





<span></span>	
<b>قیمت سکه و طلا در بازار ایران</b>	
طلا در ایران	آخرین نرخ
<b>یک مثقال طلا</b>	<b>۴٬۸۷۲٫۰۰۰</b>
<b>یک گرم طلا</b> ۱۸	<b>۱٬۱۲۴٫۷۰۰</b>
انواع سکه	آخرین نرخ
<b>سکه بهار آزادی</b>	<b>۱۱۰٫۰۰۰</b>
<b>سکه امامی</b>	<b>۱۱۰٬۲۰۰٬۰۰۰</b>
<b>نیم‌سکه</b>	<b>۵۵۴٬۰۰۰</b>
<b>ربع سکه</b>	<b>۲٬۹۲۰٬۰۰۰</b>
<b>سکه یک گرمی</b>	<b>۱٬۹۰۰٬۰۰۰</b>

آخرین قیمت انواع محصولات ایران خودرو	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
<b>۲۰۶ تیپ ۵</b>	<b>۳۶٬۸۰۰٬۰۰۰</b>
<b>دنا با موتور EF۷</b>	<b>۴۲٬۰۰۰٬۰۰۰</b>
<b>پژو ۴۰۵ GLX</b>	<b>۲۸٬۶۰۰٬۰۰۰</b>
<b>پژو ۴۰۵ SLX</b>	<b>۳۰٬۶۰۰٬۰۰۰</b>
<b>پژو پارس ELX</b>	<b>۳۹٬۷۰۰٬۰۰۰</b>
<b>پژو پارس سال</b>	<b>۳۵٬۲۰۰٬۰۰۰</b>
<b>تندر E۲۹۰</b>	<b>۳۸٬۰۰۰٬۰۰۰</b>
<b>ران‌ا LX</b>	<b>۳۳٬۰۰۰٬۰۰۰</b>
<b>ران‌ا TU۵</b>	<b>۲۳٬۳۰۰٬۰۰۰</b>
<b>سمند LXسال</b>	<b>۳۰٬۱۰۰٬۰۰۰</b>
<b>سمند EF۷</b>	<b>۲۹٬۹۰۰٬۰۰۰</b>
<b>سورن ELX</b>	<b>۳۶٬۱۰۰٬۰۰۰</b>

آخرین قیمت انواع محصولات سایپا	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
<b>زوتی Z ۳۰۰</b>	<b>۵۲٬۰۰۰٬۰۰۰</b>
<b>سایپا کار EX۱۵۱۱</b>	<b>۱۷٬۴۲۰٬۰۰۰</b>
<b>سایپا ۱۱۱</b>	<b>۲۰٬۶۰۰٬۰۰۰</b>
<b>سایپا SE۱۳۲</b>	<b>۲۰٬۲۰۰٬۰۰۰</b>
<b>سایپا SE۱۴۱</b>	<b>۱۸٬۵۰۰٬۰۰۰</b>
<b>سایپا ۱۳۱</b>	<b>۲۰٬۱۰۰٬۰۰۰</b>
آخرین قیمت انواع محصولات مدیران خودرو	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
<b>MVM ۳۱۵</b>	<b>۴۰٬۵۰۰٬۰۰۰</b>
<b>MVM ۵۵۰دنده‌ای</b>	<b>۴۶٬۰۰۰٬۰۰۰</b>
<b>تیگو X۳۳</b>	<b>۶۲٬۰۰۰٬۰۰۰</b>

مکت	
<span></span>	
<div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div>خودروسازان بانکداری می‌کنند؟</div></div></div></div>	
<div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div><b>جدال تولید با نرخ سود بانکی</b></div></div></div></div>	
<div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div>در شرایطی که نرخ سود بانکی کاهش یافته،به نظر می‌رسد که خودروسازان از این فرصت استفاده کرده‌وبرای جذب نقدینگی،با تانداوم پرداخت سودهای بالا،به پیش‌فروش محصولات خوداقدام می‌کنند.</div></div></div><div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div>به گزارش خبرنگار این، در شرایطی که بانک‌ها نرخ سود سپرده بانکی را به ۱۵ درصد کاهش داده و نرخ سود تسهیلات نیز از روز شنبه آینده به ۱۸ درصد کاهش خواهد یافت که گزارش‌ها حاکی از آن است که خودروسازان همچنان برای پیش‌فروش محصولات خود،از سودهای ۱۸ تا ۲۸درصد به عنوان سود مشارکت و انصراف استفاده می‌کنند.</div></div></div><div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div>این رفتار خودروسازان از نگاه برخی کارشناسان، یک نوع رفتار بانکداری محسوب می‌شود. با این اقدام، این احتمال وجود دارد که مردم پول‌های خود را از بانک‌ها بیرون کشیده و به حساب خودروسازان بزنند.</div></div></div><div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div>به باور آن‌ها، اقدام خودروسازان شباهت زیادی با عملکرد موسسه‌های مالی غیرمجاز دارد که در سال‌های اخیر با سودهای بالاتر از نرخ مصوب شورای پول و اعتبار، باعث اختلال در نظام پولی کشور شده‌بودند.</div></div></div><div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div>اما در مقابل، برخی کارشناسان حوزه خودرو معتقدند که دلیل کاهش نرخ سود سپرده همین بوده که پول مردم به سمت تولید رود. بهرام شهرپاری، عضو سابق انجمن قطعه‌سازان در گفت‌وگو با خبرنگاری خبرنگاران در این خصوص عنوان می‌کند: «این سودی که خودروسازان می‌دهند،بابت سرمایه‌گذاری است مردم انجام می‌دهند و پیش‌فروش است. دو خودروساز نیز بنگاه‌های بانکی است.»</div></div></div><div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div>وی می‌افزاید: «البته در مجموع به نظر من خود این قسه باید جمع شود و در مجموع در دنیا این موضوع مرسوم نیست، اما به هر جهت خودروسازان در سیستم بانکی نیستند و برای رفعیب بیشتر مشتریان یک چنین کاری را می‌کنند» عضو سابق انجمن قطعه‌سازان از بیان این که مشابه این موضوع این است که خودروها را اقسطی می‌فروشند، تصریح می‌کند: «اصلا تمام کاهش نرخ بهره برای همین است که پول‌های سرگردان به سمت تولید برود.»</div></div></div><div><div><div><div><span></span><div><div><span><span></span></span></div></div></div><div>شهرپاری عنوان می‌کند: «خودروسازان به مشتریان که سرمایه‌گذاری می‌کنند تا خودرویی را در آینده بخرد، سود می‌دهند، بنابراین به دلیل این که سیستم بانکی نیستند، این حق را برای خود ایجاد می‌کنند که در رقابت بازار نتوانند موفق باشند.»</div></div></div></div></div></div></div></div></div></div>	

رییس مرکز پژوهش های مجلس با تأکید بر لزوم همکاری دوجانبه این مرکز و بانک مرکزی، تصریح کرد: سیستم بانکداری باید در خدمت اقتصادمقوامتی باشد.

نشست هماندیشی مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی و بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران، با حضور دکتر کاظم جلالی رییس مرکز پژوهش‌های مجلس و دکتر ولی‌الله سیف رییس کل بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران و معاونان دو دستگاه برگزار شد. کاظم جلالی در این نشست با اشاره به عملکرد مرکز پژوهش‌های مجلس در تدوین گزارشات کارشناسی، گفت: نگاه سیاسی در تهیه گزارش‌های پژوهشی مرکز گزارش‌گذار نیست و این مطالب تنها با رویکرد علمی تدوین می‌شود.

وی دولت را متولی اصلی قانون‌نویسی دانست و توضیح داد: با توجه با اصل ۷۵ قانون اساسی و همچنین با بنده کارشناسی که دولت در اختیار دارد، باید از طریق تهیه لایحه در مسیر قانون‌نویسی گام بردارد تا در حوزه قانونگذاری به سمت لایحه مجوری حرکت کنیم.

نماینده مردم تهران، ری، شمیرانات و پردیس در مجلس، یکی از مشکلات بخش تقنین را کوتاهی دولت‌ها در ارائه لایحه به مجلس دانست و خاطر نشان کرد:متأسفانه در دولت‌ها متولی مشخصی برای قانون‌نویسی وجود ندارد و در بسیاری موارد وقتی لایحه‌ای به مجلس ارائه نشده، طرحی از سوی مجلس برای تصویب و قانونگذاری تهیه و ارائه شده است.

جلالی با تأکید بر تعامل هرچه بیشتر قوا به ویژه دولت و مجلس در تهیه و تصویب قوانین، تصریح کرد: بررسی و ارزیابی طرح‌ها و لاییح قبل از تصویب می‌تواند به کارآمدتر بودن قوانین مصوب کمک کند و از این منظر مرکز پژوهش‌های مجلس می‌تواند نقطه اتصال دولت و مجلس باشد.

وی با اشاره به تعامل مرکز پژوهش‌های مجلس با دانشگاه‌ها و مراکز علمی کشور، توضیح داد: مرکز با ارتقاسطح همکاری با مجموعه‌های پژوهشی در کنار استفاده از توان کارشناسی کشور به دنبال تهیه گزارش‌هایی کارآمدتر در حوزه تقنین است.

وی با اشاره به تعامل میان مرکز پژوهش‌های مجلس و بانک مرکزی ایران به ویژه در دوران مدیریت دکتر سیف، تصریح کرد: همکاری دوجانبه هرچه بیشتر میان مرکز و بانک مرکزی به تهیه گزارش‌های کارشناسی متنق و مطلوب به منظور قانونگذاری کارآمدتر کمک خواهد کرد.

رییس مرکز پژوهش‌های مجلس با اشاره به لزوم همکاری این مرکز و بانک مرکزی به ویژه در بررسی و ارزیابی طرح‌ها و لایوح پولی و بانکی، تأکید کرد: تعامل میان مرکز پژوهش‌های مجلس و بانک مرکزی به ویژه پژوهشکده پولی و بانکی می‌تواند در احصا، بازنگری و اصلاح قوانین پولی و بانکی کشور موثر باشد که این مهم با ایجاد کارگروه همکاری مشترک دوجانبه و امضای تفاهنامه ممکن خواهد شد.

وی ادامه داد: لایحه بانکداری و قانون بانک مرکزی دو لایحه مهم و اصلی هستند که با تعامل هرچه بیشتر مرکز پژوهش‌های مجلس و

بانک مرکزی می‌تواند با دقت و سرعت بیشتری ارزیابی و ارائه شود.

رییس مرکز پژوهش‌های مجلس با اشاره به بیانات و تأکیدات رهبر معظم انقلاب درخصوص اقتصاد مقاومتی و همچنین تکلیفی که سال ۹۵ به این نام و با توجه به بندهای ۲۴ گانه سیاست‌های کلّی اقتصاد مقاومتی، تصریح کرد:سیستم بانکداری باید در خدمت اقتصاد مقاومتی باشد.

توفقات نامحدود از نظام بانکی مدیریت شود. FATF قرار نمی دهد، مذاکرات ما با گروه ویژه اقدام مالی در زمینه مبارزه با پولشویی و تأمین مالی تروریسم است و مصداقین تروریسم را نیز خود ایران تعیین می کند. ولی اله سیف نیز در این نشست ضمن تقدیر از نقش موثر این مرکز در تصمیمات و جهت گیری‌های مجلس شورای اسلامی، گفت: گزارش های مختلف مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی در زمینه پولی و بانکی حاکی از تسلط کارشناسان این مرکز بر امور اقتصادی و بانکی است و نکات کارشناسی مطرح شده در این گزارش ها، می تواند برای سیاستگذاری ها و تصمیم های آتی مراکز تصمیم گیری راهگشایاشد.

رییس کل بانک مرکزی با اشاره به انتظارات و توقعات مجموعه‌های دولتی و خصوصی کشور از نظام بانکی گفت: بانک مرکزی دستگاه سیاست گذار پولی است و می‌کوشد مقررات به خوبی اعمال و اجرا شوند.اولویت ما تخصیص هزینه منابع است و رفع مشکلات واحدهای تولیدی را در این زمینه هدف قرار داده ایم ولی باید توجه داشت که

مقوامتی باشد.

بانک مرکزی اطلاعات مشتریان و حساب های بانکی را در اختیار FATF قرار نمی دهد، مذاکرات ما با گروه ویژه اقدام مالی در زمینه مبارزه با پولشویی و تأمین مالی تروریسم است و مصداقین تروریسم را نیز خود ایران تعیین می کند.

ولی اله سیف نیز در این نشست ضمن تقدیر از نقش موثر این مرکز در تصمیمات و جهت گیری‌های مجلس شورای اسلامی، گفت: گزارش های مختلف مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی در زمینه پولی و بانکی حاکی از تسلط کارشناسان این مرکز بر امور اقتصادی و بانکی است و نکات کارشناسی مطرح شده در این گزارش ها، می تواند برای سیاستگذاری ها و تصمیم های آتی مراکز تصمیم گیری راهگشایاشد.

رییس کل بانک مرکزی با اشاره به انتظارات و توقعات مجموعه‌های دولتی و خصوصی کشور از نظام بانکی گفت: بانک مرکزی دستگاه سیاست گذار پولی است و می‌کوشد مقررات به خوبی اعمال و اجرا شوند.اولویت ما تخصیص هزینه منابع است و رفع مشکلات واحدهای تولیدی را در این زمینه هدف قرار داده ایم ولی باید توجه داشت که

نویخت:

## دولت با ارائه لایحه اصلاح قانون بودجه ۹۵ حجت را تمام کرد

دولتی و شرکت‌های دولتی و سایر تعهدات دولتی را از این محل پرداخت کند. وی افزودالبته این موضوع چون فراتر از شمول ماده ۲۶ قانون پولی و بانکی بود، رد شد ولی امروز دولت یازدهم دقیقاً همان بند «ب» ماده ۲۶ قانون پولی و بانکی را از نمایندگان مجلس تقاضای کند تا بتوانیم با تصویب این تقاضا بدهی‌ها را بپردازیم و مشکلات را حل کنیم. معلون رییس جمهوری ادامه داد: در تبصره‌های ۱۹ و ۲۰ قانون بودجه ۹۵ این موضوع مطرح شده بود اما مجلس آن را حذف کرد و ما امروز با خلاق، مواجته هستیم و نتوانستیم به جهت محدودیت منابع، طرح‌های عمرانی را به اتمام برسانیم، با تصویب آنچه که دولت در اصلاحیه بودجه ۹۵ پیشنهاد کرد، می‌توانیم همه مطالبات پیمانکاران به دولت راستویه کنیم. نوبخت خطاب به نمایندگان مجلس گفت:شما نمایندگان می‌توانید کمک کنید تا ما هر چه سریع تر اعطای تسهیلات و واحدهای عمرانی اقدام و طرح‌ها و پروژه‌های عمرانی را فعال کنیم. وی با تأکید بر این که دولت با ارائه این پیشنهاد در اصلاحیه بودجه ۹۵ جحشش را تمام کرده و آماده است با تصویب این اصلاحیه طرح‌های عمرانی را فعال کند،گفت: با تصویب این پیشنهادها هم به اقتصاد ملی و هم به اجرای سیاست‌های اقتصاد مقاومتی می‌توان کمک می‌کنید. به گزارش ایرنا، نمایندگان مجلس شورای اسلامی امروز به یک فریب لایحه اصلاح قانون بودجه سال ۱۳۹۵ که شورای عالی مثبت دادند به موجب این لایحه، دولت به منظور اصلاح صورت‌های مالی و افزایش توان تسهیلات دهی بانک‌ها از محل حساب مازاد حاصله از ارزیابی خاص دارایی‌های خارجی بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران، حداکثر به میزان ۴۵۰ هزار میلیارد ریال مطالبات بانک مرکزی از بانک‌ها را برای تسویه مطالبات بانک‌ها از دولت یا افزایش سرمایه دولت در نظر گرفته و در بانک‌های دولتی صرف خواهد کرد. همچنین دولت اجازه دارد نسبت به انتشار اوراق مالی اسلامی تا سقف ۴۰۰ هزار میلیارد ریال معادل بدهی‌های خود از جمله به بانک‌ها و پیمانکاران اقدام و از طریق واگذاری آن، تمام یا بخشی از بدهی‌های خود را با طلبکاران تسویه کند.

معلون وزیر صنعت خیر داد:

### تملک بیش از ۱۵۰۰ واحد صنعتی توسط بانک‌ها

حمایت، دچار آسیب می‌شوند.زنانی تصریح کرد: در ۹۵۰ شهرک و ناحیه صنعتی کشور، ۳۷ هزار و ۵۸۲ واحد مستقر هستند که ۳۴ هزار و ۹۵۲ مورد از آنها صنایع کوچک و یک هزار و ۶۲۹ واحد صنایع متوسط هستند.سرانجام سازمان صنایع کوچک و شهرک‌های صنعتی ایران با بیان اینکه فقط ۹۰۰ مورد صنایع بزرگ در شهرک‌های صنعتی وجود دارد که ۱۰۸ مورد ۷۱۴۱ مورد از آنها راکد است، اظهار کرد: از مجموع واحدهای دارای برنده بهره‌بردار شهرک‌های کشور ۱۱۴۱ مورد از آنها راکد است، که مصوبیت به عهده همه ماست و در مقابل کل کشور مسئول هستیم.وی بیان اینکه از زمان تشکیل شهرک های صنعتی، ۵۸۰ درصد واحدهایی که تعطیل شده، در دولت نهم و دهم و ۴۲ درصد در سه دولت دیگر بوده است، تصریح کرد: در کل کشور یک هزار و ۵۰۲ واحد غیر از دو بانک دی و سامان، توسط بانک‌ها به جانشینی تملک شده که ۱۰۹۹ مورد در شهرک های صنعتی کشور است.زنانی در ادامه کرد در استان کرمان نیز از ۱۹۲۸ واحد تولیدی، ۱۶۵۶ واحد صنایع کوچک و ۸۸ واحد صنایع بزرگ است.معلون وزیر صنعت،معنن و تجارت گفت: یکی از ویژگی های مهم استان کرمان این است که بیشترین آمار صنعت و بازرگانی فخل شهرک‌ها و واحدهای نواحی صنعتی است.زنانی در ادامه کرد: دولت گذشته در داخل شهرک‌ها و نواحی مستقر شده اند، و تصریح کرد: در استان کرمان ۱۵ واحد توسط بانک‌ها و بنیاد ها و بخش های مختلف سرمایه‌دین طرح در کارگروه رفع موانع تولید، از منابع دولتی واحدهای مشکل دار را تا پایان سال به نتیجه برسانند.زنانی بیان کرد: در استان کرمان تعداد واحدهایی که بین ۵۰ تا ۷۰ درصد ظرفیت کل می‌کنند ۴۳۲ مورد است و از این تعداد ۲۸۰ مورد صنایع کوچک است. وی اظهار کرد:۳۳۱ طرح در دست احداث در استان کرمان وجود دارد که شامل صنعت، معدن و تجارت، گردشگری و صنایع دستی و … است و آمار خوبی است که ۱۹۶۱ واحد از این تعداد داخل شهرک ها و نواحی صنعتی است.معلون وزیر صنعت، معدن و تجارت گفت: یکی از رسالت های کارگروه رفع موانع تولید، تکمیل واحدهای نیمه تمام دارای پیشرفت ۶۰ درصد به بالا است که در کل کشور ۹۲۲۲ مورد است.وی تصریح کرد: یکی از مشکلاتی که در برخی استان‌ها مطرح شده، عدم رغبت بانک‌ها به همکاری در این زمینه بود و در کارگروه ملی مصوب شده است، که همه بانک‌ها در این راستا تکلیف دارند که تسهیلات برای تکمیل طرح‌ها ارائه کنند.

عضو هیات رئیسه مجلس:

### دریافت و پرداخت حقوق‌های نجومی تخطی از قانون است

پاسدار رعایت قانون است.وی ادامه داد: در موضع دریافتی های غیرمعتاد دولت می‌تواند با رفتار ساده ردزستی خود کمک به برخورد با این مهم کند.این نماینده مردم در مجلس دهم، بیان اینکه رفتارهای اشرافی از سوی برخی مسئولان هزته های آن‌ها را نیز بیش از پیش خواهد کرد، گفت: مسئولان باید بداندند که داشتن خلق و خوی اشرافی آن‌ها را به بهره گیری هر چه بیشتر حقوق‌های نجومی و امی دارد، وی با تأکید بر اینکه توجیه برخی مدیران متخلف داشتن اختیار آن‌ها بوده است، افزود: داشتن اختیار لیبیل مناسبی برای سو استفاده از اختیارات نیست.قاضی زاده هاشمی با اشاره به رو شدن فیش حقوقی میلیون‌ی مدیر عامل بانک رفاه،

دکتر جلالی در نشست هم اندیشی مرکز پژوهش ها و بانک مرکزی:

# سیتسم بانکداری باید در خدمت اقتصاد مقاومتی باشد

از جمله سامانه چکاوک در بانک مرکزی برای کنترل بدهی بانک‌ها به بانک مرکزی، ایجاد بازار اوراق بدهی را ابزار مناسب دیگری برای ساماندهی دولتی به نظام بانکی دانست و خاطر نشان کرد: در سایر نقاط دنیا دولت‌ها به نظام بانکی بدهی ندارند بلکه سعی می‌کنند از طریق بازار سرمایه، منابع مورد نیاز خود را تأمین کنند. از این رو ایجاد بازار اوراق بدهی ابزار مناسبی است که دولت در صد است از این ابزار به نحو مناسب استفاده کند.

رییس کل بانک مرکزی از ارائه دو لایحه جدید قانون بانک مرکزی و قانون بانکداری به مجلس دهم در آینده نزدیک خبر داد و تصریح کرد: در حال حاضر قانون پولی و بانکی با قدمت بیش از ۴۰ سال و قانون بانکداری بدون ربا با قدمت ۲۲ ساله در نظام بانکی در حال اجراءست و لازم است در این قانون و ضوابط و استانداردهای مرتبط با آن بازنگری شود، بر این اساس بانک مرکزی با آغاز به کار مجلس دهم لوابیحی در این زمینه به مجلس ارائه خواهد کرد.

محمد مجلسی نیز در این نشست با اشاره به همکاری مرکز پژوهش‌های مجلس و بانک مرکزی در سال‌های گذشته، گفت: این همکاری دوجانبه در تدوین گزارش‌های کارشناسی و بررسی لایوح و طرح‌های مربوط به بخش پولی و بانکی، مفید و مناسب بوده است.

وی با اشاره به گذر کشور از دوران تحریم و ورود به روزهای ساختاریم، تصریح کرد: مرکز پژوهش‌های مجلس در خصوص برنام حدود ۳۰ گزارش در حوزه‌های مختلف تدوین و ارائه کرده است.

معلون پژوهش‌های اقتصادی مرکز پژوهش‌های مجلس با اشاره به ارائه آمارهای مختلف درخصوص رشد اقتصادی، یادآور شد: متأسفانه آمارهای مختلفی در این خصوص تهیه و ارائه می‌شود که باعث ایجاد مشکلاتی در حوزه برنامه‌ریزی می‌شود.

قاسمی با تأکید بر اینکه تسهلات بانک مرکزی وابسته به سیاست بودجه‌ریزی است، گفت: انسجام نظام آمارهای کلان در کشور باید حفظ و تقویت شود و بانک مرکزی در این بین باید هدایت این امرها را برعهده داشته باشد.

محمد رضا محمدخانی نیز در این نشست با بیان اینکه محوریت و مسیر حرکت صنعت در کشور مشخص نیست، گفت: متأسفانه برخلاف بسیاری از کشورهای دنیا، برنامه‌ای راهبردی برای صنعت نداریم.

وی افزود: در بخش صنعت نیازمند نگاهي کارآمد و برنامه‌ریزی مدنی هستیم تا به توسعه و تقویت این بخش در اقتصاد کشور کمک کند.

معلون پژوهش‌های تولیدی و زیربنایی مرکز پژوهش‌های مجلس، خاطر نشان کرد: مشکلات اقتصادی به ویژه در بخش صنعت با قانون‌نویسی مکرر و همچنین تزیق منابع مالی حل نمی‌شود چراکه در این حوزه بیشتر نیازمند اصلاح روش‌های مدیریتی هستیم. شایان ذکر است در پایان این نشست زمینه ارتقا سطح همکاری مرکز پژوهش‌های مجلس و بلك مرکزی مورد بحث و ارزیابی قرار گرفت.

### اخبار

معلون اول رییس جمهور عنوان کرد:

**راه اندازی و رونق واحدهای صنعتی بانجرک بخش مسکن**
معلون اول رئیس جمهوری با تأکید بر این که ساماندهی و نوسازی بافت های قدیمی و فرسوده شهری یک اولویت مهم است گفت: رونق بخش مسکن می تواند به رونق سایر بخش‌های صنعتی مرتبط منجر شود.
به گزارش پایگاه اطلاع رسانی معلون اول رئیس جمهوری، اسحاق جهانگیری در جلسه ساماندهی و نوسازی بافت های قدیمی و فرسوده شهری و رفع مشکلات بافت های مذکور برنامه ساماندهی و نوسازی بافت های قدیمی و فرسوده شهری را یکی از اولویت های مهم کشور برشمرد و افزود: باید سازوکار نامین مالی اجرائی این برنامه‌ها به گونه ای باشد که حتی الامکان وابسته به بودجه دولت نباشد تا در مراحل اجرا با مشکل کمبود بودجه مواجه نگردد.معلون اول رییس جمهوری همچنین با اشاره به اینکه اجرائی اینگونه طرح ها ممکن است با مسائل مختلف اجتماعی همراه شود، تصریح کرد: باید پیش بینی های لازم در این زمینه انجام شود تا مسائل و مشکلات اجتماعی فراروی اجرائی این طرح های ساماندهی و نوسازی بافت های قدیمی و فرسوده شهری به حداقل ممکن کاهش یابد. وی برنامه ریزی وزارت راه و شهرسازی برای بخش مسکن در سال ۹۵ را برنامه ای خوب و مناسب توصیف و اظهار امیدواری کرد با اجرائی این برنامه ها تغییر و تحول مثبتی در بخش مسکن و ارتقاء سطح کیفی محلات ایجاد شود.جهانگیری با تأکید بر اینکه باید در سال جاری از بخش مسکن حمایت شود، افزود: باید در بخش مسکن تحرکی جدی ایجاد شود چرا که بخش مسکن در حقیقت پیش نیاز تحرک سایر بخش ها از جمله بخش صنعت نیز هست و می تواند به راه اندازی و رونق واحدهای صنعتی مرتبط منجر شود.در این جلسه که وزرای راه و شهرسازی و نیرو، رییس کل بانک مرکزی، رئیس بنیاد انقلاب اسلامی، رییس شورای عالی استان ها و مدیر عامل بانک مسکن نیز حضور داشتند، نماینده وزارت راه و شهرسازی گزارشی از شهرهای هدف در بخش بافت های فرسوده و ناکارآمد و سکونتگاه های غیررسمی ارائه کرد و به تشریح اقدامات و برنامه های این وزارتخانه در بخش مسکن برای سال ۱۳۹۵ پرداخت.

سیف:

### مر اودات بانکی بین المللی ربطی به بر جام ندارد

رئیس کل بانک مرکزی گفت: اینکه برخی تصور می‌کنند، اطلاعات مشتریان و حساب‌های بانکی را به گروه ویژه اقدام مالی می‌دهیم، نادرست است. ولی‌الله سیف در جلسه هم‌اندیشی نمایندگان مرکز پژوهش‌های مجلس، با تأکید بر اینکه مشکل اصلی در مرادوات بانکی بین‌المللی ربطی به برجام ندارد، گفت: متأسفانه برخی با شایعه پراکنی مبالغ‌آفرین درست‌اقامات می‌شوند که نمونه آن‌را در موضوع گروه ویژه اقدام مالی (FATF) می‌بینیم.

رئیس کل بانک مرکزی با بیان اینکه برخی تصور می‌کنند بانک مرکزی اطلاعات مشتریان و حساب‌های بانکی را به گروه ویژه اقدام مالی ارائه می‌کند تصور نادرستی است، تأکید کرد: تفاهم ما با گروه ویژه اقدام مالی در زمینه مبارزه با پولشویی و تأمین مالی تروریسم است و مصداقین تروریسم را نیز خود ایران تعیین می‌کند. وی با یادآوری اینکه اکنون قانون بانکداری بدون ربا با قدمت ۲۲ ساله در نظام بانکی در حال اجراءست، افزود: این است این قانون و ضوابط و استانداردهای بانکی کشور، باید با بانک مرکزی با آغاز به کار مجلس دهم لایحه‌ای از این زمینه به مجلس ارائه خواهد کرد. کاظم جلالی رییس مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی هم گفت: پیشنهاد می‌کنم پژوهشکده پولی و بانکی بانک مرکزی و مرکز پژوهش‌های مجلس با امضای تفاهنامه همکاری و تشکیل کارگروه مشترک، از ارتباط نتانگتگن خود را بیش از پیش ادامه دهند. جلالی افزود: می‌توان از ظرفیت کمیسیون‌های مرتبط در مجلس شورای اسلامی برای بررسی و نهایی سازی لایحه بانکداری بدون ربا بهره‌برد. باید بین اقتصاد مقاومتی و لایوح ارتباط برقرار کرد.

عضو کمیسیون برنامه، بودجه و محاسبات مجلس خبرداد:

### افزایش ۴۵ هزار میلیارد دولتی دارایی‌های دولت

عضو کمیسیون برنامه، بودجه و محاسبات مجلس، از افزایش دارایی های دولت در اصلاحیه بودجه ۹۵ خبر داد. غلامعلی جعفرزاده ایمن آبادی در گفت وگو با ختله ملت، با اشاره به ارسال اصلاحیه بودجه ۹۵ به مجلس، گفت: مبرای اصلاح بودجه ربطی به هدفنقدی ندارد بلکه در این اصلاحیه اختیاری به دولت بود و این موضوع تأمین وجوهات مورد نیاز خود بدون افزایش نقدینگی به جامعه و کاهش پایه پولی داده شده است.نماینده مردم رشت در مجلس شورای اسلامی، با بیان اینکه از افزایش دارایی دولت‌ها می‌تواند مشکلات آن‌ها را با پیمانکاران برطرف کند، افزود: کسری اعتبار دولت‌ها در افزایش دارایی‌ها لحاظ شده و به این ترتیب سرمایه خود را نزد بانک مرکزی افزایش می‌دهند.وی با تأکید بر اینکه اصلاح بودجه کار حسابداری و مالی بسیار مثبتی بوده است، تصریح کرد: با این اصلاحیه مجموعه ۴۵ هزار میلیارد تومان به دارایی‌های کشور اضافه می‌شود.جعفرزاده ایمن آبادی ادامه داد: با ۴۵ هزار میلیارد تومان مذکور پشتوانه پولی بدون اینکه پول چاپ کرده و نقدینگی را افزایش دهد رشد می‌کند و از این رو تا ۴۰ هزار میلیارد تومان را در ریفی‌های گفته شده به مطالبات پیمانکاران و بانک‌ها پرداخت می‌کند. افزود: ۵ هزار میلیارد تومان دیگر از مبلغ گفته شده نیز با انتشار اوراق مالی اسلامی و واگذاری به صنعت کاران بدهی‌های دولت را کاهش می‌دهد.عضو کمیسیون برنامه، بودجه و محاسبات مجلس شورای اسلامی، یادآور شد: در این اصلاحیه آمده است که از این پس کارت سوخت حذف می‌شود.



شنبه نوزدهم تیر ۱۳۹۵ – سال نوزدهم – شماره ۴۰۴۳

## بیشتر بدانیم

وجود کلسترول مضر در تخم‌مرغ حقیقت دارد؟

### ۷ فایده شگفت آور تخم مرغ که نمی دانستید

تخم مرغ جزو مواد اصلی بسیاری از غذاهاست.چون تخم مرغ به خاطر کلسترول بالایی که دارد در سرخط اخبار مربوط به کاهش وزن قرار گرفته‌است، به همین دلیل بسیاری از آدم‌ها از سایر مواد مغذی آن غافل هستند. خوشبختانه، تخم‌مرغ در سال‌های اخیر تا حدی شهرت از دست رفته‌اش را دوباره به دست آورده است. دلیل اصلی این بحث و جدل درباره‌ی این موضوع است که آیا کلسترول موجود در تخم‌مرغ به همان بدی است که در ابتدا تصور می‌شد؟

در یک برنامه‌ی پژوهشی مشترک بین دانشگاه هاروارد ایالات متحده آمریکا و کالج پزشکی تلنگیجی چین مقرر شد در سال ۲۰۱۲ رابطه‌ی بین مصرف تخم مرغ و بهبودی به بیماری‌های قلبی عروقی آزمایش شود. در پایان آخرین مرحله پژوهش، مشخص شد مصرف روزانه‌ی یک تخم‌مرغ خطر ابتلا به بیماری عروق کرونر قلب یا سکنه‌ی مغزی را افزایش نمی‌دهد. به علاوه، این عادت سالم کمک می‌کند تا احتمال سکنه‌ی هموراژیک تا ۲۵٪ کاهش یابد. حالا که این شواهد انکارناپذیر،افسانه‌ی مربوط به وجود کلسترول مضر در تخم‌مرغ راز در کرده‌اند، باید توجه‌مان را روی مزایایی که برای ما دارد، متمرکز کنیم.

**۱. بالا بردن سیستم ایمنی**

سیستم ایمنی بی‌ثبات ترین سود را از مصرف تخم‌مرغ می‌برد. ویتامین آ، ویتامین دی و فولیک اسید دیگر منابع مهم در افزایش سطح ایمنی بدن هستند و سیستم بدن را برای مقاومت در برابر هر بیماری یا ویروسی، نیرومند می‌کنند.

**۲. بهبود وضعیت پوست**

ویتامین‌های A و بیوتین با سلنیوم، یک بسته‌ی مراقبتی کامل برای پوست تهیه می‌کنند. این دفاع سه‌جانبه به صورت هماهنگ عمل می‌کند. ویتامین آ به بازسازی و بهبودی سلول‌های قلبی پوست کمک می‌کند. بیوتین اساساً تضمین می‌کند پوست موافقت‌ناش را رنگ می‌دهد. سلنیوم به عنوان خط اول دفاعی به عنوان محافظ پوست در برابر آسیب اکسیداسیون عمل می‌کند. لازم به ذکر است که بیوتین به حفظ مواد مغذی در مو نیز کمک‌می‌کند.

**۳. سوخت‌وساز بیش‌تر و قوه‌ی بینایی بهتر**

سطح بالای ویتامین B۲ و بیوتین موجود در تخم‌مرغ کمک می‌کند میزان سوخت‌وساز را بدون در یک سطح پهنه باقی بماند. از سوی دیگر، ویتامین آ و B۲ می‌تواند قوه‌ی بینایی را بهبود دهد.

**۴. تقویت تولید سلول‌های خونی**

دربرای تولید سلول‌های خونی می‌توان گفت فولات به حفظ تولید خون در بدن کمک می‌کند، در حالی که ویتامین B۱۲ تولید سلول‌های خونی را افزایش می‌دهد.

**۵. تقویت ساختار استخوانی**

تعداد غذاهایی که به تقویت ساختار استخوانی بدن کمک می‌کنند، چندان زیاد نیستند. ولی، ویتامین دی و فسفر این مزیت خاص را در تخم‌مرغ ایجاد کرده‌اند. به علاوه، فسفر عملکرد عشاء سلولی را بهبود می‌دهد.

**۶. سالم نگاه داشتن کبد**

کولین یکی از مواد مغذی است که اخیراً وارد فهرست ویتامین‌ها شده‌است. در مقایسه با سایر منابع غذایی، تخم‌مرغ یکی از بالاترین اندازه‌های کولین را در هر وعده به بدن ما وارد می‌کند. این ماده‌ی مغذی، از عملکرد صحیح کبد حمایت می‌کند.

**۷. ظرفیت ذهنی بالاتر**

گذشته از مزایای جسمی، تخم مرغ می‌تواند نیروی ذهنی را به طور قابل توجهی بهبود دهد. ویتامین B۱ محافظ معروف سیستم عصبی است در حالی که اسیدپانتوتینیک می‌تواند ظرفیت ذهن را افزایش دهد. مصرف درست تخم‌مرغ یعنی یک تخم‌مرغ در روز (نه بیش‌تر) مزایای زیادی برای بدن دارد که برای عملکرد طبیعی بدن ما لازم است. به علاوه کلاما روشن است که عناصر مثبت مصرف تخم‌مرغ، به تنها مشکل آن یعنی داشتن کلسترول بالای‌هی چرید.



## علمه- فناوری

### ساخت بزرگ‌ترین شهر جهان در چین

چین در یک دهه گذشته در حال برنامه ریزی برای ادغام شهرهای بزرگ و تبدیل آن به یک کلان شهر عظیم بوده است.

جمعیت فعلی دلتای رودخانه پرل چین که مساحتی به اندازه ۱۵۰۰۰ مایل مربع دارد، بالغ بر ۵۷ میلیون نفر است.

این منطقه وسعتی به اندازه ویرجینیای غربی آمریکا و ۳۰۰ هزار آن جمعیت دارد.

این منطقه از شهرهای شنژن، دونگوان، هویژو، جوهای، ژینگشان، ژینگمن، گوانگ ژو، فوشان و ژاؤکینگ تشکیل شده که جمعیت هر شهر در حدود ۲ میلیون تا بیش از ۱۴ میلیون بوده و چین سومین است که تاکنون با این شهرها تا سال ۲۰۲۰، یک کلان شهر قدرتمند با خروجی اقتصادی ۲ تریلیون دلار بسازد.

به عنوان پیش زمینه‌ای برای اجرای این طرح، محققان چینی در حدود دو سال است که در حال تجزیه وافت قدیمی این شهرها هستند اما اکنون پذیر بودن این طرح هنوز اثبات نشده و مقالات این کشور به طور جدی در حال بررسی آن هستند.



### استفاده از ملخ‌ها برای شناسایی مواد منفجره

دانشمندان در حال تحقیق در مورد یک فناوری جدید هستند که با استفاده از آن می‌توان از حس بویایی ملخ‌ها برای شناسایی مواد منفجره استفاده کرد.

به باور این دانشمندان خاکبوی‌های روی بدن ملخ که حرارت تولید می‌کنند آنها را قادر خواهند ساخت تا آن را در مناطق خطرناک و یا مورد افشاد از راه دور کنترل کنند. در این پژوهش، سیگنال‌های عصبی مغز ملخ توسط یک تراشه پردازشگر کم قدرت که اطلاعات را رمزگشایی خواهد کرد پردازش شده و به‌صورت بی‌سیم همدارهایی را به مقامات ارسال خواهد کرد.

این تراشه دارای ال‌ای‌دی ساده است که در صورت وجود بومب و یا مواد شیمیایی به رنگ قرمز و در صورت عدم وجود آن به رنگ سبز در می‌آید.

پروفسور رامان، استنادیار هندیسی پزشکی در دانشکده مهندسی و علوم کاربردی دانشگاه واشنگتن، چندین سال است که به مطالعه نحوه استفاده ملخ‌ها از حس بویایی‌شان می‌پردازد به گفته پروفسور دامان، حس بویایی در حشرات جز

خواب زیاد، اضطراب، کم آبی بدن، مصرف نکردن پروتئین کافی، اختلال در عملکرد غده تیروئید، آپنه خواب، کمبود پتاسیم در بدن، نارسایی مزمن وریدی، رژیم غذایی گیاه خوری، افسردگی و خستگی ادرنال از مهمترین دلایل خستگی مزمن هستند.

به گزارش ایرنا، برخی افراد به رغم تغذیه سالم و خواب کافی از خستگی مزمن رنج می‌برند. اطلاعات نشان می‌دهد خستگی این افراد می‌تواند دلایل متفاوتی داشته باشد که عبارت‌اند از:

**-مصرف نکردن پروتئین کافی**

پروتئین کافی یکی از مهمترین عوامل رفع خستگی مزمن است. بیشتر افراد از میزان پروتئین مورد نیاز بدن آگاهی ندارند. مطالعات نشان می‌دهد حجم ماهیچه‌های بدن پس از چهل سالگی، هر دهه به میزان ۸ درصد کاهش می‌یابد. کاهش حجم عضلاتی یکی از مهمترین دلایل آسیب به استخوان‌ها، به ویژه پس از زمین خوردن در سالمندان است. هرچه میزان توده عضلانی در بدن بیشتر باشد، فرد سالمند احساس انرژی و سرزندگی بیشتری دارد و انجام امور روزانه ساده‌تر خواهد بود. به غیر از سالمندان، افراد در تمام سنین به پروتئین نیاز دارند. میزان پروتئین مورد نیاز بدن با توجه به وزن سنجیده می‌شود و به عهده متخصص تغذیه است؛ بنابراین باید به یک متخصص تغذیه مراجعه کرد تا از میزان پروتئین مورد نیاز متناسب با وزن خود آگاه شد.

**-اختلال در عملکرد غده تیروئید**

اختلال در عملکرد تیروئید یکی از مهمترین دلایل احساس ضعف و خستگی است؛ بنابراین می‌توان با یک آزمایش ساده تیروئید وضعیت عملکرد آن را بررسی کرد.

**-پنه خواب**

به قطع موثر تقفس در خواب، آپنه گفته می‌شود. آپنه یکی از مهمترین دلایل اختلال خواب و احساس خستگی در طول روز است. موارد بسیاری از جمله سندرم روده تحریک پذیر، میگرن و ریفلاکس معده غذایی در این امر تشدید می‌کنند.

**-کمبود پتاسیم در بدن**

پتاسیم یک ماده معدنی ضروری برای عملکرد صحیح سلول‌های بدن و تقویت عضلات است. کمبود پتاسیم یکی از مهمترین دلایل احساس خستگی است؛ می‌توان پتاسیم مورد نیاز بدن را از طریق موز، توت، اسفناج، آووکادو و هویج بخورد. مصرف حدود ۹ واحد میوه و سبزی در روز (هر واحد یک فنجان است) پتاسیم مورد نیاز بدن را تامین می‌کند.

**-نارسایی مزمن وریدی**

نارسایی مزمن وریدی (CIV)، بیماری‌نلشی از نارسایی با انسداد وریدهای اندام تحتانی است که سبب بروز طیف وسیعی از علائم در ناحیه پاها می‌شود. این بیماری سبب می‌شود خون نتواند از پا به قلب باز گردد؛ بنابراین در جهت مخالف حرکت می‌کند و سبب تورم رگ می‌شود. نارسایی مزمن وریدی معمولاً ژنی است، ولی بارداری و ایستادن طولانی مدت نیز می‌تواند عامل بروز این عارضه باشد.

تورم، احساس سنگینی در پاها، بی‌قراری یا گرفتن عضلات پا به ویژه هنگام خواب از جمله

## دلایل خستگی مزمن



مهمترین علل‌ام بیماری است که می‌تواند سبب احساس خستگی و بی‌انرژی بودن در طول روز شود، سوئ‌گرانی و چندین گزینه غیر جراحی برای درمان این عارضه وجود دارد.

**- خواب زیاد**

خواب زیاد یکی از مهمترین دلایل احساس خستگی در طول روز است. هفت تا ۹ ساعت خواب برای افراد ۲۶ تا ۶۴ ساله و هفت تا هشت ساعت خواب برای افراد ۶۵ سال به بالا توصیه شده‌است.

**-رژیم غذایی گیاه خوری**

معمولاً رژیم گیاه خوری سبب کمبود ویتامین B۱۲ در بدن می‌شود و فقدان ویتامین B۱۲ با احساس خستگی و ضعف همراه است.

**- کم آبی بدن**

کم آبی بدن تاثیر مستقیمی در تنبلی و احساس خستگی دارد. برای غلبه بر این مشکل باید روزانه حداقل هشت لیوان آب بنوشید.

**-افسردگی و اضطراب**

افسردگی و اضطراب تاثیر مستقیمی بر خلق و خو و انرژی بدن دارد. یکی از موثرترین روش‌ها غلبه بر این مشکل، فعالیت‌های ورزشی منظم است. استفاده از مکمل‌های ویتامین D در رفع افسردگی و استرس موثر است.

**-خستگی ادرنال**

پس از هر اتفاق استرس‌زا، هورمون‌های کورتیزول و آدرنالین وارد غند فوق کلیوی می‌شوند و حدود هفت ساعت در بدن باقی می‌مانند. هورمون‌های استرس یکی از مهمترین دلایل احساس خستگی هستند؛ بنابراین باید رژیم غذایی مناسب و فعالیت‌های ورزشی میزان ترشح این هورمون‌ها را کنترل کرد.

## این خوراکی های سالم را دور نریزید!

می‌تواند به کاهش فشار خون کمک کند و نقش مثبتی در تقویت سیستم ایمنی بدن داشته باشد. می‌توانید این بوسته‌های پیاز را به آب‌آنگوشت یا خورش اضافه کنید تا طعم و عطر خوبی به آن بدهید و درست قبل از خوردن غذا، این بوسته‌ها را از غذا جدا کنید.

**پوست‌هندوانه**

بخشی از همین مواد است که نباید آن‌ها دور بریزید چون حاوی اسید آمینه خاصی به نام سترولین است. این اسید آمینه می‌تواند جریان خون را بهبود بخشد. می‌توانید پوست هندوانه را همراه با گوشت هندوانه، توت‌فرنگی و مغزهای آب برتقال ترکیب کنید و یک اسموتی جذاب و مقوی بخورید.

**برگ‌های بروکلی**

حاوی مقادیر بالای ویتامین A، ویتامین C و کلسیم می‌باشد. می‌توانید برگ‌های کلم بروکلی را خرد کنید و همراه با خود کلم بروکلی تف‌بدهید و بعد به‌راحتی مصرف کنید.

**برگ‌های کرفس**

اغلب افراد از ساقه کرفس استفاده می‌کنند و برگ‌های کرفس را بدون استفاده دور می‌ریزند. اما این برگ‌ها مثل ساقه کرفس دارای خاصیت‌های مهمی هستند. برگ‌های

### گیاهان ریسک‌پذیر هستند!

کند و از این روز خطر بیشتری را بپذیرد. انتخاب گلدان بی‌نظم در این شرایط نوعی ریسک است اما در طولانی‌مدت سوومند خواهد بود.اما در زمان بالا بودن میگلین مواد مغذی، محققان پیش‌بینی می‌کنند که گیاه هدفکاموضوع عکس را انتخاب خواهد کرد.هیچ‌دلیلی برای خطرپذیری در محیط بی‌ثبات وجود نداشت.آن‌ها برای آزمایش این نظریه به مقایسه انتخاب گیاه با انتخاب اسنان پرداختند. در یک نظریه فرضی، فرد می‌تواند بین دو گزینه گرفتن ۸۰۰ دلار پول یا شانس برخورداری از ۱۰۰۰ دلار یا برتاب یک سکه، یکی را انتخاب کند. بطور میگلین انتخاب اول بیشتر افراد در صورت عدم محدودیت مالی خطر کند و برتاب سکه بود. اما اگر محدودیت مالی داشتند، انتخاب کلامانغارت می‌شد.نتایج نشان داد که اگرچه سطوح مواد مغذی در هر دو گلدان مشابه بود، اما گیاه گلدانی را انتخاب می‌کرد که سطوح مواد مغذی آن متغیر بود.این بنان معنی است که گیاه گزینه‌بر خطرتر را طبق پیش‌بینی محققان انتخاب می‌کردند. محققان مغزور نمی‌نماند که گیاه نخود فرنگی چگونه می‌تواند اختلاف را احساس کند یا اینکه در زمان سازگاری فیزبولژنیکی چطور به خطر واکنش نشان می‌دهد. در حال این یافته‌ها نشان داد که گیاهان نخود فرنگی، از استراتژی بویایی برخوردار هستند و می‌توانند تصمیم‌گیری کنند.



### دستگاهی برای شنیدن درد دل گیاهان!

دستگاه ثبت و ترجمه سیگنال‌های الکتریکی گیاهان برای اولین بار توسط یک شرکت سوئیس تولیدشد.

صحبت کردن با گیاهان برای رشد سریع‌تر آن‌ها مفید است، اما چگونه می‌توان به حرف آن‌ها گوش کرد؟

شرکت سوئیس وی‌ونت(Vivent) دستگاهی را ابداع کرده که گیاهان "صدا" می‌بخشد. این دستگاه می‌تواند اسنان را قادر سازد فعالیت گیاه را بپذیری و ارزیابی کرده و آن‌ها را بهتر درک و مدیریت کند.

دستگاه PhylSigs از دو الکترواد استفاده می‌کند که یکی در خاک قرار گرفته و دیگری به برگ یا ساقه گیاه متصل می‌شود تا ولتاژ گیاه را اندازه‌گیری کند.

به محض شناسایی تغییر در ولتاژ توسط الکترودها، یک بلندگوی متصل به دستگاه فریاد بلندی را منتشر می‌کند. هرچه این صدا بلندتر باشد، تغییر ولتاژ سریعتر است. اما دلیل بروز این تغییرات در گیاه و فریاد آن‌ها هنوز مشخص نیست.

این دستگاه علاوه‌به پیش‌بخش‌گیرنده، پردازشگر و فرستنده سیگنال به تلفن همراه.هوشمند است. در واقع اطلاعات دریافتی از ریشه یا برگ گیاه پس از پردازش به صورت نمادهای تصویری به اطلاع کاربر می‌رسد.

دستگاه تشخیص سیگنال گیاهان با Phyt Sigs Explorer به تنه‌ها برای سرگرمی مناسب است بلکه ما آن می‌توان وضعیت سلامتی گیاهان را بررسی و مواد دارویی مناسب را تجویز کرد. طبق اطلاعات منتشر شده در شرکت سازنده، صاحب گیاه با استفاده از این دستگاه می‌تواند اطلاعاتی همچون وضعیت تغذیه گیاه، میزان غنی‌بودن خاک، وضعیت آب گیاه و سکوت یا آزارش گیاه را بدست آورد. محققان معتقدند که گیاهان با استفاده از سیگنال‌های الکتریکی خفیفاً باهم ارتباط برقرار می‌کنند. سیگنال‌های الکتریکی موجود در گیاهان اولین بار در سال ۱۸۷۲ میلادی کشف شد. اما تا امروز هیچ روشی برای دریافت و ترجمه سیگنال الکتریکی گیاهان ارائه نشده بود.



### علمی و سلامت

### توصیه‌ها و هشارها

متخصصان توصیه می‌کنند:

### نکات غذایی برای حفظ سلامت کلیه‌ها

به گفته متخصصان، می‌توان با پیروی از نکات رژیم غذایی، سلامت کلیه‌ها را حفظ کرده و از ابتلا به بیماری‌ها و عفونت‌های کلیه پیشگیری کرد.

به گزارش مهر، کلیه‌ها از مهم‌ترین اعضای بدن بشمار می‌آیند که می‌توانند به تصفیه هر آنچه که وارد بدن می‌شود از دارو تا غذا، کمک کنند.

به گفته کارشناسان یک رژیم غذایی مناسب می‌تواند به سیستم بدن شما نیرو بخشد و آن را از ویروس، باکتری و انگل‌های مضر مصون نگه دارد. کارشناسان توصیه می‌کنند برای تقویت ایمنی و حفظ سلامت کلیه‌های خود، بهتر است نکاتی را در رژیم غذایی‌تان رعایت‌نمایید.

**آب گرم با ایلیمو بنوشید**

روژان را با نوشیدن یک فنجان آب گرم همراه با آب یک نصف لیمو آغاز نمایید. بدین ترتیب از همان ابتدای صبح، سموم از بدن تان دفع می‌شوند.

**افزایش مصرف میوه و سبزیجات**

گنجشکن میوه و سبزیجات بیشتر در رژیم غذایی، می‌تواند منجر به کاهش ریسک عفونت کلیه‌ها و اسیدی شدن متابولیس‌م بدن شود. افراد مبتلا به بیماری مزمن کلیوی بسیار مستعد اسیدی شدن متابولیگی هستند. میوه‌ها و سبزیجات می‌توانند به کلیوی اسیدانسانی از کلیه‌ها کمک کرده و آن را از طریق ادرار دفع کنند. فلفل دلمه، کلم، گل کلم و پیاز می‌توانند به حفظ سلامت کلیه‌ها کمک کنند. همچنین سیب غنی از فیبر و آنتی‌اکسیدان‌های است که می‌توانند موجب بهبود عملکرد کلیه‌ها شود.

**مصرف برگ‌های جعفری و گل قاصدک**

یکی از بهترین مثرهای طبیعی، برگ‌های گل قاصدک است که به تقویت کلیه‌ها کمک کرده و عملکرد مجاری ادراری را بهبود می‌بخشد. برگ‌های قاصدک را در چای ریخته و روزی یکبار بنوشید. جعفری هم به شستشوی سموم کلیه‌ها کمک می‌کند.

**مصرف نوشیدنی‌های سالم**

نوشیدن نوشیدنی‌های تازه شیوه‌ای مصرف مایعات بیشتر و حفظ سلامت کلیه‌هاست. مایعات به سیستم گوارشی در استخراج آب بیشتر و دفع مواد زائد از بدن کمک می‌کنند. با این حال اگر از بیماری کلیوی رنج می‌برید، از مصرف آب سبزیجاتی نظیر اسفناج و چغندر قند پرهیز کنید. این سبزیجات غنی از اسیدلاو کسالیپک بوده که موجب تشکیل سنگ کلیه می‌شوند. در عوض آب نارگیل بنوشید.

**از خوردن کافئین، الکل و غذاهای فرآوری شده پرهیز کنید**

خوردن کافئین، الکل و غذاهای فرآوری شده فرایند تصفیه را دشوار می‌سازد. رژیم غذایی مملو از پروتئین مضرات زیادی دارد. خوردن پروتئین بیش از اندازه زیاد موجب عملکرد سخت‌تر کلیه‌ها شده و در نتیجه کلیه‌ها بد کار خواهند کرد.

**محدودیت مصرف نمک**

بدن برای دفع نمک اضافی، انرژی زیادی صرف می‌کند. زمانیکه نمک زیاد مصرف می‌کنید، کلیه‌های تان برای تصفیه آن، به مراتب سخت‌تر کار می‌کنند. از اینرو مصرف نمک روزانه تان را به ۵ تا ۶ گرم در روز، که حدود یک قاشق‌چایخوری خواهد بود، محدود کنید.

یک فوق تخصص جراحی قلب و عروق عنوان کرد:

### عادت‌هایی که به قلب آسیب می‌زند

یک فوق تخصص جراحی قلب و عروق گفت: بعضی از عادت‌ها هستند که به صورت مستقیم یا غیر مستقیم بر قوه قلب تاثیر می‌گذارد که می‌توان با در پیش گرفتن عادت‌های سالم و ترک عادت‌های نادرست به سلامت قلب کمک کرد. محراب مزیزان فوق تخصص جراحی قلب و عروق افزود: بعضی از عادت‌ها هستند که به صورت مستقیم یا غیر مستقیم بر قوه قلب تاثیر می‌گذارد که می‌توان با در پیش گرفتن عادت‌های سالم و ترک عادت‌های نادرست به سلامت قلب کمک کرد.عادت‌های نادرست شامل عدم توانایی در کنترل خشم، مگرش بدبینانه و استرس است که در افراد سالم اثرات فیزیولوژیکی بر قلب و رگهای خونی دارد.

وی افزود : استرس، شیوع دیگر فاکتورهای ریسک را افزایش می‌دهد به عنوان مثال در شرایط استرس یا آلرژی‌های صوتی نشان داده شده که کنترل کردن چربی خون به سختی ممکن است و نیاز به دز بالاتری از داروها دارد.

مزیزان اظهار کرد: وجود قند خون ناشی از استرس در برخی افراد باعث اسپاسم عروق کرونری می‌شود یعنی به‌صورت مستقیم و غیر مستقیم باعث بیماری‌های عروقی می‌شود. در بعضی افراد که هیچ بیماری زمینه‌ای در آن‌ها دیده نمی‌شود در مواجهه با صحنه‌ی ناراحت‌کننده شدن استرس به حدی است که هورمون‌های آزاد شده در خون باعث انقباض شدید عروق می‌شود و فرد را دچار ایست قلبی می‌کند.

وی ادامه داد: از دیگر عادت‌های نادرست عدم توجه به بهداشت دهان و دندان است که عفونت‌های ناشی از آن وارد گردش خون می‌شود به گونه‌ای که باکتری‌های مضر و خطرناک به همراه جریان خون به قلب منتقل می‌شود و التهاب‌های مزمن را ایجاد می‌کند و سلامت قلب را به خطر می‌اندازد.

این فوق تخصص قلب و عروق اظهار داشت: نشستن به‌صورت مستقیم روی قلب اثر ندارد اما کاسلی که عادت به نشستن طولانی مدت دارند کم تحرکی و اضافه وزن را در افراد به دنبال خواهد داشت و فرد را مستعد دیابت و افزایش خون می‌کند و از آن طریق به قلب آسیب می‌زند. وی در خصوص عادت‌های بد غذایی در افراد گفت: کسانی که عادت بد غذایی دارند و از چربی و مواد قندی به مقدار زیاد استفاده می‌کنند در معرض بیماری‌ها هستند همچنین استفاده از میوه‌جات و موادی که دارای آنتی‌اکسیدان هستند در طولگیری از بیماری‌های عروق کرونر پیش‌گیری دارد. وی در پایان یادآور شد: در موقعیت خواب همه ارگان‌های بدن اعم از فعالیت مغزی، دستگاه گوارش، تعداد تنفس، ضربان قلب در استراحت نسبی قرار گرفته و فشار خون را پایین می‌آورد و در صورت نداشتن خواب کافی فشار مضاعفی به دستگاه قلب و عروق وارد می‌شود.

یک روششناس :

### چگونه خشم خود را مدیریت کنیم

یک روانشناس گفت: کنترل خشم به این معنی نیست که فرد اصلا خشم خود را نشان ندهد، بلکه کنترل خشم شامل اثر خشم به شیوه‌ای سازگارانه نیز هست.

آلیه فرشاندیا، روانشناس : دربارۀ واژه خشم گفت: خشم واکنش طبیعی موجود زنده نسبت به شرایطی است که فرد دچار ناگامی می‌شود. این احساس به صورت هیجانی و احساسی ابراز می‌شود. وی افزود: در اکثر موارد رفتار فرد عصبانی، ناسازگارانه است. بااین حال اگرچه نمی‌توان خشم و عصبانیت را از زندگی حذف کرد ولی می‌توان آن را کنترل نمود. فرشاندیا درباره کنترل خشم افزود: نکته بسیار مهم در مورد کنترل خشم این است که به محض ایجاد خشم بتوان آن را تشخیص داد و پیش از شدت گرفتن، آن را کنترل نمود. برای این کار شناخت علل‌ام اولیه خشم ضروریست. عضو کمیته دانشجویی سلامت روان افزایش ضربان قلب و فشار خون را از علائم جسمانی خشم دانست و بیان کرد: افرادی که دچار خشم می‌شوند ضربان قلب و فشار خونشان افزایش می‌یابد و در ادامه گفت: گشاده‌مکن مرمدک چشم، منقبض شدن عضلات، تغییر رنگ چهره و تغییر تنفس نیز از دیگر علائم خشم در افراد است. فرشاندیا ایجاد تغییر در محیط را یکی از شیوه‌های مدیریت خشم بیان کرد و افزود: گاهی فرد در محیطی قرار می‌گیرد که در آنجا عواملی وجود دارند که آستانه تحریک فرد را در مقابل خشم پایین آورده یا حتی باعث عصبانیت وی می‌شوند. حذف این عوامل در صورت امکان، یا حتی ترک محیط می‌تواند باعث کاهش میزان خشم فرد شود. عضو کمیته دانشجویی رساله دانشکده علوم رفتاری تأکید کرد: هنگام عصبانیت می‌توان برخی عوامل محیط را تغییر داد. مثلاً می‌توان برخی کاهش سر و صدا، تلویزیون را خاموش کرد، در شرایطی که احتمال می‌رود ادامه حضور فرد در آن محیط باعث گریز شود می‌توان محیط را ترک کرد ولی مقلله با افکار منفی را از دیگر شیوه‌های مدیریت خشم دانست و اظهار کرد: تفسیر فرد از موقعیت آنچه که به خود می‌گوید می‌تواند باعث خشم یا آرامش فرد شود. بنابراین هنگام خشم فرد باید به افکار خود توجه کند. فرشاندیا در پایان بیان کرد: آرام‌سازی، حل‌مشکل، ابراز خشم خود به شیوه‌ای سازگارانه نیز از دیگر شیوه‌های مدیریت خشم است.

مطالعات نشان می‌دهد:

## جولوگیری از عود مجدد سرطان سر و گردن با مصرف کلم بروکلی

یافته‌های جدید تحقیقاتی نشان می‌دهد کلم بروکلی می‌تواند به پیشگیری از عود مجدد سلول‌های سرطانی در بازماندگان از سرطان سر و گردن کمک کند.
به گزارش مهر، تحقیقات محققان دانشگاه پنسیلوانیا نشان می‌دهد افزایش مصرف کلم بروکلی با کاهش احتمال ریسک عود مجدد سرطان سر و گردن همراه است.
سرطان سر و گردن یکی از انواع سلول‌های سرطانی است که در مقابل درمان با روش‌های سرطانی، عود مجدد آن در افراد در مقابل درمان با روش سرطانی را معروف است. مصرف عصاره بروکلی موجب تحریک سولفورافان در سلول‌ها می‌شود. افزایش این میزان پروتئین موجب فعال شدن ژن‌های سم زنا موجود در این سبزی از خانواده کلم‌ها می‌شود این ژن‌ها از سلول‌ها در مقابل سرطان محافظت کرده چراکه بدن را از مواد سرطان‌زا، به‌خصوص سیگار پاک می‌کنند.در این مطالعه، تیم تحقیق سلول‌های سر و گردن انسان را با دوزهای متفاوت سولفورافان درمان کردند و آن را با سلول‌های سالم و عادی موجود در گلو و دهان مقایسه کردند.بعلاوه تست مشابه در مورد نحوه تاثیر عصاره کلم بروکلی بر موش‌های مستعد ابتلا به سرطان سر و گردن نیز انجام شد.نتایج نشان داد تومورها در موش‌های دریافت‌کننده سولفورافان در مقایسه با موش‌های دیگری که این عصاره را دریافت نکرده بودند، کمتر رشد کرد.به گفته این محققان، ترکیب سولفورافان موجب می‌شود سطح پروتئین‌های فعال‌کننده ژن‌هایی که خاصیت ضدسرطانی دارند و سلول‌ها را در برابر سرطان حفظ می‌کنند، افزایش یابد.

اوقات فراغت زمانی است که متعلق به فرزند شمامت از این رو کودک بایدتواند به کودکان پربرازد که به آن‌ها علاقه مند است.با این حال برنامه ریزی برای استفاده از این زمان ارزشمند بدون نظارت و همراهی بزرگسالان امکان‌پذیرنیست.

موضوعات متنوعی را در برنامه کودک قرار دهید، نه آنکه او را خسته کنیدو به کلاس‌های بی شمار بفرستید بلکه جنبه‌های مختلف تحول‌روان شناختی و جسمانی کودک را در نظر بگیرید.همچنین در روزهای تعطیل که کودک از ارائه تکالیف و پیروی از برنامه روزمره سال تحصیلی فراغت دارد باید از فرصت استفاده کرد و به انتقال ارزش‌ها و دانشی به کودک بپردازید که در دیگر زمان‌ها به علت محدودیت زمانی قادر نبوده‌اید برای آن وقت کافی اختصاص دهید. در ادامه به برخی از مهم ترین نکاتی که باید در تنظیم اوقات فراغت به آن‌ها توجه کرد، اشاره می‌شود.

**توجه به علاقه کودک**

توجه به علاقه کودک را مد نظر قرار دهید. بنابراین ضروری است که علایق کودک و دیدگاه او را زهمینه نبره سبوری کرن اوقاتش را جویا شوید.همچنین از او پرسید دوست‌دارد، در انتهای این لیستتا به چه اهدافی دست یافته‌باشد.

**ورزش را فراموش نکنید**

یکی از مهم ترین بخش‌های هر برنامه اوقات فراغت خصوصا برای کودکان، پرراختن به فعالیت‌های جسمی‌ه ویژه ورزش کردن است. کودکان برای بهبود فرآیند تحول‌روان شناختی و جسمی‌خی خود به تحرک و فعالیت‌نیاز دارند.همچنین ورزش می‌تواند،به‌پیشگیری از ابتلا به اختلال‌های روان شناختی خصوصا اضطراب یا افسردگی منجر شود و گرایش به رفتارهای نامطلوبی همچون اعتیاد را بزرگسالی می‌کاهد.

**زمانی برای با هم بودن**

همواره نیازی نیست که برای ایجاد نشاط و تحرک در کودک هزینه‌ای اختصاصی دهید گاهی برخن کودک به نزدیک ترین فضای سبز نیز می‌تواند فرصتی نشاط آورو لذت بخش را برای کودک فراهم سازد. به خصوص این

ازدواج تحمیلی، پیوند زناشویی رسمی است که در این پیوند،

رضایت و اراده زوجین یا یکی از آنها نادیده انگاشته شود و برای برقراری این ارتباط و پیوند از انواع فشارهای جسمانی یا روانی استفاده می‌شود.

ازدواج و تشکیل خانواده یکی از مهم ترین اتفاقات زندگی هر فرد می باشد.قرآن کریم هدف از ازدواج را رفع نیازهای طبیعی و رسیدن به آرامش روحی در کانون خانواده نام می برد یکی از عواملی که امنیت داخلی خانواده و اجتماع را تهدید می کند وقوع ازدواج های تحمیلی می باشد. در این نوع از ازدواج هر کدام از زوجین بر خلاف رضایت و انتخاب خویش یا فردی ازدواج می نمایند و همین عامل باعث اختلاف و تنش در درون خانواده ، طلاق عاطفی ، ارتباطات نام مشروع ،قتل و همسرکشی و …در نهایت می تواند عامل تهدید کننده امنیت اجتماعی و افزایش نرخ وقوع جرم گردد. بررسی این امر کسانی که بدلیل اختلافات خانوادگی در کلاتری مطرح دعوانموده و جهت مصالحه و سازش به واحد مدکراری کلاتری ها ارجاع می گردند ، نشان می دهد که بخشی از علل ایجاد تنش در خانواده و گسست خانواده بدلیل ازدواج های تحمیلی می باشد. در ازدواج های پایه اخلاقی ، عشق ، محبت و درک متقابل دو انسان شکل بگیرد تا بتواند پیوند های امید و خوشیختی را به همراه آورد .اکراه در همسر زینبی ، این پیوند مقدس را به صورت یک کامیوست وحشتناک در می آورد و زندگی فردی ، خانوادگی و اجتماعی را با آسیب های جدی مواجه می سازد.

## حوادث

فرمانده انتظامی شهرستان اهواز:

### چهار جاعل اسناد و اسکناس در اهواز دستگیر شدند

فرمانده انتظامی شهرستان اهواز گفت: چهار جاعل اسناد و اسکناس در غرب اهواز دستگیرشدند.

سرهنگ محمد صفری در گفت و گو با ایرنا اظهار کرد: هفته گذشته یک باند پنج نفری جاعل اسناد و اسکناس در غرب اهواز متلاشی شد و چهار نفر از افراد این باند دستگیر و یک نفر تحت تعقیب است. وی افزود: این افراد اقدام به چاپ اسکناس و جعل اسناد دولتی و فردی می کردند و با گرفتن مدارک افراد مثل شناسنامه، برای آنها اسناد جعلی صادر می کردند. سرهنگ صفری گفت: اعضای این باند همچنین در حوزه سرق فعالیت داشتند. وی ادامه داد: با تحقیقات انجام شده و با دستور قضایی اعضای این باند دستگیر و ابزار جعل مثل دستگاه چاپ، ضبط شد. فرمانده انتظامی شهرستان اهواز یادآور شد: در کنار چاپ اسکناس های ۱۰۰ هزار ریالی و ۵۰۰ هزار ریالی، یکی از اعضای باند که ملقب عراقی داشت نیز اقدام به چاپ اسکناس دینار عراقی می کرد. سرهنگ صفری بیان کرد: این باند حدود دو تا سه سال فعالیت داشته ولی به تازگی فعالیت آنهاوج گرفته وسیعتر بوده شد.

رئیس پلیس آگاهی استان فارس خبرداد:

### پایان خط سارق منزل با ۲۵ فقره سرقت در شیراز

رئیس پلیس آگاهی استان فارس از دستگیری سارق منزل و ۲۵ فقره سرقت از وی در شهرستان شیراز خبر داد.

سرهنگ سیروس حیدری در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، گفت: مأموران اداره مبارزه با سرقت پلیس آگاهی استان فارس یکنفر سارق منزل را شناسایی و دستگیری وی را در دستور کار خود قرار دادند.وی ادامه داد: با انجام اقدامات اطلاعاتی این سارق که در محله هلی جنوبی شهرستان شیراز اقدام به سرقت از منازل می کرد دستگیری و برای تحقیقات به پلیس آگاهی منتقل شد.رئیس پلیس آگاهی استان گفت: در بازجویی های انجام شده از متهم، وی به ۱۵ فقره سرقت منزل و ۱۰ فقره سرقت میمپ موتور کولر از پشت نام منازل در جنوب شیراز قرار کرد.سرهنگ حیدری با اشاره به شناسایی و دستگیری یک مالخچر در این خصوص، گفت: صحنه های سرقت پارسازی و تا کنون تعداد ۱۴ نفر از شکات شناسایی شدند.وی هردو متهم دستگیر شده دارای سوابق کیفری در زمینه سرقت، خرید اموال مسروقه و اعتیاد هستند که با تشکیل پرونده به مرجع قضایی معرفی شدند.

جانشین فرماندهی انتظامی استان مازندران خبرداد:

### دستگیری سارق حرفه ای با ۳۲ فقره سرقت در چالوس

جانشین فرماندهی انتظامی استان مازندران از شناسایی و دستگیری سارق حرفه‌ای منزل و کیف قاب با ۳۲ فقره انواع سرقت و کشف اموال مسروقه در شهرستان چالوس خبر داد. سرهنگ «مهراب ریاحی» در گفت وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، گفت: در پی وقوع چندین فقره سرقت از منازل و کیف قابی در سطح شهرستان چالوس، موضوع به طور ویژه در دستور کار مأموران پلیس آگاهی قرار گرفت. وی با اشاره به اقدامات اطلاعاتی و تحقیقات گسترده مأموران پلیس آگاهی شهرستان در این رابطه افزود: مأموران پس از شناسایی مخفیگاه متهم به سرقت به نام «الف» یا «هامهانگی های قضایی» در عملیات ضربتی و هماهنگ، این فرد را دستگیر کردند. سرهنگ ریاحی عنوان داشت: مأموران در بازرسی از مخفیگاه متهم موفق به کشف مقادیر زیادی کیف زنانه،چرخ خیاطی صنعتی، پارچه، جراب‌رویی، اتو برقی، البسه و مقادیر زیادی اموال مسروقه و وی شنند. وی ادامه داد: متهم در تحقیقات و بازجویی های فنی پلیس به بیش از ۳۲ فقره سرقت از منازل و آموزشگاه خیاطی و کیف قابی اعتراف کرد. جانشین فرماندهی انتظامی استان در خاتمه گفت:متهم پس از تشکیل پرونده برای سیر مراحل قانونی تحویل مرجع قضائی شد.

# با اوقات فراغت کودکانمان چه کنیم؟



که در این زمان کودک می‌تواند لحظات خوبی را در کنار والدین سپری کند و با آن‌ها به تفریح و بازی بپردازد.

البته این موضوع به آن معنا نیست که کودک دیگر از یک برنامه ورزشی منظم و تحت نظارت مربی ماهر در آن حوزه بی‌نیاز است.

**تبت نامد در کلاس‌های بی‌شمار ممنوع**

موضوعات متنوعی را در برنامه کودک قرار دهید، نه آنکه او را خسته کنید و به کلاس‌های بی‌شمار بفرستید بلکه جنبه‌های مختلف تحول‌روان شناختی و جسمانی کودک را در نظر بگیرید.ملاصرفا او را در کلاس‌های تقویتی درس‌های مدرسه ثبت نام نکنید بلکه در نظر

## آینده‌ی ازدواج های تحمیلی …

**تعریف اجبار و تحمیل:**

در علوم اجتماعی واژه اجبار چنین چنین تعریف می‌شود : اینکه

انسان علیرغم میل خود به انجام کاری مجبور شده باشد و خواه بدان

جهت که از انجام آنچه که می‌خواسته باز داشته شده است، منظور از

تحمیل نیز وا داشتن کسی از انجام کاری یا پذیرش چیزی بر خلاف

میل او می‌باشد.

**تعریف ازدواج:**

منظور از ازدواج پیوند زناشویی رسمی میان دو جنس مخالف است

در صورتی که آنها شرایط شرعی و قانونی لازم را داشته باشند.

**ازدواج تحمیلی چیست؟**

ازدواج تحمیلی، پیوند زناشویی رسمی است که در این پیوند، رضایت و اراده زوجین یا یکی از آنها نادیده انگاشته شود و برای برقراری این ارتباط و پیوند از انواع فشارهای جسمانی یا روانی استفاده می‌گردد.

**انواع ازدواج های تحمیلی:**

ازدواج هایی که به افراد تحمیل می‌شود به دو دسته تقسیم هستند:

۱- ازدواج های تحمیلی به شیوه مستقیم که در این فرایند یکی از

اعضای خانواده ( بطور معمول برادر یا پدر ) دختر را وادار به پذیرش ازدواج با مردی می‌کنند که دختر به زندگی مشترک با او رضای

نیست و غالباً انگیزه های اقتصادی در این ازدواج ها موثر می‌باشد.

۲- ازدواج‌های تحمیلی به شیوه غیر مستقیم که این گونه ازدواج‌ها نیز زیر فشار ساخت اجتماعی بر دختران جوان تحمیل می‌شود و در حال حاضر نیز ازدواج های تحمیلی به این شیوه غیر مستقیم شیوع

زیادی یافته‌است.

**پیامدهای ازدواج‌های تحمیلی:**

به اعتقاد روان شناسان، ازدواج می‌بایست بر پایه اخلاق، عشق، محبت و درک متقابل دو انسان شکل بگیرد. تا بتواند جوانه های امید و تمایز و درک داشتن کسی از انجام کاری یا پذیرش چیزی بر خلاف خوشیختی را به همراه آورد.اکراه در همسر زینبی، این پیوند مقدس را بصورت یک کابوس وحشتناک در می‌آورد و زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی را با آسیب های جدی مواجه می‌سازد.

**آسیب‌های جسمی:**

اولین عوارض منفی ازدواج های اجباری ( به ویژه در سنین پایین ) قتل همسر خود می‌باشد.لحظاط اخلاقی؛ رضایتی نبودن و پرآورده نشدن نیازهای عاطفی و روحی زنان ، زمینه و بستر مناسبی را برای فساد اخلاقی آنها مهیا می‌نماید. زیرا آنان خوشیختی و آرامش روحی خود را در سایه مردی دیگر جستجو می‌کنند.

**معمولاً ازدواج های اجباری که در سنین پایین انجام می‌شود، در**

فداتر رسمی ازدواج ثبت نمی‌شوند. زیرا خلواده این دختران خصوصا

بدرن ، به غیر قانونی بودن اجبار در ازدواج دختر بخصوص در سنین

پایین آگاهی دارند. لذا، این اتفاق را بنهان می‌نمایند.

**افزایش جرائم و شبه جرائم:**

تحمل و اجبار در ازدواج که امری فردی ، شخصی و وابسته به رضایت طرفین است، می‌تواند تعداد خانواده های آشفته و ناپسلمان را افزایش دهد ، جامعه ای که خانواده های آن فاقد آرامش و رضایت زناشویی است، جامعه سالم و به دور از آسیب های اجتماعی نخواهد بود.



توسط فرمانده انتظامی استان البرز تشریح شد:

### جزئیات دستگیری آدم ربایان ۲۰ میلیاردی در البرز

پرونده به پلیس آگاهی استان موضوع تحت پیگیری بوده که آدم ربای طی تماس با همراه خانواده فرد روده سردار یختمیلهی کلمرانی صالح در نشست خبری که صبح سه شنبه در ستاد فرماندهی انتظامی استان البرز برگزار شد در خصوص جزئیات پرونده آدم ربایی که به تازگی افتاده است، اظهار کرد: در پی وصول پرونده آدم ربایی از شعبه داسدرای عمومی و انقلاب شهرستان کرج به پلیس آگاهی استان مبنی بر اینکه در ساعت ۱۲ و ۳۰ دقیقه ظهر روز چهارم تیرماه فردی به نام (ن. الف) ۳۴ ساله از کارگران ساختمانی و متحجر در سنگ کاری نمای ساختمان به همراه برادر همس ۷ ص از منطقه باغستان کرج برای برآورد قیمت سنگ کاری ساختمان نیمه کاره ای پایک دستگاه خودرو،۴۵ به‌راندگی شخصی ناشناس اقدام به چپنگر از منطقه میانه‌کده کرج سوار خودرو شده و بعد محل ساختمان سازمان یافته، روبرو هستند و اذیت قرار گرفته بود و آثار ضرب و جرح و سوختگی روی بدنش نمایان بود و آواز و چهار متهم دیگر نیز دستگیر شدند.

**درخواست ۲۰ میلیارد تومانی برای آزادی گروگان**

فرمانده انتظامی استان البرز افزود: متهمان که از وضعیت مالی فرد پرونده شده مطلع بودند با یک تفتته حساب شده وی را به صورت صوری و به بهانه سنگ کاری نمای ساختمان در منطقه چپنگر به سر قرار کشانده و از او با ترند سفارش چندین مورد سنگ کاری نمای ساختمان در مناطق مختلف تهران وی را به مخفیگاه خود انتقال داده و پس از وارد کردن جراحات متعدد بر بدن وی و آزار و اذیتش طی تماس با خانواده از آنها خواستند تا وی در قبال پرداخت ۲۰ میلیارد ریال آن فرد را آزاد کنند.

فرمانده انتظامی شهرستان قفس:

### سارق اینترنتی ۵۲۰ میلیون ریالی به دام افتاد



قانونی تحویل مراجع قضایی شد. این مقام انتظامی در پایان خطاب به شهروندان تصریح کرد:شهروندان در حفظ کارت های عابر بانک خود کوشا بوده و به صورت دوره ای اقدام به تعقیب رمز کارت خود نمایند و با فاعل نمودن اس ام اس بانک خود گروگان مالی خود را به صورت آنی دریافت نمایند تا در صورت کسر موجودی بتوان با سرعت بیشتری سارقان را دستگیر و به سزای اعمالشان رساند.

**غنی سازی اوقات فراغت در منزل**

یکی از مهم ترین مسأله‌ی که باید در نظر داشته باشید انجام فعالیت‌هایی در جمع خانوادگی است آشپزی، انجام‌بازی‌های خانوادگی یاماشای یک‌برنامه‌تلویزیونی به‌طور دسته‌جمعی را فراموش نکنید.

فرصت‌هایی برای دیدار با اقوام و تکمیل سنت‌های خانوادگی نیز برای کودک فراهم‌آورد. این‌ایام بهترین زمان برای مشارکت کودک در مسئولیت‌های خانه است، می‌توانید با تعیین پاداش برای انجام کارهایی که مدنظرتان است او را برای پذیرفتن نقش‌های آتی در زندگی آماده‌سازید.

**تعامل باهمسالان**

تعامل کودک با همسالان را نیز می‌توان از طریق شرکت در بازی‌ها یا ورزش‌های گروهی و یا احیانا شرکت در اردوهای مخصوص مدرسه در فصل تابستان امکان‌پذیر ساختار.تایاط با دیگر کودکان تجارب مفید و ضروری را برای مدیریت زندگی اجتماعی به کودک می‌آموزد.

**توجه یک روز کاری**

برای آشناساختن کودک‌باحیط‌های کاری‌می‌توانید یک روز او را به محل کار خود ببرید و فرآیند شغلی خود را برایش تشریح کنید.و علایق او را کشف کنید.

**شرکت در مجالس معنوی**

شرکت در مجالس معنوی و مراجعه به مکان‌های مذهبی را در برنامه کودک لحاظ کنید پژوهش‌های بسیاری تأکید دارند که چنانچه کودکان با آداب مذهبی ارتباط خوبی برقرار سازند در نوجوانی و بزرگ سالی کمتر دچار آسیب‌های اجتماعی خواهند شد.

**از اعمال تغییرات کلی‌بهریزید**

استراحت به‌موقع و کافی را برای کودک لحاظ کنید. کمی‌تغییر برنامه خوب و بیاداری نسبت به روزهای مدرسه مشکل ساز نیست اما تغییر کلی در روند زمان خواب و بیدار شدن کودک برای او صدمات جدی می‌آورد. همچنین الگوی غذایی کودک را کنترل کنید تا در این‌ایام دچار اضافه وزن یا کمبود مواد مغذی خاصی نشود.

#### یادمان

### کیارستمی، حافظ و روایتی که مغفول ماند

**علیرضامرادی\***



تقویم رباب می‌کنم؛ دوشنبه ۱۴ تیر ماه و در آن نوشتم کارگردان سرشناس سینمای ایران درگذشت.او برخلاف برنلمه‌ریزی‌های آسانی تسلیم قضای سرنوشته شد و از دیار غربت به دیارباقی‌شتافت.

تازه‌خبر مهاجرتش به پاریس برای پیگیری درمان در خروجی خبرگزاری‌هامنتشر شده‌بود که بار دیگر تیتراول روزنامه‌هاشد.

خبر کوتاه‌بود.عباس کیارستمی بعداز تحمل یک‌دوره‌درمان درگذشت دقیقاًروهایی‌که همه در حال‌رصد کردن زمان دقیق روز عیدفطر بودند جامعه‌سینمایی کشورراغداز یکی از بزرگان خودشدیدبون‌شک کیارستمی یکی از سرشناس‌ترین فیلمسازان ایرانی در جهان است.او خیلی سال پیش جایزه معتبر نخل طلای کن را دریافت کرده‌بود و به تازگی نیز از طرف مدیران آکادمی اسکار به عنوان «دور دعوت شده بود اما دعوت حق را پیش از آن لیبیک‌گفت‌کارگران «خانه‌دوست کجاست» علاوه‌بر فیلمسازی که توفیقات بسیاری در آن داشت در شون‌دیگر هنر از جمله عکاسی و نقاشی نیز تبحر خاصی کسب کرده‌بود، تا آنجا که برخی‌عکس‌های او همواره به عنوان مرج‌نوعی تکنیک در عکاسی مورد‌بحث بسیاری از بزرگان عرصه عکس قرار گرفته‌است.اما این نوشتار اختصاصاً به تبحر این فیلمساز فقید سینما در باره عکاسی ندارد، بلکه می‌خواهم به به‌تایاط کیارستمی با ادبیات‌خالصه حضرت حافظ بپردازیم؛ شای‌که همواره تحت تاثیر قدرت فیلمسازی او قرار گرفت و کمتر برای لیبیک‌گفت‌کارگران «منتشر شد، چنانچه به با کردو اهالی فرهنگ‌و هنر هر کدام موضعی خاص درباره این اقدام گرفتند.

نکته‌جالب این اتفاق حمایت‌به‌الدین خرمشاهی از او بود. خرمشاهی یکی از حافظ‌شناسان

متبحر است که به قول خود، روی حافظ خود را در

وی در مقدمه ای برای کتاب کیارستمی نوشته: «بنده حافظ پژوهی دست کم ۲۰۰ بار حافظ را خواندم ولی این بار جداسازی، فاصله‌گذاری و فاب‌گیری و برجسته‌سازی شماره بر عادت و انس ۵۰ ساله‌م با شاعر حافظ، غلبه کرد.البته منتقدان نه تنها با مقدمه‌ای حافظ پژوه‌کنه کار قانع‌بلشندند بلکه تیغ انتقادات خود را به سمت خرمشاهی برند و گفتند که او در برهبر شرکت کیارستمی در عووب‌شده که چنین مقدمه تحسین بر لنگیزی برای وی نوشته است.اما داستان روایت کیارستمی بر حافظ به این‌جا هم ختم‌نشده و در میان اظهارنظرهای موافق و مخالف، این بار آیدین افغانلو بود که به حمایت از فیلمساز برجسته کشورش پرداخت و گفت: «عباس کیارستمی دیوان‌فرد است و او روح شده و هر مصلحتی را که دوست داشته قطعیت کرده و در یک صفحه‌اراده‌است و همین‌الباقی هم پیله‌کردن به اوست و تعصب و زینین»؛ با این حال جدای از هر اعتقاد و شیوه‌دیدنی که کیارستمی درباره حافظ داشته شرح او به نلیغه غزل ایران کل پیام بسیار مهم‌داشت و آن اینکه فیلمسازان برجسته‌دنیا همواره با‌تایاط نتکانتنگی با ادبیات‌کشور خود و حتی ادبیات جهان داشته‌اند. حال‌اندنیا هنر ایران اگر اغراق‌نمایند فیلمساز عکاس، نقاش، و ادیب طراز اول خود را از دست داده‌است و همان‌حکایت‌همیشگی قصبه‌انسان‌های معاصر قصبه‌مندان نیست.قصه‌رفت و آمد است، که خاصیت زمانه‌است.

## اخبار

امیر آبدیاری فراهلی نماینده‌قم‌هشدار داد:

### برخی ها می خواهند مدیریت دریاچه نمک را از قم خارج کنند

نماینده‌قم در مجلس شورای اسلامی نسبت به خروج مدیریت و کنترل دریاچه‌نمک‌قم از دایره‌اختیارات مسئولان این استان هشدار داد.

احمدامیر آبدیاری فراهلی در هفتمین جلسه‌سناد فرماندهی اقتصادمقاومتی‌قم در تالار امام جواد(ع) استداری این استان با بیان این مطلب اظهار داشت: دریاچه‌نمک به عنوان یکی از ظرفیت‌های شهر قم در نظر جانیه‌های گردشگری یک غنیمت‌بسیار ارزشمند محسوب می‌شود.وی افزود: برخی‌ها به این دریاچه چشم طمع دوختند، و قصد دارند تا مدیریت آن را از این استان خارج‌کنند، از این رو مسئولان باید بسیار نسبت به این قضیه مراقب و هوشیار باشند.وی با‌ال‌تعالن به اینکه هم‌اکنون بین اداره کل میراث فرهنگی و سازمان اوقاف و امور خیریه استان هماهنگی لازم برقرار نیست، ضمن تأکید بر ایجاد تعامل بین این دو مجموعه برای استفاده از ظرفیت گردشگری امامزاده‌ها، افزود:میراث فرهنگی استان نباید تمام سرمایه‌های جذب‌شده در بخش گردشگری را به امر توسعه‌هلدینگ‌اختصاصی دهد، چرا که این شهر برای افزایش مدت اقامت زائران و مسافران فارغ از مراکز اقامتی به شهر باری و اماکن تفریحی نیز نیازمند است.امامزاده‌ی آبدیاری با اشاره به معرفی سرمایه‌گذاران طرح‌های گردشگری توریستی استان به صندوق توسعه‌ملی جهت دریافت تسهیلات برای احداث اماکن مذکور یاد او شد.اخیرا سازمان میراث فرهنگی کشور رایدتی‌هایی را بارخبر خود از بانک تجارت داده، و در نتیجه از طرف آن رقم قابل توجهی برای ساخت مراکز رفاهی و تفریحی در قم اختصاص پیدا کرده‌است.وی همچنین بیشتر گردشگران مراجعه‌کننده به قم را مذهبی‌دانست، و استفاده از ظرفیت شرکت‌ها و دفاتر خدمات مسافری برای رونق گردشگری مذهبی در این استان را ضروری عنوان کرد.

رئیس انجمن صنفی مجتمع‌های گردشگری قم‌خبر داد:

### فعالیت بیش از ۱۲۰ مجتمع گردشگری و تفریحی در قم

رئیس انجمن صنفی مجتمع‌های گردشگری قم از فعالیت ۱۲۰ مجتمع گردشگری و تفریحی در استان قم در راستای خدمت‌رسانی به زائران کریمه‌اهل بیت(ع) خبر داد. محمد گنج‌خانی در مراسم رونمایی از استان‌های مطالعه توریسم که در هتل پارسیا‌قم برگزار شد اظهار داشت: در حال حاضر ۱۲۰ مجتمع گردشگری و تفریحی در استان قم به منظور خدمت‌رسانی به زائرین و محاربین کریمه‌اهل بیت(ع)فعال هستند. وی در ادامه به مشکلات مالی این مجتمع‌ها اشاره کرد و افزود: در استای قد مشکلات مالی و گسترش مجتمع‌های گردشگری طی تفاهم‌نامه‌ی که با بانک‌مدارالت‌صورت‌گرفته صاحبان مجتمع‌ها تسهیلات‌تربقتمی‌کنند.رئیس انجمن صنفی مجتمع‌های گردشگری قم در ادامه به برگراری سینماز آموزشی محراب‌مسافر در سال گذشته اشاره و ادامه داد:این سینماز در راستای ارتقاقتصاد‌دانش و آگاهی مدیران مجتمع‌های گردشگری و الگوسازی قم در سراسر کشور برگزار شد که نتایج‌موفقی را به دنبال داشت و نمود نماز‌خانه و سروس بهداشتی مناسب را از جمله‌ضعف‌های حوزه مجتمع‌های گردشگری استان قم برشمرد و ادامه داد: در راستای تجویز از مدیران مجتمع‌های گردشگری که توانست‌اند در حوزه ارتقاء نماز فعالیت‌های خوب را داشته باشند سینماز محراب‌مسافر در سال جاری برگزار می‌شود.گنج‌خللو جذب خیرین و سرمایه‌گذاران جهت توسعه نماز-خانه‌های بین راهی، استانداردسازی مجتمع‌های بین راهی و ایجاد رقابت بین مجتمع‌های گردشگری را از جمله اهداف برگراری سینماز محراب‌مسافر در سال گذشته برشمرد.در ادامه این مراسم از ایستگاه‌های مطالعه توریسم،به‌چند زبان: انگلیسی، فرانسو،روس، اسپانیایی، و رومانی‌شد.

شهردار منطقه چهارقه:

### بلوار فردوسی در سال جاری تکمیل می‌شود

شهردار منطقه چهار قم با بیان اینکه احداث پروژه بلوارهای مرجمیت و فردوسی از اولویت‌های شهرداری منطقه چهار در سال گذشته بوده‌است، گفت: در سال جاری تکمیل بلوارهای فردوسی و جمهوری در دستور کار قرار گرفته‌است.

مجیدمتین‌فر با تأکید بر اینکه سال گذشته نزدیک به ۶۸ میلیارد تومان بودجه عمرانی به منطقه چهار شهری‌قم اختصاص داده‌شد، است، اظهار کرد: نزدیک به ۵۰ درصد این مبلغ برای تملک پروژه‌های عمرانی و ۵۰ درصد بقیه‌مانده برای دیگر فعالیت‌های عمرانی هزینه شده‌است.وی با اشاره به اجراء ۸۸ پروژه عمرانی منطقه چهار شهری قم در سال گذشته اضافه کرد: سال ۹۴ جدول‌گذاری شوارع اصلی و فرعی به طول ۱۲ هزار متر انجام‌شده‌است. شهردار منطقه چهار قم با بیان اینکه اسفالت‌نشانی بلوار شهید کریمی، احداث پروژه بلوار مرجمیت با نظارت معاونت امور زیربنایی و شهرسازی شهرداری قم و احداث بلوار فردوسی از اولویت‌های شهرداری منطقه چهار در سال گذشته بوده‌است، تصریح کرد: در سال جاری تکمیل بلوارهای فردوسی و جمهوری در دستور کار قرار گرفته‌است.وی تکمیل بلوار زائر، بازسازی شوارع فرعی یزدانشهر و خیابان ولیعصر (عج) از اقدامات شهرداری منطقه چهار قم در سال گذشته برشمرد.مصطفر کردآسفالت و جدول‌گذاری ۱۰۵ کیلومتر خاکی سطح منطقه چهار قم گذشته انجام‌شده‌است.متین‌فر خاطر‌نشان کرد: در راستای اصلاح هندسی معابر، احداث میدان خیابان کرمت و تقاطع بلوار عطاران و شهید عراقی در سال گذشته به پایان رسیده و در سال جاری نیز ایجاد دوربر گردان در بلوار عماد‌مغنیه و همچنین اصلاح هندسی تقاطع بلوار غدیر و آیت‌الله‌قاضی خرم‌آبدی در بز‌نامه کاری قرار دارد.



