

در بیانیه مشترک امامان جمعه و استاندار قم تاکید شد:

رعایت پروتکل های بهداشتی در ایام اربعین حسینی

سه تن از امامان جمعه و همچنین استاندار قم در بیانیه‌ای مشترک از عموم مردم و هیات های مذهبی این استان برای رعایت کامل دستورالعمل ها و ملاحظه های بهداشتی در عزاداری های اربعین حسینی و دهه آخر صفر دعوت کردند. در بیانیه آیات سید محمد سعیدی، علیرضا اعرافی و

معاون سیاسی و امنیتی استانداری قم:

هیچ راهپیمایی و تجمعی در اربعین برگزار نمی شود

استاندار قم:

حمایت از بخش تولید نباید منجر به سوء استفاده از قانون شود

استاندار قم با اشاره به اهمیت حمایت از بخش خصوصی در حوزه صنعت گفت: این حمایت به این معنی نباید باشد که ما حامی تخلف و جرائم باشیم و به بخش خصوصی باید

معاون مرکز سلامت و محیط کار وزارت بهداشت:

کلید مقابله با کرونا جلوگیری از تجمعات است



مدیر شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه قم اعلام کرد: **عرضه ۴۲ میلیون متر مکعب سی ان جی در جایگاه های قم**

مدیر شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه قم از عرضه بیش از ۴۲ میلیون متر مکعب سی ان جی به خودروهای دوگانه سوز در جایگاه های سطح استان در سه ماهه دوم سال جاری خبر داد. سید محمود طاهری اظهار داشت: مصرف ۴۲ میلیون و ۶۵۲ هزار متر مکعب سی ان جی در بازه زمانی مذکور، از رشد تقریبی ۱۱ درصدی این سوخت پاک در سید سوخت مالکان خودروهای دوگانه سوز نسبت به مدت مشابه سال قبل حکایت دارد و در نتیجه به ازای این مقدار سی ان جی مصرف شده در استان، حدود ۴۲ میلیون لیتر

مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات استان قم:

همه روستاهای قم دارای پوشش تلفن همراه است

مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات استان قم با بیان اینکه همه روستاهای این استان دارای پوشش تلفن همراه است گفت: اجرای ۸۰ کیلومتر فیبر نوری روستایی و برخورداری ۸۳ درصد روستاهای بالای ۲۰ خانوار استان از اینترنت پر سرعت از جمله ظرفیت های فناوری ارتباطات در قم است. سیدرضا موسوی با بیان اینکه توسعه زیر ساخت های ارتباطی در روستاها مهاجرت معکوس از شهر به روستاها و نیز توسعه اشتغال روستایی را فراهم می کند، افزود: کاهش شکاف



معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی قم:

فوت بیماران کرونایی در قم از میانگین کشوری بالاتر رفته است

آموزش ها باید به سمت استفاده از ماسک و تغییر الگوی رفتار باشد مردم نسبت به بیماری کرونایی تفاوت شده اند

بررسی مشکلات حوزه آب و برق استان قم با حضور وزیر نیرو:

از تامین آب روستاها تا جمع آوری دکل های برق از داخل شهر

نماینده مردم قم در مجلس شورای اسلامی گفت: در جلسه روز دوشنبه نمایندگان قم در مجلس با وزیر نیرو آخرین مشکلات استان در زمینه آب و برق بررسی و برای رفع آنان تصمیم گیری شد. علیرضا اقبالیان با اشاره به مشخص شدن خط بر خیابان ظهور در این منطقه، اظهار داشت: این خیابان هزار و ۷۸۰ متر طول دارد که ۳۷۰ متر در محدوده خدمات شهری و بقیه خارج از آن است. مدیر منطقه پنج شهرداری قم با اشاره به اینکه بسیاری از مشکلات این خیابان به شهرداری مربوط نیست و دیگر دستگاه ها باید برای حل آن پیشقدم شوند، افزود: ما آمادگی توافق با مالکان برای توسعه خیابان و

مدیر منطقه پنج شهرداری قم خواستار شد

لزوم همکاری دستگاه های استانی برای ساماندهی خیابان ظهور

مدیر منطقه پنج شهرداری قم گفت: ساماندهی خیابان ظهور نیازمند همکاری مجموعه های دیگر استانی برای شکل دهی به این محور است. علیرضا اقبالیان با اشاره به مشخص شدن خط بر خیابان ظهور در این منطقه، اظهار داشت: این خیابان هزار و ۷۸۰ متر طول دارد که ۳۷۰ متر در محدوده خدمات شهری و بقیه خارج از آن است. مدیر منطقه پنج شهرداری قم با اشاره به اینکه بسیاری از مشکلات این خیابان به شهرداری مربوط نیست و دیگر دستگاه ها باید برای حل آن پیشقدم شوند، افزود: ما آمادگی توافق با مالکان برای توسعه خیابان و

در بیانیه مشترک امامان جمعه و استاندار قم تاکید شد:

رعایت پروتکل های بهداشتی در ایام اربعین حسینی



به مستنندگان و نیازمندان را استمرار بخشند و آسیب دیدگان کرونا و کارگران و صاحبان مشاغل آسیب دیده را مورد حمایت قرار دهند و از همگان به ویژه گروه های جهادی مردمی و حوزوی می خواهیم که بار دیگر به یاری کادر درمان و بهداشت و مبتلایان برخیزند و از هیچ کوششی در این زمینه دریغ نوزند.

بیانیه حاکی است: فرصت را مغتنم شمرده از همه مردم و مسئولان محترم به ویژه سپاه بزرگ سلامت و پزشکان، پرستاران، بهوزران، کادر بهداشت درمان و نیز گروه ها و کارگاه های مردمی و جهادی و بسیجی و جوانان و طلاب، دانشجویان و دانش آموزان جهادی و نیز همه سوگواران و عزاداران خاندان پاک پیامبر (ص) و هیات ها و مداحان، خطیبان، امامان جمعه و جماعتی، مساجد استان مصمیمانه تقدیر و تشکر می نمایم.

بیانیه در پایان می افزاید: از خداوند مهربان پیروزی اسلام و امت اسلامی و محور مقاومت و عزت و سرفرازی ملت بزرگ ایران اسلامی و دفع شر مستکبران و همه بلاها و حل مشکلات معیشتی مردم و سلامت رفیق همگان بویژه مراجع عظام و مقام معظم رهبری و خدمتگاران به کشور و انقلاب و تعجیل در فرج حضرت ولیعصر (عج) را خواستاریم.

بررسی مشکلات حوزه آب و برق استان قم با حضور وزیر نیرو:

از تامین آب روستاها تا جمع آوری دکل های برق از داخل شهر



نماینده مردم قم در مجلس شورای اسلامی با اشاره به افت ولتاژ در برخی مناطق شهر قم گفت: تقویت پست های شاهد و فرهنگیان از دیگر مصوبات این جلسه بود. امیر آبدی تامین حبابه کشاورزان قمی از سد الغدیر ساوه، ساماندهی تالاب مره و فاضلاب پردیس را از دیگر مباحث مطرح شده در این جلسه برشمرد.

نماینده مردم قم در مجلس شورای اسلامی گفت: در جلسه روز دوشنبه نمایندگان قم در مجلس با وزیر نیرو آخرین مشکلات استان در زمینه آب و برق بررسی و برای رفع آنان تصمیم گیری شد.

احمد امیر آبدی در گفتگویی در خصوص این جلسه اظهار داشت: در این جلسه که آقای اردکانیان وزیر نیرو و معاونان وی، استاندار و مسئولان استان حضور داشتند، مشکلات استان در حوزه های تامین برق صنایع، فاضلاب، آبرسانی به روستاها، جمع آوری دکل های برق داخل شهر قم و تقویت پست های برق، بررسی و برای رفع آن مصوباتی به تصویب رسید.

وی گفت: در این جلسه قرار شد طرحی برای جمع آوری دکل های برق از داخل شهر قم تهیه شود.

نماینده مردم قم در مجلس شورای اسلامی با اشاره به مشکل صنایع استان برای تامین انرژی افزود: برای تامین برق شهرک های صنعتی محمود آباد و الغدیر، قرار شد وزارت نیرو اقدامات لازم را انجام دهد.

امیر آبدی گفت: تسریع در جمع آوری تیرهای برق قدیمی در روستاها و بافت های فرسوده شهر قم از دیگر مصوبات این جلسه بود.

وی آبرسانی به روستاهای استان را مورد توجه قرار داد و گفت: قرار شد آبرسانی به روستای کرماجگان تا پایان سال ۱۴۰۰ و روستای وشنوه تا پایان سال ۱۴۰۱ به بهره برداری برسد و برای تامین آب روستاهای در مسیر جاده قدیم قم-تهران هم

سرمقاله

جنگ و بحران های اطراف ایران برای چیست؟



حسن لاسجودی*

تحولات دور و بر ایران مدتهاست که شتاب فراوانی گرفته و از مناطق مختلف بوی باروت و خون می آید. بسیاری بر این باورند که این حجم از بحران نمی تواند بدون پایانی مهم باشد و البته برخی دیگر نیز نظر دیگری دارند.

اگر در ماه های اخیر به بحرانها و حوادث اطراف کشورمان به دقت نظر کنیم می توان اینگونه برداشت کرد اگر چه این رویدادها گوناگون به نظر می آیند ولی سرجمع اتفاقات آن می تواند یک امر مهم ختم شود.

مدتهاست که موضوع اختلافات ایران و آمریکا در مسائل مهم منطقه ای از تحولات عراق و سوریه تا یمن و حاشیه خلیج فارس هر روز افزایش بیشتری دارد و اخبار تنش ها در حال شعله کشیدن است. مدتهاست که مناقشات آمریکا با دولت جدید عراق رنگ و بوی ضد ایرانی گرفته و دولت مصطفی الکاظمی در منگنهت های واشنگتن برای گسستن روابط با ایران است. این سیاست در مسیر کمربند کردن حضور ایران در عراق و فشار به نیروهای مقاومت بویژه حشد الشعبی است که مدتهاست آمریکا با حمله های متفرد در صدد حذف آنان از پهنه سیاسی و امنیتی عراق است و پهنانه آن

نیز متهم نمودن شان به دست داشتن در حمله به منطقه سبز بغداد است که آمریکا بزرگترین سفارتخانه خود را مستقر کرده است در عین حال خالی کردن سفارت آمریکا و کوچ آنان به شمال عراق به پیچیدگی بحران افزوده است. موضوع فشار بر کشورهای کوچکی که در منطقه خلیج فارس اگر چه در بیان کارشناسان منطقه با اهداف انتخاباتی برای ترامپ نشانه گذاری شده ولی در نهایت این اقدام می تواند

به حضور فرزند نه تل اوپو در جغرافیای خاورمیانه در درازمدت بیانجامد برای همین صاحب نظران بر این باورند که افق نگاه باید به اهداف رژیم صهیونیستی از این روابط باشد تا شوهی تبلیغاتی انتخاباتی ترامپ که عمری کوتاه دارد. مناقشه اخیر فره

باغ بین آذربایجان و ارمنستان هم از جمله حوادثی است که ناگهان سربرآورد و به درگیری نظامی در طرف انجامید. جالب اینکه باوجود اعلام بیطرفی تهران در این مناقشه باز سرزمین ما مورد اصابت گلوله قرار گرفت و حتی ایران به طرفداری و ارسال تجهیزات نظامی به یک طرف جنگ متهم شد. این در حالی است که تهران چنددهه

است که برای حل مناقشه با پیش گذاشته ولی طرفهای درگیر این خاصه هر دفعه بدلیل میهم از حل مسئله طفره می روند. این بحرانها را بر شمرده تا اینگونه نتیجه گیری کنم که عده ای این عوامل را مراحل شکل گیری ابتدایی یک درگیری بزرگ در منطقه می دانند که احتمال دارد توسط کلیه مخالفین قسم خورده ایران شکل بگیرد

ولی در مقابل عده دیگر بر این باورند که این همه سروصدا برای ارباب در منطقه برای بیرون کردن رقیب قدرتمند یعنی ایران از میدان بوده و نهایت این کشمکش ها تا انتخابات آمریکا به طول خواهد انجامید. در هر صورت طرفداران هر کدام از دو گزینه فوق می توانند نشانه ها و فاکتورهای مختلفی برای ادعای خویش بیابند ولی آنچه

مهم است هوشیاری در میدان دیپلماسی و انتخاب برترین ها در مناقشات منطقه ای است چرا که در منازعات هزاران عامل می تواند در تصمیمات اثرگذار باشد ولی فهم درست تحولات و واکنش به موقع و حساب شده همیشه برندگان تاریخ را ساخته است. امیدواریم این بار نیز چنین باشد.

خبر

رئیس مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی:

نهیض «کاندیدان شدن» در انتخابات ریاست جمهوری راه بیفتد

رئیس مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه تب حضور داوطلبان در انتخابات ریاست جمهوری زیاد شده است، گفت: باید نهضتی راه بیفتد که همه در انتخابات کاندیدا نشوند و این کار را بر عهده جریان انقلاب بگذارند تا فردی مناسب را برای کاندیداتوری در انتخابات ریاست جمهوری معرفی کنند. علیرضا زاکانی با انتشار چند فیلم در صفحه توئیتر خود درباره انتخابات با موضوع انتخابات ریاست جمهوری، گفت: با نگاهی به اوضاع کشور به خوبی می توان دریافت که وضعیت کشور تا نسبی با اسلام وجود رهبری معظم و معظم حضور مردم خوب و نخبگان در عرصه های مختلف با امکانات و اقتضات کشور ندارد.

خبر

عرضه ۴۲ میلیون متر مکعب سی ان جی در جایگاه های قم



مدیر شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه قم اعلام کرد: **عرضه ۴۲ میلیون متر مکعب سی ان جی در جایگاه های قم**

مدیر شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه قم از عرضه بیش از ۴۲ میلیون متر مکعب سی ان جی به خودروهای دوگانه سوز در جایگاه های سطح استان در سه ماهه دوم سال جاری خبر داد. سید محمود طاهری اظهار داشت: مصرف ۴۲ میلیون و ۶۵۲ هزار متر مکعب سی ان جی در بازه زمانی مذکور، از رشد تقریبی ۱۱ درصدی این سوخت پاک در سید سوخت مالکان خودروهای دوگانه سوز نسبت به مدت مشابه سال قبل حکایت دارد و در نتیجه به ازای این مقدار سی ان جی مصرف شده در استان، حدود ۴۲ میلیون لیتر در مصرف بنزین صرفه جویی شده است. وی افزود: طرح رایگان دوگانه سوز کردن خودروهای عمومی از طریق ۵ کارگاه تبدیل در حال اجراست و تا آخر شهریور ماه تعداد ۱۷۷۲ خودروی عمومی بصورت رایگان به دوگانه سوز (بنزین+CNG) تبدیل شده است. مدیر شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه قم بیان کرد: مالکان خودروهای مشمول که تاکنون جهت استفاده از طرح مذکور اقدام نکرده اند می توانند با ثبت نام در سامانه به آدرس GCR.NIOPDC.IR برای گاروس کردن وسیله نقلیه خود اقدام کنند. گفتنی است، منطقه قم دارای ۴۱ کارگاه فعال سی ان جی است که روزانه حدود ۴۵۹ هزار متر مکعب از این سوخت پاک را توزیع می کنند.

آگهی ابلاغ رای قطعی

در اجرای تبصره ماده ۳۰۲ آیین دادرسی مدنی بدینوسیله به خانم ترگس محمودی فرزند محمد معلی ابلاغ می گردد از سوی هیات بدوی رسیدگی به تخلفات اداری کارکنان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم به توئیخ کتبی با درج در پرونده استخدامی محکوم گردیده اید، لذا در صورت اعتراض، می توانید اعتراض خود را حداکثر ظرف مدت یک ماه از انتشار این آگهی به دیوان عدالت اداری شکایت نمایید.

معاونت توسعه مدیریت و منابع
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم
شناسه آگهی ۱۰۱۳۱۲۷

آگهی ابلاغ رای قطعی

در اجرای تبصره ماده ۳۰۲ آیین دادرسی مدنی بدینوسیله به آقای علی ارجمند فرزند حسن ابلاغ می گردد از سوی هیات بدوی رسیدگی به تخلفات اداری کارکنان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم به توئیخ کتبی با درج در پرونده استخدامی محکوم گردیده اید، لذا در صورت اعتراض، می توانید اعتراض خود را حداکثر ظرف مدت یک ماه از انتشار این آگهی به دیوان عدالت اداری شکایت نمایید.

معاونت توسعه مدیریت و منابع
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم
شناسه آگهی ۱۰۱۳۱۱۵

روztان را با این مواد غذایی با نشاط شروع کنید

بهترین میوه‌ها برای صبحانه



کیوی

کیوی را مخزن فوق‌العاده ویتامین C بدانید. نتایج یک پژوهش علمی که در سال ۲۰۱۶ انجام شده نشان می‌دهد که انواع مختلف کیوی تا سه برابر ویتامین C بیشتری نسبت به مرکبات دیگر دارد. کیوی کالری اندکی دارد اما می‌تواند ترکیبات مغذی خوبی مانند فولات، پتاسیم، فیبر، ویتامین Ta و K را به بدنتان برساند.
دقیق‌تر اینکه مصرف منظم این میوه تأثیر مثبتی روی بدنتان دارد که از جمله می‌توان به بهبود عملکرد دستگاه ایمنی، بهبود عملکرد معده و روده‌ها، حفاظت از مجاری تنفسی و پیشگیری از بروز عفونت‌ها اشاره کرد. کیوی به عنوان بمب ویتامین C بسیار برجسته و متمایز از میوه‌های دیگر است. بنابراین با مصرف آن به سادگی از ابتلا به بیماری‌های مأمون خواهیدداند.

موز

ما اسم موز را میوه خندان گذاشته‌ایم. همین میوه خندان منبع خوب پتاسیم است که نقش مهمی در انقباض عضلات دارد. بنابراین اگر دچار کرامپ و گرفتگی عضلانی می‌شوید و تصور می‌کنید عضلاتان به درستی یاری‌تان نمی‌کنند در وعده صبحانه‌تان حتماً موز میل کنید. علاوه براین، نتایج پژوهشی که در Current Hypertension Reports به چاپ رسیده است نشان می‌دهد که پتاسیم موجود در موز در تنظیم فشارخون مؤثر عمل کرده و آن را در سطح متناسب و ثابتی نگه می‌دارد. در نهایت اینکه این میوه حاوی میزان قابل توجهی ویتامین‌های A، C، B۶ و B۱۲ است. باید بدانید ویتامین B۶ در متابولیسم چند ناقل عصبی مانند سروتونین و دوپامین نقش دارد. این هورمون‌ها در کنترل خلق و خوی نقش دارند و در نتیجه مصرف موز

اگر فشار خون بالا دارید قبل از خوردن این ۱۵ خوراکی دست نگه دارید



۱. شیر کامل (پرچرب)
شیر کامل به طور گسترده‌ای در پخت‌وپز استفاده می‌شود، مانند انواع خامه‌ها و خمیرها؛ اما مشکل شیر کامل این است که حاوی مقدار زیادی چربی اشباع است. این نوع چربی سطح کلسترول بد شما را بالا می‌برد که می‌تواند شریان‌ها را مسدود کند و در نتیجه باعث شود قلب برای پمپاژ خون سخت‌تر کار کند. از محصولات لبنی کم‌چرب بایدون چربی، استفاده کنید.

۲. گوشت (پرچرب)

از محصولات گوشتی کم‌چرب یا بدون چربی، استفاده کنید. گوشت طیور (مرغ، بوقلمون، بلدرچین) در صورتیکه پیش از پخت، پوست آنها برداشته شود حاوی چربی اندکی خواهند بود، لذا جهت خرید اینترنتی گوشت مرغ (ران مرغ، سینه مرغ و...)، با قیمت متناسب و متنوع به سایت‌های معتبر موجود مثل دیجی کالا می‌توانید مراجعه کنید. اگر فشار خون دارید، از مصرف پوست مرغ خودداری کنید. لازم به ذکر است که گوشت مرغ به‌تهایی و بدون روغن و کره اضافه هم حاوی مقادیر زیادی چربی اشباع است. هنگام پختن مرغ معمولاً پوست آن مقدار زیادی نمک را قبل از رسیدن نمک به گوشت مرغ جذب می‌کند. گوشت‌هایی را انتخاب کنید که چربی قابل مشاهده اندکی داشته باشند یا فاقد آن باشند استفاده از گوشت‌هایی که حاوی ۱۵ درصد یا کمتر چربی می‌باشند، توصیه می‌شود.

قبل از آشپزی تمام چربی‌های قابل مشاهده گوشت را جدا نموده و بدون اضافه کردن چربی یا روغن آن را بپزید. بهتر است گوشت را کباب نموده یا به شکل آب‌پز یا بریان استفاده کنید و در صورت سرخ کردن از مقدار اندکی روغن زیتون استفاده کنید.

ماهی‌های چرب مفیدترند، چرا که حاوی سطوح بالایی از اسیدهای چرب امگا۳ هستند. مثل ساردین، ماهی آزاد،

شما باید یک رژیم غذایی متعادل را دنبال کنید تا خطر ابتلا به فشار خون بالا کاهش یابد. سبزیجات و میوه‌های تازه را در رژیم غذایی خود جای دهید و مصرف چربی‌های اشباع شده و کلسترول را باری حفظ سلامت دستگاه قلبی عروقی محدود کنید. تغییر در شیوه زندگی نقش مهمی در درمان و کنترل فشار خون بالا ایفا می‌کند. اگر با یک شیوه ی زندگی سالم، موفق به کنترل فشار خون خودشوید، شاید دیگر در مراحل اولیه نیازی به دارونداشته باشید و حداقل استفاده از آن را به تأخیر بینانید.

رژیم غذایی و نوع تغذیه، هم در پیشگیری از ایجاد فشار خون بالا و هم در کنترل و کاهش فشار خون نقش دارد. با روش‌های خانگی نیز می‌توانید فشار خون بالا را کنترل کنید. در ادامه نکاتی را توضیح داده ایم که با رعایت آنها می‌توانید فشار خون را پایین بیاورید و خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و فشار خون بالا را کم کنید.

۱. شیر کامل (پرچرب)

شیر کامل به طور گسترده‌ای در پخت‌وپز استفاده می‌شود، مانند انواع خامه‌ها و خمیرها؛ اما مشکل شیر کامل این است که حاوی مقدار زیادی چربی اشباع است. این نوع چربی سطح کلسترول بد شما را بالا می‌برد که می‌تواند شریان‌ها را مسدود کند و در نتیجه باعث شود قلب برای پمپاژ خون سخت‌تر کار کند. از محصولات لبنی کم‌چرب بایدون چربی، استفاده کنید.

۲. گوشت (پرچرب)

از محصولات گوشتی کم‌چرب یا بدون چربی، استفاده کنید. گوشت طیور (مرغ، بوقلمون، بلدرچین) در صورتیکه پیش از پخت، پوست آنها برداشته شود حاوی چربی اندکی خواهند بود، لذا جهت خرید اینترنتی گوشت مرغ (ران مرغ، سینه مرغ و...)، با قیمت متناسب و متنوع به سایت‌های معتبر موجود مثل دیجی کالا می‌توانید مراجعه کنید. اگر فشار خون دارید، از مصرف پوست مرغ خودداری کنید. لازم به ذکر است که گوشت مرغ به‌تهایی و بدون روغن و کره اضافه هم حاوی مقادیر زیادی چربی اشباع است. هنگام پختن مرغ معمولاً پوست آن مقدار زیادی نمک را قبل از رسیدن نمک به گوشت مرغ جذب می‌کند. گوشت‌هایی را انتخاب کنید که چربی قابل مشاهده اندکی داشته باشند یا فاقد آن باشند استفاده از گوشت‌هایی که حاوی ۱۵ درصد یا کمتر چربی می‌باشند، توصیه می‌شود. قبل از آشپزی تمام چربی‌های قابل مشاهده گوشت را جدا نموده و بدون اضافه کردن چربی یا روغن آن را بپزید. بهتر است گوشت را کباب نموده یا به شکل آب‌پز یا بریان استفاده کنید و در صورت سرخ کردن از مقدار اندکی روغن زیتون استفاده کنید.

ماهی‌های چرب مفیدترند، چرا که حاوی سطوح بالایی از اسیدهای چرب امگا۳ هستند. مثل ساردین، ماهی آزاد،

روztان را با این مواد غذایی با نشاط شروع کنید

بهترین میوه‌ها برای صبحانه

می‌تواند به شما احساس شادای و آرامش بیشتری بدهد. اگر تصور می‌کنید که این روزها کمی بی‌حوصله، عصبی یا مضطرب هستید در کنار صبحانه‌تان یک عدد موز میل کنید.

سیب

سیب به معنای واقعی میوه‌ای برای تمام فصول است. یکی از ویژگی‌های مهم آن عملکرد آنتی‌اکسیدانی است که به وجود فنول و فلاونوئیدها مربوط می‌شود. سیب همچنین حاوی موادمعدنی مفیدی مانندسفر، آهن، کلسیمومنیزیم است. پوست این میوه بهشتی حاوی میزان قابل توجهی فیبر بکیتن است. این نوع فیبر برای کاهش میزان کلسترول خون مفید بوده و همچنین به عملکرد نرمال و خوب روده‌ها کمک زیادی می‌کند. باید گفت که سیب به دلیل دارا بودن فیبرها و آنتی‌اکسیدان‌ها یکی از بهترین میوه‌های مناسب برای صبحانه محسوب می‌شود. علاوه براین می‌توانید از این میوه در تهیه انواع غذاها و کیک‌ها و غیره نیز استفاده کنید.

نارنگی

نارنگی نیز مانند تمام مرکبات حاوی میزان زیادی ویتامین C است که به ترمیم کلاژن و بهبود وضعیت پوست کمک می‌کند. نارنگی همچنین حاوی فیبر، ویتامین‌های گروه B، زینک و منیزیم است که بهبود وضعیت سلامتی مفید و ضروری هستند. مصرف منظم نارنگی مشخصاً به بهبود عملکرد دستگاه گوارش، ایجاد احساس سیری طولانی‌مدت و کاهش کلسترول بالا کمک زیادی می‌کند. علاوه براین شما می‌توانید با مصرف این میوه آبدار امیدوار باشید که سیستم ایمنی بدنتان قوی‌تر می‌شود.

بلوبری

شاید بلوبری به اندازه میوه‌های دیگر در دسترس همه نباشد اما بدانید که مصرف آن فواید زیادی برای بدن دارد. چون این میوه‌ها کوچک و مفید سرشار از فیبر، ویتامین C و ویتامین K هستند. علاوه براین بلوبری کم کالری است و اگر مراقب تناسب اندامتان هستید می‌توانید بدون نگرانی آن را در برنامه غذایی‌تان بگنجانید. این میوه خوش‌رنگ همچنین قدرت آنتی‌اکسیدانی بالایی دارد چون یکی از منابع مهم فلاونوئیدها محسوب می‌شود. بلوبری همچنین از بروز آسیب‌ها به DNA جلوگیری می‌کند. متأسفانه چنین آسیب‌هایی یکی از عوامل اصلی پیری و ابتلا به سرطان محسوب می‌شوند. نتایج پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهد که مصرف منظم بلوبری باعث کاهش فشار خون بالا، کنترل شاخص گلیسمی خون، پیشگیری از بروز عفونت‌های دستگاه ادراری و پیشگیری از بیماری‌های مربوط به مغز می‌شود.

حرف‌آخر

ما در اینجا صرفاً چند میوه سالم و مفید را برای وعده صبحانه معرفی کردیم. بدون شک لیست می‌توان لیست بلندبالایی از میوه‌های خوب برای شروع یک روز پرانرژی تهیه کرد. علاوه بر این می‌توان گفت که همه میوه‌ها برای ساعات آغازین روز مفید هستند. مهم این است که میوه را در کنار منابع مغذی دیگری مانند پروتئین‌ها و کربوهیدرات‌ها مصرف کنید تا روزتان را بسازند. توصیه می‌کنیم که برای وعده صبحانه حتماً از دانه‌ها، گردو، جوی دوسر، شیره‌ای گیاهی و دیگر مواد غذایی سالم استفاده کنید چون انرژی خوبی برای شروع یک روز خوب را در اختیارتان می‌گذارند.

اگر فشار خون بالا دارید قبل از خوردن این ۱۵ خوراکی دست نگه دارید

هستند که موجب افزایش فشار خون می‌شوند؛ اما اگر چاره‌ای نداشتید و خواستید از آن‌ها استفاده کنید، ابتدا لوبیها را با کمی آب بشویید تا حداقل نمکی که روی آن سبزیچه جداشود.

۱۱. ترشی‌ها و شورها

ترشی‌ها و شورها معمولاً در ظروف شیشه‌ای سرشار از آب‌نمک نگهداری می‌شوند. وقتی سبزی‌ها و میوه‌های مختلف ترشی در آب نمک غوطه‌ور باشند نمک را به خودشان جذب می‌کنند و فقط سطح بیرونی‌شان نیست که شور می‌شود بلکه بافت میوه و سبزی هم لریز از نمک می‌شود و این یعنی دریافت زیادتر از نیاز بدن به سدیم و در نتیجه افزایش فشار خون.

۱۲. کافئین و قهوه

کافئین می‌تواند فشار خون را به میزان ۱۰ میلی‌متر جیوه در افرادی که به ندرت از آن مصرف می‌کنند بالا ببرد، اما بر روی مصرف کنندگان همیشگی قهوه تأثیر زیادی ندارد. با این که مصرف قهوه بر افرادی که فشار خون پایینی دارند

تأثیر نمی‌گذارد، اما باید با احتیاط مصرف شود. افرادی که فشار خون بالای طولانی‌مدتی دارند، نیز باید از نوشیدن آن خودداری کنند.

۱۳. سس

از سس مایونز و سس سالاد کم‌کالری استفاده کنید. از مصرف سس پنیر، سس‌های سالاد، سس مایونز و انواع دیگر سس‌ها خودداری کنید تا خطر ابتلا به فشار خون بالا را کاهش دهید. بیشتر سس‌ها پر از سدیم هستند، مانند سس تند که ۲۶۴۳ میلی‌گرم سدیم در هر گرم و سس خردل که ۱۱۰۰ میلی‌گرم سدیم در هر گرم دارد که باعث بالا رفتن فشار خون می‌شوند.

۱۴. کره بادام‌زمینی

کره بادام‌زمینی معمولاً حاوی مقدار زیادی سدیم نیست؛ اما در واقع از چربی‌های اشباع شده تشکیل شده است. مصرف زیاد چربی‌های اشباع شده باعث انسداد شریان‌ها می‌شود و هنگامی که شریان‌ها را چربی بسته شده باشند، نیاز به پمپاژ سخت‌تری برای گردش خون در بدن است و این یعنی قلب باید کار بیشتری کند.

۱۵. سوپ‌های آماده و نودل‌ها

سوپ‌های از پیش آماده شده مانند سوپ‌های موجود در قوطی کنسرو یا سوپ‌های پودر شده و کره‌ها دارای مقدار زیادی سدیم هستند، علاوه بر سدیم بالا حاوی مواد نگهدارنده برای ماندگاری طولانی‌مدت هستند. معمولاً یک قوطی سوپ می‌تواند حاوی حداقل ۸۰۰ میلی‌گرم سدیم باشد و این تقریباً نیمی از میزان توصیه شده روزانه سدیم است. یک بسته کوچک نودل حاوی تقریباً ۱۵۸۰ میلی‌گرم سدیم است و این تقریباً همان مقداری است که باید در طی یک روز کامل مصرف کنید.

لوبیاهای کنسرو شده سرشار از سدیم و مواد نگهدارنده

آیا ملاتونین می‌تواند به کنترل اضطراب کمک کند؟

روشنایی را خاموش می‌کنید خواب آلود می‌شوید. این احساس خواب‌آلودگی نتیجه‌ی تولید ملاتونین در بدن است که به مغز پیام خوابیدن را می‌فرستد.

۲. مکمل‌های ملاتونین و اضطراب

برخی افراد از ملاتونین برای موارد دیگر استفاده می‌کنند. ۳۷ درصد از بیمارانی که برای سلامت ذهن خود به پزشک مراجعه می‌کنند مانند درمان بیماری‌های اضطراب، افسردگی و کنترل استرس، مکمل‌های ملاتونین را دریافت می‌کنند؛ اما آیا قرص‌های آرام‌بخش درمانی برای اضطراب هستند؟ قطعاً خیر.

۳. ملاتونین به درمان اضطراب کمک نمی‌کند

اضطراب از مشکلاتی است که برای حل آن باید ریشه بیماری را در خود یا محیط اطراف جستجو و درمان کنیم. قرص‌های ملاتونین برای بیماری اضطراب شبیه یک ششک موقتی عمل می‌کنند که نه تنها بیماری را درمان نمی‌کند؛ بلکه به مرور زمان بیشه‌یابی و درمان را نیز دشوار می‌سازد؛ حتی ممکن است اعتیاد به

توصیه‌ها و هشدارها

جراح گوش و حلق و بینی عنوان کرد:

سن طلایی عمل کاشت حلزون شنوایی



عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، بر ضرورت توجه به علامت بروز کم شنوایی در کودکان تأکید کرد و گفت: سن طلایی عمل کاشت حلزون شنوایی، قبل از یک سالگی علی‌افتخاریان، در خصوص روند تشخیص عارضه کم شنوایی و ناشنوایی در نوزادان، اظهار کرد: غربالگری کم شنوایی و ناشنوایی به صورت مستمر در کشور برای نوزادان انجام می‌شود. در فرآیند غربالگری تست OAE در مرحله اول و در صورت پاسخگو نبودن، تست ABR مورد بررسی قرار می‌گیرد.

وی در ادامه بیان کرد: هنگامی که تشخیص کم شنوایی داده شد، باید میزان آن ارزیابی و درمان‌های مناسب در نظر گرفته شود.

این جراح گوش و حلق و بینی، تصریح کرد: اگر کودک با تشخیص کم شنوایی عمیق باشد، تحت درمان سمعک و توانبخشی گفتاری و شنیداری قرار گرفته باشد و بعد از مدتی استفاده از آن، به گفتار مطلوب نرسد و نتواند رابطه خوبی با اطرافیان برقرار کند، یعنی شنوایی قابل قبولی با سمعک پیدا نکرده است؛ این کودک باید از نظر امکان جراحی کاشت حلزون مورد بررسی قرار گیرد؛ این دلیل اصلی انجام جراحی کاشت حلزون در یک کودک کم شنوای مادرزاد است. در این صورت توصیه می‌شود در اولین فرصت عمل جراحی مذکور انجام شود. افتخاری با اشاره به اینکه سن طلایی این عمل جراحی، پیش از یک سالگی است، افزود: البته تصمیم به انجام این عمل در سن زیر یک سالگی به دلایلی همچون مشکلات بیهوشی در این سن و نبود امکان تشخیص دقیق میزان کم شنوایی، کمی مشکل است. بر همین اساس اگر جراحی بین سن یک تا دو سالگی هم انجام شود، باز هم قابل قبول است.

وی در ادامه گفت: از دو سالگی به بعد، با افزایش سن، به تدریج کاشت حلزون نتیجه ضعیف‌تری پیدا می‌کند؛ بنابراین اگر تمام امکانات و شرایط فراهم باشد ترجیح بر انجام این عمل پیش از یک سالگی یا بین یک تا دو سالگی است.

رئیس مرکز کاشت حلزون شنوایی بیمارستان لقمان حکیم، بیان کرد: در مواردی نیز کودک در بدو تولد کم شنوا نیست و به مرور زمان دچار این عارضه می‌شود، بسته به سن کودک، والدین باید نسبت به علامتی همچون ضعف در ارتباط کلامی، گفتار، تحصیل و نوشتن املاهوشیار باشند و در صورت مشاهده هر کدام از این نشانه‌ها باید هر چه سریع‌تر برای انجام تست شنوایی سنجی کودک به مراکز مراجعه کنند تا علت آن مشخص شود.

به گفته سوهیت عالمی دانشگاه، اگر در این موارد کم شنوایی برای کودک تشخیص داده شود، باید علت یابی صورت گیرد تا درمان مناسب را دریافت کند.

یک دندانپزشک:

لمینیت و کامپوزیت فقط برای زیبایی دندان نیست



یک دندانپزشک، گفت: برخلاف تصور بسیاری از افراد، لمینیت و کامپوزیت تنها یک شیوه زیبایی دندان نیست و افرادی که دچار شکستگی و یا فاصله بین دندان‌ها هستند باید از این شیوه‌ها بهره ببرند.

حدیث محمدپور جراح و دندانپزشک اظهار داشت: طی چندسال اخیر در کشور ونیز و دوروش لمینیت سرامیکی و یا کامپوزیت تنها به عنوان شیوه‌های زیبایی دندان معرفی شده است درحالی که استفاده از ونیرها جنبه‌های درمانی فراوانی دارد که کمتر به آن پرداخته شده است.

وی تصریح کرد: بیماری‌هایی که دچار شکستگی دندان شده‌اند و یا از ارتودنسی نتیجه مطلوبی نگرفته‌اند حتی افرادی که با استفاده از لمینت دندان‌های خود رنج می‌برند و همین امر بهداشت دهان و دندان آنها را با مشکل مواجه کرده، باید از روش‌های کامپوزیت و یا لمینیت سرامیکی درمان شوند.

محمدپور با بیان اینکه لمینیت و کامپوزیت دو قابلیت متفاوت دارند که داوطلبان باید به آن توجه کنند، افزود: برای استفاده از یکی از این دو روش، نحوه قرارگیری دندان‌های فک بالا و پایین نسبت به یکدیگر، نوع عیوب ظاهری و انتظاری که از اصلاح دندان وجود دارد باید توسط درمانگر بررسی شود و این موضوع نیست که مراجعه‌کننده بخواهد بر اساس سفارش اطرافیان و دوستان تصمیم گیری کند. این جراح دندانپزشک اضافه کرد: لمینت یک لایه نازک همرنگ دندان و از جنس سرامیک است که به منظور زیباتر کردن دندان‌ها روی سطح جلویی آنها چسبانده می‌شود. فرم رنگ دندان‌ها با نصب لمینت سرامیکی اصلاح می‌شود. همچنین با استفاده از لمینت ونیر فاصله بین دندان‌ها و شکستگی‌های موجود نیز پوشش داده می‌شوند. لمینت ونیرها می‌توانند تا حد زیادی تغییر رنگ ایجاد شده روی سطح دندان‌ها را نیز بپوشانند.

محمدپور، کامپوزیت را شیوه پرطرفدار درمانی در کشور معرفی کرد و افزود: کامپوزیت نیز یکی از روش‌های نوین و پرطرفدار برای ترمیم دندان و اصلاح است، در واقع کامپوزیت ونیر ترکیبی از ماده «رزین» است که به شکل خمیر بوده و با تابش نور روی دندان سفت می‌شود کامپوزیت علاوه بر ترمیم دندان‌های شکسته می‌تواند نقش پر کردن آنها با این مواد و برطرف نمودن لکه‌های روی دندان را نیز ایفا کند. وی اضافه کرد: افرادی که عادت به دندان فروچه دارند باید بدانند که مقاومت کامپوزیت نسبت به لمینت بهتر بوده و لمینت شکننده‌تر است البته در روش‌های احتمال برگشت زردی دندان‌ها بیشتر از لمینت است و این روش نیز نیاز به پولیش و اصلاح دوره‌ای دارد و افرادی که فرصت حضور دوره‌ای در دندانپزشکی را ندارند نباید از این روش استفاده کنند

این جراح دندانپزشک، با اشاره به اینکه لمینت شکل طبیعی‌تری نسبت به دندان واقعی دارد، افزود: لمینت نسبت به کامپوزیت دارای رنگی طبیعی‌تر و جلوه‌ای بهتر است، هر چند برای به کار بردن آن روی سطح دندان باید تراش دندان انجام شود اما نتیجه نهایی لمینت زیباتر از کامپوزیت است.

محمدپور نشان‌رسان کرد: لمینت و کامپوزیت هر دو معایب و مزایای خاص خود را دارا هستند اما زیبایی بیشتری و سبک‌تر و طبیعی بوده و مقاومت کار بسیار بالا است همچنین از لمینت برای اصلاح طرح لبخند دیجیتال نیز استفاده می‌شود که نتیجه آن فوق‌العاده دقیق و زیباست. از طرفی، برخی از دندان‌ها نمی‌توان کامپوزیت کرد و باید برای آنان از لمینت استفاده کرد.

اخبار

استاندار قم:

حمایت از بخش تولید نباید منجر به سوءاستفاده از قانون شود

استاندار قم با اشاره به اهمیت حمایت از بخش خصوصی در حوزه صنعت گفت: این حمایت به این معنی نباید باشد که ما حامی تخلف و جرائم باشیم و به بخش خصوصی باید متذکر شد این حمایت و تسهیلات منجر به سوءاستفاده نشود. بهرام سرمست ظهر دیروز در جلسه ستاد تسهیل و رفع موانع تولید که در سالن استانداری قم برگزار شد، اظهار داشت: همه تلاش استان به حمایت از بخش تولید و صنعت وبخش خصوصی ختم‌می شود.وهمه‌دستگاه‌های خدمات رسان و اجرایی هم به آن‌ها اخطار داده شده که همکاری کنند تا حامی سرمایه‌گذاری و بخش تولید باشند.

به گفته‌وی، این حمایت به این معنی نباید باشد که ما حامی تخلف و جرائم باشیم و به بخش خصوصی باید متذکر شد این حمایت و تسهیلات منجر به سوءاستفاده نشود و اگر کسی شاکی خصوصی داشته و جرمی مرتکب شده است اجازه نداریم از این تخلف حمایت کنیم.

استاندار قم افزود: برخی مواقع از ظرفیت قانون برای حمایت از تولید استفاده می‌کنیم و حتی از اختیارات ملی هم بهره می‌گیریم ولی نباید خط قرمزی را زیر پا گذاشته و تخلفی را نادیده بگیریم و سلامت کاری باید مدنظر باشد؛ بحث تخلف و جرائم باید همه به آن توجه داشته‌باشند.

♦**دستاورد نمایشگاه‌های ساخت‌داخل تبلیغ ظرفیت‌های تولیدی باشد**
وی با اشاره به برگزاری نمایشگاه ساخت داخل اضافه کرد: دستاوردهای نمایشگاه تولید داخل زمانی اثر بخش خواهد بود چراکه جامعه باید از ظرفیت‌های تولیدی و صنایع خود آگاه باشد و خود صنعتگران هم از توانایی و ظرفیت تولید و نیازهای بازار اطلاع داشته باشند و هدف از برگزاری چنین نمایشگاه‌هایی رسیدن به این دستاوردها و اهداف مهم است.

سرمست عنوان کرد: این نمایشگاه هدف آن اجتماعی کردن صنعت است و هم چنین در عصر جدید باید به دنبال بین المللی کردن توانایی خود باشیم و به مدد انقلاب رسانه‌های ارتباط‌مجمعی و فضای مجازی این امر فراهم خواهد شد. وی از اتاق بازرگانی و دیگر تشکل‌های خصوصی خواست با شبکه ایران کالا تفاهم‌نامه منعقد کنند و در این زمینه ادامه داد: در قدم نخست با شبکه ایران کالا نگاه‌نامه داشته‌باشید و از توانمندی استان به‌طور مادی اطلاع‌رسانی و کارآفرینان و صنعتگران را معرفی کنید، همان طور که مشخص بود صنعتگران از توانایی و نیازهای استان خبر ندارند و باید از این فرصت استفاده کرد.

به گفته استاندار قم عصر جدید عصر ارتباطات است و صنعت باید با کمک رسانه‌ها و فضای مجازی توانمندی‌های خود را جهانی کند و در شرایط کرونایی موجود هم باید با استفاده از فضای مجازی و از طریق شبکه کالای ایرانی همکاری کرد و برای سرمایه‌گذاری ابتدا باید دنبال تبلیغ باشیم و این نمایشگاه‌ها در ابتدا باید به دنبال این هدف باشند.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی قم:

فوت بیماران کرونایی در قم از میانگین کشوری بالاتر رفته است

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی قم گفت: وضعیت رعایت پروتکل‌های بهداشتی در اصفاف و مردم قم مقطعی و زودگذر شده است.

سیامک محبی دیروز در بیست و ششمین جلسه شورای اطلاع رسانی و کمیته اطلاع رسانی و مدیریت جو روانی ستاد مبارزه با کرونا که در سالن امام جواد(ع) استانداری قم برگزار شد، اظهار داشت: شرایط قم از نظر بیماری کرونا مطلوب نیست و بی تفاوتی نسبت به وزن ماسک و رعایت بهداشت یکی از دغدغه‌های مهم است.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی قم افزود: در موج کرونا، تجربه اسفندماه سال قبل را در قم داریم اما با دو تفاوت مواجه هستیم؛ متأسفانه حساسیت لازم در جامعه به اندازه موج اول نیست و همدلی میان همه‌دستگاه‌های اجرایی نیز کم‌رنگ شده است.

وی تصریح کرد: وضعیت رعایت پروتکل‌های بهداشتی در اصفاف و مردم قم مقطعی و زودگذر شده است، در موج اول ۱۲۰۰ بیمار در بیمارستان بستری شدند و امروز با افزایش تعداد بستری به‌روزی بخش‌هایی از ظرفیت بیمارستانی به‌بیماران کرونایی افزوده می‌شود. محبی بیان کرد: گاهی بیماران به موقع به مراکز درمانی مراجعه نمی‌کنند که این امر نیز عوارض خود را دارد، در حال حاضر ۷۸۰ بیمار کرونایی در بیمارستان بستری است که در این میان ۱۵۰ بیمار بدحال هستند. وی خاطرنشان کرد: میانگین سن ابتلا و فوتی کاهش یافته است و باید از طریق اطلاع‌رسانی و ارتقای سطح آگاهی جامعه را نسبت به رعایت پروتکل‌ها حساس کنیم چراکه وضعیت حساسیت مردم نسبت به کرونا مطلوب نیست.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی قم عنوان کرد: اگر بر فرض تعداد شیوع کرونا در قم صفر شود، با همین شرایط فعلی تا ۲۲ مهرماه در وضعیت قرمز به سر می‌بریم.

وی گفت: میزان بروز ویروس و مرگ و میر از ۴۰ روز قبل در پایین جدول بود، اما امروز از میانگین کشوری بالاتر رفته است چرا که رعایت پروتکل‌ها مطلوب نیست و تا سرنوشت ما به رعایت پروتکل‌ها پایبند نباشیم، وضعیت قرمز ماقی می‌ماند.

محبی افزود: وضعیت رعایت پروتکل‌های بهداشتی در اصفاف و مردم قم مقطعی و زودگذر شده و تجربه‌ای ملی است و تنها مختص به قم نیست.

وی تصریح کرد: با وجود افزایش بیماری و مرگ و میر، بی تفاوتی در میان مردم نیز رشد بیشتری داشته و گویا برخی از شهروندان تصویری کنند که رویتن نن هستند و عارضه‌ای آنها را تهدید نمی‌کند و باید از ظرفیت رسانه‌های مختلف و اطلاع‌رسانی‌ها استفاده‌شود.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی قم بیان کرد: تئوری‌های مبتنی بر ترس به مرور زمان مؤثر نیست و با گذشت زمان بازی احتیاطی‌ها را نداعای می‌کند و ترسی که در اسفند ایجاد شد دیگر وجود ندارد.

وی عنوان کرد: استفاده از ماسک نسبت به روزهای قبل کمتر شده و باید از اغتسالی و تئوری به غیر از ترس استفاده کنیم. در این راستا تئوری‌ها و سازه‌های مختلفی داریم و آموزش باید با یکسان به سمت استفاده از ماسک و تغییر الگوی رفتار باشد.

دبیرکل اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی استان قم: نخستین نمایشگاه ویتربنی کشور در قم احداث می شود

دبیرکل اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی استان قم گفت: برای حمایت از تولید ملی قم نخستین استانی است که نمایشگاه ویتربنی ساخت داخل را احداث می‌کند.

محمد حاجی زمانی ظهر دیروز در جلسه ستاد تسهیل و رفع موانع تولید استان که در سالن کرامت استانداری برگزار شد، اظهار داشت: برای زمین ساختمان این نمایشگاه توافق در یک جلسه توافق صورت گرفت وطراری اولیه آن انجام شده است. وی افزود: باید فضاسازی کنیم چون نمایشگاه نیاز به سیستم حفاظتی و فضای سبز دارد.مکانی برای نمایش اتاق گفت‌وگو اختصاص داده شده و به‌دستور سازمان صنایع نمایشگاه ساخت داخل به صورت ویتربنی احداث می‌شود.

دبیر کل اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی استان قم بیان کرد: این نمایشگاه در دهه فجر افتتاح می‌شود، فراخون دادیم و تشکلها و واحدهای تولیدی هم استقبال کردند، قم برای نخستین بار این کار را انجام داده است و در بحث صنایع پتروشیمی با توجه به ظرفیت پتروشیمی استان در این نمایشگاه طیف بزرگی به آن بخش اختصاص یافته‌است. حاجی زمانی افزود: مواد غذایی، ملبلمان و چوب هم در این نمایشگاه به نمایش گذاشته خواهد شد اما صنایع برند استان با برند ویژه و نگاه ویژه ای آن پر داخته خواهد شد.

وی گفت: ضمن تشکر از مدیرکل امور مالیاتی استان و گزارشی که ارائه کردند موضوع اساسی که باید دنبال کنیم بحث نحوه پرداخت چرنام مالیاتی است هر چند در ابتدا مقاومت‌هایی وجود داشت اما این مشکل برطرف شد.

معاون سیاسی و امنیتی استانداری قم:

هیچ راهپیمایی و تجمعی در اربعین برگزار نمی‌شود



معاون سیاسی و امنیتی استانداری قم گفت: با توجه به وضعیت قرمز قم، بدون هماهنگی، همایش و مراسمی شکل نمی‌گیرد و از اربعین تا ۲۸ صفر نیز ممنوعیت‌ها ادامه دارد و هیچ مراسم، راهپیمایی و تجمعی در اربعین برگزار نمی‌شود.

بیژن سلیمان پور ظهر دیروز در بیست و ششمین جلسه شورای اطلاع رسانی و کمیته اطلاع رسانی و مدیریت جو روانی ستاد مبارزه با کرونا که در سالن امام جواد(ع) استانداری برگزار شد، اظهار داشت: جلسات این شورا باید رسانه محور شود چرا که هنوز از نظر اطلاع‌رسانی و استفاده از ظرفیت رسانه به شرایط مطلوبی نرسیده‌ایم.

معاون سیاسی و امنیتی استانداری قم افزود: انتقادات و پیشنهادات از سوی اصحاب رسانه در خصوص ارتقای سطح آگاهی می‌تواند راهگشا باشد، بدون تردید در فضای رسانه و اطلاع‌رسانی، اقدامات اثرگذاری در مقابله با کرونا شکل می‌گیرد.

وی تصریح کرد: کمیته تولید محتوا و فراگراه رسانه‌ای نیازمند حمایت است و در این باره به برنامه‌ریزی بپردازیم، در این راستا شورای اطلاع‌رسانی با همراهی رسانه در این مدت با کمترین چشم‌داشتی تلاش کرده‌اند.

سلیمان پوریان کرد: توجه به ظرفیت رسانه در جهت پیشگیری از شیوع کرونا و آموزش و اطلاع سانی در صدر اولویت‌هاست و باید رسانه وضعیت محدودیت‌ها و پلمب‌ها و بر خودرها را نشان دهند.

وی عنوان کرد: از بیشک‌ستون رسانه که دارای دانش و آگاهی هستند در جهت آگاه کردن جامعه استفاده شود و از حضور شخصیت‌های با نفوذ بهره بگیریم چرا که تاثیر سخنان این شخصیت‌ها در رعایت جامعه‌نسبت به پروتکل‌ها از مسئولان بیبشتراست.

معاون سیاسی و امنیتی استانداری قم خاطرنشان کرد: گاهی از یک خبر و مطلب، تحلیل‌های متفاوت زیادی اتفاق می‌افتد که موجب ابهام می‌شود و باید دانشگاه علوم پزشکی برای صدور یک خبر به این مساله توجه داشته‌باشد.

وی گفت: تقویت فراگراه رسانه‌ای و کمیته تولید محتوا اهمیت زیادی دارد و باید توانیم در جهت تشدید رعایت پروتکل‌ها، یک عملیات روانی ایجاد کنیم تا مراقبت‌ها و حساسیت‌ها بیشتر شود و طبق مختصات فرهنگی توانیم توجه‌مردم را بالا ببریم.

سلیمان پور افزود: نقاط ضعف و قدرت برنامه‌ها و سیاست‌ها توسط توسط اصحاب رسانه نقد و بررسی شود و میزان تولید خبر و تاثیر رسانه و فضای مجازی را احصا کنیم.

♦**وضعیت رعایت پروتکل‌ها در نظام اداری مورد انتقاد است**

وی تصریح کرد: در حال حاضر وضعیت رعایت پروتکل‌ها در نظام اداری مورد نقد است و باید این انتقادات به ستاد مقابله با کرونا منتقل شود تا رعایت پروتکل‌ها با جدیت دنبال شود.

معاون استاندار قم بیان کرد: امیدواریم طرح و پیشنهاداتی نیز در مورد افزایش میزان رعایت میان مردم و صنوف ارائه شود و موضوع بر خورد و پلمپ اصناف، جدی‌تر تلقی شود.

وی عنوان کرد: در این ایام با توجه به وضعیت قرمز قم، بدون هماهنگی، همایش و مراسمی شکل نمی‌گیرد و از اربعین تا ۲۸ صفر نیز ممنوعیت‌ها ادامه دارد و هیچ مراسم و راهپیمایی و تجمعی در اربعین برگزار نمی‌شود.

سلیمان پورادامه داد: نحوه برگزاری هیئت‌های خانگی نیز به سازمان تبلیغات و گذار شده است، پیشنهاد ما تعطیلی روضه‌های خانگی نیست، بلکه افراد توجه شوند در فضاهای کوچک، تعداد زیادی از افراد را دعوت نکنند و فاصله گذاری

در هشتمین جلسه کمیته فنی ترافیک شهرداری قم صورت گرفت:

تصویب راه دسترسی بیمارستان نور از جاده قدیم جمکران

ساعت ۱۱ شب تا ۹ صبح تصویب شد.
در ادامه جلسه نسبت به هرس در خرتان برای بهبود دید تابلوهای راهنمایی و رانندگی هماهنگی‌های لازم با سازمان پارک‌ها و فضای سبز شهرداری قم انجام‌شده و به مدت یک هفته رئیس فضای سبز و مسئول ترافیک روز مجوز دریافت کرد.

سازمان قطار شهری نیز برای عملیات کابل کشی خط انتقال برق اصلی مترو از پست اختصاصی نواب به سمت خیابان مطهری به طول ۴ هزار و ۱۰۰ متر با نصب سه مفصل به فاصله یک هزار متر درخواست مجوز داشت.

کمیته فنی ترافیک به مدت یک ماه بدون اسناد مسبر و با اطلاع پلیس راهور برای حفاری به عمق ۱ متر و با ۲۰ سانتی‌متر در حاشیه پیاده راه و بدون امکان تمدید مجوز لازم را صادر کرد.

سپس درخواست دانشگاه جامع علمی کاربردی برای نصب سه تابلوی هدایت مسبر موردبررسی قرار گرفت و با تذکر عباس از امکان حمل‌وقل و ترافیک شهرداری قم مبنی بر عدم امکان پیش‌بینی از یک تابلو مورد تصویب قرار گرفت.

مدیرعامل سازمان پارک‌ها و فضای سبز شهرداری قم:

تله‌سیژ قم حدود یک ماه دیگر افتتاح می‌شود

مدیرعامل سازمان پارک‌ها و فضای سبز شهرداری قم از اتمام پروژه تله سیژ بوستان علوی خبر داد و گفت: اخذ مجوز بهره‌برداری از تله‌سیژ نیازمند انجام آزمایشاتی است که در حال انجام است و حدود یک ماه دیگر بعد از اخذ مجوز پروژه تله‌سیژ افتتاح خواهد شد.

پیام جوادیان در رابطه با پروژه تله سیژ اظهار داشت: یکی از پروژه‌هایی که از اسفند سال ۹۴ شروع کردیم تله سیژ بوستان علوی بود چون ما این تجربه را در شهر اصفهان هم داشتیم و به یکی از پروژه‌های بسیار مفرح و پر استقبال مردمی تبدیل شد.

مدیرعامل سازمان پارک‌ها و فضای سبز شهرداری قم با اشاره به اینکه در سال ۹۵ نسبت به خرید تجهیزات از مهم‌ترین و بزرگ‌ترین شرکت تولیدکننده تجهیزات تله سیژ در جهان اقدام شد، افزود: تجهیزات وارد شدند و حدود یک سال و نیم طول کشید و این تجهیزات داخل گمرک سلفچگان ماند و به خاطر برخی مشکلات ترخیص شدن این تجهیزات با عنایت دستگاه کفنا این مشکلات آزاد و بلافاصله عملیات نصب آغاز شد.

مدیر منطقه پنج شهرداری قم خواستار شد

لزوم همکاری دستگاه‌های استانی برای ساماندهی خیابان ظهور

اینکه این خیابان به احداث نهر برای پیشگیری از مشکل ساز شدن آب‌های سطحی نیاز دارد، گفت: درکنار این پروژه بلوار حضرت حجت (عج) را هم پیگیری می‌کنیم. وی اضافه کرد: بلوار حضرت حجت(عج) هم ۴۰۰ متر در منطقه شهری و بقیه خارج از محدوده است. مدیر منطقه پنج شهرداری قم ادامه داد: این پروژه چند مالک بزرگ دارد که اگر با شهرداری توافق کردند، بلوار ۹۰ متری حجت احداث شده و به رنگ دوم شهری اتصال داده خواهد شد. اقبالیان با اشاره به نقش این بلوار در تسهیل ترافیک اطراف مسجد مقدس جمکران، خاطرنشان

چهارشنبه - شانزدهم مهر ماه ۱۳۹۹ - سال بیست و سوم - شماره ۵۱۳۱

اخبار

مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات استان قم:

همه روستاهای قم دارای پوشش تلفن همراه است

مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات قم با اشاره به کاهش شکاف دیجیتال میان مناطق شهری و روستایی قم گفت: اجرای ۸۰ کیلومتر فیبر نوری روستایی و بر خورداری ۸۲ درصد روستاهای بالای ۲۰ خانوار استان از اینترنت پر سرعت از جمله ظرفیت‌های فناوری ارتباطات در قم است.

سیدرضا موسوی با بیان اینکه توسعه زیرساخت‌های ارتباطی در روستاها مہاجرت معکوس از شهر به روستاها و نیز توسعه اشتغال روستایی را فراهم می‌کند، افزود: کاهش شکاف دیجیتال میان شهرها و مناطق کمتر برخوردار برای تحقق عدالت ارتباطی ضروری است. وی با اشاره به توسعه زیرساخت‌های ارتباطی روستایی در دولت یازدهم افزود: یکی از اقدام‌های مهم برای توسعه زیرساخت‌های فناوری ارتباطات در سطح روستاهای قم، توسعه شبکه فیبر نوری بود که با اجرای این طرح و ایجاد فیبر نوری مادر، امکان توسعه پهنای باند اینترنت به روستاهای قم توسط اپراتورها فراهم می‌شود. موسوی تاکید کرد: در فاز اول این طرح تاکنون عملیات اجرایی ۸۰ کیلومتر فیبر نوری برای روستایی در قم اجرا شده است که با این اقدام، تعدادی از روستاهای واقع در مسیر اجرای این طرح از مزایای اینترنت پرسرعت بهره مند شده‌اند. مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات قم افزود: با احداث ۲ سایت تلفن همراه در روستاهای صفرآباد و چشمه شور، همچنین ارتقا تکنولوژی ۱۰ سایت تلفن همراه در سایر روستاها، وضعیت ارتباطات روستاهای تحت پوشش به حد مطلوب رسیده است. وی افزود: از تعداد ۱۳۱ روستای بالای ۲۰ خانوار استان تعداد ۱۰۹ روستا به اینترنت پر سرعت مجهز بوده و امیدواریم با تکمیل پروژه فاز اول توسعه فیبر نوری روستایی تعداد بیشتری از روستاها به اینترنت پر سرعت دسترسی یابند.

مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات قم با بیان اینکه زیرساخت‌های فناوری ارتباطات مناسبی در سطح روستاهای استان ایجاد شده است، ادامه داد: تمام روستاهای استان ارتباط کامل تلفن همراه و دسترسی به اینترنت پهن باند برخوردار هستند. وی توسعه فیبر نوری را از جمله ویژگی‌های مهم زیرساخت‌های ارتباطی در قم دانست و افزود: در کنار ایستگاه‌های مخابراتی و فیبر درون شهری، ۵۷۰ کیلومتر فیبر نوری در سطح استان اجرا شده است که با تکمیل طر‌چ‌های در دست اقدام، ظرفیت‌های ارتباطی استان ارتقا می‌یابد. مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات قم گفت: هم اکنون ۹۰ درصد روستاهای بالای ۲۰ خانوار قم از تلفن ثابت برخوردارند همچنین همه روستاهای استان دارای پوشش تلفن همراه است.

مدیرکل نوسازی مدارس استان قم:

طرح آجر به آجر کمبود فضای آموزشی را مرتفع می‌کند

مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان قم گفت: اجرای طرح آجر به آجر باعث افزایش حضور مردم در امر مدرسه می‌شود و کمبود فضای آموزشی در این استان را مرتفع خواهد کرد. محسن بزرگلیان افزود: بیش از ۲۰ سال از تشکیل مجمع خیران استان قم می‌گذرد و در ۳۰ تا ۴۰ خیر با بوددهای کلان مدرسه احداث کرده‌اند، ولی توسعه حضور مردم در این عرصه به‌صورت کلان میسر نشده است. وی اضافه کرد: اما طرح آجر به آجر این امکان را فراهم می‌کند هر فردی با هر توان مالی حتی با کمترین مبلغ در امر مدرسه‌سازی مشارکت نماید. به گفته وی، طرح آجر به آجر از طرح‌های تحولی آموزش و پرورش در حوزه نوسازی مدارس می‌باشد که امسال آغاز شده است و علاقه‌مندان می‌توانند با مراجعه به سامانه مهر مدرسه به نشانی اینترنتی http://www.dres.ir/ و یا تماس با شماره تلفن ۳۲۹۱۵۷۷-۰۲۵ در این امر مشارکت کنند. بزرگلیان ادامه داد: در استان قم، طرح آب‌وفاضلاب و نوسازی مدارس یک کلاسره روستایی آید کورگل بخش مرکزی در سامانه مهر مدرسه معرفی شده و خبران می‌توانند کمک‌های خود را برای ساخت این مدرسه ارائه دهد. وی در ادامه با بیان این‌که مشکل زمین در قم فراگیرتر و اساسی‌تر از مشکل اعتبار است، گفت: در هر منطقه‌ای که توانسته‌ایم زمین‌ی برای ساخت مدرسه اختصاص دهیم، مدرسه به کمک خیران و اعتبارات ملی و استانی احداث شده است. وی افزود: جذب اعتبار پس از زمین، مشکل دیگر در ساخت مدرسه است؛ به‌ویژه اعتبارات استانی که برای امر مدرسه‌سازی بسیار محدود است. مدیرکل نوسازی مدارس قم اضافه کرد: برای دستیابی به سرنوشت استاندارد باید ۱۰۰ مدرسه در این استان احداث شود و با توجه به این که سالانه ۱۰ هزار دانش‌آموز جدید وارد مدارس قم می‌شوند، برای تامین فضای آموزشی مورد نیاز سالانه باید ۲۸ مدرسه ۱۲ کلاس‌ه احداث شود. به گفته وی، استان قم از نظر تراکم دانش‌آموزی بیست و هفتمین استان کشور است.

رییس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم:

قم برای استقرار صنایع پیشرفته امکانات لازم را دارد

رییس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم گفت: این استان امکانات زیرساختی مناسبی برای استقرار فعالیت‌صنایع پیشرفته مورد نیاز کشور دارد.

محمود سیجانی بیان کرد: صنعت قم، جوان و به‌روز است و بر همین اساس به‌سرعت می‌تواند در حوزه زیرساختی تغییرات لازم را برای استقرار صنایع پیشرفته در خود ایجاد کند. وی افزود: شهرک‌های صنعتی استان نیز از امکانات مورد نیاز سرمایه‌گذاران برای استقرار صنایع پیشرفته برخوردار است و به‌سرعت می‌توان چرخه تولید محصولات با فناوری بالا را در قم فعال کرد. وی ادامه داد: تعامل رو به رشد بخش صنعت قم با مراکز دانشگاهی استان و امکان استفاده از جدیدترین دستاوردهای علمی و مهندسی در تولید بهره‌روز محصولات، از دیگر مزایای آن برای استقرار صنایع پیشرفته است. سیجانی گفت: همچنین طی سال‌های اخیر، راهبردد تکمیل زنجیره تولید در قم به‌طور جدی مورد توجه قرار گرفته و همین عامل امکان مطلوبی برای تامین نیاز اولیه مورد نیاز صنایع ایجادشده در استان است. وی بیان کرد: از جمله نکات مثبت استقرار صنایع پیشرفته و راهبردی در قم که بزرگ‌ترین بازارهای مصرف کشور در اطراف آن جان گرفته، کاهش تأثیرگذاری تحریم اقتصادی دشمن در حوزه صنعت و تسهیل دسترسی مردم به محصولات مورد نیازشان است. وی ادامه داد: در حال حاضر نیز صنایع پیشرفته در بخش‌های مختلف همچون تولید لوازم خانگی، حوزه نفت و گاز، پتروشیمی، قطعات خودرو و تجهیزات ساختمانی در قم فعال و در حال گسترش است.

حسن نجفی فرشته نجات کودک سه ساله شد

تقدیر شهردار پردیسان از باغبان مسئولیت‌پذیر

باغبان مسئولیت‌پذیر بوستان نخبگان در پردیسان کودک سه ساله‌ای را که حین بازی دچار سانحه شده بود، از مرگ نجات داد. حسن نجفی باغبان بوستان نخبگان در پردیسان کودک سه‌ساله را در حادثه غرق‌شدگی در آب‌نمای بوستان پردیسان نجات داد. در این حادثه کودک سه‌ساله هنگام بازی در بوستان با سقوط در آب‌نما دچار سانحه شده که توسط باغبان از آب‌نما خارج شد. مدیر منطقه هشت شهرداری قم طی مراسمی از مسئولیت‌پذیری و حضور به‌موقع حسن نجفی باغبان بوستان تقدیر و تشکر کرد. قابل ذکر است حسن نجفی با ۲۵ سال سن و دو فرزند ۴ و ۸ ساله سابقه ۱۰ سال خدمت در شهرداری و دو سال حضور در بوستان نخبگان را دارد.



زمان دسترسی یک خانوار به مسکن به ۱۰۰ سال رسید

سقف وام مسکن افزایش می‌یابد؟



بررسی‌ها نشان می‌دهد که با توجه به افزایش شدید قیمت‌ها، اثرگذاری وام مسکن از بین رفته است؛ به طوری که هم‌اکنون وام ۱۶۰ میلیون تومانی زوجین تنها می‌توان در پایتخت ۶.۵ متر خانه خریداری کرد.

قدرت خرید وام مسکن به حدی پسرفت کرده که وزیر راه و شهرسازی در تازه‌ترین اظهارات خود، از ارائه پیشنهاد افزایش سقف تسهیلات مسکن به بانک مرکزی خبر داد. بنا به اعلام محمد اسلامی، «اما پیشنهادی برای افزایش سقف تسهیلات خرید مسکن ارائه کرده‌ایم؛ البته بسته تأمین مالی آن باید توسط بانک مرکزی تدوین و ارائه شود و تا این بانک نظر خود را اعلام نکند، نمی‌توانیم در مورد افزایش تسهیلات تصمیم‌گیری کنیم.»

وی تأکید کرد: «افزایش تسهیلات مسکن به این بستگی دارد که آیا بانک مرکزی می‌تواند منابع آن را تأمین کند یا خیر.»

♦ قدرت خرید وام مسکن در تهران چقدر است؟

بررسی‌ها نشان می‌دهد تسهیلات صندوق پس‌انداز مسکن یکم که تا اوایل سال ۱۳۹۶ حدود ۶۰ درصد قیمت یک واحد ۶۰ متری در تهران را پوشش می‌داد،

یک کارشناس اقتصادی مطرح کرد:

حذف دلالان با فروش خودرو در بورس

یک کارشناس اقتصادی گفت: با ورود خودرو به بورس، دلالی از چرخه توزیع خودرو حذف شده و سوددهی کارخانه‌های خودروسازی افزایش می‌یابد؛ همچنین با رشد مالیات، بخشی از کسری بودجه نیز تأمین می‌شود.
علی‌سعدوندی در خصوص ایده فروش خودرو در بورس، اظهار داشت: هر کاری که سبب حذف دلال شود و رابطه مستقیمی بین مشتری و کارخانه شکل دهد، خصوصاً در شرایط فعلی، به نفع اقتصاد کشور است، خصوصاً در موضوع خودرو که در حال حاضر اولویت بالایی نیز در جامعه دارد.

وی افزود: با ورود خودرو به بورس، دلالی واسطه‌گری از چرخه توزیع خودرو خارج شده و سوددهی کارخانه‌های خودروسازی نیز افزایش می‌یابد، علاوه بر آن، عایدی دولت از مالیات نیز افزایش یافته بخشی از کسری بودجه نیز تأمین می‌شود.

♦ وضعیت شورای رقابت به‌درستی وظیفه خود را انجام نمی‌دهند

این کارشناس اقتصادی با اشاره به اینکه قیمت‌گذاری شورای رقابت در این مدت با شیوه نادرستی صورت گرفته است، گفت: متأسفانه اعضای شورای رقابت به‌درستی وظایف خود را انجام نمی‌دهند البته شکی نیست که در حال حاضر انحصار در بازار خودرو وجود دارد اما انحصار قیمت‌گذاری نیز به‌عنی است که با سیاست‌گذاری اقتصادی دولت صورت گرفته‌است و این مورد نیز مزید بر علت شده‌است.
سعدوندی افزود: به نظر بنده در موضوع فروش خودرو، قیمت‌گذاری اصلاً معنایی ندارد، وظیفه‌ای که شورای رقابت باید به سرانجام می‌رساند این بود که سیاست‌ها به نحوی اصلاح شود که پنجره واردات خودرو به نحوی منطقی باز باشد تا این انحصار شکسته شود و مهم‌تر اینکه به شرکت‌های خصوصی کوچک اجازه ورود به صحنه تولید و فروش خودرو داده شود که متأسفانه در حال حاضر اینطور نیست و هم‌چنان بازار انحصاری مانده است.
وی خاطر نشان کرد: این نوع قیمت‌گذاری‌ها تأثیر چندانی بر رقابت ندارد و حتی بر این جنبه‌سال باعث تحکیم انحصار شده‌است.
در حال حاضر اگر دقت کنید اهرم فشار شورای رقابت بالای سر شرکت‌هایی که ممکن است بخواهند وارد صنعت خودروسازی شوند نیز وجود دارد و آن شرکت‌ها هم می‌دانند که برای ورود به بازار، شورای رقابت برای محصولات‌شان قیمت‌گذاری خواهد کرد که این مورد مانعی جدی برای ورود به این صنعت است و راه را برای هر نوع اختلاس برای ورود بازیگران جدید در جهت تحکیم انحصار باز می‌کند.
این استاد بانکداری و اقتصاد کلان در واکنش به سخنان رئیس شورای رقابت، درباره اینکه روش قیمت‌گذاری فروش خودرو، بهترین راه است، گفت: مطلقاً این روش قابل دفاع نیست، باید از ایشان پرسید با چه منطقی این ادعا را مطرح کرده‌اند؟ در حال حاضر روش فعلی باعث شده که هم خودروساز و هم مصرف‌کننده متضرر شوند، این سیاست‌های مغرب‌با وجود آزمایش چندساله، هم‌چنان پذیرفته شده‌است و اجرایی می‌شود ولی سیاست‌های اصلاحی به‌دلیل غیرمنطقی، کنار گذاشته‌می‌شود.



آنچه نقش اصلی در رشد ۳۷ درصدی تولید لوازم خانگی طی دوره پنج‌ماهه نخست سال جاری داشته، بومی‌سازی قطعات و مواد اولیه مورد نیاز بوده‌است به‌طوری‌که اسمازل بارها فعالان این صنعت اعلام کرده‌اند که توانسته‌اند به بومی‌سازی ۷۰درصدی مواد اولیه، اجزا و قطعات در ساخت انواع لوازم خانگی برسند.

وقتی خبر تعطیلی کارخانه ارب، برند ایرانی با قیمت چند ده ساله منتشر شد، هنوز صاحبان چشم رنگی و چشم بادامی برندهای خارجی لوازم خانگی کشورمان را ترک نکرده‌بودند و به دلیل وفور کالا در بازار و شرایط رقابتی، این لوازم با ترند جایزه و تخفیف به فروش می‌رفت. در آن زمان اقشار مختلف درآمدی هنوز آنقدر قدرت خرید داشتند که بخواهند برای راه بیشتر لوازم مصرفی در خانه‌را ارتقا دهند و بازار تعمیرات لوازم خانگی و برقی رونق امروز را نداشتند. بازار ارزشیاب‌داشت و تورم جلوی رفاه خانوار سد نمی‌ساخت.

تمام این روزها نه برای روزگاران دور بلکه به دوره قبل از

حالا اثرگذاری خود را از دست داده است. در واقع هم‌اکنون با وام ۱۶۰ میلیون تومانی زوجین می‌توان در پایتخت ۶.۵ متر مسکن خریداری کرد.

آخرین گزارش بانک مرکزی از تحولات بازار مسکن مربوط به شهریورماه امسال بیانگر آن است که متوسط قیمت یک متر مربع زیربنای واحد مسکونی معامله‌شده بازار از تپه‌بنگاه‌های معاملات ملکی شهر تهران به ۲۴ میلیون و ۲۸۰۰ هزار و ۱۰۰ تومان رسیده است که نسبت به ماه مشابه سال قبل، رشد ۹۱.۷ درصدی را نشان می‌دهد.

در این میان، بنا به اعلام معاون وزیر راه و شهرسازی، «متوسط قیمت مسکن ۲۶ استان کشور زیر ۱۰ میلیون تومان است.» محمود محمودزاده معتقد است: «اگر در تهران عدد منطقه یک را از متوسط قیمت مسکن خارج کنیم، متوسط قیمت مسکن پایتخت به ۱۰ تا ۱۵ میلیون تومان خواهد رسید.»

اما با این حال، به گفته وی، «براساس بررسی‌های صورت گرفته در ۷ استان کشور (در شهرهای مرکز استان متوسط قیمت هر مترمربع واحد مسکونی طی مرداد ۹۹) زیر ۵ میلیون تومان بوده است. در ۱۹ استان متوسط قیمت مسکن

زیر ۱۰ میلیون تومان، در ۲ استان بالای ۱۰ میلیون وزیر ۱۵ میلیون تومان فقط در یک استان (شهر تهران) متوسط قیمت مسکن بالای ۲۰ میلیون تومان بوده است.»

محمودزاده با تأکید بر این‌که در ۲۶ استان کشور متوسط قیمت مسکن زیر ۱۰ میلیون تومان است، متذکر شد: «اگر برای این استان‌ها متوسط‌گیری کنیم، متوسط قیمت مسکن کشور ۲۴ میلیون تومان نیست، بلکه ۱۰ تا ۱۲ میلیون تومان خواهد بود.»

♦ زمان دسترسی یک خانوار به مسکن به ۱۰۰ سال رسید

آن طور که در گزارش‌ها دیده می‌شود، مدت زمان دسترسی یک خانوار به مسکن به ۱۰۰ سال رسیده است. محاسبات نشان می‌دهد در صورتی که متوسط درآمد هر خانوار براساس دریافتی یک کارگر قرارداد مستقیم را رقمی حدود ۳ میلیون تومان در هر ماه فرض کنیم، و از آنجایی که مرکز آمار، سبد هزینه‌ای خانوار از بخش مسکن را یک‌سوم درآمد‌های آن‌هایی‌داند، در نتیجه یک خانوار تا ۱۱ میلیون تومان از درآمد سالانه خود را به بخش مسکن اختصاص می‌دهد.

با توجه به اینکه متوسط قیمت هر متر مربع واحد مسکونی در تهران تا ۲۴.۲ میلیون تومان است؛ قیمت یک واحد مسکونی ۵۰ متری به یک میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان است. در صورتی که رشد سالانه قیمت مسکن را با رشد سالانه حقوق کارگر برابر و یکسان در نظر بگیریم، بیش از ۱۰۰ سال طول می‌کشد تا این خانوار بتواند از طریق سیستم پس‌انداز، مسکن مورد نیاز خود را خریداری کند. اگر این فرد بخواهد قیمت‌های از زمان مورد نظر را از تسهیلات مسکن جبران کند، این شاخص برای متقاضی فردی دریافت تسهیلات (به ۱۰۰ میلیون تومانی) به ۹۰ سال و برای زوجین (تسهیلات ۲۰۰ میلیون تومانی) به ۸۰ سال کاهش می‌یابد.

♦ افزایش وام مسکن چه زمانی کارایی دارد؟

در این شرایط، کارشناسان و تحلیلگران اقتصادی اعتقاد دارند افزایش تسهیلات خرید مسکن فقط در صورتی قدرت خرید متقاضیان را تقویت می‌کند که ثبات اقتصادی حاکم باشد؛ در غیر این صورت با افزایش نرخ تورم، افزایش وام ارزش خود را از دست می‌دهد. ثبات قیمت مسکن از سال ۹۲ تا ۹۵ نیز این موضع کارشناسان را تأیید می‌کند. در این سال‌ها افزایش تسهیلات و پرداخت تسهیلات در قالب سپرده‌گذاری در صندوق مسکن یکم برای خانه اولی‌ها در کنار ثبات قیمت مسکن موجب شد متقاضیان واقعی در بازار بتوانند مسکن مورد نیاز خود را تهیه کنند. اما افزایش قیمت‌ها از پاییز ۹۶ و تشدید آن در ۲ سال و نیم گذشته، باعث شده که تسهیلات مسکن به‌ویژه تسهیلات در قالب صندوق یکم، کارایی خود را از دست بدهد و متقاضیان در بازار مسکن از خرید بازمانند.

براساس گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس، راه‌اندازی صندوق یکم در زمانی که معاملات مسکن در رکود قرار داشت، با استقبال بسیار خوبی روبرو شد. سیاست‌های دولت تا قبل از تحولات اقتصادی به وجود آمده در دو سال گذشته در جهت تأمین مالی خرید مسکن خانه اولی‌ها از محل صندوق پس‌انداز مسکن یکم تا حدودی موفق عمل کرد. اما با افزایش جهشی قیمت مسکن و ثابت ماندن سقف تسهیلات صندوق، عملاً توانایی خرید مسکن به‌خصوص در شهرهای بزرگ از متقاضیان سلب شده است.

کارشناسان اقتصادی مطرح کردند؛

هشدار تور می نسبت به دو طرح اقتصادی

طرح تأمین کالاهای اساسی و اقدام ملی مسکن از جمله تصمیمات مجلس فعلی است که کارشناسان اقتصادی نسبت به تورم‌زا بودن آن‌ها هشدار می‌دهند و درخواست لغو آن‌ها را دارند.

طرح تأمین کالاهای اساسی با اختصاص کالا برگ، یکی از طرح‌های اقتصادی مجلس است که اخیراً نمایندگان مجلس با کلیات آن موافقت کردند؛ بنابراین، برای تأمین بخشی از نیازهای معیشتی خانوارهای کم‌درآمد و ویژه خانوارهای کم‌برخوردار، در شش ماهه دوم سال ۱۳۹۹ و به صورت ماهانه، بارانه اعتبار خرید به هر فرد ایرانی شناسایی شده در طرح معیشت خانوار را از این طریق به کارت پاره‌انه نقدی سرپرست خانوار واریز می‌شود.

طبق این طرح، خانوارهایی که سطح درآمد آنها کمتر از مبلغ حداقل دستمزد است، از دو برابر پاره‌انه سایر خانوارهای مشمول بهره‌مندی می‌شوند که شناسایی این خانوارها نیز به عهده وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی است.

در این بین، کارشناسان اقتصادی از آنجا که منابعی در کشور برای اجرای اینگونه طرح‌ها وجود ندارد و تنها منجر به خلق پول می‌شود، این قبیل طرح‌ها را تورم‌زا و مشکل‌آفرین برای اقتصاد می‌دانند.

صادق الحسینی در این زمینه می‌گوید که در شرایط فعلی که تورم بالای ۳۰ درصد است، اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند باعث ۳۰ درصد تورم جدید ایجاد کند که بسیار خطرناک است. همچنین، طبق گفته وی این تصمیمات ظاهر

قشنگی دارد اما با چاپ پول از جیب بانک مرکزی منابع زیادی حیف و میل می‌شود و فساد زیادی هم رخ خواهد داد.

علاوه بر این، اقتصاددانان نسبت به اجرای طرح اقدام مسکن ملی نیز هشدار می‌دهند و آن را هم تورم‌زا می‌دانند؛ به‌گونه‌ای که صادق الحسینی معتقد است که اینگونه طرح‌ها می‌تواند آینده اقتصاد کشور را به گروگان بگیرد و اختصاص اعتباراتی به مردم می‌شود؛ از سمت بانک مرکزی به این طرح، آثار تورمی بسیار بزرگی دارد.

همچنین، کامران ندری یک کارشناس اقتصادی دیگر نیز هشدار می‌دهد که اگر منابع این طرح از طریق اعطای وام تأمین شود، منجر به افزایش تورم خواهد شد و از آنجا که تورم قدرت خرید مردم را کاهش داده، برای حل مشکل مسکن باید سعی کرد تا تورم مهار شود.

از سوی دیگر، جمعی از اقتصاددانان کشور در یک نامه خواستار لغو فوری طرح اقدام ملی مسکن شدند. با این حساب، از آنجا که در حال حاضر اقتصاد ایران تورم بالایی را تجربه می‌کند و مردم تحت فشار این تورم و قیمت‌های بالا هستند، جایز است تا نمایندگان مجلس نسبت به هشدارهای اقتصاددانان نسبت به تورم زا بودن اینگونه طرح‌ها توجه کند و سعی شود تا از فشار اقتصادی بر دوش مردم کاسته شود نه اینکه باری بر دوش آن‌ها اضافه شود.

در رشد ۳۷ درصدی تولید لوازم خانگی ؛

جهش تولید لوازم خانگی؛ وقتی عدو سبب خیر می شود

کرده، نه تنها آمار تولید داخل نزولی نبود و با تکرار و حفظ اعداد تولید سال گذشته مواجه نبودیم بلکه علیه غم تمام این شرایط غیرعادی و سخت، آمارهای تولید افزایشی هم بوده است که مهم‌ترین دلیل آن پیاده‌سازی مهم‌ترین اصل اقتصاد مقاومتی یعنی اقتصاد درون‌زا و برون‌نگر است. هر چند واقعیت غیرقابل انکار این است که تغییر ذائقه مردم برای استفاده از کالای ساخت داخل، به دلیل نبود لوازم خانگی محبوب برندهای خارجی با گران بودن آن در شرایط امروز ارزی کشور می‌تواند باشد اما موضوع مهم، آغاز جریان اعتماد مردم به کالاهای وطنی و افزایش خرید این کالاهاست.

بنابراین با افزایش تقاضا نقدیگی تولیدکنندگان هم افزایش یافت و با رشد فروش بخشی از مشکلات تأمین منابع مالی که سده‌را تولید بود، رفع شد. اگر نخواهیم گزارش یک‌بطن‌فهای را هم ارائه کنیم باید بگوییم که هنوز انبار تولیدکنندگان از قطعات و مواد اولیه مورد نیاز ارز نه‌چندان گران خالی نشده‌است و این موضوع هم می‌تواند یکی از عوامل مهم رشد تولید باشد. البته دولت اخیراً اقداماتی برای ترخیص هر چه سریع‌تر کالاهای گروه ۴ که عمدتاً از کالاهای غیراساسی اما مورد نیاز برای تولیدند، از گمرکات و بنادر کشور انجام داده‌است و قرار بر این است که بانک مرکزی تسهیلاتی هم برای ترخیص این اقلام در نظر بگیرد.

اما آنچه نقش اصلی در رشد ۳۷ درصدی لوازم خانگی داشته، بومی‌سازی قطعات و مواد اولیه مورد نیاز بوده‌است به‌طوری‌که در سال جاری بارها فعالان این صنعت اعلام کرده‌اند که توانسته‌اند به بومی‌سازی ۷۰درصدی مواد اولیه، اجزا و قطعات در ساخت انواع لوازم خانگی برسند. در این میان، برخی با مدعی‌اند یکی از عوامل بالا رفتن آمار تولید کشف لوازم احتکار شده و توزیع آن در بازار است که البته هنوز گزارش رسمی از سوی نهادی این ادعا را تأیید نکرده‌است.

یکی دیگر از دلایل گرانی لوازم خانگی ساخت داخل این است که تولیدکنندگان هنوز به تولید مشترک و کاهش قیمت تمام‌شده نرسیده‌اند البته طبق گفته انجمن تولیدکنندگان لوازم خانگی ؛ از نظر فنی امکان تولید لوازم خانگی ارزان وجود دارد و با تولید مشترک می‌توان قیمت‌ها را پایین آورد. از این رو اسمازل ۱.۵ میلیون دستگاه انواع لوازم خانگی ارزان تولید می‌شود که معادل ۲ درصد سهم کل کشور است.

اقتصادی ۵

اخبار

معاون وزیر ارتباطات اعلام کرد:

ارسال روزانه ۵ تن مر سوله پستی به خارج از کشور

معاون وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات گفت: شرکت ملی پست روزانه حداقل پنج تن بسته و امانات را به خارج از کشور ارسال می‌کند.

«مضانعلی سبحانی‌فر» دیروزدر نشست خبری شرکت ملی پست که به مناسبت روز جهانی پست به صورت آنلاین برگزار شد، افزود: برخی از دانشمندان اعتقاد دارند پست ایران در جهان، اولین سیستم اطلاع‌رسانی غیر رسمی تاریخ بوده و به عنوان سازمان رسمی نیز قدمتی بیش از سه هزار سال دارد. مینکر پست، ایرانیان بودند و افتخار می‌کنیم که این خدمت از ایران به جهان تسری پیدا کرده است.

مدیرعامل شرکت ملی پست اشاره کرد: اما امروزه از دنیا کمی عقب مانده‌ایم. مسئله مهم این است که فرهنگ‌سازی مناسبی صورت نگرفته است. پراکندگی خدمت در بخش پست بسیار زیاد است و وزیر چتر یک متولی قرار نگرفته‌اند.

سبحانی‌فر در خصوص ابتلای کارمندان شرکت ملی پست به کرونا گفت: پنج نفر از همکاران ما به دلیل کرونا جان خود را از دست دادند. ۵۰ نفر اکنون در بیمارستان بستری هستند و ۶۷۰ نفر تارومز مبتلا شدند که برخی از آن‌ها بهبود یافته و سرکار حاضر شده‌اند.

او اشاره کرد: اخیراً، شرکتی برای طراحی موتوروی متناسب با نیازهای شرکت ملی پست به ما مراجعه کرده است و فکر می‌کنم تا یک ماه آینده با این شرکت برای تولید موتور برقی قرارداد ببندیم. در فاز اول دو هزار موتور برقی را به ناوگان پست کشور اضافه می‌کنیم. درباره پهپادها نیز باید بگویم که استفاده از این وسیله نیاز به مجوزهای صنعت هوایی کشور دارد. شرکت‌های دانش‌بنیان نیز در حال کار کردن برای ساخت این تجهیزات هستند.

رئیس هیات مدیره شرکت ملی پست خاطر نشان کرد: امروز سرانه بسته ما پایین‌تر از کشورهای دیگر است. در گذشته ما قبوض و نامه‌ها را توزیع می‌کردیم اما از زمانی که تکنولوژی وارد شد نامه‌ها به سمت الکترونیکی شدن رفت. در سال بیش از ۱۰۰ میلیون قبض ارسال می‌کردیم که الان این اقدام صورت نمی‌گیرد. وی اشاره کرد: اما امروز با تلاشی که صورت گرفته بحث خرید اینترنتی جای خالی توزیع پاکت نامه را پر کرده است که البته استفاده از این امکان نیاز به فرهنگ‌سازی دارد. امیدواریم با این جایگزینی بتوانیم در وقت و هزینه مردم صرفه‌جویی کنیم. اکنون ۳۰درصد ترافیک پست را خریدهای اینترنتی تشکیل می‌دهند. او با تأکید بر این که شرکت ملی پست به موازات پیشرفت تکنولوژی، تغییراتی داشته است، افزود: امروزه تأمین زیرساخت مناسب از شروط اصلی پیشرفت شرکت پست است. به همین دلیل توسعه سیستم «سوریتینگ» مکانیکی را در برنامه داریم تا بسته‌ها به صورت مکانیکی نسبت به اسکان مقصد تقسیم شود. این کار ابتدا در تهران و پنج هاب منطقه‌ای انجام می‌شود و پس از آن شهرهای دیگر نیز این کار را انجام خواهند داد. سبحانی‌فر افزود: ارتقای شبکه الکترونیکی از دیگر قدم‌هایی است که در زمینه توسعه پست خواهیم برداشت. در حال برگزاری مناقصه‌ای برای راه‌اندازی سیستم ارتقا یافته یکپارچه الکترونیکی از میدتا (زامن) تحویل در مقصد هستیم.

وی اشاره کرد: در گذشته با وانث یا کامیون پاکت‌ها و بسته‌ها را به استان‌ها ارسال می‌کردیم، اما امروز ما نیز مانند توسعه یافته، قطار را جایگزین کرده‌ایم. البته هنوز قطار اختصاصی برای این کار نداریم و صرفاً واگن‌هایی را برای جا به جایی مرسولات چارتر کرده‌ایم. این کار نیاز به همراهی دستگاه‌های دیگر دارد. امیدواریم به سمتی برویم که هوایی‌مای اختصاصی برای حمل مرسولات داشته باشیم.

معاون مسکن و ساختمان وزیر راه و شهرسازی خبر داد:

عرضه مسکن در بورس ، یک قدم تا اجرا

عرضه پروژه های مسکونی در بورس کالا که با عنوان صندوق های زمین و ساختمان یا فروش متری مسکن شناخته می شود با اصلاح آیین نامه ماده ۱۴ قانون ساماندهی و حمایت از تولید و عرضه مسکن به اجرای نهایی نزدیک می‌شود.

موضوع امکان تأمین مالی پروژه‌های حمل‌ونقل ومسکن با استفاده از ظرفیت بازار سرمایه از حدود ۱۵ ماه قبل مطرح شد که در نهایت اواسط اردیبهشت ماه با همکاری سازمان بورس و وزارت راه و شهرسازی به مرحله توافق و اجرای نهایی رسید. وزارت راه و شهرسازی در نظر دارد صندوق‌های زمین و ساختمان که هم اکنون به صورت محدود از طریق ۴ تا ۵ شرکت بخش خصوصی فعالیت می‌کنندرا گسترش دهد. معاون مسکن و ساختمان وزیر راه و شهرسازی درباره این صندوق‌ها گفته بود که عرضه پروژه های مسکن در بورس شامل اینکه سوددهی مناسبی برای سرمایه گذاران دارد، به تولید و عرضه مسکن کمک خواهد کرد. این صندوق‌ها با آنچه تحت عنوان بورس املاک و مستغلات شناخته می شود و اواخر مردادماه با عرضه یک واحد تجاری توسط شرکت عمران شهر جدید پردیس وارد مرحله اجرا شد متفاوت است. در بورس املاک، دارایی‌های مازاد شرکت‌های دولتی و بانک‌ها برای فروش در بازار سرمایه عرضه می‌شود. اما فروش متری مسکن در واقع جذب سرمایه های خرد برای اجرای پروژه های مسکونی و اهسازی است. سهام‌داران می‌توانند با خرید سهام که به صورت متری عرضه می‌شود در پایان پروژه سود متفاوت است. در بورس املاک، دارایی‌های خرید کل یک واحد مسکونی، آن را به تملک خود درآورند.

محمود محمودزاده، معاون مسکن و ساختمان وزیر راه و شهرسازی درباره آخرین وضعیت بورس مسکن گفته است: آیین‌نامه اجرایی ماده ۱۴ قانون ساماندهی و حمایت از تولید و عرضه مسکن مشکلاتی داشت که با پیگیری های

وزارت راه و شهرسازی هم اکنون این موانع برداشته شده است.

وی توضیح داد: موضوع احیا و راه‌اندازی صندوق‌های زمین و ساختمان و بهره‌مندی از این ظرفیت به‌سازمان ملی زمین‌مسکن، شرکت عمران شهرهای جدید ابلاغ شده است تا این سازمان‌ها و شرکت‌های تابعه وزارت راه و شهرسازی پروژه هایی که در قالب صندوق زمین و ساختمان قابلیت ارائه دارند، آماده و ارائه کنند. وی تصریح کرد: به زودی از ابزار سرمایه‌ای احیا و راه‌اندازی صندوق های زمین و ساختمان- برای تولید مسکن استفاده خواهد شد.

سختگوی ستاد تنظیم بازار اعلام کرد

تحويل نهاده‌های دامی منوط به عرضه کالا در شبکه توزیع

سختگوی ستاد تنظیم بازار کشور گفت: تحويل نهاده‌های دامی منوط به عرضه کالا در شبکه توزیع است زیرا این کار قطعاً حقوق مصرف کننده و تولیدکننده را تأمین می‌کند.

محمدرضا کلامی در خصوص کارلارسانی نهاده‌ها به مرغداری‌ها و دامداری‌ها، اظهار داشت: ستاد تنظیم بازار در اسفندماه سال گذشته مصوب کرد خروج همه نهاده‌های دامی از بنادر منوط به مجوز وزارت جهاد کشاورزی است.

آگهی فقدان سند مالکیت

آقای محرم قراچولری با ارائه دو برگ استشهاد شهود مصدق اعلام داشته سند مالکیت دفترچه ای ۹۳/۵ سهم مشاع از ۱۳۳۲ سهم شش‌دانگ پلک ۱۹۴۷/۷۱ اصلی واقع در بخش ۲ ثبت قم در صفحه ۴۱۹ دفتر ۳۷۴ ذیل ثبت ۶۹۷۹۹ شماره سریال ۱۴۷ ۲۸۰ بنام اسماعیل کریمی مزرعه شاه صادره و تسلیم شده که نامبرده اعلام داشته سند مالکیت در اثر سهل انگاری مفقود گردیده، لذا مراتب باستناد تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آیین نامه قانون ثبت در یک نوبت به تاریخ ذیل آگهی می‌گردد تا چنانچه کسی مدعی وجود سند مالکیت نزد خود و یا انجام معامله باشند مراتب را همراه با مدارک خود پس از انتشار آگهی ظرف مدت ۱۰ روز کنیا به این اداره اعلام و ارسال رسید اخذ نمایند تا مورد رسیدگی قرار گیرد. بدیهی است پس از انقضای مهلت مقرر نسبت به صدور سند مالکیت المثنی برابر مقررات اقدام خواهد شد. (م الحاد ۱۳۱۴)

عباس پور حسینی حجت آبادی، رئیس ثبت اسناد منطقه دو قم

اخبار

رئیس هیات بدن سازی و پرورش اندام استان قم:

تعطیلی های مکرر خسارت سنگینی به باشگاه های خصوصی وارد کرده است



رئیس هیات بدن سازی و پرورش اندام قم با اشاره به ایجاد مجدد محدودیت ها برای فعالیت باشگاه های ورزشی و بسیاری از اصناف این استان به دلیل شیوع مجدد کرونا گفت: تعطیلی های مکرر، خسارت سنگینی به باشگاه های ورزشی خصوصی قم تحمیل کرده است.

سعید آمده بایان اینکه به باشگاه های دولتی به دلیل بخشش اجاره بهای آن ها به دلیل شیوع کرونا خسارت کمتری وارد شده است، افزود: باشگاه های ورزشی خصوصی به دلیل چند برابر شدن اجاره بهای این امکان در ماه های اخیر و تعطیلی مکرر فعالیت ها، به شدت خسارت دیده اند.

وی اجاره بهای ماهانه باشگاه های متوسط و لوکس این استان را بین ۵۰ تا ۲۰۰ میلیون ریال اعلام کرد و گفت: افزایش هزینه ها، تعطیلی های مکرر و نا کافی بودن بسته های حمایتی موجب شده تا باشگاه های ورزشی به فکر واگذاری سالن و فروش وسایل و تجهیزات ورزشی خود بیفتند.

رئیس هیات بدن سازی و پرورش اندام قم بیان داشت: اداره کل ورزش و جوانان قم تا شیوع کرونا و تعطیلی باشگاه ها، در حد توان بسته هایی برای کمک به باشگاه ها و مربیان استان با اعتبارات ملی و استانی تخصیص داده است که این کمک ها بسیار ناچیز بوده و جوانگوی هزینه های وارد شده به باشگاه ها نیست. آمده ادامه داد: از آغاز شیوع کرونا در اوایل اسفندماه سال گذشته بازدیدهای گسترده ای به منظور رعایت دستورالعمل های ابلاغی ستاد ملی مقابله با کرونا از باشگاه های استان انجام شده که رعایت مسائل بهداشتی در این باشگاه ها بسیار قابل قبول بوده است.

وی با تأکید بر اینکه باشگاه های ورزشی قم خود را ملزم به رعایت کامل مسائل بهداشتی می داند، اظهار داشت: رعایت پروتکل های بهداشتی توسط باشگاه های ورزشی با جدیت انجام می شود.

رئیس هیات بدن سازی و پرورش اندام قم گفت: متأسفانه باشگاه هایی که مسائل بهداشتی را به شدت رعایت می کنند با اصراری که نسبت به رعایت این موارد بی اعتنا هستند با یکدیگر مقایسه شده و هیچ تفاوتی برای فعالیت آن ها در تصمیم گیری ها در نظر گرفته نمی شود که این موضوع موجب دلسردی باشگاه داران شده است.

وی افزود: برخی از باشگاه ها علاوه بر استفاده از دستگاه های ضد عفونی کننده با استفاده از اشعه فرابنفش، دستگاه های ضد عفونی کننده، بسته های بهداشتی و کاور رایگان، علاوه بر فاصله اجتماعی بیش از ۲۰ متر در باشگاه ها، ورزشکاران ملزم به استفاده از ماسک و لوازم بهداشتی شخصی هستند.

آمده ادامه داد: شیوع کرونا و خسارت های سنگین ناشی از تعطیلی های مکرر امکان ورزشی موجب شده تا سرمایه گذاران بخش خصوصی دیگر رغبتی برای سرمایه گذاری در ورزش نداشته باشند که این موضوع آسیبی جدی تر است. وی با اشاره به نیاز باشگاه های ورزشی برای دریافت حمایت های مالی گفت: پیشنهاد ما این است که به جای تعطیلی همه اصناف و فعالیتهای ورزشی، در اعمال این محدودیت ها، رعایت شیوه نامه های بهداشتی ملاک باشد تا باشگاه ها و اصنافی که مسائل را رعایت می کنند فعالیت آن ها ادامه داشته باشد و از فعالیت واحدهای متخلف جلوگیری شود که این موضوع موجب ترغیب رعایت مسائل بهداشتی می شود.

بیش از ۲۰ هزار ورزشکار در باشگاه های بدن سازی و پرورش اندام قم پیش از شیوع کرونا روزانه مشغول فعالیت ورزشی بودند که از این تعداد حدود پنج هزار ورزشکار بیمه شده ذیل این هیات هستند.

اسکوچیچ: به تیم ملی ایران ایمان کامل دارم

برای تحقق انتظارات هواداران می جنگیم

سرمربی تیم ملی در آستانه دیدارهای دوستانه مقابل ازبکستان و مالی در پیامی اهداف کادر فنی از این اردو و برنامه ریزی های آتی را برشمرد. به گزارش سایت رسمی فدراسیون فوتبال، دراگان اسکوچیچ، سرمربی تیم ملی در این باره عنوان کرد: ما کاملاً از انتظارات تمامی مردمی که نمایندگی شان می کنیم و هواداران تیم ملی ما گاهی برای تحقق آن خواهیم جنگید. متن کامل پیام اسکوچیچ به شرح ذیل است:

قبل از هر چیز، در این اردو مهم ترین موضوع برای من و کادر فنی انتقال انرژی مثبت و روحیه تازه به بازیکنان و هم چنین معرفی خواسته ها و انتظارات جدیدی است که از آن ها داریم.

ما قویا متقدمیم که این تیم ظرفیت های فراوان دارد و در عین حال، پتانسیل هایی که باید از حالت بالقوه به حالت بالفعل تبدیل کنیم. متأسفانه در این اردو نتوانستیم بعضی از بازیکنان را به دلیل مصدومیت در اختیار داشته باشیم اما این مسائل در فوتبال اجتناب ناپذیرند. ویروس کرونا نیز شرایطی را به وجود آورده که جابه جایی و سفر را برای ما سخت کرده است. با این حال، ما در تیم ملی برای برگزاری هر چه بهتر اردو از تمام وجودمان مایه می گذاریم. همانطور که گفتیم، من به تیم ملی ایران ایمان کامل دارم. به همین خاطر تصمیم این است که تمام تلاشمان را برای انجام مسیولیتی که داریم به کار بندیم. ما کاملاً از انتظارات تمامی مردمی که نمایندگی شان می کنیم و هواداران تیم ملی ما گاهی برای تحقق آن خواهیم جنگید.

در پاسخ به حضور در استقلال:

فکری: امیدوارم هر چه خیر است رخ دهد



سرمربی نساجی مازندران و گزینه اصلی هدایت استقلال، گفت: امیدوارم هر چه خیر باشد در این راستا رخ دهد. «محمو فکری» در جریان تمرین دیروز تیمش که در ورزشگاه کارگران تهران برگزار شد در پاسخ به سوالات متعدد خبرنگاران، اظهار داشت: صحبت ها را دیروز انجام دادم و انشالا هر چه خیر است، رخ بدهد. وی در خصوص اینکه حضورش در استقلال نهایی شده است، گفت: امیدوارم برای همه اتفاقات خیر رخ دهد. باید ببینیم خدا چه می خواهد. فکری در مورد اینکه گفته می شود مسولان استقلال از او خواسته اند تا خودش رضایت نامه اش را از نساجی بگیرد، عنوان کرد: توکل بخدا و باید ببینیم چه رخ می دهد. این مربی در خصوص خنده های متوالی اش در جریان این مصاحبه با خبرنگار جواب داد: من فقط در زمان بازیکنی در زمین کمی عصبانی بودم، وی در پاسخ به این سوال که قرار است امروز در جلسه با مدیران نساجی، تکلیفش مشخص شود نیز گفت: جلسه داریم و باید ببینیم چه اتفاقی رخ می دهد. فکری در حالی از پاسخ دادن کامل به سوالات طفره رفت که بنظر کار انتقال وی به استقلال تمام شده و او برای فصل جدید هدایت آیپوشان پایتخت را برعهده خواهد گرفت. او سال ها بازیکن استقلال بود و باوریند کاپیتانی این تیم را در اختیار داشت.

پیش بینی ترکیب احتمالی تیم ملی؛

ترکیب اسکوچیچ؛ چیزی شبیه به یحیی و فرهاد



با توجه به نقرات دعوت شده به تیم ملی و شناختی که از «دراگان اسکوچیچ» وجود دارد تیم ملی با آرایش ۲-۴-۴ خطی به مصاف ازبکستان می رود. سرانجام پس از کش و قوس های فراوان «دراگان اسکوچیچ» توانست لیست خود را برای دعوت از بازیکنان تیم ملی ایران اعلام کند و بازیکنان گرد هم آمده اند تا با سرمربی جدید خود در ۲ دیدار دوستانه به میدان بروند. لیست ۲۳ نفره اسکوچیچ نکات جالب، ابهام برانگیز و تعجب آمیزی هم داشت که در به صورت مفصل راجع به آن صحبت کردیم. در این گزارش اما قصد داریم پیش بینی از ترکیب و آرایش تیم ملی با توجه به نقرات دعوت شده داشته باشیم.

اسکوچیچ در دوران مربیگری خود خصوصاً در صنعت نفت نشان داد که علاقمند به تغییر سیستم های متفاوت با توجه به هر بازی و حریف مورد نظر دارد. اسکو در تیم آبادانی از ۶ آرایش مختلف بهره برد. تیم او با آرایش های ۲-۵-۲، ۱-۳-۶، ۲-۴-۲ (لوزی)، ۴-۴-۲ (خطی)، ۳-۲-۳ و ۴-۲-۳ به میدان رفت و نتایج مختلفی را هم گرفت. با این وجود تصور می شود که در تیم شجاع خلیل زاده و مجید حسینی احتمال دارد از یکی از این ۳ سیستم بهره برد که در ادامه به تشریح آن می پردازیم.

متممترین سیستمی که اسکوچیچ روی آن احتمالاً برنامه دارد آرایش ۲-۴-۲ خطی است. یعنی ۲ هافبک مرکزی و ۲ هافبک که متمایل به جناحین هستند. سیستمی که «یحیی گل محمدی» در پرسپولیس با آن تیمش را به فینال رساند و «فرهاد مجیدی» هم در استقلال در چند دیدار از آن بهره برد و نتیجه گرفت. خود اسکوچیچ هم با صنعت نفت با استفاده از همین روش ۲ بازی به میدان رفت و ۲ برده دست آورد و کلی هم دریافت نکرد. ♦ **اماترکیب احتمالی به چه ترتیبی خواهد بود؟**

دروازه بان: با توجه به غیبت علیرضا بیرانوند به نظر می رسد جدی ترین گزینه برای ایستادن درون دروازه امیرعبادزاده باشد. امیر در ماریتیمو گلر فیکس است و در برابر پورتو هم نمایش درخشانی داشت و از اعتماد به نفس بالایی برخوردار است. او احتمالاً جلوتر از نیازمند و مظاهری گزینه اصلی تیم ملی خواهد بود. مدافعان وسط: در پست دفاع مرکزی چهار گزینه روی میز اسکو است. شجاع خلیل زاده، عارف غلامی، محمدحسین کنعانی زادگان و مجید حسینی. شجاع و غلامی روی گارد چپ می توانند بهتر کار کنند و ۲ بازیکن دیگر روی بازی راست نمایش بهتری داشته اند. به این ترتیب احتمالاً ترکیب شجاع خلیل زاده و مجید حسینی احتمال ترین گزینه است. دیگر گزینه محتمل زوج کنعانی زادگان و حسینی است.

مدافعان کناری: در سمت راست خط دفاعی سه گزینه در دسترس است. بازیکن سابق پرسپولیس با بیان اینکه سرخپوشان تهرانی کار بزرگی را در لیگ قهرمانان آسیا انجام دادند، گفت: قهرمانی این تیم در این مسابقات دور از دسترس نیست.

رضا ترابیان در مورد پیروزی پرسپولیس برابر النصر عربستان و رسیدن به فینال لیگ قهرمانان گفت: ابتدایی که گل محمدی به عنوان سرمربی تیم پرسپولیس معرفی شد خیلی خوشبین نبودم که با تغییراتی که در این تیم صورت گرفته است بتواند نتایج قابل قبولی کسب کند.

وی ادامه داد: رفتن چند بازیکن قدیمی، اضافه شدن تعدادی بازیکن جدید و عدم هماهنگی آنها می توانست به پرسپولیس ضربه بزند اما خوشبختانه نقرات جدید انگیزه بالایی داشتند تا بتوانند خود را ثابت کنند و همین مسئله باعث شد تا خیلی زود هماهنگی لازم بین بازیکنان پرسپولیس بوجود آمده و این تیم نتایج خوبی کسب کند.

ملی پوش سابق تیم ملی ایران تأکید کرد: سرخپوشان تهرانی با اینکه فشار بازیها، آنها را خسته کرده بود عملکرد بسیار خوبی برابر النصر عربستان داشتند و توانستند این تیم را شکست داده و به فینال لیگ قهرمانان راه پیدا کنند. به نظر من با هماهنگی ای که در پرسپولیس وجود دارد قهرمانی این تیم دور از دسترس نیست و سرخپوشان می توانند جام قهرمانی را بالای سر ببرند. وی در مورد اینکه فاصله ایجاد شده بین دیدار نیمه نهایی و فینال شرایط پرسپولیس را تغییر خواهد داد یا خیر، گفت: با توجه به اینکه بازیها خیلی فشرده بود و بازیکنان دچار خستگی زیادی شده بودند به نظر من این اتفاق می تواند برای پرسپولیس مثبت باشد. زیر هم استراحت خواهند کرد و هم در لیگ که از ابتدای آبان شروع خواهد شد به هماهنگی بیشتری خواهند رسید.

ترابیان در مورد عملکرد دیجی گل محمدی هم گفت: یحیی در لیگ قهرمانان بهترین مربی بود و حالا انتظارات از او بالاتر رفته است. خوشحالم که گل محمدی توانست خود را در پرسپولیس ثابت کند. البته او مقابل استقلال به دلیل نداشتن تمرکز با اشتباهات فردی بازی را به رقیب همیشگی اش واگذا کرد و این مسئله باعث شد تا برخی هواداران پرسپولیس علیه او موضع گیری کنند ولی باید طرفداران به یحیی اعتماد کنند و اجازه دهند او با آرامش کارش را انجام دهد. حمایت آنها می تواند باعث دلگرمی گل محمدی و بازیکنانش باشد.

مدافع سابق پرسپولیس در پایان و در پاسخ به این پرسش که آیا سرخپوشان می توانند در فینال اسمال سنت شکنی کرده و به قهرمانی دست پیدا کنند، گفت: در سالهای گذشته هرگز مقابل تیم های شرق آسیا در فینال موفق نبوده ایم اما امیدوارم اسمال این اتفاق رخ دهد. با شناختی که از بازیکنان پرسپولیس دارم و احساس مسئولیتی که آنها نسبت به کشور و هواداران شان دارند امیدوارم بتوانند فینال لیگ قهرمانان را با پیروزی به پایان رسانند و جام قهرمانی را به ایران بیاورند.

رضاترابیان:

قهرمانی پرسپولیس در آسیادور از دسترس نیست



بازیکن سابق پرسپولیس با بیان اینکه سرخپوشان تهرانی کار بزرگی را در لیگ قهرمانان آسیا انجام دادند، گفت: قهرمانی این تیم در این مسابقات دور از دسترس نیست.

رضا ترابیان در مورد پیروزی پرسپولیس برابر النصر عربستان و رسیدن به فینال لیگ قهرمانان گفت: ابتدایی که گل محمدی به عنوان سرمربی تیم پرسپولیس معرفی شد خیلی خوشبین نبودم که با تغییراتی که در این تیم صورت گرفته است بتواند نتایج قابل قبولی کسب کند.

وی ادامه داد: رفتن چند بازیکن قدیمی، اضافه شدن تعدادی بازیکن جدید و عدم هماهنگی آنها می توانست به پرسپولیس ضربه بزند اما خوشبختانه نقرات جدید انگیزه بالایی داشتند تا بتوانند خود را ثابت کنند و همین مسئله باعث شد تا خیلی زود هماهنگی لازم بین بازیکنان پرسپولیس بوجود آمده و این تیم نتایج خوبی کسب کند.

ملی پوش سابق تیم ملی ایران تأکید کرد: سرخپوشان تهرانی با اینکه فشار بازیها، آنها را خسته کرده بود عملکرد بسیار خوبی برابر النصر عربستان داشتند و توانستند این تیم را شکست داده و به فینال لیگ قهرمانان راه پیدا کنند. به نظر من با هماهنگی ای که در پرسپولیس وجود دارد قهرمانی این تیم دور از دسترس نیست و سرخپوشان می توانند جام قهرمانی را بالای سر ببرند. وی در مورد اینکه فاصله ایجاد شده بین دیدار نیمه نهایی و فینال شرایط پرسپولیس را تغییر خواهد داد یا خیر، گفت: با توجه به اینکه بازیها خیلی فشرده بود و بازیکنان دچار خستگی زیادی شده بودند به نظر من این اتفاق می تواند برای پرسپولیس مثبت باشد. زیر هم استراحت خواهند کرد و هم در لیگ که از ابتدای آبان شروع خواهد شد به هماهنگی بیشتری خواهند رسید.

ترابیان در مورد عملکرد دیجی گل محمدی هم گفت: یحیی در لیگ قهرمانان بهترین مربی بود و حالا انتظارات از او بالاتر رفته است. خوشحالم که گل محمدی توانست خود را در پرسپولیس ثابت کند. البته او مقابل استقلال به دلیل نداشتن تمرکز با اشتباهات فردی بازی را به رقیب همیشگی اش واگذا کرد و این مسئله باعث شد تا برخی هواداران پرسپولیس علیه او موضع گیری کنند ولی باید طرفداران به یحیی اعتماد کنند و اجازه دهند او با آرامش کارش را انجام دهد. حمایت آنها می تواند باعث دلگرمی گل محمدی و بازیکنانش باشد.

مدافع سابق پرسپولیس در پایان و در پاسخ به این پرسش که آیا سرخپوشان می توانند در فینال اسمال سنت شکنی کرده و به قهرمانی دست پیدا کنند، گفت: در سالهای گذشته هرگز مقابل تیم های شرق آسیا در فینال موفق نبوده ایم اما امیدوارم اسمال این اتفاق رخ دهد. با شناختی که از بازیکنان پرسپولیس دارم و احساس مسئولیتی که آنها نسبت به کشور و هواداران شان دارند امیدوارم بتوانند فینال لیگ قهرمانان را با پیروزی به پایان رسانند و جام قهرمانی را به ایران بیاورند.

سریست فدراسیون فوتبال: تمامی لیگ های فوتبال با رعایت دستورات بهداشتی برگزار می شود



سریست فدراسیون فوتبال، صعود پرسپولیس به فینال جام باشگاه های آسیا را نتیجه برگزاری لیگ و آمادگی بازیکنان دانست و تصریح کرد: همانند سال گذشته اسمال نیز با رعایت تمامی دستورالعمل های بهداشتی لیگ برتر و تمامی لیگ های فوتبال کشور برگزار خواهد شد.

حیدر بهاروند روز سه شنبه در مجمع انتخابات هیات فوتبال خراسان شمالی اظهار داشت: در ایام شیوع کرونا فوتبال، فضای خوب و باشناطی را در خانه ها ایجاد کرده است. وی گفت: به رغم اینکه با شیوع کرونا بسیاری از ورزش ها تعطیل شدند ولی این فدراسیون، با برنامه ریزی هدفمند و رعایت تمامی شیوه نامه های بهداشتی، اقدام به برگزاری مسابقات لیگ برتر، دسته یک، لیگ دسته ۲ و دسته سوم کرد.

بهاروند با اشاره به برگزاری کلاس های آموزشی برای داوران در سطح استان ها، خاطر نشان کرد: هم اکنون کلاس های توجیهی داوری در لیگ برتر نه تنها برای داوران بلکه برای مربیان و بازیکنان نیز برگزار می شود زیرا بسیاری از مربیان و بازیکنان نسبت به قوانین بازی توجیه نیفتند و برگزاری این کلاس ها نقش ویژه ای در کاهش محرومیت های بازیکنان، مربیان و تیم ها در رقابت ها خواهد داشت. وی همچنین با اعلام اینکه با تأیید فیفا، سامانه کمک داور الکترونیکی دست کم برای قضاوت یک سوم رقابت های لیگ برتر به کار گرفته می شود، اگر چه اشتباهات داوری جزئی از بازی است ولی فدراسیون بحث وی، آزر را به شکل جدی پیگیری می کند تا با اجرایی شدن آن، اشتباهات داوری به حداقل ممکن برسد.

♦ **هیچ دولتی یک ریال برای برگزاری مسابقات استانی هزینه نمی کند**
بهاروند با بیان اینکه هیچ دولتی یک ریال برای برگزاری مسابقات در استانها هزینه نمی کند، تصریح کرد: فدراسیون تمام هزینه های خود را برای برگزاری اردوهای ملی و استعدادیابی در رده های سنی متفاوت هزینه می کند. سریست فدراسیون فوتبال افزود: در واقع تأمین هزینه های برگزاری مسابقات استان ها، خارج از وظایف فدراسیون است و فقط در رده های سنی پایه آن هم در قالب یارانه کمک هایی اعطای می شود.

وی با اشاره به چگونگی استعدادیابی ها برای حضور در رده های متفاوت سنی تیم ملی خاطر نشان کرد: هم اکنون ۹ پایگاه استعدادیابی در کشور فعال است که بازیکنان رده های سنی جوانان و نوجوان تیم ملی از طریق این پایگاه ها و بازی های لیگ برتر انتخاب می شوند. جعفرزاده به عنوان تنها کاندیدای ریاست هیات فوتبال خراسان شمالی با کسب ۱۹ رای موفق از مجموع آرای اعضای مجمع برای سومین بار متوالی به ریاست هیات فوتبال این استان برگزیده شد.

افشین قطبی:

بازیکنان پرسپولیس نشان دادند دل شیر دارند

لیگ برتر هم جشن بگیرد. سرمربی تیم فوتبال شیواجوانگ اوربرایت چین در خصوص شانس پرسپولیس برای قهرمانی در لیگ قهرمانان آسیا گفت: تیم های قدرتمندی در شرق آسیا مدعی حضور در فینال هستند اما اگر پرسپولیس به این روند ادامه دهد شانس زیادی برای قهرمانی دارد. قطبی در خصوص ناراحتی بازیکنان پرسپولیس از مشکلات مالی باشگاه اظهار داشت: مدیریت باشگاه باید هر چه سریعتر نسبت به برطرف کردن ناراحتی بازیکنان اقدام کند تا این همسنگی و یکدلی به خطر نیفتد. **تیم ملی ایران قدرت اول آسیا است و به جام جهانی صعود می کند** سرمربی اسبق تیم ملی فوتبال ایران در مورد شانس این تیم برای صعود به جام جهانی گفت: ایران قدرت اول آسیا است و می تواند شانس زیادی برای صعود داشته باشد. وی افزود: شاید در بازی های قبل خود نتایج لازم را نگرفتم اما بازیکنان ما توانایی جبران نتایج را دارند. سرمربی تیم فوتبال شیواجوانگ اوربرایت در خصوص عملکرد این تیم در لیگ چین گفت: از عملکرد بازیکنانم رضایت دارم و خوشبختانه آنها هواداران راضی دارند و این از هر چیزی مهم تر است. وی تأکید: تیم های قدرتمند و با امکاناتی در لیگ چین حضور دارند و رقابت تیم ها بسیار نزدیک و دشوار است.



تهران - ایرنا - سرمربی اسبق تیم ملی فوتبال ایران و باشگاه پرسپولیس گفت: موفقیت های پرسپولیس در لیگ قهرمانان آسیا تاریخی است و بازیکنان نشان دادند دل شیر دارند. افشین قطبی روز سه شنبه در گفت و گویا خبرنگار ورزشی ایرنا گفت: عملکرد پرسپولیس در لیگ قهرمانان آسیا فوق العاده بود و این تیم کیفیت بسیار بالایی از خود به نمایش گذاشت که فراتر از آسیا بود. بازیکنان پرسپولیس نشان دادند دل شیر دارند. وی ادامه داد: به بازیکنان و کادرفنی تبریک می گویم. آنها یکبار دیگر غیرت ایرانی را معنا کردند. حضور افراد با تجربه و عاشقان واقعی پرسپولیس چون کریم

سخنگوی دولت:

جلسه سران قوا به توصیه ستادملی کرونا لغو شد

◀ **عده‌ای با حمله به دولت تخلیه می‌شوند**



سخنگوی دولت با تاکید بر اینکه به تصمیماتی که اتخاذ می‌شود با حسن نیت نگاه کنیم، گفت: بعد از حصول اطمینان، بنابر نظر وزارت بهداشت جلسه سران قوا برگزار خواهد شد.

«علی ربیعی» روز سه‌شنبه در نشست خبری با اصحاب رسانه در پاسخ به سوال ایرنا درباره لغوشست سران قوا وتوهمین‌ها و اتهام‌زنی برخی از نمایندگان به رییس جمهوری و ضرورت رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی، اظهارداشت: سعی می‌کنیم در نشست‌های سخنگویی به مسائل بنیادین بپردازیم؛ چندروزی است که اخبار و موضع‌گیری‌ها را رصد می‌کنم، که در شرایط امروز کشور این سخنان و مواضع برای افکار عمومی مضروبی انصافی است.

سخنگوی دولت با انتقاد از برخی اتهام‌ها به رییس و اعضای دولت و بکار بردن تعبیر ناشایست، گفت: متأسفانه اصلاح‌حاتی شکل می‌گیرد که ما تاکنون این ادبیات را در ساخت سیاسی به این شکل نداشتیم، ما چنین واژگانی نداشتیم که از تریبون‌های رسمی نماینده‌ای بگوید دولت از بالا تا پایین این گونه است و اتهام‌بزند.

ربیعی افزود: اگر همین تعبیر و اهانت‌ها را درباره یک قوه دیگر بیان می‌شد چه اتفاقی می‌افتاد؟ خوشبختانه امروز عده‌ای با حمله به دولت تخلیه می‌شوند، اشکال ندارد و دولت این راه به جان می‌پذیرد. البته عملکرد همه قوا جای نقد دارند ما هم قابل نقد هستیم.

وی تصریح کرد: اساساً رمز پیشرفت و پویایی ما این است که بتوانیم با نقدهای راهگشا مسائل کشور را دنبال کنیم ولی استفاده از چنین تعبیری اساساً درست نیست.

سخنگوی دولت اخلاق را در جامعه مساله بسیار مهمی دانست و گفت: ایده‌ها از همین بیانات همه ما که در ساخت حاکمیت هستیم شنیده و الگوبرداری می‌شود.

ربیعی افزود: آنچه که مطلع هستم پیشنهاد جلسه را خود آقای رییس جمهوری دادند، وقت و زمان آن راه هم مشخص کردند؛ زمانی که رییس محترم مجلس به بیمارستان شریف بروند، از وزیر محترم بهداشت سوال شد که این بازدید در کدام بخش‌ها و تا چه اندازه بوده گفتند «در بخش‌های مبتلایان حتی در بخش‌هایی که افراد خیلی بدحال هم بستری هستند، این بازدید صورت گرفته است؛ ممکن است فرد خودش نگیرد ولی امکان انتقال آن وجود دارد.»

سخنگوی دولت ادامه داد: در کمیته بهداشتنی ستادملی کرونا توصیه شد که بهتر است چند وقت نشست به عقب بيفتند و تأخیر صورت بگیرد. ربیعی گفت: رهبر معظم انقلاب الگوی بزرگی برای ما هستند و همه مکلف هستیم که به پروتکل‌های بهداشتی و توصیه‌هایی که صورت گرفته عمل کنیم و قطعاً در سایه عمل کردن به پروتکل‌ها آرامش بیشتری برای کار خواهد بود.

دستیار ارتباطات اجتماعی رییس جمهوری ادامه داد: البته بازدید و سرکشی به مراکز درمانی هم امر نکویی است و ما امر نکورا باید بگوییم که خوب است ولی باید در شرایطی باشد که اگر بازدیدهم صورت گرفته باید بنابر نظر وزارت بهداشت در زمان خاص باشد و بعد از زمانی که اطمینان از عدم انتقال حاصل شد، جلسه سران قوا برگزار شود.

سخنگوی دولت افزود: از قبل و زمانی که این اتفاق نیفتاده بود من دیدم کسی پیش‌بینی کرده بود که اینجا بازدید می‌شود و این اتفاق هم می‌افتد مثل اینکه

پیشگویدو بندوبش‌بینی کردند. نباید چنین اتفاقی بیفتد. وی تصریح کرد: ما همواره به نظرات و تصمیمات احترام گذاشتیم؛ البته همه باید به هم احترام بگذاریم و با حسن نیت به مسایل نگاه کنیم و اگر تصمیمی گرفته‌می‌شود احساس کنیم که عقبه کارشناسی پشت آن بوده و حسن نیت بوده است.

ربیعی خاطرنشان کرد: زمان برای تشکیل جلسه فراوان است و باز هم بعد از حصول اطمینان و بنابر نظر وزارت بهداشت جلسه حتماً برگزار خواهد شد.

◀ **کرونا مرزبندی و تفکیکی نمی‌شناسد**

ربیعی در ادامه نشست در پاسخ به سوالی درباره موج سوم کرونا و کاهش رعایت شهروندان و اینکه آیا دولت اقدامی برای محدودیت‌ها در زمینه مسافرت داشته یا نه، گفت: در این مرحله کمیته امنیتی - اجتماعی یک سری مراکز را مشخص و تعطیلی این مراکز را به همه استان‌ها واگذار کرد که تصمیم بگیرند و تعطیل کنند. وی افزود: در مورد سفر هنوز در ستاد ملی کرونا تصمیم‌گیری نکرده است و

بیشتر باید گزارش‌های استان‌های درگیر و بیمارستان‌ها در کمیته اجتماعی بررسی شود و با توجه به تعطیلاتی که پیش‌روداریم، در ستاد تصمیم بگیریم. سخنگوی دولت با تاکید بر اینکه کرونا هیچ مرزبندی و تفکیکی برای ابتلا کردن قائل نیست، گفت: ما هم بدون مرزبندی باید با هم زبانی، هم‌دلی و همراهی همگانی به این مبارزه ادامه دهیم و کمک کنیم با افزایش نظارت همگانی و اقدامات راه‌طلبانه در جامعه به خودکنترلی در این زمینه برسیم.

◀ **افرادی که پروتکل‌های بهداشتی را رعایت نمی‌کنند، جریمه می‌شوند**
ربیعی در پاسخ به اینکه دولت قبال افرادی که پروتکل‌های بهداشتی را رعایت نمی‌کنند، چه رویکردی دارد، گفت: موضوع در کمیته امنیتی و اجتماعی مطرح شد و روز شنبه آینده در ستاد ملی کرونا تصمیم نهایی گرفته می‌شود. در حوزه ادارات، مشاغل و اصناف و حمل‌ونقل عمومی افرادی که پروتکل‌های بهداشتی را رعایت نکنند به صورت قطعی از ارائه خدمات به آنها جلوگیری و در این زمینه سختگیری ۱۰۰ درصدی برای عدم ارائه خدمات دنبال می‌شود.

ربیعی با بیان اینکه قرار در گام نخست جرائم برای افرادی که پروتکل‌های بهداشتی را رعایت نمی‌کنند، در نظر گرفته شده است، تصریح کرد: افرادی که مبتلا شده و رعایت نمی‌کنند در گام نخست در صورتی که به تحرک خود در جامعه ادامه داده و رعایت نکنند، اقدام‌های حقوقی علیه آنها انجام خواهد گرفت و به مقامات قضایی معرفی می‌شوند.

سخنگوی دولت ادامه داد: این افراد جان دیگر انسان‌ها را به خطر می‌اندازند و اقدام این افراد به مانند این است که فردی در خودرویی که ترمز ندارد نشسته و جان دیگر افراد جامعه را به خطر بیندازد. البته اقدام‌های حقوقی علیه این افراد در نظر گرفته شده است که ساز و کار آن هفته جاری بررسی می‌شود.

◀ **داده‌های بیماران کرونایی در اختیار نهادهای پیگیر قرار می‌گیرد**

ربیعی با اشاره به مدنظر قرار دادن تجربه موفق برخی از کشورها در مبارزه با کرونا یادآور شد: قرار است داده‌های وزارت بهداشت که از آزمایشگاه خصوصی و دولتی سایر مراکز می‌آید جمع‌آوری شده و این داده‌ها در اختیار نیروی نظامی، بسیج و سایر افراد و نهادهایی که قرار است در کنترل بیماری کمک کنند، قرار بگیرد. همچنین از طریق رصد این افراد در جامعه امکان پیشگیری و جلوگیری از شیوع بیشتر بیماری میسر می‌شود و ابزارهای الکترونیکی به کمک رصد افراد

مبتلا خواهد آمد.

سخنگوی دولت درباره دیگر افرادی که در مراکز پرخطر مجبور به ارائه خدمت هستند نیز توضیح داد: برای چنین افرادی که در قسمت‌های پرخطر مانند مترو و فروشگاه‌ها و مراکز خرید، خدمات ارائه می‌دهند، اگر فردی پروتکل‌های بهداشتی را رعایت نکنند، متوقف شده و درباره شیوه جریمه با این افراد در هفته آینده نیز بحث و بررسی می‌شود.

وی با تاکید بر اینکه باید به موضوع کرونا به عنوان یک خرد جمعی و مسوولیت اجتماعی نگاه شود، تصریح کرد: در صورت عدم رعایت پروتکل‌های بهداشتی هم خود مبتلا شده و هم اینکه می‌توانیم دیگران را مبتلا کنیم. البته باید توجه داشته باشیم برای عبور از شرایط سخت کشور نیازمند کاهش ابتلاها و کاهش بیمار مبتلا در بیمارستان‌ها هستیم تا چرخه اقتصاد نیز در کنار آن فعال بماند.

◀ **حفظ امنیت شهروندان وظیفه حاکمیت و دولت است**

ربیعی درباره بر خورد با بدحجابی و بی‌حجابی در سطح جامعه، گفت: انتساب و استناد اخبار و مواضعی که از سوی برخی انمه جمعاعات مطرح شده بود از سوی دفاتر آنها تکذیب شد که باید تشکر کنیم که زمینه سوءاستفاده از آن ناآگاهان داخلی و شیاطین خارجی که قصد دارند بر ضد جمهوری اسلامی مساله‌سازی کنند، گرفتند.

سخنگوی دولت اظهار داشت : سابقه نشان می‌دهد در این موارد همواره دو گروه آماده سوء استفاده هستند، یک گروه برای حمله به نظام بهانه می‌کنند و گروه دیگر برداشت‌های اشتباه می‌کنند و منتظر اقدامات غیرقانونی علیه حقوق دیگران می‌شوند.

وی حفظ امنیت شهروندان بر اساس قانون اساسی و قوانین موضوعه تکلیف و وظیفه حاکمیت و دولت دانست و گفت: در برخورد با تخلفات هم باید بر اساس مقررات عمل شود و هم اجرای آن باید بر اساس حفظ امنیت باشد و نه ایجاد اختلال در امنیت؛ خوشبختانه موضوع رسمی هیچکس در حاکمیت این گونه رفتارهایست.

◀ **مثل ترامپ به مرگ دیگران نمی‌اندیشیم**

ربیعی درباره ابتلای رییس جمهوری آمریکا به ویروس کرونا و تأثیر آن بر بازارهای اقتصادی گفت: مساله اصلی مادر این زمینه گفتمان حیات است، برای ماندگی همه انسان‌ها و در میان آنها همه ایرانیان و حق دسترسی همه ایرانیان به دارو و اقلام مورد نیاز میماند.

سخنگوی دولت گفت: در حالی که ترامپ امروز در همه دنیا نفرت‌پراکنی می‌کند و انسان‌های زیادی ناشی از سیاست‌های او کشته می‌شوند و دستور ترور سردار بزرگ ما صادر می‌کند، اما ما مثل ترامپ به مرگ دیگران نمی‌اندیشیم.

◀ **اختصاص درآمد نفت به دارو و کالاهای اساسی در سال آینده**

ربیعی در پاسخ به سئوالی درباره موضوع دولت در رابطه با طرح تأمین کالاهای اساسی مطرح در مجلس شورای اسلامی خاطرنشان کرد: این طرح و دیگر ایده‌های مطرح درباره استفاده از ارز چهار هزار و ۲۰۰ تومانی برای کالاهای اساسی در دولت در حال بررسی و نهایی شدن هستند.

سخنگوی دولت گفت: وقتی می‌خواستیم بسته کمک معیشتی به مردم ارائه کنیم قصد دولت ارائه کالا بود و اکنون نیز ایده‌ای که مختلفی درباره چگونگی استفاده از ارز چهار هزار و ۲۰۰ تومانی برای رساندن کالاهای اساسی به دست مصرف‌کننده نهایی مطرح است که امروز هم ستاد اقتصادی دولت این طرح‌ها را بررسی کرد. ربیعی با ابراز نگرانی نسبت به وجود شکاف قیمتی بین هزینه پرداختی برای واردات کالاهای اساسی و هزینه‌ای که مصرف‌کننده نهایی می‌پردازد، افزود: دولت نظارت‌ها را تقویت خواهد کرد تا مانع هرگونه سوءاستفاده از این موضوع شود.

سخنگوی دولت با اشاره به بررسی طرح مجلس برای تأمین کالاهای اساسی ا فشار کم درآمد در سازمان برنامه و بودجه کشور تصریح کرد: علت مخالفت کارشناسان سازمان برنامه و بودجه با این طرح منبع مشخص شده برای تأمین مالی این طرح است.

ربیعی با بیان اینکه محل تأمین مالی طرح مجلس، تبصره ۱۴ بودجه سال ۹۹ است، گفت: حقوق کارکنان وزارتخانه‌هایی مثل نفت و نیرو که وظیفه تأمین مالی هدمفندی بارانه‌ها را برعهده دارند در محل تبصره ۱۴ پرداخت می‌شود.

وی با یادآوری این موضوع که بسته معیشتی کمکی خانوار هم از تبصره ۱۴ تأمین مالی می‌شود، خاطرنشان کرد: دولت الان در تأمین منابع مالی آخرین بسته کمک معیشتی پرداختی به مردم با مشکل روبه‌رو مجبور شد از خزانه وام بگیرد زیرا در شرایط کرونا میزان مصرف بنزین تغییر کرد و صادرات با مشکل مواجه‌شد.

سخنگوی دولت تصریح کرد: در تأمین مالی همین بسته معیشتی هم از محل تبصره ۱۴ در برخی از ماه‌ها با مشکل مواجه هستیم.

ربیعی به نمایندگان مجلس شورای اسلامی توصیه کرد: این گونه طرح‌ها که بار مالی دارند از قبل با دولت و نظام کارشناسی کشور در میان بگذارند زیرا ارائه آنها بدون پشتوانه کارشناسان بدنه اجرایی کشور ممکن است تبعاتی در افکار عمومی داشته باشد.

وی با تاکید بر این موضوع که اراده دولت بر تأمین کالاهای اساسی مردم از طریق ارز چهار هزار و ۲۰۰ تومانی است، خاطرنشان کرد: به خاطر فشار تحریم‌ها، ارز چهار هزار و ۲۰۰ تومانی کم‌شده که امیدواریم با بهبود شرایط بتوانیم آن‌راه

کالاهای بیشتری تسری دهیم.

سخنگوی دولت با بیان اینکه امروز هم کالاهای اساسی مورد نیاز مردم با ارز چهار هزار و ۲۰۰ تومانی تأمین می‌شود، گفت: سال آینده هم پیش‌بینی کردیم تمام ارز حاصل از کل فروش نفت خام کشور را به دارو و کالاهای اساسی اختصاص دهیم.

◀ **برگرداندن ارزهای کشور در سایر کشورها سیاست‌های دولت است**

ربیعی درباره بازگشت ارزهای صادراتی به چرخه اقتصادی کشور گفت: مبلغ ۸ میلیارد دلار طی ماه‌های خرداد وارد چرخه اقتصاد کشور شده است و بسیاری از واردات کشور هم براساس همین ارزها انجام شده است؛ اگر این ارزها نیامده بود معادل تأمین ۸ میلیارد برای برخی کالاهای کمبود مواجه می‌شدیم.

سخنگوی دولت بیان کرد: برای بازگرداندن ارز، سیاست‌های تشویقی تصویب کردیم که یکی از آنها گسترش صادرات غیرنفتی موضوع جدی مورد نظر دولت است که وزارت صمت با برنامه‌ریزی برای صادرات هدفمند را بیشتر از گذشته دنبال می‌کند.

ربیعی بیان کرد: روزوارتخانه‌ای که می‌تواند صادرات انجام دهد، کمیته ویژه آن تشکیل شده است، از طرفی تلاش برای برگرداندن ارزهای که در سایر کشورها داریم، یکی از سیاست‌های برنامه‌های دولت است.

وی ادامه داد: برخی از کشورها با فشار آمریکا و در برخی از موارد با بهانه گیری‌هایی که خودشان انجام می‌دهند در شرایطی که ایران امروز بیشترین نیاز را به منابع مالی خود دارد با مردم ایران همراهی نمی‌کنند که در خاطره تاریخی ما باقی می‌ماند.

ربیعی افزود: وزارت خارجه و بانک مرکزی با روش‌های مختلف برای برگرداندن منابع مالی ایران در سایر کشورها در حال رایزنی هستند و توفیق‌هایی هم در تعدادی از این کشورها به دست آورده‌ایم.

سخنگوی دولت با اشاره به جلسات دولت با صادرکنندگان گفت: ۱۰۸ صادرکننده متعهد که صادرات هر کدام از آنها از صادرات ۹۷ و ۹۸ و دو ماهه اول سال ۹۹ بیش از ۱۰ میلیون دلار بوده است، مجموعاً ۲۶ میلیارد دلار به چرخه برگردانده اند که عملاً ۱۰۰ درصد از صادراتی دو سال گذشته و دو ماه اول سال ۹۹ است و بدون تردید در سال ۹۹ صادرات غیرنفتی بیش از سال‌های گذشته خواهد بود.

◀ **راه حل غائله قرباغ، نظامی نیست**

ربیعی در پاسخ به سوال خبرنگاری جمهوری آذربایجان مبنی بر حملات ارمنستان به مناطق غیرنظامی و موضع ایران درباره قرار دادن شهر گنجه، اظهارداشت: مواضع اصولی ما درباره اختلافات جمهوری آذربایجان و ارمنستان تاکنون بدون ابهام بیان شده است ما حفظ تمامیت ارضی جمهوری آذربایجان و احترام به منشور سازمان ملل متحد و قوانین بین المللی همواره تمامیت ارضی و جمهوری آذربایجان را مورد تاکید قرار دادیم.

سخنگوی دولت با اشاره به اظهارات هفته گذشته خود درباره اینکه تخلیه مناطق اشغالی جمهوری آذربایجان مورد تاکید دولت جمهوری اسلامی ایران است، افزود: با این دو نوظر روشن در مورد تمامیت ارضی و تخلیه مناطق اشغالی جمهوری آذربایجان تاکید می‌کنیم که دخالت نظامی ثالث را خارج از چارچوب‌های توافق شده حل اختلاف غیرسازنده و زیان‌بار می‌بینیم.

وی با بیان اینکه راه حل بحران را نظامی نمی‌دانیم، گفت: از طرف دیگر از آسیب رسیدن به جان و دارایی شهروندان مان در نواحی مرزی به شدت نگران هستیم در صورت تکرار این اتفاقات با در نظر گرفتن همه گزینه‌های موجود نسبت به آن بی تفاوت نخواهیم بود.

ربیعی خاطرنشان کرد: از دو طرف می‌خواهیم فوراً به خشونت و خونریزی خاتمه دهند و اجرای قوانین بین المللی را از راه مذاکره و دیپلماسی دنبال کنند. البته بارها تاکید کردیم ما آماده هر گونه کمک برای پایان دادن فوری به این جنگ بی نتیجه هستیم و از هر گونه ابتکار عمل صادقانه هم برای آتش بس و احیای دیپلماسی حمایت می‌کنیم.

وی تاکید کرد: بنابراین با دو موضع روشن و شفافی که در ابتدا بیان کردم ما خواهان صلح و گفت‌وگو در منطقه هستیم با تخلیه مناطق اشغالی و احترام به تمامیت ارضی جمهوری آذربایجان.

ربیعی افزود: به‌رغم اینکه به‌شکل هوشمند هر کشوری که مبادلات با ما صورت می‌دهد آمریکایی‌ها با آن کشور تماس می‌گیرد و به آنها فشار می‌آورد؛ اما به راه حل گسترش کیفیت کالاهای و بر اساس مقرن به صرفه بودن، خریداری کالای ایرانی برای تعدادی از کشورها کم‌اکن وجود دارد.

◀ **برخی با ادعای کمک ایران به طرفین منازعه قرباغ شیطنت می‌کنند**
ربیعی در پاسخ به ادعاها درباره کمک تسلیحاتی ایران به ارمنستان، گفت: همه را دیدیم برخی به دنبال این شیطنت هستند و با اینکه بیانات، فکری می‌کنند نقش جمهوری اسلامی ایران و همبستگی فرهنگی ایران با مردم منطقه را هدف قرار دهند.

سخنگوی دولت افزود: به هیچ وجه در حوزه تسلیحاتی [کمکی] بر دو طرف دعوانمی‌کنیم و به روشنی هم اعلام کردیم تمامیت ارضی جمهوری آذربایجان و رفع اشغال از شهرها مورد تاکید ماست. با حسن نیت و با آشنایی که با طرف‌های درگیر داریم سیاست جمهوری اسلامی ایران این است که با طرحی مشخص به حل مساله بپردازد.



رسانده است. گزارش‌های هفتگی وزرای کابینه درباره اقدامات وزارتخانه‌ها هم در راستای همین اطلاع‌رسانی از سوی قوه مجریه بوده است. واقعیت آن است که تلاش‌های برای بهبود شرایط زندگی مردم این روزها در بمباران خبرهای منفی و تحلیل‌های ناامیدکننده رسانه‌های فارسی زبان خارج از کشور چندان دیده و شنیده نمی‌شود. در این میان اگر برخی از مسوولان فرصت‌های سخن گفتن به مردم را به هر دلیلی از دست دهند در این پروژای گفنادی رسانه‌ای کشور بیش از همیشه ضرر خواهد کرد.



امیر علی پاک
 پنجم ابتدایی - خیلی خوب



امیر علی عابدیان امیری
 پایه هفتم - معدل: ۱۹/۲۵

دانش آموزان ممتاز فرزندان اعضای سازمان نظام مهندسی ساختمان استان قم



امیر حسین شیر محمدی
 پایه چهارم
 خیلی خوب



امیر حسام بیانی
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



ستایش علی اکبری
 ششم ابتدایی
 خیلی خوب



ستیا صادقی
 ششم ابتدایی
 خیلی خوب



امیر محمد عبادپور
 پنجم ابتدایی
 خیلی خوب



آرش خراسانی
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



آرمین حافظی
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



آریا صادقی دهنوی
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



آفسان محمودی
 دوم ابتدایی
 خیلی خوب



برسا ایلانلو
 پایه هفتم
 معدل: ۲۰



پونه خلیلی قمی
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



پویا ایلانلو
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



فنا زهرایی
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



حمید رضا بالیده
 پایه دهم
 معدل: ۱۹/۸۹



حانه علی عسکری
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



ملیکا محمدی
 پایه نهم
 معدل: ۲۰



دانیال تقدیری
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



دانیال صادقی دهنوی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



ریحانه بایمزد
 پایه هفتم
 معدل: ۱۹/۸۶



ریحانه گرمانی زاد
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



زهرا احدی
 دوم ابتدایی
 خیلی خوب



زهرا رشاد
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



زهرا عاشوری
 دوم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد حسین عابدینی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



زینب گرمانی زاد
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



سناره دوست محمدی
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد حسن مقومی
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



محمد حسین مقومی
 پایه دهم
 معدل: ۱۹/۱۶



سمانه سادات خونساری پور
 پایه سوم
 خیلی خوب



سپید سالاردریایی
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



سید امیر رضا شمس مداح
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



سید سجاد خونساری پور
 پایه هشتم
 معدل: ۲۰



سید محمد امین غوری
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



سید محمد سینا موسوی
 دوم ابتدایی
 خیلی خوب



سید شهاب الدین احمدی
 دوم ابتدایی
 خیلی خوب



سبار مضافی
 دوم ابتدایی



طهورا یاریانی هاشم
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



عارف بیانی
 پایه یازدهم
 معدل: ۱۹/۴۰



عارف باباجانی
 پایه هشتم
 معدل: ۱۹/۴۵



عرفان خلیج
 ششم ابتدایی
 خیلی خوب



کیما امینی
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



معصومه یل
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



آتنا اسماعیل زاده
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



ستیا کلهری
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



علیرضا شبیری
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد حسین محمدی
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



محمدرضا زارع زاده
 سوم ابتدایی
 خیلی خوب



سما شبیری
 پایه دهم
 معدل: ۱۹/۹۴



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



علیرضا گلستانی
 پایه نهم
 معدل: ۱۹/۸۱



فرزاد فلاح بخدانی
 پایه هفتم
 معدل: ۱۹/۵۷



فریماه سادات کبیری
 دوم ابتدایی
 خیلی خوب



کوروش سلطانی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



ماهان مظاهری خواه
 اول ابتدایی
 خیلی خوب



میمنه نیک
 پنجم ابتدایی
 خیلی خوب



محدنه یعقوبی
 ششم ابتدایی
 خیلی خوب



بهاره بابا احمدی
 پایه نهم
 معدل: ۱۸/۴۸



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب



محمد عرفان میرزایی
 چهارم ابتدایی
 خیلی خوب