامت بیشتر می‌شود. اثر بلندمدت بر هویت. بعد از چند هفته متوجه می‌شوی که به طور طبیعی شش‌سرع به دیدن چیزهای خوب می‌کنی، حتی در روزهای سخت.

طرح: عصر مردم

جدول شماره ۱۴۰۴/۳۶۲۳

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
														۱
														۲
														۳
														۴
														۵
														۶
														۷
														۸
														۹
														۱۰
														۱۱
														۱۲
														۱۳
														۱۴
														۱۵

افقی:

۱-نوعی ماهی جنوبی- قراردادی ننگین بین ایران و عثمانی

۲-مذکر- وسیله ای برای پرواز- سازمان جاسوسی آمریکا

۳-درختان- خنده رو- از اناجیل اربعه

۴-زاید- از توابع استان خوزستان- پرستار- مقصد

۵-رود آلمانی- بدون- آب منجمد

۶-اهل غیبت- حیوانی بدبو

۷-مکانی در جهنم- آبادی در بیابان- نام قدیمی بهمهان

۸-رود مرزی- گم واژگون- شهری در آلمان- دیروز عرب

۹-از توابع شهرستان کاشان- نوعی ماضی- آشکار

۱۰-بخشی از دستگاه گوارش- کشوری باستانی در اروپا- از شاخه های موسیقی

۱۱-آب منجمد- مادر ورزشی ها- شراب- دشنام

۱۲-اهمیت و احترام- از حیوانات جنگلی- حرارت- زمان

۱۳-طن- برخی اوقات- تشویق به حرکت کردن

۱۴-جایجایی- باران تند- از توابع تهران بزرگ

۱۵-جمال- بهره برداری

عمودی:

۱-گردشگری- شهری در اسپانیا

۲-ریه- اجراکننده- آباد

۱۴۰۴/۳۶۲۳ جواب جدول شماره

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
س	و	ر	م	ف	ش	ا	پ	و	ر	خ	و	ر	ه	۱
ی	ف	ر	ت	ک	د	ی	خ	ر	ج	ا	۲			۲
م	ف	ت	و	ن	ا	م	ر	ی	ا	۳				۳
ا	ن	ک	ب	ک	ت	ز	ن	د	ه	و	۴			۴
ب	ر	ا	ی	ن	چ	ن	ر	س	ر	ز	۵			۵
د	م	د	ا	ی	ن	خ	م	ی	ر	ب	۶			۶
ج	و	ا	ن	ی	و	ا	ا	ر	س	ا	ل	۷		۷
ا	ر	س	ا	ه	و	ک	ن	ک	و	ل	د	۸		۸
ز	ی	ا	ر	ت	ص	ل	پ	ش	خ	م	د	۹		۹
م	م	ا	ر	د	ل	ک	ا	ت	ه	ک	م	۱۰		۱۰
و	د	ا	د	ا	ر	ج	ل	ر	ن	ق	ی	۱۱		۱۱
ر	و	د	ر	و	ح	ف	ت	ی	ا	ت	ن	۱۲		۱۲
ی	و	ر	ش	ن	م	و	ر	ک	ی	م	ی	۱۳		۱۳
ا	ن	ا	ز	ا	ن	ا	ت	ر	ج	ی	۱۴			۱۴
ن	ی	ا	و	ر	ا	ن	ت	ا	پ	ا	و	ر	ی	۱۵

۱۰-بدی- نامی پسرانه و ایرانی- فلج
۱۱-تک خال- از مصالح ساختمانی- اسب ترکی
۱۲-نصف- تالاب- کالا- سخن
۱۳-علاج- مردان- فرش حصیری
۱۴-اندازه- فرمانروا- استغراق
۱۵-فرزند محبوب یعقوب- الفت- از توابع شهرستان فسا
۳-صاحب گنج و نگهبان آن- چپ- قاتل
۴-خانه- پسر- بهره- ایجاد تونل زیر ساختمان و خانه
۵-رشد یافته- از چهره های تاریخی در کردستان- پاسخ منفی عرب
۶-نقاش معروف هلندی- مجرای خون
۷-درخشندگی- تعجب زنانه- برابر
۸-زخم- بی شرمی- علامت جمع در فارسی
۹-از جنس کتان- دومین عدد طبیعی- ابریشم نقش دار

آگهی

هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۱۹۸۳۵-۳۱۱۰۳۵-۱۴۰۶۰۳۱۱۰۳۵-۱۴۰۴/۸/۰۷ مورخ ۱۴۰۴/۸/۰۷ موضوع پرونده کلاسه شماره ۱۸۶۲-۱۴۰۴/۱۱/۳۵-۱۴۰۴/۱۱/۳۵ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای عبدالرحیم پورغالی عطبی به شماره شناسنامه ۴۸۴ کدملی ۱۸۱۸۲۰۴۲۸۲ صادره از آبادان فرزند عبدالحسن در شش‌دانگ یک قطعه زمین مشجر به مساحت ۱۳۰۶/۲۶ مترمربع به پلاک ۱۱/۷۹۷۰ به آدرس شیراز ورودی صدرا قصر سبب باغ شهری رزلند ۶ پلاک ۲۱ واقع در فارس بخش ۳ حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۳ خریداری از مالک رسمی آقای بهرام دام شکن محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که 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، 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: ۱۴۰۴/۸/۲۷

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۹/۱۳

۷۲۴۵/م الف

رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک ناحیه ۳ شیراز
روح اله دهقان

۷۲۴۷/م الف

رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کوار
مراد سلیمانی

برترین بانوان شمشیرباز فارس شناخته شدند

در پایان رقابت‌های شمشیربازی بانوان قهرمانی استان فارس که در شیراز برگزار شد، نفرات برتر استان شناخته شدند.

محمدرضا خیراندیش رئیس هیات شمشیربازی استان فارس در گفت‌وگو با ایسنا در خصوص این مسابقات گفت: رقابت‌های شمشیربازی بانوان قهرمانی استان فارس در بخش جوانان و در رشته سابر در تالار شمشیربازی شیراز و به میزبانی هیات شمشیربازی شهرستان شیراز و با حضور تمامی قهرمانان سابر استان برگزار شد که بر اساس رویکرد جدید، مسابقات با کمک داور ویدئویی VAR و حضور داوران ملی استان برگزار شد.

وی افزود: از نکات مثبت این دوره از مسابقات، قضاوت خوب داوران استان علی ایمانی، کُشورش فرزانه داور جوان شیرازی و محمدرضا نورایی‌پور بود که قضاوتی بی نقص را انجام دادند، ضمن آن که رئیس هیات شمشیربازی استان کهگیلویه و بویر احمد، مهمان ویژه این رقابت‌ها بود.

وی در پایان نفرات برتر مسابقات را معرفی کرد و گفت: در پایان این رقابت‌های یک روزه، آرشیدا کهندل شیرازی به عنوان قهرمانی رسید و کنایون خانی مقام دوم را کسب کرد و مقام سوم مشترک نیز به خانم‌ها یکتا روز پیکر و باران جوانمردی رسید.

غیبت اندونگ در حداقل ۴ بازی مهم استقلال

هافبک دفاعی استقلال به خاطر حضور در جام ملت‌های آفریقا حداقل برای چهار دیدار همراه استقلال نخواهد بود. به گزارش ایسنا، استقلال در آستانه یک دوره فشرده و سرنوشت‌ساز، باید با غیبت طولانی‌مدت دیدیده اندونگ کنار بیاید. هافبک گابنی که در تیم ملی کشورش جایگاه ثابتی دارد، برای حضور در جام ملت‌های آفریقا راهی اردوی گابن می‌شود و حداقل چهار بازی حساس آبی‌ها را از دست خواهد داد.

گابن از سوم دی، کارش را در این رقابت‌ها مقابل کامرون شروع می‌کند و آخرین بازی مرحله گروهی‌اش دهم دی برگزار می‌شود. بازگشت اندونگ هم، بسته به عملکرد تیم ملی‌اش، می‌تواند حتی دیرتر از این تاریخ باشد.

استقلال در همین بازه باید طی ۱۴ روز با فولاد هرمزگان در جام حذفی، المحرق بحرین در لیگ قهرمانان آسیا، گل‌گهر سیرجان و سپاهان در لیگ برتر روبه‌رو شود. چهار مسابقه‌ای که برای تعیین مسیر فصل تیم نقش حیاتی دارند و نبود هافبک میانی اصلی می‌تواند دردسر بزرگی بسازد.

البته با توجه به این که بازی بعدی استقلال پس از دیدار با سپاهان، در تاریخ ۲۷ دی‌ماه (یک روز قبل از فینال جام ملت‌های آفریقا) مقابل تراکتور است، اندونگ در صورت عملکرد عالی گابن و فینالیست شدن هم نهایتاً ۵ دیدار را از دست خواهد داد، به شرط این‌که دچار مصدومیت نشود.

۲ حادثه ترافیکی جداگانه در محورهای فارس ۱۳ مصدوم برجای گذاشت

رئیس مرکز اورژانس فارس گفت: تیم‌های عملیاتی اورژانس فارس با حضور سریع و ارائه خدمات درمانی پیش بیمارستانی، در دو حادثه دیروز برای نجات جان ۱۳ مصدوم وارد عمل شدند. به گزارش مهر، مسعود عابد با اشاره به وقوع حادثه رانندگی در محورهای فارس اظهار داشت: نخستین حادثه در محور جاده داریان – شیراز، دوراهی کوشک مولا رخ داد؛ جایی که برخورد دو دستگاه پراید منجر به مصدومیت ۷ نفر شد.

وی افزود: پس از انجام ارزیابی اولیه و ارائه خدمات درمانی اولیه در صحنه حادثه توسط کارشناسان اورژانس ۱۱۵، ۶ مصدوم به بیمارستان شهید رجایی و یک مصدوم دیگر به بیمارستان نمازی شیراز منتقل شدند.

رئیس مرکز اورژانس فارس ادامه داد: دومین حادثه در ابتدای جاده شهرک صنعتی اویز فراشبند رخ داد که طی آن یک دستگاه کوئیک واژگون شد.

به گفته وی، در این حادثه ۶ مصدوم دچار آسیب‌های سطحی شدند که‌با دریافت خدمات درمانی پیش بیمارستانی در محل حادثه درمان شدند. عابد تصریح کرد: حضور به موقع و عملکرد دقیق کارشناسان اورژانس ۱۱۵ نقش مهمی در تثبیت وضعیت مصدومان و جلوگیری از وخامت حال آسیب دیدگان داشت.

دستبند پلیس بر دست ارادل و اوباش

فرمانده انتظامی داراب از دستگیری ۲ نفر ارادل و اوباش سابقه‌دار به اتهام ایجاد مزاحمت برای شهروندان توسط پلیس امنیت عمومی این شهرستان خبر داد.

سرهنگ سیدرحمان هاشمی در گفت‌وگو با خبرنگاری پلیس، بیان داشت: در پی مراجعه خانواده‌ای به پلیس امنیت عمومی داراب و اعلام ایجاد مزاحمت و آزار و اذیت توسط دو نفر ارادل و اوباش برای فرزندان‌شان، با توجه به اهمیت موضوع مراتب به صورت ویژه در دستور کار ماموران این پلیس قرار گرفت.

وی افزود: مامورین پلیس ضمن هماهنگی قضایی، تحقیقات خود را آغاز کردند و در یک عملیات ضربتی دو متهم که در ارادل و اوباش سابقه‌دار بودند را دستگیر و به مقر پلیس منتقل نمودند. فرمانده انتظامی داراب با اشاره به تشکیل پرونده قضایی برای این افراد، خاطرنشان کرد: پلیس به هیچ وجه اجازه عرض اندام به کسانی که امنیت و آرامش شهروندان را خدشه دار کنند، نخواهد داد و با جدیت و بدون اغماض با آنها برخورد می‌کند.

توقیف خودرو حامل ۲ هزار لیتر سوخت خارج از شبکه در خرامه

فرمانده انتظامی خرامه از توقیف یک دستگاه وانت نیسان حامل ۲ هزار گازوئیل خارج از شبکه توزیع در این شهرستان خبر داد. سرهنگ محمد رضایی در گفت‌وگو با خبرنگاری پلیس، بیان داشت: ماموران انتظامی خرامه حین گشت زنی در سطح حوزه استحفاظی به یک دستگاه وانت نیسان حامل بار مشکوک شدند و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند.

وی افزود: در بازرسی از این خودرو ۲ هزار لیتر گازوئیل خارج از شبکه توزیع کشف و راننده نیز به مراجع قضایی معرفی شد. کارشناسان ارزش این محموله را ۹۰۰ میلیون ریال برآورد کردند.

ورزش



ناکامی عجیب نوجوانان فوتبال ایران؛ نسلی که نابود شد

ابتدا انتخاب با شفافیت به نقادها جواب داده می‌شد شاید الان فدراسیون می‌توانست واکنش بهتری داشته باشد، اما حالا با توجه به کسب این نتایج باید دید که آیا اصلا فدراسیون قصد دارد پاسخگو این شرایط باشد یا خیلی راحت از این موضوع مهم عبور می‌کند؟

پیش از این نیز عباس چمنیان نتایج بسیار ضعیفی در جام ملت‌های ۲۰۲۵ کسب کرده بود، تنها یک امتیاز از گروهی که کره‌شمالی، تاجیکستان و عمان در آن حضور داشتند. همان شکست‌ها سبب شد ایران حتی برای حضور در مرحله مقدماتی دوره جدید جام ملت‌ها هم مجبور به بازی شود. حالا با نتایج احمدی، فدراسیون در برابر افکار عمومی ایستاده است، شکست‌هایی که نه اتفاق، بلکه ادامه یک روند معیوب هستند. روندی که باعث شده ایران پس از ۳۱ سال، دوباره نتواند از مرحله مقدماتی صعود کند. اتفاقی که آخرین بار در سال ۱۹۹۴ رقم خورده بود.

حذف نوجوانان، یک شکست معمولی نیست، به معنای هدررفتن یک نسل از فوتبال است. بازیکنانی که به دلیل محدودیت سنی دیگر قادر نیستند این مسیر را جبران کنند. این شکست یعنی سرمایه انسانی یک سال کامل از فوتبال ایران دود شده است.

مساله فوتبال پایه تنها مربوط به انتخاب سرمربی نمی‌شود، در فوتبال پایه ایران استعدادیابی بدون معیار روشن انجام می‌شود، باشگاه‌های لیگ برتری اصلا توجهی به آکادمی‌ها ندارند، همانند سایر رده‌ها اصلا بازی‌های تدارکاتی برای فوتبال پایه ندارند. عدم استفاده از مربیان متخصص در بدنسازی پایه و آنالیز، تغییرات مداوم در مدیریت و عدم برنامه‌ریزی‌های بلندمدت برای فوتبال پایه و نبود فلسفه سرعت بسیار بالا در حال پیشی گرفتن از ما هستند.

حوادث



استرداد متهمان به قتل توسط پلیس بین الملل

ستمر و اقدامات فنی و پلیسی به عمل آمده، متهمان در مخفیگاهشان شناسایی، دستگیر و به مراجع قضایی معرفی شدند.

بر اساس گزارش سایت پلیس، سرهنگ محمودی با اشاره به تلاش‌های بی وقفه صورت گرفته در پلیس بین‌الملل فراجا تصریح کرد: به موازات اقدامات بین‌المللی در نهایت با بهره‌گیری از توان دیپلماتی انتظامی، متهمان شناسایی شده، در معیت عوامل انتظامی به کشورشان مسترد و تحویل مراجع مربوطه شدند.

بارش‌های موسمی ویرانگر در جنوب آسیا؛ کشته‌های سیل اندونزی به ۷۱۲ تن رسید

خواهند شد.

سازمان جهانی بهداشت نیز اعلام کرده است در حال اعزام تیم‌های واکنش سریع و ارسال تجهیزات حیاتی به این منطقه است و هم‌زمان بر تقویت نظام پایش و مراقبت بیماری‌ها تمرکز دارد. توفان‌های موسمی در این منطقه هر سال معمولاً باران‌های سنگین به همراه دارد که می‌تواند موجب رانش زمین و سیلاب شود، اما بارندگی‌های امسال با شکل‌گیری یک توفان استوایی نادر در تنگه «مالاکا» تشدید شد؛ توفانی که بخش‌هایی از سوماترا و جنوب تایلند را ویران کرد و در تایلند نیز دست‌کم ۱۸۱ قربانی گرفت. سریلانکا هم بر اثر توفان دیگری موسوم به «دیتوا» با سیلاب‌ها و رانش‌های زمین فاجعه‌بار روبرو شده و این حوادث طبیعی در این کشور تاکنون ۴۱۰ قربانی بر جای گذاشته و ۳۳۶ نفر نیز همچنان مفقودند.

بنابر اعلام خبرگزاری شینهوا، این رقم شامگاه سه‌شنبه به ۷۱۲ نفر اصلاح شد. یونیسف همچنین اعلام کرده است نیروهای امدادی و تیم‌های واکنش اضطراری برای رسیدن به بازماندگان با سرعت در تلاش هستند، اما راه‌های مسدود و پل‌های تخریب‌شده، مانع از پیشروی آن‌ها شده است. به گفته این نهاد، برخی مناطق در سوماترای شمالی و «آچه» از طریق جاده قابل دسترسی نیستند.

مقامات محلی می‌گویند در آچه، یکی از مناطق به‌شدت آسیب‌دیده، بازارها با کمبود برنج، سبزیجات و سایر اقلام ضروری روبرو شده‌اند و قیمت‌ها تا سه برابر افزایش یافته است. نهادهای محلی نیز در حال ارسال ۱۲ تن کمک غذایی اضطراری هستند و هشدار داده‌اند که اگر مسیرهای تامین غذا طی هفت روز آینده بازسازی نشود، جوامع مختلف در آچه با خطر جدی کمبود مواد غذایی و گرسنگی مواجه

ادامه درخشش نابغه تکنودوی ایران زندی قهرمان زیر ۲۱ سال جهان شد

ابوالفضل زندی با شکست رقبای خود به مدال طلای رقابت‌های زیر ۲۱ سال قهرمانی جهان دست یافت.

به گزارش ایسنا، در پایان رقابت‌های روز نخست تکنودوی زیر ۲۱ سال قهرمانی جهان در نایروبی کنیا، ابوالفضل زندی نماینده ورن ۵۸– کیلوگرم با شکست قاطع تمام رقبای خود یک ماه پس از کسب مدال طلای بزرگسالان جهان، این بار بر سکوی نخست رقابت‌های زیر ۲۱ سال جهان ایستاد.

و اما امیرمحمد اشراقی در وزن ۷۸+ کیلوگرم با شکست در مرحله نیمه نهایی برابر حریف قزاق به مدال برنز رسید.

در وزن ۵۸– کیلوگرم، ابوالفضل زندی دارنده مدال طلای جهان پس از استراحت در دور نخست، برابر نماینده هند در ۲ راند و با نتایج ۱۲ بر یک و ۱۳ بر یک به برتری رسید و راهی یک هشتم نهایی شد. وی در این مرحله نیز مقابل حریف خود از اکوادور با نتیجه قاطع ۲ بر صفر به برتری رسید و به یک چهارم نهایی راه یافت.

زندی در سومین مبارزه مقابل کارلوس کورتس از مکزیک در ۲ راند و با نتایج قاطع ۱۳ بر صفر و ۱۲ بر صفر به برتری رسید و راهی نیمه نهایی شد. وی در این مرحله مقابل فونسکا از برزیل در ۲ راند و با نتایج ۱۶ بر صفر و ۷ بر صفر به برتری رسید و راهی فینال شد.

زندی در ادامه درخشش خود در دیدار فینال نیز مقابل ماگومدوف از روسیه در ۲ راند و با نتایج قاطع ۹ بر ۴ و ۳ بر ۳ به‌برتری رسیدو مقتدرانه‌صاحب‌مدال طلای زیر ۲۱سال جهان شد. زندی نابغه با اخلاق تکنودوی ایران ماه گذشته نیز در رقابت‌های بزرگسالان قهرمانی جهان در چین پس از ۱۰ سال تکنودوی مردان ایران را صاحب مدال طلا کرد.

پیش از این امیرمحمد اشراقی در وزن ۸۷+ کیلوگرم به مدال برنز رسید، اما سارا صوفی در وزن ۷۲+ کیلوگرم از دور مسابقات کنار رفت. روالان گودزیی نماینده وزن ۴۹– کیلوگرم ایران دیگر نماینده ایران در روز نخست این رقابت بود که به دلیل برخورد با نماینده رژیم صهیونیستی در دور نخست، از حضور در مسابقات کناره گیری کرد.

۲ ایرانی در جمع ۱۰ بازیکن امتیازآور انتخابی جام جهانی

فیفا امتیاز آورتین بازیکنان دور دوم پنجره نخست انتخابی جام جهانی بسکتبال در قاره آسیا را اعلام کرد.

به گزارش ایسنا، تیم ملی بسکتبال مردان ایران در پنجره نخست مسابقات انتخابی جام جهانی ۲۰۲۷ برابر عراق به میدان رفت که تیم ملی ایران در دور رفت و برگشت به برتری رسید.

سبایت فیفا امتیاز آورتین بازیکنان دور دوم را در شرایطی اعلام کرد که چین کول از اردن با ۴۲ امتیاز در دیدار برابر سوریه صدرنشین است و بعد از او هیونجونگ لی از کره قرار دارد که ۳۳ امتیاز برابر چین کسب کرد.

در این رده بندی پیتز گورگیان و سینیا واحدی از ایران با ۲۱ امتیاز در رده نهم مشترک آسیا قرار دارند.

۱۸ کشته و زخمی در آتش‌سوزی شمال مصر

در پی وقوع آتش‌سوزی در یک انبار پوشاک در شمال مصر دست‌کم پنج تن کشته و ۱۳ تن دیگر زخمی شدند. به گزارش ایسنا، این آتش سوزی بامداد دیروز (چهارشنبه) به وقت محلی در خیابانی پرتردد در شهر «منصوره»، در پوشاک‌ساز منطقه طبقه که از آن به عنوان انبار پوشاک استفاده می‌شد، رخ داده است. مقامات می‌گویند بیشتر مجروحان دچار خفگی شده‌اند و همچنان در بیمارستان تحت درمان هستند. به گزارش شینهوا، همچنین اعلام شد تحقیقات برای مشخص شدن علت حادثه آغاز شده است.

سقوط هواپیمای سبک در کپ تاون آفریقای جنوبی دو کشته برجای گذاشت

مقامات آفریقای جنوبی تحقیقات در مورد سقوط هواپیمای سبک که منجر به کشته شدن دو نفر در فرودگاه مورتینگ استار در کپ تاون، پایتخت قانونگذاری این کشور شد را آغاز کرده‌اند.

به گزارش مهر به نقل از الجزیره، هواپیمای اسلینک ۲ کمی پس از برخاستن در حدود ساعت ۱۱:۰۰ صبح به وقت محلی سقوط کرد.

طبق گزارش‌های اولیه، دو سرنشین هواپما یک مربی پرواز و یک دارنده گواهینامه خصوصی بودند.

بخش تحقیقات حوادث و سوانح سازمان هواپیمایی کشوری آفریقای جنوبی (SACAA) در بیانیه‌ای اعلام کرد که یک گزارش اولیه جامع که جزئیات یافته‌های تحقیقات را شرح می‌دهد، در وبسایت این سازمان منتشر خواهد شد. سیسا مajo، سخنگوی SACAA در این بیانیه گفت: ما بازرسانی در حضور محض دارند تا اطلاعات و شواهد لازم را که بخشی از گزارش اولیه را تشکیل می‌دهد، جمع‌آوری کنند. این گزارش ظرف ۳۰ روز از روز حادثه منتشر می‌شود.

۱۲ کشته و ۳۰ مفقود در حادثه رانش زمین در رودخانه‌ای در پرو

پلیس اعلام کرد که در حادثه رانش زمین در رودخانه‌ای در بندر ایپاربا در استان کورول پورتیلو پرو، حداقل ۱۲ نفر کشته، ۶ نفر زخمی و ۳۰ نفر دیگر مفقود شده‌اند.

به گزارش مهر به نقل از رویترز، به گفته رسانه‌های محلی، پلیس منطقه شرق – مرکزی اوکاپالی گفت: این حادثه حدود ساعت ۵ صبح به وقت محلی رخ داد که رانش زمین به محل سوار شدن به کشتی‌ها برخورد کرد و به دو کشتی که در بندر پهلو گرفته بودند، آسیب رساند.

بر اساس این گزارش کشتی راپیدو اوربنته کاملاً غرق شد و قایق مسافری دتو ریگو آسیب شدیدی دید. قایق دوم از شهر پوکالپا به سمت چندین جامعه بومی حرکت کرده بود و در حال پیاده کردن مسافران در ایپاربا بود که رانش زمین رخ داد. مرکز بهداشت ایپاربا در حال درمان مجروحان است و عملیات جستجو برای یافتن مفقودان، از جمله کودکان و بزرگسالان از رودخانه کولونیا کاکو، کوریکاو و کاکو ماکایا، ادامه دارد.

