

قیمت سکه و طلا در بازار ایران	
طلا در ایران	آخرین نرخ
یک مثقال طلا	۴,۴۶۸,۰۰۰
یک گرم طلای ۱۸	۱,۰۳۱,۴۰۰
انواع سکه	آخرین نرخ
سکه بهار آزادی	۱۰,۰۹۰,۰۰۰
سکه امامی	۱۰,۱۰۰,۰۰۰
نیم سکه	۵,۲۱۰,۰۰۰
ربع سکه	۲,۷۸۰,۰۰۰
سکه یک گرمی	۱,۸۹۰,۰۰۰

آخرین قیمت انواع محصولات ایران خودرو	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
۲۰۶ تیپ ۵	۳۷,۰۰۰,۰۰۰
دنا با موتور EF۷	۴۳,۰۰۰,۰۰۰
پژو ۴۰۵ GLX	۲۸,۰۰۰,۰۰۰
پژو ۴۰۵ SLX	۳۱,۰۰۰,۰۰۰
پژو پارس ELXسال	۳۳,۰۰۰,۰۰۰
پژو پارس سال	۳۵,۴۰۰,۰۰۰
تندر ۹۰ E۲	۳۶,۰۰۰,۰۰۰
رانا LX	۳۲,۸۰۰,۰۰۰
رانا TU۵	۳۳,۳۰۰,۰۰۰
سمند LXسال	۳۰,۳۰۰,۰۰۰
سمند EF۷	۳۰,۳۰۰,۰۰۰
سورن ELX	۳۵,۸۰۰,۰۰۰

آخرین قیمت انواع محصولات سایپا	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
زوتی Z۳۰۰	۵۷,۰۰۰,۰۰۰
سایپا کار EX۱۵۱۱	۱۷,۴۲۰,۰۰۰
سایپا۱۱۱	۲۰,۶۰۰,۰۰۰
سایپا ۱۳۲ SE	۲۰,۱۰۰,۰۰۰
سایپا ۱۴۱ SE	۱۸,۰۰۰,۰۰۰
سایپا۱۳۱	۱۹,۰۰۰,۰۰۰
آخرین قیمت انواع محصولات مدیران خودرو	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
MVM ۳۱۵	۳۹,۵۰۰,۰۰۰
MVM ۵۵۰دنده ای	۴۶,۰۰۰,۰۰۰
تیگو X۳۳	۵۳,۰۰۰,۰۰۰

مکت	
معول وزیر کشاورزی خبر داد:	
غارت آب از ۳۵۰ هزار چاه غیر مجاز	
معول آب و خاک وزارت کشاورزی با اشاره به اینکه بیش از ۳۵۰ هزار حلقه چاه غیرمجاز در کشور وجود دارد که آب را غارت می کنند، گفت: هر ساله ۲۰ میلیارد متر مکعب آب در کشور از این طریق غارت می شود.	
علی‌مراد اکبری در گفت‌وگو با ایسنا در چهارمحال و بختیاری، اظهار کرد: باید در چهارمحال و بختیاری برنامه‌های مدون تهیه شود که طی چند سال همه مزارع به صورت میکرو آبیاری شوند.	
وی با اشاره به اینکه در چهارمحال و بختیاری شرایط برای این نوع آبیاری مهیاست، افزود: در این استان مشکلاتی همچون شوری خاک دارند وجود ندارد.	
یک وزارتخانه به تنهایی نمی‌تواند این موضوع را کنترل کند و باید وزارت جهاد کشاورزی، قوه قضاییه، صدا و سیما و خبرنگاران در این جهت همکاری کنند.	
معول آب و خاک وزارت جهاد کشاورزی گفت: اسناد جاهای غیرمجاز، استفاده از روش‌های نوین آبیاری، حذف گیاهان پر مصرف، استفاده از کشت گلخانه‌ای، استفاده از روش‌های میکرو با راندامن بالای ۷۰ درصد و به کارگیری روش تپپ در کشت صیفی جات از جمله راهکارهایی است که می‌توان در زمینه حفظ آب انجام داد.	
اکبری تصریح کرد: با وجود اینکه سرمایه، انسان، کشاورزی حفاظتی و نشا کاری در بهرور می‌تواند موثر هستند اما مو عنصر آب و خاک باید همیشه در کنار هم دیده شوند و این موضوع اهمیت زیادی دارد.	
معول آب و خاک وزارت جهاد کشاورزی مادی الهی خاک را در کشور ۰ درصد اعلام کرد و گفت: این عدد باید به دو درصد برسد که در برنامه ششم پیش‌بینی‌های لازم انجام شده‌است.	



سودهای تخریبی در موسسات مجاز

بانک‌ها در آستانه کاهش سود



نرخ های فعلی تغییر کنند، عنوان می کنند که حتی اگر نرخ ها کاهش یابد حتماً نرخ سود در این موسسه چند درصد بالاتر از بانکها و موسسات دیگر است. مسوول شعبه به صراحت اعلام می کند که مابیشترین نرخ سود را در شبکه بانکی پرداخت می کنیم!

رفتار تخریبی این موسسات مجاز در حالی است که پیش تر بیشترین اختلال در اجرای سود از سوی موسسات غیرمجاز ایجاد و موجب خروج سپرده از بانکها و حرکت به سمت این موسسات می شد که سودهای جذاب تری برای مشتریان داشتند، رفتاری که تحریک بانکها را برای خروج از اجرای سودهای مصوب به همراه داشته و در مجموع رقابتی مخرب ایجاد می کرد.اما اکنون برخی موسسات مجاز هستند که نقش

غیر مجازها را در رقابت مخرب بازی می کنند. اما در مقابل در بسیاری دیگر از بانکها و حتی موسسات مجاز سودهای سالانه تا همان ۱۸ درصد مصوب شورای پول و اعتبار پرداخت می کنند که البته هرچقدر هم میزان منابع سپرده‌گذاری بالا باشد تغییری در پرداخت سود ندارد.

این در حالی است که در دوره‌های قبل مشاهده می‌شد بانک‌ها در مقابل افزایش منابع میزان سود پرداختی را نیز افزایش می‌دادند. با این حال در پرداخت سود روزشمار که حداکثر پرداختی آن ۱۰ درصد درص تعیین شده گاه مشاهده می‌شود که نرخ‌ها تا مرز ۱۸ درصد نیز افتتاح حساب می‌شود که به گونه‌ای جریان رعایت سود ۱۸ درصد بلندمدت خواهدبود.

در حوزه تسهیلات نیز گرچه عنوان می‌شود که نرخ سود تا ۲۴ درصد است ولی در برخی موارد برای وام های سنگین تر و حتی در وام های با سقف متوسط ، میزان سود در باقیاتی از ۲۴ درصد بالاتر است.

اخبار
رییس خانه صنعت و معدن تهران: یک ریال یارانه و تسهیلات به صنعت نداده‌اند رییس خانه صنعت و معدن استان تهران ضمن اعلام اینکه تاکنون حتی یک ریال تسهیلات و یارانه در اختیار بخش تولید قرار نگرفته‌است، گفت: یارانه تولید نمی‌خواهیم، با توجه به کاهش نرخ تورم، نرخ سود سپرده و نرخ سود تسهیلات را کم کنند. محمدرضا مرتضوی در گفت‌وگو با خبرنگار گاسنا، با اشاره به وضعیت تولید در کشور اظهار کرد: صنعت، معدن و تولید مسائلی زنده و پویا هستند که اگر در این خصوص یک برنامه‌ریزی ممتد در بخش‌های خدمات، ایده و صنایع داشته باشیم می‌توانیم در توسعه کشور نقش پررنگی ا‌یفا کنیم. وی ادامه داد: انجمن هاو سازمان‌هایی که تشکیل داده‌ایم می‌توانند به عنوان مغز متفکر توسعه صنایع و معادن کشور باشند و کمک حال بخش تجارت شوند. رییس خانه صنعت و معدن تهران با اشاره به پررنگ شدن نقش دولت در اقتصاد اظهار کرد: کار بزرگی پیش‌روی ماست. طبق اسناد بالادستی در بخش توسعه و تولید کشور با چالش‌ی ویرو هستیم که نقش بخش خصوصی را کم‌رنگ کرده‌است. باید برخی از این مواقع از سر راه تولید برداشته شوند تا آسیب‌پذیری اقتصاد در کشور به حداقل برسد. باید بتوانیم نقش دولت را تا جایی که وظیفه حاکمیتی ندارد، کم‌رنگ‌تر کنیم. مرتضوی افزود: دیدیم که در ارتباط با اصل ۴۴ که مسائلی پیش آمد و چه نتایج عکسی شکل گرفت. هر گز بخش خصوصی نمی‌تواند و در روی دولت قرار گیرد، بلکه باید ایده جدید حاکمیت را متقاعد به پیشبرد کار کند. وی در ارتباط با یارانه پنج درصدی که قرار بوده است از طریق سود تسهیلات به بخش صنعت اختصاص داده شود، گفت: از همان روز اول گفتیم که در طرح هدفمندی یارانه‌ها سهم تولید لحاظ نشده و هیچ چیزی دست ما را نمی‌گیرد. فکر می‌کنم به جای این‌که از مساله انحراف پیدا کنیم باید عمیق‌تر به مساله نگاه کنیم. رییس خانه صنعت و معدن تهران با بیان این که یارانه تولید نمی‌خواهیم، اظهار کرد: شاهد کاهش نرخ تورم هستیم، اما این سوال را مطرح می‌کنیم که چرا سود سپرده کم نمی‌شود. اگر بانک‌ها از دولت می‌خواهند سهم بخش تولید را پرداخت کنند و از جیب دولت خرج کنند ما را وارد این بازی نکنند. تورم در حال یک رقیی شدن است و سوال من این است که نرخ بهره بانکی چرا کم نمی‌شود. نباید تاوان سیستم بانکداری نارسا تر از مردم و بخش تولید بپردازند. مرتضوی همچنین در خصوص اختصاص تسهیلات به بخش تولید گفت: ما یاری به پنج درصدی که لحاظ شده نداریم، چرا که اصلاً چنین رده‌ی داده نمی‌شود و تا امروز نیز یک ریال هم به بخش تولید پرداخت نشده‌است. در گفت‌وگو با رییس اتاق بازرگانی مطرح شد: پیش بینی درباره قیمت مسکن، طلا و دلار رییس اتاق بازرگانی ایران ضمن اعلام پیش‌بینی خود درباره آینده بخش‌های مختلف اقتصادی از جمله بازار مسکن، بورس و بازارهای طلا و ارز پرداخت و تصریح کرد که رشد اقتصادی چهار تا پنج درصدی در سال جاری برای اقتصاد ایران قابل دسترس خواهد بود. محسن جلال پور در گفت‌وگو با ایسنا، درباره پیش‌بینی خود از وضعیت بخش‌های مختلف اقتصادی در سال جاری گفت: پیش‌بینی کلی برای اقتصاد ایران در سال جاری یک رشد تدریجی با شبیعی ملایم است. وی افزود: می‌توانیم از رشد اقتصادی در سال گذشته که رشد منفی با صفر بوده‌است به یک رشد چهار تا پنج درصدی برای سال ۱۳۹۵ برسیم که برای این موضوع چند دلیل وجود دارد. رییس اتاق بازرگانی ایران ادامه داد: نفت و میزان فروش آن در رشد اقتصادی ما تاثیرگذار است، با توجه به افزایش تولید و صادرات نفت ایران این موضوع در رشد اقتصادی موثر خواهد بود، هر چند که اتفاق خیلی خوشحال کننده‌ای نیست، چرا که نمی‌توانیم نقش پایه رشد اقتصادمان باشد. اما به هر حال جدا از مثبت با منفی بودن آن موضوعی است که برای اقتصاد ما وجود دارد. جلال پور به دیگر دلایل برای رسیدن به رشد اقتصادی چهار تا پنج درصدی برای اقتصاد ایران در سال جاری اشاره و اظهار کرد: دلیل دوم برای رسیدن به این میزان رشد، سرمایه‌گذاری خارجی و رفت آمد هیات‌های اقتصادی است که بخشی از آن با توجه به فهم سرمایه‌گذار از موقعیت، در حال به نتیجه رسیدن است. رییس اتاق بازرگانی ایران ادامه دو: وقتی در مجموع آیت‌های مختلف را بررسی می‌کنیم می‌توانیم رشد چهار تا پنج درصدی را تا پایان سال پیش‌بینی کنیم. اما آنچه عاقله ما به عنوان پیش‌بینی خصوصی است رشد بخش‌های صنعت، معدن، کشاورزی و فعالیت‌های مربوط به بخش خصوصی است. البته اینکه این امر تا چه حد محقق شود به سیاست‌گذاری‌ها و سایر تحولات بستگی دارد. جلال پور اضافه کرد: حسن این است که دولت به بخش خصوصی در سال گذشته حدود سه درصد رشد داشته افتاد و بخشی از رشد ما در صنعت نفت و بازارهای متعدد دیگر رخ خواهد داد. بخش مسکن با جهش‌های یکباره مواجه نمی‌شود رییس اتاق بازرگانی ایران در پاسخ به این سوال که بخش‌های مسکن و بازار بورس در سال جاری چه وضعیتی خواهند داشت؟ گفت: به نظر می‌رسد مسکن در سال جاری با شبیعی ملایم، رشد قابل قبولی داشته باشد اما مانند گذشته شاهد رشد‌ها و جهش‌های یکباره مسکن نخواهیم بود. وی ادامه داد: بازار بورس نیز به همین ترتیب افزایش قیمت و رشد خواهد داشت. باید توجه کنیم که عمده بازار بورس ما وابسته به انرژی است، به این معنی که بورس ما بیشتر وابسته به شرکت‌های انرژی است و کمتر شامل بورس تولید و صنعت می‌شود و با توجه به رشدی که برای بخش انرژی پیش‌بینی می‌شود این برای بازار بورس هم پیش‌بینی می‌شود. جلال پور همچنین درباره رشد در بخش کشاورزی عنوان کرد: بخش کشاورزی در سال گذشته حدود سه درصد رشد داشته است. همین حدود برای اسمال نیز در بخش کشاورزی قابل پیش‌بینی است. سرمایه‌گذاری در صندوق‌های سرمایه‌گذاری به جای سرمایه‌گذاری در بازار ارز و طلا رییس اتاق بازرگانی ایران درباره پیش‌بینی خود از آینده بازار طلا و ارز گفت: بازار طلا و ارز را بازاری قابل اطمینان برای سرمایه‌گذاری نمی‌بینم. مردم ایران آنقدر به بلوغ رسیده‌اند که متوجه باشند با سکه و طلا در خانه نگه داشتن به رشد، اشتغال و توسعه کمک نمی‌شود. پیشنهاد من برای سرمایه‌گذاری‌های خرد، صندوق‌هایی است که به عنوان صندوق‌های سرمایه گذاری در سال گرفت است. جلال پور معتقد است که سرمایه‌گذاری در بخش‌های غیر مولد نه تنها برای اقتصاد مفید نیست بلکه به اشتغال، تولید و رشد پایدار لطمه می‌زند. وی ادامه داد: از این طریق مردم می‌توانند در پروژه‌ها کارای مولد، اشتغال‌زا و توسعه‌گراست، سرمایه‌گذاری کنند. از سوی دیگر سرمایه‌گذاری در بورس مثبت است. اما باید با وقت و به صورت محاسبه شده انجام شود و افراد همه دارایی‌های‌شان را در بورس سرمایه‌گذاری نکنند و آنچه را سرمایه گذاری می‌کنند، در یک نقطه‌نشانند.

ترکان:

کالای مشابه تولید داخل باسود بازرگانی پایین وارد نشود



کاهش نرخ بهره بین بانکی نیز گفت: نرخ سود بین بانکی باید به کمتر از ۱۰ درصد کاهش پیدا کند.

وی با اشاره به مصمم بودن تیم اقتصادی دولت در خصوص تامین مالی از طریق بازار سرمایه نیز گفت: تیم اقتصادی

یعنی بانک مرکزی، سازمان مدیریت و برنامه ریزی و وزارت اقتصاد و دارایی موظف شده است به نحوی حرکت کنند تا قدرت وام دهی بانک‌ها و عرضه پول افزایش یابد.

ترکان افزود: وقتی عرضه یک کالا بالا رفت، نرخ آن کاهش پیدا می کند اما هم اکنون بخشی از منابع بانکی مطالبات وصول نشده است؛ به عبارتی این مطالبات بانکی به صورت اسمی و نه واقعی حرکت می‌کنند؛ یعنی بهنگار بانکی را صدا

کاهش نرخ بهره بین بانکی نیز گفت: نرخ سود بین بانکی باید به کمتر از ۱۰ درصد کاهش پیدا کند.

وی با اشاره به مصمم بودن تیم اقتصادی دولت در خصوص تامین مالی از طریق بازار سرمایه نیز گفت: تیم اقتصادی

یعنی بانک مرکزی، سازمان مدیریت و برنامه ریزی و وزارت اقتصاد و دارایی موظف شده است به نحوی حرکت کنند تا قدرت وام دهی بانک‌ها و عرضه پول افزایش یابد.

ترکان افزود: وقتی عرضه یک کالا بالا رفت، نرخ آن کاهش پیدا می کند اما هم اکنون بخشی از منابع بانکی مطالبات وصول نشده است؛ به عبارتی این مطالبات بانکی به صورت اسمی و نه واقعی حرکت می‌کنند؛ یعنی بهنگار بانکی را صدا

واردات گوشت قرمز از حد گذشت!

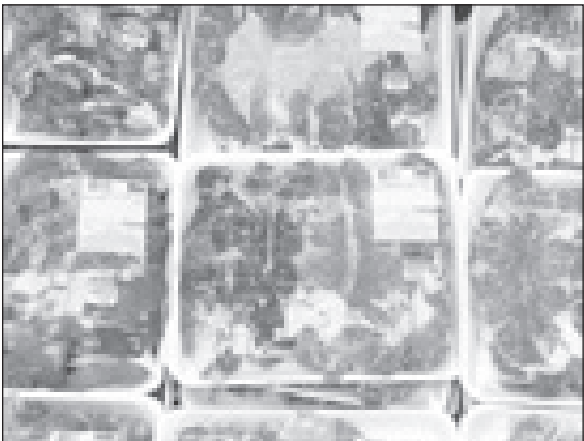
چرا این مقام مسئول سال گذشته در نشست خبری در این زمینه اظهار کرد: طی پنج سال آینده درصددیم توازن بخش دامپروری در کشور را مثبت کنیم و در این راستا واردات گوشت قرمز نیز از حدود ۱۰۰ هزار تن در سال ۱۳۹۲ به حدود ۶۰۰ هزار تن در سال گذشته کاهش یافته که در صددیم امسال کمتر از پارسال گوشت قرمز به کشور وارد شود.

اما بر اساس آمار رسمی منتشر شده سال گذشته ۱۰۰ هزار و ۲۰۰ تن گوشت قرمز به ارزش ۴۲۵ میلیون و ۹۰۰ هزار دلار از کشورهای مختلفی مانند چین، آلمان، استرالیا، امارات، برزیل، ترکیه، عمان، هلند و... به کشور وارد شده که از نظر وزنی ۴۴٫۸ درصد و از نظر ارزشی ۲۰٫۳ درصد نسبت به سال گذشته افزایش را تجربه کرده است.

کاهش حدود ۱۷ درصدی گوشت وارداتی ۱۴ هزار تومانی!

کاهش قیمت گوشت قرمز در سال گذشته یکی دیگر از نکات جالب توجه است، چرا که بر اساس آمار رسمی واردات هر کیلوگرم گوشت قرمز ۱۶٫۹ درصد نسبت به سال ۱۳۹۳ از ران تر شده و حتی اگر میانگین ۲۴۵۰ تومانی نرخ ارز آزاد در سال گذشته معیار محاسبه قیمت هر کیلوگرم گوشت قرمز وارداتی قرار دهیم، می‌توان گفت این محصول برای وارد کنندگان نهائین کیلویی ۱۴ هزار و ۶۴۰ تومان تمام شده است که البته گوشت قرمز منجمد در سال گذشته و حتی ایامی مانند شب عید و ایام نوروز امسال کیلویی حدود ۲۰ هزار تومان به قیمت به صوبه هر استان از سوی شرکت پشتیبانی امور دام عرضه شده است.

در میان فروشندگان گوشت قرمز منجمد به ایران، برزیل با صادرات بیش از ۵۸ هزار تن انواع گوشت قرمز در جایگاه نخست را در بازار این محصول وارداتی با نصری معادل ۵۸ درصد دارد که البته طی سال گذشته که ایران در پی توقافات هسته ای کشورهایمان مانند استرالیا، که در سال های قبل از تحریم نیز یکی از منابع غنایم پورترین لمی ایران به شمار می‌رفت، به جمع وارد کنندگان گوشت قرمز اضافه کرد؛ به نظر می‌رسد طی سال جاری و سال‌های آینده این کشور سهم بیشتری را در بازار گوشت قرمز از آن خود کند.



در حالی که بر اساس برنامه‌ریزی وزارت جهاد کشاورزی باید حدود ۶۰۰ هزار تن گوشت قرمز در سال گذشته وارد می‌شد، میزان واردات این محصول بیشتر از این برنامه شد و به بیش از ۱۰۰ هزار تن رسید.

به گزارش ایسنا، سال گذشته حسن رکنی - معول وزیر جهاد کشاورزی در امور دام- بارها از کنترل و کاهش واردات گوشت قرمز در کنار افزایش صادرات دام زنده در راستای تعادل بخشی به دامپروری خبر داده بود اما این برنامه‌ریزی گویا محقق نشد.

اگرچه سال گذشته کفرخواست متهمان پرونده واردات خودرو با ارز صادر شد اما هنوز مشخص نیست که چه شرکت‌هایی با استفاده از ارز دارو در جاده سودجویی ویرز دادند. به گزارش ایسنا، سال ۱۳۹۱ در شرایطی که رشد شدید و یک باره نرخ از قیمت بسیاری از کالاها را تحت تاثیر قرار داده بود، خبری اعلام شد که حوزه حساسی همچون بهداشت و درمان را به حوزه واردات کالاهای لوکسی مانند خودرو پیوند می‌داد. در آن زمان مرضیه وحید دستجردی «وزیر وقت بهداشت و درمان، در گفت‌وگویی از سواستفاده صورت گرفته مبنی بر واردات خودرو با استفاده از ارز دارو برده برداشت. اگرچه وزیر وقت بهداشت و درمان از واردات خودرو با استفاده از ارز دارو آن هم در شرایطی که برای واردات برخی داروها مشکل تامین ارز وجود داشت به شدت انتقاد کرد، اما اعلام نکرد چه افراد و شرکت‌هایی اقدام به واردات خودرو با ارز دارو کرده‌اند. عدم اطلاع‌رسانی رسمی در این زمینه گرم شدن بازار اخبار غیر رسمی را به دنبال داشت، به‌گونه‌ای که در این زمینه عنوان می‌شد ارز دارو صرف واردات یک مدل خودرو با برند چینی به کشور شده‌است. با این حال رییس انجمن وارد کنندگان خودرو، واردات خودرو چینی را از دارو را رد تکذیب کرد. در این رابطه فرهاد احتشام‌زاد در پاسخ به پرسش ایسنا مبنی بر اینکه «شما نماینده اطلس خودرو و اسان موتور در انجمن وارد کنندگان خودرو هستید. گفته می‌شود مسئولان این

۱۲ اسند همکاری بین ایران و هند امضا شد

۱۲ سند همکاری و یادداشت تفاهم بین جمهوری اسلامی ایران و هند امضا شد. به گزارش خبرنگار سیاسی خبرگزاری دانشجوایان ایران (ایسنا)، دقایقی پیش با حضور حجت الاسلام والمسلمین حسن روحانی، رئیس جمهور کشورمان، ناریندا مودی، نخست وزیر هند در مجموعه سعداباد تهران پس از انجام دیدار هجای دوجانبه با حضور مقامات دو کشور ۱۲ سند همکاری بین ایران و هند امضا شد.

بر اسل این گزارش سندهای همکاری امضا شده بین جمهوری اسلامی ایران و هند عبارتند از:

سیاست‌گذاری و تعاملات اجرایی اق‌های فکر - یادداشت تفاهم همکاری فی‌مابین دانشکده روابط بین‌الملل وزارت امور خارجه خبررسانی اسلامی ایران و موسسه سرویس خارجی وزارت امور خارجه هند - پروتکل اجرایی فی‌مابین وزارت علوم، تحقیقات و فناوری جمهوری اسلامی ایران و وزارت علوم و فناوری هند در زمینه همکاری‌های علمی و فناوری - یادداشت تفاهم همکاری

ایرون هند

جام جهانی و حاشیه‌های پس از قهرمانی

چرا محمد بناتحت فشار است؟



قهرمانی تیم ملی کشتی فرنگی در جام جهانی

از حاواتی که برای مردم کشتی دوست داشت، با حاشیه‌هایی نیز همراه بود. به گزارش ایسنا، جام جهانی کشتی فرنگی روزهای پنج‌شنبه و جمعه هفته گذشته در شهر تاریخی شیراز برگزار شده شهری که مردمانش به خوش خلفی و مهمان‌نوازی شهره‌اند.به‌قول ابن بطوطه «مردم شیراز خوش‌گذران و زندهدل و اهل ذوق هستند و همه آنان طبع شعر دارند»

الحق و الانصاف شیرازی‌های اهل شعر و ادب بدون کوچکترین حاشیه و توهینی به افراذ داخلی یا رقبیان خارجی، استقبال بسیار پرشوری از مسابقات داشتند و لحظه‌ای بر روی سکوها آرام نشستنند تا در نهایت پنجمین جام قهرمانی در این رقابت‌ها به ایران برسد و فرنگی‌کاران پر تلاش تیم ملی جام را در شهر حافظ و سعدی‌بالای سر ببرند.

حتی در یک صحنه که در کشتی مهدی علیاری یک تماشاگر در اعتراض به داوری بطوری آبی را به روی تشک پرتاب کرد،با اعتراض خود تماشاگران شیرازی مواجه‌شد چرا که توهین و رفتار غیر متعارف در قلموس

گفت‌وگو

انتقاد از شرایط باشگاه استقلال

آقایان بروید جایی که تخصص دارید!

کاپیتان پیشین تیم فوتبال استقلال باانتقاد روندی که قبل از جام حذفی بر این باشگاه می‌گذرد گفته برخی مدیران مسئول در باشگاه استقلانی نیستندو بهتر است بروند جایی که در آن تخصص دارند.

تیم فوتبال استقلال که نتوانست عنوان قهرمانی لیگ برتر را از آن خود کند در شرایطی برای حضور در فینال جام حذفی آماده می‌شود که چندگنگی در تصمیم‌گیری این باشگاه ضرهای جبران‌ناپذیری را به این تیم وارده کرده است. یکی از پیشکش‌وتان استقلال با اشاره به این موارد به انتقاد از برخی تصمیم‌گیری‌ها در این باشگاه پرداخت.

قهرمانی باید به استقلال برسد

محمود فکری در مورد دیدار فینال حذفی و حضور استقلال به خبرنگار مهر گفت: زحمت زیادی برای رسیدن به فینال کشیده شده که باید در این دیدار به نتیجه برسد تا قهرمانی برای استقلال حاصل شود و هواداران این تیم خوشحال شوند و جام هم به کادکسیون باشگاه اضافه شود.

غیبت چند بازیکن تاثیر گذار است

وی افزود البته مشکاتی در این راه وجود دارد که اولینش نبود چند بازیکن تاثیر گذار مثل سجاد شهباززاده و خسرو حیدری است و شاید امید ابرهیمی که مصدوم شده است. با این وجود امیدورام بازیکنان در این یک بازی نهایت تلاش خودشان را انجام دهند و جام را بالای سر ببرند که دور از دسترس هم نیست و می‌تواند غروب زیبایی برای همه باسازد.

واکنش به چندگانگی در استقلال

فکری در مورد چندگانگی در هیأت‌مدیره که نجف‌زاده می‌گوید منصوریان باید سرمربی شود، همچنین یکی مثل پارتکو و افشارزاده خود مظلومی را سرمربی تیم در آستانه فینال می‌داند و اثر آن روی استقلال گفت:اتفاق خوبی که این روزها در دنیای حرفه‌ای فوتبال رخ می‌دهد این است که مربی حتی ممکن است وسط مسابقات برای سالی آینده با تیم دیگری قرارداد ببندد و این نه روی کار او و نه روی کار بازیکنان تاثیر چندانی ندارد اما بحث اصلی این است که هیأت‌مدیره باشگاه طی این دو سال اسجمام خوبی نداشته‌اند و اختلاف نظر بین آنها زیاد است بدتر از همه تصمیم‌های غلط نیست که اتخاذ شده بلکه عدم توانایی در تصمیم‌گرفتن است. شاید در میان این اعضا یکی دو نفر باتجربه وجود داشته باشند اما در مجموع برآیند خوبی از هیأت‌مدیره بیرون نمی‌آید. ضعف در تصمیم‌گیری به استقلال ضربه زده است، این تیم می‌توانست نتایج بهتری بگیرد و باخت سنگین هم به پرسپولیس نداشته باشد.

سفر به سوئد قهرمانی را از استقلال گرفت

کاپیتان اسبق استقلال در ادامه افزود: به عنوان مثال باید از اردوی بی‌موقع و بی‌نتیجه به سوئد در تعطیلات عید نام ببرم که بیشترین ضربه را به استقلال زد و به جز گردش و خرید هیچ عایدی برای تیم نداشت. آن روزها اگر می‌توانستند تصمیم بگیرند که به این اردو نروند و اگر جریمه‌ای مثل دلتش، جریمه اش را پرداخت کنند شاید حالا استقلال قهرمان لیگ شده بود.اما کسی نبود که تصمیم نهایی را بگیرد. اگرچه از اول هم نباید در این مقطع برنامه زد و بازی دوستانه می‌گذاشتند.

هیأت‌مدیره قاطع نبود

وی افزود: همین حالا و در آستانه فینال جام حذفی اگر می‌بینید که این همه عدم انسجام وجود دارد و به تیم لطمه می‌زند و هر روز بحث یک مربی یا چند بازیکن مطرح می‌شود و تمرکز مظلومی و بازیکنان را به هم می‌زند نتیجه همین عدم تصمیم‌گیری است. اگر هیأت‌مدیره تصمیم فاطمی می‌گرفت استقلال این همه اسیر خبرها و شایعه‌ها و مصاحبه‌هایی شد.

قرارداد سرمربی استقلال باید بسته می‌شد

بازیکن پیشین استقلال در ادامه افزود: چه یا خود آقای مظلومی و چه با مربی که در هیأت‌مدیره مدیران مصوب می‌کردند می‌شد قرارداد راست است و به مظلومی اعتقاد دارند، قراردانش را می‌بستند اگر هم ندادند، جام حذفی نباید مانع از اتخاذ تصمیم استراتژیک باشگاه برای سال‌های بعد می‌شدو باید به اعتقاد من با مربی آینده قرارداد ثبت می‌شد تا این مربی زمان را در نشاخت و نه در بخش بازیکن‌گیری از دست نمی‌داد.

مشاورهای استقلال اینکاره نیستند

وی در ادامه گفتگویش با خبرنگار مهر تاکید کرد: دوستان از مشاوره‌هایی استفاده می‌کنند که این کارشان اینکاره نیستند البته منظور من آقای عبداللّهی نیستند اما تیم مشاوره اصلا تخصص این کار را در بسیاری نفرا ت ندارند.

برخی برای مشهور شدن به استقلال آمده‌اند

فکری در این رابطه افزود: همه این دوستان مشخص هستند دیگر اگر به ما باشد دست مدیران را می‌فشاریم و ضمن قدردانی از زحماتی که کشیده‌اند از آنها می‌خواهیم به جایی بروند که تخصص آن را دارند، برخی از آنها البته تنها به فکر منافع شخصی خود هستند و تخصصی در ورزش ندارند، آمده‌اند تا معروف شوند و از اعتبار استقلال استفاده کنند.

آنها نباید بیش از این حسرت را در دل هواداران بیاورند که متأسفانه با تصمیم نگرفتن قبل از فینال هم کار مظلومی را سخت کرده‌اند و هم آینده را تیره و مبهم نگه داشته‌اند که این برای یک باشگاه بزرگ مثل استقلال خوب نیست.

برخی مدیران باشگاه استقلانی نیستند

وی در ادامه تاکید کرد: برخی در مدیریت باشگاه استقلانی نیستند، آنها که برایشان فرقی نمی‌کند که استقلال امروز چه حسرت‌هایی ایجاد کرده‌است اما برخی که استقلالی هستند باید دست چپ‌بندانند. آنجا در استقلال به عنوان مثال بی جهت زیر بار یکی مثل علی نظری را زدنند که تا استقلال نتواند از لیست تیم فصل آقای مظلومی بازیکنی را جذب کند در حالی که اگر یک طراح یا یک مدافع در تیم فصل توانسته بودند جذب کنند استقلال هر دو جام را می‌برد.

مظلومی در درس‌های زیادی دارد

بازیکن پیشین استقلال در پایان تاکید کرد: تیم قبل از فینال باید محکم و رویا و بدون سرگیجه داشتن به میدان می‌رفت چه با مظلومی و یا هر مربی که مدیران تصمیم می‌گرفتند اما حالا مظلومی در درس‌های زیادی دارد از مصاحبه‌های خود مدیران بگیرد تا گمانه‌زنی‌ها و شایعه‌ها.

چرا که به پس این حمایت‌کشتی‌گیران ایرانی گویی چندین برابر قدرت گرفته‌اند و سالتو باراندازهای تماشاگرپسند بر روی حریفان روس پیاده می‌کنند. همه چیز خوب پیش می‌رود اما محمد بنا مرد غیرقابل پیش‌بینی کشتی‌ایران که بواسطه تشویق تماشاچیان صدایش به گوش شاگردانش نمی‌رسد به یکباره برافروخته می‌شود و با صدای بلند و بعضاً با الفاظ نه‌چندان خوب خطاب به تماشاچیان می‌گوید «تشویق نکنید!» تشویق نکنند تا او بتواند شاگردان کارگشته و باتجربه خود را مقابل نفرا ت جوان روس که فقط برای کسب تجربه به پا به این رقابت‌ها گذاشته بودند کوچ کنند.

بیچاره تماشاچیان هاج و واج ملنند اند که بالاخره تشویق کنند یا نه! لیدرهای طبل زن مارنی نیز هر لحظه منتظر نوع چهره‌به‌هستند تا به نوعی با اجازه‌او تشویق را ادامه دهند!

اما تماشاگران خونگرم شیرازی باز هم فرهنگ ناب خود را به نمایش گذاشتند و در قبال این رفتارهای سرمربی تیم ملی هیچ واکنش و کوچک‌ترین توهینی نداشتند. فقط با قهرمانی تیم ایران آقای سرمربی را تشویق نکردند تا اینگونه اعتراض دموکراتیک خود را نشان بدهند. این پایان ماجرا نبود. بنا که چند ماهی است بدلائل خودساخته خبرنگاران را به تمرینات تیم ملی راه نمی‌دهد، پس از این قهرمانی وارد سالن تمرین می‌شود و اجلاس‌ت که خبرنگار برنامه تلویزیونی «روح پهلوانی» که هر هفته از شبکه ورزش سیما پخش می‌شود و مانند برنامه «نود» یک برنامه اختصاصی برای کشتی‌است با این تفکر که دیگر آقای سرمربی بواسطه این قهرمانی حال و روز خوشی دارد به سمت او می‌رود تا مردم در جریان اولین واکنش بنا پس از این قهرمانی قرار بگیرند.

به اتفاق فیلمیرداد و میکروفن به دست به سمت او می‌رود. تریبک و خسته‌ناشدی می‌گوید و خواستار مصاحبه می‌شود اما بنا در رفتاری غیر قابل انتظار با دست به میکروفون اوضربه می‌زند و می‌گوید مصاحبه نمی‌کنده‌به خیال خودش با یک خبرنگار اما در اصل از صحبت با مردم سرزمینش که دم از عشق به آنها می‌زند به بدترین شکل خودداری می‌کند. البته ماجرا به همین جا ختم نشد و بنا در زمان گرفتن جام قهرمانی به روی سکو نیامد و ترجیح داد در سالن تمرین بماند تا باز هم به این شیوه اعتراضی خود را به برخی‌ها نشان دهد. اینکه او واقعا چه می‌خواهد و چرا آنها را بر زبان نمی‌آورد کماکان جای سوال دارد.

کی‌روش: توقع داریم همه‌جانبه از ما حمایت شود



سرمربی تیم ملی اعلام کرد توقع دارد از تمیش به شکل همه‌جانبه‌ای حمایت‌شود. کارلوس کی‌روش سرمربی تیم ملی فوتبال ایران بعد از تمرین صبح دوشنبه تیمش در جمع خبرنگاران گفت: این اردو از مدت‌ها پیش برنامه‌ریزی شده بود و در جلسات طولانی‌ای که داشتم، تلاش کردیم مشکلات را حل کنیم و کار را آغاز کنیم. تنها یک راه برای موفقیت داریم و آن هم تصحیح‌مسائل است.

اوافزود: برخی بازیکنان نمی‌توانند به دلیل فینال جام حذفی کنار ما باشند. امیدوارم دفعه آخری باشد که با این مشکل روبه‌رو می‌شویم. درباره زمین هم متأسفانه به قول‌های خود پایبند نبودند و امیدواریم در آینده این بدقولی‌ها نباشد. درباره البسه‌ها هم باید بگویم این البسه موقع هستند و با دستور ریاست محترم فدراسیون فوتبال به زودی این لباس‌ها تغییر پیدا می‌کند. فقط از بعد فنی، جنس و کیفیت لباس‌ها بررسی‌هایی را خواهیم کرد. وظیفه من فقط این است که از لحاظ استاندارد و کیفیت، این لباس‌ها را بررسی کنم و ببینم که شرایط بازی کرن با این لباس‌ها وجود دارد یا نه و این بررسی را انجام خواهیم داد.

سرمربی تیم ملی فوتبال ایران ادامه داد: امیدوار هستم از امروز مشکل سربازها هم حل شود. هیچکس قبول نمی‌کند بازیکن برای باشگاهش بتواند بازی کند ولی برای تیم ملی کشورش نتواند به میدان برود. مطمئن هستم آقای تاج در حال بررسی و حل این مشکل هستند. جلساتی هم امروز با سازمان لیگ برای برنامه‌های این داریم و سعی می‌کنیم تا هماهنگی لازم را برای منافع باشگاه‌ها و تیم ملی داشته باشیم. در این راستا کار را پیش می‌بریم و با سه نتیجه‌گیری صحبتیم را در این زمینه تمام می‌کنم. نتیجه اولی که باید به آن برسیم و رسانه‌ها در آن نقش دارند، این است که جام

عبدالله ویسی: می‌خواهیم در سپاهان انقلاب کنیم

تیم ادامه دهم. ماوریت من در آنجا تمام شده بود و دیگر نمی‌توانستم در استقلال بمانم. ویسی در پاسخ به این سوال که آیا نگران شرایط به وجود آمده در سپاهان نیستید، گفت: مردم اسفهان اگر موفقیت سپاهان را می‌خواهند باید به من کمک کنند. من می‌روم که انقلابی در تیم بوجود آورم و این تیم را به شرایط خوب خود برگردانم.

وی در خصوص دیدار خود با کی‌روش خاطرنشان کرد: همه بازیکنان تیم ملی قابل احترام هستند و بازیکنی به سپاهان نباید با آغوش باز وی را می‌پذیریم. من کی‌روش را همیشه دوست داشتم و هر کمکی به ما بر بیاید انجام می‌دهد. ضمن اینکه از وی برای حضور در سپاهان کمک خواستم که بپذیرفتند.

سرمربی جدید سپاهان درباره نحوه همکاری با محرم نویدکیا یادآور شد: باید بروم به اسفهان تا ببینم که محرم تکلیفش چه خواهد شد. هنوز فکری درباره وی در خصوص اینکه بازی کند یا مربی باشد نکرده‌ام و اگر قصد دارد در بخش دیگری به همکاری بپردازد دیگر تصمیم با باشگاه است.

ویسی در خصوص اینکه مشکل وی استقلال صنعتی چه بوده است، تصریح کرد: وقتی قهرمان می‌شوید انتظارات بالا می‌رود. باید برای آسیا بودجه چند برابری داشته باشید نه اینکه با ۵ میلیارد سال گذشته ادامه‌دهد. من سه بار در دوران جاری و مربیگری با خوزستانی‌ها قهرمان شدم و دیدم ادا کردیم. آنها از من نازحت نشود.

وی ادامه داد: غیر از سپاهان، پنج تیم دیگر نیز با من صحبت کرده بودند. من به آنها برنامه ندادند و سپاهان را دوست داشتم. با این حال خوزستانی اولویت اول و دوم من بود و تا صبح امروز هم به سپاهان قول نداده بودم ولی شرایط من نشد.

ویسی درباره اینکه آیا به سپاهان قوی‌ی داده است، گفت: من هیچ قولی نداده‌ام مگر اینکه دوباره باشم این کار را انجام دهم. با این حال تمام تلاش خودم را به کار می‌گیرم تا بتوانم تیم را به روزهای اوج خود بازگردانم.

لیگ قهرمانان آسیا:

آخرین تلاش تراکتورسازی برای صعود به مر حله یک چهارم

این تیم قطعا زمین خوردن بازیکنان النصر برای وقت کُنی است چرا که این تیم اماراتی حتی اگر دو گل دریافت کند، به مرحله بعد صعود خواهد کرد.د این موضوعی است که بعد از بازی‌فتم صلی‌تراکتورسوزان را درآورد.شیطنت‌اماراتی‌ها البته پیش از سفر به ایران جنگ روانی را هم آغاز کرده‌اند تا شرایط ایران را نامن‌ج‌اولو،بدهند.آنها که قطعا از حضور پرشمار هواداران تراکتورسازی در ورزشگاه هراس دارند،اعلام کرده‌اند هر گونه خلائی را در ایران رصد می‌کنند و ناظر امنیتی AFC هم در کنار کاروان النصر و تیم خواهد بود. برنامه بازی‌های برگشت مرحله یک هشتم نهایی لیگ قهرمانان آسیا که روز سه‌شنبه برگزار می‌شود به این شرح است:
*چونیک-بایلدن-ملبورن-استرالیا
*شانگهای چین-اف‌سی-توکیو ژاپن
*اکوموتو-یزاکیتسان-هیلان-غروستان
*تراکتورسوزان ایران-النصر اردن
لیگ ذوب آهن دیگر نماینده ایران در مرحله یک هشتم لیگ قهرمانان آسیا روز چهارشنبه در اسفهان از تیم العین بدیاری خواهد کرد.



اخبار

پورعلی گنجی:

می‌خواهیم در السد بمانم

بازیکن ایرانی السد تاکید کرد که قرارداد او با این تیم قطری دو ساله است و می‌خواهد به فوئیتال خود در این تیم ادامه‌داد.

به گزارش ایسنا و به نقل از روزنامه‌الرای قطر، مرتضی پور علی گنجی بازیکن ایرانی السد در فصل جلیجایی زمستانی سال قبل اهای لیگ ستارگان قطر شد تا پیراهن السد را بر تن کند و همبازی زاوی هراندلز در این تیم شود.

بعضی از رسانه‌های قطری نوشتند که قرارداد این بازیکن ایرانی با السد به پایان رسیده و به احتمال خیلی زیاد او از این تیم جدا خواهد شد اما خود پورعلی گنجی نظر دیگری دارد. او می‌گوید که با السد قرارداد دو ساله امضا کرده و فصل بعد هم در این تیم بازی خواهد کرد.

پورعلی گنجی گفت: من با السد قرارداد دو ساله دارم. قرار بر این شد که اگر از یک تیم اروپایی پیشنهاد داشتم از السد جدا شوم. تا الان هیچ پیشنهاد اروپایی نداشت‌ام و به همین خاطر با السد ادامه می‌دهم.

بازیکن ملی پوش السد ادامه داد: السد باشگاه بزرگی است و خوشحالم که در این تیم بازی می‌کنم. در السد احساس راحتی می‌کنم و انگیزه بسیار بالایی دارم. در یک دو هفته آینده تکلیف نهایی من مشخص می‌شود و تصمیم نهایی خود را برای ماندن و یا جدایی خواهم گرفت. من ترجیح می‌دهم که در السد بازی کنم. هنوز هیچ پیشنهادی از تیم‌های اروپایی نداشت‌ام و به همین خاطر دلیلی ندارد که به دنبال جدایی باشم.

مرتضی پور علی گنجی خیلی سریع در السد جا افتاد و عملکرد درخشانی از خود به نمایش گذاشت. او هم در کارهای دفاعی و هم در حمله خوب ظاهر شد و به احتمال زیاد فصل بعد هم در همین تیم السد بازی خواهد کرد.

مدیرعامل باشگاه‌اسپایا:

اگر با چهار گزینه به توافق نرسیم سراغ علی دایی می‌رویم

مدیرعامل باشگاه اسپایا با بیان اینکه علی دایی در لیست ابتدایی گزینه‌های سرمربیگری تیم فوتبال این باشگاه نیست، گفت: اگر با چهار گزینه موردنظرمان به توافق نرسیم سراغ علی دایی خواهیم رفت.

رضا درویش درباره آخرین وضعیت انتخاب سرمربی تیم فوتبال اسپایا با بیان مطلب فوق گفت: ما با چهار گزینه مذاکره داشتیم. قرار است نتیجه این مذاکرات را به همراه برنامه مربیان در هیأت مدیره ارائه کنیم تا هر گزینه‌ای که به سیاست‌های ما نزدیکتر بود را انتخاب کنیم.

وی درباره برنامه اسپایا برای فصل آینده، تاکید کرد: برنامه اصلی ما کسب سهمیه آسیایی است و این موضوع را در برنامه مربیان دیدیم‌ام.

مدیرعامل اسپایا درباره گمانه‌زنی‌ها مبنی بر جدایی آندرانیک تیموریان و مهدی ترابی از اسپایا گفت: هیچ بازیکنی از اسپایا تا تعیین سرمربی جایی نخواهد رفت. اول تکلیف سرمربی مشخص می‌شود و سپس با بازیکنان مذاکره می‌کنیم.

درویش در پاسخ به سؤالی مبنی بر مذاکره باشگاه با علی دایی هم گفت: دایی از دوستان خوب من است ولی هیچ صحبتی با من نداشتیم. قبل از آنکه من مدیرعامل باشگاه شوم، هیأت مدیره چهار گزینه را برای هدایت تیم تعیین کرده بود که من هم با آن گزینه‌ها صحبت کردم. مدیرعامل اسپایا در پایان گفت: هر تیمی دوست دارد دایی را داشته باشد. ما هم اگر با چهار گزینه خود به توافق نرسیم سراغ دایی می‌رویم و وی می‌خواهیم که در خدمتش باشیم.

اعلام دلیل طولانی بودن مدت نقل وانتقالات لیگ بر تر

رئیس کمیته نقل وانتقالات سازمان لیگ گفت: براساس ماده شش زمان نقل وانتقالات

فیفا حداکثر زمان نقل وانتقال برای فصل ۹۵-۹۶ در نظر گرفته شده است.

مصطفی شهبازی در گفت و گو با سایت سازمان لیگ فوتبال ایران در مورد دلیل طولانی بودن زمان نقل وانتقالات در فصل ۹۵-۹۶ اظهار داشت: در ماده شش آئین نامه نقل وانتقال فیفا تاکید شده که بازه زمانی نقل وانتقال بازیکنان در ابتدای فصل باید حداکثر ۱۲ هفته باشد و طول نقل وانتقال تیم فصل هم نباید بیش از چهار هفته طول بکشد. به همین دلیل سازمان لیگ تصمیم گرفت که حداکثر زمان نقل وانتقالات را برای ابتدای فصل ۹۵-۹۶ در نظر بگیرد. این مدت زمان به هیچ عنوان قابل تمدید نیست و با توصیه هیچ شخص و هیچ ارگانی این مدت نقل وانتقال تغییر نمی‌کند.

وی در مورد شرایط جذب بازیکنان در این مدت زمان به هیچ عنوان عذر می‌رمانی نقل وانتقالات لیگ برتر و لیگ دسته اول گفت: دلیل اصلی مسابقات لیگ برتر و لیگ دسته اول حرفه‌ای شده است بنابراین مدت زمان نقل وانتقالات هر دو لیگ به طور هم‌زمان برگزار می‌شود. ما نیز می‌توانست ۱۸ بازیکن با شرایط سنی آزاد، ۹ بازیکن زیر ۲۳ سال و بازیکن مجاز زیر ۲۱ سال جذب کنند.

شهبازی در مورد سهمیه بازیکنان آزاد خارجی عنوان کرد: بازیکنان خارجی مثل فصل گذشته است و ۳ بازیکن از قاره‌های دیگر و یک بازیکن از قاره آسیایی می‌توانند جذب کنند.

هر باشگاه هم می‌تواند در طول فصل بازیکن آزاد به تعداد مجاز جذب کند.

شهبازی در مورد وضعیت بازیکنان سرباز و محرومان انضباطی و دوپینگی گفت: این بازیکنان اگر در زمان نقل وانتقالات سربازی تمام شود و محرومیت و مصدومیتشان در زمان بازه زمانی نقل وانتقالات به پایان برسد می‌تواند به باشگاه دیگری برود اما اگر پایان محرومیت و مصدومیت و سربازی بازیکنان خارج از زمان نقل وانتقال باشد تا زمان نقل وانتقالات بعدی حق حضور در باشگاه جدید را ندارد.

بقربان:

توافقمان با ویسی بلندمدت است

مدیرعامل باشگاه اسفهان با بیان اینکه عبدالله ویسی در این تیم برنامه بلندمدت دارد، گفت: حداقل ۷،۶ بازیکن از تیم سپاهان جدا خواهند شد.

اصغر باقریان با بیان اینکه صبح امروز دوشنبه قرارداد ویسی با باشگاه سپاهان امضا شده است، گفت: قرارداد ویسی یکساله است ولی ما توافق و برنامه بلندمدتی با ویسی داریم. ما یک کار بلندمدت را طراحی کرده‌ایم.

وی درباره دستیاران ویسی در سپاهان تاکید کرد: ما صحبت‌هایی در این مورد داشتیم و تقریباً توافقهایی هم داشتیم ولی تا باافراد مذاکره نکنیم، قطعی نیست.

مدیرعامل باشگاه سپاهان در پاسخ به این سؤال که ویسی از چه زمانی کارش را شروع می‌کند، گفت: او از امروز کارش را شروع می‌کند و فکر می‌کنم تمرینات از بیستم خرداد استارت بخورد. باقریان درباره اینکه سپاهان برای فصل آینده خانه تک‌تکی اساسی دارد، به رادیو جوان گفت: با توجه به شرایط سنی تیم و دیدگاه‌های سرمربی، فکر می‌کنم حداقل ۶ یا ۷ بازیکن از تیم ما بروند.

شیطنت اماراتی‌ها پیش از ورود تیم‌های النصر و العین به ایران



مسوولان فدراسیون فوتبال امارات پیش از حضور ۳ کاروان تیم‌های العین والنصر در ایران، اظهارات تحریک آمیزی را مطرح کرده و بلر دیگر به دنبال نامن‌جلوه دادن ایران هستند.

دو تیم العین والنصر امارات در یک هشتم نهایی لیگ قهرمانان آسیا به تیم‌های ایرانی خورده‌اند. العین در دیدار رفت که در امارات برگزار شد با تساوی یک بر یک برابر ذوب آهن متوقف شد، اما النصر با نتیجه ۴ بر یک برابر تراکتور سازی به پیروزی رسید. این دو تیم اماراتی خود را آماده دیدار برگشت برابر نمایندگان ایران می‌کنند و قرار است امروز وارد تهران شوند. مسوولان فدراسیون فوتبال امارات قبل از دیدارهای حساس نمایندگان این کشور با نمایندگان ایرانی سخنان تحریک آمیزی را بر زبان آورده‌اند. محمد عبدالله بن هزام، دبیر کل فدراسیون فوتبال امارات در این باره گفت: نماین سلامت هر دو کاروان اماراتی وظیفه‌ماست. نهایت تلاش خود را می‌گیریم تا همه شرایط را به بهترین نحو برای هر دو تیم العین والنصر فراهم کنیم. با کنفدراسیون فوتبال آسیا هم در این زمینه صحبت کرده‌ایم و قرار است که به محض ورود هر دو کاروان النصر و العین ناظر امنیتی AFC همه چیز را زیر نظر بگیرد. او ادامه داد: هر گونه خلائی را از سوی ایرانی‌ها زیر نظر خواهیم داشت. فدراسیون فوتبال امارات وظیفه دارد که سلامت و امنیت هر تیم اماراتی را که در ایران بازی می‌کنند تامین کند. ما نیز همه تدابیر لازم را برای حضور کاروان دو تیم النصر و العین در ایران انجام دادیم‌ام.

بیشتر بدانیم

سکوت چه تأثیری بر مغز تان دارد؟

با وجود سروصدا و شلوغی زیاد در دنیای امروز، ممکن است دنبال جایی برای سکوت و غیب کشیدن از این فضای پرهیاهو باشید. مطالعات علمی نشان می دهد این گرایش، حرکتی هوشمندانه است، زیرا سکوت و آرامش خیلی بیشتر از آن چه فکرش را بکنید، برای مغز تان اهمیت دارد.

سکوت باعث می شود مغز تان بیشتر سلول های جدید تولید کند

در مطالعه ای از انواع صداها و نویزها و سکوت برای موش ها استفاده شد و تاثیر صدا و سکوت روی مغز شان بررسی گردید. نتایج شگفت انگیز بودند؛ وقتی موش ها روزانه دو ساعت در معرض سکوت قرار گرفتند، در هیپوکلپ مغز شان سلول های جدید تولید شد. هیپوکلپ، بخشی از مغز است که به حافظه، هیجانات و یادگیری مربوط می شود.

رشد سلول های جدید در مغز، لزوما به معنی افزایش سلانتهی نیست، اما در این مورد، محققان می گویند این سلول ها تبدیل به نورون (سلول عصبی) می شوند. در این پژوهش دیده شد که سکوت، به سلول های تازه تولیدشده کمک می کند تا تبدیل به نورون شده و وارد سیستم عصبی شوند. پس در این مورد، سکوت می تواند باعث رشد مغز تان شود.

در هنگام سکوت، مغز اطلاعات را از زبانی می کند

مغز در زمان استراحت و آرامش در حالت "فینالت" قرار گرفته و با وجود اینکه در حال "استراحت" است، پیوسته اطلاعات را تجزیه و تحلیل کرده و ثبت می نماید.

مطالعات نشان داده اند چیه هایی که در محیط های پرسروصدا مثلا نزدیک فرودگاه، راه آهن یا اتوبان زندگی می کنند، نمرات کمتری در خواندن و مهارت های زبانی و شناختی کسب می کنند. وقتی مغز استراحت می کند، می تواند در زمان بیداری و هوشیاری، اطلاعات داخلی و خارجی را سازماندهی کند. زمانی که سروصدا حواس تان را پرت نمی کند و روی هدف خاصی متمرکز دارید، یعنی مغز تان به ضمیر خوداگاه تان اجازه می دهد اطلاعات را پردازش نماید. در سکوت و آرامش، مغز آزادی لازم برای کشف جایگاهش در دنیای خالی و خارجی تان را دارد.

سکوت، اضطراب و تنش را تسکین می دهد

سروصدا می تواند عوارض منفی برای مغز داشته و باعث شدن میزان هورمون استرس افزایش پیدا کند. امواج صدا، به عنوان سیگنال های الکتریکی از طریق گوش به مغز می رسند. بدن نسبت به این سیگنال ها واکنش نشان می دهد؛ حتی زمانی که در خواب هستیم . آمیگدال که در لب گیجگاهی مغز قرار شده و مربوط به تشکیل حافظه و هیجان می شود، در محیط پر سر و صدا فعال شده و موجب راه شدن هورمون استرس می گردد. اگر همیشه در فضای پر سروصدا و شلوغ زندگی کنید، در معرض افزایش مزمن هورمون استرس هستید. اما تاثیر سکوت روی مغز، کاملاً برعکس تاثیر سروصدا می باشد. سروصدا مزاجم باعث استرس و تنش می شود، در حالی که سکوت، بدن و مغز را از تنش رها می کند. دلیل این تاثیر، دخالت در فشار خون و گردش خون در مغز است.

سکوت، منابع ادراکی ما را بازسازی می کند

تأثیری که آلودگی صوتی می تواند روی عملکرد ادراک و شناخت ما داشته باشد، بصورت گسترده مورد مطالعه قرار گرفته و معلوم شده سروصدا در محیط کار و مدرسه به عملکرد ادراکی آسیب می زند و همچنین موجب کاهش انگیزه و افزایش اشتباه می شود. عملکردهای ادراکی که بیشتر از همه تحت تأثیر آلودگی صوتی هستند شامل تمرکز در خواندن، حافظه و حل مسئله می باشند. مطالعات نشان داده اند چیه هایی که در محیط های پرسروصدا مثلا نزدیک فرودگاه، راه آهن یا اتوبان زندگی می کنند، نمرات کمتری در خواندن و مهارت های زبانی و شناختی کسب می کنند. اما خوشبختانه این امکان برای مغز وجود دارد که منابع محدود ادراکی اش را بازایی نماید. وقتی شما در شرایطی هستید که ورودی های حسی کمتری دریافت می کنید، مغز می تواند بعضی از توانایی های ادراکی اش را بازایی کند. مغز در سکوت می تواند به محافظ حسی اش اجازه استراحت دهد و برخی از چیزهایی را که به خاطر آلودگی صوتی از دست داده است، مجدداً احیا نماید.

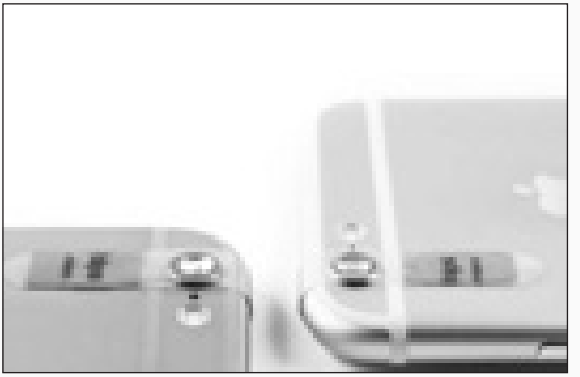


علمی- فناوری

تبدیل گوشی هوشمند به میکروسکوپ دیجیتالی

یک شرکت اروپایی به‌رجسب‌هایی‌را‌برای‌دوربین‌گوشی‌های‌هوشمندتولید‌کرده‌که‌قلبلیت‌تبدیل‌به‌میکروسکوپ‌را‌دارند.

شرکت اروپایی Bilps به‌رجسب‌هایی‌را‌طراحی‌کرده‌که‌با‌نصب‌آنها‌بر‌روی‌لنز‌گوشی‌هوشمند‌می‌توان‌هچون‌میکروسکوپ‌دیجیتالی‌از‌تلفن‌همراه‌استفاده‌کرد.‌در‌واقع‌این‌پوشش‌هوشمند‌شبیه‌به‌رجسب‌های‌بسیار‌کوچکی‌است‌که‌می‌توان‌با‌رها‌آنها‌را‌بر‌روی‌گوشی‌های‌هوشمند‌مختلف‌نصب‌و‌به‌دنیای‌میکروسکوپی‌ورود‌پیدا‌کرد.‌این‌رجسب‌های‌هوشمنداز‌شارژ‌برقی‌ایستادبرای‌جسپیدن‌بر‌روی‌لنز‌دوربین‌هوشمنداستفاده‌می‌کنند‌ضمن‌اینکه‌قطر‌آنها‌به‌اندازه‌قطر‌کارت‌های‌اعتباری‌است.‌
لنزهای‌هوشمند‌در‌مدل‌ماکرو‌و‌میکرو‌عرضه‌می‌شوند‌که‌لنز‌ماکرو‌درای‌قدرت‌بزرگ‌نمایی‌۱۰X‌است‌و‌بالنز‌میکرو،‌سلول‌ها‌قابل‌مشاهده‌هستند‌در‌واقع‌قدرت‌بزرگ‌نمایی‌آن‌۱۷‌هزار‌م‌اینچ‌است.‌همچنین‌ضخامت‌لنزهای‌تبدیل‌کننده‌دوربین‌گوشی‌هوشمند‌به‌میکروسکوپ‌چند‌میلیمتر‌است.



تولید و بومی سازی سامانه‌های بلوتوثی با پشتیبانی صندوق حمایت از تحقیقات و عتوسه صنایع الکترونیک (صحا) وابسته به وزارت صنعت توسط مهندسان کشورمان آغاز شد.

به گزارش خبرگزاری مهر، هدف از انجام این طرح تأمین سرمایه لازم جهت تولید محصولات انتقال اطلاعات (بلوتوث سرور) است تا با تولید و بومی‌سازی بخش‌هایی از این دستگاه، نیاز به واردات آن کاهش یابد.
آیین برزاده مجری طرح سامانه‌های بلوتوثی گفت: سامانه‌های بلوتوثی یک‌سیستم کامل و جامع برای ارتباطی، تبلیغات و اطلاع‌رسانی از طریق بلوتوث برای عرضه کردن محتوا و مفاهیم محصولات و خدمات هستند و بلوتوث سرورها این امکان را فراهم می‌کنند تا خدمات و سرویس‌ها به صورت درجه‌بندی شده در یک یا چند منطقه خاص گسترش داده شود؛ افزود: بلوتوث سرور از سخت افزار و به قدرت شناسایی بیش از ۲۸۰ نوع گوشی تلفن همراه را دارد، فرستنده و گیرنده مخصوص بلوتوث و نرم افزار CMS در یک دستگاه است که وظیفه نرم‌افزار و مدیریت سیستم، تشکیل سرور، کنترل و اپراتوری خودکار و هوشمندانه سیستم است. برزاده ویژگی دیگر بلوتوث سرور را قابلیت اتصال

کسانی که دچار دیابت نوع دو هستند، اگر روزانه به مدت ۱۰ دقیقه سنگ پا بزنند، باعث تنظیم انسولین خونشان خواهد شد.
همچنین این عمل باعث چربی سوزی بیشتر و تناسب اندام خواهد شد.

دکتر مسعود دلاوودی،متخصص پوست می گوید:

«با افزایش سن به خصوص در افرادی که دچار اضافه وزن هستند، پوست کف و پاشنه پا نسبتاً ضخیم می شود. ضخیم شدن پوست از آنجا که مستعد ترک است و امکان بروز عفونت و درد ترک‌ها وجود دارد، لازم است برای پیشگیری و حتی درمان در زمانی که ضخامت پوست در حمام بر اثر رطوبت نرم شده، با سنگ پا آن را نرم تر کرد.

اگر با استفاده از کرم مخصوص با بعد از حمام پوست چرب شود، بهتر است و می توان زیبایی و سلامت پاشنه و کف پا را تضمین کرد. نکته مهم اینکه سنگ پاچه چاه طبیعی، چه مصنوعی یا پلاستیکی، یک وسیله شخصی اند و هر فرد باید سنگ پای جداگانه داشته باشد، چراکه بسیاری از بیماری‌های قارچی، میکروبی و به خصوص زگیل با سنگ پا قابل انتقال هستند.»
سید جواد علوی ، کارشناس طب سنتی نیز می گوید: «استفاده از سنگ پا در حمام برای رفع سردرد و اکثر بیماری‌های دماغی مفید است. محل میخچه و پا پینه را در آب گرم به مدت پنج تا ۱۰ دقیقه قرار دهید. سپس با سنگ پا بر روی آن حرکات دایره ای انجام دهید تا پوست اضافی آن برداشته شود هنگام خروج از حمام گرم مزاجان بهتر است پایهای خود را با آب سرد و سردمزاجان پایهای خود را با آب گرم‌هشوند.

بهتر است افراد بعد از حمام در معرض هوای بیرون قرار نگیرند، چرا که بر اثر استحمام منافذ پوست باز می شود و اگر در معرض هوای سرد قرار بگیرند، سرما سریعاً وارد بدن می شود و منجر به بیماری‌های دماغی مانند سردرد می شود»

رفع میخچه و پینه

میخچه و پینه اغلب به دلیل سایش و فشار بر روی پوست ایجاد می شوند. پینه در هر جای بدن که اصطکاک در آن هست ایجاد می شود. شعله شدن نوک انگشتان کی نوازنده و کف دست کی مکانیک. میخچه معمولاً در بالا و کناره‌های انگشتان باوجودمی‌ی‌آید‌از‌علل‌شایع‌آن‌می‌توان‌به‌آر‌گرمی‌باشه‌با‌کفش‌نامناسب‌اشاره‌کرد. میخچه و پینه در اثر گاهی با زگیل اشتباه گرفته می شوند. لازم است بدانید که زگیل کف پا معمولاً زمانی که به دو طرف آن فشار بیاید، دردناک

فواید سنگ پا برای بیماری‌ها



است. همچنین نقاط سیاه رنگی در آن دیده می شود که به علت عروق خونی کوچکی است که در آن وجود دارد. در ذیل جایی بنگارند تا خشک شود در بیماران دیابتی در پاها خون رسالی به طرز صحیح انجام نمی شود و ممکن است فرد دچار مشکلاتی نظیر ترک کف پا و امثال آن بشود. در واقع استفاده از سنگ پا موجب بهبود سیستم خون رسانی شده و به این طریق به دپابتهی‌ها کمک کند.

توصیه‌ها

- در بعضی از موارد مانند بیماری پسوریازیس استفاده از سنگ پا می‌تواند موجب تشدید بیماری شود. بنابراین توصیه می‌شود افراد قبل از استفاده به یک پزشک متخصص مراجعه کنند. این دسته از افراد می‌توانند از ترکیبات کراتولیتیک استفاده نکنند. در اکثر مواقع پینه و میخچه خشکی کف پا می‌شود، اصطکاک آنها کم شود، از بین خواهند رفت، اما زمانی که دردناک و سفت هستند، باید پزشک متخصص آن را معاینه کند

تنظیم انسولین خون

آیا می‌دانستید که بیشترین مقدار هورمون انسولین در بدن شما به سنگ پا است؟ کسانی که دچار دیابت نوع دو هستند، اگر روزانه به مدت ۱۰ دقیقه سنگ پا بزنند، باعث تنظیم انسولین خونشان خواهد شد. همچنین این عمل باعث چربی سوزی

۷راز بیمار نشدن بر خی افراد

آن‌ها برنامه ریزی کنید.
از راه‌های کلی کنترل استرس می‌توان به تفکر، همنشینیی با دوستان، ورزش عیابت و غیره اشاره نمود.

تمیز بودن: همیشه هوستان به این نکته باشد که پس از تمس با وسایل کثیف مانند دکمه آسانسور، میله اتوبوس و مترو، درهای ورودی ، وسایل پارک و غیره دست‌هایتان را با آب و صابون بشویید. وجود خراش یا بریدگی با سوختگی در پوست دست می‌تواند امکان آلودگی با میکروب‌ها را بالا ببرد، زیرا در این حالت‌ها راه ورود آلودگی‌ها به داخل پوست باز است. شستن دست‌ها با صابون باید حداقل ۱۵ ثانیه طول بکشد.

یافشاری روی ورزش : ورزش سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند و احتمال ابتلا به بیماری‌هایی‌مانند عفونت دستگاه تنفسی را کاهش می‌دهد. بهتر است هر هفته سه بار وقت خود را در باشگاه‌های ورزشی بگذرانید و ورزش کنید.
ارتباط از راه دور: استفاده بیش از حد از وسایل حمل و نقل عمومی مانند مترو، اتوبوس و تاکسی در افزایش بیمار شدن شما موثر است. این وسایل همیشه پر از میکروب هستند. بهتر است کارهایی را که می‌توان به صورت غیر حضوری انجام داد، با ابزارهایی مانند تلفن رایانه و اینترنت انجام دهید.

ویتامین ث جادویی: شواهد علمی نشان می‌دهد که ویتامین ث می‌تواند در بهبود عملکرد سیستم ایمنی بدن بسیار تاثیر گذار باشد. اغلب افرادی که بیمار نمی‌شوند، گاهی تا چهار بار در روز موادی را مصرف می‌کنند که دارای ویتامین ث هستند. این ماده خوراکی گاه اسهال کردید که در حال مرض شدن هستید، مصرف مواد خوراکی غنی از این ویتامین جادویی را از افزایش دهید.



افزایش سرعت فرایند تولید داروی ضدایدز



فرایند تولید را به یک فرایند دوستدار محیط‌زیست تبدیل

کرده است. این موضوع همچنین موجب افزایش ایمنی فرایند و عدم تولید محصولات جانبی سمی می‌شود.

محقق طرح تصریح کرد: فرایندهایی که در اثر اعمال امواج فراصوت به محلول اتفاق می‌افتد، شامل تشکیل حباب، رشد و ترک‌یدن در مایع است و تحت عنوان فزراه‌ای شناخته می‌شود. این حباب‌ها پس از ترک‌یدن، دما و فشار را به‌صورت موضعی افزایش داده و موجب افزایش برخورد مؤثر ذرات واکنش‌گرها و نانو کاتالیست می‌شود. از طرفی به دلیل بالا بودن نسبت سطح به حجم بالای نانو کاتالیست، این برخورد‌ها سرعت و بازده واکنش را به میزان قابل‌توجهی افزایش می‌دهند. نانوذرات کاتالیستی سنتز شده در این طرح قادرند بارها بازایافت شده و مورد استفاده مجدد قرار بگیرند.

فرود موفق هواپیمای خورشیدی پس از یک پرواز ۱۸ ساعته

هواپیمای خورشیدی Solar Impulse ۲ پس از ۱۸ ساعت پرواز با موفقیت در اوهایو به زمین نشست.

این هواپیمای خورشیدی که از شهر توسلاردو اکلاهما به پرواز درآمده بود، بدون مصرف حتی یک قطره سوخت و پس از ۱۸ ساعت و طی مسیری به طول ۱۱۰۰ کیلومتر در هواپو فرود آمبدیک تاجر سوئسی به نام آندره بوربرشیر با همکاری یک ماجراجو به نام برتراند پیکارد خلبانی پروژه Solar Impulse ۲ را برعهده اشتند.داین هواپیم‌ا که هدف آن ترویج فناوری‌های انرژی پاک است، از فرودگاه این ایمللی توسلا پرواز کرد و در فرودگاه بین المللی دیتون اوهایو به زمین نشست.این پرواز بخشی از تلاش برای رسیدن به اولین پرواز با انرژی خورشیدی به دور دنیا بوده و هدف آن نشان دادن قابلیت‌های فناوری های پاک مدرن است.سفر این هواپیمای خورشیدی ۹ مارس سال گذشته از لوبوللی آغاز شده‌است.Solar Impulse ۲ به لطف کلین همراه که می‌تواند به سرعت بسته بندی شده و انتقال یابد، می‌تواند در مکانهای مختلف پناه گیرد و خلبان آن در فواصل زمانی معین می‌تواند در آن به استراحت بپردازد.این هواپیم‌ا در ماه ژوئیه زمانی که برای آن نیمه‌ار سفر به دور جهان و پس از طی ۱۷۱۰۰ مایل (۲۵۰۰۰ کیلومتر) آسیب دیده بود، به زمین نشست.خدمه هواپیم‌ا چند ماه را صرف تعمیر آسیب ناشی از درجه حرارت گرم‌سیری بالا در طول یک پرواز ۴۰۰۰ مایلی بین ناگویازاین و هاوایی کردند.هواپیم‌ای خورشیدی Solar Impulse ۲ یالی گسترده تر از یک پوئینگ ۷۴۷ داشته و شامل ۱۷۰۰۰ سلول خورشیدی است که ملخ‌های هواپیم‌ا را نیرودهی می‌کند. بخشی از نیروی تز در باتری هایی ذخیره می‌شود که در طول شب توان مورد نیاز ملخ‌ها را تأمین می‌کنند.



تولید ابر مولکولی که ویروس‌های مرگبار را از بین می‌برد

سلول های بدن حمله و آسان را بیمار می‌کنند.
ماکرومولکول از عوامل کلیدی در مبارزه با ویروس‌هاست. اول اینکه قادر به جذب ویروس‌ها به سمت خود با کورتاژهای از نیروی الکترواستاتیک بوده و مانع اتصال به سلول‌ها یا سالم می‌شود. بعد از آن میزان اسیدیته ویروس را خنثی و از تکثیر آن پیشگیری می‌کند. البته سرعت ماکرومولکول بیشتر از ویروس‌هاست.

بر اساس اظهارات شرکت First ماکرومولکول توسط رایله طراحی شده و در آزمایشگاه در مبارزه با پول‌ا تب‌دنگی، ماریوبک، آنفلوآنزا، چیکونگوئیتا، ایترو۱ و هریس سیمپلکس موفق بوده است.

با این وجود محققان با بیان اینکه ماکرومولکول به زودی در دسترس نخواهد بود اظهار کردند: امیدواریم ورود این ابرمولکول به باز سه تا پنج سال آینده محقق شود.

علمی وسلامت

توصیه‌ها و هشدارها

کارشناسان تغذیه‌می‌گویند:

خواص گریپ فروت

گریپ فروت میوه ای از خانواده مرکبات است که منبع فوق العاده ویتامین ها، فیبر و سایر مواد مغذی است.

به گزارش مهر، گریپ فروت میوه ای است با خواص ضداسکایشی که دارای قابلیت تقویت دستگاه ایمنی و همچنین قدرت کاهش کلسترول و هضم غذا است.

به گفته کارشناسان تغذیه، گریپ فروت تأمین کننده ویتامین C،B۹، فولات (B۹)، فیبر، کولین، لیمونین و لیسونه است. افزون این میوه به رژیم غذایی به کاهش وزن کمک می‌کند. در ادامه به برخی فواید این میوه اشاره می‌شود.

تقویت سیستم ایمنی: به گفته کارشناسان تغذیه، نصف گریپ فروت متوسط ۵۹ درصد ویتامین C روزانه بدن را تأمین می‌کند. ویتامین C در سیستم ایمنی بدن نقش دارد و به خنثی سازی رادیکال های آزاد بدن کمک می‌کند.

سلامت قلب: ویتامین C با کاهش ریسک بیماری قلبی عروقی مرتبط است. طبق مطالعه سال ۲۰۱۵ محققان، افرادی که میوه و سبزیجات زیادی مصرف می‌کنند ۱۵ درصد کمتر در معرض ابتلا به بیماری قلبی قرار دارند. هر چقدر مصرف ویتامین C در پلاسما خون بیشتر باشد، نرخ بروز بیماری قلبی کاهش می‌یابد.

سنگ کلیه: به گفته محققان دانشگاه ویسکانسین، اسیدسیریک موجود در گریپ فروت می‌تواند مانع از تشکیل سنگ کلیه شود. سنگ های کوچک در حال تشکیل را تجربه می‌کند. هر چقدر میزان اسیدسیریک دراز بیشتر باشد، بیشتر در مقابل تشکیل سنگ کلیه های جدید مصون خواهد بود.

سرطان: ویتامین C و بتاکاروتن دو کاهش بروز سرطان مری می‌شوند. مطالعه محققان نشان می‌دهد مکمل ویتامین C بتاثری همچون شیمی درمانی بر سلول های سرطان مری دارد و حتی ویتامین C موجب افزایش تاثیر شیمی درمانی می‌شود. گریپ فروت قرمز و صورتی، بعد از گوجه فرنگی، یکی از بهترین منابع لیسوپن است. لیسوپن با کاهش ریسک ابتلا به سرطان پروستات مرتبط است. همچنین لیسوپن در کاهش ریسک

ابتلا به سرطان معده هم نقش دارد. لیمونین موجود در آن به کاهش ریسک ابتلا به سرطان سینه کمک می‌کند.

سلامت دوره بارداری: فولات از مکمل های ضروری برای زنان باردار به منظور پیشگیری از بروز نقص در شبکه عصبی جنین است.

جبران کم آبی بدن: گریپ فروت ۹۱ درصد آب دارد از اینرو به جبران کم آبی بدن کمک می‌کند.

هضم غذا: فیبر و آب موجود در گریپ فروت به هضم غذا کمک کرده و در کاهش یا پیشگیری از یبوست نقش دارد.

کاهش وزن: گریپ فروت به طور طبیعی حاوی مقادیر زیاد فیبر است که در ایجاد حس سیری نقش دارد و می‌تواند منجر به جلوگیری از پرخوری شود. فیبر همچنین به تثبیت سطح قند خون کمک کرده و مانع از افزایش آن که در گرسنگی نقش دارد، می‌شود.

کلسترول: گریپ فروت حاوی فیبری موسوم به پکتین است که در کاهش سطح کلسترول بد LDL و پایین آمدن تری گلیسریدها نقش دارد. به گفته محققان مصرف گریپ فروت به مدت ۲۰ روز موجب کاهش سطح کلسترول LDL می‌شود.

بینایی چشم: ویتامین A که گریپ فروت منبع خوب آن است، برای داشتن بینایی خوب ضروری است.

کارشناسان تغذیه‌می‌گویند: خواص اعجاز انگیز عسل در مقابله با عفونت‌های باکتریایی

عسل شیره شیرین و سالمی است که می‌تواند جایگزین قند شود و دارای خواص متعددی است.
به گزارش مهر، یکی از قوی ترین خواص عسل، توانایی آن در مقابله با باکتری هاست. عسل می‌تواند موجب تقویت سیستم ایمنی، کمک به هضم غذا و کاهش وزن شود. حتی به تسکین علائم سرماخوردگی هم کمک می‌کند.

۱۷ درصد عسل را آب تشکیل می‌دهد و باقیی آن شامل دو نوع قند فروکتوز و گلوکز است که هر دو جذب کننده آب هستند. زمانیکه باکتری، قارچ، یا یک باکف قارچی وارد بدن می‌شود، عسل شروع به جذب آب از ماده خارجی واردشده به بدن می‌کند، و بدین ترتیب عملکرد مهاجم را خنثی می‌کند. عسل دارای آب کافی برای زندگی باکتری ها یا موارد مشابه نیست، از اینرو فاسد نمی‌شود.

اما مواد قندی تنها ماده تشکیل دهنده عسل نیستند که آن را تبدیل به یک ماده خوراکی فوق العاده برای مقابله با باکتری ها می‌نماید. زنبورها به این مخلوط گلوکز اکسیداز می‌افزایند که همین ماده موجب اسیدی شدن زیاد عسل می‌شود و از اینرو به معنای واقعی رشد باکتری ها در آن غیرممکن می‌شود.

زمانیکه گلوکز اکسیداز تجزیه می‌شود، تبدیل به پروکسید هیدروژن می‌شود که دیواره های سلولی باکتری ها را نابود می‌سازد.

همچنین عسل حاوی پروتئینی موسوم به دیفنسین-۱ است که بخشی از سیستم ایمنی زنبور در حفاظت از این ششوره در مقابل باکتری ها، بخصوص باکتری های بیماری زا است. در مجموع، مواد موجود در عسل کلوس باکتری ها هستند، از اینرو مصرف روزانه آن به حفظ سلامت بدن کمک قابل توجهی می‌کند.

البته والدین باید بدانند که کودک زیر یک سال نباید عسل دلد شود، چراکه ۱۰ درصد برخی نمونه های عسل حاوی بوتولیسم سمی هستند. باکتری بوتولیسم تنها باکتری مقاوم در برابر عسل است. از آنجائیکه این باکتری حالت خشک دارد، عسل نمی‌تواند با جذب منبع آبی، آن را نابود کند.



مطالعات نشان می‌دهد:

مشغله فکری مغز را سالم نگه می‌دارد

تحقیقات جدید نشان می‌دهد مشغله بسیار زیاد برای سلامت مغز بسیار خوب است.

به گزارش مهر، مطالعات محققان دانشگاه تکراس نشان می‌دهد عملکرد شناختی و قابلیت های مغز افرادیکه برهمنه فشرده ای دارند، بیشتر است و برهمنه فشرده روزانه یکی از فاکتورهای سلامت مغز است.

به گفته محققان، افراد پر مشغله در تست های مربوط به حافظه، پردازش اطلاعات و استدلال بهتر عمل می‌کنند. اما افتاد های این مطالعه اثبات نمی‌کند که پر مشغله بودن موجب بهبود تر شدن فرد می‌شود.

تحقیقات قبلی نشان داده بود افراد مسنی که فعالیت بیشتری از لحاظ ذهنی، فیزیکی یا اجتماعی دارند، از عملکرد ذهنی قوی تر هستند. زمانیکه باکتری، قارچ، یا یک باکف قارچی وارد بدن دمس اس زوال عقل قرار دارند.

دکتر سارا فسقینی، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «در این مطالعه به مشغله ذهنی مفید اشاره شده و اکثدا توصیه می‌شود که مشغله توأم با استرس و تنش روحی، اثرات مخربی بر حافظه و عملکرد مغز دارد.»

محققان توصیه می‌کنند با برنامه ریزی دقیق می‌توان چند کار را به طور همزمان مدیریت کرد. مشغله های مثبت شامل برادختن به امور الهام بخش و مفیدی است که با انگیزه انجام می‌شود و برای بدن و مغز مفید است.

در این مطالعه، ۲۲۰ مرد و زن در سن ۵۰ تا ۸۹ سال از لحاظ میزان پر مشغله بودن رده بندی شدند. همچنین این روش تست گان، تست های اندازه گیری کننده حافظه، سرعت پردازش اطلاعات، استدلال و دایره لغت به عمل آمد.

در مجموع در این مطالعه مشخص شد هر چقدر افراد در زندگی روزمره پر مشغله تر باشند، در تست ها عملکرد بهتری داشتند. اما مشخصاً، مخصوصاً زمانیکه از آنها خواسته می‌شد تا یک واقعه خاص در گذشته را به خاطر آورند.

محققان به افراد و به ویژه افراد میانسال و سالمند توصیه می‌کنند که برای داشتن ذهن قوی، همواره فعال بمانند و به انجام فعالیت های بپردازند که سبب نرمش ذهن می‌شود، یکی دیگر از مزیت های فعالیت ذهنی، پیشگیری از افسردگی است.

نتایج یک تحقیق نشان می‌دهد:

کاهش ریسک بروز عوارض سکنه با مصرف آسپرین

طبق یافته های یک مطالعه، مصرف آسپرین بعد از سکنه خفیف ریسک عوارض سکنه مغزی را تا ۸۰ درصد کاهش می‌دهد.

به گزارش مهر، پژوهشگران دانشگاه آکسفورد با بررسی ۱۵ تحقیق درباره تاثیر آسپرین بر سکنه مغزی بر روی ۵۶ هزار بیمار دریافتند که بیشترین فایده آسپرین در هفته‌ای اول بعد از سکنه مغزی است.

به گفته محققان، مصرف فوری آسپرین بعد از بروز علائم هشدار، خطر معلولیت های مادام‌العمر یا مرگ را به میزان ۷۰ تا ۸۰ درصد کاهش می‌دهد.

در سکنه مغزی خفیف و در قطع موقت خون‌رسانی به مغز، جریان خون و اکسیژن به مغز قطع و باعث بروز علائمی مثل بی‌حسی و ناتوانی شدید دست‌ها و پاها یا مشکلات بینایی و حرف زدن می‌شود.

پیتز را تئول، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «یافته‌های ما تاثیر درمان فوری در سکنه مغزی خفیف و در قطع موقت خون‌رسانی به مغز را ثابت می‌کند و نشان می‌دهد آسپرین بهترین مولفه در این زمینه است.»

وی تأکید می‌کند پزشکان باید در صورت سکنه مغزی خفیف با فاصله در مان با آسپرین را شروع کنند نه اینکه منتظر بررسی ارار زیبایی های تخصصی مانند.

معیار‌های نگه‌داشتنی، معیار‌های دور‌ریختنی

معیار های دست و پاگیر از دواج



بعضی ها با چنان معیارهای سطح پائینی حاضر به ازدواج می شوند که آدم فکر می کند این ها صرفا به دنبال این هستندکه ازدواجی کرده باشند. در نقطه ی مقابل، بعضی های دیگر ازدواج نمی کنند چون حاضر نیستند با کسی به جز فردی که مطابق معیارهایشان باشد ازدواج کنند. شما کجای این طیف قرار دارید؟ گروه اول؟ گروه دوم؟ شاید هم جایی بین آنها؟

فرض کنید که می خواهید برای سطح پائینی بخريد. به چند مغازه سر می زنيد تا بالاخره لباس مورد نظر تان را پيدا می كنيد. چرا برای خرید يك لباس این قدر وقت صرف می كنيد؟ پاسخ روشن است: چون شما می خواهید لباسی را بخرید که مناسب تان باشد. این جستجو برای پیدا کردن مناسب ترین لباس از کجا می آید؟ درست است، از معیارهای شما. شما قایل از اینکه به خرید بروید معیارهایی برای لباسی که می خواهید بخريد تعيين کرده ايد. مثلا می دانيد که می خواهید لباس ارزان بخريد یا گران. داشتن این معیار به شما كمك می كند تا بتوانيد خرید مناسب تری داشته باشید.

با كمي اغماض، می توانيم بگويم كه ازدواج نيز همينطور است. اگر شما برای ازدواجتان معیار داشته باشید، می توانيد انتخاب بهتری كنيد. از آنجا كه همه ی آدم ها به دنبال انتخاب بهتر هستند، هيچ

انسان سالمی پيدا نمیشود كه بدون هيچ معياری اقدام به ازدواج كند. اما آفتی كه در این زمينه وجود دارد این است كه بعضی ها به خاطر اينكه موفق به ازدواج بشوند آنقدر معيارهايشان را پايين می آورند كه هدف از ازدواج برايشان بی معنی می شود و بعضی های ديگر هم طوری به معيارهای سطح بالايشان می چسبند كه كم كم موهابيشان رنگ دندان هايشان را به خود می گيرند. علت این افراط و تفریط چیست؟

چرا ازدواج؟

پاسخ به سوال بالا در چه اول به دلایلی كه شما برای ازدواج كردن يانكرن داريد بر می گردد. شكي نيست كه این دلایل، چه به صورت خودآگاه باشند و چه به صورت ناخودآگاه، يکی از عوامل مهمی هستند كه روی معيارهای ازدواج شما اثر می گذارد. برای مثال اگر شما بنا به يك دليل اشتباه بخواهيد ازدواج كنيد و يا از آن فرار كنيد، معيارهايی برای خود می تراشيد كه با خيلى پايين تر از حد متعادل قرار دارند و باعث می شوند كه شما هر چه زودتر از شر مجرد خلاص بشويد و يا خيلى بالاتر از آن قرار دارند و كمك می كنند تا حالا-حالا از دواجتان رايه تعويق بيننداريد.

بعضی از این دلایل اشتباه در زیر آورده شده اند:

وفاداری چه شکلی است؟

راهکارهایی برای داشتن رابطه شاد و سالم

امانت از ویژگی های شخصی است که در معرض بی وفایی کردن هستند ۳ خط قرمز بزرگ در

سفارشات اسلام وجود دارد که می تواند ملاک افراد برای سنجش رفتارهای شان درباره وفاداری باشند:
۱- نیکی به پدر و مادر
هر مسلمان باشد یا کافر ۲- ماندن بر سر قول و قراری که خودتان مشخص کرده اید ۳- وفای به عهد و بر گرداندن امانت به کافر یا مسلمان.

چطور وفادار باشیم؟

رفتار ارزشمند وفاداری که می تواند نسبت به خدا، افراد جامعه و خودتان باشد مرتبه های زیادی دارد در هر نمره ای از وفاداری که هستید بازم لازم است به خودتان تمرین رشد دهید. از این راه ها برای رشد یا اصلاح خودتان و دیگران كمك بگيريد.

***سرم بره، قول نميره**

به قول شاعر عزیز شهیار:
«و وفای عهد را با سر كند اما ولي/خون دل از كوفيان بی وفا دارد حسين».
این ضرب المثل كه سرم بره، قول نميره با استناد به این شعر و وفای به عهد امام حسين(ع) با خدا معروف شده است.مثل يك قاتلون مهم این جمله را در حرف و عمل برای خودتان تكرر كنيد كه «سرم بره، قول نميره» البته منظور ما قول های صحیح است.

***پياد زير قول زدن را بنانيد**

افرادى كه نمى دانند چقدر كراهيهايشان بر ديگران اثر دارد و مهم است معمولاً افرادی هستند كه بدقولى می كنند. هر قدر نتوانيد هدفی یا موضوعی را برای خودتان جدی تر و مهم تر نشان دهید و پياد زير قول زدن را مشخص و روشن بدانيد به قول هايتان بيشتر عمل می كنيد.

دوست بيريد چرامى شكند؟

احساس غريب، حس تعهد و وفادارى را كم می كند. اگر بريتان مهم است كه بى وفا و بدقول نباشيد، احساس محبت به موضوع قول و قرار تان را تقويت كنيد.شايد شاعری كه گفت: «بيگانه اگر دل شكند حرفى نيست از دوست بيرسيد چرامى شكند؟» اشاره ای به همین موضوع داشته باشد كه دوستی بين ۲ طرف واقع نشده. همسرانی كه به بخواهند نسبت به هم وفادار باشند بيشتر شوند، بايد احساس نزدیکی به بكدگر در امر خود و زوجهشان تقويت كنند.

***موانع شخصی بی وفای تان را كشف كنيد**

اگر مصمم هستيد تا در چه بوفايی تان را رشد نديد، موانع شخصی بی وفایی تان را كشف كنيد. ممكن است رويحي توقع افراطی، بی نظمی، تداخل زياد كارها و وعده هايی كه می دهيد، عدم خودشناسی دقيق، اطلاعات كم تان از نیازهای ديگران، عدم شناخت وظايفتان، توان جسمی كم و… زمينه كم كارى شما باشد.

چطور ديگران را نسبت به خودتان وفادار كنيد؟

***رابطه داد و ستدی ممنوع**

قديم اول رابطه ها را دادوستدی برناريد؛ مثلا اينكه تو خوبي نكردى، من هم تلافی كردم. تو برام تب كن تا من برام بيرم و… اين نوع روش ها به مرور طرف مقابل را عادت می دهد كه فقط تا زمانی كه شما خوب هستيد او هم با شما بماند.

ازدواج شما اثر می گذارند.

معیارهای هر فرد برای ازدواج، متفاوت از فرد دیگر است علت آن هم تفاوت های فردی، فرهنگی و اقتصادی افراد است. يك دسته ديگر از علت ها هم به عوامل مربوط به جامعه برمی گردد. برای مثال، به دليل پهای بيش از حدی كه جامعه ی فعلی ما برای زیبایی ظاهری قائل است، معيار زیبایی به هم خيل معيارهای امروزی پیوسته است. با این تنوع رنگارنگ، از كجایفهميم كه چه معيارهایی برای يك ازدواج موفق واقعا مهمند و چه معيارهایی كم اهميت؟

از واقعيت باشعش

اساساً معيار داشتن چيز خوبى است، البته تا جایی كه اولاً ريشه های درستی داشته باشد (كه درباره آن صحبت كردديم)، دوماً اينكه بر مبنای واقعيت ها ايجاد شده باشد وسوم اينكه ارزشمند باشد.

برای اینکه معیارهای ازدواج تان بر مبنای واقعیت بنا شوند لازم است خود واقعی تان را بشناسيد. همه ی ما علاوه بر خود واقعی يك خود آرمانی هم داريم يعنی کسی كه نيسيم ولی دوست داريم باشيم. شايد خود آرمانی در بعضی جاهای ديگر به پيشرفت و رشد ما كمك كند ولی در ازدواج بيشتر نقش يك عامل مخرب را بازی می كند. برای مثال اگر شما درخودا رمانتان، خودتان را فردی درسطح بسيار بالای اجتماعی و … ببينيد در حالی كه يك جوان با سطح متوسط اقتصادی، خانوادگی، تحصیلی و ظاهری هستيد، معيارهای درستی را برای ازدواج خود قرار نخواهيد داد.

ارزشمندی معيارها هم به این بستگی دارد كه آن معيار چقدر فنی نفسه مهم و ارزشمند است. برای مثال سلامت روانی، پای بندی به اخلاق، تلاشگر بودن و متعهد بودن نسبت به خانواده جزء معيارهایی هستند كه به خودی خود ارزشمند هستند.

این معيارها را نگه داريد، حتی اگر به قيمت تاخير افتادن

از دواجتان باشد

اگر خودتان را مورد كوشش قرار داديد و دليل منطقی و درستی برای ازدواجتان يافتيد، اگر خيال ازدواج رويانی را كنار گذاشتيد و بر مبنای واقعيت های خودتان و زندگی تان معيارهایی را قرار داديد، و اگر معيارهای ارزشمندی را برگزيديد، پای معيارهايتان بايستيد. درست است كه ازدواج سنت مقدسی است و دين خيلى به آن سفارش كرده است، اما این را هم مد نظر قرار نديد كه منظور دين و بزرگان دينی ما ازدواج معقول و مناسب بوده است. بدون شك، به دنبال ازدواج مناسب بودن به مراتب از ازدواج عجولانه ای كه عاقبتی به جز طلاق ندارد بهتر است.

اگر دلايلتان برای ازدواج كردن و يا نكردن جزء دلايل غلط قرار دارند، اگر بر مبنای خودآرمانی تان به دنبال يك ازدواج رويانی هستيد، و اگر معيارهایی كه داريد جزء معيارهای ارزشمند نيسنتد، هر چه زودتر خودتان را تغيير دهيد.

***دوری دوستی نمی آورد**

اجازه دهید ضرب المثل اشتباه «دوری دوستی می آورد» بين تان فاصله بيندازد و در حد امكان احترام آميز با محبت آميزان يا يادآوری كنيد.

***فردانی كنيد**

قدرشناس باشيد تا رويحه وفاداری بتواند جان بگيرد. فردی كه احساس كند تلاش هايش به جایی نمی رسد، مدتی بعد، را ادامه را خسته می شود. قدرانی شما از دوستان و اطرافيان وفاداران می تواند رويحه آنها را به حفظ این اخلاق تشويق كند.

برای وفادار ماندن همسر چه كنيم؟

قرار گرفتن در يك رابطه زناشویی متعادل كار ساده ای نيست، اما زوج های سالم می دانند كه چگونه فراز و نشيب ها را طی كنند و چطور بحران های احتمالی را مديريت كنند. با دقت كردن اين راهكارها و به كار بستن آنها، می توانيد رابطه تان را با همسران ماندگار و شاد نگه داريد.

***زادانه گفت و گو كنيد**

تحقيقات نشان می دهند در تشخيص اينكه كنام زوج ها خوشحال می مانند، روش ارتباط مهم تر از سطح تعهد، خصوصيات شخصی و استرس است. زوج های سالم از بحث و تشكش دوری نمی كنند، بلكه آنها می دانند چگونه مرزهای ارتباط را باز نگه دارند. زوج های شاد می دانند بهترين گفت و گوها بدون لفظ و لب تاب و تلبات پيش می رود.

***زيادتان را بنيديد**

گفتن عباراتی مانند «لطفاً يا «سپاسگزارم» كار ساده ای نيست، اما زوج های سالم می دانند كه فردی كه بيبست استال با و زندگی می كنيد هم بسيار مهم است. همان احترامی كه به يك مهمان می گذاريد، برای همسران نيز قابل باشيد.

***به سفر برويد**

مطالعات نشان می دهند زوج هایی كه با هم ورزش می كنند نه تنها سالم ترند، بلكه از ازدواج شان نيز رضایت بيشتری دارند. روان شناسان اذعان می دارند كه اگر شما با هم ورزشي هرچند ساده را تمرين كنيد، نسبت به هم بيشتر احساس عشق و علاقه می كنيد.يك مسافرت دوفرهه با همسر كسب آرامش باعث می شود انرژی بيشتری برای زندگی مشترك داشته باشيد.

***بخنديد**

مختصمان می گويند ليخند و خنديدن باعث می شود احساس بهتری داشته باشيد، حتی اگر به زور باشد پس حتی اگر شما و همسر عزيزتان روز سختی را هم سر می كرده ايد، سعی كنيد بى هيچ دليلی بخنديد. عمل فزيكي خنديدن، شما را شادتر و سالم تر خواهد ساخت. شما و همسران را هم همز گزند، ايد، اگر بخواهيد رابطه شاندان را با اين پيام رانده داشته باشيد، نهايد به چرك ها، شكش ها، و ايزران و كچلي اهميت ندهيد. مهم نيست كه هر كنام از شما چقدر پير، فرسوده يا چركيده شده، ايهميشه در پاسخ به اين سوال كه چطور به نظرمی رسم، بگويد: تو زیبایی و من دوست دارم.



استان قم در پایان هفتمین کمال این جشن بزرگ هارود هملی، همبستگی و تلاش همه دستگاه های استان بود و از همه مسئولانی که پلیس را در اجرای این مسئولیت سنگین یاری کردند تشکر می کنم.

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم خبرداد:

مصدومیت ۱۵۰ نفر در حوادث ترافیکی تعطیلات نیمه شعبان

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی قم عنوان کرد: در تصادفات پی‌ووق پیوسته ۱۵۲ نفر مجروح شدند که ۶۶ نفر به صورت سریالی درمان شده و ۸۶ نفر نیز توسط آمبولانس‌های اورژانس به بیمارستان سیار در جمرکان و بیمارستان‌های سطح شهر انتقال داده شدند. وی اظهار کرد: از میان مأموریت‌های انجام گرفته طی این مدت ۶۵ مورد مربوط به مسجد مقدس جمرکان بود که ۱۷ مورد به بیمارستان عاشقان ولایت در جمرکان منتقل شده و مابقی نیز به بیمارستان‌های سطح شهر انتقال داده شدند. حسنی در خصوص تصادفات شاخص ايام نیمه شعبان، افزود: در برخورد خودرو با عابر پیاده در خیابان امام زاده ابراهیم به مجروح، ۲ مورد برخورد موتور و خودرو در خیابان آذر و خیابان نیروگاه و ۶ مصدوم و ۷ زگونی خودروی ۲۰۶ در اتوبان قم - تهران سه مصدوم بر جای گذاشت. وی ادامه داد: برخورد سه خودرو در جاده قدیم جعفریه ۲ مجروح داشت و برخورد خودروی پراید با سمند در شهر پردیسان نیز ۲ مصدوم بدحال بر جای گذاشت.

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم اضافه کرد: برخورد خودروی نیسان با موتور در اتوبان قم - تهران متأسفانه یک مصدوم بسیار بدحال بر جای گذاشت. وی ادامه داد: سقوط دو مروح در جاده قدیم قم - کاشان و برخورد با خودروی پیوس با خودروی ۹۰ ل در اتوبان قم - تهران سه مصدوم بر جای گذاشت و همچنین در اثر برخورد خودروی ۲۰۶ با گاردریل یک نفر مصدوم شد.

یادمان

برگی از حماسه فتح خرمشهر

شهیدی که پس از شهادت

خبر از فتوحات رزمندگان اسلام می داد

شهید عبدالمهدی ایزدی شهیدی بزرگوار از عملیات بیت المقدس است که پس از شهادت، در عالم رويا از فتوحات رزمندگان اسلام به مادرش خبر می داد.

گنجینه دفاع مقدس آکنده از مرواریدهای درخشانی‌است که هر چه زمان می گذرد، قدر و قیمت بیشتری می یابند. حماسه فتح خرمشهر در سال ۶۱، حماسه ای فراموش نشدنی در تاریخ پرافتخار دفاع مقدس است. شهید عبدالمهدی ایزدی، از شهادهای عملیات بیت المقدس و آزاد سازی خرمشهر است. وی متولد سال ۱۳۴۱ در نجف اشرف بود و خانواده وی در سال ۱۳۵۱ به عنوان معاونین(فرادی که دارای شناسنامه ایرانی بودند)، از طرف رژیم بعث

عراق، از آن کشور رانده شده و به ایران مهاجرت کردند. علاوه بر عبدالمهدی، شهید علی ایزدی نیز دیگر شهید منسوب به این فاقیل در دوران دفاع مقدس می باشد. «استاد حسن بنا هستی؟» این جمله ای بود که حضرت امام(ره) خطاب به پدر شهید عبدالمهدی ایزدی فرمودند: به گفته علی ایزدی، برادر شهید، پس از پیروزی انقلاب هنگامی که امام راحل(ره) برای مدتی در قم حضور داشتند، یک شب به منزل یکی از علماء قم تشریف می بردند، پدر شهید ایزدی که از ابتلاهای بیوت مراجع در قم و نجف بوده و در برخی کشورهای اسلامی نیز به ساخت و تعمیر مساجد و امامزاده ها و – همت می گمارده است، با اشتیاق تمام همراه فرزندش خود را به امام می رساند و امام تا او را می بینند، نگاهي همراه با تبسم به وی می کنند و این جمله سرشار از محبت را به این پدر بزرگوار می فرمایند: مرحوم استاد حسن بنا از طرف هیئت مذهبی به جبهه می رفت و با خلق نیکو، روی گشاده و شوخ طبعی اش، به رزمندگان اسلام روحیه می داد. خبر شهادت عبدالمهدی این‌نیز که شتید، همچون کوهی مقاوم و استوار بود.

برادر شهید عبدالمهدی درباره خصوصیات این شهید بزرگوار چنین می گوید: «اهل هنر خوشنویسی بود و این اواخر پلاکاردهایی برای شهدا می نوشت و ما از همفاه برای مراسم خودش استفاده کردیم، در هنرستان فنی قدس قم تحصیل می کرد که از طرف بسیج به جبهه اعزام شد، مانوس با داعای توسل بود و در سن ۲۰ سالگی قهقار در روز آزادی خرمشهر، به شهادت رسید و در گلزار شهدای سوم خرداد قم خاکسپاری شد.»

برادر شهید ایزدی می گوید: سه سال پس از شهادت عبدالمهدی، مادرم که بانوی مومنه ای بود، به رحمت خدا پیوست، در این مدت، ارتباط عارفانه عجیبی بین مادر و برادر شهیدم برقرار بود، مثلاً هر بار که عملیاتی در جبهه صورت می گرفت، شهید به خواب مادر می آمد و درباره آن خبر می داد و ما بعداً از رسانه ها می شنیدیم.

اخبار

شهردار قم:

هیچ مسئله‌ای نباید توسعه و پیشرفت شهر قم را متوقف کند



شهردار قم گفت: فعالیت های شهری با برنامه ریزی ادامه پیدا می کند و هیچ مسئله ای نباید توسعه و پیشرفت شهر قم را متوقف کند. دکتر سقائیان نژاد با اشاره به انتقاد برخی رسانه ها از اجرایی شدن پروژه تقاطع سه سطحه شهیدان محمودزاد اظهار کرد: هیچ مسئله ای نباید موجب توقف توسعه و پیشرفت شهر قم باشد و باید بتوانیم برای فعالیت ها برنامه ریزی کنیم. وی با اشاره به اشکال برخی در خصوص آغاز پروژه شهیدان محمودزاد در مسئله نیمه شعبان و تراکم بالای زائرین و مسافرتین در قم تصریح کرد: قم شهری مذهبی است و مناسبت‌های مذهبی در این شهر مورد قبول مردم است به همین خاطر بسیاری از این شهر ملو از این جمعیت بوده و نمی‌توان همواره جلوی پیشرفت شهر را گرفت. شهردار قم خاطرنشان کرد: بیش از ۱۲۷ مراسم مذهبی در شهر قم داریم، اگر هر روز بخواهیم عمران و توسعه را متوقف کنیم امکان برنامه ریزی وجود نخواهد داشت. وی با تأکید بر ضرورت توسعه و پیشرفت شهر با برنامه ریزی و مدیریت صحیح خاطرنشان کرد: باید امور شهری را پیش رود، اگر مردم و مسئولان دست به دست هم دهند مشکلات برطرف می شود. سقائیان نژاد با بیان اینکه اجرای پروژه های شهری برای تأمین رفاه و آسایش مردم است، گفت: ممکن است در مسیر تکمیل پروژه ها مشکلاتی برای مردم و شهر رخ دهد، اما در آینده نزدیک بشرینی استفاده از این پروژه ها در کام مردم باقی خواهد ماند. وی گفت: امیدواریم سختی ها و مشکلات موجود در مسیر اجرای پروژه ها را مردم تحمل کنند تا بتوان آینده ای بهتر، فعال تر و پویاتر برای شهر قم رقم زد.

در ايام نیمه شعبان صورت گرفت:

فعالیت ۳۰۰ نفر از پرسنل شهرداری قم

مدیر کل نظارت و هماهنگی امور خدمات شهری شهرداری قم گفت: نزدیک به ۳ هزار نفر از پرسنل ستادی، خدماتی، فضای سبز و آتش نشانی به صورت ۲۴ ساعته در ايام نیمه شعبان مشغول فعالیت بودند.

سید محسن میرهادی با اشاره به برنامه ریزی خوب شهرداری برای خدمت رسانی به زائران نیمه شعبان اظهار کرد: با تشکیل ۱۰ کمیته و ۱۲ ستاد پیرامون مسجد مقدس جمرکان برنامه ریزی لازم انجام شد ووی خاطرنشان کرد: حضور میلیون ی زائرانی که برای زیارت حرم کریمه اهل بیت(س) مشرف شده بودند و نماز گزران مسجد مقدس جمرکان را شاهد بودیم. مدیر کل نظارت و هماهنگی امور خدمات شهری شهرداری قم با اشاره به برگزاری جلسانی با حضور اعضای کمیته‌های ۱۰ گانه برای بررسی و آسیب شناسی گفت: این جلسات با هدف برطرف کردن نقاط ضعف و بهبود نقاط قوت برای خدمت رسانی به زائران و شهروندان برگزار شده بود وی خاطرنشان کرد: ۱۴۰ هکتار سال گذشته برای بحث پارکینگ آماده سازی شده بود ولی امسال ۱۵۰ هکتار آماده سازی پارکینگ ها و پارکسوارها صورت گرفت و با کساری، نظافت و ملازمت یاشی در آنها انجام دش میروهای عنوان کرد: ستاد گمشدگان از نقاط قوت خدمت رسانی بود که در تمام ستادها ۱۲ گانه مستقر شدند و ارتباط مستقیمی با ستادها و مسجد جمرکان داشتند. وی با اشاره به بحث اطلاع رسانی گفت: اطلاع رسانی با بنر در دستور کار قرار گرفت و پارکینگ ها و پارکسوارها بولبنندی و شمارمندی شدند و توزیع کارت های رنگی در ورودی پارکینگ ها صورت گرفت. مدیر کل نظارت و هماهنگی امور خدمات شهری شهرداری قم عنوان کرد: نزدیک به ۳ هزار نفر از پرسنل ستادی، خدماتی، فضای سبز و آتش نشانی به صورت ۲۴ ساعته مشغول فعالیت بودند.

کسب رتبه برتر کشوری واستانی توسط روابط عمومی دامپزشکی قم



روابط عمومی اداره کل دامپزشکی قم در همایش روز روابط عمومی و ارتباطات بعنوان یکی از روابط عمومی برتر استان انتخاب شد. در این همایش که به مناسبت فرارسیدن ۲۷ دیپهشت روز ارتباطات و روابط عمومی توسط استانداردی قم بر گزار شد روابط عمومی این اداره کل به دلیل عملکرد مطلوب در زمینه مستند سازی و ارائه گزارش جامع سالیانه درسال ۹۴ رتبه برتر در بین ادارات و سازمانهای استان قم را کسب نمود. که در این راستا از آقای اسمعیلی مسئول روابط عمومی دامپزشکی استان قم با اهداء لوح سپاس و اهداء هدیه تجلیل به عمل آمده همچنین در ارزیابی که سازمان دامپزشکی کشور از فعالیت های سال ۱۳۹۴ ادارات کل دامپزشکی کشور انجام داده است ، روابط عمومی این اداره کل در زمینه یونانمایی حائز رتبه برتر در بین ادارات کل دامپزشکی کشور گردید که با اهداء لوح سپاس از روابط عمومی این اداره کل تجلیل به عمل آمد.



امام علی علیه السلام

هرگز هیچ دشمنی
را دست کم مگیر
هر چند ناتوان باشد

غرر الحکم ج ۲۱۶ - حکمت نامه سیع ص ۸۲

سه شنبه - ۴ خردادماه ۱۳۹۵ - سال نوزدهم - شماره ۴۰۰۸

ایمان

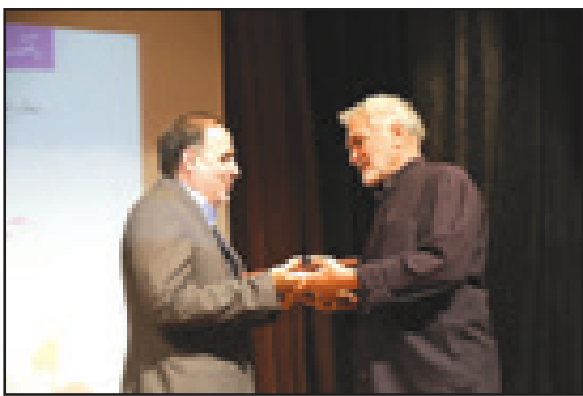
سیاسی، اجتماعی، فرهنگی، علمی، ورزشی و هنری

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: حیدر ضیغمی
قائم مقام مدیر مسئول و سر دبیر: حسین عبداللہی
تلفن: ۰۲۲۹۰۳۲۹۰ - ۰۲۲۹۰۶۱۶۰ صندوق پستی: ۳۷۱۸۵/۴۴۹۵
نشانی: قم، ۵۰ متری صندوق بین کوچه ۲۸ و بانک صادرات، پلاک ۴۳۶
www.emandaily.com ایمانnews@yahoo.com

اذان صبح: ۴/۱۸ طلوع آفتاب: ۵/۵۷ اذان ظهر: ۱۳/۰۳ اذان مغرب: ۲۹/۲۰

همزمان با اعیاد شعبانیه صورت گرفت:

اهدای جوایز برندگان خوش شانس مخابرات در استان قم



در کشور داریم وان شاه‌الله شرکت مخابرات در اقی ۱۴۰۰ شرکتی پیشرو در کلاس جهانی خواهد بود. وی از حسن اعتماد مشترکین مخابرات تشکر نمود و اظهار داشت: بنا داریم که از این مشترکین وفادار با برگزاری جشنواره‌های متعدد و اعطای جوایز ارزنده، از آنان تقدیر و تشکر به عمل آوریم. وی به مشترکین شرکت مخابرات استان قم وعده جشنواره‌های بیشتر با جوایز ارزنده‌تر داد. در ادامه یک گروه بین‌المللی با نام گروه مردان سیاه‌پوش اقدام به اجرای برنامه‌های شاد و جالب شعبده‌بازی نمودند. پس از آن یکی از تقلیدکنندگان خوب صدا اقدام به تقلید نواهای متعدد از خواننده‌های مطرح کشور نمود و جوی از شادی و شورونشاط در میان حاضرین به وجود آورد و مورد تشویق شدید حاضرین قرار گرفت.

در پایان این مراسم در ابتدا از بازنشستگان مخابرات استان تجلیل به عمل آمد و پس آن برندگان پرداخت غیر حضوری تلفن ثابت، همراه اول دینا جوایز خود را دریافت نمودند. که در بخش طرح رزق‌های دست‌یافتنی، عبدالرضا ساکی جایزه ۵۰ میلیون تومانی خود را دریافت نمود. پس از آن در بخش مشتریان وفادار ای دی اس ال مخابرات استان، رضافدایی حسین جایزه ۲۵ میلیون تومانی خود را دریافت نمود.

در ادامه در بخش جشنواره همراه اول خاتم زهرا محمدی و آقای سلیمان مرادی جایزه ۱۵ میلیون تومانی خرید خودروی خود را دریافت نمودند.

همچنین خاتم حمیده بادی برنده یک دستگاه خودروی پراید در بخش پرداخت غیر حضوری شد و سوپرج خودروی خود را از مسئولین مخابرات استان دریافت نمود.

به‌علاوه آن به ۱۲ نفر نیز جایزه ۵۰۰ هزار تومانی در بخش مشتریان وفادار ای دی اس ال مخابرات تعلق قرار گرفت که عبارت‌اند از: محمدرضا شومال، مهدی کریمی، رضا خواجیه، سید محمدباقر رضوی، محمدحسین موجودی، احمد نجمی سادقی، عبدالامیر آزادی، سعیدفتحی، مهدی رنجی نژاد، محدثه حسینی تبار، ابراهیم کریمی، انسیه ناکری، حکم علی دولتی.

همچنین به تعدادی از برندگان مشترکین مخابرات استان که به‌فقد فقره انتخاب‌شده بودند جوایزی از قبیل گوشی موبایل، تبلت، کمک‌هزینه خرید لوازم خانگی و تقدیم شد که اساسی تعدادی از این عزیزان از قرار ذیل می‌باشد: سید مهدی موسوی کبری لک، حامد قریشی، سید جلال فاطمی پیکانی، هاشم هاشمی زاده حرمی، مهدی روحانی پور، سید علی اخلاقی، اعظم محمد علی زورجانی، حسن خالویی، طاهره خشکه پزان، فرج اله سالار صیدی، محمد زاهدی خواه، زهرا سادات حسینی، فاطمه رضایی، هاجر فیض الهی، داود خانیپور، عسگر فیض اله زاده، زهره مختاری، سیدمسعود مشرف، امیر اسماعیلی، ناصر یوسف فاده، مریم یزدی، محمدناصر شیر، حسین زمانی سیفی کار، روشن سلیمانی، بومی (صاهره از چین)، محسن یزدی، مبین قشقایی، نوید محمدی زنده دل، علیرضا آزادی نژاد، عمران رحیمی، سیدحسین حسینی، صدیقه چراغی، نسرین عبدالله زاده خاتمه، فرشته راهداران فولاد، مصطفی طبری مشکلی، علی شجاع ایمان مالکی، سیدرضا حسینی، عباس زارعی، سیدمحمدتقی مطهری، اعظم شونیدی، حسین چهاردول شجاعت، طاهره احمدی، محمدقنبری، اکبر رضایی، طاهره کریمی اصل، لیلا دهقانی، محمدحسین تکیه، محمدحسین جعفری.

همزمان با اعیاد شعبانیه، مراسم اهدای جوایز به برندگان غیر حضوری تلفن ثابت، همراه و دینا به مناسبت اعیاد شعبانیه و هفته ارتباطات عصر پنجشنبه در سالن همایش‌های پردیس قم دانشگاه تهران برگزار شد.

به گزارش خبرنگار ما، در مراسمی سرشار از شور و شادی، مشترکین مخابرات استان قم شبی به‌یادماندنی سپری نموده و توسط این شرکت جایزه باران شدند. در این مراسم که برای ارج نهند و تقدیر از مشترکین شرکت مخابرات استان قم برگزار شده بود، از برندگان پرداخت‌کنندگان غیر حضوری قبوض تلفن ثابت، همراه و دینا و همچنین بازنشستگان شرکت مخابرات استان قم تجلیل به عمل آمد. این مراسم با اجرای مجری توانای قمی آقای نعمت‌اللهی و با حضور و استقبال بی‌نظیر شهروندان همراه بود.

مدیرعامل مخابرات استان قم:

به دنبال افزایش رضایتمندی مشترکین استان

مدیرعامل مخابرات استان قم نیز در این مراسم با تبریک روز جهانی و هفته ارتباطات و اعیاد فرخنده شعبانیه به حاضرین اظهار داشت: همزمانی هفته ارتباطات با اعیاد فرخنده شعبانیه، یک اتفاق ارزنده است که چند شادی را باهم جمع نموده و ما در نظر داریم که با اعطای جوایز به برگزیدگان مشترکین وفادار خود، شادی این عزیزان را دوچندان نماییم.

مهندس سید اسدالله دهناد به حضور جایزبان سرافراز در این جشن اشاره کرد و افزود: ما هرچه امنیت در کشور داریم، ناشی از جان‌فشانی‌ها و خودگذشتگی‌های شهدا و جانبازان عزیز هستیم. عضو هیئت‌مدیره همراه اول کشور به تقدیر از بازنشستگان شرکت مخابرات استان در این مراسم نیز اشاره کرد و افزود: بازنشستگان ما، حق بزرگی بر گردن ما و جوان‌ها دارند این عزیزان مانند گوهری گران‌بهای هستند که هرچه از عمر آن‌ها بگذرد، بر ارزش آن‌ها افزوده می‌شود و ما با تجلیل از این عزیزان، می‌خواهیم که قطره‌ای کوچک از دریای بی‌کران زحمات این عزیزان مورد تقدیر قرار دهیم. وی به کسب رتبه اول کشوری در آرزایی رگلاتوری شرکت مخابرات استان قم در سال‌های گذشته اشاره کرد و افزود: مایه افتخار ما است که به همت کارکنان سخت‌کوش مخابرات استان قم به این مقام کشوری دست‌یافته‌ایم.

دهناد، به اهمیت و جایگاه مشتری مداری در میان مسئولان شرکت مخابرات اشاره کرد و افزود: تمام برنامه‌های عمده ما بر محوریت مشتری مداری استوار شده است و ما در نظر داریم که با تنوع سرویس‌های خدماتی خود، بر میزان رضایتمندی مشتریان خود بیفزاییم.

وی گفت: هم‌اکنون بیش از ۶۰۰ هزار تلفن ثابت در استان ظرفیت‌سازی شده است که از این تعداد، بیش از ۵۰۰ هزار شماره ثابت تاکنون به هم استانی‌های عزیز واگذار شده است و بیش از ۱۵۰ هزار مشترک ای دی اس ال هم‌اکنون در استان قم داریم.

مدیرعامل مخابرات استان به همراهی این شرکت در اجرای اقتصاد مقاومتی اشاره کرد و افزود: ما در راستای اجرای سیاست اقتصاد مقاومتی در کشور، از همه امکانات خود بهره خواهیم گرفت و همه منابع خود را در اختیار توسعه پایدار استان قرار خواهیم داد.

وی خاطرنشان کرد: هم‌اکنون بیش از یک‌صد میلیون مشترک تلفن ثابت، همراه و دینا



برنده یک دستگاه خودرو پراید در طرح

زودتر داخست کنید
جایزه دیگری بد

خانم حمیده بادی

برنده + ۵ میلیون تومانی در طرح

روایح‌های دست‌یافتنی

عبدالرضا ساکی

برنده جشنواره مشتریان وفادار

رضا فدایی حسینی

۲۵/۰۰۰/۰۰۰ تومان

وفاداری
سه‌را
مدرارنیم

برندگان جشنواره همراه اول در ایام مبارک دهه فجر

۲ کمک هزینه خرید خودرو ۱۵/۰۰۰/۰۰۰ تومان

زهرا مظفری سلیمان مرادی