

## سپوش ترامپ بر شکست های منطقه ای آمریکا

آیت الله املی لاریجانی در جلسه مسئولان عالی قضایی

رئیس قوه قضائیه با بیان اینکه این که اقدام رئیس جمهور آمریکا سپوشی بر شکست های منطقه ای این کشور و وزیر صهیونیستی است، گفت: جهان اسلام هرگز اجازه نخواهد داد که آب خوش از گلوئی ترامپ و هم یمنان صهیونیستی او پایین برود. آیت الله املی لاریجانی در جلسه مسئولان عالی قضایی با بیان اینکه این اقدام رئیس جمهور آمریکا سپوشی بر شکست های منطقه ای این کشور و وزیر صهیونیستی است، گفت...

## انتفاضة جدید تا تحقق حقوق ملت فلسطین ادامه خواهد یافت

رئیس جمهور در گفتگوی تلفنی رئیس دفتر سیاسی جنبش حماس

رئیس جمهوری اسلامی ایران، حرکت اهانت آمیز رئیس جمهور آمریکا درباره قدس شریف را طرد می کند و اعلام می نماید که جهان اسلام دانست و از همه مسلمانان و جهان اسلام خواست متحد و یکصد، علیه این طرح شوم بایستند. حجت الاسلام والمسلمین حسن روحانی عصر دوشنبه در گفتگوی تلفنی رئیس دفتر سیاسی جنبش مقاومت اسلامی فلسطین (حماس) با وی، تصریح کرد: ملت مظلوم فلسطین و امت اسلامی بی تردید با وحدت...

# یارانه هیچ نیاز مندی قطع نمی شود

رئیس سازمان برنامه و بودجه با بیان اینکه یارانه هیچ فرد نیاز مندی در سال ۹۷ قطع نمی شود گفت: «برای قطع یارانه ها نیازمند توافق با مجلس هستیم و حذف ۳۱ میلیون نفر از یارانه بگیران قطعی نیست» محمدباقر نوبخت در نشست خبری بررسی لایحه بودجه سال ۱۳۹۷ کل کشور در باره این که در تیرماه ۱۹ لایحه بودجه قرار است یک سوری مشوق هایی به بخش خصوصی داده شود این مشوق ها چیست و آیا دولت می خواهد قیمت ها را آزاد کند؟ تصریح کرد: ما بحث خصوصی را می خواهیم در طرح ها با یارانه و معقول و معمول این است...

# حذف کنکور؛ راه نجات آموزش عالی

دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی مطرح کرد

مسئول فعال سیاسی اصلاح طلب

# سکوت اصولگرایان در مقابل احمدی نژاد قابل قبول نیست

یک فعال سیاسی اصلاح طلب تاکید کرد در طرح مستمر مطالبات و وعده های بسیاری ضروری است اما در بیان کردن آنها باید این نکته را در نظر داشت که از واقعیت ها فراتر نرود و در حاشیه این فرار بگیرد. مرتضی مبلغ، با اشاره به سکوت اصولگرایان در مقابل رفتارهای رئیس



## پاسخ از ه ای به شایعات درباره دختر رییسی قوه قضائیه

معاون امور توانبخشی بهزیستی استان قم خبر داد

افتتاح مهد سالمندان در قم

فرمانده انتظامی استان قم خبر داد

کاهش ۱۴ درصدی تلفات رانندگی در قم

معاون امور توانبخشی بهزیستی استان قم با بیان اینکه مهد سالمندان برای جلوگیری از اتزوی سالمندان و همچنین دور نشدن از خانواده، نسبت به خاله های سالمندان در اولویت قرار دارد، گفت: هدف اصلی مهد سالمندان نزدیک کردن سالمند به محیط اجتماع جهت جلوگیری از افزایش مشکلات این قشر است. محمدعلی مقدم خواه با بیان اینکه در سال های آتی با سوانمی پیری و افزایش شایستگی آن در جامعه رو به رو خواهیم بود، عنوان کرد: مهد سالمندان جهت فعال نگه داشتن سالمندان، نزدیک شدن آن ها به محیط اجتماع و جلوگیری از پیشرفت مشکلات روحی، جسمی و حرکتی راه اندازی شده است. معاون امور توانبخشی بهزیستی قم در خصوص ظرفیت مهد سالمندان گفت: مکان فعلی این مرکز را شهر داری در اختیار گذاشته که امکان حضور ۲۰ زن و ۲۰ مرد را داراست. سالمندان یک روز در میان برای بهره مندی از خدمات در این محل حاضر می شوند...

**میزان خودرو**

**MVM 315S**  
Sport, Luxury & Sport Excellence

رانندگی مدرن، خودروری مدرن

طرح فروش ویژه پاییزی، اقساطی

۲۰٪ پیش پرداخت / اقساط ۳۶ ماهه / تحویل فوری

رنگ های موجود: سفید - قرمز - آبی - نوک ملادی - مشکی

۱۵۰۰ سی سی - صفحه نمایش ۷ اینچ لمسی - مجهز به سیستم ناوبری جی پی اس فارسی

### سرمقاله

## حیف و میل

این دو واژه بسیار با هم مصروف می شود و در بعضی موارد جسته خوخی به خود می گیرد ولی وقتی با هم جتا مصروف می شود نسبت به یکی ما سبب حساسیت و بی نسبت به دیگری خیلی حساسیت نشان نمی دهیم و نه تنها حساسیت نشان نمی دهیم بلکه طرف را که معذور می داریم در حالیکه اگر نسبت به اولی حساس بودیم چه سزا دمی هم اتفاق نمی افتاد. در گزارش رئیس دیوان محاسبات در شب ۱۹ آذر ۱۳۹۶ در گفتگوی خبری شبکه دو سیمای وی برهان اتفاق کرد که من نمی گویم که خدای نکرده میل شده است ولی حیف جز؟

وقتی سخن از میل می آید به دنبال آن سوء استفاده و اختلاس و زدی مطرح می شود و دستگ های نظارتی و قضائی نسبت به آن حساس می شوند و پرونده ها درست می شود و سالها در چند طرف محکوم به بازداشت و اسیر جرمه های دیگر می شود ما از این موارد متأسفانه در کشور فراوان داشته و داریم و هنوز هم داده نارد حال اشکال کار کجاست خود بحث جداگانه ای است پرونده اش خرابی ها و بیکی زبانی ها و شهرام جزایری ها و مستحق سرمایه امورش و پرورش ها نمونه های آن است که چه بسا مردم نسبت به بجزارت ها هم قانع نباشند زیرا انگرد این موارد زیاد شده و نعل و پا ناخوب در امور قضائی هم زیاد است که مردم را درده می کند تازه در اخیر مثلا طرف محکوم به رد اموال می شود ولی در هیچ جا ذکر نمی شود به رد اموال و خسارت های ناشی از آن و با پاسد های متعلقه به آن.

اما در قبال این میل ها هرگز دیده نشده که کسی را به جرم حیف کردن سنگین و پا مواظده کننده هرگز دیده شده که مدبری را به خاطر نصرت فرود نباردی تعقیب و بایستد مگر مورد سوال قرار دهند البته هرگز کافی در مجلس به صورت کلی وزیری نسبت به عزل و نصب هایش مورد سوال و احیانا استیضاح قرار می گیرد ولی آن هم انگرد به مسائل سیاسی و جناحی و پانواع منطقه ای الوده می شود که مسئله حیف بودن آن تحت اشعاع قرار می گیرد.

بعضی است وقتی مدبری تا کل آمدن لایق و ناشی بر سر کار گذاشتن ممکن است میل صورت بگیرد ولی حیف در آن فراوان است و اغلب خسارت هایی که به اموال عمومی و احیانا خصوصی زده می شود قابل شمارش نیست شما این را وقتی دولت ها و با در سطح خرد مدبری عوض می شود می بیند که چقدر گله ها فراوان می شود که در سطح چنین و چنان کرد ولی او دیگر رفته است و چه کسی می تواند از او سوال کند. لایق هم جلسه توجیه هم پریش می کند و در بعضی موارد به دست های بالاتر هم دست پنداری کند شایان خصوصی ممکن است اقدام به شکایت و گرفتن فراتر کند ولی گشت شده که مدعی اعموم فردی را به جرم حیف کردن اموال مردم تحت تعقیب قرار

## تصمیم ترامپ آغاز پایان اسرائیل است

سید محسن نصرالله

هنید حسن نصرالله دبیر کل حزب الله لبنان گفت: تصمیم ترامپ آغاز پایان اسرائیل است. وی گفت که با شناسایی فلسطین به عنوان پایتخت اسرائیل کل دنیا را همراه خود خواهد کرد و همه برای پیوستن به امریکا هم پیش می گیرند اما مخالفت دنیا را بد و تنها و منزوی شد.

سید حسن نصرالله این سخنان را عصر دوشنبه از طریق ویدیو کنفرانس و در جریان راهپیمایی بزرگ دفاع از فلسطین در حومه جنوبی بیروت ایراد کرد. در راهپیمایی تر اعتراض به تصمیم اخیر دونالد ترامپ رئیس جمهوری امریکا در تعیین فلسطین به عنوان پایتخت رژیم صهیونیستی انجام می شود. سید حسن نصرالله گفت: ملت فلسطین ساکن در مناطق اشغالی به دلیل استنادی تاریخی آن در برابر تصمیم ترامپ خود می فرستیم. وی همچنین از همه کسانی که در مخالفت با تجاوز به فلسطین اعلام موضع کردند بویژه مراجع دینی اسلامی و مسیحی تشکر کرد. حیز کل حزب الله اسرائیل تصریح کرد: امروز بار دیگر در مقابل تجاوز امریکا و رژیم صهیونیستی علیه موضع خود را اعلام می کنیم. ما پیروزی یا شکست و وی گفت: فلسطینی که در کشورهای مختلف پراکنده هستند بر حق بارگشت خود به سرزمین فلسطین تاکید می کنند و از روی آنها در آینده ای بسیار نزدیک تحقق خواهد یافت. نصرالله با تکیه بر توجیه کردن تلفات مردم در کشورهای عربی و اسلامی، خواستار ادامه این تظاهرات شد و آن را شکلی از اشکال روبرویی با رژیم اشغالگر فلسطین و تصمیم امریکا در باره

فلسطین دانست. دبیر کل حزب الله همچنین در باره سفر هانی از بحرین به فلسطین گفت: این هیات نماینده ملت بحرین نیست. آنها در تظاهرات خود حساسیت نشان را با فلسطین کردند. وی گفت: یکی از فواید تصمیم امریکایی بود که بلندی ها را از پانکی هادر جهان عرب و اسلام جدا کرد. نصرالله به حضور ملت بین در راهپیمایی دفاع از فلسطین اشاره کرد و گفت: بعضی ها بر بسیاری به خیانت ها امدند تا همسنگ خود را با فلسطین اعلام کنند. دبیر کل حزب الله لبنان به مواضع اشغالی ها نسبت به تحولات اخیر نیز اشاره کرد و گفت: ما به اجماع ملی در لبنان بر باره فلسطین و تصمیم ترامپ اشاره کردیم. تصمیم ترامپ ما در لبنان مجدداً تهدید می بندیم که باور فلسطین و فلسطین و مقدمات آن باشد.

نصرالله در ادامه به بیان اهداف امریکا در منطقه پرداخت و گفت: همانطور که قبلاً هم گفتیم هدف امریکا از حمایت از تاشی منحرف کردن توجهات از مساله فلسطین بود. وی سوتیوات میانه را با تجاوز امریکا علیه فلسطین را توجیه همه و به صرفاً فلسطینیان دانست.

دبیر کل حزب الله خطاب به فلسطینیان گفت: اگر با فشار ها و یکنه های که بر شما می شود مخالفت کنید پس فلسطین به عنوان پایتخت فلسطین امروز قرار می گیرد. حیز کل حزب الله در بیان اهداف امریکا در منطقه پرداخت و گفت: همانطور که قبلاً هم گفتیم هدف امریکا از حمایت از تاشی منحرف کردن توجهات از مساله فلسطین بود. وی سوتیوات میانه را با تجاوز امریکا علیه فلسطین را توجیه همه و به صرفاً فلسطینیان دانست.

دبیر کل حزب الله خطاب به فلسطینیان گفت: اگر با فشار ها و یکنه های که بر شما می شود مخالفت کنید پس فلسطین به عنوان پایتخت فلسطین امروز قرار می گیرد. حیز کل حزب الله در بیان اهداف امریکا در منطقه پرداخت و گفت: همانطور که قبلاً هم گفتیم هدف امریکا از حمایت از تاشی منحرف کردن توجهات از مساله فلسطین بود. وی سوتیوات میانه را با تجاوز امریکا علیه فلسطین را توجیه همه و به صرفاً فلسطینیان دانست.

مجموعه نمایندگی های مجاز مدیران خودرو در استان قم

نام نمایندگی	شهر	تلفن
رقضی	قم	۳۲۹۲۱۱۸۰
آخوندی	قم	۳۶۵۰۰۰۹۵
آذینی	قم	۳۶۶۰۳۰۵۱

امکان تست خودرو قبل از خرید در محل نمایندگی ها

جهت اطلاع از اطلاعات تماس سایر نمایندگی ها به وبسایت شرکت مدیران خودرو مراجعه نموده و یا کد مندرج در طرح را اسکن نمایید.







## بیشتر بدانیم

## هر آنچه باید در مورد درمان سسکسه بدانید

همه ما تاکنون دچار سسکسه شده‌ایم وروش های مختلفی را برای درمان آن استفاده کرده ایم. در این مقاله به ۵ علت اصلی سسکسه و چند روش درمانی اشاره می کنیم.

**سسکسه چیست؟**

همه ما دچار سسکسه شده ایم. انقباض های ناخواسته عضله دیافرگم و سسکسه ها برای ما هم از ردهنده بوده اند و هم باعث خجالت شده اند، به ویژه اگر برای مدت طولانی ادامه پیدا کنند. در اینجا به دلایل سسکسه اشاره می کنیم و به این ترتیب شما می توانید از آنها پیشگیری کنید.

**علت‌سسکسه چیست؟**

**علت سسکسه:سریع غذا خوردن**

**علت سسکسه و هر آنچه باید در مورد در مان سسکسه بدانید**

سسکسه (که اصطلاح پزشکی آن singultus است) ها شرایط رایجی هستند که تقریباً همیشه طی چند دقیقه یا چند ساعت برطرف می شوند.طبق گفته دکتر مارک واشینگراد Marc Wishingrad، متخصص گوارش در سانتا مونیکا Santa Monica: "مهم ترین علت سسکسه معمولاً مربوط به غذا خوردن می شود. خیلی سریع غذا خوردن یا بیش از حد غذا خوردن و یا غذاهای تحریک کننده خوردن (غذاهای تند یا غذاهایی که خیلی سرد یا گرم هستند). پیشگیری از سسکسه اسماً این است که یاد بگیریم آهسته غذا بخوریم و زیاده روی نکنیم، که کار آسانی نیست."

**علت سسکسه:عادت های بد**

طبق گفته دکتر میکائیل وارشلووسکی Mikhail Varshavski (معروف به دکتر مایک) نوشیدن الکل و سیگار کشیدن نه تنها عادت های بدی هستند، بلکه اغلب منجر به بروز سسکسه می شوند.

بنابراین سیگار کشیدن را ترک کنید.

**علت سسکسه:حالت روحی و عاطفی شما**

طبق گفته دکتر مایک استرس های عاطفی- یا شور و هیجان می توانند منجر به سسکسه شوند. زمانی که احساس می کنید تولید آدرنالین شروع می شود یا ضرایب قلب شما افزایش پیدا می کند، به یاد داشته باشید که نفس عمیق بکشید.

علت سسکسه:ریفلاکس معدهGERD (Gastroesophageal Reflux Disease)

سسکسه ممکن است ناشی از شرایط رایجی به نام ریفلاکس معده GERD باشد. دکتر واشینگراد می گوید: "سسکسه ناشی از ریفلاکس معده باعث ایجاد یک چرخه معیوب می شود، ریفلاکس معده منجر به سسکسه می شود و سسکسه نیز ریفلاکس را بدتر می سازد." در حقیقت سسکسه ها گاهی چیزهای زیادی در مورد سلامت شما می گویند.

**علت سسکسه:عمل جراحی**

طبق گفته دکتر آدام اسپلور Adam Splaver متخصص قلب فلوریدای جنوبی، در برخی موارد جراحی شکمی می تواند منجر به سسکسه و همچنین تومورهای شکمی یا سیستم عصبی مرکزی (این ها معمولاً غیر قابل تحمل هستند) یا سکنه مغزی شود. اگر علامت شما طی چند ساعت برطرف نمی شود، بهتر است به پزشک مراجعه کنید.

**سسکسه های مزمن یا سسکسه های طولانی**

این سسکسه ها به عنوان سسکسه های مزمن یا طولانی persistent hiccups تعریف می شوند و معمولاً بیشتر از ۴۸ ساعت طول می کشند و برای آنها همیشه باید به پزشک مراجعه کنید. دکتر واشینگراد می گوید: "دلایل سسکسه مزمن عبارتند از ریفلاکس معده، عوارض جانبی داروها، بیماری های عصبی و همچنین عفونت های مختلف و سرطان، گرچه مورد آخر خیلی نادر است."

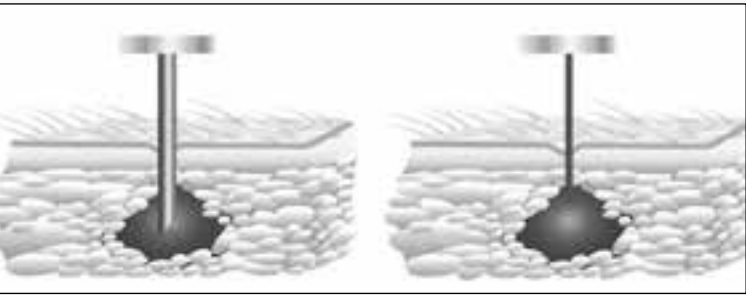
**درمان پزشکی سسکسه**

اگر به دنبال روش سریع برای رفع سسکسه هستید، چند روش درمانی وجود دارد. دکتر واشینگراد می گوید اگر دچار سسکسه مکرر شده اید، درمان آن شامل استفاده از: - داروهای مسلود کننده اسید\* acid blocking medication

- داروهای که روی سیستم عصبی تأثیر می گذارند، مانند تورازین (thorazine)، باکلوفن (baclofen) و نوروتین (neurontin) \* داروهای مسلود کننده اسید acid blocking medication: این داروها میزان ترشح اسید معده را کاهش می دهند و یا برخی از آنها حاوی ترکیباتی هستند که اسید ترشح شده در معده را خنثی می کنند. اگر داروها اثر بخش نباشند، جراحی های جزئی (مانند مسدود کردن عصب) انجام می شوند.

# علم- فناوری

## عرضه اولین ابزار تزریق بدون سوزن



پژوهشگران دانشگاه ام‌ای‌تی یا مشارکت یک شرکت دارویی ژاپنی، اولین ابزار تزریق بدون سوزن را به بازار عرضه می کنند. این روزها ابزارهای جایگزین زیادی برای تزریق بدون درد مانند پمپ‌های میکرونیپل، یک ابزار لیزری که مانند میکروچوب داروها را درون پوست می‌فرستد و سرنگ های هاپیودرمیک که با الهام از نیش پشه طراحی شده‌اند. اکنون یک ابزار تزریق بدون درد در حال اتمام مراحل توسعه است و یک قرارداد تجاری سازی برای ورود آن به بازار منعقد شده است. این ابزار که "پرایم" (PRIME ) نام دارد، نتیجه

## بازی با موبایل قبل از خواب برای کودکان چه عوارضی دارد؟

از مهم‌ترین آنهاست.

محققان اظهار کردند: کودکانی که قبل از خواب، تلویزیون تماشا می‌کنند و بازی رایانه‌ای انجام می‌دهند، ۳۰ دقیقه کمتر از دیگر کودکان می‌خوابند و این در حالی است که کودکانی که از تلفن همراه قبل از خواب استفاده کرده بودند، به طور متوسط یک ساعت از کودکانی که از این وسیله استفاده نمی‌کردند، کمتر می‌خوابیدند.



## عرضه دستگاهی با قابلیت کم و زیاد کردن نور لامپ در کشور

صرفه‌جویی میزان مصرف انرژی را از قابلیت‌های این دستگاه نام برد و خاطر نشان کرد: بر اساس بررسی‌های ما این دستگاه تأثیر حداقل ۲۵ درصد در صرفه‌جویی انرژی دارد. این محقق با تأکید براینکه این دستگاه بر سیستم‌های روشنایی موجود در بازار قابل نصب است، اظهار کرد: دستگاه کنترل انرژی دارای ۶ خروجی است، که هر خروجی آن ۲۰۰ وات مصرف انرژی را کم و یا زیاد می‌کند و در مجموع این دستگاه می‌تواند ۱۲۰۰ وات مصرف برق را کاهش دهد. موسوی‌زاده، هوشمندسازی چالدها را از دیگر دستاوردهای این مطالعات نام برد و افزود: چالدهایی که به درون شهرها کشیده شده‌اند، یکی از عوامل تصادفات منجر به مرگ طاری سبانه هستند که برای رفع این چالش اقدام به طراحی سبانه هوشمندسازی چاده کردیم.وی با بیان اینکه این دستگاه

# ۷ویتامینی و ریزمغذی برای مبارزه با انواع سرطان ها

رژیم های غذایی اغلب افراد فاقد مواد مغذی و ویتامین هایی است که برای مبارزه با سرطان در دسترس هستند. بااین حال شما می توانید از طریق مصرف روزانه و منظم ۷ ماده مغذی، خطر ابتلا به انواع سرطان ها را از خود دور کنید:

**ویتامین دی:** مطالعات نشان داده اند کسانی که سطوح بالای ویتامین دی را دریافت می‌کنند، در معرض خطر کمتری از ابتلا به سرطان سینه، تخمدان، کلیه، روده، پانکراس، پروستات و سرطان های دیگر هستند. بیش از ۹۰ درصد از ویتامین دی از راه نور خورشید سنتز می‌شود اما بیشتر مردم به خاطر ترس از ابتلا به سرطان پوست کمتر در معرض نور آفتاب قرار می‌گیرند در حالی که استفاده از گرم‌های ضد آفتاب استاندارد و رعایت موارد جلوگیری از آفتاب سوختگی، خطر ابتلا به این سرطان را کاهش می‌دهد. دریافت روزانه هزار تا ۲ هزار واحد ویتامین دی در روز از طریق رژیم غذایی با مکمل‌های این ویتامین برای جلوگیری از سرطان های یادشده مفید است.

**کورکومین:** مطالعات نشان داده‌اند که کورکومین، ماده‌فعال بیولوژیک‌نر دجوه، علاوه بر اثرات آنتی‌اکسیدانی و ضد التهابی، اثرات ضد سرطانی و ویژگی‌های ممانعت از ایجاد سرطان را هم داراست.

**ویتامین های گروه ب:** بعضی تحقیقات نشان داده است که ویتامین های گروه ب از جمله اسید فولیک با همان ویتامین ب ۹، می‌تواند خطر ابتلا به برخی سرطان ها را کاهش دهد. افرادی که اسیدفولیک بیشتری دریافت می‌کنند، خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ و سرطان کبد کمتر است. فولات، برای سلول‌های بافت‌های تکثیر یافته بسیار مفید

## اینفوگراف



## ابداع روش جدیدی برای آلوده کردن تمامی نسخه های ویندوز

محققان موفق به ابداع روش جدیدی برای تزریق کدهای مخرب به تمامی نسخه های سیستم عمل ویندوز شده اند که شناسایی آنها را توسط نرم افزار های ضدویروس ناممکن می‌کند.

این روش توسط دو محقق آلمنی به نام های یگنی کوگان و تال لیبرمن ابداع شده و به Process DoppelEnging نام گرفته است. تمامی نرم افزارهای ضدویروسی که به منظور شناسایی کدهای تزریق شده بدین شیوه به کار گرفته شده اند، موفقیتی کسب نکرده‌اند.

در این روش حافظه رایانه های مجهز به سیستم عمل ویندوز دستکاری شده و داده هایی به آنها تزریق می‌شود که باعث می‌شود فرآیند عملی اجرایی برنامه های مختلف متوقف شده و کدهای مخرب بتوانند به طور مخفیانه فعالیت های منظر خود را اجرا کنند

در روش Process DoppelEnging فرآیندهای بالا آمدن سیستم عمل ویندوز در حافظه رایانه به طور دائمی و غیرقابل بازگشت دستکاری شده ولی این دستکاری برای برنامه های امنیتی قابل تشخیص نیست و آنها متوجه دستکاری حافظه دستگاه نمی‌شوند.

از این روش تا به حال برای تزریق کدهای آلوده به ویندوزهای ایکس پی، ۸.۷ و ۱۰ با موفقیت استفاده شده و نرم افزارهای امنیتی قدرتمندی مانند ویندوز دیفندر، بیت دیفندر، سمانتک، مک آفی، کاسپرسکای، پاندا، آوآست و غیره موفق به شناسایی آنها نشده‌اند.

البته مایکروسافت در تازه ترین نسخه از ویندوز ۱۰ موسوم به Windows ۱۰ Fall Creators Update مشکل یادشده را برطرف کرده است.

## اندروید جدید سرعت وای فای را برای کاربر مشخص می‌کند

گوگل در نسخه جدید اندروید سرعت شبکه های وای فای در دسترس کاربر را با شیب‌های خاصی مشخص می‌کند. دیگر جاده ورود این دستگاه از طریق تشخیص این شبکه‌های آزد وای فای را به راحتی می‌توان یافت اما گاهی اوقات این شبکه‌ها چندان ضعیف هستند که کاربر از اتصال به آنها منصرف می‌شود.

در همین راستا گوگل در نسخه اندروید Oreo ۸.۱ برچسب‌های سرعت برای شبکه‌های وای فای طراحی کرده است. به این ترتیب به کاربران اجازه می‌دهد خود تصمیم بگیرند به کدام شبکه وای فای متصل شوند.

برچسب های سرعت در این نسخه از اندروید به این ترتیب دسته بندی شده اند:

Slow(کند): سفر تا یک مگابیت بر ثانیه

YOK(مقبول): یک تا ۵ مگابیت بر ثانیه

Fast(سریع): ۵ تا ۲۰ مگابیت بر ثانیه

Very Fast(خیلی سریع): بیش از ۲۰ مگابیت بر ثانیه

در وضعیت ضعیف کاربر فقط می‌تواند تماس تلفنی بگیرد و پیامک ارسال کند. در وضعیت ضعیف می‌تواند صفحات وب را مطالعه و از شبکه‌های اجتماعی استفاده کند. در وضعیت متوسط می‌تواند صفحات وب را مشاهده و بازرسی کند. در حالت خیلی سریع نیز می‌تواند ویدئوهایی با کیفیت بسیار بالا منتشر کند.

## هزینه ۷ میلیارد دلاری اپل برای تاسیس کشتی فضایی

اپل با اختصاص بودجه کلان ۷.۳ میلیارد دلاری به دنبال ایجاد یک دفتر مرکزی بسیار بزرگ و پیشرفته است که آن را کشتی فضایی نامگذاری کرده است. دفتر یادشده که معماری منحصربه‌فرد و چشمگیری دارد به صورت دوار در کالیفرنیا طراحی شده و دارای امکانات بسیار متنوعی است. ساخت این دفتر توسط شرکت بیلد زوم در حال انجام است. هزینه این کار قبلاً حدود ۱.۱ میلیارد دلار برآورد شده بود که حالا به هفت برابر این رقم ارتقا یافته است. البته طاهران این تغییر ناشی از سوپرداشت شرکت سازنده از خواست های اولیه اپل است. در مقام مقایسه باید گفت گران ترین استادیوم ساختاگارا که لوی نام دارد با هزینه ۱.۳ میلیارد دلاری ساخته شده است. صرف این رقم برای ساختمان سازی در میان شرکت های فناوری آمریکا و جهان هم بی سابقه است. قرار است این مرکز ۹۰۰۰ کارمند را در خود جای دهد و فضای سبز گسترده ای نیز داشته باشد. تعدادی سالن سینما، محوطه ورزشی و استراحتگاه، پویش شیشه‌ای تمام قد در بسیاری از دفاتر، سالن دو طبقه یوگا، کافه ای با ظرفیت ۴۰۰۰ نفر و فروشگاه بزرگ مواد غذایی از جمله امکانات این مرکز خواهد بود.

## علمی و سلامت

## توصیه‌ها و هشدارها

این خوراکی ها خستگی را از بدن تان بیرون می‌کنند

## بدن تان را شارژ کنید

به جای اینکه لیوان پشت لیوان، چای و قهوه بنوشید و چشم‌های‌تان را با چندبرابر کردن مصرف کافئین، باز نگه‌دارید، به توصیه‌هایی که پژوهشگران مطرح کرده‌اند، عمل کنید. آن‌ها می‌گویند شما با مصرف خوراکی‌های بی‌ضرری هم می‌توانید به کاهش خستگی و افزایش انرژی‌تان کمک کنید.

**روی آب، لیمو بریزید**

روزتان را با یک لیوان آب که در آن یک لیموی تازه را چکانده‌اید، شروع کنید. این نوشیدنی، نه تنها بدن‌تان را پاکسازی کرده و باعث کاهش وزن‌تان می‌شود، بلکه خستگی شما را هم کم می‌کند و انرژی بیشتری برای فعالیت‌کردن در شما می‌دهد.

**قندهای طبیعی را فراموش نکنید**

اگر قندخون‌تان بالا برود، خستگی سراغ‌تان نمی‌آید. اما برای بالابردن قندخون‌تان، باید روش‌های سالمی را امتحان کنید. مصرف میوه‌های تازه، یک راه خوب برای افزایش قندخون و بالابردن انرژی است.

**به بادام پناه ببرید**

سعی کنید همیشه در جیب‌تان یک مشت آجیل داشته باشید. مصرف آجیل‌ها به ویژه بادام، انرژی شما را بیشتر کرده و از پرخوری و هلمه‌هله‌خوری هم جلوگیری می‌کند. بادام، یکی از بهترین آجیل‌ها برای کاهش گرسنگی، جلوگیری از پرخوری و البته افزایش انرژی است.

**سوپ جو دوسر بپزید**

از سوپ‌مرکات مخله‌تان، یک بسته جو دوسر بگیرد و به مدت پنج دقیقه آن را بپزید. می‌توانید جو دوسر را به سوپ‌تان هم اضافه کرده یا به عنوان صبحانه، با شیره مریا میل کنید. این ماده سرشار از فیبر، عضلات شما را تقویت کرده و انرژی‌تان را در طول روز بیشتر می‌کند.

**گوشت را حذف نکنید**

بسیاری از افرادی که به سندرم خستگی مزمن دچار هستند، از فقر آهن رنج می‌برند. کم‌خونی یا کمبود آهن خون آن‌ها، باعث خستگی مداوم‌شان می‌شود و انرژی‌شان را برای فعالیت روزانه کم می‌کند. اگر شما هم یکی از این افراد هستید، سیز پیچانی مثل اسفناج را در برنامه غذایی هر هفته‌تان قرار دهید و سعی کنید که با مصرف گوشت قرمز، ذخیره آهن بدن‌تان را بیشتر کنید.

**فکر و خیال نکنید**

استرسی که در تمام روز با شمامت و شب‌ها هم باعث پایین‌آمدن کیفیت خواب‌تان می‌شود، یکی از دلایل اصلی خستگی‌مداوم‌تان است. اگر توصیه‌های خوراکی ما، گرهی از مشکل شما باز نکرده‌اند و با وجود پایین‌میدودن به آن‌ها، هنوز هم مدام خسته و کم‌انرژی هستید، به یک روان‌شناس مراجعه کنید.

## کدام نوع چای برای گلودرد خوب است؟

علائمی که معمولاً با گلودرد همراه هستند شامل سرفه، تب، احساس خستگی یا بدن درد می‌شود. انواع چای و دمنوش‌ها می‌توانند گلودرد را تسکین بدهند اما شما باید قبل از مصرف این چای‌ها به عنوان درمان، با پزشکتان مشورت کنید.

فارینز، تینیس، التهاب گلو است که منجر به گلودرد می‌شود. التهاب می‌تواند دلایل گوناگونی داشته باشد، آلرژی محیطی، حساسیت به غذا یا عفونت‌های ویروسی یا باکتریایی. علائمی که معمولاً با گلودرد همراه هستند شامل سرفه، تب، احساس خستگی یا بدن درد می‌شود. انواع چای و دمنوش‌ها می‌توانند گلودرد را تسکین بدهند اما شما باید قبل از مصرف این چای‌ها به عنوان درمان، با پزشکتان مشورت کنید

**چای‌های گیاهی**

دمنوش‌های گیاهی می‌توانند به سه طریق گلودرد را تسکین بدهند: گیاه مورد نظر ممکن است لعاب‌دار باشد و پوششی برای مخاط ایجاد کرده و بروسه ای التیام را سرعت بدهد، گیاه ممکن است دارای خواص ضدالتهابی باشد یا سیستم ایمنی را تقویت کند. گیاهانی چون ریشه‌ی شیرین‌بیان، اکالیپتوس، نارون آمریکایی، نعنا فلفلی و ریشه مارشمالو می‌توانند در درمان گلودرد مؤثر باشند. نعنا فلفلی حاوی منتول است که یک عامل فعال بوده و به عنوان ضد احتقان و ضد سرفه عمل می‌کند.

**چای‌های تند**

انواع دمنوش‌های تند، خاصیت آنتی باکتریال و ضد جراحی دارند و ترشحات را رقیق و نرم می‌کنند که همه‌ی این‌ها می‌توانند مقداری از دردهای گلودرد کم کنند. ادویه‌هایی چون دارچین، ریشه‌ی زنجبیل، سیر و میخک نمونه‌هایی از این دست هستند. نیم جوش کردن چوب دارچین یا پودر شده‌ی آن، زنجبیل ورقه شده و پوست کنده، و یا پودر میخک و سیر، دمنوش‌هایی خوشبو و تند ایجاد می‌کنند که نه تنها حس خوبی به شما می‌دهند بلکه گلودردتان را هم تسکین می‌دهند.

**چای‌های معمولی**

چای‌ها ممکن است با شیرین‌کننده‌های طبیعی ترکیب شوند تا فوایدشان افزوده شود. عسل و مرکبات، عناصری هستند که نه تنها طعم چای را خوشایندتر می‌کنند بلکه خاصیت هم دارند

چای‌های معمولی که حاوی کافئین هستند و از گیاه کاملیا سیننسیس گرفته می‌شوند مانند چای سیاه، چای سفید و چای سبز و چای اولانگ. تولیدکننده‌ها ممکن است انواع چای‌ها را با هم ترکیب کنند تا چیزی مانند چای لول گری تولید کنند. طبق اعلام مرکز اطلاعات چای، بسیاری از چای‌های سنتی حاوی آنتی‌اکسیدان‌های قوی هستند که به تقویت سیستم ایمنی کمک می‌کنند.

**چای‌های طعم دار شده**

چای‌ها ممکن است با شیرین‌کننده‌های طبیعی ترکیب شوند تا فوایدشان افزوده شود. عسل و مرکبات، عناصری هستند که نه تنها طعم چای را خوشایندتر می‌کنند بلکه خاصیت هم دارند. مثلاً عسل می‌تواند از التهاب گلو کم کند و مرکباتی مانند لیمو ترش و پرتقال نیز غنی از ویتامین C هستند که تقویت‌کنندگی سیستم ایمنی است.

**سسکته**

اگر دارو مصرف می‌کنید، قبل از نوشیدن چای گیاهی یا داروهای گیاهی با پزشک خود مشورت کنید. برخی از گیاهان و مکمل‌های موجود در چای‌ها می‌توانند از تأثیر دارویی که مصرف می‌کنید کم کنند یا عوارض ناخوشایندی داشته‌باشند.

## چربی شکم شما به این دلایل آب نمی‌شود

چربی‌های شکم معمولاً آخرین قسمتی از بدن هستند که لاغر می‌شوند و از بین می‌روند. البته کم پیش می‌آید که این چربی‌ها کاملاً از بین بروند و برای این مسئله دلیلی وجود دارد.

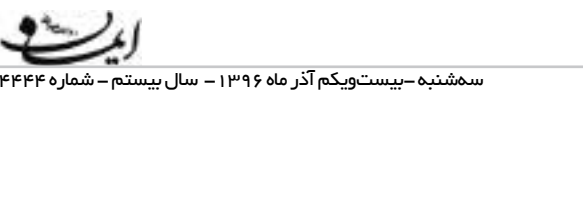
دلایل زیادی وجود دارد که چربی‌های شکم آب نشوند؛ دلایلی مثل موارد زیر:
۱ سن شما در حال بالا رفتن است؛ هپاتپور که سن بالا می‌برد چگونگی اضافه وزن هم تغییر می‌کند. با بالا رفتن سن چه در خانم‌ها و چه آقایان سوخت و ساز بدن کاهش می‌یابد. بخصوص برای خانم‌ها همزمان با دوران یائسگی اضافه وزن معمولاً در ناحیه شکم اتفاق می‌افتد.

۲ شما ورزش اشتباهی انجام می‌دهید. دویدن روزانه و برخی ورزش‌های اینچنینی قطعا برای سلامت قلب شما مفید هستند اما این بدان معنا نیست که برای اندازه دور کمر شما هم مفید واقع شوند. حین ورزش باید ورزش‌های سلامت قلب و عروق و کاهش وزن را با هم ترکیب کنید. برای کاهش وزن باید هفته‌ای ۲۵۰ دقیقه ورزش متوسط یا ۱۲۵ دقیقه ورزش شدید انجام بدهید.

۳ شما غذاهای فرآوری شده بیش از حد زیاد می‌خورید. مواد غذایی تصفیه شده مانند نان سفید، چیپس، شکر و نوشیدنی‌های شیرین سبب بروز التهاب در بدن می‌شوند. یادتان باشد که شکم برآمده با التهابات داخل بدن ارتباط دارد. ۴ شما

چربی‌های اشتباهی می‌خورید. بدن در برابر همه انواع چربی‌ها واکنش یکسانی نشان نمی‌دهد. به این ترتیب چربی اشباع و چربی غیر اشباع می‌خورید و واکنش‌های بدن متفاوت است. چربی‌های غیر اشباع مانند امگا۳ که در گردو و ماهی پیدا می‌شود خاصیت ضدالتهابی دارند و تأثیرات مثبتی بر بدن می‌گذارند. فراموش نکنید التهابات داخل بدن یکی از دلایل شکم‌های برآمده است.





سهمشنبه-بیست‌ویکم‌آذر ماه ۱۳۹۶ — سی بیستم — شماره ۴۴۴۴

## اخبار

مدیر ستاد اقامه نماز استان قم خبر داد

### برگزاری سومین اجلاس استانی نماز در قم

مدیر ستاد اقامه نماز استان قم گفت: سومین اجلاس استانی نماز با موضوع نماز و

فضای مجازی در قم برگزار خواهد شد.

محمد خامه یار طهری دیروز در نشست خبری با اصحاب رسانه استان قم با اشاره به برگزاری سومین اجلاس استانی نماز اظهار کرد: این اجلاس در روز پنج شنبه ۲۳ آذرماه از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۱:۱۵ در مدرسه عالی امام خمینی(ره) شهر قم برگزار خواهد شد،موضوع این اجلاس همچون استان‌های دیگر، موضوع نماز و فضای مجازی است و مسئولین استانی در این اجلاس شرکت می‌کنند.

وی ادامه داد: سخنرانان اجلاس استانی نماز قم آیت‌الله حسینی بوشهری و حجت‌الاسلام والمسلمین قرائتی خواهند بود و در این اجلاس از افراد فعال در زمینه اقامه نماز در دستگاه‌های اجرایی تقدیر می‌شود.

مدیر ستاد اقامه نماز استان قم افزود: هزار و ۳۰۰ اثر در زمینه نماز و فضای مجازی به دبیرخانه سراسری اجلاس نماز رسیده است که ۵۶ اثر مربوط به استان قم بود،در اجلاس سراسری نماز از آثار برتر در زمینه فضای مجازی و نماز تجلیل می‌شود و اسامال مکان برگزاری اجلاس سراسری امام شهر بندرعباس است.
خامه یار فضای مجازی ا فرصت دانست و تصریح کرد:توانستیم به اندازه کافی از این فضا برای تبلیغ نماز استفاده کنیم، در اجلاس استانی نماز قم، کارشناسان متخصص و نامه جماعت شرکت خواهند کرد و در اجلاس‌های قبلی با استقبال اشخاص مختلف مردم مواجه شدیم.

وی ادامه داد: دو اثر قصه‌های بچه‌های مسجد با موضوع شهدا برای آلودگی به نسل جوان به چاپ رسیده است، در اجلاس نماز استان قم از یک خیر مسجدجستار تقدیر می‌شود و پیش از این اجلاس افتتاح نمازخانه دانشگاه حضرت معصومه(س) را در استان قم شاهد خواهیم بود.

مدیر ستاد اقامه نماز استان قم افزود: کلنگ مسجد دانشکده فنی و حرفه ای استان قم در آستانه برگزاری اجلاس استانی نماز به زمین زده می‌شود، این مسجد هم برای استفاده دانشجویان و هم برای استفاده مردم است،این مسجد نخستین مسجد هوشمند کشور است و حدود هزار و ۳۰۰ متر مربع زمین به مسطح اختصاص پیدا کرده است.

خامه یار با اشاره به کلنگ زنی پروژه احداث یک مسجد در منطقه نوبهار اظهار کرد: این منطقه یکی از مناطق محروم شهر قم است که مسجد کمی دارد، یکی از خیرین اعلام آمدادی کرد تا یک مسجد را در منطقه نوبهار احداث کند،همچنین مدتی پیش هم یک مسجد دیگر در شهرک فاطمیه کلنگ زنی شد.
وی ادامه داد: کار احداث نمازخانه در مدرسه دخترانه در روستای جنت آباد آغاز شده است، این مدرسه نمازخانه ای نداشت، در منطقه پردیسان با کمبود مسجد مواجه هستیم و باید خیرین برای احداث مساجد در این منطقه ورود کنند.

### رئیس اداره سینمایی و سمعی بصری ارشاد استان قم در گفتگو با ایمان خیرداد فعالیت ۱۸۰ مرکز بازی های رایانه ای و ویدئویی در استان قم

رئیس اداره سینمایی و سمعی بصری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی قم از فعالیت ۱۸۰ مرکز بازی های رایانه ای و ویدئویی در این استان خبر داد.
کاظم رضوانی در گفتگو با روزنامه ایمان افزود: ۱۲۰ بازی سرای (گیم نت) دارای مجوز از این اداره کل و پروژه کسب از احداثیه خدمات رایانه ای اتاق اصناف قم فعال است. وی خاطر نشان کرد، همچنین ۶۰ مرکز بازی های ویدئویی نیز در قم فعالیت می کنند که در این مراکز بازی های جدید دارای دسته و کنسول و ایکس باکس است. وی ادامه داد: در حدود ۴۰ سارا در قم فعال است که دارای مجوزهای اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی قم می باشد و فاقد پروانه کسب هستند و از نظر صنفی مجوزی برای فعالیت نداشته و درصدد کسب پروانه می باشند.

کاظمی اظهار داشت: ستاد سالمندگی استانی درصدد رصد و شناسایی مراکز بازی های رایانه ای فاقد مجوز و غیرمجاز در استان قم استو در صورت کشف این موارد اقدام به پلمب این مراکز خواهد شد.

رضوانی با اشاره به این که برای اولین بار ستاد سالمندگی استانی مراکز بازی های رایانه ای تشکیل شده است گفت: این ستاد تنها نیمه خود را از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی دریافت کرده و جلساتی را نیز در سطح استان برگزار کرده است.

وی و بیان این که این ستاد در واقع در جهت سالمندگی و سالم سازی واحدها و مراکز فروش بازی های رایانه ای تلاش می کند افزود: بر این اساس این ستاد به صورت مشترک و هم افزایی اتاق اصناف قم و اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی قم و سیستم قضائی و انتظامی استان سبست به سالم سازی و استیفای حقوق شهروندان و حفظ حقوق عرضه کنندگان فعالیت می کند.

رئیس اداره سینمایی و سمعی بصری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی قم عنوان کرد: به زودی نیز جلسات آموزشی ویژه فعالان بر گزار خواهد شد تا از نظر نظارتی و سالم سازی بتوانیم به دستاوردهای خوبی برسیم.
رضوانی از خانواده ها خواست تا فهرست بازی های مجاز را در سامانه http://ebazi.org مشاهده کنند و بازی مورد نظر برای کودک و نوجوان خویش را از میان آن انتخاب کنند.

وی خاطر نشان کرد،همچنین یکی از مصوبات جلسه این بود که برای دانش آموزان مدارس طرح توجیهی آموزشی با موضوع بازی های رایانه ای و آسیب های اجتماعی نیز اجراشود.

وی از اجرای طرح پایلوت آزمایشی بازی های رایانه ای در استان خبر داد و گفت: در این طرح حدود ۲۰ مورد از بازی هایی که پرطرفدار و جذاب برای مخاطبان هستند انتخاب و هر چند مدت یکبار نسخه جدید بازی ها را از سوی بنیاد ملی بازی های رایانه ای ارتقا می بخشیم و با بازی جدیدی وارد می کنیم.

رضوانی افزود:مدیران بازی سرراهی نیز باید سطح آگاهی خویش را نسبت به بازی ها افزایش دهند و هر بازی را وارد فضای مجازی و اخلاقی و اخلاقی کودکان و نوجوانان نکنند ضمن این که بازی ها باید قانونی و بر اساس رده سنی مجاز ارائه شود.

وی ادامه داد: استان قم توجه ویژه ای به شنوثبات اجتماعی و اخلاقی در خصوص بازی های مجازی و وضعیت سالم سازی آنان را دارد از این رو بازی سرراهانید محیط نامنی برای مخاطبان باشند ضمن این که نباید از بازی های غیرمجاز که بر روی شخصیت فردی و اجتماعی افراد تاثیر گذار است استفاده شود.

وی با اشاره به این که مدیران بازی سرراه به عنوان بازوان توانمند نهادهای مربوطه هستند گفت: برای سالمندگی واحدهای بازی سرراه در استان در صورت مشاهده واحدهای غیرمجاز بازی سرراه،امکان را اعلام کنید تا به صورت جدی برخورد صورت گیرد.

رضوانی در پایان بر انجام نظارت ها بر این مراکز تاکید کرد و افزود:نظارت های زیادی از سوی اداره ک ل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم،اتاق اصناف و اتحادیه خدمات رایانه ای استان انجام می شود.

با توجه به فرارسیدن فصل سرما طرح شد

### توصیه های مرکز بهداشت قم برای پیشگیری از آنفلونزا

مدیر روابط عمومی مرکز بهداشت استان قم نسبت به رعایت بهداشت برای پیشگیری از آنفلونزا تاکید کرد و گفت: با فرارسیدن فصل سرما، رعایت بهداشت برای پیشگیری از آنفلونزا امری ضروری است.

مجید گلشیری در گفتگو با روزنامه ایمان افزود: آنفلونزا بیماری تنفسی ناشی از آلودگی با ویروس آنفلونزا است که به سرعت می تواند از فردی به فرد دیگر منتقل شود. وی با اشاره به انواع آنفلونزا از نوعهای A ، B و C ادامه داد: نوع بی و C، معمولاً مرگ و میر بالایی ندارند؛ نوع A علاوه بر آسان، حیوانات (پرندگان، گربه، خوک،اسب و …) را نیز مبتلا می کند.

وی و تب ۳۸درجه سانتی گراد + یکی از علائم (سرفه، دردعضلاتی، اسهال، استفراغ، گلودرد و …) را از علائم این بیماری عنوان کرد و گفت: تفاوت سرماخوردگی با آنفلونزا این است که سرماخوردگی با احساس بی حالی و خواب آلودگی شروع می شود و معمولاً آبریزش دارد ولی آنفلونزا ناگهانی و معمولاً همراه با بدن درد و دردعضلاتی شروع می شود.

گلشیری خاطر نشان کرد: ترشحات حاصل از عطسه و سرفه،ویروس از فاصله کمتر از یک متر می تواند به فرد مقابل سرایت کند، تماس با سایر اشیا مانند پول، خودکار، میز و مواد خوراکی و هوای تجمع‌ات مانند اتوبوس، مدرسه، میهمانی و… از جمله راه های انتقال این ویروس است.وی یادآور شد: مدت زنده ماندن ویروس روی دست ۵ دقیقه، بر روی دستمال کاغذی ۸-۱۲ ساعت، در آب صفر درجه ۳۰ روز و در آب ۲۲ درجه از آب معمولی ۴ روز است.

وی تاکید کرد: بیماران در هنگام بیماری حداقل یک متر از دیگران فاصله بگیرند و

اکیدنا با کسی مصافحه (دست دادن وروسی) نکنند و شستن صحیح دست ها (علاوه بر شست روی دست، لای انگشتان، زیرناخنها و درزهای کف دست) امری ضروری است.گلشیری تریق واکسن آنفلونزا به ویژه برای کودکان زیر ۵ سال، افراد بالای ۶۵ سال، زنان باردار و بیماران مزمن عنوان کرد و گفت: واکسن آنفلونزا فقط حاوی چند نوع سوش از راه های پیشگیری عنوان کرد و گفت: واکسن آنفلونزا فقط حاوی چند نوع سوش خطرناک ویروس است و فرد را در مقابل سرماخوردگی و سایر انواع آنفلونزا مصون نمی کند. وی ادامه داد: عوارض این واکسن نیز مانند سایر واکسن ها در روشوتور آن تویش است و دست و یکی از نکات مهم در تزریق واکسن، حفظ زنجیره سرمایی آن است که تزریق است، بهتر است بلافاصله بعداز خرید واکسن و بدون نگهداری در منزل تزریق شود و درصورت ضرورت، در یخچال به طوری که نه یخ بزند و نه از سرمایی آن کاسته شود نگهداری گردد و هنگام خرید، یک کیسه یخ برای انتقال واکسن همراه باشد.

لوحی ادامه داد: در برخی روایات ذکر شده است که در روز قیامت شفاعت این حضرت قبل از شفاعت حضرت فاطمه (س) است و ایشان در بین ۲۰ خواهر خود از والاترین مقام و درجه برخوردار بوده‌اند.وی گفت: رحلت این بانوی بزرگوار تنها در راه افزایش جایگاه علمی و معنوی ایشان با حضور نزد برادرشان است که باید مورد توجه نسل جوان قرار گیرد و با الگوبرداری از عفت و پاکدامنی این بانوی کرامت زندگی خود را بیمه کنند.

**\*قم متبرک کا از حضور فاطمه معصومه (س)**

ورود این بانوی کریمه در شهر قم از همان ابتدای ورود سبب خیر و برکت بوده است و در روایتی نیز آمده است امام صادق (ع) روزی با اشاره به عیسی بن عبدالله قمی فرمودند: «سلام بر مردم قم؛ خداوند شهرهای آنان را با یاران سیراب کند و برکت‌ها را بر آنان نازل کند و بدی‌های آنان را به خوبی مبدل گرداند آن‌ها اهل رکوع، سجود، قیام و قعودند. آنان فقیه و دانشمند و اهل درک حقایق و روایت و عبادت‌نیکو هستند.» یک کارشناس آمودرینی نیز با اشاره به برکت حضور این بارگه ملوکوتی قم گفت:

حضرت فاطمه معصومه (س) بانویی بزرگوار و گنجینه‌ای الهی بوده که حضورش در قم مایه برکت و حیات طیبه است.
حجت‌الاسلام حسین کاشانی با بیان اینکه پس از ورود حضرت معصومه (س) به قم این شهر به عنوان مبدأ علمی جهان شمع شاخته شد، ادامه داد: در شهر قم امام‌زادگان فراوانی وجود دارد که وجود آنها همه به برکت حضور حرم مطهر حضرت معصومه (س) است و از این رو است که از این شهر به عنوان عش آل محمد (ص) یاد می‌شود.

وی با اشاره به اینکه امروز قم به برکت وجود این بانوی عظیم‌الشان رقم علوم دینی و فقهی دنیا به حساب می‌آید، اضافه کرد: امروز اندیشمندان بسیاری از تمام کشورها به قم سفر می‌کنند و بر سر کلاس‌های علمی شیعی حاض می‌شوند؛این یعنی گسترش فرهنگ شیعی و معارف الهی که همه از برکت وجود این بارگه مطهر نشأت می‌گیرد.
این مدرس حوزه و دانشگاه با تاکید بر اینکه شکل‌گیری و توسعه حوزه‌های علمیه بسته به وجود حرم مطهر حضرت معصومه (س) است و قم است، گفت: اکنون این مکان الهی خانه نور و دانش بوده و حضور طلاب داخلی و خارجی در این مکان شریف مایه خیرسندی و امید است. پژوهشگر و کارشناس امور مذهبی نیز به تاریخ گذشته قم قبل از ورود حضرت معصومه (س) اشاره کرد و گفت: قبل از اسلام قم به صورت چند قلعه‌ای بوده است و زرتشتیان و یهودیان در آن سکونت داشتند که با ورود اسلام و حضور اشعری‌ها که شیعی و یمنی تبار بودند این شهر گسترش یافت. حجت‌الاسلام محمدنندی شریفی با بیان اینکه عبدالله احوص، عبدالله بن سعدو عبدالرحمن واسحاق از فرزندان سعدبن مالک بن عامر اشعری از جمله اشعری‌ها بودند که به قم وارد شدند، افزود: با ورود آنها شیعیان علوی با قم از تباط پیدا کردند و این شهر به مکان و مأمنی برای شیعیان تبدیل شد. وی ادامه داد: آشنایی مردم قم با مذهب شیعه و درویش به آن موجب خشم و اذتراج خلایف زمان شد، اما با این وجود مردم از ایمان و اعتقاد با لا برخوردار بودند؛ از این رو زمینه گسترش شیعه در این شهر فراهم شد.

شرفی افزود: همین ویژگی نیز سبب شد که حضرت معصومه (س) پس از مسومیت خواهان حضور در شهر قم شوند و این شهر را به عنوان مکانی برای اقامت خود انتخاب کنند. در نهایت یادگفت شهر قم به برکت حضور این بانوی بزرگوار شأن و شخصیتی ویژه یافته‌است و چه از نظر معنوی و علمی و چه از نظر اقتصادی توانسته است به وضعیت مطلوبی دست یابد؛ امروز نیز در سالروز ورود این بانوی بزرگوار قم یکسره در جشن و سرور و شادی است که وصف آن در کلمات نمی‌گنجد.

به مناسبت سالروز ورود کریمه اهل بیت (س) به قم

# آستان مقدس حضرت معصومه (س)؛ قطعه‌ای از بهشت



شیعیان است، منتقل کنند.ایشان پس از ورود به شهر قم مورد استقبال جمع زیادی از شیفتگان اهل بیت عصمت و طهارت (ع) قرار گرفتند و پس از اقامت ۱۷ روزه در بیت موسی بن خنرج که به بیت‌النور معروف شد در دهم ربیع‌الثانی سال ۲۰۱ هجری از دنیا رفتند و در باغ باستان، بارگه کنونی دفن شدند.

**\*فضیلت زیارت حرم مطهر حضرت معصومه (س)**

احادیث فراوانی در خصوص اهمیت و ثواب زیارت این بارگه مطهر نقل و بر آن تاکید شده است. امام صادق (ع) در این باب فرموده‌اند: خدای را حرمی بوده و آن مکه است و پیغمبر (ص) را حرمی بوده و آن مدینه است و امیرالمؤمنین (ع) را حرمی بوده و آن کوفه است و ما را حرمی بوده و آن قم است و زنی از فرزندانم در آن دفن شود به نام فاطمه (س) که هر کس او را زیارت کند، بهشت او را واجب شود.

مدرس حوزه و دانشگاه با اشاره بر فضیلت زیارت حضرت معصومه (س) گفت: امام رضا (ع) فرموده‌اند «کسی که خاورهم معصومه (س) را در قم زیارت کند، مرا زیارت کرده است» که این امر نشان از جایگاه والای حضرت معصومه (س) دارد.
حجت‌الاسلام والمسلمین کریم‌حدی با بیان اینکه حضرت معصومه (س) از علمی خداندادی برخوردار بودند، ادامه داد: از جمله ویژگی‌های آن حضرت محدثه بودن و عالمه غیر معلمه بودن است و ایشان توانستند در سنین پایین به درجه‌ای از عصمت دست یابند.

وی با بیان اینکه حضرت معصومه (س) از عظمتی معنوی برخوردار بودند و پدر ایشان مکرراً لفظ «فداها ایوها» را در خصوص ایشان استفاده کرده‌اند، افزود: حضرت معصومه (س) به فاطمه ثانی نیز معروف هستند.
این مدرس حوزه و دانشگاه با اشاره به اینکه زندگی حضرت معصومه (س) سراسر درس زندگی و پندهای آموزنده است، تصریح کرد: عابد بودن، صداقت و راستی و کلام نافذا از جمله ویژگی‌هایی است که باید مورد توجه و الگو قرار گیرد.

## سلامت نسل آینده در مدار تهدید

همچنین دیابت ازجمله این عوارض است. این بیماری ها عامل اصلی مرگ و میر در بین ایرانیان محسوب می شود و هم‌طور که گفته شد رابطه تنگاتنگی بین این بیماری ها و تحرک نداشتن و تغذیه فرد وجود دارد.

مساله ای که در سال های اخیر در جامعه ما هر روز رو به گسترش است، شیوع چاقی در بین دانش آموزان و آینده سازان کشور است. علت اصلی این چاقی همانطور که گفته شد تغذیه نامناسب و تحرک نداشتن است. تغذیه نامناسب دانش آموز از خانواده شروع و تا سطح جامعه و مدارس ادامه می یابد که نتیجه آن علاوه بر چاقی مفراط در نسل آینده، به بروز انواع بیماری های قلبی و فشار خون بین کودکان و نوجوانان منجر می شود.
اکنون بی تحرکی بطور غیرقابل باوری بین کودکان و نوجوانان شیوع یافته است. هر چند در این زمینه فقط نوجوانان مقصر نیستند و سازمان ورزش کشور به عنوان بانی احداث اماکن ورزشی باید اقدامات بیشتری انجام دهد اما برای رفع این مساله، این فرد است که بیش از همه باید به سلامتی خود توجه کند. تمایل افراد برای تحرک و ورزش در جامعه ما در حد رضایت بخشی نیست. افراد حتی مسیرهای کوتاه را پیاده روی نمی کنند و از

**علی حبیبی\***
چاقی و لاغری مفراط از عارضه های شایع بین ایرانی ها است که همه اینها از تغذیه نامناسب و تحرک نداشتن افراد نشأت می گیرد.

کد خبر: ۸۲۷۶۲۹۱
تاریخ خبر: ۹/۱۸ - ۱۳۹۶ - ۸۴۱
برای راستی آزمایی این سخن گفتی است که به اطرافتان نگاه کنید تا از نزدیک مشاهده کنید که ایرانی ها با توجه به قند و زوشان چقدر است. اغلب شهروندان یا چاق هستند و لاغر؛ و شما کمتر فردی پیدا می کنید که از قد و وزن مناسبی برخوردار باشد و این نامناسب بودن قد و وزن، نشانده بیماری پنهان و آشکار در انسان است.

تغذیه و تحرک نداشتن دو عامل مهم چاقی در جامعه ما محسوب می شود و این عوامل رابطه تنگاتنگی بین سلامت مردان و زنان جامعه ما دارد. مردان و زنان جامعه ما در هر دو زمینه با تفریط و قوت و زور، نشانده بیماری پنهان و آشکار از جانب دیگر تحرک لازم نیاز ندارند.

چاقی عارضه های مختلفی برای فرد به همراه دارد که فشار خون و بیماری های قلبی و

## حوادث

فرمانده دریایی هرمزگان خبر داد

### افزایش ۱۹۸ درصدی کشفیات کالای قاچاق

فرمانده دریایی هرمزگان از افزایش ۱۹۸ درصدی کشفیات کالای قاچاق در هفته دوم آذرماه سال جاری نسبت به مدت مشابه سال قبل خبر داد.

سرهنگ علی اصغر خرم روی اظهار کرد: با تلاش همه جانبه و شبانه روزی فرماندهی استان و به کارگیری تمام امکانات و تجهیزات و همچنین همکاری، همدلی و تعامل شایسته دیگر دستگاه‌های مرتبط به ویژه دستگاه قضایی، امنیت مطلوب و قابل قبولی در مرزهای استان حاصل است.

وی افزود: در هفته دوم آذرماه سال جاری با توجه به اجرای منظم و مستمر بروز مشکلات زیادی در مرزها، افزایش ۱۹۸ درصدی کشفیات انواع کالای قاچاق در مرزهای استان را به دنبال داشته است.

فرمانده دریایی هرمزگان تصریح کرد: در این دو دومین هفته از آذرماه سال جاری با

رئیس پلیس فتا استان مازندران خیرداد

### انهدام باند بزرگ شرط بندی و قمار آنلاین در مازندران

رئیس پلیس فتا استان مازندران از انهدام باند بزرگ شرط بندی و پیش‌بینی مسابقات فوتبال در فضای مجازی توسط کارآگاهان سایبری پلیس فتا استان خبر داد.

سرهنگ حسن محمدنواز در تشریح این خبر گفت: در پی کسب خبری مبنی بر این که افرادی در سایت‌های مختلف اعم از comparsا، پارس نود و ... اقدام به قمار آنلاین در فضای مجازی می کنند موضوع در دستور کار کارآگاهان پلیس فتای استان قرار گرفت.

رئیس پلیس فتای استان مازندران، افزود: مأموران اقدامات پلیسی را برای شناسایی و دستگیری اعضای این باند ها که باعث بروز مشکلات زیادی برای خانواده‌ها، دانش آموزان و اولیاء و مربیان شده بودند آغاز کرد. سرهنگ محمدنواز، تصریح کرد: کارشناسان پلیس فتا ضمن هماهنگی با بازرس ویژه جرایم اینترنتی، با بررسی‌های فنی و

رئیس کلانتری ۱۲۷ گلبرگ خبر داد

### دستگیری پسر خاله‌های سارق در شرق تهران

رئیس کلانتری ۱۲۷ گلبرگ از دستگیری پسرخاله های سارق در شرق تهران که قصد فرار از پشت بار داشتند، خبر داد. سرهنگ سعیداعلی قلی پور رئیس کلانتری ۱۴۷ گلبرگ گفت: قتمی یکی از شهروندان ساکن خیابان ۱۱۶ گلبرگ با مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰، و گزارش حضور دو سارق در محل، تیمی از مأموران این کلانتری به محل اعزام شدند. وی افزود: با حضور مأموران در محل مشاهده شد که دو سارق به همراه کیسه‌های مشکئی رنگی که در دست دارند ضمن شکستن شیشه بالکن همسایه‌ها، در حال فرار از طریق پام خانه مورد دستبرد هستند. سرهنگ اعلی قلی پور با اشاره به دستگیری پسرخاله های سارق بیان کرد: بلافاصله اقدامات برای دستگیری متهمان آغاز شد و در کسری از نایه هر دو سارق روی پام خانه همسایه‌ها دستگیر و به همراه مالک خانه که تازه از میهمانی بازگشته بود، به کلانتری منتقل شدند.سرهنگ اعلی قلی پور گفت:متهمان با تکمیل پرونده باسکایت‌مالیاخته به دادسرا معرفی و اموال مسروقه که شامل مقداری جواهرات و طلا بود، به مالکش بازپس داده شد.

### شلیک هوایی پلیس سارقان خودرو را زمین گیر کرد

پلیس با شلیک هوایی منع از فرار سارقان خودرو در غرب تهران شد و هر دو نفر را دستگیر کرد. به گزارش پلیس گهربزرگان جوان؛ ۲۸ ابان ماه اسنل مأموران کلانتری ۱۴۱ حین گشت زنی به یک دستگاه خودرو پراید با دو سرنشین مشکوک می شوند و پس از استعلام پلاک خودرو مشخص می شود خودرو سرقتی است. با مشخص شدن سرقتی بودن خودرو مأموران به سرنشینان خودرو دستور ایست دادند اما دو مرد جوان با دیدن پلیس اقدام به فرار کردند.دقایقی بعد از تعقیب و گریز راننده و سرنشین توقف کرده و با پای پیاده اقدام به فرار از کوچه های غرب تهران می کنند.مأموران که در تعقیب این سارقان بودند با شلیک هوایی این دو نفر را دستگیر کردند.با انتقال متهمان به کلانتری، جواد ۳۰ ساله شناسایی و مشخص شد که این متهم ۱۵ سابقه زندان دارد.همچنین در بررسی سوابق علیرضا ۲۶ ساله مشخص شد او هم دارای ۱۱ سابقه کیفری است. در بازرسی از خودرو سرقتی مقدار زیادی اموال مسروقه کشف و ضبط شد. با انتقال متهمان به شعبه ۱۵ بازرسی دادسرای اسفاده، متهمان به ۲۲ سرتف داخل خودرو اعتراف کردند و مدعی شدند با سرقت یک خودرو در سطح شهر پرسه زده و با شناسایی خودروهایی که ایمنی لازم ندارند اقدام به سرقت لوام داخل خودرو می کردند.

خودرو استفاده می کنند که معضلات دیگری از جمله آلودگی هوا را نیز دامن می زند. از طرف دیگر جامعه و مدارس کشور گلوی مژوم و عملی برای رفع معضل بی تحرکی و تغذیه نامناسب ارائه ن داده‌اند که رسیدگی نکردن به این مساله می تواند نندرستی نسل آینده کشور را با تهدید روبرو کند. بنابرین برای اصلاح وزن و قد فنل آینده هم باید الگوی موتوری در این زمینه ارائه داد و هم اینکه مدارس در کنار وزارت بهداشت، اقدامات موتوری در این زمینه انجام دهند. اختصاص فضای در کتاب های درسی در این خصوص می تواند یکی از این راه ها باشد که باید هر چه سریعتر نسبت به رفع این نقصه اقدام کرد.
امام چاقی مفراط دانش آموزان می تواند سلامتی نسل آینده را با تهدیدات جدی روبرو کند بطوری که ما در آینده با نسلی بیمار که یک پای آن در مراکز درمانی باشد، روبرو خواهیم بود و از این طریق فشارهای مضاعفی به سیستم درمان کشور وارد گردد.
تحمل این خسارات، سالم‌نودن نسل آینده می تواند صدمات زیادی به پیشرفت و توسعه کشور وارد کند که قطعاً این مساله، باید مبل هیچیک از ما نخواهد بود.

طعمه کردن کودک برای سرقت لوایم داخلی خودرو

### دستگیری زوج سارق در ونک

رئیس کلانتری ۱۴۵ ونک از دستگیری زوج سارق لوایم داخلی خودرو که کودک را برای سرقت طعمه می کردند، خبر داد.

سرهنگ بهزاد ثابت راسخ رئیس کلانتری ۱۴۵ ونک اظهار کرد:مأموران انتظامی این کلانتری در حال گشتزنی در محله‌ه خیابان عطار بودند که یک زن و مرد را در حال سرقت لوایم داخلی یک خودروی سواری مشاهده کرده و برای دستگیری آنها اقدام کردند.

وی افزود: پس از گذشت چند دقیقه و تلاشی بی سرانجام از سوی سارقان، هر دو دستگیر و برای بازجویی به همراه خودروی سواریشان که یک کودک نیز داخل آن بود به کلانتری منتقل شدند.

سرهنگ راسخ بیان کرد:کودک مذکور با هماهنگی های انجام شده

### کشف بیش از یک تن مواد افیونی در هر مرگان



در ۴۸ ساعت گذشته موفق شدند، ۱۰ دستگاه خودرو سبک و سنگین و ۵ دستگاه موتورسیکلت حامل مواد مخدر را شناسایی و توقیف کنند که در این رابطه، ۲۲ سوادگر پلیس شناسایی و دستگیر شدند. سردار ملکی با اشاره به اینکه در این مدت، یک تن ۱۸۴ کیلوگرم انواع مواد مخدر در استان کشف شده، ادامه داد: این مقدار مواد کشف شده شامل ۹۲۳ کیلو و ۲۰۷ گرم ترپاک، ۲۰۸ کیلو و ۳۴۴ گرم حبشیش، ۱۴۹ کیلو هروئین و ۲ کیلو و ۸۵۲ گرم سایر مواد اطلاع دهند.

فرمانده انتظامی استان کرمانشاه خیرداد

### کشف محموله ۸میلیاردی سیگار قاچاق

فرمانده انتظامی استان کرمانشاه از کشف محموله بزرگ سیگار قاچاق به ارزش ۸ میلیارد ریال در داخل یک دستگاه کامیون خبر داد. سردار منوچهر امان‌الهی در جمع خبرنگاران اظهار داشت: مأموران پلیس آگاهی استان کرمانشاه با اقدامات اطلاعاتی از ورود یک محموله بزرگ سیگار قاچاق به کشور با خبر شدند و توقیف آن را در دستور کار قرار دادند. وی افزود: این محموله از مرزهای غربی وارد شده و در راه تهران بود که صبح امروز توسط مأموران پلیس آگاهی در جاده کرمانشاه به بیستون متوقف شد. فرمانده انتظامی استان کرمانشاه با بیان اینکه این محموله را در صورت ماهرانه‌ای در داخل اتاقک مخفی کامیون، جاسازی و اطراف آن را با کارت‌نوین خالی پوشانده بودند، گفت: مأموران پس از بررسی کامیون مورد نظر یک میلیون و ۶۴۵ هزار نخ سیگار قاچاق کشف کردند که به گفته کارشناسان ارزش محموله حدود ۸ میلیارد ریال است. سردار امان‌الهی با بیان اینکه یک متهم در این ارتباط دستگیر شد، عنوان کرد: اقدامات اطلاعاتی و عملیاتی به منظور شناسایی و دستگیری دیگر عوامل دخیل در این پرونده همچنان ادامه دارد.

آیت‌الله امینی لاریجانی در جلسه مسئولان عالی قضایی:

# سرویش تراهمپ بر شکست های منطقه ای امریکا



رئیس قوه قضاییه با بیان اینکه این که اقدام رئیس جمهور امریکا در پیوستن به شکست های منطقه ای این کشور رژیم صهیونیستی است، گفت: کلمت جهان اسلام هرگز اجازه نخواهد داد که آب خوش از گلی تراسب و هم بهیمان صهیونیستی و با این بود.

آیت‌الله امینی لاریجانی در جلسه مسئولان عالی قضایی با بیان اینکه این اقدام رئیس جمهور امریکا صهیونیستی است، گفت: کلمت جهان اسلام هرگز اجازه نخواهد داد که آب خوش از گلی تراسب و هم بهیمان صهیونیستی و با این بود.

رئیس قوه قضاییه با بیان اینکه این که اقدام رئیس جمهور امریکا در پیوستن به شکست های منطقه ای این کشور رژیم صهیونیستی است، گفت: کلمت جهان اسلام هرگز اجازه نخواهد داد که آب خوش از گلی تراسب و هم بهیمان صهیونیستی و با این بود.

رئیس قوه قضاییه با بیان اینکه این که اقدام رئیس جمهور امریکا در پیوستن به شکست های منطقه ای این کشور رژیم صهیونیستی است، گفت: کلمت جهان اسلام هرگز اجازه نخواهد داد که آب خوش از گلی تراسب و هم بهیمان صهیونیستی و با این بود.

آیت‌الله امینی لاریجانی در جلسه مسئولان عالی قضایی با بیان اینکه این اقدام رئیس جمهور امریکا صهیونیستی است، گفت: کلمت جهان اسلام هرگز اجازه نخواهد داد که آب خوش از گلی تراسب و هم بهیمان صهیونیستی و با این بود.

رئیس قوه قضاییه با بیان اینکه این که اقدام رئیس جمهور امریکا در پیوستن به شکست های منطقه ای این کشور رژیم صهیونیستی است، گفت: کلمت جهان اسلام هرگز اجازه نخواهد داد که آب خوش از گلی تراسب و هم بهیمان صهیونیستی و با این بود.

## مختگی وزارت امور خارجه:

# پرونده نازنین زاغری موضوعی قضایی است

سخنکوی وزارت امور خارجه با تأیید طرح موضوع ختم نازنین زاغری از جانب وزیر امور خارجه انگلیس در سفرش به تهران بر پیگیری پرونده وی از طریق دستگاه قضایی تأکید کرد.

سخنکوی وزارت امور خارجه با تأیید طرح موضوع ختم نازنین زاغری از جانب وزیر امور خارجه انگلیس در سفرش به تهران بر پیگیری پرونده وی از طریق دستگاه قضایی تأکید کرد.

سخنکوی وزارت امور خارجه با تأیید طرح موضوع ختم نازنین زاغری از جانب وزیر امور خارجه انگلیس در سفرش به تهران بر پیگیری پرونده وی از طریق دستگاه قضایی تأکید کرد.

سخنکوی وزارت امور خارجه با تأیید طرح موضوع ختم نازنین زاغری از جانب وزیر امور خارجه انگلیس در سفرش به تهران بر پیگیری پرونده وی از طریق دستگاه قضایی تأکید کرد.

سخنکوی وزارت امور خارجه با تأیید طرح موضوع ختم نازنین زاغری از جانب وزیر امور خارجه انگلیس در سفرش به تهران بر پیگیری پرونده وی از طریق دستگاه قضایی تأکید کرد.

سخنکوی وزارت امور خارجه با تأیید طرح موضوع ختم نازنین زاغری از جانب وزیر امور خارجه انگلیس در سفرش به تهران بر پیگیری پرونده وی از طریق دستگاه قضایی تأکید کرد.

## سیل فعال سیاسی اصلاح طلبی:

# سکوت اصولگرایان در مقابل احمدی نژاد قابل قبول نیست



یک فعال سیاسی اصلاح طلب تأکید کرد: منجر مستقیم سکوت اصولگرایان در مقابل احمدی نژاد، تضعیف جایگاه اصلاح طلبان است. این سکوت در حالی است که اصلاح طلبان در جریان انتخابات اخیر، با وجود اینکه در مقابل احمدی نژاد سکوت کرده اند، اما در واقع به حمایت از او عمل کرده اند.

یک فعال سیاسی اصلاح طلب تأکید کرد: منجر مستقیم سکوت اصولگرایان در مقابل احمدی نژاد، تضعیف جایگاه اصلاح طلبان است. این سکوت در حالی است که اصلاح طلبان در جریان انتخابات اخیر، با وجود اینکه در مقابل احمدی نژاد سکوت کرده اند، اما در واقع به حمایت از او عمل کرده اند.

یک فعال سیاسی اصلاح طلب تأکید کرد: منجر مستقیم سکوت اصولگرایان در مقابل احمدی نژاد، تضعیف جایگاه اصلاح طلبان است. این سکوت در حالی است که اصلاح طلبان در جریان انتخابات اخیر، با وجود اینکه در مقابل احمدی نژاد سکوت کرده اند، اما در واقع به حمایت از او عمل کرده اند.

## دور شورای عالی انقلاب فرهنگی گفت: بلاتکلیف راه حل نجات آموزش و پرورش:

# حذف کنکور: راه نجات آموزش عالی

دور شورای عالی انقلاب فرهنگی گفت: بلاتکلیف راه حل نجات آموزش و پرورش و آموزش عالی، حذف کنکور است.

دکتر محسن درویشی، رییس هیئت مدیره و مدیر عامل سازمان سنجش، گفت: حذف کنکور، راه نجات آموزش عالی است. این تصمیم باید به سرعت اتخاذ شود تا بتواند به نجات آموزش عالی در کشور کمک کند.

دکتر محسن درویشی، رییس هیئت مدیره و مدیر عامل سازمان سنجش، گفت: حذف کنکور، راه نجات آموزش عالی است. این تصمیم باید به سرعت اتخاذ شود تا بتواند به نجات آموزش عالی در کشور کمک کند.

## دور شورای عالی انقلاب فرهنگی گفت: بلاتکلیف راه حل نجات آموزش و پرورش:

دکتر محسن درویشی، رییس هیئت مدیره و مدیر عامل سازمان سنجش، گفت: حذف کنکور، راه نجات آموزش عالی است. این تصمیم باید به سرعت اتخاذ شود تا بتواند به نجات آموزش عالی در کشور کمک کند.

# ضرورت همصدایی و تحکیم جمهوری

همصدایی ملت و دولت از مهمترین مولفه های شکل گیری حکومت جمهوری اسلامی در ایران بود. این هدف در چند بار تأسیس به مرزهای ارثی فاصله دار اما تکاپوی نهاد حاکمیتی برای کاستن از این فاصله در خور تحسین و تشویق ناچاشتنی های دیون و بیرون دوشی بسیاری رویور است.

بنیان های کنونی در ایران از سال ۱۳۵۷ با انقلاب مردم دگر گونی های بسیاری را تجربه کرد. همزمان با پایان حکومت پهلوی منتهی ای سلطنت آمیخته با استبداد و سرطوله نوع خاصی از کشور داری از سوی رهبر انقلابیان ارائه شد که پایه های آن هم بر مسائلی و شعائر ایدئولوژیک مورد قبول ایرانیان استوار بود.

«جمهوری اسلامی» به یک کلمه بیشتر نه یک کلمه کمتر «غیور و فرزاندم ۱۲ بهمن ۱۳۵۸ از ایران است که نوع حکومت را برای ۹۸ درصدی مردم به جمهوری اسلامی تغییر داد. گرچه عبور از سلطنت موهومی مهمترین مولفه حکومت های نوع جمهوری است اما حضور پررنگ میراثی این انقلاب در کنار جمهوری است و تا آنکه این میراثی بر نقش مردم در حکومت داری، موجب شد جمهوری اسلامی اجزیه تازه ای از صنوبری گسسته باشد به ارزش های مذهبی برای ایران باشد.

در حقیقت بنیانگذار جمهوری اسلامی با الگوگیری از رفتار پیامبر خاتم و رهبران پس از ایشان، مردم را عامل سیاست قدرت و در اصطلاح صاحب حکومت معرفی کرد. مردم بر پایه همین اعتقاد، حضور مردم در عرصه های گوناگون حکومت بزرگی در ایران پررنگ تر از همیشه تاریخ ثبت شد.

بر پایه قانون اساسی جمهوری اسلامی نظر و عقیده مردم در اداره کشور رعایت می شود. رئیس جمهوری و نمایندگان مردم تجوی می یابد و گزارش شخصی نخست اجرائی کشور با رأی مستقیم و انتخاب نمایندگان قوه مقننه از مسیر صلیبی رای از نبودن های حضور مردم است. نگرانی اصلی حضور اما در سایه همراستی نهاد دولت و ملت بوده و همگامی دولت در مقام منوی اصلی اجرائی قانون و سیاست در حقوق ملت و همصدایی با جامعه از ضروری ترین مولفه های پیشرفت است.

تشریح همگامی، ایجاد زبان مشترک و تسخیر فضای مردم از سوی دولت است. فقدان این همسوئی و زبان مشترک از سوی نهاد حکومت مشروعیت آن را از بین برده و مردم را مستعد به حکمرانان خود بدین می کند. با گذر از گذر شدن مشروعیت حاصل از اقبال عمومی، وجه جمهوری نظام هم تضعیف خواهد شد. نمونه های عینی این تضعیف در برخی موارد علنی طی یک دهه گذشته به خوبی قابل مشاهده است.

سازی دولت های منطقه دچار فروپاشی شدند تنها به دلیل که با داده های جامعه خود همزمان نبودند و مسلط ها حامی ملت خود را شنیدند.

همچنین تاریخ ایران در سده گذشته پادشاهی به خود دید که دیر هنگام و تنها موفقی شدند همتای انقلابی مردم را بنشیند در طول چهار دهه پس از انقلاب اما نتایج خود دولت ها بر آن بوده تا جمهوری نظام را که نمایان مردم سالاری در ایران است از گردن سلبت هائید نگه دارد.

در همین راستا تا حدی روحانی رئیس دولت دوازدهم در نظام جمهوری اسلامی هفته گذشته از ضرورت همصدایی با مردم سخن گفت. روحانی در حاشیه نشست خبری تأکید کرد که اگر حکومت همصدایی با مردم نشود، گوش دولت بر مردم مانند بلند، در چنین صورتی نه شاهد جمهوریت خواهیم بود و نه سلامت نظام، چرا که اسلام به ما توصیه می کند که به وعده خود وفادار باشیم و جمهوریت هم می گوید که حق حکومت با مردم است و ما تا زمانی که با مردم هستیم، مشروعیت حکومت در دولت را داریم.

امین همصدایی ناچاشتنی های نیز همراه بوده است. چاشتنی های که بخشی از آنها در مینه در عملکرد دولت و برخی دیگر هم در تاریخ و ریاست جامعه ایران ریشه داشته و مردم دراز دولت ها و نهاد های اجرائی دور می و اعتماد کرده است.

در عرصه کنونی می توان سه عامل کلی را به عنوان بخشی از دلایل «فهمصدایی» دولت و ملت مطرح کرد: غلبه نخست از سوی نژاد در مرزهای میهم و ابریشناک، فوئین و اجرائی آن حسنجو کرد بسیاری از فوئین اجرائی در ایران دشمنه های مردم را با نایبده می گرداند یا در خوشبختانه ترین حالت پسندیده و قانع کننده برای مشکلات مردم بنا برد.

از سوی دیگر در بسیاری از موارد بیشتر مردم حتی نسبت به این فوئین ناقص هم با ناکه هستند و به واسطه همین ناکه های صدام فرارشان فراموشی نماند به این ترتیب فوئین که باید صدای رسمی مردم در اداره کشور باشد به معضلی برای آنها تبدیل می شود. معضلی که گاهی با نایبده گرفتن و گاهی با فوئین آن به صورت فوئین دفع و حل می شود. بنابراین مرزهای پراهم فوئین و گوهر نایب شفافیت، ششده صدای مردم می شود یا در برخی مواقع صدای مشغول است. ششده صدای مردم را به دولت و حاکمیت معکوس می دهد. عامل دیگر را شاید بتوان در حضور پوئین نهاد دولت حسنجو کرد که حضور پررنگ منوی اجرائی در بیشتر جنبه ها و حوا هم را رنگی مردم در ورزید در عرصه اقتصاد، نه تنها مسوولان را به آنها نزدیک بر کرده است بلکه فرصت های عمل و حضور را از صاحب سرمایه و دانش گرفته است.

اسناد دولت حقیقی و مردم در همه عرصه های ششده شدن صدای مردم داده نخواهد شد. می توجهی به مهمترین نیز همصدایی دولت و ملت که حکومت ازاد و رسانه های متنوع و مستقل سیاسی برین چاشتنی ترس همگامی دولت و ملت است. سنگ زور می که هر چه همه دولت ها در ضرورت برایشان آن تأکید دارند اما خواهد میزان تأثیر گذاری مطبوعات در ایران نشان می دهد که چنان در مقام عمل اجرائی می دولتی حاصل شده است. مطبوعات فقط به این دلیل رنگ چهارم همگامی نام گرفته اند که باید با نایب دهنده صدای مردم برای دولت و حاکمیت باشند. هر چه کمیت و کیفیت این متنسنگ کنندگان بیشتر و بهتر شود صدای مردم بهتر شنیده شده و همصدایی ساده تر صورت می پذیرد.

ضرورت همصدایی دولت و ملت به گفته رئیس جمهوری به گونه ای است که در صورت بی توجهی به این اصل دو نیلین نظام یعنی جمهوریت و ولایت سرزمه خواهد دید. از این روی این همگامی باید رفتار کلی هم از سوی دولت و مردم ارائه شود. رفتارهایی برای رفع چاشتنی های مردم باشد. نخستین گام دولت می تواند حمایت تمامه از مطبوعات مستقل و منتقد باشد. مطبوعات که برای بهبود و ترسیم روابط ملت و دولت بدهای متضلفه و ابتکارهای علمی ارائه می کنند.

شناسن صدای مردم از رکن چهارم مردم سالاری به مراتب از شناسن صدا و فریاد آنان در خیابان ها و کورچه بهتر و کم هزینه تر خواهد بود. اگر بپذیریم که اعتماد با حضور و گفت و گو و پرستی و پاسخ ایجاد و اسلام خواهد یافت و نمره این اعتماد همصدایی و همگامی خواهد بود بنابراین برای این حضور و گفت و شنید دولت باید که پیش از پیش اعتماد ورزید.

گفت و گو با مردم به زبان صمیم و دوری از آرمزهای عجیب و فراقوهایی می تواند مناسی این حضور و مسترز ایجاد آن اعتماد باشد. بنابراین دولتی که خواهان همصدایی با مردم است باید سخن در گفتار را برای آرمزهای غیر قابل نفوذ اما در ظاهر موقیبت جایز بپذیرد. تنها در صورت گفتار صافه و تکاپوی منسوس حاکمیتی برای رفع دلقعه های ملت است که همصدایی در جامعه ریشه می یابد و پیشرفت و توسعه در همه حوزه ها نمره آن می شود.

# خبر

## دور شورای عالی انقلاب فرهنگی گفت: بلاتکلیف راه حل نجات آموزش و پرورش:

دکتر محسن درویشی، رییس هیئت مدیره و مدیر عامل سازمان سنجش، گفت: حذف کنکور، راه نجات آموزش عالی است. این تصمیم باید به سرعت اتخاذ شود تا بتواند به نجات آموزش عالی در کشور کمک کند.

دکتر محسن درویشی، رییس هیئت مدیره و مدیر عامل سازمان سنجش، گفت: حذف کنکور، راه نجات آموزش عالی است. این تصمیم باید به سرعت اتخاذ شود تا بتواند به نجات آموزش عالی در کشور کمک کند.

دکتر محسن درویشی، رییس هیئت مدیره و مدیر عامل سازمان سنجش، گفت: حذف کنکور، راه نجات آموزش عالی است. این تصمیم باید به سرعت اتخاذ شود تا بتواند به نجات آموزش عالی در کشور کمک کند.

