

طلا در ایران	آخرین نرخ
یک مثقال طلا	۴٬۸۹۵٬۰۰۰
یک گرم طلای ۱۸	۱٬۱۳۰٬۰۰۰
انواع سکه	آخرین نرخ
سکه بهار آزادی	۱۱٬۹۶۰٬۰۰۰
سکه امامی	۱۱٬۰۷۰٬۰۰۰
نیم‌سکه	۵٬۵۷۰٬۰۰۰
ربع سکه	۲٬۹۰۰٬۰۰۰
سکه یک گرمی	۱٬۸۸۰٬۰۰۰

آخرین قیمت انواع محصولات ایران خودرو	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
۲۰۶ تیپ ۵	۲۶٬۸۰۰٬۰۰۰
دنا با موتور EF۷	۴۳٬۰۰۰٬۰۰۰
پژو ۴۰۵ GLX	۲۸٬۶۰۰٬۰۰۰
پژو ۴۰۵ SLX	۳۰٬۶۰۰٬۰۰۰
پژو پارس ELX	۳۹٬۷۰۰٬۰۰۰
پژو پارس سال	۳۵٬۳۰۰٬۰۰۰
تندر ۹۰ E۲	۳۸٬۰۰۰٬۰۰۰
رانا LX	۳۳٬۰۰۰٬۰۰۰
رانا TU۵	۳۳٬۳۰۰٬۰۰۰
سمند LXسال	۳۰٬۱۰۰٬۰۰۰
سمند EF۷	۲۹٬۹۰۰٬۰۰۰
سورن ELX	۳۶٬۱۰۰٬۰۰۰

آخرین قیمت انواع محصولات سایپا	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
زوتی Z۳۰۰	۵۲٬۰۰۰٬۰۰۰
سایپا کار EX۱۵۱	۱۷٬۴۲۰٬۰۰۰
سایپا ۱۱۱	۲۰٬۶۰۰٬۰۰۰
سایپا SE۱۳۲	۲۰٬۲۰۰٬۰۰۰
سایپا SE۱۴۱	۱۸٬۵۰۰٬۰۰۰
سایپا ۱۳۱	۲۰٬۱۰۰٬۰۰۰
آخرین قیمت انواع محصولات مدیران خودرو	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
MVM ۳۱۵	۴۰٬۵۰۰٬۰۰۰
MVM ۵۵۰دنده‌ای	۴۶٬۰۰۰٬۰۰۰
تیگو X۳۳	۶۲٬۰۰۰٬۰۰۰

مکش
رئیس سازمان بورس اعلام کرد: بازار سرمایه ۵۶۰هزار میلیاردی شد
 رئیس سازمان بورس ارزش شرکت‌های پذیرفته شده در بازار سرمایه را بیش از ۵۶۰ هزار میلیارد تومان اعلام کرد.
محمد فطانت با تأکید بر همکاری توسعه کشور با توسعه نظام مالی گفت: بورس، بانک و بیمه از کان نظام مالی هستند که فعالیت بسیار خوبی دارند. رئیس سازمان بورس، تعامل مجلس و بازار سرمایه را برای فعالان اقتصادی و توسعه اقتصادی مفید و اثر گذار دانست و اظهارداشت: بعد از اخبار روزشی، خبرهای این سه حوزه بیشترین مخاطب را دارد و در دره جذاب‌ترین خبرها هستند.
فطانت با اشاره به اینکه بازار سرمایه در سنوات گذشته رشد و رونق چشمگیری داشته است افزود: در حال حاضر بیش از ۴۰۰ شرکت در بازار سرمایه حضور دارند و ۵۰۰ نهاد مالی به این بازار سرمایه می دهند.
وی ادامه داد: بیش از ۵۶۰ هزار میلیارد تومان ارزش شرکت های پذیرفته شده در بازار سرمایه است. فطانت معتقد است اگر کشوری در رقابت با سایر کشورها، نظام مالی را به گونه ای رهبری کنند که پول های خُرد به منابع اقتصادی هدایت شود، آن کشور از قدرت اقتصادی بالایی بر خُرد می شود.
عضو شورای عالی بورس با تأکید بر اینکه بخش بازار سرمایه در کشورها دنیا نقش پررنگ تری از بانک و بیمه دارد گفت: حتی گروهی معتقدند رشد اقتصادی ضعیف تر اروپا نسبت به آمریکا به این دلیل است که و آل استریت نسبت به بورس های اروپایی از قدرت و ثبات بیشتری برخوردار است.
وی ابراز امیدواری کرد که روزی اقتصاد کشور ما نیز از بانک محوری خارج شود. فطانت شرکت های بورسی را همچون لوکوموتیوی دانست که با حرکت خود صنایع پایین دستی را به جلو می راندند و گفت به عنوان مثال صنعت خودرو یک زنجیره کامل از صنایع سنگ معدن تا خودرو سازی را در اختیار دارد و سایر صنایع نیز هر کدام در بازار سرمایه نقش لوکوموتیو را بازی می کنند.
فطانت تأکید کرد: در صورتی که چالش های صنایع با کمک مجلس برطرف شود، این قطار به حرکت می افتد و رشد اقتصادی ۸ درصدی که در برنامه توسعه ۱۴۰۴ پیش بینی شده محقق خواهد شد.

قیمت سکه و طلا در بازار ایران

سخنگوی دولت و رئیس سازمان مدیریت برنامه ریزی با بیان اینکه برجام شرایط کشور را از تحریم و اقتصاد ریاضتی به اقتصاد مقاومتی تغییر داد، گفت: با توجه به تزریق اعتبارات دولتی ۱۳۰ تا ۱۵۰ هزار فرصت شغلی جدید تا شهریور ماه در کشور ایجاد می شود.

محمدباقر نوبخت روز پنجشنبه در نشست مشترک اعضای شورهای برنامه ریزی و توسعه استان های شمال غرب کشور در تبریز اظهار کرد: در سه سال گذشته ریل گذاری مناسبی برای توسعه کشور صورت گرفت و سیاست های تدوین شده در سال های ۹۵ تا ۹۹ در چهارچوب برنامه ششم عملیاتی می شود. وی با اشاره به اینکه در سه سال گذشته کشور با شرایط تحریم مواجه بود ، گفت: بر اساس استمرار رویکرد غیر منطقی و مرود دولت گذشته کشور همچنان در جهت تضعیف بیشتر پیش می رفت تا به نقت در برابر غذا و صادرات صفر برسدنوبخت خاطرنشان کرد: در دولت قبل صادرات بیش از دو میلیون بشکه نفت در روز به یک میلیون کاهشی یافت که همین رقم نیز به سمت صفر پیش می رفت. وی گفت:متأسفانه قانون حاکم در روابط بین الملل به گونه ای است که در آن مقطع حتی دوستان ما هم از ما حمایت نمی کردند. رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور ادامه داد: اما ملت بزرگ، نجیب و بخشنده ایران به رغم ظلمی که از سوی حاکمان بی پایه بردمی به کشورمان وارد شد، این ملت هنوز به شرایط خروج از بحران کشورهای همسایه کمک می کند.

وی اظهار کرد: گرچه همه این موارد کوچک ترین تأثیری در اراده ملت ایران برای استیفای حقوقش نداشت،بایدقبول کنیم مامعی در سر راه توسعه ملی ما بوجود می آورد یا همه اینها در سایه حرکت جمعی که از سه سال پیش آغاز کردیم اجازه ندادیم حلقه سخت تحریم تنگ تر شود. معاون رئیس جمهوری کشورمان اظهار کرد: در سه سال گذشته مقرر شد که شرایط را برای احقاق حقمان از طریق مذاکرات آغاز کنیم و هویت دولتی ما تصمیم داشت جلوی مضیقه های بیشتر را بگیرد و این رویکرد موجب شد رشد اقتصادی ۶/۸ درصد به مثبت تغییر یابد و تورم بالای ۴۰ درصدی، تک رقمی شود.

نوبخت گفت: آن روز عده ای تردید داشتند که این

علی لاریجانی مطرح کرد:

بخشودگی بدهی تولید کنندگان به تأمین اجتماعی برای حمایت از تولید



رئیس مجلس شورای اسلامی تأمین اجتماعی را برای کشور ضروری دانست و گفت: بخشودگی و تسطیع بدهی تولیدکنندگان توسط سازمان تأمین اجتماعی می‌تواند در حمایت از تولید موثر باشد.

به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی مجلس شورای اسلامی، علی لاریجانی قبل از ظهر پنجشنبه در دیدار جمعی از مدیران سازمان تأمین اجتماعی استان قم گفت: تا زمان بهبود شرایط اقتصادی کشور به صورت مطلوب، باید از تولیدکنندگان و سرمایه‌گذاران در بخش تولید حمایت خود تا علاوه بر حفظ اشتغال به رشد اشتغال‌زایی بیشتر نیز کمک شود.

معاون امور بین الملل اتاق بازرگانی تهران:

۱۸۰ هیات خارجی تا پیش از ماه رمضان به ایران آمدند

هایی امضا شده است و صاحبان پروژه هایی که به سرمایه گذاری خارجی نیاز دارند، می‌توانند مطالعات امکان سنجی خود را به تأیید این موسسه‌ها برسانند و این پروژه‌ها را با این مهر و امضای معتبر برای تأمین مالی به بانک های خارجی رایه کنند.

به گزارش ایرنا، امبروزیوتی یک موسسه مستقل ایتالیایی به شمار می رود که تاکنون بیش از ۳۰۰۰ نشست بین المللی برگزار کرده است و ۲۰۰۰ کارشناس با این موسسه همکاری می کنند. این موسسه، به ۴۰۰ کارفرما خدمات مشاوره ای ارائه کرده است.همچنین موسسه رولندبرگر به عنوان یکی از بزرگ ترین شرکت های سرمایه گذاری در اروپاست که در سال ۱۹۶۷ تأسیس شد و اکنون ۵۰ شعبه در ۲۶ کشور جهان دارد. این خدمات عمومی تأمین مالی به شرکت ها در اولویت فعالیت های این شرکت قرار دارد. خدمات حقوقی، مطالعات فنی و اقتصادی و تهیه مدارک مورد پذیرش بانکی برای رایه به تأمین کنندگان مالی و رتبه بندی اعتباری که از پیش نیازهای ورود به بازارهای بین المللی است، از خدمات این موسسه به شمار می رود.عضو هیات نمایندگان اتاق تهران ادامه داد: قرار است کارشناسان موسسه رولندبرگر، اطلاعات مورد نیاز برای سرمایه گذاری از تهیه کنند و بودژی تارنمایی برای رایه این اطلاعات ایجاد می شود. همچنین قرار است، این شرکت ها در ایران دوره های آموزشی تخصصی برگزار کنند. مستوفی از شرکت های ایرانی خواست برای ورود به عرصه رقابت در صنعت جلب سرمایه گذاری خارجی فعالیت های خود را استنداستدسازی کنند.

«حسن فرزنان فراد» عضو هیات نمایندگان اتاق تهران، تأکید کرد: ما توجه به اینکه پیشنهاد برگزاری سمینار در زمینه یافتن فرصت های واقعی برای همکاری اقتصادی با شرکای خارجی در لندن را درنهایت کرده ایم، به نظر می رسد این سمینار می تواند مزیت هایی برای ایران دربر داشته باشد. وی گفت: در پس گفت و گوهای جدی در مورد هدف، نواقص ما در گفت و گوهای تجاری و همچنین نیازهای واقعی و اطلاعاتی فعالان اقتصادی ایرانی برای این امر روشن می شود.

آثار تحریم هااز چه سالی قابل پیش بینی و مشهود بود؟

چاره ای جز ادامه کاهش تورم نداریم

ایثار تحریم ها چونند در نتیجه این غفلت سبب وارد شدن کس که رکود تورم را حل کند.» وی افزود: تنها در این شرایط است که سیاستگذار و به تبع آن بانک ها و واحدهای تولیدی و سرمایه گذاران می توانند پیش بینی های دقیق تری برای آینده داشته باشند و به تولید بپردازند، هر چه تورم کمتر باشد این قدرت پیش بینی بیشتر می شود و بنا بر این پایین آوردن نرخ تورم امری ضروری است و حتی نباید به همین تک رقمی شدن اکتفا داشت بلکه باید با ادامه این روند تعادل را برقرار کرد.” وی ادامه داد: «مدنی زاده ادامه داد: «این تحقق این هدف و تعادل مجدداً به فضای اقتصاد کشور بازگشته است و توانسته است این تورم تک رقمی نقطه به نقطه و تورم تک رقمی را ثبت کنیم باید این مسیر را با همین سیاستگذاری ملی کنیم و به مرز پایین تر از ۵ درصد برسایم تا ثبات اقتصاد کلان را حفظ کرده و نرخ سود را به تبع آن کاهش دهیم که بازار بتواند کارگردهای خود را روان سازد.»مدنی زاده ادامه داد: «این تحقق این هدف و اینکه سیاستگذار هم بتواند ثبات مالی اقتصاد کلان و ثبات تورم را به تبع آن رشد اقتصادی را محقق کند لازم است اصلاحات ساختاری در نظام بانکی و مالی کشور اتفاق بیفتد.” وی افزود: «درصد تمام بخش های حاکمیت مذهب، مجلس و قوای مختلف توسط تمام مردم با مجبور می شوند و این خود یکی از عوامل رکود تورمی است. در واقع گذرا فرض کردن یک شوک پایدار برزگرترین اشتباه سیاستگذارهای ما در دولت قبل بود.” وی افزود: «زویگرتز جدید که دولت در مورد سیاست های پولی اتخاذ کرده، یکی از دلایل اصلی ثبات اقتصادی و کاهش تورم در سال های اخیر است اما مهم تر از سیاست های دولت بانک مرکزی، تغییر نگر و نگاه واره مردم نسبت به سیاست هاست. دولت

رئیس سازمان مدیریت برنامه ریزی:

۱۵۰هزار فرصت شغلی جدید در کشور ایجاد می شود



به راه خواهند انداخت. وی اضافه کرد: توسعه ملی که در برنامه ششم تدارک دیده شده است، زمانی اتفاق می افتد که استان ها همزمان توسعه پیدا کنند.نوبخت گفت: امروز باید هم باید استان های شمال غرب و هم کم منطقه را که بافت فرهنگی مشابه دارند توسعه و رشد دهیم. وی افزود: در هر چهار استانی که در منطقه دو شورای برنامه ریزی کشور عضویت دارند، بخشی از این توسعه از طریق اجرای طرح های الویت دار سفر ریاست جمهوری انجام شده است.

وی اظهار کرد: با توجه به محدودیت اعتبارات سال های گذشته ناشی از کاهش قیمت نفت به زیر ۵۰ دلار در دولت تدبیر و امید، در بخشی از پروژه های عمرانی توانستیم ام ۱۰ درصد اعتبارات را تخصیص دهیم اما همه این اعتباراتی که تخصیص داده نشده است، امسال تخصیص می یابد.

نوبخت گفت: از هشتت تره ماه امسال هر هفته ۱۵ هزار میلیارد ریال تخصیص انجام شده و ۴۵ هزار میلیارد ریال ابلاغ و آماده کار است. وی ادامه داد: امسال ۱۷ هزار و ۱۶۰ میلیارد ریال هم برای آب های مرزی تخصیص یافته است و مسمم هستیم تا ماه آینده ۵۰ درصد اعتبارات استانی را که پرداخت نشده پرداخت کنیم، ضمن اینکه باید حداقل بیش از نیمی از اعتبارات تملک دارایی استانی چهار استان شمال غرب را تا پایان نیمه نخست امسال بپردازیم.

وی اعلام کرد: با توجه به تعدد طرح ها، سیاست ما این است که بخشی از طرح ها از طریق مشارکت مردم و بخش غیردولتی را جلب کنیم و اعتبارات دولتی را متمرکز به طرح های باقی مانده کنیم تا به اتمام برس-نیز اعزم جدی داریم حرکت محسوس برای مردم در مقام معظم رهبری و مدیریت عالی دولت در این فاصله

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور گفت: در زمان حاضر هزار و ۵۰۰ واحد تولیدی در کشور وجود دارد، ۸۰ درصد پیشرفت فیزیکی کامل است و ما موظف هستیم تسهیلات لازم را رایه دهیم تا بتوانیم بین ۱۳۰ تا ۱۵۰ هزار موقعیت شغلی جدید ایجاد کنیم. وی افزود: این واحدها باید تا شهریور ماه فعال شوند تا بتوانیم زمینه فعالیت جوانه ای تحصیل کرده را فراهم کنیم و رشد تولیدی هم داشته باشیم تا به افزایش رشد اقتصادی دست یابیم.

اخبار

مدیر عامل سازمان صنایع کوچک و شهرکهای صنعتی ایران خبرداد:

اختصاص ۱۶ هزار میلیارد تومان تسهیلات جهت احیاء و باز فعال کردن واحد های صنعتی

مدیر عامل سازمان صنایع کوچک و شهرکهای صنعتی ایران از رازینی برای تسهیلات بیشتر برای صنایع کوچک و متوسط خبر داد.

علی یزدانی با اشاره به استقبال واحدهای صنعتی کوچک و متوسط از حضور در فرابورس ایران گفت: علاوه بر اختصاص ۱۶ هزار میلیارد تومان تسهیلات برای رفع مشکل نقدینگی و باز فعال واحدهای صنعتی کوچک، مذاکرات و توافقاتی با بانکها انجام شده است تا تسهیلاتی در اختیار واحدهای صنعتی مشکل دار قراردهند. یزدانی در " گروههایی یک روزه مدیران عامل شرکت شهرکهای صنعتی سراسر کشور " فرابورس را بازار ای برای دسترسی عموم بنگاه های اقتصادی کشور به ویژه بنگاه های کوچک و متوسط و شرکت های دانش بنیان به بازار سرمایه برشمرد و گفت: شرکت های استانی با بررسی پتانسیل های موجود صنایع کوچک و متوسط، باید بسترهای لازم را برای حضور این واحدها در فرابورس فراهم کنند. معاون وزیر صنعت، معدن و تجارت حضور واحدهای صنعتی در فرابورس را در تأمین منابع مالی و خروج واحدها از شرایط کمبود نقدینگی موثر برشمرد و گفت: خوشبختانه کارهای خوبی در این زمینه انجام شده که در صورت تداوم نتایج خوبی در جهت رفع مشکلات نقدینگی واحدهای صنعتی کوچک و متوسط خواهد داشت. یزدانی افزایش تعامل شرکت شهرکهای صنعتی استانها را با بانک های عامل را مورد تأکید قرارداد و افزود: علاوه بر اختصاص ۱۶ هزار میلیارد تومان تسهیلات جهت احیاء و باز فعال کردن تعدادی از طرحها و واحدهای صنعتی که زیر ظرفیت اسمی در حال فعالیت هستند، تعاملاتی نیز با بانکهای کشور آغاز شده تا در جهت رفع مشکل نقدینگی واحدهای صنعتی کوچک تسهیلاتی با لحاظ شرایط مورد تأکید کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید اختصاص دهند. وی در بخش دیگری از سخنانش ارتقاء توان رقابت پذیری صنایع کوچک از راه برنامه های مهم سازمان در سال اقتصاد مقاومتی و اقدام و عمل عنوان و خاطر نشان کرد: ۷ برنامه در جهت ارتقاء توان رقابتی واحدها از جمله آموزش، توسعه صادرات، تشکیل خوشه های صنعتی، کنسرسیوم های صادراتی و تشکیل شرکت های مدیریت طراحی شده است. وی شرکت های استانی باید در جهت تحقق این برنامه ها نهایت همکاری را با مجموعه سازمان داشته باشند.مدیر عامل سازمان صنایع کوچک و شهرکهای صنعتی ایران با اشاره به ثبت اطلاعات بیش از ۳۰ هزار طرح و واحد صنعتی کوچک و متوسط در سایت بهمن باب و معرفی تعدادی از این واحدها به بانکهای عامل جهت دریافت تسهیلات خاطر نشان کرد: رونق تولید و تعیین تکلیف هفت هزار و ۵۰۰ واحد تولیدی دارای مشکل با محوریت فعال کردن آنها و ارتقاء رقابت پذیری واحدهای تولیدی کوچک و متوسط با هدف افزایش صادرات نیز باید با همکاری همه شرکت های شهرکهای صنعتی و صنایع کوچک در سراسر جام برد. یزدانی ، کیفی سازی زیرساخت های شهرکهای صنعتی نظیر آب، برق، گاز، و راه برنامه های دیگر سازمان توصیف کرد و گفت: هزینه های بسیاری در جهت شرکت شهرکهای صنعتی صرف شده لذا شرکت های استانی باید با حساسیت ویژه ای نسبت به حفظ این سرمایه های ملی اقدام کنند. وی همچنین در این نشست بر موضوعاتی نظیر ترغیب سرمایه گذاران به حضور در شهرکهای صنعتی، افزایش تعامل با تشکل های بخش خصوصی، برگزاری نشست های دوره ای با مسئولان استانی و شناسایی چالش های پیش روی صنایع کوچک و صنایع متوسط و نظارت مستمر بر نحوه اجرا و کیفیت پروژه ها تأکید کرد. در این گروههایی یک روزه ضمن ارزیابی وضعیت شرکت شهرکهای صنعتی استانی از سوی معاونان و مدیران مستقل سازمان مهمترین اولویت ها در حوزه صنایع کوچک ، کیفی سازی زیر ساختهای صنعتی ، راهکارهای ارتقاء رقابت پذیری جالش های پیش رو، تحقق صوبیات کار گروه تسهیل و رفع موانع تولید و- شرح شد. در پایان نیز مدیر عامل سازمان صنایع کوچک و شهرکهای صنعتی ایران علاوه بر طرح پیشنهاداتی جهت رفع چالش های پیش روی شرکت های استانی از نزدیک در جریان مشکلات این شرکت ها قرار گرفت و تصمیماتی نیز گرفته شد.

با امضای یک یادداشت تفاهم

صادرات میوه ایران به کره جنوبی افزایش می یابد

با امضای یک یادداشت تفاهم همکاری میان ایران و کره جنوبی در حاشیه برگزاری همایش اعضای فدراسیون ملی تعاونیهای کشاورزی کره جنوبی، این کشور از این پس واردات میوه خود را از ایران افزایش می دهد.

به گزارش ایرنا، این یادداشت تفاهم در راستای گسترش همکاریها در زمینه توسعه صادرات میوه از ایران به کره جنوبی توسط دو شرکت بازرگانی از کشورمان و فدراسیون ملی تعاونیهای کشاورزی کره جنوبی به امضاء رسیده است. امضای این یادداشت همکاری در چهارچوب برگزاری کمیسیون مشترک اقتصادی دو کشور صورت می گیرد که اسفندماه سال گذشته به میزبانی کشورمان در تهران با حضور مقام های اقتصادی دو طرف برگزار شد. در این نشست طرفین توافق کرده بودند که همکاریهای خود را در حوزه های مختلف اقتصادی پروژه در بخش کشاورزی توسعه دهند و هر چه سریعتر توافقات صورت گرفته را عملیاتی سازند.همایش اعضای فدراسیون ملی تعاونیهای کشاورزی کره جنوبی(NCP) امروز پنجشنبه با حضور مقام ها و مسئولان بخش کشاورزی این کشور و تعدادی از سفراء کشورهای مهم از جمله جمهوری اسلامی ایران در شهر سئول برپا شد. «حسن طاهریان» سفیر ایران در کره جنوبی نیز طی سخنانی در این همایش زمینه همکاری دو کشور در حوزه کشاورزی را بسیار مساعد دانست و تأکید کرد که دو کشور از پتانسیل های بالایی در این زمینه برخوردارند. وی همچنین یادآور شد که بخش کشاورزی می تواند زمینه توسعه و گسترش همکاریهای دوجانبه را در آینده بیش از پیش فراهم سازد و کارشناسان و فعالان این حوزه می بایست از فرصت های پیش آمده به بهترین شکل استفاده کنند.در حال حاضر محصول انار ایران با توجه به قیمت مناسب و کیفیت خوب آن، از بازار بسیار خوبی در کره جنوبی برخوردار است و تاکنون چندین شرکت ایرانی بنابر توافقات توافقات گرفته فی ملین مراکز کشاورزی دو کشور فعالیت های خوبی در امر صادرات این میوه داشته اند. گفتنی است، فدراسیون ملی تعاونیهای کشاورزی کره جنوبی با پوشش یک و ۱۳۴ تعاونی کشاورزی کوچک و بزرگ و با داشتن جمعیتی بالغ بر ۲ میلیون و ۶۱۰ هزار نفر درصدد توسعه همکاری با جمهوری اسلامی ایران است.جمعیت شافل در بخش کشاورزی این فدراسیون که از سال ۱۹۶۱ فعالیت خود را آغاز کرده، ۵ درصد جمعیت کره جنوبی را شامل می شود.

فقس‌های توری لیگ شانزدهم در مقایسه با فصل قبل خود صاحبان جدید بر خود می‌بینند و با هم دروازه‌بان‌های ۱۶ تیم لیگ برتر را مورد بررسی قرار می‌دهیم

تیم‌هایی مختلف تغییرات اساس برای دروازه خود انجام داده‌اند و تنها تراکتورسازی تبریز بدون تغییر نسبت به فصل قبل در این پست به لیگ شانزدهم پا می‌گذارد.

فقس‌های توری لیگ شانزدهم در مقایسه با فصل قبل خود صاحبان جدید بر خود می‌بینند و با هم دروازه‌بان‌های ۱۶ تیم لیگ برتر را مورد بررسی قرار می‌دهیم:

استقلال خوزستان / خسوس رفت،رافائل آمد
فرانادو خسوس پس از یک فصل موفق که با قهرمانی به پایان رسید،در انتقالی به غریب به گسترش فولاد رفت، انتقالی که مسئولان استقلال خوزستانان را آدم ربایی خوانده بودند. گودرز داوودی دروازه‌بان جوان و آینده دار خوزستانی استقلال خوزستان در دو دیدار تدارکاتی اخیر برابر تراکتورسازی و راه آهن توانسته گلین شیت کند، اما داوودی یک رقیب برزیلی سرسخت در کنار خود می‌بیند. رافائل روباو نام این گلر برزیلی است. برادران دو قلوی پورحمیدی گلرهای سوم و چهارم این تیم هستند.

پرسپولیس تهران /سوارفت،بیرانوند آمد
پرسپولیس جام فصل قبل را با تفاضل گل از دست داد که یکی از عوامل این تفاضل گل ضعف درون دروازه بود. ایمان صادقی که همان میانه فصل جدا شد و به خونه به خونه پیوست، لویفاند ماند و سوشا مگلکی نیز هم از پرسپولیس رفت که البته محرومیش در رفتش تاثیری نداشته‌است.علیرضا بیرانوند گلر ملی پوش نفت تهران به پرسپولیس آمده است تا خیال فرمزها را از درون راحه راحت کند. همچنین ابوالفضل دروشوند از تیم ملی جوانان به عنوان گلر سوم در پرسپولیس حاضر شده‌است.

استقلال تهران / طالب لو رفت، حسینی آمد
سید مهدی رحمتی کاپیتان و یکی از ستاره‌های بی چون و چرای فصل قبل استقلال تهران پس از رفتن مظلومی و آمدن منصوریان در این تیم ملدا اما وحید طالب او جدا شد و سید حسین حسینی پس از پایان خدمت سربازی به استقلال بازگشت. شنیده می‌شود حسین آشنا گلر سابق تیم‌های پیکان، فولاد، نفت تهران، راه آهن، نفت آبادان، سایپا و فجرسپاسی بوده‌است.

آقای

دوست داشتم با پیراهن آبی از فوتبال خداحافظی کنم

خداحافظی جواد نکونام از فوتبال

جواد نکونام، کاپیتان سابق فوتبال ایران به طور رسمی از دنیای فوتبال خداحافظی کرد. نکونام در پیامی که برای "ورزش سه" ارسال کرده است دلایل خداحافظی خود را اعلام کرده‌ است. وی در این پیام آورده است:

به‌نام خداوند بخشنده مهربان
بله،جمعه دلگیر است و مخصوصاً عصر جمعه و برای من از این به بعد جمعه‌ها دلگیر تر خواهد بود.

بچه که یادم وقتی می گفتند کش هایش را آویخت فکر می کردم باید کشش هابم را از آویزان کنم ولی بعدها فهمیدم که با آویزان کردن کش خبلی از آرزوهایت هم آویخته خواهی شد.

ساعت از حول و حوش ۷ بامداد گذر کرده.. به دور از هیاهوی شهر و تمام سال های حضور روی زمین چمن؛ به این فکر می کنم که قصه فوتبالم قرار است، امروز، ۲۵ تیرماه سال ۹۵ به پایان برسد.

این یک پایان همیشگی نیست. من خیلی زود باید به دنیای جدیدی در کار حرفه ای پا بگذارم و بازهم به فوتبال بازمی گردم اما خداحافظی هایی هستند که بدون بازگشت هستند و مثل یک درد برای همیشه روی قلب با باقی می ماندند. به گمانم شام هم امروز مثل من، هنوز خداحافظی هادی نوروزی و مهرداد اولادی را باور نکرده اند. شاید شما هم فکر می کنید هنوز خداحافظی ناصرحجازی، احدی، همایون بهزادی، مجید سبزی ،مناحسین مظلومی و همه آن چهره ها به یاد ماندنی، یک دروغ است. دروغی که نمی توانیم آنها را باور کنیم.

اگر بخواهم قصه فوتبالم را با زگو کنم، باید ماهها بنویسم. از نخستین روزی که در لیگ برتر با شاپ شروع کردم، هزار و یک قصه و حرف دارم. اگر بخواهم گویم چه شد و چه گذشت و از چه جاده هایی عبور کردم، چقدر زمان سر می رود به همین دلیل ترجیح می دهم از آخر فوتبالم شروع کنم.برای هیچ فوتبالیستی شیرین تر از این نیست که با پیراهن تیم محبوبش خداحافظی کند.ولی افسوس که نگذاشتند.

با تمام احترامی که برای باشگاه سایپا قایلیم، دوست نداشتم فوتبالم را در ایران با پیراهنی جز استقلال تمام کنم و سرانجام چیزی که همیشه حسدمن ی امی زدم، رخ داد: خداحافظی نکردن با پیراهن آبی. امروز اما از این بابت به هیچ وجه ناراحت و دلخور نیستم چراکه شاکس آن را داشتم با بدرقه کودکانی برای همیشه از دنیای بازیگری خداحافظی کنم که مثل ترین دل دارند. همان ها که را دهاهای شان نقشه ی پررنگ در صعود تیم ملی به جام جهانی برزیل گذاشتند. این بچه ها حالا اعضای خانواده من هستند و برای همیشه عضو خانواده ام باقی می مانند. حالا قیلم دوران فوتبالم با تمام سختی‌ها و خوشی‌هایش از من حمایت نمی گذرد. دو دوره بازی در جام جهانی و افتخار پوشیدن ۱۵۱ پیراهن ملی طی هفده سال. عنوان برسیقه‌ترین بازیکن تاریخ آسیا در لالیگا، گل صعود اوسوناسو در جام یوفا، گل به ات، لاتزیو، تیم ملی شیلی، تیم ملی سوئد، باز کردن دروازه لال مادرید در سانتیاگو برنابئوس،تست فیزیکی در لالیگا مقابل بزرگان دنیاو... پروردگار را شکر می گویم!از اینکه مستطیل سبز،همواره در برابر من و رویاهایم سخاوتمند بوده. باید از تمام هوادارانی که در این سال ها از من حمایت کردند و همیشه یاورم بودند، تشکر ویژه ای کنم چون نکونام بدون آنها،هیچ بود؛ به ویژه استقلال‌های عزیز که خود من در کودکی و نوجوانی عضوی از آنها بودم و روی همان سکوها، تیم محبوبم را تشویق می کردم. باید از پرسپولیسی‌ها هم تشکر کنم که در تیم ملی سال‌ها در کنار دیگر هواداران از من حمایت کردند. تک تک هواداران فوتبال ایران شکر می کنم. هیچ هواداری در طول فوتبالم به من بی احترامی نکرد و این برام یک دنیا ارزش دارد. ممنون تبریزی‌ها،اصفه‌ای‌ها،مشهدی‌ها،شیرازی‌ها،تهرانی‌ها و ممنون تمام مردم حبم ایران هستیم. اگر چیزی گفتم که ذهن هر یک از آنها را زرد، بیخشتند و حلام کنند. در این سالها با جمعی از بهترین مربیان کار کار کردم‌ها و از هر کدام، درس‌های بزرگی فرا گرفتم‌ها. از پرویز لوطاباد عزیز نخستین مربی ام گرفته تا دکتر ذوالفقار نسب، محمود خان یابری، فرهاد کاظمی، همایون شاهرخی، ابراهیم قاسمیپور، منصور خان پورحیدری، مصطفی دینزلی، برانکو، کارلوس کیروش، علی دایی و ...همینطور مربیانی که در خارج از ایران به من چیزهای زیادی آموختند. دست تک تک آنها را می بوسم و امیدوارم شاگرد خوبی برایشان بوده باشم و باعث سربلندی شما عزیزان بوده باشم. دست یکایک اعضای خانوادهام را هم می بوسم برای سال‌ها صبر و حمایت و دل تول، تا جواد نکونام به سلامت از ابتدای مسیر فوتبال به پایان راه برسد. بدر عزیزم که فوتبالیست شدنم را مدیونش هستم، مادر مهربانم که قبل هر بازی با دعای او وارد زمین می شدم، برادرانم که مثل گوه ششتم بودند و هستند و همسرم که در همه حال همیشه کنارم بود.

سپاسگذارم از گزارشگران و روزنامه‌نگاران ورزشی فوتبال بدون انتقادهای تمجیدهای آنها قابل تصور نیست. کسانی که در سرا و گرما همیشه کنار فوتبال بوده‌اند، بدون آنکه چشم‌داشتی داشته‌باشند.

برای من هیچ چیز در دنیا قابل قیاس با نشاندن لیختن شادی روی چهره مردم کشورم نیست، به عنوان کسی که با فوتبال، دور جهان چرخید و فرهنگ‌های مختلف را دیدم، حالا که لحظه خداحافظی‌ام فرا رسیده‌است، بار دیگر صادقانه و صمیمانه می گویم: ملتی که من کوچکترین ضحوان هشتم، شایسته بهترین‌هستم.

برادر کوچک شما- جواد نکونام

گزارشی مفصل از فقس‌های توری لیگ شانزدهم

رحمتی، بیرانوند، مظاهری و دیگران



عرفانی از گیتی پسند اصفهان به ثوب آهن پیوسته

است. ثوب آهن این فصل نیز باید علاوه بر لیگ برتر و جام حذفی در لیگ قهرمانان آسیا نیز شرکت کند.

صبای قم / فراهانی رفت، لک ماند

پس از رفتن علی دایی از صبا و پیوستن به تیم نفت تهران میلاد فراهانی نیز به دنبال کسب رضایت است

تا به نفتی‌های تهران پیبوندند. حامد لک از فصل قبل در تیم صمد مرفاوی مانده است و قرار است یک گلر باتجربه دیگر به تیم صبای قم اضافه شود.

سایپا / زودکوچ رفت، الساندرز آمد

الساندرز، دروازه بان ۲۸ سال برزیلی که سابقه پوشیدن پیراهن واسکودوگاما را در کارنامه دارد، به تیم سایپای تهران پیوست. این دروازه بان برزیلی ۲۸ سال سن دارد و بین سال‌های ۲۰۱۰ تا ۲۰۱۲ میلادی عضو تیم واسکودوگامای برزیل بوده‌ است. او از ساعت ۲۰۱۴

لیگ استانی برزیل توپ زده است. فلاح زاده نیز در سایپا ماندنی شد و البته زودکوچ گلر خارجی فصل قبل سایپا از ایران رفت.

گسترش فولاد / صوفیانی و گئورگیف رفتند، خسوس و ملکی آمدند

تنها تیم لیگ برتر که هر دو دروازه بان خود را عوض کرد گسترش فولاد تبریز است.فراز کمالوند داوودنوشی

صوفیانی و گئورگی گئورگیف را از لیستش خط زد و به جای او دو ستاره فصل قبل در لیگ برتر و لیگ یک خرید. فرانادو خسوس از استقلال خوزستان و کوروش ملکی از مس کرمان.

پدیده مشهد / روشنگر ماند، گردان آمد

مجتبی روشنگر کاپیتان تیم پدیده‌دران تیم ماندنی شد و رضا مهاجری دروازه بان فصل قبل سیاهان را به تیمش اضافه کرد تا بتواند تجربه بیش تری به درون دروازه تیمش تزریق کند.

سیاهان اصفهان

احمدی و گردان رفتند، لی اولیوبرا آمد

پس از آمدن ویسی به سیاهان انقلابی درون دروازه این تیم به وقوع پیوست، گردان راهی پدیده شد و احمدی به تیم پیکان پیوست.لی اولیوبرا از لیگ برزیل

به سیاهان آمد. ویسی از خسوس خاطرات خوبی دارد و باید دید آیا بازهم این فصل ویسی می گوید گلر خوب از پدر و مادر خوب بهتر است یا خیر.

فولاد خوزستان / سلیمی رفت، مرادیان آمد

مهرداد طهماسبی که تیم فصل لیگ پانزدهم به فولاد پیوسته بود و عملکرد متوسطی در این تیم داشت با نظر سعدوی ماندنی شد و احسان مرادیان گلر جوان استقلال اهواز به فولاد اضافه شد. علی سلیمی پس از چندین و چند سال حضور در تیم فولاد از این تیم رفتنی شد اما مقصد وی همچنان نامشخص است.

اف سی مشهد

عین افشار رفت، قدیمی پور و آندره آمدند

تیم اف سی مشهد یا همان سایه‌جامگان سابق محمد حسین عین افشار را نسبت به فصل قبل از اختیار ندارد و محمد ناصری گلر سابق تیم‌های پایه سیاهان در این تیم مانده است. آندره برزیلی و مرتضی قدیمی پور گلر سوم سابق پرسپولیس به تیم مشهد پیوستند.

پیکان تهران / صدقی ماند، احمدی آمد
رحمان احمدی از سیاهان جدا شد و به جمع خوزروسازان اضافه شد و البته با تصمیم مجید جلالی بازوبند کاپیتانی را بر بازو خواهد بست. حجت صدقی گلر فصل قبل این تیم که در صعودش نقش اساسی داشت ماندنی شد.

ماشین سازی تبریز

تیاگوسانتوس نیامده رفت

مهدی اسلامی که در میانه‌های فصل قبل به ماشین سازی پیوسته بود در این تیم ماندنی شد و هنوز دروازه‌بان دیگری به تیمش اضافه نشده است. تیاگو سانتوس برزیلی که به این تیم آمده بود به دلیل اینکه در سری B برزیل سابقه بازی نداشت دیپورت شد و قرار است یک گلر خارجی به جمع ماشین سازان اضافه شود.

صنعت نفت آبادان

عساکره رفت، اعتمادی آمد

علی عساکره گلر خوزستانی فصل قبل صنعت نفت با صعود این تیم جدا شد اما هنوز مقصد بعدی‌اش را انتخاب نکرده است. عقیل اعتمادی دروازه بان دورگه به دمج‌جم برزیلی‌های آبادان پیوست و همچنین کاپیتان هوری در این تیم محبوب جنوبی ماندنی شد.

جاماندها:

هنوز تکلیف دروازه‌بان‌هایی چون محمدباقر صادقی، وحید طالب لو، علی عساکره، علی سلیمی، داوود نوشی صوفیانی، گئورگیف و زودکوچ در لیگ برتر ایران مشخص نشده‌است.

گزارش اختصاصی روزنامه ایمان از اردوی آماده سازی تیم فوتبال صبا ی قم در سرعین اردبیل

تمرینات سخت و فشرده در راه حضور پر قدرت صبا در لیگ بر تر



گزارش: رضا ملک

سرانجام پس از کش و قوس‌های فراوان در خصوص انتخاب سرمربی جدید تیمی صبا ی قم

در حالیکه تا آخرین روز بودن عضو دایی در تیم قطعی گردیده بود برخی سایتها شروع فصل جدید لیگ برتر را برای صبا با دایی عنوان نموده بودند با چرخش ۱۸۰ درجه‌ای صمد مرفاوی

سرمربی پیشین صبا بعنوان سرمربی جدید انتخاب گردید تا با توجه به زمان اندک شروع مسابقات کار سختی را برای جمع و جور کردن این تیم در پیش داشته باشد. در ابتدا کالری

مجرّب بعنوان همکاری جدید مرفاوی به باشگاه معرفی گردیده است.

به گزارش خبرنگار ما سالک الهامی با کولپهاری از دانش فنی و تجربه در مستطیل سبز-

مرتضی کشلی کاپیتان سابق تیم صبا-مسعود مومنی بندساز با تجربه و اسبق تیم پرسپولیس تهران کریم بوستانی دروازه‌بان احسب تیم‌های ملی و مربی تیم‌های استقلال تهران و سیاهان اصفهان با دنیایی از تجربه در قفس توری دروازه‌ها و حسین گنجیان سرمربی تیم امیدهای صبا ی قم که در اداریت رضا کاشوری در مقام عامل دلسوز صبا ی قم به این تیم اضافه گردید از جمله نفراتی بودند که در کنار صمد مرفاوی در تلاش خواهند بود از نام صبا ی قم در فوتبال ایران حراست‌نمایند.

۱۵۱۴ تیرماه انجام تست بازیکنان در استادیوم یادگار امام(ره)

روزهای دوشنبه و سه‌شنبه جماعت تست فنی بازیکنانی بود که از سراسر ایران خود را برای دادن تست به مربیان حاضر در ورزشگاه یادگار امام معرفی نمودند. بیش از ۲۰۰ بازیکن در این نشست شرکت داشتند که نهایتاً چند بازیکن جوان از میان آنان با نظر صمد مرفاوی انتخاب و به اردوی سرعین دعوت گردید.

جمعه ۱۸ تیرماه ماه -فرودگاه مهرآباد - پرواز شماره ۴۹۵ ایران ایر

- مقصد اردبیل

ساعت ۲ بعد از ظهر جمعه بازیکنان صبا به همراه کادر فنی و تدارکاتی این تیم فرودگاه مهرآباد تهران را به مقصد اردبیل ترک نمودند. بعد از یک پرواز هوایما در بند فرودگاه اردبیل و نسیم خنک با نفوذت ۲۰ درجه‌ای هوا با تهران لیختند شادی را به روی لبان کاروان تیم صبا به همراه داشت. استقلال خوب مدیران هتل سپید سرعین اردبیل که در فاصله ۲۵ کیلومتری اردبیل واقع شده و امکانات بسیار خوب با غذاهای متنوع این هتل بیش از همه چیز جلب توجه نمود. استقرار بچه‌های در اتاق‌های خود و استراحت در دستور کار بازیکنان قرار گرفت تا از روز شنبه استراحت فصل جدید بازیکنان با تجربه و جوان اضافه گردیده به صبا ی قم خورد.

شنبه ۱۹ تیر ماه - استادیوم چمن شهرستان سرعین در فاصله ۲۰ کیلومتری اردبیل که در ارتفاع بلندی قرار دارد میزبان تمرینات تیم صبا بود. صمد مرفاوی از بچه‌ها خواست با توجه به فاصله اندک تا مسابقات تا آنجا که می توانند در خدمت تیم باشند و از فشار تمرینات هراسی به خود راه ندهند. رضاعینانی با دنیایی از تجربه در دنیای فوتبال بعنوان کاپیتان جدید صبا در فصل جدید امور هدایت بازیکنان را بر عهده داشت.

ساعت ۱۱ بعد از ظهر عبدالکریم اسلایی - حامد لک- داود بهادری- سید مهدی حسینی- محمد اسلایی- محمد قدرتی- تنها در تیم باقی ماندند و در سال جدید و فصل

راز فعالیت بی سابقه سرمربی جدید نفت

دایی دوباره فوتبالیست شد

فوتبال ایران در تمرینات نفت تهران خیلی جدی

مشغول کار کردن با شاگردانش دیده می‌شود که این اتفاق در سال‌های اخیر بی‌سابقه بوده‌است.

شروع کار علی دایی در دوران مربیگری از لاسط لیگ ششم بود که با قهرمانی این تیم همراه شد و او را یک سال دیگر در جمع بازیچه پوشان ماندنی کرد.وی از سال ۸۷ که دایی به تیم ملی رفت، تصمیم گرفت مثل دوران فوتبالش در مربیگری هم موفق باشد و به همین منظور رلکو میاج را به کادر فنی خود اضافه کرد. میاج در سال ۱۹۹۸ و وقتی نسل طلایی فوتبال ایران بازی می کردند، پنج دهه دستیار تومیسلاو ایویچ بود و از این نظر دایی با شناخت قبلی از کسی که می‌سر او بود خود را به عنوان مربی اول خود برگزید. این مربی کروات که حدود ۲۰ سال به عنوان دستیار در تیم‌های مختلفی همچون هایدوک لیستال، استنلدارد لیژ بلژیک، تیم ملی جرین، دیناموواگرب کرواسی و ... به همراه مربیانی مثل استانکو، لوکا برازویچ و ... فعالیت کرده بود، با در خواست دایی دوباره به ایران بازگشت و مشغول کار با او شد. میاج یکی از کار بلدترین مربیان با دانشی است که تاکنون به ایران آمده پس از تیم ملی، در پرسپولیس کنار علی دایی بود و قهرمانی جام حذفی هم به افتخارش اضافه کرد؛ او پس از آن در راهان نیز دو سال با آلی گل

اخبار

کیومرث‌هاشمی:

روز افتتاحیه المپیک دنیا متحیر خواهد شد



رئیس کمیته ملی المپیک ضمن تشریح آخرین وضعیت کاروان ایران برای حضور در ریو گفت: انتخاب یک زن که پرچمدار ایران است و برای المپیک و پارالمپیک سهمیه گرفته روز افتتاحیه دنیا را متحیر خواهد کرد.

به گزارش خبرنگار مهر، کاروان ورزش ایران برای حضور در سی و یکمین دوره بازیهای المپیک آماده‌است و نخستین اعزام روز هفتم در دامه‌انجام خواهد شد. کیومرث‌هاشمی با حضور در برنامه ورزش و مردم آخرین وضعیت این کاروان را تشریح کرد:

زامبندنی اعزام کاروان ورزش ایران

وی در مورد نحوه و شرایط اعزام کاروان ایران گفت: کاروان ورزش ایران در ۱۸ گروه پروژی به ریو اعزام خواهند شد و ۱۶ با پرواز خواهند گشت. در این مدت هر چه لازم بوده فراهم شده و بخش عمده البسه‌ها هم تقدیم فدراسیون‌ها شده که طی چند روز آینده بقیه موارد هم انجام خواهد شد.

۱۰ هزار جلسه مدیریتی داشته‌ایم

در دو سال گذشته برنامه ریزی خوبی برای حضور کاروان ایران در ریو صورت گرفته بود. در این مدت بیشتر از ۱۰ هزار جلسه مدیریت بر گزار شده تا هماهنگی کاملی در این زمینه وجود داشته باشد. ضمن اینکه برای اولین بار نشست سرپرستان با روسای فدراسیون‌ها و سرپرست تیم‌های اعزامی را بر گزار کردیم.

هدف ما اعزام‌های کیفی است

تفاوتی که المپیک با بازیهای آسیایی دارد این است که حتماً روزشکار باید سهمیه‌ا ر کسب کند. به همین خاطر خیلی نمی‌شود در مورد تعداد افراد ورود کرد. اما در بازیهای آسیایی به دلیل اینکه اختیار با کمیته ملی المپیک است کیفی‌ترین هار انتخابی می‌کنیم. با این حال سعی کردیم افرادی که نمی‌توانند تأثیری در کاروان داشته باشند را کاهش دهیم.

تعداد سهمیه‌های دقیق کاروان ورزش ایران
کیومرث‌هاشمی در مورد سهمیه‌های کسب شده برای کاروان ورزش ایران تاکنون گفت: تا امروز رسماً ۶۱ سهمیه داریم و دو ورزشکار دیگر به خاطر تست دوپینگ هنوز تکلیفشان مشخص نشده و باید فدراسیون جهانی دوومپانی آن را اعلام کند. اگر این دو ورزشکار هم رسماً تأیید شوند تعداد کاروان ورزش ایران به ۶۳ نفر خواهد رسید. در یک رشته توانستم از سهمیه وایلد کارت استفاده کنیم که در رشته شاس‌است و نسیمی‌شاد چوترتین عضو کاروان ورزش ایران خواهد بود.

پاداش‌ها را سه و نیم برابر کردیم

با مساعدت‌هایی که دولت داشته اند توانسته‌ایم پاداش قهرمانان و مدال اوران المپیک را سه و نیم برابر کنیم. واقعیت این است که پاداش‌هایی که به المپیم به اندازه زحماتی نیست که یک ورزشکار برای مدال می‌کند. ارزش مدال المپیک بسیار بالاست وقرقستان که رقیب ما در آسیاست ۱۰ برابر ما برای قهرمان پاداش در نظر گرفته‌است. البته دولت پاداش‌هایی برای ورزشکاران در نظر می‌گیرد. اما ما از ظرفیت‌بخش خصوصی هم استفاده کردیم و قرار است پاداش‌هایی هم از این بخش به ورزشکاران پرداخت شود.

آیا می‌توان نتایج لندن را تکرار کرد؟

در این دوره پتانسیل مدال آوری ایران از دوره قبل بالاتر است. اما تعداد مدال مهم نیست بلکه مهم کیفیت مدال است. اگر بتوانیم چهار مدال طلای دوره گذشته را تکرار کنیم کار بزرگی کرده‌ایم. ما قطعاً در وزنه برداری، کشتی و تکواندو شانس مدال داریم قطعاً. در برخی رشته‌های دیگر هم امکان کسب مدال وجود دارد. اگر در تیراندازی ما یک مدال برنز بگیریم کاری است که تا به حال اتفاق نیفتاده‌است.

رشد بانوان قابل توجه‌است

کاروان ورزش ایران تاکنون در پانزده دوره بازیهای المپیک شرکت کرده است که کلا در همه این ادوار ۲۲ ختم در بازیها شرکت کرده است اما در همین دوره ۹ زن در کاروان ایران حضور خواهند داشت که رشد بسیار خوبی است. وضعیت انوان ایران نسبت به دوره گذشته بسیار بهتر شده‌است. به همین خاطر است که ما پرچمدار کاروان ورزش ایران را یک زن انتخاب کردیم که هم در المپیک و هم برای پارالمپیک سهمیه کسب کرده‌ است. مطمئن هستم که در روز افتتاحیه تمام دنیا از این اتفاق متحیر خواهند شد که یک ورزشکار معلول ایران پرچمدار است. این نشان می‌دهد که معلولیت محدودیت نیست.

هیچ توییدی ایرانی پیش قدم‌شد

رئیس کمیته ملی المپیک در پاسخ به این پرسش که چرا برای البسه کاروان ایران از برندهای ایرانی استفاده نکردید گفت: ما برای این کار از همه خواستیم که وارد شوند اما هیچ شرکت ایرانی حاضر نشده به کمیته ملی المپیک البسه رایگان بدهد اما شرکت چینی حدود سه میلیارد تومان به کاروان ما البسه رایگان داده است. این شرکت حدود ۳ هزار تکه لباسی به ما رایگان داده است. اگر یک برند ایرانی ۵۰ تکه به ما رایگان می‌داد من دستش را می‌بوسیدم.

محدودیت‌ها دست مسئولان را بسته‌است

هاشمی در مورد دخالت برخی مسئولان فدراسیون جهانی برای تقسیم مدال‌ها در المپیک گفت: این یک فرضیه‌است که در دنیای ورزش وجود دارد که نه می‌شود تأییدیش کرد و نه می‌شود ردش کرد. اما در وزنه برداری دست و بال مسئولان در این امر بسته‌ است. محدودیت‌هایی که فدراسیون‌های جهانی ایجاد کرده اند این مسائل را تاحدودی از بین برده‌است.

میانگین سنی کاروان ورزش ایران چقدر است؟

کیومرث‌هاشمی در مورد میانگین سنی کاروان ورزش ایران در المپیک ۲۰۱۶ رو گفت: براساس آماری که داریم تیم ملی تکواندو جوان‌ترین تیمی خواهد بود که به المپیک می‌رود و تیم دوچرخه سواری هم مسن‌ترین تیم است. ما با این حال میانگین سنی کاروان ایران بین ۵۲۶ تا ۲۷ سال است که سن پختگی واچ هر ورزشکاری است.

پس از بررسی‌های لازم؛

ترکیب تیم‌های ملی کشتی آزاد و فرنگی ایران در المپیک اعلام‌شد



شورای فنی تیم‌های ملی کشتی آزاد و فرنگی در حالی اسامی ملی پوشان اعزامی به المپیک ریو را اعلام کرد که روند انتخاب فرنگی کاران، بطور کامل توسط محمد ناصرالت هادی، جلسه شورای فنی تیم های ملی کشتی آزاد ظهر امروز جمعه با حضور نصرالله سرگود، معاون ورزش قهرمانی وزارت ورزش و جوانان و اعضا هر گزار شد و ترکیب تیم ملی مقرر شد با توجه به کوتاه بودن زمان باقیمانده تا آغاز المپیک، نفرات برتر آوزان المپیک بر مبنای رقابت‌های انتخابی تیم ملی و سولیک و کرانلمه حضور در میادین خارجی کشتی گیران مدعی (بند ۱۲) از بخش توضیحات فرایند انتخابی تیم های ملی) در هر وزن به ترتیب ذیل معرفی شوند:

۵۷کیلوگرم: حسن رحیمی

۶۵کیلوگرم:مجتبی نصریری

۷۴کیلوگرم: حسن یزدانی

۸۷کیلوگرم: آقای علی‌رضا کریمی ماچلانی

۹۷ کیلوگرم: رضا یزدانی بعنوان کرانه اول برای پوشیدن پیراهن تیم ملی خواهد بود.

در صورتی که نامبر در نتواند تا زمان اعزام به رقابت‌های المپیک به شرایط مناسب حضور در مسابقات برسد، امیر محمدی بعنوان نفر جایگزین اعزام خواهد شد. کادر فنی موظف‌است تا زمانی مقرر گزارش‌هایی خود را به شورای فنی ارائه نماید.

۱۲۵ کیلوگرم: کمیل شامی

ترکیب تیم ملی کشتی فرنگی ایران در این رقابت‌ها به زیرانه ۲۴ تا ۲۶ تیرماه بر گزار می‌شود، به شرح زیر است:

۵۹کیلوگرم:محمدسوریان

۶۶کیلوگرم:امید نوروزی

۷۵کیلوگرم:سیدعبودی

۸۵کیلوگرم: حبیب‌اله اخلاقی با رامین طاهری

۹۸ کیلوگرم:قاسم رضایی

۱۳۰ کیلوگرم: بشیر باباجان زاده

بیشتر بدانیم

اگر قصد لاغری دارید بخوانید:

با قوی ترین ضد اشتهای گیاهی آشنا شوید

به تازگی یک داروی گیاهی درپایی با میزان زیادی ویتامین و مواد معدنی که به کاهش وزن و پیشگیری از سرطان کمک می کند، کشف شده‌است.
محمد زاده استاد یار دانشکده علوم تغذیه و رژیم شناسی دانشگاه گفت:اسپیرولینا(جلبک دریای تیره) حاوی حدود ۷۰درصد پروتئین است و به همین دلیل احساس گرسنگی را از بین برده ومانند یک ضدآشتهای عمل می کندوی افزودنرکیبات دیگر این جلبک مانند تربیتوفان در بدن به "ویتامین A" تبدیل شده که برای پوست بسیار مفید می باشد، پروتئین‌ها باعث افزایش سرعت ارسال احساس سیری به مغز می‌شوند و در نهایت باعث کنترل وزن می شوند، محمد زاده اظهار کرد:اسپیرولینا سرشار از اسیدهای چرب ضروری و پلی ساکاریدهای با ۲دست و می‌تواند میزان قند خون را کنترل کند،بعد از مصرف روزانه ۲ گرم اسپیرولینا به مدت ۱۵ ماه می توان قند خون را کاهش دادوی ادعان داشت:اسپیرولینا حاوی آنتی اکسیدان هایی است که سیستم ایمنی بدن را تقویت و از سلول ها محافظت می کنداز این رو در هنگام سرما خوردگی می توانید از آن استفاده کنیدمحمد زاده ادامه داد:اسپیرولینا منبعی مناسب برای جذب کلسیم و منیزیم است و آهن موجود در آن برای افراد کم خون مفید است این استاد یار دانشگاه تهران افزود:اسپیرولینا سرشار از بتاکاروتن (پیش ساز ویتامین A) است و به همین علت موجب تسریع برزنه شدن پوست و افزایش ماندگاری آن می شود اما نمی تواند مانع آفتاب سوختگی و آتارت منفی اشعه ماورای بنفش شودمحمد زاده تاکید کرد:اسپیروولینا به صورت پودر، قرص و کپسول در داروخانه ها موجود می باشد، البته پودر آن بهتر است زیرا به سرعت جذب بدن می شودوی ادامه داد:بهترین شیوه مصرف قرص ۵ تا ۱۵ گرم (در جیپا صبح) به مدت ۱ تا ۳ ماه است،اگر می خواهید مصرف طولانی مدت داشته باشید بهتر است تحت نظر پزشک باشید.گفتنی است:اسپیرولینا عارضه ای نظیر نفخ سردرد ومشکلات پوستی را به همراه دارد که با مراجعه به پزشک مربوطه قابل درمان است.

یک متخصص مغز و اعصاب:

درمان ام اس صحت ندارد

یک متخصص مغز و اعصاب گفت کام اس یک بیماری قابل کنترل است که با درمان های موجود تنهایی می توان موجب بهبود کیفیت زندگی بیماران شد.

عبدالناصر ناصر مقدسی د در واکنش به اخبار منتشر شده مبنی بر «درمان بیماری ام اس توسط محققان کانادایی»، گفت:متأسفانه رساله‌ها بدون اینکه صحت و سقم این مسئله را از متخصصان دریافت کنند،با نشر این خبر موجب ایجاد امیوادی در بیماران شده‌اند وی افزود: محققان کانادایی هیچ گونه ادعایی در باره درمان بیماری ام اس نکردند بلکه آنها تحقیقاتی انجام دادند مبنی بر آن که می‌توان از بروز علائم این بیماری پیشگیری کرد.دبیر سیزدهمین کنفره بین المللی ام اس ایران تصریح کرد: متأسفانه نشر این خبر کذب موجب امیدواری بیماران و افزایش تماس آنها با مراکز درمان و در نهایت فبایدی بیماران شداین متخصص مغز و اعصاب، درباره باور عمومی برخی افراد مبنی بر اینکه تمام بیماران مبتلا به ام اس در نهایت ناتوان و ویلچر نشین می شوند، اظهار کرد: این باور کاملاً غلط است زیرا با روش های درمانی جدید این بیماران می توانند به زندگی خود ادامه دهند. ناصر مقدسی خاطر نشان کرد اقدام در جهت کاهش مصرف مواد دخانی و قلیان به دلیل وجود آرکولین (یک ماده ی شیمیایی مضر در سیگار که باعث تخریب اعصاب شده) و اکسید نیتریک (یک دارو اِنگِل از ماده مضر برای بدن) در جوانان و زنان نیز می تواند از راههای مقلبه با ام اس باشد.



علمه- فناوری

از این پس غواصان نامرئی می شوند

یک شرکت نیوزلند برای اولین بار لباس غواصی جذب کننده پالس الکتریکی ماهیچه‌های بدن هنگام شنا در آب را به بازار عرضه کرد.

مواد به کار رفته در این لباس قادر به جذب ۹۵ درصد سیگنال‌های الکتریکی ناشی از فعالیت ماهیچه‌های غواص در آب است.محققان شرکت HECS Aquatic معتقدند که سیگنال‌های بسیار خفیف عصبی هنگام انقباض عضلات یک تهدید جدی برای شناگران و غواصان به شمار می آید، چرا که اکثر گونه‌های جانداران دریایی به ویژه خانواده دلفین‌ها و کوسه‌هایمهر به حسگرهای شناسایی سیگنال‌های الکتریکی عضلات بدن مخصوصاًسیگنال حرکت ماهیچه‌های قلب هستند.سخت‌گویی شرکت سازنده مدعی شد که در صورت استفاده از لباس نامرئی کننده دیگر هیچ خطری غواصان را تهدید نمی‌کند، چرا که در آزمایش‌های انجام شده غواصان توانستند بدون کمترین خطری در کنار کوسه‌های بزرگ شنا کنند.ریکی ایوت، متخصص زیست‌شناسی دریایی در مورد تجربه شنا با لباس غواصی جدید در کنار کوسه‌های بزرگ و خطرناک اظهار کرد: تجربه پوشیدن این لباس غواصی بسیار متفاوت و شگفت‌انگیز است.در واقع با پوشیدن این لباس از چشمان بیشتر جانوران دریایی مخصوصاً کوسه‌ها پنهان می‌مانیدوی در ادامه افزود:این لباس مشابه قفس فارادی سیگنال‌های الکتریکی بدن را جذب می‌کند و هنگام شنا در آب با آن می‌توان مانند یک جسم بی‌جان در کنار جانوران خطرناک دریایی شنا کرد.لباس غواصی نامرئی کننده در اروپا با قیمت ۳۹۹۰ دلار و در بازار آمریکا با ۴۹۹ دلار عرضه می‌شود.



محققین آمریکایی موفق به درمان بیماری آب سیاه چشم شدند.
حدود ۷ میلیون نفر در سراسر جهان مبتلا به بیماری آب سیاه یا همان گلوکوم هستند که عملاً راه درمانی برای آن وجود ندارد و رفته رفته منجر به نابینایی فرد می شود.
کسبیک دچار بیماری گلوکوم می شوند رشته های عصب بینایی آنها تخریب می شود و دیگر ترمیم نمی شود که این مسئله به تدریج موجب از دست رفتن قدرت بینایی در آنها می شود.
در واقع سلول های گانگلیون شبکیه «آکسون» در چشم آسیب می بینید که دیگر قادر به ارسال اطلاعات بصری به مغز نخواهند شد و این سلول های مهم در بزرگسالان قابل ترمیم نیست.

از این رومحققین دانشگاه کالیفرنیا ی آمریکا با انجام آزمایش بر روی موش‌هایی که از این مشکل رنج می بردند، توانستند با به کارگیری شیوه ای نوین موفق به بازگرداندن بخشی از بینایی آنها شوند که چنین دستاوردی برای اولین بار در جهان صورت می گیرد.



متأسفانه هر ساله آمار مبتلایان به سرطان پوست در جهان بالاتر می رود.
ملاکوم که مرگ‌بارترین نوع سرطان پوست می باشد، مخصوصا در مردان روز به روز بیشتر افزایش می یابد، متأسفانه مردان کمتر از زنان به مراقبت از پوست خود اهمیت می دهند.

سرطان پوست از شایع ترین سرطان هاست

تعداد زیادی از مردم جهان به سرطان پوست مبتلا هستند که درصد کمی از آنان دچار نوع ملاکوم می باشند. پیش بینی شده که تقریباً در هر ساعت، یک نفر به سرطان پوست مبتلا می شود.

انواع مختلفی از این بیماری وجود دارد

سه نوع اصلی از سرطان پوست وجود دارد:
سرطان پوست از نوع سلول بازال و سنگ قرشی، سرطان پوست ملاکوم که کشنده ترین نوع می باشد و سوم سرطان پوست غیر ملاکوم، **ملاکوم شیوع کمتر ولی تهاجمی بیشتر**
ملاکوم مرگ‌بارترین نوع سرطان پوست است و دلیل بروز آن قرار گرفتن مستقیم در معرض نور خورشید می باشد. حدود ۷۵ درصد از مرگ و میر ناشی از سرطان پوست، مربوط به نوع ملاکوم است.

برخی از افراد بیشتر در معرض خطرند

ملاوتین رنگدانه ای است که باعث تیره رنگ شدن پوست و حفاظت از آن در برابر بیماری سرطان پوست می شود. علاوه بر کم رنگ آفتاب استاندارد و با حداقل اس پی اف ۳۰، بهتر است از عینک آفتابی، لباس مناسب و کلاه لبه دار برای محافظت از پوست خود در برابر نور خورشید استفاده نمایند افراد دارای پوست روشن، موهای بلوند یا قرمز، چشم آبی یا سبز و تک و مک به طور طبیعی ملاوتین کمتری در بدن شان دارند. بنابراین بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به سرطان پوست هستند. به طور کلی، سفید پوستان بیشتر در معرض خطرند.

نشانه های اولیه

هر گونه تغییر در پوست مانند رنگ، خط و خال و رشد ضایعه حتی اگر بدون رنگ باشد، می تواند نشانه ای از سرطان پوست باشد. سایر علائم شامل گرم گتگی، زبری، ترشح، خونریزی که تغییر در مساحت پوست، زخمی که بهبود نمی یابد، گسترش رنگدانه فراتر از مرز خود از قبیل خط و خال یا علامتی که گسترش یافته و تغییر در حس، مانند خارش، حساسیت به لمس، یا درد می باشد که باید جدی گرفته شوند.

متخصصان

از سرطان پوست چه می‌گویند؟



سیگار کشیدن خطر ابتلا را افزایش می دهد

استعمال سیگار یکی از بدترین ظلم هایی است که می‌توانید در حق بدنتان بکنید. سیگار خطر ابتلا به هر نوع سرطان را افزایش می دهد. سلول های سنگفرشی پوست در لب پایین، دهان و زبان، به علت قرار گرفتن در معرض مستقیم نیکوتین سرطانی می شوند.

سرطان پوست از شایع ترین سرطان هاست

تعداد زیادی از مردم جهان به سرطان پوست مبتلا هستند که درصد کمی از آنان نوع ملاکوم می باشند. پیش بینی شده که تقریباً در هر ساعت، یک نفر به سرطان پوست مبتلا می شود.

انواع مختلفی از این بیماری وجود دارد

سه نوع اصلی از سرطان پوست وجود دارد:
سرطان پوست از نوع سلول بازال و سنگ قرشی، سرطان پوست ملاکوم که کشنده ترین نوع می باشد و سوم سرطان پوست غیر ملاکوم، **ملاکوم شیوع کمتر ولی تهاجمی بیشتر**
ملاکوم مرگ‌بارترین نوع سرطان پوست است و دلیل بروز آن قرار گرفتن مستقیم در معرض نور خورشید می باشد. حدود ۷۵ درصد از مرگ و میر ناشی از سرطان پوست، مربوط به نوع ملاکوم است.

برخی از افراد بیشتر در معرض خطرند

ملاوتین رنگدانه ای است که باعث تیره رنگ شدن پوست و حفاظت از آن در برابر بیماری سرطان پوست می شود. علاوه بر کم رنگ آفتاب استاندارد و با حداقل اس پی اف ۳۰، بهتر است از عینک آفتابی، لباس مناسب و کلاه لبه دار برای محافظت از پوست خود در برابر نور خورشید استفاده نمایند افراد دارای پوست روشن، موهای بلوند یا قرمز، چشم آبی یا سبز و تک و مک به طور طبیعی ملاوتین کمتری در بدن شان دارند. بنابراین بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به سرطان پوست هستند. به طور کلی، سفید پوستان بیشتر در معرض خطرند.

از حمام آفتاب مصنوعی یا طبیعی دور شوید

حمام آفتاب بسیار خطرناک است، چه با نور خورشید و چه با دستگاه سولاریوم. برخی مردم برای برزنه کردن پوست از سولاریوم استفاده می کنند که اشعه ی خطرناک یو وی را به پوست ساطع می کند. استفاده از حمام آفتاب خطر ابتلا به سرطان پوست را ۷۵ درصد افزایش می دهد.

بیشتر سرطان های پوست به اشعه ماورای بنفش مربوط هستند و برخی نه
مرویشد مسیب ۹۰ درصد از سرطان های پوست است، اما جهش ها هم می توانند منجر به بروز سرطان پوست شوند.

جوچه اردک‌ها هم افکار انتزاعی دارند!

دانشمنان دانشگاه آکسفورد نشان دادند که جوچه اردک‌های تازه متولد شده می‌توانند مفاهیم "مشابه" و "متفاوت" را درک کنند و این کار را از کودک انسان سریعتر انجام می‌دهند. این نخستین بار است که توانایی یک موجود غیرانسان در یادگیری تمایز قائل شدن بین مفاهیم رابطه‌ای انتزاعی بود هیچ گونه آموزش اولیه به نمایش در آمده‌است. جوچه اردک‌ها و سایر حیوانات جوان معمولاً طی نوعی یادگیری موسوم به نقش‌پذیری یاد می‌گیرند که مادر خود را شناخته و دنبال او راه می‌یفتند. این توانایی ۱۵ دقیقه پس از تولد رخ می‌دهد.

نقش‌پذیری یک شکل نرئومند از یادگیری است که به جوچه‌اردک اجازه می‌دهد هر گونه جسم متحرک را دنبال کنند. در این تحقیق که در مجله ساینس منتشر شده، محققان چند جفت‌انسانی را که با یکدیگر از نظر شکل و رنگ متفاوت یا مشابه بودند و در یک مسیر خاص حرکت می‌کردند، به جوچه اردک‌های تازه‌متولد شده نشان دادند. آن‌ها بتابندون اینکه تمایل آن‌ها بین این مجموعه اجسام

ساخت جوهر زیستی برای چاپ بافت‌های زنده

قرار می‌گیرد و می‌تواند جذب خون شود. این فرمول خاص به بافت‌های چاپ‌شده امکان می‌دهد تا به اندازه کافی انعطاف‌پذیر بوده و با هر شکل سطحی به هم متصل شوند. در عین حال به اندازه کافی محکم باشند که در خارج از بدن مورد استفاده قرار بگیرند. این جوهر زیستی از یک چاپگر سه‌بعدی با قدرت تفکیک بسیار بالا که می‌تواند اندام‌ها و بافت‌های کاردری بدن را چاپ کند خارج می‌شود. محققان با استفاده از این جوهر یک حلقه از غضروف نای را ظرف مدت پنج هفته چاپ کردند. بافت‌ها حتی می‌توانند با استفاده از سلول‌های بنیادی انسان چاپ شوند. وقتی پلیمر مصنوعی حل می‌شود تنها سلول‌های باقی‌مانده سلول‌های جلبکی آلی و سلول‌های بنیادی هستند. بر اساس گفته دانشمنان این جوهر زیستی گام بزرگی به

سوی چاپ بافت‌های زنده محسوب می‌شود و حتی می‌تواند امکان چاپ یک اندام کامل و دیگر بخش‌های بدن را در محیط آزمایشگاهی فراهم کند.

گوشی هوشمند چوبی رونمایی شد

از اولین گوشی هوشمند چوبی دنیا رونمایی شد. شرکت لنوو از نسخه جدید گوشی Note K۴ خود با طرحی متفاوت رونمایی کرد. در واقع قالب پشت این گوشی از چوب ساخته شده است. این گوشی جدید دارای صفحه نمایشگر ۵.۵ اینچ فول اید دی با زاویه دید ۱۷۸ درجه ای و نیز وضوح تصویر ۱۰۸۰ پیکسلی است. طراحی رنگ این گوشی به گونه ای است که یک کانتراست فوق العاده ای را بوجود آورده تا کاربر تجربه متفاوتی از داشتن گوشی را تجربه کند. همچنین در قسمت جلوی گوشی Note K۴ دو اسپیکر وجود دارد که باعث می شود به هنگام بخش موسیقی یا فایل صوتی، کمترین نویز ممکن ایجاد شود. دوربین پشت این گوشی ۱۲ مگاپیکسل و دوربین جلو آن ۵ مگاپیکسل است. Note K۴ دارای ۸ هسته پردازشگر ۶۴-bit MediaTek و ۳ م گیگا بایتی و حافظه داخلی ۱۶ گیگابایتی است که می توان با کارت حافظه، ظرفیت آن را به ۱۲۸ گیگ ارتقاء داد. از قابلیت‌های دیگر این گوشی داشتن اسکنر تشخیص اثر انگشت کاربر، حسگران اف سی و پشتیبانی USB-OTG است. در این گوشی فناوری TheaterMax برای انجام کارهای حرفه ای گرافیکی و سه بعدی به کار رفته است و سیستم آندروید به روز شده رامشالا ۶.۰ نصب شده است.



علمی و سلامت

توصیه‌ها و هشدارها

بدترین مواد غذایی برای استخوان‌ها

همیشه زمانی که صحبت از سلامت استخوان ها و پیشگیری از پوکی استخوان به میان می آید همه به یاد کلسیم می افتند اما در کنار جذب کلسیم باید به محدود کردن مصرف برخی مواد نامناسب برای سلامت استخوان ها نیز توجه داشت. با ما همراه باشید تا بیشتر با این مواد غذایی نامناسب آشنا شوید.

همیشه زمانی که صحبت از سلامت استخوان ها و پیشگیری از پوکی استخوان به میان می آید همه به یاد کلسیم می افتند. همیشه این تصور وجود دارد که با جذب بالای کلسیم استخوان ها قوی تر و محکم تر خواهند شد. اما غافل از اینکه مصرف زیاد کلسیم به تنهایی کافی نیست و در کنار آن باید از سبک زندگی سالمی برخوردار بود. یکی از مواردی که در کنار جذب کلسیم باید بیشتر به آن دقت کرد محدود کردن مصرف برخی مواد نامناسب برای سلامت استخوان ها است. چون این مواد غذایی نامناسب به آن ها اشاره خواهیم کرد روی میزان کلسیم و قدرت سوخت و ساز پروتئین ها تأثیر منفی گذاشته و سلامت عضلات و مفاصل را تهدید می کنند. با ما همراه باشید تا بیشتر با این مواد غذایی نامناسب آشنا شوید.

امان از نمک

زیاده روی در مصرف نمک بدن را به دردمر می اندازد. اکثر مردم جهان نمک زیادی مصرف می کنند به طوری که گفته می شود ۸۵ درصد مردان و ۶۰ درصد زن ها روزانه ۲/۳ گرم بیش از میزان لازم، نمک مصرف می کنند. به عقیده متخصصان نباید روزانه بیش از ۶ گرم نمک مصرف کرد. واقعیت این است که خوردن غذاهای شور میزان کلسیم دفع شده از طریق ادرار را افزایش می دهد و این مسئله به ضعیف شدن استخوان ها منجر می شود. داشتن یک برنامه غذایی پر از گوشت قرمز به معنای جذب پروتئین بالا است که برای سلامتی استخوان ها مناسب نخواهد بود. پروتئین زیاد باعث دفع کلسیم از طریق ادرار می شود.

نمک همچنین باعث اسیدی شدن خون می شود و به این ترتیب نیز احتمال بروز التهاب در بدن افزایش پیدا می کند که برای سلامت مفاصل مضر است. معمولاً روی برجسب ترکیبات مواد غذایی میزان سدیم آن را ذکر می کنند. برای دست یافتن به میزان معادل نمک محصول مورد نظر عدد سدیم را ضرب بر ۲٫۵ بکنید. بدن شما فقط به ۲/۳ گرم نمک در روز نیاز دارد. سه چهارم نمک از مواد غذایی فرآوری شده و صنعتی تأمین می شود. یادتان باشد که غذاهای آماده، سوسیس و کالباس، کنسروها و غیره سرشار از نمک برای سلامتی استخوان ها مضر هستند. عادت کنید که برچسب مواد غذایی را با دقت مطالعه کنید. در حالت کلی هر ماده غذایی ۱۰۰ گرمی که حاوی بیش از ۰٫۵ گرم سدیم باشد خیلی شور محسوب می شود و برای سلامتی آن مضر است. چنانچه این میزان کمتر از ۰٫۱ گرم باشد جزو مواد غذایی کم نمک بوده و می تواند آن را مصرف کنید. یادتان باشد هر چه نمک بیشتری به غذایاتان اضافه کنید بیشتر به نمک عادت کرده و مصرفتان بالاتر خواهد رفت. اگر میزان جذب سدیم را کاهش دهید پرهیزی چشایی تان کم کم عادت کرده و به مرور طر ف غذاهای شور نمی روید.

قهوه، نوشیدنی های گازدار و الکل

جذب میزان بالای کالفتین به طور جزئی در جذب کلسیم مشکل ایجاد می کند. یک فنجان قهوه می تواند مانع از جذب حدود ۶ میلی گرم کلسیم شود که معادل میزان کلسیم موجود در یک قاشق شیر است. بنابراین توصیه می شود که قهوه تان را با شیر میل کنید تا جبران مافات شود. اگر عادت به نوشیدن نوشابه دارید نیز کالفتین همین تأثیر را به جا می گذارد. علاوه بر این امکان دارد که اسید فسفریک موجود در اکثر نوشیدنی های گازدار (که برای نگهداری آن ها افزوده می شوند) باعث استخوان ها را ضعیف کند. زمانی که در خون میزان فسفر از میزان کلسیم بیشتر باشد، بدن بخشی از کلسیم استخوان ها را برمی دارند تا تعادل را برقرار کند. از آنجایی که اکثر نوشیدنی های گازدار سرشار از قند نیز هستند بهتر است در مصرف آن ها احتیاط کنید. توصیه می کنیم مصرف نوشابه را به مهمانی ها محدود کنید.

نوشیدنی های الکلی نیز سلامت استخوان ها را با خطرات جدی مواجه می کنند. در واقع متخصصان بر این عقیده هستند مصرف الکل به سلول های استخوانی باعث استخوانی آسیب جدی وارد می کند، روند هضم غذا را بر هم زده و اجازه نمی دهد بدن به درستی مواد مغذی را جذب کند.

آلرژی های غذایی زمینه ساز در دسر مفاصل

به نظر می رسد که مصرف برخی مواد غذایی باعث افزایش علائم آرتریت روماتوئید (روماتیسم مفصلی) یا آرتریت مرتبط با سوزش ریس در برخی افراد می شود. اگر تصور می کنید که دچار آلرژی یا عدم تحمل برخی مواد غذایی هستید مشکل را با پزشکتان در میان بگذارید تا برنامه غذایی تان بررسی شده و در صورت لزوم ماده غذایی مشکوک به تدریج از رژیمتان حذف شود.

مواد غذایی اسیدی

البته تاکنون شواهدی دال بر تشدید آرتریت با مصرف مواد غذایی اسیدی مانند پرتقال با گوجه فرنگی یافت نشده است. میزان اسیدیته این مواد غذایی کمتر از حالت اسیدی معده است. اگر متوجه شده اید که با مصرف برخی مواد غذایی علائمتان تشدید می شود از مصرف آن خودداری کرده و به جای آن از مواد غذایی دیگر برای تأمین ویتامین های بدنتان استفاده کنید.

مصرف افراطی گوشت قرمز

داشتن یک برنامه غذایی پر از گوشت قرمز به معنای جذب پروتئین بالا است که برای سلامتی استخوان ها نامناسب نخواهد بود. پروتئین زیاد باعث دفع کلسیم از طریق ادرار می شود. در حین روند هضم غذا پروتئین های حیوانی اسیدیهای (فسفریک، فسفوریک، سولفوریک و…) آزاد می کنند که pH بدن را تغییر می دهند. هر چه pH بدن اسیدی تر باشد احتمال دمیترالیزه شدن استخوان ها نیز بالاتر می رود. میزان پروتئین مورد نیاز خفم ها ۴۶ و آقایان ۵۶ گرم در روز است. برای افزایش سلامت استخوان ها لازم است که در کنار این میزان پروتئین میوه و سبزیجات و غلات زیادی نیز مصرف شود تا تعادل اسید- باز بدن حفظ شود. برای داشتن استخوان هایی محکم لازم است که به نای هر ۱۰۰ گرم گوشت قرمز ۵۰۰ گرم سبزیجات یا میوه های تازه مصرف شود.

یافته های محققان نشان می دهد:

بارداری نوزاد پسر پر عارضه تر است

مطالعه جدید محققان تایید می کند مادرانی که نوزاد پسر باردار هستند بیشتر عوارض خطرناک حاملگی را تجربه می کنند.

به گزارش مهر، در این مطالعه محققان دانشگاه آدلاید استرالیا با مشارکت دانشگاه گرونینگن هلند، داده های بیش از ۵۷۲ هزار تولد از سال ۱۹۸۱ تا ۲۰۱۱ را در جنوب استرالیا مورد تحلیل و بررسی قرار دادند. این تیم تحقیق به دنبال رابطه بین جنسیت نوزاد و عوارض جانبی بارداری هم برای نوزاد و هم برای مادر بود. نتایج آشکار ساخت عوارض مضر بارداری در زنانی که نوزاد پسر حامله بودند به مراتب بیشتر بود. به عنوان مثال طبق این مطالعات احتمال تولد زود هنگام در نوزاد پسر بسیار بیشتر است. زایمان زود هنگام به معنای تولد نوزاد قبل از هفته ۳۷ بارداری است، در حالی‌که میانگین مدت بارداری ۴۰ هفته به طول می انجامد. تولد زود هنگام از علل اصلی ناتوانی های بلند مدت نورولوژیکی در کودکان است. علاوه بر زایمان زود هنگام، مادران دارای نوزاد پسر ۴ درصد بیشتر مبتلا به دیابت دوره بارداری می شوند و ۷.۵ درصد بیشتر در طول دوره بارداری مبتلا به فشار خون بالا هستند.

محققان توصیه می‌کنند:

آب بخورید تا لاغر بمانید

به گفته محققان ا سلاح سَزی برای افراد تحت رژیم است. به گزارش مهر، مطالعات محققان دانشگاه میشیگان نشان می دهد افرادی که آب کافی مصرف نمی کنند در مقایسه با افرادی که آب می نوشند، دارای شاخص توده بدنی بیشتری هستند. محققان با مطالعه حدود ۱۰ هزار فرد برزرسال دریافتند افرادی که روزانه آب کمتری مصرف می کنند ۵۰ درصد بیشتر در معرض ابتلا به چاقی قرار دارند. کانی دیکمن، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «بافته هانسان می دهد رژیم غذایی حاوی آب بیشتر، چه به صورت نوشیدنی و یا آب موجود در میوه ها و سبزیجات، احتمالاً با وزن سالم تر همراه است» در مجموع مشخص شد افرادی که به میزان کافی آب مصرف می کنند به طور میانگین دارای شاخص توده بدنی ۲.۸ هستند، در حالی‌که در افراد کم آب، شاخص توده بدنی ۲.۹ به بالاست. به گفته محققان، یکی از دلایل این موضوع، این است افرادی که به قدر کافی آب می نوشند، احساس سیری بیشتری داشته و در نتیجه کمتر می خورند و دچار اضافه وزن نمی شوند.

آیا وای فای بر ای مغز مضر است؟

یک متخصص مغزو اعصاب گفته‌بتر است خود را در معرض اشعه ی مستقیم وای فای و هیچ اشعه ی دیگری قرار ندهیم.

بهرام هجرانی متخصص مغزو اعصاب: در باره ی تاثیر وای فای بر سیستم عصبی گفت: وای فای اثرات مخرب جدی ندارد و وقتی تکنولوژی جدید وارد زندگی اسان ها می شود تا حدودی امنیت آن اندازه گیری شده است وی ادامه داد وای گمان های زیادی مبنی بر اثرات مخرب وای فای و اشعه ی دیگری بر سیستم عصبی مغز انسان وجود دارد و توصیه می شود خودمان را در معرض وای فای و سایر اشعات قرار ندهیم. هجرانی ضمن تاکید بر این موضوع که دانش بشر هنوز اثرات مخرب وای فای را کشف نکرده است واین موضوع تنها در حد فرضیه است توضیح داد: این حال ما باید جلب احتیاط را رعایت کرده خود را در معرض اشعه ی وای فای و هیچ اشعه ی دیگری قرار ندهیم چرا که احتمالات زیادی مبنی بر مضر بودن وای فای و سایر اشعات برای بدن و سیستم عصبی اسان وجود دارد. بهرام هجرانی در پایان توصیه کرد: بهتر از هتسفری وای صحبت با گوشی همراه استفاده کنیم و خود را به طور مستقیم در معرض اشعه ی گوشی همراه تلویزیون و سایر اشعات قرار ندهیم.

آزین رفتن حیا و عفت، تضعیف باورهای دینی ، بی هویتی،عدم استقلال فکری افزایش طلاق مساب اعتماد از همسری بند واری ، سوء استفاده جنسی و افزایش مزاحمتهای خیابانی از جمله آثار مخرب بدحجابی و مدگرایی غربی در جامعه است.

تبعات بدحجابی ومدگرایی:

- تضعیف اعتقادات دینی در جامعه**

تظاهر به بدحجابی نشانه پایبند نبودن و بی مبالاتی تضعیف مبانی اعتقادی و احکام اسلامی در فرد است. زیرا زنان با بدحجابی خود، چشم های هوس آلود را متوجه خود می سازند و پایه های ایمانی مردم را سست می کنند و جامعه را به فساد می کشانند. (هر چند نمی توان این موضوع را همه گیر قلمداد نمود). هیچ راهی برای دشمنان اسلام بهتر از آن نیست که بدون جنگ و کشتار و تحمل هزینه های گزاف آن ایمان را از دلهای مردم بزدایند. با توجه به این نکته که باورها و ایمان های راسخ نقش بسزایی در بالندگی جامعه ایفا می کند و زمانی که ایمان به سستی گراید، نفوذ دشمن در به انحراف کشیدن همین جامعه باشد بیشتر و آسانتر خواهد شد.بدحجابی علاوه براینکه یک ناهنجاری اجتماعی بشمار می آید و جامعه ای بی بند و باری می کشد، می تواند زمینه ساز بسیاری از زشتی های اخلاقی دیگر نیز گردد.

- محدودیت در مشارکت اجتماعی**

طبق قوانین اسلامی واجتماعی و حقوق طبیعی زنان، آنها حق دارندکه در بسیاری از جوامع در فعالیتهای اجتماعی، فرهنگی،اقتصادی،سیاسی،وشرکت کنند و سهم بسزایی در این زمینه ها ایفا نمایند و لاجرم درجمله مثل مردان حق زندگی و امنیت و آرامش دارند.یکی از تکالیف و ضروریات زنان برای حضور قوی و سالم در اجتماع که زمینه ساز همین امنیت و آرامش هست همین رعایت مسئله حجاب و عفاف و پوشش کامل اسلامی است. بنابراین اگر زن با بدحجابی و خودآرایی و خوندنمای وارد محیط کار و جامعه شود باید خود قبل از دیگران عوارض آن از جمله آسیب ها، خطرها و در نهایت محدودیتها و مهنوعیتهای اجتماعی را پذیرا گردد.

- تزلیل در نهاد خانواده و هرج و مرج در روابط اجتماعی**

پوشش و حجاب باعث سلامت اخلاقی جامعه و پایبندی به هنجارهای دینی و محورکردن زمینه های بروز و شکل گیری بزه در جامعه گردیده وباعث می شود فاصله های اجتماعی و حریم افراد محفوظ بماند. چنان کهامیرمومنان در نهج البلاغه به فرزنداناش (امام حسن ع) می فرماید: "تاکلف علیهنّ من لئیسرهنّ بحجبک لئلاّ یأخّرن"

پدر و مادر و مربیان الگوهای اصلی یادگیری کودکان به شمار می روند اگر آنان در خانواده و مراکز آموزشی فعالیت های مناسبی برای اوقات فراغت خود داشته باشند کودکان نیز از آن ها می آموزند پس الگوی شایسته ای برای آنان باشیم.
گاهی برای سرگرمی و دور کردن فرزندانمان از بطلات تابستانه و نوعی راحت تر شدن کودکان، آنها را به دست هزار و یک جور کلاس می سپاریم؛اما به راستی افزایش میزان کلاس های فراغت در روز برای کودک چه لزومی به وجود تاثیری دارد، آیا این کلاسها باعث می شود، اوقات فراغت کودک تان نرود؟
اوقات فراغت زمانی است که کودک باید آزادانه به انجام فعالیت های مورد علاقه خود بپردازد.تنظیم زمان و فراهم کردن اوقات فراغت برای کودکان به عهده بزرگسالان است.حال باید چه کرد؟

ثبت نام در کلاس های بی شمار ممنوع

موضوعات متنوعی را در برنامه کودک قرار دهید،نه آنکه او خسته

کنید و به کلاس های بی شمار بفرستید بلکه جنبه های مختلف

تحول روان شناختی و جسمی کودک را در نظر بگیرید؛مثلاً صرفاً

او را در کلاس های تقویتی درس های مدرسه ثبت نام نکنید بلکه

در نظر داشته باشید که برنامه های هنری یا تفریحی نیز برای او

لازم است.

حوادث

رئیس پلیس آگاهی استان قم خبرداد:

کشف محموله مواد خوراکی قاچاق در قم

رئیس پلیس آگاهی استان از کشف محموله مواد خوراکی قاچاق در قم خبر داد.

سرهنگ احمد کریمی در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهارداشت: مأموران اداره مبارزه با قاچاق کالا و ارز پلیس آگاهی استان قم با اجرای طرح کنترل خروج‌های عبوری در محور سلفچگان یک دستگاه خودرو ونسان را متوقف کردند. به گفته وی پس از بررسی بار خودرو مذکور متوجه مشخص شد حامل مواد خوراکی خارجی است. رئیس پلیس آگاهی استان قم افزود:سپس با توجه به عدم ارائه مدارک مثبته کمرکی و برنامه‌ای که ارائه شد، با هماهنگی مقام قضایی استان خودرو ونسان به یگان مبارزه با قاچاق کالا و ارز پلیس آگاهی استان قم منتقل شد.سرهنگ کریمی گفت:در بازبینی از بار خودرو مشخص شد راننده اقدام به حمل کالای قاچاق شامل ۲ هزار و ۵۲۰ عدد کمپوت آنانلی و ۳۰۰ عدد نوشیدنی ماه‌التعیر به ارزش حدود ۱۵۰ میلیون ریال کرده که‌نهایتاً پرونده‌مشکله به تعزیرات حکومتی استان ارسال شد.

درجاده قدیم تهران-قم

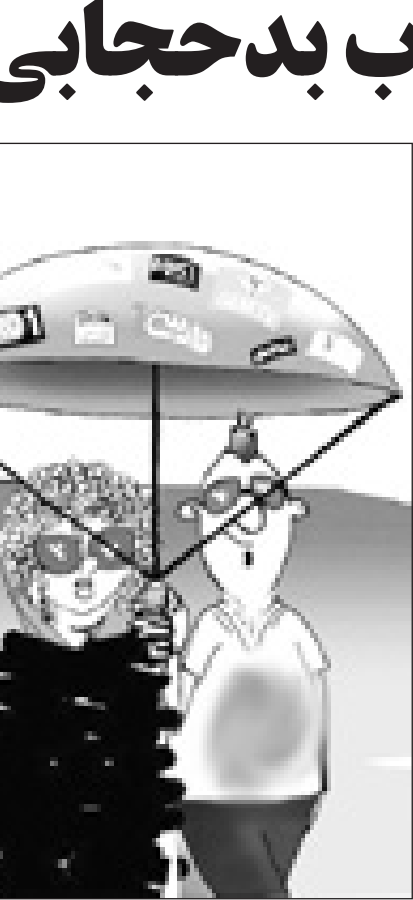
تصادف و حریق غول‌ها دو کشته بر جای گذاشت



رئیس پلیس راه فرماندهی انتظامی استان از برخورد دو دستگاه کامیون درجاده قدیم تهران-قم خبر داد و گفت:بر اثر این حادثه هر دو راننده در جان باختند.

سرهنگ ادشیر جشمیدی راد در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، اظهارداشت:صبح امروز یک دستگاه کامیون بزر در مسیرجاده قدیم تهران‌قم به دلیل خستگی و خواب آلودگی پس از تجاوز از خط وسط جاده در حاشیه مسیر مخالف با یک دستگاه کامیون کوپان برخورد کرد. وی گفت:این تصادف در کیلومتر ۵۲ به وقوع پیوست که به دلیل شدت حادثه بلافاصله خودروها دچار حریق شده و متأسفانه هر دو راننده جان خود را از دست دادند. رئیس پلیس راه استان قم در ادامه ضمن تاکید بر رعایت قوانین و مقررات راهنمایی و رانندگی و به رانندگان هشدار داد: در صورت احساس خستگی و خواب آلودگی از ادامه مسیر خودداری کنند تا شاهدان اینگونه حوادث تلخ نباشیم.

آثار مخرب بدحجابی و مدگرایی غربی بر جامعه



فَأَنَّ شِدَّةَ الْحِجَابِ أَتَمُّ عَيْنُهنّ": از راه حجاب و پوشش باتوان را بیوشان؛ زیرا رعایت حجاب به طور جدی و محکم،زنان را سالم تر و پاک تر حفظ خواهد کرد.

۵- آسیب های فردی بدحجابی و بدپوششی
ازبین رفتن حیا و عفت، گرفتاری در فساد و گناه تضعیف باورهای دینی ، گرایش به مظاهر مبتذل غربی ،بی هویتی ،عدم استقلال فکری،خوشگذرانی بی قید و بند.

- آسیب های خانوادگی بدحجابی و بدپوششی**

تخریب مبانی،سست شدن بنیان خانواده،انحرافات اخلاقی بین اعضا، افزایش طلاق، کاهش کار کردهای کنترلی خانواده ، ازبین رفتن حجب و حیا در روابط

خانوادگی، تقلید و الگوبرداری فرزندان از بدحجابی،

سقوط بین اعضای خانواده،سلب اعتماد از همسر .

۷-آسیب های فرهنگی واجتماعی بدحجابی و بدپوششی

سقوط ارزشهای اخلاقی و انسانی و بی بند و باری ،

سوء استفاده جنسی ، افزایش مزاحمتهای خیابانی

ایام به کام

کممک کردن در آشپزی، انجام بازی های خانوادگی یا تماشای یک برنامه تلویزیونی به طور دسته جمعی را فراموش نکنید. فرصت هایی برای دیدار با اقوام و تحکیم سنت های خانوادگی نیز برای کودک فراهم آورید. قبل از هر چیز تلاشتان بر آن باشد که تابستان ایامی خوش و به یادماندنی برای فرزندانان باشدطوری برنامه ریزی کنید که حداقل یک یا دو سفر کوتاه مدت با کودکانتان داشته باشید. در فرزندانان نظرخواهی کنید که در ایام تابستان چه کلاسها و دوره های آموزشی را دوست دارد طی کند.

ورزش را فراموش نکنید

یکی از مهم ترین بخش های هر برنامه اوقات فراغت خصوصاً برای کودکان، پرداختن به فعالیت های جسمی و ویژه ورزش کردن است. کودکان برای بهبود فرآیند تحول روان شناختی و جسمی خود به تحرک و فعالیت نیاز دارند. همچنین ورزش می تواند به پیشگیری از ابتلا به اختلال های روان شناختی خصوصاً اضطراب یا افسردگی منجر شود و گرایش به رفتارهای نامطلوبی همچون اعتیاد را در بزرگسالی می‌کاهد.توصیه می گردد هر فعالیت ورزشی را که در فرزندان دوست دارید،انجام دهد.اگر در روستاها زندگی می کنید نقش بازیهای محلی و سنتی را در تخلیه و تعادل انرژی زاید کودکان از یاد نبرید.

ترویج مدهای غربی ،الگو شدن پوشش های غلط در جامعه،تغییر ارزشها،فقدان نظام خودکنترلی،فرسایش فرهنگ ملی وبومی، تضعیف معنویت و اخلاق.

با توجه به مباحث مطرح شده می توان این گونه نتیجه گرفت که در جوامع امروزی همواره شاهد اوج و افول خرده فرهنگها در رفتارهای انسانی هستیم که برخی از آنها به عنوان فرهنگ غالب قلمداد می شوند. گاهی این فرهنگها را با نام مُد می کنند که همواره مورد پذیرش و قبول و یا مخالفت و جبهه گیری عده ای مواجه بوده است. در مواقعی سیاستگذاری ها در تصمیمات حکومتی دولتی در پایداری یا انقراض آنها تاثیرگزار می باشد. مقوله حجاب نیز به گونه ای از این امرستثانی نمی باشد.

در مورد پوشش در ایران نیاز باید گفت از ابتدای

انقلاب اسلامی با صدور فرمان حضرت امام خمینی(ره)

بحث باکساری دانشگاهها و صدا و سیما در دستور کار

قرار گرفت و یکی از رهنمودهای ایشان حفظ رعایت

ظاهر و شئونات اسلامی توسط مردم و مسئولین بوده

مهارت های تحصیلی در گر و کتابخوانی

طوری که محیط وموقعیت را برای کودکان کتاب خواننده که کتابهایی را برای آنها خریداری نموده اند تاکنون موفق به خواندن آنها نشده اند.تابستان بهترین زمان مطالعه اینگونه کتابها است. خواندن کتاب، مجله و روزنامه را به دانی برای کودک تبدیل کنید.با او به خرید بروید و با مشارکت یکدیگر کتاب های مورد علاقه اش را تهیه یا و را در یک کتابخانه عضو کنید. همچنین او را برای شرایط و انتخاب های آینده آماده می سازد و مهارت های تحصیلی اش را تحت الشعاع قرار می دهد.

آشنایی با یک مغز کودکانه

به والدین توصیه می شود که به منظور آشنایی کودکان با انواع مشاغل و یادگیری غیرمستقیم آداب فرورشدگی با همکاری و تعامل در محیط کار هر چند مدت فرزندانان را به محل کار ببرید البته در این مورد حفظ موارد امنیتی و بهداشتی و اخلاقی باید مورد توجه قرار گیرد.

فرار کردن در کارهای خانه

قبل از هر چیز تلاشتان بر آن باشد که تابستان ایامی خوش و به یادمانی برای فرزندانان باشدطوری برنامه ریزی کنید که حداقل یک یا دو سفر کوتاه مدت با کودکانتان داشته باشید

اولیاء این مسئله را مدنظر بگیرند به فرزندان یامیوزند به جای اینکه

مدگرایی غربی بر جامعه



که باید از مبادی ذی ربط فرهنگ سازی شروع شود.
با این اوصاف و با توجه به قدمت دیرینه که در مقوله حجاب پس از انقلاب اسلامی وجود دارد، متأسفانه همواره با تناسب برنامه های اجرایی کشور گامها شاهد

کم رنگ یا پرنرنگ شدن ظواهر اسلامی می باشیم.

هرچند هیچگاه شاهد حذف آن نبوده و نخواهیم بود، با این اوصاف در برخورد با مقوله بدحجابی باید

ابتدای امر فرهنگ سازی و فرهنگ پذیری آن را که به

مثله بستر رودخانه ای برای به جریان افتادن آب شفاف

و روان می باشد، در اولویت قرار داد. چنانکه در بطن

و ظاهر جامعه و در صورت حذف تمام سیستم های

کنترلی و نظارتی باز هم شاهد رواج فرهنگ حجاب و

پوشش اسلامی باشیم می توان آن را به عنوان الگوی

اسلامی قلمداد نمود.

پیشنهادهات

در این راستا پیشنهادتحت زیر در حوزه ادارات مذکور

ارائه می گردد:

آموزش خانواده ها در خصوص آگاهسازی جوانان

و نوجوانان از میزان خطرات و آسیبهای اجتماعی

بدپوششی.

بیان برخی از مصادیق و آسیبهای وارده به افرادی که

بر اثر بدپوششی دچار انحراف یا شکست شده اند

ارائه الگو و مدل اسلامی از زنان محجبه و عفیفه در دبیرستانهاودانشگاههای کشور.

تمرکز نشریات و روزنامه ها و سازمانهای فرهنگی به ارائه مقالات علمی واجتماعی با محوریت حجاب و عفاف.

اهتمام ویژه در خصوص معرفی و ترویج فرهنگ

عفاف به منظور نهادینه سازی و جذاب نمودن آن با

تولید و پخش فیلمها و مستندات اجتماعی با موضوع

خاص بدحجابی و آسیبهای آن توسط سازمان صدا و

سیما.

اعلام حدود و ضوابط قانونی عفاف و ملائعهای

بدحجابی در جامعه به منظور تشخیص مصادیق آن

توسط نیروی انتظامی.

ایجاد ضوابط مشخص به منظور رعایت عفاف توسط

تشکلای های غیر دولتی جوانان و نظارت بر آنان در این

زمینه و مطالعه جهت تعیین هنجارهای روشن در

زمینه توسعه فرهنگ عفاف متناسب با علایق جوانان و

ارزش های جامعه توسط سازمان ملی جوانان.

تقویت نظام تبلیغ دینی در ۲۰عرصه سنتی ومدرن در

تعمیق فرهنگ عفاف و حجب توسط سازمان تبلیغات

اسلامی.

انجام تحقیقات لازم در مورد بسط حیا و عفاف در

مدارس به منظور اجرای برنامه های فرهنگی، تربیتی و

پروشی بر آن و اهتمام به تربیت نگری و زیبایی دینی

توسط وزارت آموزش و پرورش .

حمایت از پایان نامه های دانشجویی مرتبط با

گسترش فرهنگ عفاف و حجاب توسط وزارت علوم،

تحقیقات وفنآوری.

تهیه پوچمان آموزشی ترویج فرهنگ عفاف برای

خوادمها توسط مرکز امور زنان و خانواده .

کنترل سالن ها و مجتمع های ورزشی بزرگ و کوچک

از نظر رعایت پوشش و حجاب توسط سازمان تربیت

بدنی .

تبیین شاخص های حجاب اسلامی و تعیین موارد

مخالفت با آن توسط ستاد احیای امر به معروف و نهی

از مردم.

اصلاح قوانین مجازات مجرمان و باندهای اصلی

گسترش فساد و فرهنگ ضد حجاب و ابتذال توسط

مجلس شورای اسلامی.

آشنا نمودن برنامه ریزان کشور نسبت به ضرورت

نگاه فرهنگی در حیطه عفاف و حجاب توسط سازمان

مدیریت وبرنامه ریزی.

اخبار

علی لاریجانی در مراسم یادواره شهدای محله دروازه ری شهر قم:

امنیت کشور مدیون روحیه ایثار گری ملت است

رئیس مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه امروز کشور ما دارای یک پشتوانه قوی دفاعی است، گفت:به برکت روحیه مجاهدت و ایثار گری ملت ایران از امنیت پایدار برخوردار هستیم.
علی لاریجانی شامگاه چهارشنبه در مراسم یادواره شهدای محله دروازه ری شهر قم در سخنانی با تقدیر از دست اندرکاران برگزاری این یادواره، اظهار داشت: در همه مقاطع می بایست به موضوع جهاد و مجاهدت اهتمام داشت و امروز نیز در عرصه اقتصادی باید با روحیه جهادی و مجاهدت، توسعه را دنبال کرد و رهبر معظم انقلاب نیز بر این امر تأکید دارندوی با بیان اینکه برگزاری یادواره های شهدا برای جامعه دارای اثرات مطلوبی است، افزود: یکی از فواید برگزاری یادواره های شهدا زنده نگه داشتن روحیه حماسه و جهاد و همچنین یاد و خاطره شهیدان است.رئیس قوه مقننه اضافه کرد: تا زمانی که روحیه مجاهدت و حماسه در بین جامعه وجود داشته باشد، کشور می تواند بر روی پای خود بایستد و در برابر دشمنان استقامت کندوی با بیان اینکه امروز بسیاری از کشورها در منطقه و جهان وجود دارند که دارای ثروت های مادی بسیاری از جمله نفت و گاز هستند، اما قادر به ایستادگی در برابر جبهه استکبار نیستند افزود: در منطقه ما برخی از کشورها برای ملت خود هم گردن کلفتی می کنند و با یک تمسک لغتی از سوی برخی از کشورهای استکباری جنگ و خونریزی به راه می اندازند و به کشورهای بی دفاع و مظلوم حمله می کنند.لاریجانی در ادامه با اشاره به برگزاری نشست یکی از مسئولان سیاسی سعودی با مقامان در فرانسه، ابراز داشت: در این مراسم این مسئول سعودی حرف های گستاخانه مطرح کرد که این امر نشان دهنده رخت برستن روحیه معنوی و حماسی از کشورهای اسلامی است وی عنوان کرد: وجود روحیه شهادت طلبی و مجاهدت در بین کشور ما موجب شده است تا دشمنان فکر حمله و تعرض به ایران را در سر خود نیوروند و امروز ملت ایران ملتی سرافراز در منطقه و دنیا است.نماینده مردم قم در مجلس شورای اسلامی داشتن روحیه جهاد را یکی از ویژگی های برجسته ملت ایران برشمرد و ابراز داشت: برخی فکر کردند که جنگ تحمیلی به پایان رسیده است، اما در حقیقت این دشمنان هستند که فهمیده اند، دیگر نمی توانند با جمهوری اسلامی به مقابله برخیزند و با ملت ایران بازی کنند. وی ادامه داد: امروز عده ای گویند که باید کشور را بسازیم، البته در این زمینه تردیدی ندارم امنیت کشورمان را بیش از پیش تقویت کنیم و نیز باید مجاهدانه حرکت کرد.لاریجانی با اشاره به اوضاع وخیم منطقه با بیان اینکه وضعیت منطقه در هیچ دوره همانند این دوره بحرانی نبوده است، افزود: امروز در کشورهای اطراف ما همانند عراق، سوریه، لبنان، یمن، افغانستان و پاکستان ناآمنی وجود دارد، اما به برکت روحیه مجاهدت و ایثار گری ملت ایران کشورمان از یک امنیت پایدار برخوردار است.

باید ظرفیت های دفاعی و امنیتی کشور را تقویت کنیم

وی تأکید کرد: باید ظرفیت های دفاعی و امنیتی کشورمان را بیش از پیش تقویت کنیم و نباید این عرصه رو به فروموشی سرده شود و از سوی دیگر نیز باید به امر اقتصاد نیز توجه جدی داشت.رئیس در مجلس شورای اسلامی ادامه داد: امروز کشور ما دارای یک پشتوانه قوی دفاعی است و ایران اسلامی نه تنها توانسته امنیت داخلی کشور را تأمین کند، بلکه در کشورهای منطقه نیز در برابر گروه های تروریستی و تکفیری ایستادگی کرده است.

دریادار سیاری در یادواره ۱۲۸ شهید منطقه دروازه ری قم:

ایران جزیره ثبات و امن منطقه است

فرمانده نیروی دریایی ارتش جمهوری اسلامی ایران با اشاره به اینکه ایران جزیره ثبات و امن منطقه است، گفت: اگر ما توسعه، رفاه، دانش، پیشرفت و آبادانی داشته باشیم ولی امنیت حاکم نباشد همه این دستاوردها یک روز از بین می رود، بنابراین باید فدردان و پاسدار امنیت خود باشیم.
امیر دردادل حبیب الهی سیاری چهارشنبه شب در یادواره ۱۲۸ شهید منطقه دروازه ری شهر مقدس قم افزود: امروز امنیت ایران در جهان مثال زنی است، با وجودی که در شرایط کنونی بزرگترین آرزوی بسیاری از مردم در کشورهای اطراف ما، زنده ماندن امن است ولی در جمهوری اسلامی امنیت و ثبات به صورت کامل حاکم است. وی ادامه داد: این امنیت با اتکال به خاندان و پشتوانه همه جانبه مردم ایجاد شده است و اگر مردم در صحنه نباشند نیروهای مسلح به تنهایی قادر به تأمین این امنیت و رفع مشکلات نیستند. وی با اشاره به تلاش دشمنان برای ناام سازی جمهوری اسلامی گفت: امروز شهدای مدافع حرم در خط مقدم مشغول تأمین امنیت جمهوری اسلامی ایران هستند و دشمنان قادر به مخدوش کردن این امنیت ناخواهند. سیاری تصریح کرد: اگر رهبر معظم انقلاب می فرماید ما هر چه داریم به برکت خون شهداست، مفهوم این سخن در این امنیت ملتی زنی کشور ما بیشتر معنا پیدا می کند. وی ادامه داد: ما وظیفه داریم راه سرخ شهدا را ادامه دهیم، تا این شهیدان چراغ راه ما باشند عزت، افتخار در جمهوری اسلامی وجود دارد ولی اگر از مسیر شهدا دور شویم عزت ما نیز از بین می رود. وی یادآور شد: برای اینکه راه شهدا را ادامه دهیم باید انقلابی باشیم، انقلابی مبتنیم و انقلابی عمل کنیم، یعنی باید علم، دانش، مهارت، تقوا و نصرت داشته باشیم و ولایت مدار بوده و دشمنان را شناسایی و در برابر آن محکم باشیم. فرمانده نیروی دریایی ارتش با اشاره به دستوردهای نظامی جمهوری اسلامی و مقایسه آن با قبل از انقلاب گفت: در قبل از پیروزی انقلاب هرچند از تجهیزات نظامی خوبی برخوردار بودیم ولی این سلاح های پیشرفته برای منافع خود غربی ها بوده و ما در خط مقدم دفاع از کمونیسم قرار داشتیم. وی ادامه داد: با وجود همه تحریم ها ما دست بلندى در ساخت تجهیزات تراز میان خود داریم، امام راحل و رهبر معظم انقلاب به ما درس خودکفایی داده اند و امروز به جایی رسیده ایم که توانمندی ساخت تجهیزات در همه زمینه ها داریم. وی بیان داشت: تجهیزات نظامی، اما ناوکشی های جماران، در دریایی ها و موشک اندازها همه در داخل کشور تولید شده است. سیاری با اشاره به توسعه مأموریت های نظامی جمهوری اسلامی ایران در زمینه دریایی گفت: ما زمانی تنها در آب های ساحلی بودیم ولی امروز قیاسوس های آرام، اطلس و آب های بین المللی به اهتزاز در می آوریم و این توانمندی نظام جمهوری اسلامی را به نمایش می گذارد. فرمانده نیروی دریایی ارتش جمهوری اسلامی ایران خاطرنشان کرد: امروز جایگاه جمهوری اسلامی به دلیل خودکفایی و پشتوانه بالای مردمی در منطقه و فرامنطقه بالاست و هیچ نیروی مسلحی بدون پشتوانه مردم نمی تواند مقابل دشمنان بایستد.

پیکر مظهر ۱۰ شهید مدافع حرم در قم تشییع شد



پیکر مظهر ۱۰ شهید مظهر حرم روز پنجشنبه با حضور مردم شهید پرور قم از مسجد الماجر،فرستاده و تشییع و به خاک سپرده شد. به گزارش ارنادار، در مراسم تشییع پیکرهای مظهر مدافعان قم، کاروان شهدای حرم،مدافع فلسطی و حرم مدافعان و پرسنل نیروهای مسلح استان قم، فضلا طلبه ها و استاذان حوزه علمیه، کسبه و قشرهای مختلف مردم حضور داشتند. پیکرهای پاک این شهدا که بنازگی در سوریه به دست تکفیری ها به شهادت رسیده اند، از مسیرهای بازار و مسجد امام حسن عسکری(ع) تشییع شد. در این مراسم مردم شهید پرور قم بر سر دادن شعارهای مرگ بر آمریکا، مرگ بر اسرائیل و مرگ بر آل سعود، مدافع محکوم کردن جنایت های تکفیری ها در کشورهای منطقه به ویژه سوریه و عراق، اقدام های تروریستی تکفیری ها اعلام آزار کردند. پیکر مظهر این شهید پس از طوافی در گاردگرمشجع شریف حضرت معصومه(س) و مرثیه و مدحیه سرایی مباح اهل بیت(ع) و امام زمانه توسط جتات الاسلام والمسلمین شد مسجد شریف تولیت آستان قدس حرم کربله امام حسین(ع) حاضر شد. در قطعه دفن مظهر مدافع حرم به عسیت معصومه قم در کنار همزمانشان به خاک سپرده شدند. این شهدا از لشکر فاطمیون و تیپ زرمینیون بودند که در روزهای گذشته در نبرد با گروه تروریستی تکفیری داعش در منطقه حلب سوریه به شهادت رسیده اند.

استاندار قم:

شهدای مدافع حرم طایله داران دفاع از اهل بیت(ع) هستند

قم - ایرنا - استاندار قم گفت: شهدای بزرگوار مدافع حرم، طایله داران دفاع از حرم های اهل بیت(ع) در عراق و سوریه هستند.
به گزارش ایرنا از روابط عمومی اداره کل حفظ آثار و نشر ارزش های دفاع مقدس استان قم، مهدی سیدی صافی روز پنجشنبه در حاشیه مراسم تشییع ۱۰ شهید مدافع حرم قم، بیان کرد: کاروان شهدای حرم،مدافع فلسطی و حرم مدافعان و پرسنل نیروهای مسلح استان قم، به خصوص حرم های نورانی اهل بیت و معصومین(ع) است. وی با اشاره به اینکه مشی نظام اسلامی، دفاع از حرم های شریف اهل بیت(ع) است، افزود: همه ما امروز وظیفه داریم با حضور خود در مراسم تشییع و همراهی کاروان شهیدان والا مقام، از شهدای مدافع حرم که برادران دینی ومومن ما هستند،به بهترین وجه تقدیر کنیم و اخلاص ومجاهدت و فداخشانى آنان را در این مسیر نورانی انجام نهم. استاندار قم همچنین لزوم قدرانی از والدین معظم شهدا(امورد تأکید دارد) و گفت: پدران و مادران بزرگوار شهدای مدافع حرم با تربیت الهی خود چنین حس و حالی را برای دفاع از حرم های اهل بیت(ع) در فرزندان خود ایجاد کردند و حضور باشکوه مسئولان و مردم در مراسم تشییع، در حقیقت سیاس و قدرشناسی نیکو از پدران و مادران شهادت.

