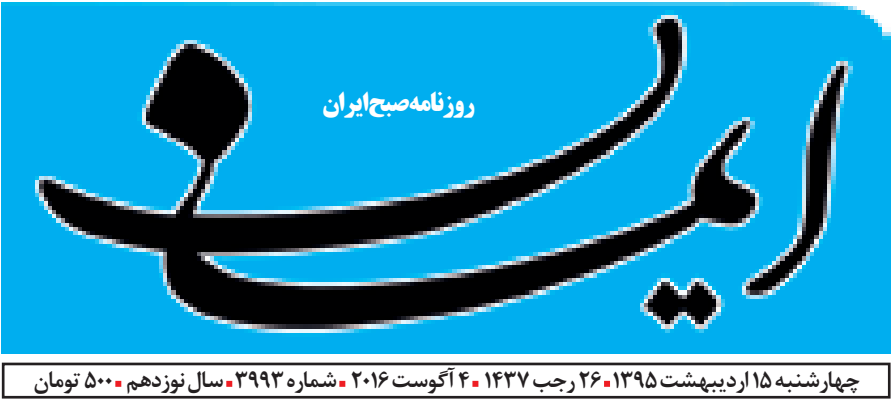




دست هایی برای نفوذ در کار است

هشدار آیت الله مکارم نسبت به انحراف حوزه

آیت الله مکارم شیرازی نسبت به نقشه نفوذ در حوزه و متعاقب آن انحراف حوزویان هشدار داد و گفت: یقین بدانید دست هایی است که می خواهد در حوزه نفوذ کنند و افراد را از نظر فکری و اخلاقی منحرف کنند. این مرجع تقلید در دیدار اعضای مجمع نمایندگان طلاب و فضایی حوزه علمیه قم پس از تسلیت شهادت امام موسی کاظم (ع) خاطرنشان کرد: یکی از افتخاراتی که پیروان مکتب اهل بیت (ع) دارند، مسأله حجیت عقل است. طبق روایتی از امام هفتم (ع) انسان ها دارای دونوع حجت ظاهری و باطنی هستند که حجت ظاهری همان انبیا و اوصیا و حجت باطنی نیز عقل است...

محمد رضا عارف:

بالا ريجانی رقابتي ندارم

سخنگوی وزارت خارجه:

عصای سحر آمیز

در سیاست خارجی وجود ندارد

سخنگوی وزارت امور خارجه با تاکید بر اینکه در منازعات سیاست خارجی عصای سحر آمیزی وجود ندارد، گفت: در این عرصه مهم آن است که هدف گذاری های خود را مدون و تصمیمات درست اتخاذ کنیم تا با صرف هزینه های پایین تر، منافع بیشتری را برای کشور تامین کنیم.

حمید یعیدی نژاد:

مذاکرات بر جام مذاکرات نظام بود

مقایسه بدهی زنجانی با بودجه کل کشور

آیت الله هاشمی رفسنجانی:

بعضی از رسانه ها سعی در کتمان حقایق دارند

رئیس مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: متأسفانه بعضی از رسانه ها و تریبون ها، حتی در ابعاد ملی، به دلایل واغراض سیاسی و جناحی، سعی در وارونه جلوه دادن مسایل و کتمان بعضی از حقایق دارند.

آیت الله اکبر هاشمی رفسنجانی دیروز در دیدار اعضای جبهه تدبیر و توسعه و جمعی از منتخبین دوره دهم مجلس شورای اسلامی و فارغ التحصیلان معلول و مدیران آموزش و پرورش استثنایی کشور، این مطلب را بیان کرد. رئیس مجمع تشخیص مصلحت نظام و پرورش خلق گروه های تروریستی را برای دنیای اسلام خطرناک توصیف کرد و گفت: البته اهداف خلق گروه گران در کشور های اسلامی روشن کرده اند، دامان آنان را گرفته و با آتشی را که استعمار گران در کشور های اسلامی روشن کرده اند، دامان آنان را گرفته و با

حجت الاسلام دکتر حسن روحانی:

به عهدمان وفاداریم



سخنگوی دولت:

تغییرات در کابینه پیشگویی است

سخنگوی دولت در پاسخ به اینکه گفته می شود تغییراتی در کابینه دولت یازدهم صورت خواهد گرفت، گفت: همیشه بعد از تغییرات در فضای سیاسی کشور از جمله مجلس شورای اسلامی از این دست پیشگویی ها مطرح می شود ولی اعضای کابینه با قدرت کار خود را انجام می دهند و برای سال پایانی جمع بندی های خود را بطور مناسب شکل می دهند. محمد باقر نوبخت روز سه شنبه در نشست خبری در مورد موضع گیری برخی افراد نسبت به موضوع برجام باید گفت که از برجام به اندازه برجام توقع داشته باشیم. در اولین اقدام برای رفع تحریم ها که مصداق آن تحریم نفتی بود، آیا کسی از اصحاب رسانه هست که بگوید این تحریم لغو نشده است؟ آیا کسی هست که مطلع نباشد ما موفق شدیم بیش از يك میلیون بشکه در روز نفت صادر کنیم؟ وی افزود: در سه ماه گذشته هشت رئیس جمهوری، پنج نخست وزیر و سه رئیس مجلس ۱۴ و وزیر امور خارجه برای گسترش روابط و سرمایه گذاری در ایران حضور یافتند...

گذاری در شبکه های مجازی

تنوع طلبی منتقدان در حمله به دولت

افزون بر برجام که مدت ها است پای ثابت و هدف اصلی حمله های منتقدان دولت به شمار می رود، انتقادهایی تازه از سیاست های بانکی دولت در زمینه اعطای وام از دواج، مسکن مهر، وضعیت بورس، مبارزه با قاچاق کالا و نیز صادرات نفت در رسانه های مجازی و شبکه های اجتماعی انتشار یافته است. حمله به دولت و سیاست هایش گویی پایانی ندارد. طی هفته ای که گذشت، منتقدان دولت در کانال های تلگرامی، صفحه های اینستاگرام و دیگر شبکه های اجتماعی در فرایند حمله به دولت به سمت تنوع بخشی اهداف خود گام برداشتند و افزون بر برجام بر سیاست ها و برنامه های دولت در بخش های بانکداری، مسکن مهر، صادرات نفت، قاچاق کالا، بورس و ... تاختند. همچنین دفاع برخی مسئولان از اجرای برجام و شایعه تغییر سه وزیر دولت از دیگر محور مورد توجه در فضای مجازی بود. پیش از این، بخش عمده مخالف خوانی ها در برابر دولت معطوف به حوزه سیاست خارجی و برجام بود اما بررسی آنچه هفته اخیر در فضای مجازی گذشت نشان می دهد بسیاری از برنامه های اجرایی دولت در بخش های گوناگون همچون بانکداری، بورس، مسکن، صادرات نفت، قاچاق کالا و ... نیز از اتهام و انتقاد در امان نمانده است...



تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶

همه چیز درباره یکی از دغدغه‌ها سرمربی تیم ملی

کی‌روش: بر ندمهم نیست، لباس تیم ملی استاندارد د باشد



شود تا در مضل اتهام قرار نگیرم. روی برندی که برای انتخاب شده می‌گویند قانون رعایت نشده است. بختی هم روی کیفیت این البسه وجود دارد که گفته شده کیفیت لازم را ندارد. البته در این خصوص باید کارشناسان نظر بدهند و کیفیت لازم این البسه مورد بررسی قرار بگیرد».

حسنی‌خو در گفت‌وگوی خود اعلام کرده بود که روی کیفیت لباس‌های جیووا مسئولان حاضر در تیم ملی باید نظر بدهند تا این نظر کارشناسی باشد.اما این مسئله هم توسط مسئولان فدراسیون فوتبال

رعایت نشد. همان‌طور که کارلوس کی‌روش در نشستی که پس از آخرین جلسه‌اش با مسئولان فدراسیون فوتبال داشت،اعلام کرد:«پنج سال پیش من یکی از افرادِ بومد که در تصمیم‌گیری‌های تیم ملی نقش داشتند. آن زمان که می‌خواستند برای تیم ملی اسپانسر انتخاب کنند، نظرم را چویا شدند. برای من مهم نیست چه برندی برای تیم ملی باشد،اما این مهم است که بپرسند آیا این کیفیت به درد تیم ملی می‌خورد یا نه،ولی کاملاً از این تصمیمات خارج شدم».

بحث اسپانسر و داشتن کیفیت لازم البسه تیم ملی پنجمین گزینه از خواسته‌های ۱۱ گانه کارلوس کی‌روش بود.که سرمربی تیم ملی در این خواسته خود عنوان کرده بود:«مهم نیست که البسه تیم ملی از چه برندی است،اما باید با شرایط آب‌وهوایی مختلف همخوانی داشته باشد، لباس‌هاصل بوده و متخصصان فنی آن را تأیید کنند».

کی‌روش در خصوص این خواسته خود خطاب به اعضای هیئت رئیسه فدراسیون فوتبال گفت: «فارغ از هر برندی که برای البسه تیم

ملی انتخاب می‌شود،من می‌خواهم که این برند استاندارد لازم را داشته باشد».

وی ادامه داد: «باید لباس‌های تیم ملی به‌اندازه‌ای استاندارد داشته باشد که در رطوبت ۹۰ درصد دوحه و هنگام بازی با قطر باز یکنکان به جای سه لیتر، شش لیتر غرق نکند. برای من برند اهمیتی ندارد، فقط این برند باید مورد تأیید کارشناسان قرار بگیرد».

سرمربی تیم ملی فوتبال کشورمان در حالی از این دغدغه‌ها صحبت کرد که مسئولان فدراسیون فوتبال این بار هم خواسته او را اجابت نکردند و حتی پس از به توافق رسیدن با شرکت جیووا محصولات این شرکت را به کارلوس کی‌روش و دیگر مسئولان تیم ملی ارائه نکردند تا حداقل کیفیت این لباس‌ها دیده شود.
نه تنها مسئولان تیم ملی البسه اسپانسر جدید را ندیده‌اند، بلکه قرار است به زودی رونمایی از محصولات این شرکت هم انجام شود و مشخص نیست که آیا البسه اسپانسر مدنظر فدراسیون فوتبال کیفیت لازم را دارد یا نه؛ مسئله‌ای که سوال بزرگی را ایجاد کرده و حتی حسنی‌خو نیز اعلام کرد گویا این لباس‌ها کیفیت لازم را ندارد.

البته مسئولان فدراسیون فوتبال از توافقی که با شرکت جیووا داشته‌اند، رضایت دارند در حالی که صحبت از شرکتهایی مانند پوما، نایک و آدیداس بود،اما این شرکت‌ها از ترس تحریم‌های آمریکا پیشنهادی به فدراسیون فوتبال ایران ندانند. هرچند برخی‌ها اعلام کردند از طرف شرکت آدیداس و نایک برای مذاکره با فدراسیون فوتبال آمده‌اند، اما مشخص شد که این افراد نماینده این دو شرکت نیستند، بلکه می‌خواهند در این معامله شریک شده و به نوعی دلالی کنند. پس از گذشتن از تمام این حاشیه‌ها چهار شرکت لینینگ از چین، هومل و آل‌اشپورت از آلمان و جیووا از ایتالیا پیشنهادهای خود را به فدراسیون فوتبال مطرح کردند که به گفته مسئولان فدراسیون فوتبال پیشنهاد جیووا از دو شرکت دیگر بهتر بوده است.

جیووا طبق توافق با فدراسیون فوتبال قرار است علاوه بر تهیه رایگان البسه تیم ملی بزرگسالان، بابت اسپانسریش پول هم پرداخت کند. ضمن اینکه برای دیگر تیم‌ها نیز قرار به این است شرکت جیووا تخفیف ۹۰ درصدی به فدراسیون فوتبال بدهد. تأکید فدراسیون فوتبال هم این بوده که لباس‌های تیم ملی از جنس «کول نت» باشد که خنک کننده است تا بازیکنان تیم ملی و کی‌روش از کیفیت این لباس‌ها رضایت داشته‌باشند.

از تمام این مسائل که بگذریم، اما یک مسئله مهم و ابهام به وجود می‌آید. اینکه مسئولان فدراسیون فوتبال چرا در روزهای پایانی دوره خود به دنبال عقد قرارداد با اسپانسر هستند؟ تیم ملی در حال حاضر اردویی ندارد و اردوی خردامه شاگردان کی‌روش نیز تارکاتی است. یعنی حتی اگر رئیس جدید فدراسیون فوتبال که ۱۸ اردیبهشت‌ماه انتخاب می‌شود، نتواند تا خردادماه با اسپانسر جدیدی قرارداد ببندد، تیم ملی می‌تواند مانند یک سال گذشته و بدون داشتن قرارداد از البسه آل‌اشپورت که در لباس‌های فدراسیون وجود دارد، استفاده کند.مسئولان فدراسیون فوتبال باید به این موضوع حمله زایی برای عقد قرارداد با اسپانسر جدید دارند و به همین دلیل هم بدون ملی شدن روال قانونی با شرکت جیووا به توافق رسیدند و حتی خبرهای ضد و نقیضی از امضای قرارداد این شرکت به گوش می‌رسد. تمام این اتفاقات در حالی رخ داده که ممکن است نهادهای نظارتی مانع این همکاری شوند، چون روال قانونی توسط فدراسیون فوتبال صورت نگرفته است.

لیگ‌قهرمانان آسیا

حذف النصر عربستان منتظر امضای ذوب آهن

ساز حذف تیم عربستانی نیز می‌شود. هر چند شکست چهار بر صفر سپاهان برابر الاتحاد در بازی رفت، کار نماینده ایران را برای برتری مقابل این حریف در دیدار برگشت از نظر روحی - روانی سخت کرده است.

سپاهان و الاتحاد چهارشنبه ۱۵ اردیبهشت ماه ساعت ۱۹۳۰ به دیدار هم می‌روند و در دیگر دیدار این گروه لوکوموتیو از ترکستان و النصر امارات با هم مصاف می‌دهند.

۱.

۲.

۳.

۴.

* النصر عربستان - ذوب آهن ایران؛ تکمیل پروژه صعود

تیم فوتبال ذوب آهن ایران در ششمین دیدارش در مرحله گروهی لیگ قهرمانان آسیا به دیدار النصر عربستان می‌رود. دیدار رفت دو تیم با برتری سه بر صفر ذوب آهن به پایان رسیده و پیروزی مجدد نماینده ایران برابر این تیم عربستانی اصلاً دور از انتظار نیست.

در صورتی که شاگردان یحیی گل محمدی پیروزی بازی رفت مقابل النصر را تکرار کنند، هم صعود خود را به عنوان تیم نخست گروه جشن می‌گیرند و هم سند حذف النصر عربستان از لیگ قهرمانان آسیا امضای می‌کنند. البته ذوب آهن با کسب یک تساوی هم برابر حریف به هر دو هدف دست خواهند یافت.

دیدار النصر و ذوب آهن چهارشنبه ساعت ۲۱:۴۵ برگزار می‌شود و در دیگر دیدار گروه دوم از همین ساعت لخویا قطر و بنیاد کار از ترکستان با هم دیدار می‌کنند.

* جدول گروه B

۱.

۲.

۳.

۴.

جهانبخش:

از عملکردم راضی‌ام ولی فصل بعد بهتر از این می‌شوم



یاد گرفتیم و از عملکرد خودم راضی هستم و دوست دارم بهتر شوم. اکنون در بهترین شرایط خودم قرار دارم و هفته به هفته بهتر می‌شوم.

این بازیکن ایرانی در پایان گفت:در ابتدا که به اینجا آمدم کسی را نمی‌شناختم و همه چیز برایم جدید بود. اکنون با خیلی‌ها دوست هستم و جا افتادم و شرایط خیلی بهتری پیدا کردم.مطمئن هستم فصل آینده عملکردبهتری خواهم داشت و بیشترت خودم را ادامه خواهم داد. خوشحالم این هفته در ترکیب تیم موثر بودم و در تیم منتخب لیگ قرار گرفتم.این تالاش بقیه بازیکنان هم بود که در کنارشان بازی کردم.

مهاجم جوان تیم ملی ایران این هفته در تیم منتخب لیگ هلند قرار گرفت که برای دومین بار است به این مهم رسیده است. او فصل قبل برترین بازیکن لیگ دسته یک هلندشد.

توضیحات:قیمت تعیین شده پایه بر اساس اینکه آمبولاس دارای تجهیزات ویژه حمل بیمار بد حال که البته فاقد دستگاه پالس اکسی متر و الکتروشوک بوده و نوع کاربری قانونی توئومبیل شخصی است که بدون اخذ مجوز از محل شماره گذاری تبدیل به آمبولاس گردیده است و لحاظ اینکه بیمه شخص

ثالث هم دارد منظور گردیده است. حتما خواهشمندند است دستور فرمایید برابر تعرفه مابه تفاوت هزینه کارشناسی.

مقرر گردیده مورد فوق الذکر در تاریخ۹۵/۳/۱۲ ساعت ۹:۰۰ الی ۹:۳۰ صبح به آدرس ق م خ ساحلی جنب زندان ساحلی دادگاههای حقوقی واحد اجرای احکام مدنی اتاق مزایده از طریق مزایده حضوری به فروش برسد. لذا افرادی که قصد بازدید از مورد مزایده را دارند می‌توانند در ملت پنج روز مانده به مزایده با هماهنگی این اجرا از مورد بازدید و در صورت تمایل در جلسه مزایده شرکت نمایند قیمت پایه از مبلغ کارشناسی شروع و به کسانی که بالاترین مبلغ را پیشنهاد دهند واگذار می‌گردد.

برنده مزایده باید ده درصد از مبلغ پیشنهادی را فی المجلس نقدا و ما بقی آن ظرف یکماه از تاریخ مزایده بپردازد این آگهی یک نوبت در یکی از روزنامه‌های محلی درج می‌گردد جهت اطلاعات بیشتر به واحد مراجعه نمائید.

داووز اجرای احکام دادگستری شهرستان قم- رضا زارعی

راز «بقا» در فدراسیون فوتبال

تصمیم‌هیات رئیسه فدراسیون فوتبال در تعیین شمار آرای لازم برای تصدی مسئولیت ریاست این فدراسیون، در کمتر از پنج روز به برگزاری انتخابات فدراسیون فوتبال، چالش جدیدی را فراروی فوتبال کشور قرار داده است.

علی کفشانیان، علیرضا اسدی، محموداسلامیان، مهدی تاج، غلامرضا بهروان، ابیله عرب عامری، فریدون آصفهانیان، حیدر بهاروند، شهرام دبیری و شهاب‌الدین عزیزی خادم ۱۰ عضو هیات رئیسه فدراسیون فوتبال روز گذشته -دوشنبه- در نشستی تأکید کردند که رئیس جدید باید دوسوم آرای اعضای مجمع عمومی را بدست آورد تا امکان تکیه دادن بر صندلی ریاست فدراسیون فوتبال برای او مهیا باشد.

این تصمیم آشکارا نشان می‌دهد که هیات رئیسه در پی آن است تا انتخابات ریاست فدراسیون فوتبال در ۱۸ اردیبهشت ماه بدون نتیجه به پایان برسد. برخی تحلیلگران آشنا به عملکرد فدراسیون فوتبال بر این باورند که در پس پرده این تصمیم، «علی کفشانیان» رئیس فدراسیون فوتبال نشسته است. ارزیابی این تحلیلگران آن است که این تصمیم با هدف «بقا»ی مرد همیشه خندان فوتبال ایران در ساختمان مرمین و مشکین خیابان ستول در تهران صورت گرفته است.

سال ۱۳۹۰ «علی کفشانیان» در رقابتی نزدیک با «حسین قریب» و در انتخاباتی که به دور دوم کشیده شد، با قاطن ۵۰ به اضافه یک درصد آرا برای دومین بار بر مسند صندلی ریاست فدراسیون فوتبال تکیه زد.

اینکه اکنون پس از پنج سال و در کمتر از پنج روز به برگزاری مجمع عمومی انتخابات فدراسیون فوتبال، قاطن ۵۰ به اضافه یک درصد آرا به دوسوم تغییر یافته، علامت ستوال بزرگی است که اعضای هیات رئیسه فدراسیون فوتبال باید بتوانند از آن دفاع کنند. همچنین اینکه این تغییر مهم، در اختیار ۱۰ عضو هیات رئیسه فدراسیون فوتبال است، ستوال دیگری است که قطعا در روزهای آینده پاسخ آن مشخص خواهد شد. علی کفشانیان نیتکی ماند اکنون، جایی در سیاست‌های وزارت ورزش و جوانان ندارد. او در ماه‌های اخیر با همکاری برخی مشاورانش تلاش کرد تا مانع از آغاز فرایند ثبت نام نامزدهای انتخابات ریاست فدراسیون فوتبال شود و زمانی که خودش بنا بر دلایلی نتوانست برای احراز مجدد پست ریاست ثبت نام کند، تلاش‌ها را برای غیرقانونی جلوه دادن برگزاری مجمع آغاز کرد.

این تصمیم در پنج روز به برگزاری مجمع عمومی انتخابات ریاست فدراسیون فوتبال، فوتبال کشور را با چالش بزرگی روبرو خواهد کرد. چالشی که شاید فرجام آن بی نتیجه ماندن نتیجه انتخابات باشد.

رئیس فدراسیون فوتبال اکنون باید پاسخ دهند که از سال ۹۰ تا امروز چه اتفاقی رخ داده که به راحتی قانونی را تغییر داده است که خود با همین قانون بر مسند ریاست تکیه زده است.

بنابر اعلام «شهرام دبیری» یکی از اعضای هیات رئیسه فدراسیون فوتبال، مصوب شد تا رئیس فدراسیون در روز چهارم اردیبهشت ماه حتی اگر آرای گیری به دور دوم کشیده شود، باید دو سوم آرای ۲۴ عضو مجمع عمومی را به خود اختصاص داده تا برگزیده شود. این تصمیم در حالی گرفته شد که بسیار بعید است، مصطفی آجورلو، مهدی تاج و عزیزالله محمدی نامزدهای احراز پست ریاست فدراسیون بتوانند این تعداد رای را با خود همسو کنند.

در صورتی که فردی نتواند به این حد نصاب برسد، عملاً مجمع انتخاباتی بدون نتیجه به پایان می‌رسد تا دوباره ثبت نام از نامزدها برگزار شود و در این صورت مرد همیشه خندان فوتبال این که در این مرحله موفق به ثبت نام نشده است، فرصت خواهند داشت تا بهره‌برداری لازم را ببکنند.

اکنون فوتبال ایران که روزهای حساسی را پیش روی خود می‌بیند در انتظار واکنش مسئولان ورزش کشور به این تغییر مهم است.

بیرواند:

برای انتخاب تیم آینده‌ام تحت تأثیر تهدیدها قرار نمی‌گیرم



دروازبان تیم فوتبال نفت گفت: تیم ما تا چند روز پیش یک طرفدار هم نداشت اما از چند روز مانده به دیدار پرسپولیس چند نفر پیدایشان شده و مرا تحشتار قرار می‌دهند. علیرضا بیرانوند در واکنش به صحبت‌هایی که درمورد انتقالش به پرسپولیس مطرح شده است، اظهار داشت: در حال حاضر دو هفته دیگر از بازی‌های لیگ باقی مانده است. و مطرح کردن این بحث‌ها خوب نیست. من فعلاً بازیکن نفت هستم و تمرکز من روی بازی‌های باقیمانده این تیم است.

وی در واکنش به این سؤال که گفته می‌شود اخیراً از سوی چند هوادار تهدید شده که به پرسپولیس نروم، یادآور شد: منطقی است که از دو سه روز مانده به دیدار پرسپولیس -نفت- چند لیبر و هوادار در محل تمرینات تیم ما آفتابی شده و مرا تحشتار کنند. او بعد از بازی مقابل پرسپولیس هم این فشارها بیشتر شد و در حضور کادرفنی تیم حرف‌های تندی علیه من ززند.

بیرانوند تصریح کرد: این افراد به یکباره سر و کلمشان پیدا شده و مشخص نیست تا دیروز کجا بودند. آنها تراحت هستند که من چرا عدد شش را نشان دادم و این حرف‌ها ... بحث من این است که اگر قرار

بیشتر بدانیم

تاثیر ورزش در زندگی دیابتی‌ها

یک داروساز گفت: ورزش اثرات بسیار مفیدی بر کنترل و پیشگیری از دیابت دارد که از جمله آنها کاهش مقاومت بدن به انسولین و نهایتاً بهبود عملکرد انسولین بر بدن در طولانی مدت است.

به گزارش ایسنا، دیابت بر اثر قطع تولید انسولین یا عدم کارکرد مناسب آن در بدن بروز می‌کند، زیرا انسولین هورمونی است که مواد غذایی قندی و نشاسته را در بدن به انرژی تبدیل می‌کند و گمان می‌رود که زمینه‌سازد زنتیکی و عوامل محیطی مانند چاقی و بی تحرکی در ابتلا به این بیماری نقش موثری داشته باشد.

ندا قلی‌زاده، دکترای داروسازی در این باره به خبرنگار ایسنا، گفت:افراد می‌توانند با انجام آزمایش قند خون (قند خون ناشتا یا قند خون دو ساعته) متوجه شوند که آیا در دوره دیابت پنهان قرار دارند یا به طور کامل به دیابت مبتلا شدند.

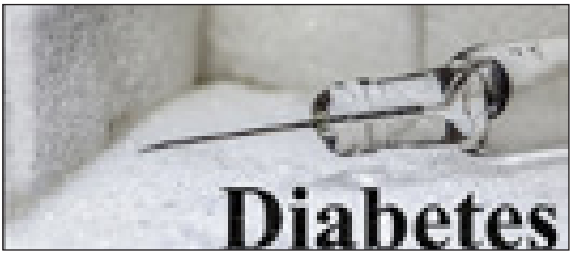
قلی‌زاده بیان اینکه انواع دیابت شامل دیابت نوع یک، دیابت نوع ۲ و دیابت حاملگی است، اظهار کرد: در دیابت نوع یک کودکان و نوجوانان به صورت ژنتیکی به آن مبتلا می‌شوند و جنبه خودایمنی دارد؛ زیرا تولید انسولین در بدن به طور کامل قطع می‌شود و در نتیجه قند موجود نمی‌تواند وارد سلول‌ها شده و انرژی بدن را تامین کند و همین مسئله موجب افزایش شدید قند خون می‌شود.

وی با اشاره به اینکه دیابت نوع ۲ در بزرگسالان و به علت نداشتن تغذیه صحیح، کم تحرکی و ژنتیک اتفاق می‌افتد، افزود: در این دسته از مبتلایان، بدن نسبت به انسولین مقاوم می‌شود و در این حالت انسولین ترشح شده تاثیری بر روی جذب قند ندارد یا ترشح آن به میزان کافی صورت نمی‌گیرد.

این کارشناس امور دارویی شبکه بهداشت و درمان بهشهر، درباره دیابت حاملگی، گفت: حدود چهار درصد از کل بانوان در طول زمان بارداری موقتاً به این نوع دیابت مبتلا می‌شوند که در این صورت ایمن ترین دارویی که زن باردار می‌تواند استفاده کند، تزریق انسولین است و هیچ خطری برای نوزاد ندارد. البته به این افراد توصیه می‌شود در دوران بارداری از غذاهای شیرین و پر کالری استفاده نکنند، اما مبتلایان به دیابت نوع ۲ اگر فرد رژیم غذایی صحیح و انجام ورزش روزانه را رعایت کند با مصرف داروهای خوراکی، قند در بدن فرد کنترل می‌شود و در غیر این صورت و عدم رعایت موارد ذکر شده، باید انسولین تزریق کند. قلی زاده اظهار کرد: افراد کم تحرک و چاق در سنین بزرگسالی بیشتر در معرض ابتلا به دیابت هستند، زیرا چربی‌ها سطح گیرنده‌های انسولین را می‌پوشانند و مانع از جذب آن در خون می‌شوند که به این صورت قند از طریق ادرار دفع می‌شود و به همین دلیل افراد مبتلا به دیابت معمولاً احساس تشنگی و به دنبال آن پر نوشی و پر ادراری دارند.

این دکتر داروساز گفت: ورزش اثرات بسیار مفیدی بر کنترل و پیشگیری از دیابت دارد که از جمله آنها کاهش مقاومت بدن به انسولین و بهبود عملکرد انسولین در بدن می‌شودو ورزش در افراد دیابتی موجب کاهش قند خون در گونه مدت می‌شود و همچنین تقویت قلب و دستگاه گردش خون را سبب می‌شوده موضوعی که برای افراد دیابتی بسیار حائز اهمیت‌است.

قلی‌زاده با اشاره به اینکه عدد قند خون نرمال بین ۷۰ تا ۱۰۰ است، متذکر شد: افراد سالم و مخصوصاً کسانی که در خانواده خود سابقه بیماری دیابت دارند باید هر شش ماه یکبار یا حداقل یک بار در سال آزمایش قند خون بدهند تا اگر عدد قند خون آنها از حد نرمال خارج شد، بلافاصله با کنترل رژیم غذایی و ورزش خود را از ابتلا به این بیماری دور کنند. وی افزود: از دیگر نکات مهم در کنترل دیابت اندازه‌گیری قند خون با دستگاه در منزل است؛ زیرا افراد از اثر غذاها یا ورزش‌های مختلف بر روی قند خون خود با خبر می‌شوند و به همین خاطر نوسانات قند خون در فرد افزایش می‌یابد. این اندازه گیری به شرطی که با آموزش‌های لازم همراه شود نه تنها این نوسانات، بلکه معدل قند خون را نیز به طور چشمگیری کاهش می‌دهد. این کارشناس امور دارویی در شبکه بهداشت و درمان بهشهر با تاکید بر تاثیر مهم آموزش در کنترل دیابت، اظهار کرد: مطلق استاندارد قندرسون بین‌المللی دیابت، هر فرد دیابتی باید در ۱۵ ساعت آموزش ببیند که البته حتی یک ساعت آموزش نیز می‌تواند تاثیر چشمگیری در مبتلایان به دیابت داشته باشد.



علم- فناوری

نسل جدید همدست های واقعیت مجازی در راه است

شرکت سامسونگ که پیشگام در ساخت همدست های مجهز به واقعیت مجازی است در

حال طراحی نسل جدیدی از این نوع گجت است.

استفاده از همدست های مجهز به واقعیت مجازی سامسونگ نیازمند متصل شدن آن به

گوشی هوشمند است تا بتوان از این فناوری جذاب استفاده کرد.

شرکت سامسونگ در راستای رقابت با Oculus و HTC در حال تولید نسل جدیدی از

همدست های مجهز به واقعیت مجازی است که برای استفاده از آن نیازی به متصل شدن همدست به گوشی هوشمند نیست.

شرکت سامسونگ اعلام کرد این همدست جدید لزوما نیازی به متصل شدن به گوشی هوشمند را ندارد و بصورت بی سیم عمل می کند ضمن اینکه در مقایسه با نوع فعلی طرف تر است.

به گفته مسئولین این شرکت که رای در همدست های جدید، فناوری «ردیابی مکان» وجود

دارد که در مدل همدست های Gear VR سامسونگ وجود نداشته.

همچنین شرکت سامسونگ قصد دارد طرف مدت چند سال آینده فناوری «ردیاب حرکت

بدن» را نیز به همدست های مجهز به واقعیت مجازی خود اضافه کند.



محققان ایرانی با بهره‌گیری از یک روش جدید، پوشش نانوساختاری را تولید کرده‌اند که همزمان از خواص ضدخوردگی و سد حرارتی برخوردار است. این پوشش در پوره‌های توربین‌های گازی کاربرد دارد.
خوردگی فرایندی طبیعی است که انرژی پیوند در فلزات را کاهش می‌دهد.این فرایند در ناحیه فصل مشترک محیط خورنده و فلز رخ می‌دهد و موجب تخریب فلز و تضعیف عملکرد آن می‌شود.
پدیده خوردگی سالانه خسارات مالی فراوانی را به دنبال دارد. ازاین‌رو، روش‌های متعددی به‌منظور جلوگیری از خوردگی فلزات معرفی شده‌است. یکی از رایج‌ترین روش‌ها، جدا کردن سطح فلز از محیط خورنده به‌وسیله یک پوشش است. پوشش‌های ضد خوردگی سازوکارهای متفاوتی دارند و هر یک عملکرد متفاوتی از خود به نمایش می‌گذارند.
مریم شاطرین، محری طرح، در خصوص اهداف دنبال شده در این طرح گفت: هدف از اجرای این طرح، معرفی یک روش جدید به‌منظور تولید نانوپوشش‌های مقاوم در

بخور نخورهای گرفتگی عضلانی



برای همه پیش می آید که گاهی دچار گرفتگی عضلانی در ناحیه ی ران، پشت ساق پا و غیره شوند. اما اگر شما به طور مرتب دچار این مشکل می شوید به احتمال زیاد از زمانی که از خواب بیدار می شوید خطاهایی مرتکب می شوید که ممکن است از آن های خبر نداشتید. در این مطلب به چند نمونه از خطاهایی که موجب گرفتگی عضلات می شود، اشاره می کنیم و شما را از آن ها بر حذر می داریم. لطفاً با ما همراه باشید.

اشتباه شماره ی یک: بیش از اندازه قهوه می نوشید: بدون شک قهوه یکی از نوشیدنی های است که اگر به اندازه مصرف شود فواید زیادی برای بدن دارد. اما زیاده روی در مصرف آن و استفاده از دیگر نوشیدنی های محرک مانند چای یا الکل می تواند دلیلی برای بروز کرامپ ها یا گرفتگی عضلانی شود.

دلیل: کرامپ های عضلانی در نتیجه ی تحریک بیش از اندازه ی عوامل نورولوژیکی در سطح عضلانی بروز می کند. یعنی این که عصب ها توسط مواد محرک تحریک شده و باعث ایجاد گرفتگی، سفتی و انقباض غیرارادی می شوند. همان طور که افتادن پلک ها در زمان پلک زدن ارادی نیست این گرفتگی عضلانی نیز در اختیار فرد نمی باشد.

اشتباه شماره ی دو: عدم جذب کافی پتاسیم و ویتامین B: زمانی که بدن دچار کمبود آب می شود تبادلات مواد معدنی در بین سلول های عضلانی به خوبی انجام نمی گیرد در نتیجه حرکت دادن اسکلت و واکنش های عضلانی نیز با مشکل مواجه می شود. کمبود پتاسیم یا ویتامین B باعث افزایش خطر بروز کرامپ های عضلانی می شود. پتاسیم در موز، پودر کاری، زبرمه، زردآلو خشک، بوره ی گوجه فرنگی، کشمش، گیاه شیکوره و پودر قهوه و غیره وجود دارد و برای جذب بیشتر ویتامین B می توانید به سرآغ جگر، عدس، مخمر آب جو، کله پاچه، آجیل ها، سبزیجات سبز، برنج، قارچ و غیره بروید.

دلیل: کمبود پتاسیم یا ویتامین B از دهنبراته شدن بدن با نوع اختلال غذایی ناشی می شود. این مشکل نیز روی جذب الکترولیت ها که وظیفه ی گردش انرژی و تبادلات بین سلول های عضلانی را بر عهده دارند تأثیر منفی می گذارد. زمانی که تغذیه ی مناسبی داشته باشید و از تمام گروه های غذایی به میزان کافی استفاده کنید تعادل عملکرد عصبی عضلانی بهبود می یابد. در واقع هر عضله ای که اندازه ی کافی از طریق مواد غذایی مصرف شده اکسیژنه شده و کمتر در معرض گرفتگی غیرارادی قرار می گیرد. اگر زیاد دچار این گرفتگی ها می شوید بهتر است به فکر جذب هر چه بیشتر پتاسیم و ویتامین B باشید.

اشتباه شماره ی سه: بیش از اندازه مواد مضر مصرف می کنید: مصرف زیاد مواد غذایی دیورتیک (درآرآور) مانند هندوانه، چای سبز، گوجه فرنگی، مارچوبه یا مصرف بیش از اندازه ی مواد غذایی ملین مانند طالبی یا آلو و غیره می تواند زمینه را برای بروز کرامپ های عضلانی فراهم کند.

دلیل: از آنجایی که ممکن است تأثیر مدری یا ملینیی مواد غذایی باعث بروز کمبود مواد معدنی ضروری مانند سدیم، پتاسیم و غیره شود امکان بروز عدم تعادل در الکترولیت ها افزایش پیدا کرده و میزان اکسیژن عضلات کمتر می شود. در نتیجه تجمع اسیدلاکتیک در نهایت جذب اسیدلاکتیک در نهایت گرفتگی عضلانی افزایش می یابد. لازم است که در مصرف هر ماده ی غذایی جانب احتیاط را رعایت کنید و از هر گونه افراط و تفریطی پرهیز کنید.

اشتباه شماره ی چهار: به اندازه کافی آب نمی نوشید: کرامپ های عضلانی در نتیجه ی دهنبراته شدن بدن (دست دادن آب بدن) بروز می کنند.

بخور نخورهای گرفتگی عضلانی



دلیل: زمانی که بدن دچار کمبود آب می شود تبادلات مواد معدنی در بین سلول های عضلانی به خوبی انجام نمی گیرد در نتیجه حرکت دادن اسکلت و واکنش های عضلانی نیز با مشکل مواجه می شود. در واقع مشکل در عملکرد سلول های عضلانی به انقباض های زیاد و غیرقابل کنترل آن ها منجر می شود. اگر اهل ورزش هستید باید بدانید که در حین فعالیت های بدنی، آب بیشتری از بین می رود. در نتیجه مواد معدنی زیادی نیز (خصوص سدیم و پتاسیم) از دست می رود. در این صورت نیز عضله اکسیژن خود را از دست می دهد و این مشکل منجر به تجمع اسیدلاکتیک و انقباض ناگهانی عضله می شود. بنابراین توصیه می کنیم همیشه یک بطری آب دم دستتان باشد و جرعه جرعه آب بنوشید.

اشتباه شماره ی پنج: سیگار می کشید: برخی مواقع گردش خون در عضله به خوبی انجام نمی شود و عضله دچار گرفتگی می شود. مصرف دخانیات نقش مهمی در این پدیده دارد چون اولین عامل گرفتگی عروق محسوب می شوند.

دلیل

عضلات نیاز به اکسیژن کافی دارند تا به خوبی به وظایف خود عمل کنند. اگر رگی به واسطه ی مصرف سیگار گرفته شده باشد عضلات نیز از این مشکل در امان نمانده و به طور غیرارادی دچار انقباض طولانی مدت می شوند که تا کرامپ و گرفتگی نمی بینش می رود.

اشتباه شماره شش: عضلاتان را به طور ناگهانی و بیش از اندازه می کشید

خیلی از افراد زمانی که از خواب بیدار می شوند عضلاتشان را با شدت و به طور ناگهانی می کشند و دچار کرامپ های درنگان می شوند.

دلیل: کشیدن شدید و ناگهانی بدن باعث آسیب به منطقه ی عضلانی شده و انقباض ایجاد می کند. ناگفته نماند که پوشیدن کمش های نامناسب یا شنه بلندن نیز می تواند باعث ایجاد بر انگیزختن شدید عضله ی یا شده و انقباض طولانی مدت عضله یا کرامپ ایجاد کند.

اشتباه شماره ی هفت: بیش از اندازه در هوای سرد می مایند: از آنجایی که ممکن است تأثیر مدری یا ملینیی مواد غذایی باعث بروز کمبود مواد معدنی ضروری مانند سدیم، پتاسیم و غیره شود امکان بروز عدم تعادل در الکترولیت ها افزایش پیدا کرده و میزان اکسیژن عضلات کمتر می شود. در نتیجه تجمع اسیدلاکتیک و در نهایت گرفتگی عضلانی افزایش می یابد. سرما روی گردش خون تأثیر گذاشته و می تواند باعث بروز کرامپ های عضلانی شود.

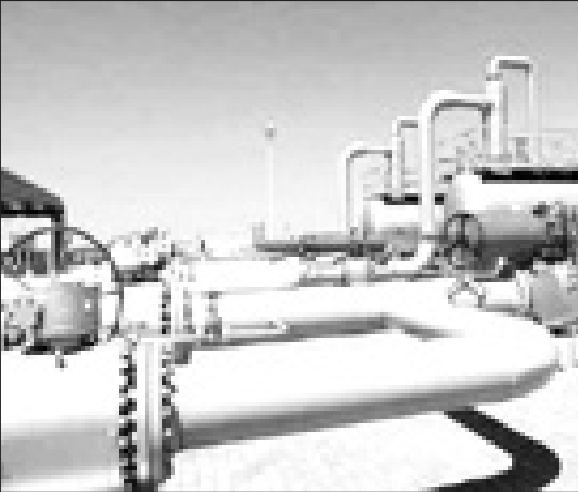
دلیل: اولین واکنش بدن در برابر سرما انقباض عروق است. به این ترتیب که شریان های محیطی برای محدود کردن سرمای ارگان های داخلی منقبض می شوند. این انقباض فشار مضاعفی روی عروق می گذارد. در نتیجه برهم خوردن حالت عادی گردش خون باعث ایجاد انقباض عضلانی ناخواشیند می شود.

اشتباه شماره هشت: خودتان را برای انجام حرکات ورزشی آماده نمی کنید

اگر بدون گرم کردن بدن شروع به ورزش می کنید بدون شک بیشتر دچار کرامپ های عضلانی می شوید.

دلیل: بدن از طریق تعریق آب و املاح معدنی زیادی از دست می دهد که لازم است با افزایش مصرف آب قبل و حین ورزش آن را جبران کرد. در غیر این صورت عضلات اکسیژن کافی دریافت نمی کنند و تجمع اسیدلاکتیک باعث بروز کرامپ می شود. علاوه بر این ورزش های شدید باعث برانگیختگی عضلات شده و به طور غیرارادی انقباض ناخواشیند ایجاد می کند.

موفقیت محققان کشور در جداسازی دو گاز با ارزش از گازهای فلر



پژوهشگران دانشگاه علم وصنعت فوق به تولید نانوغشایی برای جداسازی گازهای با ارزش بوتان و پروپان از گازهای سبک فلر شدند که این گازها پس از جداسازی مجددا وارد فرایندهای پالایشگاهی می‌شوند.

ماشاله رضا کاظمی مجری طرح عنوان مطالعات انجام شده در این زمینه را «سنتر غشای نانوکامپوزیت برای جداسازی گازهای LPG از گازهای سبک گاز فلز» دانست و گفت: گاز LNG یا Liquefied Petroleum Gas به دو گاز هیدروکربنی بوتان و پروپان یا ترکیبی از این دو گاز گفته می‌شود.

وی گاز LNG را از جمله گازهای ارزشمند ذکر کرد و ادامه داد: هدف ما از اجرای این طرح آن بود که از سوزاندن گازهای با ارزشی چون پروپان و بوتان که در صنعت نفت به دلایل مختلفی به سمت موشل‌های فلر ارسال و سوزانده می‌شوند، جلوگیری‌شود.

رضاکاظمی با تاکید بر این که این گازها از نظر اقتصادی دارای قیمت‌های بالایی هستند، یادآور شد: بر این پروژه تحقیقاتی راهکارهایی برای جلوگیری از سوزانده شدن این گازها و بازگرداندن مجدد آن‌ها به فرایندهای پالایشگاهی ارائه شد.

وی فرایند جداسازی این گازها را با استفاده از غشای نانوکامپوزیت دانست و یادآور شد: برای این منظور ابتدا نافورانت زئولیت و پس از آن غشای نانو کامپوزیت با استفاده از آب پایه پلیمر پلی دی متیل سیلوکسان تولید شد. به گفته این محقق، افزودن نافورانت زئولیت موجب بهبود جداسازی گازهای بوتان و پروپان در این غشا شده است.

رضاکاظمی با اشاره به نحوه استفاده از غشای نانوکامپوزیت تولید شده در پالایشگاه‌ها، اظهار کرد: این غشا در جریان گاز فلر و همچنین می‌تواند در برخی از فرایندهای تولید پلی پپین و پلی اتیلن به‌کار رود.

وی با تاکید بر این که با استفاده از این غشا، LPG از گازهای سبک فلر جداسازی می‌شود، یادآور شد: این گاز پس از جداسازی مجددا به فرایند تولید پالایشگاه‌ها بازمی‌گردد.

رضاکاظمی با اشاره به اهمیت دستاوردهای این تحقیق،

ساخت چرخ برقی برای دوچرخه

یک شرکت آمریکایی چرخ ویژه ای را برای دوچرخه طراحی کرده که با نیروی برق بصورت خودکار حرکت می کند.

به گزارش خبرگزاری مهر، این چرخ جدید GeoOrbital است که از اسفنج جامد تولید شده و از مزایای دیگر آن پنجر نشدن است. وزن این چرخ برقی کمتر از ۱۰ کیلوگرم و در قسمت جلو دوچرخه نصب است.

یک اهرم بر روی دسته دوچرخه نصب می شود که قادر به حرکت درآوردن چرخ است ضمن اینکه یک صفحه نمایش کوچک که نشان دهنده میزان مصرف باتری دوچرخه است بر روی دسته دوچرخه قرار می گیرد.

چرخ GeoOrbital می تواند با یکبار شارژ کامل ۲۰ مایل در ساعت را پیمایش کند این در حالی است که اگر از رکاب دوچرخه هم استفاده شود این مسافت به ۵۰ مایل افزایش پیدا می کند.

در واقع بر روی این چرخ، باتری قرار گرفته که انرژی لازم برای به حرکت درآوردن دوچرخه را تامین می کند و می توان برای شارژ کردن آن را از دوچرخه جدا و شارژ کرد. قیمت این چرخ برقی در حدود ۹۰۰ دلار است.



علمی و سلامت

توصیه‌ها و هشدارها

هشدار سازمان غذا و دارو

سلامت غذاها در سفره های یکبار مصرف تهدید می شود

مدیر کل آزمایشگاه های مرجع کنترل سازمان غذا و دارو، گفت: سفره های یکبار مصرف فاقد کیفیت به دلیل وجود سرب و فلزات سنگین، سلامت مردم را تهدید می کنند.

به گزارش مهر، دکتر حسین رستگار در واکنش به اینکه گفته می شود سفره های یکبار مصرف بهداشتی نیستند، اظهار داشت: بر اساس مستندات و تجربیات موجود سفره های یکبار مصرف متداول در بازار شامل دو نوع تک لایه از جنس پلی اتیلن و دولایه از جنس پلی اتیلن و کاغذ می باشد.

وی افزود: آن دسته از سفره هایی که فاقد کیفیت مطلوب هستند معمولاً از کیفیت چاپ خوبی هم برخوردار نیستند؛ لذا مرتکب نوشتمه‌ها روی آن به آسانی جدا شده به موادی کنارشان نفوذ می کنند. کافئ است که تا مصرف کننده فقط یکبار دستش را روی این نوع سفره ها بکشد، در این صورت است که انگشتشان روی حتما به دلیل تا جدا شدن مرتکب نوشته ها رنگی را از سفره شاهد باشد.

رستگار تاکید کرد: عمل انتقال جوهر نوشته‌های سفره های نامرغوب به نان داغ، به دلیل رطوبت ایجاد شده از بخار آن سادتر رخ می دهد.

وی با اشاره به اینکه مرکب چپ که حاوی سرب و فلزات سنگین مثل کadmium و آرسنیک است در صورت تجمع در مدت آنها در بدن می‌تواند باعث بروز بیماری‌ها و علامی مانند احساس خستگی یا سردرد شود.

رستگار تصریح کرد: قرار دادن نان روی سفره‌های پلاستیکی یکبار مصرف سفید با شفاف و بدون نقش و نگار رنگی به شرط آنکه قبلاً خشک شده باشد ایرادی ندارد.
و در بیان توصیه های بهداشتی در خصوص استفاده از سفره های یکبار مصرف گفت: محصولاتی که دارای برجسب مجوزهای قانونی تولید، شامل پروانه ساخت یا کد بهداشتی معتبر از وزارت بهداشت، سازمان غذا و دارو و یا دانشگاه های علوم پزشکی سراسر کشور بوده و از مراکز معتبر خرید که قابل کنترل و ردیابی تهیه شده باشد قابل اعتماد هستند ضمن آنکه همواره باید عدم استفاده از سفره های تیره را به دلیل امکان بروز هر گونه سوءاستفاده در تولید آنها در خاطر داشت.

رستگار در پایان یادآور شد، مواردی مانند استفاده از مواد اولیه دارای درجه غذایی (Food Contact) شامل پلی اتیلن، مسترچ رنگی، کاغذ، مرکب چاپ و... را در نظر بگیرند و پس از رعایت تمام نکات مربوط به فرایند تولید خوب (GMP)، آزمون های متداول ایمن محور محصولات تولیدی از قبیل بهداشتی بودن، بویزه ثبوت چاپ را نیز انجام دهند.

از گوش پاک کن استفاده نکنید

یک متخصص گوش، حلق و بینی اظهار کرد: استفاده از گوش پاک کن روند خروج جرم گوش را مختل می کند.

دکتر مریم اعتمادی در گفتگو با ایسنا، اظهار کرد: روند خروج جرم گوش خودبخود انجام می شود، از این رو نیازی به استفاده از گوش پاک کن نیست.

وی تصریح کرد: گوش پاک کن روند خروج جرم گوش را مختل کرده و آن را به سمت داخل هدایت می کند و موجب انباشت جرم در گوش می شود. در برخی موارد به دلیل استفاده بیش از حداز هندفرز، دستکاری گوش، استفاده از گوش پاک کن یا ترشح بیش از حد جرم، گوش نیاز به پاکسازی دارد.

شاید عصبه ی یا شده و انقباض طولانی مدت عضله یا کرامپ ایجاد کند.
اشتباه شماره ی هفت: بیش از اندازه در هوای سرد می مایند: از آنجایی که ممکن است تأثیر مدری یا ملینیی مواد غذایی باعث بروز کمبود مواد معدنی ضروری مانند سدیم، پتاسیم و غیره شود امکان بروز عدم تعادل در الکترولیت ها افزایش پیدا کرده و میزان اکسیژن عضلات کمتر می شود. در نتیجه تجمع اسیدلاکتیک و در نهایت گرفتگی عضلانی افزایش می یابد. سرما روی گردش خون تأثیر گذاشته و می تواند باعث بروز کرامپ های عضلانی شود.

دلیل: اولین واکنش بدن در برابر سرما انقباض عروق است. به این ترتیب که شریان های محیطی برای محدود کردن سرمای ارگان های داخلی منقبض می شوند. این انقباض فشار مضاعفی روی عروق می گذارد. در نتیجه برهم خوردن حالت عادی گردش خون باعث ایجاد انقباض عضلانی ناخواشیند می شود.

اشتباه شماره هشت: خودتان را برای انجام حرکات ورزشی آماده نمی کنید

اگر بدون گرم کردن بدن شروع به ورزش می کنید بدون شک بیشتر دچار کرامپ های عضلانی می شوید.

دلیل: بدن از طریق تعریق آب و املاح معدنی زیادی از دست می دهد که لازم است با افزایش مصرف آب قبل و حین ورزش آن را جبران کرد. در غیر این صورت عضلات اکسیژن کافی دریافت نمی کنند و تجمع اسیدلاکتیک باعث بروز کرامپ می شود. علاوه بر این ورزش های شدید باعث برانگیختگی عضلات شده و به طور غیرارادی انقباض ناخواشیند ایجاد می کند.

محققان هشدار می دهند

۱۰ ساعت پشت میز نشینی خطر حمله قلبی را افزایش می دهد

به گفته محققان نشستن بیش از اندازه زیاد برای سلامت قلب بسیار بد است. به گزارش مهر، محققان دانشگاه تکراس دریافتند که اند که سبک زندگی بی تحرک با افزایش رسوب مقادیر بالای کلستریم در عروق قلب همراه است که در عوض با ریسک بالاتر حمله قلبی مرتب‌است.

آمینا کراسرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «این یکی از اولین مطالعات است که نشان می دهد مدت زمان نشستن با بروز نشانه های اولیه بروز تصلب شریان قلب مرتبط است. هر یک ساعت نشستن اضافی در طول روز با افزایش ۱۲ درصدی احتمال سفت شدنگی عروق کرونر همراه است»

محققان این مطالعه نتیجه گیری کرده اند کاهش مدت زمان نشستن تا یک تا دو ساعت در طول روز می تواند تاثیر قابل توجه و مثبتی بر سلامت قلبی عروقی فرد در آینده داشته‌باشد.

محققان توصیه می کنند بسیاری از افراد کارمند پشت میز نشینی که باید مدت زمان زیادی از روز را بنشینند، لازم است که بین ساعات کاری از جابلند شده و فعالیت فیزیکی داشته‌باشند.

در این مطالعه محققان از حدود ۲۰۰۰ شرکت کننده خواستند وسیله حرکت سنجی را به خود متصل کنند تا میزان فعالیت شان در طول یک هفته اندازه گیری شود. شرکت کنندگان به طور میانگین ۵.۱ ساعت در طول روز می نشستند و به طور متوسط ۲۹ دقیقه در روز فعالیت فیزیکی متوسط تا شدید داشتند.

به گفته محققان، ارتباط قابل توجهی بین افزایش زمان نشستن و افزایش رسوب کلستریم در عروق کرونر وجود دارد، وجود این ارتباط مستقل از ورزش، فاکتورهای پریسک بیماری قلبی عروقی نظیر دیابت و فشار خون بالا، و عوامل اجتماعی اقتصادی است.

محققان توصیه می کنند

آب سیب موثر ترین راه درمان کم آبی کودکان

کودک‌انی که بعد از گذراندن دوره سخت اسهال و استفراغ که بدن شان دچار کم آبی شده از خوردن محلول الکترولیت یا محلول های ORS امتناع می کنند، موثرترین راه درمان استفاده از آبمیوه است.

به گزارش خبرنگار مهر، طبق یافته محققان دانشگاه کالگری کاندا کودکان مبتلا به التهاب خفیف معده و روده و تجربه کم آبی که بعد از تجربه درمان های نظیر بستری شدن در بیمارستان آب سیب مصرف کردند وضعیت بهتری نسبت به کودکانی داشتند که فقط محلول های درمانی نظیر آراس مصرف کردند.

در این مطالعه، به طور تصادفی به کودکان ۶ تا ۶۰ ماهه مبتلا به کم آبی ناشی از اسهال و استفراغ، آب سیب یا مایعات دانه‌خا یا محلول الکترولیت با طعم سیب داده شد. نتایج نشان داد درصد ناگامی درمان در کودکانی که آب سیب رقیق مصرف کرده بودند در مقایسه با کودکان مصرف کننده محلول الکترولیت به مراتب کمتر و ۱۷ درصد در مقابل ۲۵ درصد بود.

البته تعداد دفعات بستری شدن در بیمارستان و اسهال و استفراغ در بین گروه های تحت مطالعه تفاوت چشمگیری نداشت.

محققان به این نتیجه رسیدند در بسیاری از کشورها با درآمد بالا، استفاده از آب سیب رقیق و مایعات مورد دلخواه کودکان می تواند جایگزین مناسبی برای مایعات الکترولیت یا آراس در درمان کودکان مبتلا به کم آبی باشد.

دندانپزشکان می گویند

دیابت موجب بروز عفونت دهانی می شود

طبق یافته های محققان، بیماری دیابت می تواند آغازگر عفونت های مختلف دهانی باشد، از اینرو افراد مبتلا به این بیماری باید توجه ویژه ای به بهداشت دهان و دندان خود داشته‌باشند.

به گزارش خبرنگار مهر، به گفته دندانپزشکان التهاب لته ها، لکه های سفید و قرمز و ضعیف شدن لته ها به دلیل کاهش منبع خون از جمله مشکلات گوناگون دهان هستند که در افراد مبتلا به دیابت روی می دهند.

افراد که به شکل نامناسبی دیابت خود را تحت کنترل دارند بسیار در معرض مشکلات دهان و دندان قرار دارند. احتمالاً لته ها و استخوان های تکه دارنده دندان ها دچار عفونت می شوند، چراکه دیابت موجب کاهش تامین خون برای لته ها می شود.

به گفته محققان، از آنجائیکه قند خون بالا موجب خشکی دهان و تشدید بیماری های لته می شود، بزاق کمتر امکان تولید آنزری های قاتل کننده دندان ها و تشکیل پلاک‌ها را فراهم می سازد.

با کنترل مناسب قند خون و بهداشت دهان و دندان می توان از این گونه مشکلات جلوگیری کرد.

همچنین به گفته محققان، بیماران دیابتی بسیار مستعد ابتلا به عفونت های قارچی نظیر برفک هستند. برفک منجر به تشکیل لکه های سفید یا قرمز در مناطقی از دهان می شود.



میبعث، یکی از اعیاد بزرگ امت اسلامی است. پوشیدن لباس تمیز و مناسب،صلاوت فرستادن و روزه گرفتن،از سنت های سفارش شده در این عید بزرگ به شمار می آید.امام صادق علیه السلام درباره روزه داری در روز عید میبث فرمودند: «کسی که در روز بیست و هفتم ماه رجب روزه بگیرد، خداوند ثواب هفتاد سال روزه را به او خواهد داد».

مفهوم بعثت

بعثت، به معنای برانگیخته شدن برای انجام کاری است و میبث، روزی است که پیامبر صلی الله علیه و اله از سوی خداوند متعال به رسالت مبعوث گردید.در قرآن کریم واژه بعثت با صیغه های مختلف به کار رفته و در مجموع به دو قسمت تقسیم می شود:

قسمت اول درباره بعثت پیامبران است، مانند آنجا که می فرماید: «به تحقیق در هر امتی رسولی را برانگیخته».

قسمت دیگر درباره دوران پس از مرگ و زنده شدن مردگان می باشد، همانند آن جا که می فرماید:«انأں که کافر شدند،پنداشندند هرگز برانگیخته نمی شوند، بگو آری سوگند به پروردگارم که البته برانگیخته خواهند شد.سپس خبر داده می شوید بر آن چه عمل کرده اید و آن بر خداوند آسان است».

و نیز از زبان حضرت عیسی علیه السلام نقل می کند

که می فرماید:«سلام بر من هتنگلی که ولادت یافتو و آن گاه که بمیرم و در آن زمان که زنده شوم».

انگیزه بعثت، نزول وحی و نزول قرآن است و انگیزه تلاوت قرآن بر بشر این است که تزکیه پیدا بکنند و نفوس متصفا بشوند،از این ظلماتی که در آن ها موجود است تا این که بعد از این که متصفا شدند،روح و ادھان آن ها قابل این بشود که کتاب و حکمت را بهیضند

قلمروبعثت

قرآن کریم در آیات مختلف، چپایی بودن رسالت پیامبر اصلی صلی الله علیه و اله را مطرح نموده است.

اگر جزء آن دسته از افرادی هستیند که روزه‌های زندگیشان بدون تغییر و انرژی لازم در یک خط صاف و منمد می گذرد و ناآهای نظریه تفاهلی ونامرئیدی دست به گریبندید و دیگر انگیزه ای برای رفتن به محل کار ندارید،باید بگویم که دچار «روزمرگی» شده‌اید.

حال این سئوالات مطرح است که آیا روزمرگی یک بیماری بشمار می آید و یا پدیده ای اجتماعی است که آسیب هایی را برای افراد بدنبال دارد؟
روزمرگی چگونه و با چه عواملی خود را در زندگی افراد نشان می دهد و آیافعالیت اجتماعی نامتناسب با نیاز افراد جامعه در بروز این پدیده تاثیر گذار است یا نه؟
در آخر اینکه راههای مقابله با آن چیست؟

به گفته کارشناسان مسائل اجتماعی،مرض روزمرگی، فرد را به دچار زلزلای سرخوردگی،تابناکی و افسردگی کرده و او را به انواع بیماری های روحی و روانی دچار می سازد. همچنین سبب کاهش باره شغلی و اجتماعی، کاهش ارتباطات خوداکی،کاهش توانمندی و گرایش به سمت لذت جویی های آنی در فرد می شود.روزمرگی موجب می شود افراد بدون تدرن از کار و فعالیت اجتماعی، خود مسئولیت های محوله را بدون تغییر در مدت زمانی طولانی به انجام برساند.روزمرگی سبب خود آزاری در فرد ادیب دیده برای ائمین نیازهای مادی و غیر مادی و نیز انجام کار با غلب وچنان نیز در فرد می شود.از

حوادث

رئیس پلیس آگاهی استان قم خبرداد:

دستگیری کیف قاپ با ۱۰ اقره سرقت

رئیس پلیس آگاهی استان از دستگیری یک کیف قاپ حرفه ای در قم خبر داد و گفت: متهم در تحقیقات به ۹قره سرقت کیف قاپی و یک قفره سرقت به عنف اعتراف کرد. سرهنگ احمد کریمی در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهارداشت: درپی وقوع چندین فقره کیف قاپی در قم توسط راکب یک دستگاه موتورسیکلت موضوع در دستور کار کارآگاهان این پلیس قرارگرفت. به گفته وی در ادامه کارآگاهان اداره مبارزه با سرقت پلیس آگاهی استان قم بااستخراج تصویر سارق از دوربین های مداربسته،نامبرده را شناسایی و تصویر وی در اختیار کلیه گشت های انتظامی استان قرار داده شد.رئیس پلیس آگاهی استان قم گفت:تحقیقات ادامه داشت تااینکه مأموران کلانتری ۱۵ حین گشت زنی به راکب یک دستگاه موتورسیکلت که شباهت زیادی با تصویر سارق داشته مشکوک و نامبرده را دستگیری می کنند.سرهنگ کریمی اظهارکرد:در ادامه متهم پس از انتقال به پلیس آگاهی استان و در روبرایی با مأموران ابتدا متهمین منکر ارتکاب هرگونه سرقت بود اما سرانجام با انجام تحقیقات تخصصی و ارائه دلائل و مدارک موجود،وی که هویت واقعی خود را به دلیل عدم پرداخت مهریه به همسرش مخفی می کرد لب به اعتراف گشود و به ۹قره سرقت کیف قاپی و همچنین یک قفره سرقت به عنف باهمدستی فرد دیگر اعتراف کرد.وی افزود:متهم در اظهارات خود اذعان کرد از فروش اموال مسروقه جهت تهیه مواد مخدر استفاده می کرده است.رئیس پلیس آگاهی استان قم گفت:در ادامه مالیاتگنان به پلیس آگاهی استان دعوت و متهم مورد شناسایی آن ها قرار گرفت ونهایتا پس از تشکیل پرونده به مرجع قضائی استان تحویل و به همراه همدستش روانه زندان شدند.

رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر پایتخت خبر داد:

انهدام ۲ پاند گسترده ترانزیت

رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر پایتخت از کشف قریب به چهار تن انواع مواد مخدر در ۲ عملیات جداگانه و مشترک کل پلیس مبارزه با مواد مخدر پایتخت طی ۲۴ ساعت گذشته خبرداد.

سرهنگ بخشنده رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر تهران بزرگ ضمن تشریح جزئیات این ۲ عملیات مشترک اظهار داشت: بیش از یک سال پیش پرونده ای مبنی بر فعالیت گسترده چهار قاچاقچی حرفه ای به پلیس مبارزه با مواد مخدر تهران بزرگ ارسال شد و رسیدگی به موضوع قراقضله در دستور کار قرار گرفت.وی گفت:متقاضی مشخص شده متهمان محوله مذکور را ۲ دستگاه خودرو پرشیا به سمت استان مسمنان و تهران اسکورت می کنند و تازه وارد شهرستان دماغان شده اند.سرهنگ بخشنده اظهار داشت: با تجمع اطلاعات به دست آمده و با انجام هماهنگی های لازم،نیابت قضائی اخذ و تیم های عملیاتی پلیس مبارزه با مواد مخدر تهران بزرگ و شهرستان دماغان به صورت نامحسوس محدوده تردد متهمان را تحت کنترل قرار دادند تا این که در نهایت شب گذشته اعضای این پاند حرفه ای، به همراه خودروهایشان شناسایی و تحت تعقیب قرار گرفتند.رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر تهران بزرگ با بیان این که متهمان به محض مشاهده ماموران قرار را بر قرار ترجیح دادند،بیان کرد: باار متهمان عملیات تعقیب و گریز پلیسی آغاز و متهمان در حالی که بی توجه به دستور ایست پلیس به فرار جنون آمیز خود ادامه می دادند با شلیک چند گلوله متوقف و دستگیر شدند.این مقام انتظامی با اشاره به کشف یک تن و ۸۰۰ کیلوگرم تریاک ۲۰۰۰ کیلو گرم هروئین و توقیف سه دستگاه خودرو از متهمان اضافه کرد: تحقیقات بر روی این پرونده در جهت کشف دیگر متهمان و رزایی پنهان آن کمکان از سوی ماموران عملیات ویژه این پلیس ادامه دارد.وی در تشریح عملیات دیگری که روز گذشته با همکاری سربازان گمنام امام زمان (عج) شهر یز انجام گرفت،اظهار داشت:برابر گزارش واصله از اداره اطلاعات شهر یز مبنی بر ترانزیت یکمحموله سنگین مرغین توسط سه قاچاقچی رسیدگی به این پرونده در دستور کار ماموران پایگاه نهم پلیس مبارزه با مواد مخدر تهران بزرگ قرار گرفت.بر همین اساس تحقیقات پلیسی آغاز و پس از چندین ساعت تلاش اطلاعاتی و عملیاتی مشخص شد که اعضای این پاند،مواد مخدر را از مرزهای جنوبی کشور تحویل گرفته و به شهرستان ری منتقل و قصد دارند در یکی از پارک‌های این محدوده اقدام به توزیع آن نمایند.

سرهنگ بخشنده تصریح کرد:با تجمع اطلاعات به دست آمده و باانجام هماهنگی های لازم ماموران پایگاه نهم این یگان به دلیل دیوی مواد اعزام و موفق شدند در یک عملیات متسجیم و هماهنگ سه قاچاقچی مذکور را دستگیر و بیش از ۲ تن مرغین از آن‌ها کشف و ضبط کنند.رئیس پلیس مبارزه با مواد مخدر پایتخت ضمن اشاره به تحقیقات تکمیلی بر روی پرونده جهت شناسایی سایر متهمان مرتبط با آن،گفت:در این عملیات نیز سه دستگاه خودروی متهمان توقیف و پرونده برای سیر مراحل قانونی در اختیار مقام قضایی قرار گرفت.

به مناسبت سالروز مبعث رسول مکرّم اسلام (ص)

عید بیداری و آگاهی



از آن جمله در سوره اعراف و سیا آمده است: «بگو ای

مردم من فرستاده خداوند به سوی همه شما هستم»

و نیز «و ما تو را جز برای همه مردم نفرستادیم». قرآن

کریم هم چنین در سوره جمعه می فرماید «و مبعوث

به گروه دیگری از مومنان نیز هست که هنوز ملحق به این ها نشده اند»: یعنی اقوام دیگری نیز که بعد از

پیامبر و باران وفادارش پا به عرصه وجود می گازند، و از سرچشمه زلال قرآن و سنت رسول خدا صلی الله علیه و اله سیراب می گردند، در قلمرو بعثت پیامبر صلی الله

علیه و اله قرار دارند.

در همین رابطه، نقل شده هنگامی که پیامبر خدا

صلی الله علیه و اله این آیه را تلاوت می فرمود، سوار

شدن این ها چه کسانی هستند؟ ایشان صلی الله علیه و اله هم دست خود را بر شانه سلمان گذاشت و فرمود: «اگر ایمان در تریا (ستاره ای دور دست) باشد، مردانی

از این گروه (برایان) بر آن دست می یابند».

پایه گذار حکومت صالحان در عرصه خاک

بعثت، پایه گذار حکومت صالحان در عرصه خاک

است. بعثت، سحر گاه امامت و ولایت است. بعثت، نوید

تزکیه اسلن های شایسته از زشتی هاست. بعثت، عید

انسان های جویای حق و عدالت است. بعثت، جشن

بزرگ مستضعفان، محرومان، ستم دیدگان و بی یاوران است. بعثت، روز عزت ارزش هاست. بعثت، نعمت خدا

بر انسان هاست. پیام خیزش انسان از خاک بر افلاک

و نه روزمرگی و باید حتما به او کمک درملی تخصصی

کرد.وی ادامه می دهد:افراد باید برای راهی از روزمرگی

در کارهای روزانه خود تنوع ایجاد و برای شاد نگه داشتن

فضای کاری خود تلاش کنندوی بر این باور است که

عوامل بیرونی همچون خانواده، مشاوران، مدیران و دولت

و حتی رسانه ها در زمینه پیشگیری از روزمرگی افراد

جامعه نقش بسزایی دارند.فردوسی پور خاطرنشان می

کند: برای راهی شافلان از روزمرگی نیز باید مدیران

دستگاه ها تلاش کنند تا با برگزاری وردهمایی ها و

جشن ها، کارکنان خود را از حالت موسسه زدگی و

روزمرگی خارج کنند.باید باسخنان امیدوار کننده انگیزه

و امید را در کارکنان ایجاد کرد تا اثر مثبت آن در فعالیت

های اجتماعی به ثمرنشیند.

***روزمرگی نشانه انقطاع و گسست است**

هزینه مدیر گروه علوم اجتماعی (دانشگاه تهران

روانشناس و اسناد دانشگاه شهید بهشتی معتقداست،

روزمرگی بیماری نیست بلکه جزو آسیب اجتماعی

محبسوب می شود.اما متناسب با نیازهای مادی افراد در

جامعه مدرن نیست.

دکتر «سهما فردوسی پور» در گفت و گو با خبرنگار

گروه اجتماعی ایرنا، همچنین مقوله افسردگی را از

روزمرگی جدا دانسته و می گوید:اگر فردی احساس کرد

که هیچ چیز در او اثر گذار نیست و هیچ موردی در زندگی

باث شادی او نمی شود، این فرد دچار افسردگی شده

بعثت،عید ختم نامیدی

میبعث، عید بخت نجات از سرگردانی، عید ختم

نامیدی، عید تمایز عدل و ستم، عید بیداری و آگاهی،

و عید تعهد و هدایت بزرگ الهی است. در این روز

شریف بود که پیامبر رحمت پس از چهل سال عبادت

و راز و نیاز به بر گاه خداوند، شایسته ابلاغ رسالت شد و

مزمز وحی، در عمق جانش به جوشش درآمد و آفاق را

سیراب کرد. در این روز، پیامبر امین، بافرمان «افرو بشر

را در آغوش بر مهر دیانت قرار داد و دامنه بعثتش، تا

همیشه تاریخ گسترده شد و نام مبارکش، زینت بخش

و ملوک و ملکوت گشت. اینک پس از پانزده قرن، سخن

تعلیم و تربیت و پرورش می دهد.از این رو،بعثت، نقطه

عطفی در زندگی سراسر عیت پیامبر امین بود که آیات

الهی را در گوشن جان انسان ها ترنم کرد و چهل و جور،

شرک و بت پرستی را از صحنه زندگی دور ساخت.

مهم ترین پیام بعثت

مهم ترین پیام بعثت،کنک پرستی و تزکیه نفس است.

بعثت، وحی را واسطه زمین و آسمان قرار داد و انسان

ها را از سرگردانی در وادی ظلمت و تحیر وارهاند. بر

مهمین اساس است که بعثت امام خمینی رحمه الله

می فرماید: « انگیزه بعثت، نزول وحی و نزول قرآن

است و انگیزه تلاوت قرآن بر بشر این است که تزکیه

حضرت محمد صلی الله علیه و اله شکوفا کرد.بعثت،

آن ها موجود است تا این که بعد از این که متصفا شدند،

روح و ادھان آن ها قابل این بشود که کتاب و حکمت را

بهیضند.انگیزه بعثت این است که ما را از این طغیان ها

نجات دهد ، ما تزکیه کنیم خودمان را، نفوس خودمان

را متصفا کنیم. اگر این توفیق برای همگان حاصل شد،

دنیا یک نوری می شود نظیر نور قرآن و جلوه نور حق».

و بنابراین در یک جمله می توان گفت:فلسفه بعثت پیامبر

اکرم صلی الله علیه و اله تکامل انسان و پاسختجویی به

نیازهای مادی و معنوی اوست.

سرایت خواهد کرد. امیرمطهری می گوید: روزمرگی

امروزه بیشتر در جامعه مدرن توسعه یافته اما نمودهای

آن در جامعه سنتی هم وجود دارد. آنچه در جامعه مدرن

قابل مشاهده است، کاهش تعلقات اجتماعی است. یعنی

مادی افراد را تحریک کنیم باید از راه تلاش کردن این

نیازهای مادی رفع شود. امیرمطهری، ر تقویت سیستم

های اجتماعی و جایگزینی آن با سازمان ها و نهادهای

مدنی و آموزش شهروندان را از جمله راهکارهای راهبی

از روزمرگی عنوان کرده و می افزاید: فرد دچار روزمرگی

باید مهارت زندگی خود را تقویت کند و در روند زندگی

تحرك داشته باشد و منتظر تائید از بیرون نباشد بلکه

«خودانگیزش» از درون خود فرد باید بیرون بیاید.

عضو هیات علمی دانشکده علوم اجتماعی تهران می

گوید:افراد جامعه همچنین باید خود را در شرایط جدید

زندگی مدرن متحول کنند و با افزایش آگاهی، با شرایط

و مقتضیات زندگی مدرن که از آنها انتظار می رود همسو

شوند و البته نقش مراکز آموزشی، وسایل ارتباط جمعی،

گروه های مرجع، همسالان و نهادها مختلف را نباید

برای راهی از روزمرگی نادیده گرفت.

وی تصریح می کند:اگر نه جامعه و نه خود فرد تلاش

برای پیشگیری را راهی از روزمرگی نکند، این موضوع

تشدید می شود و اختلالات روحی و روانی بر افراد و

جامعه حاکم شده و به انواع لایه ها و طبقات جامعه

بناشاپ ریل گذاری کنند.

بازار ملا در منطقه پامنار به همراه همکارم با یک دستگاه

موتورسیکلت در حرکت بودیم که ناگهان دو نفر پا یک

دستگاه موتورسیکلت به سمت ما آمدند و موتور خود را به

ما نزدیکان و همکار هم روی زمین افتادیم ناگهان تعدادشان

چند نفر شد و با تهدید جاقوشش کیلو طلالی داخل لباس

های ما بیرون کشیدند و با چند دستگاه موتورسیکلت [طرح]

هوندا از محل متواری شدند.(سرت به شیوه ایجاد تصادف

ساختگی)

مالیخته ای که به صورت پیاده و خفه کنی مورد سرت

طلا قرار گرفته و پرونده شکایت اولیه اش در کلانتری ۱۱۷

جودایه تشکیل شده بود نیز در اظهاراتش به کارآگاهان

گفت: طبق روال خرید طلا به بازار تهران آمده و از

پاسار اردبیهشت و خرداد و حکیم هاشمی خرید کردم.

ساعت ۱۴۳۰ پس از خرید بیش از یک کیلوگرم طلا

از بازار بیرون آمده و به ایستگاه مترو پانزده خرداد رفته و

سوار مترو شدم.ر ایستگاه ترمینال جنوب از قطار پیاده

و از ایستگاه خارج شدم و به قصد سوار شدن به ماشین

به صورت پیاده به سمت پارکینگ شبانه روزی در خیابان

غفری حرکت کردم که ناگهان از پشت سر یک نفر گروتم

و محکم گرفت و همزمان نفر دیگری بند کیف طلا را که

زیر کتیم اویران بود با جاقو پاره کرد. مجموعاً نفر بودند

که پس از سرقت کیف طلا با چند دستگاه موتورسیکلت از

محل متواری شدند .(سرت به شیوه خفه کنی در ادامه

رسیدگی به پرونده سرقت های طلا و جواهرات کیفی،

کارآگاهان با انجام چهره نگاری و همچنین رویت تصاویر

سارقین سابقه دار اقدام به شناسایی ۶ سارق حرفه ای و از

زمینه سرقت های خشن پوزنه کیفی شنیدند.برسی

تصاویر دوربین های مدارسته محل تردد مالیاتگنان

نیز تعدادی از این مجرمین در از زمان رآغ زنی و تعقیب

مالیاتگنان نشان این جادورسی سابقا یک نفر بوده است

های عشقعلی . ش (۵۱ ساله) ، سابر (۵۰ ساله) ،

علی ک (۵۸ ساله) ، امیرضرا ک (۵۷ ساله) ، محمد

س (۵۴ ساله) و جواد م (۴۴ ساله) نشان داد که آنها

وحدت اسامی مراجعه کنند.

اخبار

استاندار قم:

اقتصاد مقاومتی مساله ای

حیاتی و سر نوشت ساز است

استاندار قم گفت: اقتصاد مقاومتی فقط یک شعار نیست، بلکه مساله ای حیاتی و سرنوشت ساز است که آیندگان از برکت آن بهره مند می شوند.

سید مهدی صادقی دوشنبه شب در نخستین جلسه ستاد اقتصاد مقاومتی استان قم افزود: برای تحقق اقتصاد مقاومتی باید عزم را راده جمعی در تمامی پاندها و دستگاههای اجرایی و در میان آحاد جامعه ایجاد شود. وی خاطرنشان کرد: اقتصاد مقاومتی به عنوان پتانسراتزای اساسی در کشورمان باید در همه ابعاد مورد توجه قرار گرفته و نهضت فکری و عملی برای دستیابی به مولفه ها و شاخص های آن در جامعه ایجاد شود.

استاندار قم بر ضرورت تغییر نگرش و باور مردم و مسئولان نسبت به اهمیت و جایگاه اقتصاد مقاومتی تاکید کرد و گفت: دستیابی به اقتصاد مقاومتی، یک ضرورت برای رسیدن به عزت و استقلال و هویت ایرانی – اسلامی است. وی با اشاره به تشکیل ستاد اقتصاد مقاومتی در استان قم و برگزاری جلسات هر دو هفته یکبار، تصریح کرد این ستاد با رصد و پایش تمامی مسائل و موضوعات مرتبط و برنامه ریزی و ایجاد هماهنگی میان دستگاههای اجرایی، در جهت رسیدن به اقتصاد مقاومتی تلاش خواهد کرد. صادقی در پایان با بیان اینکه تصمیمات استانی در ستاد اقتصاد مقاومتی متناظر با سیاست های ابلاغی وزارتخانه ها اتخاذ می شود، گفت: اقدامات دستگاههای اجرایی در این رابطه و همچنین رضایتمندی مردم از این اقدامات به عنوان یکی از مولفه ها در ارزیابی عملکرد دستگاهها مورد توجه قرار می گیرد.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی قم تاکید کرد:

ضرورت مشار کت نخبگان

در تحقق اقتصاد مقاومتی

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان قم گفت: همفکری و مشارکت نخبگان حوزوی و دانشگاهی در برنامه ریزی های کوتاه و بلندمدت در راستای دستیابی به اقتصاد مقاومتی ضرورت دارد.

سید حسن رضوی دوشنبه شب در نخستین جلسه ستاد اقتصاد مقاومتی استان قم افزود: به طور قطع مردم نقش و جایگاه مهمی در تحقق اقتصاد مقاومتی در کشور دارند، از این رو باید از ظرفیت های عظیم فرهنگی در قم برای فرهنگسازی و تبلیغات به خوبی بهره مند شویم.

وی با بیان اینکه حمایت از تولید و فعال کردن واحدهای تعطیل و نیمه تعطیل، ایجاد گوناگونی دارد که باید مورد توجه قرار بگیرد، اظهار داشت: افزایش بهره روری انرژی، کارآمدی نیروی انسانی، خدمات پس از فروش، مدیریت هزینه ها و سرمایه و دیگر مسایل باید در برنامه ریزی ها لحاظ شود.وی با اشاره به وظایف و تکالیف ستاد اقتصاد مقاومتی استان:از برگزاری منظم و مستمر جلسات این ستاد درباره ارائه گزارش عملکرد آن به معاون اول رئیس جمهوری خبر داد و گفت: دستگاههای اجرایی باید با همه توان در این جهت حضور و مشارکت موثر داشته باشند.

وی برنامه های ارتقای بهره روری، پیشبرد برون گرایی اقتصاد، ارتقای توان تولید ملی، عدالت بنیان کردن اقتصاد و توسعه عدالت اجتماعی، برقراری انضباط مالی در بخش عمومی و قطع وابستگی بودجه به نفت، توسعه اقتصاد دانش بنیان، گفتمان سازی و فرهنگسازی اقتصاد مقاومتی، شفاف سازی و سالم سازی اقتصاد، توسعه ظرفیت تولید نفت و گاز و تکمیل زنجیره پابین دستی و توسعه، بازر ها و هدفمندسازی پالانه ها، مردمی کردن اقتصاد و سیاست های پولی و ارزی را از جمله برنامه های ملی و طرح های مصوب ستاد فرماندهی اقتصاد مقاومتی کشور عنوان کرد.

معاون سازمان مدیریت و برنامه ریزی قم خبرداد:

شناسایی ۳۳ پروژه برای واگذاری به بخش خصوصی در قم

معاون برنامه و بودجه سازمان مدیریت و برنامه ریزی قم گفت: تاکنون ۶۳ پروژه دستگاههای اجرایی برای واگذاری به بخش خصوصی در استان شناسایی شده است.

نعمت الله امانی دوشنبه شب در نخستین جلسه ستاد اقتصاد مقاومتی استان قم با اعلام این خبر افزود: پروژه های قابل واگذاری و به بخش خصوصی شامل ۱۸ پروژه نیمه تمام، ۱۲ پروژه تکمیل شده و ۲۳ پروژه جدید است. وی با بیان اینکه برای واگذاری پروژه ها به بخش خصوصی، مشوق ها و تسهیلاتی هم در نظر گرفته شده است. اظهار داشت: البته هدفگذاری دولت واگذاری ۲۰ درصد پروژه های استانها به بخش خصوصی است که با این احتساب، حدود ۶۰ پروژه دیگر برای واگذاری در استان قم باید شناسایی شود.

معاون سازمان مدیریت و برنامه ریزی قم گفت: طرح واگذاری پروژه ها به بخش خصوصی از تمامی ابعاد مناسب و خوبی است که موجب کوتاه کردن زمان اجرای پروژه ها، بهره برداری بهینه از پروژه ها و استفاده از ظرفیت های گسترده فعالان اقتصادی است. وی در پایان تصریح کرد: اقتصاد کشورمان به دلیل تحریم ها و فشارهای گزشتند در وضعیت بحرانی قرار گرفته و شبیه بیماری است که به درمان فوری نیاز داشته و باید در کنار برنامه ریزی های بلندمدت، راه حل های کوتاه مدت نیز در اولویت قرار بگیرد.

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم مطرح کرد:

معضل فرسودگی ماشین آلات واحدهای صنعتی قم

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم گفت: واحدهای صنعتی به دلیل مشکلات اقتصادی مج

