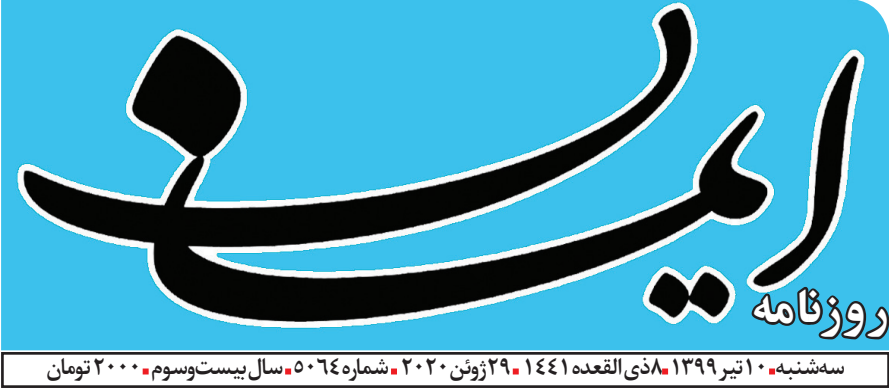




مدیر کل امور مالیاتی استان قم خبرداد؛

# تمدید دو ماهه مهلت تسلیم اظهارنامه های مالیاتی

مدیر کل امور مالیاتی استان قم گفت: مهلت تسلیم اظهارنامه‌های مالیاتی اشخاص حقیقی و حقوقی دو ماهه تمدید شده است. محمد علیزاده اهوازی دیروز در گفت وگویی

امیرآبادی در دیدار مدیر کل آموزش فنی و حرفه ای استان قم:

## مجلس به دنبال حل مساله مهارت در کشور است

معاون بهره‌وری اداره کل اوقاف استان قم:

# ۱۱ نیروگاه خورشیدی در بقاء متبرک قم آماده بهره‌برداری است

معاون بهره‌وری اقتصادی اداره کل اوقاف و امور خیریه قم، گفت: به منظور ایجاد درآمد پایدار برای بقاء متبرکه، راه اندازی نیروگاه‌های خورشیدی کوچک مقیاس در ۲۶ بقعه استان برنامه‌ریزی شده‌که از این تعداد تاکنون ۱۱ نیروگاه آماده

## خبری خوش برای فرزندان بازنشستگان کشوری

معاون خدمات شهری شهرداری قم:

## باغ پرندگان قم ناشریور ماه افتتاح می‌شود

معاون خدمات شهری شهرداری قم وضعیت باغ پرندگان را موردتوجه قرارداد و گفت: یک قفس ۳ هزار متری در این زمینه آماده‌سازی شده اما هنوز نتوانسته‌ایم تور اصلی این باغ را خریداری کنیم اما تا پایان شهریورماه این پروژه به بهره‌برداری می‌رسد. امیر سامع ظهر دوشنبه در نشست خبری مدیران شهرداری قم با اصحاب رسانه که در سالن همایش شهرداری قم برگزار شد، اظهار داشت: پس از شیوع ویروس کرونا، سلامتی مردم شهر، وضعیت پسماند، نظافت شهر، حمل و نقل عمومی و

رییس سازمان جهاد کشاورزی استان قم:

## کشت گیاهان دارویی در قم گسترش می‌یابد

رییس سازمان جهاد کشاورزی قم با اشاره به جایگاه مهم کشت گیاهان دارویی در استان گفت: سطح زیر کشت گل محمدی در قم ۴۴۸ هکتار بوده که ۱۹۹ هکتار آن بارور است. عباس پورمیدانی اظهارداشت : در همین راستا به‌طور میانگین در هر دوره کشت، بیش از ۳۴۹ تن گل محمدی از سطح مزارع استان برداشت می‌شود. وی افزود: حدود ۵۰ تن از کشاورزان قمی نیز در زمینه کشت گل‌محمدی و برداشت آن در مزارع استان مشغول فعالیت هستند که با ایجاد واحدهای صنایع تبدیلی و

شهردار قم خبرداد:

## انعقاد ۵۷۰ میلیارد تومان قرارداد

## سرمایه گذاری در قم

باید زیرساخت‌های حمل‌ونقلی و رفاهی قم افزایش یابد

کاهش بدهی های شهرداری قم به ۷۰۰ میلیارد تومان

۹۰ هکتار اراضی آرامستان جدید فضای سبز می‌شود

شهردار قم خبرداد:

## انعقاد ۵۷۰ میلیارد تومان قرارداد سرمایه گذاری در قم

دوره فرهنگت گرامت مبارکباد



توسط اصحاب رسانه است. شهردار قم تصریح کرد: با پیوند مثلث مردم، شهرداری و رسانه‌ها مشکلات شهری در ی‌کروند بسیار مطلوبی حل می‌شود. سقائیان نژاد ابراز داشت: مشکلات شهری باید توسط اصحاب رسانه و خارج از جهت گیری‌های سیاسی و جناحی منتقل شود.

معاون فنی و عمرانی شهرداری قم:

بودجه عمرانی شهرداری قم امسال ۱۸۰۰ میلیارد تومان است

معاون فنی و عمرانی شهرداری قم نیز در این نشست خبری بودجه مصوب سال ۹۹ شهرداری قم در بخش عمرانی را هزار و ۸۰۰ میلیارد تومان اعلام کرد و گفت: مصمم به تکمیل زیرساخت‌های سطح شهر قم هستیم.

عباس حلوائی زاده بودجه مصوب سال ۹۹ شهرداری قم در بخش عمرانی را هزار و ۸۰۰ میلیارد تومان اعلام کرد و افزود: مصمم به تکمیل زیرساخت‌های سطح شهر قم هستیم.

وی با بیان اینکه تکمیل رینگ فردوسی به عنوان رینگ میانی شهر قم در اولویت نخست قرار دارد، افزود: این رینگ به طول ۳۰ کیلومتر از کمربندی امام علی (ع) آغاز و به خیابان ۷۲ تن منتهی می‌شود.

معاون فنی و عمرانی شهرداری قم ادامه داد: تقاطع پیامبر اعظم (ص) به خیابان فردوسی ۶۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد و امیدواریم محور مستقیم آن نیز به زودی به بهره برداری برسد.

وی بیان کرد: تقاطع غیر همسطح میدان نماز که انعقاد قرار داد آن انجام گرفته و به صورت سه سطحه تقاطع فردوسی به جمهوری احداث می‌شود.

حلولای زاده گفت: در دهه کرامت احداث تقاطع غیر همسطح شهدای روحانیت به آغاز شد که این تقاطع بلوار یادگار امام در منطقه دورا به بلوار شهدای روحانیت متصل می‌کند.

وی ابراز کرد: در خصوص تقاطع غیر همسطح جعفریه، کنار گذر آن تکمیل شده اما در بهسازی آن مسیر در ورودی شهر مشکل داشتیم که در حال تکمیل هستیم.

معاون فنی و عمرانی شهرداری قم گفت: به منظور احداث سوله‌های ورزشی طی سال گذشته ۲ مورد در منطقه یک و ۶ تکمیل و به بهره برداری رسید و اکنون ۶ سوله باقیمانده رانیز در حال تکمیل هستیم.

وی روکش آسفالت معابر شهر قم را در اولویت دانست و افزود: علی رغم افزایش قیمت‌ها، قیر برای آسفالت معابر خریداری شده و ۷۰ هزار تن آسفالت طی امسال در سطح معابر قم پیش شده است و در تالاشیم تا پایان سال این وضعیت را بهبود

بخشیم

حلولای زاده با اشاره به بهسازی معابر در تمامی شوارع اصلی منطقه پردیسان،

تصریح کرد: در زمینه کیفیت آسفالت تولیدی، شهرداری قم طی سال‌های اخیر

رتبه یکم را کسب کرده است.

وی ادامه داد: ماشین آلات حمل و یخش آسفالت بهسازی و آموزش‌های لازم به نیروی انسانی برای افزایش کیفیت آسفالت ارائه شده است.

معاون شهردار قم همچنین در خصوص وضعیت بلوار زائر افزود: بازگشایی معابر،

حفظ محیط زیست و جلوگیری از ریزش خاله‌ها دغدغه اصلی در بلوار زائر بوده و

مقاوم سازی قنات‌ها و زیرسازی آسفالت‌ها در دستور کار است.

معاون معماری و شهرسازی شهرداری قم:

تکمیل تملکات محدوده چهل اختران ۱۵۰ میلیارد تومان اعتبار نیاز دارد

معاون معماری و شهرسازی شهرداری قم گفت: نیمی از پلاک‌های محدوده

چهل اختران قم خریداری شده و برای خرید ۱۵۰ ملک باقی مانده ۱۵۰ میلیارد

تومان اعتبار نیاز است.

غلامرضا جانقریان با اشاره به سابقه طرح‌های مربوط به منطقه چهل اختران

اظهارداشت : برای طرح موضوعی چهل دختران در دهه ۸۰ تصمیماتی گرفته و

مقرر شد که شهرداری مجری طرح باشد و سایر بخش‌ها اعتبارات لازم را پرداخت

کنند که در ابتدای دهه ۹۰ طرح جامعی توسط شهرداری در نظر گرفته شد و

اکنون فاز یک و دو در حال تملک است و تاکنون بیش از ۴۰ میلیارد تومان توسط

شهرداری هزینه شد که فقط نیمی از هزینه‌ها را شامل می‌شود در حالی که

شهرداری فقط مجری طرح بود.

معاون شهردار قم ادامه داد: متأسفانه علیرغم اینکه ۳۰۰ پلاک در محدوده طرح بود تنها ۱۵۰ ملک تملک شده و ۱۵۰ میلیارد تومان برای تملک سایر املاک نیاز است. وی با اشاره به ضرورت ساخت پارکینگ در این محدوده گفت: در این پروژه شهرداری اعتباری پنج میلیارد تومانی برای اجرای پارکینگ در نظر گرفت که مقرر شد اوقاف بخش قابل توجهی از هزینه طرح را پرداخت کند اما تا کنون هیچ رقم ریالی توسط اوقاف پرداخت نشده است.

وی در بخش دیگری از سخنان خود گفت: به منظور احیای بافت سنتی مرکزی شهر قم از مدتی قبل طرحی برای میدان شهید مطهری تدوین شده که اکنون به صورت کارگاه است و مشاوری در خصوص موضوعات ترافیکی، معماری و اقتصاد شهری این محدوده در حال مطالعه است و در سال آینده بخش‌های مختلف آن را فعلی می‌شود.

احداث پارکینگ زیرسطحی در میدان روح‌الله قم

وی در ادامه با اشاره به وجود میدان تره بار در حاشیه میدان شهید مطهری،

گفت: تملکات میدان تره بار سابق توسط شهرداری در حال انجام است که به

عنوان پروژه شهری در آینده در دستور کار قرار خواهد گرفت.

معاون معماری و شهرسازی شهرداری قم در ادامه درباره مشکلات ترافیکی

میدان روح‌الله نیز گفت: طرح ترافیکی نیز در میدان روح‌الله برای احداث ۲۰۰

واحد پارکینگ زیرسطحی در دستور کار قرار گرفته که قرار است مسیر دسترسی به

این پارکینگ از تونل غدیر ساخته شود.

عقب ماندگی جیمکران در زمینه توسعه فضای سبز و شبکه معابر

وی گفت: در بخش جیمکران طرح جامع سال ۸۶ مصوب و سال ۸۸ ابلاغ شد

که به موجب آن ۲۸۸ هکتار از حریم تصویب شده و از سال ۸۸ طرح تفصیلی ابلاغ

شده است و نزدیک به ۱۳ هزار مورد سکونتی که در این مکان وجود دارد، مشکلی

در ارائه خدمات در زمینه ساخت و ساز و عمران ندارند و پروانه صادر می‌شود و اما

در این بخش عقب ماندگی در توسعه فضای سبز و شبکه معابر وجود دارد که بر

اساس درخواست‌های مردم این اقدامات انجام می‌شود و مشکلی در جیمکران در

زمینه‌الحاق نداریم.

شهرداری نگاه‌بازاری به توسعه بافت‌های تاریخی ندارد

معاون شهرسازی و معماری شهرداری قم نیز در ادامه با اشاره به طرح ساماندهی

بافت‌های تاریخی و فرسوده شهری قم یادآور شد: قم در این زمینه اقدام خارج از

عرفی نمی‌کند تمام طرح‌ها بر اساس طرح تفصیلی انجام می‌گیرد.

غلامرضا جانقریان اضافه کرد: در طرح ساماندهی بافت‌های فرسوده شهرداری

قم نگاه تجاری ندارد و از ساماندهی خیابان شهیدان برقی‌ی نیز کمترین سودی

نمی‌برد.







**سه‌شنبه -دهم تیر** ماه **۱۳۹۹** - **سال بیست و سوم** - شماره **۵۰۶۴**

چه زمانی باید به خاطر ریزش مو به پزشک مراجعه کرد؟

## دلایل شایع ریزش مو در خانم‌ها



هر روز مقداری مو از دست دادن طبیعی است؛ اما وقتی موی زیادی از دست می‌دهید، شاید پیدا کردن علت این ریزش موی زیاد سخت باشد، خصوصاً اگر یک خانم باشید.

بیشتر اوقات ریزش موی جزئی علامت این است که بدنتان در حال تولید موهای جدید و سالم است که با موهای قدیمی جایگزین کند. در واقع از دست دادن ۱۰۰ تار مو در روز طبیعی است. اگر مطمئن نیستید میزان ریزش موهایتان طبیعی است یا نه، خوب است به چیزی که معمولاً روی برس یا کف حمام می‌بینید توجه کنید. اگر متوجه شدید ریزش موهایتان ناگهان بیشتر شده یا دم‌اسبی‌تان کم حجم شده وپوست سرتان نمایان‌تر شده، پس بیشتر از حد طبیعی، ریزش‌مو دارید.

پیدا کردن علت افزایش ریزش موی ناگهانی کار سختی است؛ زیرا ریزش‌مو در خانم‌ها دلایل بسیار گوناگونی می‌تواند داشته باشد. برخی از این دلایل، مثلاً ریزش موی ژنتیکی، واقعات تحت کنترل شمانیستند؛ اما دلایل دیگر مثلاً: ریزش مو بر اثر کشش یا ریزش موی موقتی (عارضه‌ای بسیار شایع که تلوزن افلوویوم نامیده می‌شود)، در صورت تشخیص به موقع، قابل کنترل و جبران هستند. برخی از دلایل ریزش‌مو در خانم‌ها سبب ریزش موی ناگهانی می‌شوند و برخی دیگر، تدریجی بوده و به مرور زمان به چشم می‌آیند.

**ژنتیک**

وقتی صحبت از ریزش موی ژنتیکی می‌شود، معمولاً مستقیماً سراغ الگوی طاسی مردانه می‌رویم؛ اما افراد از هر جنسیتی ممکن است ریزش موی ژنتیکی داشته باشند. در خانم‌ها، ریزش مو معمولاً در قسمت تاج سر رخ می‌دهد در حالی که در آقایان، ریزش مو اغلب در خط رویش مودیده می‌شود. هر چند شما نمی‌توانید جلوی چنین ریزش مویی را به طور کامل بگیرید؛ اما درمان‌هایی وجود دارند(مثلاً مینوکسیدیل یا فیناستراید) که می‌توانند روند ریزش مو را آهسته‌تر کرده و باعث شوند موها مدت بیشتری روی سر بمانند. بنابراین هر چه زودتر درمان را شروع کنید بهتر است.

**زایمان**

عمر موهای شما به طور طبیعی سه مرحله دارد. اول فاز رشد، دوم فاز میانی که مو خود را برای افتادن و دادن جای خود به موی دیگر آماده می‌کند و سوم فاز استراحت. در نهایت بعد از فاز سوم، موی شما می‌افتد.

اما بیشتر خانم‌ها طی بارداری متوجه می‌شوند موهایشان فاز رشد سریعی دارد. این زمانی است که موها رشد می‌کنند و رشد می‌کنند و رشد می‌کنند، زیرا هورمون استروژن در بدن بالاست و سبب رشد مو می‌شود. در بارداری نه تنها رشد مو افزایش می‌یابد بلکه نسبت به حد نرمال، مدت زمان طولانی‌تری روی سر می‌ماند، یعنی آن ریزش موی طبیعی انگار روی نمی‌دهد.

بعد از زایمان به محض اینکه استروژن به میزان قبل و نرمال خود برمی‌گردد، موها نیز سیکل طبیعی رویش را دوباره در پیش می‌گیرند و تمام آن موهای ضخیم و شاداب که طی ده ماه گذشته جمع کرده بودید، می‌ریزند. بعضی از خانم‌ها بعد از زایمان، ریزش موی خفیفی دارند؛ اما عده‌ای دیگر، نا ماده‌ها



پوست می‌شود). درمان این عوارض ممکن است بیشتر از درمان شوره زمان ببرد، بنابراین حتماً باید به پزشک متخصص پوست مراجعه کنید.

♦ **استرس شدید هیجانی یا فیزیکی**

وقتی با تجربه‌ای استرس‌برانگیز روبرو می‌شوید که تفاوت زیادی با استرس‌های معمول روزانه دارد (مثلاً مرگ یکی از عزیزان، جدایی، از دست دادن شغل و ...)، ممکن است دچار توقفی موقتی در رشد موهایتان شوید زیرا بدن شما از منابعی که در اختیار دارد برای عبور دادن شما از بحران استفاده می‌کند.

همه‌ی موهای شما یک سرعت رشد نمی‌کنند. بعضی از موها در فاز رشدند، برخی در فاز استراحت و برخی دیگر نیز در حال ریزش‌اند. وقتی دچار استرس شدید هیجانی می‌شوید، بدنتان رشد موها را متوقف می‌کند و بعد از مدتی دوباره رشد مو شروع شده و روال طبیعی خود را در پیش می‌گیرد. در مورد استرس فیزیکی نیز همین حالت صادق است. مثلاً وقتی یک عمل جراحی بزرگ انجام می‌دهید، مدتی در بیمارستان بستری هستید یا حتی مقدار قابل توجهی وزن کم می‌کنید، بدنتان موقتاً رشد موها را متوقف می‌نماید.

معمولاً این نوع ریزش مو موقتی است؛ اما اگر آزارتان می‌دهد به پزشک متخصص مراجعه کنید تا محصولات و راهکارهایی را به شما توصیه کند.

♦ **بیماری‌های خودایمنی**

یک بیماری خودایمنی باعث می‌شود بدن، فولیکول‌های موی خود را بیگانه و دشمن تصور کرده و به آن‌ها حمله‌ور شده و سبب ریزش‌شان شود. این عارضه می‌تواند چیزی مانند طاسی منطقه‌ای باشد که در آن، سیستم ایمنی به فولیکول‌های مو حمله می‌کند. گاهی افرادی که دچار طاسی منطقه‌ای می‌شوند، رویش موی مجدد خواهند داشت (هر چند ممکن است دوباره بریزد). اما اگر رویش موی مجدد رخ نداد، پزشک متخصص می‌تواند با تجویز درمان‌هایی مانند تریپ کوتیکوتراستروئید، رشد مو را تحریک کند.

بیماری‌هایی که بر سایر قسمت‌های بدن اثر می‌گذارند، مثلاً بیماری تیروئید، آرتریت روماتوئید یا کم‌خونی داسی شکل نیز می‌توانند ریزش مو را در میان علائم خود داشته باشند. ضمناً لوپوس هم می‌تواند اسکارهایی در فولیکول مو ایجاد نماید و منجر به ریزش موی دائمی شود.

این عوارض می‌توانند خطرناک بوده و نیاز به تشخیص دقیق پزشکی داشته باشند. بنابراین اگر فکر می‌کنید ریزش موی شما با یک بیماری مرتبط است، حتماً با پزشک مشورت کنید.

♦ **مدل موهایی که موها را زیاد می‌کشند**

ریزش موی کششی زمانی روی می‌دهد که اغلب موهایتان را به مدل‌هایی سفت و سخت می‌کشید، مثلاً عادت دارید موهایتان را محکم دم‌اسبی کنید. استفاده از این مدل‌ها باعث می‌شود موهایتان تدریجاً نازک شوند و خط رویش موهایتان عقب‌برود و ادامه‌ی این کار می‌تواند ریزش موهایتان را دائمی نماید. این اتفاق در واقع نوعی فرایند اسکار به شمار می‌رود و می‌تواند به فولیکول مو آسیب غیر قابل جبران برزند.

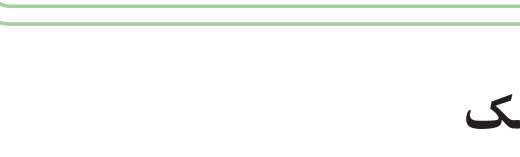
برای این که ریزش موی ناشی از کشش زیاد جلوگیری کنید، هرگز از یک مدل مو به مدت طولانی استفاده نکرده و سعی نکنید موهایتان را زیاد بکشید.

♦ **استفاده از گرمای زیاد برای مدل دادن مو**

تریگورکسیس ندوزا عارضه‌ای است که در آن، نقاط آسیب دیده و ضعیف در ساقه‌ی مو باعث می‌شوند مو به راحتی بشکنند و بریزند. علت این عارضه آسیب‌های ناشی از حرارت زیاد در اثر استفاده از ابزارهای گرمایی آرایش مو می‌باشد که در واقع در رشته‌ی مووری نمی‌دهد بلکه در ساقه‌ی مو رخ می‌دهد. درمان تریگورکسیس ندوزا معمولاً شامل پیدا کردن و اجتناب از منبع آسیب می‌شود که می‌تواند ابزاری مانند سشوار یا اتوی مو، مواد شیمیایی یا براشینگ‌های حرفه‌ای باشد. بهتر است از روش‌های ملایم‌تری برای مدل دادن به موهایتان استفاده کنید.

♦ **پردازش زیاد موها**

مکرراً موها را رنگ کردن، فر کردن و...، خصوصاً اگر از مواد شیمیایی قوی روی پوست سر و موها استفاده شود، می‌تواند به فولیکول مو آسیب‌زده و ریزش موها را به دنبال داشته باشد. اگر پردازش مو مدام تکرار شود، فولیکول‌های مو دیگر رشد نخواهند کرد. شما می‌توانید با استفاده نکردن از شیوه‌های مضر پردازش مو و استفاده از محصولات که برای آبرسانی موها و ترمیم موهای آسیب دیده طراحی شده‌اند، جلوی آسیب بیشتر را بگیرید. اما اگر می‌خواهید موهای از دست رفته‌تان دوباره رشد کنند، نیاز به توصیه‌های یک پزشک متخصص دارید.



می‌تواند یادآور روشنی برای خطرات ویروس باشد و یک "تلنگر رفتاری" برای همه تا بهداشت فردی را بهتر رعایت کنند. دونالد لو، اقتصاددان رفتاری و پروفیسور دانشگاه علم و صنعت هنگ کنگ می‌گوید: "هر روز ماسک زدن قبل از بیرون رفتن از خانه یک عادت است، مثل یونیفورم پوشیدن. در عادات رفتاری شما احساس می‌کنید باید آن چیزی را که یونیفورم نشانگر آن است انجام دهید. در این مورد یعنی رفتار بهداشتی، مثلاً دست زدن به صورت یا اجتناب از اماکن شلوغ و رعایت فاصله‌ایمن."

۸. نکته مهم دیگر درباره افراد بدون علامت است. در واقع ممکن است شما فردی بدون علامت باشید اما اگر ماسک نزنید و بهداشت فردی را رعایت نکنید، عاملی برای انتشار ویروس شوید. یک تحقیق تازه در چین نشان می‌دهد که "مبتلایان شناسایی نشده" یا افراد بدون علامت یا با علامت خفیف، بسیار ناقل ویروس‌اند و احتمالاً مسئول ابتلای ۸۰٪ موارد محال.

۹. در حال حاضر هیچ دارو یا مواد غذایی خاصی وجود ندارد که صورت مستقیم مانع از انتقال ویروس کرونا شود و یکی از راه‌های بسیار تاثیرگذار برای جلوگیری از دریافت و انتشار ویروس، استفاده از ماسک است. ۱۰. براساس یک بررسی علمی در آمریکا ماسک‌های آن-۹۵ بیش از سایر ماسک‌ها مانع از دریافت و انتشار ویروس می‌شود. اما این معنای آن نیست که دیگر ماسک‌ها اثرگذار نباشند. براساس بررسی‌ها تا حدود ۸۰ درصد و بیشتر، احتمال اینکه یک ماسک معمولی پزشکی جلوی انتشار را بگیرد، وجود دارد.

### توصیه‌های مهم برای استفاده صحیح از ماسک

بیماری با گسترش آن به دیگران تبدیل شود.

از جمله نکاتی که پیش از قرار دادن ماسک روی صورت و پس از آن باید رعایت شود می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- دست‌ها را پیش از تماس با ماسک به درستی بشویید.

- از سالم و تمیز بودن ماسک اطمینان حاصل کنید.

ماسک را به گونه‌ای روی صورت قرار دهید که بین ماسک و پوست فاصله‌ای نباشد.

- بینی، دهان و چانه را به طور کامل با ماسک بپوشانید.

- از تماس دست‌ها با ماسک خودداری کنید.

- پیش از برداشتن ماسک از روی صورت دست‌های خود را ضد عفونی کنید.

#### توصیه‌ها و هشدارها

### سالم‌ترین دانه‌های کره زمین را هر روز بخورید



دانه‌ها بخش جدایی‌ناپذیر رژیم‌های غذایی سالم و سرشار از فیبر، پروتئین، آنتی‌اکسیدان‌ها، ویتامین‌ها، املاح معدنی و مواد شیمیایی گیاهی هستند.

این نکته ثابت شده که مصرف برخی دانه‌ها به دلیل وجود چربی‌های غیراشباع در آنها، باعث کاهش قند خون، فشار خون و کلسترول می‌شود. متخصصان تغذیه مصرف برخی از سالم‌ترین دانه‌های سیاره زمین را به افرادی که از طریق رژیم‌های غذایی به دنبال ارتقای کیفیت سلامت خود هستند، توصیه کرده‌اند.

♦ **دانه‌های کتان، کمک به کاهش کلسترول**

دانه‌های کتان یکی از این گزینه‌ها است. بذر کتان منبع خوبی از اسیدهای چرب امگا۳ بخصوص اسید آلفا لینولنیک است و مقادیر زیادی منیزیم و ویتامین ب۱ به بدن می‌رساند. پلی‌فنول‌های موجود در این دانه به ویژه لیگنان، به کاهش کلسترول کمک می‌کند.

♦ **دانه‌های چیا، ریزش‌های شگفت‌انگیز**

دانه‌های چیا نیز خاصیتی شبیه به دانه کتان دارند. تعدادی از مطالعات نشان داده‌اند خوردن دانه چیا می‌تواند باعث افزایش ALA در خون شود؛ یک اسید چرب امگا۳ که می‌تواند به کاهش التهاب کمک کند. مصرف دانه‌های چیا بخصوص به بیماران دیابتی و مبتلایان به بیماری‌های قلبی توصیه می‌شود. دانه‌های کوچک سیاه و سفید چیا از گیاهی به نام سالویا هیسپانیکا (Salvia Hispanica) به دست می‌آیند که از خانواده‌ی نعنائیات است. دانه‌های چیا از نظر ظاهری شباهت بسیار زیادی به تخم شربتی دارند. دانه چیا در گذشته جزو خوراکی‌های مهم برای تمدن‌های مایا و آزتک بوده، چرا که می‌توانستند انرژی خوبی از مصرف آن دریافت کنند. در واقع چیا در زبان مایاها به معنی قدرت بوده است.

♦ **شاهدانه، منبع عالی پروتئین‌های گیاهی**

دانه‌های کنف یا شاهدانه نیز منبع عالی پروتئین‌های گیاهی هستند و اسید آمینه‌های ضروری را که بدن شما قادر به ساخت آنها نیست، تأمین می‌کنند. شاهدانه را روزانه مصرف کنید چون این دانه‌ها علائم آگزما، خارش و خشکی پوست را برطرف می‌کنند.

♦ **کنجد، دشمن سرطان**

دانه کنجد توسط باکتری‌های روده به نوع دیگری از لیگنان که به نام انترولاکتون تبدیل می‌شود. انترولاکتون می‌تواند مانند هورمون جنسی استروژن عمل کند. سطح پایین این هورمون در بدن با بیماری‌های قلبی و سرطان پستان همراه است.

♦ **دانه کدو تنبل، علیه پروستات**

دانه‌های کدو تنبل را فراموش نکنید. این دانه‌ها سرشار از مواد شیمیایی گیاهی هستند که به کاهش کلسترول خون کمک می‌کنند. مصرف این دانه‌ها درست مانند دانه‌های آفتابگردان، خطر ابتلا به سرطان سینه را کاهش می‌دهد و از سنگ کلیه و سنگ مثانه پیشگیری می‌کند. صرف دانه کدو تنبل کیفیت زندگی را برای مردان مبتلا به بزرگی پروستات بهبود می‌بخشد.

**یک فوق تخصص عفونی مطرح کرد:**

### علایم غیر معمول کرونا

یک فوق تخصص عفونی با اشاره به اظهارات برخی افراد درباره موارد غیر معمول مانند درد ران و پس از آن رخداد مرگ ناگهانی به علت ابتلا به کرونا، اظهار کرد: این موارد مربوط به افرادی است که کرونا داشته‌اند ولی به هر دلیلی به پزشک مراجعه نکرده‌اند و بیمی به نوع حاد و شدید آن گسترش پیدا کرده و متأسفانه به علت عدم دسترسی به پزشک، بیمارستان و درمان مناسب دچار مرگ و میر شده‌اند.

دکتر مسعود مردانی -عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی- با اشاره به طیف متنوع علایم بیماری کرونا، تصریح کرد: اگرچه بیماری کووید ۱۹ در ابتدا با تب و تنگی نفس ظاهر می‌شود، ولی در صورت گسترش می‌تواند سایر اندام‌ها مانند کلیه، کبد و مغز را نیز درگیر کرده و حتی منجر به سکته مغزی و یا قلبی شود. بنابراین در صورت عدم درمان و رسیدگی به‌وقت خطرناک باشد.

وی با اشاره به برخی علایم غیر معمول کووید ۱۹ اظهار کرد: اگرچه علایم غیر معمول کرونا شایع شده ولی هر علامتی نشانه کرونا نیست و در این شرایط مردم باید ابتدا با سه صدر صبر کنند؛ چراکه در اغلب موارد بیماری خود بخود خوب می‌شود، ولی اگر علایم حاد و شدید شد، حتما به پزشک متخصص مراجعه کنند.

وی ادامه داد: مردم در صورت مشاهده علایم غیر معمول مانند سردرد شدید و یا اسهال و غیره به پزشک متخصص مراجعه کنند، به عنوان نمونه برای سردرد به پزشک مغز و اعصاب، برای اسهال و استفراغ به متخصص رگیمی یا گوارش یا برای درد در قفسه سینه به پزشک قلب و برای تنگی نفس و یا قیبروز ریه به پزشک ریه مراجعه کنند.

این متخصص عفونی تأکید کرد: علاوه بر نشانه‌های معمول کرونا همچون گلودرد، سرفه و بدن درد، برخی علایم غیر معمول نیز مشاهده می‌شود، به عنوان نمونه کفیر نشانه‌ای است که کسی فکر نمی‌کرد به دلیل کرونا ایجاد شود، ولی الان یکی از نشانه‌های غیر معمول کروناست. همچنین ضایعات جلدی مثل زخم انگشتان پا، ریزش مو و کچلی از دیگر علایم کرونا هستند که ممکن است در دوره نقاهت بروز کنند.

♦ **چه افرادی ناقل کرونا هستند؟**

مردانی در ادامه با بیان اینکه از زمان ورود ویروس به بدن تا بروز اولین علامت بین ۵ تا ۱۴ روز زمان می‌برد، گفت: در ابتدا بیماری علایم غیراختصاصی مانند تب، بدن درد، سرفه، خستگی و غیره بروز پیدا می‌کند و بعد از گذشت یک هفته از استقرار ویروس در ریه، فاز التهابی بیماری آغاز می‌شود و در این مر حله چون یکی از جایگاه‌های خاص کرونا دستگاه تنفسی است، درگیری دوطرفه در دستگاه تنفسی ایجاد می‌شود.

وی ادامه داد: اگر بیماری به همین روال پیشرفت کرده و بیش از ۵۰ درصد حجم ریه را درگیر کند، فرد دچار تنگی نفس شده و باید حتما بستری شود. تعداد بسیار زیادی از این بیماران با دریافت درمان‌های مرتبط خوب می‌شوند، ولی برخی دچار علایم حاد و شدیدتر شده و باید در بخش مراقبت‌های ویژه بستری شوند. بر اساس آمار و شواهد، احتمال مرگ و میر در بیماران کرونایی بستری در بیمارستان بین ۱۰ تا ۱۲ درصد و در بین بیماران بستری در بخش مراقبت‌های ویژه حدود ۵۰ درصد است.

این متخصص عفونی با بیان اینکه از زمان استقرار ویروس در دستگاه تنفسی فوقانی و ایجاد تراوش‌های ویروسی می‌توان تست تشخیصی PCR استفاده کرد، گفت: از زمان مثبت شدن جواب تست حدود دو هفته طول دوره بیماری است و در تمام این مدت فرد مبتلا ناقل است و حتی اگر تماس فیزیکی برقرار نشود، ولی تنها ۱۵ دقیقه در فاصله کمتر از یک متر با هم صحبت کنند، ریزش ویروس از همین راه منتقل می‌شود.

♦ **ایمیتلایان بدون علامت ناقل بیماری هستند؟**

مردانی همچنین درباره احتمال انتقال ویروس از مبتلایان بدون علامت، اظهار کرد: درباره مبتلایان بدون علامت اگر تراوش ویروس در دستگاه تنفسی فوقانی نباشد، این تست بیماری منتقل نشود. با این حال اگر تست PCR مبتلایان بدون علامت مثبت باشد، حتی اگر علامتی نداشته باشند می‌توانند بیماری را منتقل کنند که این دوره انتقال تا ۲ هفته بعد از بروز اولین علامت ادامه دارد. بنابراین توصیه ما به مبتلایان دارای علامت و بدون علامت کرونا این است که در صورت نداشتن بیماری‌های مزمنی و یا شرایط حاد بیماری ۲ هفته خود را قرنطینه کنند و اگر شرایط حادی داشتند حتما به پزشک مراجعه کنند.

- از قرار دادن ماسک زیر بینی خودداری کنید.
- از برداشتن ماسک در محیط‌هایی که امکان رعایت حفظ فاصله یک متری وجود ندارد، خودداری کنید.
- از قرار دادن ماسکی روی صورت که تنفس با آن سخت است، پرهیز کنید.
- از قرار دادن ماسک‌های آلوده یا مرطوب روی صورت خودداری کنید.
- ماسک خود را با دیگران یا کودکان به اشتراک نگذارید.
- از ماسک گشاده استفاده نکنید.
- ماسک‌های پارچه‌ای با قابلیت چندبار مصرف را حداقل روزی یک بار با ماده ضد عفونی کننده یا صابون و آب گرم بشویید.



## اخبار

مدیرکل تامین اجتماعی استان قم:

## ۲۲۶۴ زن سرپرست خانوار قمی تحت تامین اجتماعی هستند

مدیرکل تامین اجتماعی قم گفت: ۲ هزار و ۲۶۴ تن از زنان سرپرست خانوار در این استان تحت پوشش بیمه تامین اجتماعی قرار دارند و دارای پرورنده فعال هستند

علی‌اصغر دادخواه افزود: از این تعداد یک هزار و ۷۲۰ تن از طرف کمیته امداد امام خمینی(ره) و ۵۲۴ تن نیز از سوی بهزیستی استان به اداره کل تامین اجتماعی قم معرفی شده‌اند.

وی اضافه کرد: بر اساس توافق حاصل‌شده با نهادهای ذی‌ربط، سازمان تامین اجتماعی تشخیص زنان سرپرست خانوار را به نهادهای حمایتی واگذار کرده و البته ممکن است افرادی بد سرپرست بوده و تحت حمایت سازمان بهزیستی یا کمیته امداد امام خمینی(ره) امداد باشند و به بیمه تامین اجتماعی معرفی شوند. وی ادامه داد: اساساً مبنای ما برای پذیرش درخواست تحت پوشش بیمه افرادن دادن متقاضیان این است که اسامی این افراد در فهرست اعلامی این ۲ نهاد حمایتی باشد.

دادخواه بیان کرد: اگر نهادهای حمایتی آمادگی داشته باشند سرانه درمان مصوب این افراد را پرداخت کنند، آن‌ها می‌توانند از خدمات درمانی سازمان تامین اجتماعی بهره‌مندشوند.

وی افزود: ولی با توجه به درخواست نهادهای حمایتی و همچنین محدودیت‌های اعتباری، امکان بر خورداری زنان سرپرست خانوار از خدمات درمانی سازمان تامین اجتماعی میسر نگردیده و به‌طور عمده قراردادهای بیمه با تعدیل انتخابی تحت پوشش بیمه متوافتی را پرداخت کنند. به گفته مدیرکل بازنشستگی، فوت‌وازارکارافتادگی تامین اجتماعی هستند.

وی بایان این که بیمه زنان سرپرست خانوار از نوع بیمه مشاغل آزاد در قانون تامین اجتماعی است، بیان کرد: اگر دستگاه‌های حمایتی سهمیه‌ای برای بیمه زنان سرپرست خانوار نداشته باشند، این بانوان می‌توانند در قالب مشاغل آزاد یا بیمه زنان خانه‌دار در قالب مقررات بیمه صاحبان حرف و مشاغل آزاد یا بیمه پردازی داشته‌باشند و امکان بهره‌مندی از تعهدات بلندمدت شامل بازنشستگی، فوت، ازکارافتادگی و درمان برای این بانوان وجود دارد و متناصباً با تعدیل انتخابی حق بیمه متوافتی را پرداخت کنند. به گفته مدیرکل تامین اجتماعی قم، در بیمه صاحبان حرف و مشاغل آزاد سه نرخ حق بیمه ۱۴، ۱۶ و ۲۰ درصد وجود دارد که البته ۲ درصد نرخ‌های پرداخت حق بیمه را دولت تقبل کرده است. وی افزود: نرخ پرداخت حق بیمه ۱۴ درصد شامل تعهد بازنشستگی و فوت بعد از بازنشستگی، نرخ پرداخت حق بیمه ۱۶ درصد شامل بازنشستگی و فوت قبل و بعد از بازنشستگی و نرخ پرداخت حق بیمه ۲۰ درصد شامل تعهد بازنشستگی، فوت و ازکارافتادگی است. وی با بیان این که شرط سنی برای بیمه شدن زنان سرپرست خانوار ۵۰ سال در نظر گرفته‌شده است، گفت: البته به‌رغم سقف سنی در نظر گرفته‌شده، اگر فردی، سنی بالاتر از مقدار مشخص شده داشته باشد، درصورتی که دارای سابقه پرداخت حق بیمه به همان میزان اضافه سن باشد، تقاضای بیمه وی قابل‌پذیرش خواهدبود و می‌تواند تحت پوشش بیمه قرار گیرد. دادخواه درباره تسهیلات در نظر گرفته‌شده برای زنان سرپرست خانوار بیمه‌شده در ایام کرونا نیز گفت: لغو فرآیند معاینات پزشکی بدو بیمه‌پردازی برای متقاضیان انعقاد قرارداد و همچنین افزایش مهلت‌های مربوط به فرآیند انعقاد قرارداد و پرداخت حق بیمه بهممن‌ماه ۱۳۹۸ لغایت خردادماه ۱۳۹۹ از جمله اقدام‌های سازمان تامین اجتماعی برای این قشر از بانوان جامعه بوده است. بیمه زنان سرپرست خانوار در اجرای قانون هدفمندسازی یارانه‌ها عملیاتی گردید و بر همین اساس مقرر شد از اسفندماه سال ۹۰ زنان سرپرست خانوار و مددجویان تحت پوشش سازمان بهزیستی و کمیته امداد امام خمینی(ره) با بهره‌مندی از ۱۰ درصد حداقل دستمزد مصوب شورای عالی کار که از محل صندوق حاصله از هدفمندسازی یارانه‌ها بابت حق بیمه تامین می‌گردد، تحت پوشش مقررات حمایتی بیمه‌صاحبان حرف ومشاغل آزاد سازمان تامین اجتماعی قرار گیرند.

رییس سازمان جهاد کشاورزی استان قم:

### کشت گیاهان دارویی در قم گسترش می‌یابد

رییس سازمان جهاد کشاورزی قم با اشاره به جایگاه مهم کشت گیاهان دارویی در استان گفت: سطح زیر کشت زیت گل محمدی در قم ۴۴۸ هکتار بوده که ۱۹۹ هکتار آن بارور است.

عباس پورمیدانی اظهارداشت : در همین راستا به‌طور میانگین در هر دوره کشت، بیش از ۳۴۹ تن گل محمدی از سطح مزارع استان برداشت می‌شود. وی افزود: حدود ۵۰ تن از کشاورزان قمی نیز در زمینه کشت گل محمدی و برداشت آن در مزارع استان مشغول فعالیت هستند که با ایجاد واحدهای صنایع تبدیلی و غذایی در کنار مزارع، فرصت‌های متعدد شغلی در این بخش ایجاد می‌شود. وی ادامه‌داد: ۲۵ هکتار از زمین‌های کشاورزی قم نیز به کشت زعفران اختصاص دارد که یک‌دهم تن برداشت محصول آن از صورت می‌گیرد، همچنین ۸۸ برادر در این بخش مشغول فعالیت هستند.

پورمیدانی گفت: کشت گیاهان دارویی در قم به تولید گل محمدی و زعفران محدود نبوده و محصولات بسیار دیگری همچون زیره سبز، گل گاوزبان، نعناع قلفلی و بابونه در این استان توسط کشاورزان کشت می‌شود.

وی بیان کرد: یکی از اولویت‌های اصلی سازمان جهاد کشاورزی قم گسترش کشت گیاهان دارویی است که هم به با کمی برای رشد احتیاج داشته و هم ارزش اقتصادی بالایی دارند. وی ادامه‌داد: حمایت‌های لازم همچون پرداخت تسهیلات از سر مایه‌گذاران علاقه‌مند به فعالیت در حوزه کشت گیاهان دارویی در قم به عمل خواهد آمد تا شاهد رشد بیش ازپیش کشت این نوع از گیاهان در استان باشیم. نزدیک به ۱۴ هزار تن در بخش کشاورزی قم مشغول فعالیت هستند که در این میان بیش از یک‌هزار تن خانم هستند. بیشتر بهره‌برداران بخش کشاورزی قم را روستائیان استان تشکیل می‌دهند به‌نحوی که کشاورزی به‌تنهایی ۴۵ درصد اشتغال روستائیان در بخش‌های مختلف استان را به خود اختصاص داده است. میزان متوسط تولید بخش کشاورزی استان قم در سال برابر ۸۰۵ هزار تن در زمینه محصولات زراعی، باغی، دامی و شیلات است.

نایب رییس جامعه هتلداران حرفه‌ای قم:

## شاغلان صنعت هتلداری قم در انتظار بیمه‌بیکاری هستند

نایب رییس جامعه هتلداران حرفه‌ای قم گفت: ۱۵۰۰ نفر از فعالان شاغل در بخش هتلداری به دلیل شیوع کرونا بیکار شده‌اند که بیمه بیکاری آن‌ها هنوز به صورت کامل پرداخت نشده است.

عماد محمودیور نایب بزرگ‌ترین مشکل هتل‌ها و هتل آپارتمان‌های استان قم را نبود مسافر به دلیل شیوع کرونا و تعطیلی مرزها عنوان کرد و افزود: ۱۵۰۰ نفر از شاغلان در بخش هتلداری به دلیل شیوع کرونا بیکار شده‌اند و متأسفانه بیمه بیکاری آن‌ها هنوز به صورت کامل پرداخت نشده و یا اگر پرداخت شده محدود بوده است. عماد محمودپور در خصوص تعداد هتل‌ها نسبت به مسافر گفت: استان قم دارای بیک مسافر مشخصی است که حدود چهار ماه از سال را تشکیل می‌دهد و در این زمان گاهی کمبود تخت احساس می‌شود، اما در هشت ماه باقیمانده سال تعداد مسافران کمتر و تخت‌های هتل‌ها کافی است و واحدهای خانه مسافر و مهمان پذیرها نیز به این مجموعه کمک می‌کنند. محمودیور خانه مسافرهای غیر مجاز را یکی از معضلات استان دانست و تصریح کرد: در این زمینه چندین جلسه با مسئولین برگزار و خواستار مهار فعالیت آن‌ها شده‌ایم، زیرا در غیر این صورت شاهد رشد چارچ گونه خانه مسافرها خواهیم بود بنابراین باید در مان اساسی برای این معضل در نظر گرفته شود تا لطمه‌ای به گردش‌گردی و وجهه شهر وارد نشود. گفتنی است سه هزار و ۵۰۰ تخت هتل و هتل آپارتمان و بیش از هزار و ۵۰۰ تخت مهمان پذیر و خانه مسافر در استان قم وجود دارد.

## بایداز ایجاد واحدهای صنعتی آلاینده در قم جلوگیری شود؛

## تحقق توسعه اقتصادی قم در همراهی صنعت با محیط زیست



تحقق توسعه پایدار اقتصادی استان در شرایط کنونی بیش از هر عامل دیگری به همراهی هر چه بیشتر صنعت با محیط زیست و رعایت استانداردهای آن، وابسته است.

صنعت از جمله مهم‌ترین بخش‌های اقتصادی قم است که طی سال‌های اخیر روند توسعه را با سرعت زیادی طی می‌کند، البته این موضوع تنها دارای مزیت و تاثیرگذاری در حوزه تولید و اشتغال نیست و اگر به استانداردهای زیست‌محیطی در این روند توجه نشود، استان در سال‌های نه‌چندان دور با آلودگی شدید هوا و مشکلاتی که اکنون شهرهای صنعتی کشور با آن مواجه هستند، روبرو خواهد شد.

از جمله راهکارهای مورد توجه در این زمینه نوسازی صنایع و به کارگیری تجهیزات جدید در این بخش است، که نقش بسزایی در کاهش سطح آلودگی‌های زیست‌محیطی قم دارد و از تبدیل شدن استان به یک منطقه آلوده صنعتی جلوگیری می‌کند.

در همین رابطه مسئولان استان قم نیز بارها به اهمیت رعایت اصول زیست‌محیطی برای توسعه فعالیت‌های صنعتی در قم، تاکید کرده‌اند و آن را به موجب قانون ضروری دانسته‌اند.

استاندار قم در این خصوص گفت: توسعه اقتصادی استان در بستر حفاظت از منابع زیست‌محیطی دنبال خواهد شد.

بهرام سرمست تاکید کرد: بدون در نظر گرفتن مولفه‌ها و ملاحظات زیست‌محیطی، تمامی اقدامات، برنامه‌ریزی‌ها و تلاش‌ها در راستای رونق تولید کارآمدی لازم را هرگز نخواهد داشت.

وی افزود: حفاظت از طبیعت و محیط زیست و احترام به عناصر حیات، همواره در آموزه‌های دینی و اخلاقی به عنوان یک تکلیف الهی مطرح شده و اصل پنج‌گام قانون اساسی نیز، حفاظت از محیط زیست را یک وظیفه عمومی تلقی کرده است. **♦ سطح آلودگی واحدهای صنعتی قم به‌طور مستقیم پایش می‌شود**

مدیرکل حفاظت محیط زیست قم نیز در این زمینه گفت: به‌منظور ارتقای کیفیت هوای قم و کاهش آسیب‌های زیست‌محیطی، سطح آلودگی واحدهای صنعتی استان در سطح به‌طور مستمر توسط کارشناسان این اداره کل پایش می‌شود.

فیدل رضا موسوی مشکینی در گفت‌وگو با ایرنا بیان کرد: با پیگیری‌های به‌عمل آمده، طی سال گذشته ۳۰ واحد صنعتی استان به سیستم سنجش آلودگی

### بایداز ایجاد واحدهای صنعتی آلاینده در قم جلوگیری شود؛

## تحقق توسعه اقتصادی قم در همراهی صنعت با محیط زیست

هوا تجهیز شد و سامانه‌های پایش خود را به‌روز کردند که این موضوع نقش مؤثری در کاهش آلودگی‌های این بخش خواهد داشت.

موسوی مشکینی گفت: از دیگر اقدام‌های صورت گرفته برای کاهش سطح آلودگی فعالیت‌های صنعتی در قم، تصویب مکانی برای جمع‌آوری زباله‌های ویژه و صنعتی است که مراحل قانونی لازم برای واگذاری به بخش خصوصی را سپری می‌کند.

مدیرکل حفاظت محیط زیست قم همچنین گفت: شرکت‌های مشاور در حوزه محیط زیست نقش مؤثری در راهنمایی فعالان اقتصادی برای رعایت قوانین این حوزه دارند و تشکیل این مجموعه‌ها در سطح استان مورد نیاز است.

وی بیان کرد: بر اساس قانون رعایت استانداردهای محیط زیستی برای انجام فعالیت‌های تولیدی و صنعتی ضروری است و در همین رابطه تشکیل شرکت‌های مشاور محیط زیستی، بستر مناسبی برای آشنایی هر چه بیشتر فعالان اقتصادی استان با قوانین محیط زیستی و اجرای آن فراهم خواهد کرد.

وی افزود: بر اساس قانون واحدهای صنعتی که بیش از ۵۰ تن در آن‌ها مشغول به فعالیت هستند باید در جریان فعالیت خود از یک کارشناس حوزه محیط زیست استفاده کنند اما از آنجا که بیشتر واحدهای صنعتی استان کوچک و متوسط بوده و کمتر از این میزان نیرو دارند، تشکیل شرکت‌های مشاور محیط زیستی امکان مناسبی برای ارائه خدمات مورد نیاز آنان در این حوزه است.

موسوی مشکینی ادامه‌داد: همچنین تشکیل شرکت‌های محیط زیستی در قم، هزینه فعالان اقتصادی را در جریان آشنایی با دستورالعمل‌های حوزه محیط زیست و رعایت آن‌ها کاهش می‌دهد و از وقوع تخلفات قانونی که منجر به جریمه و حتی تعطیلی واحدهای صنعتی می‌شود، جلوگیری می‌کند.

♦ **تولید واحدهای صنعتی قم نوسازی می‌شود**

رییس سازمان صنعت، معدن و تجارت قم نیز پیرامون این موضوع گفت: به‌منظور کاهش سطح آلودگی واحدهای صنعتی در قم، برنامه‌های متنوعی برای نوسازی خط تولید واحدهای صنعتی استان دنبال می‌شود.

محمود سیجانی کرد: جایگزین کردن ماشین آلات جدید با قدیمی و همچنین استفاده از دستگاه‌های پیشرفته در خط تولید، موجب بالا رفتن سطح رعایت استانداردهای محیط زیستی در واحدهای صنعتی استان می‌شود و تاثیر مستقیم بر عملیاتی شدن راهبرد جیش تولید دارد.

وی افزود: در همین راستا سازمان صنت، معدن و تجارت قم به واحدهای متقاضی وارد کردن دستگاه‌های پیشرفته صنعتی که نمونه داخلی ندارد، مجوز معافیت گمرکی می‌دهد تا خط تولید خود را در کوتاه‌ترین زمان و کمترین هزینه به‌روز رسانی کنند.

وی ادامه داد: تنها در فروردین‌ماه سال جاری ۶مورد مجوز معافیت گمرکی ماشین آلات به ارزش ۶۱ میلیارد ریال برای واردات ماشین آلات جدید با فناوری بالا

یا جایگزینی ماشین آلات قدیمی در قم صادر شد.

سیجانی گفت: درصورت قم، رعایت اصول محیطی زیستی همواره یک اصل است که با نوسازی ماشین آلات واحدهای صنعتی این روند سرعت قابل توجهی پیدا می‌کند. وی بیان کرد: همچنین مدیران واحدهای صنعتی استان می‌توانند برای نوسازی ماشین آلات خط تولید خود از تسهیلات بانکی که به همین منظور در نظر گرفته‌شده استفاده کنند. بر اساس آخرین آمار حجم سرمایه‌گذاری انجام‌شده برای واحدهای صنعتی و معدنی موجود استان قم بیش از ۵۰ هزار میلیارد ریال است که با این حجم از سرمایه‌گذاری صورت گرفته در ۲ هزار و ۲۲۲ واحد صنعتی و صنایع معدنی استان برای ۵۶ هزار و ۷۲۶ تن فرصت اشتغال ایجادشده است؛ همچنین قم در این هفت شرکت صنعتی شکوهیه، اندر، چاپ‌وشر، سلفچگان، محمودآباد، ثامن‌الامنه (ع) - فنوات - و فناوری اطلاعات و ارتباطات (I.C.T) و چهار ناحیه صنعتی خورآباد، دستجرد، سیرو و طغرود است.

### معاون بهداشتنی دانشگاه علوم پزشکی ایران:

## بدون ماسک از خانه خارج نشویم

بسته خودداری کنند.

♦ **کاهش خدمات واکسیناسیون در دوران اوج کرونا**

عشرتی با اشاره به اینکه به دلیل اوج بیماری کرونا برخی از مردم به بعضی از خدمات بهداشتی دسترسی نداشتند، افزود: یکی از این خدمات واکسیناسیون بود. بر شرایط عادی نزدیک به ۱۰۰ درصد گروه هدف تحت پوشش قرار می‌گرفتند، اما در زمان اوج گیری کرونا حدود ۱۳ تا ۱۴ درصد خدمات واکسیناسیون در منطقه تحت پوشش این دانشگاه، کاهش یافت.

وی با اشاره به اینکه در حال حاضر با کارهایی که در اتاق فکر معاونت بهداشتی دانشگاه انجام شده این وضعیت دوباره تقریباً به شرایط عادی بازگشته است، گفت: در برخی از مراکز درمانی که بیماران کرونایی مراجعه می‌کردند، محل معاینه مراجعان از محل واکسیناسیون جدا و حتی تزریق واکسن در بیرون از مرکز درمانی انجام شد. با این اقدامات کاهش تزریق واکسن در اوج بیماری تا حدود زیادی برطرف شد و الان مراجعه برای تزریق واکسن خیلی بیشتر شده است.

عشرتی افزود: در دوره اوج بیماری کرونا در استان تهران از اواخر اسفند سال گذشته تا اردیبهشت ماه اسما، توصیه به مردم این بود که از منازل خود خارج نشوند و فاصله گذاری اجتماعی را رعایت کنند و به همین دلیل امکان دسترسی به سایر خدمات بهداشتی فراهم نبود که این روند در شرایط فعلی تغییر کرده است. ♦ **راه اندازی سامانه تلفن گویای ۱۵۶۹ برای اطلاع رسانی کرونا**

طیبه نجفی مقدم مسئول شبکه تفکر سلامت معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایران یکی از اقدامات این شبکه راه راه اندازی سامانه تلفن گویای ۱۵۶۹ اعلام کرد و گفت: این سامانه در زمان ۲ ماه فعالیت خود در اطلاع رسانی صحیح در کوتاه ترین زمان، بسیار مؤثر بود و از همه مناطق کشور می توانستند از این سامانه بهره ببرند.

وی با اشاره به اینکه سعی شده خدمات اساسی وزارت بهداشت در دوران کرونا صدمه ندیده است،

سخنگوی وزارت بهداشت تاکید کرد:

## رعایت بهداشت، اولویت اول مقابله با کرونا

بیماری نمی‌دانست و به مرور این موضوع هم اثبات شد که یکی از علائم بیماری کووید ۱۹ است. بنابراین می‌توان گفت که هر چه پیش‌تر می‌رویم، نکات و موارد بیشتری درباره کووید ۱۹ می‌فهمیم و به همان میزان راه‌های مقابله، پیشگیری و درمان نیز طراحی و اجرا می‌شود.

معاون وزیر بهداشت گفت: هیچ توصیه‌ای به جز رعایت بهداشت و استفاده از ماسک و فاصله گذاری در مورد کرونا مؤثر نیست؛ این موضوع در ایران و جهان اثبات شده است.

سخنگوی وزارت بهداشت اظهار کرد: برخی توصیه‌های غیرعلمی در فضای مجازی مثل خوردن برخی مواد غذایی مشخص مطرح می‌شود که مبنای علمی ندارند. بهتر است مردم به توصیه‌های وزارت بهداشت توجه کنند و از تمام گروه‌های غذایی استفاده شود و افراد سبک زندگی خود را بر روال کرونا بیچینند و به سلامت خود و خانواده‌شان بیشتر از گذشته توجه داشته باشند.

سده شنبه - دهم تیر ماه ۱۳۹۹ - سال بیست و سوم - شماره ۵۰۴

### اخبار

یک مسئول دانشگاه علوم پزشکی قم:

## اعضای بدن ۱۱۴ بیمار مرگ مغزی قم به نیاز مندان پیوند شده است

مسئول واحد شناسایی و پیوند عضو دانشگاه علوم پزشکی قم گفت: از سال ۸۵ تا پایان خردادماه جاری، اعضای بدن ۱۱۴ بیمار که در این استان دچار مرگ مغزی شده بودند، به نیازمندان پیوند شده است.

ولی‌الله صدقی افزود: در سال جاری اعضای بدن ۲ بیمار که به دلیل تعویض درجه قلب و خونریزی مغزی دچار مرگ مغزی شده بودند، به بیماران نیازمند اهدا شد.

وی اضافه کرد: البته در سال جاری اعضای بدن ۲ بیمار مرگ مغزی به دلیل مثبت بودن آزمایش ویروس کرونا پیوند نشد و امروز نیز به‌رغم رضایت خانواده یک بیمار مرگ مغزی، از آمیزش کرونای وی مثبت اعلام و پیوند اعضای این بیمار منتهی شد.

وی تصریح کرد: باوجود این که اسفندماه پارسال و فروردین‌ماه امسال خانواده ۶ بیمار مرگ مغزی نسبت به اهدای عضو آن‌ها رضایت داده بودند و از سوی دیگر، آزمایش‌های این بیماران نیز مثبت نبود، ولی به دلیل شیوع ویروس کرونا هیچ بیماری از قم در تهران پذیرش نمی‌شد و اعضای بدن این بیماران پیوند نشد.

به گفته صدقی، سال گذشته ۱۴ بیمار مرگ مغزی برای پیوند اعضای بدنشان به بیماران نیازمند اهدای عضو از استان قم به بیمارستان شریعتی تهران اعزام شدند. وی بایان این که امکان برگشت به زندگی دوباره برای بیمار مغزی وجود ندارد، گفت: به دلیل بی‌اطلاعی خانواده‌ها و باوجود تعداد زیاد بیمار مرگ مغزی در قم متأسفانه این بیماران فوت می‌کنند و به مر حله اهدای عضو و پیوند اعضا نمی‌رسند. مسئول واحد پیوند عضو دانشگاه علوم پزشکی قم ادامه داد: بیمار مرگ قبل از فوت می‌تواند ارگان‌های حیاتی مانند قلب، کلیه، پانکراس، ریه‌ها و روده و تا ۴۸ ساعت پس از فوت نیز می‌تواند نسوج و بافت‌ها مثل پوست، قرنیه، استخوان، پاندون و عضلات درجه‌های قلب را اهدا نماید. وی بیان کرد: هر اهداکننده می‌تواند ایداهای اعضای از جمله قلب، ریه، کبد، پانکراس، روده و کلیه، یک تا هشت بیمار را از مرگ نجات دهد.

وی افزود: همچنین هر اهداکننده می‌تواند با اهدای درجه قلب، رگ، تاندون‌ها، عضلات، استخوان، نسوج و بافت، زندگی یک تا ۵۳ بیمار را بهبود ببخشد. صدقی خاطرنشان کرد: از زمانی که مرگ مغزی بیماری اعلام می‌شود، می‌توان بیمار را با پیشرفته‌ترین تجهیزات پزشکی حداکثر ۱۲ روز نگهداری نمود، ولی در این مدت ارگان‌های حیاتی زیست‌پذیری خود را از دست می‌دهند و قابلیت فعالیت و توانایی ارگان‌ها ضعیف می‌شود.

وی در پایان بایان این که پیوند کلیه بیشترین نیاز بیماران در لیست انتظار

است، ادامه داد: در حال حاضر بیش از ۱۷ هزار نفر در سطح کشور به دلیل نارسایی‌های کلیوی دیالیز می‌شوند و در لیست بیماران نیازمند پیوند کلیه قرار دارند. وی افزود: بخش ویژه پیوند کلیه در بیمارستان شهید بهشتی قم آماده و نیروی انسانی آن تامین شده که به‌محض اخذ مجوزها و تامین تجهیزات، راه‌اندازی خواهد شد.

متقاضیان دریافت کارت اهدای اعضا می‌توانند برای کسب اطلاعات بیشتر در

این زمینه به سامانه واحد فراهم‌آوری اعضای پیوندی به نشانی اینترنتی: www. ehda.ir مراجعه کنند.

مدیر روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق استان قم:

## عدم رعایت مدیریت مصرف برق باعث خاموشی می‌شود

مدیر روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق استان قم گفت: عدم رعایت مدیریت مصرف و عبور از سقف مجاز تعیین شده توسط مشترکان، وقوع خاموشی را به همراه خواهد داشت.

به گزارش روز دوشنبه روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق قم، سهیل کیانی پور با اشاره به افزایش نمای هوا و تداوم گرما در استان، افزود: همین امر استفاده از وسایل سرمایشی را افزایش داده که منجر به رشد ناگهانی مصرف برق شده است. وی بر لزوم صرفه‌جویی در مصرف برق به‌ویژه در ساعات اوج مصرف تاکید کرد و از انعقاد پنج هزار و ۵۰۰ تها هم‌امه دفتر مدیریت مصرف شرکت توزیع برق با بخش‌های صنایع، کشاورزی و ادارات استان به‌منظور کاهش مصرف در ساعات پیک خبر داد. وی با بیان این که این اقدام نقش بسزایی در کاهش پیک مصرف استان داشته است، یادآور شد: این بخش‌ها می‌توانند با کاهش مصرف خود از پاداشی که شرکت توانیر برای سال ۹۹ در نظر گرفته به میزان قابل توجهی بهره‌مند شوند. کیانی پور با اشاره به این که امسال علاوه بر صاحبان صنایع، کشاورزان و ادارات، بخش خانگی و تجاری نیز از طرح‌های تشویقی بهره‌مندی‌شوند، تاکید کرد: در صورتی که هر مشترک خانگی یا تجاری نسبت به مصرف مشابه سال قبل خود ۱۰ درصد کاهش داشته باشد، مستحقساب آن مشترک ۲۰ درصد کاهش پیدا می‌کند. وی با بیان این‌که برای هر استان در هر هفته سقف پیکبار تعیین می‌شود، خاطرنشان کرد: مشترکین بر مصرف نیز در صورت عدم رعایت الگوی مصرف، شامل افزایش ۱۶ درصدی صورتحساب خواهند شد.

وی در پایان به ارائه راهکارهایی در خصوص مدیریت مصرف برق پرداخت و گفت: تنظیم درجه کولرگازی روی ۲۴ و ۲۵+ استفاده از دور کند کولرهای آبی، عدم استفاده از وسایل بر مصرف برقی در ساعات پیک، استفاده از نور طبیعی در طول روز و خاموش کردن لامپ‌های اضافی و نصب سایبان بر روی کولر نقش بسزایی در کاهش مصرف و مدیریت پیک‌بار دارد.

وی در حال حاضر بیش از ۵۷۰ هزار مشترک برق در استان قم وجود دارد؛ ۱۳ درصد برق قم در بخش کشاورزی، ۲۸٫۴ درصد در بخش صنعت، ۴۶٫۵۵ درصد در بخش خانگی، ۱۰٫۲ درصد در بخش عمومی، ۹٫۷۸ درصد سایر مصارف و ۱٫۸۳ در بخش روشنایی معابر مصرف می‌شود.

مدیرکل حفاظت محیط زیست استان قم مطرح کرد:

## نقش مهم دانشگاه‌ها در کاهش آلودگی‌های زیست محیطی

مدیرکل حفاظت محیط زیست استان قم گفت: دانشگاه‌ها و شرکت‌های دانش بنیان باید برای کاهش و رفع آلودگی‌های زیست محیطی در واحدهای صنعتی، معدنی و خدماتی کشورمان، طرح‌های علمی و عملیاتی ارائه‌دهی سید رضا موسوی مشکینی در نشست مشترک با اعضای پژوهشکده محیط زیست دانشگاه قم گفت: بهره‌مندی از ظرفیت‌های علمی دانشگاه‌ها و شرکت‌های دانش بنیان برای کاهش و رفع آلودگی‌های زیست محیطی واحدهای صنعتی، مسأله بسیار مهمی است.

وی با بیان اینکه واحدهای صنعتی با اطلاع از مخاطرات زیست محیطی آلاینده‌ها، قطعاً از راهکارهای علمی و فناوریانه برای کاهش و رفع این آلودگی‌ها استفاده می‌کنند، اظهار کرد: آمیوداریم به‌شماره جدی دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی کشور، به‌تهدیدات زیست‌محیطی در جامعه یک‌پارگی به‌صنایع سبز و پاک برداریم. وی بر ضرورت اجرای طرح «میسا» در استان قم با هدف مدیریت و پایش سیستمی آلاینده‌های زیست محیطی واحدهای صنعتی، و خدماتی و معدنی تأکید کرد و گفت: اجرای این طرح در راستای تحقق سیاست‌های کلی محیط زیست و اجرای قوانین و ضوابط زیست محیطی در کشورمان، بسیار مؤثر خواهد بود و باید مورد توجه جدی مسؤولان قرار بگیرد. مدیرکل حفاظت محیط زیست استان قم در پایان با بیان اینکه همه باید تلاش کنیم تا از نگرانی‌های عمومی نسبت به تهدیدات زیست‌محیطی در جامعه یک‌پارگی، تصریح کرد: بهبود و ارتقاء وضعیت محیط زیست در جامعه، نیازمند همکاری، تعهد و مشارکت همه مردم و مسؤولان است و در این راستا باید از ظرفیت‌های علمی و قانونی به‌خوبی استفاده کنیم. در این نشست همچنین طرح‌های تحقیقاتی و پیشنهادهای پژوهشی دانشگاه قم در راستای کنترل، پایش و رفع آلودگی‌های زیست محیطی استان قم در حوزه‌های گوناگون فنی و حقوقی ارائه و مورد بحث و بررسی قرار گرفت.







## اخبار

**عضو هیات‌ریسه فدراسیون فوتبال:**

### با فیفا به مشکل برخوردیم

عضو هیات ریسه فدراسیون فوتبال گفت: ما با فیفا به مشکل خوردیم زیرا بارها از اساسنامه فدراسیون دفاع کردیم اما آن‌ها به هیچ وجه آن را قبول ندارند. «محمود اسلامیان» روز دوشنبه در جمع خبرنگاران در مورد اساسنامه فدراسیون فوتبال، تصریح کرد: بحث اساسنامه فدراسیون بیش از ۱۰ سال است که بین فیفا و فدراسیون وجود دارد، یکی از اصول مورد تأکید فیفا این است که ماهیت فدراسیون باید خصوصی باشد اما خصوصی به این معنی نیست که دور از قوانین کشور باشد.

وی ادامه داد: ما نباید خوشحال باشیم که همه چیز در کشورمان دولتی است. واگذاری کارها به مردم، آینده خوبی خواهد داشت البته به شرط آنکه کارها به اهلس سپرده شود، مطمئن باشید در فوتبال نیز این موضوع مثبت خواهد بود. عضو هیات ریسه فدراسیون فوتبال افزود: ما با فیفا به مشکل برخوردیم، آن‌ها تأکیدشان این است که فدراسیون باید خصوصی باشد، ما این مشکل را به وزارت ورزش و دولت منعکس کردیم و این موضوعی نیست که فدراسیون در آن تصمیم بگیرد زیرا نیاز به قانون دارد و باید در دولت لایحه شود و به مجلس فرستاده شود. اسلامیان اظهار کرد: چه کسی گفته که دادن کار به مردم بد است؟ این موضوع به صلاح کشور است اما در حال حاضر به نقطه ای رسیدیم که باید دولت در آن ورود پیدا کند. در حال حاضر مشکلات اقتصادی عدیده‌ای در کشور داریم اما فوتبال موضوعی است که خیلی‌ها دلشان به آن خوش است و این موضوع نیاید به خاطر سوءتدبیرها به مشکل بخورد.

وی تصریح کرد: به نظر من رییس جمهوری باید در این موضوع ورود کرده و نظر کارشناسان را بپرسد، امیدوارم تصمیمی گرفته شود که به ورزش کشور آسیب نرسد. در حال حاضر مساله ما این است که باید یک تغییر در فوتبال به وجود آید و ما باید آن را حل کنیم.

عضو هیات ریسه فدراسیون فوتبال اظهار داشت: اگر این موضوع حل شود، بقیه مشکلات را نیز می‌توانیم برطرف کنیم و نباید حاشیه برویم، در حال حاضر اولویت اساسنامه فدراسیون است که باید آن را حل کنیم و اگر دولت در این موضوع دخالت نکند این موضوع ختم به خیر نمی‌شود.

وی تأکید کرد: ما بارها از اساسنامه فدراسیون دفاع کردیم اما فیفا نهاد عمومی غیردولتی را قبول ندارد و ما هم بارها از خواسته خود دفاع کردیم، وقتی می‌خواهیم عضو فیفا باشیم باید اصول آن را نیز بپذیریم، اگر می‌خواهیم عضو فیفا باشیم باید بپذیریم که فدراسیون در اختیار مردم و اهالی فوتبال باشد.

اسلامیان در خصوص پرونده «مارک ویلموتس» گفت: ما نباید به حرف‌هایی که ویلموتس وکلای او می‌زنند، دامن بزنیم، ما همه باید در یک طرف باشیم و نباید برخی دوستان حرف‌های ویلموتس را بیاین کنند.

**معنوی‌نژاد:**

### بخاطر کرونا تصمیم گرفتیم در لیگ ایران بمانیم



ستاره تیم والیبال سایپای تهران گفت: از چند تیم خارجی برای فصل جدید پیشنهاد داشتیم، اما بخاطر شرایطی که کرونا در لیگ‌های ایتالیا و لهستان ایجاد کرد تصمیم گرفتیم امسال هم برای سایپا بازی کنیم. محمدجواد معنوی‌نژاد در گفت‌وگوی درباره ماندنش در تیم والیبال سایپا و در کردن پیشنهادهای خارجی‌اش برای فصل جدید، گفت: همانطور که در رسانه‌ها مطرح شد از ایتالیا و لهستان پیشنهاد داشتیم و حتی با باشگاه فتر باغچه ترکیه هم مذاکراتی را انجام داده بودم، اما با توجه به شرایطی که کرونا در ورزش جهان ایجاد کرده است تصمیم گرفتیم این فصل را هم در لیگ بزرگ ایران بازی کنیم.

او افزود: تصمیم داشتیم این فصل را در لیگ‌های خارجی بازی کنیم، اما همانطور که می‌دانید اکثر ستاره‌های بزرگ والیبال جهان بخاطر شرایط فعلی حتی از لیگ‌های ایتالیا و لهستان هم خارج شده و سطح این لیگ‌ها افت محسوسی داشته است، به همین منظور تصمیم من نیز بر آن شد که امسال را هم در سایپا بازی کنیم.

ستاره تیم والیبال سایپا، درباره آغاز و شرایط تمرینات تیمی سایپایی‌ها پس از انجام تست‌های پزشکی، توضیح داد: اکثر بازیکنان ما در این مدت زمانی که تمرینات توپی وجود نداشت تمرینات بدنسازی خود را هر آن‌کرده و در این چندماه آمادگی جسمانی خود را تا حد مطلوبی حفظ کرده‌اند. در حال حاضر نیز کم کم با فشار پایین تمرینات توپی و تیمی را آغاز کرده‌ایم تا آن‌االه‌ال طی این دو ماهه زمان موجود به آمادگی قابل قبول برسیم.

او در مورد شرایط بدنی خود نیز گفت: خوشبختانه در این چند ماه به صورت انفرادی در خانه تمرینات بدنسازی را انجام دادم تا خیلی از شرایط آمادگی جسمانی‌ام دور نشوم. امیدوارم با پیگیری تمرینات تیمی هم هر چه سریع‌تر همه بازیکنان به شرایط بازی نیز دست یابند.

معنوی‌نژاد در واکنش به این موضوع که آیا سایپا می‌تواند با توجه به جذب نفراتی چون موسوی، معنوی‌نژاد، شفیعی و... همانند فصل گذشته مدعی کسب عنوان قهرمانی باشد؟ توضیح داد: سال گذشته شخصا بخاطر برخی مسائلی که وجود داشت در تیم ملی و رده باشگاهی خیلی بازی نکرده بودم، اما در همان نزدیکی‌های پایان نیم فصل اول هم خودم و هم تیم سابق رفته رفته به شرایط ایده‌آلی رسیدیم و برای قهرمانی تلاش می‌کردیم. امسال هم امیدوارم بتوانم شخصاً در همان سطحی که دوست دارم بازی کنم و تیم‌ها به تلاش همه بازیکنان نتیجه خوبی بگیرد. دریافت‌کننده تیم ملی والیبال ایران، در پاسخ به این سوال که آیا تعطیلی والیبال طی چندماه گذشته تأثیر منفی روی سطح مسابقات لیگ دارد یا خیر؟ عنوان کرد: به نظر من این تعطیلی چندماهه زمان خوبی را برای بازیکنان فراهم کرد تا به دور از فشار مسابقات در رده‌های ملی و باشگاهی استراحت کنند. بازیکنان توانستند ریکاوری خوبی در این مدت انجام دهند و زمان ۳ تا ۴ ماهه هم برای تمرینات کافی است تا نیم‌ها به آمادگی قابل قبولی برسند.

او در پایان، راجع به زیر ساخت‌های والیبال ایران برای برگزاری مسابقات لیگ با رعایت پروتکل‌های بهداشتی نیز گفت: حساسیت در این موضوع بسیار بالا است، ما همانطور که طی روزهای گذشته لیگ فوتبال ما آغاز شد، لیگ والیبال هم می‌تواند پیگیری شود. امیدوارم لیگ خوبی داشته باشیم.

**مرتضی فتونی‌زاده:**

### عبدی نشان داد به استوکس نیازی نداریم

پیشکسوت تیم فوتبال پرسپولیس گفت: بازی در اختیار پیکان بود و آنها به تجربه تیم پرسپولیس باختند.

مرتضی فتونی‌زاده در گفت‌وگویی در خصوص بازی دو تیم پرسپولیس و پیکان اظهار داشت: پرسپولیس خوب بازی نکرد و این بخاطر این مدت زیادی از شرایط بازی به دور بودند. از دو سه هفته دیگر پرسپولیس بازی های خوبی به نمایش می‌گذارد. تنها نکته مثبت این بازی سه امتیازی بود که کسب شد و اختلاف این تیم با رقیبا بیشتر شد. وی افزود: پیکان خیلی بهتر بازی کرد و ۶۰ به ۴۰ بازی در اختیار آن‌ها بود. پیکان به تجربه بازیکنان پرسپولیس باخت و در آینده تیم خیلی بهتری می‌شود. پیشکسوت پرسپولیس افزود: در این بازی خط دفاعی سرخ‌پوشان عملکرد خیلی خوبی داشت. در دروازه هم بیرانوند نمایش خوبی از خود نشان داد و فقط در پنالتی که داد اشتباه کرد. می‌توانست توپ را رها کند و اتفاقی رخ نمی‌داد. او نباید این اشتباهات را انجام دهد. برایش در تیم جدیدی که می‌رود آرزوی سلامتی می‌کنم. وی در رابطه با درخشش عبدی در این دیدار خاطرنشان کرد: عبدی با عملکردش نشان داد دیگر به استوکس نیازی نداریم. یکی می‌تواند در چندبازی آخر لیگ به این جوان‌ها بیشتر بازی بدهد تا تجربه یابی را کسب کنند. آن دو صحنه‌ای را که اشتباه کرد بخاطر تجربه کمش بود. او بیست سال بیشتر سن ندارد و امیدوارم در آینده بیشتر بدرخشد.

به بهانه بازگشت بوناچیچ پس از دو سال و ۹ ماه؛

# بازگشت مربیان خارجی به ایران پس از اخراج‌های مکرر!

است. جالب اینکه او در سال ۱۳۹۲ سرمربی ذوب آهن بود که به دلایل کسب نتایج ضعیف برکنار شد و از آن زمان تاکنون که هدایت تیم‌های مس کرمان، الشحانیه قطر، الاهلی قطر، گسترش فولاد، العربی قطر و واراین کرواسی را برعهده گرفت، به جز الشحانیه که تقریباً یک فصل و نیم دوام آورد در سایر تیم‌ها از کار خود برکنار شده است! اکنون این سوال مطرح می‌شود انتخاب بوناچیچ بر چه اساسی بوده است؟

♦ **بازگشت پس از دو سال و ۹ ماه**

بوناچیچ پس از هفته یازدهم فصل ۲۰۲۰-۲۰۱۹ لیگ یک کرواسی هدایت وارآدین را برعهده گرفت که کارش را با پیروزی مقابل ایسترا شروع کرد، اما پس از آن در ۹ مسابقه لیگ و یک دیدار جام حذفی، ۸ باخت و دو مساوی داشت که شکست برابر ایسترا در هفته بیست و یکم و تداوم نتایج ضعیف این تیم، موجب شد تا از سمت خود برکنار شود. لوکا بوناچیچ آخرین بار در لیگ هفدهم در فوتبال ایران فعالیت داشت و سرمربی گسترش فولاد بود که پس از پایان هفته هشتم و شکست مقابل تراکتور از هدایت این تیم اخراج شد و اکنون درست پس از دو سال و ۹ ماه بازگشته و قرار است در لیگ نوزدهم روی نیمکت ذوبی‌ها بنشیند.

♦ **کریکندی: دخالت محمدی باعث شد استعفا بدهم**

در رابطه با چگونگی انتخاب لوکا بوناچیچ با رسول کریکندی که سابقه مربیگری در این تیم را دارد و تا چندی پیش به عنوان رئیس سازمان فوتبال ذوب آهن مشغول به کار بود، هم‌کلام شدیم. ابتدا از کریکندی علت کناره‌گیری‌اش از سازمان فوتبال این باشگاه را جویا شدیم. او به ایرنا پلاس گفت: «استعفا ی من دو بخش دارد، یک بخش به دلایل مالی بود، اما بخش دیگر به دلیل مسئولیت‌تعریف شده برای من بود که دخالت جواد محمدی سبب شده از سمت خود استعفا دهم. وقتی مسئولیت سازمان فوتبال را به من می‌دهند، باید مسائل فوتبال از نگاه من بگذرد. در زمان نقل و انتقال‌ها برخی اختلاف‌ها درباره بازیکنان جذب شده و آزاده داشتیم. مدیرعامل به‌طور مستقیم به بحث نقل و انتقال وارد می‌شد. من نیز به دلیل نداشتن استقلال کاری بعد از اتمام فصل نقل و انتقال‌ها، استعفا را دادم تا آقایان با خیال راحت به کارهای خود بپردازند!»

♦ **خانواده‌ها هم مربیگری من مخالفند**

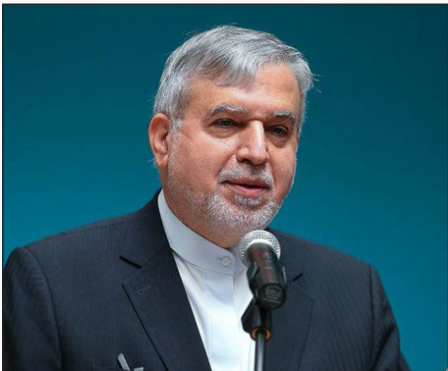
کریکندی که استارت دوران طلایی ذوب آهن را از سال ۱۳۸۲ تا ۱۳۸۶ به عنوان سرمربی رقم زد، درباره اینکه چرا در این شرایط باشگاه، لوکا بوناچیچ مربی امتحان پس داده را جذب کرد و چرا خودش مسئولیت را قبول نکرد؟ پاسخ داد: «این را باید همان آقایانی که او را آورده‌اند پاسخ بدهند. با این‌حال انتخاب آنهاست و باید دید چه اتفاقاتی رخ خواهد داد. شرایط بسیار سخت است و حاشیه‌آمیزی برای ذوب آهن وجود ندارد. به‌طور حتم باید نتایج خوبی بگیرند و گر نه احتمال سقوط وجود دارد. البته خانواده‌ام با مربیگری‌ام مخالفند. به من پیشنهاد نشد، اما اگر می‌گفتند، قبول می‌کردم چون من ۱۵ سال دروازه‌بان این تیم بودم؛ از همین تیم به تیم ملی رسیدم و به جام جهانی رفتم. باعث افتخار بود که هدایت این تیم را برعهده بگیرم.»

♦ **بوناچیچ مثل بلاژیچ**

انتقال لوکا بوناچیچ کاملاً شبیه به آمدن تاکه‌اشی میروسلاو بلاژیچ با سن گذشته به فوتبال ما و دادن هدایت تیم بحرآن زده مس کرمان به او بود؛ اتفاقی که خود بلاژیچ پس از آن باور نداشت، اما در نهایت توانست در روزهای بازتستگنی با یک قرارداد ۸۰۰ هزار دلاری در ایران حضور دوباره‌ای داشته باشد و پول خوبی به جیب بزند. باید بوناچیچ که بیکار بود از این اتفاق خیلی خوشحال باشد زیرا به بهشت شخصی خود قدم گذاشته است! کجای دنیا را سراغ دارید که یک مربی با کارنامه بسیار ضعیف را برای چندمین بار به لیگ خود بیاورند! او سال‌های سال است که موفقیت چندانی در فوتبال نداشته، اما هنوز به طرز عجیبی در فوتبال مامشتی دارد.

**صالحی‌امیری:**

### جودو به روزهای اوج بر می‌گردد



رئیس کمیته ملی المپیک گفت: امیدوارم با رسیدگی عادلانه دادگاه بین‌المللی ورزش نتیجه جودو به نفع ایران باشد. سیدرضا صالحی امیری رئیس کمیته ملی المپیک رئیس در بازدید از فدراسیون جودو اظهار داشت: آینده جودو از نظر من روشن است. آینده از آن کسانی است که مقابل رفتار فدراسیون جهانی مقاومت کردند. این دوره زودگذر است و جودو به اوج باز می‌گردد. در همه استان‌ها ناسل جوان به عرصه آسیا، جهان و المپیک بازی می‌گردند با نگاه امیدوار کننده معتقدم روزهای اوج جودو در پیش است. وی افزود: مجموعه مدیریت جودو و میراسماعیلی با انگیزه و جدی توانست این خانواده بزرگ را با وجود چالش‌ها حفظ و رویدادها را بر گزرار کنند و این

انجام قابل تقدیر است. صالحی امیری تأکید کرد: در خصوص دیپلماسی باید بگویم ما از همه ظرفیت لازم برای اثبات حقانیت جودو استفاده کردیم. بیش از ۲۰ ملاقات با مقامات بین‌المللی برای حقانیت جودو و اثبات نظرات غلط فدراسیون جهانی جودو داشتیم. بارها گفتیم رفتار وزیر سیاسی و انتقام جویی از جودوی ایران است.

رئیس کمیته ملی المپیک خاطرنشان کرد: نتیجه CAS در صورت رسیدگی عادلانه به نفع ایران خواهد بود. وزارت، کمیته، کار مدیریتی ورزش کشور باید از جودو حمایت کنیم تا این رشته در وضعیت تعلیق دغدغه نداشته باشد. ما این موضوع را پیگیری هستیم. هفته گذشته باوزیر و علی‌نژاد جلسه داشتیم امیدوارم نتیجه دادگاه به سود ایران باشد تا کسانی که با انگیزه سیاسی به دنبال انتقام از جودو هستند رسوا شوند. حرف آخر اینکه میز می رود و جودو می‌ماند.

**تمجید فدراسیون جهانی تنیس از برادران عالمیان؛**

## نمایش قدرت با هم و جدا از هم

آنچه می‌توانم را در هر مسابقه انجام دهم و بهترین باشم،" خاص او است.

♦ **۲۰۱۲. سال مهم برای نوشاد**

نوشاد از سال ۲۰۰۹ در عرصه های بین المللی فعال است اما سال ۲۰۱۲ باعث شکوفایی او شد. او در سال ۲۰۱۲ در رده ۲۱ سال تور جهانی آلمان، کویت و مراکش برنده شد و در مسابقات آفریقا شمالی مدال طلای انفرادی را کسب کرد.

در مسابقات رده زیر ۲۱ سال کره جنوبی و لهستان تانیمه نهایی پیش رفت و در دره بزرگسالان هم تا یک چهارم نهایی بالا رفت. نمایش چشمگیر او در رده زیر ۲۱ سال فینال تورهای جهانی در هانگژو بود که با شکست برابر نماینده آلمان دوم شد.

♦ **بازی های المپیک**

نوشاد در بازی های المپیک ۲۰۱۲ شرکت کرد که نمایندگان استرالیا و هنگ کنگ را شکست داد اما مقابل تیمبول بازیکن مطرح آلمانی شکست خورد.

نوشاد چهارسال بعد در المپیک ریو هم حضور داشت و این بار برادرش نیما هم بود. نوشاد برابر بازیکن اسلونی شکست خورد و زود کنار رفت و نیما ابتدا بازیکن آمریکا را شکست داد و سپس مقابل نماینده رومانی باخت.

نوشاد عالمیان در مورد المپیک گفت: "المپیک برای من مانند سایر مسابقات است. من همیشه سعی کرده‌ام هر

**پاسخ اسکوچیچ به عکس جنجالی؛**

### خودم خواستم آنجا بنشینم

سرمربی تیم ملی فوتبال ایران درباره تصویر جنجالی که از او در بازی پیکان و پرسپولیس منتشر شد صحبت کرد.

تیم فوتبال پرسپولیس موفق شد در چارچوب هفته بیست و دوم رقابت‌های لیگ برتر فوتبال ایران در ورزشگاه شهرقدس با نتیجه سه بر یک از سد پیکان بگذرد.

تماشاگر ویژه این بازی بدون تماشاگر، سرمربی تیم ملی ایران بود. در اگان اسکوچیچ بعد از بازگشت دوباره به ایران به منظور تماشای بازی‌های لیگ برای اولین بار به تماشای جدال پیکان و پرسپولیس نشست. اسکوچیچ درباره عکس جنجالی که از او در حین این بازی گرفته شده بود فضای اطرافش چندان درست و مناسب نبود گفت: من آنجا در ورزشگاه دنبال بهترین



جاری ای آنالیز بازی بودم نه بهترین جا برای گرفتن عکس.

**طهماسبی: اسکوچیچ به خاطر کرونا در جایگاه ویژه ننشست**

مدیر تیم فوتبال پیکان نیز درباره جایگاه عجیب سرمربی تیم ملی در بازی با پرسپولیس توضیحات تکمیلی ارائه کرد. محمدرضا طهماسبی درباره جایگاهی که سرمربی تیم ملی برای تماشای بازی در آن حضور داشت، اظهار داشت: به خاطر شرایط کرونایی اجازه نداشتیم که از جایگاه‌های VIP و CIP استفاده کنیم، این جزو مقررات مهم است. جایی هم که اسکوچیچ نشسته بود قرار بود به جایگاه VIP اضافه شود که به خاطر کرونا ساخت و ساز متوقف شد. البته صحنه ای که از اسکوچیچ ثبت شد، صحنه خوبی نبود اما حتی مدیران باشگاه‌ها هم اجازه نداشتند در جایگاه ویژه بنشینند.



نوشاد و نیما در سبک بازی خود بسیار متفاوت هستند، نوشاد چپ دست و نیما راست دست است.

نوشاد در یک هندهای قوی و ابتکاری که در بازی از خود نشان می‌دهد، شاخص است. او بیش از هر بازیکن دیگری در صحنه بین المللی برای حفظ توپ در بازی تلاش می‌کند

نیما عالمیان شاید به اندازه برادر بزرگترش قوی نباشد اما ثبات و شور و نشاطی که در مسابقه دارد از ویژگی های



**سه‌شنبه -دهم تیر ماه ۱۳۹۹- سال بیست و سوم - شماره ۲۴۵۰**

سخنگوی وزارت امور خار جه :

# راه نجات برجام بازگشت همه به این معاهده است



سخنگوی وزارت امور خارجه با بیان اینکه اروپایی ها می‌خواهند اقدامات بینابین انجام دهند گفت : به کشورهای اروپایی توصیه می‌کنیم راه نجات برجام بازگشت همه به برجام است و اقدامات زیگرگانی و سیگنال فرستادن به دیگران، درست و سازنده نیست. آنها آمریکایی‌ها را خوب و بهتر از ما می‌شناسند.

سید عباس موسوی» پیش از ظهر دوشنبه در نشست خبری با اصحاب رسانه، با تبریک دهه کرامت و با اشاره اقدامات ضدحقوق بشری آمریکا در دهه‌های گذشته هفته حقوق بشر آمریکایی اظهار داشت: جنایات و حقوق بشر آمریکایی مختص به تیرماه نیست‌و در همه ایام وجود دارد. از ترور نافرجام رهبر معظم انقلاب، ترور حزب جمهوری اسلامی، فاجعه سردشت، مورد هدف قرار دادن هواپیمای ایرانی و ترور شهدای محراب از نمونه‌های ضد حقوق بشری است.

سخنگوی وزارت امور خارجه به سفر سرپرست وزارت خارجه افغانستان به تهران در صدر یک هیات بلندپایه اشاره کرد و افزود: راینی‌های خوبی میان طرفین انجام شد که از جمله آن، نزدیک شدن دو کشور به امضای سند راهبردی همکاری‌های جامع دو کشور بود. همچنین مسائل جاری دو کشور مورد بررسی قرار گرفت.

♦ **طریف در نشست آتلان شورای امنیت سخنرانی می‌کند**

موسوی همچنین افزود: شاهد دو کنفرانس آقای طریف با «یوسف بن علوی» وزیر خارجه عمان و «وانگ یی» وزیر خارجه چین بودیم و امروز او به صورت ویدئو کنفرانس با همتای قطری گفتگو خواهد کرد. فردانیز وزیر امور خارجه به صورت ویدئو کنفرانس در جلسه شورای امنیت در مورد قطع نامه ۲۲۳۱ صحبت خواهد کرد.

وی در مورد ادعای آمریکا برای به راه انداختن مکانیسم ماشه، تاکید کرد: ما گفته‌ایم که آمریکا حق استفاده از این مکانیسم را ندارد و با اقداماتی که این کشور در قبال برجام و نقض قطعنامه ۲۲۳۱ داشته در جایگاهی نیست که صحبتی در این امر کند. ما با مذاکراتی که با طرف‌های متعدد داشتیم معتقدیم شکستی دیگر در انتظار آمریکا است و ما توصیه داریم که راه رفته را نپازمانید.

♦ **رومانی در باره مرگ قاضی منصوری شفاف عمل نمی‌کند**

موسوی درباره آخرین پیگیری‌های وزارت امور خارجه در مورد فوت قاضی منصوری در رومانی خاطرنشان کرد: این موضوع هنوز ابهاماتی دارد. دولت رومانی به‌رغم درخواست‌های ما شفاف عمل نکرده است. ولی‌وزارت خارجه، پلیس اینترپل و قوه قضائیه پیگیر این موضوع هستند و درخواست داریم دولت رومانی هرآنچه اتفاق افتاده را رسماً و کتبا به وزارت خارجه اطلاع دهد. سخنگوی دستگاه دیپلماسی با بیان اینکه همچنان خواستار روشن شدن ابعاد همه‌ماجر هستیم، ابراز داشت: مجدداً اعلام می‌کنم‌و امقامات رومانی می‌خواهیم در اسرع وقت با توجه به پیچیدگی پرونده، ما را در جریان آخرین اخبار و ابعاد پرونده قرار دهند.

♦ **کمانه‌زنی‌ها در باره سند همکاری ایران و چین واقعیت ندارد**

موسوی در مورد سند همکاری‌های جامع و راهبردی ۲۵ ساله ایران و چین و برخی اظهار نظرها در این خصوص گفت: این موضوع جدید نیست. در سفر رئیس‌جمهوری چین به تهران اعلام شد که همکاری‌های دو کشور راهبردی است و سندی هم در آنجا امضا شد. یکی از بندهای آن سند، داشتن برنامه همکاری‌های راهبردی است که در سفر سال قبل طریف به پکن، پیش‌نویس آن به چینی‌ها داده و تبادل نظر شد.

رئیس مرکز دیپلماسی عمومی و رسانه‌ای وزارت خارجه ضمن رد همه گمانه‌زنی‌ها و مطالب منتشر شده در رسانه‌ها در این خصوص یادآور شد:

براساس نگاه راهبردی با دوستان خود، تلاش می‌کنیم رابطه خود را در

دراز مدت تعریف کرد و به همین خاطر این سند امضا شده است. با سایر

کشورهایی هم که رابطه‌دوستانه داریم براساس منافع مشترک‌و احترام متقابل چنین سندهایی را امضاکنیم.

موسوی با بیان اینکه احساس می‌کنم سند به گونه‌ای است که در آینده به‌طور کامل منتشر شود، عنوان کرد: همکاری‌های سیاسی، اقتصادی و فرهنگی ... در این سند پیش‌بینی شده که پس از نهایی شدن منتشر می‌شود. طبیعی است که همکاری‌های راهبردی ایران و چین دشمنانی داشته باشند که دست‌به‌فضاسازی بزنند. اما این سند افتخارآمیز و به‌نفع‌روابط راهبردی دو کشور است.

### ۱

دبیرکل حزب توسعه ملی ایران اسلامی با بیان اینکه منتقدان برای سیاست تنش‌زدایی دولت تبدیلی ندارند، حل مسائل کشور را بدون مرآوده، همکاری بین‌المللی و سرمایه‌گذاری خارجی‌میسردانست.

«صادق نوروزی» افزود: عامل و ریشه بیشتر مشکلات کشور بر سیاست خارجی است. بدیهی است سیاست‌ها، موانع، مشکلات، حوادث طبیعی‌و غیرطبیعی‌و ضعف‌های اجرایی در ایجاد شرایط کنونی سهم خاص خود را دارند.

دبیرکل حزب‌توسعه‌ملی ایران اسلامی ادامه‌داد: منتقدان دولت معتقد به حل نکردن مشکلات و برقراری روابط با دیگر کشورها هستند که پیگیری این رویکرد هیچ عایدی برای کشور به‌دنبال نخواهد داشت.

نوروزی با بیان اینکه در حوزه سیاست داخلی و خارجی هرگاه رئیس‌جمهوری مقابل تنش‌روها کوتاه آمد، اثر منفی داشته است، خاطرنشان کرد: گاهی رئیس‌جمهوری به‌رغم

مخالفت، در شرایطی مجبور می‌شد مقابل مخالفان کوتاه

بیاید.

وی، درباره تلاش دولت برای بهبود وضعیت اقتصادی در شرایط تحریم، اظهار کرد: عمده مسائل و مشکلات اقتصادی ما ریشه در سیاست خارجی دارد. روحانی سال ۹۲ بر مینا و پایه تقویت روابط خارجی و با شعار تنش‌زدایی از مردم رای آورد و پس از پیروزی در انتخابات، استراتژی مذاکره‌را پیش گرفت که منجر به‌توافقمه‌برنامه‌جامع اقدام مشترک (برجام) شد. امری که آثار آن با فاصله اندکی به شکل تورم تک رقمی در اقتصاد مشاهده شد، فعالیت‌های تولیدی رشد کرد و صادرات و فروش نفت سامان یافت.

این فعال اصلاح‌طلب یادآور شد: با خروج ترامپ از برجام وبازگشت تحریم‌ها شرایط به‌مرور به حالت قبل برگشت و هر چه به جلوفرقیم روابط خارجی ما با دنیا مشکلات بیشتری پیدا کرد و به همان نسبت این موضوع بر اقتصاد کشور اثر

یک‌فعال اصلاح‌طلب:

## منتقدان بدیلی برای سیاست تنش‌زدایی دولت ندارند

منتقیم‌گذاشت.

نوروزی، عدم تصویب لوایح مربوط به FATF (گروه ویژه

اقدام مالی) را یکی از عوامل بروز مشکلات اقتصادی عنوان

کرد و گفت: سیاست‌ها و رویکردهای بین‌المللی روحانی

در جهت رفع این مشکلات بود اما قاعدا متخالفان برجام

و جریانی که به دنبال تحریم و تنش‌زایی در روابط خارجی

بودند، باید با هم هماهنگ بودند و رهبری

هم حمایت کرد. این فعال اصلاح‌طلب افزود: این موضوع

نشان می‌دهد هر جا اختلاف نباشد موفقیت حاصل می

شود. در جاهایی که چون موضوع هستند. ما برخی مسائل را

قرار می‌گیرند و اختلافات شدید است، این موضع آثار منفی

خود برگرد، منظورشان این است که رئیس‌جمهوری مسیر

آن‌ها را انتخاب کند؛ یعنی نه‌مانده برجام‌را هم اجرا کند.

وی اظهار کرد: به هر حال اکنون اصولگرایان اکثریت

مجلس یازدهم‌را در اختیار دارند‌و احتمالاً تلاش می‌کنند در

۱۴۰۰ (نیمس‌جمهوری انتخاب‌شود که با آنها همسوءهمراه

باشد. به‌نظر من روش‌هایی که اصولگرایان در پیش گرفته‌اند

نتیجه‌ای برای اقتصاد و بهبود شرایط در پی نخواهد داشت.

نوروزی در بخش دیگری از سخنان خود عملکرد دولت در

مقابله‌با شیوع ویروس کرونا را قابل دفاع و موفق ارزیابی کردو

گفت: این موضوع ثابت کرد‌با هماهنگی قوا و نهادهای نتیجه

حاصل می‌شود. به نظر می‌رسد در مدیریت کرونا اختلاف

نظری میان دولت و دوجناح سیاسی کشور وجود نداشته

است. در این مقوله همه با هم هماهنگ بودند و رهبری

هم حمایت کرد. این فعال اصلاح‌طلب افزود: این موضوع

نشان می‌دهد هر جا اختلاف نباشد موفقیت حاصل می

شود. در جاهایی که چون موضوع هستند. ما برخی مسائل را

قرار می‌گیرند و اختلافات شدید است، این موضع آثار منفی

خود را در همه‌شئون مملکت به‌جامی‌گذارد. نوروزی گفت:

منتقدان انتظار دارند رئیس‌جمهوری به‌طور کامل مطابق

نظر آنان عمل کند‌و وقتی می‌گویند روحانی از سیاست‌های

خود برگردد، به این معاست که آنچه‌ما می‌گوییم عمل کند.

## سیاسی

### نکته

دولت از تکرار نیاز کشور به همدلی خسته نمی‌شود:

### راه دومی جز وحدت وجود ندارد



دولت از تکرار نیاز کشور به همدلی خسته نمی‌شود و در هر نشست و جلسه‌ای از ضرورت پایان دادن به بحث‌های بی‌پایان اما غیرکاربردی در عرصه‌های مختلف اداره کشور سخن می‌گوید و تنها راه مقابله با تروریسم اقتصادی آمریکا و ویروس پیچیده کرونا راهمدلی و وحدت همه ارکان اداره کشور می‌داند.

اعضای هیات دولت به ویژه رئیس‌جمهوری در بیشینه جلسات ماه‌های اخیر ضمن ارائه گزارش‌هایی از اقدامات در زمینه بهبود شرایط اقتصادی کشور، کمک دیگر قوا را از ملزومات موفقیت اقدامات و تلاش‌های خود می‌داند. رئیس‌جمهوری روز یکشنبه هشتم تیرماه در جلسه ستاد ملی مقابله با بیماری کرونا، ضمن بیان تازه‌ترین اقدامات و تصمیمات دولت در زمینه مبارزه با کرونا، بار دیگر از نیاز دولت به اتحاد و همدلی با سایر قوا سخن گفت. حجت الاسلام روحانی در مقام یکی از شخصیت‌های همیشه همراه نظام جمهوری اسلامی همچنین به مقایسه سختی‌های مقاطع مختلف تاریخ انقلاب اسلامی پرداخت و سه سال اخیر را هم به عنوان مقاطع دشوار در تاریخ سیاسی ایران عنوان کرد. برای گذشتن از این گردنه سخت هم خواستار اتحاد و همدلی با قوا و نهادهای دیگر و کنار گذاشتن اختلافات دانست.

♦ **وقت دعوتانست**

آگاهی از وضعیت دشوار کشور در مقابله با توطئه‌ها و تحریم‌های آمریکا و بیماری کرونا شاید یکی از مهم‌ترین دلایلی است که باعث می‌شود رئیس‌جمهوری در تازه‌ترین جلسه ستاد مقابله با کرونا و در صریح‌ترین لحن ممکن تاکید کند: «الان موقع دعوا نیست: بر فرض حتی نظری می‌دارد، الان وقت دعوی مجلس و دولت یا وقت دعوی قوه قضائیه و دولت نیست: این سه قوه امروز باید کامل متحد باشند و همکاری را براری کنند: نیروهای مسلح در کنار آن‌ها و رهبری معظم با لاسر همه. باید در کنار یکدیگر باشیم و مردم هم حضور کامل در صحنه داشته باشند.» از زمان روی کار آمدن مجلس یازدهم دولت بارها این موضوع خود را تکرار کرده است، حجت الاسلام روحانی روز افتتاحیه و سوگند نمایندگان دست دوستی به سوی وکلای ملت برای کاستن از مشکلات آنان دراز کرد. «علی‌ربعی» سخنگوی دولت دوازدهم هم بارها اعلام کرد که در صورت تمایل نمایندگان مجلس می‌تواند واقعیات اداره کشور و شرایط موجود را برای آن‌ها تشریح کند، وزرای کابینه هم بر اساس قانون و با هر بار احضار نمایندگان در بهارستان حضور یافته و با وجود عجیب‌و غیرمنطقی بودن برخی از انتقادهای حتی پرسش‌ها و جایگویی نمایندگان بودند. در برابر ام‌اشی ارتباط مجلس یازدهم با دولت دوازدهم چندان صمیمانه نبوده است و نشان بارز آن هم نامه‌رسانی کمیسیون‌های دوازده کتبه مجلس است که به هیچ‌راه حلی از دولت خواسته بودند از مسیر خود بازگرد و در سال پایانی فعالیتش تغییر اهربرد دهد اما به کدام سو، پرسش بی‌پاسخ نامه نمایندگان بود که در گره‌نشایی چنین اقداماتی در شرایط کنونی تردیدهایی به وجود می‌آورد.

بارصد نشانه‌هایی تعاملی که چندان گره‌کش؛ دولت و شخص رئیس‌جمهوری بار دیگر از همه‌قوا می‌خواهد که نوع از ارتباط خود با دولت را بازتعریف کنند. گرچه تعبیر دعوا از سوی رئیس‌جمهوری شاید برای هشدار و تبیین وضعیت موجود به کار گرفته شده باشد اما بیشترین سود را از دعوی موجود میان قوا حتی اگر در حد نامه‌های فادارهاکلی داشته باشند، دشمنان حاضر در صحنه خواهند برد که برای تضعیف ایران پای کار ثابت تحریم‌ها و تهدیدها هستند. دولت اختلاف سلیقه و نظر با دیگر قوا را به عنوان اصل مهم مردم سالاری پذیرفته است اما در شرایط کنونی اگر این اختلاف سلیقه میان قوا و موسولان، حتی میان اعضای هیات دولت یا نمایندگان مجلس به محلی برای تضعیف و نادیده گرفته‌فتن واقعیات و شعارگرایی تبدیل شود، آسیب رسان خواهد بود. اما اگر چنین اختلاف نظر و سلیقه‌ای محلی برای چاره جویی برای عبور از مشکلات کشور باشد و همدلی اصل نخست تمام توصیه‌ها و نامه‌ها و تعاملات قرار گیرد امید به عبور از مشکلات بیشتر شده و اعتماد مردم به کل سیستم ششوداری هم افزایش خواهد یافت.

♦ **سال‌های سخت ایران از ۹۹ تا ۶۰**

رئیس‌جمهوری در نشست ستاد مقابله با کرونا، به مناسبت روز هفتم تیرماه و شهادت آیت‌الله شهید «محمدبهشتی» رئیس فقید قوه قضائیه در ابتدای انقلاب اسلامی به مقایسه سال ۶۰ و سال ۹۹ که عتوان امنیت سخت از تاریخ جمهوری اسلامی گفت: «سال ۱۳۶۰ سخت‌ترین سال از لحاظ امنیتی برای ما بود. سال ۱۳۹۹ سخت‌ترین سال کشور از لحاظ فشار اقتصادی دشمن و بیماری عالمگیر بوده که این هم در تاریخ کشور ما بی‌نظیر است.» مقاطع سخت در تاریخ جمهوری اسلامی به واسطه دشواری‌های خارجی که ما پاشیده در روپا کنیم. از ترورهای ابتدای انقلاب با جنگ تحمیلی. حجت الاسلام روحانی هم از همان ابتدای شروع انقلاب با نظام و بحران‌های آن به نحوی درگیر بوده است: بر همین اساس می‌توان قیاس رئیس‌جمهوری و توضیحات وی درباره سال‌های سخت و بحرانی را مستند دانست. اگر سال ۶۰ اقدامات متفاوتان و ترورهای آنان امنیت زندگی را از مردم سلب کرد بود اکنون هم زیاده‌خواهی‌های آمریکا و هم پیمانان منطقه‌ای و فرامنطقه‌ای کاخ سفید امنیت اقتصادی و معیشتی مردم را در معرض آسیب قرار داده است. اگر در سال ۶۰ «صدام حسین» دیکتاتور عراق به مرزهای زمینی و هوایی و دریایی جمهوری اسلامی حمله کرد و تقریباً تمام کشورهای جهان از وی حمایت کردند: امروز هم «دونالد ترامپ» به مرزهای معیشتی ایرانیان حمله کرده و در تلاش است در کارزار فشاها و تحریم‌های حادترکی بتواند جامعه ایران را اهداف و آرمان‌های خود دور و مایوس کند. در این مسیر هم بسیاری از کشورها را به شیوه‌های مختلف ملحق خود ساخته است. در کنار خود را عالمگیری بیماری کووید ۱۹ هم عرصه را هم بر دولت و هم مردم تنگ کرده است. رئیس‌جمهوری در توصیف این پدیده پیچیده و بی‌سابقه گفته است: «این شرایط سخت و خطرناکی را که با آن مواجه شدیم، کمتر سراغ داشته‌ایم. سابقه نداشته که یک بیماری به این میزان روی اقتصاد، اجتماع، زندگی مردم و سیاست و روابط بین‌الملل اثر گذاشته باشد. ممکن است یک بیماری زندگی روزی بوده و خطرناک هم بوده، اما وضع اقتصادی دنیا اینگونه نبوده است.»

♦ **مقایسه ایران تحریم زده و کشورهای پیشرفته**

تداوم زندگی با تمام نداری‌های با حضور و قدرت نمایی کرونا را می‌توان از دستاوردهای غیرقابل انکار دولت در چهار ماه گذشته دانست. در شرایطی که به گفته رئیس‌جمهوری در ۳ ماه تعطیلی در سراسر دنیا ضربه عظیمی بر اقتصاد جهانی وارد شده و صادرات در ماه آوریل و می در بعضی کشورهای صنعتی، ۲۵ درصد و بعضی از کالاهای پتروشیمی ۲۹ درصد و بعضی از کالاهای مثل خودرو ۱۵ درصد کاهش پیدا کرده است؛ ایران با وجود تمام کاستنی‌ها و کم کاری‌ها، توانسته است به مبارزه خود با این ویروس ادامه دهد. حجت الاسلام روحانی دلیل این موفقیت نسبی در بحران کرونا را اینگونه بیان کرد: «خدمت ملت ایران شهادت می‌دهم هم‌مسئولانی که می‌شناسم و با آنها آشنا هستم، ۶ ماه است که حتی یک روز استراحت نکرده و پشت سر هم کار کرده و شبانه‌روز تلاش می‌کنند؛ البته معنی‌اش این نیست که همه مشکلات مردم حل شده است، بله یکسری مشکلات باقی مانده است، اما کار بزرگی شده است.» اعطای وام به مشاغل تحت فشار، بسته‌بسته معیشتی به برای ۳ میلیون خانواده، کمک‌های معیشتی برای ۱۸ میلیون خانواده و افزایش حقوق و دستمزد تمام‌توان دولت در بهبود شرایط کشور طی ماه‌های گذشته بوده است. تمام توان دولت به گفته رئیس‌جمهوری با شرایط فعلی درآمدها و منابع مالی آن همین اندازه است و میان این همه تلاش‌های به کار گرفته شده قطعاً نقاط ضعف بسیاری وجود دارد که دولت بهتر از همگان از آن مطلع است، پس اصل همیاری می‌طلبد که در کنار یادآوری این نقاط ضعف راهکاری هم برای رفع آن ارائه شود و اصل انصاف هم حکم می‌کند نقاط قوت که در کنار آن یادآوری شود.



