

اولین مدال طلای زنان
ایران در مسابقات تکواندو
قهرمانی جهان



۱۱

تأکید نماینده شیراز
بر رسیدگی به مطالبات
بازنشستگان



۲

همرنگ فرهنگ
اسماعیل عسلی



۲

چین از ایده تشکیل نیروی دریایی
مشترک ایران و برخی کشورهای
خلیج فارس حمایت کرد



۱۱

وانگ ونبین سخنگوی وزارت خارجه چین روز دوشنبه اعلام کرد پکن از ایده تشکیل نیروی دریایی مشترک ایران، عربستان، امارات و برخی دیگر کشورهای منطقه درجهت کمک به تقویت امنیت و ثبات منطقه حمایت می کند. به گزارش ایرنا، وانگ ونبین در نشست خبری دیروز خود تصریح کرد: حفظ صلح و ثبات منطقه خلیج فارس در خاورمیانه بر رفاه کشورها و مردم منطقه تأثیر می گذارد و برای حفظ صلح جهانی، تقویت رشد اقتصادی جهانی و حفظ تأمین انرژی پایدار از اهمیت حیاتی برخوردار است.

استاندار فارس در دیدار با رئیس مرکز اطلاع
رسانی و امور بین الملل وزارت کشور مطرح کرد :
ضرورت بهره مندی
از شیوه های نوین اطلاع رسانی
در امید آفرینی به جامعه



۱۲

راعی معاون غذا و دارو
دانشگاه علوم پزشکی شیراز:
میز خدمت الکترونیکی داروهای
تک نسخه ای راه اندازی شد



۳

سالاری مدیرکل تعزیرات حکومتی تأکید کرد :
بر خورد با متخلفان عرضه مرغ
در فارس



۴

تغییرات ساعت اداری
در فارس



۳

تصادف در شیراز
۲ کشته بر جای گذاشت



۹

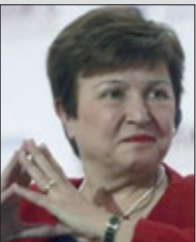
رهبر انقلاب اسلامی در مراسم سی و چهارمین سالگرد ارتحال امام خمینی(ره) : «ایمان» و «امید» نرم افزار امام(ره) برای ایجاد ۳ تحول بزرگ بود

علیرضا پاک فطرت: انتشارات نوید شیراز مروج فرهنگ ایران و اسلام است



۱۲

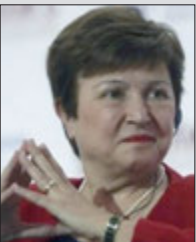
تاکید رئیس جمهور
بر تبیین خدمات نظام و انقلاب
اسلامی از تربیون های مختلف



۲

ایرنا: رئیس جمهور توجه دادن مردم و افکار عمومی به ویژه نسل جوان به نقطه تحول و کانونی ۱۵ خرداد را از وظایف ستاد کنگره ملی بزرگداشت ۱۵ خرداد عنوان کرد و بر ضرورت تبیین خدمات و اقدامات صورت گرفته به نام نظام و انقلاب اسلامی، از تربیون های مختلف تأکید کرد.

در دیدار فرزین
و رئیس صندوق بین المللی پول،
درخواست دسترسی
به داده های اقتصادی
ایران رد شد



۲

گروسی:
پیشرفت های خوبی
در خصوص تأسیسات
هسته ای ایران حاصل
شده است



۲

ناوگان انگلیس و آمریکا
مدعی تقابل با قایق های
نظامی ایران شدند



۲

به همت شهرداری منطقه ۱۱ شیراز انجام شد؛
آیین تجلیل از جانبازان ۸ سال دفاع مقدس
در شب میلاد امام مهربانی









عصر مردم:
به مناسبت فرخنده سالروز میلاد هشتمین ستاره تابناک آسمان امامت و ولایت، حضرت علی بن موسی الرضا(ع) جشن باشکوهی با حضور مسئولین بلند پایه شهر از جمله جعفر قادری نماینده مردم شیراز در مجلس شورای اسلامی، محمد حسن اسدی شهردار شیراز، اعضای شورای اسلامی شهر، شهرداران برخی مناطق و خانواده جانبازان سرافراز هشت سال دفاع مقدس در مرکز توانبخشی جانبازان سلمان فارسی برگزار شد.
اجرای سرود، موسیقی، مولودی خوانی، نمایش طنز، تقلید صدا، مسابقه و تجلیل از جانبازان دفاع مقدس از برنامه هایی بود که در این جشن با شکوه به اجرا در آمد.
مهدی طاهری رئیس شورای اسلامی شهر، محمد حسن اسدی شهردار شیراز و علی فراشتایان شهردار منطقه یازده در سخنانی کوتاه با تمجید از دلوری های جانبازان هشت سال دفاع مقدس امنیت و اقتدار امروز کشورمان را موهون جانشانی های این عزیزان دانستند و بر چاره ای اندیشی برای رفع مشکلات آنها تأکید کردند.
گفتنی است در پایان این آیین هدایایی به رسم یادبود به تک تک جانبازان گرانقدر حاضر در مجلس اهدا شد.

رهبر انقلاب اسلامی در مراسم سی و چهارمین سالگرد ارتحال امام خمینی(ره) :
«ایمان» و «امید» نرم افزار امام(ره) برای ایجاد ۳ تحول بزرگ بود



رهبر معظم انقلاب اسلامی در اجتماع پرشکوه، عظیم و پرشور مردم قدرشناس و وفادار در سی و چهارمین سالگرد رحلت امام خمینی(ره)، امام راحل را از سرآمدان تاریخ ایران خواندند و با تبیین ۳ تحول بزرگی که امام در سطح کشور، امت اسلامی و سطح جهان بوجود آورد، گفتند: «ایمان» و «امید» امام، عامل نرم افزاری و بوجودآورندهی این تحولات عظیم تاریخی بود و هرکسی و هر مجموعه و جریانی که به «ایران، منافع ملی، بهبود اوضاع اقتصادی، پیشرفت کشور و عزت ملی» علاقه مند است، باید همه سعی خود را در تقویت «ایمان» و «امید» مردم و جامعه به کار گیرد.
حضرت آیت الله خامنه ای، امام بزرگوار را پرچم برافراشته رسالت های الهی در عصر

جاهلیت های مسلح قرن های اخیر خواندند و با اشاره به نیاز همه مسئولان و مردم به خصوص جوانان به شناخت ابعاد این شخصیت عظیم، افزودند: امام نه فقط سرآمد روزگار، ما بلکه از سرآمدان تاریخ ایران است که هیچکس و هیچ جریانی قادر به حذف او از حافظه تاریخ و یا تحریف «موثر، طولانی و ماندگار» او نخواهد بود؛ چرا که خورشید را نمی توان پشت ابر پنهان کرد.
ایشان با اشاره به ابعاد شگفت انگیز شخصیت امام در «دانش های دینی، ایمان و تقوا، استحکام شخصیت و قوت و اراده، قیام لله و سیاست روزی انقلابی، و ایجاد تحول در نظام بشری»، افزودند: جمیع این ابعاد در هیچ یک از سرآمدان تاریخ ایران دیده نمی شود؛ به همین علت امام یگانه ما، همیشه زنده خواهد بود و چهره درخشان خود را با صدای رسا به همه معرفی خواهد کرد.

سختان رهبر انقلاب در جمع انبوه بی شمار مردم در حرم مطهر امام خمینی، با بررسی عوامل سخت افزاری و نرم افزاری کمک کننده به امام بزرگوار در روند تحول آفرینی های تاریخی ادامه یافت.
حضرت آیت الله خامنه ای، صفحات کاغذ و نوارهای ضبط صوت را تنها عوامل سخت افزاری امام برای رساندن پیام ها و سخنان شان به مردم برشمردند و تأکید کردند: آنچه امام را به آن فعالیت های معجزه آسا قادر ساخت، دو عامل مهم نرم افزاری یعنی «ایمان» و «امید» بود.
ایشان با اشاره به سختان استاد شهید مطهری بعد از ملاقات با امام خمینی در پاریس، افزودند: مطهری که خود کوه ایمان بود، در امام چهار ایمان مشاهده کرد: ایمان «به هدف، به راه، به مردم و بالاتر از همه، ایمان به خدا».
رهبر انقلاب پس از برشمردن ابعاد ایمان و امید امام، احاد ملت بخصوص جوانان خوش روحیه و پُر تلاش کشور را به عمل به درس های امام بزرگوار برای پیمودن راه طولانی و انجام کارهای بزرگ پیش رو فراخواندند و گفتند: بدون تردید مهمترین درس و توصیه ایشان به ما، ادامه دادن راه او، نگهانی از میراث او و دنبال کردن تحول سه گانه ای است که در سطح کشور، امت و جهان ایجاد کرد.
ایشان اقتضات و ابزارهای لازم برای دنبال کردن راه و هدف امام را متفاوت از

همرنگ فرهنگ

جوامع بشری در طول تاریخ بارها شاهد لشکرکشی‌ها، فتوحات، شکست‌ها، پیروزی‌ها و آمد و رفت حکام و فرمانروایان گوناگون بوده اند اما بسیاری از این اگر چه روی ادبیات و برخی تغییرات ظاهری و جابجایی افراد کلیدی تأثیرگذار بوده اما تأثیرچندانی بر بهبود سرنوشت مردم نداشته است چرا که آن اتفاق اساسی یعنی تغییر درونی مردم که پایه و بنیان تعیین سرنوشت است رخ نداده و به وقوع نپیوسته است. پر واضح است که آن اتفاق اساسی نه در سایه جنگ به دست می‌آید و نه پیوندی با رفت و آمد شخصیت‌ها دارد، بلکه به دگرگونی مردم از درون مرتبط است لذا تازمانی که مردم از درون تغییر نکنند در بیرون اتفاقی نخواهد افتاد.

اثبات این موضوع هزینه‌ی زیادی ندارد. کافی است شما از یک کشور به کشوری دیگر بروید تا متوجه شوید که تفاوت وضعیت اجتماعی و معیشتی مردم رابطه‌ی مستقیمی با انتظارات و سطح مطالبات آنها دارد. حتی در مواردی وقتی از یک شهردر کشور خودمان به شهری دیگر می‌رویم نیز متوجه تفاوت وضعیت مردم می‌شویم.

همین همسایه شرقی خودمان افغانستان را در نظر بگیرید که ظرف نیم قرن گذشته چند نوع حکومت را تجربه کرده است. از حکومت کمونیستی گرفته تا مدعیان مسلمانی و دمکراسی تا این که نهائیا دوباره طالبان بر سر کار آمدند. در تمامی این سالها چون مردم تغییر زیادی نکردند و مناسبات بسته سنتی بر تعاملات اجتماعی حاکم بوده مطالبات مردم از سطح معیشت و زنده بودن فراتر نرفته است.

گاهی حتی یک اتفاق مشابه در دو کشور دو نتیجه‌ی مختلف را رقم می‌زند. مثلا در افغانستان زلزله می‌آید و در ژاپن هم زلزله می‌آید. در افغانستان تلفات و خسارات و تعطیلی و بی نظمی و غارت اموال و بی سر و سامانی را به دنبال دارد و در ژاپن حتی برای یک روز هم کارها تعطیل نمی‌شود. علت این تفاوت به نگاه متفاوتی بر می‌گردد که نسبت به زلزله وجود دارد. در جایی زلزله را ناشی از رویدادی طبیعی می‌دانند که قابل مهار است و می‌توان با استحکام بخشی سازه‌ها و بناها آن را کم اثر و خنثی کرد ولی اغلب مردم در افغانستان تنها کاری که می‌کنند قرار از خانه و دعا برای جلوگیری از وقوع آن است.

برخی از کشورها از لحاظ میزان بارندگی تفاوت چندانی با یکدیگر ندارند اما در یک جابه دلیل نبود فرهنگ صحیح مصرف از خشکسالی می‌نالند و در جایی دیگر آب‌های موجود را در سطح و زیر زمین به گونه ای مدیریت می‌کنند که بتوانند حداکثر استفاده را از آن ببرند.

از باران و سیل و زلزله که بگذریم وقوع هر رویدادی در هر جامعه ای نتیجه‌ی متناسب با دانش و فرهنگ و میزان مشارکت مردم در امور اجتماعی و احساس مسئولیت آنها دارد. در یک کشور انتخاباتی صورت می‌گیرد و بهترین‌ها به نهادهای مشورتی راه پیدا می‌کنند و در جایی دیگر چنین اتفاقی نمی‌افتد.

در بین کشورهای صادر کننده‌ی نفت نیز چنین تفاوت‌هایی قابل مشاهده است به طوری که پول حاصل از فروش نفت در برخی از کشورها صرف رفاه مردم و اصلاح زیرساخت‌ها می‌شود و در جایی دیگر صرف خرید سلاح و جنگ و مسایلی از این قبیل.

مفهوم بیمه‌ی درمان در یک جامعه یعنی نداشتن دغدغه در زمان بروز بیماری و در جامعه ای دیگر بیمه‌ی درمانی یعنی دربدری و مورد پی اعتنائی قرار گرفتن در راهروهای بیمارستان‌ها

وجود معادن و منابع سرشار در یک کشور به تولید ثروت و توسعه می‌انجامد و در جایی دیگر به رانت و اختلاس

این تفاوت‌ها در واقع به مردم باز می‌گردد که در چه سطحی از دانش و فرهنگ و مطالبه گری هستند.

گاهی معلمی در یک کلاس فرصت سر خازندن پیدا نمی‌کند زیرا دانش آموزان اهل پرسش و مطالعه و دقت نظر هستند و در کلاسی دیگر اکثریت دانش آموزان منتظر به صدا درآمدن زنگ پایان کلاس هستند تا احساس راحتی کنند.

گاهی می‌بینیم که مسئولین امور ورزشی می‌گردند و یک مربی موفق را پیدا می‌کنند و با او قراردادی میلیاردری می‌بندند و زمانی که نتیجه نمی‌گیرند آن مربی را با توپ و تشر از کار برکنار می‌کنند در حالی که همین مربی در جایی دیگر می‌تواند نتایج بهتری بگیرد زیرا در فضایی مناسب تر قادر به نتیجه گیری است.

بر این اساس به نظر می‌رسد که برخی از گلايه‌ها محلی از اعراب نداشته باشد زیرا همه چیز را مردم تعیین می‌کنند و معمولا در هر جامعه ای وقتی خیلی خوب دقیق می‌شویم می‌بینیم که همه چیزها با یکدیگر جور هستند. هم آدمهایی که برجسته می‌شوند و هم ورزش و هم کار و هم اقتصاد و هم وضعیت آب و هوا و محیط و زیست. اصولا در جوامعی که مطالبات اصلی از سطح معیشت بالا نمی‌رود، اتفاق خاصی نمی‌افتد و تحول به سراپ پيشتري شباهت دارد، زیرا اکثریت این گونه می‌خواهند البته نه با زبان بلکه با نوع رفتار و نحوه‌ی مطالبه گری چرا که با زبان بی زبانی می‌گویند که ما می‌خواهیم این گونه باشیم.
همرنگ فرهنگمان.

ناوگان انگلیس و آمریکا مدعی تقابل با قایق‌های نظامی ایران شدند



ناوگان دریایی آمریکا اعلام کرد که به همراه نیروی دریایی انگلیس تقابلی با قایق‌های نظامی ایران در تنگه هرمز داشته است. به گزارش ایسنا، به نقل از روزنامه ساوت چاینامورنینگ پست، ناوگان دریایی آمریکا روز دوشنبه ادعا کرد که به همراه نیروهای دریایی انگلیس به مقابله با قایق‌های تندرو ایرانی پرداخته است.

به ادعای نیروی دریایی آمریکا قایق‌های تندرو ایرانی عصر روز یکشنبه درحال نزدیکی به یک کشتی تجاری بودند.

این ادعا هنوز تأیید نشده و واکنشی را از سوی ادعا عکس سیاه و سفیدی از نزدیکی سه قایق

پزشک سابق کاخ سفید:

اجازه دادن به بایدن برای شرکت در انتخابات ۲۰۲۴ قصور پزشکی است



رونی جکسون، پزشک سابق کاخ سفید با اشاره به سلامت جسمی و روحی جو بایدن، گفت که کاخ سفید برای اینکه به این رئیس‌جمهور اجازه شرکت در انتخابات ریاست‌جمهوری ۲۰۲۴ با اشاره به سلامت جسمی و روحی جو بایدن، گفت که کاخ سفید برای اینکه به این رئیس‌جمهور اجازه شرکت در انتخابات پزشکی" شده است.

به گزارش ایسنا، به نوشته روزنامه دیلی میل، جو بایدن، رئیس جمهور ۸۰ ساله آمریکا روز پنجشنبه هنگام اهدای مدرک به دانشجویان آکادمی نیروی هوایی آمریکا در کلرادو روی صحنه نقش پر زمین شد. اگرچه کاخ سفید گفت که حال رئیس‌جمهور بایدن "خوب" است و یک کیسه شن موجب این اتفاق شده اما ویدئوهای منتشر شده حاکی از آن است که این رئیس‌جمهور ظاهرا نمی‌توانسته مسیر خود را پیدا کند و برای اینکه به سمت تریبون برود، به کمک احتیاج داشته است.

رونی جکسون، پزشک سابق کاخ سفید و نماینده جمهوری‌خواه کنگره آمریکا در مصاحبه‌ای با «شان‌هایتی» مجری تلویزیون فاکس نیز بیان کرد: نمی‌خواهم حرف‌های تکراری بزنم اما می‌خواهم مجدد بگویم که این مرد (جو بایدن) به لحاظ عقلی و جسمانی شایسته آن نیست که رئیس‌جمهور ما باشد و

مادورو پس از ترکیه به عربستان رفت

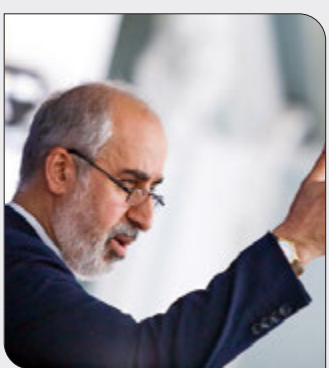


رئیس جمهور ونزوئلا دیروز دوشنبه در راس یک هیأت از وزرای دولتش از ترکیه به عربستان رفت. به گزارش ایسنا، به نقل از شبکه خبری روسیا الیوم، نیکولاس مادورو، رئیس جمهور ونزوئلا پس از سفر به ترکیه و حضور در مراسم تحلیف رجب طیب اردوغان، رئیس جمهور ترکیه، دیروز در راس هیأتی از وزرای کابینه خود به عربستان سفر کرد.

طبق گزارش خبرگزاری رسمی عربستان (واس)، بدر بن سلطان بن عبدالعزیز، معاون فرماندار منطقه مکه مکرمه، مساعد بن محمد العیبان، وزیر مشاور و عضو شورای وزیران عربستان و احمد بن ظافر، مدیر

ایران و جهان

واکنش وزارت خارجه ایران به اقدام وزارت خارجه آذربایجان مردم آذربایجان را از رژیم‌صهیونیستی بترسانید نه ایران اسلامی



سخنگوی وزارت خارجه جمهوری اسلامی ایران در واکنش به توصیه اخیر وزارت خارجه آذربایجان به شهروندانش درباره سفر به ایران نوشت: این همان سیاست است که رئیس‌جمهور رژیم جعلی، کودک‌کش و اشغالگر صهیونیستی اخیرا نوشت: وزارت خارجه آذربایجان نسبت به سفر شهروندان خود به ایران هشدار داده است! این همان سیاست است که رئیس‌جمهور رژیم جعلی، کودک‌کش و اشغالگر صهیونیستی اخیرا در سفر به باکو در پیش گرفت. آنکه باید مردم آذربایجان را از آن ترساند، رژیم‌صهیونیستی است نه ایران تمدنی و اسلامی. سیاست ما همچنان لغو وروداید و آغوش باز به روی برادران و خواهران آذربایجان است. تداوم سیاست همسایگی سرلوحه کار ماست البته در چارچوب

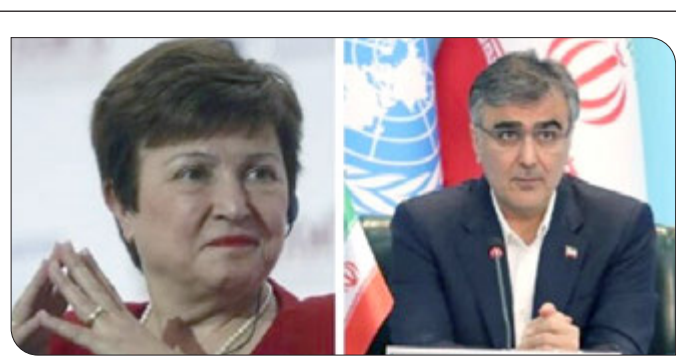
گروسی:

پیشرفت‌های خوبی در خصوص تاسیسات هسته‌ای ایران حاصل شده است



مدیرکل آژانس انرژی اتمی با اشاره به این‌که «ایران ۱۰۰ کیلوگرم اورانیوم غنی سازی شده ۶۰درصد دارد» در عین حال تأکید کرد که پیشرفت‌های خوبی در زمینه تاسیسات هسته‌ای ایران حاصل شده است. به گزارش ایسنا به نقل از الجزیره، رافائل گروسی، مدیرکل آژانس بین المللی انرژی اتمی در نشست شورای حکام این آژانس که اکنون در وین درحال برگزاری است تأکید کرد که ذخایر ایران از اورانیوم غنی‌سازی شده طی سه ماه به بیش از ۲۵ درصد افزایش یافته است. وی گفت که اورانیوم ۶۰ درصد غنی سازی شده ایران بیش از ۱۰۰ کیلوگرم است. وی همچنین مدعی شد که آژانس بین‌المللی انرژی اتمی برای اولین بار در تاسیسات هسته‌ای فردو و نظنز سیستم‌های نظارتی برای غنی‌سازی اورانیوم نصب کرد. مدیرکل آژانس همچنین تأکید کرد که پیشرفت‌هایی درخصوص تاسیسات هسته ای ایران حاصل شده است اما این پیشرفت‌ها تنها بخشی از خواسته‌های ما را محقق می‌کند. میخائیل اویانوف، نماینده روسیه در سازمان‌های بین‌المللی واقع در وین روز دوشنبه در توییتری از آغاز نشست فصلی شورای حکام آژانس بین‌المللی انرژی اتمی خبر داد. ایران یکی از محورهای نشست شورای حکام بوده و راستی آزمایی و یازرسی فعالیت‌های اتمی ایران ذیل قطعنامه ۲۲۳۱ شورای امنیت سازمان ملل و اجرای توافقاته پادمانی در آن بررسی خواهد شد. گروسی درخصوص ذرات اورانیوم یافت شده در ایران گفت: ایران توضیحات امکان‌پذیری

در دیدار فرزین و رئیس صندوق بین‌المللی پول، درخواست دسترسی به داده‌های اقتصادی ایران رد شد



ایران به دلیل تحریم‌های آمریکا دسترسی صندوق بین المللی پول به برخی از داده‌های طبقه‌بندی شده اقتصادی را رد کرد. به گزارش ایسنا از پایگاه خبری بانک مرکزی، خبرگزاری شینهوا چین در گزارشی نوشت: رئیس کل بانک مرکزی ایران گفته است که ایران نمی‌تواند به دلیل تحریم‌های «یکجانبه و غیرقانونی» آمریکا و رعایت مصالح ملی، به صندوق بین‌المللی پول (IMF) دسترسی به برخی از داده‌های طبقه‌بندی شده اقتصادی خود را فراهم کند.

محمدرضا فرزین، این سخنان را در نشست با کریستالینا جورجیوا – رئیس صندوق بین‌المللی پول در واشنگتن دی سی بیان کرد. طبق اعلام شینهوا، رئیس کل بانک مرکزی

پاسخ مثبت نیروی دریایی سپاه به درخواست کمک‌شناور تجاری خارجی

دریادار غلامشاهی از پاسخ مثبت فرماندهی و کنترل تنگه هرمز منطقه یکم نیروی دریایی سپاه به درخواست کمک کشتی تجاری خارجی در تنگه هرمز و رفع نگرانی آن خبر داد.

به گزارش ایسنا به نقل از سپاه نیوز، دریادار دوم پاسدار عباس غلامشاهی فرمانده منطقه یکم نیروی دریایی سپاه گفت: در بعد از ظهر شنبه ۱۴ خرداد ۱۴۰۲ ساعت ۱۶:۱۵ یک فروند کشتی تجاری با پرچم جزایر مارشال در هنگام ورود به تنگه هرمز بر روی کانال دریایی بین المللی ۱۶ درخواست کمک می‌کند که فرماندهی و کنترل تنگه هرمز سریعاً با این کشتی تماس برقرار نموده و پس از بررسی درخواست و وضعیت منطقه، از حضور شناورهای سبک غیرنظامی در نزدیکی این شناور رفع نگرانی و ابهام شد.

وی بیان کرد: فرماندهی و کنترل تنگه هرمز به محض درخواست کمک کشتی تجاری، با کاپیتان کشتی مذکور ارتباط رادیویی برقرار نموده و موضوع کمک را جویا می‌شود که کاپیتان کشتی اعلام می‌دارد، سه فروند قایق سبک کوچک غیرنظامی در فاصله چندمایلی از کشتی مشاهده نموده و نگران مزاحمت آنها برای خود می‌باشد.

سردار غلامشاهی افزود: متعاقباً با همکاری و تعامل با کشور همسایه (به دلیل قرار گرفتن موقعیت کشتی در آب‌های سرزمینی آن کشور)، پس از بررسی و حضور میدانی، نگرانی کاپیتان کشتی رفع و او نیز با تشکر و اطمینان خاطر

به مسیر دریانوردی خود ادامه می‌دهد.

فرمانده منطقه یکم نیروی دریایی سپاه خاطرنشان کرد: موضوع تأمین امنیت، آمدادرسانی و پاسخ به موقع به درخواست کمک شناور و کشتی‌های در حال تردد در تنگه هرمز خلیج فارس امری همیشگی بوده و تا‌رگی نداشته است و قطعاً هم ادامه خواهد داشت.

وی در ادامه گفت: متأسفانه رسانه‌های معاند به صورت غیرحرفه ای و بدون پای بندی به اخلاق رسانه ای، به ایجاد فضای آ‌منی دامن زده و با انتشار اخبار کذب در پی توجیه حضور نامشروع و غیر موجه کشورهای فرامنطقه‌ای در خلیج فارس، هستند.

دریادار دوم غلامشاهی با اشاره به رصد لحظه ای و همه جانبه تحرکات شناورهای فرامنطقه ای، در منطقه ماموریتی نیروی دریایی سپاه تصریح کرد: در موقعیت درخواست کمک کشتی تجاری، هیچ شناور فرامنطقه ای حضور نداشته و اعلام این ادعا کذب محض بوده و موضع جمهوری اسلامی ایران مبنی بر اینکه حفظ امنیت خلیج فارس بر عهده کشورهای این منطقه می‌باشد همواره مورد تأکید قرار گرفته است، زیرا توان و ظرفیت کشورهای حوزه جغرافیایی خلیج فارس به گونه ای است که می‌توانند با همکاری همديگر، امنیت پایدار در خلیج فارس را برقرار کنند و هیچ نیازی به حضور کشورهای بیگانه در منطقه ندارند.

توضیح کنعانی درباره بازگشایی سفارت‌خانه و سرکنسولگری ایران در عربستان

سخنگوی وزارت امور خارجه گفت: سفارت جمهوری اسلامی ایران در ریاض و سرکنسولگری جمهوری اسلامی ایران در جده، ۱۶ و ۱۷ خرداد ماه ۱۴۰۲ به صورت رسمی بازگشایی می‌شود.

به گزارش ایسنا، ناصر کنعانی سخنگوی وزارت امور خارجه به خصوص بازگشایی سفارت‌خانه، سرکنسولگری و نمایندگی کشورمان در سازمان همکاری اسلامی در عربستان سعودی، اظهار داشت: در تکمیل روند اجرای توافقات دوجانبه میان جمهوری اسلامی ایران و عربستان سعودی برای از سرگیری روابط دو کشور، سفارت جمهوری اسلامی ایران در ریاض، سرکنسولگری جمهوری اسلامی ایران در جده و نمایندگی دائم ایران نزد سازمان همکاری اسلامی طی روزهای سه شنبه ۱۶ خرداد و چهارشنبه ۱۷ خردادماه ۱۴۰۲ به صورت رسمی بازگشایی خواهند شد.

سخنگوی وزارت امور خارجه افزود: سفارت جمهوری اسلامی ایران در ریاض و سرکنسولگری جمهوری اسلامی ایران در جده قبل از عزیمت حجاج ایرانی فعالیت عملی خود را در جهت تسهیل امور حجاج بیت‌الله الحرام آغاز کرده و اکنون نمایندگان مذکور با حضور مسئولان وزارت امور خارجه دو کشور رسماً بازگشایی می‌شوند.

وزارت دفاع روسیه از شکست «حملات گسترده» ارتش اوکراین خبر داد

وزارت دفاع روسیه دیروز (دوشنبه) اعلام کرد، نیروهای اوکراینی طی یک "حمله گسترده" در امتداد پنج بخش از خط مقدم در دونباس به نیروهای روسیه حمله کردند اما در اهداف خود شکست خوردند.

به گزارش ایسنا، به نقل از راشا تودی، وزارت دفاع روسیه با انتشار بیانیه‌ای عنوان کرد: هدف دشمن این بود که شکافی در دفاع ما در قسمتی از آنچه که آن‌ها «سبب‌پذیرترین بخش خط مقدم» می‌پنداشتند، ایجاد کنند. این وزارتخانه با بیان اینکه این حملات اوکراینی صبح روز یکشنبه آغاز شد، افزود: دشمن در رسیدن به اهدافش شکست خورد و ناکام ماند.

وزارت دفاع روسیه گفت که اوکراین تپ‌های ۲۳ و ۳۱ مکانیزه را از "ذخایر استراتژیک" خود مستقر کرده بود که در نبرد توسط واحدهای دیگر پشتیبانی می‌شدند. در ادامه این بیانیه آمده است: نیروهای مسلح اوکراین بیش از ۲۵۰ سرباز، ۱۶ تانک، سه خودروی پیاده نظام و ۲۱ خودروی زرهی را از دست دادند.

این درحالیست که ولودیمیر زلنسکی، رئیس‌جمهوری اوکراین روز شنبه گفته بود که کی‌کیف آماده ضد حملات خود است و ارتش کشورش نمی‌تواند ماه‌ها صبر کند.

احمد رضا سهرابی / عصر مردم

یادداشت خبرنگار

ورودی یک کلانشهر!

نکته اول

بوشهر، یک کلانشهر نیست اما وقتی از فاصله حدود ۵۰ کیلومتری محور برازجان – بوشهر که وارد بزرگراه خلیج فارس می‌شوید و پس از آن به ساختمان پلیس راه ورودی شهر می‌رسید متوجه یک نوع توسعه یافتگی خواهید شد!

نکته دوم

شیراز، یک کلانشهر است اما وقتی از سمت شاخص ترین ورودی این کلانشهر یعنی محور اصفهان به شیراز حرکت می‌کنید از ساختمان پلیس راه گرفته تا دروازه قرآن شاهد یک نوع آشفتگی و بهم ریختگی بصری و جاده ای خواهید شد!

از آسفالت تاسف بار و آشفتگی بصری مقابل ساختمان پلیس راه گرفته تا جاده وصله و پینه شده مسیرمتهی به دروازه قرآن! انگار جاده به همه چیز می‌آید الا به ورودی یک کلانشهر!

نتیجه گیری اخلاقی

نمی‌دانم مسئولین می‌بینند یا نمی‌بینند؟!

اگر نمی‌بینند که هیچ ، اما اگر می‌بینند نمی‌دانم چه می‌بینند؟!

آشفتگی یادشده را نمی‌توان تهیهی به گردن شهرداری انداخت چرا که برخی ادارات و دستگاهها هم در آن دخیل و همراه هستند اما در عین حال ، لطفاً مسئولان برای بازدید مثل ستاورها صندلی عقب ماشین های شاسی بلند تویوتا و سوزوکی نشینند! سوار پراید و پژو و سایر ماشین های رایج در کشور شوند و بجای صندلی عقب ، صندلی جلو بنشینند و یا حتی خودشان رانندگی کنند. از سمت جاده اصفهان به شیراز ا نرسیده به ساختمان پلیس راه محور شمال ، خودشان را به جای یک مسافر، گردشگر و یا حتی سرمایه‌گذار بگذارند آنگاه است که حتماً تصور خواهند کرد که این جاده جالبقا است نه جاده یک کلانشهر!

رحیمیان تولیت مسجد جمکران:

امیدواری به آینده مهمترین کلام امام و رهبری است

تولیت مسجد جمکران گفت: مهم‌ترین نکته در کلام امام خمینی (ره) و رهبر معظم انقلاب امیدواری به آینده و از بین بردن یاس و نا امیدیی است.حجت‌الاسلام والمسلمین محمدحسن رحیمیان روز یکشنبه در مراسم سالگرد ارتحال امام (ره) بیان کرد: انقلاب اسلامی ایران آغازی برای انقلاب جهانی امام زمان (عج) است و همان گونه که در احکام الهی برخی از آن‌ها بر انسان واجب است مقابله با کافر و ظالم نیست بر هر مسلمانی واجب است.وی ادامه داد: مهمترین موضوعی که در کلام امام و رهبری به وضوح دیده می‌شود امیدواری به آینده است از این رو باید با کسانی که یاس و ناامیدی را در جامعه رواج می‌دهند برخورد شود.

این در حالی است که با مطالعه سخنان امام (ره) حتی یک نقطه تاریک و ناامید کننده دیده نمی‌شود. حجت الاسلام رحیمیان با اشاره به جنگ ترکیبی دشمن گفت: جنگ ترکیبی که دشمن انجام داده و در آن فضاسازی انجام داده است باعث شده است تا عدای فریب خورده و گمان کنند کار نظام جمهوری اسلامی تمام شده است اما بطور اینگونه افراد تحت تأثیر رسانه دشمن قرار می‌گیرند در حالی که وضعیت تا این اندازه روشن است. اگر کمترین تأمل در وضعیت انقلاب اسلامی و تاریخ آن داشته باشیم متوجه خواهیم شد.تولیت مسجد جمکران تأکید کرد: مسیری که امام خمینی (ره) به جهان نشان داد عامل اصلی ایجاد حزب الله و تمامی گروه‌های آزادی بخش در جهان شد لازم به ذکر است که پیروزی انقلاب اسلامی ایران در زمانی رخ داد که دشمنان تمام تلاش خود را به کار بسته بودند تا این نهضت آزادی بخش به ثمر نرسند اما تدابیر امام و اندیشه‌های ژرف ایشان موجب شد انقلاب اسلامی ایران در مسیر دستیابی به پیروزی قرار بگیرد.به گزارش خبرنگار مهر، وی با بیان اینکه روز به روز قدرت جمهوری اسلامی در پیشبرد اهداف و دستیابی به پیروزی‌های شگفت‌انگیز افزایش می‌یابد، گفت: در یمن نیز علی‌رغم تمام تلاش‌های دنیای استکبار جریان مقاومت روز به روز گسترده‌تر و پیروزتر شد.

تأکید نماینده شیراز

بر رسیدگی به مطالبات باز نشستگان



به دنبال درخواست کتبی نمایندگان مجلس شورای اسلامی شامل آقایان جعفر قادری ، ابراهیم عزیزی ، علیرضا پاک فطرت ، مجید انصاری ، روح الله نجابت ، حجت اله فیروزی و ... خطاب به وزیر تعاون ، کار و رفاه اجتماعی مبنی بر تعیین زمان ملاقات حضوری جمعی از مدیران کانون های بازنشستگی کشوری وزارت آموزش و پرورش و بازنشستگی کشوری که نقض تأثیرگذاری در پیگیری این مهم ایفا نمودند و همچنین دکتر علیرضا پاک فطرت نماینده مردم شیراز و زرقان و تنی چند از مدیران کانون های بازنشستگی کشوری شامل آقایان یداله پویان از وزارت آموزش و پرورش ، حمزه رستمی از فارس ، حسین شعبانی از مازندران ، حسین فروغی از قم ، حسین علی احمدی از کیلان ، کاظم قاسمی از تهران و عیسی شکرى از استان البرز برگزار شد در این نشست ابتدا دکترعلیرضا پاک فطرت ضمن تشریح اهداف این نشست اظهار داشت : با توجه به شرایط موجود می‌طلبد که دولت و مجلس توجه ویژه‌ای به درخواست این طیف نجیب در راستای بهبود وضعیت معیشت و درمان آنان داشته باشند و مطالبات آنها را در جریان تدوین و تصویب قانون برنامه هفتم توسعه لحاظ کنند .

در ادامه این نشست حمزه رستمی مدیر کانون بازنشستگان آموزش و پرورش فارس به نمایندگی از کانون های آموزش و پرورش و حاضرین ضمن تقدیر از تلاش های صورت گرفته توسط وزیر تعاون ، کار و رفاه اجتماعی در راستای انتصاب شایسته دکتر نعمت اله ترکی به سمت مدیر عامل صندوق کشوری که در یک بازه ی زمانی محدود موفق به ایجاد تغییراتی در خور اعتنا گردیدند و موجبات رضایتمندی بازنشستگان را فراهم آوردند ، عملکرد ایشان را مورد تأیید مدیران کانون ها و بازنشستگان توصیف کرد و افزود : متأسفانه این روزها شاهد برخی کارشکنی ها و تخریب شخصیت ایشان توسط عده ای در بطن صندوق بازنشستگی کشوری که منافع شخصی خویش را در خطر می بینند هستیم . این رفتارهای غیراصولی که از منظر قاطبه ی بازنشستگان محکوم است ضمن این که کاسه صبر بازنشستگان را لبریز نموده ، برخورد با این طیف هتاک را در صدر مطالبات مدیران کانون های بازنشستگی قرار داده است . لذا تقاضای عموم بازنشستگان این است که تمهیداتی اندیشیده شود تا آقای دکتر ترکی بتوانند با طیب خاطر اقدامات ترمیمی و اصلاحی امید بخش خود را با استقلال و اختیارات بیشتری دنبال کنند .

وی در ادامه اهم مطالبات بازنشستگان را به شرح زیر مورد اشاره قرار داد و خواستار پاسخگویی به آنها در چارچوب قوانین مصوب گردید.

– دانی کردن لایحه متناسب سازی حقوق با اختلاف ۹۰ درصد ناخالص دریافتی شاغل همتراز اجرای متناسب سازی حقوق در سال ۱۴۰۱ طبق مصوبات مجلس شورای اسلامی

– رفع ناآرامی بیمه تکمیلی درمان بازنشستگان به صورت صندوق درمانی با بیمه گزاری شرکت آتیه سازان حافظ که قادر به پاسخگویی به هزینه های سرسام آور درمان بازنشستگان نیست لذا پیشنهاد اعمال ماده ۸۵ قانون مدیریت خدمات کشوری مشابه شاغلان دستگاه های اجرایی با تعریف بودجه لازم در ردیف درخواست های بازنشستگان قرار گرفته است.

– برخورداری بازنشستگان از کمک هزینه های رفاهی و مناسیتی مانند شاغیلین دستگاه های اجرایی

– گنجاینین مطالبات کلیدی بازنشستگان در مفاد قانون برنامه هفتم توسعه کشور

– پرداخت مطالبات معوقه در مهرماه ۹۹ و اجرای مصوبات مناطق جنگی کمتر توسعه یافته شش استان جنوبی و غربی کشور

– واریز به موقع کسورات حقوق ماهیانه

حمزه رستمی در پایان یادآور شد : اگرچه برخی در شبکه های اجتماعی مدعی هستند که صاحب اصلی دارایی های بازنشستگان ، صندوق بازنشستگی کشوری بوده است اما از آنجایی که به لحاظ حراست ، کل دارایی های موجود به نام صندوق کشوری ثبت و ضبط شده ، این اقدام برابر مفاد اساس نامه موجود صندوق کشوری نمی تواند به منزله ی عدم مالکیت ما باشد . وی افزود : در عین حال خواهان حضور و مشارکت بازنشستگان دارای تخصص و تجربه در هولدینگ ها و نیز اولویت به کارگیری فرزندان آنها در ذیل شرکت های صندوق موصوف بوده و هستیم .

– وی در پایان با یادآوری برگزاری نشست های مکرر کانون های بازنشستگی کشوری با نمایندگان مجلس ، کمیسیون های اجتماعی ، فراکسیون بازنشستگان ، برنامه بودجه ، آموزش و تحقیقات و برخی از اعضای کمیسیون تلفیق لایحه قانون برنامه هفتم توسعه در راستای تبیین و پیگیری مطالبات ، خواستار پاسخگویی و واکنش امیدوارکننده ای به مطالبات بازنشستگان از سوی مسئولین در مجلس و دولت گردید.

مدیرکل تعزیرات حکومتی فارس گفت: در راستای کمک به تنظیم بازار مرغ به عنوان یک کالای اساسی، یک واحد مرغداری در لاسرد و یک فروشگاه تعاونی در شیراز به دلیل تخلف جریمه شدند.

غلامرضا سالاری در خصوص این خبر بیان کرد: به تخلف یک واحد مرغداری تهیه و پرونده‌ای در شعبه اول اداره تعزیرات شهرستان لاسرد تشکیل شد. او افزود: بر اساس تحقیقات انجام شده و با دریافت توضیحات مالک مرغداری، مشخص شد که این واحد تولیدی با علی‌رغم استفاده از نهاده‌های یارانه‌ای، از عرضه مرغ در بازار امتناع

عصرمردم:

فرمانده سپاه فجر فارس با اشاره به اعزام ۵ هزار زائر از استان فارس به مرقد امام(ره) از میزبانی و خدمات شهرداری شیراز در قراگاه روح‌الله تجلیل به عمل آورد. آیین معنوی برق‌زائران مرقد امام خمینی(ره) در بلوار رازی با محوریت شهرداری منطقه ۲ و دروازه قرآن با محوریت سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری انجام شد.

فرمانده سپاه فجر فارس در حاشیه این آیین با تقدیر از بنیان این سفر معنوی در قراگاه روح‌الله، از شهرداری شیراز که علاوه بر این کلان‌شهر، میزبانی دیگر شهرهای استان فارس و استان‌های هم‌جوار را بر عهده گرفته است، نیز تجلیل به عمل آورد.

سردار بدالله بوعلی با بیان اینکه حضور در جمع زائران توفیق الهی است، اظهار کرد: امروز ۱۵هزار نفر از این استان باهمت استانداری، فرمانداری، شهرداری شیراز و برخی دستگاه‌های متولی و همکاری و همیاری راهداری استان و فرجا به‌عنوان زائرین مرقد امام(ره) راهی می‌شوند.

معاون گردشگری و امور زیارتی استانداری فارس نیز در آیین برق‌زائران و دوستداران ولایت با ابراز خرسندی از چنین برنامه‌های مذهبی آن را تجدید بیعت با آرمان‌های بنیان‌گذار انقلاب اسلامی و رهبر معظم

عصرمردم:

دکتر ایمانیه استاندار فارس در دیدار با داریابی مشاور وزیر و رئیس مرکز اطلاع رسانی و امور بین‌الملل وزارت کشور بر ضرورت تحول در اطلاع رسانی و ارتباط بیشتر و مستمر با مردم به منظور امیدآفرینی در جامعه پرداخت تأکید کرد.

دکتر محمدهادی ایمانیه در دیدار با مشاور وزیر و رئیس مرکز اطلاع رسانی و امور بین الملل وزارت کشور، ضمن ترسیم نقش و جایگاه روابط عمومی، خواستار توسعه و تحول ماموریت این حوزه با کمک مدیران روابط عمومی دستگاه‌های اجرایی و مشارکت رسانه‌های مختلف استان با محوریت

سالاری مدیرکل تعزیرات حکومتی تأکید کرد:

برخورد با متخلفان عرضه مرغ در فارس

بررسی‌های دقیق مشخص شد که فروشگاه یاد شده، بیش از دو هزار کیلوگرم مرغ گرم را خارج از شبکه، عرضه کرده بود. سالاری خاطرنشان کرد: بر اساس رأی شعبه رسیدگی کننده، این فروشگاه تعاونی به پرداخت هشت میلیارد و ۸۰۰ میلیون ریال جریمه نقدی، محکوم شده است.

به گزارش مهر، مدیرکل تعزیرات فارس، ضمن هشدار به هرگونه اخلاقی در بازار مرغ، عنوان کرد: پرونده‌های گران فروشی، احتکار و عرضه خارج از شبکه مرغ بدون هیچ‌گونه اغماض توسط شعب تعزیرات رسیدگی شده و اشد مجازات‌های قانونی برای متخلفان اعمال می‌شود.

کرده است. سالاری با بیان اینکه در تحقیقات تکمیلی مشخص شد که مالک مرغداری یادشده، به قصد گران فروشی، ۴۰ هزار قطعه مرغ زنده تولید شده را احتکار کرده و در بازار عرضه نکرده است، گفت: فرد متخلف از سوی تعزیرات لاسرد به پرداخت چهار میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال جریمه محکوم شد. وی ادامه داد: به دنبال گزارش بازرسان جهاد کشاورزی در خصوص عرضه خارج از شبکه مرغ توسط یک فروشگاه تعاونی در شیراز، پرونده‌ای در تعزیرات تشکیل و مدیرعامل این تعاونی احضار شد.

مدیرکل تعزیرات فارس ادامه داد: بعد از انجام



انقلاب دانست. محمد فرخ‌زاده تصریح کرد: وظیفه خود می‌دانیم در برنامه ملی زائران که به‌صورت کاروان ۱۵هزار نفری استان فارس و با مشارکت فرمانداران، شورای اسلامی‌شهر و شهرداری شیراز و دیگر ارگان‌های شهری و با پیگیری سپاه فجر به‌عنوان دبیر برنامه انجام‌گرفته، همراهی کنیم. قائم‌مقام شهردار شیراز و فرمانده بسیج ادارات

استاندار فارس در دیدار با رئیس مرکز اطلاع رسانی و امور بین‌الملل وزارت کشور مطرح کرد: ضرورت بهره‌مندی از شیوه‌های نوین اطلاع‌رسانی در امید آفرینی به جامعه



وجود بهره‌گیرند و با استفاده از شیوه‌های جدید و نوین اطلاع رسانی، ارتباط مناسبی با مردم برقرار کنند. دکتر ایمانیه، امیدآفرینی را محصول بیان مناسب دستاوردها و اقدامات دستگاه‌های اجرایی دانست و افزود:

اداره کل روابط عمومی‌استانداری فارس شد. استاندار فارس با اشاره به ظرفیت‌های عظیم و متنوع اطلاع رسانی در دستگاه‌های اجرایی گفت: تلاش شده است دستگاه‌های استان با هم افزایی مناسب، از امکانات

«حامیم» با عنوان اردوهای فرهنگی و تفریحی طی روزهای دهم لغایت دوازدهم خردادماه در بخش پسران برگزار شد. وی ادامه داد: در این طرح بیش از ۶۵ دانشجو شرکت کرده‌اند و هدف از برگزاری این طرح نیز شناسایی و ارتباط‌گیری با دانشجویان دارای ظرفیت تفریحی اقدام کردند.

برای ایفای نقش در حلقه‌های میانی است. به گزارش مهر، مقامی‌اضافه کرد: دانشجویان در این طرح به گروه‌های هفت‌نفره با حضور یک نفر مربی مشاور روحانی و یا کارشناس فرهنگی گروه‌بندی شده و به اجرای برنامه‌های فرهنگی - تفریحی اقدام کردند.

مسئول نهاد نمایندگی ولی ققیه در دانشگاه علوم پزشکی شیراز گفت: مرحله دانشگاهی دوره «حامیم» در دو بخش بانوان و آقایان و در قالب اردوهای دو روزه در شیراز برگزار شد.

حجت‌الاسلام حمید مقامی‌ظهر شنبه در جمع خبرنگاران بیان کرد: مرحله دانشگاهی طرح



تغییرات ساعت اداری در فارس

براساس اعلام معاون توسعه و مدیریت منابع استانداری فارس، ساعت شروع به کار همه دوایر دولتی و نیمه‌دولتی در این استان از روز ۱۶ خرداد، ۶ صبح است.

عبدالعلی کریمی‌دوشنبه ۱۵ خرداد به خبرنگاران گفت: همانگونه که قبلاً اطلاع‌رسانی و به همه دوایر هم ابلاغ کرده‌ایم، با توجه به ضرورت همراهی در مدیریت مصرف برق، تغییراتی در ساعت کار ادارات، اعمال شده است. کریمی ضمن یادآوری اینکه تغییر ساعت اداری، با هدف همراهی در مدیریت مصرف انرژی برق، انجام می‌شود، گفت: براین اساس، ساعت اداری همه دوایر دولتی و نیمه دولتی، ۶ صبح تا ۱۳ بعدازظهر تبیین شده است.

این مقام مسئول با یادآوری اینکه این تغییر ساعت تا ۱۵ شهریور ادامه خواهد داشت، گفت: دوایر مختلف براساس صلاححید مسئولان می‌توانند برای پنجشنبه‌ها، دورکاری پرسنل را لحاظ کنند. معاون استانداری فارس در عین حال خاطرنشان کرد که تغییر ساعت اداری شامل حال مراکزى نظیر بیمارستان‌ها، درمانگاه‌ها، بانک‌ها و دواير مشابه نخواهد شد.معاون توسعه مدیریت و منابع دانشگاه علوم پزشکی شیراز در این خصوص گفت: واحدهای اداری تحت مدیریت این دانشگاه، تابع دستورالعمل تغییر ساعت کار ابلاغی استانداری خواهند بود.

دکتر سید ابوالفضل‌هاشمی‌اصل گفت: بخشنامه تغییر ساعت اداری، شامل ستاد دانشگاه، دانشکده‌ها، ستاد شبکه‌های بهداشت و درمان شهرستان‌ها، ستاد مراکز بهداشت شهدای والفجر و شهدای انقلاب شیراز و برج پژوهشی محمد رسول الله(ص) است.

هاشمی‌خاطرنشان کرد: واحدهای عملیاتی، دارای نوبت کاری و آرایه دهنده خدمات آموزشی درمانی، بیمارستانی، مراکز خدمات جامع سلامت، مراکز بهداشتی درمانی، پایگاه‌های اورژانس، پایگاه‌های سلامت و خانه‌های بهداشت، مشمول تغییر ساعت نیستند.

به گزارش ایسنا، براساس دستورالعمل ابلاغی هیأت دولت، بخش اداری ملزم به اتخاذ راهکارهایی برای مدیریت مصرف برق در ایام تابستان و پیک بار شبکه است.

براین اساس، دستگاه‌های مختلف باید در زمان اداری حداقل ۳۰ درصد و در زمان غیراداری حداقل تا ۵۰ درصد از مصرف انرژی برق خود را نسبت به ایام مشابه در سال ۱۴۰۰، کاهش دهند.

عکس اختصاصی عصر مردم / علی گلریند

مسافران دوايره می آیند ، با جادرها و کنسروها

چشم شیشه‌ای



راعی معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی شیراز:

میز خدمت الکترونیکی داروهای تک نسخه ای راه اندازی شد

بیماران و ثبت نسخ دارویی مورد نیاز این گروه از

مراجین در نظر گرفته شده است.

او با بیان اینکه داروهای «تک نسخه‌ای» داروهایی هستند که جزو لیست دارویی ایران نیستند، اما بنا به تشخیص پزشک مصرف آن برای بیمار حیاتی و ضروری است، افزود: بیماران برای دریافت

داروهای تک نسخه‌ای خود می‌توانند با مراجعه به این سامانه، ثبت نام کرده و با بازگداری مدارک پزشکی خود و دریافت تاییدیه، به داروخانه معرفی شده مراجعه و داروی مورد نیاز خود را دریافت کنند.
مراجعه مسوول در دانشگاه ادامه داد: پزشکان باید توجه داشته باشند که داروهای تک نسخه‌ای

عصرمردم:

معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز، از راه اندازی «سامانه الکترونیکی میز خدمت» توسط سازمان غذا و دارو ویژه افرادی که برای درمان بیماری خود به داروهای «تک نسخه‌ای» نیاز دارند، خبر داد.
دکتر «محمد جواد راعی» با بیان اینکه در گذشته بیماران برای تهیه داروی «تک نسخه‌ای» باید به صورت حضوری به سازمان غذا و دارو مراجعه می‌کردند، گفت: خوشبختانه سامانه متمرکز پاسخگویی الکترونیکی میز خدمت سازمان غذا و دارو به نشانی khdmat.fda.gov.ir برای ثبت نام

فارس

سه‌شنبه ۱۶ خرداد ۱۴۰۲ ۱۷ ذی‌القعدة ۱۴۴۴ Jun 6, 2023 سال بیست و هشتم شماره ۷۷۷۵



هم از لحاظ تحمیل هزینه‌های سنگین و هم تامین دارو برای بیمار مشکلات فراوانی را ایجاد می‌کند، توصیه می‌شود پزشکان برای جلوگیری از چنین مشکلاتی برای بیماران خود، حتی الامکان داروهای فهرست رسمی کشور را برای درمان بیماران تجویز کنند.
دکتر راعی گفت: با پیگیری‌های سازمان غذا و دارو برای تامین و توزیع بهتر این دسته از داروها لیستی از مصرف یکساله داروهای تک نسخه‌ای در دستور تامین قرار گرفته است و امیدواریم از این پس مشکلات بیماران در این حوزه نیز تا حد امکان مرتفع شود.

اقتصاد گردشگری؛ مروارید خفته در صدف فارس



برخوردار است.

اما به عقیده این استاد دانشگاه همین مزیت گستردگی، کم شدن حوزه تمرکز را در توسعه گردشگری فارس به دنبال دارد و مانع از آن شده تا 'آل‌های گردشگری این استان به پروازآید؛ باق‌ری معتقد است یکی از دلایلی که سبب شده تا این صنعت در استان پر ظرفیتی چون فارس چنان



که باید شکوفا نشود، فقدان سطح کلان مدیریتی در کثرت سلاقی گردشگری است به طوری که شاهد هم‌افزایی گونه‌های متعدد گردشگری در استان نیستیم.

او راهکار را در شورای عالی گردشگری استان به ریاست استاندار فارس دنبال می‌کند؛ شوری که باید بستر حضور و هم‌اندیشی فعال بخش خصوصی و دولتی باشد تا صنعت گردشگری با هدف افزایش جذب و هزینه‌کرد گردشگران به این استان مدیریت شود.



استاد مدیریت جهانگردی و گردشگری دانشگاه شیراز به خبرنگار ایرنا می‌گوید: به این منظور گونه‌های مختلف گردشگری استان فارس باید از ظرفیت‌های یکدیگر استفاده کنند به گونه‌ای که یک یکچ کامل به گردشگران ارایه شود تا اگر مسافری برای استفاده از ظرفیت پزشکی و درمانی شیراز به این استان سفر کرده، از گردشگری خوراک و هنر، تاریخ و فرهنگ فارس نیز استفاده کند.

دومین عملی که از نظر باق‌ری بال پرواز صنعت گردشگری استان فارس را محدود کرده کمبود



نیز پهرمبرد چرا که استفاده از این ظرفیت بسته به توافقات و اتفاقات بین‌المللی است و نباید صنعت گردشگری را وابسته کرد.

پاسخ‌هایی از مسئول گردشگری؛ برنامه‌هایی برای توسعه گردشگری فارس

برای بررسی برخی از این کاستی‌ها و راهکارهای مطرح شده با سرپرست معاونت گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری استان فارس به گفت‌وگو پرداختیم.

روح‌الله روانشاد هم با بیان اینکه به طور حتم زیرساخت‌های گردشگری فارس اعم از هتلینگ، حمل و نقل ریلی و هوایی و جاذبه‌های گردشگری مکمل باید تقویت شود، می‌گوید: اکنون برای توسعه اقتصاد گردشگری فارس در سه محور پایلوت برنامه‌ریزی شده است.

به گفته او در قالب گردشگری مذهبی قرار است تورهایی بازدید از مساجد و بقاع متبرکه با حضور روحانیون متخصص در قالب راهنمایان گردشگری برگزار شود.

روانشاد همچنین از ریزنی برای راه‌اندازی و افزایش خط پروازی شیراز - عراق و برعکس با یکی از شرکت‌های هواپیمایی خبر داد تا از این محل به روتق گردشگری مذهبی و سلامت شیراز کمک شود. او اینجا این پرتنر را هم باز می‌کند که از میان دیگر حوزه‌ها گردشگران کشور چین درخواست بالایی برای سفر به شیراز دارند در حالی که نه تنها خط پروازی مستقیم از شیراز به این کشور وجود ندارد، بلکه این خط هوایی به تهران نیز محدود است و باید تقویت شود.

سرپرست معاونت گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری استان فارس، دومین محور را توسعه گردشگری سلامت این استان عنوان می‌کند؛ گونه‌ای از گردشگری که بر اساس آمارهای رسمی سالانه حدود ۱۴ هزار گردشگری خارجی را راهی شیراز می‌کند.

نوشادی می‌گوید: انجمن گردشگری سلامت با حضور این اداره‌کل، دانشگاه علوم پزشکی و استاندار فارس تشکیل شده تا دفاتر فعال در این عرصه سامان‌چند شوند و راه برای ارتقای این گونه گردشگری در فارس هموارتر شود.

به گفته او اکنون ۸۰ دفتر خدمات مسافرتی مجوز فعالیت در گردشگری سلامت را دریافت کرده‌اند. او معتقد است که توسعه این گونه گردشگری فرایختی و نیازمند ایجاد دهکده گردشگری سلامت در جوار واخدهای درمانی است و دانشگاه علوم پزشکی باید در این زمینه برنامه کوتاه و بلند مدت خود را ارایه کند.

نوشادی البته این نکته را نیز یادآور می‌شود که نباید ظرفیت گردشگری سلامت را محدود به حوزه پزشکی دانست بلکه آب درمانی و گیاهان دارویی نیز ظرفیت بالایی در این عرصه است که باید به کار گرفته شود. سرپرست معاونت گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری استان فارس، سومین محور فعالیت پایلوت گردشگری این استان را توره‌های عشایری عنوان می‌کند که به تازگی راه افتاده می‌رود تا دفاتر خدمات گردشگری را نیز در این زمینه فعال کند.

به عقیده او فعال شدن این شاخه گردشگری ضمن تنوع بخشی به صنعت توریسم استان، کمک شایانی برای اقتصادی عشایری فارس خواهد بود.

نوشادی درباره هم‌افزایی گونه‌های متعدد گردشگری استان فارس و ارایه یک یکچ به مسافران داخلی و خارجی این استان، معتقد است که دفاتر خدمات گردشگری باید در این حوزه فعالیت کنند، آنها یک برنامه چند روزه برای مسافران ارایه می‌کنند و باید متناسب با خواست گردشگری بسته‌ای از جاذبه‌های فارس را به آنها ارایه کنند.

او درباره ظرفیت شاخه نوظهور گردشگری خوراک در فارس نیز می‌گوید: در میان فهرست غنی میراث ناملموس فرهنگی این استان، تا کنون ۲۰ غذا و دسر پرونده‌سازی شده تا به ثبت برسد.

نوشادی این اشاره را در ظرفیت بالایی این گونه از توریسم، از آغاز کلاس‌های آموزشی خوراک ملل و خوراک‌های خاص فارس خبر داد و به نمونه‌هایی از تحرک‌های یکسال اخیر حوزه گردشگری خوراک استان اشاره کرد.

کثرت شاخه‌های گردشگری فارس گنجینه‌ای است که برای یوبایی و قد کشیدن نیازمند وحدتی راهگشا است تا زمینه را برای دستیابی به اقتصادی پالنده فراهم کند.به گزارش ایرنا، در این رفق کاستی‌ها می‌تواند به شکوفایی بیشتر اقتصاد گردشگری فارس کمک کند و این مهم مورد توجه دولت سیزدهم نیز قرار گرفته است چرا که رئیس جمهور در سفر به فارس گفت: در استان فارس، هم گردشگری سلامت و هم سیاحت و اقتصاد گردشگری باید فعال شود و برای این منظور برنامه ریزی نیز شده است.

شروع پروازهای حج از شیراز

پروازهای اعزام حجاز از شیراز به سرزمین وحی، شامگاه یکشنبه ۱۴ خرداد، از فرودگاه شهید آیت‌الله دستغیب، آغاز شد.

مدیرکل فرودگاه‌های فارس در حاشیه آغاز پروازهای حج از شیراز، گفت: پروازهای اعزام حجاز از فرودگاه آیت‌الله دستغیب شیراز، تا روز ۳۰ خردادماه جاری ادامه دارد.

فخرالدین کشاورز با اشاره به اینکه حجاز اعزامی از شیراز، با ۱۶ پرواز به سرزمین وحی اعزام خواهند شد، خاطرنشان کرد که بیش از ۳۵۰۰ زائر، از استان‌های فارس و کهگیلویه و بویراحمد به عربستان، اعزام می‌شوند.

به گزارش مهر، مدیرکل فرودگاه‌های فارس یادآور شد که پروازهای بازگشت حجاز اعزامی از فارس، ۲۲ تیرماه آغاز خواهد شد و تا ۲۸ تیر، ادامه دارد.

سم پاشی ۴هزار مترمربع از اماکن دامی در فارس علیه تب کریمه کنگو

مدیرکل دامپزشکی استان فارس از سم پاشی ۴ هزار مترمربع از اماکن دامی در این استان بر علیه تب

کریمه کنگو خبر داد و گفت: یک نفر بر اثر ابتلا به این بیماری جان باخت.

حمیدرضا ناظمی در خصوص این خبر بیان کرد: به منظور کنترل و جلوگیری از گسترش این بیماری در کانون و قوع تاکنون بیش از چهار هزار مترمربع از اماکن دامی توسط اداره دامپزشکی این شهرستان سم‌پاشی شد.

به گفته وی؛ در همین راستا بدن بیش از هفت هزار و ۸۰۰ رأس گوسفند و بز، ۱۰۲ نفر شتر و ۵۸ رأس گاو نیز سم‌پاشی شده است.

این مقام مسئول اظهار کرد: بیماری تب خونریزی دهنده کریمه کنگو، یک بیماری ویروسی تب‌دار حاد مشترک بین انسان و دام بوده که در حیوانات فاقد علامت بالینی است و در انسان می‌تواند به صورت یک بیماری شدید با مرگ و میر بالا بروز کند.

ناظمی گفت: بیماری پس از گزش انسان توسط کنه آلوده یا له کردن آن روی پوست ایجاد شده، همچنین تماس با خون، ترشحات و بافت دام آلوده، هنگام کشتار و عملیات دامپزشکی و نیز تماس انسان با ترشحات و بافت‌های فرد آلوده به بیماری از دیگر راه‌های انتقال بیماری است.

به گزارش مهر، این مقام مسئول افزود: این ویروس می‌تواند از طریق گزش کنه آلوده، طیف وسیعی از دام‌های وحشی و اهلی مانند گاو، گوسفند و بز را آلوده کند، اما پرندگان به جز شتر مرغ به ویروس عامل بیماری مقاوم هستند.

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز: بهبود کیفیت مراقبت بیماران مبتلا به دیابت

عصرمردم:

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز با اشاره به اهمیت مراقبت بیماران مبتلا به دیابت، از رشد ۵۵ درصدی انجام آزمایش «HbA۱C» در یک سال اخیر در مقایسه با سال قبل خبر داد.

دکتر «عباس رضاییان زاده» گفت: افزایش پوشش شناسایی بیماران مبتلا به دیابت، یکی از اهداف مهم خدمات مراقبتی سطح اول است.

او گفت: با توجه به افزایش پوشش شناسایی بیماران مبتلا به دیابت و شناسایی حدود ۳۰۰ هزار بیمار مبتلا به دیابت در سال‌های اخیر (دستیابی به ۵۰ درصد حد انتظار شناسایی بیماران)، نیاز به ارتقا و تغییر ارائه خدمات و تامین تجهیزات ضروری طراحی و اجرا شده است.

به گفته این مقام مسوول در دانشگاه، انجام آزمایش «HbA۱C» به عنوان یک آزمایش خون بسیار رایج و مهم در ارزیابی روند مراقبت و مدیریت درمان دیابت به دلیل محدودیت دسترسی به روش استاندارد این آزمایش در برخی مناطق و هزینه بالای انجام آن در بخش خصوصی، انجام این آزمایش در سال‌های اخیر با چالش‌هایی روبرو بوده است که با اتخاذ تدابیری مانند آگاه سازی بیماران، نمونه گیری سیراز از بیماران به ویژه در مناطق روستایی و دور دست و استفاده از ظرفیت بخش خصوصی، دسترسی مطلوبی برای بیماران فراهم شد.

دکتر رضاییان زاده بیان کرد: با انجام این اقدامات شاهد رشد ۵۵ درصدی در پوشش انجام این آزمایش در یک سال اخیر در مقایسه با سال قبل بوده ایم.

او ضمن تقدیر از تیم سلامت و به ویژه کارشناسان غیرواشر شیرستان‌های استان که مسوولیت مدیریت و پیگیری این برنامه را به عهده داشتند، ابراز امیدواری کرد با استمرار این برنامه شاهد رشد چشمگیر این شاخص مراقبت در سال جاری باشیم.

حیاتی فرمانده سپاه شهرستان کازرون: امروز جنگ، جنگ روایت‌هاست

عصرمردم:

فرمانده سپاه شهرستان کازرون؛ امروز جنگ، جنگ روایت‌هاست هرکس

روایت اول را بیان کند تاثیر بیشتری روی ذهن‌ها می‌گذارد.

سرهنگ پاسدار حسین حیاتی در دیدار اعضا شورای شهر و شهردار

شهرستان کازرون با بیان اینکه کارکردن در زمان حال مثل جهاد است، تصریح کرد: در دوران دفاع مقدس امکانات و منابع محدود بود حتی کشورما سیم خاردار هم نداشت و جنگ تمام عیار بر علیه ما شروع شده بود ولی در آن زمان رزمندگان اسلام با روحیه بسیجی و جهادی توانستند سربلند بیرون بیایند.

وی اضافه کرد : امروز خواسته‌ها و انتظارات مردم زیاد است و منابع محدود و اگر ما بتوانیم با این منابع محدود با یک برنامه ریزی اساسی کار کنیم و انتظارات مردم را برآورده کنیم آن وقت است که تفکر ما بسیجی و روحیه ما جهادی خواهد بود.

فرمانده ناحیه مقاومت بسیج خدمت به مردم در این زمان را سخت توصیف کرد و گفت: دشمنان یک جنگ ترکیبی و شناختی را علیه کشورمان شروع کردند و الان بیش از سیمصد شبکه فارسی زبان در زمینه‌های تحریف و رواج حرمت شکنی‌ها در اتاق فکر صهیونیستی تولید محتوا می‌کنند در واقع امروز جنگ، جنگ روایت‌هاست هرکس روایت اول را بیان کند تاثیر بیشتری روی ذهن‌ها می‌گذارد.

سرهنگ پاسدار حیاتی نقش نیروهای متخصص را در امر شهرسازی غیر قابل انکار توصیف کرد و اظهار

داشت : علاوه بر اینکه حوزه شهرسازی و عمرانی شهر باید تخصص باشند، باید روشناس و جامعه

شناس خوبی هم باشند.

وی با اشاره به اینکه در بیانیه گام دوم انقلاب بر امید آفرینی تاکید شده است خاطر نشان کرد : مخاطب بیانیه گام دوم عمدتا جوانان و نوجوانان هستند و طبق فرموده مقام معظم رهبری اساسی ترین و بنیادی ترین کار جهاد امید آفرینی است مجموعه شهرداری و شورای اسلامی شهر بیشترین ارتباط را با مردم

دارند و این دو مجموعه بیشترین فشار را تحمل می‌کنند، و این می‌طلبد که همه ما با اتحاد و همدلی و

تعامل در مسیر توسعه و پیشرفت شهرستان گام برداریم.

راه اندازی مرکز جهادی «قرار» در دانشگاه علوم پزشکی شیراز

عصرمردم:

مدیر امور فرهنگی و فعالیت‌های فوق برنامه دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز، از

راه اندازی مرکز جهادی «قرار» در دانشگاه خبر داد.

به منظور ساماندنیه هر چه بیشتر و ایجاد انسجام در فعالیت‌های جهادی و خیریه، مرکز جهادی «قرار» در این معاونت ایجاد شد.
«عباس سلطانی» توضیح داد: این مرکز با هدف توسعه فعالیت‌های جهادی و خیریه به ویژه در بخش دانشجویی، ایجاد وحدت رویه و پیگیری از تداخل وظایف و دوباره کاری که باعث تضعیب و اتلاف وقت و منابع می‌شود، برنامه ریزی و راه اندازی شده است.

مدیر امور فرهنگی و فعالیت‌های فوق برنامه دانشگاه علوم پزشکی شیراز، ساماندنیه بهینه به منظور خدمات رسانی گسترده و ایجاد فضای مناسب برای برنامه ریزی جهت فعالیت‌های دراز مدت را از دیگر اهداف راه اندازی این مرکز اعلام کرد.او از تمامی اساتید و اعضای هیأت علمی، کارکنان و نهادهای دانشجویی که در زمینه امور جهادی، نیکوکاری و خیریه فعالیت دارند، خواست تا با پوستن به این مرکز فرهنگی جهادی، باعث همگرایی هر چه بیشتر و نیز توسعه این تلاش‌های خدایسندانه شوند.

این مقام مسوول در دانشگاه، افزود: در طی چند روز گذشته دو فعالیت جهادی مهم در دانشگاه اتفاق

افتاده که هر دو فعالیت تحت مدیریت مرکز «قرار» انجام شده اند.

او توضیح داد: در یکی از این فعالیت‌ها که توسعه گروه جهادی شهید «بیاضی زاده»، وابسته به بسیج دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی شیراز، انجام شد، ۴۰ دانشجویی جهادگر با حضور در برنامه ای ۳ روزه به دیدار مردم منطقه کم برخوردار «تفهان» در نزدیکی شیراز رفتند.

آزردگی سیستم عصبی مرکزی با تولوئن موجود در لاک ناخن



باشگاه خبرنگاران: همان طور که مطلع هستيد، استفاده از مواد شيميايي در ساخت لاک ناخن اجتناب ناپذير است که هر کدام مضرات غير قابل انکاری دارند. لاک ها حاوی ماده شيميايي به نام فرمالديئيد هستند که برای چسبندگی محصولات استفاده می‌شود.

قرار گرفتن در معرض فرمالديئيد در بدن می‌تواند باعث بيماری‌های خطرناک و جدی مانند عفونت‌های خارش پوست شود.

اين ماده شيميايي خطرناک موجود در لاک ناخن پس از تماس با بدن می‌تواند اثرات جدی بر سيستم ايمنی بدن بگذارد.

مواد شيميايي موجود در رنگ ناخن همچنين می‌توانند باعث اختلال در سيستم گوارشی و هورمونی معده شما شوند. همچنين ماده‌ای سمی به نام تری فنیل فسفات در لاک ناخن استفاده می‌شود که برای بیمار کردن زنان کافی است.

اگر ماده شيميايي تولوئن موجود در لاک ناخن به مقدار بسيار زیادی به بدن برسد، می‌تواند به کبد و کلیه آسیب برساند و از آن بدتر بهتر است مادران فرزندان شیرخوار بداند تولوئن می‌تواند به شیر فرزندانشان وارد شود و بر رشد کودک در آینده تأثیر بگذارد. استفاده زياد از لاک، ناخن‌های ما را ضعيف می‌کند و به تدریج ترک‌هایی در آن‌ها ظاهر می‌شود و جدای از اين که درخشندگی طبيعي ناخن‌ها با استفاده از لاک از بين می‌رود، می‌تواند به سيستم عصبی بدن آسیب برساند. در واقع ماده شيميايي تولوئن سيستم عصبی مرکزی را آزرد می‌کند.

ماده شناخته شده از Spirit که در ساخت لاک ناخن استفاده می‌شود به شدت روی ریه‌های ما تأثیر می‌گذارد. احتمالا نمی‌دانيد استفاده از رنگ ناخن ممکن است خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را افزایش دهد.

ورود ۳ لیتر مونوکسیدکربن به ریه های فرد قلیانی

مهر: رئیس مرکز تحقیقات و کنترل دخانیات دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: مصرف کنندگان قلیان جدا از دریافت مقادیر زیادی دود، برابر سه لیتر مونوکسیدکربن هم وارد ریه های خود می کنند.

غلامرضا حیدری افزود: افراد در هر بار مصرف قلیان، دود بسیار زیادتری را در مقایسه با کشیدن یک نخ سیگار دریافت می‌کنند.

به گفته وی، یک نخ سیگار ۷ تا ۱۰ پک را شامل می‌شود ولی یک وعده قلیان شامل ۷۰ تا ۱۰۰ پک است یعنی به طور متوسط ۱۰۰ برابر دود بیشتر وارد ریه فرد می‌شود.

رئیس مرکز تحقیقات پیشگیری و کنترل دخانیات دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، با اشاره به اهمیت کنترل دخانیات از افزایش بیماری‌های مربوط به دخانیات و میزان مرگ و میر وابسته به آن در دنیا خبر داد.

وی با اشاره به مقایسه ارائه خدمات ترک سیگار در کشورهای منطقه، بر اساس گزارش رسمی سازمان بهداشت جهانی گفت: درمانگران حوزه اعتیاد باید در درمان دخانیات حین درمان مداخله داشته باشند و درمان ترک دخانیات باید به عنوان بخشی از مراقبت‌های پزشکی ارائه شود.

حیدری افزود: تجربیات علمی دهه‌های گذشته نشان می‌دهد ارائه خدمات ترک مواد و دخانیات همزمان با هم می‌تواند در درمان وابستگی به مواد مخدر کمک کننده باشد.

به گفته وی، در صورتی که مقدار مصرف داروی نگهدارنده مواد مخدر کمتر شود، میل و رغبت فرد به مصرف مواد کاهش می‌یابد و میزان موفقیت در ترک مواد مخدر افزایش یافته و احتمال افزایش و یا قطع درمان و برگشت فرد به سوی مصرف مواد کاهش می‌یابد.

حیدری با اشاره به مستندات علمی در خصوص مضرات مصرف قلیان گفت: مصرف یک وعده قلیان برابر با ۱۰۰ نخ سیگار است، بر اساس مستندات علمی یک پک به سیگار با خلأ و مکشی که در دهان فرد حاصل می‌کند در مقایسه با یک پک قلیان با خلأ و مکشی که در قفسه سینه توسط دیافراگم و عضلات بین دنده‌ای فرد حاصل می‌کند، ۱۰ برابر مضرت‌ر و خطرناک‌تر است.

وی افزود: یک نخ سیگار به طور متوسط شامل ۷ تا ۱۰ پک می‌شود این در حالی است که استعمال یک وعده قلیان برابر ۷۰ تا ۱۰۰ پک است بنابراین یک وعده استعمال قلیان برابر با استعمال ۱۰۰ نخ سیگار است.

رئیس مرکز تحقیقات و کنترل دخانیات دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: مصرف کنندگان قلیان جدا از دریافت مقادیر زیادی دود، برابر سه لیتر مونوکسیدکربن که ناشی از سوختن ناقص ذغال سر قلیان است را نیز وارد ریه خود می‌کنند.

وی، این تصور که سمی بودن دود قلیان پس از عبور از درون آب از بین می‌رود را یک باور اشتباه دانست و گفت: دود قلیان به دلیل نوع توتون و تنباکو دارای فلزات سنگینی است و با عبور دود قلیان از میان آب نه تنها تصفیه‌ای انجام نمی‌شود بلکه مرطوب شدن دود زمینه را برای جذب دود و در پی آن مشکلات ریوی و خونی در بدن فرد سریع‌تر مهیا می‌کند.

کدام میوه‌ها و سبزی‌ها

از گرم‌زدگی جلوگیری می‌کنند؟

باشگاه خبرنگاران: گرما در فصول

گرم اغلب منجر به کم آبی بدن و سایر مشکلات سلامتی می‌شود که ممکن است خطرناک باشند، به همین دلیل توصیه می‌شود بدنتان را هیدراته یا پر آب نگه‌دارید و غذاهایی مصرف کنید که هضم آسانی دارند و مواد مغذی کافی برای تناسب اندام در ماه‌های گرم را فراهم می‌کنند. به گفته متخصصان غذاهای فصلی مملو از آب وجود دارند که نه تنها بدن را هیدراته نگه می‌دارند، بلکه باعث تقویت سیستم گوارشی و بهبود متابولیسم می‌شوند. در این مطلب لیستی از مواد غذایی تابستانی وجود دارد که می‌توانید به صورت خام در این فصل از خوردنشان بهره‌مند شوید.

خیار ۹۵ درصد آب دارد و یک فنجان خیار فقط ۱۶ کالری دارد. بدن را هیدراته نگه می‌دارد و توصیه می‌شود هنگام خیار خوردن پوستش را جدا نکنید؛ زیرا حاوی ویتامین C است. خیار حاوی آنتی اکسیدانی است که مانع از سرطان پوست ناشی از اشعه‌های تاول زای UVA/UVB می‌شود.

هندوانه شامل ۹۲ درصد آب است و همچنین ترشح عرق اضافی را تحریک می‌کند تا شما را از گرم‌زدگی در امان نگه دارد.

انار میوه‌ای سرشار از آب و آنتی اکسیدان خاصی به نام پونیکالاین است که به دفع سموم از بدن کمک می‌کند، که متابولیسم را اصلاح می‌کند و از شما در برابر گرم‌زدگی محافظت می‌کند. می‌توانید در فصل تابستان از نوشیدن آب انار بهره‌مند شوید.

برگ‌های تازه نعناع در تابستان مفید هستند، زیرا حاوی منتول هستند که پایانه‌های عصبی تخصصی را تحریک می‌کند و به شما اجازه می‌دهد احساس سرما کنید و یک تکانه الکتریکی به مغز می‌رسد و باعث می‌شود که فکر کنید بیرون سرت‌ر است. بنابراین به طور خودکار مکانیسم بدن را خنک می‌کند.

طبق اعلام مؤسسه پزشکی، مصرف منظم کیوی به افزایش سطح هیدراتاسیون و وجود پتاسیم کمک می‌کند تا سطح الکترولیت‌ها را بهبود بخشد و در نتیجه از گرم‌زدگی جلوگیری کند.

گرفس از ۹۶ درصد آب تشکیل شده است و منبعی غنی از منیزیم، کلسیم، آهن و روی است که الکترولیت‌ها و رفلاکس اسید را از بین می‌برد و از شما در برابر گرم‌زدگی محافظت می‌کند.

نخود سبز علاوه بر اثرات آبرسانی، سرشار از ویتامین C است که از پوست در برابر آفتاب سوختگی محافظت می‌کند و همچنین به تولید کلاژن کمک می‌کند.

گلابی این میوه آبرسان سرشار از فیبر محلول است که سیستم گوارش را سالم نگه می‌دارد و شما را در برابر گرم‌زدگی محافظت می‌کند.

انبه سرشار از مواد مغذی غنی‌کننده برای سلامتی مانند پروتئین‌ها، ویتامین‌های A، B۶، C، آهن، فولات، منیزیم، ریبوفلاوین و فیبرهای غذایی است که حاوی بیش از ۲۰ ویتامین و مواد معدنی مختلف است که انبه را به یک میوه فوق‌العاده تبدیل می‌کند.

به گفته کارشناسان تغذیه ۴/۳ فنجان انبه در طول روز ۵۰ درصد از ویتامین سی، ۸ درصد از ویتامین A و ۸ درصد از ویتامین B۶ مورد نیاز شما را تأمین می‌کند.

سیب یک درمان عالی برای اسهال خونی و سایر مشکلات مربوط به هضم غذا است که به دلیل هوای گرم رخ می‌دهند. به علاوه منبع بسیار خوبی از فیبرهای غذایی است که به عنوان یک ملین طبیعی عمل و به بهبود هضم و رفع یبوست کمک می‌کنند.

با وجود آنتی اکسیدان‌ها و ویتامین C به تقویت سیستم ایمنی بدن نیز کمک می‌کند.

بیتوته: ریزش مو در افراد مسن می‌تواند ناشی از عوامل مختلفی از جمله ژنتیک، تغییرات هورمونی، داروها و شرایط پزشکی باشد. در زیر برخی از شایع‌ترین علل ریزش مو در سالمندان آورده شده است:

ژنتیک

ریزش موی ارثی که به نام آلوپسی آندروژنیک نیز شناخته می‌شود، شایع‌ترین علت ریزش مو در مردان و زنان است. این بیماری توسط ترکیبی از عوامل ژنتیکی و هورمونی ایجاد می‌شود و می‌تواند از هر یک از والدین منتقل شود.

تغییرات هورمونی

با افزایش سن، سطح هورمون‌های ما تغییر می‌کند که می‌تواند منجر به ریزش مو شود. در مردان، هورمون اصلی مسئول ریزش مو دی هیدروتستوسترون (DHT) است که از تستوسترون مشتق شده است. در زنان، تغییرات هورمونی مرتبط با یائسگی می‌تواند منجر به ریزش مو شود.

داروها

برخی داروها از جمله رقیق‌کننده‌های خون، داروهای ضد افسردگی و داروهای شیمی درمانی می‌توانند به عنوان یک عارضه جانبی باعث ریزش مو شوند.

شرایط پزشکی

شرایط پزشکی مانند اختلالات تیروئید، بیماری‌های خودایمنی و عفونت‌های پوست سر می‌تواند باعث ریزش مو در سالمندان شود.

انواع ریزش مو در سالمندان

انواع مختلفی از ریزش مو در افراد مسن ممکن

است رخ دهد، از جمله:

آلوپسی آندروژنتیک

این شایع‌ترین نوع ریزش مو در مردان و زنان است. مشخصه آن نازک شدن تدریجی موهای بالای سر است.

تولوئن آفلوویوم

این نوع ریزش مو زمانی رخ می‌دهد که ریزش ناگهانی و قابل توجه به وجود داشته باشد. این می‌تواند ناشی از استرس، بیماری یا دارو باشد.

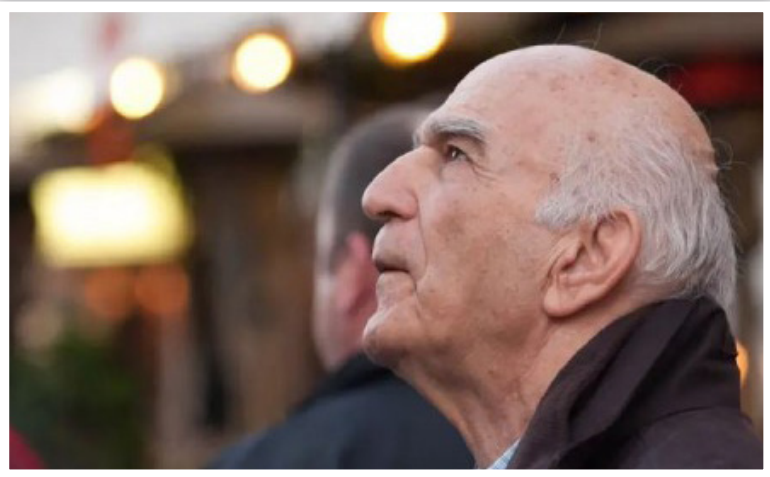
آلوپسی آره آتا

این یک اختلال خود ایمنی است که باعث ریزش موی تکه‌ای در پوست سر و سایر قسمت‌های بدن می‌شود.

آلوپسی کنششی

این نوع ریزش مو در اثر کشیدن یا کشش مکرر روی موها ایجاد می‌شود که اغلب به دلیل مدل‌های

مشکل ریزش مو در سالمندان و راه‌های درمان



مو مانند بافته یا دم اسبی است.

درمان ریزش مو در سالمندان

بسته به علت و نوع ریزش مو، درمان‌های مختلفی برای ریزش مو در افراد مسن وجود دارد. در اینجا برخی از رایج‌ترین درمان‌ها آورده شده است:

داروها

داروهایی مانند ماینوکسیدیل و فیناستراید می‌توانند به کاهش یا توقف ریزش مو و افزایش رشد موهای جدید کمک کنند.

کاشت مو

این روش جراحی شامل برداشتن مو از یک ناحیه از پوست سر و پیوند آن به ناحیه نازک یا طاسی است.

لیزر درمانی سطح پایین

این درمان غیرتهاجمی از لیزرهای سطح پایین برای تحریک رشد مو استفاده می‌کند.

کلاه گیس و کلاه گیس

برای افرادی که کاندید درمان‌های دیگر نیستند

یا محلول‌های غیرجراحی را ترجیح می‌دهند، کلاه‌گیس و مو می‌تواند گزینه خوبی باشد.

پیشگیری از ریزش مو در سالمندان

در حالی که برخی از دلایل ریزش مو، مانند

تغییرات ژنتیکی و هورمونی، قابل پیشگیری نیستند،

توجه داشته باشید که هر یک از این پیشنهادات شامل مقادیر پروتئین و

همچنین کربوهیدرات است.

کربوهیدرات‌ها به عنوان سوخت عمل می‌کنند و پروتئین نقش بازسازی و

ترمیم را به عهده دارد. دریافت کربوهیدرات و پروتئین بعد از ورزش حیاتی‌تر است

تغذیه بعد از تمرین ورزشی:

بدن از انرژی ذخیره شده (گلیکوژن) در ماهیچه برای تأمین انرژی در طول

تمرین یا بازی استفاده می‌کند، اما پس از آن تمرین، باید مواد مغذی از دست

رفته را دوباره جایگزین کرد.

پس از یک مسابقه یا تمرین، روی دریافت کربوهیدرات و پروتئین تمرکز

کنید، در نتیجه ماهیچه این امکان را پیدا می‌کند که گلیکوژنی را که از طریق تمرین از دست داده دوباره جایگزین کند و با پروتئین و اسیدهای آمینه موجود بازسازی و ترمیم شوند. سعی کنید ظرف یک ساعت پس از اتمام یک تمرین شدید، غذا بخورید.

نمونه‌هایی از وعده‌های غذایی برای بعد از تمرین:

اسموتی ریسکاوری بعد از تمرین (یا اسموتی بعد از تمرین با شیر و میوه کم‌چرب)
شیرشکلات کم چرب
ماست کم چرب با انواع توت‌ها
ساندویچ گوشت بوقلمون به همراه غلات کامل و سبزیجات
موارد فوق عمدتاً حاوی کربوهیدرات و مقداری هم پروتئین هستند و با مایعات هم (دو گزینه‌ی اول) می‌توانید به آبرسانی بدن کمک کنید و از دهیدراته شدن بدن جلوگیری کنید

قبل و بعد از ورزش چه غذایی بخوریم؟

و ببینید چه بازه زمانی برای بدن شما بهتر عمل می‌کند. اگر شما برای مسابقات ورزش می‌کنید؛ باید این موضوع را در طول روزهای تمرین خود کشف کنید و نه در روز مسابقه.

چند پیشنهاد برای تغذیه قبل از ورزش:

ساندویچ کره بادام زمینی و موز
ماست یونانی با انواع توت‌ها
اوتمیل با شیر کم چرب و میوه
سیب و کره بادام یا بادام زمینی
یک مشت آجیل و کشمش(دوقسمت کشمش و یک قسمت آجیل)

خبرگزاری فارس: یکی از رایج‌ترین سوالات از متخصصان تغذیه ورزشی این است که قبل و بعد از ورزش چه غذایی بخورم؟ پاسخ به این سؤال در برخی موارد به ورزشکار و فعالیت خاص او بستگی دارد اما یک سری اصول کلی برای تغذیه قبل و بعد از ورزش وجود دارد. کربوهیدرات مانند سوخت موتور است، هرچه شما سخت‌تر کار کنید به کربوهیدرات بیشتری نیاز دارید تا بتوانید ادامه دهید. شما ممکن است پرسید به چه فاصله‌ای قبل از تمرین باید غذا بخورم. پاسخ به این سؤال به عوامل گوناگونی بستگی دارد اما به عنوان یک قاعده کلی، بهتر است بلافاصله قبل از تمرین غذا نخورید زیرا در حالی که ماهیچه‌های شما سعی می‌کنند «کار خود» را انجام دهند، معده سعی می‌کند همزمان غذا را هضم کند و عامل مهم‌تر اینکه خوردن بیش از حد، نزدیک به تمرین ممکن است باعث شود که در حین تمرین یا بازی با مشکلات گوارشی مواجه شوید.

در حالت‌ایدل، بسته به اینکه بدن شما غذا را چگونه تحمل می‌کند، باید حدود ۱ تا ۴ ساعت قبل از تمرین به بدن خود سوخت‌رسانی کنید. امتحان کنید



غمین و نازنین

خفته ای تا لنگ ظهر و پا سدی حالا چرا؟
"نازنینا" می کنی اینقدر تو لالا چرا؟

می روی با غیض اما باز می گردی چه زود!
"نازنین"، هستی تفِ ناجورِ سر بالا چرا؟

در وجودت لانه کرده گوئیا جُغد غرور
می فروشی فخر مثل حضرت والا چرا؟

بهتر از این بوده ای، سابق بر این، با من فلان
این همه ناز و کرشمه، از تو واویلا چرا؟

گر که از اول نبود عشق تو ناب و بی ریا
می زدی چشمکم به من با دیده ی شهلا چرا؟

مهرورزی را پنه همواره در دستور کار
در ستمکاری کلم، داری یدِ طولا چرا؟

بوده ای گر بی وفا، از چه مُخ من را زدی؟!
خود بگو این کار، جانِ احمد مولا چرا؟

گر مرا خواهی، دگر بی معرفت هستی پی
خودرو و پول و طلا و خانه و ویلا چرا؟

راستی بودی تو که در زندگی دنبال پول
دل ندادی نازنین آخر به یک والا چرا؟

می فرستی هی مرا بهر خرید امروزه که
می رود بالا مرتب قیمت کالا چرا؟

بر من آری ای نگار، در عین بی رحمی فشار
هیچ دانی قَد و بالایم شده دولا چرا؟

بود احساسات به من گر که پر از عشق و وفا
پرسه میزد فکر من، دور و بُر شیلا چرا؟

عشق امروزی "غمینا" مثل عشق عهد بوق
نیست پاک و صاف و بی آلایش و اعلا چرا؟



طرح: عصرمردم

ببینوته: برقراری ارتباط موثر یکی از مهم ترین ارکان زندگی اجتماعی است که اصول خاص خود را دارد. یادگیری اصول ارتباط موثر باعث می‌شود که بتوانید ارتباط بهتری با دیگران داشته باشید، روابط کاری و شخصی را بهبود دهید و از بروز سوءتفاهم جلوگیری نمایید.

اگر به دنبال بهبود ارتباط با همسر، فرزند، رئیس یا همکاران هستید، یادگیری مهارت ارتباط موثر می‌تواند ارتباط شما را

دیگران را تعمیق ببخشد.

ارتباط موثر چیست؟

ارتباط موثر فراتر از تبادل اطلاعات و درک احساسات و اهداف موجود در اطلاعات است. در ارتباط موثر علاوه بر این که پیامی به صورت واضح منتقل می‌شود باید شنونده خوبی باشید تا معنای کامل گفته ها را بدست آورید و احساس درک شدن و شنیده شدن به طرف مقابل منتقل نمایید.

ارتباط موثر یک مهارت اکتسابی است، اغلب افراد هنگامی که می‌خواهند با دیگران ارتباط برقرار کنند به بیراهه می‌روند. ما یک چیز می‌گوییم و شخص مقابل چیز دیگری می‌شود و نتیجه این سوءتفاهم، ناامیدی و درگیر شدن است.

اصول ارتباط موثر

اصول اساسی برای برقراری ارتباط موثر عبارتند از:

۱- واقعی بودن: می‌توانید هنگام ارائه اطلاعات از آمار و ارقام کمک بگیرید.

۲- منسجم بودن: ابتدا اصل موضوع را بیان کنید سپس درباره آن توضیح دهید و تمام جملاتتان حول یک محور باشد و از پراکنده گویی اجتناب کنید.

۳- بیان شفاف: پیام باید شفاف بیان شود تا مخاطب در

ذهنش با ابهام و پرسش روبرو نشود.

۴- تعهد داشتن: در روابط کاری و خانوادگی تعهد را رعایت کنید تا مخاطب تحت تاثیر قرار بگیرد و بداند تعهد داشتن تا چه اندازه برای شما ضروری است.

۵- هماهنگ بودن: جملاتی که بیان می‌کنید باید همخوان و هماهنگ باشند و تناقضی بین آن ها وجود نداشته باشد تا مخاطب گیج و سردرگم نشود.

۶- کامل بودن: پیامی که به مخاطب ارسال می‌کنید باید کامل باشد و هیچ سوالی برای مخاطب باقی نگذارد.

۷- رعایت احترام: در صورتی که هنگام صحبت کردن ادب و احترام را رعایت نکنید، توانایی برقراری ارتباط موثر را نخواهید

داشت.

موانع ارتباط موثر

نداشتن مهارت ارتباط موثر می‌تواند در خانه، مدرسه و روابط کاری مشکل ایجاد نماید. با وجودی که همه به تاثیر مثبت ارتباط موثر در زندگیشان آگاهی دارند ولی برخی مسایل در زندگی افراد می‌تواند موانعی بر سر ایجاد ارتباط موثرشان با دیگران ایجاد نماید، در جمله:

استرس و احساسات خارج از کنترل

استرس باعث می‌شود از نظر احساسی بیش از حد تحت فشار قرار بگیرید و به احتمال زیاد صحبت دیگران را بد تعبیر کنید و به صورت ناخودگاه سیگنال های غیر کلامی مهمم ارسال کنید و الگوی رفتاری ناسازگار بروز دهید. برای پیشگیری از بروز سوءتفاهم باید بیاموزید که چطور قبل از ادامه مکالمه به سرعت آرامشتان را بدست آورید.

نداشتن تمرکز

اگر بخواهید همزمان با صحبت کردن کارهای دیگری انجام دهید نمی‌توانید ارتباط موثر برقرار کنید. در صورتی که هنگام مکالمه تلفتان را چک کنید یا برنامه بعدی خود را تنظیم کنید یا رویاپردازی نمایید، نشانه های غیر کلامی در مکالمه را از دست خواهید داد و نمی‌توانید ارتباط موثر برقرار کنید بنابراین هنگام مکالمه باید تمرکزتان را حفظ کنید و از هر گونه حواس‌پرتی اجتناب نمایید.

عدم کنترل زبان بدن

هنگام صحبت کردن، زبان بدن باید گفته ها را تقویت کند نه این که با آنها مغایرت داشته باشد در صورتی که شنوند از زبان بدن شما تعبیری مخالف گفتار شما برداشت کند به احتمال زیاد به این نتیجه می‌رسد که شما صادق نیستید. مثلا هنگام بله گفته سرتان را به نشانه «نه» تکان دهید.

استفاده از زبان بدن منفی

گوناگون

سه‌شنبه ۱۶ خرداد ۱۴۰۲ ۱۷ ذی‌القعدة ۱۴۴۴ Jun 6: 2023 سال بیست و هشتم شماره ۷۷۷۵

هنر برقراری ارتباط موثر



در کلام را بهتر تشخیص بدهید.

• صحبت را قطع نکنید: از قطع کردن صحبت یا تلاش برای هدایت مکالمه به نگرانی های خودتان اجتناب کنید. مثلا نگوئید: «اگر فکر می کنی این اتفاق بد است، بگذار بگویم چه اتفاقی برایم افتاده است».

• به حرف‌های خودتان فکر نکنید: گوش دادن مشتاقانه و فعال به معنی انتظار کشیدن برای صحبت کردن خودتان نیست. اگر به چیزهایی که قرار است بعدا تعریف کنید، فکر کنید، گوینده می‌تواند متوجه حالت چهره شما شود و بفهمد که حواستان جای دیگری است.

• خود را علاقمند نشان دهید: برای نشان دادن علاقه خودتان به گفتگو گاهی سرتان را تکان دهید، به گوینده لبخند بزنید، وضعیت بدنتان حالتی پذیرا و مجذوب نشان دهد و هر از گاهی با گفتن کلمات کوتاه مانند «بله» یا «اوه» سخنران را تشویق به ادامه کنید.

• قضاوت نکنید: برای برقراری ارتباط موثر نیازی نیست طرف مقابل را دوست داشته باشید یا موافق عقاید، ارزش‌ها یا نظرات او باشید ولی باید قضاوت را کنار بگذارید و از انتقاد و سرزنش خودداری کنید تا بتوانید حرف‌هایش را درک کنید.

• بازخورد بدهید: اگر احساس می‌کنید ارتباط قطع شده است، آنچه بیان شده را از زبان خودتان بگویید، مثلا می‌توانید چنین ادامه دهید: «چیزی که من شنیدم...» یا «به نظر می‌رسید شما می‌خواهید بگویید...»

بهتر است به جای تکرار کلمات گوینده، معنی کلمات را در ادامه جمله بیان کنید.

برای روشن تر شدن نکات مهمم می‌توانید چنین سوالاتی بپرسید: اگر منظورت از این که می‌گویی...» یا «منظورت این است؟»

• درک احساسات پشت کلمات: فرکانس های بالاتر، احساسات انسان را منتقل می‌کند که برای در آن نیاز به تمرین دادن عضلات ریز گوش میانی دارید. با درک احساسات پشت کلمات می‌توانید واقعا به معنی سخنان طرف مقابل پی ببرید. برای تقویت شنیدن احساسات می‌توانید از آواز خواندن، نواختن ساز بادی یا گوش دادن به موسیقی‌هایی با فرکانس بالا استفاده کنید.

مهارت دوم برقراری ارتباط موثر: توجه به سیگنال‌های غیرکلامی

سیگنال های غیر کلامی که می‌تواند به برقراری ارتباط موثر کمک کند عبارتند از:

- نوع نگاه، گوش دادن، حرکت کردن و عکس‌العمل شما به شخص دیگر، بیشتر از کلمات در مورد احساس شما به او اطلاعات می‌دهد.
- ارتباط غیر کلامی یا زبان بدن شامل حالت صورت، حرکات بدن، تماس چشمی، لحن و تن صدا، فشار عضلانی یا حتی تنفس باشد.
- شما می‌توانید با استفاده از زبان بدن باز، بازوهای باز، ایستادن یا نشستن روی لبه صندلی یا حالت باز و برقراری ارتباط چشمی، ارتباط موثر را تقویت کنید.
- می‌توانید از زبان بدن برای تاکید و تقویت پیام کلام استفاده کنید مثلا به او ضربه بزنید و از موفقیتش تعریف کنید یا مشتتان را گره کنید تا بر پیمانان تاکید نمایید.
- برای نشان دادن اعتماد به نفس سرتان را بالا بگیرید، لبخند بزنید، تماس چشمی را حفظ کنید و محکم دست بدهید.

مهارت سوم ارتباط موثر: کنترل استرس

استرس معمولا باعث می‌شود حرفی بزنید یا کاری انجام دهید که بعد از آن پشیمان شوید. باید تمرین کنید تا بتوانید استرستان را کنترل کنید و خودتان را به شرایط آرامش برسانید تا به درستی سیگنال های ارسال شده از طرف مقابل را دریافت کنید و بدانید زمان پاسخ دادن است یا سکوت کردن. می‌توانید برای کنترل استرس قبل از پاسخ دادن درخواست کنید سوال تکرار شود یا توضیح بیشتری در موردش ارائه شود. برای جمع آوری افکار مکث کنید تا از روی عجله پاسخ ناشایستی ندهید.

در صورتی که پاسخ شما بیش از حد طولانی باشد یا برای گفتن برخی نکات تردید دارید ممکن است علاقه شنونده را از دست بدهید. در این موارد بهتر است یک نکته را بیان کنید و سپس واکنش شنونده را بررسی کنید که آیا لازم است نکته دوم هم بیان شود یا خیر.

واضح صحبت کردن به اندازه خود مطلب اهمیت دارد. تن صدای یکنواخت خود را حفظ کنید و تماس چشمی برقرار کرده و زبان بدن را آرام و باز نگه دارید و با یک خلاصه بحث را تمام کنید.

برای کاهش استرس فوری می‌توانید از تکنیک‌های ریز استفاده کنید مثلا یک شکلات نعنایی در دهان بگذارید یا یک گلوله ضد استرس را در جیبتان بفشارید، چند نفس عمیق بکشید تا عضلاتتان رلکس شوند یا یک تصویر آرامش بخش را به یاد بیآورید.

می‌توانید از حس شوخ طبعی استفاده کنید و با یک شوخی یا داستان سرگرم کننده فضا را تلطیف نمایید.

در مواردی که فرد مقابل بفشاری زیادی روی مواض خود دارد به جای این که خلافتش حرف بزنید با مصالحه استرس و تنش را کاهش دهید.

مهارت چهارم ارتباط موثر: مطرح کردن خود

بیان خود یا ابراز وجود به معنی بیان افکار، احساسات و نیازها به روشی صادقانه است که منجر به افزایش عزت نفس می‌شود. در حالی که درباره خواسته های خودتان صحبت می‌کنید، احترام دیگران را حفظ کنید. ارتباط موثر همیشه درباره درک طرف مقابل است نه پیروزی در یک بحث یا تحمیل کردن نظرات خود به دیگران، بنابراین برای این که کلامتان موثر باشد نباید رفتاری خصمانه یا پرخاشگرانه نشان دهید.

برای تاثیر گذاری بیشتر می‌توانید نکات زیر را رعایت کنید:

- برای خود و گزینه هایتان ارزش قائل باشید، خواسته های شما به اندازه خواسته های دیگران مهم است.

- نیازها و خواسته هایتان را بشناسید و بدون نقض حقوق دیگران، بیانشان کنید.
- افکار منفی را با روشی مثبت بیان کنید و حتی در حالت عصبانیت، احترام دیگران را حفظ کنید.
- تعریف و تمجیدها را با مهربانی بپذیرید.
- از اشتباهات خود درس بگیرید و در صورت نیاز از دیگران کمک بگیرید.

- نه گفتن را بیاموزید.
- محدودیت های خود را بشناسید و اجازه ندهید دیگران از شما سوءاستفاده کنند.
- بیشتر به دنبال گزینه هایی باشید که به همه احساس خوبی بدهد.

	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱		ی	ن	ا	م	ر	د	ر	ا	ک			ن	ا	س
۲	م		خ		د	ر	ک		ج	ل	ی	م	ر	ه	ر
۳	م	ر	م		ش		ز	ب	و	ن					
۴		ا	ر	ا		ن	ک	ی	م	ا	م	ا	ر	ا	ی
۵	ل		ن	خ	ب	ه	ک	ن		و	ب		ن		
۶		ج		م	ر	ا	ج	ل	م	ر	و	ه	خ		
۷	ک	د	ا	ر	ی	ک	م	ن	م	ا	ی	ا	ش		
۸		ا	ی	ر	ک	ی	ج	س	ک	ر	ا	م			
۹	ر	د	ش	ن	د	ن	ج	م	ی	ل	س	ی	ر		
۱۰	ی		م	ه	ا	ل	د	م	ا	غ		ی	خ		
۱۱	ب	س		ا	ی	ب	ی	س	ل	م	ط				
۱۲	ا	ر	م		ه	و	ر	ب	ت	ا	ی	ر	ا		
۱۳	ل	ا	ر	ی		ه	ا	ل		ت	س	خ	ی	ر	
۱۴	د	ی	ا	ل		ا	ر	و	م		ن	و	ی		
۱۵	ی	ا	د	د	ا	د	ن		ا	ذ	ر	ک	ش	ی	ب

۱۴۰۲/۲۹۰۸ شماره جدول جواب

افقی:

۱-از وسایل بسته بندی- آمار آن در جهان هر روز بالاتر می رود

۲-تعجب زنانه- صاحب خانه- بهترین تفریح

۳-رایج- دردها- از القاب امام پنجم شیعیان

۴-خشک دستی- همیشه- اسب رستم- از پدیده های طبیعی

۵-زبان دچار لکنت- مکمل سلوار- دست عرب

۶-جمع ولی- زشت

۷-در اسفندماه می کارند- نشانی- محصول استهبان

۸-طایفه- بالا آمدن آب دریا- درهم- مطیع

۹-اساس- کفل-از غذاهای برنجی

۱۰-آرزو- لعنت شده- حرف زیادی

۱۱-خاک کوزه گری- نام قدیمی اصفهان-

من و تو- مکان

۱۲-قرض- پیغمبر کشتی ساز- خاندانی که مرکز حکومت آنها شیراز بود- بهره

۱۳-داستان بلند- سرباز نیروی دریایی- فرش حصیری

۱۴-نافرخنده- موجودیت- اثری پیرامون جنگ تحمیلی

۱۵-مرکز کشور آلبانی- به بازار کوچک و محلی می گویند

عمودی:

۱-پوست دباغی شده کفل اسب و خر- عقیم بودن

۲-بن مضارع از مصدر رسیدن- نامی دخترانه-

پدر زال

۳-ده- دردناک- پیغمبر نقاش

۴-موشکی زمین به هوا- گنگ- اهمیت و احترام- کشتن شتر

۵-شهری در آذربایجان- کاخ ساسانی

در عراق- پسوند همانندی در فارسی

۶-اساس و پی ساختمان- درخت زبان گنجشک

۷-بخشنده- از عناصر جدول مندلیف- بحث و جدل

۸-مرد- بالادست کارگر- او

۹-رنج- پهلوان- زیبا ولی آشفته

۱۰-مرکز مغز- زادگاه یوسف- توان

۱۱-بالابر خودرو- شهر شعر و فرهنگ- خرس آسمانی

حوادث

رئیس سازمان آتش نشانی شیراز خبر داد

آتش سوزی انبار موادغذایی در شیراز

اطراف بود.

عیدی‌پور با بیان اینکه آتش‌سوزی با سرعت عمل آتش نشانان قبل از سرایت به منازل و مغازه‌های اطراف اطفا شد، افزود: محل حادثه یک ساختمان دوطبقه بوده که به عنوان انبار از آن استفاده می‌شد. این مقام مسئول گفت: برابر گزارش، آتش از طبقه همکف شروع و به طبقه دوم و سقف شیروانی این محل سرایت کرده بود، در جوار این مکان یک هتل سنتی قرار داشت و اگر دیر عمل می‌شد، احتمال سرایت به این هتل و منازل و مغازه‌های همجوار وجود داشت.

او افزود: به دلیل حساسیت عملیات، آتش نشانان از چند جهت با چند رشته لوله آب دهی پر فشار عملیات مهار آتش و همزمان با برش سقف شیروانی، عملیات تهویه را آغاز کرده و ادامه دادند و بعد از ۴ ساعت تلاش بی وقعه توانستند آتش را اطفاء کنند. رئیس سازمان آتش نشانی شیراز گفت: با توجه به حجم بالای شعله‌های آتش و گستردگی آتش سوزی هنوز میزان دقیق خسارت مشخص نیست و علت حادثه هم نیاز به بررسی دقیق کارشناسی دارد. عیدی‌پور یادآور شد که این حادثه خوشبختانه، تلفات جانی در پی نداشت.



او با بیان اینکه پس از اعزام اولین تیم و ارزیابی اولیه، نیروهای آتش‌نشان از هشت ایستگاه به محل اعزام شدند، گفت: با توجه به محل حادثه که خیابان تیموری، در مرکز تجاری مسکونی شیراز بود، خودروهای اطفایی سنگین و نیمه سنگین به محل روانه شدند.

رئیس سازمان آتش‌نشانی شیراز گفت: این حادثه در یک انبار موادغذایی، مملو از کالاهای خشکباری و عطاری به وسعت ۳۰۰ مترمربع حادث شده و آتش در حال گسترش به مناطق

کشف بیش از ۱۸۰ کیلو تریاک در فارس

فرمانده انتظامی استان از توقیف یک دستگاه کامیون و کشف ۱۸۰ کیلو و ۷۰۰ گرم تریاک در فارس خبر داد.

سردار رهام‌بخش حبیبی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، بیان داشت: در راستای طرح مبارزه با سوداگران مرگ، ماموران پلیس مبارزه با مواد مخدر استان با همکاری پلیس فرودگاه شیراز با اقدامات فنی و تخصصی مطلع شدند فردی با یک دستگاه کامیون در

فرمانده انتظامی استان از توقیف یک دستگاه کامیون و کشف ۱۸۰ کیلو و ۷۰۰ گرم تریاک در فارس خبر داد.

سردار رهام‌بخش حبیبی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، بیان داشت: در راستای طرح مبارزه با سوداگران مرگ، ماموران پلیس مبارزه با مواد مخدر استان با همکاری پلیس فرودگاه شیراز با اقدامات فنی و تخصصی مطلع شدند فردی با یک دستگاه کامیون در

دستگیری عامل تیراندازی در جهرم

فرمانده انتظامی جهرم تصریح کرد: با تلاش‌های صورت گرفته و اقدامات اطلاعاتی توسط ماموران پلیس امنیت عمومی، عامل تیراندازی در کمتر از ۶ ساعت شناسایی و با هماهنگی قضائی دستگیر شد.

این مقام انتظامی با اشاره به کشف یک قبضه اسلحه کلاش، ۲ تیغه خناب و یک تیر جنگی از مخفیگاه متهم، خاطر نشان کرد: پلیس اجازه جولان دادن به مخلان امنیت را نخواهد داد.

وی افزود: با حضور مامورین در صحنه و انجام تحقیقات میدانی مشخص شد فردی به علت اختلافات خانوادگی به سمت شاکبی با اسلحه کلاش اقدام به تیراندازی کرده و بلافاصله از محل متواری شده است.

سرهنگ رزمجویی بیان داشت: با توجه به حساسیت موضوع شناسایی و دستگیری متهم به صورت ویژه در دستور کار ماموران پلیس اطلاعات و امنیت عمومی شهرستان قرار گرفت.

فرمانده انتظامی جهرم از دستگیری عامل تیراندازی در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ خسرو رزمجویی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان کرد: در پی اعلام مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر وقوع یک فقره درگیری به همراه تیراندازی در یکی از روستاهای اطراف شهرستان، بلافاصله مامورین به محل درگیری اعزام شدند.

بین الملل

واژگونی قایق در کینه جان ۷ دانش آموز را گرفت

در پی واژگونی یک قایق در کینه دست کم هفت دانش آموز دختر جان خود را از دست دادند.

به گزارش ایسنا به نقل از «دیلی سان»، این حادثه روز یکشنبه رخ داد و یک قایق چوبی واژگون شده است.

گفته می‌شود که این دختران در حال عبور از رودخانه «تینجر» واقع در شمال شرقی کینه می‌روند تا در امتحانات ورودی دبیرستان شرکت کنند. یکی از مقامات وزارت آموزش کینه در این باره گفت: ما از این خبر بد که هفت دانش آموز جان خود را از دست دادند، متحیر شدیم. همچنین احتمال افزایش شمار قربانیان این حادثه نیز وجود داشته و جستجوها برای یافتن اجساد بیشتر ادامه دارد.

خروج یک قطار باری از ریل در «اودیسا»ی هند

چند روز پس از برخورد مرگبار دو قطار مسافربری در اودیسای هند، گزارش‌ها حاکی از خروج یک قطار باری از ریل در این ایالت است.

به گزارش ایسنا به نقل از «کونومیک تایمز»، چندین واگن این قطار باری حامل سنگ آهک در نزدیکی «سامباردارا» در این ایالت از ریل خارج شده اما تاکنون گزارشی از تلفات جانی ناشی از وقوع این حادثه منتشر نشده است.

در پی تصادف دو قطار مسافربری در ایالت اودیسا در روز جمعه نیز تاکنون مرگ ۲۸۸ نفر تأیید شده و بنابر گزارش‌های تکمیلی ۹۰۰ نفر دیگر نیز زخمی هستند.

همچنین برخی رسانه‌های داخلی هند اعلام کردند که حال ۵۶ نفر از مصدومان این حادثه وخیم است. تعداد تلفات و مصدومان بالا، این حادثه را به یکی از مرگبارترین حوادث ریلی در بیش از دو دهه اخیر تبدیل کرد.

تیراندازی با ۵ کشته در اکوادور

در پی وقوع حادثه تیراندازی در شهر «گویاکیل» در اکوادور دست کم پنج تن جان خود را از دست دادند.

به گزارش ایسنا به نقل از «سان دیلی»، این حادثه روز یکشنبه رخ داد و در آن هشت تن دیگر نیز زخمی شده‌اند.

مقامات پلیس اکوادور اعلام کردند که یکی از قربانیان این حادثه یک پلیس بوده است. شاهدان اعلام کردند سه نفر از یک موتور پیاده و وارد یک خانه شدند و صدای شلیک گلوله شنیده شده است. گویاکیل واقع در سواحل جنوبی اکوادور، بزرگترین شهر، بزرگترین بندر و قطب اقتصادی این کشور است. در سال‌های اخیر، این شهر به یکی از مراکز درگیری‌های خونین بین باندهای قاچاق مواد مخدر در اکوادور تبدیل شده است.

۹

فارس

این مقام انتظامی ادامه داد: در عملیاتی غافلگیرانه ۳ خرده فروش مواد مخدر که سوابق متعدد اوباشگری، درگیری دسته جمعی و سرقت دارند نیز دستگیر شدند.

سرهنگ رضایی از تلاش متهمان حین دستگیری جهت امحاء مواد افیونی در فاضلاب گفت و ادامه داد: با تلاش مامورین انتظامی و همکاری تیم عملیاتی آتش نشانی، ۶۸ بسته هروئین و شیشه آماده فروش از درون فاضلاب منزل خارج و مقدار مواد مخدر مکشوفه، ضمیمه پرونده قضائی متهمان شد.

جانشین انتظامی فسا با قدردانی از همکاری اهالی محله برای دستگیری سوداگران مرگ، خاطر نشان کرد: محل فروش مواد افیونی با دستور مرجع قضائی پلمب و متهمان با تکمیل پرونده روانه دادسرا شدند.

کشف طلاياب قاچاق در شیراز

فرمانده انتظامی شهرستان شیراز از کشف یک دستگاه طلاياب قاچاق به ارزش ۳ میلیارد ریال خبر داد.

سرهنگ فرج شجاعی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان داشت: ماموران یگان امداد شیراز حین گشت زنی در سطح حوزه استحفاظی به یک خودرو پژو ۲۰۷ مشکوک شدند و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند.

وی افزود: ماموران انتظامی در بازرسی از این خودرو یک دستگاه طلاياب خارجی قاچاق به همراه متعلقات آن را کشف کردند. فرمانده انتظامی شیراز با بیان اینکه کارشناسان ارزش اموال مکشوفه را ۳ میلیارد ریال برآورد کردند، گفت: در این رابطه یک نفر دستگیر و پس از تشکیل پرونده تحویل مراجع قضائی شد.

دستگیری سارق حرفه‌ای با ۱۱ فقره سرقت در آباده

فرمانده انتظامی آباده از دستگیری سارق حرفه ای و سابقه دار با ۱۱ فقره انواع سرقت‌ها در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ سیدابوالفضل مسعودی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهار داشت: در پی وقوع چند فقره سرقت از اماکن دولتی از جمله مدارس، منزل، مشاعات ساختمان، و بیمارستان در برخی از محله‌های شهرستان آباده، بررسی موضوع به صورت ویژه در دستور کار ماموران انتظامی قرار گرفت.

وی افزود: با آغاز تحقیقات پلیس سرانجام ماموران موفق شدند در این خصوص یک سارق سابقه‌دار را شناسایی و وی را با هماهنگی مرجع قضایی در مخفیگاهش دستگیر کنند.

سرهنگ مسعودی با بیان اینکه سارق در بازجویی اولیه به ۱۱ فقره سرقت مدارس، منزل، مشاعات ساختمان و بیمارستان اقرار کرد، گفت: متهم روانه دادسرا و با صدور قرار مناسب روانه زندان شد.

کشف دام قاچاق ۶ میلیاردی در ممسنی

فرمانده انتظامی ممسنی از توقیف یک دستگاه کامیون و کشف ۱۲ راس گاو قاچاقی و فاقد هرگونه مجوز بهداشتی در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ محمد نیکبخت در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، بیان کرد: ماموران پاسگاه انتظامی فلهیان ممسنی هنگام نظارت بر محورهای مواصلاتی به یک دستگاه کامیون مشکوک شدند و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند.

وی با بیان اینکه در بازرسی از آن کامیون ۱۲ راس گاو قاچاق کشف شد، گفت: راننده برای انجام مراحل قانونی روانه دادسرا شد. سرهنگ محمد نیکبخت خاطر نشان کرد: ارزش احشام مشکوفه برابر نظر کارشناسان، ۶ میلیارد ریال برآورده شده است.

رفع تصرف اراضی ملی در داراب

فرمانده انتظامی داراب از رفع تصرف ۷۰ هزار متر اراضی ملی به ارزش ۲۵ میلیارد ریال در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ علیرضا نوشاد در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان داشت: در پی شکایت نماینده اداره منابع طبیعی مبنی بر ۲ فقره زمین‌خواری واقع در بخش فورگ و فسارود توسط چندین نفر، بررسی موضوع در دستور کار ماموران انتظامی قرار گرفت.

وی افزود: ماموران انتظامی با هماهنگی مرجع قضائی و همکاری نماینده منابع طبیعی به محل‌های مورد نظر اعزام و موفق شدند در این خصوص ۷۰ هزار متر مربع اراضی ملی را که توسط افراد سودجو اقدام به کاشت نهال شده بود را رفع تصرف و به بیت‌المال بازگردانند.

فرمانده انتظامی داراب با بیان اینکه کارشناسان ارزش اراضی رفع تصرف شده را ۲۵ میلیارد ریال برآورد کردند، از شهروندان خواست هرگونه اطلاع از دست اندازی و تصرف اراضی ملی توسط افراد سودجو را برای اقدام قانونی به مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ گزارش کنند.

پلمب ۱۰ واحد صنفی متخلف در پاسارگاد

جانشین انتظامی پاسارگاد از پلمب ۱۰ واحد صنفی متخلف در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ خدابخش حسن زاده در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان کرد: در اجرای برخورد با متخلفان صنوف، ماموران اداره نظارت بر اماکن عمومی این فرماندهی با همکاری ماموران اداره صمت از واحدهای صنفی این شهرستان بازدید کردند. وی افزود: در اجرای این طرح با اشاره به بازدید از ۶۰ واحد صنفی، ۱۰ واحد صنفی به دلیل عدم توجه به اختارهای داده شده پلمب و به ۸ واحد صنفی متخلف نیزخطاریه صادر شد.

کشف کالای قاچاق در اقلید

فرمانده انتظامی اقلید از کشف یک میلیارد کالای قاچاق در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ مراد صامی در گفت‌وگو با خبرنگارپایگاه خبری پلیس، بیان کرد: ماموران انتظامی پاسگاه شهرمیان حین گشت‌زنی به یک خودرو وات پراید مشکوک شدند و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند. وی افزود: ماموران در بازرسی از این خودرو موفق به کشف یک دستگاه موتورسیکلت و ۱۸۰ جفت کفش به ارزش یک میلیارد ریال شدند. فرمانده انتظامی اقلید با بیان اینکه راننده برای انجام مراحل قانونی تحویل مرجع قضائی شد، گفت: شهروندان می‌توانند هرگونه گزارشات خود را از طریق سامانه ۱۱۰ به مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ اعلام کنند.

تصادف در شیراز ۲ کشته بر جای گذاشت

ایسنا: برخورد یک دستگاه اتومبیل سواری ۲۰۷ با ستون چراغ برق در یکی از ورودی‌های شیراز، ۲ کشته و یک مصدوم بر جای گذاشت.

ساعت ۵ و ۱۱ صبح یک دستگاه سواری پژو ۲۰۷ در بولوار خلیج فارس شیراز، به دلایلی نامشخص از مسیر منحرف شده و با ستون چراغ برق، برخورد می‌کند.

براساس گزارش آتش‌نشانی شیراز، این حادثه که منجر به مُچاله شدن خودروی سواری و محبوس شدن سه سرنشین آن شده بود، ۱۰ آتش‌نشان را از ۱۲ ایستگاه به محل کشاند.

آتش‌نشانان با استفاده از تجهیزات تخصصی، راننده و ۲ سرنشین خودرو را از لابه لای اتاق در هم پیچیده خارج کردند اما ۲ نفر از آنان به دلیل شدت جراحات وارد، جان خود را از دست داده بودند.

کشف ۱۶۱ کیلوگرم تریاک در نی‌ریز

جانشین فرمانده انتظامی استان از کشف ۱۶۱ کیلوگرم تریاک در عملیات مأموران انتظامی شهرستان نی‌ریز خبر داد.

سردار یوسف ملک‌زاده در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهار داشت: ماموران پلیس مبارزه با مواد مخدر نی‌ریز با اقدامات فنی و تخصصی مطلع شدند قاچاقچیان قصد دارند مقداری تریاک را از طریق محورهای مواصلاتی این شهرستان انتقال دهند که بررسی موضوع را در دستور کار خود قرار دادند.

وی افزود: بلافاصله تیم‌های عملیاتی به محور مورد نظر اعزام شدند و با اقدامات فنی و پلیسی و همچنین گشت‌های محسوس و نامحسوس، در نهایت یک خودرو پژو ۴۰۵ شناسایی و دستور ایست دادند که راننده بدون توجه اقدام به فرار کرد.

جانشین فرمانده انتظامی استان گفت: پس از طی مسافتی تعقیب و گریز راننده و سرنشینان با پرتاب بسته‌های مواد مخدر به بیرون خودرو، با توجه به تاریکی هوا و موقعیت جغرافیایی منطقه متواری شدند.

سردار ملک‌زاده با اشاره به اینکه در پاکسازی از محل تردد خودرو ۱۶۱ کیلوگرم تریاک کشف شد، گفت: تلاش برای دستگیری قاچاقچیان متواری با جدیت ادامه دارد.

غلطک ۴۰ میلیاردی قاچاق در توقیف پلیس لارستان

فرمانده انتظامی لارستان از کشف یک دستگاه غلطک قاچاق به ارزش ۴۰ میلیارد ریال در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ سیدمحمد یوسفی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان کرد: مأموران انتظامی لارستان هنگام نظارت بر یکی از محورهای مواصلاتی به یک کامیون حامل یک‌دستگاه غلطک مشکوک شدند و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند.

وی افزود: در بررسی‌های فنی صورت گرفته مشخص شد محموله فاقد مجوز و قاچاق بوده و راننده با ارائه مدارک جعلی و غیر مرتبط قصد خروج غلطک از استان را داشته که با هوشیاری و تیزبینی ماموران ناکام ماند.

فرمانده انتظامی لارستان با بیان اینکه ارزش این محموله قاچاق بنا به نظر کارشناسان ۴۰ میلیارد ریال برآورد شده است، تصریح کرد: راننده با تشکیل پرونده برای انجام مراحل قانونی به مرجع قضائی معرفی شد.

بر خورد موتورسیکلت با وانت نیسان با ۲ کشته و ۲ مجروح

رئیس پلیس راه شمال استان گفت: برخورد یک دستگاه موتورسیکلت با وانت نیسان در محور مواصلاتی شهرستان کوار، ۲ کشته و ۲ مجروح بر جای گذاشت.

سرهنگ عبداله‌اشم دهقانی درگفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در بیان جزئیات این حادثه گفت: در پی اعلام مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر تصادف فوتی در محور مواصلاتی شهرستان کوار، بلافاصله گشت تصادفات به همراه عوامل امدادی برای بررسی موضوع به محل حادثه اعزام شدند.

وی افزود: ماموران در بررسی اولیه مطلع شدند یک موتورسیکلت با سرنشین با یک دستگاه وانت نیسان به شدت برخورد کرده است. رئیس پلیس راه شمال استان با اشاره به این حادثه ۲ نفر از ترک‌نشینان به دلیل شدت جراحات وارده در دم فوت و ۲ نفر دیگر نیز مجروح و روانه بیمارستان شدند، گفت: کارشناسان علت این تصادف را عدم توانایی راکب در کنترل وسیله نقلیه اعلام کردند.

۲ کشته و یک مجروح در برخورد پژوها

رئیس پلیس راه شمال استان گفت: در برخورد دو سواری پژو در محور مواصلاتی مرودشت، ۲ نفر بر اثر شدت جراحات وارده فوت و یک سرنشین نیز مجروح شد.

سرهنگ عبداله‌اشم دهقانی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهار داشت: در پی اعلام مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر وقوع تصادف فوتی در محور مواصلاتی مرودشت، بلافاصله ماموران به همراه عوامل امدادی به محل حادثه اعزام شدند.

وی افزود: ماموران در بررسی‌های اولیه مطلع شدند سواری پژو ۲۰۶ با ۲ سرنشین با یک خودرو پژو پارس به شدت برخورد کرده است.

رئیس پلیس راه شمال استان با بیان اینکه رانندگان هر دو خودرو به دلیل شدت جراحات وارده فوت و سرنشین نیز مجروح و روانه بیمارستان شد، گفت: کارشناسان علت این تصادف را انحراف به چپ از جانب راننده پژو پارس اعلام کردند.

پلیس نسخه خرده فروشان را پیچید

جانشین انتظامی شهرستان فسا گفت: منزل مسکونی که محل فروش موادمخدر بود پلمب و ۳ خرده فروش حرفه ای دستگیر شدند.

سرهنگ محمد رضایی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهار کرد: در پی گزارش مردمی مبنی بر خرده فروشی مواد مخدر در منزل مسکونی در یکی از محلات فسا، ماموران کلانتری ۱۱شهدا رسیدگی به موضوع و دستگیری خرده فروشان را به صورت ویژه در دستور کار قرار دادند.

وی افزود: علیرغم تلاش متهمان و استفاده از ترفندهای مختلف از جمله تمبیه دریچه ای کوچک روی در منزل برای نیفتادن به دام قانون، افسران پلیس با اتخاذ تدابیر لازم، ضمن تصویربرداری از زمان ارتکاب جرم، ۴ نفر مشتری را بلافاصله پس از خرید دستگیر کردند.

نایب رئیس اول اتحادیه مشاوران املاک:

افزایش اجاره بها به دلیل هزینه های تولید مسکن است



واحد مسکونی در شهر تهران اکنون از ۶۰ میلیون تومان نیز عبور کرده است) را در بر می‌گیرد و بعد قیمت اعلام می‌کنند و لذا سامانه املاک نمی‌تواند قیمت‌ها را کنترل کند و بازار مسکن را نمی‌توان با آزمون و خطا پیش برد، بلکه به‌جای سامانه تأسیس کردن شرایط ساخت‌وساز را فراهم کنند تا ساخت‌وساز افزایش یابد و مطمئنا اجاره‌بها پس از آن و متأثر از افزایش تولید کاهش خواهد یافت.

وی در پاسخ به این سوال که چرا پس از نوسازی اجاره‌بها افزایش پیدا می‌کند، توضیح داد: موضوع این است که بازسازی برای صاحبخانه گران تمام می‌شود، هزینه مصالح ساختمانی افزایش یافته است بنابراین برای صاحبخانه هزینه تمام‌شده افزایش یافته است، اما اگر مشوق‌هایی برای ساخت‌وسازها در نظر گرفته شود، ساخت‌وساز افزایش پیدا کند می‌تواند

بر قیمت‌ها تأثیر بگذارد در ابتدای دهه نود که تولید مسکن رونق بیشتری پیدا کرد این تولید مسکن باعث کاهش قیمت اجاره‌بها نیز شده بود، اما امروز به‌دلیل کمبود در تولید اجاره‌بها افزایش پیدا کرده است.

وام ودیعه تورم زا است

داوود بیگی نژاد در ادامه از تأثیر وام ودیعه بر بازار اجاره‌بها نیز گفت: می‌بایست رصد کرد که آیا وام ودیعه مسکن سال‌های قبل تأثیر داشته یا خیر، آیا این مبلغ در کل مناطق حداقل شهر تهران توانمندی مستأجر را افزایش داده است و یا به مالک انگیزه افزایش قیمت را می‌دهد.

نایب رئیس اتحادیه مشاوران املاک در مورد راهکار جلوگیری از افزایش اجاره بها بیان کرد: اوایل سال اعلام کردیم که قیمت‌سازی‌ها در فضای مجازی کنترل شود، اما کسی توجهی نکرد، در کوتاه‌مدت این کنترل فضای مجازی و اعلام ضرب اجاره‌بها باعث می‌شود که در بلندمدت در بازار مسکن کنترل صورت گیرد. پس می‌بایست عرضه و تقاضا را متناسب کنند اجاره‌داری حرفه‌ای را در دستور کار قرار دهند شرایط تولید مسکن تسهیل گردد، تا اجاره‌بها کنترل شود.

از سوی اتاق بازرگانی ایران دنبال می‌شود: پیگیری توسعه همکاری‌های حمل و نقلی با روسیه

صورت گیرد و زمینه‌های همکاری هرچه سریع‌تر مشخص و مورد توافق قرار گیرد.

چندی قبل، مدیر حمل‌ونقل بین‌المللی و کارنه تیر اتاق ایران با تشریح مسائل مهم حوزه کارنه تیر میان ایران و روسیه بیان کرده بود: روس‌ها در این حوزه دو موضوع مهم دارند که اخیرا هم در کمیسیون‌های مشترک حمل‌ونقلی مطرح بوده است. اول موضوع مجوز تردد است. در حال حاضر مجوز تردد دو طرفه در توافقات حمل‌ونقلی و وزارتخانه‌های راه دو کشور برداشته شده اما دو کشور فقط برای کشور ثالث به یکدیگر مجوز می‌دهند.

او افزود: طرف ایرانی مایل است مجوز ثالث هم برداشته شود و این پیشنهاد را قبلا هم به روس‌ها ارائه کردیم، اما روس‌ها به عکس به دنبال افزایش و نه حذف این مجوزها هستند. قرار است این موضوع را هم‌زمان با حضور هیات روسی در تهران با بخش خصوصی و دبیر کل اتحادیه حمل‌ونقل روسیه مطرح کنیم.

فرامرزیان ادامه داد: موضوع مهم بعدی برای روس‌ها، نرخ مابه‌التفاوت سوخت است که این موضوعی دولتی و حاکمیتی

اتاق بازرگانی ایران از برنامه‌ریزی برای توسعه همکاری‌های حمل و نقلی با روسیه و استفاده از توان بخش‌های خصوصی دو کشور در این حوزه خبر داد.

به گزارش ایسنا، در راستای توسعه فعالیت‌های حمل‌ونقلی، ترانزیتی و تجاری در مسیر کریدور شمال-جنوب، امور حمل‌ونقل بین‌المللی، کارنه‌تیر و آتا اتاق ایران و نمایندگی بازرگانی روسیه در ایران (موسسه آسماپ) تصمیم گرفتند، ابعاد و زمینه‌های لازم برای انعقاد تفاهم‌نامه را بررسی کنند.

در همین رابطه رستم ژینگانشین، رئیس نمایندگی بازرگانی فدراسیون روسیه در ایران با بهنام فرامرزیان، مدیر امور حمل‌ونقل بین‌المللی، کارنه‌تیر و آتا اتاق ایران دیدار کرد.

در این نشست بر اهمیت نقش حمل‌ونقل و لجستیک در تقویت مرادوات اقتصادی بین دو کشور اشاره شد و همکاری در قالب یک تفاهم‌نامه بین اتاق ایران و موسسه آسماپ مورد تأکید قرار گرفت.

به همین منظور مقرر شد اربزنی‌های لازم از سوی دو طرف

نرخ سود تسهیلات نهضت ملی مسکن ۱۸ درصد می‌شود

معاون بنیاد مسکن از کاهش نرخ سود تسهیلات بانکی نهضت ملی مسکن به ۱۸ درصد، پس از تصویب در شورای عالی مسکن خبر داد.

به گزارش خبرگزاری مهر، حمیدرضا سهرابی با بیان اینکه تا پیش از این نرخ سود تسهیلات نهضت ملی مسکن ۲۳ درصد بوده است، گفت: کاهش نرخ سود تسهیلات یکی از مواردی بود که در شورای عالی مسکن با حضور رئیس‌جمهور مطرح شد و مورد موافقت قرار گرفت.

معاون بنیاد مسکن انقلاب اسلامی اضافه کرد: همچنین سقف وام ۵۵۰ میلیونی برای همه شهرهای کشور را شورای پول و اعتبار هم تصویب و بانک مرکزی به بانک‌های عامل ابلاغ کرده است.

سهرابی ادامه داد: همچنین سود و پلکانی شدن در حال طی مراحل است که به‌محض اجرایی شدن این ابلاغ اطلاع‌رسانی خواهیم کرد.

هزینه وام مسکن برای متاهل‌ها چقدر است؟

قیمت هر برگ وام مسکن (تسه) نسبت به حدود یک ماه قبل روندی کاهشی داشته و متاهل‌های ساکن تهران برای اخذ این وام باید حدود ۸۲ میلیون تومان پرداخت کنند. به گزارش ایسنا، هر برگ اوراق وام مسکن (تسه) در خرداد سال ۱۴۰۰، با قیمت ۶۶ هزار و ۴۰۰ تومان قیمت دارد. هر برگ اوراق تسهیلات مسکن در تیر سال ۱۴۰۰ با قیمت ۸۵ هزار تومان، در مرداد با قیمت ۸۹ هزار تومان و در شهریور نیز با قیمت ۸۸ هزار و ۵۰۰ تومان داد و ستد می‌شود.

این اوراق در ماه مهر سال ۱۴۰۰ معادل ۸۶ هزار و ۴۰۰ تومان، در آبان ماه سال ۱۴۰۰ معادل ۸۳ هزار و ۸۰۰ تومان و در آذر نیز ۸۲ هزار و ۹۰۰ تومان قیمت دارد.

اوراق تسهیلات مسکن در دی و بهمن سال ۱۴۰۰ نیز با قیمت‌های ۸۳ هزار و ۶۰۰ تومان و ۸۱ هزار و ۴۰۰ تومان معامله می‌شود. این اوراق در سال ۱۴۰۱ معادل ۸۵ هزار و ۲۰۰ و در سال ۱۴۰۲ نیز ۸۵ هزار و ۹۰۰ تومان قیمت داشته که این گزارش بر اساس قیمت سال ۱۴۰۲ نوشته شده است.

قیمت اوراق برای مجردها و متاهل‌های تهرانی

بر این اساس، مجردهای ساکن تهران می‌توانند تا ۲۸۰ میلیون تومان تسهیلات دریافت کنند که شامل ۲۰۰ میلیون تومان تسهیلات خرید مسکن و ۸۰ میلیون تومان وام جماله می‌شود؛ لذا برای دریافت ۲۰۰ میلیون تومان وام باید ۴۰۰ برگه تسهیلات مسکن خریداری کنند که هزینه این تعداد با اوراق ۸۵ هزار و ۹۰۰ تومانی، ۳۴ میلیون و ۳۶۰ هزار تومان می‌شود. همچنین با در نظر گرفتن ۸۰ میلیون تومان وام جماله که برای آن باید ۱۶۰ ورق به مبلغ ۱۳ میلیون و ۷۴۴ هزار تومان خریداری کنند، مجموع هزینه خرید اوراق به ۴۸ میلیون و ۱۰۴ هزار تومان می‌رسد.

زوج‌های تهرانی نیز بر همین اساس می‌توانند تا سقف ۴۸۰ میلیون تومان شامل ۲۰۰ میلیون تومان تسهیلات خرید مسکن برای هر نفر و ۸۰ میلیون تومان وام جماله دریافت کنند؛ بنابراین زوجین باید ۸۰۰ برگه تسهیلات مسکن خریداری کنند که هزینه آن ۶۸ میلیون و ۷۲۰ هزار تومان می‌شود که همراه با هزینه ۱۲ میلیون و ۷۴۴ هزار تومانی وام جماله که برای آن باید ۱۶۰ ورق تسهیلات مسکن خریداری کنند، در مجموع باید ۸۲ میلیون و ۴۶۴ هزار تومان پرداخت کنند.

قیمت اوراق در سایر استان‌ها

سقف این تسهیلات برای مراکز استان و شهرهای با جمعیت بیش از ۲۰۰ هزار نفر برای مجردها به ۱۶۰ و برای زوجین به ۳۲۰ میلیون تومان رسیده است. با توجه به اینکه مجردها باید ۳۲۰ و متاهل‌های ساکن این شهرها نیز باید ۶۴۰ برگه تسهیلات مسکن خریداری کنند، مجردها باید ۲۷ میلیون و ۴۸۰ و متاهل‌ها نیز ۵۴میلیون و۹۷۶ هزار تومان پرداخت کنند.

بازنگری آیین‌نامه مشاغل سخت و زیان‌آور

بازنگری آیین‌نامه، شغلی حذف نشده ولی قرار شده است که گروه "الف و ب" دقیق‌تر مورد بررسی قرار گیرند.

رعیتی فرد همچنین درباره حذف خبرنگاری از مشاغل سخت و زیان‌آور گفت: این پیشنهاد مطرح بود ولی قبول نکردیم و رد شد. وی در پاسخ به این پرسش که آیا "خبرنگاری" از گروه "ب" به گروه "الف" تغییر یافته است یا خیر؟ گفت: شما خبرنگاران مشکلی ندارید.

پیشتر در صد و هشتاد و دومین جلسه شورای عالی حفاظت فنی وزارت کار و در راستای سیاستگذاری کارهای سخت و زیان‌آور موضوع ماده ۷ آیین‌نامه مشاغل سخت و زیان‌آور، مشاغل "ملوانی و صیادی" مشمولین قانون کار با موافقت اکثریت آرا در گروه "ب" مشاغل سخت و زیان‌آور قرار گرفت.

همچنین در یکصد و چهل و نهمین نشست شورای عالی حفاظت فنی با تصمیم اعضا، شغل عملیاتی "آتش‌نشانی" در ردیف گروه "ب" مشاغل سخت و زیان‌آور قرار گرفت.

سوابق کار در کارهای سخت و زیان‌آور یک و نیم برابر محاسبه می‌شود و افرادی که در مشاغل سخت و زیان‌آور و طاقت فرسا ۲۰ سال سابقه کار متوالی یا ۲۵ سال سابقه کار متناوب را داشته و حق بیمه سابقه مزبور را به سازمان تأمین اجتماعی واریز کرده باشند می‌توانند تقاضای بازنشستگی خود را ارائه کنند.

کارفرمایان کارگاه‌های مشمول قانون تأمین اجتماعی مکلفند قبل از آن که کارهای سخت و زیان‌آور را به کارگران خود محول کنند، معاینات پزشکی لازم را انجام داده و کارگران را از لحاظ قابلیت و استعداد جسمانی متناسب برای نوع کار بسنجند و به صورت دوره‌ای معاینات پزشکی را تکرار کنند.کارگران مشاغل سخت از مرخصی سالانه بیشتر برخوردار بوده و در بحث بازنشستگی شرایط خاص بازنشستگی پیش از موعد را دارند. ساعات کار مشاغل سخت و زیان‌آور نباید از شش ساعت در روز و ۳۶ ساعت در هفته تجاوز کند. به گزارش ایسنا، ماده ۷۶ قانون تأمین اجتماعی به بازنشستگی پیش از موعد توجه داشته و هدف آن حمایت از سلامت افراد پس از بازنشستگی است. مشاغل سخت و زیان‌آور به‌دلیل شرایط حساس زیر ذره‌بین قانون قرار دارند و از آنجا که کارگران این مشاغل همواره در معرض خطرات جدی هستند، قانون رویکرد حمایتی از این دسته کارگران را در پیش گرفته است.

سرانه مصرف مرغ به ۲۶کیلو در سال رسید

مصرف داشته باشیم. برهمن اساس تلاش شده که ماهانه حداقل ۱۲۰ میلیون قطعه جوجه را تا شهریور ماه به دست تولیدکنندگان مرغ گوشتی برسانیم تا بتوانیم نیاز داخلی کشور را کاملاً پوشش بدهیم.

این فعال بخش خصوصی اظهار کرد: البته براساس آن چه که شرکت پشتیبانی و وزارت جهاد کشاورزی خواستند، باید حداقل ۱۳۰ میلیون جوجه‌ریزی را داشته باشیم که ۱۰ میلیون قطعه آن را شرکت پشتیبانی برای تکمیل ذخایر استراتژیکش استفاده کند.



در حال حاضر کارهای مرتبط با حفر قنات و چاه، مشاغل مرتبط با کوره‌های ذائب، عملیات مربوط به جمع‌آوری و دفن زباله‌ها، کار در فضاهایی که ارتعاشات صوتی حاکم بر محیط بر سیستم شنوایی آسیب‌رسان است، کارهای مرتبط با سمپاشی و ضدعفونی کردن، کار غواصی که تحت فشار غیرطبیعی محیط باشد و کارهایی که در معرض تشعشعات رادیواکتیو هستند از جمله مشاغل سخت و زیان‌آور به شمار می‌روند.

در همین راستا علی حسین رعیتی فرد – معاون روابط کار وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی در گفت‌وگو با ایسنا، از بازنگری آیین‌نامه مشاغل سخت و زیان‌آور خبر داد و درباره احتمال حذف برخی شغل‌ها گفت: آیین‌نامه در شورای عالی حفاظت فنی به پایان رسیده و رأی‌گیری شده است. رشته یا شغلی را حذف نکردیم فقط در نحوه اجرائیش تفاوت‌هایی ایجاد شده است.

وی با بیان اینکه آیین‌نامه هنوز به تصویب نهایی نرسیده است، توضیح داد: بازنگری در آیین‌نامه انجام شده ولی چون باید به کمیسیون دولت برود تا روی آن بحث شود و مورد بررسی مجدد قرار بگیرد، هنوز چیزی نهایی نشده است؛ زیرا برخی سازمان‌ها و دستگاه‌ها مثل سازمان تأمین اجتماعی ممکن است پیشنهادهاتی داشته باشند؛ بنابراین هنوز نهایی نشده است.

به گفته معاون روابط کار وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی، در

معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی از بازنگری آیین‌نامه مشاغل سخت و زیان‌آور خبر داد و گفت: پیشنهاد حذف خبرنگاری از مشاغل سخت و زیان‌آور را رد کردیم.

به گزارش ایسنا، انسان در محیط کار با عوامل فیزیکی، شیمیایی، بیولوژیکی، مکانیکی و ارگونومیکی مواجه است و اگر مقدار این عوامل بیشتر یا کمتر از حدود تحمل بدن باشد، فشارها و تنش‌های بیش از ظرفیت‌های طبیعی چه در بعد جسمانی چه در بعد روانی به بدن انسان وارد می‌شود. نتیجه تحمیل شرایط کار بالاتر از ظرفیت طبیعی بدن موجب بروز انواع بیماری‌های شغلی و عوارض ناشی از آن می‌شود.

بر اساس تبصره ۲ ماده ۷۶ قانون تأمین اجتماعی، کارهای سخت و زیان‌آور مشاغلی هستند که در آنها عوامل فیزیکی، شیمیایی و بیولوژیکی محیط کار غیراستاندارد بوده و فرد با انجام آن کار، فشار جسمی و روانی بیش از ظرفیت طبیعی بر او وارد شود که در اثر آن به بیماری و عوارض آن مبتلا شود.

ماده ۱ آیین‌نامه مشاغل سخت و زیان‌آور این مشاغل را که به آنها سختی کار تعلق گرفته به دو دسته تقسیم کرده است:

الف – مشاغلی که صفت سخت و زیان‌آور با ماهیت شغلی وابستگی دارد، اما می‌توان با به‌کارگیری تمهیدات بهداشتی، ایمنی و تدابیر فنی مناسب توسط کارفرما سختی و زیان‌آوری آنها را حذف کرد. تمهیدات بهداشتی، ایمنی و تدابیر فنی کارفرما، صفت سخت و زیان‌آوری آنها کاهش یافته ولی کم‌اکن سخت و زیان‌آوری آنها حفظ می‌شود. در واقع برخلاف مشاغل گروه الف که با بکارگیری تمهیدات ایمنی و تلاش کارفرمایان سختی کار کاهش می‌یابد، مشاغل گروه "ب" ماهیتا سخت و زیان‌آور هستند و صفت سخت و زیان‌آوری در ذات آنها وجود دارد.

درباره دسته اول می‌توان عمده مشاغل صنعتی را مثال زد که کارفرما تجهیزات ایمنی را برای کارگران فراهم نکرده باشد. مثلاً کارگر یک کارگاه جوشکاری، نیازمند تجهیزات ایمنی از قبیل عینک مخصوص است و کارفرما وظیفه دارد آن را برای کارگر فراهم کند. دسته دوم مشاغلی که سخت و زیان‌آور بودن جزو جدا نشدنی آن شغل‌هاست و رعایت مسائل ایمنی از سخت و زیان‌آوری آنها کم نمی‌کند. به عنوان مثال کارگرانی که در معادن یا روی دکل‌ها یا پست‌های انتقال برق کار می‌کنند.

مشاور عالی اتحادیه مرغداران گوشتی کشور گفت: سرانه مصرف مرغ تا قبل از مردمی‌سازی یارانه‌ها، حدود ۳۲ کیلوگرم به ازای هر نفر بود که در سال بعد از آن، این مقدار حدود ۱۲ درصد به لحاظ وزنی مصرف یا تولید گوشت کاهش پیدا کرد و مصرف سرانه هم حدوداً ۲۶ کیلوگرم شد.

به گزارش ایسنا، ماحدعلی کمالی در یک گفت‌وگوی رادیویی اظهار کرد: امیدواریم بتوانیم بر اساس منابع داخلی ۱۲۰ میلیون قطعه جوجه‌ریزی داشته باشیم و تقاضای کشور را کاملاً پاسخ دهیم.

تجلیل از ورزشکاران نابینا و کم‌بینای مدال آور استان فارس

پرسا گلریز خاتمی

به گزارش روابط عمومی هیات ورزش‌های نابینایان و کم‌بینایان استان فارس در آیینی که با حضور نماینده مردم شیراز و زرقان در مجلس شورای اسلامی، سرپرست معاونت فرهنگی و امور جوانان اداره کل ورزش و جوانان استان فارس و جمعی از مسئولین، ورزشکاران و خانواده‌های آنان توسط هیات ورزش‌های نابینایان و کم‌بینایان استان فارس برگزار شد، از بیش از ۱۳۰ ورزشکار نابینا و کم‌بینای استان فارس که در مسابقات استانی، ملی و بین‌المللی به عناوین مهم قهرمانی و کسب مدال دست یافته بودند، تقدیر کردید.

نماینده مردم شیراز و زرقان در مجلس شورای اسلامی در این آیین گفت: ورزشکاران نابینا و کم بینای ما در میادین مختلف نشان داده‌اند که «معلولیت، محدودیت نیست» یک شعار نیست بلکه با استعدادهایی که دارند محدودیتشان را نادیده می‌گیرند و علیرغم مشکلاتی که دارند در کشور و جهان افتخارآفرینی می‌کنند و برای استان فارس کلکسیونی از جام ها را به دست آورده‌اند و پیشرو بودن فارس و شیراز را در همه زمینه‌ها به نمایش گذاشته‌اند.

علیرضا پاک فطرت افزود: افتخار آفرینی و کسب مدال های رنگارنگ توسط نابینایان و کم‌بینایان نشان‌دهنده استعداد سرشار و اراده قوی آنان است و امروز این عزیزان برای تعدادی از جوانان افسرده جامعه ما که متاسفانه به گواه آمار، تعدادشان هم کم نیست، می‌توانند الگو و سرمشق باشند. وی در بخش دیگری از سخنان خود به وظیفه شهرداری در خدمت‌رسانی به معلولین اشاره کرد و گفت: از شهرداری انتظار دارم در ساختمان‌هایی

که ساخته می‌شود قانونی را که مجلس در بحث معلولین و جانبازان گذرانده، در ورودی همه ساختمان‌ها رعایت کنند. وی تاکید کرد: توقع ما از شهرداری شیراز و شهرداران استان فارس این است که مناسب سازی در معابر ما انجام شود. ما خیلی کند در این مساله حرکت می‌کنیم و در ساخت معابر و پیاده‌روها و فضاهای شهری هزینه می‌کنیم، اما خیلی کار مهندسی نمی‌کنیم و توجهی به معلولین نداریم که این به نظر من ترک فعل است و انتظار دارم که شهرداری شیراز و شهرداری‌های استان این مناسب‌سازی را پیگیری کنند و استاندار فارس هم به عنوان نماینده عالی دولت پیگیری این موضوع باشند.

عضو کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس شورای اسلامی به وظیفه نمایندگان مجلس در قبال معلولین اشاره کرد و گفت: وظیفه نمایندگان

برنامه مرحله پلی آف فصل جاری لیگ قهرمانان آسیا در حالی اعلام شد که استقلال ایران تنها تیمی است که از رقابت‌ها کنار گذاشته شد.

به گزارش ایسنا، برنامه فصل جدید رقابت‌های لیگ قهرمانان آسیا اعلام شد و بر این اساس تراکتور برای حضور در مرحله گروهی باید از دور دوم پلی‌آف به میدان برود.

استقلال به‌دلیل مشکل مجوز تنها محروم این فصل از رقابت‌هاست این در حالی است که عمان و بنگلادش برای اولین‌بار مجوز حضور در لیگ قهرمانان آسیا را دریافت کردند و در این رقابت‌ها حاضر خواهند بود. هم‌چنین النصر عربستان نیز با حضور کریستیانو رونالدو در پلی آف

فارس، قهرمان سی‌امین دوره رنکنیک کشوری پاکت بیلارد بانوان

پرسا گلریز خاتمی

سی‌امین دوره رنکنیک کشوری پاکت بیلارد بانوان عصر جمعه دوازدهم خردادماه به میزبانی هیات بولینگ و بیلارد استان کرمان و با معرفی نفرات برتر به پایان رسید.

رئیس هیات بولینگ و بیلارد فارس گفت: بانوان پاکت بیلارد سراسر کشور در ابتدا در جدول‌های دو حذفی و در ادامه به صورت تک حذفی با یکدیگر به رقابت پرداختند که در پایان این رقابت‌ها فاطیما همایون از استان فارس، منصوره نورآباد مطلق را با نتیجه ۷ بر ۴ شکست داد و به عنوان قهرمانی مسابقات دست پیدا کرد.

وی افزود: مقام سوم این رقابت‌ها را نیز، زهرا زرین‌حقیقی از استان فارس به دست آورد و سیده فاطمه حقایقی به جمع ۸ نفر برتر این مسابقات راه یافت.

علی جعفری نفرات برتر مسابقات را این گونه اعلام کرد: فاطمه همایون از استان فارس مقام اول، منصوره نورآباد مطلق از استان بوشهر مقام دوم، زهرا زرین حقیقی از استان فارس مقام سوم و مرضیه مرادی از استان یزد مقام چهارم را کسب نمودند.

رئیس هیات بولینگ و بیلارد فارس اضافه کرد: در این دوره از مسابقات ورزشکارانی از استان های یزد، سیستان و بلوچستان، اصفهان، خوزستان، کرمان، فارس، تهران، بوشهر، خراسان جنوبی و کهگیلویه و بویراحمد با یکدیگر به رقابت پرداختند که در پایان با قهرمانی نماینده استان فارس به پایان رسید.

گفتنی است این رقابت‌ها، با حضور شیرین زرین مسئول برگزاری، فاطمه سلمانی سرداور و حکیمه کاریبخش و زهرا پوریزدان‌پناه به عنوان داور برگزار شد.

رئیس هیات کشتی استان فارس خبر داد آغاز اردوی تیم ملی کشتی فرنگی جوانان ایران در شیراز

پرسا گلریز خاتمی

رئیس هیات کشتی استان فارس گفت: اردوی تیم ملی کشتی فرنگی جوانان ایران جهت حضور در رقابت‌های قهرمانی آسیا و قهرمانی جهان از ۱۶ خردادماه لغایت ۲۶ خردادماه در شهر شیراز و زیر نظر کادر فنی برگزار می‌شود.

وی افزود: این اردو با حضور ۳۳ نفر کادر فنی و ملی‌پوشان برگزار می‌شود که از استان فارس امیررضا دهبزرگی در وزن ۶۰ کیلوگرم، محمدامین استواری در وزن ۷۲ کیلوگرم و ابوالفضل فتحی‌نزنکی در وزن ۱۳۰ کیلوگرم، به همراه ابرج نوروزی به عنوان مربی حضور خواهند داشت. ساسان خویباری اضافه کرد: استان فارس قطب کشتی فرنگی کشور محسوب می‌شود و برگزاری اردوهای تیم ملی در استان فارس می‌تواند باعث ایجاد شور در بین کشتی‌گیران مستعد استان گردد. رئیس هیات کشتی استان فارس ادامه داد: امکانات کشتی استان می‌بایست در حد توقعات باشد، هیات کشتی استان برنامه‌ها و اهداف بزرگی دارد و این مهم در سایه حمایت همه جانبه مسئولین ذریطه استانی امکان‌پذیر می‌باشد.

خویباری در پایان گفت: کشتی استان همواره در رقابت‌های جهانی و المپیک مدال آور بوده است و در همه رده‌ها ملی‌پوش دارد و این قهرمانان نیاز به توجه و امکانات درحد ملی دارند که امیدواریم با یک نگاه ملی و عزم جدی این مهم محقق گردد.

کریم بنزما رسما به الاتحاد پیوست

کریم بنزما با عقد قراردادی دو ساله به الاتحاد عربستان پیوست.

به گزارش ایسنا و نقل از گل عربی، کریم بنزما در دیدار برابر اتلتیکو بلبائو برای آخرین بار با پیراهن رئال مادرید به میدان رفت و از هواداران تیم خداحافظی کرد. بنزما با عقد قراردادی دو ساله رسما به الاتحاد پیوست.

سایت گل عربی و دیگر رسانه‌های عربی هم این خبر را تایید کردند.

فابریزیو رومولو، خبرنگار سرشناس هم با تویییتی این خبر را رسما اعلام و تاکید کرد که کاپیتان پیشین رئال مادرید بعد از حضور در مراسم خداحافظی این باشگاه راهی عربستان می‌شود. الاتحاد برای جذب بنزما سالی ۲۰۰ میلیون یورو به این بازیکن پرداخت می‌کند.

استقلال تنها حذف شده این فصل آسیا

حضور دارد و باید برای حضور در مرحله گروهی لیگ قهرمانان آسیا دیدار خود را برنده شود.

برنامه دور اول پلی آف لیگ قهرمانان آسیا به شرح زیر است:

شارجه امارات – الوحدات اردن ----- برنده این دیدار به مصاف النصر عربستان می‌رود.

شباب الاهلی امارات – ال آحد لبنان ----- برنده این دیدار به مصاف تراکتور ایران می‌رود.

آلمالیک ازبکستان – باشاندهارا بنگلادش --- برنده این دیدار

تخصصی و یک رشته همگانی در این هیات خبر داد. جواد مرادپور افزود: با فعالیت ۸ انجمن فوتبال، گلبال، جودو، شنا، دوومیدانی، بولینگ، پاورلیفتینگ و شطرنج به علاوه انجمن ورزش همگانی از پیشگامان و پیشروان ورزش کشور هستیم.

مرادپور افزود: در ۸ ماه گذشته تاکنون در تمامی اعزام‌های ورزشی که فدراسیون برنامه‌ریزی کرده بود عزیزان ما در مسابقات حضور یافته و مدال کسب کرده‌اند.

وی بیان کرد: افتخارات این هیات محصول تلاش بیشک‌وستان و مدیران سابق آن است که زیرساخت‌ها را فراهم کردند تا امروز ورزشکاران پرتلاش و با انگیزه ما بتوانند افتخارآفرینی و مدال‌آوری کنند.

هیات ورزش نابینایان و کم بینایان در حقیقت یک اداره کل ورزش است

رئیس هیات ورزش نابینایان و کم بینایان شهرستان شیراز نیز در این آیین گفت: هیات ورزش نابینایان و کم‌بینایان در حقیقت یک اداره کل ورزش است و ما با هشت رشته فعال در شیراز فعالیت می‌کنیم و در تمامی این رشته‌ها بازیکنان ملی‌پوش داریم که باعث افتخار است.

هادی عیبدی پور افزود: از نظر بودجه و اعتبار باید این هیات را ویژه دید؛ زیرا در بحث زیرساخت‌های ورزشی و حتی حمل و نقل ورزشکاران با چالش رو به رو هستیم و باید این چالش را حل کنیم.

وی تاکید کرد: فضاهای فرهنگی و ورزشی شهرداری شیراز که عموم مردم از آن‌ها استفاده می‌کنند باید به صورت ویژه در اختیار ورزشکاران این هیات و خانواده‌های آنان قرار گیرد.

به مصاف العربی قطر می‌رود.

نوبهار نمنگان ازبکستان و السیبع عمان --- برنده این دیدار به مصاف الوکره قطر می‌رود.

پرسپولیس، سپاهان و نساجی سه سهمیه مستقیم ایران برای حضور در دور گروهی هستند و حضور این تیم‌ها در دور گروهی لیگ قهرمانان آسیا قطعی است و تراکتور نیز برای حضور در دور گروهی باید حریف خود را شکست دهد.

قرعه‌کشی دور گروهی لیگ قهرمانان آسیا روز پنجشنبه(۲ شهریور) برگزار می‌شود.

امار ایران در لیگ ملت‌های والیبال؛ عطایی بهتر از الکنو

عطایی: بازی سختی مقابل ژاپن داریم

موسوی: هر بازی حکم فینال را دارد



جهانی برگزار می‌شد، اما از سال ۲۰۱۸ به لیگ ملت‌ها تغییر کرد. سال ۲۰۲۰ هم به دلیل شیوع اپیدمی کرونا برگزار نشد.

دومین تجربه حضور در لیگ ملت‌ها با

مربی ایرانی

تیم ایران سال گذشته با رویکرد جوان‌گرایی ستاره‌های خود را کنار گذاشت و برای اولین بار با یک سرمربی ایرانی به لیگ ملت‌ها وارد شد. بهروز عطایی حالا در آستانه دومین حضورش در لیگ

ملت‌هاست و این بار کار بسیار سختی را پیش رو دارد؛ چرا که رنکنیک ایران در مسابقات مختلف در نهایت تکلیف سهمیه المپیک ۲۰۲۴ پاریس را مشخص می‌کند.

تیم‌ملی ایران سال گذشته با سرمربی ایرانی و با تکیه بر بازیکنانی که برخی برای اولین بار حضور در این تورنمنت را تجربه می‌کردند، در جایگاه هفتم قرار گرفت و باید دید در سال ۲۰۲۳ چه نمایشی را ارائه می‌دهد.

برزیل پرافتخارترین تیم

برزیل، در مجموع ۳۲ دوره برگزارای لیگ جهانی و لیگ ملت‌ها با ۱۰ قهرمانی، هفت نایب‌قهرمانی و چهار مقام سومی پرافتخارترین تیم این مسابقات محسوب می‌شود. ایتالیا نیز به عنوان یکی از قدرتها والیبال جهان در این مسابقات هشت بار قهرمان شده، سه بار نایب قهرمانی و چهار بار هم سومی را به دست آورده و دومین تیم پرافتخار محسوب می‌شود.

ناهید کیانی با اقتدار قهرمان شد

اولین مدال طلای زنان ایران در مسابقات تکواندو قهرمانی جهان

ناهید کیانی تکواندوکار تیم ملی ایران با پیروزی در فینال مسابقات قهرمانی جهان به اولین تکواندوکار زن ایران تبدیل شد که در این مسابقات مدال طلا می‌گیرد.

به گزارش خبرنگار مهر، ناهید کیانی تکواندوکار وزن ۵۳– کیلوگرم تیم ملی ایران در مسابقات قهرمانی جهان به میزبانی جمهوری آذربایجان به عنوان قهرمانی رسید.

کیانی روز یکشنبه در دیدار فینال برابر حریف چینی با نتیجه ۲ بر صفر پیروز شد و عنوان قهرمانی و مدال طلا را از آن خود کرد. به این ترتیب کیانی نخستین زن تکواندوکار ایران شد که در مسابقات قهرمانی جهان مدال طلا گرفته است.

این نماینده ایران در دیدار نخست خود در تکواندو قهرمانی جهان ابتدا «لین سوان» از کره جنوبی را با اقتدار در دو راند متوالی شکست داد و سپس «لوکا پاتافالوی» از مجارستان را در رقابتی جذاب ۲ بر یک از پیش رو برداشت.

کیانی در مرحله یک چهارم نهایی مقابل «نیکا کاراباتچ» از کراسوی با مدال نقره نوجوانان جهان و طلای اروپا را در مبارزهای تماشایی در ۲ راند شکست داد. تکواندوکار کشورمان در مرحله نیمه نهایی برابر «تاتیانا مینینا» قهرمان جهان و المپیک از روسیه با نتیجه ۲ بر ۱ پیروز شد.

ایران پیش از این دو مدال برنز کسب کرده بود و با کار بزرگ کیانی طلسم مدال طلا در مسابقات قهرمانی را هم شکست.

کسب مدال نقره آسیا توسط دختر دوندۀ ایران

دوندۀ دوهای مانع ایران در مسابقات قهرمانی جوانان آسیا موفق به کسب مدال نقره شد.

به گزارش ایسنا، در ادامه رقابت‌های دوومیدانی قهرمانی جوانان آسیا که از ۱۶ خرداد به میزبانی کره‌جنوبی آغاز شده است، نازنین فاطمه عیدیان دوندۀ ایران در مرحله نهایی رقابت ماده ۴۰۰متر مانع شرکت کرد و با ثبت حد نصاب ۱:۰۰.۰۱ دقیقه موفق شد در جایگاه دوم قرار بگیرد.

در این ماده ورزشکار ژاپنی با ثبت زمان ۵۸.۹۲ ثانیه در جایگاه نخست ایستاد و ورزشکار قزاقستانی پس از عیدیان با ثبت حد نصاب ۱:۰۰.۴۰ دقیقه سوم شد.

این دومین مدال جوانان ایران در این دوره از مسابقات قهرمانی آسیاست. پیش از این هم محمدرضا ضیایی در مرحله نهایی رقابت ماده پرتاب دیسک با ثبت حد نصاب ۵۵.۴۴ متر در جایگاه سوم قرار گرفت و به مدال برنز رسید.

کسب سومین مدال دوومیدانی ایران در قهرمانی جوانان آسیا

دوندۀ ۳۰۰۰ متر مانع ایران موفق به کسب مدال برنز رقابت‌های دوومیدانی جوانان آسیا شد.

به گزارش ایسنا، در ادامه رقابت‌های دوومیدانی قهرمانی جوانان آسیا، سمیر اقبالی در ۴۰۰متر با مانع زمان ۰:۰۷.۶۱ دقیقه را ثبت کرد و مدال برنز گرفت.

در این ماده ورزشکار ژاپنی با ثبت زمان ۸:۳۹.۸۲ دقیقه در جایگاه نخست ایستاد و ورزشکار هندوستانی با ثبت حد نصاب ۵:۱۷.۴دقیقه دوم شد.

رقابت‌های دوومیدانی قهرمانی جوانان آسیا از ۱۴ تا ۱۷ خرداد ماه به میزبانی شهر بیچتون کره‌جنوبی در حال برگزاری است.

تیم‌ملی ایران هم ۱۳ ورزشکار در دو بخش دختران و پسران در این رقابت‌ها حضور دارد.

مانا حسینی، نازنین فاطمه عیدیان، ملینا اسماعیلی، ملیکا نوروزی، صبا خراسانی، محمدرضا ضیایی، سمیراقبالی، ارشیا صدیقی، محمدمحسام مظفری، سجاد آقایی، مهدی هفت‌چشمه، سینا نجفی و علی رجبی ملی‌پوشان اعزامی ایران هستند.

ایران – هلند، شنبه سوم تیر، ساعت ۱۸ و ۳۰ دقیقه

هفته سوم – آناهایم آمریکا

ایران – فرانسه، چهارشنبه ۱۴ تیر، ساعت ۱۰

ایران – بلغارستان، جمعه ۱۶ تیر، ساعت

۵

ایران – آرژانتین، یکشنبه ۱۸ تیر، ساعت ۱ و ۳۰ دقیقه

امداد

ایران – کوبا، یکشنبه ۱۸ تیر، ساعت ۲۲

بازی سختی مقابل ژاپن داریم

بهروز عطایی سرمربی تیم ملی والیبال ایران در خصوص بازی والیبال ایران و ژاپن در چارچوب لیگ‌ملت‌های ۲۰۲۳ والیبال گفت: خوشبختانه بازیکنان در وضعیت سلامت کامل بوده و مصدومیت‌های جزئی هم از بین رفته است.

او ادامه داد: بازی سختی خواهیم داشت. این دو تیم اطلاعات خوبی از یکدیگر داشته و جزو قطب‌های والیبال آسیا به‌شمار می‌آیند. فکر می‌کنم بازی سختی خواهد شد و امیدوارم بازی خوبی شود و مردم لذت ببرند. ما هم تمام تلاش خود را خواهیم کرد که بهترین عملکرد را داشته باشیم. رقابت ما و ژاپن گل بازی‌های آسیایی است. امیدوارم که بازی خوبی داشته باشیم و مردم لذت ببرند.

سرمربی تیم ملی والیبال ادامه داد: خوشبختانه وضعیت خوب است و آمادگی در بازیکنان وجود دارد. از لحاظ بدنی در وضعیت مناسب هستیم. والیبال ورزش لحظه‌ها است و آمادگی ذهنی خیلی کمک خواهد کرد که در جریان بازی بتوانیم برنامه خود را اجرا کنیم.

هر بازی حکم فینال را دارد

همچنین سید محمد موسوی کاپیتان تیم‌ملی والیبال ایران در خصوص رقابت ایران و ژاپن گفت: خیلی تمرینات خوبی را پشت سر گذاشتیم و شرایط خوبی داریم. در سفر مقداری اذیت شدیم. امیدواریم که بتوانیم کارهایی که در تمرینات انجام دادیم را در بازی عملی کنیم و اشتباهات خود را تکرار نکنیم. صرفاً تیم‌دیم که با ژاپن بازی کنیم، همه در خصوص بازی با ژاپن صحبت می‌کنند، اما ایران ۱۲ بازی دارد. همه بازی‌ها برای ما حکم فینال به‌منظور صعود است. امیدوارم بتوانیم نتیجه درخرو والیبال کسب کنیم. تیم جوان شده است و بازیکنان باتجربه به هر دلیلی کنار تیم نیستند. تیم ما تلفیقی از نفرات باتجربه و جوان است که هر کاری می‌تواند انجام دهد. اگر فصل خواستن را صرف کنیم قطعا نتیجه خواهیم گرفت.

