

فرمانده سپاه استان قم خبر داد؛

اجرای بیش از ۳۰۰ برنامه در هفته بسیج

فرمانده سپاه استان قم از اجرای بیش از ۳۰۰ عنوان برنامه در قم به مناسبت هفته بسیج با شعار «بسیج پاره تن مردم است» خبر داد. سردار محمدرضا موجد ظهر روز چهارشنبه در نشست خبری تشریح برنامه های هفته بسیج گفت: بسیج هفته بسیج معجزه حضرت امام خمینی (ره) است. بعد از تسخیر لانه جاسوسی؛ آمریکافعالیت خود در خلیج فارس را افزایش داد که بعد از آن حضرت امام در یک اقدام هوشمندانه فرمان تشکیل بسیج را دادند، بسیج در همه

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم:

تظاهرات ضدواکسن بی توجهی به شان مراجع تقلید است

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان قم:

رشد اقتصاد قم نیازمند ۲۰ هزار میلیارد تومان سرمایه گذاری است

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان قم گفت: محمود نوریخش عصر پنجشنبه در جلسه شورای برنامه سهم استان در تحقق ۸ درصدی اقتصاد در بودجه سال آینده، ۷.۸ درصد تعیین شده است که دستیابی به این مهم، نیازمند ۲۰ هزار میلیارد تومان سرمایه گذاری است. بودجه و تأمین مالی اقتصاد، مهمترین رویکردهای لایحه

رئیس اتاق اصناف استان قم:

واحدهای صنفی بدون پروانه پلمپ می شوند

از غبارروبی مزار شهدا تا شرکت در جلسه شورای اداری شهرستان جعفر آباد؛

جمعه پر کار استاندار قم

استاندار قم در دومین جمعه از آغاز مسئولیت خود در سمت استاندار قم به شهرستان جعفر آباد سفر کرد و در بازدید میدانی و نشست با مسئولان این بخش در جریان مسائل مختلف و مشکلات این شهرستان قرار گرفت. محمد تقی شاهچراغی صبح جمعه در بازدید میدانی از بخش های مختلف شهرستان جعفرآباد و هم چنین دامشهر آن با بیان اینکه بازدیدها از بخش های مختلف استان به طو مستمر ادامه خواهد داشت بیان کرد: امروز با فراخوان مسئولان که روز جمعه وروز تعطیل بود از دامشهر و یک کارخانه بازدید و هم چنین در نماز جمعه این شهرستان هم حضور داشتیم با دیدار با یخشداران و شهرداران از نزدیک در جریان مسائل مختلف قرار گرفتیم.

تجهیزات منوریل در قم می ماند یا به شیراز می رود؟

ضرب الاجل ۱۵ روزه قوه قضایه برای تعیین تکلیف تجهیزات اتو نوریل قم

یکبار برای همیشه تکلیف این پروژه مشخص شود



سرپرست سازمان مدیریت پسماند شهرداری قم اعلام کرد:

درآمد خالص زباله گردی در قم ۲ هزار و ۶۴ میلیارد تومان

سرپرست سازمان مدیریت پسماند شهرداری قم با تاکید بر وجود مافیای زباله گردی، گفت: بیش از ۲ هزار و ۶۴ میلیارد تومان درآمد خالص زباله گردی در شهر قم طی سال ۹۷ بوده است. سید عبدالله میر ابراهیمی روز چهارشنبه در هفتمین نشست روسای سازمان های مدیریت پسماند کلانشهرهای کشور در سالن رضوان شهرداری قم، افزود: یکی از معضلات شهرداری قم مساله زباله گردی است که چالش هایی در رابطه با مباحث فرهنگی و اجتماعی نیز به وجود آورده است. سرپرست سازمان مدیریت پسماند شهرداری قم شکل

آیت الله سعیدی در خطبه های نماز جمعه قم:

بسیج اجازه تحقق دسیسه های دشمنان را نمی دهد

خطیب جمعه قم گفت: بسیج مانع اصلی تحقق دسیسه ها و اهداف شوم دشمنان و بدخواهان علیه نظام مقدس جمهوری اسلامی و ملت بزرگ ایران است. آیت الله سید محمد سعیدی در خطبه های نماز جمعه این هفته شهر مقدس قم با اشاره به هفته بسیج گفت: این نهاد مردمی با اتکاء به خداوند متعال، جبهه کفر و استکبار را نابود خواهد کرد و زمینه ساز ظهور حضرت ولیعصر (عج) است. وی افزود: بسیج شجره طیبه ای است که مبنای قرآنی دارد زیرا مومنان نیز پیامبر اکرم را یاری کردند. در دوران ما نیز مؤمنان انقلابی، ولایت مدار و همیشه در

آگهی مزایده عمومی (نوبت دوم)



شهرداری قم

در نظر دارد نسبت به واگذاری املاک و مستغلات با مشخصات و شرایط کلی زیر، از طریق مزایده عمومی به متقاضیان واجد شرایط اقدام نماید.

شناسه معاملاتی	پلاک ثبتی/قطعه/شماره	کد نوسازی	نوع کاربری	نشانی	مساحت (مترمربع)	مبلغ پایه کل (ریال)	مبلغ تضمین (ریال)
۱۴۰۰/ز/۳۱	قطعه ۱ از پلاک ثبتی ۱۰۴۵۵	۱۲-۱۳۵-۱۱۰-۱	مسکونی تراکم بسیار زیاد	قم-بلوار ۱۵ خرداد-اتهای کوی ۳۲	۲۵۵/۸	۲۱/۷۴۳/۰۰۰/۰۰۰	۱/۰۸۸/۰۰۰/۰۰۰
۱۴۰۰/ز/۳۲	قطعه ۲ از پلاک ثبتی ۱۰۴۵۵	۱۳-۱۳۵-۱۱۰-۱	مسکونی تراکم بسیار زیاد	قم-بلوار ۱۵ خرداد-اتهای کوی ۳۲	۳۶۱/۵	۲۲/۲۴۰/۲۵۰/۰۰۰	۱/۱۱۳/۰۰۰/۰۰۰
۱۴۰۰/ز/۳۳	پلاک ثبتی ۲۵۵۲/۱	۱۸-۸۹-۳۰۶-۳	مسکونی تراکم زیاد	قم-بلوار آزادگان-روبروی کوی ۲۵	۵۳۹/۰	۸۰/۹۲۵/۰۰۰/۰۰۰	۴/۰۴۷/۰۰۰/۰۰۰
۱۴۰۰/ز/۳۴	پلاک ثبتی - ۲۵۵۲/۱	۱۹-۸۹-۳۰۶-۳	مسکونی تراکم زیاد	قم-بلوار آزادگان-روبروی کوی ۲۵	۴۷۸/۸۲	۷۱/۸۳۳/۰۰۰/۰۰۰	۳/۵۹۲/۰۰۰/۰۰۰

۱- متقاضیان محترم می توانند از طریق مراجعه به سامانه مناقصه گران شهرداری قم به نشانی peyman.qom.ir نسبت به خرید اسناد مزایده به مبلغ ۰/۰۰۰/۵۰۰ (پانصد هزار) ریال اقدام نمایند. (هزینه خرید اسناد غیر قابل استرداد است).

۲- تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار هر یک از معاملات: به صورت ۱- ضمانت نامه بانکی ۲- مطالبات بلوکه شده تأیید شده ۳- وجه نقد مورد قبول است. جهت واریز وجه نقد به حساب شهرداری قم (سپرده حسن انجام کار) نزد بانک شهر به شماره حساب بانکی ایران اقدام فرمایید.

۳- شماره حساب بانکی ایران (شبا) شهرداری قم: (۵۴- ۴۳۰۰- ۰۳۰۰- ۰۱۰- ۰۰۰۰- ۰۶۱۰- ۰۷- IR).

۴- مهلت خرید و تحویل اسناد:

-مهلت خرید اسناد: از روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۰/۸/۳۰ لغایت روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۰/۹/۷

-مهلت ارائه پیشنهاد: از روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۰/۸/۳۰ لغایت روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۰/۹/۱۰

۵- شرایط و ویژگی های هر یک از املاک و مستغلات در شرایط عمومی درج گردیده است و متقاضیان محترم مکلفاند پس از خرید و مطالعه، کلیه اسناد و مدارک را امضاء کرده و به همراه پیشنهاد قیمت ارائه نمایند. امضاء اسناد و مدارک به منزله قبول تمامی شرایط است.

۶- متقاضیان محترم برای سوالات تخصصی با اداره کل املاک به شماره ۰۴۴۸۲-۳۶۱۰-۰۲۵ و سوالات عمومی با مدیریت امور قراردادهای و پیمان ها (اداره پیمان ها و کمیسیونها) با شماره تلفن ۰۴۳۳۶-۳۶۱۰-۰۲۵ تماس حاصل فرمایند.

۷- محل تسلیم پیشنهادها: قم، بلوار امام موسی صدر، جنب بوستان شهید بنیادی، شهرداری مرکزی، طبقه ششم، اداره کل حراست.

* لازم به ذکر است ساعت تحویل پاکت توسط حراست روزهای شنبه لغایت چهارشنبه از ساعت ۷:۳۰ الی ۱۴:۰۰ و روزهای پنج شنبه ساعت ۱۳:۰۰ است.

نوبت آگهی	تاریخ آگهی
نوبت اول	چهارشنبه ۱۴۰۰/۸/۲۶
نوبت دوم	شنبه ۱۴۰۰/۸/۲۹



سازمان فرهنگی ورزشی شهرداری قم

سازمان در نظر دارد از طریق مزایده عمومی نسبت به واگذاری محل ورزشی ذیل به صورت اجاره بهاء طبق مشخصات مذکور اقدام نماید:

ردیف	عنوان	قیمت پایه مزایده (اجاره ماهیانه ریال)	۵٪ مبلغ سپرده (ریال)
۱	مجموعه ورزشی شهیدان جعفری نیا واقع در خیابان لقمان، خیابان شهدای ناجا، تقاطع خیابان شیخ انصاری	۱۸۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۰۸,۰۰۰,۰۰۰

شرایط عمومی مزایده:

۱- بهای پیشنهادی باید از حیث مبلغ مشخص، معین و بدون ابهام بوده و در پاکت لاک و مهر شده (در بسته) تسلیم اداره کل حراست، طبقه ششم شهرداری مرکز واقع در بلوار امام موسی صدر گردد.

۲- مبلغ سپرده شرکت در مزایده معادل ۵٪ (پنج درصد) مبلغ پایه (هر کدام از موارد فوق) مورد مزایده مندرج در آگهی می باشد که می بایست به نام شرکت کنندگان و به صورت مقطوع به حساب سپرده شماره ۱۰۷۹۵۲۷۹۷۳۵ بانک شهر به نام سازمان فرهنگی هنری ورزشی واریز نمایند.

۳- شرکت در مزایده و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط طبق ضوابط آئین نامه معاملات شهرداری می باشد.

۴- متقاضیان می توانند پس از چاپ آگهی نوبت دوم در تاریخ ۱۴۰۰/۰۹/۰۳ به مدت ۸ روز کاری (۱۴۰۰/۰۹/۱۱)، جهت اخذ مشخصات و دریافت اسناد و شرکت در مزایده به (واحد حقوقی) سازمان فرهنگی ورزشی شهرداری طبقه پنجم ساختمان ناشران، مراجعه نمایند.

۵- تمامی اوراق و اسناد شرکت در مزایده باید از سوی متقاضیان با قید کلمه قبول است امضاء گردد.

۶- شرکت کنندگان می بایست در چار چوب لایحه قانونی منع مداخله کارکنان دولت (مصوب ۱۳۳۷) اقدام نمایند

۷- سازمان در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات واصله مختار است.

۸- هزینه چاپ آگهی روزنامه و هزینه کارشناسی به عهده برنده مزایده می باشد.

مهلت تسلیم پیشنهاد:

۱- آگهی اول ۱۴۰۰/۰۸/۲۹

۲- آگهی دوم ۱۴۰۰/۰۹/۰۳

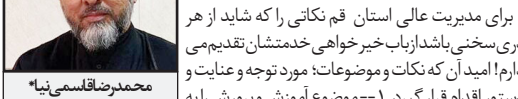
۳- پس از ۸ روز کاری، به تاریخ ۱۴۰۰/۰۹/۱۱

محل تسلیم پیشنهاد:

آدرس: قم، خیابان خاکفرج، شهرداری طبقه ۶، اداره کل حراست.

سرمقاله

توصیه‌های به‌استاندارقم



محمدرضاقلاسمی‌نیا*

معنای حقیقی توسط مسئولین استان و به‌ویژه اعضای محترم شورای آموزش و پرورش استان بایدایادوار کنند و آورا ازخود وآبروی خودبدانند و سهمشان را به این دستگاه عظیم و سرنوشت‌ساز ادا نمایند و به‌فکر پشتیبانی؛ حمایت؛ حل و رفع و دفع موانع و مشکلات باشند و نیز سند تحول بنیادین آموزش و پرورش را محور فعالیت ها و مدیریت عالی در استان قرار بدهند.
۲- در میحت میلمان شهری و ساختمان سازی و ساخت برج های گوناگون باید توجه به رعایت بافت شهری هم بشود و امکانات رفاهی مانند توقفگاه های وسایل نقلیه ساکنین و آپارتمان ها و مجتمع ها به خصوص در محلاتی که کوچه های با عرض کم هست و تردد بسیار هست و در زمان بروز بلایای طبیعی یا غیرطبیعی در امدادرسانی و به اصلاح سرعت در دستگاه امدادی برای کمک به مردم تا شاید به مشکل برنخوریم.
۳- پیش گیری در ساخت نماهایی که معروف است به نماهای رومی که روز به روز در شهر قم در حال ازدیاد هست و در حالی که انجام معماری اسلامی ایرانی باید در قم برای همه شهرها الگوی دیداری و عملی باشد.

۴- بسیاری به زمین های بلا استفاده و نیمه ساز داخل شهر که سالیان سال است بدون بهره برداری می‌باشد و نیاز به تعیین تکلیف وسامانهایی دارد.

۵- ایجاد فضای سبز شهری و بوستانهای شهری است که البته اقدامات خوبی در این چند سال شده است اما هنوز هم نیاز به عادلانه توزیع شدن فضای سبز را در محلات داریم.
۶- شورای فرهنگ عمومی و ماموریت قرارگاه ۱۹ دی که بسیاری از دستگاه های دولتی عضو این دومجموعه هستند باید به صورت عملیاتی ونتیجه محوری به ایفای نقش واقعی خود اعتقاد داشته و به موقع انجام دهند. و مراکز و موسسات مجموعه های فرهنگی وپژوهشی و تحقیقاتی و انتشاراتی ملی که در استان حضور دارند باید آورده هایی

۷- سامان دادن به فروشگاه های بسیاری که به توزیع و فروش مواد دخانی و قلیان و سیگار می‌پردازند که نیاز به توجه ویژه دارد و این که برنامه‌ای برای رفع دفعه های سی این موضوع داشته باشند.

۸- دولت محترم سیزدهم که مشهور و معروف به سرپارپوشن در خدمت به مردم و نظام مقدس جمهوری اسلامی به صورت جهادی و انقلابی و بسیجی و شبانه روزی مفتخر هست بهتر است برای این که رضایت مردم بیشتر جلب شود روزهای جمعه به عنوان جمعه های خدمت در دستگاه دولتی تعیین شود و مدیران کل و معاونین مستقیم به مردم کار و ماندنشان در وقت گویوبیگتر انجام در خواست ها شوند.

۹- لزوم بازپزیدهای سزنده استاندار محترم و معاونین ایشان در وقت اداری از دستگاه های اجرایی و گفتگو با مردم و کار مندان

۱۰- نشست ماهانه استاندار محترم بامدیران میانی دستگاه های اجرایی ودیدار چهره به چهره با آنان که نیاز به توجه ویژه برای رادر پیشرفت برنامه‌ها و تحقق سیاست های استاندارد و دولت محترم داشته باشد.

۱۱ - ارتباط مستمر استاندار ومدیران دستگاه های اجرایی با خبرنگاران و خبرگزاری ها

۱۲- رسیدگی به در خواست ها و و مطالبات خانواده ایثارگران و فرزندان آنان

۱۳ - بازخوانی و یکسان سازی اسناد استانی در موضوعات فرهنگی شهری اقتصادی آموزشی اجتماعی و سایر موضوعات که اسناد متعددی داریم و بهتر است هماهنگی و تبدیل به یک سند واحد ونتیجه بخش بشود.

۱۴ - تشکیل هیئت های اندیشوزر مردمی و تشکل های غیردولتی در موضوعات

فرهنگی اجتماعی آموزشی شهری اقتصادی وسیاسی

۱۵ - انتقال بعضی از ساختمان های دستگاه های دولتی به خارج از محدوده شهری

۱۶ - حمایت و پشتیبانی از صدا و سیماي مرکز قم در تولید و تهیه برنامه های بومی

فاخر با حضور هنرمندان استانی

۱۷ - توجه به تولید مستند تلویزیونی تاریخ انقلاب اسلامی که مرکز و پایگاه آنها در

این شهر مقدس ازدهه ۱۳۴۰ تا به امروز می باشد

۱۸ - بهره مندی از آمار و اطلاعات دستگاه های مختلف دولتی برای یکدیگر و استفاده

در برنامه ها و اجرای سیاست ها و مطالعات

۱۹ - نظارت و بازرسی نظام یافته از بازار و فروشگاه هادر وقت غیراداری

۲۰ - تهیه و تدوین دانشنامه زندگی ۹۰۰ شهید استان درمجلدات شکل و وزین و

مدنگار

۲۱- ساماندهی پدیده مهاجرپذیری استان اعن از درون کشوری و بیرون کشوری

۲۲- نشست هم اندیشی بانخبگان حوزوی دانشگاهی استان

۲۳ - هم آهنگی و هم پوشانی میان شورا های مختلف استانی در حوزه ماموریت های دستگاه ها

۲۴ - ساماندهی و رسیدگی به وضعیت کودکان کار؛ کودکان معلول جسمی حرکتی و چندمعلولیتی و کودکان بی سرپرست و فاقد سرپرست موثر و نیز زنان سرپرست خانواده

۲۵ - ساماندهی و رسیدگی به وضعیت مردان جویای کار و آماده به کارگی کنار برخی

میدان های شهر و در ابتدای صبح

۲۶ - ساماندهی و هم آهنگی میان موسسات و دستگاه های حمایتی معیشتی از مردم

اعم از دولتی و غیردولتی در جهت خدمات رسانی مطلوب و رضایت بخش به خانواده ها

۲۷ - توجه ویژه به اسنادهای بی سواد ی و حمایت از کودکان و

نوجوانان با مانده از تحصیل و نیزگسالان محروم از نعمت سواد

۲۸ - هم آهنگی و هم پوشانی میان دستگاه های امداد رسانی به مردم در زمان های

وقوع حوادث وسوانح و بلایا

۲۹ - توجه و حمایت و باور ویژه به اصل پژوهش و تحقیقات و به کارگیری نتایج آن ها در

مدیریت استان در برنامه های کوتاه مدت و بلندمدت

۳۰- توجه و حمایت و باور ویژه به جایگاه روابط عمومی ها به عنوان خط ارتباطی بین

مردم و دستگاه ها و مدیران

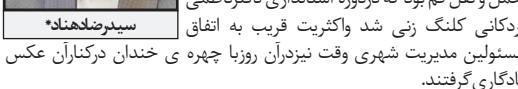
۳۱- توجه ویژه به روستاها و برنامه ریزی در جهت مهاجرت معکوس به روستاها

۳۲ - حمایت ویژه از ماموریت های منابع طبیعی و حفاظت از محیط زیست و

موسسات و تشکل های فعال و حامی در این حوزه ها

۳۳- راه اندازی سامانه ثبت و پذیرش پیشنهاد ها وطرح های هم استانی ها در استانداری و دستگاه های اجرایی و در فاصله هر دو ماه بررسی و به ترتین آن ها پاداش و البته مهمتر این که اجرایی و به کارگرفته شود.

معاون سوادآموزی آموزش و پرورش استان قم



سیدرضاخانه*

گرچه تا پایان استانداری ناظمی اردکانی عملیات اجرایی آن شروع نشد اما با روی کار آمدن موسی یور اولین استاندار روحانی قم در کنار صدها پروژه بزرگ عمرانی پروژه مونوریل نیزبا اجماع و امضای همه مدیران استانداری و مسئولان مدیریت شهری قم و بدون هیچ مخالفتی ریدو امروعملیاتی شد.

فرایند تصویب طرح و اخذ صوبه از سازمان مدیریت برنامه ریزی کشور و پیش بینی ردیف بودجه از محل منابع ملی با بی گیری های ویژه انجام شد.
اقدامات عمرانی با سرعت و پیشرفت بسیار مناسب نوید بخش اجرای بزرگترین پروژه حمل و نقل شهری قم بود.

امادیری بنیاید که موانع سنتی توسعه قم با اهداف تسویه حساب های سیاسی این بار یقه این پروژه بسیار مهم را گرفتند و متأسفانه پروژه ای که می توانست ستون فقرات حمل و نقل شهری قم وویژه برای شهرک پردیسان باشد قربانی تضادهای سیاسی شد و البته نکته ای که نباید از آن غفلت شود این است که تمامی تجهیزات فنی در شرایط سخت تحریم و صرف دهها میلیون دلار وارد کشور شد.

این ۷ سال است که این سرمایه های ملی در گم‌رک قم خاک می‌خورد بگونه ای که سرو صدای نماینده قوه قضائیه و سازمان اموال تملیکی نیز درآمده است.
رمزمه های نیز به گوش می‌رسد که فرارسات این تجهیزات برای رانندازی پروژه مونوریل شیراز به این شهر منتقل شود!

واما اینکه شاهچراغی استاندار جدید قم در آغاز راه در آزمون تعیین تکلیف پروژه مونوریل قرار دارد آیا او می تواند پروژه مونوریل را که ارزش فعلی آن حدود دو هزار میلیارد تومان برآورد می‌شود را به فرصتی برای آینده حمل و نقل قم تبدیل نماید و یا اینکه نظاره گر انتقال تجهیزات به شیراز خواهد بود!

تخلیگر مسائل شهری

رئیس جمهوری به تاکید بر لزوم حل مشکلات با و حیه

انقلابی گفت: ماباید نظام اقتصادی کشور را اصلاح کنیم و این اصلاح حتما با نظر نخبگان و اقناع مردم است، دولت در این زمینه شوک اقتصادی وارد نخواهد کرد و در اجرای تصمیمات و جراحی های اقتصادی مردم را غافلگیر نمی کنیم.

به گزارش ایرنا، آیت الله‌سید ابراهیم رئیسی بعد از ظهر پنجشنبه در ادامه برنامه‌های سفر خود به استان زنجان در دیدار با فرهیختگان این استان با اشاره به تحریم های ظالمانه علیه ملت ایران، تصریح کرد: ما نباید تحریم را مانع جدی فرض کنیم. دشمنان نمی‌خواهند کشور ما رشد کند، اما اتفاقا تجلیی که تحریم و تهدید داشتیم مانند صنایع دفاعی بیشتر رشد کردیم و معلوم می‌شود اگر بخواهیم می توانیم از مشکلات عبور کنیم. وی با ابراز خوشحالی از دیدار با نخبگان، استاید دانشگاه، دانشجویان و دانش آموزان این استان، گفت: بنده برای شما جوانان ارزش زیادی قائل هستم و شما نیز ارتباط خود با دولت را حفظ کنید.

رئیس جمهوری با بیان اینکه توجه به هنر در دانشگاه ها و مدارس مهم است، افزود: در پیام اخیر رهبر معظم

رئیس جمهوری:

مردم را در تصمیمات اقتصادی دولت سهیم می کنیم



تحول محور و بر اساس عدالت بر مبنای بیانیه گام دوم انقلاب است.

وی در پاسخ به درخواست تعدادی از قهرمانان ملی در رشته های مختلف برای رفع مشکل استخدام و مسکن آنان گفت: توجه به مسکن و استخدام قهرمانان خار ج از عدالت نیست زیرا آنها روی سکوها نام و پرچم ایران را به اهتزاز در آوردند.

آیت الله رئیسی همچنین تاکید کرد: مسکن یکی از نیازهای اساسی کشور است و اگر ساخت مسکن رونق نگیرد، عقب افتادگی زیادی ایجاد خواهد شد.

فعالتر کنیم

وی با اشاره به نقش بنیاد ملی نخبگان برای شناسایی نخبگان ونیز معرفی آنها به مردم گفت: تا سیس این بنیاد از ابتکارات رهبری است که باید در این دولت آن را فعال تر کنیم. رئیس جمهوری ضمن تاکید بر ظرفیت های استان زنجان افزود: اقتصاد دیجیتال و مجازی می تواند در این استان فعال شود. دانشگاه باید در کنار صنعت، کشاورزی و معدن باشد. این نمی‌شود که دانشگاه از صنعت فاصله داشته باشد. بازار باید علمی فعالیت کند ونظام اقتصادی کشور هم باید علمی باشد.

عملکرد دولت سیزدهم بر مبنای بیانیه گام دوم انقلاب است

آیت الله رئیسی ادامه داد: عملکرد دولت سیزدهم

آیت الله سعیدی در خطبه‌های نماز جمعه‌قم:

بسیج اجازه تحقق دسیسه‌های دشمنان رانمی دهد

سرمایه‌های کشور هستند و باید در کشور بمانند و خدمت کنند و روزی فرا خواهد رسید که همچون دوران گذشته، دانشمندان و فرهیختگان به ایران آیند و زبان فارسی‌بی‌دام می‌گیرند.
سعیدی دربخش دیگری از سخنان خود به برگزاری یادواره شهید زین الدین و ۶ هزار و ۹۰ شهید استان قم نیز اشاره کرد و گفت: برگزاری یادواره‌های شهدا باید به احیا و حفظ و حرارت جامعه در مسیر شهدا منجر شود و ما باید همچون شهدا نسبت به اقامه امر به معروف و نهی از منکر در جامعه اهتمام داشته باشیم. وی با بیان اینکه خانواده‌ها باید از درون خانه‌ها فرزندان خود را امر به معروف و نهی از منکر کنند، اظهار داشت: عموم مردم باید نسبت به این فرضیه الهی قیام کنند و نباید همه‌مار با دروش نیروهای انتظامی و دستگاه قضایی باشد و قرارگاه ۱۹ دی نیز با محوریت سپاه امام علی بن ابیطالب(ع) این مسأله را دنبال می‌کند. وی در خطبه اول نماز جمعه نیز با تفسیر آیه ۲۵ سوره مبارکه توبه، تجسم اعمال در روز قیامت را مورد توجه قرار داد و گفت: اعمال خوب و بد انسان پس از مرگ از میان نمی‌روند، بلکه در روز قیامت به صورت پاداش یا عذاب بر او وارد می‌شوند و انسان نتیجه اعمال خود را با همه وجود درک می‌کند.

از غاروبی مزار شهدا تا شرکت در جلسه شورای اداری شهرستان جعفرآباد:

جمعه پرکار استاندار قم



شرکت در جلسه شورای اداری شهرستان جعفرآباد



بازدید از مجتمع دامشهر شهرستان جعفرآباد

ضرورت حضور میدانی مدیران برای بررسی دقیق مسائل استان قم

استاندار قم همچنین در گفت‌وگوی بیان داشت: مهم هست ما در جغرافیای مدیریتی خودمان حضور پیدا کنیم مستقیم با مردم صحبت کنیم و آنچه را که می‌شود را برطرف کنیم. سیدمحمدتقی شاهچراغی با اشاره به برنامه ریزی برای حضور در بین مردم شهرستان قم هم به منظور بررسی میدانی مشکلات گفت: مهم هست ما در جغرافیای مدیریتی خودمان حضور پیدا کنیم مستقیم با مردم صحبت کنیم و آنچه را که می‌شود را برطرف کنیم. استاندار قم با اشاره به تعطیلی دستگاه‌های دولتی در روز جمعه گفت: مسئولان شهرستان جعفرآباد در این روز تعطیل فراخون و مشکلاتی که از سوی مردم مطرح شد از آن‌ها پیگیری کردیم تا در صورت امکان در شهرستان و استان رفع و اگر نیاز به پیگیری ملی است از طرف استانداری این کار انجام شود. گفتنی است استاندار قم دراین سفر یک‌روزه به شهرستان جعفریه ضمن سرکشی از مجتمع دامشهر و دامپروزی این شهرستان در نماز جمعه شهر جعفرآباد حاضر با مردم درباره مشکلات و مطالباتشان گفتگو کرد. بازدید از ۲ واحد تولیدی در ناحیه صنعتی طفرود این شهرستان و پیگیری مشکلات این واحدها از جمله دیگر برنامه‌های استاندار در سفر به جعفریه بود.

امیر عبداللهیان:

هدف مشارکت ایران در مذاکرات لغو تحریم‌ها است

امیرعبداللهیان نیز متقابلا وجود مجموعه‌ای از ذهنیت‌های مثبت میان مردم دو کشور را در روابط دیرینه دو دولت با اهمیت توصیف کرد و آمادگی کشورمان را برای برگزاری مراسم مشترک گرامی داشت هشتادمین سالگرد میلادی ایرانیا ن از ابتاع لهستانی اعلام کرد. وزیر امور خارجه ضمن قدرانی از اهدای یک میلیون ژاکواکسن کرونا از لهستان به عنوان مصداقی از روابط انسانی دو کشور، توضیحاتی درباره وضعیت واکسنایسون، تولید واکسن در ایران و همچنین تحت پوشش قرار دادن بیش از ۲ میلیون مهاجر افغان در ایران، به‌رمغ تحریم‌های غیر انسانی علیه ایران بیان کرد و افزود که از هرگونه ابتکار دیگر کشورها به ویژه لهستان برای کمک به پناهنچوان و مردم افغانستان که این روزها در وضعیت خوبی به سر نمی‌برند، استقبال می‌کند. امیر عبداللهیان همچنین با اشاره به وضعیت بحران انسانی در یمین و پشتیبانی ایران از برقراری صلح، تاکید کرد: بحران یمین را حل نظامی ندارد و کشور پرداخت،

وزیر اطلاعات:

دولت برای رفع مشکلات معیشتی از همه فرصت‌ها استفاده می‌کند

هوشتیاری عمومی همواره راه پیروزی و سرفرازی بوده است.

اهداف استکباری دشمن در منطقه تا کام مانده است

تولیت آستان مقدس حضرت معصومه(س) نیز در این دیدار گفت: دشمن امروز در منطقه با شکست‌های مختلف روبه‌رو شده و در رسیدن به اهداف و توطئه‌های استکباری خوار و ذلیل شده است. آیت الله‌سید محمد سعیدی با اشاره به توطئه‌های روافزون دشمنان قسم خورده انقلاب و نظام اسلامی اظهار داشت: باید با هم افزایی و تعامل و شناخت مسائل، شیطنت‌های دشمنان را شناسایی کنیم و مانع نفوذ شوم. وی افزود: باید برای حل مشکل‌ها با یک نگاه کلان از همه ظرفیت‌ها و فرصت‌ها استفاده کرد.

شنبه- ۲۹ آبان ماه ۱۴۰۰ - سال بیست و چهارم - شماره ۵۳۹۳

اخبار

با برگزاری آیین تشییع و تدفین؛

پیکر آیت الله مجتهد شبستری در حرم کریمه اهل بیت آرام گرفت



آیین تشییع و تدفین پیکر آیت الله محسن مجتهد شبستری عضو فقید مجمع تشخیص مصلحت نظام روز جمعه با حضور جمعی از روحانیان و قشرهای مختلف مردم در قم برگزار و در حرم حضرت معصومه (س) به خاک سپرده شد.

پیکر این عالم این ربانی پس از انتقال به مسجد امام حسن عسکری (ع) و قرأت آیه‌های چند از کلام الله مجید و ذکر مصیبت، با حضور اعضای خیرگان رهبری، جامعه مدرسین، مسئولان استانی، استادان حوزه و دانشگاه، طلبه‌ها و مردم مومن و انقلابی استان به سمت بارگاه ملکوتی کریمه اهل بیت تشییع و پس از اقامه نماز توسط آیت الله حسین نوری مهدی‌ان از مراجع تقلید و طواف گرداگرد مضع حریف و نورانی حضرت معصومه (س) در مسجد بالاسر حرم کریمه اهل بیت آرام گرفت.

آیت‌الله مجتهد شبستری عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام و جامعه روحانیت مبارز بود که بیست‌وششم آبان‌ماه جاری به علت سکنه قلبی در ۸۴ سالگی به دیدار حق شتافت. وی نماینده ادوار اول تا سوم مجلس خیرگان رهبری و چهار دوره نماینده مجلس شورای اسلامی بود و امامت جمعه تبریز و عضویت در مجمع تشخیص مصلحت نظام را نیز در سوابق خود داشت.

آیین بزرگداشت نخستین شب ارتحال این فقیه مجاهد، جمعه‌شب از سوی دفتر رهبر معظم انقلاب، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، مجلس خیرگان رهبری، شورای عالی و مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه و آستان مقدس حضرت معصومه(س) در ششستان امام خمینی (ره) حرم کریمه اهل بیت برگزار شد.

قالیباف:

هیچ سرمایه‌ای بالاتر از اعتماد مردمی نیست

رئیس مجلس شورای اسلامی، اعتماد عمومی را بالاترین سرمایه عنوان کرد و گفت: سازمان‌ها و نهادهای زمانی می‌توانند موفق باشند که اعتماد مردمی را به دست آورند بنابراین باید مردم را حفظ کنیم و اعتماد آنها را جلب کنیم.

محمد باقر قالیباف روز پنجشنبه در همایش سراسری مدیران کل کمیته امداد حضرت امام خمینی (ره) کشور با قدرانی از دست اندرکاران کمیته امداد و زنده نگه داشتن یاد و خاطره مرحوم «آیت‌الله عسکر اولادی» گفت: قانون اساسی در چند اصل وظیفه ما را به خوبی بیان کرده است، نظام تأمین اجتماعی حوزه مسکن و آموزش و پرورش در روح قانون اساسی دیده شده و اصل ۲۹ و ۳۰ ساختاری را بر عهده مجلس قرار داده است تا در فرایندی سلامت، مسکن و پوشاک را تأمین و نیازهای اساسی را رفع کند. رئیس مجلس شورای اسلامی خاطرنشان کرد: روح قانون اساسی، رفع نیازهای اساسی است و وظیفه سنگینی برای مجلس یازدهم در این خصوص تعریف شده است، ما مکلف هستیم که با همه وجود، عضوی از مجموعه کمیته امداد باشیم. قالیباف گفت: موضوع فقر از نگاه اسلام نه طبیعی‌ونه اجتناب‌ناپذیر است و چنین مهمی از فقر وجود ندارد. با سازوکارهای جدید و نوآوری در عرصه‌های اقتصادی امکان پیاده‌سازی عدالت اجتماعی در جامعه را داریم و نباید تسلیم فقر و غنا در جامعه‌های ما شد.

رئیس مجلس شورای اسلامی افزود: با حکمرانی و تصمیم‌گیری‌های درست و تلاش مضاعف نباید بگذاریم فقر در جامعه وجود داشته باشد. وی افزود: کمیته امداد در حوزه مبارزه با فقر و محرومیت‌زدایی گام‌های بلندی را برداشته و باید استعدادهای بالقوه افراد که به‌دلالی بافعل نشده را شناسایی کنیم و با رفع موانع در این حوزه جهت محرومیت زدایی تلاش کنیم. قالیباف، ظرفیت منابع کشور را غنی ارزیابی و عنوان کرد: ظرفیت‌های عظیمی در عرصه‌های تولید و سازندگی در کشور وجود دارد و کمبود امکانات و وجود ندارد بلکه باید تصمیم‌گیری‌ها و تصمیم‌سازی‌ها باید به گونه‌ای باشد که به کشور و مردم آسیبی وارد نکنند.

سخنگوی وزارت امور خارجه:

امضای رئیس جمهور آمریکا قابل اتکانیست

سخنگوی وزارت امور خارجه گفت: شرط بازگشت آمریکا به برجام، برداشتن تحریم‌ها به صورت موثر، یکجا و قابل راستی آزمایی است و امضای رئیس جمهور آمریکا قابل اتکانیست.

سعید خطیب زاده در مورد شرایط بازگشت آمریکا به برجام، گفت: برداشتن موثر، یکجا و قابل راستی آزمایی تحریم‌ها شرط بازگشت آمریکا به برجام است و این تمامی هدف ما از گفتگوها درون است. وی ادامه داد: اگر آمریکا با همین رویکرد وارد گفتگوها در وین شود و آمادگی برداشتن تحریم‌ها به صورت یکجا و قابل راستی آزمایی را داشته باشد، قطعاً توافق در کوتاه‌تر زمان قابل دسترسی است. سخنگوی وزارت امور خارجه تصریح کرد: البته متاضمین هایی می‌خواهیم که آمریکا مجدداً حقوق بین‌الملل را به سرخه نگیرد. خطیب زاده تاکید کرد: ایالات متحده به شمول دولت فعلی آمریکا نشان داده که نمی‌تواند این تضمین‌های خود بیاستد و اعضای رئیس جمهور آمریکا، آنچنان که ادعایمی‌کنند قابل اتکاوارزش نیست لذا طبیعی است که جمهوری اسلامی ایران و نیم مذاکره کننده بر اخذ تضمین‌های لازم تاکید داشته باشد. وی افزود: البته این‌ها مواردی است که اتاق مذاکرات به صورت جزئی و عملیاتی مورد بحث قرار می‌گیرد. سخنگوی وزارت امور خارجه در پاسخ به سوال دیگری در خصوص مواضع ایران در مذاکرات پیش‌رو نسبت به بی‌عملی و خلف وعده اروپا، در عمل به برجام بحث قرار ما مدام بی‌عملی اروپا را در کنار نقض مداوم و خروج آمریکا از قطعنامه ۲۲۳۱ و برجام، مطرح کرده‌ایم. آمریکا نه تنها موفق شد تحریم‌های یکجانه را علیه ایران اعمال کند بلکه بیشتر از آن نشان داد که اروپا تا حد اسیر بی‌عملی و ناتوان از آنچه هست که به عنوان تعهد قطعی خود پذیرفته بود. خطیب‌زاده افزود: یکی از مواردی که در مذاکرات وین مطرح است این است که آمریکا باید به تعدادات خود دلیل برجام بازگردند. وی تاکید کرد: ایران از این بی‌عملی و نقض، متحمل خسارت‌های فراوانی شده است که باید مورد توجه قرار گیرد.

معاون اول قوه قضائیه:

قوه قضاییه پر ونده کرسنت را رسیدگی خواهد کرد

معاون اول قوه قضائیه گفت: پرونده کرسنت یک بار رسیدگی شده است و با توجه به اینکه پرونده بسیار مهمی است، اگر به این قوه ارسال شود، به آن رسیدگی خواهد شد. حجت الاسلام والمسلمین محمد مصدق روز پنجشنبه در حاشیه همایش سفیران صلح شوراها ی حل اختلاف در مشهد در جمع خبرنگاران در مورد درخواست نمایندگان مجلس برای رسیدگی به پرونده کرسنت، افزود: نمایندگان مجلس دیروز نامه‌نوشته‌اند و باید بینیم خواسته آنها چیست.

حجت الاسلام حاج علی اکبری در نماز جمعه مطرح کرد:

توصیه‌ای به مذاکره کنندگان هسته‌ای

خطیب‌نامه جمعه‌تهران با اشاره به برگزاری مذاکرات هسته‌ای گفت: مذاکره کنندگان ما ذرای مقابل زیاده‌خواهی آمریکا و اروپا کوتاه نیایند و به پنهان‌های آژانس هم توجه نکنند

حجت‌الاسلام حاج علی اکبری در نماز جمعه این هفته تهران که در دانشگاه تهران برگزار شد، با اشاره به آغاز مذاکرات هسته‌ای در روزهای آینده اظهار داشت: از مذاکره کنندگان ارجمند که ۸ نفر می‌خواهند مذاکرات را آغاز کنند، می‌خواهیم ذره‌ای در برابر زیاده‌خواهی آمریکا کوتاه نیایند و به پنهان‌های کودکانه آژانس هسته‌ای توجه‌نگرد و حق مسلم ملت ایران در رفع کامل تحریم‌ها را محقق کنند.

خاکستری شدن موهاپتان را عقب بیندازید!

چرا موی برخی افراد زودتر سفید می‌شود؟



درست است که موی خاکستری هم جزئی از مُد است اما وقتی در دهه بیست زندگی‌تان موهای‌تان سفید می‌شودشاید برایتان چندان جالب نباشد. استرس، ژنتیک و برخی از بیماری‌ها می‌توانند باعث سفید شدن موها شوند و هر چند کار خاصی نمی‌توانید بکنید اما با چند تغییر ساده می‌توانید روند سفید شدن موها را کُندتر کنید.

موی طبیعی، رنگ خود را از رنگدانه‌ای به نام ملانین می‌گیرد. نوع و مقدار ملانین تعیین کننده‌ی رنگ موی هر کسی است. ملانین توسط سلول‌های ملانوسیت تولید می‌شود. این سلول‌ها در اصلی‌ترین لایه پوست (عمیق‌ترین) قرار گرفته‌اند؛ دقیقاً بالای پاپیلای مو (بخش پایینی فولیکول مو).

ملانین دو نوع است. یوملانیین (eumelanin) رنگدانه‌ی تیره‌ای است که عامل رنگ موی قهوه‌ای و مشکی است، و فتوملانین که رنگدانه‌ی قرمز بوده و باعث موهای زرد و قرمز و بلوند (روشن) می‌شود. مو زمانی روشن می‌شود که ملانوسیت‌های ملانین کمی تولید می‌کنند.

ملانوسیت‌ها، ملانین را وارد ساقه‌ی مومی کنند و رنگی خاص به آن می‌دهند. با بالا رفتن سن بدن، موها کم کم خاکستری می‌شوند زیرا ملانوسیت‌ها کمتر شده و تولید ملانین کاهش می‌یابد، در نتیجه موی سر و بدن به رنگ خاکستری و تفره‌ای در می‌آید.

موی سفید و ژنتیک
زمان سفید شدن موها بسیار گوناگون است و یکی از علت‌های اصلی سفید شدن موها در دهه بیست زندگی، ژنتیک می‌باشد. سنی که در آن موهای فرد سفید می‌شود به ژن IRF بستگی دارد و یک واریانت خاص (rs1۲۲۰۲۵۹۲) شاخصی برای وود سفید شدن موهاست.

ژن IFR۴ کنترل کننده‌ی فعالیت ژن دیگری به نام TYR است که آنزیمی لازم برای تولید ملانین را گُذگاری می‌کند. این فرضیه وجود دارد که واریانت

مصرف چربی سالم می‌تواند احتمال سکنه را کاهش دهد

باید دانست که مصرف چربی مناسب برای بدن انسان اهمیت خاصی دارد و برای جوانی و سلامت لازم است.

به نظر می‌رسد نوع چربی و نه میزان آن، در کاهش یا افزایش احتمال سکنه نقش داشته باشد. طبق مطالعاتی مقدماتی که در نشریه انجمن آمریکایی قلب منتشر شد، مصرف چربی‌هایی که از گیاهان به دست می‌آیند، خطر حمله قلبی و مغزی را کاهش می‌دهند.

در تقطه مقابل، افرادی که به مقدار زیاد از چربی‌های حیوانی استفاده کرده بودند، در مقایسه با آن‌هایی که این نوع چربی را مصرف کرده بودند، ۱۶ درصد بیشتر احتمال داشت که سکنه مغزی و قلبی را تجربه کنند.

نویسنده ارشد این مقاله، فنگلی وانگ، محقق هاروارد، می‌گوید: «یافته‌های مانشان می‌دهد که نوع چربی و منابع متفاوت غذایی که چربی از آن‌ها به دست می‌آید که مقادیر بالایی از اسیدهای چرب که در رژیم‌های غذایی استفاده می‌کنیم، اهمیت بیشتری در پیشگیری در ابتلا به بیماری‌ها و انواع سکنه دارند.»

انواع چربی

شما برای بقا به چربی نیاز دارید. چربی به بدن‌تان کمک می‌کند تا ویتامین‌ها را از غذاها جذب کند، باعث می‌شود تا هورمون‌ها درست فعالیت کنند، سلول‌های شما را می‌سازد، به شما انرژی می‌دهد و شما را گرم نگه می‌دارد.

اما چربی‌های اشباع‌نشده که از گیاهان، دانه‌های خوراکی و ماهی چرب به دست می‌آیند؛ می‌توانند سطح کلسترول خون شما را پایین نگه دارند و سلامت شما را حفظ کنند.

آلیس لیختنشتاین، دانشمند ارشد از مایشگاه تغذیه قلب و عروق در دانشگاه تافتس بوستون، می‌گوید: «منابع اصلی چربی‌های گیاهی چیست؟ این چربی‌های گیاهی مایع از چیزهایی مانند دانه‌رت، آفتابگردان و سویا به دست می‌آید که مقادیر بالایی از اسیدهای چرب چند اشباع شده دارند. این نوع از روغن‌ها باید در پخت‌وپز استفاده شوند.»

چربی‌های اشباع و ترانس عموماً سالم نیستند. چربی‌های اشباع معمولاً از گوشت‌های قرمز و فراوری شده به دست می‌آیند و در دمای اتاق به حالت جامد در می‌آیند.

دکتر فرانک هو، رئیس اداره تغذیه در دانشگاه هاروارد، می‌گوید: «فقط میزان کمی کاهش در مصرف گوشت قرمز و گوشت‌های فراوری‌شده دیگر و دنبال کردن یک الگوی تغذیه سالم، می‌تواند در مجموع خطر مرگ را تا ۱۳ درصد، خطر مرگ بر اثر بیماری‌های قلبی را تا ۱۴ درصد، خطر مرگ بر اثر سرطان را تا ۱۱ درصد و خطر دیابت نوع دوم را تا ۲۴ درصد کاهش دهد.»

یکی از یافته‌های جالب این پژوهش آن بود که چربی‌های حاصل از لبنیات سالم شامل پنیر، کره، شیر، بستنی و خامه با افزایش خطر سکنه مرتبط نبود. در میان محققان تغذیه همیشه بحث درباره سلامت لبنیات داغ بوده است. این مواد، منابع اصلی دریافت کلسیم هستند. اداره کشاورزی ایالات متحده در شیوه‌نامه رژیم غذایی که برای سال‌های ۲۰۲۰ تا ۲۰۲۵ منتشر شده است، مصرف ۳ وعده لبنیات در طول روز را توصیه می‌کند.



توصیه‌ها و هشدارها

خواص شگفت انگیز پوست میوه‌ها!



میوه‌ها سرشار از مواد مغذی اند و برای سلامتی و زیبایی فواید شگفت‌انگیزی دارند. اما پوست میوه نیز مانند خود میوه خواصی دارد.

پوست پرتقال برای کاهش وزن بسیار مفید است و به عنوان لایه برداری طبیعی و موثر برای سفید کردن پوست عمل می‌کند. پوست پرتقال، به سلامت دهان، تسکین مشکلات تنفسی، پیشگیری از بیوست و برطرف کردن سوزش معده کمک می‌کند. پوست پرتقال از سرطان پیشگیری می‌کند و ریسک بیماری قلبی را پایین می‌آورد

پوست موز

آیا می‌دانستید که ساینبد قسمت داخلی پوست موز روی دندان‌ها می‌تواند آن‌ها را سفید کند؟ ضمناً قرار دادن پوست موز روی پوست سوخته، درد و سوزش را تسکین می‌دهد. مالدین پوست موز روی ترک‌های پاشنه پا در عرض یک هفته نتایج خوبی خواهد داشت.

پوست انار

پوست سفت و قرمز انار مانند دانه‌های ریز و خوشمزه‌ی آن سرشار از فواید زیادی برای سلامتی است. پوست انار می‌تواند به طور موثر با آکنه و جوش و کپهر مبارزه کند، ریزش مو را متوقف کند و از شوری سر جلوگیری کند. سایر خواص پوست انار شامل پیشگیری از بیماری قلبی، تسکین گلودرد، تقویت سلامت استخوانها، کمک به بهداشت دهان و سلامت روده‌ها می‌شود.

پوست هندوانه

قسمت سفید رنگ پوست هندوانه، مواد مغذی فراوانی دارد که برای سلامتی مفیدند. پوست هندوانه که معمولاً آن را دور می‌ریزید می‌تواند به کاهش وزن کمک کند. ضمناً وقتی پوست این میوه را به پوست‌تان می‌مالید با زدودن ذرات آلوده آن را تمیز می‌کنید. فایده‌ی دیگر پوست هندوانه این است که رادیکال‌های آزاد روی پوست را خنثی می‌کند، بنابراین از آسیب پوست جلوگیری می‌کند.

پوست کیوی

احتمالاً سال‌هاست که پوست کیوی را می‌کنید و گوشتش را می‌خورید، اما پوست بیرونی پری کیوی نیز خوراکی است در واقع، پوستش حاوی فلاونوئیدها، آنتی اکسیدان‌ها و ویتامین C بیشتری نسبت به داخلش است - و در برابر فیبر دارد به همین ترتیب چاقو را کُتر بگذارد، کیوی را بشویید و مانند هلو بخورید. اگر پوستش خیلی پز داشت، با چاقو کمی برشاشیدش و میل کنید.

پوست خیار

در بیشتر موارد، پوست خیار را مصرف نمی‌کنیم و تصور می‌کنیم فقط خود میوه‌ی خیار دارای آنتی اکسیدان و مواد مغذی است. اما پوست خیار، فیبر زیادی دارد و کم کالریست که برای کاهش وزن و پیشگیری از بیوست سودمند است. پوست این میوه‌ی خوشمزه سرشار از بتا کاروتن، نوعی ویتامین A و ویتامین K است که سلامت استخوان را تقویت کرده، از لخته شدن خون جلوگیری کرده و بینایی را بهبود می‌دهد.

پوست انبه

محققان دریافته‌ند که پوست انبه دارای خواصی مشابه زردآبوتل است که به سوختن چربی کمک می‌کند و تولید سلول‌های چربی بالغ را مهار می‌کند. عصاره‌های گوشتی انبه نیز مورد آزمایش قرار گرفتند، اما نتایج مشابهی نداشتند، که نشان می‌دهد برای داشتن این خواص مفید، باید پوست انبه را بخورید. پوست انبه همچنین حاوی مقادیر بیشتری از کاروتنوئید، پلی فنول، امگا ۴، امگا ۶ و اسیدهای چرب اشباع‌نشده نسبت به گوشت آن است. مطالعات دیگری نشان داد ترکیبات بیشتر در پوست مانگو متمرکز می‌شوند که از سرطان، دیابت و بیماری‌های قلبی جلوگیری می‌کنند.

پوست انبه می‌تواند خام یا پخته همراه با گوشتش خورده شود، راه دیگر برای خوردن گوشت و پوست این میوه این است که کل کل انبه را ترشی کنید.

پوست سیب

خوردن سیب از شما در برابر طیف وسیعی از بیماری‌ها مانند عفونت‌ها محافظت می‌کند، اما پوست این میوه هم خالی از فایده نیست. پوست سیب حاوی فلاونوئیدهاست که ماده‌ای شیمیایی موجود در سیب می‌باشد که سلول‌های سرطانی را نابود کرده و عملکرد ایمنی بدن را تقویت می‌کند. یکی از حقایق جالب در مورد پوست سیب این است که حاوی اسید اورسولیک است که به دلیل خواص کالری سوزی اش، وزن اضافی را کاهش می‌دهد.

پوست لیموترش

پوست لیموترش خواص زیادی برای زیبایی دارد و به عنوان مرطوب کننده‌ای طبیعی و پاک کننده برای پوست است. پوست لیموترش به کاهش وزن کمک می‌کند، از مشکلات دهان و دندان پیشگیری می‌کند (مانند اسکرویت و تورم لثه) و سلامت استخوان‌ها را تقویت می‌نماید. ضمناً پوست لیموترش حاوی سالوسرتول Q۴ و Q۴ لیپومن است و ترکیبات ضد سرطانی و آنتی اکسیدان‌هایی دارد که سموم را دفع کرده و استرس را کاهش می‌دهند.

پوست سیب زمینی

پوست سیب زمینی حاوی مواد مغذی، آهن، کلسیم، پتاسیم، منیزیم، ویتامین B۶ و ویتامین C بیشتری نسبت به گوشت سیب زمینی است. به عنوان مثال، ۱۰۰ گرم پوست سیب زمینی هفت برابر کلسیم و ۱۷ برابر آهن بیشتری به نسبت مقدار مشابه گوشت سیب زمینی است. با کندن پوستش شما ۹۰ درصد از محتوای آهن و فیبر آن را از دست می‌دهید و همچنین پوست یک سیب زمینی شیرین را فراموش نکنید، زیرا مقدار قابل توجهی بتا کاروتن دارد که در طول هضم تبدیل به ویتامین A می‌شود. ویتامین A برای تنظیم سلامت سلول و سیستم ایمنی بدن ضروری است و در حفظ عملکرد ارگانی بسیار مفید می‌باشد.

پوست آناناس

اناناس حاوی بر ملانین است، آنزیمی که می‌تواند باعث کاهش التهاب، به ویژه در بینی و سینوس‌ها شود. یک مطالعه نشان داد که هسته و پوست آناناس بیشترین مقدار بر ملانین را در میوه‌ها تولید می‌کند که ۴۰ درصد وزن آن می‌باشد؛ پوست و هسته اش یک آنالیز است که مستقیماً برای سیستم گوارش شما سخت خواهد بود، بنابراین سعی کنید آن‌ها را با آیموه گیری بگیرید و بنوشید.

هندوانه؛ رقیق کننده طبیعی خون

متخصص طب گیاهی: هندوانه قند خون را تنظیم می‌کند و سبب رقیق شدن خون، تقویت کلیه و کبد می‌شود.
محمود درگاهی در رابطه با خواص درمانی هندوانه، اظهار کرد: این میوه به ویژه در فصل تابستان دارای املاح ویژه‌ای بوده و مصرف آن برای بدن می‌تواند بسیار مفیدباشد.

وی افزود: هندوانه به دلیل داشتن الکترولیت می‌تواند جایگزین مناسبی برای آب از دست رفته بدن باشد که از طریق تعریق، این آب از بدن دفع شده و کلیه‌ها را تحت فشار قرار داده است. درگاهی با اشاره به اینکه هندوانه دارای املاحی همچون سدیم، پتاسیم و کلسیم است، ادامه داد: این املاح عامل مؤثری برای رقیق شدن خون به شمار رفته و برای کلیه و کبد نیز بسیار مفید است. این متخصص طب گیاهی با بیان اینکه مصرف هندوانه سبب جلوگیری از بروز تشنگی به ویژه در فصل بهار و تابستان می‌شود، اضافه کرد: مصرف این میوه به دلیل تنظیم عملکرد کلیه‌ها، تعادل را در بدن حفظ می‌کند، همچنین فشار خون را کاهش داده و مزایای بسیار زیادی برای فرد مصرف‌کننده دارد.

وی خاطرنشان کرد: افرادی که مزاج صفراوی و سودایی داشته باشند، می‌توانند هندوانه را با شیر مخلوط کرده تا صفا و سودا در بدن آن‌ها کم شود.

را مطالعه‌ای در سال ۲۰۱۳ نشان داده است. گفته می‌شود سیگار مانند آلودگی هوا، گونه‌های واکنشگر اکسیژن را تولید می‌کند (مولکول‌های ناپایدار اکسیژن) که به فرایند بیوشیمیایی تولید ملانین آسیب وارد می‌نماید.

لک و پیس

لک و پیس یک اختلال خودایمنی است که باعث می‌شود ملانوسیت از بین برود زیرا سیستم ایمنی بیش از حد فعال شده و به پوست سر حمله ور می‌شود.

آلوپسی آره آتا

آلوپسی آره آتا یا ریزش موی منطقه‌ای یک اختلال خودایمنی است که باعث می‌شود در منطقه‌ای از سر موها بریزند، خصوصاً موهایی که هنوز رنگ دارند. این اتفاق ممکن است باعث یک شبه سفید شدن موها شود، زیرا موهای رنگ‌دار می‌ریزند و موهای سفید به چشم می‌آیند.

بیماری‌های تیروئید

تغییرات هورمونی ناشی از مشکلات تیروئید مانند پرکاری تیروئید یا کم کاری تیروئید می‌توانند باعث زودتر سفید شدن موها شوند.

نوروفیبروماتوز

نوروفیبروماتوز یک اختلال ژنتیکی است که باعث ایجاد تومورهایی در بافت عصبی و رشد غیر عادی استخوان و پوست می‌شود.

توبروس اسکلروز

این یک بیماری ژنتیکی نادر است که باعث ایجاد تور موهای خوش خیم در اندام‌ها از جمله مغز و قلب و چشم‌ها و ریه‌ها و پوست می‌شود و ممکن است با سفید شدن موها ارتباط داشته باشد.

داروها

برخی از داروها می‌توانند سبب زودتر سفید شدن موها شوند، مانند کلروکین (مورد استفاده برای مالاریا)، تری‌پارائول (برای کاهش کلسترول استفاده می‌شود)، دیکسی‌رازین (برای درمان انواع اختلالات روانپزشکی استفاده می‌شود) و داروهای موضعی مانند داروهایی که برای درمان پسوریازیس به کار می‌روند.

چگونه از سفید شدن موها پیشگیری کنیم؟

ما نمی‌توانیم ژنتیکمان را تغییر دهیم و یا جلوی افزایش سن را بگیریم؛ اما می‌توانیم تغییراتی را در سبک زندگی‌مان ایجاد کنیم. اگر دوست دارید سفید شدن موهایتان را به تأخیر بیندازید، راهکارهایی وجود دارد. با بررسی رژیم غذایی و سبک زندگی‌تان شروع کنید تا مطمئن شوید استرس غیرضروری به بدن و ژن‌هایتان وارد نمی‌کنید.

رژیم غذایی برای سلامت موها

شما باید در حد تعادلی از ویتامین‌ها و املاح در رژیم غذایی خود استفاده کنید. رژیم‌غذایی نقش‌های مهمی در متابولیسم سلولی دارند و کمبود آن‌ها می‌تواند موجب ضعیف شدن موها، سفید شدن موها و ریزش‌شان شود.

ویتامین‌های A و B، D، E، مس و آهن و منیزیم و سلنیوم و زینک برای سلامت موها ضروری‌اند.

سیگار را ترک کنید

هر نخ سیگار مواد شیمیایی سمی زیادی وارد بدن می‌کند و این باعث می‌شود علاوه بر سفید شدن موها، استرس وارد بر سلول‌ها زیاد شده، اکسیژن‌های واکنشگر مضری آزاد شده و ریسک انواع بیماری‌ها بالا برود.

وضعیت سلامتی خود را چک کنید

برخی از عوارض می‌توانند روی موها اثر بگذارند و سبب زودتر سفید شدن موها، ریزش و مو ضعیف شدن موها شوند. مشکلات تیروئید و کمبود مواد مغذی ممکن است آشکار نباشند اما علائم و نشانه‌هایی دارند که پزشک می‌تواند آن‌ها را تشخیص دهد.

اینفوگرافه

۱۰ اتفاقی که ممکن است در پاییز برای بدنتان بیفتد

در پاییز برای بدنتان بیفتد

+ راهکارها

پوستتـان خشک می‌شود	وزنتـان اضافه می‌شود	ضربان قلبتان بالا می‌رود	بیش از حد معمول می‌خوابید
آفتاب پاییز می‌تواند به چشم‌هایتان آسیب بزند	اگر اضطراب و افسردگی داشته باشید علائمتان بدتر می‌شوند	بیشتر دچار سرماخوردگی و آنفلوآنزا می‌شوید	موهايتان ضعيف شده و ريزش پيدا می‌کنند
چشم‌هایتان خشک می‌شود	بیشتر دچار سرماخوردگی و آنفلوآنزا می‌شوید	موهايتان را با آب داغ نشوید	پوست سرتان را ماساژ دهید
فعال بمانید و ورزش کنید	ویتامین D دریافت کنید	لباس گرم بپوشید	ایمنی بدنتان را تقویت کنید
بهداشت فردی را رعایت کنید	سوپ‌های مختلف را امتحان کنید	از میوه و سبزیجات فصلی غافل نشوید	تا حد امکان از نور خورشید بهره ببرید
بیرون از منزل عینک آفتابی مناسب بزنید	دمنوش‌های ضد التهاب مثل زنجبیل و دارچین بنوشید	بهداشت فردی را رعایت کنید	سوپ‌های مختلف را امتحان کنید

اخبار

آیین تکریم و معارفه سیاسی استانداری قم برگزار شد؛

احمد حاجی زاده معاون استاندار قم شد

آیین تکریم و معارفه معاون سیاسی امنیتی و اجتماعی استانداری قم با حضور سید محمدتقی شاهچراغی استاندار برگزار شد.
به گزارش روابط عمومی استانداری قم، شاهچراغی در این آیین با بیان اینکه مردمی سازی باید در حوزه‌های مختلف مورد توجه مسئولان باشد اظهار داشت: از ظرفیت‌های مردم در همه بخش‌ها به‌ویژه اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی بهره گرفته شود. وی خدمت واقعی به مردم را فراتر از مسئولیت‌های نظام اداری دانست و تصریح کرد: محدودیت‌های اعتباری نباید منجر به توقف تلاش‌های مسئولان شود.
وی بهره گیری از ظرفیت‌های مذهبی و فرهنگی قم از جمله حرم حضرت معصومه (س) و مسجد جعفرکار را ضروری دانست و تصریح کرد: باید به این ظرفیت‌ها جهت دهی کرده و زمینه توسعه استان در سایر بخش‌ها را نیز فراهم کرد.
شاهچراغی همچنین حضور مسئولان در بین مردم دریافت‌مشکل‌های آنها از نزدیک را خواستار شد و بیان کرد: امیدوارم در دوره جدید شاهد تلاش مضاعف مسئولان برای پیگیری مشکل‌های مردم‌باشیم.

استاندار قم در بخش دیگری از سخنان خود ضمن قدردانی از خدمات بیژن سلیمان پور، انتصاب مدیران بومی که دارای شناخت از استان می‌باشند را دارای اولویت دانست و گفت: با توجه به تجربه‌های احمد حاجی زاده ایشان برای سمت معاونت استانداری قم انتخاب شد. بیژن سلیمان پور معاون سابق سیاسی امنیتی و اجتماعی استاندار قم نیز در این جلسه خدمت در نظام اسلامی را توفیق الهی دانست و بیان داشت: امیدوارم عملکرد ما مسئولان سبب کم شدن فاصله و افزایش دوستی مردم با نظام و مورد رضای خداوند متعال باشد. همچنین احمد حاجی زاده معاون سیاسی امنیتی و اجتماعی جدید استاندار قم نیز مسئولیت‌ها در نظام را مرهون خون شهیدان دانست و گفت: امیدوارم بتوانیم با الگو قرار دادن سیره شهیدان و خدمت صادقانه به مردم دین خود را به شهیدان عظیم‌الشان ادا کنیم.

استاندار قم در پایان این مراسم با اهدای لوح سپاس از خدمات بیژن سلیمان پور قدردانی و حکم انتصاب احمد حاجی زاده را اعطا کرد.سلیمان پور از مهرماه ۹۸ در سمت معاونت سیاسی استانداری قم قرار داشت.

یادوار شهید زین الدین ۶هزار و ۹۰ شهید استان قم برگزار شد

آیین گرامیداشت سی و هفتمین سالگرد شهادت شهیدان مهدی و مجید زین الدین و ۶ هزار و ۹۰ شهید استان قم به‌نخشیه شب با حضور تنی چند از مسئولان، نمایندگان مجلس شورای اسلامی، جانبازان، ایثارگران و خانواده معظم شهدا در سالن اجتماعات مجتمع فرهنگی امام (ره) قم برگزار شد.

در این آیین که تحت‌الاسلاموالمسلمین سید اسماعیل خطیب وزیر اطلاعات، سید محمدتقی شاهچراغی استاندار قم، احمد امیرآبادی فراهانی و جت الاسلام مجتبی ذوالنوری نمایندگان قم در مجلس شورای اسلامی، سردار محمدزما محمدرفی‌مانده سپاه علی ابن ابیطالب (ع) و سردار سید محمود میرفیضی فرمانده نیروی انتظامی استان حضور داشتند، یادوام شهیدان جنگ تحمیلی گرامی داشتند.
این آیین با شعر خوانی یکی از شاعران آیینی و ذکر مصیبت مداح الهی بیت همراه بود، و بخش قسمتی از سخنان سردار شهید قاسم سلیمانی پیرامون شهید زین الدین نیز در این استان یک هزار و ۹۲۲ شهید از ۹ کشور جهان وجود دارد. قم همچنین ۱۱ هزار و ۳۶۱ جانباز تقدیم انقلاب اسلامی کرده و ۵۹۱ آزاده و بیش از ۴۰۰ شهید مدافع حرم نیز متعلق به این استان می‌باشد.

سردار احمد فتوحی یکی از هم‌زمان شهید زین الدین نیز در بخشی از این مراسم ضمن ولایت‌گری و بیان خاطره‌هایی از سال‌های حساسه و ایثار خاطرنشان کرد: مشی شهیدان نه‌راسیدن دشمن، کمبود امکانات و تجهیزات و نفرات و ایستادگی و مقاومت برای عمل به تکلیف است. استان قم بیش از ۶ هزار و ۹۰۰ شهید تقدیم انقلاب کرده است و در این استان یک هزار و ۹۲۲ شهید از ۹ کشور جهان وجود دارد. قم همچنین ۱۱ هزار و ۳۶۱ جانباز تقدیم انقلاب اسلامی کرده و ۵۹۱ آزاده و بیش از ۴۰۰ شهید مدافع حرم نیز متعلق به این استان می‌باشد.

رییس دانشگاه علوم پزشکی قم:

تظاهرات ضدواکسن بی‌توجهی به شان مراجع تقلید است

رییس دانشگاه علوم پزشکی قم گفت: در استانی که مراجع عظام تقلید، علما، طلاب و اساتید حوزه‌های علمیه به عنوان مراجع علم دینی و اساتیدوپزشکان به عنوان مراجع علم پزشکی واکسن تزریق کرده‌اند، برگزاری تجمعات وتظاهرات واکسن‌هراسی بی‌توجهی به شان آنها است.
محمدرضا قدیر روز چهارشنبه در جلسه ستاد پیشگیری، کنترل و مبارزه با کرونا ویروس افزود: روند ابتلا، بستری، مراجعین و تست های مثبت کرونا در قم تیزی است و میانگین فونی بیماران کرونایی این هفته با کاهش روبرو بوده است. وی افزود: استفاده از ماسک و واکسناسیون دو امر مهمی است که به هیچ عنوان نباید فراموش شود و امیدواریم که مردم همواره به این دو نکته توجه داشته باشند تا گرفتار پیک جدید کرونایی نشویم.
قدیر ابراز داشت: واکسناسیون مستمر و منظم باید در کنار رعایت دستورات بهداشتی مد نظر باشد و افرادی که نوبت در دوم و با سوم واکسن آنها رسیده است، حتما به مراکز واکسناسیون یا مراکز جامع سلامت مراجعه و اقدام به تزریق واکسن کنند.
رییس دانشگاه علوم پزشکی قم گفت: استان قم با چنگ دندان در حال تمام فرزندانش خود دارد. معون توسعه مشارکت‌های مردمی و حضور در منازل را آغاز کرده است و با این روند اگر اسم قم به عنوان کانون شد واکسن مطرح شود، احیاف و تعدی به اقدامات جامعه سلامت است.
قدیر تاکید کرد: ما کار خود را به صورت تخصصی تا آخرین لحظه انجام می دهیم چرا که به کار خود ایمان داریم و انتظار داریم که نهادهای دیگر نیز، همانند گذشته در کنار جامعه سلامت باشند.

معاون توسعه مشارکت‌های مردمی کمیته امداد استان قم:

حمایت مالی جوان قمی از ۱۴۰ فرزند معنوی

معاون توسعه مشارکت‌های مردمی کمیته امداد استان قم گفت: یکی از خیران جوان استان قم ۱۴ نفر از فرزندان طرح محبتین را تحت حمایت مالی ماهانه خود قرار داد.
سید محمدرضا میره‌ای، با اشاره به اینکه در چند سال گذشته استقبال مردم از طرح محبتین خوب بوده‌است، بیان کرد: یکی از خیران جوان استان قم در این طرح شرکت کرد و ۱۴۰ نفر از فرزندان طرح محبتین را تحت حمایت مالی ماهانه خود قرار داد. وی با اشاره به اینکه این نیکوکار جوان تعهد کرده تا ماهانه ۵۰ هزار ریال به هر فرزند معنوی خود پرداخت کند افزود: این خبر که خواستار مجهول ماندن رمانش شده، در اولین واریزی خود ۷۰ میلیون ریال به صورت مستقیم و بدون واسطه به حساب شخصی او تمام فرزندان خود واریز کرد.
معاون توسعه مشارکت‌های مردمی کمیته امداد استان قم ضمن قدردانی از مردم نیکوکار استان خاطرنشان کرد: اگر فردی قصد دارد در طرح اکرام ایتام و محبتین شرکت کند تا ماهانه مبلغی را به صورت مستقیم به حساب شخصی این فرزندان واریز کند می‌توان با ارسال پیامکی به سامانه ۳۳۲۲۵۵ و ۳۰۰۰۰۰ و یا با مراجعه به سایت ekram.emdad.ir در این کار خادیسندانه سهیم شود.

سرپرست کتابخانه‌های عمومی استان قم:

فضای کتابخانه‌ای در قم ۲۵ درصد افزایش یافت

سرپرست کتابخانه‌های عمومی قم از افزایش ۲۵درصدی فضاهای کتابخانه‌ای در این استان با افتتاح کتابخانه عمومی شهدای نوپه‌ار و بهره‌برداری قریب الوقوع کتابخانه مرکزی خیر داد و گفت: امیدوارم با همت مسئولان استان، مشکل فقدان کتابخانه عمومی در منطقه پردیسبان نیز رفع شود.

سجاد عمرانی در آیین گرامیداشت هفته کتاب، کتابخوانی و کتابدار استان طی سخنانی، کتابداران را طرازداران و پیش فراوان مقابله با جنگ نرم دشمن در عرصه فرهنگی دانست و افزود: آنها در دوران کرونا نیز با فعالیت‌های مجازی توانستند شبکه‌ای عظیم از گروه‌های اجتماعی با محوریت کتاب و کتابخوانی به وجود آورند و اجازه خاموش شدن چراغ کتابخانه‌ها را ندادند. وی همچنین با اشاره به طرح پیک کتاب کتابخانه‌های عمومی استان قم گفت: به‌رغم ریزش اولیه اعضای کتابخانه‌ها در دوران شروع ویروس کرونا، کتابخانه‌ها با احیای فعالیت‌های کتابخانه‌ها در فضای مجازی و همچنین رساندن کتاب به منازل مردم به وسیله پیک کتاب، جان تازه‌ای گرفتند و امروز کتابخانه‌های عمومی استان قم بیش از ۳۰ هزار عضو فعال دارند.

اما و اگر محافظت از بچه‌ها در برابر فیلم و سریال‌های خشن



گروه خانواده - زهره سعیدی: یک عده فقیر و مفروض به واسطه یک بازی در شرایط مسابقه قرار می گیرند و همه به جز یک نفر کشته می شوند. صحنه های خشونت بار کشته شدن این افراد با تیر و تفنگ و کلت، دراوردن اعضای بدن و قاجاق آنها، صحنه های خشونت آمیز جان کندن و در نهایت هم هیچ چیزی که دست مخاطب را نمی گیرد، چیزهایی است که در سریال کره ای بازی مرکب این روزها در همه فضای مجازی به طور رایگان و بالاخص در پلتفرم های داخلی ایرانی چون «نماو» و «فیلمبو» دیده می شود.

اخیرا در یک میهمانی شرکت کرده بودم و بچه های کودک و نوجوان در آنجا با هم در حال صحبت بودند که بلند بلند می گفتند، سریال کره ای بازی مرکب را دیدید و همه تایید می کردند با خوشحالی صحنه های مختلف کشته شدن و جان کندن افراد را برای هم تعریف می کردند و من از تعجب مانده بودم که این بچه ها با دیدن این صحنه ها چطور خوشحال هستند و چقدر با لذت از خشونت صحبت می کنند؟ اینها تغییر ذائقه کودک و نوجوانی است که می بایست فیلم های با محتوای غنی داستانی و آموزشی متناسب با سنش را ببیند اما آیا این نوجوان دچار مشکلات مختلف نخواهد شد؟ نقش والدین در این میان چیست؟

واشنگتن پست نیز به تازگی در گزارشی نوشت که علیرغم محبوبیت «بازی مرکب»، خشونت های تیزبینی مکرر، فرهنگی کامل، و فحاشی های برترکرد که در فصل اول وجود دارد باید به والدین این هشدار شدید برای توقف و جلوگیری از تماشا ی این سریال توسط کودکان شان را داده باشد!

همچنین گزارش هایی مبنی بر تمديد سریال بازی:خشونت Squid (Game) توسط نتفلیکس برای فصل دوم، ناظران رسانه ها را نگران تأثیر سریال کره ای بر کودکان آمریکایی کرده است. ناظران رسانه ها گفتند کودکان را در سرتاسر کشور پیدا کرده اند که از سناریوهای زنده ماندن به سبک بازی های گرسنگی؛ نمایش دیستوپایی تقلید می کنند. ماندن شخصیت های سریال در هالووی لباس می پوشند و خشن ترین کلیپ ها را در تیک تاک و یوتیوب مشاهده می کنند.

طبق گزارش واشنگتن تایمز «ملیسانسون»، مدیر برنامه ریزی شورای تلویزیون، رسانه و والدین در این باره گفت: گروه والدین مستقر در لس آنجلس از نتفلیکس خواسته اند تا اطمینان حاصل کند که سریال پر بیننده بازی مرکب برای کودکان عرضه نشود.

براساس گفته یک برنامه ساز تلویزیونی، مصرف محتوای رسانه ای خشونت آمیز در دوران کودکی بیش از آنچه که اکثر والدین تصور می کنند آسیب می رساند، آنچه ممکن است برای بزرگسالان سرگرمی تلقی شود، ممکن است در ذهن کودک وحشتناک باشد، بچه ها آنچه را که می بینند تقلید می کنند، آنها توانایی مغز برای فیلتر کردن تأثیرات مخرب را ندارند.

حال اگر بحث صرف این سریال که گذریم و جای بسی تاسف دارد که پلتفرم های ایرانی هم آن را بخش می کنند، در گذشته هم زیاد از این موارد بوده و در آینده نیز خواهد بود، اما چطور خانواده های می بایست از فرزندانشان در برابر این فیلم و سریال های خشونت آمیز جلوگیری کنند تا بچه ها دچار مشکل نشوند؟

با توجه به ایجاد نشدن اینترنت ملی در کشور، «سعید مدرسی»، مدرس سواد رسانه ای اخیرا با انتشار کلیپی آموزشی به خانواده ها نحوه محدود کردن برخی موارد و سایت ها را برای محافظت از فرزندان به آنها آموزش داد که در این کلیپ آورده شده است:
«در مرورگرها تنظیماتی وجود دارد، مثلاً در مرورگر گوگل اگر به تنظیمات مرورگر بروید بخش هیشت به نام سبفیتی سرچ (safety.google) که اگر تیک آن را بزنید به صورت خودکار محتواهای غیراخلاقی را فیلتر می کند و بر روی سیستم شما اجازه بارگذاری را نمی دهد».
براساس آنچه در پایگاه اطلاع رسانی پلیس افتد آمده نیز والدین می توانند ابتدا به سایت مرورگر Google مراجعه کرده و از قسمت تنظیمات (Settings) در پایین صفحه سمت راست گزینه تنظیمات جستجو(Search Settings) را انتخاب کنند. سپس در صفحه تنظیمات جستجو، گزینه جستجوی امن (Turn on SafeSearch) را فعال می کنیم. با این کار هوش مصنوعی بکار رفته در موتور جستجوی گوگل به صورت خودکار محتوای نامناسب را از نتیجه جستجو حذف کرده و آنها را به کاربر نشان نمی دهد.

اما قطعاً بسیاری از فیلم و سریال ها شامل این فیلترگذاری نمی شوند، بنابراین توصیه این است که آموزش لازم با نظارت را به بچه ها بدهیم.

۴۱ درصد بچه ها علاقه به فیلم و سریال های جنایی و مهیج دارند!

طبق نتایج ۲۵ /۸ درصد از صحنه های فیلم ها و مجموعه های تلویزیونی به

زنگ خطری دیگر برای والدین؛

اما و اگر محافظت از بچه‌ها در برابر فیلم و سریال‌های خشن

نمایش درآمده در تلویزیون ایران، محتوای خشونت آمیز دارند. همچنین، کودکان بیش از ۴ ساعت در روز از برنامه های تلویزیون استفاده می کنند، ۶۰ درصد آنان در ساعت ۹ تا ۱۰ شب که غالباً زمان پخش فیلم ها و مجموعه هاست، به تماشای تلویزیون می پردازند و ۲۱ درصد به موضوع های مهیج و ترسناک و ۲۰ درصد به گونه های پلیسی و جنایی علاقه دارند. برخی از کارتون های خشنی که امروزه محبوب کودکان است، عبارت اند از: اسکویی دو، لاک پشت های نینجا، باب اسفنجی، مرد کنگوتی، پاندای کونگ فو کار و عصر یخبندان.

حال تصور کنید اینها برنامه هایی است که در خود تلویزیون ملی پخش می شود، دیگر فضای مجازی و فیلم و سریال های خارجی و خشونت آمیز و کشت و کشتارهای آن را هم به این آمار اضافه کنید که الان در دسترس همه قرار دارد. براساس ۲۰ سال تحقیقات آزمایشگاهی، آزمایش های میدانی و تجزیه و تحلیل رفتارهایی که به صورت طبیعی بروز می کنند، محققان به این نتیجه رسیدند که صحنه های خشونت آمیز تلویزیونی، بر رفتار ها و باورهای کودکان و خردسالان پیاپند منفی و قطعی دارد. این آمار را از این جهت اعلام کردم که پدر و مادرهایی که برای راحت شدن خیال خودشان ورسین به کارهایشان، بچه ها را پای تلویزیون ساعت ها می نشاندند یا اینترنت بدون فیلتر را با پ تلپ یا تبلت دست آنها می دهند، بدون اینکه هیچ نظارتی داشته باشند، آنها مشغول دیدن و شنیدن چه چیزهایی هستند، آگاه شوند.

****مردان تیر پذیر بی بچه ها از محتوای تلویزیونی خشونت آمیز**

تماشای محتوا با خشونت های مکرر نخست حساسیت بچه ها را به خشونت از بین می برد، مثل همان مثالی که در بالا درباره صحبت کودک و نوجوان ها از خشونت سریال بازی مرکب دیدم، همین باعث می شود که رفتارهای پر خاشگرانه طبیعی جلوه کند. این بچه ها عموما در مدرسه یا منزل به راحتی به خشونت و رفتارهای پر خاشگرانه متوسل می شوند.

همچنین ترس و ناآمنی و بی اعتمادی در این بچه ها تقویت می شود. عموما چنین بچه هایی که صحنه های خشونت آمیز تماشا می کنند، نگرانند که خودشان در آن شرایط قربانی شوند. همین امنیت آنها را سلب کرده و دچار مشکلشان می کند. تماشای این خشونت ها به ویژه برای بچه های زیر هشت سال صدمات روحی و جسمی جبران ناپذیر دارد زیرا آنها نمی توانند واقعیت را از خیال تشخیص دهندو دنیا را جای خطرناکی می بینند.

تأثیر دیگر الگوگیری بر بچه ها از رفتارهای خشونت آمیز است. وقتی این در بچه ها به روی بچه ها باز شود، طبیعتاً جرایم مردانه و کوچک شمردن بزرگوارها بی ارزش شدن ارزش ها را شاهد خواهیم بود. چنین رفتاری، به قول روان شناسان رفتار پاسخ بچه ها به خشونت دنیای بیرون است.

این رفتارها به کودکی به شکل بی نظمی، دروغ گویی، فرار از مدرسه، منزل، بدخواهی، بارگوییختن، خشونت و بهم فخرشدن دندان ها و حالت های تدافعی و همچنین تجاوزه به حقوق دیگران نمود پیدا می کند.

****نظرات پدر و مادر چگونه؟**

در آیه قرآن کریم آمده است: «وَأَمِّرْ أَهْلَكَ بِالْبِرِّ وَالْإِطَاعِ وَأَطِيعْ عِلْمًا؛ خانواده (زن و فرزندان) خود را به نماز فرمان ده و خود بر این شکیا باش.» و یا در آیه دیگر آمده: «وَأَذِّنْ لِقَوْمٍ لَقَاءَ لَبِئَ وَهُوَ يَخْطُفُ يَأْتِيَنَّ لَا تُشْرِكُ بِاللَّهِ؛ هنگامی که لقمان به پسر خویش، در حالی که او از اندرز می داد، گفت: ای پسر کم! به خدا شرک میاور که به راستی شرک، ستمی بزرگ است.»

تربیت پدر و مادر به عنوان نظارت کامل بر بچه ها است. پس اول خود والدین نباید جلوی بچه ها چنین فیلم و سریال های را ببینندو که رفتارهای پر خاشگرانه و خشونت آمیز دارد و بعد بچه ها را به دیدن فیلم و سریال های داستانی ارام بخش و فعالیت های هنری و فرهنگی و بازی های جذاب خانواده گی دعوت کنند.

این شرایطی نیست اما دید بچه ها چنین محتوای آسیب زایی را تماشا کرد، بهتر است به او بگوئید که این یک داستان خلاف واقع است و تفاوت واقعیت و خیال را به او آموزش دهید. به زبان ساده کودک ما می تواند این دست فناوری ها را برایش تشریح کند.

بنابراین به کارتن، فیلم و سریال هایی که بچه ها می بینند نظارت کنید. برای آنها نوع محتوای مناسب را شرح دهید و مشخص کنید. زمان تماشای تلویزیون یا استفاده از پ تلپ و تبلت را محدود کنید. هرگز در انتخاب خواب و موقع خواب و شب هنگام اجازه دیدن سریال خشونت آمیز به آنها ندهید. به بچه ها آموزش دهید موقع خواب کتاب داستان بخوانند.

اگر بچه شما سوالاتی پرسید مبنی بر مر دن یا به قتل رسیدن یک شخصیت در فیلم و سریال به او تذکر دهید که هنرپیشه زنده و فقط یک بازی بوده است. اگر هنگام دورهمی فیلم یا سریال خشنی تلویزیون پخش کرد کاتال را عوض کنید یا خاموش کنید و برای بچه تان آسیب های این محتواها را توضیح دهید.

تکرار و تأکید میکنم که در حضور بچه ها فیلم و سریال خشونت آمیز و مهیج نبینید. برخی والدین خودشان مشغول تماشا می شوند و تصور میکنند بچه توجه ندارند و در عالم خود هستند در حالیکه اینطور نیست بچه ها حواسشان به همه جا هست.

برای تلپ تلپ و تبلت بچه ها خوراک مناسب تهیه کنید برایشان فیلم و سریال های مناسب سشنان بفرستید تا آنها را تماشا کنند.

در ارتباط با نکته آموزشی محدود کردن برخی محتواها در فضای مجازی، این آمار هم منتشر شده که ۷۱ درصد بچه ها برای مخفی کردن کارهایشان در اینترنت تاریخچه مرور ر و ب گردی و سیف سرچ خود را غیرفعال می کنند. دراینجا نصب جستجوگرهای بومی می تواند کارساز باشد و بچه ها را جهت استفاده امن از اینترنت کمک کند.

مدیریت ارشد استان برای رفع مشکلات پروژه چهل اختران ورود کند؛

پروژه های هسته مرکزی منتظر تعیین تکلیف اراضی ۴۸ هکتاری

ارشد استان به لحاظ هماهنگی و تخصیص منابع دولتی به عنوان پشتوانه در این پروژه لازم است تا در اجرای طرح، بازنگری اساسی صورت گرفته و وضع فعلی ساماندهی شود.

وی با اشاره به اینکه البته نقد گذشته برای پروژه های آینده بسیار مفید است ولی در خصوص این پروژه دو راه وجود دارد ترجیح که نخست پیگیری از اخذ منابع و تکمیل طرح مصوب که در شور خوارن با جابجایی این املاک است که به این لحاظ با توجه به ابعاد پروژه با توجه به حد نیازهای فضای مذهبی بعد از حرم مطهر و مسجد مقدس جعفرکار و پیگیری انجامدهنده توسط مدیریت استان به لحاظ تخصیص منابع مالی از ۴۸ هکتاری اقداماتی صورت گیرد که متأسفانه توسط معاونت وزارت راه و شهرسازی در انتهای دولت گذشته از دست مدیران استانی خارج شد.
خاکی دومین راه برای ساماندهی این پروژه را موردتوجه قرار داد و یادآور شد: قبول احجاف انجامشده از سوی دولت در حق مردم قم و حرم مطهر از جمله پروژه چهل اختران و کاهش محدوده و تغییر رویکرد طرح از رویکرد تکمیل زیرساخت های زیارت حرم و هیئت تاریخی آن به رویکرد صرفاً ساماندهی محیطی، که البته در این خصوص هم طرح های لازم تهیه و جهت بررسی به مجموعه مدیریت استان ارسال شده است.

وی در خصوص احیاء هیئت اعیان منابع مالی از محل ارزش افزوده اراضی ۴۸ هکتاری عنوان کرد: با توجه به رویکرد دولت جدید، مناسب است تخصیص این منابع احیا شود و یا ساماندهی پیرامون حرم مطهر به عنوان یک مطالعه توسط مدیران استانی و به ویژه اصحاب رسانه اهدا پروژه ه مطابق طرح مصوب تکمیل شود؛ چراکه نتنها پروژه چهل اختران باید هدف پروژه هم دیگر در پیرامون حرم مطهر و بافت های فرسوده از محل این پشتوانه قابلیت بازآفرینی و احیا بر خود را داشته باشد. نقش مهم و تاریخ سازی در ساماندهی پیرامون حرم مطهر، افزایش رضایت زائرین و مجاورین و تأمین زیرساخت های زیارت و گردشگر مذهبی خواهد داشت.

مدیر عامل سازمان بهسازی و نوسازی اطراف حرم مطهر شهرداری قم با تأکید بر اینکه این پروژه نیازمند خله مدیریت ارشد استان است، تخصیص وظیفه دستگاها و تصمیم سازی و اجرا است، اذعان کرد: در صورت نیاز اطلاعات و گزارش اراضی ۴۸ هکتاری و همچنین ۳۲ هکتاری که پشتوانه احیای بافت های فرسوده پیرامون حرم و سکوئنگاه های غیررسمی است که از سوی مدیران فرهنگی و وزارت راه و شهرسازی بلا تکلیف مانده اند، باید ارائه جهت پیگیری و مطالبه گری است.

اخبار

فرمانده سپاه استان قم خبر داد:

اجرای بیش از ۳۰۰ برنامه در هفته بسیج

فرمانده سپاه استان قم از اجرای بیش از ۳۰۰ عنوان برنامه در قم به مناسبت هفته بسیج با شعار «بسیج پاره تن مردم است» خبر داد.

سردار محمدرضا موحّد ظهر روز چهارشنبه در نشست خبری تشریح برنامه های هفته بسیج گفت: بسیج معجزه حضرت امام خمینی (ره) است. بعد از تسخیر لانه جاسوسی، آمریکا فعالیت خود در خلیج فارس را افزایش داد که بعد از آن حضرت امام در یک اقدام هوشمندانه فرمان تشکیل بسیج را دادند، بسیج در همه بحران ها فعالیت شبانه روزی دارد.

وی ادامه داد: امروز ملت های مسلمان و استیکار ستیز از تجربه بسیج استفاده می کنند از جمله حزب الله لبنان، حشد العسبی عراق، انصار الله یمن، فاطمیان افغانستان، زنبیون پاکستان و... که همه این ها منگی به اندیشه حضرت امام (ره) است، تفکر بسیج یک شبکه سراسری سیاسی، اجتماعی و نظامی در جهان است که زمینه ساز ظهور است. فرمانده سپاه امام علی بن ابی طالب علیه السلام قم بیان داشت: شعار امسال هفته بسیج «بسیج پاره تن مردم است» انتخاب شده و ۳۰۰ عنوان برنامه تعریف شده است که در طول هفته بسیج اجرا خواهد شد.

وی ادامه داد: یادواره شهید زین الدین و ۶۰۹۰ شهید استان روز پنج شنبه ۲۷ آبان برگزار می شود، همچنین سرکشی از خانواده شهدا، غبار رویی مزار شهدا، دیدار ریاست بسیج مستضعفین با علما و مراجع عظام تقلید از دیگر برنامه های هفته بسیج است.

سردار موحّد افزود: رزمایش اقتدار بسیجیان در سوم آذر برگزار می شود و همچنین تجدید میثاق بسیجیان با ولایت توسط گردان های بسیج پایه از جمله گردانهای امام علی (ع)، امام حسین (ع)، بیت المقدس و کوثر و دیدار با فرمانده کل قوا به صورت ویدئو کنفرانس همزمان با سراسر کشور برگزار خواهد شد.

موحد اضافه کرد: برگزاری رزمایش خود حفاظتی در ادارات و کارخانجات، پوشش نذر خون و اهدای خون توسط بسیجیان، مسابقات ورزشی، اجرای اهدای خون متنوع توسط بسیج فرهنگمندان، رونمایی از کتاب مادر شهید معماریان، پوشش دلنوشته برادر شهیدم در فضای مجازی توسط بسیج پیشکسوتان، اردوهای جهادی در هفته بسیج و اعزام جهادگران بسیجی به مناطق محروم از دیگر برنامه های هفته بسیج است. فرمانده سپاه امام علی ابن ابی طالب (ع) تصریح کرد: بهره برداری از پروژه های اقتصادی و افتتاح و تحویل ۲۲ واحد مسکونی در مناطق رزله زده سی سخت که با هزینه ۱۵ میلیارد تومان توسط بسیج و سپاه قم ساخته شده است نیز از دیگر برنامه ای این هفته است. موحد تأکید کرد: تکمیل زیرساخت های دهکده مقاومتی مومنه و بهره برداری از فضای گردشگری، کشاورزی، پرورش مرغ و ماهیان زینتی در دهکده اقتصاد مقاومتی با هزینه اعتباری بالغ بر ۳ میلیارد و ۷۰۰ میلیون تومان انجام خواهد شد.

فرمانده سپاه قم گفت: همچنین آغاز و تکمیل پروژه ابرسانی به شهر و روستاهای کبک و بخش سلنگجان فاز ۲ از محل اعتبارات محرومیت زدایی قرارگاه امام حسن مجتبی (ع) با همکاری شرکت آلفا که اعتبار هر دوره نزدیک به ۸۸ میلیارد تومان نیز از جمله این اقدامات است.

وی ادامه داد: احداث مدرسه روستای علی آباد انقلاب با مشارکت بانوان خیر مدرسه ساز، پروژه خمر جهاب آب روستای نایه، تهیه و توزیع ۲ هزار بسته معیشتی، و تعمیر و بازسازی وسایل برقی منازل مسکونی محرومین حاشیه شهر و روستا، توزیع یک لوازم تحریر به تعداد ۲۰۰۰ عدد توسط گروه های جهادی دانشجویی، برپایی نمایشگاه اقتصاد مقاومتی و عرضه محصولات تولیدات خانگی از جمله برنامه های بسیج سازندگی در طول هفته بسیج است.

موحد تصریح کرد: همچنین اعزام گروه های جهادی و تیم های بسیج جامعه پزشکی به مناطق محروم حاشیه شهر ها و روستاها، ویزیت رایگان، اهدای خون از جمله برنامه های بسیج جامعه پزشکی است، همچنین اجرای نمایشگاه و اجتماع حماسی خادمین راهبان نور در گلزار شهدای سراسر کشور نیز انجام خواهد شد.

فرمانده سپاه امام علی بن ابی طالب (ع) بیان داشت: مشاوره حقوقی رایگان، برگزاری تربیین آزاد، برگزاری میز خدمت در طول هفته بسیج، رزمایش گروه های مؤمنانه، برگزاری پنجمین یادواره شهدای ورزشکار، تحلیل از قهرمانان بین المللی و المپیک، آزادسازی زندانیان غیربمعد، برگزاری مسابقات تیراندازی کشوری و همایش پیاده روی از دیگر برنامه های هفته بسیج خواهد بود.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم:

ایستگاه های اهدا و مطالعه کتاب در قم دایر می شود

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم از برپایی ایستگاه های اهدا و مطالعه کتاب در قم خبر داد.

سید موسی حسینی کاشانی در گفتگویی، از اجرای ۲۳ برنامه در استان قم هم زمان با بیست و نهمین دوره هفته کتاب جمهوری اسلامی خبر داد که روزنمایی از کتاب هایی با موضوع شهدا و دفاع مقدس و برپایی ایستگاه های اهدا و مطالعه کتاب در مجتمع های تجاری این استان برخی از اینها به شمار می آید.

وی با اشاره به این که هفته کتاب همواره بهانه خوبی بوده تا نسبت به فعالیت های حوزه کتاب در استان یادآوری داشته باشیم، عنوان کرد: این هفته فرصتی است تا زحمات و تلاش های دست اندرکاران حوزه تولید، چاپ و توزیع کتاب که در عرصه های مختلف فعالیت دارند را گرامی بداریم.

وی با بیان این که بیش از ۱۳۰۰ ناشر در استان قم فعال هستند، اظهار کرد: اکنون بیشترین مجوز کتاب بعد از تهران به قم اختصاص داشته و در بخش کتاب دینی رتبه اول کشور را دارد و همین موضوع نشان دهنده اهمیت بحث نشر و کتاب در قم است. او همچنین به اجرای ۲۳ برنامه فرهنگی کتابمحور در قم اشاره کرد و افزود: برنامه های متنوعی برای هفته کتاب در قم پیش بینی شده است و با توجه به این که امسال گنگره علمی شهدای استان قم را داریم از تعداد کتاب با موضوع شهدا و دفاع مقدس رونمایی خواهد شد. همچنین نشست های تخصصی معرفی کتاب نیز با همکاری انجمن های ادبی استان در روزهای مختلف این هفته برگزار خواهد شد.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم همچنین از آماده سازی و معرفی کتابهای چاپ اول به مخاطبان خبر داد و گفت: در این طرح مجموعه های کتابهای تازه منتشر شده را در فضای مجازی معرفی می کنیم تا مخاطبان با کتابهای چاپ اول خوب و مناسب به مناسبت هفته کتاب آشنا شوند. وی با اشاره به اجرای طرح کتابگردی در کتابفروشی های استان با حضور مسئولان استانی تأکید کرد: قدیر از ناشران و کتابفروشان استانی و همچنین ناشر مولفان برگزیده را نیز برای این هفته پیش بینی کرده ایم. او در ادامه صحبت های خود از خرید کتاب به مناسبت هفته کتاب نیز خبر داد و یادآور شد: کتابهایی که توسط هیات منتخب آرایشی شده اند در این هفته خریداری خواهند شد. برپایی ایستگاه های مطالعه در مجتمع های تجاری قم با کمک اصناف برای هفته کتاب اجرایی می شود و قرار است اهدای کتاب به مخاطبان مردم را نیز داشته باشیم.

حسینی کاشانی در پایان صحبت های خود به اهدای کتاب به مناطق محروم روستایی اشاره کرد و گفت: این کتاب ها علاوه بر مناطق محروم به مراکز فرهنگی استان نیز اهدا خواهد شد. دیدار با انمه جماعات استان درباره موضوعات کتاب، مسابقات کتابخوانی و... از دیگر برنامه های است که برای این هفته پیش بینی شده است. بیست و نهمین دوره هفته کتاب جمهوری اسلامی ایران از بیست و چهارم آبان ماه تا یکم آذرماه ۱۴۰۰ شعار «جای خالی را با کتاب خوب پر کنیم» در سراسر کشور برگزار می شود.

مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان قم خبرداد:

ارسال ۱۴ میلیارد ریال کمک هلال احمر قم بهزلزله زدگان هرمزگان

مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان قم گفت: اقلام امدادی، شامل ۳۴۰ دستگاه چادر امدادی تیب ۲ به ارزش ۱۴ میلیارد و ۶۰۰ میلیون ریال، پس از بازگری به استان هرمزگان ارسال شد.

محمدرضا بهرامی اظهارداشت: زمین لرزه ای به بزرگی ۶.۴ در مقیاس امواج درونی زمین در ساعت ۲۷ و ۲ دقیقه و ۴ ثانیه و ۱۵ کیلومتری از زمین و رزله دیگری با بزرگی ۶.۳ در ساعت ۱۵ و ۲۸ دقیقه و ۳۸ ثانیه، به فاصله یک دقیقه در عمق ۱۵ کیلومتری زمین روز یکشنبه ۲۳ آبان ماه جاری، استان هرمزگان را لرزاند.

او ادامه داد: به همین منظور جمعیت هلال احمر استان قم، بر اساس اصول فتاگانه جمعیت به منظور کمک به زلزله زدگان کمک های بشردوستانه خود را به این استان ارسال کرد. مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان قم افزود: با توجه به وقوع این زلزله ها در استان هرمزگان و تخریب بخشی از ساختمان های مسکونی هموطنان، جمعیت هلال احمر استان قم اقدام به ارسال اقلام امدادی برای ایجاد اردوگاه های اسکان اضطراری به مناطق زلزله زده کرد.

اخبار

۶بازیکن شیمیدر قم در انتخابی جام جهانی بسکتبال

کادر فنی تیم ملی بسکتبال ۶ بازیکن تیم شیمیدر قم را برای حضور در اردوی آماده‌سازی این تیم به‌منظور حضور در مسابقات انتخابی جام‌جهانی انتخاب کرد. بعد از پایان بازی‌های نیم فصل نخست مرحله گروهی فصل ۱۴۰۱ - ۱۴۰۰ لیگ برتر بسکتبال باشگاه‌های کشور، اردوی آماده‌سازی تیم ملی ایران به‌منظور رویارویی با حریفان شرکت کننده در پنجره اول پیکارهای انتخابی جام جهانی ۲۰۲۳ آغاز شد.

با اعلام اسامی ۱۸ بازیکن دعوت شده به اردوی تیم ملی بسکتبال، نام ۶ بازیکن تیم بسکتبال شیمیدر قم نیز در بین حاضرین در این اردو به چشم می‌خورد، در حالی که هدایت تیم ملی را مصطفی هاشمی بر عهده دارد و از شیمیدر امیر حسین آذری، روزبه ارغوان، حامد حسین‌زاده، نوید رضایی‌فر، سالار منجی و محمد یوسف‌وند دعوت‌شده‌اند.

تیم ملی کشورمان باید در نخستین دیدار خود از پنجره اول انتخابی جامی جهانی ۲۰۲۳ در منطقه آسیا و اقیانوسیه به‌مصاف تیم ملی بحرین برود، در حالی که نخستین بازی ملی‌پوشان روز پنجم آذر ماه به میزبانی ایران به انجام می‌رسد و بازی برگشت روز هشتم آذر در بحرین برگزار خواهد شد.

بسکتبالیست‌های کشورمان در پنجره دوم انتخابی جام جهانی باید روز سه‌شنبه پنجم اسفند ماه در ایران از قزاقستان پذیرایی کنند و روز هشتم اسفند در خانه سوریه به میدان بروند، همچنین دهم تیر ماه سال ۱۴۰۱ مصاف دیگر ایران و قزاقستان در خانه حریف برگزار می‌شود و بازی بعدی ایران با سوریه نیز در روز سیزدهم تیر ۱۴۰۱ برنامه‌ریزی شده است.

این در شرایطی است که با پایان مرحله اول رقابت‌های انتخابی جام جهانی ۲۰۲۳ که شامل پنجره اول، دوم و سوم می‌شود، سه تیم برتر هر گروه به مرحله دوم مسابقات انتخابی شامل پنجره‌های چهارم تا ششم صعود خواهند کرد، بدین‌ترتیب ۱۲ تیم از منطقه آسیا و اقیانوسیه به مرحله دوم انتخابی جام جهانی ۲۰۲۳ صعودمی‌کنند.

در لیگ برتر کشتی فرنگی؛

کشتی گیران قمی از صعود به مرحله پایانی باز ماندند

فرنگی کاران قمی حاضر در لیگ برتر کشتی فرنگی باشگاه های کشور با قبول ۴ شکست و کسب ۲ پیروزی به کار خود در لیگ برتر کشتی فرنگی در فصل جاری پایان دادند.

براساس این گزارش، دور برگشت مرحله گروهی لیگ برتر کشتی فرنگی باشگاه‌های کشور سه شنبه در گروه دوم به میزبانی شهر بیرجند پیگیری شد و تیم شهدای مدافع حرم قم در نخستین دیدار برابر سید بابل با نتیجه ۶ بر ۴ به پیروزی رسید تا پس از سه شکست متوالی در دور رفت، نخستین پیروزی خود را دشت‌کند.

نماینده قم در دیدار دوم برابر دانشگاه آزاد اسلامی با نتیجه مشابه ۶-۴ شکست خورد و در سومین بازی هم برابر تیم هیئت خراسان جنوبی ده بر صفر به پیروزی رسید.

این دومین سال متوالی است که نماینده قم از صعود به جمع ۴ تیم نهایی لیگ برتر کشتی فرنگی کشور بازمی‌ماند.

قم که یکی از کانون‌های اصلی کشتی فرنگی در کشور است در این سال‌ها شاهد حضور ستاره‌های خود در تیم‌های متمول لیگ برتر بوده است.

ضعف‌های مالی، نبود حامیان مالی و ناتوانی از حفظ ستاره‌ها برای حضور بر قدرت در لیگ برتر، قم را با وجود ستاره‌های فراوان به تیمی معمولی در این رقابت‌ها تبدیل کرده بود.

شهبازی بهترین بازیکن بدمیتون باشگاه‌های ایران شد

بازیکن تیم‌رعد قم ، برترین بازیکن هفته هفتم لیگ برتر بدمیتون باشگاه‌های ایران شد.

مهران شهبازی بازیکن جوان تیم رعد پدافند هوایی قم عنوان برترین بازیکن هفته هفتم لیگ برتر بدمیتون باشگاه‌های ایران در جام خلیج فارس را به خود اختصاص داد.

شهبازی در هفته هفتم لیگ برتر و در مصاف رعد پدافند هوایی قم با پروتئین ۹۹ البرز هم در بخش انفرادی و هم در رقابت دوپل از مهره های اصلی پیروزی قاطع رعد در خانه حریف بود و بدین ترتیب در نظر سنجی صورت گرفته از سوی کاربران صفحه اینستاگرامی فدراسیون بدمیتون عنوان برترین بازیکن هفته را از آن خود کرد. پیش از این نیز محمد پاریوند، بدمیتون باز قمی عنوان برترین بازیکن هفته ششم فصل ۱۴۰۰ لیگ برتر را به خود اختصاص داده بود.

در هفته نهم لیگ برتر فوئسال کشور قم خود؛

دومین پیروزی متوالی فردوس قم

تیم فردوس قم در یک بازی خار خ از خانه با نتیجه ۳ بر یک حفرای اهواز را از پیش رو برداشت تا دومین پیروزی متوالی خود را در لیگ برتر تجربه کند.

به گزارش روز چهارشنبه هیات فوتبال قم، تیم فوئسال فردوس قم پس از پیروزی ۵ بر ۳ برابر سپاهان اصفهان در هفته نهم، در هفته دهم نیز به پیروزی رسید تا مقداری روزهای تاکامی خود را به دست فراموشی بسپارد.

در ادامه بازی های هفته دهم لیگ برتر فوئسال کشور عصر امروز تیم فردوس قم در خوزستان به مصاف تیم حفاری اهواز رفت که در پایان با پیروزی برابر این تیم روند آمیدوارکننده خود را در دو هفته گذشته لیگ ادامه داد.

در این رقابت روح الله انثاری دو بار و مسعود عباسی یک بار برای تیم فوئسال فردوس قم موفق به گلزنی شدند و تک گل تیم میزبان را نیز هومن یعقوبی وارد دروازه نماینده قم کرد. فردوس قم تا پایان هفته دهم لیگ برتر فوئسال کشور با کسب ۱۲ امتیاز بر جایگاه هفتم جدول رده بندی تکیه زده است.

در رقابت‌های آزاد کشوری؛

تکواندوکار قمی سوم کشور شد

کیوان کاظمی، نماینده وزن ۵۸- کیلوگرم تکواندو قم، در رقابت‌های آزاد کشوری جوانان و بزرگسالان صاحب‌گردن آویز برنز شد.

مسابقات آزاد کشوری جوانان و بزرگسالان مردان و مرحله اول انتخابی تیم ملی به مدت چهار روز از ۲۲ تا ۲۵ آبان ماه و با حضور ۵۸۴ تکواندوکار در فدراسیون تکواندو پیگیری شد. در این رقابت ها کیوان کاظمی، نماینده وزن ۵۸- کیلوگرم تکواندو قم، با پنج پیروزی مقابل حریفانی از استان‌های آذربایجان شرقی، دو نماینده از مازندران، تهران، البرز و شکست برابر تکواندوکار تهرانی، موفق به کسب مدال برنز شد و در جایگاه سوم قرار گرفت. شایان ذکر است که هاشم آقایی و حسین سلیمانی نیز به عنوان داور در این مسابقات قضاوت کردند.



اسکوچیچ:

طارمی بهترین بازیکن تیم فوتبال پورتو است



سر مربی تیم ملی فوتبال با تمجید از ملی‌پوش ایرانی باشگاه پورتو پرتغال گفت: مهدی طارمی بهترین بازیکن تیم فوتبال پورتو است که در کنار دیگر

بازیکنان تیم ملی ایران می‌تواند یک مجموعه متعادل را تشکیل دهد.

تیم ملی فوتبال ایران با هدایت «دراگان اسکوچیچ» در ۱۲ دیدار اخیر خود

در مسابقات زیر ۱۳ سال فوتبال قم؛

عقاب پردیس قهرمان شد

ایمان / رضاملکی

نگاه به استعداد های درخشان در ورزش پایه همواره می تواند تضمین کننده پیشرفت یک شهر-استان و کشور باشد در فوتبال

ولایت نیز هرازگاهی توجه خاصی به نیروهای جوان وشایسته فوتبال قم می گردد که جای قدردانی وسپاس از مسئولان دارد اما در طول سالهای حرکت فوتبال این شهر فراز ونشیب های بسیاری در فوتبال پایه در قم مشاهده شده است.

خروجی گذشته فوتبال قم در فوتبال ایران هم اکنون پرفراختار نشان م دهندن استعدادهای نابی که در فوتبال پایه مسیر پر

شتاب موفقیت را پیمودند و امروز با نامهای جدی -حسینی -بهادری- ابرقونی ودیگران در فوتبال کشور نمایان ودر خشانند.

کمیته استعدادیابی هیئت فوتبال قم با روی کارآمدن علی نیجه باشی ازبازیکنان شایسته گذشته فوتبال قم حال و هوای جدیدی پیدا کرد آستین ها بالا زده شد تا انگیزه ها در نزد نوگلان فوتبال قم پدیدار گردد.

برگزاری مسابقات زیر ۱۳ سال فوتبال قم که با قهرمانی تیم خوب وشایسته عقاب پردیس با مربی توانمند وشایسته ای جوان موسی رفیعی و عباسیان رقم خورد حکایت آن را دارد که توجه به نسل جوان وپایه می تواند تضمین کننده فوتبال شهرمان در آینده باشد.

در روز پایانی این مسابقات که باشکوهِ خاصی برگزارشد دادن کاپ قهرمانی وهدیه نقدی به تیمهای اول تا سوم لبخند شادی را بر لبان معصوم نوگلان فوتبالی قم آورد.

جدال دیدنی نمایندگان فوتبال قم در لیگ های کشوری؛

گل وریحان و سرخپوشان به تساوی رضایت دادند

یک پنالتی در دقیقه اول بازی برای گل وریحان وضربه ایستگاهی سرخپوشان که با ضربه سری زینا درون دروازه گل وریحان قرار گرفت ۵ دقیقه ابتدایی بازی را با تساوی یک بر یک دنبال نمود.

بازیکنان گل وریحان در نیمه اول بهتر به توپ ضربه زدند و با به ثمر رسیدن گل دیگر که در زویه چپ دروازه محمدرضافانی سنگریان شایسته سرخپوشان رقم

خورد قرار از نله آفساید بازیکن سرخپوشان وی در موقعیت گل قرار داد واین

بازیکن بتیز هوشی گل دوم و تساوی بخش سرخپوشان را به ثمر نشاند تساوی تا پایان بازی حفظ شد تا دو تیم در پایان از یک بازی خوب پر-ر خوردد قدرتی و

سرعتی نمره قبولی دریافت نمایند. برای نمایندگان فوتبال ولایت آرزوی موفقیت و ارائه بازیهای خوب و درخشان در مسیر سخت پیش رودارم.

آغاز تمرینات این تیم خوب می گذرد در مقابل سرخپوشان که دیرکار خود را با بازیکنان بومی و شهرستانی استارت زد میبرد تا با اندیشه های مربی جوان وجوای نامی به نام حمید عبدل وند و همکاری شایسته مربی خوشنام قمی محسن یزدی گام به رقابتهایی لیگ ۳ کشور گذارده تا در هفته آینده در قم میزبان داماش گیلان باشد.

با نگاهی کوتاه و فنی به بازی تدارکاتی دو تیم در می یابیم که دو تیم شرایط خوبی را می توانند در فوتبال کشور داشته باشند، نیروی جوانی و جنگندگی با فرام گام به رقابتهای کشوری میگ دارند در مقابل شاگردان حمید عبدل وند مربی شایسته وتوانمند سرخپوشان به تساوی ۲ بر ۲ در پایان این بازی رسیدند تا جدال دیدنی دو تیم برنده ای نداشته باشد.

گل و ریحان که با مشکلات عدیده ای روبروست و هنوز وضعیت مالکیت تیم مشخص نشده است در حالی پایه رقابتهایی کشوری میگذارد که ۲ ماه از

به مناسبت یادبود مهدی یگانه واصغر زرگر؛

کهن کسوتان هلال احمر و صنعت نفت به میدان رفتند



احمر در سجایای اخلاقی این دو عزیز و رضا ملکی که از پهلوانی، بزرگی و اخلاق ومنش عزیزان سفر کرده ایراد شد با تقدیم شاخه های گل به ساحت پاک مهدی یگانه واصغر زرگر شکوهِی زیبا به خود گرفت. استادسید جواد حسینی و استاد رضا دلکش دو بزرگ تیمهای هلال احمر و صنعت نفت در برپایی این اجتماع باشکوه زحمات قابل تقدیری را داشتند. تلاش ۸۰ دقیقه دیدار دو تیم با تساوی صفر بر صفر رقم خورد تا در یک عصرسرد پائیزی حرکت جوانمردانه دو تیم ارزشی قم که بیش از نیم قرن در عرصه فوتبال ولایت حضوری در خشان دارند جلوه ای ویژه داشته باشد.

قرار است در یک اتفاق دیدنی و باشکوه و برپایی یک تورنمنت ارزشمند فوتبالی قم یاد و خاطره این دو عزیز پاس داشته شود چرا که این دو حق بزرگی بر گردن فوتبال قم داشتند و نام آنها همواره با دیده احترام و بزرگی در نزد خانواده فوتبال ولایت گرمای داشته شده است.

ایمان /رضاملکی

چمن سبز استادبوم ۷۲ تن حس و بوئی عجیبی را داشت این زمین مدتها بود که گامهای استوار دوعزیز فوتبالی قم مهدی یگانه و اصغر زرگر را در خود حس میک رد و عروج عارفانه این عزیزان به دیار ملکوت حتی چمن سبز راهم در حسرت نبود آنان غمگین ساخته بود. بزرگان دو تیم هلال احمر و صنعت نفت دست به کار شدند تا بعد از قریب بیش از ۲ سال دوری از عزیزانشان با برپایی دیداری دوستانه یادوخاطره این دو گل از دست رفته را گرمای بدارند.

زرد پوشان هلال احمر و آبی پوشان نفتی در حالی مقابل هم قرار گرفتند که حلقه های گل و اشک دیدگان لحظات تلخ و به یاد ماندنی را از این دیدار دوستانه در زمین چمن ۷۲ تن تجلی می ساخت.

صحبتهای محسن هاشمی پیشکسوت ارزنده تیم هلال

بااعلام علاقه باشگاه لیون؛

سایت روسی: آزمون می خواهد به آلمان برود

یک رسانه روسی از تمایل سردار آزمون مهاجم تیم ملی ایران برای بازی در بوندس لیگا آلمان خبر داد و تاکید کرد باشگاه زنیث هر کاری می کند تا آزمون به عنوان بازیکن آزاد جدانشود.

همزمان با اعلام علاقه باشگاه لیون فرانسه به جذب سردار آزمون مهاجم تیم ملی ایران و تیم زنیث سنت پترزبورگ روسیه، گمانه زنی ها درباره آینده این مهاجم باهم بالا گرفته است.

اخیرا «جونینیو برنامبوکانو» مدیر ورزشی لیون فرانسه اعلام کرد که این تیم علاقمند به جذب سردار آزمون است: «سردار آزمون را دوست داریم. من ووتر پش (سر مربی لیون) به او علاقمند هستیم. آزمون بیشتر به عنوان یک مهاجم مرکزی به نظر می رسد اگر چه در سمت چپ و مهاجم دوم هم بازی کرده است. نمی دانیم آیا موفق به انجام این انتقال می شویم یا خیر، اما در این راستا تلاش خواهیم کرد.»
قرار دارد سردار آزمون با تیم زنیث در تابستان ۲۰۲۲ به پایان می رسد؛ این یعنی باشگاه زنیث برای فروش این مهاجم ایرانی و کسب درآمد از این طریق تنها همین نقل و انتقالات زمستانی را در پیش دارد. در غیر این صورت و اگر آزمون قراردادش را با زنیث تمدید نکند، در تابستان به صورت بازیکن آزاد به هر تیمی که بخواهد می رود.

در همین ارتباط داور در این مسابقات قضاوت کردند. آزمون به صورت آزاد از این تیم جدانشود.

این سایت نوشت: «از یک سو باشگاه لیون اطلاعاتی را رسانه ای می کند که هر لحظه آماده امضای قرارداد با بازیکن ایرانی هستند. از سوی دیگر، استعدادیاب های باشگاه آالاتنا هم منتظر چراغ سبز برای شروع مذاکرات هستند. احتمالاً در این میان فقط خود آزمون آرام است. او شروع به گلزنی کرده و با حالت بهتری بر می گردد. مشخص است که او اولین گزینه برای سرگئی سماک (سر مربی زنیث) است.»
در ادامه مطلب این سایت روسی آمده است: «اخباری منتشر شد مبنی بر اینکه آزمون قراردادش را با زنیث تمدید نمی کند و به عنوان بازیکن آزاد جدامی شود. طبق اطلاعات چمپیونات، زنیث برای جلوگیری از این اتفاق دست به هر کاری خواهد زد. خود سردار می خواهد به آلمان برود اما اگر باشگاه سنت پترزبورگ یک قرارداد خوب و بلند مدت پیشنهاد بدهد، ممکن است نظرش تغییر کند.»

یاسکا؛

هدفم فتح جام با استقلال است

هافبک-مهاجم فرانسوی تیم فوتبال استقلال گفت: هواداران قبل از عقد قرارداد طوری به من خوشامد گفتند که تا به حالا چنین شرایطی را تجربه نکرده و تصور می کردم که بازیکنی محبوب هستم.

به کوین یامگا در ابتدای این فصل به استقلال پیوست. این بازیکن فرانسوی از تیم وایله بولد دانمارک به جمع شاگردان فرهاد مجیدی اضافه شده است.

وی در خصوص حضورش در تیم استقلال گفت: قبل از پیوستن به استقلال و حضور در ایران ترس داشتم اما حالا روزهای خوبی دارم و روزهای بسیار هیجان انگیزی را تجربه می کنم. در ابتدای ورودم شروع خوبی داشتم و استقبال بی نظیری از طرف هواداران دیدم.

وی افزود: هواداران استقلال قبل از رسمی شدن قراردادم در اینستاگرام و شبکه های مختلف اجتماعی به من خوشامد می گفتند. تا به حالا چنین شرایطی را تجربه نکرده بودم و تصور می کردم من که بازیکنی محبوب هستم.

بازیکن فرانسوی استقلال با اشاره به غیبت تماشاگران در ورزشگاه های ایران گفت: آنها هنوز مجوز حضور در ورزشگاه ها را ندارند و نمی توانند ما را تشویق کنند و این برای همه بازیکنان ناراحت کننده است. استقلال هواداران بسیار زیادی دارد.

وی در خصوص اهدافش در استقلال بعد از حضور پر قدرت در هفته های ابتدایی عنوان کرد: دوست دارم اینجا بیشتر از همیشه گلزنی کنم و این هدفی است که برای خودم تعیین کرده ام. هدفم زن ۷ یا ۸ گل نیست بلکه می خواهم امسال تعداد گل هایم دو رقمی شود. یامگا در پاسخ به این سوال که چه هدفی را بعد از پیوستن به استقلال دنبال می کند گفت: هدف ما قهرمانی لیگ است چون تا آنجا که می دانم این تیم سالها است که قهرمان نشده. در سال های گذشته قهرمانی به تیم رقیب استقلال رسیده و وقتی که با مدیران باشگاه برای امضای قرارداد صحبت کردیم آنها فقط در مورد کسب قهرمانی صحبت می کردند.

دردیدار رییس سازمان بسیج مستضعفین با مراجع و علمای قم تاکید شد؛

ضرورت کمک بیشتر بسیج به دولت برای برآورده شدن انتظارات مردمی



رییس سازمان بسیج مستضعفین صبح روزپنجشنبه با سفر به شهر مقدس قم با مراجع عظام تقلید و علما دیدار و گفتگو کرد. سردار غلامرضا سلیمانی در این دیدارها گزارشی فعالیت های بسیج در حوزه های مختلف ارائه کرد. مراجع عظام تقلید و علما نیز در این دیدار ها توصیه ها و رهنمود های ارائه نمودند و خواستار کمک بیشتر بسیج به دولت برای رفع مشکلات و انتظارات مردم شدند.

آیت‌الله مکارم شیرازی:

بسیج الگوی مناسب برای همه اقشار است

آیت الله ناصر مکارم شیرازی از مراجع تقلید در دیدار رییس سازمان بسیج مستضعفین گفت: نیروهای بسیج از نظر انگیزه و دواطلب بودن، شبیه‌ترین سربازان به‌سربازان پیغمبر اکرم(ص) هستند.

پ، اظهار داشت: بسیج مسئله حساسی است و کسی که می‌خواهد بسیج را اداره کند برنامه‌اش سنگین‌تر از کسانی است که می‌خواهند گروه‌های نظامی و شبه‌نظامی را اداره نمایند.

آیت الله مکارم شیرازی افزود: رئیس بسیج باید برای همه اینها آماده باشد و بتواند نقش آفرینی کند.

وی یادآور شد: بسیج شبیه‌ترین سربازان به سربازان پیغمبر اکرم (ص) هستند و آن زمان این گونه نبود که سربازان را استخدام و برای این کار تعیین کنند.

وی ادامه داد: انگیزه بسیج با همه گروه‌ها متفاوت است؛ به گونه‌ای که در دیگر گروه‌ها انگیزه‌های دنیایی وجود دارد ولی در بسیج خلوص نیت حاکم است و این سبب می‌شود نیروی آن چندین برابر شود و شباهت آن به لشکر پیغمبر (ص) و امیرالمؤمنین (ع) از این رو است و برای همگان قابل قدردانی است.

آیت‌الله مکارم شیرازی گفت: اگرچه بسیج با اخلاص وارد میدان می‌شود اما مانعی برای تشویق نیروها وجود ندارد و بسیجیان باید از تشویق و قدردانی پشتوانه داشته باشند تا خدمت آنان بقا و دوام داشته باشد.

وی همچنین ادامه داد: باید مراقب بود تا بسیجیان به الودگی‌های اخلاقی دچار نشوند تا هرگز نام بسیج خدشه‌دار نگردد و همچون گذشته همواره پاک بماند و با افرادی با اخلاق بدون ملاحظه بر خورد شود.

وی ابراز کرد: در وقت کلمه بسیج گفته می‌شود، خطرات خوبی تداعی می‌گردد.

این دلیل است که بسیجی در برنامه‌های مختلف بی‌مزد و منت حاضر به خدمت است.

آیت الله مکارم شیرازی با اشاره به خدمات جهادی بسیجیان گفت: بسیج در عرصه‌های مختلف سازندگی و غیره ورود کرده و یک نیروی مقدس و بزرگ است که در بزرگترین زرادخانه‌های دنیا هم پیدا نمی‌شود.

وی افزود: در دنیا باید افراد را با تلقی استخدام کنند و سربازانشان باز هم میدان را خالی می‌کنند، اما سربازان و بسیجیان ما همچون سربازان پیغمبر (ص) جان بر کف و خالصانه خدمت می‌نمایند.

وی ادامه داد: این انتظار از بسیج وجود دارد که با اخلاق و با جوانان دیگر تفاوت داشته باشد چرا که بسیج الگوی مناسب برای همه اقشار است.

وی اظهار داشت : بسیج باید معلومات و دانش نیروهای خود را بالا ببرد تا بتوانند آبروی این نیرو را حفظ کنند. بایستی در راستای افزایش معلومات این قشر اقدام شود.

رییس سازمان بسیج مستضعفین نیز در این دیدار، بیان کرد: بسیج بعد از بیانیه گام دوم رهبر انقلاب رویکردهای جدیدی را آغاز کرده و سند راهبردی اعتلای ۱۰ ساله تصویب‌شده است.

سردار غلامرضا سلیمانی افزود: رویکردهای جدید نیز مبتنی بر تقویت بعد فرهنگی و ارزشی بسیج است. فعالیت‌ها در بسیج در حال انجام است و بر اساس تاکیدات رهبر انقلاب و نصایح حضرت‌عالی ادامه خواهد داشت.

رییس سازمان بسیج مستضعفین در سفر امروز خود به قم با آیات ثنوی همدانی، علوی گرگانی از مراجع تقلید، حسینی بوشهری رییس جامعه مدرسین حوزه علمیه و سعیدی تولیت آستان مقدس حضرت فاطمه معصومه (س) دیدار و گفت و گو می‌کند.

آیت‌الله سبحانی:

هر جاکاری باشد بسیج آنجا حاضر است

آیت‌الله جعفر سبحانی از مراجع تقلید نیز در دیدار رییس سازمان بسیج مستضعفین گفت: تصور من از بسیج این است که بقیه نهادهای کار خاصی دارند اما در نظام هر کاری نیاز باشد، بسیج آنجا حاضر است و این ظرفیت بسیج است.



یک کارشناس مسایل بین‌الملل گفت: مذاکرات سختی در ۸ آذر درپیش داریم و دستیابی به نتیجه به‌سرعت بعید است، اما نفس مذاکره خوب است.

حسن بهشتی‌پور در گفتگو با ایسنا درباره مذاکرات ۸ آذر و تأکید ایران برای تمرکز مذاکرات بر "لغو تحریم" ها اظهار کرد: ایران اعلام کرده است که آمادگی دارد برای رفع تحریم‌ها مذاکره کند و این مذاکرات هم در چارچوب برجام است. دولت فعلی و قبلی در این موضع متفق القول بودند که برجام در چارچوب فعلی‌اش باید اجرا شود.

وی با بیان اینکه ایران تعهداتش را اجرا کرده و ۱۴ گزارش آژانس این‌مساله را تایید کرده و این طرف آمریکایی و اروپایی هستند که تعهداتشان را کامل اجرا نکردند

و در نهایت با خروج آمریکا اجاری کلیه تعهدات ملفی شد افزود: مساله بازگشت به برجام به این منوط شده که آمریکا تعهداتش در چارچوب برجام را اجرایی کند، اما آمریکا هم بازگشت به برجام و اجرای تعهداتش را به این که ایران باید ابتدا به تعهدات هسته‌ای خود بازگردد منوط کرده است. این یک اختلاف اساسی است، همچنین درباره برخی تحریم‌ها هم اختلاف‌نظر میان ایران و آمریکا وجود دارد از جمله اینکه ایران می‌خواهد لغو تحریم‌ها را راستی آزمایی کند در حالی که آمریکا می‌گوید نمی‌تواند تضمینی در رابطه با بازنگشتن تحریم‌ها ارایه کند.

بهشتی‌پور درباره محتوا و شکل مذاکرات و اینکه بگویم مذاکرات برجامی یا مذاکره برای لغو تحریم‌ها تصریح کرد: مساله مهم این است که رویکرد ایران چیست؟ ایران گفته است که آمریکا باید تحریم‌ها را لغو کند و دنبال این هستیم. اگر مذاکره کنیم که لغو تحریم در آن نباشد وارد مذاکره نمی‌شویم، البته این حرف کاملاً منطقی است، اما در روابط بین الملل منطق کارکم نیست، زور حرف اول را می‌زند و باید در پیش برد این مساله به این مقوله توجه کرد.

این کارشناس مسایل بین‌الملل خاطرنشان کرد: اگر در داخل اقداماتی کردیم که تحریم‌ها بی اثر شود، شاید آمریکا حاضر شود تحریم‌ها را بی خیال شود، اما

اینکه انتظار داشته باشیم همه تحریم‌ها در این مذاکرات لغو شود اشتباه است. آمریکا از تحریم به عنوان یک اهرم فشار استفاده می‌کند. لغو تحریم‌های نفتی و بانکی می‌تواند شروع خوبی برای دور جدید مذاکرات باشد و در مقابل ایران هم مقداری از تعهداتش را اجرا کند.

وی در پاسخ به این پرسش که برداشته شدن تحریم‌ها یک جا امکان پذیر است و در مقابل ایران می‌پذیرد فعالیت‌های هسته‌ای خود از جمله غنی‌سازی ۶۰ درصدی را کاهش دهد؟ گفت: به نظر من این مساله به سرعت و بی‌توجه شدن نیست به علاوه که ایران می‌گوید به تدریج به تعهداتش در برجام برمی گردد و ما به ازای رفتار آمریکا تعهداتش را اجرا می‌کند. فعلا هم ایران خواسته‌های سه گانه را مطرح می‌کند و آمریکا هم می‌گوید ایران باید ابتدا تعهدات برجامی‌اش را اجرا کند.

بهشتی‌پور تصریح کرد: مذاکرات سختی در پیش داریم و دستیابی به نتیجه به سرعت بعید است، اما نفس مذاکره خوب است. ادامه مذاکرات کار منطقی

آیت الله سیدهاشم حسینی بوشهری افزود: ماموریت امروز بسیج چند برابر وی اهمیت فضایی مجازی را مورد توجه قرار داد و ابراز داشت: ما جنگ نظامی را پشت سرگذاشتیم و هم اکنون درگیر جنگ اقتصادی و رسانه‌ای هستیم و در تمام این عرصه‌ها بسیج دارای وظیفه ذاتی است و در صورتی که در این عرصه‌ها غفلتی صورت بگیرد، با ضربات سهمگین دشمنان روی روه خواهد شد.

عضو مجلس خبرگان رهبری ابراز داشت: حضور بسیج در بدنه مردم، دانش آموزان، دانشگاه ها و غیره باید پررنگ تر از گذشته شود؛ اگر صف بین مردم و بسیج پررنگ تر شود آینده انقلاب تضمین و عموم مردم با یک دیگر همدل و هم نخواهند شد.

حسینی بوشهری یادآور شد: هنوز تا تحقق منویات مقام معظم رهبری در خصوص اقتصاد مقاومتی فاصله زیادی وجود دارد و نباید منویات رهبری به هیچ عنوان تحت تاثیر عوامل جانبی قرار بگیرد؛ امروز بسیج می‌تواند در نقاط دورافتاده با اشتغال زایی ضمن افزایش امید در بین مردم، جواب کوپنده ای نیز به تبلیغات دشمن در خصوص عقب ماندگی های کشور به خصوص در مناطق محروم بدهد.

وی بیان کرد: بین فرمان تشکیل بسیج توسط امام را حل با برخی اتفاقات صدر اسلام شباهت های زیادی وجود دارد و این نهاد مردمی در دوران دفاع مقدس با تمام وجود در دفاع از نظام و انقلاب کوشش کرد.

وی تصریح کرد: دشمن بارها در طول دفاع مقدس در کنار ارتش و سپاه لرزه به اندام دشمنان انداخت اما بسیج فقط برای زمان جنگ نیست و ماموریت اصلی آن حفظ ارتش و یابورهای اعتقادی جوانان است.

وی اضافه کرد: آگاهی و هوشیاری نسبت به مساله نفوذ در درون بدنه و مجموعه نظام یکی از ماموریت های مهمی است که بسیج در کنار رصد مرزهای فیزیکی باید نظارت خود را در آن تقویت کند.

تولیت حرم حضرت معصومه(س):

بسیجیان نیروهای قرآنی تلاش گر در مسیر اهداف انقلاب هستند

تولیت آستان مقدس حضرت معصومه(س) نیز در دیدار رییس سازمان بسیج مستضعفین، حفظ، آموزش، تربیت و تقویت نیروهای بسیج را سالتی مهم دانست و گفت: بسیجیان نیروهای قرآنی هستند که برای تحقق اهداف انقلاب اسلامی تلاش می‌کنند و داشتن این نیروها از توفیقاتی است که به نظام اسلامی داده شده است.

آیت الله سیدمحمد سعیدی با اشاره به ایام معصومیه اظهار کرد: حضرت معصومه(س) به قصد زیارت امام رضا(س) به ایران آمدند و این نشان دهنده اهمیت زیارت در فرهنگ شیعه است که حتی با وجود سختی‌ها و موانع نباید از آن غفلت شود حتی اگر به مقصد نرسیم.

وی با اشاره به مقام علمی بانوی کرامت گفت: ایشان مهاجر الی الله و مجاهد فی سبیل الله بودند. امام صادق(ع) قبل از ولادت موسی بن جعفر(ع) خبر از ولادت حضرت معصومه‌السلام الله علیها و ورود و دفنشان در قم دادند بنابر این نشان دهنده جایگاه رفیع ایشان نزد اهل بیت است و امام رضا(ع) برای ایشان زیارتنامه انشا کردند و در این زیارتنامه از مقام شفاعت ایشان در پشت‌پای کرده‌اند.

نماینده ولی فقیه در استان قم با تاکید بر آیه ۶۲ سوره مبارکه انفال بر نصرت خداوند به پیامبر(ص) به وسیله مؤمنین اشاره کرد و گفت: حضرت نوح علیه السلام با وجود اینکه ۹۵۰ سال به تبلیغ دین پرداختند اما عده کمی ایمان آوردند بنابر این اگر کمک و همراهی مؤمنین نبود پیامبر(ص) هم در رساتانشان توفیق پیدا نمی‌کردند.

وی با بیان اینکه انبیا همیشه در کنار خود افرادی را داشتند که کمکشان می کردند، افزود: افرادی که قرآن از آنان تعبیر به مؤمنین کرده است همین مسیحیان امروزی هستند که با ایمان و اخلاص به داری بین خدا و ولی خدا می‌شنایند و از طرف دیگر ستمگران هم همواره افرادی را داشتند که قرآن از آن‌ها تعبیر به «ملا» کرده است.

سعیدی با بیان اینکه دشمنان همیشه از حضور مؤمنین جان‌برکف در اطراف انبیا ایراد می‌گرفتند، گفت: این در حالی است که پیامبر(ص) همیشه از این افراد حمایت می‌کردند و این نیروهای مؤمن، مردمی و پای کار همیشه به دنبال رفع مشکلات پیامبر(ص) و دین خدا بوده‌اند.

وی با اشاره به نوا و عزت و توان بسیجیان، خاطرنشان کرد: اگر افرادی با این ویژگی‌ها به دور هر کسی جمع شوند او را موفق می‌کنند و بدون این کمک‌ها و نیروهای مردمی اگر رهبر امیرالمؤمنین (ع) هم باشند تبلیغشان اثر کمتری دارد.

محرمیت زدایی و اشتغال‌زایی از اولویت‌های بسیج است

رییس سازمان بسیج مستضعفین نیز در این دیدار با اشاره به تقویت بعد دفاعی کشور و کمک به دستگاه های امنیتی توسط بسیج، گفت: تقویت فعالیت‌های جهادی، محرومیت زدایی، اشتغال زایی و کمک به فعالیت های اقتصادی، حضور فعالانه در فضای مجازی و مشارکت در جهاد فرهنگی، علوی و اجتماعی برای تولید قدرت نرم از جمله اولویت های بسیج است.

سردار غلامرضا سلیمانی با بیان اینکه بسیج یک تشکیلات مردمی در نظام ولایی جمهوری اسلامی است، اظهار کرد: این تشکیلات به عنوان یک تشکیلات مردم نهاد تحت فرمان ولی امر مسلمین در تمام زوایای نظام و حیات ملت ایران نقش آفرینی می‌کند.

وی با اشاره به تربیت و سازماندهی جوانان انقلابی، مؤمن و پای کار در بسیج گفت: تقویت پایگاه‌های مقاومت، تشکیل محلات اسلامی با محوریت مساجد و انمه جماعات و استفاده از ظرفیت مساجد برای تربیت نیروهای بسیجی از جمله برنامه‌های ما برای حفظ و تقوت این نیروی مهم برجام می‌نظام است.

وی با اشاره به کمک بسیج به دولت برای کنترل ویروس کرونا گفت: بسیج در زمینه تولید مسکن و کمک به پرورش های محرومیت زدایی و اشتغال‌زایی نیز همراه دولت است و از هیچ کمکی دریغ نخواهد کرد.

رییس سازمان بسیج مستضعفین ادامه داد: از دیگر اولویت های نیروهای بسیج در سراسر کشور فعالیت در راستای تحکیم بنیاد خانواده ها، ترویج افزایش جمعیت کشور و ازدواج آسان است.

وی افزود: در راستای ساماندهی و توجه به معیشت نیروهای بسیجی هم اقداماتی انجام گرفته است تا هر چه بهتر بتوانند به مردم و نظام اسلامی خدمت رسانی کنند.

بهشتی‌پور کارشناس مسایل بین‌الملل:

ادامه مذاکرات وین منطقی و ضروری است

اینکه انتظار داشته باشیم همه تحریم‌ها در این مذاکرات لغو شود اشتباه است. آمریکا از تحریم به عنوان یک اهرم فشار استفاده می‌کند. لغو تحریم‌های نفتی و بانکی می‌تواند شروع خوبی برای دور جدید مذاکرات باشد و در مقابل ایران هم مقداری از تعهداتش را اجرا کند.

وی در پاسخ به این پرسش که برداشته شدن تحریم‌ها یک جا امکان پذیر است و در مقابل ایران می‌پذیرد فعالیت‌های هسته‌ای خود از جمله غنی‌سازی ۶۰ درصدی را کاهش دهد؟ گفت: به نظر من این مساله به سرعت و بی‌توجه شدن نیست به علاوه که ایران می‌گوید به تدریج به تعهداتش در برجام برمی گردد و ما به ازای رفتار آمریکا تعهداتش را اجرا می‌کند. فعلا هم ایران خواسته‌های سه گانه را مطرح می‌کند و آمریکا هم می‌گوید ایران باید ابتدا تعهدات برجامی‌اش را اجرا کند.

بهشتی‌پور تصریح کرد: مذاکرات سختی در پیش داریم و دستیابی به نتیجه به سرعت بعید است، اما نفس مذاکره خوب است. ادامه مذاکرات کار منطقی و ضرورت است و باید زودتر از این انجام می‌شد. جلوی ضرب را هر جا بگیریم منفعت است، چون فشار روی مردم و کشور زیاد است. در عین حال با بگیریم اینکه آمریکا به طور غیرمستقیم در مذاکرات است، پیش بینی مذاکرات طولانی دارم.

سیاسی

گفت و گو

کارشناس ارشد مسائل راهبردی:

ایران در پی لغو نمایشی تحریم‌ها نیست

کارشناس ارشد مسائل راهبردی با بیان اینکه ایران به دنبال برداشته شدن نمایشی تحریم‌ها نیست، گفت: فشار حداکثری غرب به رهبری آمریکا شکست خورده و اکنون نوبت جمهوری اسلامی ایران است که با استفاده از ابزارهای مختلف طرف غربی را وادار به رفع تحریم‌ها کند.

سید مصطفی خوش چشم در گفت‌وگو با ایرنا درباره رویکرد ایالات متحده در حوزه مذاکرات هسته ای اظهار کرد: آمریکا همواره با استفاده از تحریم و تهدید باورپذیر سعی کرده که جمهوری اسلامی ایران را به پای میز مذاکره بر اساس شرایط دلخواه واشنگتن بکشاند. اما اکنون با توجه به افزایش سطح غنی‌سازی و حجم ذخایر اورانیوم غنی شده ایران، جمهوری اسلامی دست پرت‌ر را در مذاکرات دارد.

کارشناس مسائل راهبردی اضافه کرد: آمریکایی‌ها می‌دانند که دولت سیزدهم رویکرد متفاوتی به موضوع هسته ای دارد و با فشار بیشتری با آمریکا بر خورد خواهد کرد و برداشته شدن همه تحریم‌ها در را در مرحله نخست طلب خواهد کرد.

همین سعی می‌کنند با افزایش تحریم‌های نخ نما شده و بهره بدن از تهدید کلامی رژیم صهیونیستی و نمایشی‌های حقوق بشری اتحادیه اروپا، فشار جمعی شده ای را در آستانه مذاکرات بر ایران وارد کنند تا اهرم‌های فشار ایران را تضعیف کنند و دست برتر را در مذاکرات داشته باشند.

خوش چشم به تجربه تلخ مذاکرات برجام برای ایران اشاره کرد و افزود: ایران با توجه به شناخت بیشتری که نسبت به کارکرد تحریم‌ها پیدا کرده و با توجه به اجرای قانون تحکیم لایه‌های دیواره تحریم توسط آمریکا قطعا بر روی شروط خود برای بازگشت آمریکا به برجام پافشاری خواهد کرد.

وی یادآور شد: به درستی، ایران خواهان آن است که طرف آمریکایی برای منتفع شدن جمهوری اسلامی از منافع برجام، نخست تحریم‌های هر چهار لایه سبز، زرد، سفید و قرمز را بردارد و به ایران فرصت راستی آزمایی بدهد. در غیر اینصورت، ایران انتفاع اقتصادی نخواهد داشت و تحریم‌ها به صورت نمایشی برداشته خواهد شد و هیچ فشاری از زرو معیشت مردم کم نخواهد شد.

خوش چشم اضافه کرد: قطعا ایران بر روی شروط خودش پافشاری خواهد کرد خصوصا که دوران سیاست مشامات توسط ایران تمام شده و ایران رویکرد مقاومت را در پیش گرفته است.

کارشناس ارشد مسائل بین الملل با بیان اینکه دوران اوج فشار تحریم‌های آمریکا اردیبهشت ۱۳۹۹ بود و از آن به بعد، تحریم‌ها با یک افت تاثیر فشار ۲۰ تا ۲۵ درصدی مواجه شد، افزود: جمهوری اسلامی ایران همواره به دنبال یافتن راه‌های جدید برای دور زدن تحریم‌ها بوده و دولت سیزدهم هم از همان ابتدای فعالیت، دنبال تحکیم اقتصاد ملی با همان اقتصاد مقاومتی است.

وی با بیان اینکه دولت سدری ایران نقشه راه دور رتن تحریم‌ها را از طریق اقدامات میان مدت و دراز مدت تلخ تقویت بخش بانکی، نفتی و اقتصاد مقاومتی تکمیل کند، گفت: با رویکردی که دولت سیزدهم برای کشتکری در صحنه اقتصاد و سیاست بین الملل دارد، ایران بهتری می‌تواند در مقابل تهدیدها مقاومت کند به ویژه اکنون که آمریکا به انتهای افزایش کمی تحریم‌ها رسیده است.

خوش چشم اقداماتی مثل خروج از NPT با افزایش سطح غنی‌سازی از سوی ایران برای مقابله با تهدیدات آمریکا را بعید دانست و گفت: در عین حال برای این که ایران در مذاکرات نتیجه بگیرد باید اهرم‌های فشاری که در حوزه‌های مختلف مثل نظامی، منطقه‌ای، موشکی و هسته ای دارد را براساس یک نقشه راه مورد استفاده قرار دهد.

وی یادآور شد: تهدید به خروج از NPT با افزایش غنی‌سازی درصد هنوز زود است و اگر مذاکرات به انتفاع اقتصادی برای ایران نجامد و تحریم‌ها رفع نشود آنوقت به این سمت حرکت خواهد کرد. باید صبر کرد و دید چه اتفاقی در مذاکرات روی خواهد داد. ما همین الان هم تحت فشار حداکثری آمریکا هستیم و فشار اقتصادی بیشتر از این بر ایران ممکن نیست.

کارشناس مسائل بین الملل درباره احتمال کشاندن دوباره پرونده هسته ای ایران به شورای امنیت گفت: تحریم‌های شورای امنیت سازمان ملل با هدف جلوگیری از همکاری هسته‌ای و موشکی با ایران وضع شد اما واقعیت این است که تقریبا هیچ وقت، هیچ کشوری با ایران همکاری موشکی و هسته‌ای نداشته است.

خوش چشم اظهار کرد: از الان زود است درباره احتمال بردن پرونده ایران به شورای امنیت صحبت کند زیرا مذاکرات هنوز شروع نشده که بخوام درباره شکست آن صحبت کنیم. فشار حداکثری غرب به رهبری آمریکا شکست خورد اما ایران در ابتدای مسیر فشار حداکثری بر روی طرف غربی است و اکنون نوبت جمهوری اسلامی است که از ابزارهای مختلف بهره ببرد تا طرف غربی را وادار به رفع تحریم‌ها کند.

کارشناس ارشد مسائل راهبردی درباره اهمیت داده شدن تضمین به ایران در حوزه راستی آزمایی تحریم‌ها گفت: واشنگتن باید به تهران در حوزه راستی آزمایی رفع تحریم‌ها تضمین دهد. این تضمین به ویژه برای شرکت‌های خارجی است که می‌خواهند در ایران کار و سرمایه گذاری کنند. اگر چنین تضمینی نباشد شرکت‌های خارجی به ایران بر نمی‌گردند کما اینکه شرکت‌های غربی و اروپایی از هم اکنون اعلام کرده‌اند که حتی با احیای برجام به ایران برخورد کنند گشت تا تضمینی از آمریکا برای ماندن در برجام ندیده‌اند.

وی با بیان اینکه ایران می‌تواند با مطالبه تصویب این توافق در سنا و کنگره، خروج آمریکا را سخت‌تر کند، گفت: البته دشوار خواهد بود که آمریکا بپذیرد چنین کاری را انجام دهد زیرا خروجش از توافق را سخت‌تر خواهد کرد. تضمین اصلی پایداری توافق در اقدامات خود ماست یعنی ما باید کاری کنیم که خروج آمریکا از توافق بعد از لغو کامل تحریم‌های ایران، بارشس هزینه زیادی داشته باشد.

خوش چشم درباره راهکارهای وادار کردن آمریکا به متعهد ماندن به توافقی احتمالی نیز گفت: یکی از مواردی که می‌تواند واشنگتن را به توافق متعهد کند، گرفتن خسارت از طرف آمریکایی است که اگر آنرا نباید به شکل پول باشد بلکه می‌تواند به شکل برداشتن تحریم‌های بیشتر از جمله تحریم‌های موسوم به «پوتن» صورت بگیرد که طرف آمریکایی‌ا حادی از خروج مجدد در برجام منصرف شود. معنی این صورت آمریکا به راحتی مثل دفعه قبل می‌تواند در برجام خارج شود و بازنده ما خواهد بود زیرا تعهدات ما بازگشت ناپذیر است و ما را دچار خسارت‌های مادی و معنوی می‌کند اما تعهدات طرف آمریکایی به راحتی بازگشت‌پذیر است.

وی درباره طرحی برخی مباحث از سوی آمریکایی‌ها درباره مسائل غیربرجامی گفت: فعلا در این حد کوتاه آمده‌اند که مسائل موشکی و منطقه‌ای را در مذاکرات مربوط به برجام مدخلات ندهند اما فعلا چهار تا ۶ ماه بعد از توافق احتمالی، مذاکره برای برجام موشکی و منطقه‌ای را مطالعه خواهند کرد که قطعاً چنین مذاکره‌ای برای ایران خسارت‌بار خواهد بود و جمهوری اسلامی زیر بار نخواهد رفت. تحلیلگر مسائل بین الملل با بیان اینکه هدف آمریکایی‌ها تضعیف قدرت ملی جمهوری اسلامی با حداقل فشار مداوم و هنوز نرفته را مطالعه کند، باید دید آیا می‌شود و فقط به حوزه هسته‌ای محدود نمی‌شود، خاطرنشان کرد: می‌توان همواره با فشار، به طرف مقابل برای تغییر نگاه انگیزه داد. ما باید استراتژی ضد همه‌را در پیش بگیریم و عملیاتی کردن آن مستلزم اقدامات فراوان و ترسیم یک نقشه راه است.

خوش چشم افزود: لازم است اسلحه اصلی آمریکا یعنی تحریم‌ها را دچار آسیب کنیم ویا اینکه این اسلحه از دست طرف آمریکایی در بیارویم تا نتوانند این استراتژی را تداوم بدهند. این کار، گرچه دشوار اما شدنی است و نیازمند یک نقشه راه بسیار پیچیده شامل مجموعه سیاست‌های پدافندی و اقتصادی و آفندی است.

وی در توضیح سیاست‌های پدافندی و آفندی برای وادار کردن طرف آمریکایی به پذیرش شروط ایران گفت: لازم است بسته ای از سیاست‌ها و اقدامات دفاعی به منظور کاهش تاثیر تحریم‌ها در کوتاه مدت، میان مدت و بلندمدت تدوین شود. در حوزه آفندی هم از اهرم‌های فشار در حوزه هسته‌ای، نظامی، مهاجران و غیره به منظور زیر فشار گذاشتن طرف غربی استفاده کنیم.

کارشناس مسائل بین المللی گفت: عقب‌نشینی از افغانستان و عقب نشینی احتمالی از عراق در آینده نزدیک نشان می‌دهد که آمریکا نه تنها در حال افول است بلکه اولویت‌های جهانی این کشور تغییر کرده و این موضوع، مسیر را برای تحقق اهداف جمهوری اسلامی هموارتر می‌کند.

خوش چشم در لزوم مذاکره با غرب با وجود دهه‌های متمادی خصومت با مردم ایران گفت: هدف از مذاکرات، مطالبه مایه‌ای از امتیازات داده شده به طرف غربی در دولت گذشته است. براساس مفاد برجام، این ذخایر اورانیوم خود را اکسید کرد، سانتریفیوژهایش را جمع کرد که موجب آسیب به آنها شد و قلب را کشور را از خارج کرد. این امتیازات جدای از اینکه وجودشان می‌توانست به توسعه‌های تک‌در کشور بی‌انجامد ارزش اقتصادی بالایی هم برای ایران داشت.

وی گفت: اکنون ایران می‌خواهد بدون اینکه امتیازات دیگری واگذارد کند اما زمانی که از آمریکا طلبکار است و هنوز نرفته را مطالعه کند، باید دید آیا می‌شود آمریکا غیرمسئول و سرکش که خود را از قواعد بین الملل مستثنی می‌داند مجبور به پرداخت تعهداتش در توافق برجام کرد.

سیاسی، اجتماعی، فرهنگی، علمی، ورزشی و هنری

صاحب امتیاز: خبیر ضیفی

مدیر مسئول: سردربین: عبداللہی

مدیر تحریر: روح الہ کرمانی چکرانی

طراح و صفحہ ساز: محسن عبداللہی

ادارہ امور مندر: عبداللہی عبداللہی عبداللہی عبداللہی عبداللہی

تلفن: ۳۷۱۸۰/۴۴۹۵ - ۳۷۱۱۰ - ۳۷۱۱۰ - ۳۷۱۱۰ - ۳۷۱۱۰

نشانی: قہر- بلوار شہید صوفی، کچہرا ۴۷، امیریک ہلاک ۴۷

www.emandaily.ir elimannews@yahoo.com

ان صبح: ۴ - طلوع آفتاب: ۷:۱۰ - ان ظہر: ۱۱/۴۸ - ان مغرب: ۱۷/۱۱