



معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری قم:

بسته حمایتی اصناف عملیاتی می شود

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری قم از بررسی و اجرایی شدن بسته حمایتی جاری اصناف مانند ارائه برخی تسهیلات، تقاضای ائمهال و تسهیل مسائل مربوط به چک

رئیس پلیس راه فرماندهی انتظامی استان قم خبرداد

کاهش ۴۸ درصدی تردد در محورهای مواصلاتی قم

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای قم:

استفاده از آب شیرین کن تهدیدی برای آب شرب است

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای قم گفت: بهره گیری از آب شیرین کن ها تهدیدی برای آب شرب استان است چراکه دوسوم آب مصرفی در پساب رها می کند. احمد

برکناری یک شهردار برای شرکت در مراسم ترحیم

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم:

قم رتبه ۲۲ میزان بستری کرونا در کشور را دارد

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم گفت: در حال حاضر قم از نظر میزان بستری بیماران کرونایی، در رتبه بیست و دوم کشوری است و اگر قرار به تغییر رنگ کرونایی قم از قرمز به دیگر رنگ ها باشیم، توسط وزارت بهداشت تصمیم گیری خواهد شد. دکتر محمدرضا قدیر در جلسه ستاد مدیریت بحران استان قم اظهار داشت: وضعیت استان قم از نظر کرونا، یک وضعیت با ثبات نسبی ولی شکننده است و تصور اینکه چون آمار کرونایی ها کمتر شده، پس قم آسیب پذیری کمتری دارد، اشتباه است. وی تصریح کرد:

استاندار قم:

برگزاری هر گونه تجمع در قم مطلقاً ممنوع است

استاندار قم با تاکید بر اجرای دقیق مصوبات ستاد ملی مبارزه با کرونا، گفت: در طول اعلام محدودیت های جدید کرونایی برگزاری هرگونه همایش و تجمعی در قم مطلقاً ممنوع است. بهرام سرمرست روز چهارشنبه در جلسه ستاد مدیریت بحران قم در سالن کرامت استانداری، افزود: شرایط دوهفته ای محدودیت های جدید کرونایی متفاوت از روزهای دیگر است و باید تمام مصوبات ابلاغی بصورت کامل اجرا شود. وی عنوان کرد: در اجرای محدودیت های جدید کرونایی تقسیم کار روشنی و

معاون خدمات شهری شهرداری قم هشدار داد جلوگیری از هرگونه تعرض به کانال خاکی پردیسان



مسئول امور سرمایه گذاری شهرداری قم خبرداد

تمرکز شهرداری بر مشارکت در ساخت و ساز مسکن

مسئول امور سرمایه گذاری شهرداری قم گفت: شهرداری قم باهدف افزایش سرانه واحدهای مسکونی در قم با ۳۷/۵ درصد در ساخت مجتمع مسکونی بلوار غدیر مشارکت کرده است. محمدرضا معرفت با تاکید بر اهمیت بهسازی و احیای بافت فرسوده، اظهار داشت: بخشی از پروژه های تعریف شده در مجموعه شهرداری به احیای بافت فرسوده اختصاص داشته که می تواند به عدم توسعه بی رویه شهر کمک شایانی کند. مسئول امور سرمایه گذاری شهرداری قم احداث مجتمع مسکونی کوچه ۵۵ بلوار غدیر را نمونه ای از سیاست های شهرداری در راستای

آیت الله حسینی بوشهری:

دولت و مجلس برای گرانی ها چاره اندیشی کنند

خطیب جمعه قم در پیام جمعه این هفته از دولت و مجلس خواست برای نوسانات قیمت کالاها و گرانی های اخیر و رفع مشکلات معیشتی مردم چاره اندیشی کنند. آیت الله سید هاشم حسینی بوشهری در سخنان آدینه ای خود که به صورت مجازی انتشار یافت، گفت: برای ملت ما زینبده نیست که ما هر روز دچار نوسانات قیمت باشیم و قیمت ها روز به روز بالا برود. وی اظهار داشت: چرا باید در گمرکات ما کالاها در آن ماه ها نگهداری شود؟ مگر این مسئولان از این مسایل خبر نداشتند؟ که تازگی ها می شنویم که فلان کالا از گمرکات ترخیص و وارد بازار شده است؛ این

آگهی مزایده عمومی

اداره کل دامپزشکی استان قم

در نظر دارد : یک قطعه زمین به متراژ حدوداً ۵۰۰ متر مربع واقع در بلوار آیت اله بهاء الدینی - کوچه هفتم - سمت راست اولین قواره (شهرک اندیشه) به شرح مذکور و با جزئیات مندرج در اسناد مزایده را با بهره گیری از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) و با شماره مزایده مرجع ۹۹۰۱ و شماره مزایده در سامانه ۲۰۹۹۰۰۳۲۹۹۰۰۰۰۲ را به صورت الکترونیکی به فروش برساند.

کلیه مراحل برگزاری مزایده از دریافت اسناد تا ارسال پیشنهاد مزایده گران و بازگشایی پاکتها ، واریز وجه مزایده و تحویل کالا از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس WWW.SETADIRAN.IR انجام خواهد شد. لازم است مزایده گران در صورت عدم عضویت قبلی ، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضاء الکترونیکی را جهت شرکت در مزایده محقق سازند.

- تاریخ انتشار مزایده در سامانه ستاد روز شنبه مورخ ۱۳۹۹/۰۹/۱۵ می باشد.

- مهلت زمانی دریافت اسناد مزایده از سایت تا ساعت ۱۶ روز یک شنبه مورخ ۱۳۹۹/۰۹/۲۳ می باشد.

- آخرین مهلت ارسال پیشنهادها ساعت ۱۶ روز سه شنبه مورخ ۱۳۹۹/۰۹/۲۵

- گشایش پیشنهادها در ساعت ۱۰ مورخ ۱۳۹۹/۰۹/۲۶ می باشد.

- اطلاعات تماس سامانه ستاد: ۴۱۹۳۴-۰۲۱

شماره آگهی: ۱۰۵۰۸۰۲



برای جایزه،

راه "ب" 4.5G LTE است!

هر ماه ۲۰ جایزه ۵۰ میلیونی با خرید بسته اینترنت

از طریق #۱۰۰۰*

شرکت مخابرات ایران - منطقه قم

اخبار

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای قم:

استفاده از آب شیرین کن تهدیدی برای آب شرب است

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای قم گفت: بهره گیری از آب شیرین کن ها تهدیدی برای آب شرب استان است چراکه دوسوم آب مصرفی در پساب رها می کند. احمد حاج حسینی مسگر در جلسه کارگروه سازگاری با کم آبی که در محل سالن جلسات استانداری قم برگزار شد اظهار داشت: تاکنون در چندین جلسه اقداماتی برای مشکلات و چالش های آب استان در دستور کار قرار گرفته است که کارگروه اصلی آن به ریاست رئیس جمهور برگزار شد و دوا رهکار برای حل این چالش ها در نظر گرفته شده که درون استانی و بیرون استانی هستند که مهم ترین اقدام در این زمینه بررسی چالش های درون استانی و جلوگیری از ایجاد سکونتگاه های رسمی جدید در محدوده خارج از استان قم است.

به گفته وی؛ اگر شهرک و پاسکونتگاه های دیگری به استان اضافه شود با توجه به محدودیت منابع آبی با چالش های فراوانی روبرو خواهیم شد که با توجه به چالش هایی که هر استانی با آن مواجه است پیشنهادهای مطرح شد که استان مرکزی که استانی صنعتی بوده باید با محدودیت توسعه صنعت جلوگیری و استان قم هم پیشنهاد ایجاد یک سکونتگاه جدید غیر از محدوده استان داده شد.

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای استان قم خاطرنشان کرد: تا افاق سال ۱۴۰۰ در کنار رشد جمعیت و مهاجرت پذیری با محدودیت منابع آبی روبرو می شویم. حاج حسینی مسگر عنوان کرد: در استان تغییر الگوی کشت به سمت کشت پسته و توسعه باغات پسته پیش رفته است و بخشی از آب شرب استان هم به بخش صنعت و اضافه برداشت آن هم در بخش کشاورزی صرف می شود که متأسفانه مصارف آب کشاورزی با توجه به کشت علوفه ای افزایش یافته است.

وی یادآور شد: ما در برنامه های خود به سمت اصلاح خطوط آب و اصلاح الگوی مصرف و هم چنین جداسازی آب شرب از آب مورد استفاده برای فضای سبز شهری قدم برداشتم و برای ۷۸ هکتار فضای سبز استان اشباع در نظر گرفتیم. به گفته مدیرعامل شرکت آب منطقه ای استان قم، برای اصلاح الگوی مصرف اقدامات فرهنگ سازی در صد اوسیم انجام دادیم هم چنین در حال فرهنگ سازی این نکته هستیم که بهره گیری از آب شیرین کن ها تهدیدی برای آب شرب استان است چراکه دوسوم آب مصرفی در پساب رها می کند.

وی عنوان کرد: وقتی با صرف هزینه های میلیاردی ما آب شرب سالم از سرشاخه های رود در برای مصرف مردم به استان منتقل می کنیم نیاز به استفاده از دستگاه های آب شیرین کن نیست و این دستگاه های مقدار قابل توجهی از آب شرب را به فاضلاب منتقل می کند و این مشکل در قم وجود دارد.

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم:

نوسازی تجهیزات همگام با جهش تولید

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم گفت: نوسازی تجهیزات و به کارگیری ماشین آلات جدید در واحدهای صنعتی استان هم راستا با راهبرد جهش تولید در قم مورد توجه قرار گرفت.

محمود سیجانی بیان کرد: صنعت قم طی سال های اخیر مسیر نوسازی را به خوبی طی کرده است و بیشتر واحدهای تولیدی فعال در شهرک های صنعتی استان از تجهیزات پیشرفته و جدید استفاده می کنند.

وی افزود: استفاده از ماشین آلات جدید و تجهیزات پیشرفته در واحدهای صنعتی استان علاوه بر افزایش سطح تولید محصولات و تحقق راهبرد جهش تولید، موجب کاهش قابل توجه حجم آلودگی فعالیت های صنعتی شده و به حفظ بهتر محیط زیست قم کمک می کند. وی ادامه داد: در همین رابطه برای استقبال هر چه بیشتر واحدهای صنعتی استان از جدیدترین ماشین آلات، علاوه بر پرداخت تسهیلات مورد نیاز، روند صدور مجوزهای لازم برای واردات این تجهیزات نیز تسهیل شده است. سیجانی گفت: برای پیشرفت صنعت استان از تمام ظرفیت های موجود استفاده خواهیم کرد و در این رابطه علاوه بر واردات تجهیزات پیشرفته، از توانایی شرکت های دانش بنیان به منظور نوسازی ماشین آلات مورد استفاده در واحدهای صنعتی بهره مند خواهیم شد.

یادداشت

دفتر پیشخوان و تکریم مردم!



روح اله کرمانی*

چندسالی است در راستای تحقق دولت الکترونیک و تسهیل امور و تجمیع ارائه خدمات و کاهش مراجعات مردم به ادارات بخشی از خدمات آنها به دفاتر پیشخوان دولت و پلیس ۱۰۰ واگذارشده است که موجب دسترسی راحت تر مردم به این خدمات شده است و این اقدام در وقت، هزینه و کاهش ترافیک شهرها موثر بوده است. دولت اواخر سال گذشته با شیوع کرونا در راستای حفاظت از جان شهروندان و کاهش بیشتر مراجعات به ادارات بر فراهم شدن زیرساخت برای دریافت خدمات غیر حضوری مردم واستفاده از فن آوری های ارتباطی برارانه خدمات بصورت برخط تاکید داشته است.

نکته ای که در این خصوص وجود دارد این است که باوجود بسترهای ایجادشده برای دریافت خدمات غیر حضوری توسط دستگاههای اجرایی بسیاری از مردم تخصص وامکانات لازم را برای دریافت این خدمات را در منازل خود ندارند و ناچار به مراجعه به دفاتر پیشخوان هستند، اما متاسفانه دفاتر پیشخوان دولت و پلیس ۱۰۰ نیز به لحاظ فضای فیزیکی و زیرساخت ها برای ارائه خدمات قبلی نیز مناسب نبودند حال با اضافه شدن برخی خدمات دیگر شاهد تراکم جمعیت دراین مراکز هستیم که با وجود فضای کوچک امکان رعایت پروتکل های بهداشتی و ارائه خدمات شایسته به مردم وجود ندارد. همچنین این مراکز بعلت نداشتن نیروهای متخصص در ارائه خدمات جدید واگذارشده به شهروندان دچار مشکل هستند. حال که عزم دولت وسایر دستگاهها از جمله شهرداری ها وسازمان نظام مهندسی برونواگذاری خدمات خود به دفاتر پیشخوان دولت جدی است باید بیش از گذشته به مقوله سلامت و تکریم مردم توجه شود. در حال حاضر فضای فیزیکی این دفاتر به هیچ وجه مناسب نیست و باید با حمایت وتمهیدات لازم واره به مشوق های، مدیران این گونه مراکز را به فراهم کردن محیط‌های بازگتر و مناسب تر و جذب نیروهای متخصص تشویق کرد چرا که در حال حاضر با افزایش مراجعات مردم به هیچ وجه تکریم مردم صورت نمی گیرد و پروتکل های بهداشتی نیز رعایت نمی شود و همین مراکز به کانونی برای انتقال ویروس کرونا تبدیل شده اند.

بهر حال تر است تا قبل از فراهم شدن زیر ساخت ها و کنترل ویروس کرونا ادارات دولتی و غیره از واگذاری بیشتر خدمات خود به دفاتر پیشخوان دولت خودداری کنند چرا که با وجود امکانات و فضای اداری مناسب تری که خود دستگاهها در اختیار دارند بهتر است خود نسبت به ارائه خدمات اقدام کنند. در کنار آن نهادهای بالا دستی همچون استانداری با تشکیل کارگروه‌ها با آسیب شناسی فعالیت های دفاتر پیشخوان دولت زمینه بهبود شرایط محیطی و کاری آنها را فراهم نمایند تا به واقع مردم تکریم شوند نه اینکه دستگاهها فقط باری را از دوش خود برداشته باشند.

اخبار

استاندار قم تاکید کرد

ضرورت همکاری بسیج در طرح شهید سلیمانی

استاندار قم، با اشاره به طرح سردار شهید حاج قاسم سلیمانی بر ضرورت همکاری بسیج در طرح محله‌محور و خانواده‌محور مبارزه با کرونا تاکید کرد. بهرام سرمست در نشست هم اندیشی با فرماندهان و اعضای بسیج ادارات استان قم، با اشاره به اجرای طرح شهید سلیمانی با مشارکت بسیج برای مقابله با کرونا گفت: این مسأله‌شاندهند این است که هر جا پیشرفتی داشته ایم، نتیجه فرهنگ جهاد، ایثار و از خودگذشتگی است.

وی صیبات از سرمایه های انسانی را بسیار مهم دانست و اظهار داشت: بسیج ادارات در راستای آگاهی بخشی و هدایت کارکنان نقش مهمی می تواند ایفا کند. وی با بیان اینکه اعضای بسیج ادارات امین مدیران اجرایی هستند، افزود: برای اصلاح امور، نیازمند اعتماد متقابل مدیران و کادر بسیج هستیم که خوشبختانه مدیران اجرایی نیز خود از افراد وایسته به انقلاب اسلامی و خانواده معظم شهدا هستند.

وی تشکیل کارگروه اندیشه ورز توسط بسیج ادارات استان را رویکردی مثبت برشمرد و گفت: آسیب شناسی مشکلات دستگاه های اجرایی از اهداف این کارگروه است؛ اما دستورالعمل منجر به اصلاح فرآیندها شود.

استاندار قم خاطرنشان کرد: باید اعضای کارگروه اندیشه ورز در جلسه های کارشناسی، به دنبال راهکار عملیاتی برای حل مسایل مهم استان باشند.

ضرورت برجسته سازی کارهای مثبت و خدمات مدیران اجرایی وی بر جسته سازی کارهای مثبت و خدمات مدیران اجرایی را بسیار مهم دانست و گفت: دشمنان به دنبال آسیب زدن به نظام اداری از طریق برجسته سازی فساد در سیستم اداری هستند؛ در حالی که در صحنه عمل دیده می شود که این طور نیست و باید با این تلاش دشمنان مقابله شود.

وی اعتماد عمومی را سرمایه نظام جمهوری اسلامی اعلام و اضافه کرد: پشتوانه حضور مردم و سرمایه های انسانی موجب شده است تا بتوانیم از برهه های سخت انقلاب اسلامی همچون جنگ تحمیلی با موفقیت عبور کنیم.

استاندار قم همچنین باآزرفرینی ارزش های انقلاب اسلامی را از رسالت های بسیج دانست و خاطرنشان کرد: باید برای جذب جوانان و انتقال ارزش های نظام به ایشان تلاش شود. وی در بخش دیگری از سخنان خود، جهش تولید را از دیگر سیاست های نظام و دولت در شرایط تحریم برشمرد و گفت: باید اعضای بسیج ادارات با همان روحیه اوایل انقلاب، مسئولان را در تحقق این مهم یاری کنند.

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری قم:

بسته حمایتی اصناف عملیاتی می شود

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری قم از بررسی و اجرایی شدن بسته حمایتی جاری اصناف مانند ارائه برخی تسهیلات، تقاضای ا مهال و تسهیل مسائل مربوط به چک های برگشتی خبر داد.

مهرداد غضنفری به تدارک برخی برنامه های اقتصادی برای اجرای بهتر مدیریت جامع تجمع ها و تردها در استان اشاره و بیان کرد: در حال حاضر ۱۸ تیم اطلاع رسانی، آموزش و همچنین بازرسی و نظارت برای اجرای دقیق تر این طرح فعال هستند.

وی افزود: در سه روز نخست اجرای این طرح یعنی از روز شنبه اول تا روز دوشنبه سوم آذر ماه، حدود ۱۵ هزار بازرسی در استان و توسط این ۱۸ گروه انجام شده است. معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری قم با تاکید بر این که سیاست استان در اجرا و اِعمال محدودیت های کرونایی، سیاست اِقتان سازی صنوف است تصریح کرد: بر این باوریم که در این عرصه باید اطلاع رسانی و آموزش خوبی انجام دهیم تا اِقتان سازی مردمی و اِقتان افکار عمومی به تسهیل بیشتری محقق شود.

وی اضافه کرد: بدیهی است اگر این امر مؤثر واقع نشود، آن گاه اخطار و یا غیرفعال سازی در دستور کار قرار می گیرد و البته تداوم مشکل می تواند به پلمب شدن هم بیانجامد.

غضنفری با بیان این که اِعمال این محدودیت ها سبب ضررو زیان بسیاری از اصناف شده است بیان کرد: به دنبال آن هستیم تا تعریف یک بسته حمایتی شامل ارائه برخی تسهیلات و همچنین مواردی مانند اِمهال و بحث چک های برگشتی، از این ضرر و زیان ها بکاهیم.

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری قم سپس افزود: آمار بازرسی ها و نظارت ها نشان می دهد که حدود ۹۰ درصد اصناف از ابتدای طرح مدیریت جامع تجمع ها و تردها، همکاری لازم را با این طرح داشته و شیوه نامه ها را رعایت کرده اند.

وی اضافه کرد: در این چند روز برای برخی وانت ها و نِيسان ها به عنوان وسایل حمل و نقل عمومی بار و خدمات، مشکلائی ایجاد شده است که این شاه الله بررسی و رفع خواهد شد.

غضنفری بر ضرورت انسجام بیشتر گزارش های مربوط به مبارزه با کرونا در استان و شنیده شدن یک صدای واحد در این موضوع تاکید کرد.

دبیر ستاد ملی مقابله با کرونا:

طرح هوشمند محدودیت ها تا ریشه کنی کرونا ادامه دارد



دبیر کمیته امنیتی، اجتماعی و انتظامی ستاد ملی مقابله با کرونا، طرح هوشمند محدودیت ها که از اول آذرماه به مدت دوهفته ادامه دارد را پویا توصیف کرد و گفت: این طرح تا ریشه کن شدن بیماری کرونا ادامه دارد. حسین قاسمی در پاسخ به این پرسش که آیا غیر از طرح اجرای هوشمند محدودیت های دوهفته ای طرح های دیگری هم به موازات آن اجرا می شود؟ گفت: برنامه ای با ۷ محور در ستاد ملی مدیریت بیماری کرونا طراحی شده که در واقع طرح محدودیت ها، محور ششم آن است.

دبیر کمیته امنیتی، اجتماعی و انتظامی ستادملی مقابله با کرونا اضافه کرد: همچنین مدت اجرای این طرح دو هفته ای نبوده و به صورت پویا تا ریشه کن شدن بیماری ادامه خواهد داشت. طرح محله محور هم توسط بسیج مردمی در کنار این طرح در حال اجرا است.

♦ الزامی بودن همراهِ داشتن کارت شناسایی در حمل نقل بین شهری
قاسمی سپس با اشاره به میزان موفقیت اجرای این طرح، گفت: هر طرحی در رابطه با کنترل بیماری کرونا دست کم نیازمند ۲ هفته زمان برای ارزیابی است اما برآوردهای اولیه حکایت از همراهی و همکاری همه بخش ها در اجرای این طرح دارد.

عضو کمیته امنیتی، اجتماعی و انتظامی ستاد ملی مقابله با کرونا، درباره نحوه تردد افرادی که محل سکونشان یک شهر و محل اشتغالشان شهری دیگر است، ادامه داد: استفاده از خودروهای شخصی برای این افراد امکان پذیر نیست و تنها در موارد ضروری اقدام خواهد شد.

وی تاکید کرد: برای کنترل بیماری لازم است به محدودیت ها پایبند باشیم هر چند این کار دشواری است اما ریشه کردن کردن این بیماری چاره ای جز همراهی و همکاری همه افراد و نهادهای ندارد.

قاسمی درباره موفقیت اجرای بخشهای دیگر این طرح چون قرنطینه، محله محوری و همراه داشتن کارت شناسایی معتبر، گفت: قرنطینه و سایر موارد ذکر شده در طرح دیده شده است اما ممکن است برای کنترل بیماری مواردی

مدیریت می داند.

میرزایی گفت: نمایندگان مجلس یازدهم فعلا چون نتوانستند کاری از پیش ببرند و پاسخگوی مطالبات مردم و شعارهای خود باشند، می خواهند توجه مردم را از عملکرد مجلس به انتخابات ۱۴۰۰ منحرف کنند.

نماینده پیشین مجلس یادآور شد: تحریم های حداکتری آمریکا علیه ایران، حوادث طبیعی و شیوع ویروس کرونا دولت را در شرایط سختی از نظر اقتصادی ویران کرده است. در این شرایط نمایندگان اگر به جای پرداختن به حواشی، تعامل بیشتری با دولت داشته باشند، می توانند تا حدودی از فشار مشکلات اقتصادی بر مردم بکاهند. وی افزود: منتقدین دولت کاهش رشد اقتصادی ناشی از شیوع کرونا بر اقتصاد کشورهای پیشرفته را می بینند و به راحتی از کنار این موضوعات عبور می کنند. این رفتار نشان می دهد که این افراد با مشکلات کشور برخورد سیاسی می کنند و این فضا سازی برای انتخابات ۱۴۰۰ است.

♦ کلی گویی در مورد سوء مدیریت به پیشرفت فعلی کشور کمک نمی کند

این فعال سیاسی اضافه کرد: این افراد نگاهشان به ۱۴۰۰ است در حالی که رئیس جمهوری کاندیدایی ۱۴۰۰ نیست و قصد حمایت از شخص خاصی را

آیت الله حسینی بوشهری:

دولت و مجلس برای گرانی ها چاره اندیشی کنند

عضو خیرگان رهبری با اشاره به سخنان رهبر معظم انقلاب گفت: تحریم های تلخ و هفتی بر ملت ما تحمیل شده است، اما برای گذر از این تحریم ها؛ یک راه رف تعزیم هست و دو اون که مسیری را برویم که این تحریم ها را خنثی کنیم. حسین بوشهری گفت: راهی که رهبر معظم انقلاب پیشنهاد می دهند: می فرمایند باید کاری کنیم که بر تحریم های دشمن علیه پیدا کنیم، چون به دنبال رفع تحریم رفقیم و به نتیجه ای نرسیدیم، کاری کنیم که در داخل و ظرفیت های داخلی خودمان، این مسایل را حل کنیم.

وی گفت: مردم امروز حقیقتا مشکل دارند، من در همه صحبت هایم لازم می دانم که گله گذاری های مردم را بیان کنم، مردم به ما که می رسند، سخت گزایه مند هستند و می گویند که ما چیزی برای انقلاب کم گذاشته ایم، فرزندان مان را تقدیم انقلاب کرده ایم و خودمان آمادگی لازم برای موقعیت های خاص انقلاب داریم، اما چرا باید کار به جایی برسد که بخشی نسبتا قابل توجه از مردم برای زندگی و امرار معاش شان درمانده شوند، البته مردم کمک می کنند.

وی گفت: رهبر معظم انقلاب بارها و بارها به مواسات مومنانه سفارش کرده اند، مسئولان تلاش هایی دارند، ولی این تلاش ها در خور و شان این ملت عزیز ورشید ما نیست، ان شاء الله امیدوارم بیشتر توجه کنند.

عراقچی اعلام کرد

جزئیات تبادل زندانیان ایرانی و استرالیایی

داشتم که از سه هموطن عزیز خود استقبال کنم. پس از ورود این سه نفر و ابراز اطمینان از سلامتی آنها دستور عزیمت زندانی استرالیایی داده شد. معاون سیاسی وزیر امور خارجه گفت: گفتنی است که تبادل زندانی یک امر مرسوم و پذیرفته شده در عرف بین المللی است و به هیچ وجه ناقض استقلال قوه قضائیه نیست. در همه کشورها بعد از آنکه مسیر قضایی به پایان رسیده و فرد به زندان محکوم شده، امکان تبادل او بر اساس منافع ملی ایجاد می شود. در کشور ما این امر با تصویب شورای عالی امنیت ملی مبسر می شود. کشورهای دیگر هم روال خود را دارند.

شنبه - هشتم آذر ماه ۱۳۹۹ - سال بیست و سوم - شماره ۵۱۲۳

اخبار

معاون حقوقی رئیس جمهور:

رسیدگی به لوایح چهارگانه را نانشده است

معاون حقوقی رئیس جمهور گفت: رسیدگی به لوایح چهارگانه را نانشده است؛ یک کارگروه مشترک با نهادهای ذی ربط تشکیل خواهیم داد تا برای ادامه کار به توافق برسیم.

لعبا جنیدی در خصوص سرنوشت لوایح چهارگانه موسوم به « FATF» و مسکوت ماندن آن ها گفت: پیگیری لوایح چهارگانه در جریان بررسی است و باید ببینیم به کجا خواهیم رسید.

معاونت حقوقی رئیس جمهور تاکید کرد: به هیچ وجه پیگیری لوایح چهارگانه را نانشده است، چرا که این امر مساله کلی کشور است.

وی ادامه داد: قرار است یک کارگروه مشترکی که مقدماتش هم فراهم شده با مجموع نهادهای ذی ربط تشکیل دهیم تا برای نحوه ادامه کار را به توافق برسیم.

جنیدی با بیان این که در حال حاضر مساله لوایح چهارگانه در حال بررسی است، گفت: هم‌ا‌طور که می دانید کار ۲ لایحه انجام شده است و ۲ لایحه دیگر که معاهده است انشاءالله در یک کارگروه مشترک بررسی می شود که باید دید به کجای می رسد.

وی در پاسخ به سوال دیگری مبنی بر این که عنوان می شود ایران عضو گروه « FATF» نیست که بخواد با شرط وارد این سازمان شود، گفت: خیر، به هیچ عنوان مساله شرط برای سازمان مطرح نیست.

جنیدی خاطر نشان کرد: اصلاً سازمان FATF به آن معنایی که اطلاق می شود سازمان نیست، چرا که کشورها به صورت کارگروه های منطقه ای، بین المللی و جهانی با کارگروه بین المللی و منطقه ای در آن هستند ایران عضو کمیته اوراسیای FATF است. معاون حقوقی رئیس جمهور تاکید کرد: ایران عضو ناظر است و در همین تحولات هم ندیده ام این موقعیتش را از دست داده باشد.

تحلیل فعال سیاسی از دوگانه اقتصاد و کرونا:

رعایت پروتکل های بهداشتی و قرنطینه یک تکلیف است

فعال سیاسی اصلاح طلب گفت: در شرایطی که کشور در معرض خطر جدی اپیدمی کرونا است و جان تک تک مردم در خطر قرار دارد، سهل انگاری هر فرد به فاجعه جمعی تبدیل خواهد شد.

علی صوفی در گفت و گویا ایسنا، در ارتباط با ضرورت رعایت پروتکل های بهداشتی اظهار کرد: در هر جامعه ای حق حقوقی برای مردم وجود دارد در مقابل تکلیفی هم بر عهده آنان قرار دارد. در جامعه امروز تمامی مردم می دانند که در چهار دیواری خود یک نوع حقوق ووظیفه دارند و در خیابان حقوق و تکلیفی دیگری بر عهده آنان است. وی ادامه داد: در شرایطی که کشور در معرض خطر جدی اپیدمی کرونا است و جان تک تک مردم در خطر قرار دارد، سهل انگاری هر فرد به فاجعه جمعی تبدیل خواهد شد.

این فعال سیاسی اصلاح طلب خاطرنشان کرد: اگر دولت از مردم در خواست حفظ پروتکل ها را دارد برای حفظ جان خودشان است. تکمیت دستخوش این اپیدمی قرار گرفته است اما بیش از آنکه رعایت پروتکل های کرونا امری سیاسی باشد یک امر اجتماعی است. کسب و کار مردم دچار مشکل شده و عزیزانشان از دست می روند؛ تنها چاره برای بازگشت به شرایط عادی رعایت قرنطینه جمعی است.

وی همچنین گفت: کسانی که اهل گشت و گذار هستند باید قبول کنند در شرایط فعلی مجبور به رعایت محدودیت ها هستند. سال گذشته در اسفند و فروردین محدودیت هایی اعمال شدو مردم هم قبول کردند که باید آن پروتکل ها را رعایت کنند؛ تمامی این موارد منجر به کنترل بیماری شد.

صوفی گفت: در آن ایام دو گانه ای بین اقتصاد و سلامت ایجاد شد و همه چه دولت و چه مردم رعایت پروتکل ها را رها کردند. اما امروز می دانیم برای نجات جان مردم، نجات شرایط اقتصادی در بلند مدت و حفظ جامعه به رعایت پروتکل ها نیازمندیم. تا زمانی که واکسن واقعی در بازار ها در اختیار مردم قرار نگیرد چاره ای جز رعایت قرنطینه و اصول بهداشتی نداریم.

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی:

پیشنهاد بخشود گی جرایم بیمه ای کارفرمایان به سران قوا

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی، گفت: پیشنهادتی به مجلس و سران قوامینی بر بخشودگی جرایم بیمه ای کارفرمایان ارائه شده که در صورت تصویب اجرایی می شود.

مصطفی سالاری در خصوص بخشودگی جرایم بیمه ای کارفرمایان، افزود: در مورد بخشودگی جرایم بیمه ای کارفرمایان در حال ارائه پیشنهاداتی به مجلس هستیم و همچنین به ستاد هماهنگی سران قوا نیز به اتفاق ستاد تسهیل بر رفع موانع تولید پیشنهاد مشترکی امضا کرده و ارائه کرده ایم که بتوانیم در شرایطی جرایم سابق کارفرمایان را ببخشیم. وی در پاسخ به این سوال که آیا دوباره همان قانون قبلی بخشودگی جرایم اجرا می شود یا خیر، ادامه داد: در تقریبا به نوعی آن را واضح تر کردیم که محل تقسیرهای مختلف باشند و به هر دو مرجع پیشنهاد کرده ایم و اگر هر کدام تصویب کند آن را اجرایی می کنیم. مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی در خصوص اینکه آیا هم اکنون کارفرمایان می توانند برای قسط بندی جریمه های خود به تأمین اجتماعی مراجعه کنند، تاکید کرد: الان خیر، چون قانونی که این اجازه را به ما می داد اردیبهشت پارسال منقض شده، به همین دلیل در حال حاضر نمی توانند این کار را انجام دهند. سالاری ادامه داد: مگر اینکه ستاد هماهنگی اقتصادی فعلاً بخشودگی جرایم بیمه ای را مصوب کند و این اختیار را به ما بدهد تا بعداً قانونش مصوب شود.

حزیرچی عنوان کرد:

خطرناک ترین نگرانی بابت شیوع کرونا

معاون کل وزارت بهداشت، گفت: در کاهش تردها بعد از آغاز تعطیلی های دولته ای، روند مثبتی را شاهد هستیم.

آیز حزیرچی، چهارشنبه شب در برنامه تیزتر امشب شبکه خبر، افزود: آنچه بعد از آغاز تعطیلی های دولته ای شاهد هستیم، رعایت پروتکل ها و کاهش تردها بوده است. وی با عنوان این مطلب که مردم حماسه های آفریده اند، گفت: اگر مردم همکاری نکنند، خیلی از این اتفاقات مثبت حاصل نمی شود. معاون کل وزارت بهداشت، تاکید کرد: این رعایت‌ها باید ادامه دار باشد و به داخل خانها برسد. حزیرچی ادامه داد: خطرات کترین نگرانی ما از شیوع کرونا، تجمعات خانوادگی در دوره های خانوادهاه است. وی با اشاره به اعمال محدودیت های کرونایی در ۸۹ شهرستان قرمز قبل از شروع تعطیلی های دو هفته ای در کشور، گفت: در این تعداد از شهرستان ها که با تعطیلی شامل رده های دو، سه و چهار همرا ی بود، ۶۹ شهرستان با رعایت پروتکل ها، از وضعیت قرمز خارج شدند و این یک موفقیت بزرگ است. معاون کل وزارت بهداشت افزود: هدف گیری ما کاهش ۲۰ درصدی موارد بستری و ۱۰ درصدی مرگ و میر برای یک ماه آینده است که امیدواریم به اهداف خودمان برسیم. وی ادامه داد: رفتارهای بهداشتی مانع بارافروشی شدن تا بتوانیم بر این بیماری غلبه کنیم. حزیرچی افزود: یکی از آفت ها در کنترل بیماری، رها شدن پروتکل های بهداشتی است که تجربه آن را داریم.

رییس سازمان اداری و استخدای خبرداد

تعطیلی ادارات در هفته آتی

رییس سازمان اداری و استخدای کشور از تعطیلی ادارات در هفته آتی خبر داد. جمشید انصاری پنجشنبه شب با حضور در بخش گفت وگویی ویژه خبری شبکه دوم سیما اظهار کرد: هفته پیش روادار، تعطیل هستند مگر آنکه حضور آن کسانی که به تشخیص مقامات حضور آنان ضروری باشد و این در جلسه دیروز دولت رییس جمهوری ابلاغ شد. وی ادامه داد: از همه می خواهیم این دستور را به صورت جدی عملی کنند و از مردم می خواهم کارهای اداری خود را دوهفته به تعویق بیندازند تا زنجیره خبری قطع شود. مثلاً در شهرداری های بخش، خدمات شهری ارائه می کند و بخشی دیگر، مجوزها را صادر می کند و کسانی که سر کار حضور دارند از بخش ارائه خدمات خبری هستند، لذا قسمت های اداری غیر ضروری نیازی به حضور ندارند. معاون رییس جمهوری عنوان کرد: دولت، این بخشنامه را ابلاغ کرده و شامل همه کارکنان دولت اعم از رسمی و قراردادی و پیمانی و همچنین شامل قرارداد دستگاه با شرکت ها می شود و کاهش نیرو باید در تمام عرصه ها انجام شود و فرقی بین کارکنان شاغل ادارات نیست.

توصیه‌ها و هشدارها

یک متخصص زنان و زایمان هشدار داد:

عوارض خطرناک دخالت در تاریخ تولد

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، نسبت به دخالت والدین در تاریخ تولد نوزاد که ممکن است منجر به بروز عوارض ماندگار، ناتوانی و حتی مرگ فرزند آنها شود، هشدار داد.

پریچهر پورافشاری، با اشاره به اینکه طول دوره بارداری در انسان ۲۸۰ روز یا ۴۰ هفته است، گفت: اغلب زنان باردار که کاندید زایمان طبیعی هستند، در فاصله ۳۹ تا ۴۰ هفته زایمان می کنند اما در حدود ۱۰ درصد آنان ممکن است حاملگی فراتر از ۴۰ هفته ادامه پیدا کند که حداکثر تا ۴۲ هفته باید انجام شود.

این فلوشیپ زنان و زایمان، افزود: گاهی به دلایل مختلفی نظیر بیماری، نداشتن شرایط زایمان طبیعی، مشکلات مادر و جنین و مواردی از این قبیل زایمان به تجویز پزشک به صورت برنامه ریزی شده انجام می گیرد. اما این زایمان برنامه ریزی شده نیز در پایان ۲۹ هفته‌گی حاملگی توصیه می‌شود و هر گز قبل از ۳۹ هفته توصیه نمی‌شود.

به گفته پورافشاری، چچهایی که زودتر از ۳۹ هفته تمام و بدون اندیکاسیون یا مورد اورژانسی متولد می شوند، معمولاً در معرض یکسری عوارض به ویژه عوارض تنفسی و سندرمی به نام دیسترس تنفسی قرار می‌گیرند که این سندرم اغلب در نوزادانی که بین ۳۷ هفته تا ۳۹ هفته متولد می شوند بروز می کند.

عضوهیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، با اشاره به اینکه عوارض تنفسی ایجاد شده گاهی منجر به بروز عوارض ماندگار در نوزاد می شود اظهار کرد: گاهی این دیسترس تنفسی بسیار مقاوم به درمان است و به درمان های رایجی که برای این نوزادان انجام می شود پاسخ نداده و متأسفانه منجر به مرگ نوزاد می شود. پورافشاری ضمن هشدار به والدین تأکید کرد: از دخالت و دستکاری در زمان زایمان مگر در موارد اورژانسی که ادامه حاملگی برای جان مادر و جنین خطر دارد باید جداا احتیاط کرد.

این فلوشیپ زنان و زایمان بیمارستان شهدای تجریش، با بیان این مطلب که زایمان زودتر از ۳۹ هفته به هیچ وجه توصیه نمی شود گفت: متأسفانه این روزها باب شده والدین می‌خواهند تاریخ تولد فرزندشان را یک زمان و روز خاصی قرار دهند که اگر سن بارداری کمتر از ۳۹ هفته کامل باشد اصلاً کار پسندیده‌ای نیست و کاملاً غیر علمی است و اصلاً توصیه نمی‌شود.

وی در پایان ضمن هشدار به والدین، خاطرنشان کرد: عوارض تنفسی که در نوزادان نارس ایجاد می‌شود علاوه بر اینکه ممکن است باعث بروز عوارض ماندگار و ناتوانی در نوزاد شود، بار اقتصادی سنگینی برای خانواده و اجتماع در بر خواهد داشت و گاهی نیز ممکن است منجر به مرگ نوزاد شود.

کارشناس مسوول مرکز بیماری های واگیر وزارت بهداشت:

در باران چگونه ماسک بزنیم؟

کارشناس مسوول بیماری های واگیر مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت درباره چگونگی استفاده از ماسک در روزهای بارانی توضیح داد.

دکتر دادرس درباره نحوه استفاده از ماسک در روزهای بارانی، گفت: در حال حاضر با توجه به اینکه در بحران کرونا به سر می بریم و استفاده از ماسک به عنوان یک ابزار محافظتی در برابر این بیماری مهم است، موضوع نحوه استفاده از ماسک در روزهای مرطوب و بارانی پاییز و زمستان مطرح می شود. همانطور که می دانید ماسک ها انواع مختلفی دارند، اما ماسکی که به طور معمول استفاده می کنیم، ماسک سه لایه جراحی و ماسک یکبار مصرف است. در کنار آن ماسک های پارچه ای و.. هم وجود دارند.

وی افزود: موضوعی که باید به آن توجه کنیم، این است که ماسک های یکبار مصرف مدت زمان استفاده دارند.

دادرس ادامه داد: در صورتی که هوا و رطوبت هوا معتدل باشد، معمولاً این ماسک ها بین چهار تا شش ساعت می توانند جلوی انتقال و انتشار بیماری را بگیرند، بعد از آن به دلیل نفس کشیدن یا رطوبت هوا، این ماسک ها مرطوب شده و عملاً خاصیت پیشگیری از انتقال و انتشار بیماری را از دست می دهند. بنابراین مجبوریم که ماسک را تعویض کنیم.

به گفته وی، در شرایط پاییز که رطوبت هوا بیشتر بوده و بارندگی وجود دارد و ممکن است قطرات باران بر روی ماسک نیز بیارد، مدت زمان استاندارد استفاده از ماسک، کاهش می یابد. بر این است هر زمان که ماسک خیس شده و یا رطوبت پیدا کند، باید آن را تعویض کنیم.

دادرس گفت: البته کارکرد ماسک های پارچه ای در این مورد بهتر است. زیرا هر زمان خیس شود، میتوانید آن را تعویض کرده و اجازه دهید تا خشک شود و با حرارت، رطوبت آن از بین رود و مجدداً از آن استفاده کنید.

بنابر اعلام صفحه اینستاگرامی ویدا، وی تأکید کرد: باید توجه داشته باشید در صورتی که ماسک های یکبار مصرف، رطوبت گرفته یا خیس شوند، قطعاً باید دور انداخته شوند و نمی توان آن را خشک کرده و مجدداً استفاده کرد؛ چرا که کارایی خود را از دست می دهند.

متخصص آسیب های ورزشی:

برای کاهش خطر ابتلا به واریس چه اقداماتی انجام دهیم؟

متخصص آسیب های ورزشی گفت: برای تقویت عضلات پا باید تمرینات قدرتی مستمر انجام و تغذیه سالم رعایت شود.

عارف سعیدی متخصص آسیب های ورزشی و مدرس دانشگاه تهران بیان کرد: برای تقویت عضلات پا، اگر هدف بر جسته شدن عضله است باید تمرینات قدرتی با وزنه صورت بگیرد. در صورتی که هدف استقامت و بالا بردن تحمل عضلانی است باید از وزنه های کم با تکرار زیاد استفاده شود.

او افزود: موضوع تغذیه برای دریافت پروتئین کافی نکته حائز اهمیت دیگر است؛ بنابر این تغذیه خود را برای استقامت عضلانی جدی بگیرید که متخصصان تغذیه در این زمینه مشاوره های لازم را ارائه می دهند.

این متخصص آسیب های ورزش مطرح کرد: تقویت عضلانی برای درمان واریس به طور قطعی موثر نیست. برای کاهش ابتلا به واریس در مرحله اول باید اقدامات پیشگیرانه مانند عدم ایستادن و نشستن زیاد را رعایت کنیم. در صورتی که به دلیل برخی شرایط مجبور به نشستن زیاد هستیم، یک میز یا صندلی زیر پای خود قرار دهیم که از میزان خم شدن زانو کاسته شود.

سعیدی بیان کرد: باید به این نکته توجه داشت که نشستن و بی حرکتی باعث ضعیف شدن پمپ عضلانی شده و در نتیجه رگ های واریسی بیشتر ایجاد می کند. کارمندان و افرادی که از حالت نشسته بیشتر استفاده می کنند و مستعد ابتلا به واریس هستند، سعی کنند دقیقه یکبار در مکان فعالیت خود قدم برند. همچنین توصیه می شود بعد از بازگشت به منزل ۱۵ دقیقه دراز بکشند و پاهای خود را در سطح بالاتری قرار و مچ پای خود را نرمش دهند.

مدرس دانشگاه تهران افزود: افرادی که زیاد سرپا هستند، سعی کنند روی هر دو پا به یک میزان وزن خود را قرار ندهند و وزن را بین پاهای خود جابجا کنند و مچ پای آزادتر را مورد نرمش قرار دهند.

سعیدی در پایان تصریح کرد: در کل توصیه می شود از حالت ثابت ماندن به مدت زیاد پرهمز کنید و در مکان فعالیت یا کار خود نرمش مچ پاها و قدم زدن را فراموش نکنید.



«من و کرونا»؛ چطور سیستم ایمنی خودمان را افزایش دهیم؟

استفاده می کنند.

به طور مثال فرد خوش بین در Coping (مقابله) با بیماری کرونا به جای فکرهای منفی و درماندگی با تمرکز بر توانمندی هایش و شرایط موجود از راهکارهای مناسب پیشگیری از ابتلا به بیماری استفاده می کند. جایگزین مطالعه اخبار منفی به مطالعه کتاب های مفیدی همچون کودک خوش بین سیلیگمن می پردازد. از همنشین با افرادی که با بدبینی به دنیایگاه می کنند پرهیز می کند و با تکیه بر توانمندی هایش اهداف خود را مشخص کرده و زندگی خود را با شرایط موجود برنامه ریزی می کند و بهترین شرایط را فراهم می کند.

تاب آوری

تاب آوری یک فرایند پویاست که به موجب آن افراد هنگام روبهرو شدن با سختی رفتارهای سازگارانه مثبتی از خود نشان می دهند. تاب آوری توانایی یا قدرت بازگشت به حالت با موفقیت بعد از خمیده شدن، فشرده شدن یا کشیده شدن است. تاب آوری به معنای انعطاف پذیری، توانایی تسلط یا برگشت به حالت عادی پس از مواجهه با استرس و چالش شدید است. در واقع تاب آوری ظرفیت خود برای پاسخ دادن و حتی شکوفا شدن در وضعیت فشارزای مثبت یا منفی است. چگونگی روش تغییر و تفسیر و مدیریت افکار به فرد کمک می کند تا با عزت نفس و اعتماد به نفس با فکر و نگاهی مثبت به موقعیت ها بنگرد، تا اضطراب خود را کنترل کند. تاب آوری در واقع چگونگی چیره شدن بر استرس و گرفتاری است. به طور مثال در سبک زندگی روزهای قرنطینه خانگی افراد تاب آور به دنبال تغییر سبک زندگی خود هستند و با استفاده از راهکارهای مفید مثل ورزش کردن، وقت گذاری بیشتر با خانواده، بازی با کودکان و انجام کارهای هنری مثل نقاشی، خیاطی، بر منابع اضطرابی خود غلبه می کنند و این تهدید را به فرصت تبدیل می نمایند.

«خودکارآمدی»

خودکارآمدی باوری است که فرد در مورد توانایی هایش دارد و بر اساس این باور میزان موفقیت های خود را تخمین می زند و برای رسیدن به اهداف خود برنامه ریزی و ساماندهی می کند. از نظر بندورا وقتی که افراد خود را بدون صلاحیت لازم در مقابله با رویدادهای بالقوه خطرها و تهدیدکننده می بینند دچار هراس می شوند. خودکارآمدی پایین به این دلیل که موجب عدم مدیریت افکار منفی در خود می شود فرد را دچار اضطراب می کند. جهت افزایش خودکارآمدی خود می توان به مدیریت افکار خود بپردازید و افکار منفی خود را به چالش کشید. همچنین می توانید لیستی از صفات اکتسابی و غیر اکتسابی خود تهیه کنید. سپس به آن لیست توانمندی ها و تجربه های مثبت خود را اضافه کنید.

می توانید به عنوان یک بازی خانوادگی از همه اعضای خانواده بخواهید که مجموعه ای از توانمندی های خود را یادداشت کنند. پس این لیست را در جمع خانواده با صدای بلند بخوانند. هر کس برای سایر اعضای خانواده تعریف کند که چگونه از توانمندی های خود استفاده می کند و مهمتر از آن سعی کنید در فضای خانواده از انجام داد کارهای تازه توانمندی های خود و سایر اعضای خانواده را افزایش دهید. هر چه توانمندی افراد بالاتر رود خودکارآمدی آن ها افزایش می یابد. در پایان لیستی از توانمندی ها را برای شما ذکر می نمایم تا در فضای خانواده به تقویت آن ها بپردازید.

- خلاقیت، اصالت، علاقه به یادگیری، شاکر بودن، همدلی، مهربانی، صداقت و...

مدرس دانشگاه



ریحانه صبورنژاد

۲- راهکارهایی برای رسیدن به آن اهداف خلق می کنند.

۳- انگیزه لازم را برای اجرای این راهکار ایجاد می کنند و در طول مسیر انگیزه خود را حفظ می کنند.

- در واقع می توان گفت مؤلفه امید در مورد بیماری، ترس را با منطق می آمیزد و آن را تعدیل می نماید. فرد را به انجام دستورات و توصیه های پزشکان هدایت می کند تا به جهت ارتقای سلامتی خود اقدامات لازم را انجام دهد. در واقع فرد امیدوار منفعل نیست و برای سلامتی خود و خانواده اش تلاش می کند. خوش بینی معادل واژه انگلیسی Optimism به معنای حالت مطلوب، حد مطلوب می باشد خوش بینی در لغت به معنای امیدوار بودن و اطمینان داشتن به آینده یا نتیجه موفقیت آمیز هر چیز تعریف شده است. سیلیگمن روانشناس مثبت قرن حاضر خوش بینی را به یک صنعت پایدار ارثی، بلکه متغیری آموختنی و اکتسابی می داند و پس از تحقیقات فراوان نظریه خوش بینی خود را در کتاب مفید کودک خوش بینی این گونه معرفی می کند: «افراد خوش بین و بدبین از نظر سبک تبیین و نوع نگاه به رویدادهای زندگی با یکدیگر متفاوت هستند یعنی فردی که رویدادها را به عنوان عوامل درونی، همیشگی و فراگیر نسبت می دهد.

به خود، دیگران و آینده خوش بین است. زیرا خود و تمام توانمندی هایش را با تمام وجود باور دارد. و این توانمندی را ویژگی ثابت و پایدار به شمار می آورد. اما فردی که رویدادهای زندگی را به عوامل بیرونی، موقت و حاضر نسبت می دهد.

به خود، دیگران، پدیده ها، رویدادهای زندگی، نگاهی بدبینانه دارد. زیرا عوامل بیرونی از قلمرو توان چنین فردی بیرون است و او فکر می کند نمی تواند اوضاع را کنترل کند. بنابراین دچار درماندگی و افسردگی می شود. پژوهش های تجربی نشان می دهند، خوش بینی انطباق با بیماری هایی همچون انواع سرطان ها و آرتریت روماتوئید و... را آسان تر می کند. افراد خوش بین برای مقابله با رویدادهای تنش زا و مسئله ساز زندگی به جای به کارگیری راهبردهای متمرکز بر هیجان و اجتنابی، از راهبردهای مسئله مدار

یک متخصص تغذیه عنوان کرد:

راهکار های مقابله با کبد چرب



یک متخصص تغذیه با اشاره به عوامل ابتلا به کبد چرب، به ارائه توصیه های تغذیه ای جهت جلوگیری از بروز این بیماری پرداخت.

احمد رضا درستی، در گفت: بیماری کبد چرب غیر الکلی یک بیماری رایج است که متأسفانه در ظاهر افراد مشخص نیست در حالی که چربی بالای کبد مانند هپاتیت سبب تغییر رنگ چشم ها می شود و تنها با انجام آزمایش تشخیص آن امکان پذیر است.

مدیر گروه تغذیه دانشگاه علوم پزشکی تهران اظهار کرد: بروز بیماری کبد چرب در بعضی از افراد می تواند همراه با سرگیجه، ناراحتی گوارشی باشد اما در بیشتر مواقع مانند بیماری دیابت می تواند به صورت پنهان باشد و خطرات آن همچنان برقرار باقی بماند.

وی با تأکید بر نقش کبد به عنوان یکی از اعضای اصلی بدن بیان کرد: ویتامین های محلول در چربی، اسیدهای چرب و به طور کلی هر مواد مغذی حاصل از مواد غذایی ما توسط کبد ذخیره می شوند برای مثال کبد ورزشکاران گلیکوزل مورد نیاز آنها را تأمین می کند و یا در زمان روزه داری در طول ساعاتی که روزه هستیم بدن از طریق گلوکز حاصل از کارکرد کبد سوخت و ساز مورد نیاز خود را تأمین می کند بنابراین اگر عملکرد کبد درست نباشد فرد ضعیف می شود.

درستی عنوان کرد: در صورت مصرف کربوهیدرات کبد که مسئولیت ذخیره مواد را برعهده دارد کربوهیدرات را ذخیره می کند به این ترتیب چربی افزایش می یابد در چنین مواقعی کبد شبیه به پلاستیک شده و شروع به خفه شدن می کند که در اصطلاح پزشکی به آن سیروز کبدی گفته می شود، متأسفانه در بیماریانی که در موارد حاد ابتلا به کبد چرب هستند کبد غیر قابل برگشت است و منجر به مرگ می شود. وی با اشاره به نقش تغذیه نامناسب در بروز کبد چرب اظهار داشت: کاهش مصرف غذاهای فوری، ارزان و پرچرب، فست فودهایی که در روغن های اکسید شده تهیه می شوند همچنین نان ها و برنجی که با آرد سفید تهیه شده اند؛ میوه ها، لبنیات، سبزیجات و غلات سبوس دار در کنار افزایش مصرف نان های سبوس دار مانند نان جو، برنج قهوه ای (در صورت مصرف از برنج سفید آن را به یک تا دو بار در هفته آن هم به صورت دم کرده محدود کنید) نقش بسیار مهمی در بروز کبد چرب دارد.

این متخصص تغذیه گفت: کله پاچه به عنوان یکی از غذاهای بسیار مضر برای کبد است، چرا که کبد مسئولیت ذخیره مواد مغذی را دارد، از آنجایی که کله پاچه از تری گلیسیرید بالایی برخوردار است می تواند چربی کبد را بالا ببرد. همچنین برخلاف تصور عموم مبنی بر مصرف گوشت، مرغ و ماهی، باید گفت در صورت زیاده روی در مصرف هریک از این فرآورده ها پروتئین و چربی فراوانی به کبد می رسد همچنین میزان اسیداوریک در بدن بالا رفته که می تواند در مفاصل رسوب و عملکرد کلیه را نیز کاهش دهد.

درستی در آخر تأکید کرد: مصرف سبزیجات پخته و خام مانند ربواسب، کلم، کرفس، هویج، شلغم، لپو، سبزی خوردن، گوجه، کاهو، خیار، میوه ها به صورت دو تا سه واحد در روز برای مثال انار به همراه دانه و ورقه های نارنگ آن و پرتقال به همراه پوست سفید نارنگ آن؛ شیر و لبنیات کم چرب؛ کاهش مصرف شیرینی هایی مانند عسل، مربا، شیرینی، نوشابه، نوشیدنی های شیرین؛ خواب و فعالیت مناسب تا حد زیادی از بروز کبد چرب جلوگیری می کند.

اینفوگرافه



اخبار

از سوی مدیر تیم مطرح شد؛

تیم هندبال پاس قم تهدید به انحلال کرد

مدیر تیم هندبال پاس قم ضمن تهدید به اعلام انحلال این تیم، دلیل این تصمیم را عدم حمایت مسئولان استان ویی توجهی همگان به این تیم عنوان کرد محسن ولیان در گفت وگویی اظهارداشت باتوجه به عدم حمایت مسئولان در استان قم ویی توجهی همگان به این تیم، بر خلاف میل باطنی باتوجه به شایستگی های بازیکنان ونتایج خوبی که تا اینجای لیگ برتر بدست آوردیم در صورت ادامه این وضعیت، مجبور به اعلام انحلال تیم خواهیم شد.

ولی ادامه داد: از کل هزینه های تیم، فقط مبلغ ۲۰ میلیون تومان توسط اداره کل ورزش وجوانان به این تیم لیگ برتری کمک شده است.

مدیر تیم هندبال پاس قم افزود: تیم ما توقع زیادی از مسئولان و نمایندگان مجلس استان قم نداشته است اما همگان با اینکه این تیم ظرفیت بالایی دارد به آن به طور کامل بی توجه هستند.

ولیان تأکید کرد: تا کنون به جز کمک اندک اداره کل ورزش و جوانان قم، هیچ کمکی به ما نشده و این در حالی است که اکثر تیم های حاضر در لیگ برتر در رشته های مختلف کمک های میلیاردی از مسئولان ونهادهای دولتی استان خود دریافت کرده اند.

وی ادامه داد: بنده چندین مرتبه مصاحبه کردم واعلام نمودم که اگر به این تیم کمک نشود این تیم هم به خاطر ها خواهد پیوست و به طور رسمی انحلال تیم را اعلام خواهیم کرد.

تلاش خبرنگار ایرنا برای پیگیری وضعیت این تیم از مسئولان استان ادامه دارد. مدیر تیم هندبال پاس قم پیش از این در ۲۵ آبان ۹۹ در نشست خبری با تأکید بر اینکه این تیم از نظر مالی به شدت دچار مشکل است، حمایت از تیم پاس قم را مطالبه جامعه هندبال از مسئولان استان دانسته بود.

هندبال پاس قم سال گذشته با تکیه بر ظرفیت جوانان بومی پس از هفت سال موفق به کسب مجوز صعود به لیگ برتر شد و این مهم در حالی رقم خورد که این تیم با مشکلات زیادی دست به گریبان بوده و هست.

دور رفت فصل جاری لیگ برتر هندبال مردان کشور طی دو مرحله برگزار شد که مرحله رفت این مسابقات در روز جمعه، ۲۳ آبان ماه به پایان رسید.

صنعت مس کرمان، نفت و گاز گچساران، فولاد مبارکه مسابهان، نیروی زمینی شهید شاملی کارزون، ستارگان دشتستان، فراز یام خائیز دهدشت، زغال سنگ طلس، ذوب آهن اصفهان، کیمیا کاشک کردستان، پرسپولیس بهبهان، پاس ناجا قم و پرواز هوانیروز تیم های حاضر در این دوره از لیگ برتر هندبال هستند.

رئیس هیات تیراندازی استان قم خبرداد

توسعه تیراندازی قم با مشارکت نهادهای دولتی و خصوصی

رئیس هیات تیراندازی استان قم از آمادگی این هیات برای مشارکت با ارگان ها و نهادهای دولتی و خصوصی در زمینه آموزش و توسعه تیراندازی و حضور در مسابقات کشوری خبر داد.

محمد متقیان نژاد اظهار کرد: هیأت تیراندازی استان قم آمادگی هرگونه همکاری و مشارکت با تمامی ارگان ها و نهادهای خصوصی با بخش خصوصی در راستای ترویج و آموزش تیراندازی، اعزام تیم به مسابقات کشوری مختلف، حمایت و همکاری در راستای تجهیز برای احداث سالن تیراندازی و سایر زمینه های را دارد.

وی با بیان اینکه بخشی از تجهیزات رشته تیراندازی تغییر کرده و هم اکنون یکی از نیازهای اساسی این رشته به شمار می رود، اضافه کرد: هیأت قم در بحث سالن های الکترونیکی یکی از چند هیأت سراسر کشور است که به این تجهیزات مجهز نشده، در واقع اکثر استان ها حداقل یک سالن الکترونیکی در اختیار هیأت را دارند که بیشترین حمایت را هم در بحث تجهیز این رشته ادارات کل استان ها انجام داده اند.

رئیس هیات تیراندازی استان قم خاطرنشان کرد: با توجه به اینکه قم یک شهر مذهبی و پایگاه شیعه محسوب می شود، زبینه نیست که در رشته تیراندازی که یک ورزش سفارش شده و مورد تأکید سر دین مبین اسلام است، حداقل یک سالن ورزشی مجهز ویا امکانات روز این رشته نداشته باشد.

وی عنوان کرد: با حمایت های مدیرکل ورزش و جوانان استان قم خوشبختانه بعد از چند سال پیگیری و تلاش توانستیم فضای مناسبی را آماده کنیم و با توجه به شرایط کرونایی و احتمال اینکه برگزاری مسابقات به صورت آنلاین باشد الان نیاز اساسی و مهم رشته تیراندازی، بر خورداری از دستگاه الکترونیکی است و اگر این دستگاه نباشد هیچ گونه مسابقه رسمی و تمرین رسمی را نمی توانیم برگزار کنیم.

متقیان نژاد تصریح کرد: اگر نتوانیم شرایطی را فراهم کنیم که این دستگاه ها در اختیار ورزشکاران این رشته قرار بگیرد، در واقع نباید انتظاری از تیراندازان قم داشت و فقط می توانیم در موضوع همگانی این رشته فعالیت کنیم اما در بخش حرفه ای هیچ حرفی برای گفتن نخواهیم داشت که امیدوار هستیم، مدیرکل ورزش و جوانان و معاونت توسعه منابع و پشتیبانی این اداره حاکمیت های لازم را داشته باشند تا بتوانیم این دستگاه ها را برای تیراندازی قم فراهم کنیم.

لیگ برتر فوتبال؛

شهر خور و بازی برده را با تساوی عوض کرد

تیم شهر خورده که با گل دقایق پایانی «معراج پورتنقی» از صنعت نفت آبادان پیش افتاده بود با دریافت گل تساوی توسط «طالب ریکانی» مقابل این تیم متوقف شد و از کسب پیروزی خانگی باز ماند.

روز (پنجشنبه) و در هوای سرد ورزشگاه امام رضا (ع) که با وزش باد شدید همراه شده بود، تیم شهر خورده از صنعت نفت آبادان پذیرایی کرد و با کسب تساوی یک بر یک برابر این تیم متوقف شد.

ابتدا پورتنقی در دقیقه ۸۲ توپ را درون دروازه صنعت نفت جای داد و تیمش را پیش انداخت.

«طالب ریکانی» نیز در دقیقه ۹۰+۲ از روی نقطه پنالتی گل تساوی بخش صنعت نفت (به ثمر رساند و بازی را به تساوی کشاند.

شاگردان «سید مهدی رحمتی» که در هفته نخست رقابت های لیگ برتر تیم ماشین سازی را با نتیجه قابل توجه سه بر صفر شکست داده و در هفته دوم با نتیجه یک بر صفر مغلوب پیکان شده بودند، با کسب یک امتیاز این دیدار ۴ امتیازی شدند. شاگردان «سیروس پورموسوی» نیز که در هفته نخست با نتیجه ۲ بر یک از سد پیکان گذشته و در هفته دوم با نتیجه یک بر صفر مقابل پرسپولیس مدافع عنوان قهرمانی این رقابت ها شکست خورده بودند، با کسب تساوی در این دیدار ۴ امتیازی شدند. بدین تیم شهر خورده به صورت موقت در جایگاه ششم و صنعت نفت در جایگاه نهم جدول رده بندی این رقابت ها قرار گرفت.

در نیمه نخست این دیدار بازیکنان تیم صنعت نفت آبادان با ارسال های بلند پشت مدافعان که دنبال باز کردن دروازه میزبان بودند که البته این تلاش ها برای آنان نتیجه ای در بر نداشت. در نقطه مقابل نیز بازیکنان تیم شهر خورده بر حفظ توپ و بازی مالکانه و تجمع در پشت محوطه جریمه تأکید داشتند اما این تاکنیک هم به آنان برای رسیدن به گل نیز موفقیت آمیز نبود و دروازه ۲ تیم در پایان این نیمه بسته ماند. نیمه دوم با همان روند نیمه اول آغاز شد و صنعت نفت سوار بر بازی بود تا اینکه در دقیقه ۵۲ مدافع میانی صنعت نفت آبادان پشت محوطه جریمه «صادق صادقی» را سرنگون کرد و داور به سود شهر خورده اعلام خطا و ضربه مستقیم کرد. اما «رحمان جعفری» از این فرصت بخت کرده بهره ای نبرد و به راحتی این موقعیت را از دست داد. در ادامه، بازی بیشتر در میانه میدان در جریان بود و با خطاهای مکرر بازیکنان سرعت بازی کم شد.

در دقیقه ۸۲ و به دنبال حملات گسترده شهر خورده و بدست آمدن کرنرهای مکرر این تیم «معراج پورتنقی» بازیکن تعویضی از روی ارسال صادق صادقی با ضربه سری دیدنی دروازه «فرزین گروسیان» را باز کرد و شادمانی را به اردوی تیمش آورد.

توقف مدافع عنوان قهرمانی در مسجد سلیمان؛

پرسپولیس بی زهر؛ این تیم مدعی نیست



تیم فوتبال پرسپولیس در ادامه عملکرد ضعیفش در فاز تهاجمی برابر نفت مسجدسلیمان به تساوی صفر بر صفر رضایت داد. مدافع عنوان قهرمانی در سه بازی ابتدایی فصل خود تنها یک گل به ثمر رسانده است.

به گزارش ایرنا: عصر روز (پنجشنبه) در هفته سوم لیگ برتر فوتبال باشگاه های ایران، نفت مسجدسلیمان در ورزشگاه «شهید بهنام محمدی» به مصاف پرسپولیس رفت که این دیدار با تساوی بدون گل همراه شد.

قضاوت این دیدار را بر عهده داشت. «شکان خورشیدی» با کمک های «علیرضا ایلدوم» و «هادی طوسی» قضاوت این دیدار را بر عهده داشت. پرسپولیس با چند تغییر نسبت به دیدار گذشته و نیمکت نشینی «وحید امیری» و «احسان پهلوان» و حضور «بشار رسن» و «کمال کامیابی نیا» در ترکیب اصلی، بازی را آغاز کرد.

«یحیی گل محمدی» سرمربی پرسپولیس که در دیدار قبلی تیمش از روی نیمکت اخراج شد، بازی امروز را از روی سکوها تماشا کرد. در دقایق ابتدایی، توپ به طور متوالی در میانه میدان از سوی بازیکنان از دست می رفت.

در دقیقه ۱۴ ضربه سر «محمد بلیلی» نخستین فرصت بازی را ایجاد کرد اما توپ از کنار دروازه میهمان بیرون رفت.

دقیقه ۲۰ ارسال «سعید آقایی» پرسپولیس را در موقعیت ایده آلی قرار داد که «مهدی عبدی» با یک دقتی توپ را به کنار دروازه میزبان پویید.

در دقیقه ۲۸ حکرت تیمی زیبای بازیکنان پرسپولیس، «بشار رسن» را در آستانه گلزنی قرار داد که این هافبک عراقی با خطای دروازه بان میزبان سرنگون شد و داور با تأخیر چند ثانیه ای، اعلام پنالتی کرد.

«سیامک نعمتی» پشت توپ ایستاد که ضربه او به تیرک دروازه نفت بر خورد کرد و گل نشد.

در ابتدای نیمه دوم، «وحید امیری» و «احسان پهلوان» جایگزین «مهدی شیری» و

شاگردان عباس مرشدی به دنبال صعود به لیگ برتر هستند

شیمیدر حامی خانه بسکتبال قم در لیگ دسته اول ایران

تیم خانه بسکتبال قم با اعلام رسمی اعضای کادر فنی خود و پیگیری منظم و با برنامه تمرینات، آماده حضور موفق در لیگ دسته اول بسکتبال باشگاه های کشور می شود.

برپایه این گزارش، از آخرین حضور تیمی به نمایندگی از استان قم در مسابقات لیگ دسته اول بسکتبال مردان باشگاه های کشور چیزی نزدیک به سه سال می گذرد، سال ۱۳۹۶ که تیمی به نام هیات بسکتبال قم در این لیگ به میدان رفت و بعد از آن قهی با بیشتر در لیگ دسته دوم تیم داشتند.

از سال ۱۳۹۸ که تیم پرآوازه و مطرح شیمیدر به استان قم منتقل شد، بسکتبالی ها شور و انگیزه فراوانی پیدا کردند، رونق در این رشته بار دیگر رواج یافت و حالا به پشتوانه همین باشگاه موفق و شاخص بسکتبال کشور، استان قم نیز بار دیگر به لیگ دسته اول بسکتبال کشور بازگشته است.

در سالی که منتهی به بازی های المپیک است و بسکتبال یکی از رشته های المپیک ورزشی ایران به شمار می رود، تیم خانه بسکتبال امسال با حمایت شرکت شیمیدر سلف نماینده استان قم در مسابقات لیگ دسته اول بسکتبال مردان باشگاه های کشور است. تیمی که سکان هدایت آن به یکی از مربیان با تجربه و با سابقه بسکتبال ایران یعنی عباس مرشدی سپرده شده و بسکتبال قم با این مربی آن شما برای صعود به لیگ برتر رقابت خواهد کرد.

همچنین محمود چراغ اسماعیلی داور بین المللی و پیشکسوت بسکتبال ایران مسوولیت سرپرستی این تیم را بر عهده دارد، ضمن اینکه حمیدرضا سلیم و مهدی رحیمی مربیان این تیم هستند و سجاد عبدللهی نیز به عنوان مربی بدن ساز دیگر عضو کادر فنی نماینده دسته اولی بسکتبال قم در فصل ۱۳۹۹ مسابقات باشگاه های کشور است.

نکته جالب راجع به سرمربیگری عباس مرشدی در تیم خانه بسکتبال قم این است که قمی ها شناخت کاملی از مرشدی دارند زیرا این مربی در سال ۱۳۸۹ هدایت را و ترابری قم را بر عهده داشت و با کسب مقام قهرمانی لیگ دسته اول باشگاه های کشور به لیگ برتر بسکتبال صعود کرد و در سال ۱۳۹۷ نیز هدایت خلیج فارس قم را در لیگ دسته دوم ایران انجام داد.

مارادونا تا بد جاودانه می ماند

خدا حافظ «دون دیگو»

جهانی ۱۹۸۶ میکزی، ورق بخت شماره ۱۰ ریزه نقش آرژانتینی هارگشت.

«دون دیگو» در این جام جهانی زیبایی فوتبال را به نمایش گذاشت و یک تنه تیم ملی آرژانتین را به قهرمانی رساند و بر جام طلایی بوسه زد.

«دون دیگو» در این جام جهانی پنج گل به ثمر رساند و تا کسب عنوان آقای گلی که به «گری لینکر» انگلیسی رسید، یک گل فاصله داشت.

«دون دیگو» در این جام جهانی بهترین بازی دوران خود را در این بازی تیم انگلیس مغلوب شد و «دون دیگو» دوبار

دروازه انگلیسی ها را باز کرد؛ یکبار با عبور از پنج بازیکن و دریل دروازه بان و گل دوم را پس از پروازی بلند با دست

روانه فاتحان جنگ «فالكلند» (مالویناس) کرد.

«دون دیگو» پس از این بازی گفت: «این گل کمی با سر و کمی با دست خدا به ثمر رسید».

جام جهانی ۱۹۹۰ همه نگاه ها به ساقی های «دون

شنبه - هشتم آذر ماه ۱۳۹۹ - سال بیست و سوم - شماره ۵۱۲۳

سیاسی، اجتماعی، فرهنگی، علمی، ورزشی و هنری

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: حیدر ضیفی

قائم مقام مدیر مسئول و سرپرست: حسین عبداللہی

مذہب تہذیبہ: روح الہی کرمانی چمکرانی

طراح صفحہ: از: محسن عبداللہی

مدیر عمل: منور محمدی، ناز محمدی، خدیوہ بی

تلفن: ۳۷۱۰۰۰۰ - ۳۷۱۰۰۰۰ - ۳۷۱۰۰۰۰

نشانی: قلعہ فیروز آباد، ضلع فیروز آباد، کراچی

www.emandaily.org

emailnews@yahoo.com

۱۷/۱۱/۱۶: طلعہ آفتاب: ۷:۴۰ - ۷:۴۵ ظہر: ۱۱/۵ مغرب: ۱۷/۱۶

امام رضا علیه السلام

«هر کس اذان و اقامه بگوید، دو صف از فرشتگان، پشت سرش نماز می گزارند و هر کس بدون اذان اقامه بگوید، تنها یک فرشته در سمت راست او یکی در سمت چپ او می ایستد.» سپس فرمود: «دو صف از غنیمت بشمار.»

کناد، بی لا یحضره الفقیه؛ ج ۲، ص ۲۸۷، ا.م.م.

شنبه - هشتم - آذر ۱۳۹۹ - سال بیست و سوم - شماره ۵۱۳۱

فرمانده انتظامی شهرستان قم در دستگیری فرد مسلح به اسلحه شکاری که قصد تیراندازی به اعضای خانواده او را داشت، خبر داد.

مراد حسین جعفریان اظهار کرد: در پی اعلام مرکز فوریت های پلیس ۱۱۰ مبنی بر احتمال وقوع درگیری بین چند نفر از اعضای یک خانواده در قم، بلافاصله مأموران کلانتری ۱۷ شهید بهشتی به منظور بررسی موضوع به محل اعزام شدند. او افزود: یکی از این افراد قصد داشت به اعضای خانواده با سلاح شکاری تیراندازی کند که با اقدام به موقع دستگیر شد. فرمانده انتظامی شهرستان قم تأکید کرد: پلیس با قاطعیت با افرادی که بخوانده نظم و امنیت را برهم زنند برابر قانون برخورد خواهد کرد.

سرهنگ جعفریان در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به اجرای طرح مقابلۀ با اراذل و اوباش در حوزه کلانتری ۱۷، در دستگیری ۴ تن از اراذل و اوباش خبر داد و گفت: افراد مذکور طریفین درگیری با سلاح سرد بودند که توسط دستگیر شدگان دستگیر شدند و اسلحه سلاح سرد از آنان ضبط شد.