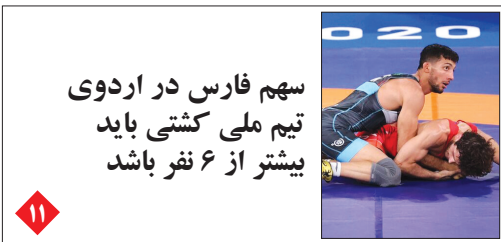




چشم کتاب ۱۴۰۱ در
فارس برگزار می‌شود

۱۲



سهام فارس در اردوی
تیم ملی کشتی باید
بیشتر از ۶ نفر باشد

۱۱



طلاق، زیر ذره بین
اسماعیل عسلی

۱۰

انتقال فرآورده های نفتی با یک خط لوله ۴۰۰ کیلومتری به شیراز

رایزنی بازرگانان عمانی در شیراز

۴

رئیس پلیس فتای فارس:
رمال اینستاگرامی در شیراز
دستگیر شد

آگهی دروغین استخدام با ۲۰۰ شاکی

۹

بانک ملی اعلام کرد
انجام اقدامات لازم برای واگذاری
سهام مزاد به افراد دارای صلاحیت

۱۰

وال استریت ژورنال:
روسیه جای آمریکا را در خاورمیانه
می گیرد

روسیه لیست
«کشورهای غیر دوست» را
اعلام کرد

۲



گزارش اختصاصی عصر مردم

گره گشایی از ترافیک با حضور دوباره همیاران مهربان

۳

لایحه نظام رتبه بندی معلمان در شورای نگهبان تأیید شد

لایحه نظام رتبه بندی معلمان، دیروز از سوی اعضای شورای نگهبان تأیید شد. به گزارش خبرگزاری فارس، لایحه نظام رتبه بندی معلمان پس از رفع ایرادات شورای نگهبان در نهایت از سوی این شورا مغایر با موازین شرع و قانون اساسی شناخته نشد. بر اساس این گزارش، سخنگوی شورای نگهبان در صفحه شخصی خود در توییتر از تأیید این مصوبه در جلسه امروز این شورا خبر داد.

ماموریت رئیس جمهور به
وزارت جهاد کشاورزی
برای اختصاص ارز لازم
به کالاهای اساسی



۲

امیرعبداللهیان در نشست هم اندیشی
با جمعی از نمایندگان مجلس:
اجازه نمی دهیم هیچ عامل خارجی
منافع ملی کشور را در «وین» تحت تأثیر
قرار دهد

۲

چاووش اوغلو:
وزیران خارجه روسیه
و اوکراین پنجشنبه در
آنتالیا دیدار می کنند



۲

رئیس جمهور در جشنواره بین المللی خوارزمی:

دانشگاه باید مرکز اخلاق در جامعه باشد

نیازهای کشور مشاهده شود. رئیس جمهور با اشاره به اهمیت توجه به پنج موضوع نافع بودن علم، تجاری سازی ایده های دانش بنیان، عدالت علمی، مردمی کردن علم و اخلاق مداری در علم، اظهار داشت: ارتقای فعالیت دانشگاه ها و مراکز علمی و پژوهشی در این حوزه می تواند ضمن پاسخ به نیازهای جامعه، آثار و برکات فراوانی در رفع مشکلات داشته باشد. به گزارش ایسنا، آیت الله سید ابراهیم رئیسی روز دوشنبه در مراسم سی و پنجمین جشنواره بین المللی خوارزمی این جشنواره را از نمادهای پویایی علمی کشور دانست و گفت: جشنواره خوارزمی محل کشف استعدادها و جایگاه ارائه طرح های برتر به جامعه است و می تواند امید برای اندیشمندان و به ویژه جوانان باشد.

رئیس جمهور توجه به تلاش های علمی و امر پژوهش را جزء ویژگی های شاخص جمهوری اسلامی دانست و گفت: رهبر معظم انقلاب (مدظله العالی) خود همیشه مشوق نوآوران و پژوهشگران کشور هستند و در اثر تسری چنین نگاهی است که امروز دانشمندان جوان کشورمان در عرصه های مختلف فعال و نقش آفرین هستند و کارنامه ای درخشان در تولید علم دارند.

باید آثار حرکت توسعه علمی در رفع نیازهای کشور مشاهده شود. دکتر رئیسی به ضرورت ملموس بودن آثار تلاش های دانشمندان در زندگی مردم اشاره و خاطر نشان کرد: توسعه علمی در کشور حرکت مستمری است که آثار آن حتما باید در رفع

سازه های متعلق به نهادهای دولتی در حاشیه رودخانه چله گاه استان فارس تخریب شد

کرد: نسبت به مجموعه تفریحی دیگری در منطقه سپیدان متعلق به یکی از نهادهای دولتی استان اظهارهای قانونی لازم ابلاغ شده که در صورت استنکاف از اجرای قانون ظرف روزهای آتی تخریب خواهد شد. وی رفع تصرف قاطع از اراضی ملی و کمک به صیانت از این اراضی را بهترین اقدام دستگاه قضایی در هفته منابع طبیعی و هدیه ای به دوستداران طبیعت و دلسوزان عرصه های طبیعی خواند و تصریح کرد: دستگاه قضایی در راستای اجرای قانون بین اشخاص حقیقی و حقوقی تفاوت قائل نخواهد شد و آنچه در قانون صراحت دارد در دستور کار خواهد بود.

انجام شد. رئیس کل دادگستری استان فارس افزود: تاکنون ۴ هکتار از اراضی مربوط به این نهادها و همچنین تعدادی دیگر از اراضی تصرف شده مربوط به سایر افراد حقیقی رفع تصرف شده است. وی با بیان اینکه امروز مجتمع تفریحی متعلق به شهرداری سپیدان و آموزش و پرورش در منطقه چله گاه شهرستان سپیدان تخریب شد، گفت: پیش از این هلال احمر استان در همین منطقه به صورت داوطلبانه اراضی حاشیه ای رودخانه چله گاه را تخلیه کرد. حجت الاسلام و المسلمین موسوی تصریح

عصر مردم: رئیس کل دادگستری استان فارس از آغاز تخریب سازه های حاشیه رودخانه چله گاه در حوزه قضایی سپیدان خبر داد. حجت الاسلام و المسلمین سید کاظم موسوی با بیان اینکه پیش از این تذکرات لازم در خصوص عقب نشینی و رفع تصرف از اراضی حاشیه رودخانه به متصرفان حقیقی و حقوقی ابلاغ و اطلاع رسانی شده بود، بیان کرد: پس از عدم تمکین متصرفان در خصوص تخلیه اراضی و تخریب مستحذات از صبح دیروز با دستور قضایی تخریب این سازه ها در حوزه قضایی سپیدان و در منطقه چله گاه

اجرای طرح زیارتی سبحان با هدف تقویت گردشگری



اجرائی به ریاست معاون هماهنگی امور زائرین و گردشگری استانداری و دستگاههای مرتبط خصوصی، دولتی و عمومی پیش بینی شده و در اولین مرحله هدف گذاری اجرای این طرح، جذب یک میلیون زائر تا پایان سال ۱۴۰۳ پیش بینی شده است. به افرادی که مطابق در شهر شیراز حضور خواهند یافت عنوان سفیران زیارت حرم مطهر احمد بن موسی (ع) لقب خواهند گرفت و برنامه ریزی ها به نحوی انجام خواهد شد که هر کدام از این زائرین پس از بازگشت از شهر شیراز، خود سفیر و مبلغی برای ترویج فرهنگ زیارت این شهر شوند. موضوع برگزاری هفته های فرهنگی شیراز سومین حرم اهل بیت (ع) در شهرهای دیگر به منظور معرفی اهمیت و قداست جایگاه حرم مطهر احمد بن موسی (ع) نیز از جمله برنامه های دیگری است که توسط این کارگروه برنامه ریزی و اجرای آن پیگیری خواهد شد.

زهره جعفری: مدیر عامل شرکت توسعه گردشگری نوین فارس گفت: با اجرای طرح گردشگری زیارتی در شیراز سومین حرم اهل بیت (ع) توسعه مضاعف گردشگری استان محقق خواهد شد. احمد رضا نقیب زاده افزود: وجود ظرفیت های متنوع و گسترده گردشگری در فارس در زمینه های طبیعی، تاریخی، فرهنگی، درمانی، مذهبی، هنری، ادبی، نباید باعث غفلت از ظرفیت عظیم و معنوی شیراز به عنوان سومین حرم اهل بیت (ع) شود. وی تأکید کرد: باید به موضوع گردشگری مذهبی به عنوان یکی از اصلی ترین ظرفیت های توسعه گردشگری استان توجه شود که اهمیت آن را مقام معظم رهبری در سفر به استان فارس به عنوان جنبه مضاعف گردشگری معرفی نمودند. وی ادامه داد: هدف از اجرای این طرح بهره برداری از جنبه گردشگری زیارتی شهر شیراز جذب مشتاقان اهل بیت از داخل و خارج کشور به شیراز است که قطعا منجر به رونق در این بخش از گردشگری خواهند شد. وی تصریح کرد: برای اجرای این طرح از منابع دولتی، حمایت های خیرین، بخش های خصوصی و دستگاه های عمومی استفاده خواهد شد. نقیب زاده خاطر نشان کرد: برای اجرای این طرح مدت زمان خاص و محدودی ندارد و مطابق آن ساختار اجرایی بامدیریت استانداری و تولیت استان مقدس احمد بن موسی (ع) شکل خواهد گرفت که به صورت دائم موضوع توسعه گردشگری زیارتی در شهر شیراز را در دستور کار قرار داده و پیگیر آن خواهند بود. نقیب زاده افزود: با اجرای این طرح دغدغه مدیران استان برای ارتقای شهر شیراز به جایگاه سومین حرم اهل بیت در چارچوب اقدام های عملیاتی و حمایتی به عوامل موثر برای توسعه گردشگری زیارتی تبدیل خواهد شد. وی یادآور شد: به منظور ایجاد ساختار مورد نیاز اجرای این طرح، یک کار گروه

مخصوص پرداخت کنندگان عوارض نوسازی، خودرو و صنفی ۱۰٪ تخفیف بهای خدمات پسماند، نظیف معابر شهری و آتش نشانی سال جاری و سنوات قبل ۵۰٪ تخفیف عوارض نوسازی ۱۰٪ تخفیف عوارض نوسازی ۱۴۰۰ هفتاد و یک میلیارد ریال جوایز ارزنده ۲۹ اسفند ماه ۱۴۰۰

پنجمین جشنواره خوش حسابی عوارض
شهررداری شیراز ۱۴۰۰
۳۰ میلیارد ریال جوایز ارزنده

مخصوص پرداخت کنندگان عوارض نوسازی، خودرو و صنفی

۱۰٪ تخفیف عوارض نوسازی

۵۰٪ تخفیف بهای خدمات پسماند، نظیف معابر شهری و آتش نشانی سال جاری و سنوات قبل

هفتاد و یک میلیارد ریال جوایز ارزنده ۲۹ اسفند ماه ۱۴۰۰

پرداخت عوارض نوسازی: مراجعه به مناطق ۱۱ گانه شهرداری، دفتر پیشخوان و وب سایت: www.shiraz.ir

پرداخت عوارض خودرو: مراجعه به دفاتر پیشخوان و وب سایت: www.shiraz.ir

پرداخت عوارض شغلی «صنفی»: مراجعه به مناطق ۱۱ گانه شهرداری، اتاق اصناف



در جلسه ستاد هماهنگی اقتصادی دولت مطرح شد

ماموریت رئیس جمهور به وزارت جهاد کشاورزی برای اختصاص ارز لازم به کالاهای اساسی



رئیس جمهور با اشاره به اهمیت کاهش تنش‌های موجود در جهان، تلاش همگانی برای ایجاد تعامل اقتصادی در جهت حفظ منافع ملت‌ها را ضروری دانست. به گزارش ایسنا، در جلسه یکشنبه شب ستاد هماهنگی اقتصادی دولت به ریاست آیت‌الله سید ابراهیم رئیسی رئیس‌جمهور، گزارشی از بررسی وضعیت بازار و قیمت کالاها و مواد غذایی ارائه شد. در این گزارش با اشاره به ثبات نسبی قیمت اقلام خوراکی در هفته‌های اخیر لزوم استمرار تلاش و همکاری منسجم و نظاممند همه دستگاه‌های مسئول برای پایداری بیشتر و جلوگیری از افزایش قیمت‌ها مورد تاکید اعضا قرار گرفت.

رئیس جمهور به وزارت جهاد کشاورزی ماموریت داد با همکاری سایر دستگاه‌های ذیربط موضوع تامین اقلام غذایی و کالاهای اساسی و اختصاص ارز لازم برای این بخش‌ها را پیگیری کنند. در این جلسه مقرر شد تیم اقتصادی دولت ظرفیت‌ها و فرصت‌های تعامل بازرگانی و اقتصادی منطقه‌ای و بین‌المللی را بررسی و موافقت‌نامه‌های امضا شده با مقامات دیگر کشورهای را پیگیری و اجرایی کنند.

رئیس جمهور با اشاره به اهمیت کاهش تنش‌های موجود در جهان، تلاش همگانی برای ایجاد تعامل اقتصادی در جهت حفظ منافع ملت‌ها را ضروری دانست.

در این گزارش به شرایط ناشی از تحولات اخیر و تاثیر آن بر نرخ کالاها و مواد غذایی در بازارهای جهانی اشاره و ابعاد آن بررسی شد.

امیرعبداللهیان در نشست هم‌اندیشی با جمعی از نمایندگان مجلس:

اجازه نمی‌دهیم هیچ عامل خارجی منافع ملی کشور را در "وین" تحت تاثیر قرار دهد

در تشریح تحولات مرتبط با گفت‌وگوهای وین، با تاکید بر استقبال جمهوری اسلامی ایران از نهایی کردن یک توافق خوب و قوی، عزم کشورمان در زمینه رعایت خطوط قرمز تعیین شده و خصوصاً تضمین های موثر اقتصادی و حداکثر سازی منافع جمهوری اسلامی ایران را مورد تصریح قرار داد.

امیر عبداللهیان افزود: ضمن ایستادگی در حفظ و رعایت خطوط قرمز، اجازه نخواهیم داد هیچ عامل خارجی منافع ملی کشور را در مذاکرات وین برای لنو تحریم ها، تحت تاثیر قرار دهد.



نشست هم‌اندیشی که در محل کمیسیون تفهیم مجلس شورای اسلامی برگزار شد، وزیر امور خارجه کشورمان در این

حسین امیرعبداللهیان وزیر امور خارجه کشورمان صبح روز دوشنبه ۱۶ اسفند ماه ۱۴۰۰ در نشست هم‌اندیشی با جمعی از نمایندگان مجلس شورای اسلامی حضور یافت.

به گزارش ایسنا، وزیر امور خارجه کشورمان در این نشست آخرین تحولات مرتبط با حوزه سیاست خارجی خصوصاً در زمینه گفتگوهای وین و همچنین تحولات اوکراین را تشریح کرد.

امیرعبداللهیان همچنین در خصوص نقطه نظرات نمایندگان مجلس شورای اسلامی در این زمینه با به تبادل نظر

مقام‌های آمریکا:

روسیه شبه‌نظامیان سوری را برای جنگ در اوکراین استخدام کرده است



این مقام‌ها اطلاعات بیشتری درخصوص استقرار شبه‌نظامیان سوری در اوکراین، وضعیت آنها یا گستردگی فعالیت آنها ارائه نکردند. براساس گزارش نشریه‌ای مستقر در دیرالزور سوریه، روسیه به نیروهای داوطلب از این کشور بین ۲۰۰ تا ۳۰۰ دلار پول پیشنهاد می‌دهد تا به مدت شش ماه به

با کشیده شده هر چه بیشتر جنگ روسیه به داخل شهرهای اوکراین، مقام‌های آمریکایی مدعی شدند که مسکو در حال جذب سوری‌های ماهر در جنگ شهری، برای نبرد در اوکراین است. به گزارش ایسنا، به نوشته روزنامه وال استریت ژورنال، چهار مقام آمریکایی گفتند، ارزیابی آمریکایی‌ها نشان می‌دهد که روسیه که از سال ۲۰۱۵ در داخل جنگ سوریه فعال است، طی روزهای اخیر شبه‌نظامیانی را از آنجا جذب کرده و امیدوار است که تجربه و تخصص آنها در نبرد شهری بتواند برای تصرف کی‌یف راهگشا باشد و ضربه‌ای مهلک به دولت اوکراین وارد آورد.

به گفته یک مقام، مشخص نیست چه تعداد شبه‌نظامی جذب شده‌اند اما برخی از آنها وارد روسیه شده و برای ورود به جنگ آماده می‌شوند.

چاووش اوغلو:

وزیران خارجه روسیه و اوکراین پنجشنبه در آنتالیا دیدار می‌کنند



خارجی روسیه در مورد تضمین دادن آمریکا به روسیه مبنی بر این که تحریم‌های اخیر آمریکا علیه مسکو تاثیری بر همکاری ایران و روسیه نگذارد، گفت: ما هم اظهارات آقای لاوروف را در رسانه‌ها شنیده‌ایم و منتظر هستیم که از مجاری دیپلماتیک جزئیات آن را بشنویم.

وی ادامه داد: روشن است که گفت‌وگوهای وین در مسیر خود در حال پیگیری است و همکاری صلح‌آمیز هسته‌ای ایران نباید محدود و یا تحت تاثیر هیچ گونه تحریمی قرار گیرد از جمله همکاری‌های ایران با چین و روسیه و دیگر کشورها.

روس و اوکراین در نشست سه جانبه در اجلاس دیپلماتیک آنتالیا دیدار خواهیم کرد. وزیر خارجه ترکیه در حساب رسمی خود در فیس بوک نوشت: «در پی تلاش‌های رئیس‌جمهور کشورمان و تلاش‌های فشرده دیپلماتیک ما، وزرای خارجه روسیه و اوکراین تصمیم گرفتند با مشارکت من در حاشیه مجمع آنتالیا دیدار کنند. ما امیدواریم این دیدار انجام و منجر به صلح و ثبات شود.»

وزارت امور خارجه روسیه نیز اعلام کرد چاووش اوغلو ادامه داد: من با هم‌تایان وزیر خارجه ترکیه اعلام کرد، وزیران خارجه روسیه و اوکراین با میانجی‌گری ویران در ترکیه دهم مارس با هم دیدار خواهند کرد. به گزارش ایسنا، به نقل از آناتولی، مولود چاووش اوغلو، وزیر خارجه روسیه و دمیتر کولیا، همتای اوکراینی او روز پنجشنبه مصادف با دهم مارس با میانجی‌گری کشور ما در آنتالیا حضور یافته و با هم مذاکره خواهند کرد.

وزیر خارجه روسیه در مورد تضمین دادن آمریکا به روسیه مبنی بر این که تحریم‌های اخیر آمریکا علیه مسکو تاثیری بر همکاری ایران و روسیه نگذارد، گفت: ما هم اظهارات آقای لاوروف را در رسانه‌ها شنیده‌ایم و منتظر هستیم که از مجاری دیپلماتیک جزئیات آن را بشنویم.

وی ادامه داد: روشن است که گفت‌وگوهای وین در مسیر خود در حال پیگیری است و همکاری صلح‌آمیز هسته‌ای ایران نباید محدود و یا تحت تاثیر هیچ گونه تحریمی قرار گیرد از جمله همکاری‌های ایران با چین و روسیه و دیگر کشورها.



سخنگوی وزارت امور خارجه کشورمان گفت: رویکرد روسیه در مذاکرات وین تا امروز سازنده بوده است. به گزارش ایسنا، سعید خطیب زاده صبح دوشنبه در نشست رسانه‌ای خود با خبرنگاران در مورد اظهارات اخیر وزیر

وال استریت ژورنال: روسیه جای آمریکا را در خاورمیانه می‌گیرد

یک رسانه آمریکایی نوشت که هم‌پیمانان سابق آمریکا در خاورمیانه به دلیل سیاست شکست‌خورده این کشور، به سمت روسیه متمایل شده‌اند و مسکو جای واشنگتن را در منطقه خواهد گرفت.

به گزارش ایسنا، روزنامه آمریکایی وال استریت ژورنال در گزارشی کوتاه نوشت، روسیه به تلاش برای کنار گذاشتن و دور کردن آمریکا از خاورمیانه ادامه می‌دهد.

وال استریت ژورنال در این باره نوشت: هم‌پیمانان سابق آمریکا از جمله عربستان، امارات و اسرائیل پس از سیاست شکست‌خورده آمریکا به سمت مسکو متمایل شده‌اند.

این روزنامه همچنین گزارش داد، امارات از رای دادن به قطعنامه محکومیت حمله روسیه به اوکراین در شورای امنیت خودداری کرد و رژیم صهیونیستی نیز در تلاش است تا مقابل مسکو قرار نگیرد.

این رسانه آمریکایی در ادامه آورده است: در برهه کنونی و در سراسر خاورمیانه، روابط خوب با روسیه و چین به عنوان مکمل ضروری برای ائتلاف رو به زوال و مشکوک با آمریکا تلقی می‌شود.

وال استریت ژورنال در ادامه نوشت: دولت جو بایدن، رئیس‌جمهوری آمریکا میزان اهمیت منابع انرژی خاورمیانه برای اقتصاد جهان را درک نمی‌کند.

دبیر شورایی عالی امنیت ملی:

کنش‌های کشورهای حاضر در مذاکرات قابل درک است

دبیر شورایی عالی امنیت ملی گفت: تنها عامل موثر بر تعامل ما با ۴+۱ نیز تامین منافع مردم ایران است. به گزارش ایسنا، علی شمخانی دبیر شورایی عالی امنیت ملی در توییت نوشت: کنش‌های مثبت و منفی کشورهای حاضر در مذاکرات وین با هدف تامین منافع انجام می‌شود و قابل درک است. تنها عامل موثر بر تعامل ما با ۴+۱ نیز تامین منافع مردم ایران است. ارزیابی مؤلفه‌های جدید موثر بر مذاکرات و اتخاذ ابتکارهای برای سرعت دادن به حصول نتیجه را در دستور کار داریم.

روسیه لیست "کشورهای غیر دوست" را اعلام کرد

دولت روسیه لیست کشورهای غیردوست را اعلام کرد که در راس این لیست کشورهای اتحادیه اروپا، آمریکا، انگلیس و اوکراین هستند.

به گزارش ایسنا، به نقل از خبرگزاری تاس روسیه، دولت روسیه دیروز (دوشنبه) لیست کشورها و مناطقی را که دوست روسیه نیستند و اقدامات غیردوستانه‌ای را علیه این کشور و شرکت‌ها و شهروندان اتخاذ کرده‌اند، منتشر کرد.

این لیست شامل آمریکا، کانادا، کشورهای اتحادیه اروپا، انگلیس، اوکراین، مونتنگرو، سوئیس، آلبانی، آندورا، ایسلند، لیختن‌اشتاین، موناکو، نروژ، نیوزیلند، سن مارینو، مقدونیه، ژاپن، کره جنوبی، استرالیا و میکرونزی هستند. دولت روسیه اعلام کرد، این کشورها و مناطق مذکور از آغاز عملیات روسیه در اوکراین تحریم‌هایی را علیه روسیه اعمال کرده‌اند.

دولت روسیه اعلام کرد، براساس این دستور شهروندان و شرکت‌های روسی و مناطق و شهرهایی که تهدیداتی با ارزش خارجی در قبال بدهکاران خارجی از لیست کشورهای غیر دوست دارند، می‌توانند آن را با رولب پرداخت کنند.

آنتونی بلینکن، وزیر خارجه آمریکا امروز (دوشنبه) اعلام کرد، این کشور تحریم‌هایی را علیه صادرات نظامی روسیه اعمال خواهد کرد و این مساله پیامدهای بزرگی برای مسکو خواهد داشت.

ادامه از ستون روبرو

شدن همسرش در جهت رفع ناتوانی‌هایش پید خواهد شد.

هم ترازوی و هم کفوی بین زن و شوهر را نباید به موضوعاتی خاص محدود کرد زیرا این مسئله تنها به موضوعات اقتصادی و فرهنگی و تحصیلی محدود نمی‌شود و دامنه‌ی گسترده‌ای دارد.

متأسفانه حاکمیت وضعیت شتر مرغی و دست و پا زدن جامعه بین سنت و مدرنیسم موجب شده که ما برخی از واقعیت‌ها را نادیده بگیریم. به نظر می‌رسد رسانه‌ها خصوصاً صدا و سیما باید تعارفات و تکلفات دست و پا گیر را کنار گذاشته و بی‌پرده به طرح انواع معضلات خانوادگی بپردازند و به کارشناسان امور اجتماعی و خانواده و روانشناسان و جامعه‌شناسان و پزشکان که صلاحیت ورود به چنین مباحثی را دارند میدان بدهند تا گفتمانی راه بیفتد و مردم هم در آن شرکت کنند. زیرا میزان حرف شنوی مردم از افراد متخصص با توجه به ارتقاء سطح برخورداری‌های علمی افراد جامعه بیشتر است و اموری از این دست را نمی‌توان با پند و اندرز و موعظه پیش برد. این که فردی بیاید و یک بار مطابق میل زنان حرف بزند و روزی دیگر مطابق میل مردان نتیجه بخش نیست. گاهی می‌توان با یک برنامه پرمخاطب و فراخوان خانواده‌ها برای پیگیری معضلات اجتماعی پرسامد پرونده بسیاری از اختلافات را بست طلاق را باید زیر ذره‌بین برد.

تشدید نظارت بازرسان استاندارد فارس بر مراکز عرضه کالا
مدیر کل استاندارد فارس گفت: با توجه به نزدیک شدن به قرار داشتن در ایام خریدهای نوروزی توسط شهروندان، نظارت بازرسان...



سرپرست اداره حوزه استحفاظی باغ‌های قصر دشت شهرداری شیراز منصوب شد
معاون برنامه ریزی و توسعه سرمایه انسانی طی حکمی، محمد مهدی اسماعیلی ...



اخلاق مداری مأموریت مهم دفاتر نهاد است
معاون منابع انسانی نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها گفت: اخلاق مداری محور دفاتر نهاد رهبری در دانشگاه‌ها است...



انتقال فرآورده های نفتی با یک خط لوله ۴۰۰ کیلومتری به شیراز

عصر مردم:

نماینده شیراز و زرقان از انعقاد تفاهم نامه پروژه بزرگ انتقال فرآورده های نفتی به استان فارس تحت عنوان (خط لوله راهبردی فارس) خبر داد و گفت: تلاش نمایندگان برای محقق شدن این پروژه بزرگ پس از پروژه خط انتقال آب دریا، سرانجام به بار نشست.

ابراهیم عزیزی در این رابطه اظهار داشت: همزمان با سالروز میلاد با سعادت امام حسین (ع)، با حضور اوچی و خاندوزی وزرای نفت و اقتصاد و دارایی، قرارداد پروژه بزرگ خط انتقال فرآورده های نفتی به استان فارس میان شرکت ملی پالایش و پخش فرآورده های نفتی و بانک تجارت به امضا رسید.

او با بیان اینکه در حال حاضر ۷۰ درصد فرآورده های نفتی به وسیله تانکرها از طریق جاده ها به استان فارس منتقل می شوند، افزود: با ایجاد این خط لوله ظرفیت فرآورده های نفتی به ۲۵۰ میلیون لیتر خواهد رسید ضمن اینکه کاهش مخاطرات جاده ای از مزایای این پروژه بزرگ خواهد بود.

رئیس فراکسیون جنوب کشور مجلس در خصوص زمان بندی انجام این پروژه نیز گفت: این پروژه از محل منابع داخلی و اعتبارات بانکی در سال ۱۴۰۱ آغاز و ظرف ۴ سال به بهره برداری خواهد رسید.

عزیزی ادامه داد: در این پروژه شاهد احداث ۴۰۰ کیلومتر خط لوله از مهرآران هرمزگان به شیراز خواهیم بود که در طول مسیر دو تلمبه خانه، یک پایانه و یک انبار نفت جدید در فسا احداث و در نهایت توسعه انبار نفت شیراز رقم خواهد خورد.

نماینده شیراز و زرقان در خصوص اهداف این پروژه بزرگ نیز گفت: تامین کسری و توزیع سوخت مورد نیاز استان فارس،

استفاده از خط لوله به عنوان جایگزین حمل و نقل جاده ای و افزایش سهم انتقال فرآورده از طریق خط لوله از جمله اهداف این پروژه است.

او همچنین اظهار داشت: کاهش تردد جاده ای، کاهش مصرف سوخت و کاهش هزینه های عملیاتی اعم از جاده ای و خط لوله و کاهش مخاطرات جاده ای و جنبه های زیست محیطی از دیگر اهداف مهم این پروژه خواهد بود.

به گفته عزیزی این پروژه موجب افزایش حجم ذخیره سازی فرآورده های نفتی در فارس با رعایت ملاحظات پدافند غیر عامل نیز می شود.

عزیزی همچنین گفت: پس از پروژه بزرگ خط انتقال آب دریا



به استان فارس که تیرماه امسال اجرایی شد، پروژه خط انتقال فرآورده های نفتی دومین پروژه بزرگی بود که در مجلس یازدهم دنبال کردیم.

نماینده شیراز و زرقان در مجلس خاطرنشان کرد: ما از همان ابتدای مجلس یازدهم با پیگیری های مستمر و نامه نگاری های متعدد، این دو پروژه حیاتی را مد نظر داشتیم که به لطف خدا و تلاش جدی، بالاخره در سال ۱۴۰۰ هر دو به نتیجه رسید.

عزیزی تصریح کرد: همیشه اعتقاد داشته ام برای توسعه استان فارس باید به سرعت پروژه های بزرگ، محرک و اثرگذار رفت، پروژه هایی که تا سال های متعددی نیاز استان را به منابع پایدار تامین خواهد کرد.

رایزنی بازرگانان عمانی در شیراز

عصر مردم:

رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی استان فارس گفت: ارتباطات دوستانه ایران و عمان در چند دهه گذشته همواره براساس دوستی و احترام بوده است و این درحالی است که استان فارس و عمان ظرفیت های اقتصادی مشترک بسیاری دارند

جلسه‌های با حضور فعالان اقتصادی استان باطنه جنوبی عمان، مدیران و فعالان اقتصادی استان فارس تشکیل و راهکارها و ظرفیت‌های اقتصادی و تجاری دو طرف با هدف گسترش مرادوات اقتصادی، بررسی مزیت‌های اقتصادی و حضور کالاهای ایران و استان فارس در این کشور و بالعکس بحث و تبادل نظر شد.

جمال رازقی، رئیس اتاق بازرگانی استان فارس در این جلسه با بیان اینکه استان فارس از قدیم تاکنون نقش ویژه‌ای در ارتباط بین ایران و عمان داشته است، افزود: این ارتباط به گونه‌ای است که حتی زمانی که پروازهای ایران (تهران) و عمان برقرار نبود پروازهای عمان و شیراز برقرار بود و رفت و آمد مردم دو کشور و دوستی مردم استان فارس و عمان همیشه وجود داشته است.

وی با بیان اینکه امیدواریم که روابط تجاری ایران و عمان به ویژه استان فارس روز به روز گسترده‌تر شود، اظهار داشت: در سال جاری ۶۵ درصد رشد صادرات به عمان داریم.

رازقی با بیان اینکه حجم صادرات استان فارس در ۱۱ ماهه اخیر به نسبت سال گذشته نیز رشد قابل توجهی داشته است، ادامه داد: آنچه که از استان فارس به عمان صادر شده

شامل سیمان، لبنیات، زعفران، شیرالات صنعتی، کاشی، سرامیک، فرش، پوشاک، کنسروجات و میوه‌جات بوده است.

وی با بیان اینکه ما همیشه پذیرای مهمانانی از کشور عمان برای مسائل پزشکی در بیمارستان‌های استان بوده‌ایم، اضافه کرد: در این سفر علاوه بر اینکه توانمندی استان فارس به نمایش گذاشته می‌شود، تقاضا می‌شود با توجه به حضور بسیاری عمانی‌ها برای دریافت خدمات پزشکی به استان فارس برای بهبود این روابط و گردشگری سلامت پیشنهاداتی مطرح شود. وی با بیان اینکه خدمات پزشکی در استان فارس بسیار ارزان و فوق‌العاده با کیفیت است، تصریح کرد: استان فارس بزرگترین مرکز پیوند را دارد به نحوی که تعداد پیوند کبد انجام شده در هر سال همیشه در رتبه اول دنیا بوده است.

رازقی با بیان اینکه استان فارس در زمینه محصولات کشاورزی نیز سرآمد است، گفت: استان فارس با ۱۲ میلیون تن محصولات کشاورزی در هر سال، رتبه اول تولید محصولات کشاورزی را در کشور دارد و تقریباً یک سوم میوه و سبزیجات صادراتی ایران به کشورهای



حاشیه خلیج فارس از استان فارس بوده است. رئیس اتاق بازرگانی استان فارس در پایان ابراز امیدواری کرد که این سفر برای عمان و ایران به ویژه استان فارس پربرکت باشد.

علاقه مند به فعالیت اقتصادی با استان فارس هستیم

حمود السعدی رئیس اتاق بازرگانی استان باطنه جنوبی عمان نیز در این دیدار با تشکر از اتاق بازرگانی استان فارس برای برنامه‌ریزی این سفر گفت: شهر شیراز با کشور عمان از زمان گذشته در زمینه‌های پزشکی، زبارتی و تجارت رابطه داشته است.

وی با بیان اینکه انتخاب اتاق بازرگانی شیراز انتخاب خوبی بوده چراکه ارتباطات تاریخی بین شیراز و عمان وجود داشته است، افزود: قوانین سرمایه‌گذاری در عمان متناسب با قوانین بین‌المللی اصلاح شده است.

السعدی با بیان یکی از این قوانین بیان کرد: از مهم‌ترین قانون‌های تاسیس شرکت با سهام صدرصد است به گونه‌ای که بعد از تاسیس شرکت، فرد تاسیس کننده می‌تواند مانند یک فرد عمانی کار کند.

رئیس اتاق بازرگانی استان باطنه جنوبی عمان

با بیان اینکه عمان ارتباط خوبی با دیگر کشورها دارد، عنوان کرد: قانون تجاری در عمان ثابت بوده و در زمان عوض نشده است.

وی با اشاره به امکانات کشور عمان در زمینه تجارت تصریح کرد: کشور عمان بنادر زیادی با امکانات دارد و نزدیکی این بنادر با فرودگاه از نقاط قوت است.

السعدی با بیان ارتباط نزدیک عمان با کشورهای عربستان، امارت و یمن از مناطق اقتصادی کشور عمان یاد کرد و گفت: صادرات از عمان از طریق مناطق صادراتی چون منطقه اقتصادی، منطقه خزائن و منطقه؟؟؟؟ می‌شود.

رئیس اتاق بازرگانی استان باطنه جنوبی عمان با بیان اینکه قیمت حمل‌ونقل خیلی گران است، خواستار ارتباط مستقیم بنادر عمان با بندرعباس شد و گفت: خط مستقیم به بندرهای ایران وجود ندارد و باید از کشور دوم کالاها را تحویل بگیریم.

در جلسه ای با حضور هیات تجاری کشور عمان متشکل از فعالان اقتصادی استان باطنه جنوبی عمان و مدیران و فعالان اقتصادی استان فارس، راهکارها و ظرفیت های اقتصادی و تجاری دو طرف با هدف گسترش مرادوات اقتصادی، بررسی مزیت های اقتصادی دو طرف و حضور کالاهای ایران و استان فارس در این کشور و بالعکس بحث و تبادل نظر شد.

برای این هیات اقتصادی کشور عمان برگزاری جلسات با فعالان اقتصادی، جلسات B to B و بازدید از واحدهای تولیدی و کارخانجات صنعتی استان فارس پیش بینی شده است.

ضمن تبریک اعیاد شعبانیه گفت: در حدود ۵ ماه که به عنوان شهردار منطقه هفت در خدمت شهروندان هستم با جناب آقای تذروی ناظر شورا در منطقه تلاش کردیم بتوانیم بر اساس بودجه منطقه خدمات رسانی انجام گیرد و پروژه هایی که از قبل در منطقه اجرا شده است به اتمام برسانیم و پروژه های جدید نیز متناسب با نیاز منطقه و شهروندان اجرا کنیم.

وی ادامه داد: در جلساتی که با یاوران شورا برگزار می‌شود با برنامه ریزی مقرر گردید که یاوران سه پروژه اولویت دار متناسب با نیاز هر محله معرفی نمایند تا در بودجه سال آینده گنجانده شود تا بتوانیم به مرحله اجرا برسانیم که با یاری پروردگار و همکاری یاوران و زحمات آقای تذروی این برنامه انجام شد و تلاش خواهیم کرد تمام پروژه ها در سال آینده اجرایی گردد.

گفتنی است در این جلسه شهروندان در خواست های خود در خصوص تجهیز پارک محله ای، نصب سرعت گیر، اجرای فاضلاب، بهسازی فضای سبز و .. بیان کردند که دستورات پیگیری و اجرای آن صادر گردید.



در حال اجرا است که در مناطق دیگر مشاهده نمی‌کنیم و امروز با تیم فعال و جهادی در شهرداری منطقه هفت اقدامات بیشتر از قبل در حال انجام است و تلاش خواهیم کرد با یاری پروردگار با اتمام این پروژه‌ها بتوانیم در راستای رضایتمندی شهروندان گام های بیشتری برداریم.

تذروی گفت: شورای اسلامی شهر شیراز یک شورای انقلابی و پیگیر در رفع مشکلات شهر

عصر مردم:

نائب رئیس شورای اسلامی شهر شیراز و شهردار منطقه هفت به منظور بررسی مسائل و مشکلات شهروندان ساکن در شهرک امام حسین(ع) با اهالی و هیات امنای مساجد و حسینیه های این شهرک دیدار و گفتگو کردند.

تذروی نائب رئیس شورای اسلامی شهر شیراز، اکبری شهردار و معاونین و مسئولان شهرداری منطقه هفت، روسای دستگاه های اجرایی، مسئولان اداره اوقاف، چانشین رئیس کلاتری گلرنگ و یاوران شورا و هیات امنای و ائمه جماعات در مسجد جامع شهرک امام حسین (ع) با شهروندان دیدار و گفتگو کردند.

تذروی در این دیدار ضمن تبریک اعیاد شعبانیه افزود: برای میز خدمت در مساجد یک برنامه بی‌نظیر است و شهروندان با حضور در این جلسات مشکلات و درخواست های خود را بیان می‌کنند و امیدواریم اجرای این دیدارها گامی در جهت خدمت به مردم و حل مشکلات باشد.

وی ادامه داد: مجموعه منطقه هفت در سالیان گذشته در مطلوبیت قرار گرفته بود اما امروز پروژه های بزرگی در سطح این منطقه

روش‌هایی برای کاهش دردهای کمر و گردن



مانند اینفلوئنسرهای اینستاگرام به دنبال آن می‌روند؛ اما باید به شما بگوییم این درست نیست. در حقیقت ورزش یوگا در درمان دردهای کمر و گردن موثر است. طبق اعلام دانشکده پزشکی هاروارد، شرکت در یک کلاس هفتگی یوگا، بیش از مراقبت‌های استاندارد پزشکی سبب افزایش پویایی در افرادی می‌شود که دارای اندکی کمردرد مزمن هستند.

۳- ورزش‌های کششی

درد ناشی از استرس، اغلب به دلیل انقباض و سفت شدن عضله‌ها است و به همین دلیل نیز باید اقدام به کشش این ماهیچه‌ها به سمت بیرون کنید. انجام یک ورزش کششی روزانه می‌تواند به کاهش طبیعی دردهای گردن و پشت کمک کند.

باشگاه خبرنگاران: شاید برای شما هم پیش آمده باشد که به توصیه دوستان، فامیل و یا همسایگان روغن‌های گیاهی را برای تسکین برخی از دردهایناز استفاده کرده باشید.

اگر درد گردن و یا پشت شما مزمن باشد، شاید به شکلی ناامیدانه به دنبال هر کاری باشید تا بتوانید اندکی از دردتان را کم کنید.

زمانی که روغن‌های گیاهی قادر نیستند دردهای شما را کم کرده و یا درمان کنند، باید چه کار کرد؟ دکتر گرگ کاندی در این موارد، شمار دیگری از روش‌های خانگی را برای این موارد توصیه می‌کند.

در زیر شماری از کارهایی را که می‌توانید برای کاهش درد پشت و یا گردن انجام دهید را می‌آوریم.

۱- فعالیت بیشتر

پوشیده نیست که ورزش می‌تواند به کاهش استرس کمک کند؛ اما آن چه را که ممکن است ندانید، این است که ورزش معمولاً برای دردهای مزمن نیز مفید است.

این مسئله نیز به آن خاطر است که انجام حتی چند دقیقه ورزش نیز به طور کلی، وضعیت سلامتی شما را تقویت می‌کند. ورزش می‌تواند به کاهش التهاب، افزایش پویایی و کاهش کلی دردهایناز منجر شود. البته باید گفته شود که ورزش به شکلی طبیعی، استرس ناشی از درد را نیز کاهش می‌دهد. پس اگر به دنبال وارد کردن ورزش بیشتری به سبک زندگی خود هستید، بهتر است از یک قدم زدن ساده روزانه در بیرون از خانه به مدت ۲۰ الی ۳۰ دقیقه شروع کنید.

۲- یوگا تمرین کنید

شاید در ابتدا فکر کنید تمرین یوگا صرفاً برای سرگرمی است و یا تنها افراد و گروه‌های خاصی

ظهور بارقه‌های امید برای درمان پارکینسون

باشگاه خبرنگاران: اگرچه درمانی دائمی برای پارکینسون وجود ندارد، اما طبق تحقیقاتی که از سوی دانشگاه کپنهاگ دانمارک به انجام رسیده، بارقه‌های امیدی برای درمان پارکینسون آشکار شده است. بیماری پارکینسون یک بیماری مخرب سیستم عصبی است که نورون‌های دوپامینرژیک به تدریج در ساقه مغز می‌میرند. لرزش و مشکلات در راه رفتن، رایج‌ترین علائم در افرادی است که از پارکینسون رنج می‌برند. حال تحقیق جدید دانشگاه کپنهاگ سبب بروز بارقه‌های امیدی در خصوص درمان پارکینسون شده است.

در این پژوهش که بر روی موش‌ها انجام شد، مشخص شد با تحریک عمقی مغز (DBS)، مشکلات راه رفتن در پارکینسون را می‌توان با هدف قرار دادن نورون‌های خاص در ساقه مغز بهینه کرد که همین مسئله، ممکن است برای بیش از ۷ تا ۱۰ میلیون نفر در سراسر جهان که از این بیماری رنج می‌برند، سودمند باشد.

نتایج قبلی این گروه تحقیقاتی نشان می‌داد تحریک نورون‌های به اصلاح تحریک کننده در هسته پدانکوله پونتین (PPN) می‌تواند سبب حرکت در موش‌های عادی شود. همین امر، احتمال این مسئله را که سلول‌های عصبی به واقع می‌توانند در درمان علائم حرکتی در موش‌های دارای نشانهای پارکینسون، مورد استفاده قرار گیرند را برانگیخت.

محققان ابراز امیدواری کرده اند که این روش بتواند درمانی بهتر برای پارکینسون را در انسان‌ها فراهم کند.

فناوری مدرن برای درمان زخم و پای دیابتی

باشگاه خبرنگاران: در کنفرانس «کنگره جهانی جوامع ترمیم زخم»، آخرین پیشرفت‌ها در فناوری‌های مدرن و بهترین روش‌های مورد استفاده در درمان زخم‌ها و مراقبت از بیمار مورد بحث و بررسی قرار گرفت. در این کنفرانس، فناوری «درماسین»، یک فناوری مدرن ساخته شده از آب اکسیژنه، برای درمان زخم‌های بالینی، درمان پای دیابتی و زخم ارائه شد. این روش اثربخشی خود را در درمان هزاران بیمار پای دیابتی به اثبات رسانده و آن‌ها را از قطع عضو در سراسر جهان نجات داده است.

این کنفرانس آخرین مطالعات بالینی مرتبط با این فناوری را ارائه کرد که توسط سازمان غذا و داروی ایالات متحده، سازمان بهداشت و حفاظت از محیط زیست اروپا، سازمان غذا و داروی عربستان سعودی و وزارت بهداشت امارات متحده عربی به دلیل توانایی محافظت از آن‌ها در برابر قانقاریا و قطع عضو تایید شده است. این فناوری آب را به محلولی برای ضدعفونی کردن پوست و زخم‌ها و حذف بافت مرده از زخم‌ها تبدیل می‌کند و طیف وسیعی از عوامل بیماری‌زا مانند ویروس‌ها، باکتری‌ها، قارچ‌ها و میکروپها را از بین می‌برد.

صفا قدومی، مدیر گروه MicroSave که مسئولیت فناوری درماین را بر عهده دارد، گفت: این فناوری فاقد الکلی یا مواد شیمیایی است که آن را روی پوست ایمن می‌کند و باعث تحریک یا حساسیت نمی‌شود. وی در طی ارائه فنی خود در این کنفرانس افزود که این روش زخم‌های بالینی، زخم‌های دیابتی، زخم‌های بعد از عمل و زخم‌های ناشی از صدمات و حوادث را درمان می‌کند و برای استفاده در بافت‌ها، اندام‌ها و استخوان‌های در معرض خطر بی خطر است. در این کنفرانس بر اهمیت افزایش آگاهی از مورد پیشگیری از زخم از طریق تدوین برنامه‌های موثر، آموزش متخصصان مراقبت از زخم و اتخاذ برنامه‌های موثر برای مبارزه با پای دیابتی تاکید شد.

یائسگی با بروز آپنه خواب و درد مفاصل همراه است

مهر: یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که آپنه خواب (اختلال در خواب) ممکن است با درد مفاصل و خستگی در زنان یائسه مرتبط باشد.

دکتر «استفانی فابوین»، مدیر پزشکی انجمن یائسگی آمریکای شمالی، در این باره می‌گوید: «این مطالعه فرصتی را برای افزایش شناسایی زنان مبتلا به آپنه انسدادی خواب که اغلب با علائم مهمی مانند بی‌خوابی، خستگی و سردرد صبحگاهی ظاهر می‌شوند، ایجاد می‌کند. بر اساس این یافته‌ها، درد مفاصل ممکن است یکی دیگر از علائم آپنه خواب باشد.»

آپنه خواب در زنان پس از دوره یائسگی ۴.۵ برابر بیشتر از زنان قبل از دوره یائسگی است که شاید به دلیل کاهش هورمون‌های جنسی پس از یائسگی باشد. زنان یائسه همچنین میزان بیشتری از درد مفاصل را دارند که با تغییرات هورمونی نیز مرتبط است. مطالعات قبلی ارتباط بین شدت گرگرفتگی و خطر آپنه خواب در زنان میانسال را نشان داده‌اند، اما ارتباط بین آپنه خواب و سایر علائم رایج یائسگی نامشخص بوده است.

این مطالعه ارتباط مناداری را بین آپنه خواب و درد مفاصل نشان داد. به گفته محققان، این عارضه ممکن است به این دلیل باشد که بافت‌های مفصلی گیرنده‌های استروژن دارند و استروژن در سلامت بافت‌هایی مانند غضروف، رباط‌ها و ماهیچه‌ها نقش دارد.

پیشگیری و درمان آپنه خواب در زنان مسن مهم است زیرا یک عامل خطر برای فشار خون بالا و دیابت است که می‌تواند به بیماری قلبی، که علت اصلی مرگ و میر در سراسر جهان است، منجر شود.

آیا قهوه بدون کافئین موجب کاهش وزن می‌شود؟

ایسنا: قهوه فواید زیادی دارد به جز اینکه شما را سر حال می‌کند. شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد قهوه می‌تواند به کاهش وزن نیز کمک کند.

اعتقاد بر این است که علت کاهش وزن ناشی از نوشیدن قهوه عمدتاً به دلیل محتوای کافئین آن است اما محرک‌های دیگری نیز در قهوه یافت می‌شود که می‌تواند بر متابولیسم انسان تاثیر بگذارد که شامل تئورومین، تئوفیلین و اسید کلروزینیک است.

این محرک‌ها دللی بود که محققان کلینیک مایو ایالات متحده ارتباط بین نوشیدن قهوه بدون کافئین و کاهش وزن متوسط را بررسی کنند. با این حال شواهد بیشتری برای یافتن یک ارتباط واضح مورد نیاز است.

به نظر می‌رسد هم قهوه بدون کافئین و هم قهوه با کافئین ممکن است به کاهش وزن کمک کند. اگر قهوه بدون کافئین را ترجیح می‌دهید یا دوست ندارید روزانه کافئین زیادی مصرف کنید، همچنان می‌توانید با موفقیت وزن خود را با نوشیدن قهوه بدون کافئین کاهش دهید.

پیروی از یک رژیم غذایی متعادل و ورزش منظم ۲ ساعت مهم در کاهش وزن است. به هر حال قهوه را بنوشید چون فواید بسیاری برای سلامتی دارد. این نوشیدنی می‌تواند تمرکز و عملکرد فیزیکی شما را بهبود بخشد، به چربی‌سوزی کمک کند و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش دهد؛ حتی می‌تواند از کبد شما محافظت و به شما در جلوگیری از ابتلا به برخی از انواع سرطان کمک کند.

از قهوه در رژیم غذایی بیماری نقرس به عنوان یک نوشیدنی قابل قبول یاد شده است؛ بنابراین این نوشیدنی یک گزینه عالی برای افراد مبتلا به نقرس است زیرا می‌تواند خطر حملات نقرس را کاهش دهد.

چرا آهن زیاد مضر است؟

تیبان: آهن یک ماده معدنی ضروری است که بدن شما به مقدار کمی از آن نیاز دارد اما این چیزی از اهمیت آهن کم نمی‌کند. آهن نقش مهمی در بدن انسان دارد. یکی از کارهای آهن، انتقال اکسیژن خون از ریه‌ها به سلول‌ها و بافت‌های بدن است. اگر کمبود آهن داشته باشید، سلول‌های شما اکسیژن کمتری دریافت می‌کنند؛ بنابراین شما احساس خستگی می‌کنید و با بیشتر شدن کمبود آهن، تنگی نفس و سرگیجه نیز بروز خواهد کرد.

برای همین دریافت آهن غذایی کافی ضرورت دارد. ریسک کمبود آهن در زنان پیش از یائسگی بیشتر است؛ زیرا این افراد طی قاعدگی، خون از دست می‌دهند. بعد از یائسگی، سبک‌ل قاعدگی متوقف می‌شود، بنابراین آهن کمتری از دست می‌رود و ریسک کمبود آهن نیز کمتر خواهد شد. آقایان کمتر در معرض کمبود آهن هستند، مگر اینکه دچار بیماری باشند که جذب آهن بدنشان را کاهش می‌دهد، یا رژیم غذایی‌شان بسیار کم آهن باشد.

خونریزی میکروسکوپی هم می‌تواند باعث پایین آمدن سطح آهن شود. به همین دلیل پزشکان اغلب برای زنان و مردان سنین بالا که دچار کمبود آهن می‌شوند، کولونوسکوپی را توصیه می‌کنند تا اگر علت کمبود آهن، خونریزی میکروسکوپی در کولون است مشخص شود.

تاثیر رژیم غذایی کتوزنیک در تسکین خستگی و افسردگی بیماران ام اس



باشگاه خبرنگاران: محققان ام اس گویند رژیم کم‌کربوهیدرات ممکن است به کاهش افسردگی و خستگی در افراد مبتلا به بیماری ام اس کمک کند. رژیم کتوزنیک ممکن است برای افراد مبتلا به بیماری ام اس بی خطر باشد و حتی ممکن است به آن‌ها کمک کند کمتر احساس خستگی و افسردگی کنند.

مطالعه جدید به دنبال بررسی این موضوع است که چگونه یک رژیم غذایی با تاکید بر کربوهیدرات و حتی قند کمتر، می‌تواند به کاهش وزن، بهبود سلامت روانی و حتی کاهش علائم بیماری‌های خاص کمک کند.

رژیم کتو پرجرب و کم‌کربوهیدرات برای اولین بار در دهه ۱۹۲۰ برای کمک به کودکان مستعد تشنج مورد مطالعه و توسعه قرار گرفت؛ زیرا بدن را به حالت کتوز یا حالت ناشتایی قرار می‌دهد. یعنی به جای قند، چربی موجود را به انرژی تبدیل می‌کند.

از آن زمان، رژیم کتو برای کمک به مدیریت مشکلاتی نظیر چاقی و دیابت تا مشکلات مرتبط با التهاب مانند ام اس مورد بررسی قرار گرفت.

جدیدترین مطالعه واقعاً به توسط محققان دانشگاه ویرجینیا انجام شد، شامل ۶۵ فرد مبتلا به ام اس، عودکننده که شایع‌ترین شکل این بیماری است، بود.

مهر: داروهای بدون نسخه مانند آسپرین، ایبوپروفن و استامینوفن می‌توانند همراه با یا علیه سیستم ایمنی برای مبارزه با عفونت کووید ۱۹ عمل کنند.

بر اساس مطالعه جدیدی که توسط دانشمندان دانشگاه سیدنی انجام می‌شود، داروهایی که اغلب برای کنترل درد و تب استفاده می‌شوند، ممکن است بر واکنش ایمنی به بیماری‌های عفونی مانند کووید ۱۹، به صورت منفی یا مثبت تأثیر بگذارند.

نتایج بر اساس یک بررسی بالینی بزرگ بر اثرات پاراستامول (استامینوفن)، داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (NSAIDs) مانند آسپرین و ایبوپروفن، و ضد دردهای ایبوپروئیدی مانند مورفین و کدئین بر سیستم ایمنی بدن حاصل شده است.

«کریستینا عبدالشاهید»، نویسنده اصلی این مقاله، می‌گوید: «بررسی ما نشان می‌دهد که برخی از داروهای رایج درد و تب ممکن است با سیستم ایمنی برای مبارزه با عفونت همکاری کنند، در حالی که برخی دیگر علیه آن عمل می‌کنند و خطر ابتلاء یا واکنش بد به بیماری‌های عفونی را افزایش می‌دهند».

در یافته‌های کلیدی که توسط تیم تحقیقاتی مشخص شد، آسپرین یک گزینه درمانی مقرون‌به‌صرفه و در دسترس برای بیماری سل،

ذهن آگاهی تمرینی برای آگاه شدن از زمان «حال» و «حضور در لحظه» است؛ بدون این که قضاوت کنیم و بدون چرخ زدن در گذشته یا موکل کردن به آینده.

روشی برای افزایش آگاهی و تمرکز روی تنفس، حس کردن تک تک اجزای بدن در یک راستا و به طور پیوسته. ذهن آگاهی با مدیتیشن دست یافتنی می‌شود. با حضور در لحظه و تمرکز بر حال و جدا کردن ذهن از گذشته و آینده و ساکت کردن زمزمه‌های ذهنی در طول مدت کوتاهی می‌توان به ذهن آگاهی دست یافت.

حال در حالی که ممکن است فکر کنید دردهای کمر و گردن شما تنها یک بیماری جسمانی است، باید به شما بگوییم چنین نیست. نه تنها استرس از عوامل موثر در درد است؛ بلکه ممکن است خود همین استرس سبب ایجاد استرس بیشتری شده و یک چرخه میوب را ایجاد کند.

برای همین هر روزه سعی کنید تا «ذهن آگاهی» و «مدیتیشن» را تمرین کنید. در یک حمام گرم سعی کنید بدنتان را آرام کرده و یا در حالی که ذهن خود را خالی می‌کنید و تنها بسر روی نفس هایتان تمرکز می‌کنید، به شکل آرام در طبیعت بنشینید. اگر به راحتی نمی‌توانید ذهن خود را خالی کنید، تا امید نشوید. هرچه بیشتر ذهن خود را با مدیتیشن تمرین دهید، بیشتر می‌توانید از نتایج آن برخوردار شوید.

۵- به متخصص مراجعه کنید

درد کمر و گردن می‌تواند یک بیماری ناتوان کننده و تضعیف کننده بدن باشد؛ بنابراین در صورتی که با تمامی این توصیه‌ها نتوانستید آن را تسکین دهید، باید پیش یک متخصص پزشکی بروید و با وی مشورت کنید.

به شرکت کنندگان دستور داده شد که دو تا سه وعده غذایی کتوزنیک در روز به مدت ۶ ماه مصرف کنند. این شامل یک یا ۲ وعده تخم مرغ، ماهی یا گوشت با حداکثر ۴ قاشق غذاخوری کره، روغن، آووکادو، خامه غلیظ، همراه با یک تا ۲ فنجان سبزیجات غیرنشاسته‌ای، مانند سبزیجات برگ دار، خیار یا گل کلم بود.

شرکت کنندگان در مطالعه حداکثر مجاز به مصرف ۲۰ گرم کربوهیدرات در روز بودند که پایبندی آن با آزمایش ارذار روزانه مشخص می‌شد. محققان می‌گویند با استفاده از پرسشنامه، شرکت کنندگان نمرات سلامت جسمی و روانی بهتری را گزارش کردند. آن‌ها با استفاده از آزمایش رایج پیشرفت بیماری ام اس بهبودی ۱۷ درصدی را گزارش کردند و توانستند به طور متوسط ۲۰ متر بیشتر از شروع مطالعه راه بروند.

دکتر جی نیکلاس برتون، نویسنده مطالعه از دانشگاه ویرجینیا، با اذعان به این که هنوز نیاز به تحقیقات بیشتری در مورد این موضوع وجود دارد، گفت: مطالعه ما شواهدی را ارائه می‌دهد که رژیم کتوزنیک ممکن است واقعاً یک روش مفید باشد؛ چرا که کاهش برخی علائم برای افراد مبتلا به ام اس، در صورت استفاده در یک دوره ۶ ماهه مشاهده شد.

و مطالعه‌ای دیگر نشان داد که استفاده از آسپرین به طور قابل توجهی با کاهش خطر مرگ در مبتلایان به کووید ۱۹ مرتبط است.

با این حال، بررسی داروهای ضد تب شامل استامینوفن، ایبوپروفن و آسپرین نشان می‌دهد این داروها در صورت مصرف برای تسکین پس از واکنش‌های ایمنی مطلوب را کاهش دهند.

دکتر عبدالشاهید می‌گوید: «مصرف پاراستامول یا ایبوپروفن قبل با بلافاصله بعد از واکنش‌های ایمنی ناشی از تب خفیف یا سردرد توصیه نمی‌شود، زیرا می‌تواند پاسخ ایمنی مطلوب بدن به واکنش را کاهش دهد. برای واکنش اولیه مرغان، استفاده از ایبوپروفن توصیه نمی‌شود زیرا ممکن است خطر عفونت‌های باکتریایی ثانویه پوست را افزایش دهد.» نویسندگان مطالعه همچنین تاکید کردند که داروی ضدالتهابی ایندومتاسین که برای درمان درد خفیف تا متوسط و تسکین علائم آرتروز یا نقرس استفاده می‌شود، ممکن است تکثیر ویروس را در کووید ۱۹ کاهش دهد، اما آزمایش‌های انسانی در مقیاس بزرگ مورد نیاز است.

محققان تاکید می‌کنند که بسیاری از تحقیقات کنونی متناقض هستند و نمی‌توان از تأثیر این داروها بر سیستم ایمنی بدن مطمئن بود.

برای سلامت استخوان‌ها می‌باشند. دانه‌های کنجد معمولاً پیش از آسیاب شدن برشته می‌شوند و همین باعث می‌شود عطر و طعمی مطبوع پیدا کنند. اما شما می‌توانید دانه‌های کنجد را خام هم مصرف کنید که بافت نرم‌تر و طعم ملایم‌تری دارد.

آب آلو: شاید فکر کنید زمانی که بیوست دارید باید آب آلو بنوشید اما خوب است بدانید آب آلو یک منبع عالی آهن نیز هست. هر بار که نصف لیوان آب آلو می‌نوشید، ۱۷ درصد از نیاز روزانه‌تان به آهن را تأمین می‌کنید. آلو منبع خوبی از آنتی‌اکسیدان‌ها، ویتامین C و پتاسیم نیز می‌باشد اما در مصرف آن زیاده‌روی نکنید. آب آلو پُر از قند طبیعی است؛ بنابراین اگر پیش دیابت یا دیابت دارید در حد اعتدال مصرف کنید.

عدس: عدس نیز منبع خوب دیگری از آهن غذایی است. این پشن متنوع غنی از پروتئین گیاهی، کربوهیدرات‌های پیچیده و فیبر است و ضمناً منبع عالی اسیدفولیک محسوب می‌شود. وقتی شما یک کاسه خوراک عدس می‌خورید، مقدار قابل توجهی آهن به بدنتان می‌رسانید. یک فنجان عدس می‌تواند ۳۰ درصد از آهن مورد نیاز روزانه بدنتان را تأمین کند. همچنین، عدس متنوع است و اگر به دنبال منبع غذایی آهن‌دار هستید، انواع عدس را می‌توانید انتخاب کنید. کاربرد عدس در انواع غذاها نیز تنوع زیادی دارد.

بهترین مواد غذایی گیاهی دارای آهن

یک رژیم غذایی گیاهی نیز آهن کافی برای بدنتان تأمین نماید. در این مطلب به مواد غذایی گیاهی اشاره می‌کنیم به طرز عجیبی سرشار از آهن هستند. **شکلات تلخ:** کمتر کسی است که از خوردن شکلات لذت نبرد. شاید تعجب کنید اگر بدانید که شکلات تلخ، منبع خوبی از آهن است. در واقع، یک‌تکه ۲۸ گرمی شکلات تلخ، تقریباً ۲۰ درصد از نیاز روزانه شما به آهن را تأمین می‌کند. ضمناً شکلات حاوی دیگر مواد معدنی نیز می‌باشد، از جمله منیزیم و آنتی‌اکسیدان‌هایی که برای سلامت قلب مفیدند. شیر شکلات دارای آهن کمتری است، پس شکلات تلخ را انتخاب کنید.

دانه‌های کنجد: دانه‌ها غنی از املاح‌اند و دانه کنجد نیز مستثنی نیست. در صورتی که گیاهخوار هستید، مصرف دانه‌های کنجد یک راه عالی برای تأمین ۲۳ درصد از نیاز روزانه شما به آهن است. شما می‌توانید دانه‌های کنجد را روی سبزیجات بریزید یا آنها را به انواع سوپ و سالاد اضافه کنید. ضمناً دانه‌های کنجد سرشار از کلسیم و منیزیم نیز هستند که دو ماده معدنی ضروری

بیتوته: ذاتا همه ما انسان‌ها تمیزی و پاک بودن را دوست داریم و اغلب برای این که بوی خوب داشته باشیم و ظاهری آراسته، روزانه به حمام می‌رویم، از مواد شوینده (صابون، انواع شامپوها)، عطرها و ادکلن‌های گران قیمت استفاده می‌کنیم. اما موضوع اصلی این است که آیا هر روز به حمام رفتن برای ما مفید است یا برای ما ضررهایی هم دارد؟

کمتر در معرض عفونت قرار خواهید گرفت
ممکن است فکر کنید که دوش گرفتن هر روز سالم‌تر از دوش گرفتن کمتر است، اما در واقعیت برعکس عمل می‌کند. دوش‌های مکرر ممکن است تعادل میکروارگانیسم‌های پوست را مختل کند و پوست را کمتر محافظت کند و در برابر عفونت آسیب پذیرتر شود. سیستم ایمنی بدن ما به تحریک خاصی توسط باکتری‌ها و کثیفی‌ها نیاز دارد و دوش گرفتن زیاد ممکن است سیستم ایمنی و توانایی‌های آن برای محافظت در برابر ویروس‌ها را تضعیف کند.

پوست شما به خاطر آن از شما تشکر خواهد کرد
با دوش‌های طولانی و داغ ممکن است احساس آرامش کنید و پوست شما را تمیز کند، اما می‌تواند به پیری زودرس آن نیز کمک کند. پوست ما با یک لایه بیرونی چرب پوشیده شده است که رطوبت را نگه می‌دارد تا پوست را برای مدت طولانی تری صاف و جوان تر نگه دارد. شستشو و اسکراب می‌تواند این لایه محافظ را از بین ببرد و پوست شما را تحریک پذیر، چین و چروک

فواید یک روز در میان حمام رفتن



و خشک کند. موهای شما ممکن است سریع‌تر شروع به

رشد کنند. هر چند که متناقض به نظر می‌رسد، شستن روزانه

موها در نهایت می‌تواند آن را کدرتر کند و چرب‌تر نشان دهد. وقتی موهای خود را هر روز می‌شوید، لایه بیرونی سیوم را که به عنوان یک سپر محافظ در برابر آسیب عمل می‌کند، از بین می‌برید. به عنوان پاسخ متناظر شما حتی شروع به تولید بیشتر از این ماده می‌کنند و باعث می‌شود که پوست سر شما احساس خارش و تحریک کند و در نهایت منافذ را مسدود می‌کند. این به نوبه خود ممکن است رشد مو را مختل کند.

ممکن است باعث اضافه وزن شما شود
دوش گرفتن بلافاصله بعد از خوردن یک غذای خوشمزه ممکن است جذاب به نظر برسد، اما این عادت در واقع ممکن است باعث افزایش وزن شما شود. هضم غذا نیاز به جریان خون مناسب در معده دارد. وقتی زیر دوش می‌روید، دمای بدنتان پایین می‌آید که سیستم گوارش شما را سردرگم می‌کند. اگر این کار را به طور منظم انجام دهید، ممکن است به سیستم گوارش شما آسیب برساند و باعث افزایش وزن شما شود.

کمتر مستعد واکنش‌های آلرژیک خواهید بود
دوش گرفتن بیش از حد ممکن است یک عامل کمک‌کننده به آن آلرژی‌های آزاردهنده شما باشد. هنگامی که پوشش اسیدی پوست آسیب می‌بیند، توانایی آن برای مبارزه با محرک‌های خارجی را کاهش می‌دهد. شستن تمام کثیفی‌ها از روی پوست شما باعث می‌شود سیستم ایمنی ما متبل شود، که به نوبه خود ممکن است منجر به آلرژی، آسم و حتی دیابت شود.

بیتوته: بسیاری از کودکان حتی نوجوانان و بزرگسالان حساسیت‌هایی مانند: حساسیت لمسی، بویایی، دیداری و... در مورد لباس پوشیدن دارند و علاقه یا تفرهایی شدیدی نسبت به آن‌ها دارند.

حساسیت لمسی در لباس پوشیدن در کودکان
وجود بافت‌های خاص، درز دوخت، طراحی خاص، رنگ لباس، جنس لباس و... از مواردی است که کودکان نسبت به لباس علاقه‌ای ندارند و نمی‌توانند آن‌را تحمل کنند. این کودکان حساسیت لمسی یا اختلال پردازش حسی دارند. برای درمان این حساسیت، کاردرمانی حسی کمک‌کننده است و با استفاده از تمرینات کاردرمانی حسی می‌توان به کاهش و تعدیل این حساسیت‌های لمسی کمک کرد.

حساسیت به لباس پوشیدن در کودکان چه علائمی دارد؟
حساسیت به لباس پوشیدن همانطور که گفتیم علت‌های مختلفی دارد. حال برای مادرانی که نمی‌دانند فرزندشان حساسیت دارد یا خیر علائم حساسیت را توضیح می‌دهیم تا بتوانیم کمکی ناچیز به آن‌ها کرده باشیم:

- کودکانی که به لباس پوشیدن حساسیت دارند مدت‌زمان زیادی در درون کمدها و کشوها به دنبال لباس هستند.
- برخی از کودکان فقط دو نوع از لباس‌ها را (بلوز، پیراهن) می‌پسندند و مدام آن‌ها را به تن می‌کنند.
- برخی دیگر فقط تأکید بر رنگ لباس دارند و دوست دارند همیشه لباس‌هایی با رنگ مثلا سبز بپوشند.
- کودکان دیگر از این که آستین‌های لباسشان بلند باشد و تا مچ دست آن‌ها را بپوشاند متنفر هستند و با درآوردن لباس احساس راحتی می‌کنند.
- هم چنین کودکانی هستند که با جوراب پوشیدن تمام فکر و ذکرشان به دوخت جوراب است که باعث فشار آوردن به انگشتانشان می‌شود.
- کودکی که حساسیت به لباس پوشیدن دارد ممکن است از پوشیدن شلوارهای گشاد و یا شلوارهای تنگ متنفر باشد.

وسواس و حساسیت به لباس پوشیدن در کودکان

پوشیدن شلوار گشاد برای کودک احمقانه به نظر می‌آید. هم‌چنین پوشیدن شلوار تنگ نیز به آن‌ها احساس فشرده شدن، ساییده شدن و... می‌دهد.

۷. در کودکان دختر نیز ممکن است به دلیل احساس اذیت شدن و احساس قلقلک نتوانند مانند سایر دخترها لباس‌هایی با دامن کوتاه بپوشند.

موارد گفته شده از علائم حساسیت لباس پوشیدن در کودکان بود. مادران می‌توانند با در نظر گرفتن این موارد در کودک خود به حساسیت داشتن یا نداشتن او پی ببرند. در ادامه مطلب در مورد درمان حساسیت و وسواس به لباس پوشیدن بحث خواهیم کرد.

درمان حساسیت و وسواس به لباس پوشیدن در کودکان

والدین باید به خواسته و سلیقه بچه‌ها احترام بگذارند و اجازه دهند کودک چیزی که دوست دارد را بپوشد. لباس‌های کودک را باید تقسیم بندی کرد. یعنی چند لباس مناسب مهمانی است، چند لباس مناسب برای بازی، بیرون و... کودک با این روش می‌تواند برای مهمانی رفتن فقط از بین لباس‌های مهمانی یکی را انتخاب کند. کودک یاد می‌گیرد که برای بازی نمی‌تواند لباس مهمانی را به تن کند. اگر کودک فقط بر نوعی لباس خاص مانند پیراهن اصرار دارد، والدین می‌توانند از این موقعیت استفاده کنند و چند پیراهن برایش بخرند. هم چنین اصرار داشتن کودک بر رنگ لباس می‌تواند به والدین اجازه دهد تا انواع لباس را باب سلیقه و رنگ مورد علاقه کودک خریداری کنند.

خود را در نظر بگیرند و گاهی اوقات او را همراه خود برای خرید کردن لباس ببرند. یا در خرید کردن اینترنتی از او نظر خواهی کنند. این امر سبب می‌شود تا کودک کنترل بیشتری بر روی اتفاقاتی که قرار است روی بدنش رخ دهد داشته باشد.

باید والدین از خرید کردن لباس‌هایی که محرک دارند مانند کش کمربند، نخ‌های خارش‌زا، پارچه کشی، مارک، برجسب، یقه اسکی و... اجتناب کنند یا به طوری این موارد محرک را از بین ببرند.

والدین باید با استفاده از انگشتشان در امتداد خطوط دوخت مناطق خارش‌زا را پیدا کنند و آن‌ها را با چسب مخصوص بپوشانند. هر چند این راه حل دائمی و همیشگی نیست اما تا چند دوره شست و شو باقی می‌ماند.

مشورت با یک کاردرمانگر حسی برای فرارگرفتن تکنیک‌های حساسیت زدایی مانند فشارعمقی و فشار مفصلی قبل از پوشاندن لباس به کودک می‌تواند مفید باشد. در زمستان و پاییز آب و هوا خشک است. پوست کودکان نیز در این مورد بسیار حساس است و ممکن است پوسته پوسته شود. در این موارد والدین باید پوسته‌های خشک را از روی بدن کودک بترانند سپس ناحیه را مرطوب کنند و بعد از آن به کودک لباس بپوشانند.

اضافه کردن اسیدهای چرب ضروری مانند روغن ماهی به رژیم غذایی کودک می‌تواند تأثیرات مثبتی حتی بر روی خلق و خوی کودک و کاسته شدن حساسیت به لباس داشته باشد.

والدین باید در انتخاب لباس کودک‌هایی که دارای حساسیت به لباس هستند بسیار دقت کنند و بهترین انتخاب را برای آن‌ها داشته باشند. مانند شلوارهایی با جنس نرم، تاپ‌هایی که کودک زیر لباس می‌پوشد از جنس الیاف باشد، جوراب‌های بدون خط و دوخت و... شرکت‌هایی وجود دارند که در زمینه لباس‌های حسی فعالیت می‌کنند و کار را برای والدین با کودکان حساس به لباس پوشیدن راحت‌تر کرده‌اند.

مفقودین

علی اصغر کمالدار «غمین»
من بر زمین، شادی ولی در آسمان است
بر عکس شادی، غم ولی نزدیکان است

گم گشته بسیار است و مفقودی فراوان
فقدان اینها واقعا دردی گران است

کو معرفت؟ خوش قول کو؟ عشق و وفا کو؟
در بین ما بدچور خالی جایشان است

الماس الفت، گوهرناب عطوفت
از این دو تا آیا کجا اکنون نشان است

آنچه که بودش موجب شادی و لذت
اینجا که پنهان، در کجا پس او نهان است؟

دنبال «انصافم» نمی‌یابم من او را
انگار سوزن گم شده در کاهدان است

یاد از گل مهر آورم آن مهر غایب
مهری که مختص کسان مهربان است

«امید» هم مفقود بعدی است گویا
آنکه به زیبایی چنان رنگین کمان است

اینترنتی مانده که کارا و مفید است
آنهم «غمین» بحث صیانت در میان است

راز ترقی

علی اصغر کمالدار «غمین»
مدیر گروه دیشب در گروه مطلبی گذاشتند، راستش من آن را نخواندم اما استیکرهای «خیلی عالی بود»، «خیلی جالب بود» و «حسنت بر شما» گذاشتم زیر متنی که ارسال کرده بود. سپس گوشی را غلاف کردم. نیم‌ساعت بعد یکی از هم‌گروهی‌ها همینطور بی خبر سرش را پایین انداخت و آمد داخل «پی‌وی» من. در حالی که برزخی بود یا توپ پر گفت: آقای بادمجان دور قاب‌چین، شما نمی‌خواهید دست از چاپلوسی بردارید؟! این همه خود شیرینی و تملق گویی برای چیست؟ متن! یکی مدیر قابل این همه لایک و تحسین را داشت؟! گفتم: از نظر من خیلی هم خوب بود. دیگر با او کل کل نکردم. به اعتقاد من این هم‌گروهی ناشی نمی‌دانست که رمز ترقی در گروه چیست؟ خبر نداشت تملق در واقع نزدیکان رشد و ترقی است.

من خود به عینه آقای شیخی را می‌دیدم، ایشان با آنکه سابقه حضورش در گروه بیش از من بود و از قضا شخصی باسواد، متعهد، باهوش، صاحب ذوق، قابل اعتماد و دارای کلی صفات پسندیده دیگر بودند اما سال‌هاست در گروه بدون هیچ پیشرفت، فقط دارند درجا می‌زنند، چرا چونکه اهل تملق نیستند!
خب تملق و چرب زبانی‌ام سرانجام جواب داد، خوب هم جواب داد، چون مدیر با من تماس گرفت و گفتم می‌خواهم خانوادگی به مسافرت بریم. زمام امور را با اختیارات تام به تو می‌سپارم. از نزدیکان ترقی بالا رفتم، بالاتر از آقای شیخی و سایرین قرار گرفتم. برای پیشرفت در گروه، شایستگی، تخصص، معلومات بالا، باهوشی و... اینها کیلویی چند؟

طرح: عصر مردم

جدول شماره ۱۴۰۰/۲۵۶۸

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

- افقی:**
- همکار قاشق - غذایی که بین صبح و ظهر می‌خورند
 - رها - قومی نیمه وحشی که به ایران تاختند - همسر حوا
 - سلاست - مرکز کشور اردن - پرحرف
 - بله تهرانی - گیاه کتیرا - پیغمبر کشتی‌ساز - گل سرخ
 - چپ - مخفف گاه - صفحه اینترنتی
 - گوشه گیری - از ماه‌های میلادی
 - غیرممکن - صفتی برای تسبیح - درستی یا نادرستی آن مشخص نیست
 - سال ترکی - ساز چوپان - شراب - فارسی درباری
 - راحتی - ابریشم - زیرکی
 - فرصت - کشوری اروپایی - دختر ترکی
 - یکصد مترمربع - حیوان درنده - از بیماری‌های ریوی - مادر عرب
 - همسایه شمالی ایران در عهد قاجار - گرو - و هرزه - تنها
 - خیزش - از خودروهای تولید داخل - گلابی
 - گل ناامیدی - راست - توان
 - رفتاری زنانه - شهرستانی در جنوب شرقی فارس

جواب جدول شماره ۱۴۰۰/۲۵۶۷

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

- جدید - مرکز فیلیپین - اطراف دهان
- تعب زنا - جمع حاشیه - علامت جمع در فارسی
- دشمن - تیز - قله ای جنوبی - در عربی یعنی از او
- حالتی برای خوابیدن - به زن سید می‌گویند - مسئول تقسیم آب
- اهمیت و احترام - از همسایگان غربی ایران - کور دم بریده
- اهل تلاش جدی - خالی - شهری در سیستان و بلوچستان
- شهادت - دردها - اندازه لباس و کفش
- نوعی آچار - معادل ۳۶۵ روز - عظمت - از خودروهای بزرگ
- واحد نظامی - از مواد آزمایشگاهی در مدارس - راز
- اسپورت - از ضمائر عربی
- به روحانیون زرتشتی می‌گفتند - حرف زیادی - تقلیل
- روز عرب - از مشتقات نفت - مادر عرب
- هم اکنون در گویش عامیانه - رایجه - جهان

۱۶۸ فوتی جدید کرونا و شناسایی ۶۴۲۶ بیمار دیگر

امیکرون در کشور رو به افول



بنابر اعلام وزارت بهداشت، در طول ۲۴ ساعت ۶ هزار و ۴۲۶ بیمار کووید ۱۹ در کشور شناسایی شدند و متأسفانه در این بازه زمانی ۱۶۸ نفر نیز جان خود را به دلیل این بیماری از دست دادند.

به گزارش ایسنا، از روز یکشنبه تا دیروز ۱۶ اسفندماه ۱۴۰۰ و بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی، ۶ هزار و ۴۲۶ بیمار جدید مبتلا به کووید ۱۹ در کشور شناسایی شد که یک هزار و ۱۰۳ نفر از آنها بستری شدند.

مجموع بیماران کووید ۱۹ در کشور به ۷ میلیون و ۹۶ هزار و ۳۱۸ نفر رسید.

متأسفانه در طول ۲۴ ساعت گذشته، ۱۶۸ بیمار کووید ۱۹ جان خود را از دست دادند و مجموع جان باختگان این بیماری به ۱۳۸ هزار و ۱۱۶ نفر رسید.

خوشبختانه تا دیروز ۶ میلیون ۷۳۹ هزار و ۸۱۱ نفر از بیماران، بهبود یافته و یا از بیمارستانها ترخیص شده اند.

سه هزار و ۵۷۲ نفر از بیماران مبتلا به کووید ۱۹ در بخش های مراقبت های ویژه بیمارستانها تحت مراقبت قرار دارند.

دیروز ۴۷ میلیون و ۸۰۸ هزار و ۲۸۴ آزمایش تشخیص کووید ۱۹ در کشور انجام شده است. در حال حاضر ۱۴۸ شهرستان در وضعیت قرمز، ۱۹۶ شهرستان در وضعیت زرد و ۳ شهرستان در وضعیت آبی قرار داشتند.

امیکرون در کشور رو به افول
عضو کمیته علمی کرونا، ضمن تشریح

رئیس پلیس فتای فارس:

رمال اینستاگرامی در شیراز دستگیر شد

آگهی دروغین استخدام با ۲۰۰ شاک



۶۰ میلیارد ریال برآورد شده است.

آگهی دروغین استخدام با ۲۰۰ شاک
در ادامه این نشست رئیس پلیس فتای استان از دستگیری فردی خبر داد که با ترند آگهی دروغین استخدام، ۱۰ میلیارد ریال از ۲۰۰ سرهنگ "سلیمانی" افزود؛ در پی شکایت تعدادی از شهروندان مبنی بر مشاهده آگهی استخدام در سایت دیوار و کلاهبرداری از آن طریق، موضوع به صورت ویژه در دستور کار کارشناسان قرار گرفت.

وی افزود: کارشناسان پس از چند ماه کار فنی و تخصصی موفق شدند متهم در حالی که در یکی از پایانه های مسافربری قصد خروج از شیراز داشت را شناسایی و وی را در یک عملیات

کشف بیش از یک میلیون و ۴۵۰ هزار قلم داروی قاچاق و غیرمجاز از داروفروشان آنلاین



بودند، شناسایی و دستگیر شدند.

رییس پلیس فتای تهران بزرگ ارزش ریالی داروهای کشف شده را ۷۰۰ میلیارد ریال اعلام کرد و گفت: افراد دستگیر شده با پرونده تشکیل شده به دادسرا معرفی شدند و داروهای کشف شده از آنان نیز در اختیار دستگاه های مسئول قرار گرفت تا تصمیمات لازم در مورد آن اتخاذ شود.

پیش از این سردار مهدی حاجیان، سخنگوی فرماندهی انتظامی کل کشور نیز از رصد فضای مجازی برای برخورد با فروش داروهای غیرمجاز، جعلی و ... خبر داده و گفته بود: دارو از جمله مواردی است که فروش آن حتماً باید با تشخیص و نسخه پزشک انجام شود و فروشندگانی که این کار را بدون نسخه و فروش دارو در فضای مجازی ممنوع است، در همین راستا نیز پلیس بین الملل عملیات جهانی برای شناسایی قاچاقچیان دارو و فروشندگان داروهای غیرمجاز و جعلی را در فضای مجازی ترتیب داده. این عملیات که "پانچی آ" نام دارد، هر چند وقت یکبار و در تاریخ های متفاوتی که از قبل اعلام نمی شود در سراسر جهان به اجرا در می آید که اتفاقاً در این حوزه پلیس فتای کشورمان عملکرد قابل قبولی داشته و کشفیات قابل توجهی نیز داشته است.

فارس

کشف کالای قاچاق ۱۰ میلیاردی با هوشیاری پلیس ممسنی

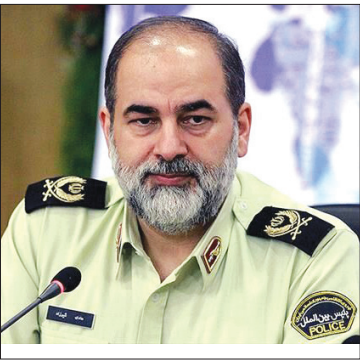
جانشین فرمانده انتظامی استان گفت: در بازرسی از یک دستگاه کامیون انواع کالای قاچاق به ارزش ۱۰ میلیارد ریال در شهرستان ممسنی کشف شد.

سردار یوسف ملک زاده در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، بیان کرد: در تلاطم طرح تشدید مبارزه با قاچاق، مأموران یگان امداد شهرستان ممسنی حین کنترل خودروهای عبوری در محور مواصلاتی شیراز-کازرون به یک دستگاه کامیون مشکوک و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند. وی افزود: مأموران در بازرسی از این خودرو ۲۰ عدد تخت روان تمییرگاهی، یک هزار و ۷۰۰ عدد قیچی و بیلیجه باغبانی، ۵۶۲ عدد انواع باتری ابزار شارژی و ۱۲ هزار و ۳۱۰ عدد انواع آچار و انبر قفلی خارجی قاچاق و فاقد مجوز گمرکی را کشف و راننده را نیز دستگیر کردند.

جانشین فرمانده انتظامی استان با اشاره به اینکه ارزش اموال مشکوفاً برابر نظر کارشناسان، ۱۰ میلیارد ریال برآورد شده است، گفت: راننده

رئیس پلیس بین الملل فرماندهی انتظامی:

متهم اخلاف در نظام اقتصادی کشور در فرودگاه دستگیر شد



فرودگاه بین المللی امام خمینی (ره) بازداشت و تحویل مراجع قضایی شد.

وی ضمن اشاره به صدور اعلان قرمز متهم در کمترین زمان افزود: با استفاده از ظرفیت های موجود در بانک های اطلاعاتی سازمان اینترپل و با تحقیقات انجام شده مشخص شد، متهم در کشورهای منطقه تردد دارد. این متهم دارای سابقه پولشویی در یکی از کشورهای اروپایی نیز بوده که به همین دلیل از آن کشور اخراج می شود.

این مقام انتظامی با اشاره به تلاش مأموران اینترپل تهران در ردیابی این متهم و همچنین انعکاس تحت تعقیب بودن وی به مرزهای ورودی کشور خاطرنشان کرد: با همکاری پلیس مهاجرت و گذرنامه، متهم هنگام ورود به کشور

ایرنا: رئیس پلیس بین الملل فرماندهی انتظامی جمهوری اسلامی ایران از دستگیری متهم اخلاف در نظام اقتصادی کشور در فرودگاه امام خمینی (ره)، خبر داد.

به گزارش ایرنا از پایگاه خبری پلیس سردار هادی شیرزاد، در تشریح جزئیات این خبر اظهار داشت: در پی اعلام مراجع قضایی، فردی از حساب یکی از موسسات مالی کشور، با سوء استفاده از موقعیت شغلی یکی از اعضای خانواده خود، مبلغ ۱۱ میلیارد ریال، غیر قانونی برداشت و کشور را ترک کرده، موضوع دستگیری وی در دستور کار مأموران پلیس بین الملل فرماندهی انتظامی جمهوری اسلامی ایران قرار گرفت.

«کار در منزل» با مجوز پلیس فتا؛ شگرد کلاهبرداران است

شهروندان هوشیار باشند



رئیس مرکز تشخیص و پیشگیری از جرایم سایبری پلیس فتا ناچار ترند تازه کلاهبرداران سایبری با شگرد کار در منزل با مجوز پلیس فتا هشدار داد.

سرهنگ علی محمد رجبی رئیس مرکز تشخیص و پیشگیری از جرایم سایبری پلیس فتا ناچار در گفت و گو با خبرنگار انتظامی خبرگزاری فارس به شیوه جدید کلاهبرداری با شگرد «کار در منزل» خبر داد و اظهار داشت: افراد سودجو با انتشار آگهی های تبلیغاتی با عنوان کار در منزل در سایت های درج آگهی و شبکه های اجتماعی برای جلب نظر قربانیان در آگهی های خود از عنوان (دارای تاییدیه از پلیس فتا) استفاده می کنند.

رییس پلیس مرکز تشخیص و پیشگیری از جرایم سایبری پلیس فتا ناچار اعلام کرد: پلیس فتا هیچگونه مجوزی برای فعالیت تجاری، فرهنگی و ... در فضای مجازی صادر نمی کند.

وی بابیان اینکه شهروندان در فضای مجازی تنها به مراکز نظامی که دارای مجوز هستند، اعتماد کنند تصریح کرد: با توجه به نزدیک شدن به ایام پایانی سال، شاهد تبلیغات گسترده مراکز خدمات نظامی، قالیبویی و غیره در شبکه های اجتماعی و وب سایت های درج آگهی هستیم؛ از این رو

رئیس پلیس فتا ناچار در گفت و گو با خبرنگار انتظامی خبرگزاری فارس به شیوه جدید کلاهبرداری با شگرد «کار در منزل» خبر داد و اظهار داشت: افراد سودجو با انتشار آگهی های تبلیغاتی با عنوان کار در منزل در سایت های درج آگهی و شبکه های اجتماعی برای جلب نظر قربانیان در آگهی های خود از عنوان (دارای تاییدیه از پلیس فتا) استفاده می کنند.

رییس پلیس مرکز تشخیص و پیشگیری از جرایم سایبری پلیس فتا ناچار اعلام کرد: پلیس فتا هیچگونه مجوزی برای فعالیت تجاری، فرهنگی و ... در فضای مجازی صادر نمی کند.

وی بابیان اینکه شهروندان در فضای مجازی تنها به مراکز نظامی که دارای مجوز هستند، اعتماد کنند تصریح کرد: با توجه به نزدیک شدن به ایام پایانی سال، شاهد تبلیغات گسترده مراکز خدمات نظامی، قالیبویی و غیره در شبکه های اجتماعی و وب سایت های درج آگهی هستیم؛ از این رو

مصدومیت کودک ۱۴ ساله در پی ساخت نارنجک در شهر ری

سرپرست مرکز اورژانس تهران از مصدومیت یک کودک در پی انفجار نارنجک در شهر ری خبر داد.

دکتر یحیی صالح طبری در گفت و گو با ایسنا، در این باره اظهار کرد: ساعت ۱۰:۰۵ دیروز یک مورد حادثه انفجار نارنجک به سامانه ۱۱۵ اورژانس تهران اطلاع داده شد که بلافاصله پس از آن یک دستگاه آمبولانس به محل حادثه واقع در شهر ری، ده خیر، خیابان شهید سمیعی اعزام شد.

وی ادامه داد: تکسین های اورژانس با حضور در محل مشاهده کردند که کودک ۱۴ ساله در اثر اقدام به درست کردن نارنجک دچار مصدومیت شده است. وی دچار سوختگی هر دو دست و صورت، تروما به سر، فمور (ران پا) و دست شده بود.

صالح طبری اظهار کرد: این کودک ۱۴ ساله پس از انجام اقدامات اولیه توسط تکسین های اورژانس به بیمارستان شهدای یافت آباد منتقل شد.

اعضای باند جعل مدارک در خوزستان دستگیر شدند

ایرنا: چند عضو یک باند جعل مدارک تحصیلی با انجام اقدامات اطلاعاتی و عملیاتی سربازان گمنام امام زمان (عج) اداره کل اطلاعات خوزستان در این استان دستگیر شدند.

به گزارش روز یکشنبه ایرنا به نقل از روابط عمومی اداره کل اطلاعات خوزستان، دستگیری تعدادی از عوامل این باند جعل مدارک در پی انجام هماهنگی قضایی صورت گرفت.

این باند با دریافت مبالغ بسیار بالا و در پی تبلیغات فریبنده در پوشش موسسات آموزشی با اقدامات غیرقانونی و کلاهبرداری از ابتدای سال ۱۳۹۷ فعالیت خود را آغاز، و نسبت به صدور مدارک تحصیلی اقدام می کرد. براساس این گزارش، از این باند بیش از چهار هزار صفحه اسناد تحصیلی جعلی، جزوه و بسته آموزشی جعلی، چند دستگاه رایانه و دستگاه کارت خوان کشف و ضبط شده است.

حمله با قمه به دهیاری روستایی در جنوب تهران

فرمانده انتظامی ویژه شهر ری از دستگیری سه شرور که با قمه به نیروهای یک دهیاری در جنوب تهران حمله کرده بودند، خبر داد.

به گزارش ایسنا، سرهنگ دوستعلی جلیلیان در حاشیه دستگیری این افراد گفت: مدتی قبل خبری در مورد حمله چند نفر با قمه به نیروهای دهیاری روستای اشرف آباد از توابع شهر ری به مرکز فوریت های پلیسی

پس از تشکیل پرونده به مرجع قضایی معرفی شد.

کشف قطعات موتورسیکلت قاچاق در کوار

فرمانده انتظامی کوار از توقیف سواری پرادو و کشف قطعات دو دستگاه موتورسیکلت خارجی قاچاق به ارزش ۱۰ میلیارد ریال در آن شهرستان خبر داد.

سرهنگ سیدرحمان هاشمی در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، بیان کرد: در اجرای طرح مبارزه با قاچاق کالا و ارز، مأموران کلانتری مرکز شهرستان کوار هنگام کنترل خودروهای عبوری در محورهای مواصلاتی به یک سواری پرادو مشکوک و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند. وی ادامه داد: مأموران موفق شدند در بازرسی از این خودرو قطعات دو دستگاه موتورسیکلت خارجی قاچاق و فاقد مدارک قانونی را کشف کنند.

فرمانده انتظامی کوار با بیان اینکه کارشناسان ارزش اموال مشکوفاً را ۱۰ میلیارد ریال برآورد کرده اند، عنوان داشت: در این خصوص راننده برای سیر مراحل قانونی روانه دادسرا شد.

افزایش موارد جدید ابتلا به کووید در چین

چین با وجود در پیش گرفتن سیاست «تحمل صفر»، بار دیگر شاهد افزایش موارد جدید ابتلا به کووید-۱۹ است.

به گزارش ایسنا، چین با وجود اتخاذ رویکرد سختگیرانه «تحمل صفر» برای مقابله با شیوع بیماری کووید-۱۹، این روزها بازم شاهد افزایش جدید موارد ابتلا به بیماری در سراسر کشور است.

دیروز (دوشنبه) ۲۱۴ مورد جدید ابتلا در چین گزارش شد که بیشترین آنها، ۶۹ مورد، در استان جنوبی گوانگ دونگ در مرز هنگ کنگ بوده و هنگ کنگ نیز به نوبه خود ده ها هزار مورد ابتلا در روز را ثبت کرده است. همچنین ۵۴ مورد دیگر در استان جیلین و ۴۶ مورد در استان شرقی شان دونگ گزارش شده است.

شیوع امیکرون در بین دانش آموزان شهر «چینگدانو»

در چین "لی که چیانگ" نخست وزیر چین در گزارش سالانه خود گفته است که ضرورت دارد به طور مداوم روشهای مهار همه گیری اصلاح شود اما هیچ صحبتی از اینکه یکن ممکن است استراتژی "تحمل صفر" را کاهش دهد، مطرح نشده است.

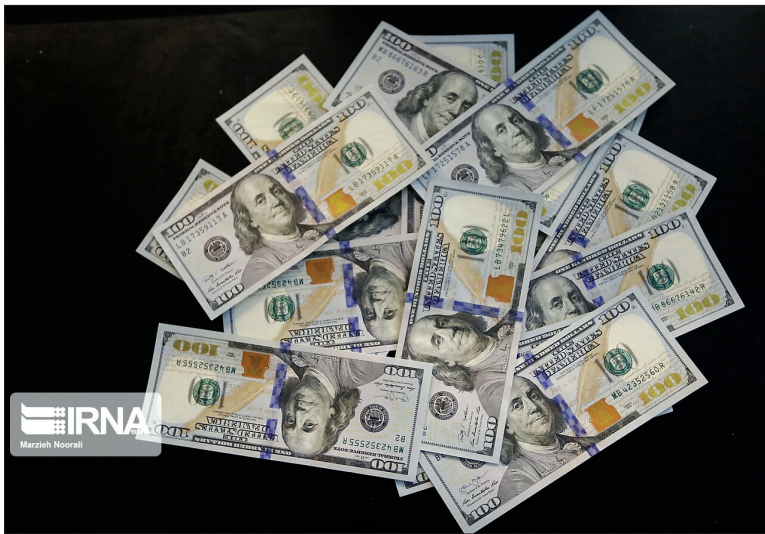
او خواستار تسریع توسعه واکسن و تقویت روشهای کنترل همه گیری در شهرهایی شده است که پذیرش مسافران و کالا از خارج از کشور دارند.

به گزارش ژاپن تودی، «تحمل صفر» مستلزم قرنطینه و تعطیلی کل جوامع و گاهی اوقات شهرهایی است که تعداد کمی از موارد ابتلا را شناسایی کرده اند. مقامات چینی این رویکرد را همراه با نرخ واکسیناسیون بیش از ۸۰ درصد برای کمک به جلوگیری از شیوع گسترده بیماری در سراسر کشور معتبر می دانند. اما منتقدان بر این باورند این روش صدمات زیادی بر اقتصاد وارد و در عین حال از ایجاد مصنویت طبیعی افراد جلوگیری می کند.

کارشناس اقتصادی:

ارز ترجیحی باعث فساد شده بود

با حذف ارز ۴۲۰۰ تومانی، رانت‌ها حذف خواهد شد



ایرنا: یک کارشناس اقتصادی گفت: در طول سال‌های گذشته پرداخت ارز ترجیحی موجب فساد شده بود و کالاهای وارداتی با ارز ترجیحی با قیمت ارز آزاد به دست مردم می‌رسید که با حذف ارز ۴۲۰۰ تومانی دیگر شاهد این رانت‌ها نخواهیم بود.

به گزارش ایرنا، ارز ۴۲۰۰ تومانی در فروردین ۱۳۹۷ و شبانه متولد شد، این ارز در ابتدا بدون هیچ محدودیتی برای تمام کالاهای پرداخت می‌شد و با وجود اینکه نرخ ارز دستوری و کنترل‌ی بود، اما تقاضای ارز در آن زمان مدیریت نشد.

تخصیص ارز ترجیحی آنچنان غیرمنطقی و رانت‌زا بود به طوری که برخی با دلایلی و سوداگری ارز ۴۲۰۰ برای واردات کالا دریافت می‌کردند، اما آن را صرف مصارف دیگری می‌کردند یا حتی در بازار آزاد می‌فروختند؛ البته در فصل تابستان سال ۱۳۹۷ دولت تصمیم گرفت گروه‌های کالایی که ارز ترجیحی دریافت می‌کردند را به ۲۵ قلم کالا محدود کند تا از این طریق جلوی فساد و رانت را بگیرد، اما این اقدام نیز موثر واقع نشد.

سیاست ارز ترجیحی ۴۲۰۰ تومانی در حالی که از سال ۹۷ آغاز شد که همچنان ادامه دارد، این در حالی است که امسال فقط به ۵ کالای اساسی اختصاص یافت در ۴ سال حدود ۷۰ میلیارد دلار ارز ۴۲۰۰ تومانی داده شد؛ اما سرانجام روز گذشته (۱۵ اسفندماه) مجلس

شورای اسلامی در ادامه بررسی لایحه بودجه سال آینده با حذف ارز ترجیحی موافقت کرد، هر چند مقرر شد برای جبران زیان رفاه مصرف کننده برای کالاهای اساسی از طریق کالا برگ الکترونیکی یا از طرق جایگزین اقدام شود.

«حسین درودیان» کارشناس مسائل اقتصادی در گفت‌وگو با ایرنا در خصوص مصوبه مجلس شورای اسلامی گفت: حذف ارز ۴۲۰۰ تومانی از حیث تخصیص بهتر منابع مفید است. وی افزود: در طول سال‌های گذشته پرداخت ارز ترجیحی موجب فساد شده بود و افراد کالا را با ارز ترجیحی وارد و با قیمت سایه که بر اساس

بهای بازار آزاد تعیین می‌شود، عرضه می‌کردند که با حذف ارز ۴۲۰۰ تومانی دیگر شاهد رانت‌هایی از این دست نخواهیم بود. این کارشناس اقتصادی تصریح کرد: در کل می‌توان گفت که در منابع ارز صرفه‌جویی می‌شود و تخصیص منابع بهینه خواهد شد که این موضوع از جمله مزایا و کارایی حذف ارز ۴۲۰۰ تومانی است. درودیان گفت: باید توجه داشت که در حذف ارز ۴۲۰۰ از لحاظ عدالت و مراقبت از دهک‌های پایین جامعه باید بیشتر مورد توجه قرار گیرد و دولت و مجلس فشار ناشی از افزایش بهای

بانک ملی اعلام کرد انجام اقدامات لازم برای واگذاری سهام مازاد به افراد دارای صلاحیت

بانک ملی ایران اعلام کرد در راستای عمل به الزامات قانونی مبنی بر واگذاری اموال و داراییهای مازاد خود و خروج از بنگاهداری، تمامی اقدامات لازم را برای واگذاری سهام مازاد به افراد دارای صلاحیت انجام می‌دهد.

به گزارش ایسنا، بانک ملی ایران پیرو انتشار خبری با عنوان لزوم واگذاری واحدهای تولیدی گیلان به افراد دارای اهلیت و صلاحیت اعلام کرد که این بانک فاقد واحد تولیدی با محصولات فولادی در استان گیلان است و همچنین درخصوص شرکت نویبان نیز طبق اسناد به احتمال، شرکت نمونه منصور گیلان در نظر بوده که درخصوص واگذاری سهام مذکور نیز چندین نوبت توسط بانک ملی ایران اقدام شده و هم اکنون نیز مزایده سهام شرکت مذکور به صورت نقد و اقساط از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت "ستاد" در حال برگزاری است و علاقه مندان و افراد دارای صلاحیت میتوانند جهت شرکت در مزایده مذکور تا تاریخ تعیین شده نسبت به خرید اسناد مزایده اقدام کنند.

بانک ملی ایران در راستای عمل به الزامات قانونی مبنی بر واگذاری اموال و داراییهای مازاد خود و خروج از بنگاهداری، تمامی اقدامات لازم را برای واگذاری سهام مازاد به افراد دارای صلاحیت انجام می‌دهد.

قیمت نفت به مرز ۱۳۰ دلار رسید

قیمت نفت در معاملات روز دوشنبه بازار آسیا در واکنش به احتمال ممنوعیت صادرات انرژی روسیه توسط آمریکا و اروپا و ایجاد شوک رکود تومی بزرگ در بازارهای جهانی، جهش پیدا کرد. به گزارش ایسنا، بهای معاملات نفت برنت ۱۰.۴۳ درصد افزایش یافت و به ۱۳۰ دلار و ۴۳ سنت در هر بشکه رسید. بهای این معاملات نوسان دارد و در زمان گشایش بازار تا ۱۸ درصد داد. افزایش قیمت تحت تاثیر احتمال تحریم نفت روسیه توسط آمریکا و اروپا روی صحنه معاملات وست تگزاس اینترمدیت آمریکا ۹.۲۸ درصد افزایش یافت و به ۱۲۶ دلار و ۳۹ سنت در هر بشکه رسید.

افت ارزش یورو ادامه داشت و همزمان قیمت کالاها با ادامه حمله نظامی روسیه به اوکراین، افزایش پیدا کرده است. بازارهای سهام آسیا اقیانوسیه روز دوشنبه قرمزپوش شدند.

اتان هریس، اقتصاددان ارشد بانک آمریکا به رویترز گفت: اگر غرب عمده صادرات انرژی روسیه را کاهش دهد، شوک بزرگی برای بازارهای جهانی خواهد بود. از دست رفتن پنج میلیون بشکه نفت روسیه، باعث دو برابر شدن قیمت‌های نفت به ۲۰۰ دلار در هر بشکه و رشد کمتر اقتصاد جهانی می‌شود. طبق گزارش بانک آمریکا، نفت تنها کالایی نیست که قیمت آن رو به افزایش است و قیمت‌های کالا قوی‌ترین شروع سال را از سال ۱۹۱۵ به این طرف داشته‌اند. این وضعیت تورم جهانی را تشدید می‌کند. سرمایه گذاران اکنون منتظر انتشار شاخص قیمت مصرف کننده آمریکا هستند.

بر اساس گزارش اینوستینگ، شرایط فعلی بانک مرکزی اروپا را که قرار است تصمیم سیاست پولی خود را اواخر هفته اعلام کند، به دردمس می‌اندازد. تاپاس استریکلند، اقتصاددان موسسه NAB گفت: با توجه به این که احتمال رکود تومی واقعی است، بانک مرکزی اروپا احتمالاً حداکثر انعطاف پذیری را در خصوص برنامه خرید دارایی به میزان ۲۰ میلیارد یورو تا سه ماهه دوم سال میلادی جاری و پس از آن حفظ می‌کند و به این ترتیب زمان افزایش نرخهای بهره را عقب می‌اندازد. با این حال پیش بینی‌های شاخص قیمت مصرف کننده بالاتر به معنای آن است که افزایش نرخهای بهره در آینده ضروری خواهند بود.

عامل دیگری که از افزایش قیمت‌های نفت پشتیبانی کرد، تعطیلی میدانی نفتی القبل و شراره در لیبی بود که به از دست رفتن تولید ۳۳۰ هزار بشکه در روز منتهی شد. لیبی که یکی از اعضای اوپک است، حدود ۱.۲ میلیون بشکه در روز نفت در سال ۲۰۲۱ تولید کرد.

در این بین، طبق اعلام انجمن خودروی آمریکا، در آمریکا میانگین قیمت هر گالن بنزین روز یکشنبه به ۴.۰۰۹ دلار رسید که بالاترین قیمت از ژوئیه سال ۲۰۰۸ بود. مصرف کنندگان آمریکایی ۴۰ سنت بیشتر نسبت به یک هفته پیش و ۵۷ سنت بیشتر نسبت به یک ماه پیش برای بنزین پرداخت می‌کنند.

تاثیر کاهش نرخ ارز بر بورس

سیاسی و اقتصادی صورت بگیرد، باعث میشود ارتباطات اقتصادی بین شرکت های داخلی و خارجی افزایش یابد و در تولیدات و خدمات شرکت ها تسهیل صورت بگیرد.

وی ادامه داد: در صورت اجرایی شدن توافقات، فرایند صادرات و بازاریابی به راحتی انجام و بستر جذب سرمایه گذار خارجی فراهم می‌شود. همچنین اگر در کنار توافقات سیاسی ایران به FATF هم پیوند، نقل و انتقال پول به راحتی انجام میشود. این کارشناس بازار سرمایه با تاکید بر لزوم نگاه بلندمدت به توافقات سیاسی اظهار کرد: در کل اگر این بحث را با دید بلندمدت

درحالی که زمه‌های به نتیجه رسیدن مذاکرات سیاسی باعث کاهش نرخ ارز شده است، یک کارشناس بازار سرمایه بر این باور است که این موضوع در بلند مدت به نفع شرکت های بورسی و بازار سرمایه است.

مهدی توانگر در گفت و گو با ایسنا، با بیان اینکه اگر مذاکرات سیاسی به نتیجه برسد نرخ دلار نسبت به ریال کاهش خواهد شد، اظهار کرد: این موضوع ممکن است باعث شود بورس هم به همان نسبت کاهش داشته باشد. اما از نگاه اقتصادی اگر مذاکرات به نتیجه برسد و توافقات به صورت درست اجرا شده و گشایش های

معاون وزیر راه و شهرسازی خبر داد

عبور ثبت نام نهضت ملی مسکن از ۵.۲ میلیون نفر



معاون وزیر راه و شهرسازی از عملیات اجرایی ۸۶۴ هزار واحد در قالب نهضت ملی و اقدام ملی مسکن خبر داد و گفت: تاکنون بیش از ۵ میلیون ۲۰۰ هزار نفر ثبت نام کرده‌اند و متقاضیان تا پایان سال جاری برای نام‌نویسی فرصت دارند.

محمود محمودزاده در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: تا کنون در مجموع دو طرح اقدام ملی و نهضت ملی مسکن که با یکدیگر تلفیق شده‌اند بیش از ۵ میلیون و ۲۰۰ هزار نفر ثبت نام کرده‌اند. وی افزود: از تعداد مذکور ۴۲۹ هزار نفر افراد مجرد بالای ۲۳ سال هستند و بیش از ۸۸ هزار واحد در قالب خودمالکی ثبت نام صورت گرفته است.

معاون وزیر راه و شهرسازی با بیان اینکه بیش از ۸۶۰ هزار واحد به مرحله اجرا رسیده است گفت: تعداد واحدهای در حال اجرا در قالب نهضت ملی مسکن ۳۳۰ هزار واحد است. در بخش اقدام ملی نیز ۵۳۴ هزار واحد شروع شده است که مجموع این دو طرح به ۸۶۴ هزار واحد در حال اجرا می‌رسد.

به گفته محمودزاده، پروژه‌ها در مراحل مختلف اجرا هستند. ثبت نام نیز تا پایان سال انجام می‌شود و بعد از آن تحلیل و پالایش اطلاعات متقاضیان ثبت‌نام شده، تکمیل و نهایی خواهد شد. از اوایل سال آینده نیز به تدریج افتتاحات انجام می‌شود.

نهضت ملی مسکن در یک نگاه

بنابراین گزارش، قانون جهش تولید و تامین مسکن (نهضت ملی مسکن) مصوب ۱۷ مردادماه ۱۴۰۰ یکی از برنامه‌های کلان دولت سیزدهم محسوب می‌شود. دولت با تلفیق دو طرح «نهضت

ملی مسکن» و «اقدام ملی مسکن» قصد دارد چهار میلیون واحد مسکونی طی چهار سال احداث کند. بانک‌ها موظف شده‌اند سالیانه ۳۶۰ هزار میلیارد تومان تسهیلات به طرح جهش تولید و تامین مسکن اختصاص دهند.

طبق آخرین آماري که محمودزاده ـ معاون وزیر راه و شهرسازی ـ ارائه داده تا روز ۱۴ اسفندماه ۱۴۰۰ تعداد ۵۳۴ هزار واحد در قالب اقدام ملی و ۳۳۰ هزار واحد در قالب نهضت ملی مسکن، مجموعاً ۸۶۴ هزار واحد یا تکمیل شده یا آماده عملیات اجرایی است. گفته می‌شود تا کنون حدود ۴۰۰ هزار واحد در دو طرح مذکور افتتاح شده

دبیر انجمن قطعه سازان:

ارتباط وزارت صمت با قطعه سازان کم شده

اطلاعات درست به وزیر داده نمی‌شود

دبیر انجمن سازندگان قطعات و مجموعه‌های خودرو با این ادعا که اطلاعات درست و جامعی از وضعیت فعلی صنعت قطعه‌سازی و خودروسازی در اختیار وزارت صنعت، معدن و تجارت (صمت) قرار نمی‌گیرد، اعلام کرد که در حال حاضر شاهد کمترین سطح تعامل بین وزارت صمت و صنعت قطعه‌سازی طی ۱۰ سال اخیر هستیم. مازیار بیگلر در گفت‌وگو با ایسنا، در رابطه با بازدید سرزده اخیر رئیس جمهور از یکی از خودروسازان داخلی اظهار کرد: دولت فعلی از صنعت خودروسازی و قطعه‌سازی فاصله گرفته است. هرچند که خودروسازی متعلق به دولت است اما در صنعت قطعه حداقل می‌توان گفت این تعاملات بسیار کم است و سطح ارتباط ما با وزیر صنعت، معدن و تجارت به کمترین میزان خود

است. برای ۹۸۰ هزار واحد تامین زمین شده است. مجموعاً در دو طرح حمایتی نهضت ملی مسکن و اقدام ملی ۵ میلیون و ۲۰۰ هزار نفر تا کنون ثبت نام کرده‌اند.

وام این واحدها در تهران ۴۵۰ میلیون تومان، دیگر کلانشهرها ۴۰۰ میلیون، مراکز استانها ۳۵۰ میلیون، سایر مناطق شهری ۳۰۰ میلیون و روستاها ۲۵۰ میلیون تومان با نرخ سود حداکثر ۱۸ درصد تعیین شده است. طبق آخرین برآوردها قیمت هر متر مربع واحدهای نهضت ملی مسکن ۴.۷ میلیون تومان خواهد بود.

حال حاضر، هم دبیر ترحل و هم اینکه دچار گره‌های بزرگتر شود. در دولت‌های گذشته اعضای انجمن قطعه‌سازی حداقل به صورت هر سه ماه یکبار دیدار و جلسه‌ای با وزیر صمت داشتند و مسائل و مشکلات را مطرح می‌کردند و راهکاری اندیشیده می‌شد اما در حال حاضر علیرغم بارها درخواست جلسه و نامه‌نگاری‌ها و دعوت از ایشان، فقط یک بار وزیر صمت را ملاقات کرده‌ایم. به گزارش ایسنا، چهارشنبه هفته گذشته (۱۱ اسفند ماه) رئیس جمهور در یک قرار از پیش تعیین نشده، از گروه صنعتی ایران خودرو بازدید کرد و از نزدیک در جریان مشکلات و مسائل این شرکت تولیدی قرار گرفت؛ این بازدید منجر به صدور هشت دستور جهادی برای تحول در حوزه خودرو شد.

سهم فارس در اردوی تیم ملی کشتی باید بیشتر از ۶ نفر باشد



جهانی، آسیایی و المپیک کسب می کنند و سال هاست با پشتوانه سازی حرف اول را می زنند و خوزستان هم با کار کردن روی پایه ها سهم زیادی در تیم ملی دارند.

کشتی آزاد فارس رها شده است

وی گفت: تمام سر مایه های کشتی فارس فقط در رده فرنگی نیست و چرا کشتی آزاد رها شده است.

فرخیان ها کجا هستند؟

حیدری بیان کرد: پس ازاینکه زنده یاد محمدعلی فرخیان توانست در سال ۱۹۶۵ با کسب مدال نقره در وزن ۵۷ کیلوگرم در مسابقات کشتی آزاد قهرمانی جهان کسب کند دیگر نامی از کشتی گیران آزاد فارس نیست در حالی که در این رده هم بهترین استعدادها در فارس وجود دارند که باید شناسایی شوند.

حیدری اظهار امیدواری کرد برای اعتلای کشتی فارس، هیات این رشته از خاک خورده ها وقهرمانانی که پرچم ایران را در جهان به اهتزاز در آورده بیشتر استفاده کنند تا فارس دوباره در رده های پایه ها سازندگی را شروع کند.

هم اینک درنخستین مرحله اردوی تیم ملی کشتی فرنگی از فارس محمد علی گرای، محمدرضا گرایسی، میثم دلخانی، محمد رضا رستمی، محمد رضا خنتاری و محمد آرم دخت شرکت دارند.

خوزستان با ۱۳ کشتی گیر، تهران باهشت، فارس و مازندران هم با ۶ کشتی گیر بیشترین سهمیه در اردوی تیم ملی دارند. وی گفت: مازندران حرف اول در کشتی می زند، آنها با سرمایه گذاری بسر روی پایه ها همیشه بیشترین سهمیه در ترکیب تیم ملی دارند و بهترین مدال های کشتی هم در مسابقات

جایی در این رشته از فارس ندارند.

حیدری که مدرد مربیگری ممتاز دارد ادامه داد: کشتی در فارس از زمانی که پایه ها موفق کار نکردند به صورت جرقه در آمده که امید نوروزی، نصیری ها، ریحانی، گرابی ها و دلخانی در یک مقطع مدال المپیک، جهانی و آسیایی کسب کردند اما پشتوانه ای برای پس از آنها تعیین نشده است.

این پیشکسوت کشتی فارس گفت: در یک زمان در ترکیب تیم ملی کشتی فرنگی از هشت وزن جرقه زار فارس بودند اما هم اینک به سه نفر رسیده در حالی که ظرفیت فارس در تیم ملی بیش از چهار نفر است.

وی گفت: مازندران حرف اول در کشتی می زند، آنها با سرمایه گذاری بسر روی پایه ها همیشه بیشترین سهمیه در ترکیب تیم ملی دارند و بهترین مدال های کشتی هم در مسابقات

می توانند در جهت رشد رده های مختلف ستی کمک کنند.

تعدادی از کشتی گیران در پارک ها تمرین می کنند

سید سیروس حیدری ادامه داد: پنج سال است تیم های پایه، نونهالان، نوجوانان و جوانان در مسابقات کشوری حذف می شوند در حالی که بهترین مربیان فارس که ورزشکارانشان قهرمان جهان و المپیک شدند و بالاترین مدرد مربیگری دارند در پارک ها با ورزشکاران تمرین می کنند و اجازه استفاده از سالن های کشتی را ندارند.

وی اضافه کرد: هم اینک چند مربی ممتاز همچون محمد علی چمیانی، رضا چمیانی و کاظم ناصر کنار گود هستند و مهدی نصیری قهرمان جهان و آسیا، حمیدرضا نصیری، ساسان خوبیاری، حمید کامفیروزی، حمید ریحانی و حمید زارع که همگی تحصیل کرده هستند

استان فارس مهد کشتی فرنگی ایران است و بارها شایستگی های خود را نشان داده و با کسب مدال المپیک، جهانی و آسیایی حرف اول این رشته سخت می زند، هم اینک در اردوی جدید تیم ملی ۶ کشتی گیر از فارس حضور دارند اما کارشناسان بر این باور هستند که سهم این استان خیلی بیشتر است.

به گزارش خبرنگار ایرنا، جرقه موفقیت کشتی فرنگی فارس پس از انقلاب زده شده در این سال ها چهره هایی چون برادران نصیری (مهدی، حمیدرضا) حمید ریحانی از پایه حرکت کردند و توانستند چندین مدال جهانی و آسیایی کسب کنند و مهدی نصیری هم چندین سال کاپیتان تیم ملی کشتی فرنگی بود.

شکل گیری کشتی فرنگی پایه و قهرمانی کشور

اولین مقام قهرمانی کشور بعد از انقلاب برای فارس در رده نوجوانان در سال ۶۷ به میزبانی شیراز به دست آمد و میزبان با کسب ۲ نشان طلا، یک نقره، چهار برنز ۲ مقام چهارم و ۲ مقام پنجم بر سکوی نخست ایستاد و نشان داد که این رشته در رده پایه ها حرکت خوبی آغاز کرده است که بعدها در جهان، آسیا و المپیک مدال گرفتند. اما هم اینک پایه های کشتی فرنگی فارس مغفول مانده و خبری از قهرمانی ها نیست.

پیشکسوت و دارنده مدال برنز قهرمانی کشور در سال ۶۷ با بیان اینکه متأسفانه کشتی فرنگی فارس در رده پایه ها مغفول مانده است، به خبرنگار ایرنا گفت: هم اینک قهرمانان افتخار ایران و مربیانی که مدارک بالای مربیگری در فارس دارند سهمی در کشتی ندارند در حالی که آنها سرمایه های کشور هستند که هر کدام

رئیس فدراسیون ورزش های همگانی:

۶۴ درصد بانوان کشور دچار کم تحرکی هستند

رئیس فدراسیون ورزش های همگانی گفت: براساس آمارهای موجود در کشور ۶۴ درصد بانوان جامعه دچار کم تحرکی هستند. به گزارش خبرنگار مهر، افشین ملایی صبح دوشنبه در نشست خبری بیان کرد: یکی از موضوعاتی که در کشور شاهد آن هستیم موضوع تغییر سبک زندگی در جامعه است از این رو شاهد هستیم که کم تحرکی در جامعه رواج پیدا کرده است و بیلبوردهای خیابانی بهترین فرصت تبلیغاتی برای دعوت مردم در کلانشهرها برای موضوع ورزش های همگانی است.

رئیس فدراسیون ورزش های همگانی گفت: براساس آمارهای موجود در کشور ۶۴ درصد بانوان جامعه دچار کم تحرکی هستند. به گزارش خبرنگار مهر، افشین ملایی صبح دوشنبه در نشست خبری بیان کرد: یکی از موضوعاتی که در کشور شاهد آن هستیم موضوع تغییر سبک زندگی در جامعه است از این رو شاهد هستیم که کم تحرکی در جامعه رواج پیدا کرده است و بیلبوردهای خیابانی بهترین فرصت تبلیغاتی برای دعوت مردم در کلانشهرها برای موضوع ورزش های همگانی است.

رئیس هیئت ورزش های نایبانیان فارس:

یک دهم نایبانیان و کم بینانیان فارس ورزش می کنند

ایسنا: رئیس هیئت ورزش های نایبانیان و کم بینانیان فارس با اشاره به وجود ۲۶ هزار نایبنا و کم بینا در استان که تنها ۲۵۰ نفر آنها ورزشکار هستند، گفت: این عدد بسیار کم است. حمید آزرمی یکشنبه ۱۵ اسفند در نشست هم اندیشی هیئت ورزش های نایبانیان و کم بینانیان فارس با ورزشکاران خاطرنشان کرد: درحالی استعدادهای خوبی در نایبانیان و کم بینانیان داریم که متأسفانه در جامعه زیرساخت ها برای حضور آنها میسر نیست.

او تأکید کرد: ورزش باید با هدف توانمندسازی و پیشگیری از آسیب های اجتماعی در جامعه ما به عنوان یک ابزار موثر و کارآمد با توجه به همه اقسام جامعه و بخصوص برای معلولین در نظر گرفته شود. آزرمی اضافه کرد: باید هم در ورزش حرفه ای و هم ورزش های همگانی در راستای فرهنگ سازی تلاش شود که افراد نایبنا و کم بینا از طریق ورزش در عرصه های اجتماعی و سیاسی حضور پیدا کنند.

او با اشاره به ضرورت حمایت وزارت ورزش و جوانان، مدیریتی شهری، شورای شهر و شهرداری در امر ورزش و پیشگیری از آسیب های اجتماعی، گفت: در واقع باید هیئت ورزش های نایبانیان و کم بینانیان را به عنوان پرتلاطمی و بازوی خودشان بدانند و از ورزش حمایت و پشتوانه سازی کنند تا بتوانیم حضور این عزیزان را

قهرمان پارالمپیک توکیو به دنبال مدال طلا و رکوردشکنی در پارآسیایی چین

قهرمان پارالمپیک توکیو در وزنه برداری دسته ۸۰ کیلوگرم، گفت: تمام تلاشم کسب مدال طلا و رکوردشکنی در بازیهای پارآسیایی چین است.

روح اس... رستمی در گفت و گو با ایسنا، درباره علت غیبت خود در مسابقات قهرمانی کشور پاراوزنه برداری اظهار کرد: به دلیل آسیب دیدگی بازوی سمت چپ امکان شرکت در مسابقات را نداشتم، البته در حال درمان هستم و از سال آینده تمرینات خود را به طور جدی برای شرکت در بازیهای پارآسیایی هانگژو چین آغاز خواهم کرد.

وی یکی از مشکلات خود را نداشتن شغل مناسب عنوان کرد و افزود: در مراسم تجلیل از مدال آوران المپیک و پارالمپیک که با حضور رئیس جمهور برگزار شد، با وجود این که ایشان تأکید بر رفع اشتغال مدال آوران داشتند، اما هنوز این مشکل تحقق پیدا نکرده و همچنان منتظر هستم تا این مشکل مرتفع شود.

رستمی همچنین در ارزیابی از سطح مسابقات قهرمانی کشور پاراوزنه برداری، افزود: سطح مسابقات بالا است و دوست داشتم برای ارزیابی خود در این مسابقات حضور داشته باشم که به دلیل آسیب دیدگی متأسفانه شرایط فراهم نشد.

وی در پایان در پاسخ به این پرسش که چقدر امیدوار به تکرار مدال طلای خود در بازیهای پارآسیایی هانگژو چین هستید، گفت: همان طور که در بازیهای پارآسیایی جاکارتا در دسته ۷۲ کیلوگرم موفق به کسب مدال طلا و رکوردشکنی شدم و در بازیهای پارالمپیک توکیو در دسته ۸۰ کیلوگرم به مدال طلا رسیدم، در چین نیز تلاشم بر این است که علاوه بر کسب مدال طلا در این دسته، رکوردشکنی نیز داشته باشم.

واکنش سرمربی تنیس روی میز به انتقادات بازیکنان

سرمربی تیم ملی تنیس روی میز گفت: آیین نامه انتخابی تیم ملی را من تدوین نکردم و برای رفع ایراد هم یک دور انتخابی دیگر برگزار کردیم.

جمیل لطف اس... نسبی در گفت و گو با ایسنا درباره انتقادات برخی بازیکنان تنیس روی میز نسبت به اشتباه آیین نامه انتخابی و اینکه سرمربی آیین آیین نامه را تدوین کرده است، بیان کرد: من آیین نامه را تنظیم نکرده ام و ۱۲ نفر در جلسه بودیم و برای بند های آن رای گیری شد. یک جای کار ایراد پیدا کرد که جلسه گذاشتیم در نهایت این تصمیم گرفته شد که برای رفع این ایراد، یک دور دیگر انتخابی برای نفرات بازنده بگذارند تا حقی از کسی ضایع نشود و نفر پنجم تیم ملی انتخاب شود.

او ادامه داد: قبلا انتخاب نفر پنجم برعهده کادرفنی بود که فارغ از نتیجه مسابقه انتخابی، می توانست بازیکن را انتخاب کند اما این حق را از خودمان گرفتیم و یک دور انتخابی دیگر برگزار کردیم که سروش امیری نیا موفق شد به عضویت تیم ملی در بیاید.

لطف اس... نسبی در پاسخ به این پرسش که چرا وقتی متوجه ایراد آیین نامه شدند، اقدام به اصلاح آن نکردید؟ تصریح کرد: ما با ریاست فدراسیون و دیگر دوستان جلسه داشتیم و گفتند آیین نامه را تغییر ندهیم اما یک انتخابی دیگر بگذاریم تا حقی از کسی ضایع نشود و هر کسی که می خواهد بیاید بازی کند اما دو نفر خودشان نامندم و ما این کار را کردیم تا همه شانس داشته باشند و اگر آیین نامه ایرادی داشته در این صورت آن را رفع کنیم.

او در مورد ترکیب تیم ملی برای بازی های کشورهای اسلامی، بازی های آسیایی و قهرمانی تیمی جهان گفت: ترکیب تیم متشکل از بازیکنان باتجربه و جوان است. امیر حسین هدایی بازیکن جوان و با انگیزه ای است که به همراه نوشاد و نیما و افشین نوروزی تیم خوبی تشکیل داده اند.

وی ادامه داد: سروش امیری نیا برای اولین بار به عضویت تیم ملی در آمد. او بازی های خوبی در لیگ و انتخابی تیم ملی انجام داد و با شایستگی به تیم ملی راه یافت. امیدوارم تا رویدادهای پیش رو تدارکات خوبی برایشان فراهم کنیم و تمرینات خوبی داشته باشند و در نهایت به بهترین نتیجه برسند.



جهانی و کشوری را دارا هستند. به گفته زاده باقری، نایبانیان و کم بینانیان در واقع یک برش خاصی از جمعیت جامعه محسوب می شوند که در بین آنها قهرمان ملی و بین المللی حضور دارند.

او افزود: همین موضوع انگیزه ما را در چندان کرده است که ما بیشتر بتوانیم از آن ها حمایت کنیم. زاده باقری خاطرنشان کرد: حمایت های معنوی و مالی از آمادگی برای مسابقات کشوری و آسیایی و پارالمپیک در پیش خواهیم داشت و همچنین موسسه ما یکی از کارهایی را که موجب برکت کار خود می داند حمایت از تمام کودکان بی بضاعتی است که در سطح استان فارس وجود دارند.

سپهر حیدری:

هیچ شکی به قهرمانی پرسپولیس ندارم



اشتباه کردند و نباید یک بازیکن را مقصر قلمداد کنیم. وقتی تیم گل می خورد همه مقصر هستند. با این حال پرسپولیس چند فرصت خوب داشت اما به گل تبدیل نشد. حیف شد که پرسپولیس باخت و در زمان بدی باخت. دیگر تا آخر لیگ پرسپولیس

پیشکسوت تیم فوتبال پرسپولیس می گوید با وجود اختلاف ۶ امتیازی این تیم با صدر جدول، باز هم قهرمان خواهد شد.

سپهر حیدری در گفت و گو با ایسنا، درباره شکست ۲ بر صفر پرسپولیس برابر صنعت نفت آبادان در هفته بیست و یکم لیگ برتر فوتبال ایران اظهار کرد: واقعا تیم که گل بد می خورد باعث تأسف است اما اینکه بخواهیم تقصیرها را به گردن حامد لک بیندازیم بی انصافی است. شاید بازیکنی بیشتر از سایرین مقصر باشد اما نباید او را تحت فشار گذاشت. وقتی در یک بازی حریف به دنبال این است شایستگی های خود را به نمایش بگذارد، شما جای اشتباه کردن ندارید. وقتی دقیقه ۶ اشتباهی صورت می گیرد حتما دروازه بان تیم و بازیکنان تحت فشار قرار می گیرند.

وی افزود: در طول بازی فقط یک بار در نیمه اول و یک بار هم در دقیقه ۴۵ روی دروازه پرسپولیس آمدند و به گل رسیدند. روی گل دوم هم پرسپولیس گل بدی خورد. مهدی ترابی تعادل خود را از دست داد و در ادامه روی یک پاس بازیکن حریف دروازه پرسپولیس را باز کرد. روی این صحنه خیلی ها

آینده باز هم امتیاز از دست خواهد داد و فرصت برای پرسپولیس ایجاد می شود که به صدر جدول برسد. پرسپولیس اگر می خواهد جام بگیرد باید خودش باشد و دیگر امتیاز از دست ندهد.

حیدری در ادامه درباره عملکرد تیمیرو فرهادی جدید پرسپولیس هم گفت: او بازیکن باهوشی است که به خوبی می داند در چه زمانی کجا باشد. باید به این بازیکن زمان بدهند تا بتواند شرایط خوب خود را نشان دهد. او بازیکن با کیفیتی است. اینکه به خوبی شسوت زنی می کند نشان می دهد که بازیکن باهوشی است.

وی همچنین گفت: وقتی از دفاع تیم صحبت می کنیم همه به دو دفاع میانی نگاه می کنند اما وقتی چند بازیکن از تیم جدا می شوند ساختار دفاع تیمی به هم می خورد. باید بپذیریم که جدایی برخی بازیکنان روی دفاع تیمی پرسپولیس تأثیر گذاشته است و تیم از آن هماهنگی خارج شده است.

وی در پایان گفت: با همه این شرایط و اینکه پرسپولیس ۶ امتیاز از صدر جدول فاصله دارد، من باز هم هیچ شکی به قهرمانی پرسپولیس ندارم و مطمئن هستم این تیم باز هم قهرمان خواهد شد.



کسی که سه خصلت در او باشد، خداوند خیر دنیا و آخرت را برای او فراهم می‌کند: خوشنودی به مقدرات، صبر در بلا و دعا در سختی و راحتی.

پیامبر اکرم (ص)

صاف همراه با غبارصبحگاهی در بعضی ساعات ورزش باد

واکنشی به حواشی فیلم مهرجویی: سینما محکمه نیست!

رییس انجمن منتقدان و نویسندگان سینمای ایران در پی حواشی بوجود آمده برای فیلم «لامینور» داریوش مهرجویی و حذف آن از اکران نوروزی با وجود داشتن پروانه نمایش متنی را منتشر کرد.

جعفر گودرزی در این متن که در اختیار ایسنا گذاشت، نوشت: «آن طور که من متوجه شده و در جریان قرار گرفته ام، مشکل فیلم "لامینور" اصلاح و حذف چند پلان و تک خوانی زن فیلم است.

اما مساله اساسی تر اینکه فیلم "لامینور" آخرین ساخته استاد داریوش مهرجویی علی رغم داشتن پروانه نمایش باز هم مورد بازبینی برای صدور پروانه نمایش مجدد قرار گرفته و به مشکل جدیدی برخورده که این اتفاق در نوع خودش جالب و نوبر است.

متأسفانه مشکل اساسی این است که سینمای ما و خصوصا مسوولان از گفتگو و دیالوگ که از ارکان سینماست به شدت دورند و حتی راه و رسم گفتگو و دیالوگ را هم نمی‌دانند و برای همین در هر مساله‌ای سینما را وارد بحران تازه‌ای می‌کنند و بعد کاسه چه کنیم، چه کنیم دستشان می‌گیرند و فقط نظاره گر می‌شوند.

مسوولان سینمایی اگر فیلم "لامینور" علی رغم داشتن پروانه نمایش، به نظرتان مشکلی دارد چرا در یک جلسه و محفل درست و مصمیمانه با فیلمساز و تهیه کننده اش نخواستید به یک تامل و راهکار درست برسید؟! چرا حکم صادر کردن که ساده ترین کار است را انتخاب کردید؟

چرا نمی‌خواهید بپذیرید که سینما محکمه نیست و شما هم قاضی نیستید.

فیلمسازی چون مهرجویی که اعتبار سینمای ماست؛ چه قبولش داشته باشید چه نداشته‌اشید گوهری برای سینمای ایران است و همین که در این سینما نفس بکشند، نفس‌های سینما کمتر به شماره می‌افتد و از حضور و قطعا سینما از تنفس ایشان جان می‌گیرد. احترام به شان، جایگاه، حریم، حرمت و منزلت ایشان احترام به ذات سینماست. شما وقتی با مهرجویی‌ها که پشتوانه سینماست نمی‌دانید(و شاید نمی‌خواهید) چگونه رفتار کنید وای به حال دیگر اهالی سینما. سینمای ما با در نظر گرفتن همین پشتوانه‌هاست که همراه درگیر بحران‌های متعدد و گاه لاینحل است.

یادتان باشد بحران در هیچ دوره‌ای سینماگران ما نبوده‌اند بلکه مسوولان سینما بوده‌اند چرا که همواره با سینما به عنوان یک فرزند ناخواسته رفتار کرده‌اند و با این نگاه تکلیف سینماگران و هنرمندان هم کاملا مشخص است.

بحران مدیریت مساله مهم و حیاتی است که روح و جان و جسم سینمای ما را زده ذره نابود کرده و می‌کند.

اظهار نظرهاى سلیقه‌ای و غیرکارشناسانه و مدیریت نکردن فضا و شرایط توسط مسوولان سینمایی بالای جان سینمای تحیف ما شده است.

امروزه سینمای جهان در حال تغییرات اساسی است و هر روز مرزهای نویی را در



عصر شعر «در سایه‌سار سرو» در شیراز برگزار می‌شود

محل ادبی قند پارسی اداره کل کتابخانه‌های عمومی فارس به مناسبت اعیاد شیبانی و سالروز تأسیس نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور ویژه برنامه «در سایه‌سار سرو» را برگزار می‌کند.

محل ادبی قند پارسی به مناسبت اعیاد شیبانی و سالروز تأسیس نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور ویژه برنامه عصر شعر «در سایه‌سار سرو» را روز سه شنبه ۱۷ اسفندماه برگزار می‌کند.

این برنامه با حضور غلامرضا کافی دبیر محفل ادبی قند پارسی و با سخنرانی محمد مرادی عضو هیات علمی دانشگاه شیراز برگزار می‌شود. همچنین سیدمهدی موسوی نیا، شهید روستایی فارسی، اعظم قلندری، فاطمه فاضلی، بهنام خسروانی، نجمه آرمان، فاطمه احمدیان، اصغر پرویزی، محمدعلی شیماوی، سارا رضائی، محمد خالقی، مژده قوهرستانی، اینازالسادات موسوی فارسی، مهدی دهقان فارسی، هدیه حسینی، ساره امیری و سحر تندرو به شعرخوانی خواهند پرداخت.

علاقه مندان به شعر و ادب پارسی می‌توانند روز سه شنبه ۱۷ اسفند ماه ساعت ۱۶ با استفاده از لینک /skyroom.online/ مهمان این ویژه برنامه باشند



رمان «ایمان مریم» در شیراز منتشر شد

رمان «ایمان مریم» با الهام از زندگی مریم رحیمی پرستار شهید شیرازی مدافع سلامت منتشر شد.

به گزارش خبرنگار مهر، این رمان نوشتار، تازه ترین اثر بیژن کیا است که با حمایت گروه‌های همکار عملدار جهاد باهدف انعکاس هنرمندانه ایثار و فداکاری کادر درمان در مقاله با کرنا توسط نشر عصرصداقت منتشر شده است.

رمان ایمان مریم جمعه بیستم اسفندماه باحضور خانواده شهید و مردم شهید پرور و جمعی از مسئولین و هنرمندان شیراز در موبک عیدانه جهادی‌ها واقع در بلوار چمران رونمایی می‌شود.

بیژن کیا در گفتگو با خبرنگار مهر توضیح داد: این اثر یک رمان چند صدایی است که از روز بد تا شهادت شهید رحیمی آغاز می‌شود.

وی با اشاره به اینکه قالب‌هایی چون روایت و خاطره و زندگی نامه در کتاب‌های شهیدا معمول تراست درخصوص قالب این اثر که از محدود رمان‌هایی که در سطح کشور درباره شهدای مدافع سلامت نگاشته شده، گفت: من رمان را ترجیح می‌دهم چون فضای مناسبی برای گفتگوی متن و مخاطب ایجاد می‌کند. رمان قابلیت‌های زیادی دارد. خلق کلان جهان داستانی، قابلیت ترجمه، غنای ادبی به همراه اندیشه مندی آن از جمله مواردی است که رمان را شاخص می‌کند.

وی یادآور شد: به نظرم شهدای مدافع سلامت نه تنها از سلامت جسم که از سلامت اخلاق جامعه دفاع کردند و نشان دادند علیرغم تمامی‌ها و اگرها هنوز هم هستند انسان‌هایی که گوهر انسانیت را در کشاکش سختی‌ها حفظ می‌کنند. با وجود چنین انسان‌های ارزشمندی همه وظیفه داریم یاد و خاطره آنها را حفظ کنیم و نگذاریم که سادگی ایثارگری‌های مدافعان سلامت به فراموشی سپرده شود.

ه گزارش مهر رمان ایمان مریم در ۳۰۸ صفحه با تصویرگری منحصر به فرد از زبان شهید و همسر و نوزادش و برخی شخصیت‌هایی که مخلوق ذهن نویسنده در رمان هستند، روزهای بعد از شهادت این پرستار شاکوکار را روایت می‌کند.

این رمان که در کتابفروشی‌های معتبر شیراز عرضه می‌شود، در بدو انتشار به خانواده شهید تقدیم شده و مورد استقبال آنها قرار گرفته است.

جشن کتاب ۱۴۰۱ در فارس برگزار می‌شود

افزافه کرد: کانون «شهید رایجی» کازرون در رواق همدلی و کمک‌های میثتی منتخب شد و در بحث رواق کتاب از شهر کازرون، کانون «سیدالشهدا (ع)» منتخب شد.

او تأکید کرد: در رواق فناوری، کانون «شهید حسین عبداللهی» شیراز حائز منتخب شد و در این رواق ابتکارات بچه‌های مسجدی در فناوری‌های روز، نرم افزارهای مختلف و ... محوریت دارد که نمونه آن کانون مسجد «سیدالشهدا (ع)» شهر کجوادیه شیراز است که در رواق فناوری عملکرد مطلوبی دارد.

مدیر ستاد کانون‌های فرهنگی هنری مساجد فارس با اشاره به برگزاری رویداد «فهما» هم گفت: این رویداد، مسابقه‌ای بین تمام کانون‌های مساجد کشور است که امسال برای سومین سال برگزار شد و شاهد برتری این کانون‌های فرهنگی هنری مساجد فارس در آن بودیم.

امیدی ادامه داد: در سطح استان یک هزار و ۲۵۲ کانون فرهنگی مسجد داریم و تعداد اعضای ثبت شده این کانون‌ها ۸۲ هزار و ۲۸۴ نفر است و همچنین در مساجد استان ۶۸۰ کتابخانه داریم که یک هزار و ۲۴۰ نفر اعضای ثابت کتابخانه‌ها هستند.

او تأکید کرد: برخی از این کتابخانه‌ها با کتابخانه‌های عمومی استان رقابت می‌کنند و دارای تنوع موضوعی هستند که نمونه آن کتابخانه مسجد «حضرت ابوالفضل (ع)» واقع در پشت باغ جنت شیراز است.

امیدی عنوان کرد: در سالی که گذشت سه شنبه‌های تکریم با هدف بزرگداشت خانواده‌های معظم شهدای استان



برچسب زرد زدن برای کوییدن اثر

سیدرضا حسینی می‌گوید: برخی برای این که اثر، مترجم یا نویسنده را بگویند، به آن برچسب زرد بودن می‌زنند تا به این وسیله کتاب را از دور خارج کنند که نه می‌توانند و نه کار درستی است. او همچنین بیان می‌کند: ما مترجمان هم مجبوریم و هم خودمان اشتیاق داریم تا کاری که انتخاب می‌کنیم و چند ماه زمان برای ترجمه‌اش می‌گذاریم، خوانده شود.

این مترجم در گفت‌وگو با ایسنا درباره معیارهای انتخاب کتاب برای ترجمه که به نظر می‌رسد به سمت کتاب‌های پرفروش رفته‌اند، اظهار کرد: من به عنوان مترجم خیلی دستم باز نیست که سراغ هر کتابی بروم. برای کتابی که انتخاب می‌کنم باید ناشری هم پیدا کنم. در واقع ناشر تعیین می‌کند سراغ چه‌چهر کتابی بروم. ممکن است من کتابی را دوست داشته باشم و حتی ترجمه‌اش هم بکنم اما هیچ ناشری حاضر نباشد روی آن سرمایه‌گذاری کند، ناشر مبلغ زیادی را بر روی کتاب سرمایه‌گذاری می‌کند و انتظار دارد که سرمایه‌اش برگردد، ناشرانی که ما با آن‌ها کار می‌کنیم، ناشر دولتی نیستند بلکه ناشرانی هستند که خودشان سرمایه‌گذاری می‌کنند و انتظار دارند سرمایه‌شان برگردد تا بتوانند به کار خود ادامه دهند. یکی از دلایلی که می‌شود گفت مترجمان به تبعیت از ناشران سراغ کتاب‌های پرفروش می‌روند، این است.

او سپس با تأکید بر این که پرفروش بودن الزاما به معنای بد بودن اثر نیست، گفت: کتاب‌هایی را که ما انتخاب می‌کنیم، کتاب‌هایی هستند که با استقبال خیلی زیاد مخاطب روبرو شده‌اند و زمانی که کتابی با استقبال روبرو می‌شود، حتما حداقل‌هایی دارد که توانسته توجه عموم مخاطبان را به خود جلب کند و مردم سراغش رفته‌اند. از نویسندگانی ترجمه می‌کنیم که تا حدودی شناخته شده‌اند و یا با آن کتاب برگردن‌ها می‌شوند؛ مثلا کتاب «خاک آمریکا» که من ترجمه کرده‌ام نویسنده‌اش با این کتاب در کل دنیا شناخته شده است.

شده است.

حسینی خاطر نشان کرد: ما مترجمان هم مجبوریم و هم خودمان اشتیاق داریم کاری را که انتخاب کرده و چند ماه زمان برای ترجمه‌اش می‌گذاریم، بالاخره خوانده و برایش مخاطب پیدا شود نه از نظر اقتصادی بلکه جنبه‌های دیگری هم هست. خود من دوست دارم کاری که روی آن وقت می‌گذارم و ترجمه می‌کنم، خوانده شود و مخاطب داشته باشد، نمی‌گویم به چاپ‌های بالا برسد ولی حداقل روی دست ناشر نماند. اگر کتاب بماند جدا از این که ناشر متضرر می‌شود، من هم به عنوان مترجم انگیزه‌ام را برای ترجمه از دست می‌دهم.

او با اشاره به وضعیت بازار کتاب گفت: وضعیت حادی که الان به وجود آمده باعث شده ناشران سراغ کارهایی بروند که پرفروش‌اند و این موضوع باعث رقابت بین آن‌ها می‌شود، این رقابت موجب می‌شود کیفیت از بین برود. به عینه دیده‌ام تا کتابی در خارج از کشور بیرون می‌آید و موفق می‌شود ناشر سه چهار مترجم را به کار می‌گیرد تا کتاب را در کمترین زمان ممکن ترجمه کنند و آن را با کیفیت بد بیرون می‌دهد. مترجمی که مدت طولانی‌ای برای کتاب وقت بگذارد، زمانی که کتابش منتشر شود، بیات می‌شود و از نو بودن و تازگی می‌افتد. در حین کار ناشر این نگرانی را دارد که ناشر دیگری زودتر از او کتاب را منتشر کند و به مترجم فشار می‌آورد و این موضوع باعث می‌شود مترجم نتواند با ذهن باز کار خود را انجام دهد و کیفیت از بین می‌رود. در نهایت هم دو سه ناشر همان کتاب را بیرون می‌دهند و این موضوع باعث می‌شود هم انگیزه ناشر از بین برود و هم کارهای خوب کمتر دیده شوند. وزارت ارشاد به تنها چیزی که اهمیت نمی‌دهد، کیفیت کار است. برای همین به هر کتابی با هر کیفیت و هر ترجمه‌ای مجوز می‌دهند و هم‌زمان از یک کتاب شش