



استاندار قم خبرداد

تشکیل کارگروه ساماندهی مناطق کمتر برخوردار

استاندار قم از تشکیل کارگروه مشترک برای ساماندهی مناطق کمتربرخوردار استان خبر داد. بهرام سرمست در حاشیه بازدید از بافت فرسوده و سکونت‌های غیررسمی و برخورداروسکونتگاه‌های غیررسمی وسکونتگاههایی که زیر

مدیرکل انتقال خون استان قم:

جوانان قمی در اهدای خون بیشتر مشارکت کنند

جانشین قرارگاه پیشرفت و آبادانی سپاه استان قم خبرداد

ارائه کمک‌های مومنانه به ارزش ۱۱۸ میلیارد ریال در هفته بسیج

جانشین فرمانده قرارگاه پیشرفت و آبادانی سپاه علی بن ابیطالب(ع) از ارائه کمک‌های مومنانه در قالب توزیع بسته‌های معیشتی، تعمیر و بازسازی خانه‌های محرومین،

ماجرای تماس فتاح بارئیس دولت اصلاحات

شهردار منطقه چهارقم خبر داد

بهره برداری از دو پروژه مهم تفریحی وگردشگری

شهردار منطقه چهارقم از افتتاح و بهره برداری بوستان طبقاتی شهیدان زین الدین وباغ پرندگان بعنوان دو پروژه مهم تفریحی و گردشگری در روزشنبه همزمان با هفته بسیج دراین منطقه خبرداد. مهندس مهدی اصفهانیان مقدم در گفت وگویی درخصوص جزئیات پروژه بوستان شهیدان زین الدین اظهارداشت: بوستان شهیدان زین الدین که برای اولین بار در استان به صورت طبقاتی اجرا شده ، حدود ۳ هکتار مساحت دارد و بیش از ۲۲۰ میلیارد ریال در راستای تکمیل و بهره برداری از آن

رئیس شورای شهر کهک خبرداد

افزایش سرانه فضاهای تفریحی وگردشگری شهرکهک

رئیس شورای شهر کهک از افزایش سرانه فضاهای تفریحی وگردشگری این شهر خبرداد. محمد رسولی در گفت و گوی اختصاصی با روزنامه ایمان بابیان اینکه با توجه به رشد روزافزون جمعیت در شهر کهک و مهاجرت معکوس ضرورت ایجاد فضاهای تفریحی که یکی از اساسی‌ترین نیازهای شهروندان می باشد اظهارداشت :به لطف خداوند توانستیم با بهره‌گیری از توان بخش خصوصی نسبت به احداث مکان‌های تفریحی، گردشگری واحداث شش مجموعه تالار رستوران اقدام نمائیم. وی درادامه

حجت الاسلام و المسلمین محمدحسن راستگو درگذشت

خدا حافظ «عموراستگو»

فرماندار قم در راستای شناسایی سریع مبتلایان به کرونا خواستار شد

لزوم تعامل و همکاری خانواده‌ها با گروه‌های بسیجی

فرماندار قم تحقق اهداف طرح شهید سلیمانی را در گرو همکاری خانواده‌ها با گروه‌های جهادی و بسیجی در شناسایی سریع مبتلایان به کرونا در محله‌ها دانست. مرتضی حیدری در جلسه هماهنگی اجرای طرح شهید سپهبد حاج قاسم سلیمانی، اجرای کامل و دقیق این طرح را نیازمند ابتکار عمل و خلاقیت گروه‌های بسیجی و جهادی در تعامل با خانواده‌های مبتلا به کرونا که شناسایی نشده اند و یا نسبت به دستورالعمل‌های بهداشتی در محل سکونت خود توجه زیادی ندارند دانست. حیدری افزود: بدون شک بسیج با اتکا به ظرفیت جوانان و قشرهای

شهردار منطقه چهارقم خبر داد:

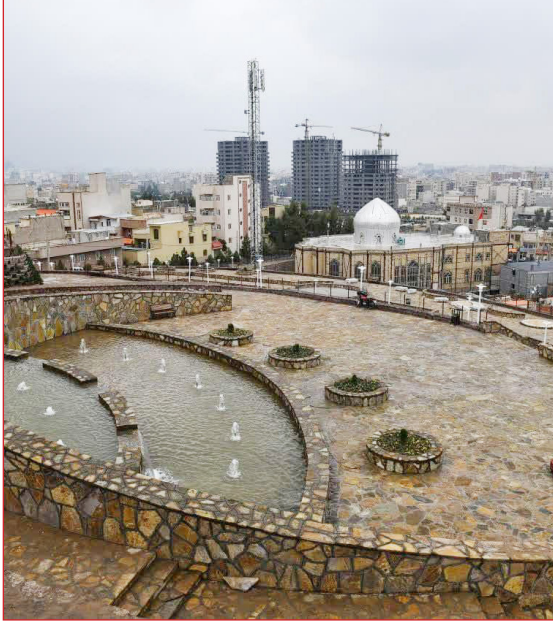
بهره برداری از دو پروژه مهم تفریحی وگردشگری



وی از برکه‌های آب در نقاط مختلف باغ پرندگان و آبشار بی نظیری که کلیت باغ را در بر می گیرد به عنوان محرک بسیار قوی جهت تلطیف فضای موجود و زیباتر شدن هرچه بیشتر منظر باغ پرندگان نام برد.

اصفهانیان مقدم دربخش دیگری از سخنان گفت : وجود بیش از ۱۰ قفس در محوطه باغ پرندگان که پرندگان شکاری و زینتی خاص در آن ها نگهداری میشوند فرصت بسیار مناسبی می باشد تا بازدید کنندگان گرمای از نزدیک با تنوع گونه ، مشخصات زیستی ، اقلیم و... این پرندگان آشنا شوند که این خود یک جنبه آموزشی باغ پرندگان محسوب می گردد.

وی در پایان ضمن تقدیر وتشکر از جناب آقای دکتر سفاتیان نژاد ، شهردار محترم قم و حمایت های همه جانبه ایشان گفت : از کلیه عوامل و پرسنل شهرداری قم علی الخصوص شهرداری منطقه چهار که این مجموعه را به سرانجام رساندند تقدیر و تشکر می گردد و امید است با همکاری و مشارکت شهروندان و همت والای همکاران شهرداری بتوانیم پروژه هایی از این قبیل را در استان اجرا نماییم . گفتنی است : باغ پرندگان در مجاورت باغ موزه دفاع مقدس ، حد فاصل میدان مفید وشهرک قدس احداث گردیده است .



شهردار منطقه چهار قم از افتتاح وبهره برداری بوستان طبقاتی شهیدان زین الدین وباغ پرندگان بعنوان دو پروژه مهم تفریحی و گردشگری در روزشنبه همزمان با هفته بسیج دراین منطقه خبرداد.

مهندس مهدی اصفهانیان مقدم در گفت وگویی درخصوص جزئیات پروژه بوستان شهیدان زین الدین اظهارداشت: بوستان شهیدان زین الدین که برای اولین بار در استان به صورت طبقاتی اجرا شده ، حدود ۳ هکتار مساحت دارد و بیش از ۲۲۰ میلیارد ریال در راستای تکمیل وبهره برداری از آن هزینه شده است .

وی افزود: نوع کاشت در این بوستان که به صورت پلکانی می باشد ، از نظر بصری جلوه زیبایی به این بوستان داده و برای اولین بار در استان اجرا گردیده است . شهردار منطقه چهار تصریح کرد : با افتتاح بوستان شهیدان زین الدین تعداد بوستان های سطح منطقه به عدد ۱۰۵ رسیده و انشالله در آینده نزدیک پروژه های فضای سبز دیگر از جمله بوستان ۱۰۰۰ هکتاری ، بوستان کوهسار و... به این عدد اضافه می گردد . مهندس مقدم خاطرنشان کرد : تمام تلاش مدیریت شهری بر آن است تا در کنار خدمات دیگری که به شهروندان ارائه می گردد ، بتوانیم سرانه مطلوب و استاندارد فضای سبز در راستای ارتقاء کیفیت محیط زیست شهری را برای شهروندان محترم ایجاد کنیم .

♦ جزئیات پروژه باغ پرندگان استان قم

شهردار منطقه چهار قم دربخش دیگری ازسخنان خوددرخصوص جزئیات پروژه باغ پرندگان گفت : وسعت باغ پرندگان بیش از ۷ هکتار می باشد و اعتباری بیش از ۳۲۰ میلیارد ریال در این پروژه بزرگ هزینه گردیده است .

مهندس مقدم بیان داشت: تنوع گونه های گیاهی و پرندگان این باغ فرصت گشت و گذار در این مجموعه را برای شهروندان محترم و زائرین و مجاورین شهر کریمه اهل بیت (سلام ...) افرامها ساخته است .

وی این پروژه را یک پروژه فرا شهری نام برد و افزود : امید است با بهره برداری از این مجموعه منحصر به فرد بتوانیم نقش به سزایی در توسعه شهری و گذران اوقات شهروندان محترم و گردشگران افرامهم آوریم .

شهردار منطقه چهار قم تصریح کرد: سوله ای که در این باغ وجود دارد به نوعی این مجموعه را از مجموعه های مشابه متمایز می سازد و وجود گیاهان و پرندگان حاره ای و گرمسیری در آن چشم هر بیننده ای را نوازش می دهد.

مقدم از دیگر امکانات این مجموعه را مسیر پیاده روی و تندرستی در کل باغ عنوان کرد خاطرنشان کرد: این فضا به گونه ای طراحی شده که در سراسر مسیر چشم اندازهای زیبایی از فضای سبز محیطی و کلیت باغ به چشم میخورد.



سرمقاله

خطر بی تفاوتی مردم را جدی بگیریم!



چه مردم اعتراضات و دغدغه‌های خود را از طریق شورش عنوان کنند و به خیابان‌ها بریزند و چه بخاطر سببشهالبدین‌چاوشی* عدم تعهد و دلسوزی مسئولان در رسیدگی به مشکلات جامعه، مردم به ورطه‌ی بی‌تفاوتی متمایل شوند، هر دو این جریان‌ها به یک اندازه برای امنیت ملی و آینده‌ی کشور نگران کننده است. انتخاباتی که در سال گذشته برای تشکیل مجلس جدید برگزار شد نسبت به انتخابات دوره‌ی قبلی مجلس، با افت شدید استقبال عمومی مواجه شد به طوری که یکی از ضعیف‌ترین انتخابات‌های کشور پس از انقلاب را شاهد بودیم و این رخداد نمونه‌ی بارزی از بی‌علاقه‌گی و بی‌اهمیت شدن سرنوشت کشور برای مردم است و اینجاست که العالف بالاشاره نمود واقعی پیدا می‌کند. صرف‌نظر از دلایل این واکنش مهم اجتماعی، باید بدانیم امروز اگر همه‌ی عوامل بی‌تفاوتی و قهر مردم از حاکمیت، انتخابات و مشارکت سیاسی را مرتفع نکنیم کشور و نظام با توجه به انتخابات حداکثری در آمریکا، در وضعیت شکننده‌ای قرار خواهد گرفت. برای سیاست‌پن شناسایی موانع حضور و مشارکت و عدم جنب و جوش مردم کار چندان دشواری نیست بنابراین عافالنه است مجموعه حاکمیت به موقع و پیش از آنکه فرصت‌ها تلف شود توصیه‌ها و نگرانی‌ها را جدی بگیرد. در دوره‌ی نوجوانی وقتی اصول عقاید می‌خواندیم در اثبات دلایل معاد مثال می‌زدند، که اگر کودکی نابالغ به ما بگوید عقریبه در لباس‌مان پنهان شده، سریع جابه‌جا می‌شویم و همه‌جا را می‌گردیم تا مبدا خطری جان شربین ما را تهدید کند. مسئولان نیز باید از آگاهان و دلسوزان کشور حرفه‌ایی را که در مسئولیت‌ها کمتر شنیدیم می‌شود، حداقل در حد هشدار کودکی نابالغ، بشنوند و ن‌گذارند مردم به سمت بی‌تفاوتی نسبت به سرنوشت خود و کشورشان کشیده شوند، جامعه در وضعیت کنونی ایستن حوادث تلخی است و این بی‌تفاوتی‌ها و بی‌رغبتی‌ها از سوی مردم اشاراتی از وقوع مخاطرات جدی است که باید هر چه سریع‌تر و قبل از وقوعی سهمگین مورد توجه قرار گیرد. نگذارید دشمنان ایران شادمان شوند، تک‌تک ایرانی‌ها سرمایه زوال‌ناپذیر این کشور هستند و حاکمیت باید گوش‌های خود را برای شنیدن دغدغه‌ها و نگرانی‌های به ظاهر خاموش و خفته، تیزتر کند. عمیق‌تر شدن فاصله طبقاتی، شکسته شدن و انقراض طبقه متوسط و ضعیف در جامعه، خطر اصطکاک میان نیروهای جوان بیکار و فاقد امید به آینده را با افشار مرفه افزایش داده است. اگر دو قطبی اقتصادی هم به دو قطبی سیاسی اجتماعی افزوده گردد، اوضاع دشوارتری در پیش رو خواهد بود. نهادهای تصمیم‌گیر همچون دولت، مجلس، دستگاه قضایی، سپاه و بسیج همه امروز در کنار هم باید به صورت ریشه‌ای و عاجل چاره‌جویی کنند و کشور را از فرو رفتن در باتلاق فرسودگی و بی‌تفاوتی خارج کنند. ضمن اینکه توجه داشته باشیم ترامپ مار زخم‌خورده‌ای است که هنوز برای ترک کاخ سفید چند ماه فرصت دارد و ممکن است در ایام باقیمانده مشکلات جدیدی را با استفاده از هم‌مسکلمان و هم‌فکران داخلی خود برای کشور به وجود آورد، اما باید توجه داشت که زیر نظر داشتن و دقت در شرایط بین‌المللی نیاید به بهای غفلت از وضعیت نابسامان مردم در همه حوزه‌ها به ویژه مسائل معیشتی، اقتصادی و اجتماعی تمام شود و امیدواریم در صحنه بین‌المللی اقدامات سنسجیده ترامپ عامل فروپاشی امپریالیسم در جهان و رهایی بشریت از ستمگری‌های این نظام سلطه‌گر باشد.

خبر

هاشمی طباطبائی

توهین‌ها به ظریف، عقده‌گشایی است

نامزد دوازدهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری با تاکید بر اینکه با آغاز به کار جوبایدن در کاخ سفید، هیچ چیز تغییر نخواهد کرد، دلیل تندروی‌های اخیر نسبت به وزیر امورخارجه را عقده‌گشایی دانست.

سید مصطفی هاشمی طباطبائی در خصوص برخی گمانه‌زنی‌های داخلی مبنی بر بهبود شرایط بعد از حضور بایدن در کاخ سفید، گفت: با آمدن بایدن چیزی تغییر نخواهد کرد. تصور کنیم آقای بایدن بخواهد با شرط و شروط به پر جام بازگردد که البته پیش‌تر هم شرط‌هایی را مطرح کرده است اما شرط‌های او بی‌دینفعتی نیست.

اخبار

حجت الاسلام و المسلمین محمدحسن راستگو درگذشت

خدا حافظ «عموراستگو»

حجت الاسلام والمسلمین محمد حسن راستگو از استاید حوزه علمیه و فعال در زمینه تربیت مربی و کارشناس مسائل دینی به خصوص کودک و نوجوان درگذشت.

حجت‌الاسلام والمسلمین شیخ محمدحسن راستگو مدیر مرکز آموزش مربی کودکان و نوجوانان دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم بود که پس از سال‌ها تدریس و تبلیغ دین مجین اسلام به شیوه‌ای جذاب و پرنشاط سحرگاه امروز دعوت حق را لبیک گفت.

وی ۳۵ سال با اجرای شاد و پرنشاطش در تلویزیون سبب شده بود کودکان و نوجوانان زیادی پای آموزش این روحانی معلم قرار گیرند.

این روحانی خوش اخلاق در سال ۱۳۳۲ در مشهد به دنیا آمد و صبح روز دوم آذر ۱۳۹۹ در سن ۶۷ سالگی بر اثر عارضه مغزی دعوت حق را لبیک گفت. حجت الاسلام و المسلمین راستگو با شیوه‌های جدید و جذاب

سالیان سال در رسانه ملی به تعلیم و تربیت می‌پرداخت.

نوآوری در شیوه تدریس و اجرای همراه با شادی و نشاط آقای راستگو سبب شده بود که کودکان و نوجوانان زیادی پای آموزش این روحانی معلم قرار بگیرند حجت الاسلام و المسلمین راستگو سال‌ها مدیریت مرکز مربی کودکان در حوزه علمیه و همچنین به مدت ۳۵ سال اجرای برنامه‌های متعدد تلویزیونی برای کودکان را برعهده داشت.

وی پس از تحصیل علوم حوزوی تا خارج فقه و اصول به فعالیت در زمینه کلاس‌های ویژه کودکان و برایای اردو پرداخت و در ده‌ها کشور آسیایی، آفریقایی و اروپایی اجرای برنامه کرده بود.

مسئول دفتر مرحوم راستگو:

پیکر مرحوم راستگو بعد از تشییع در قم، به مشهد منتقل می‌شود
پیکر مرحوم حجت‌الاسلام محمدحسن راستگو مشهور به «عموراستگو» از مجریان و مربیان حوزه تعلیم و تربیت، دوشنبه ظهر بعد از تشییع در شهر مقدس قم و برای تدفین به مشهد مقدس انتقال داده خواهد شد.

مسئول دفتر مرحوم راستگو با اعلام این خبر با بیان اینکه ارتحال مرحوم راستگو به دلیل سکنه مغزی بوده و ایشان به کرونا مبتلا نشدند، گفت: ایشان چندبار سابقه سکنه مغزی داشتند و متأسفانه بامداد روزیکشنبه نیز به دلیل همین عارضه دارفانی را وداع گفت. حجت الاسلام محمدرضا میرزایی افزود: روز دوشنبه حدود ساعت ۱۱ پیکر مرحوم راستگو از بهشت معصومه قم جهت تشییع به حرم مطهر حضرت فاطمه معصومه (س) منتقل و برای تدفین به مشهد مقدس انتقال داده خواهد شد. وی ادامه داد: به احتمال زیاد به دلیل شیوع بیماری کرونا، مراسم تشییع به صورت عمومی نخواهد بود و در این زمینه اطلاع رسانی خواهد شد.

در چهل و سومین دوره مسابقات سراسری قرآن کریم:

بانوان قمی در رشته دعاخوانی و قرائت تحقیق دورتبه برتر کسب کردند

رئیس اداره امور قرآنی اوقاف استان قم گفت: چهل و سومین دوره مسابقات سراسری قرآن کریم در بخش خواهران با کسب دو رتبه برتر برای نمایندگان قم همراه بود. سید محمد صالح‌نژاد صبح یکشنبه در گفتگو با خبرنگاران با بیان اینکه نمایندگان استان قم در بخش خواهران صاحب دو رتبه برتر در چهل و سومین دوره مسابقات سراسری قرآن کریم شدند، گفت: مرحله نهایی این دوره از مسابقات امسال به خاطر شیوع کرونا در دو بخش خواهران و برادران به صورت غیر حضوری به انجام رسید و بیش از این قرار بود به میزبانی تهران برگزار شود. وی با اشاره به اینکه بخش خواهران هم به صورت ویدئوکنفرانس تدارک دیده شد، ادامه داد: پنج نفر از خواهران قمی در این مرحله حضور داشتند که پس از ارزیابی داوران، رأی نهایی در بخش خواهران اعلام شده و شاهد درخشش دو نماینده استان قم و کسب رتبه‌های برتر توسط آنها بودیم.

یادداشت

به مناسبت درگذشت عموراستگوی نسل دهه ۶۰:

«راستگو» یک مکتب بود



*محمدعلی ابطخی

دیروز روز تلخی بود. خبر درگشت محمد حسن راستگو برای هر کسی یک معنایی داشت. بچه های دهه شصت و حتی هفتاد او را مجری تلویزیون می دیدند . آخوند کوتاه قدی که روی صفحه تلویزیون ظاهر می شد و برنامه کودک اجرا می کرد. با هر دو دست روی تخته سیاه می نوشت. شعر می خواند. در همه برنامه هایش نقش روحانیت خود را هم فراموش نمی کرد و در پایان پندی، نصیحتی می داد. بعضی که آشنا تر بودند شخصیت ذاتی او را می شناختند. آدم درس خوانده ای در تحصیلات حوزوی بود. حدودا یکسال قبل از من طلبه شده بود. ادبیات عرب را در سن ده سالگی پیش او خواندم. در منزل و مدرسه پدرم. آدم به شدت پایبندی به مبانی فکری اش بود. جزو شاگردان مکتب و نهضت امام خمینی بود. اهل سفر های زیاد بود. در او ان انقلاب پر حرارت بود و پر فعالیت. متواضع بود. با همه شهرت و ناموری که داشت و با اینکه تقریبا تا همین اواخر یک سره در شهرستانها برای سخنرانی و اجرای برنامه می رفت، زندگی بسیار ساده ای داشت. خیلی ساده تر از تصور سادگی. به زی طلبگی و به مبانی طلبگی اصیل خیلی باور داشت. در گذر زمان ارزشهایش را تغییر نداد. مقاومت عجیبی داشت. ...اما من قدیمی ترین دوستم را از دست دادم. بچه بودیم. ۶ سال از من بزرگتر بود. مدتی همسایه بودیم. پدر نا زبنی داشت که امام جماعت محله آبکوه بود. با پدرم و تعدادی از هم دوره ها در حدود سهالهای پنجاه و چهار سفری رفتیم. همان موقع یک خودکار خریده بود که ۲۰ تا رنگ داشت. در تربیت کودکان آن دوره نقش زیادی داشت. پایه گذار کارهای دینی برای کودکان بود. به تلویزیون که رفت، روش خودش را برد. این در حوزه ها بعدا تبدیل به یک مکتب شد، که واقعا راستگو پایه گذارش بود. روحانی ای که دین و مذهب را به کودکان با زبان کودکانه خودشان می آموخت.

در حوزه و در دفتر تبلیغات واحد کودکان درست کردند که راستگوروشش را آموزش دهد.

شاگردانش به اندازه او گل نکردند. خیلی هایین را کسرشان روحانیت می دانستند اما راستگو تا آخر در این روش از خود گذشتگی کرد. به ظاهر سیاسی نبود ولی اندیشه مترقی ومدنی و قابل احترامی داشت. خدا رحمتش کند که دلهای کودکان را در ایام غمبار جنگ و غصه ها شاد می کرد. به خانواده اش و دوستانش و شاگردانش تسلیت میگویم.

اخبار

مدیرکل بقاع متبرکه سازمان اوقاف:

تربت خانه بقاع متبرکه تا اطلاع ثانوی بسته است

مدیرکل بقاع متبرکه و اماکن مذهبی سازمان اوقاف و امور خیریه گفت: با تأکید ستاد ملی مقابله با کرونا و با هدف جلوگیری از گسترش بیماری کرونا تا صدور مجوز بازگشایی از سوی این ستاد، تربت‌خانه‌های بقاع متبرکه سراسر کشور تا اطلاع ثانوی بسته خواهد بود.

حجت الاسلام والمسلمین محمد نوروزپور افزود: البته با توجه به دستورالعمل صادره سازمان اوقاف و بهیئت امنای بقاع متبرکه سراسر کشور، درهای صحن بقاع با رعایت پروتکل های بهداشتی برای ادای احترام مردم به امام زادگان باز هستند. تربت خانه به مکانی گفته می شود که ضریح مطهر امامزادگان قرار دارد. وی با تأکید بر اینکه مردم در کمترین زمان ممکن باید پس از ورود به صحن و ادای احترام به امامزادگان محل صحن بقاع را ترک کنند، اظهار داشت: بر همین اساس برگزاری هرگونه تجمعات اجتماعی از قبیل نماز جماعت، مراسم عزاداری و غیره در بقاع متبرکه ممنوع است. نوروزپور تصریح کرد: البته برای بهره‌مندی معنوی، مردم می توانند برنامه‌های فرهنگی در فرهنگهای اجتماعی در دو هزار بقعه‌فعال را از طریق فضای مجازی و صدا و سیماي مراکز استان ها پیگیری کنند. مدیرکل بقاع متبرکه سازمان اوقاف اظهار داشت: در این میان به هیئت امنای بقاع متبرکه سراسر کشور اعلام‌شده برای هرگونه اقدامی با ستاد ملی مقابله با کرونا در مراکز استان ها هماهنگی های لازم را به انجام برسانند. وی با تأکید بر اینکه برای مقابله با بیماری کرونا و کمک به هموطنان گرانقدر ۲۷۰ کارگاه در زمینه تولید ماسک در ۲۷۰ آمازده شاخص با همیاری گروه های جهادی فعالیت دارند، افزود: تاکنون تعداد۱۵ میلیون ماسک تولید و بین مراکز درمانی به خصوص بیمارستان ها و نیز مناطق محروم حاشیه شهرها توزیع شده و این روند همچنان ادامه خواهد داشت.

سخنگوی وزارت بهداشت:

کرونا جان ۴۷۵ نفر دیگر را در ایران گرفت

سخنگوی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: با فوت ۴۷۵ بیمار دیگر از مبتلایان قطعی به کرونا در ۲۴ ساعت گذشته، شمار جانباختگان قطعی بیماری کووید۱۹ در کشور به ۴۴ هزار و ۸۰۲ نفر رسید و ۲۷ استان همچنان در وضعیت قرمز کرونահستند.

سبما سادات لاری روز یکشنبه با اعلام آخرین آمار مبتلایان و جانباختگان کرونا در ایران افزود: در ۲۴ ساعت گذشته تا ظهر امروز (دوم آذر ۱۳۹۹) بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی، ۱۲ هزار و ۵۳ بیمار جدید مبتلا به کووید ۱۹ در کشور شناسایی شد و دو هزار و ۱۶۰ نفر بستری شدند. با این حساب، مجموع بیماران کووید۱۹ در کشور به ۸۵۴ هزار و ۳۶۱ نفر رسید.
سخنگوی وزارت بهداشت گفت: خوشبختانه تاکنون ۶۰۳ هزار و ۴۴۵ نفر از بیماران، بهبود یافته یا از بیمارستان‌ها ترخیص شده‌اند. همچنین ۵۷۹۶ نفر از بیماران مبتلا به کووید ۱۹ در وضعیت شدید این بیماری تحت مراقبت قرار دارند و تاکنون پنج میلیون و ۷۸۸ هزار و ۱۶ آزمایش تشخیص کووید۱۹ در کشور انجام‌شده است.
لاری گفت: استانهای تهران، اصفهان، قم، آذربایجان شرقی، خراسان جنوبی، سمنان، قزوین، لرستان، اردبیل، خوزستان، کرمانشاه، کهگیلویه و بویراحمد، گیلان، بوشهر، زنجان، ایلام، خراسان رضوی، مازندران، چهارمحال و بختیاری، البرز، آذربایجان غربی، مرکزی، کرمان، خراسان شمالی به ۸۵۸ یزد و کردستان در وضعیت قرمز قرار دارند و استانهای هرمزگان، فارس، گلستان و سیستان و بلوچستان نیز در وضعیت نارنجی و زرد قرار دارند.

اسماعیل گرامی مقدم:

نگران اجماع اصلاح طلبان نیستیم

سخنگوی حزب اعتماد ملی گفت: اصلاح‌طلبان به دنبال اجماع هستند و امیدواریم تا آن موقع هم ساز و کاری برای اجماع به وجود بیاید و با انتلافی از درون جبهه اصلاحات به وجود بیاید که اصلاح‌طلبان با یک نامزد در عرصه رقابت حضور پیدا کنند؛ ما نگران اجماع اصلاح‌طلبان نیستیم. اسماعیل گرامی مقدم، سخنگوی حزب اعتماد ملی در خصوص گزینه‌های نام‌برده شده توسط محسن هاشمی برای انتخابات، ۱۴۰۰ گفت: این ۱۴۰ نفری که هاشمی نام‌برده است، شخصیت‌های محترم و قابل‌ی برای ریاست جمهوری بوده و حماس شخصیت‌های دیگری هم هستند که هنوز دارند سبک و سنگین می کنند، افرادی هم سراغ آنان رفتند ولی پاسخی ندادند.

فرمانده سپاه:

بسیج فرمول حل تمامی مسائل انقلاب و نظام است



فرمانده کل سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، تفکر بسیج را فاقد محدودیت جغرافیایی توصیف کرد و گفت: فرمول حل تمامی مسائل انقلاب و نظام، بسیج است، امروز بسیج یک حقیقت جاری برروی زمین است و قرآن در فرازهای زیبایی رخساره دل انگیز بسیج را ترسیم کرده است.

سردار سرلشکر پاسدار حسین سلامی صبح یکشنبه آیین تکریم و معارفه فرمانده سپاه محمد رسول‌الله (ص) تهران بزرگ در ستاد فرماندهی سپاه حضرت محمد رسول الله با اشاره به رویکرد معنوی محور و خالصانه بسیج در خدمت به مردم اظهارداشت: بسیجیانی که خدا را دوست دارند

و خدا نیز آنها را دوست دارد در واقع مجاهدان راه خدا هستند که در مسیر الهی با اپروری خود معامله می کنند و این‌ها از ملامت دیگران واهمه ندارند و تنها در راه خدا به‌بندگان خدمت می کنند.

فرمانده کل سپاه گفت: بسیجیان برابر دشمن تسلیم ناپذیر، مستحکم و شکست ناپذیرند اما برابر مومنان رؤف، رحیم، خدوم و متواضع و در سیمای نورانی‌شان آثار عبادت مشهود است.

سردار سلامی ادامه داد: تاریخ در طول ۴۱ سال گذشته اثبات کرده است که بسیج همواره فرشته نجات ملت در هر سختی به ظاهر غیر قابل عبوری بوده است؛ تفکری است که بن بست‌ها را می شکند و برای جهاد در راه خدا راه را ها می گشاید، بسیج بر غیر ممکن غلبه می کند و معادله سیطره بر کفار را تنظیم می کند.

وی افزود: بسیج در همه مخاطرات در قلب خطر برای ملت همچون کوه آرمانش است بسیج موجب اعتماد به نفس ملت است و بسیج بر اصل تکل پای بند است بسیج دارای اندیشه جاری و سیال و پیش رونده است که محدود به جغرافیای خاصی نمی شود امروز گفتمان بسیج در یمن، لبنان، سوریه و عراق تکثیر شده است و تا آمریکای لاتین و قسمت هایی از آفریقا پیشرفته است.

♦ **امروز بسیج نقطه اتکا، اعتماد و آرامش**

درونی مردم است

فرمانده کل سپاه با اشاره به قرار گرفتن در هفته بسیج گفت: این روزها، روزهای تکریم مجاهدان خستگی ناپذیر بسیجی است که هر جا قدرت‌های بزرگ در برابر اسلام صف‌آرایی کردند آنها در برابرشان ایستادند و شمشیر زدن‌و سر پنجه‌های آنان را قطع کردند و از شکوه ظاهری دشمنان و امپراطوری های به‌ظاهر بزرگ ترسیدند. وی با اشاره به خدمات بی‌شائبه بسیج در مواقع بحرانی، خاطر نشان کرد:

ملت است، شخصیتی است که جامعه را در تراز تفکر و آرزو به اهداف والا می‌رساند.

سردار سلامی گفت: عامل دیگر مکتب اسلام است که رهبری آن را تعلیم می دهد، مکتبی که معلم جهاد و مروج روح شهادت است و این دو عامل سبب شکست‌ناپذیری یک ملت هستند و تبیین کننده این پیام‌های که ملتی که شهادت دارد قطعاً اسارت ندارد، جهاد عامل نجات، رمز سرافرازی و شهادت عامل شکست‌ناپذیری است.

♦ **بسیج پیشانی و خط مقدم مقابله با مستکبران جهان است**

فرمانده کل سپاه گفت: امروز بسیج پیشانی و خط مقدم مقابله با مستکبران جهان است و هر جا که دشمن قد علم کرد، تفکر بسیجی بدون محدودیت جغرافیایی برابر آن ایستادند و از حیثیت و ناموس مسلمانان بدون توجه به محدودیت های جغرافیایی دفاع کردند و همین وسعت و عرصه تفکر بسیجی عامل فرسایش و زوال دشمن شده است.

سردار سلامی تأکید کرد: امروز وقتی که جبهه مقابله با کفار می‌تگریم در می‌یابیم که چقدر پیشانی این جبهه وسیع شده است هر جا که مستکبران آمده‌اند با یاوران ولی امر در مقابلشان حاضر شدند و از حیثیت و ناموس مسلمانان بدون توجه به محدودیت های جغرافیایی دفاع کردند و همین وسعت و عرصه نبرد امروز عامل فرسایش و زوال دشمن شده است.

سردار سلامی گفت: سپاه حضرت محمد رسول الله که به نام این پیامبر عظیم الشان مزین است امروز به واسطه شهادتی که تقدیم انقلاب اسلامی سپاه حضرت محمد رسول الله با اشاره به رویکرد معنوی محور و خالصانه بسیج در خدمت به مردم اظهارداشت: بسیجیانی که خدا را دوست دارند و خدا نیز آنها را دوست دارد در واقع مجاهدان راه خدا هستند که در مسیر الهی با اپروری خود معامله می کنند و این‌ها از ملامت دیگران واهمه ندارند و تنها در راه خدا به‌بندگان خدمت می کنند.

فرمانده کل سپاه گفت: بسیجیان برابر دشمن تسلیم ناپذیر، مستحکم و شکست ناپذیرند اما برابر مومنان رؤف، رحیم، خدوم و متواضع و در سیمای نورانی‌شان آثار عبادت مشهود است.

سردار سلامی ادامه داد: تاریخ در طول ۴۱ سال گذشته اثبات کرده است که بسیج همواره فرشته نجات ملت در هر سختی به ظاهر غیر قابل عبوری بوده است؛ تفکری است که بن بست‌ها را می شکند و برای جهاد در راه خدا راه را ها می گشاید، بسیج بر غیر ممکن غلبه می کند و معادله سیطره بر کفار را تنظیم می کند.

وی گفت: امروز ما برای اینکه بتوانیم در برابر این همه قدرت ایستاده شده که برای تسلط بر جهان

متراکم شده‌اند بایدبستیم باید خطی از یک مقاومت گسترده و پایان ناپذیر در برابرشان ترسیم می‌کردیم تا بدین واسطه قدرت استکباری آنان را فرسوده کنیم و استخوان هایشان را پوک و اندیشه شان را باطل و آرزوهایشان را از بین ببریم.

سردار سلامی افزود: این کار بزرگ به واسطه بسیج و اشاعه تفکر بسیجی انجام شد و اگر این

فکرت و پیروزی‌های مستمر به دست آمد به واسطه همین تفکر بود و این مساله نیز به برکت چند عامل تحقق یافته است که مهمترین آن بهره گیری از رهبری حکیم با حکمت بالغه الهی، سنت ششاس، خدائشاس، و ارسته و ارسته به فضایل، ژرف اندیش دشمن شناس با روحی نافذ و کلامی طبیب و عملی صالح بوده که سکان انقلاب اسلامی را بعد از امام در دست گرفته‌است.

وی ادامه داد: هر ملتی که در نعمت رهبری حکیم، شجاع و مدبر بر خوردار باشد هرگز شکست نخواهد خورد چرا که شخصیت هر ملتی بازتاب هویت رهبرش است، چرا که رهبر روح تکثیر شونده در میان

سخنگوی وزارت خارجه:

چندصدایی در سیاست خارجی نداریم

سخنگوی وزارت امور خارجه گفت: ما سیاست خارجی این جناح و آن جناح نداریم، صداهای مختلفی در کشور هست و این چند صدایی شکوه ایران است اما

در سیاست خار جی دقیق و واحد عمل می کنیم.

سعید خطیب زاده صبح روز یکشنبه در نشست مطبوعاتی خود با رسانه های داخلی و خارجی در پاسخ به سوالی مبنی بر اینکه یکی از نکات مهم و مورد بحث در حال حاضر آینده روابط ایران و امریکاست و این موضوع مطرح است که امکان گفت وگو بین ایران و پایمن وجود دارد اما جناح اولگرا در ایران چنین چیزی را مردود می داند و علاقه ندارد که چنین موضوعی از سوی دولت کنونی انجام شود، اظهار کرد: اول از همه باید خدمت شما عرض کنم که سیاست خارجی امری جناحی نیست و در واقع ما سیاست خارجی جمهوری اسلامی ایران را داریم، مثل بسیاری از کشورهای با سابقه در ایران نیز صداهای متعددی وجود دارد و شکوه ایران در چند صدایی بودن آن است و البته شکوه سیاست خارجی می مان نیز در تک صدایی بودن آن است. ما در سیاست خار جی تک صد او واحد عمل می کنیم. وی با بیان اینکه مطمئن نیستم که این جناح بندی هایی که شما اشاره کردید دقیق باشد ، تصریح کرد: سیاست خارجی جمهوری اسلامی ایران امری حاکمیتی است و این سیاست بر اساس منافع ملی کشور تنظیم و اعلام می شود. این دیپلمات ارشد کشورمان خاطرنشان کرد: آینده روابط ایران آمریکا آینده ساده ای نیست چون آمریکا در طول ۴۰ سال گذشته جنایت های متعدد و مکرری را علیه ایران انجام داده است و لیست این جنایت ها طولانی است. از جمله جنایت هایی که در همکاری با صامد در جنگ تحمیلی علیه ملت ایران انجام داد و در سال های اخیر نیز با تحریم ها و جنگ اقتصادی مشکلاتی را برای مردم ایران از جمله در زمینه دارو و غذا ایجاد کرد که این نیز جنایت بزرگی است. در کنار این جنایت ها دولت آمریکا جنایت های خاصی نیز انجام داده است، از جمله ترور سردار شهید قاسم سلیمانی.

وی با بیان اینکه لیست این جنایت ها کوچک نمی شود و ما آن را فراموش نمی کنیم، افزود: رژیم فعلی آمریکا بهتر از هر کس دیگری می داند که دیگر نمی تواند به سیاست خود خورده خود علیه ایران ادامه دهد و ما قیلا نیز گفته ایم که ایالات متحده آمریکا اگر می خواهد مسیر غلط خود را اصلاح کند چاره ای ندارد که به تعهدات خود به عنوان عضوی از جامعه ملل و به این روند بازگردد. البته همانطور که اشاره کرد م لیست جنایت های آمریکا را فراموش نمی کنیم و مطالباتی ما از آمریکا را این زمینه سر جای خودش است.

آمریکا زجر احترام به حقوق ملت ایران ندارد خطیب زاده در پاسخ به سوال دیگری در ارتباط با بازگشت احتمالی آمریکا به برجام بعد از ورود جویابین به کاخ سفید و نگاه ایران به این موضوع تصریح کرد: همان طور که شما می بینید گفتار ما دولتی در آمریکا مستقر نشود ما نمی توانیم در مورد آن اظهار نظر کنیم و آنچه که برای ما مهم است رفتار دولت امریکاست نه

دوشنبه - سوم آذرماه ۱۳۹۹ - سال بیست و سوم - شماره ۵۱۶۰

اخبار

رئیس مجلس شورای اسلامی:

طرح کمک معیشتی هر چه زودتر اجرایی شود

رئیس مجلس شورای اسلامی با تبریک هفته بسیج گفت: شجره طیبه بسیج در این سال ها بر مبنای آرمان انقلاب اسلامی خدمات بی نظیری در پیشبرد اهداف انقلاب اسلامی کرده است.

محمد باقر قالیباف در ابتدای جلسه علنی روز یکشنبه مجلس شورای اسلامی هفته بسیج را تبریک گفت و اظهار داشت: امام راحل بسیج را از میان مردم کوچه و پس کوچه‌های دورترین شهرها و روستاهای کشور پدید آوردند. بسیج چشمه جوشان انقلاب اسلامی بود و نشان داد که چگونه انقلاب اسلامی با تکیه بر مردم و استفاده از ظرفیت همه مردم به خصوص مستضعفین و پابرهنگان و محرومان می‌تواند تهدیدهای مختلف علیه مردم را خنثی کند. محرومیت‌زدایی وسیع سال‌های پس از انقلاب را محقق سازد و بر مشکلات فائق آید. قالیباف بیان داشت: امروز جوانان انقلابی متخصص، متعهد، خوشفکر و خلاق در بسیج توانسته‌اند در همه عرصه‌های فرهنگی، اجتماعی، دانش بنیان، فضای مجازی و جهادی بارهای زیادی را از دوش حاکمیت بردارند و در فعالیت‌های اخیر خود به طور منسجم و تشکیلاتی با ایجاد هسته‌های مساله‌محور ظرفیت‌های مردمی را در مسیری جدید برای حل مسائل مردم قرار داده‌اند. رئیس مجلس شورای اسلامی اظهار داشت: این حرکت آغازگر فعالیتی است که در آن جوانان سراسر کشور حل معضل ریشه‌دار سوم‌مدیریت و انفعال مدیریتی را هدف قرار خواهند داد. وی افزود: مشکلات کشور پیچیده است و برای حل آنها باید به ریشه مشکلات نظیر نظام پروراسی، سوم‌مدیریت، فقر و تبعیض پرداخت اما این نباید باعث شود از پیگیری مشکلات روزمره مردم باز بمانیم. قالیباف تأکید کرد: ما هم در مجلس هر دو رویکرد را مدنظر قرار دادیم و برای حل مشکلات ریشه‌ای به اصلاح ساختار بودجه، اصلاح نظام بانکی، طرح شفافیت و رفع قوانین زائد پرداختیم و در مشکلات روزمره نیز مسائلی از قبیل بورس، مسکن و نظارت بر اجرای پروژه‌های نیمه‌تمام را در دستورکار قرار دادیم. رئیس مجلس شورای اسلامی اظهار داشت: در این مقطع نیز با توجه به گرانی‌ها، شرایط کرونا و سایر مشکلات به دنبال طرح معیشت بودیم. برخی در کشور به دنبال برچسب سیاسی زدن به این قانون هستند، اما این واقعیت امروز جامعه ماست که به دلیل افزایش ناگهانی‌های به این وضع رسیده‌ایم و باید برای مشکلات روزمره مردم هم راه حل داشت. وی افزود: خوشحالیم که دولت هم بعد از مدتی به همین نتیجه رسید و امیدواریم با استفاده از فرصت قانون حمایت معیشتی از مردم، به کمک مردم بیایند. قالیباف خاطرنشان کرد: جلب اهتمام دولت به مسئله کمک معیشتی به مردم هر چند دیر هنگام ولی نشانه خوبی است و مجلس از آن استقبال می‌کند. مهم نیست که این طرح به نام چه کسی به انجام برسد، مهم این است که این طرح هر چه زودتر اجرایی شود. باید با اجرای سریع و دقیق قانون تأخیرهای چندماهه در حمایت معیشتی از مردم را جبران کنیم. رئیس مجلس شورای اسلامی اظهار داشت: در خصوص موضوع گرانی که است که علاوه بر لزوم رعایت همه جانبه پروتکل‌ها و مقررات تعیین‌شده توسط مردم عزیز باید در سطح مدیریتی نیز اقدامات لازم برای مقابله با ویروس انجام شود.

مجتبی ذوالنوری:

هیچ فردی در مجلس مخالف برداشتن تحریم‌ها نیست

رئیس کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی تأکید کرد: پهن کردن فرش قرمز برای رئیس جمهوری جدید آمریکا هنوز زود است و باید به فکر امتیازگیری از دشمن باشیم.

حجت الاسلام «مجتبی ذوالنوری» در جلسه علنی روز یکشنبه مجلس شورای اسلامی و در تذکری شاهی مدعی شد: انتخابات آمریکا هنوز تعیین تکلیف نشده ولی دولت در حال پهن کردن قرمز برای دولت جدید آمریکا است و اگر این رویه ادامه یابد ممکن است دشمن موفق به امتیازگیری از جمهوری اسلامی شود.

رئیس کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس با تأکید بر اینکه هیچ فردی در مجلس مخالف برداشتن تحریم‌ها نیست، تصریح کرد: نباید در روند مذاکله با دشمن از موضع عجز رفتار کرد بلکه باید موضع قدرت را در برابر آمریکا پیش گرفت تا مردم متضرر نشوند. اظهارات رئیس کمیسیون امنیت ملی مجلس در حالی مطرح می‌شود که تصمیم گیری در این خصوص در سطوح عالی در کشور اتخاذ می‌شود. نماینده مردم قم با بیان اینکه دولت باید بر امتیازگیری از دشمن متمرکز شود، یادآور شد: نباید برابر دشمن از حقوق ملت عقب نشینی کرد و باید محکم برای دشمن ایستاد. «علی نیکزاد» نایب رئیس دوم مجلس شورای اسلامی در پاسخ به تذکر ذوالنوری عنوان کرد: حزب دمکرات آمریکا در گذشته بیشترین تحریم‌ها را علیه جمهوری اسلامی وضع کرد و باید طبق فرمایش رهبر معظم انقلاب ملت ایران بیشتر مقاومت کند.

اکبر ترکان:

شورای نگهبان می‌تواند مشارکت وسیع‌تری را در ۱۴۰۰ رقم بزند

«اکبر ترکان» مشاور سابق رئیس‌جمهوری به ایرنا گفت: اگر وضعیت تأیید صلاحیت‌ها مانند انتخابات مجلس یازدهم باشد، رقابتی جدی در عرصه سیاسی کشور شکل نمی‌گیرد. موضوع مشارکت مردم در انتخابات سیزدهم ریاست جمهوری و حضور جناح‌ها و جریان‌ها مختلف در این انتخابات دغدغه بسیاری از سیاسیون کشور است. در همین ارتباط، اکبر ترکان مشاور سابق دکتر روحانی بیان داشت: کیفیت انتخابات ۱۴۰۰ بستگی به نظر شورای نگهبان دارد. اگر این شورامانند انتخابات مجلس یازدهم عمل کند، فضا رقابتی نخواهد شد. شاهد بودیم که در انتخابات مجلس یازدهم، در تعداد بسیاری از حوزه‌ها، نامزدهای اصلاح‌طلبان مورد تأیید شورای نگهبان واقع نشدند و در نتیجه اصلاح‌طلبان رقابت نداشتند. ترکان گفت: در نتیجه این امر، شورای نگهبان، انتخابات مجلس یازدهم به رقابتی بین خود اصلاح‌گرایان تبدیل شد. اگر شورای نگهبان مثل انتخابات مجلس عمل کند، نتیجه‌اش هم‌مانند انتخابات مجلس می‌شود. اما اگر وضعیت تأیید صلاحیت‌ها تغییر کند و نامزدهای اصلاح‌طلبان تأیید شوند، امکان دارد وجود بر خی چهره های اصلاح طلب، موجب مشارکت وسیع‌تر مردم شود.

دستور جهانگیری به استانداران سراسر کشور:

دستگاه‌ها قبل از تأمین سر پناه نباید اقدام به تخریب کنند

معاول اول رئیس جمهور طی یی نوشتی بر گزارش تخریب خانه یک زن در بندرعباس، ضمن ابراز تأسف از وقوع این حادثه، در دستوری به استانداران سراسر کشور تأکید کرد: لازم است همه دستگاه‌های استان قبل از تأمین سرپناه مناسب برای افراد ساکن، نباید اقدام به تخریب کنند.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی معاول اول رئیس جمهوری در متن ابلاغیه اسحاق جهانگیری آمده است: متأسفانه گاهی شاهد اینگونه حوادث درناک هستیم که روح و جان انسان را از آرم می‌دهد. معاول اول رئیس جمهوری در این ابلاغیه تأکید کرد: لازم است به همه دستگاه‌های استان ابلاغ شود که قبل از تأمین سرپناه مناسب برای افراد ساکن، نباید اقدام به تخریب کنند. در ابلاغیه معاول اول رئیس جمهوری آمده است: یادآور می‌شود علاوه بر اعتبار دستگاه‌ها، ذریعاً، همه ساله سازمان بهانه وجودجه کشور، کمیت امداد امام خمینی (ره) و بنیاد مسکن انقلاب اسلامی اعتباراتی را به مسکن محرومان اختصاص می‌دهند که می‌توان از آنها استفاده کرد. در روزهای اخیر، تخریب خانه دو فرد بی بضاعت در استانهای جنوبی کشور از سوی شهرداری ها که بدون اخذ مجوزهای لازم بنا شده بود، واکنش های مخالف بسیاری را برانگیخته است.

مدیر اجرایی معاینه فنی خودروهای سبک کشور:

خودروهای بدون معاینه فنی در مناطق قرمز جریمه نمی‌شوند

مدیر اجرایی معاینه فنی خودروهای سبک کشور گفت: خودروهای بدون معاینه فنی در مناطق قرمز طی اجرای طرح منع تردد از اول تا پایان ۱۵ آذر ماه، جریمه نمی‌شوند. سعیدقیصر افزود: از ابتدای اجرای طرح محدودیت های جدید کرونا از اول تا ۱۵ آذر همه دوربین های متصل به سامانه سیمفا (سامانه یکپارچه معاینه فنی خودرویی کشور) در مناطق قرمز که خودروهای فاقد معاینه فنی را جریمه می‌کردند، قطع شده است.

توصیه‌ها و هشدارها

۱۲ کربوهیدرات برای شکمی صاف



جویک سر کوب کننده فوق العاده برای اشتها است زیرا از محتوای فیبر، بیشتر فیبر محلول، قابل توجهی برخوردار است و با کاهش کلسترول، قند خون، و افزایش احساس سیری پیوند خورده است.

اگر فکر می کنید باید تمام کربوهیدرات ها را از زندگی خود حذف کرده و یک رژیم غذایی کم یا بدون کربوهیدرات را برای کاهش وزن دنبال کنید، بهتر است کمی در این زمینه بیشتر تفکر کنید.

در شرایطی که دنبال کردن یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات برای برخی افراد که از یک سبک زندگی کم کربوهیدرات لذت می برند، می تواند عملی باشد، اما این دلیل نمی شود تا افرادی که به مصرف کربوهیدرات ها علاقه دارند خود را از مصرف آنها محروم کنند. در حقیقت، برخی کربوهیدرات ها به اندازه ای برای انسان خوب هستند که حتی می توانند به کاهش چربی شکم که هدف بسیاری از ما محسوب می شود، کمک کنند.

در ادامه فهرستی از کربوهیدرات هایی پیچیده و سرشار از فیبر ارائه شده است که می توانند به بهبود شرایط گوارش، قند خون و احساس سیری برای مدت زمانی طولانی تر کمک کنند.

•کنوبلوطی

جدا از تامین یک سوم فیبر روزانه، یک فنجان کنو بلوطی که یک ماده غذایی بسیار مغذی و شیرین محسوب می شود می تواند ۳۰ درصد از نیاز روزانه انسان به ویتامین C را نیز تامین کند.

•سیب

سیب یکی از بهترین و در دسترس ترین منابع فیبر است. مطالعه ای که در مرکز پزشکی ویک فارست باپتست انجام شد، نشان داد که هر ۱۰ گرم افزایش در فیبر محلول مصرفی روزانه با کاهش چربی شکم به میزان ۳٫۷ درصد طی پنج سال مرتبط بوده است. مطالعه ای در دانشگاه استرالیایی غربی نیز نشان داد که دارای بالاترین سطح فلاونوئیدهای آنتی اکسیدانی -یک ترکیب چربی سوز-نسبت به هر نوع دیگر سیب است.

•موز

موز می تواند به کاهش نفخ کمک کرده و منبع خوبی برای پتاسیم محسوب می شود که می تواند به از بین بردن احتباس مایع در بدن کمک کند. یک موز اندازه متوسط حاوی ۳۶ گرم کربوهیدرات های مفید است. شاخص گلیسمی پایین این میوه به معنای آن است که کربوهیدرات ها به آرامی در بدن آزاد می شوند که از جهش وافت ناگهانی قند خون جلوگیری کرده و به ریکواری عضلانی کمک می کند.

•جو

جویک سر کوب کننده فوق العاده برای اشتها است زیرا از محتوای فیبر، بیشتر فیبر محلول، قابل توجهی برخوردار است و با کاهش کلسترول، قند خون، و افزایش احساس سیری پیوند خورده است. همچنین، جو یاواید سلامت دیگری مانند کاهش التهاب و تثبیت سطوح قند خون مرتبط است.

•لوبیا سیاه

لوبیاها منبع خوبی از پروتئین و فیبر هستند و بر همین اساس از جهش ناگهانی قند خون پیشگیری کرده و بلوک های سازنده رشد عضلانی را ارائه می کنند. یک فنجان لوبیا سیاه دارای ۱۲ گرم پروتئین و ۹ گرم فیبر است. همچنین، این ماده غذایی سرشار از فولات، یکی از اعضای خانواده ویتامین B که رشد عضلانی را تحریک می کند، و مس است که تاندون ها را تقویت می کند. افزون بر این، مطالعه ای در اسپانیا نشان داد که مصرف چهار وعده در هفته لوبیاها یا حبوبات به تسریع کاهش وزن کمک می کند.

•حبوبات

عدس، نخود سبز، نخود، و لوبیاها همگی عناصری جادویی برای کاهش چربی شکم هستند. در یک مطالعه که توسط انجمن دیابت آمریکا انجام شد، مشخص شد که یک رژیم غذایی سرشار از حبوبات نسبت به رژیم غذایی که حاوی این مواد غذایی نبود، عملکرد بهتری در کاهش وزن داشت. افرادی که یک رژیم غذایی سرشار از حبوبات را مصرف کرده بودند، بهبود در سطوح کلسترول بد (LDL) و فشار خون سیستولیک خود را نیز تجربه کردند.

•کینوا

کینوا از محتوای پروتئین قابل توجهی برخوردار است و سرشار از چربی های غیر اشباع دوستدار قلب ویتامین های B است. مصرف کینوا هنگام صبح را مد نظر قرار دهید. این ماده غذایی نسبت به بیشتر غلات صبحانه پروتئین بیشتر و کربوهیدرات کمتری دارد.

•سیب زمینی شیرین

سیب زمینی شیرین را می توان شاه کربوهیدرات های کند گوارش دانست زیرا به آرامی گوارش شده و احساس سیری و انرژی را برای مدت زمان طولانی تر موجب می شود و همچنین سرشار از فیبر و مواد مغذی است که می توانند به چربی سوزی کمک کنند. مواد جادویی موجود در سیب زمینی شیرین کاروتنوئیدها، آنتی اکسیدان های B که سطوح قند خون را تثبیت کرده و مقاومت در برابر انسولین را کاهش می دهند، هستند که از تبدیل کالری ها به چربی جلوگیری می کنند. ویتامین های موجود در سیب زمینی شیرین از جمله ویتامین های A، C و B۱۲ نیز هنگام فعالیت بدنی انرژی بیشتری برای سوزاندن در اختیار شما قرار می دهند.

•آلبالو

مطالعات با حضور سوزه های حیوانی در دانشگاه میشیگان نشان داد که آلبالواز قدرت کاهش چربی شکم و تغییر در بیان ژن های چربی برخوردار است.

•نان گندم کامل

گندم کامل حاوی سه بخش دانه - پوسته، اندوخته، گیاهک - است، از این رو، تمام مواد مغذی و فیبر را در اختیار شما قرار می دهد. البته هنگام خرید باید مراقب باشید زیرا برخی محصولات حاوی شربت ذرت یا فروکتوز بالا یا تر کیبی از گندم کامل و غنی شده هستند.

•پاستای گندم کامل

همانند نان گندم کامل، شما هر سه بخش دانه، همراه با فیبر را برای تقویت احساس سیری و پیشگیری از پر خوری را به واسطه مصرف پاستای گندم کامل دریافت خواهید کرد. برای تنوع می توانید پاستای تهیه شده از عدس، نخود، لوبیا سیاه یا کینوا را امتحان کنید. همگی آنها سرشار از فیبر هستند.

•ماست

سرشار از پروتئین و پروبیوتیک ها، یک فنجان ماست می تواند به بر طرف شدن حس گرسنگی و بهبود سلامت روده، عاملی کلیدی در کاهش وزن کمک کند. همچنین، ماست سرشار از ویتامین D و کلسیم است و یکی از معدود مواد غذایی حاوی اسید لینولئیک کوزوگه است که مطالعات نشان داده اند این نوع خاص از چربی ممکن است چربی بدن را کاهش دهد. اما باید انواع درست ماست را برای بهره مندی از فواید این ماده غذایی انتخاب کنید. در همین راستا، از انتخاب ماست های طعم دار و شیرین شده پرهیز کنید. ماست های یونانی و پروبیوتیک از بهترین گزینه هایی هستند که می توانید انتخاب کنید.

بهداشت ونظافت حوله‌ها؛

چگونه بوی رطوبت حوله را از بین ببریم؟



بهترین راه برای جلوگیری از بوی نامطبوع حوله‌ها خشک کردن آن‌ها در اسرع وقت، بعد از استفاده است. همچنین، ایده آل است که آن‌ها را مرتباً تعویض کنید، زیرا تجمع رطوبت و میکروارگانیسم‌ها این مشکل را حادتر می‌کند.

با این حال، اگر شما هم با این مشکل روبرو هستید، برخی اقدامات می‌توانند به حل آن کمک کنند. به خواندن ادامه دهید زیرا ما تصمیم داریم بهترینترفندها را برای شما به اشتراک بگذاریم!

♦ آن‌ها را در سبد لباس‌های شستنی نریزد

این اشتباه را نکنید! اگر زمان شستن حوله‌ها است، سریعاً این کار را انجام دهید. انداختن آن‌ها در سبد لباسشویی و چندین روز انتظار برای شستن آن‌ها می‌تواند بوی آن‌ها را بدتر کند.

حتی اگر به‌نظر خشک هم برسند باز هم پافت‌های کثیف از قبل میکروب‌هایی دارند که بر این مشکل تأثیر می‌گذارند. علاوه بر این کثیف گذاشتن حوله‌ها برای مدت طولانی باعث می‌شود که رنگی مایل به زرد پیدا کنند.

♦ از مقدار متعادل و مناسبی از شوینده‌ها استفاده کنید

اولین توصیه‌ی ما برای از بین بردن بوی رطوبت حوله‌ها استفاده از مواد شوینده یا صابون مایع در حد متوسط است. اگر چه این محصولات تمیز کردن و ضدعفونی کردن آن‌ها را تسهیل می‌کنند؛ اما در صورت استفاده‌ی بیش از حد، پارچه‌ها را خراب می‌کنند.

همچنین وقتی باقی‌مانده‌ی صابون روی پارچه یا حوله می‌ماند، معمولاً هنگام استفاده بوی بدی پیدای می‌کند. در حقیقت، تجمع صابون دلیل از دست رفتن ظرفیت جذب حوله است.

بهترین راه برای جلوگیری از بوی نامطبوع حوله‌ها خشک کردن آن‌ها در اسرع وقت، بعد از استفاده است. همچنین، ایده آل است که آن‌ها را مرتباً تعویض کنید، زیرا تجمع رطوبت و میکروارگانیسم‌ها این مشکل را حادتر می‌کند

♦ از جوش شیرین برای رفع بوی رطوبت حوله‌ها کمک بگیرید

آیا می‌دانید هنگام شستن حوله‌هایتان می‌توانید از جوش شیرین به جای موادشوینده استفاده کنید؟

حوله‌های حمام معمولاً پس از چندین بار استفاده، بوی رطوبت می‌گیرند. خوشبختانه نکات و محصولات طبیعی وجود دارد که به از بین بردن کامل آن کمک می‌کند. برای کشف آن‌ها به خواندن این مطلب ادامه دهید!

احتمالاً شما هم حوله‌های حمامتان را دیر به دیر می‌شوید. آن هم به این دلیل که با خودتان می‌گویید وقتی از حمام بیرون می‌آید بسیار تمیز هستید و نیازی به شستشوی آن نیست. این تفکر وقتی بارها از حوله‌تان استفاده می‌کنید اما به‌ظاهر بسیار تمیز مانده‌اند، قوت می‌گیرد؛ اما خوب است بدانید بسیاری از باکتری‌ها، قارچ‌ها، ویروس‌ها و حتی عفونت و التهاب می‌توانند به وسیله‌ی همین حوله‌های به‌ظاهر تمیز منتقل شوند.

شما در هر اینچ از پوستتان حدود ۱۹ میلیون سلول و ۶۵۰ غده‌ی عرقی دارید. حدوداً ۲۰ لایه‌ی اول پوستتان سلول‌های مرده هستند که بعضی از آن‌ها طی استحمام کنده می‌شوند و اما سایر آن‌ها هنگام فرایند خشک کردن جدا شده و به حوله‌ی می‌چسبند.

♦ هر چند وقت یک بار باید حوله‌ها را شست؟

بهترین راه برای نظافت حوله‌ها این است که اجازه دهید در بین دو استفاده حتماً خشک شود و مرتباً آن‌ها را بشوید.

استاندارد شستن حوله‌های حمام معمولاً بعد از هر سه بار استفاده است که با فرض استحمام هر روزه، باید حوله حمامتان را دو روز در هفته بشوید.

ما هر روز از حوله‌ها استفاده می‌کنیم؛ چه برای حمام و چه برای خشک کردن دست و صورت‌ها؛ بنابراین، آن‌ها کثیف می‌شوند و باید مرتباً شسته شوند. حوله‌ها به دلیل تماس با پوست و رطوبت، معمولاً مکان مناسبی برای رشد قارچ‌ها و باکتری‌ها هستند. آیا می‌دانید چگونه می‌توان بوی نا و رطوبت حوله‌ای که در سرویس‌های بهداشتی خانگی بسیار رایج است از بین برد؟

هیچ‌کس دوست ندارد از حوله‌ای که بوی وحشتناکی دارد استفاده کند. به همین دلیل است که، علاوه بر شستشوی منظم آن‌ها، باید بدانیم که چگونه این بوی نامطبوع را رختنی کنیم.

در این مقاله ما چند توصیه برای شما داریم.

♦ نکاتی برای از بین بردن بوی بد حوله



متخصص تغذیه و عضو هیات علمی گروه تغذیه بالینی رژیم درمانی دانشکده تغذیه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ضمن اشاره به علل بروز دیابت نوع یک و دو، در عین حال چند توصیه تغذیه ای برای مبتلایان دیابت در دوران کرونا مطرح کرد. گلبن سهراب درباره تغذیه دیابت نوع یک گفت: شیر مادر در پیشگیری از بروز دیابت نوع یک نقش دارد و تغذیه در بروز این نوع دیابت تأثیر چندانی ندارد.

وی افزود: ۱۰ درصد موارد دیابت به دیابت، از نوع یک و ۹۰ درصد موارد مبتلا از نوع دو است که این نوع به شیوه زندگی و تغذیه ارتباط دارد. اما مهم‌ترین عامل بروز دیابت نوع دو، اضافه وزن است. چرا که عامل به وجود آورنده این نوع دیابت، مقاومت به انسولین است که در این مقاومت چاقی نقش بسزایی دارد.

این متخصص تغذیه و عضو هیات علمی گروه تغذیه بالینی رژیم درمانی دانشکده تغذیه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی بیان داشت: در صورتی که نمایه توده بدنی (شاخص اندازه گیری وزن) بیشتر باشد، مقاومت به انسولین نیز شدیدتر می شود و احتمال بروز دیابت نوع دو افزایش پیدا می کند. بنابراین توصیه می شود به افرادی که در خانواده و بستگان درجه یک، بیمار مبتلا به دیابت نوع دو دارند، سعی در حفظ وزن خود در محدوده نرمال کنند که این مورد با تغذیه صحیح و تحت نظر متخصص تغذیه باشد و فعالیت بدنی منظم طی ۵ روز هفته امکان پذیر است.

سهراب در ادامه تصریح کرد: براساس مطالعات انجام شده، تعداد زیادی از افرادی که حداقل ۵۰ درصد کربوهیدرات دریافتی شان از انواع تصفیه نشده بوده است و از گوشت های قرمز و فرآوری شده مثل سوسیس و کالباس و روغن جامد مصرف کردند در بلند مدت مبتلا به دیابت نوع دو شده اند.

وی علاوه بر کنترل وزن و فعالیت بدنی منظم، مصرف نان و غلات سیوس دار، انواع سبزی ها کلم، هویج، کرفس و ... به دلیل اثرات آنتی اکسیدانی که دارند را نقش حفاظتی در بروز دیابت نوع دو دانست.

این متخصص تغذیه و عضو هیات علمی گروه تغذیه بالینی رژیم درمانی دانشکده تغذیه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی بر مصرف مایعات به بیماران مبتلا به دیابت در دوران کرونایی تاکید کرد و گفت: این بیماران می توانند از انواع گوشت های سفید بخصوص ماهی که اثر ضد التهابی در بدن دارد، استفاده کنند و این افراد باید توجه داشته باشند که کربوهیدرات ها را از انواعی استفاده کنند که حاوی قند زیاد نباشد. سهراب افزود: بیماران مبتلا به دیابت در دوران کرونایی از دوغ رقیق بدون نمک، چای کم رنگ، آب و انواع دمنوش ها استفاده کنند و سعی کنند آب میوه را با آب مخلوط و مصرف کنند. چرا که با این روش یک دفعه حجم بالای قند وارد بدنشان نمی شود. بنابراین اعلام روابط عمومی انستیتو تحقیقات تغذیه ای و صنایع غذایی کشور، وی بر عدم مصرف قندهای ساده در دوران کرونا تاکید کرد و گفت: مصرف قندهای ساده در بدن ایجاد التهاب می کند و افرادی که قند ساده زیاد استفاده می کنند، سرعت حرکت گلبول های سفید شان کند می شود.

این متخصص تغذیه و عضو هیات علمی گروه تغذیه بالینی رژیم درمانی دانشکده تغذیه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در ادامه به شعار جهانی روز و هفته ملی دیابت: اسمال اشاره کرد و گفت: اسمال در هفته ملی دیابت به پرستاران اشاره شده است؛ چرا که در همه دنیا گفته می شود ما برای پیشگیری از دیابت نیاز به پرورش تعداد زیادی پرستار داریم تا از آموزش های صحیح بهره ببرند و این آموزش ها جهت پیشگیری از بروز عوارض دیابت به بیماران مبتلا ارائه شود. سهراب، پیشگیری از دیابت را مقدم بر درمان دانست و گفت: پرستاران می توانند با رایه آموزش به بیماران مبتلا به دیابت یاد بدهند تا این افراد چگونه بتوانند بیماری شان را کنترل کنند.

◀نباید های آنفلوآنزایی!

اینفوگرافه

نباید های آنفلوآنزایی!



* کودکان زیر ۵ سال، افراد بالای ۶۵ سال، خانم های باردار، افراد مبتلا به بیماری های مزمن ، افراد دچار نقص ایمنی بدن، مبتلایان به آسم، بیماران قلبی و دیابتی ها



اخبار

رئیس سازمان نظام مهندسی ساختمان استان قم خبرداد

واگذاری برخی از خدمات نظام مهندسی به‌دفاتر پیشخوان

رئیس سازمان نظام مهندسی ساختمان استان قم گفت: برخی از خدمات این سازمان برای جلوگیری از شیوع ویروس کرونا و تسهیل امور به دفاتر پیشخوان دولت در سطح استان واگذار شده است.

امین مقومی در این خصوص بیان کرد: این سازمان در راستای اجرای تصویب نامه هیات وزیران در خصوص برون سپاری بخشی از خدمات اداری به منظور دسترسی آسان تر اقبالر جامعه، ارائه مناسب تر خدمات و تکريم مراجعان و همچنین با توجه به شرایط قرمز استان در زمینه ویروس کرونا جهت پیشگیری از انتقال این بیماری و حفظ سلامت مراجعان، تصمیم گرفت تا برخی از خدمات در حوزه نظام مهندسی ساختمان را به دفاتر پیشخوان دولت و بخش عمومی استان قم واگذار کند.

وی افزود: در این راستا تفاهمنامه همکاری بین سازمان نظام مهندسی ساختمان استان و انجمن صنفی دفاتر پیشخوان خدمات دولت و بخش عمومی غیر دولتی قم منعقد شد و این خدمات از ابتدای آذرماه در ۲۰ دفتر منتخب پیشخوان دولت ارائه می شود که در هفته های آتی نیز بر تعداد این دفاتر افزوده خواهد شد و تمامی استان تحت پوشش قرار می گیرد که اسامی و نشانی این دفاتر منتخب در سایت سازمان به نشانی **www.nezamqom.ir** قابل مشاهده است.

رئیس سازمان نظام مهندسی ساختمان قم با اشاره به خدمات واگذار شده این سازمان به دفاتر پیشخوان دولت بیان داشت: درخواست ثبت دستور نقشه اولیه، اضافه بنا، توسعه بنا و اصلاح پروانه، درخواست معرفی طراحان پروژه، درخواست معرفی ناظران پروژه، درخواست خدمات بازرسی گاز، درخواست میخ کوبی، درخواست معرفی آزمایشگاه ها، درخواست تفکیک اعیانی و ارضی، UTM، درخواست کنتور آب و فاضلاب، درخواست صدور شناسنامه فنی و ملکی، پیگیری در خواست های ثبت شده و مکاتبات اداری از جمله این خدمات است.

مقومی عنوان داشت: به شهروندان و هم استانی های عزیز توصیه می شود با توجه به شرایط ناشی از بیماری کرونا و هتجین محدودیت های اعلامی از سوی ستاد مقابله با کرونا برابری ادارات و سازمانها و با توجه به پراکندگی دفاتر پیشخوان در سطح شهر قم، از مراجعه حضوری به سازمان خودداری کنند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم:

وضعیت کرونایی قم شکننده است

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم با اشاره به وضعیت بیماری کووید ۱۹ گفت: وضعیت ما در حال حاضر نسبی و شکننده است و نمی توانیم با قاطعیت بگوییم که وضع خوبی داریم.

محمدرضا قدیر پیش از ظهر دیروز در دیدار با آیت الله سید محمد سعیدی نماینده ولی فقیه در استان قم که در سالن محراب حرم مطهر بابوی کرامت انجام شد، طی سخنانی اظهار کرد: وضعیت قم به یک ثبات نسبی رسیده اما سیر بیماران بستری ما مسیر ثابت با شیب نزولی خفیف است. با وجود اینکه ما در کشور بیست و دومین استان در زمینه تعداد بیماران بستری شده هستیم اما هنوز در وضعیت قرمز به سر می بریم و وضعیت شکننده ای داریم.

وی با بیان اینکه وضعیت امروز قم قابل اعتماد نیست، اضافه کرد: با رعایت نکردن نکات بهداشتی، پیک بعدی اتفاق می افتد به ویژه که اکنون در فصل سرما همکاری مراکز بهداشتی، بسیج، سپاه و شهرداری در حد انجام است که به وسیله چرخش هوا و سرما ما برای رستمان نگران هستیم بنابر این می طلبد که بسیار با ذکاوت عمل کنیم تا ویروس مار مدیریت کنند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم محدودیت های اعمال شده را فرصت خوبی دانست و اظهار کرد: این محدودیت ها بهتر بود ماه ها پیش اتفاق می افتاد اما به خاطر تبعات اجتماعی آن لازم بود در ابتدا فرهنگ سازی مورد نیاز رقم زده شود.

وی با اشاره به جلسه ستاد ملی کرونا تصمیمات اتخاذ شده در این ستاد را بسیار مثبت ارزیابی کرد که از جمله این مصوبات، حمایت معیشتی از کسب و کارها بود.

قدیر ادامه داد: این محدودیت مقدمه ای است برای اجرای طرح های بعدی چرا که با محدودیت وضعیت بهتر خواهد شد و چرخش ویروس کنترل می شود که لازمه آن مراکز بعدی ای طرح خواهد بود.

وی با اشاره به اینکه بیشترین ابتلار در بین افراد مسن است، عنوان کرد: مراقبت بیشتر از قشر سالمند و پرخطر باید مورد توجه قرار گیرد، ۵۱ درصد انتقال از کانون های خانواده و دوره می های خانوادگی نشأت می گیرد و قدرت انتقال ویروس در این دوره ۳ تا ۹ برابر بیشتر شده است.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم تصریح کرد: در کنار محدودیت ها طرح شهید حاج قاسم سلیمانی در حال اجراست که این طرح محله محور از داخل خانواده ها شروع می شود و هر خانواده به یک پایگاه سلامت تبدیل می شود. این طرح با همکاری مراکز بهداشتی، بسیج، سپاه و شهرداری در حد انجام است که به وسیله این مجموعه ها مفاهیم سلامت در خانواده ها ترویج می شود.

وی از حمایت های آیت الله سعیدی به عنوان پشتیبان کادر بهداشت و درمان تقدیر کرد و گفت: حرم مطهر مصوبات ستاد ملی کرونا را به خوبی اجرا می کند و به الگویی برای مجموعه های مختلف تبدیل شده است.

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم خبرداد اجرای ۶۴۹ طرح صنعتی و معدنی در قم

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم گفت: ۶۴۹ طرح صنعتی و صنایع معدنی در استان در دست اجراست که بهر میرداری از این طرح ها برای ۲۰ هزار و ۹۳۱ نفر ایجاد اشتغال می کنند.

مجموع سرمایه گذاری با اشاره به وضعیت طرح های در دست اجرای صنعتی و صنایع معدنی در استان قم اظهار کرد: ۶۴۹ طرح در دست اجرای صنعتی و صنایع معدنی در استان قم وجود دارد که حجم سرمایه گذاری برای این طرح ها ۲۰ هزار و ۸۳۵ میلیارد تومان است و بهره برداری از طرح ها برای ۲۰ هزار و ۹۳۱ نفر ایجاد اشتغال می کنند.

وی ادامه داد: مهمترین طرح های در دست اجرای صنعتی و صنایع معدنی استان قم در زمینه محصولات فولادی و آهنی، ساخت انواع محصولات پلاستیکی، انواع لوله و پوشش لوله، کاغذ از کربنات کلسیم، پتل خورشیدی چند کریستالی، تولید الباف مصنوعی، انواع شمش فولادی، انیدرید فتالیک، فرآورده های لبنی، دی اکتیل فتالات و لوازم بهداشتی و سلولزی است.

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم افزود: ۱۲۶ طرح در دست اجرای صنعتی و صنایع معدنی در استان با پیشرفت فیزیکی کمتر از ۲۰ درصد وجود دارد که حجم سرمایه گذاری برای این طرح ها ۹ هزار و ۸۱۴ میلیارد تومان است و طرح ها برای ۱۰ هزار و ۲۶۷ نفر اشتغال جدید ایجاد می کنند.

وی ادامه داد: ۴۴۸ طرح در دست اجرای صنعتی و صنایع معدنی در استان قم با پیشرفت فیزیکی بالای ۴۰ درصد وجود دارد که حجم سرمایه گذاری برای این طرح ها ۸ هزار و ۷۷۱ میلیارد تومان با ایجاد اشتغال برای ۱۱ هزار و ۸۴۲ نفر است.

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم خاطرنشان کرد: ۵۲۳ طرح در دست اجرای صنعتی و صنایع معدنی در استان قم با پیشرفت فیزیکی بالای ۲۰ درصد با حجم سرمایه گذاری ۱۱ هزار و ۲۱۱ میلیارد تومان و ایجاد اشتغال ۱۵ هزار و ۷۱ نفر وجود دارد.

سکه های طلايي که تضمين گر سپيدي بخت نيست

قصه پر غصه مهریه



حناشغیعی

یک جلد کلام الله مجید، آینه و شمعدان و شاخه نبات نمادهای فرخنده و مبارک برای شروع زندگی مشترک هستند و در کنار آنها تعدادی سکه طلا هم به عنوان مهریه در نظر گرفته می شود؛ سکه های طلايي که اکنون قصه پر غصه ای دارد.

روزگاری پارچه و لباس، فرش، زیورآلات، سنگ های قیمتی، حتی آبادی و ده به عنوان مهریه در تعیین می شد؛ همچنین در سال های دور با توجه به اهمیت دام در زندگی جامعه روستایی، مهریه عروس خانم ها تعدادی گوسفند، گاو، اسب و یا شتر بود که این موضوع بسته به منطقه محل سکونت، فرق داشت.

در برخی مناطق ایران، در ختنان پشمر و ارزشمند به عنوان مهریه برای ازدواج تعیین می شد مثلاً در مهرنامه درخت گردو را بخشی از مهریه قرار می دادند که این امر نشانگر تکریم طبیعت و تاثیر آن بر زندگی مردمان آن روزگار بود.

زمانی ملک و املاک، باغ، زمین و خانه و سفرهای زیارتی و سیاحتی به عنوان مهریه مطرح بود و اکنون با تغییرات سبک زندگی، سکه های طلا، مهریه عروس خانم ها شده است.

یک جلد کلام الله مجید، آینه و شمعدان و شاخه نبات نمادهای فرخنده و مبارک برای شروع زندگی مشترک هستند و در کنار آنها تعدادی سکه طلا هم به عنوان مهریه در نظر گرفته می شود؛ سکه های طلايي که نتوانسته تضمین گر

سپیدی بخت باشد. این هدیه که روزگاری فرخنده و مبارک بوده، قصه پر غصه ای دارد و افراد بسیاری را به دالان های دادگاه سرگردان به این سو آن سو کشانده است.

حتی شرایط و محدودیت های سخت کرونایی هم نتوانسته از حجم در خواست های اجرای مهریه کم کند و آنطور که سید محمد هاشمی مقدم معاون امور اسناد سازمان ثبت اسناد و املاک کشور می گوید، از فروردین تا پایان مهر سال جاری تعداد ۹۳ هزار و ۷۱۱ فقره پرونده اجرای مهریه ثبت شده که این میزان در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته که تعداد ۶۷ هزار و ۸۱ فقره بود حاکی از رشد ۴۰ درصدی است.

هاشمی مقدم می گوید: از ابتدای سال جاری تا پایان مهر ماه طبق آمار ثبت

شده در سامانه های سازمان ثبت اسناد و املاک کشور با تقاضای بستن اکاران پرونده های اجرایی ذمه ای، تعداد ۱۵ هزار و ۱۲۴ نفر نیز ممنوع الخروج شده اند.

وی خاطرنشان کرد: البته این تعداد ممنوع الخروجی مربوط به پرونده های

مهریه نیست ولی به میزان تشکیل پرونده اجرائیه مهریه با افزایش تعداد ممنوع الخروج هاین نسبت به سال قبل مواجه هستیم.

اواخر مهر ماه نیز موضوع تجمع اعتراض حدود ۳۰ نفر از مردان معترض به قانون مهریه در برابر مجلس شورای اسلامی در رسانه ها مطرح شد. این معترضان نسبت به قانون حبس برای افرادی که استطاعت مالی پرداخت مهریه را ندارند، اعتراض داشتند و پلاکاردهایی با همین مضمون نیز در دست گرفته بودند.

♦**راهکار پرداخت مهریه به زندان رفتن نیست»**

موضوع مهریه با توجه به نوسانات بازار سکه تا جایی اهمیت یافت که رئیس قوه قضاییه ۱۴ آبان ماه در بازدید سرزده از مجتمع قضایی خانواده شماره یک استان تهران به مسئله مهریه اشاره کرد و افزود: مهریه نباید به سلاحی بین دو طرف برای کشمکش آن ها تبدیل شود. گاهی زوج به واسطه مهریه بر زوج ظلم می کند و گاهی این ابراز توسط زوج علیه زوج استفاده می شود.

حجت الاسلام والمسلمین سید ابراهیم رئیسی گفت: مهریه دینی است که باید پرداخت شود و کسی نگفته این دین نباید پرداخته شود. ما گفته ایم اگر احراز شود که زوج توانایی پرداخت مهریه را ندارد، راهکار پرداخت مهریه توسط او «زندان رفتن نیست».

♦**بخشنامه جدید مهریه چه می گوید؟**

پس از آن محمدباقر الفت معاون اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم قوه قضاییه در بخشنامه ای به روسای دادگستری سراسر کشور نحوه رسیدگی به دادخواست های مطالبه مهریه را ابلاغ کرد.

این بخشنامه به منظور کاهش اطلاع دادرسی، ورودی پرونده به محاکم و نیز کاهش جمعیت کیفری زندانها، با توجه به ماده ۷ قانون نحوه اجرای محکومیت های مالی و مواد ۱۸ و ۱۹ دستورالعمل ساماندهی و کاهش جمعیت کیفری زندان ها همچنین بخشنامه شماره ۹/۱۰۰/۳۴۸۵/۲۲ در تاریخ ۲۲ مهر ۱۳۹۷ ریاست وقت قوه قضاییه و تا کیدهای اخیر رئیس قوه قضاییه و فتوای

بند(ب) ماده ۱۱۳ قانون برنامه پنج ساله ششم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی جمهوری اسلامی ایران صادر شده است.

معاون قوه قضاییه در این بخشنامه خاطرنشان می کند: چنانچه سازمان ثبت اسناد و املاک کشور نتواند ظرف مدت دو ماه از تقاضای اجرا، نسبت به شناسایی و توقیف اموال متعهد سندن (زوج)، اقدام کند یا ظرف مدت ۶ ماه نسبت به اجرای مفاد سند اقدام نماید، متعهد سندن می تواند با انصراف از اجرای مفاد سند به محاکم دادگستری رجوع کند.

الفت تأکید می کند: واحدهای اجرای احکام مدنی (اعم از محاکم و مراکز حل اختلاف) در جریان اجرای احکام پرونده های مهریه، صرفاً از طریق شناسایی اموال محکوم علیه (مکاتبه با مرجع ثبتی، راهور، بانک ها و …) اقدام کنند و ترتیبی اتخاذ شود که منتهی به جلب و بازداشت محکوم علیه نشود.

♦**مردی که توان پرداخت مهریه ندارد، بازداشت نمی شود**

پس از ابلاغ این بخشنامه، غلامحسین اسماعیلی سخنگوی قوه قضاییه در نشست خبری در باره بخشنامه اخیر مهریه توضیح داد و گفت: مهریه را حقوق مسلم زوج و دین مسلم زوج می دانیم و حتماً مهریه باید پرداخت شود. وی ادامه داد: مواردی که برخی آقایان تمکن مالی دارند اما مهریه نمی دهند باید با آنها برخورد شود و مواردی که زوج معاملاتی برای قرار از مهریه دارند، جرم است. مواردی که برخی آقایان تمکن مالی دارند و پرداخت نمی کنند، باید پرداخت دین صورت بگیرد و (در صورت پرداخت نشدن دین) این افراد باید بازداشت شوند.

اسماعیلی خاطرنشان کرد: آنچه در مورد عدم بازداشت مطرح شده ناشی از مواردی است که زوج تمکن مالی برای پرداخت مهریه را ندارد و کسی که تمکن ندارد زندان رفتن تو ثمری برای زوج ندارد. اگر برای دادگاه حرجز شود که فردی تمکن پرداخت یکجا یا اقساطی مهریه را ندارد، فرد بازداشت نمی شود.

♦**مردم چه می گویند؟**



بهرز ۲۰ سال قبل ازدواج کرده است و ۱۵۰ سکه طلا مهریه همسر اوست، معتقد است: مهریه هدیه زن است و میزان و تعداد سکه های طلا خوشبختی نمی آورد و اگر قرار باشد زندگی از هم بپاشد، هیچ چیز جز آرامش برای طرفین اهمیت ندارد.

وی در عین حال به این نکته هم تأکید دارد: هر مردی که استطاعت و توان مالی دارد در طول زندگی مشترک باید مهریه همسرش را بدون اینکه او ابراز کند به وی بدهد.

فریده که پنج سال پیش ازدواج کرده نیز معتقد است سکه های طلا برای او خوشبختی نمی آورد و این خوشبختی را در زندگی مشترک در جای دیگری به جز سکه ها باید جستجو کرد.

این شهروندی می گوید: فرایند دادخواست مهریه و مراجعه به دادگاه آنقدر سخت و زمان بر است که واقعا یک خانم باید در حالت اضطراب قرار گیرد که در پی وصول مهریه باشد.

سمیه سال ۱۳۸۰ ازدواج کرده و به دلیل ترک همسر مجبور شده است سال گذشته اول مهریه خود را به ابرار بگیرد و بعد هم به صورت غیابی طلاق بگیرد. این خانم به دلیل اینکه همسرش همه دارایی خود را به نام خواهر و برادرش کرده است نتوانست مهریه خود را وصول کند و به حکم قاضی دادگاه فقط تعداد ۱۰۰ سکه از مهریه ۵۱۴ سکه ای او برای زمان آینده ای که این مرد تمکن مالی داشته باشد، نگه داشته شد.

سمیه می گوید: یک سال دنبال مهریه و طلاق بودم و در حالی که درآمد مستقلی ندارم با کمک خانواده ام بیش از ۲۰ میلیون تومان هزینه پرداخت کردم اما در نهایت هم نتوانستم مهریه بگیرم و به طلاق غیابی راضی شدم.

اناهیتا دی ماه سال قبل ازدواج کرده و ۱۱۴ سکه و سه دایگ خانه در دفتر ازدواج به عنوان مهریه برای او ثبت شده است. او می گوید که در خانواده ما سکه طلا برای مهریه مرسوم نیست و اغلب زمین و املاک را مهر عروس در نظر می گیرند، آنهایی معتقد است که زندگی مشترک بر پایه پیوند های عاطفی شکل می گیرد و مسائل مادی در درجه دوم قرار دارد.

مینا یک دختر هشت ساله دارد و همسرش به دلیل علاقمندی به فرد دیگری خانه و زندگی خود را رها کرده و مینا و دخترش را تنها گذاشته است. شوهر که مهندس یک شرکت ساختمانی است و به گفته مینا درآمد خوبی دارد، حاضر به پرداخت مهریه و طلاق نیست و می گوید هر کاری که می خواهی انجام دهه چون قانون هم پشت آقایان است.

این خانم مجبور شده است با حمایت های خانواده اش در خواست اجرای مهریه بدهد اما با گذشت شش ماه از ثبت این دادخواست هنوز به نتیجه نرسیده است. مریم، شهروید ۹۵ قعد کرد و مهریه او ۱۴ سکه است. او هم معتقد است که میزان مهریه توافق میان زن و مرد است و می گوید که اگر فکر باشد زندگی خراب شود، اگر هزاران سکه هم به عنوان مهریه، تعیین و به زن پرداخت شود باز هم پشتوانه خوشبختی اونخواهدبود.

♦**نظر حقوقدان چیست؟**

فریده غیرت حقوقدان وکیل دادگستری معتقد است: ایجاد این محدودیت، خلاف قوانین حاکم است چون مهریه یک تعهد است و در سند رسمی قید می شود، بنابراین اجرای آن هم مانند سایر محکومیت های مالی باید مسیر مشخص را طی کند و نباید استثنایی برای آن قائل شد.

وی تأکید کرد: اساساً اینکه چنین محدودیتی برای اخذ مهریه ایجاد شود، مانع اعمال حک یک عده ای از افراد می شود و این دستور العمل قطعاً به نفع خانواده هائست.

غیرت گفت: اکنون معضل مهریه پیش آمده و عده ای گرفتار شده اند اما نباید محدودیتی برای اجرای این تعهد ایجاد شود. در واقع، ضمن اینکه با اصل مهریه مخالف هستیم اما به هر روی، مهریه یک تعهد است و مانند سایر تعهدات باید ضمانات اجرا داشته باشد.

مجید حاتمى حقوفدان وکیل دادگستری معتقد است: بخشنامه اخیر مهریه می تواند نقش موثری در کاهش سیل محکومان مالی ایفا کند اما آن سوی قضیه عملاً با طولانی شدن روند پرونده های مطالبه مهریه و همچنین اعسار از پرداخت مهریه در اکثر موارد مواجه هستیم که خشخه جدی به حقوق قانونی و شرعی زوج وارد می شود و موازنه میان حق و تکلیف را به هم می آمیزد.

محمود دهبور حقوقدان و مدرس دانشگاه گفت: بی گمان با توجه به کثرت ورودی محاکم، درصد قابل توجهی از پرونده ها را دادخواست های مطالبه مهریه تشکیل می دهد.

وی ادامه داد: به طور قطع بخشنامه صادره، دستور و تکلیف مبارکی است اما این بخشنامه تذکر و یادآوری قانون است که به محاکم تکلیف می کند تا به مزامه ۹۲ قانون ثبت اسناد و املاک کشور مصوب ۲۶ اسفند سال ۱۳۱۰، عمل کنند.

این حقوقدان راه حلی برای مشکل مهریه ارائه می دهد و پیشنهاد می کند برای پیشگیری از ورود این قبیل پرونده ها به محاکم، از این به بعد به دفاتر ثبت ازدواج و طلاق تکلیف شود تا سقف متعارف و محدودی مهریه را ثبت کنند زیرا نوسانات اقتصادی و تورم بهر رویه در بازار ارز و سکه و طلا و حتی کاهش ارزش پول، خانواده ها و زوجین را با چالش های فرسایشی و گریزناپذیر مواجه می کند.

فرهاد شهبازوار حقوقدان و وکیل دادگستری نیز مهریه را یک سند حقوقی لازم الاجرائی داند و معتقد است اینکه به گوییم زوج تحت حمایت قانون قرار دارد و زوج به دلیل عدم تمکن مالی زندانی نمی شود در تناقض با اصول حقوقی حاکم بر اسناد لازم الاجراست در حالیکه قانون باید فصل الخطاب باشد.

وی درباره این بخشنامه اظهار داشت: صدور بخشنامه اخیر مهریه و اهتمام دستگاه قضایی به ویژه ریاست محترم قوه قضاییه برای حل مشکلات اجتماعی قابل قدردانی و نشانگر توجه عدلیه به مسائل روز جامعه است اما صرف صدور بخشنامه درد مردم در خدمات قضایی را دوا نمی کند، همچنین بدون تدارک زیرساخت های لازم و برنامه ریزی برای اجرا، این بخشنامه ها مسکن موقت و نه درمان درد معضل مهریه برای خانواده ها است و اگر این دستورالعمل ها به نحو مطلوب اجرا نشود، موجب بدبینی به دستگاه قضایی خواهد شد.

شهبازوار گفت: موضوع حبس مرد و بخشش مهریه از سوی زن چرّه ناصوابی

است که به نفع هیچ کس نیست و در عین حال خانواده ها و بستگان این افراد نیز درگیر ماجرای می شوند و به نوعی در نهایت جامعه متضرر می شود.

وی خاطرنشان کرد: قوانین تابع شرایط اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی هستند



و موضوع مهریه مساله چند بعدی است. بهترین راهکار پیشگیری از وقوع تخلفات و جرایم است و در خصوص مهریه باید توان مالی مرد در زمان عقد در نظر گرفته شود.

مهریه در کنار ارزش اقتصادی مقوله ای کاملاً اجتماعی و متأثر از جریانبات عرفی و فرهنگی در جامعه، تعیین و با گذشت زمان، همواره دستخوش تغییرات شده است و اکنون با توجه به شرایط اقتصادی و تورم بالا، تقریباً اکثریت افراد

توان پرداخت مهریه های معمولی به نظر می رسد باید با تغییر شیوه های زندگی و بازگشت به مفاهیم و آموزه های دینی به فلسفه اولیه مهریه پرداخت.

الته اقتضا دارد با تمهیدات قانونی، زمینه تحکیم خانواده ها و تسهیل شرایط برای کسانی که واقعا مطالبه حق و حقوق دارند، فراهم شود.

دوشنبه - سوم آذرماه ۱۳۹۹ - سال بیست و سوم - شماره ۵۱۲۰

اخبار

مدیرکل انتقال خون استان قم:

جوانان قمی در اهدای خون بیشتر مشارکت کنند

مدیرکل انتقال خون قم با بیان اینکه ضروری است جوانان استان در امر اهدای خون مشارکت بیشتری داشته باشند گفت: درخواست ما از جوانان قم این است که با ثبت نام در بانک اطلاعاتی اهدای خون استان به خانواده بزرگ اهدا کنندگان خون بپیوندند.

مرتضی نوریان با بیان اینکه اهدای خون امری مستمر و محدود به یک زمان، حادثه و یا مناسبتی خاصی نیست افزود: بسیاری از عمل های جراحی بزرگ، بیماران تالاسمی و هموفیلی، مادران باردار، مجروحان آسیب دیده در حوادث مختلف از جمله دریافت کنندگان اصلی خون های اهدایی هستند.

وی اظهار داشت: اهدای خون تنها محدود به آقایان نیست و همه افراد بین ۱۸ تا ۶۰ سال سن که از سلامت جسمی مناسبی برخوردار هستند می توانند در امر خدایسندانه اهدای خون مشارکت کنند. مدیرکل انتقال خون قم با بیان اینکه آقایان چهار بار در طول سال و بانوان همه سار می توانند خون خود را اهدا کنند، گفت: با توجه به نیاز دائم به خون و فرآورده های خونی و همچنین عمر محدود در نگهداری آن، استمرار اهدای خون در طول سال بسیار ضروری است.

♦♦**۶۰ درصد از اهدا کنندگان خون در قم اهدا کننده مستمر هستند**

وی ادامه داد: حدود ۶۰ درصد از اهدا کنندگان خون در قم را اهدا کنندگان مستمر تشکیل می دهند که بیش از ۲ بار در سال اقدام به اهدای خون خود می نمایند. نوریان گفت: وقوع حوادث طبیعی و غیرطبیعی در برخی ایام نیاز کشور به اهدای خون را افزایش می دهد که با توجه به نقش حیاتی خون و فرآورده های خونی در درمان حادته دیدگان و بیماران نیازمند، ضرورت افزایش افراد اهدا کننده خون و ثبت نام این افراد در بانک اطلاعاتی این سازمان وجود دارد تا در صورت وقوع چنین پیشامدهایی افراد داوطلب برای اهدای خون به سرعت فراخوان شوند.

مدیرکل انتقال خون قم اهدا داد: بیماران تالاسمی به صورت هفتگی نیاز به سه بار دریافت دارو دارند و اگر خون و فرآورده های خونی مورد نیاز بیمارستانی تامین نشود، بسیاری از عمل های جراحی مهم و سنگین در بیمارستان ها لغو می شودو حیات این بیماران به شدت تهدید می شود. وی با بیان اینکه در هر ۱۰ دقیقه یکی از واحدهای خون و فرآورده های خونی در مراکز درمانی کم مصرف می شود، افزود: با مشارکتی که مردم استان در اهدای خون دارند تا اکنون تمام نیازهای مراکز درمانی استان به خون و فرآورده های خونی به طور کامل تامین شده است ولی انتظار ما از است که افراد بیشتری به این جمع بپیوندند. نوریان بیان کرد: در مناسبت های مختلف از جمله ایام محرم و شب های قدر مراجعه مردم برای اهدای خون افزایش می یابد که با توجه به اینکه این نیاز به صورت مستمر و همچنین نگهداری از این فرآورده ها محدود است، ضروری است که مراجعه به این سازمان به صورت مستمر و در طول سال ادامه یابد.

♦**رعایت تمام دستورالعمل های بهداشتی در مراکز اهدا خون**

وی با اشاره به کاهش آمار اهدای خون را هفته های اخیر گفت: یکی از دلایل این کاهش، نگرانی اهدا کنندگان از ابتلا به کرونا در مراکز انتقال خون است و با توجه به اینکه تمام دستورالعمل های بهداشتی در این مراکز با دقت بسیار رعایت می شود هیچ نگرانی در این زمینه وجود ندارد. مدیرکل انتقال خون قم افزود: تاکنون در هیچ پژوهشی انتقال کرونا از طریق خون ثابت نشده است ضمن اینکه انتقال خون موجب تضعیف بدن در برابر ویروس کرونا نیز نمی شود به همین دلیل از مردم درخواست داریم بدون نگرانی نسبت به اهدای خون خود اقدام کنند. وی با بیان اینکه مقدار خونی که از اهدا کنندگان دریافت می شود بر اساس مطالعات علمی است که موجب صنف و یا ایجاد دین اهدا کننده، نمی شود ادامه داد: تنها توصیه به اهدا کنندگان این است که ظرف ۶ تا ۲۴ ساعت اولیه مایعات بیشتری بنوشند تا خون از دست رفته به سرعت جبران شود. نوریان اظهار داشت: پیش از دریافت خون، افراد داوطلب توسط پزشک مستقر در مراکز انتقال خون آزمایش می شوند و سلامت اهدا کننده ثابت شود، خون وی دریافت نمی شود. مدیرکل انتقال خون قم ادامه داد: افراد علاقه مند برای مشارکت در این امر خدایسندانه و ثبت اطلاعات خود در بانک اهدا کنندگان قم ضروری است با به همراه داشتن کارت ملی به مراکز انتقال خون استان مراجعه کنند ضمن اینکه شهروندان برای تسهیل در اهدای خون می توانند برای دریافت کارت ملی در سامانه **www.IBTO.ir** ثبت نام کنند تا در زمان معین به پایگاه انتقال خون مراجعه کنند. در شهر قم ۲ مرکز انتقال خون واقع در میدان روح الله و بلوار ۱۵ خرداد وجود دارد. علاوه بر بیماران نیاز به عمل جراحی و مجروح های ناشی از تصادف ها، بیش از یک هزار بیمار دیالیزی و حدود ۲۰۰ بیمار تالاسمی در قم وجود دارند که نیازمند دریافت مستمر خون هستند.

سرپرست اداره کل کتابخانه های عمومی استان قم خواستار شد لزوم همکاری دستگاه ها برای ساخت کتابخانه در پردیسان

سرپرست اداره کل کتابخانه های عمومی استان قم گفت: با وجود ۲۴ باب کتابخانه عمومی در قم، امیدواریم در مناطق با تراکم جمعیت بالا مثل پردیسان، فضای کتابخانه ها افزایش یابد.

سجاد عمرانی با بیان اینکه استان قم به جهت تک شهرستان بودن در ساختار اداری و دولتی دچار کمبودهایی است ولی با این وجود ۲۴ باب کتابخانه عمومی در استان برای علاقمندان مورد استفاده قرار می گیرد، گفت: در هفته کتاب و کتابخوانی و همزمان با سالروز ورود بر خیر و برکت حضرت فاطمه معصومه (س) به قم، «کتابخانه عمومی شهدای نوبهار» با «دو هزار و سیصد و نود متر زیر بنا به فضای کتابخانه های عمومی استان اضافه شد. سرپرست اداره کل کتابخانه های عمومی استان قم با اشاره به دغدغه ای که بین علاقمندان به کتاب وجود دارد، افزود: کثرت کتابخانه های تخصصی در استان دلیل بر این نیست که استان قم نیازی به کتابخانه های جدید عمومی ندارد.

وی با تأکید بر اینکه کتابخانه های تخصصی بسیار مفید و سودمند هستند و مخاطبان خاص خود را دارا هستند، ادامه داد: در استان قم ما با جامعه عام از کودک خردسال گرفته تا افراد مسن و باسواد روبرو هستیم اما با این وجود ۱۴ کتابخانه در داخل شهر و ۱۰ باب در بخش ها و روستاهای استان وجود دارد که این تعداد در شأن مردم فیهیم نیست.

عمرانی با اعلام اینکه امیدواریم در پایان سال ۱۳۹۹ کتابخانه مرکزی قم در خیابان امام خمینی (ره) را از محل اعتبارات سفر مقام معظم رهبری و با کمک مسئولان مربوطه افتتاح کنیم، افزود: بخشی از نیازهای مخاطبان استان با افتتاح این کتابخانه برطرف می شود اما هنوز نیاز به ایجاد کتابخانه در مناطقی با تراکم بالای از جمعیت را داریم که امیدواریم با کمک دستگاه های مختلف، کمک خیرین و... فضای کتاب و کتابخوانی در استان را افزایش دهیم.

وی با ابراز تأسف از نداشتن کتابخانه عمومی در منطقه پردیسان که دارای بافت جمعیتی بالا است، افزود: برای همکاری با تمام دستگاه ها که در زمینه های مختلف برای واگذاری زمین، ساخت زمین، احداث کتابخانه های ثابت و سیار به ما کمک کنند آمادگی همکاری لازم در راستای افزایش سرانه مطالعه در استان را داریم.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم خبرداد وخامت حال ۱۲۲ بیمار کرونایی در قم

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم گفت: در حال حاضر ۴۷۳ نفر مشکوک به کرونا در بیمارستان های قم بستری هستند که حال ۱۲۲ نفر از آنها وخیم است.

درمانی قم با تشخیص اختلال و مشکوک به کرونا گفت: ۵۰ نفر از این افراد در بخش های درمانی بیمارستان های قم بستری شده اند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم با اشاره به اینکه ۴۶ نفر از کسانی که در روزهای گذشته بستری بودند مرخص شده اند، گفت: در حال حاضر ۴۷۳ نفر مشکوک به کرونا در بیمارستان های قم بستری هستند که حال ۱۲۲ نفر از آنها وخیم است.

وی افزود: همچنین در ۲۴ ساعت گذشته ۷ نفر از کسانی که تست کرونای آنها مثبت بوده جان خود را از دست داده اند.

