



پروژه‌هایی که حال مردم را خوب می کنند
به نشانه ی خدا قوت و خسته نباشید، دست شهردار شیراز که بر بازوی کارگر پروژه پیاده راه استاد محمدرضا شجریان خورده، خاک بلند می‌شود ...



چاره‌ای جز تشدید محدودیت‌ها و تقویت نظارت‌ها نداریم
جانشین استاندار فارس در ستاد استانی مدیریت بیماری کرونا گفت: با شروع موج سهمگین چهارم کرونا در استان، چاره‌ای جز تشدید ...



سه هزار و ۴۶۷ نفر برای انتخابات شوراهای روستا در فارس ثبت نام کردند
معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری فارس و رئیس ستاد انتخابات این استان گفت: از ابتدای آغاز ثبت نام داوطلبان انتخابات ...

گزارش «عصر مردم» از بازدید شهردار و خبرنگاران از پیاده راه استاد شجریان در شیراز؛

پروژه‌هایی که حال مردم را خوب می کنند

نیاز به تعالی بخشی داریم تا حال مردم و شهر خوب شود



احمد رضا سهرابی

به نشانه ی خدا قوت و خسته نباشید، دست شهردار شیراز که بر بازوی کارگر پروژه پیاده راه استاد محمدرضا شجریان خورده، خاک بلند می‌شود، به امید آنکه با اجرای پروژه‌های انسان محور، خاک از چهره عبوس شهر هم گرفته شود.

حیدر اسکندریور بسیار امید دارد که به تعبیر خودش با کیفیت بخشی به پروژه‌های شهری، حال مردم را خوب کند. روز گذشته (صبح جمعه) در جریان بازدید خبرنگاران از پروژه پیاده راه استاد محمدرضا شجریان با طرح این پرسش که چرا برخی چنین فکر می‌کنند که پروژه‌هایی چون ایجاد پیاده راه، فانتزی است؟ تصریح کرد : در شهر همانگونه که به زیر ساخت‌های عمرانی نیاز داریم به ایجاد فضاهای کیفیت بخش هم نیاز داریم و این نیاز و مطالبه مردم است.

شهر شیراز تاکید کرد : مردم از آپارتمان نشینی و زندگی در فضاهای کبریتی و همچنین مشکلات روحی و اقتصادی خسته شده اند و انتظار دارند حداقل در شهر، با دیدن پروژه‌های انسان محور حالشان خوب شود. اسکندریور بر این نکته هم تاکید کرد که توسعه لزوما ارتقای کیفی زندگی را در بر ندارد و ما نیاز به تعالی بخشی داریم تا حال مردم و شهر خوب شود. او تصریح کرد اولین اقدام در این زمینه ایجاد فضاهای عمومی در شهر در جهت کیفیت بخشی است.

شهردار شیراز در همین رهگذر که عملیات اجرایی مسیر سه کیلو متری پیاده راه استاد شجریان (حداقلص خیابان شاهد- تقاطع غیر همسطح معالی آباد) اشاره کرد و گفت : در این پروژه با اعتماد به جوانان طراح و مجری، مسیر به گونه ای تعریف شده که طرح قابل رقابت در مسابقات بین المللی است.

جانشین استاندار فارس در ستاد استانی مدیریت بیماری کرونا:

چاره‌ای جز تشدید محدودیت‌ها و تقویت نظارت‌ها نداریم

۳ و ۴ باید تعطیل باشند و سازمان صمت فارس باید در این زمینه اقدام کند.

معاون استاندار فارس همچنین با بیان اینکه دوباره باید همیاران سلامت را شکل دهیم، عنوان کرد: مراسمات ماه رمضان در شهرهای با وضعیت قرمز و نانچگی تعطیل است و در وضعیت زرد و آبی به تشخیص ستاد استانی گذاشته شده است همچنین طرح شهید سلیمانی با هدف غربالگری مستمر و محله‌محور اجرا می‌شود.

کرونا با بیان اینکه با شروع موج سنگین کرونا باید یکسری موارد تعیین تکلیف شوند چون آمارها بی سابقه است، گفت: هیچ زمانی نظارت‌ها تعطیل نشده است. به گفته قاسمیور، ۳۷۰ هزار خودرو تاکنون مشمول ممنوعیت شبانه و ورود و خروج و جریمه شدند.همچنین ۸۷۰۰ از واحد متخلف هم تعطیل شدند.

او اضافه کرد: پیشنهاد تعطیلی دو هفته‌ای، جریمه سنگین‌تر و تعطیلی ادارات غیرضرور و دورکاری کارمندان داده شده و در وضعیت قرمز شیراز مشاغل ۲

برپایی مراسم ختم و عروسی را از مصوبات چند جلسه اخیر این ستاد استانی ذکر کرد. او همچین نظارت‌بر رعایت پروتکل‌ها در محیط‌های اداری، مدیریت اصناف توسط اتاق اصناف، استفاده از ظرفیت پزشکان مشمول و سرباز در ساعات غیرموظف، فرهنگسازی رعایت دستورالعمل‌ها و تبلیغات محیطی توسط صدا و سیما، رسانه‌ها و شهرداری، تداوم واکسیناسیون و ...را از دیگر مصوبات عنوان کرد.

جانشین استاندار فارس در ستاد استانی مدیریت بیماری

ایستا: جانشین استاندار فارس در ستاد استانی مدیریت بیماری کرونا گفت: با شروع موج سهمگین چهارم کرونا در استان، چاره‌ای جز تشدید محدودیت‌ها و تقویت بازرسی و نظارت‌ها نداریم. عبدالرضا قاسمیور بعدازظهر پنج‌شنبه ۱۹ فروردین در ستاد استانی مدیریت بیماری کرونا در فارس، تشدید بازرسی و نظارت‌ها، اعمال محدودیت‌های هوشمند برابر با رنگبندی شهرها، آمادگی همه نهادهای مراکز درمانی، پیش‌بینی از بیمارستان‌ها و برخورد با عاملین

۳۰۰ گروه ویژه اجرای محدودیت‌های کرونایی در فارس را نظارت می کنند

و این دفتر مشمول تعطیلی و محدودیت‌ها نیز نشده و دورکاری را نیز اعمال نمی کنند که باید برای فعالیت این مراکز تصمیم گیری جی شود. استوار میمندی گفت: بعضی ادارات فارس نیز در اعمال دورکاری کارگتنان سخت گیری و در برابر اجرای آن مقاومت می کنند و همچنین بعضی باشگاه‌های ورزشی نیز بصورت زیرزمینی فعالیت کرده که نظارت‌ها در این خصوص طی هفته پیش رو تشدید خواهد شد.

استانداری فارس اضافه کرد: با هدف افزایش نظارت‌ها تعداد ۱۱۲ خودرو از دستگاه‌های اجرایی فارس تقاضا شده که این انتظار وجود دارد که روند در اختیار گذاشتن این خودروها شتاب گیرد. وی در ادامه بیان کرد: در شرایط کنونی که وضعیت بسیاری از شهرهای استان فارس قرمز است فعالیت دفاتر استاد رسمی‌مشکلاتی را در این استان بوجود آورده بتجوی که در این مراکز ازدحام جمعیت وجود دارد

موج‌های گذشته حدود ۱۸ درصد کاهش پیدا کرده است. وی با بیان اینکه ۳۰۰ گروه ویژه بازرسی و نظارت بر اجرای محدودیت‌های کرونایی در سطح این استان تشکیل شده‌گفت: در سطح کلانشهر شیراز نیز ۲۴ گروه نظارت و بازرسی تشکیل و از روز چهارشنبه ۱۸ فروردین ۱۴۰۰ کار خود را آغاز کرده اند.

رئیس دفتر مدیریت عملکرد، بازرسی و امور حقوقی

ایرنا: رئیس دفتر مدیریت عملکرد، بازرسی و امور حقوقی استانداری فارس گفت: ۳۰۰ گروه بازرسی و نظارت بر اجرای محدودیت‌های کرونایی در سطح استان فارس تشکیل شده و بر چگونگی اجرای محدودیت‌ها نظارت می‌کنند. ابراهیم استوار میمندی روز جمعه در گفت و گو با ایرنا افزود: براساس ارزیابی‌های انجام شده میزان رعایت شهروندان این استان برای پیشگیری از کرونا به نسبت

سه هزار و ۴۶۷ نفر برای انتخابات شوراهای روستا در فارس ثبت نام کردند

دیلیم، لیسانس و فوق لیسانس هستند. رئیس ستاد انتخابات فارس بیان کرد: از مجموع ۲۶۵ نفری که در سه روز نخست اقدام به نام‌نویسی کرده‌اند ۹۸ نفر مربوط به شهرستان شیراز است که از این میان ۹۰ نفر آقا و هشت نفر از خانم‌ها هستند.

احمدی‌زاده، استقبال از شیوه غیر حضوری و مکانیزه ثبت نام در این دوره را خوب ارزیابی کرد و

۲۲۲ نفر خاتم هستند و بیشترین افراد نیز با یک هزار و ۹۴۲ نفر دارای شغل آزاد هستند. وی ادامه داد: سن ۲۵۵ نفر از داوطلبانی که اقدام به نام‌نویسی کرده‌اند زیر ۳۰ سال و سن ۱۴ نفر نیز ۷۵ سال به بالا بوده است.

اقدام به نام‌نویسی کردند.

۶۵۵ نفر دارای تحصیلات ابتدایی، ۱۶ نفر جزووزی، ۲ نفر دکترا و مابقی نیز دارای مدارک تحصیلی

ایرنا: معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری فارس و رئیس ستاد انتخابات این استان گفت: از ابتدای آغاز ثبت نام داوطلبان انتخابات شوراهای اسلامی روستا در این استان (دوشنبه ۱۶ فروردین) تا ساعت ۱۸ پنجشنبه نوزدهم، سه هزار و ۴۶۷ نفر اقدام به نام‌نویسی کردند.

سید احمد احمدی‌زاده، روز جمعه در گفت و گو با ایرنا افزود: از این تعداد سه هزار و ۳۳۵ نفر آقا و

ایرنا: با آغاز فصل زاد و ولد حیات وحش فارس ؛ بازدید و کوهنوردی در پارک‌های ملی بمو، قطرویه و بختگان به دلیل آغاز فصل زاد آوری، تا نیمه خرداد ممنوع است.

لیلا جولایی، رئیس اداره نظارت بر امور حیات وحش اداره کل حفاظت محیط زست استان فارس روز جمعه اعلام کرد : با توجه به آغاز فصل زایش حیات وحش و به منظور فراهم آوردن محیطی امن برای زاد و ولد وحوش صدور مجوز بازدید و کوهنوردی در پارک‌های ملی بمو، قطرویه و بختگان تا ۱۵ خرداد میسر نخواهد بود.

جولایی در این باره بیان کرد: از طبیعت گردان و کوهنوردان درخواست می‌شود در سایر مناطق استان نیز با رعایت اصول طبیعت گردی از جابجا کردن نوزادان حیات وحش خودداری و تمهیدات لازم را به منظور حفظ آرامش منطقه و حیات وحش به عمل آورند.وی افزود: همچنین در صورت مشاهده و اطلاع از زنده گیری نوزادان حیات وحش موضوع را در اسرع وقت به ادارات حفاظت محیط زیست استان اطلاع دهند.

پارک ملی بمو شیراز در فاصله ۱۰ کیلومتری شمال این شهر،منطقه حفاظت شده قطرویه واقع در شهرستان نی ریز در فاصله ۲۱۷ کیلومتری شرق شیراز زیستگاه حیات وحش و رویشگاه گیاهان است.

پارک ملی و پناهگاه حیات‌وحش بختگان نیز در شمال غرب شهر نی‌ریز و ۷۰ کیلومتری آن قرار دارد و در سال ۱۳۵۴ خورشیدی به عنوان پناهگاه حیات‌وحش مصوب شد و بخشی از شمال دریاچه بختگان را در بر می‌گیرد.

شهردار شیراز پیشنهاد داد؛ اعمال محدودیت‌های کوتاه مدت در شیراز

ایستا: شهردار با اشاره به شرایط خاصی که در فارس ایجاد شده، تاکید کرد: باید محدودیت‌های جدی در کوتاه مدت را بپذیریم و فضا را مدیریت کنیم.

حیدر اسکندریور بعد از ظهر پنج‌شنبه ۱۹ فروردین در نشست ستاد استانی مدیریت بیماری کرونا در فارس بیان کرد: اگر محدودیت‌های جدی اعمال نشوند، در طولانی مدت این شرایط ادامه پیدا می‌کند. او افزود: در شهرداری شیراز برنامه ریزی‌های لازم انجام شده و آمادگی لازم برای اجرای تصمیم در خصوص چگونگی فعالیت ناوگان حمل و نقل و عمومی داریم.

شهردار شیراز با بیان اینکه دورکاری یک سوم در مجموعه‌های مختلف شهرداری طی روزهای گذشته اعمال شده است، اظهار کرد: مراجعه مردمی به واحدهای اداری برای ما مشکل شده است و باید فکری به حال آن کرد.

اسکندریور مجدداً با اعلام آمادگی شهرداری برای همکاری با دانشگاه علوم پزشکی به لحاظ پشتیبانی و لجستیکی، تصریح کرد: اگرچه تصمیم گیری بر عهده ستاد ملی است اما تا دیر نشده کنترل‌ها در شیراز افزایش یابد.

کرونا ، متروی شیراز را دوباره تعطیل کرد

عصر مردم:



مدیرکل ارتباطات و امور بین الملل شهرداری شیراز گفت: بنا به مصوبه ستاد استانی بیماری کرونا و دستور شهردار شیراز به منظور پیشگیری از شیوع ویروس کرونا از روز شنبه ۲۱ فروردین خدمات رسانی متروی شیراز *تعطیل* و ناوگان اتوبوس درون شهری این کلانشهر تا اطلاع ثانوی با *محدودیت* روبرو است.

حمید کورکش با بیان اینکه به منظور کاهش بیماری مجبور به ایجاد محدودیت‌های کرونایی هستیم افزود: فقط اتوبوس‌هایی که در مسیر شهرک‌های حاشیه شهر شیراز تردد می‌کنند امکان اجازه فعالیت داشته که در همین راستا و به جهت حمایت از اقشار آسیب پذیر و همشهریان گرمی که از شهرک‌ها برای انجام کارهای ضروری به مرکز شهر مراجعه می‌کنند، خدمات رسانی اتوبوسرانی از بین شهرک‌ها تا پایانه‌های اصلی شهر ارائه می‌شود

ورود به پارک‌های ملی بمو، قطرویه و بختگان فارس تا نیمه خرداد ممنوع است



ایرنا: با آغاز فصل زاد و ولد حیات وحش فارس ؛ بازدید و کوهنوردی در پارک‌های ملی بمو، قطرویه و بختگان به دلیل آغاز فصل زاد آوری، تا نیمه خرداد ممنوع است.

لیلا جولایی، رئیس اداره نظارت بر امور حیات وحش اداره کل حفاظت محیط زیست استان فارس روز جمعه اعلام کرد : با توجه به آغاز فصل زایش حیات وحش و به منظور فراهم آوردن محیطی امن برای زاد و ولد وحوش صدور مجوز بازدید و کوهنوردی در پارک‌های ملی بمو، قطرویه و بختگان تا ۱۵ خرداد میسر نخواهد بود.

جولایی در این باره بیان کرد: از طبیعت گردان و کوهنوردان درخواست می‌شود در سایر مناطق استان نیز با رعایت اصول طبیعت گردی از جابجا کردن نوزادان حیات وحش خودداری و تمهیدات لازم را به منظور حفظ آرامش منطقه و حیات وحش به عمل آورند.وی افزود: همچنین در صورت مشاهده و اطلاع از زنده گیری نوزادان حیات وحش موضوع را

در اسرع وقت به ادارات حفاظت محیط زیست استان اطلاع دهند.

پارک ملی بمو شیراز در فاصله ۱۰ کیلومتری شمال این شهر،منطقه حفاظت شده قطرویه واقع در شهرستان نی ریز در فاصله ۲۱۷ کیلومتری شرق شیراز زیستگاه حیات وحش و رویشگاه گیاهان است. پارک ملی و پناهگاه حیات‌وحش بختگان نیز در شمال غرب شهر نی‌ریز و ۷۰ کیلومتری آن قرار دارد و در سال ۱۳۵۴ خورشیدی به عنوان پناهگاه حیات‌وحش مصوب شد و بخشی از شمال دریاچه بختگان را در بر می‌گیرد.

توقف اقامه نماز جمعه در تمام شهرستان‌های فارس

مدیر نمایندگی شورای سیاست‌گذاری ائمه جمعه فارس با اشاره به وضعیت شیوع کرونا در شهرستان‌های این استان گفت: نماز جمعه این ...



املاک خود را در سامانه اسکان ثبت کنید

مهندس زاهدی مدیر کل راه و شهرسازی فارس گفت : از ۱۹ فروردین ماه همه مردم باید اطلاعات املاک خود را در سامانه املاک ...



افزایش روزافزون بیماران کرونایی در فارس

اعلام آمادگی بیمارستان‌های بخش خصوصی برای پذیرش بیماران کووید۱۹



عصرمردم:

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز، از آمادگی بیمارستان‌های بخش خصوصی، خیریه و نهادهای برای پذیرش بیماران کووید۱۹ خبر داد.

دکتر «اورنگ ایلامی» گفت: با توجه به شروع موج چهارم بیماری کووید۱۹ در کشور و استان، در طی ۲۴ ساعت گذشته ۳۵۹ بیمار جدید در بیمارستان‌های استان فارس بستری شدند که با افزوده شدن این بیماران، تعداد موارد بستری در بیمارستان‌های استان در حال حاضر به هزار و ۶۵۴ بیمار رسیده است و از این تعداد، ۲۱۷ بیمار به دلیل وخامت شرایط جسمی، در بخش های ، ICU مراقبت‌های ویژه درمانی دریافت می کنند.

او افزود: متأسفانه از چند روز گذشته موارد مرگ و میر بیماران کووید۱۹ در فارس دو رقمی شده و در ۲۴ ساعت گذشته نیز ۱۱ هم استانی دیگر به دلیل ابتلا به کروناویروس جان خود را از دست دادند.

معاون درمان دانشگاه با اشاره به سه رقمی شدن ورودی بیماران کووید۱۹ و چهار رقمی شدن موارد بستری در بیمارستان‌های استان اضافه کرد: تمام این آمارها نشان دهنده افزایش سریع و رو به افزایش کروناویروس در استان است.

دکتر ایلامی ادامه داد: در حال حاضر بیشتر ظرفیت تخت‌های بستری بیمارستان‌های مرجع کووید۱۹ فارس تکمیل شده و تخت‌های بیمارستان‌های دولتی غیرکرونا نیز به بستری بیماران مبتلا به کرونا اختصاص داده شده که این تخت‌ها نیز در روزهای گذشته پر شده اند؛

به همین دلیل در نشست‌هایی که با حضور روسای بیمارستان‌های خیریه، خصوصی و وابسته به نهادهای و همچنین با سازمان نظام پزشکی داشتیم، مقرر شده تا از ظرفیت تخت‌های بستری در این بیمارستان‌ها نیز برای پذیرش و بستری بیماران کووید۱۹ استفاده شود.

او بیان کرد: در همین راستا بیمارستان‌های خیریه پیوند و کوثر، بیمارستان‌های مسلمین و شهید بهشتی وابسته به نهادهای و سازمان‌ها و همچنین بیمارستان‌های خصوصی بعثت، مرکزی، دنا و اردیبهشت، مانند موج‌های پیشین کروناویروس با اختصاص قسمتی از ظرفیت خود برای خدمت‌رسانی به مردم استان و بیماران کووید۱۹ آمادگی دارند و بیماران می‌توانند برای دریافت خدمات درمانی مرتبط با کروناویروس به این بیمارستان‌ها مراجعه کنند.

معاون درمان دانشگاه همچنین از راه اندازی بیمارستان پشتیبان با

حجت‌الاسلام حسین ملک مکان مطرح کرد:

توقف اقامه نماز جمعه در تمام شهرستان‌های فارس



بنا بر این گزارش، طبق اعلام عبدالرسول همتی،

نخواهد شد.

درخواست مدیر کل راه و شهرسازی فارس از شهروندان ؛

املاک خود را در سامانه اسکان ثبت کنید



هر خانوار یک محل به عنوان محل اصلی سکونت و یک واحد مسکونی دیگر هم در شهر دیگری به عنوان اقامتگاه فرعی می‌تواند داشته باشد. همچنین اگر افراد و یا خانوارها بیش از واحدهای مذکور داشته باشند که بیش از ۱۲۰ روز خالی از سکنه باشد، مشمول قانون اخذ مالیات از خانه‌های خالی می‌شود.

مدیر کل راه و شهرسازی فارس همچنین گفت: بر اساس ماده ۵۴ مکرر قانون مالیات‌های مستقیم، ملاک اعمال مالیات بر واحدهای مشمول دریافت این پایه مالیاتی، مالیات بر اجاره بهای سالانه ایاست که با استفاده از دفترچه تقویم املاکی که سالانه از سوی سازمان امور مالیاتی تهیه و به

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز، در تاریخ ۱۸ فروردین‌ماه شهرستان‌های شیراز، زرکان، بیضا، سپیدان، کارزون، کوهچنار، ممسنی، داراب، ارستانجان، آباده، اقلید، خربید، مرودشت، کوار، جهرم، خفر، فراشبند، ایزر، گراش، لارستان، زرین دشت، فیروزآباد و فسا در وضعیت قرمز کرونا قرار داشته و سایر شهرستان‌های دارای وضعیت نارنجی هستند و در حال حاضر شهرستانی با وضعیت زرد در استان نداریم و تعداد شهرستان‌های با وضعیت قرمز به سرعت در حال افزایش است.

همچنین عبدالرضا قاسمپور، جانشین استاندار فارس در ستاد استانی مدیریت کرونا از ارائه پیشنهاد تعطیلی دو هفته‌ای این استان به ستاد ملی خبر داد و گفت: این پیشنهاد تعطیلی با هدف تعطیل شدن فعالیت‌های فرهنگی، اقتصادی، عمرانی و غیره انجام شده است.

افزایش روزافزون بیماران کرونایی در فارس

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز، از آمادگی بیمارستان‌های بخش خصوصی، خیریه و نهادهای ...



درخواست آیت‌الله کلانتری درباره تجدیدنظر وضعیت فعالیت مساجد



ایکنا : نماینده مردم فارس در مجلس خبرگان رهبری طی نامه‌ای به وزیر بهداشت ضمن تأکید بر مظلومیت مساجد در شرایط شیوع کرونا درخواست کرد تا در محدودیت‌های مربوط به مساجد، تجدیدنظر جدی شود.

آیت‌الله علی‌اکبر کلانتری، نماینده مردم فارس در مجلس خبرگان رهبری امروز، ۱۹ فروردین با اشاره به در پیش‌رو بودن ماه مبارک رمضان و تعطیلی مساجد در این شرایط نامه‌ای به وزیر بهداشت ارسال کرد.

در این نامه آمده است:

برادر گرامی جناب آقای دکتر سعید نمکی

رئیس محترم ستاد ملی مقابله با کرونا

سلام علیکم

ضمن تشکر از حضرتعالی و همکاران محترمتان بابت تلاش های بی وقفه در مهار این بیماری منحوس.

همان‌طور که استحضار دارید در کنار نیاز مردم به سلامت جسمی و معیشت بلکه بالاتر از آن، نیاز مبرم جامعه به سلامت معنوی و برنامه‌های امیدبخش روحی است. نیازی که محل تأمین آن بیش از همه جا، مساجد است و این در حالی است که به‌نظر می‌رسد در محدودیت‌هایی که به خاطر شیوع کرونا اعمال می‌شود، مساجد، مظلوم واقع شده‌اند زیرا علی‌رغم این که این مکان‌ها معمولاً از سقف مرتفع برخوردارند و اصحاب آن‌ها، بیش از دیگران به زدن ماسک و رعایت فاصله و دیگر دستورالعمل‌های بهداشتی ملتزمند، ولی جایگاه آن‌ها متأسفانه در عداد اماکنی مانند استخرها قرار گرفته و به آن‌ها به اندازه رستوران‌ها و نانوالی‌ها هم توجه نشده و حال آن که تراکم جمعیت در مساجد، به مراتب کمتر از نانوالی‌ها، فروشگاه‌های بزرگ و مرغ‌فروشی‌ها با صف‌های طولیل آن‌ها است و تاکنون گزارشی هم از سرایت کرونا از طریق مساجد نرسیده است.

تقاضای مؤکد متدبیین و مؤمنین آن است که ستاد ملی مقابله با کرونا، در محدودیت‌های مربوط به مساجد، تجدیدنظر جدی نماید و بدین‌وسیله، زمینه بهره‌مندی مردم از این اماکن به خصوص در آستانه ماه مبارک رمضان را فراهم آورد.

انتظار افزایش ۲۰ درصدی تولید در مزارع گندم بنیان شیراز

عصرمردم:

مدیر جهاد کشاورزی شهرستان شیراز از انتظار افزایش تولید ۲۰ درصدی در مزارع طرح گندم بنیان این شهرستان خبر داد و گفت: در اولین سال اجرای این طرح در شهرستان شیراز یک هزار هکتار از مزارع گندم به اجرای آن اختصاص دارد.

ذبیح الله سیروسی با تأکید بر اینکه افزایش تولید تا ۳۰ درصد نیز در طرح گندم بنیان مد نظر است، تصریح کرد: امیدواریم مزارع گندم بنیان این شهرستان میانگین عملکرد ۶۵۰۰ کیلوگرم در هر هکتار را پشت سر بگذارند.

به گفته وی؛ میانگین عملکرد مزارع گندم آبی شهرستان شیراز در سال زراعی گذشته ۵۵۰۰ کیلوگرم در هر هکتار بوده است که در مزارع طرح گندم بنیان با توجه به اقدامات انجام شده بهبود بیش از یک هزار کیلوگرمی در هر هکتار پیش بینی می‌شود.

این مقام مسئول ابراز کرد: با اجرای این طرح با آب کمتر، تولید بیشتری حاصل می‌شود و ضمن ایجاد باور در کشاورز، کاهش هزینه‌های تولید، افزایش درآمد کشاورز و بهبود معیشت نیز حاصل می‌شود. او با اشاره به اینکه در نظام زراعی گندم بنیان افزایش عملکرد محصول با انجام یک سلسله اقدامات فنی میسر می‌شود، افزود: اقدامات به زراعی از جمله تغییر الگوی کاشت مانند کشت روی پشته‌های بلند با تأمین یک دستگاه کشت به صورت امانی، کشت در کف جوی، تخصیص کودهای ویژه مزارع نمایشی و انجام آزمون‌های خاک مزارع از جمله کارهای ویژه انجام شده در مزارع گندم بنیان شهرستان شیراز است.

سیروسی با تأکید بر نظارت مستمر کارشناسان مدیریت جهاد کشاورزی شهرستان شیراز بر مزارع گندم و مدیریت آنها خصوصاً در طرح گندم بنیان اضافه کرد: به منظور ترویج و آشنایی کشاورزان با نظام زراعی گندم بنیان چهار مزرعه به عنوان سایت الگویی در سه دهستان این شهرستان راه اندازی و اقدامات به زراعی و به نژادی در آنها به خوبی انجام شده است.

مدیر جهاد کشاورزی شهرستان شیراز اظهار کرد: امیدواریم با موفقیت این طرح در کشت جاری و مشاهده عینی افزایش عملکردهای مورد انتظار پس از برداشت، در ستوات آینده سطوح طرح گندم بنیان در شهرستان شیراز افزایش چشمگیر داشته‌باشد.

در سال زراعی جاری بیش از ده هزار و ۶۷۰ هکتار از اراضی شهرستان شیراز به کشت گندم آبی اختصاص دارد که پیش بینی می‌شود عملیات برداشت از این مزارع از اواخر خرداد ماه آغاز و با احتساب میزان خسارت خشکسالی احتمالی، بیش از ۴۲ هزار تن محصول گندم تولید شود.

تولد ۵ قلوها در شیراز



ایرنا: مدیر بیمارستان حضرت زینب (س) شیراز گفت: یک بانوی شیرازی در نخستین زایمان خود دراین بیمارستان پنج قلو به دنیا آورد. طاهره گشتاسب روز جمعه در این باره گفت: یک زن ۲۲ ساله شیرازی در بیمارستان حضرت زینب نوزادان پنج قلوئی خود را سالم به دنیا آورد، او با بیان اینکه نوزادان پنج قلوئی این مادر با جراحی سزارین به دنیا آمدند، گفت: حال مادر و نوزادان پنج قلوئی شیرازی در حال حاضر رضایت بخشی است و نوزادان تحت مراقبت قرار دارند. او با بیان اینکه نوزادان در هفته بیست و نهم حاملگی این بانوی شیرازی به دنیا آمده اند، گفت: تمامی نوزادان پسر هستند. مدیر بیمارستان حضرت زینب (س) شیراز با بیان اینکه وزن نوزادان کم بوده است، ادامه داد: این ۵ قلوها در حالی به دنیا آمده‌اند که زوجین هیچ گونه سابقه نازایی نداشته و در نخستین زایمان مادر این اتفاق صورت گرفته است.

۴۶ واحد صنفی بی‌توجه به محدودیت‌های کرونایی در فارس مهر و موم شدند



ایرنا: رییس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان فارس گفت: در پی آغاز موج چهارم شیوع بیماری کرونا و اعمال محدودیت‌های کرونایی ۴۶ واحد صنفی بی‌توجه به این محدودیت‌ها در سطح استان پلمب و مهر و موم شد.

حمیدرضا ایزدی روز جمعه در گفت و گو با ایرنا افزود: ۵ هزار و ۲۲ مورد بازرسی در جهت اجرای محدودیت های کرونایی در سطح این استان انجام شده است.

وی ادامه داد: در پی انجام این بازرسی ها ۲۵۰۰ اختار شفافهی و کتبی صادر و ۴۶ واحد صنفی بی توجه به اجرای محدودیت های کرونایی در سطح استان پلمب شده است.

وی اضافه کرد: جلساتی با هیات مدیره و مسئولان مراکز تجاری و پاساژهای این استان برگزار تا این واحدها برای حفظ سلامت شهروندان نسبت به اجرای محدودیت ها همکاری لازم را داشته باشند.

رییس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان فارس در ادامه گفت: از ۱۵ اسفندماه ۹۹ تا ۱۹ فروردین ۱۴۰۰ بیش از ۴ میلیون لیتر الکل و قریب به ۲ میلیون لیتر محلول ضدعفونی در این استان تولید شده است.

وی افزود: در حال حاضر ۱۰ میلیون و ۴۵۰ هزار عدد انواع ماسک در انبارهای استان موجود است و مشکلی در خصوص تأمین اقلام بهداشتی، الکل، مواد ضدعفونی و ماسک در سطح فارس وجود ندارد. ایزدی در پایان تأکید کرد: در یک سال گذشته بیش از ۹۹ میلیون ماسک در سطح استان فارس تولید شده است.

ترفندهایی بسیار ساده برای درمان سردردهای شدید

باشگاه خبرنگاران: سردرد و حتی میگرن از شایع‌ترین دردها در جهان هستند که برای تسکین آن از داروهای ضد درد شناخته شده‌ای استفاده می‌شود.

علاوه بر استفاده از این داروها می‌توان به روش‌های دیگری از جمله خوابیدن، استراحت و اتخاذ روش‌های تسکین استرس متوسل شد، اما پیروی از یک ترفند بسیار آسان، یعنی نوشیدن مقدار زیادی آب (نوشیدن یک لیوان از آن هر دو ساعت یکبار) نیز برای تسکین درد شدید سر بسیار مفید است. ممکن است علت سردرد کمبود آب بدن باشد که باعث عدم تعادل در سطح مایعات و الکترولیت‌ها در آن می‌شود. این کمبود از عملکرد صحیح و سالم اندام‌های حیاتی بدن جلوگیری می‌کند؛ به همین دلیل است که برای جلوگیری از مشکلات سلامتی به ویژه سردرد، لازم است آب کافی بنوشید. همیشه اصرار داشته باشید تا غذاهای سالم عاری از چربی و قندهای مضر مصرف کنید. ورزش نیز یک عمل ضروری است و به کاهش استرس کمک می‌کند، همچنین ممکن است منجر به احساس تشنگی و نوشیدن آب شود که در نتیجه آسیب‌های ناشی از مشکلات مختلف را کاهش می‌دهد.

تأثیر ورزش و رژیم غذایی سالم در میانسالی بر کاهش مشکلات سلامت

مهر: به گفته محققان، ورزش منظم و رژیم غذایی سالم در میانسالی می تواند راهکاری برای دستیابی به سلامت قلب و عروق در اواخر زندگی باشد.

فاکتورهای برخطر سلامت قلب و عروق شامل سندرم متابولیک، مجموعه‌ای از مشکلات سلامتی مانند چربی اضافی در اطراف کمر، فشار خون بالا، قندخون بالا، سطح کلسترول غیرطبیعی یا تری گلیسرید است که خطر بیماری‌های قلبی، سکته مغزی و دیابت نوع ۲ را افزایش می‌دهد. طبق نتایج یک تحقیق جدید، پیروی از برنامه منظم فعالیت فیزیکی همراه با رژیم غذایی حاوی میوه، سبزیجات و سایر مواد غذایی سالم، راهکار دستیابی افراد میانسال به سلامت قلب و عروق در اواخر عمر است.

طبق توصیه محققان، افراد بزرگسال باید حداقل هفته‌ای ۱۵۰ دقیقه فعالیت بدنی متوسط یا ۷۵ دقیقه فعالیت بدنی شدید نظیر پیاده روی یا شنا داشته باشند.

محققان در این مطالعه، داده‌های مربوط به ۳۲۷۹ فرد بزرگسال ۱۸ سال به بالا را در پیروی از تغذیه سالم و فعالیت فیزیکی مرتب بررسی کردند. سپس وضعیت آنها را در دوره سالمندی در سال‌های ۲۰۱۶ تا ۲۰۱۹ مورد تجزیه و تحلیل قرار دادند.

محققان متعقدند هرچه افراد زودتر این تغییرات سبک زندگی را انجام دهند، احتمال کاهش خطر ابتلاء به بیماری‌های مرتبط با قلب و عروق در زندگی در آنها بیشتر است.

محققان مشااهده کردند شرکت کنندگانی که فقط از توصیه‌های فعالیت بدنی پیروی می‌کردند، ۵۱ درصد کمتر با احتمال سندرم متابولیک روبرو بودند.

شرکت کنندگانی که فقط به دستورالعمل‌های رژیم غذایی پایبند بودند، ۳۳ درصد با احتمال کمتر ابتلاء به سندرم متابولیک روبرو بودند. شرکت کنندگانی که از هر دو دستورالعمل پیروی می‌کردند ۶۵ درصد با احتمال ابتلاء به سندرم متابولیک مواجه بودند.

چگونه در هوایما از کرونا در امان باشیم؟

ایسنا: با گذر از نوروز ۱۴۰۰ خیز چهارم بیماری در کشور آغاز شده است، خیزی که به گواه متخصصان عواملی همچون سفرها، دید و بازدید نوروزی و ... در آن موثر بوده است.

طی روزهای اخیر تورهای مسافرتی به برخی کشورهای همسایه ممنوع اعلام شد و از طرفی نیز مرزهای زمینی ایران با برخی کشورها به دلیل جلوگیری از انتشار ویروس بسته اعلام شد. در چنین شرایطی علی‌رغم افزایش آگاهی مردم نسبت به سهم سفرها در انتشار ویروس کرونا اما عده‌ای به دلایل کاری یا مهم مجبور به سفر کردن هستند و انتخاب اول آنها سفر با هواپیما است، اما چگونه در طول مسیر باید از ابتلا به ویروس در امان بمانند؟

بنابر اعلام وزارت بهداشت، مهم ترین نکته این است که بدانیم در صورت وجود تب و سایر علائم بیماری کرونا باید از سفر کردن (با هر وسیله‌ای) خودداری کنیم. در ادامه نکات زیر نیز از مواردی است که بهتر است مدنظر قرار دهید:

__ در هنگام سرفه و عطسه دهان و بینی خود را ببوشانیم و دستمال استفاده شده را بلافاصله در سطل زباله دردار بیندازیم. در صورت همراه نداشتن دستمال از قسمت داخلی آرنج موقع سرفه و عطسه استفاده کنیم. شستشوی سریع دستها با آب و صابون و یا ضدعفونی دست در هر دو مورد الزامی است.

__ در صورت نبود سطل زباله دردار دستمال را در یک کیسه نایلونی گذاشته و در اولین فرصت به داخل سطل زباله بیندازیم.

__ از دست دادن و روبوسی اجتناب کنیم.
__ در تمام طول پرواز از وسایل حفاظتی از جمله ماسک استفاده کنیم.
__ ماسک اضافه و مواد ضدعفونی کننده همراه خود داشته باشیم.
__ از همراه داشتن لوازم غیر ضروری مانند ساعت، انگشتر و... غیره اجتناب کنیم.
__ در هنگام ورود به هواپیما و کنترل بلیط، حداقل فاصله یک متر را رعایت کنیم.
__ از تجمع در هواپیما و قسمت‌های مختلف فرودگاه خودداری کنیم.
__ برای تماس با دستگیره‌های در و نظایر آن از دستمال کاغذی استفاده کنیم.
__ از لمس چشم، بینی یا دهان خود با دستهای آلوده و یا دستکش خودداری کنیم.
__ در صورت عدم استفاده از وسایل حفاظت فردی توسط کارکنان هواپیما و مهمانداران از آنها بخواییم از وسایل حفاظتی استفاده کنند.
__ هنگام صحبت کردن با کارکنان فرودگاه و مهمانداران هواپیما، فاصله حداقل یک متر را رعایت کنیم.

__ از استعمال دخانیات خودداری کنیم.
__ در صورت توزیع غذا در هواپیما به صورت غیربسته بندی شده، از مصرف آن خودداری کنیم.
__ دست‌ها را به صورت مکرر به مدت حداقل ۲۰ ثانیه با آب و صابون شستشو دهیم و یا از مواد ضدعفونی کننده بر پایه الکلی استفاده کنیم.
__ از وجود تهویه مناسب در داخل هواپیما و سرویس بهداشتی مطمئن شویم.
__ قبل از کشیدن سیفون توالت فرنگی، در آن را بگذاریم.
__ در صورت نبود صابون مایع و دستمال کاغذی در سرویس‌های بهداشتی فرودگاه یا هواپیما از کارکنان فرودگاه و مهمانداران بخواییم فراهم کنند.
__ از وسایل مشترک استفاده نکنیم.
__ از مهمانداران بخواییم پروتکل های بهداشتی از جمله اعمال فاصله گذاری مناسب حداقل یک متر بین مسافران را رعایت کنند.
__ برای اعلام و گزارش عدم رعایت نکات بهداشتی با شماره تلفن ۱۹۰ «سامانه پاسخگویی شکایات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی» تماس بگیریم.

روش تمیز کردن زودپز برقی

بیوتوته: بعضی از وسایل و یا قسمتی از بعضی وسایل قابل شستشو نیستند و نمی توان آن را راحت تمیز کرد بنابراین ما روشی را برای شما معرفی می کنیم.

خیلی از افراد با تمیز کردن زودپز برقی مشکل دارند اما ما روشی خیلی خوبی برای تمیز کردن زودپزهای برقی آورده ایم.
لبه هایی که درب زودپز روی آن قرار می گیرد، تکه های غذا داخل آن گیر می افتند و بیرون آوردن آن ها خیلی سخت است. اما در این مطلب به شما آموزش می دهم که چگونه با بخارشوی لباس این لبه ها را تمیز کنیم.

وسایلی که شما نیاز دارید:

بخارشوی لباس دستی- پارچه یا حوله ی کاغذی نازک – چاقو کره خوری

شروع کنید و بخارشوی دستی لباس، در لبه های زودپز قرار بدهید. به آرامی در اطراف محیط زودپز حرکت دهید، اجازه بدهید مقدار زیادی کثیفی و لقیامانده ی غذاها در لبه و اطراف لبه ای که درب آن روی گلدان قفل می شود، جمع می شود. بعد، پارچه نازک یا حوله کاغذی خود را به لبه بکشید و آن را از داخل بلغزانید تا لکه های شل شده راحت پاک کنید. (این قسمت می تواند کمی مشکل باشد، اما استفاده از چاقوی کره ای کار با حوله و حرکت دادن آن را آسان تر می کند!) بعد از اینکه همه رطوبت اطراف حاشیه های زودپز را از بین بردید، لبه های آن را بررسی کنید. اگر تکه های محکم و سفت غذا در آن گیر کرده است، مراحل بالا را تکرار کنید تا آن ها کاملا از بین بروند. تکه های غذا تنها چیزی هستند که در این لبه ها وجود دارند! انجام این فرایند حدود ۵ دقیقه طول می کشد و بسیار جذاب است. لبه زودپز برقی من هم اکنون مانند روزی که آن را از جعبه خارج کردید تمیز است. این کار را بلافاصله بعد از هر بار پخت غذا انجام بدهید تا خشک نشوند و میکروب اطراف آن رشد نکند.

این کار را با دقت انجام بدهید تا لبه های آن کاملا تمیز شوند.

سلامت

مهر: مطالعات نشان می دهد طول مدت بسیار کوتاه خواب با دو برابرشدن خطر زوال عقل مرتبط است.

تحقیق جدید ارتباط بین اختلالات خواب و کمبودهای موجود در افراد مسن و خطر ابتلاء به زوال عقل و مرگ را نشان می دهد. یافته‌های محققان بیمارستان بریگام بوستون، خطر ابتلاء به زوال عقل در بین شرکت کنندگانی که کمتر از پنج ساعت می‌خوابیدند در مقایسه با کسانی که ۷-۸ ساعت خواب شبانه داشتند دو برابر بود.

به گفته محققان، خواب و سلامتی ارتباط جدایی‌ناپذیری با یکدیگر دارند. تیم تحقیق همچنین به رابطه بین اختلال خواب و کمبود خواب با ریسک کلی مرگ پی برد.

«بکا رابینز»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «یافته‌ های ما ارتباط بین کمبود خواب و خطر ابتلاء به زوال عقل را روشن می‌کند و اهمیت تلاش برای کمک به افراد مسن برای داشتن خواب کافی شبانه را تأیید می‌کند.»

برای بررسی ارتباط بین کیفیت و کمیت خواب

مهر: محققان ارتباط بین غذا خوردن در خارج از خانه و خطر مرگ را بررسی کردند و نتیجه گرفتند که غذا خوردن در محیط های خارج از منزل به طور قابل توجهی با افزایش خطر مرگ و میر ناشی از آن ارتباط دارد.

اگرچه برخی از رستوران‌ها غذاهای با کیفیت بالا ارائه می‌دهند، اما کیفیت رژیم غذایی برای وعده‌های غذایی خارج از خانه، به ویژه از فست‌فودهای زنجیره‌ای، معمولاً در مقایسه با وعده‌های غذایی پخته شده در خانه پایین است. شواهد نشان داده است که وعده‌های غذایی خارج از خانه دارای چگالی انرژی، چربی و سدیم بالایی هستند و میزان میوه، سبزیجات، غلات کامل و مواد مغذی محافظ مانند فیبرهای غذایی و آنتی اکسیدان‌ها در آنها کمتر است.

«وی بانو»، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه آیووا، در این باره می‌گوید: «شواهد نشان می‌دهد که غذا خوردن در خارج از خانه با افزایش خطر بیماری‌های مزمن مانند چاقی و دیابت و نشانه‌های زیستی سایر بیماری‌های مزمن همراه است.»

مهر: طبق نتایج یک تحقیق جدید، افزایش مصرف فلاوانول ها از افراد در مقابل مشکلات قلبی ناشی از استرس نظیر سکته، بیماری قلبی و ترومبوز محافظت می کند. فلاوانول ها گروهی از مولکول‌هایی هستند که به طور طبیعی در میوه‌ها و سبزیجات یافت می‌شوند. محققان دانشگاه بیرمنگام انگلستان پی بردند هنگامی که به افراد نوشیدنی کاکائو حاوی مقادیر بالای فلاوانول داده شد، رگ‌های خونی در هنگام استرس ذهنی عملکرد بهتری نسبت به نوشیدن یک نوشیدنی غنی شده بدون فلاوانول داشتند. در اثر عملکرد انوتلیوم، غشای نازکی از سلول‌های پوششی در قلب و رگهای خونی به کاهش خطر بیماری عروق محیطی، سکته، بیماری قلبی، دیابت، نارسایی کلیه، رشد تومور، ترومبوز و بیماری‌های عفونی ویروسی شدید کمک می‌کنند. می‌دانیم که استرس ذهنی می‌تواند بر عملکرد رگ‌های خونی تأثیر منفی بگذارد. تیم تحقیق اثرات فلاوانول های کاکائو را بر

ایسنا: دیابت یکی از اختلال های ناشی از سبک زندگی است که می تواند سلامت تمامی اندام های بدن را به خطر اندازد.
دو نوع دیابت موسوم به دیابت نوع یک و دو شناخته شده است. نوع یک در اصل ماهیتی ژنتیکی دارد اما دیابت نوع دو، دیابتی است که ناشی از سبک زندگی اشتباه است. در ادامه به برخی از فاکتورهای مرتبط با سبک زندگی که خطر ابتلا به دیابت را افزایش می دهند، اشاره شده است:

– مصرف خوراکی های ناسالم
– عدم تحرک
– عدم مراجعه به پزشک برای چکاپ
– عدم کنترل وزن

همچنین نشانه های هشداردهنده‌ای وجود دارند که حاکی از لزوم کنترل قند خون پیش از افزایش بیمارگونه آن است که می توان به موارد زیر اشاره کرد:

– **احساس تشنگی:** اگر به رغم مصرف آب به طور مداوم احساس تشنگی می کنید، لازم است وضعیت قند خون خود را چک کنید. هنگامی که به دیابت مبتلا باشید، کلیه ها برای تنظیم گلوکز اضافی مجبور به فعالیت بیشتر می شوند. این گلوکز از طریق ادرار دفع می شود و همراه با آن، برخی از مواد معدنی بسیار ضروری نیز همراه با مایعات بدن دفع می شوند که این فرآیند، کمبود آب بدن را به همراه دارد.
– **تکرر ادرار:** در واقع تکرر ادرار از دلایل کم شدن آب بدن است. همانطور که در بالا ذکر

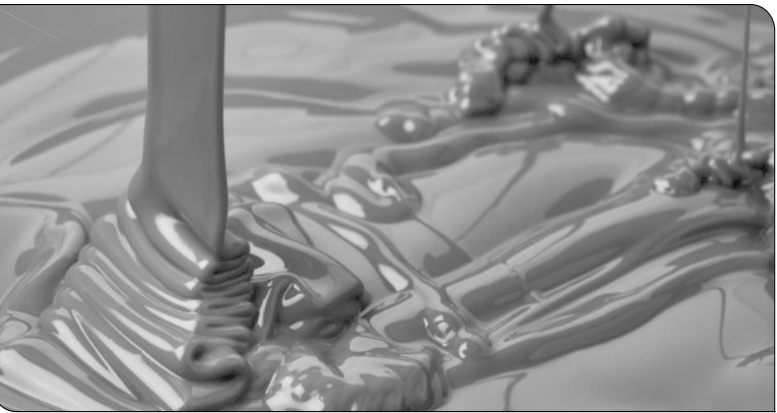


و خطر ابتلاء به زوال عقل و مرگ، محققان داده‌های مربوط به مطالعه بیمه مدیرک افراد ۶۵سال به بالا را که از سال ۲۰۱۱ انجام شده بود جمع‌آوری کردند.
کندگان، کیفیت خواب، مدت خواب و خروپف

ارتباط غذا خوردن بیرون از خانه با افزایش ریسک مرگ زودهنگام



کاکائو از قلب در زمان استرس محافظت می کند



شایع‌ترین علائم هشداردهنده ابتلا به دیابت



انرژی کافی برخوردار نیستید و این امر ممکن است منجر به بروز احساس گرسنگی به دفعات در طول روز شود.
– **خشکی پوست:** قند خون بالا باعث می‌شود بافت های پوست بیشتر در معرض خشکی قرار بگیرند. از این رو ممکن است دچار خارش شوید و در معرض عفونت های پوستی قرار

۵

ارتباط اختلال در زمان خواب شبانه با افزایش ریسک زوال عقل

کردن بررسی کردند. آنها همچنین اطلاعاتی نظیر زوال عقل و مرگ افراد را تا ۵ سال بعد از نظرسنجی بررسی کردند.

به طور کلی، آنها به رابطه قوی ای بین چندین متغیر اختلال و کمبود خواب و زوال عقل در طول زمان پی بردند. به طور معمول ۳۰ دقیقه یا بیشتر زمان برای به خواب رفتن، با ۴۵ درصد خطر بیشتر ابتلاء به زوال عقل همراه است. تجربه مشکل در حفظ هوشیاری، چرت زدن مرتب، گزارش کیفیت پایین خواب و خوابیدن پنج ساعت یا کمتر در شب نیز با افزایش خطر مرگ همراه بود.

به گفته محققان، این یافته‌ها نشان می‌دهد که کمبود خواب در ابتدا، زمانی که میانگین سنی شرکت کنندگان ۷۶ سال بود، با دو برابر خطر ابتلاء به زوال عقل و مرگ و میر ناشی از آن در طی ۴ تا ۵ سال آینده همراه بود.

این داده‌ها به شواهدی مبنی بر اهمیت خواب برای سلامت مغز افزوده و نیاز به تحقیقات بیشتر در مورد اثربخشی بهبود خواب و درمان اختلالات خواب بر روی خطر ابتلاء به بیماری آلزایمر و مرگ و میر را برجسته می‌کند.

محققان داده‌های حاصل از پاسخ به پرسشنامه‌هایی را که طی مصاحبه‌های حضوری خانگی از ۳۵،۰۸۴ فرد بزرگسال ۲۰ سال به بالا را از سال ۱۹۹۹ تا ۲۰۱۴ تجزیه و تحلیل کردند. پاسخ دهندگان عادات غذایی خود را از جمله دفعات خوردن وعده‌های غذایی تهیه شده در خارج از خانه گزارش کردند. سپس محققان این گزارشات را با گزارشات مرگ تا ۳۱ دسامبر ۲۰۱۵ مرتبط کردند.

محققان خطر مرگ در بین شرکت کنندگانی که معمولاً بیرون از منزل غذا می‌خوردند (دو وعده یا بیشتر در روز) را با افرادی که به ندرت بیرون غذا می‌خوردند (کمتر از یک وعده در هفته) مقایسه کردند. مواد مشاهده کردند خطر مرگ به هر دلیل در افرادی که عمدتاً بیرون غذا می‌خوردند ۱،۴۹، مرگ ناشی از بیماری قلبی عروقی ۱،۱۸ و مرگ ناشی از سرطان ۱،۶۷ درصد بود.

محققان تأکید می‌کنند که مصرف مکرر وعده‌های غذایی خارج از خانه یک عادت سالم نیست و باید مردم را ترغیب کرد که وعده‌های غذایی بیشتری را در خانه تهیه کنند.

تغییرات ناشی از استرس بر عملکرد عروق بررسی کردند.

دکتر «کاتارینا رندبرو»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «ما دریافتیم که نوشیدن کاکائو غنی از فلاوانول می‌تواند یک استراتژی مناسب غذایی برای کاهش اختلالات موقت در عملکرد اندوتلیال به دنبال فشار روانی باشد و همچنین جریان خون را در دوره‌های استرس را بهبود بخشد.» وی در ادامه می‌افزاید: «فلاوانول ها در طیف وسیعی از میوه‌ها و سبزیجات بسیار متداول هستند. با استفاده از مزایای قلبی عروقی شناخته شده این ترکیبات در دوره‌های آسیب پذیری عروقی حاد (مانند استرس)، می‌توانیم رهنمودهای بهتری را در مورد نحوه استفاده بیشتر از مواد غذایی در زمان‌های پراسترس به افراد ارائه دهیم.»

انواع مواد خوراکی غنی از فلاوانول عبارتند از سیب، انگور سیاه، توت سیاه، گیلاس، تمشک، گلابی، چای سبز و کاکائو فرآوری نشده.

بگیرید.

– **احساس گزگز در اندام ها:** بیماری دیابت به عصب هایی که از مغز به اندام ها سیگنال ارسال می‌کنند، آسیب می‌رساند و به همین دلیل فرد دیابتی احساس بی‌حسی و گزگز را در برخی از اندام‌ها تجربه می‌کند.

– **تاخیر در بهبود زخم:** دیابت روند بازسازی سلول را کند می‌سازد و از این رو روند بهبودی زخم و جراثیم آهسته پیش می‌رود.

– **بروز زخم های دیابتی:** زخم های دیابتی بر اثر آسیب دیدگی عروق خونی ناشی از دیابت ایجاد می‌شوند.

– **لاغر شدن:** برخی از افراد مبتلا به دیابت کاهش وزن را تجربه می‌کنند زیرا انسولین ناکافی اجازه نمی‌دهد گلوکز انرژی مورد نیاز بدن را آزاد کند. از این رو، بدن شروع به سوزاندن چربی موجود می‌کند تا انرژی مورد نیاز خود را تامین کند. این شرایط موجب کاهش وزن می‌شود.

برخی از افراد بیشتر در معرض خطر ابتلا به دیابت قرار دارند. از جمله فاکتورهای خطرزا در

بروز این بیماری می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:
– افراد بالای ۴۵ سال که تحرک کافی ندارند

– افرادی که اضافه وزن دارند

– افرادی که اصلا ورزش نمی‌کنند

– افرادی که سابقه خانوادگی ابتلا به دیابت دارند

– افرادی که دچار مشکل فشار خون هستند

– افرادی که دچار مشکل کلسترول بالا هستند

اشتباهات رایج افرادی که دور کاری می کنند



قدرت تفکر مثبت را دست کم نگیرید

کار در خانه باعث می‌شود از همکارانی که به طور معمول به شما کمک می‌کردند یا موفقیت‌های شما را می‌دیدند، جدا شوید، بنابراین قهرمان خود باشید. تا زمانی که فرصت اشتراک‌گذاری موفقیت‌هایتان با دوستان را پیدا نکنید، ممکن است مجبور شوید راه‌های دیگری را برای ایجاد انگیزه و احساس موفقیت پیدا کنید. همچنین باید درخواست بازخورد از مشتری یا رئیس خود را در نظر بگیرید. وقت بگذارید تا موفقیت‌های خود را تصدیق کنید، خواه با دادن پاداش ناچیزی به خودتان و یا با تلفن زدن به یک دوست تا کمی درباره موفقیت‌هایتان مبالغه کنید.

لباس مناسب با کارتان بپوشید

ممکن است به این علت که کارتان در خانه است، در تمام روز با لباس خواب دور بزنید و این را یک مزیت بدانید، اما این طور نیست. پوشیدن یک لباس مناسب با کارتان باعث می‌شود که برای روز خود آماده باشید و کمک زیادی به شما می‌کند تا از نظر ذهنی حالت کار به خود بگیرید. همان طور که هنگام

باشگاه خبرنگاران: کار در خانه می‌تواند به طرز قابل ملاحظه‌ای آزادی‌بخش باشد، انعطاف‌پذیری در این نوع کار، امکان ایجاد تعادل بهتر در زندگی را فراهم می‌کند. اندکی ساختار، تعام چیزی است که شما برای بهره‌گیری بیشتر از وقت خود و به حداکثر رساندن بهره‌وری نیاز دارید. بیایید نگاهی دقیق به رایج‌ترین اشتباهاتی که مردم هنگام کار در خانه مرتکب می‌شوند، بیندازیم تا بتوانید عادت‌های بهتری ایجاد کنید و به تمام پتانسیل خود برسید.

نداشتن فضای کاری مشخص

وقتی فضای کار مشخصی ندارید، کار در همه مناطق خانه شما آسان است. میل یا میز آшیزخانه ممکن است مناسب به نظر برسد، اما ایجاد منطقه‌ای صرفا برای کار، به نظم و تمرکز شما کمک می‌کند.

حرکات کششی را فراموش نکنید

وقتی شما به صورت انفرادی کار می‌کنید و مقابل صفحه مانیتور خود نشست‌اید، کاملا روی کار خود متمرکز می‌شوید، تا مدت‌ها بدون تحرک باقی می‌مانید، تمام این بی‌تحرکی باعث فشار بر نخاع شما می‌شود، از گردش خون در بدن جلوگیری کرده و باعث می‌شود شانه‌های شما قوز پیدا کنند. با گنجاندن چند دقیقه کشش ساده در برنامه روزانه، از خود مراقبت کنید. وقتی روز کاری شما تمام شد، هم از نظر ذهنی و هم از نظر جسمی احساس بهتری خواهید داشت.

ندایده گرفتن تعادل بین کار و زندگی

مستولیت‌های دیگر یک فرد شاغل در خانه، همیشه باعث حواس‌پرتی می‌شوند. اجازه ندهید این واقعیت که در خانه هستید، شما را فریب دهد و فکر کنید کار شما نسبت به کسانی که در یک دفتر کار می‌کنند اولویت کمتری در کار دارید. انعطاف‌پذیری مفید است، اما ایجاد روال مناسب، شما را قادر به تعیین مرزها، انجام تعهدات کاری و رسیدن به یک سبک زندگی متعادل‌تر در کل می‌کند.

کار در تاریکی

مطمئن شوید که حداقل کمی نور خورشید در فضای کار شما وجود داشته باشد. مطالعات بسیاری وجود دارد که تمام مزایای قرار گرفتن در معرض نور طبیعی را ثابت و شرح می‌دهد، همه ما می‌توانیم به تفاوتی که کار در کنار یک پنجره ایجاد می‌کند، پی ببریم، اما اگر چنین امکانی وجود ندارد یا اگر شب کار می‌کنید، چراغ میز می‌تواند باعث کاهش خستگی چشم شود و تغییر شدت نور صفحه می‌تواند از سردرد جلوگیری کند.

تنظیم کردن برنامه روزمره

یک برنامه روزانه‌هفتگی/ ماهانه مبتنی بر کار خود ایجاد کنید که براینان مناسب باشد. شما می‌دانید که چگونه بیشترین بازده را داشته باشید و چطور اولویت‌بندی کنید، بنابراین یا از بین بردن اتلاف وقت در هر روز، زندگی خود را آسان‌تر کنید. شما احساس مفیدتر بودن خواهید کرد که به معنای موفقیت بیشتر است.

باشگاه خبرنگاران: کدام دسته از کودکان، جواب سر بالا به والدین خود می‌دهند؟ کدام دسته هستند که وانمود می‌کنند حرف پدر و مادر خود را گوش نمی‌دهند یا با صدایی بلندتر از صدای معلمشان به این حرف‌ها گوش می‌دهند؟

تنها یک کلمه است که می‌تواند نشانگر خارج شدن کودک از حالت عادی و کنترل باشد و آن یک کلمه «احترام» است، اما چگونه می‌توان فرزندى تربیت کرد که به والدین، معلم، دوستان و افراد دیگر احترام بگذارد؟ قطعاً، احترام به دیگران با آموزش ارتباط دارد، اما آموزش فقط مربوط به اخلاق خوب نیست. احترام را نباید با ترسی که کودک ممکن است در خصوص شخصی داشته باشد، اشتباه گرفت.

آموزش احترام به کودک کمک می‌کند تا او بفهمد هیچکس بهتر از شخص دیگری نیست و همه افراد، بدون استثنا مانند او مستحق احترام هستند. بنابراین، احترام نه تنها یک قاعده «آداب معاشرت»، بلکه امری طبیعی و خودجوش خواهد بود.

نکات

یاد گرفتن ارزش‌ها (به عنوان احترام) در دوران کودکی نه تنها از طریق توضیح دادن اینکه کودکان می‌توانند با گفتن «مشکرم» این کار را انجام دهند بلکه عمدتاً از طریق رفتار هم به کودکان منتقل می‌شود.

کودکان به رفتار بزرگسالان توجه می‌کنند و وقتی بزرگسالان چیزی را می‌گویند و رفتاری متفاوت از گفتار خود دارند، فرزندانشان به راحتی آن را درک می‌کنند.

به عنوان مثال، صرفا صحبت کردن در مورد احترام به یک فرد دیگر و داشتن یک نگرش از پیش تعیین شده فایده‌ای ندارد.

چگونه فرزندانى فهمیده تربیت کنیم؟



به یاد داشته باشید که فرصت‌های زیادی برای بزرگسالان وجود دارد تا اهمیت ارزش‌هایی مانند احترام، سخاوت و همبستگی را نشان دهند و بیشتر این ارزش‌ها به صورت روزمره اتفاق می‌افتند.

هر عملی، یک عکس‌العمل به همراه دارد

چند وظیفه و عدم نظارت می‌تواند منجر به سستی شود و حتی ارسال ایمیل را غیرحرفه‌ای کند.

به خاطر داشته باشید که ارسال پیام در ساعت یک بامداد ممکن است وقتی مشتری شما فردا آن را می‌خواند، آن انتظاری که شما در نظر داشتید را برآورده نکند.

پرت شدن حواس

مزیت عمده کار در خانه این است که می‌توانید در طول روز کاری خود استراحت کنید و چند مورد از کارهای خانه را همزمان با آن انجام دهید. با این حال، اگر یک مشتری تماس بگیرد و صدای مثلا به هم خوردن لیوان‌ها یا صدای تخلیه ماشین ظرفشویی یا بچه‌هایتان که از روزشان برای شما صحبت می‌کنند را بشنود، چندان خوشایند نخواهد بود، این درست است که شما در خانه هستید، اما مشتریان شما نباید احساس کنند که در آن لحظه کنار شما هستند! بنابراین به کسانی که با آن‌ها زندگی می‌کنید هنگام تماس تلفنی اطلاع دهید تا موارد حرفه‌ای در کارتان رعایت شود.

زیاد کار کردن

دوری کردن از کار، هنگامی که در مقابل شماس‌ت، سخت‌تر است و مرز بین کار و زندگی کاملا تار می‌شود. برنامه‌ریزی می‌تواند از اشتباهات، کار بی‌کیفیت و احساس اینکه شغل شما کل زندگی شما است، جلوگیری کند. بین اشتیاق داشتن نسبت به یک پروژه و از دست دادن کامل تعادل در زندگی، تفاوت زیادی وجود دارد.

ناتوانی در ادامه یادگیری

در یک سمینار شرکت کنید، به یک انجمن تجاری مستقل بپیوندید یا یک گروه مرتبط با حوزه کاری خود ایجاد کنید تا هر ماه یک بار برای ناهار دور هم جمع شوید. اعتماد به اینترنت برای به روز بودن در مورد آنچه در رشته شما اتفاق می‌افتد، کافی نیست. برای کسب مهارت‌های جدید خود را تحت فشار قرار دهید.

از نوع کارتان لذت ببرید

مزایایی در کار از خانه وجود دارد که دست شما را برای برنامه‌ریزی بازتر می‌گذارد، می‌توانید ایده‌هایتان را با سرعت بیشتری پیش ببرید، یک ناهار طولانی بخورید. به خود یادآوری کنید که قدرت انعطاف‌پذیری دارید و از آن به نفع خود استفاده کنید. همه افراد نظم ندارند که به طور مستقل کار کنند، به یاد آوردن این واقعیت باعث ایجاد لذت در شما می‌شود.

هدف کافی نیست

خود را به چالش بکشید، آسان‌گیری بیش از حد، یک اشتباه است. خواه برای شخص دیگری کار می‌کنید یا رئیس خودتان هستید، لحظه‌ای وقت بگذارید و اهداف شغلی و کاری شخصی خود را دوباره ارزیابی کنید. هنوز هم به جلو می‌روید؟ در غیر این صورت، با جستجوی فرصت‌ها و چالش‌های جدید وضعیت را برطرف کنید.

خواهد شد. گوش دادن به گفته‌های کودک بسیار مهم است، زیرا اصل احترام، گوش دادن به حرف دیگری است. اگر به حرف کودک گوش دهیم، او احساس احترام می‌کند و یاد می‌گیرد که به دیگری گوش فرآ دهد و به او احترام بگذارد.

استفاده از تحسین به جای ترساندن کودک

هرگز فرزند خود را تهدید نکنید چراکه از هر نظر، این روش تربیتی، سالم و درست نیست و بیشترین دستاوردی که برای شما به همراه دارد این است که کودک به جای احترام، احساس ترس می‌کند.

نکته دیگر این است که وقتی والدین از روش انتقادی استفاده می‌کنند، کودکان تمایل بیشتری به بحث کردن پیدا می‌کنند و روش صحیح این است که به دنبال تحسین کردن کودک باشید و ویژگی‌های بارزی که دارد را تحسین کنید. چرا که او تمایل به تکرار این مسئله دارد.

فرزندانتان را درک کنید و به آن‌ها کمک کنید تا آن‌ها شما را درک کنند

سعی کنید تا احساسات فرزندانتان را درک کنید و با او از اهمیت درک کردن احساسات یا دیگر ویژگی‌های دیگران صحبت کنید.

با فرزند خود درباره اصطلاح «همدلی» صحبت کنید. چراکه چیزی کمتر از قرار دادن خود در جای دیگری نیست.

این مسئله می‌تواند صحبت کردن درباره احترام و رفتار قابل قبول و غیرقابل قبول را آسان‌تر کند و این ایده خوبی است که با تشویق نظرات و برداشت آن‌ها در مورد شخصیت‌ها و عملکرد آن‌ها داستانی تعریف کنید و از داستان برای ایجاد یک موقعیت موازی با آنچه ممکن است در زندگی واقعی، زمین بازی، کلاس درس و یا دیگر موقعیت‌ها اتفاق بیفتد، استفاده کنید.

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

۱۴۰۰/۲۲۹۷ جواب جدول شماره

افقی:

۱-همیشگی- سرزمین کانگورها

۲-برابر- از ظروف بزرگ قدیمی- گروه

۳-زمین شوره زار- قبل از دهگان- از مرکبات

ترش

۴-پیش- شتر- همسایه- سلاح مار

۵-نام اولین همسر حضرت ابراهیم- رطوبت-

دوستی

۶-نامی زنانه و از مد افتاده- مرکز عمان

۷-از شاخه های اقتصاد- مجرای خون-

غذای بدون گوشت

۸-صدای زنبور- از بیماری های ریوی- پاسخ

منفی- مطبخ

۹-تقاطع دو بازار عمودی- کشوری در

آمریکای مرکزی- اسبی که به سرخی می زند

۱۰-قسمت اصلی فشنگ- شهری در نزدیکی

تهران- خودرویی آمریکایی

۱۱-کوچک ترین عدد سه رقمی- اثری پیرامون جنگ تحمیلی- ساز چوپان- هواپیمای

تندرو

۱۲-نوعی کار عملی و تعمیراتی- نظر- کنار-

آسانی

۱۳-جوغن آپارتمانی- آمیزه ی آرد و آب- زوج شده

۱۴-آرزو- داستان بلند- علامت مفعول بی‌واسطه

۱۵-به سهراب نرسید- شهری در آفریقا

عمودی:

۱-رزمنده- از شهرهای استان گیلان

۲-رها- نامی دخترانه- قله ای جنوبی

۳-عامل بیماری- شرم- آهسته

۴-چپن و چروک صورت- بی خطر-

بسیار خنک- برخی از آن کلاه درست می کنند

۵-اسب- شهری مرزی در غرب کشور- پاسخ منفی عرب

۶-عاقل دیوانه نما- صدای دردناک

۷-اثری از ژان ژاک روسو- مبتلا به فتن- غذایی تخم مرغی

۸-از کشیدنی ها- پایتخت کنیا- دریا

۹-حمله- رایحه- بزرگان کشور

۱۰-توان- کاندیدا- ناز بی پایان

۱۱-اسب ترکی- باقیمانده شوروی-

مرکز ایتالیا

۱۲-شب عرب- تیزیبنی- گوشه و

زاویه- واسطه بین دهان و معده

۱۳-راست- شرم و آزر-م نوعی آب سوزناک

۱۴-ودت- سرکش- جهت

۱۵-پدر و پسر-ی که رئیس جمهور شدند- کم- ایالتی در آمریکا

گفتم: نکن

زدم روی دستش ... شتلق صدا داد ...

ادامه دادم: سایه برداشته آفتاب نمی‌بینی؟... قلاغ پر شد بیا خندید. شلوارش را بالا کشید تا خشتک تنگ... هی بالاتر هی بالاتر...

باز خندید

گفتم: نخند ... باز خندید. باز آمد دست بزند ... دست بلند کردم که دویدم... آب پشت سرش عمداً این‌جور می‌کرد...عمداً بود...به خدا عمداً بود. دیوانه نبود که؛ از همه عاقل‌تر بود. خم شدم لباس بردارم داشتم می‌گفتم: حسن... داد می‌زدم تقریباً... هی گفتم حسن... صدام بود اما صداش نبود. توی دالان می‌پیچید...

گفتم: باز کجا رفتی؟!

بیرون زدم. دک لرزه خفیف می‌زدم از عرق سرد. گفتم حسن. برگشتم پشت سر پوفی کردم گفتم کجا بودی؟! نگام کرد فقط. مسخ... لباسم خیس چسبیده بود... آبی رنگ‌پریده دکمه‌دار با لک قهوه‌ای روی جیش... مال دیگ خورشت بود حتماً. خودش بدتر اخ.

نن‌چون می‌گفت: بلال حبشی لبخند زدم ...یادش به خیر. خندید.

یک‌جور نگاه می‌کرد. جلوتر آمد...یک قدم توی دالان رفتم، شمع‌های قد دیوار کمی فضا را روشن‌تر می‌کرد اما سایه‌ی دالون هنوز تاریک بود، صدای ملوک السلطنه می‌آمد:

– مرضی... مرضی

پا تند کردم...تن‌لش نمی‌آمد بام ...می‌کشیدمش از پی خودم و هی می‌خندید...بلند بلند ...غش به غش

– بیا حسن

به پنج‌دری رسیده نرسیده ملوک السلطنه بود، دراز به دراز پهن‌شده روی تخت پیچیده در لباس مشکی. حسن حیاط را دوره کرده بود. دست روی پارچه‌های قد دیوار می‌کشید. روی عکس ذوالجناح. هفتادودو تن. داد زد: چتونه باز صداتون عمارتو برداشته؟! گمون می‌کنی اون تو نمره است که صداشو درمیاری؟!

– خانوم چه کنیم... دست میزنه

از دهن گشادم در رفتم... از بس صمد می‌گفت بگو... خدا لعنتم کند.

– دست می‌زنه؟

چشم‌هایش تنگ شد ...ترسیدم.

ادامه داد: بذار بزنه. گزنک دستش میدی. مگه عاقله که دست زننه. می‌فهمه مگه فرق شادی و عزا رو؟ خوبه که حداقل تو یکی تو این خونه فرق نماز صبح و عصر نمی‌دونی و حالا واسم مصلحت دین می‌کنی. حالا یکی باشه مکتب رفته باشه یک چیزی. نه تو که...

– نه خانوم جون ... تصدق بشم چی‌جور بگم؟

به اهم اهم افتادم و بعد انگار که جرقه‌ای به ذهنم رسیده باشد تند تند گفتم: نیست وقت روضه همش تو اتاق چپیده بعدش اینجور میشه خانوم. حسن پشت سر فریاد می‌زد... تا رسید به من خواستم بگیرمش که رفتم... می‌چرخید دور حوض.

نیم‌خیز شد.

– بیا تو ببینم نمی‌داره بشنعم چی‌میگی

لپ‌هاش توی نور کم سوی اتاق به قرمزی می‌زد. گوشت‌آلود افتاده بود روی غنغبه... تنش از تکان فنرهای تخت می‌لرزید... صدای النگوهاش جیرینگ جیرینگ صدا کرد تا بلند شد و نشست: سرم از دست این ملا دوتگ شده از بس بد صدا بود. بیا تو.

–خیمس خانم جون. نجسی میاره...

حسن باز از پشتم گذشت. رو ترش کرد: خیلی خب خیلی خب ... برو برو ... به گند نکنی حیاطو... سرش رو توی دست گرفت ...ای خدا ...یا امیر المؤمنین...مردم از اینجا میرن اون بالا ... بشور این حیاط و. – به خدا تازه شستم خانو...

مش باقر از پس دالون پرید توی حرفم: خانوم آقا اومدن... یالئه.

ملوک السلطنه خیز برداشت و سرسری بلند شد.

– فعلاً برو حاجی اومد. جممش کن از حیاط. بعداً به خدمت می‌رسم. پا تند کردم رفتم سمت حسن. دو دستش را گرفتم. زورش زور غول بود مرتیکه جلنبر جلق.

– تو بلند نکن بابا

دویدم سمتش. تاشده بود روی اجاق، قزاقن مسی را بلند کرده بود تا کبری آتیش بگیرانند به شعله‌ها. یک طرفش را گرفتم. – نه بابا خودم می‌تونم. از اسب افتادیم، از اصل که ... آن طرف دیگ را که گرفتم نفس بلندی کشید. دست‌به‌کمر تاشده نشست و به سرفه افتاد. به‌اش گفتم: بلند شو ...بلند شو برو اتاق. من هستم. حسن غذاش را خورد. سرفهام جمع کردم. آقا رفت اتاق خانم کوچیک خیالت راحت. هرم داغ آتیش روی ران‌هام حس می‌شد ... مثل دست‌های حسن توی گرمابه. مطبخ امروز عجیب گرم بود ... از حرارت این همه آتیش و قزاقان چهنمی شده بود. کبری گفت: آن‌قدر سیگار نکش آقا مراد، بذارش مرضی. گرفت.

– چه گرمایی شده ...پاشو برو پاشو دیگه

دستش را گرفتم. پیرمرد لنگ لنگ می‌رفت. بردمش تا راه‌پله‌ها. از دیوار گرفت و بالا رفت. سرفه می‌کرد. کبری گفت: بجنب مرضی. امشب وقت خانم کوچیکه...گمون کنم باز بگه آب و گلاب ببریم. سر لچ ملوک که شده باس واشش سنگ تموم بذارم ...شاید بی اجرتی هم داد بمون حاجی اگه شنگول باشه. هین بلندی کشید: راستی... نزدیکم شد و پیچ و پیچ ادامه داد: به خانم چی گفتی؟! داشتم می‌شنیدم تا به جایشو... صدای سرفه‌های بابا توی درازی دالون پله‌ها دور می‌شد. از در مطبخ نور می‌ریخت تو ... تا دم پلکان، همین‌که تو می‌آمدی اما چشم‌هاات تاریک می‌شد از دود و غبار...انگار کور می‌شد آدم توی مطبخ. می‌سوخت توی این گرما. سر تکان دادم که یعنی هیچی.

– چی گفت؟! باز خوبه جممش کردی.

– به گمون نفهمید. از بس گریه کرده بود توی روضه هیچ حالش خوش نبود. اول همچی نگام کرد که می‌خواستم بگرخم ولی بعد گرفتمش خوبه که حاجی سر رسید.

سینی را دستش دادم ... قوری گل قرمزی بوی دارچین می‌داد ...

– چایی رو خودت ببر من میمونم بالای خورشت... پرش به پرم نگیره امروز

سینی را گرفتم. از آب‌چکان لیوان برداشت. کمر باربک و بلوری همین‌جور که می‌چید گفت: آخر سرت رو به باد میدی با حرفات. دندون سر جیگر می‌ذاشتی تا سقظ می‌شد. چیزی از عمرش نمونه‌این بدبخت. در خورشت را برداشتم بالا باز زد. عطر خوش لیمو بود و سبزی. چمچه را دور دادم توش. گفتم: صمد دیده بود آخر. گفته بود یا می‌گی فکری کند حاجی برای پسر ملتکش یا من فکری می‌کنم. می‌ترسم به روز هم بگه و شر و منات کنه. گفتم به خانم بگم عذرم رو هم بخواد بهتر اینه که صمد بیکار شه مخصوصاً سر حسن که ملوک خانم هنوز ازش کفریه... ولی تا گفتم پشیمون شدم. خوب که پی ماجرا رو نگرفت. نگام کرد. با جدیت گفت: مقم داره... غلام جماعت و چه به دست بلند

داستان

● **شنبه ۲۱ فروردین ۱۴۰۰** ۲۷ شعبان ۱۴۴۲ Apr 10۰ 2021 **سال بیست و ششم** شماره ۷۱۶۴ ●

شب هشتم

شکوفه بوذری فیجانی

دستش را کشیدم. تنم سوزن‌سوزن بود. یکی زدم توی سرش. نگاهی به دور کردم. کسی نبود. خوابید روی زمین. شروع به عربده کرد. هوار می‌کشید؛ نکبت بی‌عرضه. الهی همان سر زارفته بودی. نن‌چون می‌گفت: معلوم نیست کفاره کدام گناهه. هیچ از عربده‌هاش نمی‌فهمیدی. اصوات مههم. هم‌هاش حرف نامعلوم. جلوی دهانش را گرفتم. هیش... زبون به دهن بگیر گنده‌بک...

بلندش کردم ملوک السلطنه با سر و صدایی مضاعف در اتاق را باز کرد انگار می‌خواست صداش تا اتاق پنج‌دری برسد که آن‌جور صداش روی سرش بود: باز چه می‌کنی مرضی... این بچه چرا هوار می‌کنه؟! هول شدم... صدای حسن... داد ملوک السلطنه... نگاه تیز صمد از پنجره بالا... چه می‌کردم. دستش را کشیدم تا سر حوض. تند تند کاسه را برداشتم. ملوک السلطنه آمد توی حیاط. نزدیک اتاق پنج‌دری ایستاد. آب ریختم روی دستش.

– عمارت را به گند کشیدی مرضی. نماز اهل خانه باطل شد که... نان‌خور اضافی‌اید همتون... کبری کبری... بیا که...

صدای خنده‌ی خانم کوچیک قطع شد. در پنج‌دری تکانی خورد و هنوز چند لحظه نگذشته هیبت حاجی توی در نمایان شد. چهارشانه و بلند. عباش را روی زیر پیرهن سبزش انداخته بند تمبانش بی‌گره آویزان بود. ملوک السلطنه حاجی را که دید صداش قطع شد. تصدقت بشم حاج‌آقا...



از خواب پرودنمتون؟! الهی سنگ شم به‌حق علی... زندگی نمایانن برام این نورکها.

گفتم بمال بهم دست‌هاات را... این‌جور و دست‌هام را مالیدم... زیر ناخن‌هاش کثافت گیر کرده بود. حاجی بی‌صدا نگاه می‌کرد خانم کوچیک از پشت حاجی در آمد. ریزنقش و کوچک. سفید بود به قول ملوک السلطنه به‌غایت شیر برنج.

– چی شده خانم‌بزرگ؟! حرف که می‌زد نا داشت. خانم‌بزرگ برگشت سمتش: چی بگم والا؟

دست‌هااش که تمام شد حوله را برداشتم. نگاه خیره حاجی به‌ام بود، گیوه به پا کرد و از پنج‌دری فاصله گرفت. زن‌ها را رها کرد به حال خودشان. صداشان می‌آمد. خیره‌خیره نگاه می‌کرد. نزدیک که شد با یک دست حسن را ایستاند. در برابر زورش حسن کوتاه آمد. دستش ول شد.

تنم ذق‌ذق می‌کرد. دیگر هوار نمی‌کشید ...

نگاهی به من کرد و بعد به حسن... بی‌قواره بود. چهره در هم کشید. آمدم بگم الساعه جممش می‌کنم که کبری سر رسید. تند و تند کاسه و حوله را برداشت و هی می‌گفت آقا تموم شد، الان جممش می‌کنم خیالت تخت... بفرمایید اتاق من واستون دم‌کرده بیارم. حاجی پا تند کرد به سمت اتاق خانم‌بزرگ. خشک گفت: ملوک بیا. کبری نگاهی با هلسوس به خانم‌کوچیک کرد که می‌گفت: اما حاجی...

دست حسن را گرفت پاشو پسر چه‌کردی.

ملوک السلطنه گوشه چشمی نازک کرد.

– خب دیگه شب‌به‌خیر شوکت جون.

سرمست پیروزی به سمت اتاق رفت و بلند به کبری گفت: واسه آقا دم‌کرده بیار و خندید.

●●●●

دم مطبخ نشسته بودم که کبری رسید... توی تاریک روشن حیاط رنگ به چهره نداشت. عرق کرده بود.

– چرا نشستی دم در؟!

– صمد قهر کرده

سینی را گذاشت روی زمین تکیه داد به در.

– حسن؟

یک لحظه گیج بودم و بعد بی‌حوصله گفتم چه ربطی داره... صمد باز زد بیرون. امشب گفت میاد حیاط پشتی، مش باقر که خوابید؛ اما از سر شب که حسن این‌جور کرد خبرش نیست. چه بدبختنم من...

الکی پیرن گلدارمو پوشیدم. این همه به خودم رسیدم. ببین... با دست سرخاب روی گونه‌ام را پخش کردم.

کبری سری تکان داد. توی فکر بود.

– چرا هیچی نمیگی؟! حسن خوابید؟!

جوابی نداد. عجیب ساکت بود...

– با توام؟ دستم را جلو چشم‌هاش تکان دادم حواسش جمع شد: نه نه چیزی نگفت. گفت حسن را بخوابان. زیر نگاه صمد تند چرخیدم. به نفس نفس افتادم.

– نه بیدارم که صمد سر برسد.

یک لحظه ایستاد: میگم مرضی... باقیش را جوید. ولش کن ولش کن. سرش پایین بود؛ لنگ‌لنگان حرکت کرد.

– خواب مرضی... فردا هزار تا کار داریم... هشتم محرمه.

لحظه‌ای مات ماند و بعد رفت. انگار روی هوا بود.

●●●●

از صدای دیگ و دنگ‌دنگ مطبخ بیدار شدم.

گوشه‌ی دیوار خوابم برده بود. مهره‌ی کمرم خشک‌شده تاب حرکت را می‌گرفت. عمارت به طرز عجیبی آرام بود.

– معلوم نیست صمد آمده یا نه...

پارچه کودری روم بود. حتماً کار کبری بود. یک‌لحظه صاف نشستم.

صدای حسن نمی‌آمد... که برده بودش مستراح؟ یعنی خواب بود؟

پله‌های مطبخ را دوتا یکی پایین رفتم کبری دست‌به‌کمر دیگ را هم می‌زد.

بوی آرد می‌آمد

– سلام

– حسن کجاس

– سر صبحی مش‌باقر بردش نمره. صمد هم آمد و رفت خواب بودی بیدارت نکردم.

کار کم بود امروز. فقط حلوا مانده بود.

آرد را هم زد. طلایی شده بود.

چای ریختم توی استکان نوکرها. نشستم لب پله. استکان لب پرشده بود.

– خدا خیر حاجی بده که فرستادش با مش‌باقر گرمابه. کل دستاشو نکبت کثافت گرفته بود. دیشب هرچی کردم نمی‌رفت.

چهره‌ی کبری درهم رفت. گفتمش: طوریته؟ از دیشب سر کوک نیستی؟

– نوکر جماعت سر کوک باشه. فقط صمده که کوکه همیشه.

– بدبخت صمد. اون که همش تو همه...

– تو هم چی؟ صبحیه آقا صداش کرد. رفتنی کیکش خروس می‌خوند... بلند شدم: هینی کشیدم؛ نکنه چیزی بش گفته؟!

– نفهمیدی کجا رفت؟

– نه ... گمون نکنم تو عمارت باشه

– بذار برم ببینم رفته کج...

دستم را کشید. آرام گفت: دختر امون بده... گمون نکنم...

دستم را کشیدم.

– من میرم بی صمد

●●●●

داشت درخت گوشه باغ را هرس می‌کرد.

– خلاص شدیم دیگه مرضی

خندیدم.

– مگه حاجی چی‌گفت؟

– دوروبر را دید رد...کسی نبود. آمد نزدیک‌تر...

– گفتمش بش برا حسن. واسه خودمون. تازه گفت هوامو داره صبحم که دیدی با مش‌باقر فرستادش گرمابه. فکر نمی‌کردم راه بیاد... حالا قراره اگه به کاری که بم میگه رو راس‌وریس‌کنم بهم انعام خوبم بده.

روتورش کردم: باز زهرماری خوردی... بوش خفم کرد. بابا بفهمه یا حاجی...

تند ضربه‌ای بهم زد و زود دستش را کشید گفتم: آخ

گفت: غر زنن جور میشه پول. بعد یک خانه میگیریم و د برو... بابا هم کاری نمی‌کنه. زندگی که فقط مال اعیون‌ها نیست حاجی خودش اهل دله و‌گرنه که کمر راست نمی‌کرد برا‌ی دوتا با ای سن و سال پیزوریش... نبینش همی چند روز دست شست...

گفتم کمر راست نمی‌کرده یعنی... که مش باقر پیچید به حیاط پشتی و داد زد: مرضی بیا حسنو آوردم.

چشمش به صمد که افتاد گفت: توام راه یفت صمد حاجی تو پنج‌دری منتظر‌ته.

هردو راه افتادیم. صمد پیچید توی پنج‌دری. دم در کش‌های بابا بود. بوی تریاک تا جلوی مطبخ می‌آمد. دست حسن را گرفتم از جلوی پنج‌دری که رد شدم از لای در تکه کاغذی دیدم که بزرگ بود و کنار دست حاجی زیر میز تریاک افتاده بود.

حسن را تا رساندم به اتاق، خوابش برده بود. بی‌نهار... حتماً توی گرمابه خوب مشّت و مالش دادن.

تا پتو بکنشم روش کبری داد زد بیا، رفتم که برم توی مطبخ داد کشید نیا تو... برو که گرمابه را برای خانم‌ها روشن کنی، قبل ظهر می‌خوان غسل کنن برای نماز.

به سمت گرمابه رفتم. زیر اجاق را که روشن می‌کردم هرلحظه چشمم تارتر می‌شد. لباس‌ها را کندم، آبی به تن زدم لنگ پوشیدم. اول خانم کوچیک آمد. خوب که کیسه کشیدم رفت و بعد خانم‌بزرگ آمد. پاهاش، ماساژ دادم، سنگ‌پا زدم. تن فرهباش زیر فشار دست‌های استخوانیم تکان نمی‌خورد از بس پهن بود. بخار حمام گیج‌م کرده بود. یک‌لحظه ایستادم. کمی آب خوردم. گفت: مرضی؟ مرضی بسم است بیا آب بریز غسل کنم. آب ریختم، شست و بلند شد.

داشتم بی‌هوش می‌شدم از بس بخار بود. بعد این‌ها تازه باید گرمابه را می‌شستم و بعدش هم خودم را. خانم می‌گفت نجس باشی دست بزنی به ظرف‌ها، نماز اهل خانه می‌شکند. راهبش که کردم سرسری آب ریختم روی خودم. از بالای کاشی‌های سفیدابی گرمابه آب گرفتم تا پایین. موهای توی جوی را جمع کردم. خیس عرق بودم. اجاق را خاموش کردم و تا بخار کم تر شد یک تاس آب بخی ریختم روی تنم. روی کاشی‌های تمیز دراز به دراز افتادم تا نفسی تازه کنم.

●●●●

دویدم توی آشپز‌خانه. کبری نبود. توی حسینیه بود زن‌ها یک‌به‌یک جمع می‌شدن.

رفتم پی حسن. توی اتاق نشسته بود تمیزتر از قبل بود. لباس‌هاش را عوض کرده بودن. داخل ترکه شدم حاجی بود. مجلس آماده بود تا برود گفتم ببخشید و خواستم برگردم که گفت بیا... گفت بنشین ... نشستم. حسن آمد سمتم. دشتش را گرفتم که ساکت بنشیند. مدام دستم را بلند می‌کرد. به حسن گفتم بازی کنیم. سر تکان داد. دلم براش سوخت. چند روز بود باش بازی نکرده بودم. حاجی مثل همیشه دعا می‌خواند. از ملای زن‌ها توی مهمان‌خانه بالا غلیظ‌تر... من نمی‌فهمیدم... از صدای خنده‌های هم نمی‌شنیدم. شبیه قرآن بود انگار. یک‌جایی که رسید حاجی گفت هرچه گفتم بگو. با خودم گفتم چه‌کار من دارد. پرسیدم دعاست آقا، سر تکان داد. دست‌های حسن را ول کردم رو به قبله شدم. گفتم یه‌کم ادا بیایم شاید این‌جوری انعامی چیزی بده. تابه‌حال هرچه داده بود داده بودم به صمد. آخر حاجی خیلی دوست داشت این‌جور باشیم. ایستادم شبیه خودش و گفتم هرچه گفت، غلط غولوط و الکی‌بلکی. دست‌هام را به سمت آسمان گرفتم. دست‌های حسن روی شکمم خورد. گفتم اداش را بیشتر کنم بلکه پولی بده ولی رفت... بی هیچ حرفی... قبول باشه ای چیزی...

دست حسن را که از تنم جدا می‌کرد صدای کلون پنج‌دری با کل

کشیدن زن‌ها پیچید توی اتاق. یک‌لحظه فکر کردم محرم که عزا و

این‌ها بود پس چرا کل می‌کشند... بعد یادم آمد نن‌چونم می‌گفت سینی

قاسم می‌برند روی دست... سینی قاسم.

فوت ۱۵۵ بیمار کووید۱۹ در کشور

شناسایی ۲۲۴۷۸ بیمار جدید



و ۳۹ نفر رسید.

به گفته لاری، خوشبختانه تاکنون یک میلیون و ۶۹۳ هزار و ۵ نفر از بیماران، بهبود

سختگوی وزارت بهداشت با بیان اینکه متاسفانه در طول ۲۴ ساعت، ۱۵۵ بیمار کووید۱۹ جان خود را از دست دادند، گفت: بر این اساس مجموع جان باختگان این بیماری به ۶۴ هزار و ۳۹ نفر رسید.

به گزارش ایسنا، دکتر سیماسادات لاری گفت: از روز پنجشنبه تا دیروز (۲۰ فروردین ۱۴۰۰) و بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی، ۲۲ هزار و ۴۷۸ بیمار جدید مبتلا به کووید۱۹ در کشور شناسایی که ۲۵۶۷ نفر از آنان بستری شدند. بر این اساس مجموع بیماران کووید۱۹ در کشور به دو میلیون و ۲۹ هزار و ۴۱۲ نفر رسید. وی افزود: متاسفانه در طول ۲۴ ساعت، ۱۵۵ بیمار کووید۱۹ جان خود را از دست دادند و مجموع جان باختگان این بیماری به ۶۴ هزار

شرایط خطرناک کرونا و جزییات تعطیلی سراسری ۱۰ روزه از امروز



علی‌رغم هشدار وزارت بهداشت‌ها مبنی بر لزوم ایجاد محدودیت در مسافرت‌ها در ایام نوروز و رعایت دو چندان پروتکل‌های بهداشتی، اما با عادی‌نگاری شرایط کرونا در کشور، مجدداً آمار بیماری صعودی شده و خیز چهارم کرونا در کشور با سرعت رو به اوج است. بر این اساس حالا دوباره راهکار تعطیلی سراسری ۱۰ روزه در دستورکار قرار گرفته است.

به گزارش ایسنا، در حالی که پیش از آغاز سال نو، بارها و بارها نسبت به مسافرت‌ها و رعایت پروتکل‌های بهداشتی هشدار داده شده بود، اما با متاسفانه برخی بی توجه به اوضاع و احوال کرونا قصد سفر کردند و حتی زحمت رعایت پروتکل‌های بهداشتی را هم به خود ندادند. عمق فاجعه انجاست که بر اساس اعلام سختگوی وزارت بهداشت به ایسنا، در ایام تعطیلات نوروزی ۱۵ هزار نفر کرونا مبتی که از ابتلایشان آگاهی داشته‌اند نیز اقدام به جابجایی و سفر کرده‌اند. در عین حال ماینگن رعایت پروتکل‌های بهداشتی در کشور در این ایام به ۵۵ درصد سقوط کرد؛ موضوعی که با خطر موج چهارم در کشور و قرمز شدن همه مراکز استان‌ها در کشور همراه شد.

نقشه آتشین کشور و کرونایی که با سرعت می‌تازد

بر این اساس در حال حاضر ۲۵۷ شهر در وضعیت قرمز کرونایی به سر می‌برند و نقشه کشور از نظر کرونا آتشین است. همچنین شیب بیماری در کشور به سرعت در حال افزایش است و متاسفانه تعداد بیماران بدحال نیز در این موج بیشتر هم شده است. از طرفی گویا نگرانی‌های وزارت بهداشت نیز محقق شده است. زیرا گفته می‌شود عمده موارد بیماری در کشور کرونای جهش‌یافته انگلیسی بوده است. به طوری که دکتر سیما سادات لاری– سختگوی وزارت بهداشت اعلام کرد که شیوع ویروس جهش یافته انگلیسی در سراسر کشور با سرعت رو به افزایش بوده و شیب موارد

افزایش بیماران بدحال در بیمارستان‌ها

پیش بینی ۳ هفته سخت و پر مرگ‌ومیر

سیاه شدن وضعیت تهران و شهرهای قرمز طی چند هفته آینده، ادامه داد، گفت: امیدوارم اینطور نشود، اما این موضوع بستگی دارد که مسئولان سریعا اقدام کنند و تصمیمات جدی بگیرند. اقدامات و محدودیت‌هایی را اعمال کنند. اقداماتی که در آذر ماه در کشور انجام شد و اعلام تعطیلی عمومی کنند. در این صورت شاید بتوانیم جلو پیشروی کرونا را بگیریم تا از مرحله قرمز به مرحله سیاه کرونایی نرسیم.

بستگی به روند تصمیم گیری و اقدام از سوی مسئولان دارد، اگر با همین روند پیش رود، ممکن است در شهرهای قرمز به وضعیت سیاه هم برسیم. وی‌تاکیدکرد:پیشنهادما این‌است‌که‌در‌شهرهای قرمز مانند تهران تعطیلی‌ها و ممنوعیت‌های جدی اتفاق افتد و باید این اتفاق بیفتد.

ادامه مرگ های ۳ رقیمی تا چند هفته دیگر

عمادی درباره احتمال افزایش مرگ و میرهای ناشی از کرونا در کشور نیز اظهار کرد: واقعا دوست ندارم چنین پیش‌بینی‌هایی کنم، مردم خسته‌اند و دیگر تحمل اخبار ناگوار و ناامیدکننده را ندارند و با این حال واقعیت این است که اکنون مرگ و

حوادث

رئیس سازمان آتش‌نشانی شیراز اعلام کرد: آتش سوزی در هتل شیراز صحت ندارد

ایسنا: رئیس سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی شهرداری شیراز در واکنش به انتشار خبری در شبکه‌های اجتماعی مبنی بر آتش‌سوزی در هتل شیراز، این خبر را قویا تکذیب کرد.

محمدهادی قانع شامگاه پنجشنبه ۱۹ فروردین به خبرنگاران گفت: آتش‌سوزی در هتل شیراز صحت ندارد و در واقع آتش‌سوزی مربوط به ارتفاعات پشت این هتل بوده است.

او افزود: وجود خار و خاشاک روی کوه، موجب آتش سوزی شده بود که خوشبختانه با حضور به موقع آتش نشانان به سرعت اطفاء شد.

کشف ۳۸۵ کیلو تریاک در استهبان

فرمانده انتظامی استان گفت: ماموران انتظامی استهبان در بازرسی از یک سواری پژو، ۳۸۵ کیلو مواد مخدر از نوع تریاک کشف کردند.

سردار رهام‌بخش حبیبی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهار داشت: در راستای مبارزه با پدیده شوم مواد مخدر، مأموران انتظامی استهبان هنگام گشت‌زنی در محور روستایی ماهفرخان– خانه کت، به یک سواری پژو ۴۰۵ مشکوک شدند و دستور ایست را صادر کردند.

وی ادامه داد: پس از طی مسافتی تعقیب و گریز، ماموران موفق شدند سواری پژو ۴۰۵ را توقیف و رانده را نیز دستگیر کنند.

فرمانده انتظامی استان فارس با بیان اینکه در بازرسی از این خودرو، ۳۸۵ کیلو مواد مخدر از نوع تریاک کشف شد، گفت: یک سواری ۴۰۵ که اسکوروت محموله بود نیز توقیف شد.

سردار حبیبی با اشاره به اینکه در این خصوص ۲ نفر قاچاقچی حرفه‌ای برای انجام مراحل قانونی تحویل مراجع قضایی شدند، تصریح کرد: مبارزه بی امان و مستمر با مواد مخدر و سوداگران مرگ در سطح استان فارس ادامه خواهد داشت.

کشف ۲۳ دستگاه ماینر قاچاق در لارستان

فرمانده انتظامی لارستان از کشف ۲۳ دستگاه استخراج ارز دیجیتال به ارزش ۵ میلیارد ریال در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ داود امجدی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح جزئیات این خبر اظهار داشت: در راستای مبارزه جدی و همه جانبه با پدیده شوم قاچاق، ماموران پلیس امنیت عمومی لارستان با انجام اقدامات فنی و تخصصی از نگهداری استخراج ارز دیجیتال در یک انبار مطلع شدند و بلافاصله موضوع را در دستور کار خود قرار دادند.

وی افزود: ماموران پس از هماهنگی با مقام قضایی به محل مورد نظر اعزام و در بازرسی از آن مکان موفق شدند ۲۳ دستگاه استخراج ارز خارجی قاچاق را کشف کنند.

فرمانده انتظامی شهرستان لارستان با بیان اینکه کارشناسان ارزش ماینرها کشف شده را ۵ میلیارد ریال برآورد کرده‌اند، گفت: در این خصوص یک نفر دستگیر و تحویل مراجع قضایی شد.

این مقام انتظامی خاطر نشان کرد: عده ای فرصت طلب و سودجو به منظور کسب منفعت، دستگاه های استخراج ارز دیجیتال را به صورت غیر مجاز به برق شهری متصل کرده و باعث بروز مشکلاتی برای شهروندان می‌شوند که پلیس در این رابطه با این افسراد برابر قانون قاطعانه برخورد می‌کند.

کشف ۷۹ کیلو تریاک در لارستان

فرمانده انتظامی لارستان از کشف ۷۹ کیلو مواد مخدر از نوع تریاک در بازرسی از سواری پژو ۴۰۵ در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ داود امجدی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، افزود: ماموران انتظامی لارستان در اجرای طرح مقابله با ورود مواد مخدر، هنگام نظارت بر خودروهای عبوری به یک سواری ۴۰۵ مشکوک شدند و دستور ایست را صادر کردند.

وی بیان داشت: ماموران انتظامی پس از طی مسافتی تعقیب و گریز موفق شدند خودرو را توقیف و در بازرسی از آن، ۷۹ کیلو تریاک کشف کنند.

فرمانده انتظامی لارستان با بیان اینکه در این خصوص ۲ نفر قاچاقچی حرفه‌ای دستگیر و تحویل مراجع قضایی شدند، از شهروندان خواست هرگونه اخبار و اطلاعاتی در خصوص تهیه و توزیع، خرید و فروش مواد مخدر و یا سایر جرایم را در اسرع وقت از طریق تلفن ۱۱۰ در اختیار پلیس قرار دهند.

ایست پلیس به پراید حامل ۹۰ کیلو تریاک

فرمانده انتظامی شهرستان فسا از کشف ۹۰ کیلو مواد مخدر از نوع تریاک در بازرسی از یک سواری پراید خبر داد.

سرهنگ محمدحاشم قسام در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان کرد: ماموران پلیس مبارزه با مواد مخدر فسا هنگام نظارت بر محورهای مواصلاتی منتهی به این شهرستان، به یک سواری پراید مشکوک شدند و آن را متوقف کردند.

وی افزود: در بازرسی از این خودرو، ۹۰ کیلو مواد مخدر از نوع تریاک کشف و راننده نیز دستگیر شد.

فرمانده اعطیضا فسا با بیان اینکه متهم پس از انجام مراحل قانونی روانه زندان شد، تصریح کرد: برخورد با قاچاقچیان مواد مخدر و سوداگران مرگ همواره یکی از اولویت‌های پلیس است که انتظامی این شهرستان با جدیت این موضوع را دنبال می‌کند.

بازیس گیری ۲۲ هکتار اراضی ملی در داراب

فرمانده انتظامی داراب از بازیس گیری ۲۲ هکتار اراضی ملی به ارزش ۲۲ میلیارد ریال از افراد سودجو در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ علیرضا نوشاد در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، بیان کرد: در پی شکایت اداره منابع طبیعی در خصوص تصرف اراضی ملی به متراژ ۲۲ هکتار واقع در حوالی روستای مروارید، موضوع در دستور کار پلیس شهرستان قرار گرفت.

وی افزود: در نتیجه تحقیقات و استعلام از مراجع قانونی و انجام بازدید میدانی و کارشناسی اراضی مورد نظر، مشخص شد که افرادی اقدام به تصرف ۲۲ هکتار از اراضی مرغوب دولتی کرده‌اند.

فرمانده انتظامی شهرستان داراب تصریح کرد: در این رابطه ماموران انتظامی با هماهنگی مقام قضایی و با همکاری نماینده اداره منابع طبیعی، اراضی تصرف شده را خلع ید و به بیت المال برگرداندند.

سرهنگ نوشاد با بیان اینکه کارشناسان ارزش زمین‌های مذکور را

فارسی

۲۲ میلیارد ریال برآورد کرده‌اند، عنوان داشت: نیروی انتظامی و دستگاه قضا با افراد ناپاکی که قصد دست درازی به بیت‌المال را داشته باشند برخورد قاطع و قانونی می‌کنند.

گفتنی است در این خصوص تعدادی از کسانی که اقدام به زمین خواری کرده‌اند شناسایی و تلاش برای دستگیری آنان و معرفی به مراجع قضایی ادامه دارد.

دستگیری شکار چپان متخلف و کشف ۸ لاشه خرگوش

فرمانده انتظامی قیروکارزین از دستگیری ۳ شکارچی غیر مجاز و کشف ۸ لاشه خرگوش در این شهرستان خبر داد.

سرهنگ حمیدرضا صالحی‌فرد در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، بیان کرد: ماموران انتظامی شهرستان قیروکارزین هنگام نظارت بر خودروهای عبوری، به یک سواری پژو پارس دارای ۳ سرنشین مشکوک شدند و آن را برای بررسی بیشتر متوقف کردند.

وی افزود: در بازرسی از آن خودرو، ۸ لاشه خرگوش شکار شده کشف و ۳ نفر در این خصوص دستگیر شدند.

فرمانده انتظامی قیروکارزین با بیان اینکه متهمان برای انجام مراحل قانونی به مراجع قضایی معرفی شدند، از شهروندان خواست در صورت مشاهده شکارچیان غیرمجاز، قاچاقچیان مواد مخدر، سرقت و … موضوع را در اسرع وقت از طریق تلفن ۱۱۰ به پلیس اطلاع دهند تا نسبت به شناسایی و دستگیری مجرمان اقدام شود.

دستگیری عامل ایجاد مزاحمت در اقلید

فرمانده انتظامی شهرستان اقلید از شناسایی و دستگیری فردی که با یک قبضه سلاح شکاری باعث رعب و وحشت برای مردم شده بود خبر داد.

سرهنگ مراد صارمی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح جزئیات این خبر بیان کرد: در پی کسب خبری مبنی بر اینکه فردی به هویت معلوم با اسلحه شکاری اقدام به تیراندازی در سطح شهرستان و باعث رعب و وحشت در بین شهروندان شده است شناسایی و دستگیری وی در دستور کار پلیس قرار گرفت.

وی افزود: ماموران انتظامی با اقدامات فنی و تخصصی موفق شدند متهم را شناسایی و وی را در یک عملیات غافلگیرانه دستگیر کنند.

فرمانده انتظامی شهرستان اقلید با اشاره به اینکه در بازرسی از مخفیگاه متهم یک قبضه اسلحه شکاری کشف شد، تصریح کرد: وی برای انجام مراحل قانونی به مراجع قضایی معرفی شد.

سرهنگ صارمی ضمن قدردانی از تعامل و همکاری خوب مردم با پلیس، گفت: نیروی انتظامی با قاطعیت با اخلاک‌گران نظم و امنیت در چارچوب قانون برخورد می‌کند و از مردم درخواست می‌شود در صورت مشاهده فعالیت‌های مجرمانه و غیر قانونی توسط افراد فرص طلب و قانون گریز، در اسرع وقت از طریق تلفن ۱۱۰ پلیس را مطلع کرده تا در کمترین زمان ممکن نسبت به شناسایی و دستگیری مجرمان اقدام شود.

دستگیری مالخر اموال مسروقه در ارسنجان

فرمانده انتظامی ارسنجان از دستگیری یک مالخر حرفه‌ای و کشف مقادیر قابل توجهی اموال مسروقه به ارزش ۲ میلیارد و ۳۰۰ میلیون ریال خبر داد.

سرهنگ محمدعلی فراهادی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان کرد: در پی وقوع چند فقره انواع سرقت، ماموران انتظامی ارسنجان با اقدامات فنی و تخصصی مطلع شدند که یک نفر مالخر اموال مسروقه را از سارقان خریداری و آنان را در مخفیگاه خود دپو کرده است که دستگیری وی را در دستور کار خود قرار دادند.

وی افزود: ماموران انتظامی با اشراف اطلاعاتی و هماهنگی با مقام قضایی موفق شدند مالخر را در یک عملیات ضربتی در مخفیگاهش دستگیر کنند.

فرمانده انتظامی ارسنجان عنوان داشت: در بازرسی از مخفیگاه متهم مقادیر قابل توجهی لوازم مسروقه از جمله تلویزیون، سماور، پیک نیک، کابیل برق، چراغ نفتی، پمپ و موتور کولر، تعدادی شیرآلات، آچارو ….. کشف شد.

سرهنگ فراهادی با بیان اینکه کارشناسان ارزش اموال مشکوفه را ۲ میلیارد و ۳۰۰ میلیون ریال برآورد کرده‌اند، اظهار داشت: متهم پس از انجام مراحل قانونی روانه زندان شد. این مقام انتظامی از شهروندان خواست در صورتی که مورد سرقت قرار گرفته‌اند با مراجعه به پلیس آگاهی اموال خود را شناسایی و هرگونه فعالیت مشکوک را از طریق تماس با مرکز فوریت های پلیسی ۱۱۰ اطلاع رسانی کنند.

افزایش تلفات وقوع توفان در اندونزی

شمار تلفات توفان گرمسیری سروجا در اندونزی به ۱۶۵ تن رسید و حدود ۴۵ نفر دیگر نیز مفقود شده اند.

به گزارش ایسنا، بنابر اعلام مقامات محلی تاکنون بر اثر وقوع توفان گرمسیری سروجا ۱۶۵ تن جان خود را د دست داده و ۴۵ نفر نیز مفقود شده‌اند. همچنین ۲۰ هزار و ۹۲۹ نفر دیگر مجبور به ترک خانه‌های خود شده‌اند.

پلیس اندونزی و ارتش این کشور ۷۵۲۷ نفر را برای امدادرسانی و کمک به یافتن مفقودین این حادثه به محل اعزام کرده است. به گزارش ایسنا به نقل از خبرگزاری شینهوا، بنابر اعلام آژانس ملی مدیریت بلایا در اندونزی، ۱۱۵ مرکز خدمات عمومی در پی وقوع توفان خسارت دیده، تعدادی پل تخریب شده و زمین‌های کشاورزی به زیر آب فرو رفته‌اند. همچنین هزاران خانه دچار خسارت شده‌اند.

تیراندازی به چندین نفر در فروشگاهای در تگزاس آمریکا

پلیس آمریکا اعلام کرد چندین نفر در فروشگاهای در شهر برایان در ایالت تگزاس هدف تیراندازی قرار گرفتند. به گزارش گروه بین‌الملل باشگاه خبرنگاران جوان به نقل از آسوشیتدپرس، پلیس آمریکا از تیراندازی به چندین نفر در فروشگاهای در شهر برایان در ایالت تگزاس خبر داد و اعلام کرد وضعیت برخی از افرادی که به آن‌ها تیراندازی شده وخیم گزارش شده است. نیروهای پلیس در جستجوی فرد مظنون به انجام این تیراندازی هستند. پلیس تگزاس تایید کرده است که چند نفر بر اثر این تیراندازی زخمی شده‌اند، اما هنوز اعلام نکرده است که آیا کسی در این حادثه کشته شده است یا خیر.

رئیس کل بانک مرکزی با بیان اینکه افزایش قیمت بنزین به نرخ ارز شوک وارد کرد، گفت: اعتقادی به سرکوب نرخ ارز ندارم و بانک‌مرکزی برای ثبات در این بازار دخالت می‌کند. نرخ ارز در بازار ثانویه تعیین می‌شود که بازار ثانویه (نیما) به روز و در حال تغییر است و بانک مرکزی در آن دخالتی ندارد و اقدامات بانک مرکزی صرفا برای ثبات و جلوگیری از نوسانات است.

به گزارش ایسنا، عبدالناصر همتی با حضور در کلاب هاوس به پرسش‌های کارشناسان و فعالان اقتصادی پاسخ داد و گفت: تصمیم اینکه من سفیر چین شوم گرفته شده بود و ۱۰ روز سفیر چین بودم ولی برای اجلاس سفرها به تهران برگشتم و همان روز دوم رییس‌ جمهور بنده را خواستند و برای شرایط ارزى مشورت خواستند و ایشان پیشنهاد پذیرش مسئولیت بانک مرکزی را به من دادند. وی افزود: احساس کردم که نیاز است این سکان را به دست بگیرم و می‌دانستم که چه سختی‌هایی دارم ولی خوشحال هستم که سختی ۲۲ ماه را تحمل کردم و برای مردم تا حدی که توان دارم خدمت کردم و می‌دانم مردم سختی می‌کشند و تحریم بسیار سخت است و به خاطر اینکه دشمن نتواند اطلاعات بگیرد نمی‌توانم خیلی توضیح بدهم. **دو مشکل در مدیریت بازار در سال‌های ۹۸ و ۹۹**

همتی با بیان اینکه در این دوره با پشتیبانی مقام معظم رهبری و کل مجموعه دولت توانستم این پیچ اصلی فشار حداکثری را رد کنم، افزود: در پایان سال ۹۸ و در سال ۹۹ مشکلاتی پیش آمد که مدیریت بازار ارز را با دشواری همراه کرد. یکی بحث گران شدن نرخ بنزین و دیگری رفتن اسم ایران به لیست سیاه FATF بود.

رئیس کل بانک مرکزی با بیان اینکه در سال ۹۸ مشکل از افزایش نرخ بنزین شروع شد و افزایش قیمت بنزین به نرخ ارز شوک وارد کرد، گفت: اواخر همان سال نیز مباحث مرتبط با اف ای تی اف و ورود به لیست سیاه به عنوان شوک‌های سیاسی و روانی بر بازار ارز تاثیر گذار بود و لذا بعضا فشارها و عوامل سیاسی و بیرونی کار را از دست ما خارج کرد. من که توانستم نرخ ارز را برای یکسال ۱۱ تا ۱۳هزار تومان حفظ کنم با نرخ ۱۵هزار تومان مواجه شدم.

وی با بیان اینکه در سال ۹۹ اتفاقات زیادی رخ داد که اثر منفی شدیدی بر نرخ ارز گذاشت، ادامه داد: از جمله این اتفاقات، درخواست مکانیزم ماشه توسط آمریکایی‌ها بود که علیرغم اینکه ای نیابورد، ولی اثر منفی بر بازار ما گذاشت. همچنین ۱۸ بانک ما تحریم ثانویه شدند که همین امر باعث تشدید شرایط مخرب شد و افزایش انتظارات تورمی را به دنبال داشت.

رئیس کل بانک مرکزی ادامه داد: من تمام تلاشم را کردم و در اذهان از دلار ۲۵هزار تا ۶۰ هزار تومانی صحبت می‌کردند و همه این‌ها به انتظارات تورمی دامن زد و هدفگذاری تورمی ما را با مشکل مواجه کرد؛ هدف‌گذاری تورمی به این معنا نیست که حتما به آن برسیم بلکه باید به آن نزدیک شویم

رئیس کل بانک مرکزی با بیان اینکه افزایش قیمت بنزین به نرخ ارز شوک وارد کرد، گفت: اعتقادی به سرکوب نرخ ارز ندارم و بانک‌مرکزی برای ثبات در این بازار دخالت می‌کند. نرخ ارز در بازار ثانویه تعیین می‌شود که بازار ثانویه (نیما) به روز و در حال تغییر است و بانک مرکزی در آن دخالتی ندارد و اقدامات بانک مرکزی صرفا برای ثبات و جلوگیری از نوسانات است.

که نزدیک هم شدیم. ما اوراق فروختیم و با آن کسری بودجه و تشدید تورم را کنترل کردیم.

تاثیر انتشار اوراق بر جلوگیری از افزایش نقدینگی
همتی ضمن تأکید براینکه کارگزاری بانک مرکزی توانست ۱۲۵ هزار میلیارد تومان اوراق به فروش برساند، افزود: اگر این اقدام انجام نمی‌شد به تنهایی می‌توانست ۳۲ واحد درد به نقدینگی اضافه کند که از آن جلوگیری کرد. رئیس کل بانک مرکزی درباره بازار ارز و سیاست‌های ارزی این بانک نیز اینطور توضیح داد که اعتقادی به سرکوب نرخ ارز ندارم. دخالت بانک‌مرکزی در بازار ارز و تعیین نرخ را به طور قطعی رد می‌کنم و بانک‌مرکزی برای ثبات دخالت می‌کند و من اعتقادی به سرکوب نرخ ارز ندارم و نرخ ارز در بازار ثانویه تعیین می‌شود. بازار ثانویه (نیما) به روز و در حال تغییر است و بانک مرکزی در آن دخالتی ندارد و اقدامات بانک مرکزی صرفا برای ثبات و جلوگیری از نوسانات است.

وی در ادامه در خصوص تسعیر نرخ ارز افزود: تسعیر ارز صندوق توسعه ملی بر اساس اصل قانونی است و کسی نمی‌تواند از آن استکفاف کند علیرغم این موضوع بنده تا حد توان مقاومت کردم. اقتصاد ما بر ارز آوری صادرات غیرنفتی متکی است.

همتی با بیان اینکه در سال گذشته ۳۷ میلیارد دلار واردات داشتیم که دو سوم آن توسط صادرات غیرنفتی تأمین شد، افزود: خالص دارایی ارزی بانک مرکزی بر اساس سیاست‌های مدون است و ارزیابی در این خصوص وجود ندارد. نرخ ارزی که سرکوب بشود و باعث خروج سرمایه شود از نظر من مردود است.

بانک مرکزی اجازه خروج سرمایه نمی‌دهد
رئیس کل بانک مرکزی ادامه داد: اگر بخواهیم خالص دارایی‌های ارزی بانک مرکزی را خرج کنیم بر اساس سیاست‌های ارزی این کار را انجام می‌دهیم و اجازه خروج سرمایه نمی‌دهیم. تقریبا ۶۵ میلیارد تومان ارز صادراتی به چرخه اقتصاد کشور بازگشته است. دو سوم تأمین واردات ما در کل کشور را صادرات غیرنفتی تأمین می‌کند و ما هیچ‌وقت صادرات را سرکوب نکردیم.

مخالف ارز ۴۲۰۰ تومانی هستیم
وی با بیان اینکه سیاستگذاری ارز ۴۲۰۰ تومانی باید در دولت صورت گیرد، گفت: من هم مخالف ارز ۴۲۰۰ تومانی بودم به عنوان رئیس کل بانک مرکزی هم نمی‌توانم خارج از مجموعه تصمیمات اقتصادی کشور عمل کنم؛ اما به عنوان فردی، با این ارز مخالف هستم. **آخرین وضعیت منابع ارزی بلوکه شده در کره جنوبی**

رئیس کل بانک مرکزی مطرح کرد

آغاز شوک‌های ارزی با افزایش قیمت بنزین

نرخ ارز را سرکوب نمی‌کنم



همتی افزود: درخصوص کره جنوبی صحبت‌های بسیاری می‌شود که این موارد را تکذیب می‌کنم. مسئول آن پول‌ها بانک مرکزی است و در این زمینه هنوز اتفاقی نیفتاده و البته استفاده از این منابع حق جمهوری اسلامی ایران است.۷ میلیارد دلار منابع بلوکه شده در کره جنوبی باید هر چه زودتر آزاد شود و قطعا پیگیر دریافت جریمه آن هم خواهیم بود. وی با بیان اینکه بانک مرکزی با استفاده از منابع خود ۱۱ هزار میلیارد دلار تأمین ارز کرده است، گفت: اف ای تی اف جز ضرورت‌های فعالیت بانکی است که اگر تصویب نشود به خصوص در زمانی که تحریم‌ها برداشته شود، در مبادلات بانکی دچار مشکل می‌شویم.

پیگیر وام از صندوق بین‌المللی پول هستیم

رئیس کل بانک مرکزی ادامه داد: ۵ میلیارد دلار وام حق ایران از صندوق بین المللی پول بود که با لایه آمریکایی‌ها هیات عامل صندوق حتی نتوانستند این درخواست ما را در مورد مطرح کنند. البته من چندین مرتبه در این خصوص نامه نگاری کردم و باز هم پیگیری می‌کنم که این حق ایران را بگیریم. ما ۶۰ سال است عضو صندوق هستیم. صندوق سیستمی به نام RFI دارد و در شرایط کرونا به کشورهای دارای مشکل کمک می‌کند. البته این وام مشروط نیست. وی بیان کرد: رئیس بانک مرکزی در جهت نفی در جلسات دولت حضور دار ند به جهت اثبات. در واقع من در دولت حضور دارم که بار مضاعف مالی به بانک مرکزی و بانک‌ها تحمیل نشود.

همتی با بیان اینکه ساختار بانک مرکزی باید اصلاح شود، گفت: باید سرمایه گذاری در کشور را تقویت کنیم؛ متوسط تشکیل سرمایه ثابت ناخالص داخلی ایران ظرف ۱۰ سال گذشته، نیم درصد به طور میانگین بوده و بنابراین در طول

اقتصاد

رئیس کل بانک مرکزی مطرح کرد

آغاز شوک‌های ارزی با افزایش قیمت بنزین

نرخ ارز را سرکوب نمی‌کنم

را پایین بیاورد و بعد بالا ببرد و بورس را بهم بریزد. واقعا رئیس کل بانک مرکزی این طور قدرتمند است؟ در حالیکه دو ماه ابتدایی ۹۹ معادل ۷۱ هزار میلیارد تومان اضافه ذخیره بانک‌ها نزد بانک مرکزی بود که الان به زیر ۲۰ هزار میلیارد تومان رسیده است. وی افزود: اگر قرار بود که بانک مرکزی این گونه در بورس عمل کند باید کانال هدفگذاری را به ۱۸ درصد در بازار بین بانکی برای نرخ سود می‌رساندم، اصا این کار را نکردم. ۴ فاکتور را به خاطر بورس تغییر دادم، چراکه می‌خواستیم نرخ تسهیلات، ناترازی بانک‌ها و کمک به بورس را صورت دهم و بنابراین انگیزه ندارم نرخ سود بانکی را بالا بیاورم.

نظر همتی درباره تغییرات دامنه نوسان و مقنارن بورس

همتی با بیان اینکه برخی با سود نظام بانکی زندگی می‌کنند در حالیکه متأسفانه برخی یکی بعدی نگاه می‌کنند، تصریح کرد: ما به دنبال ثبات بازار بورس هستیم این در حالی است که آینده از آن بازار سرمایه است و همه باید کمک کنیم؛ الان نیز باور دارم که ۵۰ درصد سهام در بازار ارزشمند است؛ البته سازمان بورس هم باید سیاستگذاری‌های ثبات بخشی را برای بورس در نظر بگیرد این در حالی است که دامنه نوسان، دامنه مقنارن و مواردی از این دست که مدام در حال تغییر است، غلط است. وی ضمن تأکید براینکه من هم دغدغه بورس را دارم، افزود: نمی‌شود که یک بازار همیشه بازدهی خوب داشته باشد و بقیه بازارها خراب باشند؛ اما پیش بینی می‌کنم که شرایط اقتصادی ما به سمت مثبت بیشتری پیش می‌رود اما بورس هم روزهای خوبی خواهد داشت.

رئیس کل بانک مرکزی در خصوص کارسازی پول‌های بلوکه شده ایران که آزاد شد، گفت: هر پولی که آزادسازی شده است، مشخص است که در کجا هزینه می‌شود؛ اما نباید بر اساس حدسیات حرف زد. منابع متعلق به نظام جمهوری اسلامی ایران است که باید در مورد آن توضیح داده شود. همتی گفت: ظرف یک هفته یا یک ماه کار به نحوی می‌شود که ۲۰ هزار میلیارد تومانی که معمول بود ذخایر اضافه بانک‌ها باشد، به ۷۰ هزار میلیارد تومان رسید؛ یعنی ۵۰ هزار میلیارد تومان به ذخایر اضافه شد؛ چراکه کسی وام نگرفت و ظرف یک ماه این اتفاق افتاد.

وی افزود: ما اوراق بدی را تازه شروع کرده بودیم و الان تازه از نیمه سال ۹۹ به بد که بخشی از اوراق دولتی را به صورت عملیات ریو از بانک‌ها بگیریم و در حال انجام این کار هستیم. اینجا است که متوجه می‌شویم عملیات بازار باز چقدر مهم است.

نرخ ارز را بازار تعیین می‌کند

همتی گفت: اگر عرضه ارز در بازار زیاد شود، نرخ کاهش می‌یابد؛ قیمت را هم بازار تعیین می‌کند؛ اما

بانک مرکزی طرفدار ثبات بازار ارز است. البته سال ۹۹ به خاطر انتظارات تورمی که اوایل سال ایجاد شد و مطالبی مطرح شد که همه انتظار رشد ۱۰۰ درصدی نقدینگی داشتند، و این به خاطر انتظارات عجیبی بود که در جامعه ایجاد شد و نرخ رشد پول در مرداد به ۸۸ درصد رسید که نشان از سیالیت پول دارد.

وی افزود: این انتظارات تورمی را شکل داد و مجموعه این اتفاقات سبب شد که انتظارات در بازار سهام بالا رود و خیلی از تحلیلگران بازار سرمایه، سهام را با دلار ۶۰ هزار تومانی تحلیل کردند. در مورد نرخ بهره اطمینان می‌دهم که اقدامی نمی‌کنم که بازار سرمایه بهم بخورد.

همتی گفت: در مورد تغییر نرخ بهره نیز تصمیم نگرفتم، اما اگر در مورد تورم توانستم رقم را کاهش دهم، نرخ بهره را هم تغییر می‌دهیم، اما در مورد نرخ بهره بازار بین بانکی نیز به صورت جدی کنترل‌های لازم را می‌کنیم تا نرخ بازار بین بانکی بالا نرود.

کاهش ۹۲ درصدی درگاه‌های اینترنتی قمار

وی گفت: در بخش آی تی اقدامات جدی در حوزه پولشویی انجام داده اند و کارهای آنها بسیار مهم در حوزه قمار بوده است. اکنون کاهش ۹۲ درصدی را در درگاه‌های اینترنتی قمار شاهد هستیم؛ دو سال است که فو ل کار می‌کنیم تا بتوانیم موضوع درگاه‌های قمار را ساماندهی کنیم.

همتی بیان کرد: اثرات سامانه‌های بانک مرکزی را به زودی خواهیم دید البته قبول دارم که سیستم بانکی باید همراهی جدی تری داشته باشند و بنابراین باید قوه قضاییه نیز اطلاع رسانی کند ولی بانک مرکزی مصمم است جلوی این فعالیت‌ها را بگیرد.

وی افزود: مدتی ما بر روی اف ای تی اف کار کردیم و شرایط سیستم بانکی به دور از ضوابط آن نیست و ما بخشی از کارهای خود را هم شروع کردیم. امیدوارم روزی سلطه مالی آمریکا هم برود مطمئن هستیم که اگر پیشنهادات ایران در مورد صندوق بین المللی پول برود، تا ۵۰ درصد تصویب می‌شود. کشور چین و روسیه همراه ایران بودند و البته حمایت‌های محکم سیاسی داشتند؛ و در مسائل اقتصادی در شرایط تحریم خیلی کمک‌های خوبی داشتند و ما استفاده لازم را در این مدت از این روابط صورت دادیم.

بانک‌های ادغامی بعد از ادغام خلق نقدینگی نکردند

همتی گفت: برخی از بانک‌های نیروهای مسلح مثل قوایم مشکلات جدی داشت و خلق نقدینگی با ادغام ایجاد نشد؛ اما پیش از ادغام خلق نقدینگی شد البته نیروهای مسلح بانک‌های خیلی خوبی هم داشتند که از ادغام آنها، بخشی از ناترازی کاهش یافت ولی بعد از ادغام شرایط بهتر شده است.

وی افزود: وزیر اقتصاد جواب سئوالات مجمع در حوزه اف ای تی اف را ارسال کردند. اینستکس یک موضوع فیک بود که حتی کسانی هم که عضو اینستکس بودند به آن باور نداشتند.

فولاد مبارکه برترین الگوی مصرف آب در میان فولاد سازان جهان دارد



فولاد مبارکه هم‌واره مدیریت پایدار آب و توجه به ارزش اساسی آب را سرلوحه کار خود قرار داده و توانسته است در مقایسه با شرکت‌های بزرگ فولادساز جهان، رکورددار کم‌ترین حجم آب مصرفی به ازای هر تن تولید فولاد باشد.

به گزارش ایراسین، ایران سرزمین کم بارشی است و طبق آخرین گزارش وزارت نیرو، اسمال خشکسالی و مشکلات آبی کشور را تهدید می‌کند چرا که میزان بارندگی سال آبی بسیار پایین بوده است. از طرف دیگر تخییر آب در کشورمان به قدری زیاد است که سه برابر میزان تخییر میانگین آب در جهان محاسبه شده است. آن هم در کشور ما که آمار بارندگی های سالانه اش، حکایت از آن دارد که یک سوم میانگین جهانی بارندگی است؛ آمارهایی که نشان می‌دهد چقدر اوضاع آب در کشورمان وخیم و بحرانی است.

در بیشتر مناطق ایران میزان بارندگی زیر ۱۰۰ میلی لیتر و میانگین تخییر سالانه ۲۵۵۶ میلی‌لیتر در سال است؛ این در حالی است که بحران آب، مشکلات زیست‌محیطی، اجتماعی و سیاسی را به وجود می‌آورد که در نتیجه آن، راهکارهای مختلفی در خصوص کاهش مصرف آب در حوزه‌های مختلف پیشنهاد می‌شود.

اما بر خلاف تصور عمومی به طور میانگین ۹۰ درصد آب کشور در بخش کشاورزی، ۷ درصد برای شرب و تنها ۳ درصد در صنعت مصرف می‌شود، در حالی که صنعت ۲۰ برابر کشاورزی شغل ایجاد می‌کند.

با همه این تفاسیر توجه به کمبود آب همواره در کارخانه های صنعتی به خصوص سیستم‌های خنک‌کن آنها مورد توجه افکار عمومی و رسانه ها بوده است.

در این میان فولاد مبارکه همواره مدیریت پایدار آب و توجه به ارزش اساسی آب را سرلوحه کار خود قرار داده توانسته است در مقایسه با شرکت‌های بزرگ فولادساز جهان رکورددار کمترین حجم آب مصرفی به ازای هر تن تولید فولاد باشد.

موضوعی که باعث شده شرکت فولاد مبارکه در زمینه مصرف آب به عنوان شاخص جهانی مطرح شود، یعنی تنها در بین رقبای داخلی، کمترین مصرف آب برای تولید یک تن فولاد را دارد بلکه

عضو اتاق بازرگانی تهران: دولت خود مانع اصلی تولید است
عضو هیات نمایندگان اتاق بازرگانی تهران می‌گوید، برخی تصمیمات غلط دولتی به عنوان بخشی از موانع اصلی تولید باید کنار بروند. محرمرضا نجفی منش در گفت و گو با ایسنا، اظهار کرد: یکی از اصلی‌ترین مسائلی که بخش خصوصی در طول سال‌های گذشته همواره بر آن تأکید داشته و آن را مقدمه‌ای برای بهبود تولید می‌داند، کاهش دخالت‌های دولت در اقتصاد و امکان باز گذاشتن دست فعالان اقتصادی برای تولید و حضور در عرصه‌های مختلف است. وی با بیان اینکه مداخله در شرایط بازارهای مختلف، پیش‌بینی پذیری اقتصاد ایران را بسیار دشوار کرده، توضیح داد: یک سرمایه گذار برای ورود به حوزه تولید، نیاز به آن دارد که شرایط را رصد کرده و حدس بزند که در آینده چه بر سر سرمایه‌اش خواهد آمد اما وقتی مداخلات ادامه یابد و مشخص نباشد که مسیر واقعی اقتصاد به کدام سمت است، شرایط برای سرمایه گذار دشوار می‌شود. عضو اتاق بازرگانی تهران با اشاره به وضعیت بازار خودرو در سال‌های گذشته گفت: در شرایطی که بسیاری از بازارها بدون مداخله دولت و به تناسب افزایش قیمت‌ها و تورم، با قیمت‌های جدید محصولات خود را عرضه می‌کنند، در بازار خودرو دولت اصرار دارد که قیمت‌ها باید به شکل دستوری تعیین شده و از یک حدی بالاتر نرود که نتیجه آن را به وضوح در بازار خودرو می‌بینیم. نجفی منش ادامه داد: امروز خودروسازان اصلی کشور با زبانی گسترده مواجه هستند و همین زیان فشار خود را بر وضعیت مالی قطعه سازان نیز می‌گذارد و از سوی دیگر بازار آزاد دلالتان با قیمت‌ها همه کار می‌کنند. این رویه غلط باید اصلاح شود و تداوم آن تنها به اقتصاد ایران خسارت خواهد زد. وی با اشاره به مشکلاتی که ارز چندنرخه در اقتصاد ایران به وجود آورده، بیان کرد: ما بارها گفته ایم که در فضای رقابت، رانت و شرایط ویژه نباید وجود داشته باشد و طرف‌ها باید در فضای برابر رقابت کنند و اگر دولت قصد کمک به اقشار کم درآمد را دارد این کمک باید به شکل مستقیم انجام شود. از این رو اگر بحث بر سر مانع زدایی باشد، به نظر می‌رسد سیستم تصمیمات غلط و محدود کننده، اصلی ترین مانع‌هایی هستند که باید از سر راه تولید برداشته شود.
وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات اعلام کرد کلاب هاوس فیلتر نیست
منشا اختلالات فیلترشخص نیست وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات با بیان اینکه کلاب هاوس فیلتر نیست، گفت: فیلتر قواعد و ضوابط خود را دارد و نباید تشویش اذهان عمومی کرد. به گزارش ایسنا، در پی اختلال در دسترسی بسیاری از کاربران اپلیکیشن کلاب‌هاوس، نگرانی‌ها از فیلتر شدن این اپلیکیشن مبتنی بر صدا در کشور افزایش یافت. در این زمینه، محمد جواد آذری جهرمی که در نشست آنلاین رئیس کل بانک مرکزی با کارشناسان و فعالان اقتصادی در کلاب هاوس حضور داشت، در واکنش به قطع مکرر ارتباط اعضای نشست و مطرح شدن گمانه فیلتر شدن کلاب هاووس از عصر پنجشنبه در ایران گفت: کلاب هاوس فیلتر نیست و مشکلاتی که برای کاربران ایجاد شده ممکن است ناشی از مسائل فنی باشد. وی افزود: این اختلال فقط در زمان ۴ عصر روز پنجشنبه رخ داد ولی اکنون کلاب هاوس فیلتر نیست و همه بدون فیلتر شکن می‌توانند وارد شوند. آذری جهرمی گفت: هم اکنون ۶۴۰۰ نفر در این روم حضور دارند و به نظر می‌رسد ماجرای فیلتر بودن، بیشتر یک فرافکنی است؛ این در حالی است که «فیلتر کردن»، قواعد خاص خودش را دارد و نباید با مطرح کردن «فیلتر شدن کلاب هاوس»، اقدام به تشویش اذهان عمومی کرد. وی با بیان اینکه منشأ اختلال عصر پنجشنبه هنوز مشخص نیست، گفت: در حال حاضر به جز اختلالات مختصری که روی ارتباطات همراه اول ادامه دارد، اختلال جدی دیگری وجود ندارد و کاربران این شبکه بدون استفاده از فیلترشکن می‌توانند به کلاب هاوس وصل شوند.

فرمانده سپاه فجر:

همه کمک کنند تیم لیگ برتری داشته باشیم



ایرنا: فرمانده سپاه فجر با بیان اینکه حق فارس است که در همه عرصه ها سرآمد باشد و انتظار است همه کمک کنند تیمی در لیگ برتر فوتبال داشته باشیم، گفت: ورزش هم یکی از مهم‌ترین عرصه‌هاست و ناراحت هستیم که فارس سال‌هاست در لیگ برتر فوتبال تیمی ندارد. به گزارش ایرنا سردار یدلا، بوعلی در حاشیه دیدار تیم های فجر شهید سپاسی شیراز و شهداری آستارا در گفت وگو با خبرنگاران افزود: باید همه با اراده کمک کنند تا به زودی یک یا ۲ تیم در لیگ برتر داشته باشیم. وی اضافه کرد: از همان ابتدا به لیگ برتر باور داشتیم از این رو در سخت‌ترین شرایط پای این تیم ایستادیم و خوشحالی‌ام از اینکه نتیجه این تلاش ها را می بینیم. بوعلی از عملکرد تیم فوتبال فجرشهید سپاسی‌سی در نخستین بازی سال جدید ابراز رضایت کرد و بیان داشت:

تیم فجر امید زیادی برای صعود به لیگ برتر دارد و با

تمام توان برای تحقق این امر مهم این تیم را همراهی خواهیم کرد.

وی ادامه داد: به عنوان فرمانده سپاه استان، از همان روز اول گفتم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

فرمانده سپاه فجر- در مورد بازی تیم- فجر مقابل شهداری آستارا هم گفت: کادر فنی خوب تیم با برنامه ریزی نقاط ضعف را برطرف کردند از این رو شاهد یکی از بازی‌ها بودیم که ما نسبت به این استان مدیون هستیم و هرآنچه از دستمان برآید، باید برای رشد فارس انجام می دهیم ضمن اینکه این حرف را زمانی زدم که تیم فجر در بدترین شرایط قرار داشت اما محکم پشت این تیم ایستادیم و هم اینکه با توکل به خداوند متعال، همراهی مردم و مسوولان، با تمام وجود به این تیم کمک خواهیم کرد تا به جایگاه گذشته خود برسد.

لارستان فارس میزبان اردوی تیم ملی کشتی آلیش کلاسیک مردان ایران شد

ایرنا: لارستان استان فارس از روزهای بیست و هشتم فروردین تا سوم اردیبهشت ۱۴۰۰ میزبان اردوی ملی پوشان کشتی آلیش کلاسیک مردان ایران و همچنین رقابت های انتخابی داخلی این رشته ورزشی خواهد بود. رئیس اداره ورزش و جوانان لارستان گفت: بیش از ۳۰ ورزشکار از استان های مختلف تهران، قم، کرمانشاه، مازندران، سمنان، گیلان، فارس، خراسان رضوی، خراسان شمالی و چهارمحال و بختیاری در این اردو حضور دارند.

محمدحسن طبیبی پنجشنبه در گفت وگو با ایرنا اظهار داشت: ورزشکاران دعوت شده به اردوی تیم ملی کشتی آلیش کلاسیک مردان ایران در اوزان مختلف ۶۰، ۸۰، ۹۰ و ۱۰۰ کیلوگرم در این اردو حضور خواهند داشت.

وی با بیان اینکه ملی پوشان تیم کشتی آلیش کلاسیک مردان کشورمان از بیست و هشتم فروردین ماه ۱۴۰۰ در سالن چند منظوره زنده یاد رزمیوش لارستان اردو می زنند، اضافه کرد: رقابت های انتخابی تیم ملی این رشته برای حضور در رقابت های قهرمانی آسیا و جهان نیز دوم اردیبهشت ماه ۱۴۰۰ به میزبانی لار برگزار می شود.

رئیس اداره ورزش و جوانان لارستان با اشاره به اینکه محمدرضا عسکریور تنها کشتی گیر لارستانی در این اردوی تیم ملی کشتی آلیش کلاسیک حضور دارد، افزود: دکتر محمود عسکریور، دکتر سکینه طاهری، خلیل نظری، داود عسکریور و حکمت ... ملنفت از لارستان نیز به ترتیب به عنوان پزشک، فیزیوتراپیست، ماساژور، سرپرست و مربی در اردوی تیم ملی کشتی آلیش بزرگسالان کشورمان حضور دارند.

طیبی بیان کرد: چهار نفر از پیشکسوتان کشتی لارستان در ترکیب اعضای کمیته فنی پیکارهای کشتی آلیش کلاسیک ایران نیز حضور دارند.

وی گفت: احمد رحیمی، علی اکبر عسکریور، غلامرضا غلامحسین نژاد و حسن امین پور از لارستان در کنار هادی محبی از تهران، اعضای کمیته فنی رقابت های انتخابی تیم ملی این رشته را تشکیل می دهند.

وی با تأکید بر اینکه از علیرضا دبیر رئیس فدراسیون کشتی وقهرمان جهان والمیک برای حضور در رقابت های انتخابی تیم ملی کشتی آلیش بزرگسالان کشورمان دعوت شده است، گفت: در تلاش هستیم تا مجوز بخش مستقیم این رقابت ها از شبکه ورزش را نیز کسب کنیم. گفتنی است لارستان دارای بیش از ۵۰ هیات ورزشی در رشته‌های مختلف است که در قالب حدود هشت هزار ورزشکار ساماندهی شده است.

نایبانیان ایران در سه رشته رقابت‌های پاراآسیایی جوانان شرکت می‌کنند

ایرنا: نایب رئیس فدراسیون نایبانیان و کم‌بیناییان با اشاره به اینکه درمسابقات پاراآسیایی جوانان رشته های مختلفی شرکت دارند، اعلام کرد: ورزشکاران نایبانی ایران هم در این پیکارها در سه رشته شرکت می‌کنند.

علی اصغر هادی زاده پنجشنبه در گفت وگو با خبرنگار ایرنا در شیراز افزود: رقابت های زیر ۱۸ سال جوانان آسیا، آبان ماه ۱۴۰۰ در کشور بحرین برگزار می شود. وی اضافه کرد: در بخش نایبانیان رشته های گلبال و دو و میدانی در رده بانوان و آقایان و شنا هم در رده آقایان برگزار می شود و می کوشیم با قدرت در این رقابت های مهم شرکت کنیم. هادی زاده ادامه داد: با توجه به شرایط کرونا برای انتخاب تیم ملی دو و میدانی به صورت غیرمتمرکز از هفدهم فروردین ماه از استان هرمزگان کار را شروع کردیم و تا ۲۶ فروردین ماه نیز در سایر استان ها ادامه دارد.

از تمام ظرفیت ها برای داشتن تیم های قوی استفاده می کنیم
وی بیان داشت: ممکن است برخی از شهرستان هم نفراتی داشته باشند که مربیان از آنها تست می گیرند و به اردوی تیم ملی معرفی می کنند تا این گونه بتوانیم از تمام ظرفیت های کشور برای انتخاب شایسته ها در تیم ملی دو و میدانی استفاده کنیم. هادی زاده ادامه داد: اگر شرایط کرونا بهتر شد مربیان به صورت متمرکز ورزشکاران را آماده رقابت های پاراآسیایی می کنند.

وی اظهار داشت: با وجود اینکه شیراز در وضعیت قرمز کرونا قرار دارد با رعایت پروتکل های بهداشتی استعداد های خوبی از فارس معرفی شدند که از این همکاری تشکر می کنیم.

برای رشته شنا هنوز کار خاصی صورت نگرفته
نایب رئیس فدراسیون نایبانیان با اظهار اینکه هم ایک اردوی تیم ملی گلبال ایران در یزد در حال بر گزاری است، گفت: اما برای شنا با توجه به اینکه استخرها تعطیل است هنوز کار خاصی صورت نگرفته، قطعا تا شروع این رقابت ها برای این تیم هم تمهیداتی در نظر داریم تا با آمادگی کامل راهی رقابت های آسیایی شوند.

وی بیان کرد: مصمم هستیم تا سه رشته مورد نظر در رقابت های پارا آسیایی با تمام توان شرکت کنند و این امیدواری وجود دارد تا ورزشکاران نایبنا و کم بینای ایران در این رقابت های مهم همچون سه دوره گذشته افتخار کسب کنند.

هادی زاده در مورد برنامه این فدراسیون در سال ۱۴۰۰ گفت: طبق تقویم ورزشی فدراسیون و با توجه به شرایط کرونا این آمادگی را داریم تا تمام برنامه ها در سال جاری را اجرایی کنیم، چهارمین دوره مسابقات پارا آسیایی جوانان آسیا در سال ۲۰۲۱ قرار است آبان ماه ۱۴۰۰ به میزبانی بحرین در این کشور برگزار شود.

رشته دوومیدانی، بدمتنون، بوچیا، گلبال، وزنه‌برداری، شنا، پینگ پنگ، تکواندو و بسکتبال با ویلچر از جمله رشته هایی است که ورزشکاران شرکت کننده در آنها رقابت می کنند.

تاکنون سه دوره بازی‌های پاراآسیایی جوانان طی سال‌های ۲۰۰۹ تا ژاپن، ۲۰۱۳ در مالزی و ۲۰۱۷ در امارات برگزار شده و کشورمان با حضور در هر سه دوره، در تمام دوره ها موفق به کسب نایب قهرمانی شده است.

شناگر ملی رکورد ۲۰۰ متر پروانه را شکست

شناگر جوان تیم ملی در مسابقات بین‌المللی شنا امارات رکورد ماده ۲۰۰ متر پروانه را جابه‌جا کرد.

به گزارش ایسنا، متین بالسنی، عضو تیم ملی شنا ایران توانست در مسابقات بین‌المللی شنا امارات رکورد ماده ۲۰۰ متر پروانه را پس از ۱۴ ماه بار دیگر جابه‌جا کند. او در مسابقات توانست در زمان ۲:۰۱/۶۷ این ماده را شش کند. بالسنی در بهمن سال ۹۸ و پیش از شیوع بیماری کرونا موفق شده بود رکورد ماده ۲۰۰ متر پروانه را پس از ۱۱ سال جابه‌جا کند. بالسنی روز جمعه ۲۰۰ متر را در زمان ۲:۰۱/۶۷ شش کرد و رکورد جدیدی در این ماده به ثبت رساند. رکورد پیشین این ماده ۲:۰۲/۲۰ بود که به نام بالسنی به ثبت رسیده بود. بالسنی به منظور کسب آمادگی بیشتر برای حضور در مسابقات انتخابی المپیک در این رویداد شرکت کرده است. رکورد شناگران در این مسابقات با توجه به استانداردهای لازم فدراسیون جهانی شنا از جمله تاچ و درم افزار ثبت رکورد (میت منیجر) و دآوری بین‌المللی در لیست رکوردهای فینا به ثبت می‌رسد.

کشتی گیر شیرازی سهمیه المپیک ۲۰۲۱ توکیو را به دست آورد



ایرنا: محمدرضا گرایی کشتی گیر جوان شیرازی با رسیدن به مرحله نهایی وزن ۶۷ کیلو گرم رقابت های کشتی فرنگی گزینشی قاره آسیا که در شهر آلمانی کشور قزاقستان در حال برگزاری است، سهمیه المپیک ۲۰۲۱ توکیو را به دست آورد.

به گزارش ایرنا، گرایی روز جمعه بیستم

فروردین ماه در دور نخست این پیکارها در

کمتر از یک دقیقه با نتیجه هشت بر صفر، شروز اورچیلوف از تاجیکستان را شکست داد به مرحله بعد صعود کرد.

این کشتی گیر شیرازی در مرحله دوم با برتری هشت بر صفر مقابل احمد داششان از اردن راهی مرحله نیمه نهایی شد.

گرایی در مرحله نیمه نهایی به مصاف آشو دارنده مدال برنز آسیا از کشور هند رفت و با نتیجه ۹ بر صفر حریف خود را مغلوب و با اقتدار و بدون دادن امتیاز به حریفانش راهی فینال شد تا چهارمین سهمیه در کشتی فرنگی المپیک ۲۰۲۱ را از آن خود کند.

حریف محمدرضا گرایی در دیدار فینال ۶۷ کیلوگرم، هان سو ریو قهرمان جهان از کره جنوبی است و در صورتی که گرایی بتواند این کشتی گیر کره‌ای را در فینال از پیش رو بردارد با گرفتن نشان طلا راهی المپیک می شود، نشان نقره گرایی قطعی است.

پیشتر نیز در کشتی فرنگی علیرضا نجاتی، محمدعلی گرایی و امیر قاسمی منجزی در پیکارهای جهانی سال ۲۰۱۹ موفق به کسب سهمیه المپیک در وزن‌های ۶۰، ۷۷ و ۱۳۰ کیلوگرم شدند.

محمدعلی گرایی برادر بزرگتر محمدرضا در سال ۲۰۱۹ در پیکارهای انتخابی جهان با گرفتن مدال برنز، سهمیه وزن ۷۷ کیلوگرم رقابت های کشتی فرنگی المپیک ۲۰۲۱ را کسب کرد.

حضور ۲ برادر شیرازی برای نخستین بار در کشتی فرنگی المپیک

با گرفتن سهمیه توسط محمدرضا گرایی در پیکارهای انتخابی سهمیه المپیک، آنها تنها برادران کشتی گیری هستند که برای نخستین بار در تاریخ کشتی فرنگی ایران در المپیک شرکت می کنند و یک رکورد از خود به جای می گذارند.

پیشتر نیز برادران خادم (رسول و امیر رضا) در کشتی آزاد المپیک ۱۹۹۶ آتلانتا و ۱۹۹۲ بارسلونا شرکت داشتند اما در کشتی فرنگی برای نخستین بار است که این ۲ برادر شیرازی در المپیک ۲۰۲۱ توکیو شرکت می کنند.

امید نوروزی تنها کشتی گیر شیرازی است که در المپیک ۲۰۱۲ لندن در وزن ۶۰ کیلوگرم کشتی فرنگی نشان طلا گرفت.

محمدعلی گرایی تاکنون مدال طلای بازیهای آسیایی ۲۰۱۸ جاکارتا و چندین نشان نقره و برنز مسابقات کشتی آسیا، جهان و بین المللی را در کارنامه دارد. همچنین محمدرضا گرایی هم مدال طلای امیدهای جهان و برنز بازی‌های آسیایی را گرفته است.

رقابت‌های کشتی گزینشی المپیک ۲۰۲۱ توکیو در قاره آسیا بیستم لغایت بیست و دوم فروردین ماه ۱۴۰۰ در شهر آلمانی کشور قزاقستان برگزار می شود و تیم ملی کشتی فرنگی و آزاد کشورمان برای کسب ۶ سهمیه باقی مانده در این پیکارهای مهم حضور دارد.

عزیزی خادم:

کسی حاضر نشد سرپرست تیم ملی شود!

دستمزد داوران فوتبال سه برابر می‌شود



در دادگاه CAS گفت: درباره پرونده ویلموتس هم باید بگویم که ما بدهی ۶ میلیون و ۵۰۰ هزار یورویی داریم. دادگاه این پرونده عقب افتاده و به اوایل تیرماه موکول شده است. ما امیداریم که این بدهی را کم کنیم. این موضوع هیات رئیسه قلیی و وزارت ورزش را درگیر کرده است. تیم ملی را به لبه تیغ برده‌ام، بی‌اعتمادی به وجود آمده و مسائلی به فوتبال ملی وارد شده است.

ما به میزبانی در لحظه آخر ثبت شد. کنفدراسیون فوتبال آسیا دو وکیل را معرفی کرده و تا چند روز آینده تعیین تکلیف خواهد شد که بازی‌ها به کشور دیگری برود یا فرایند حقوقی آن تعیین تکلیف می‌شود. ما از تمام ظرفیت‌های‌مان استفاده خواهیم کرد.

عزیزی خادم با اشاره به پرونده شکایت ایران از حکم صادر شده از سوی فیفا به نفع مارک ویلموتس

حیدری:

پرسپولیس شانس اول قهرمانی در آسیا است

هم با روحیه در لیگ قهرمانان برای پرسپولیس بازی کند. درست

است که مهاجمان پرسپولیس گلزنی نمی‌کنند اما فکر می‌کنم مهم نیست چه کسی گل می‌زند و مهم این است که تیم به گل برسد. اگر

در بازی دقت کنید می‌بینید مهاجمان خودشان برای سایرین فرصت گلزنی ایجاد می‌کنند.

حیدری همچنین گفت: مهاجمان پرسپولیس با حضور در میان مدافعان حریف و حرکت‌های بدون توپ، توجه مدافعان را به خود جلب می‌کنند تا سایر بازیکنان فرصت گلزنی به دست بیاورند.

وی درباره عملکرد مهدی عبدی هم گفت: این بازیکن تحت فشار است. او در شرایطی برای پرسپولیس گلزنی کرد که این تیم مهاجم نداشت و هافبک‌های نفوذی هم از تیم جدا شده بودند. با این حال با تمرکز بالا این بازیکنان می‌تواند دوباره گلزنی کند. شهسپار مغالو هم از زمانی که آمده واقعا عملکرد خوبی داشته و دفاع حریف را به خوبی برهم می‌زند.

او در بخش دیگری از صحبت‌هایش درباره حضور پرسپولیس در لیگ قهرمانان آسیا هم گفت: پرسپولیس تیم بی‌تجربه‌ای نیست و در

لیگ قهرمانان آسیا هم گفت: پرسپولیس تیم بی‌تجربه‌ای نیست و در

لیگ قهرمانان آسیا هم گفت: پرسپولیس تیم بی‌تجربه‌ای نیست و در



سه سال دو بار به فینال لیگ قهرمانان آسیا صعود کرده است. مطمئنا همین تجربه به بازیکنان کمک می‌کند. در این فصل پرسپولیس با کیفیت‌تری را در لیگ قهرمانان آسیا خواهیم دید و اگر با همین کیفیت پیش برود شانس اول قهرمانی در آسیا خواهد بود.

حیدری همچنین گفت: یک عادتی به وجود آمده که نیمکت‌های مقابل پرسپولیس داتم به داور اعتراض می‌کنند چون احساس می‌کنند فقط با اینن تاکتیک می‌توانند مقابل پرسپولیس نتیجه بگیرند. این رفتارها منسوخ شده و بهتر است با تاکتیک‌های فوتبالی سعی کنیم مقابل پرسپولیس قرار بگیریم و قبول کنیم مقابل پرسپولیس ضعیف‌تر هستیم.

