

نبودشیخوخیت میان راستگرایان سیاسی خودنمایی می کند

اصولگرایان به دنبال

ریش سفید

شورای ائتلاف اصولگرایان بدون حضور علی لاریجانی و نماینده او تشکیل شد. درحالی که پیش از این مرتبا تاکید اصولگرایان بر این بود که علی لاریجانی و نماینده او در این ائتلاف حضور دارند، اکنون به نظر می‌رسد خلأ ریش سفیدی در جریان سیاسی اصولگرایان خود را بیش از گذشته نشان می‌دهد. کسی نیست تا همه پا بپند به سخن او باشند و زیر عبای او جمع شوند...

به رغم گشاده‌روئی جناح‌های مستقل سیاسی و استقبال عمومی از کاندیداتوری «سید حسن»

دلواپسان شمشیر را از رو بسته اند!

در دیدار با رئیس دفتر رئیس جمهوری مطرح شد :

تقدیرمراجع

از تلاش های اقتصادی دولت

محمد نهاوندیان رئیس دفتر رئیس جمهوری در سفری دوازده به قم با تعدادی از مراجع عظام تقلید این شهر دیدار و گزارشی از فعالیت های دولت در بخش های مختلف به آنان ارایه کرد. مراجع تقلید نیز در این دیدار ها از تلاش های دولت در جهت رفع مشکلات و تنگناهای اقتصادی تقدیر و خواستار تداوم آن در جهت رفع مشکلات معیشتی

عباس عراقچی:

آزمایش موشکی نقض برجام نیست

فروش «حنا» به جای زعفران!

دستور رئیس جمهوری به وزیر دفاع:

تولید انواع موشک ها با جدیت بیشتر ادامه یابد

رئیس جمهوری با اشاره به تداوم سیاست های خصمانه و دخالت نامشروع و غیرقانونی آمریکا در زمینه حق تقویت قدرت دفاعی جمهوری اسلامی ایران، به وزیر دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح دستور داد که در چارچوب سیاست های دفاعی مصوب، برنامه تولید انواع موشک های مورد نیاز نیروهای مسلح با سرعت و جدیت بیشتری ادامه یابد. همچنین در صورت تکرار این گونه اقدامات غلط و مداخله جویانه از سوی آمریکا، وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح موظف است با استفاده از کلیه امکانات ...



نهاوندیان در نشست مشترک با فعالان اقتصادی استان قم:

در آستانه رفع تحریم ها هستیم



نشریه آمریکایی وال استریت ژورنال:

کاخ سفید تحریم های جدید علیه ایران را به تعویق انداخت

نشریه آمریکایی وال استریت ژورنال گزارش داد کاخ سفید تحریم های جدید علیه ایران بر سر برنامه موشکی

ایران را به تعویق انداخت.

این روزنامه روز جمعه از مبدا واشنگتن به نقل از مقامات آمریکایی گزارش داد: کاخ سفید طرح تحریم های جدید اقتصادی علیه ایران بر سر برنامه موشکی بالستیک را به تعویق انداخت. این نشریه آمریکایی در ادامه نوشت: مقامات آمریکایی گفتند که دولت اوباما بر سر مقابله با برنامه موشکی ایران متعهد بوده و این تحریم که از سوی خزانه داری آمریکا صورت گرفته بر روی میز باقی خواهد ماند. وال استریت ژورنال گزارش داد: کاخ سفید چهارشنبه گذشته به کنگره آمریکا اعلام کرد که در روزهای اخیر خزانه داری آمریکا به دلیل آزمایش های موشکی اخیر ایران تحریم های جدید علیه ایران اجرا خواهد کرد؛ اما وقتی زمان آن فرا رسید، دولت اوباما این تاخیر را بدون ارائه دلیلی به تاخیر انداخت...

۴۱

بیانیه دفتر رئیس بازرسی دفتر مقام معظم رهبری:

ناطق نوری در انتخابات با هیچ جریان سیاسی همکاری ندارد

دفتر رئیس بازرسی دفتر مقام معظم رهبری با صدور بیانیه ای اعلام کرد: حجت الاسلام و المسلمین ناطق نوری ضمن تاکید بر حضور همه گروه ها در انتخابات با هیچ جریان سیاسی همکاری ندارد.

در پی انتشار برخی اخبار مبنی بر حضور و حمایت حجت الاسلام و المسلمین علی اکبر ناطق نوری از جریان و گروه خاص سیاسی در انتخابات، بیانیه ای از سوی دفتر وی صادر شد.

در بیانیه دفتر رئیس بازرسی دفتر مقام معظم رهبری آمده است: در پی انتشار برخی اخبار در خصوص حضور و حمایت حجت الاسلام و المسلمین ناطق نوری -رئیس بازرسی دفتر مقام معظم رهبری - از جریان خاص سیاسی، دفتر ایشان ضمن تکذیب این گونه اخبار تاکید می کند که ایشان همچون دوره های مختلف تمامی تلاش خود را بر مشارکت حداکثری ملت شریف ایران و همچنین حضور و رقابت گروه های مختلف و متنوع سیاسی که به اصل نظام و ولایت فقیه اعتقاد دارند معطوف داشته و دارد ...

۴۱

۱۰۰۰ *

ورود به محدوده نامحدود!

مکالمه نامحدود با خانواده
۹۴ میلیونی همراه اول و تلفن ثابت

کلیه مشترکین دفنی و اعتباری، و سایر مشترکین هدیه‌ای که به مشترکین اول می‌پوشند، همی توانند به محدودیت در این طرح به مشترک یکسان (۲۰ روز) به خانواده ۹۴ میلیونی همراه اول و تلفن ثابت مکالمه نامحدود داشته باشند. در طرح مذکور، برای هر مشترک یک، یک مشترک به فرد تعیین شده که برای اطلاع از این مفاد مشترک می‌باشند که شماره را شماره گزینی کنند. به محض ثبت نام، یک بسته هدیه برای مشترک فعال خواهد شد که به استناد آن از کلیه مکالمات بدون قید، همراه اول و تلفن ثابت، از همه مشترک ۲۰ رایگان خواهد شد.

روایهای رسته پاشنی

جوایز ۵۰۰ میلیون ریالی همراه اول برای استان قم

دریافت راهنمای طرح با ارسال عدد ۹۰ لاتین به ۸۰۸۳

شرکت مخابرات استان قم

یادداشت

احزاب چشم‌بیدار

نظام‌های مردم‌سالار

بدون تردید نقش احزاب در نظام‌های مردم‌سالار خصوصاًاز منظر ایجاد رقابت‌سیاسی و تضارب آراء، جایگاهی مهم و بی‌پدلی است. امروزدیگر ادعای وجود دموکراسی در

و می‌توان آثار میزان توجه به این امر را در شاخص‌های توسعه یافتگی مورد وفاق یافت. از جمله این شاخص‌ها می‌توان به یوپی‌ای جامعه مدنی و حضور فعال احزاب به عنوان یکی از ارکان این جامعه اشاره کرد. تأکید بر حضور فعال احزاب، اهتمام بر کار ویزه‌ها و

ارائه کارنامه موفق در این حوزه‌است. درست‌است همین منظر می‌توان به مقایسه و کارآمدی احزاب نسبت به یکدیگر در خدمت‌رسانی به مردم و بازگو کردن مطالبات آنها و در نهایت تأمین رفاه و آسایش به عنوان محور اصلی هر گونه فعالیت در جامعه پرداخت.

برخی احزاب فقط به عنوان نوعی دستگاه تبلیغاتی هستند که عمده فعالیت آن در دوره انتخاباتی بروز می‌نماید و موجب گرمی ثنوت انتخابات می‌شود و بلافاصله پس از پایان رقابت‌های سیاسی به اصطلاح کرکره‌ها را پایین کشیده و به دنبال کار خویش می‌روند. این درحالی است که به نظر می‌رسد فعالیت سیاسی احزاب به معنای واقعی زمانی تحقق می‌یابد که انتخابات فقط به عنوان بخشی از فرآیند فعالیت سیاسی مورد توجه قرار گیرد و احزاب بتوانند در طول دوران فعالیت زمینه‌های یوپی‌ای جامعه مدنی را فراهم آورند.

به نظر می‌رسد یکی از کار ویزه‌های اساسی احزاب، یوپی‌انگ داشتن جامعه مدنی است و رمز تحقق این یوپی‌ای در رصد مستمر حوزه‌های مختلف و انتقاد و ارائه روش‌های بهبود شرایط است. این امر که از آن به کنترل و موازنه بر لفظ فرنگی آن «چک اند لاس» یاد می‌شود منافع متعددی برای مردم و جامعه و نظام سیاسی در برخواهد داشت.

نیرداختن احزاب به این امر و واگذاری آن تنها به اصحاب رسانه می‌تواند موجب بروز مشکلات متعددی شود. واجد بودن بدنه کارشناسی، دسترسی بیشتر به جریان اطلاعات و اخبار، استقلال از قدرت سیاسی و فعالیت حقوقی همراه با مجوز رسمی توانایی‌هایی به احزاب می‌بخشد که افراد یا سایر نهادهای همه آن‌ها به یکباره برخوردار نیستند. احزاب از این توانایی‌ها می‌توانند در جهت استفاده‌بهینه‌ازسیستم کنترل و موازنه بهره‌برند. کنترل و موازنه از سوی احزاب می‌تواند مکانیزمی فراهم آورد تا موجب ۱- کسترسز فرهنگ نقد، امر به معروف ونهی از منکر در احزاب، ۲- پیشگیری از تخلفات در حوزه‌های مختلف به خصوص حوزه اقتصادی، ۳- افزایش اعتماد عمومی به مسئولان و کارگزاران نظام سیاسی و افزایش ظرفیتهای نظام ۴- کاهش هزینه‌های انتقاد در جامعه، خصوصا انتقاد از سوی رسانه‌ها، جمله خبرنگاران. ۵- فاصله گرفتن از سعی و خطا در سیاست گذاری‌ها و فراهم شدن زمینه توسعه ۶- کشف و اطلاع رسانی در زمینه ضعفهای موجود در جامعه شود. در این زمینه لازم است اشاره شود که انتقاد لزوماً «با پیشنهاد همراه نیست. در سیستم کنترل و موازنه گاهی نتیجه انتقاد ترک رویایی خواهد بود که این اقدام منافع عمومی را در پی خواهد داشت یا جنبه هتندار و پیشگیری دارد. لذا عدم توجه به انتقاد به بهانه فقدان پیشنهاد در همه موارد قابل پذیرش نیست تا به این بهانه بتوان از طرح آن جلوگیری کرد. مگر در مواردی که نیت انتقاد کننده ناصواب و قصد تشویش افهان عمومی باشد، که در این صورت نیز در لحاظله سیاسی مردم ثبت و موجب کاهش پایگاه اجتماعی آن حزب خواهد شد.

از این منظر احزاب را می‌توان چشم‌بیدار جامعه محسوب کرد و در این صورت است که احزاب شندن زمینه‌تأیید یا تمایندگی از پایگاه اجتماعی خود و سپس کل جامعه بر جریان وقایع سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی نظارت کرده و احراف‌ها را به مردم گزارش کنند. در این چارچوب احزاب حتی بر یکدیگر نیز نظارت خواهند داشت و عملکردهای ناصحیح و برنامه‌های یکدیگر را نقد خواهند کرد. لذا اگر خواهان حفظ پایگاه اجتماعی‌های هستند یا باید پاسخگو باشند یا صحنه سیاسی را به رقیب واگذارند. این امر باعث شناخت حزب مطبوع در طول یک بازه زمانی مشخص توسط مردم خواهد شد و این اعتماد مالک گزینش احزاب در مواقع انتخابات است تا شاعر یا با جهت گیری‌های زود فکر و فاقد جا‌هت قانونی یا منطقی در پایان یادآور می‌شود احزاب نقش مهمی در گسترش و تعمیق فرهنگ نقد خواهند داشت و میوه این نقد در صورتی که بر پایه عقلانیت و صداقت باشد منافع عمومی را در پی خواهد داشت و موجب موازنه و اصلاح و قرار گرفتن نام در مسیر صحیح می‌شود و این به معنای نظم یافتن و عدالت است.

اخبار

دفتر رییس بازرسی دفتر مقام معظم رهبری:

ناطق نوری در انتخابات

با هیج جریان سیاسی همکاری ندارد

دفتر رییس بازرسی دفتر مقام معظم رهبری با صدور بیانه‌ای اعلام کرد: حجت الاسلام و المسلمین ناطق نوری ضمن تأکید بر حضور همه گروه‌ها در انتخابات با هیچ جریان سیاسی همکاری ندارد.

در پی انتشار برخی اخبار مبنی بر حضور و حمایت حجت الاسلام و المسلمین علی اکبر ناطق نوری از جریان و گروه خاصی سیاسی در انتخابات، بیبانه‌ای از سوی دفتر وی صادر شد.

در بیانهٔ دفتر رئیس بازرسی دفتر مقام معظم رهبری آمده است: در پی انتشار برخی اخبار در خصوص حضور و حمایت حجت الاسلام و المسلمین ناطق نوری - رئیس بازرسی دفتر مقام معظم رهبری - از جریان خاص سیاسی، دفتر ایشان ضمن تکذیب این گونه اخبار تأکید می کند که ایشان همچون دوره های مختلف تمامی تلاش خود را بر مشارکت حداکثری ملت شریف ایران و همچنین حضور و رقابت گروه های مختلف و متوع سیاسی که به اصل شریعت و ولایت فقیه اعتقاد دارند معطوف داشته و دارد از هیچ گروه سیاسی خاص حمایت نکرده و همکاری ندارند.

این دفتر در بیانه خود افزوده است: در همین خصوص یادآوری می نماید حجت الاسلام و المسلمین ناطق نوری امیدوارند با حضور حداکثری ملت شریف ایران با دیگر شاهد نمایش اقتدار و عظمت نظام در عرصه های داخلی و بین المللی در شرایط امروز که دشمنان نقشه های شوم خود را در منطقه دنبال می کنند باشیم.

محمدعلی سبحانی در نشست «سایه برجام بر سیاست داخلی»

خطوط قرمز در مذاکرات هسته‌ای رعایت شده است

نشست «سایه برجام بر سیاست داخلی» پنجشنبه شب با حضور جمعی از فعالان سیاسی و اقشار مختلف مردم در محل مجمع محققین و مدرسین حوزه علمیه قم برگزار شد.

به گزارش ایرنا، دیپلمات اسبق وزارت امور خارجه در این نشست با بیان اینکه سیاست خارجی استمرار سیاست داخلی است، اظهار داشت: وظیفه هر دولتی است، که خواسته‌ها و اولویت‌های ملت خویش را مبنای سیاست خارجی خود قرار دهد و بر اساس آن عمل نماید.

«محمدعلی سبحانی» با اشاره به دوره‌های مختلف انقلاب اسلامی، روی کار آمدن دولت یازدهم را به حصول یک تفاهم ملی دانست و گفت: مسأله هسته‌ای و ضرورت حل آن، معضلی از مهمترین دلایلی است که دولت ایران روحانی در سر کار آمده، از این رو مهمترین پشتوانه مذاکرات هسته‌ای، انتخابات ۲۴ خردادماه بود.

وی با بیان اینکه دولت یازدهم با هدف دستیابی به راهکار روشن و مشخص وارد مذاکرات شده بود، خاطرنشان کرد: در مدل مذاکراتی برجام که با عنوان برد – برد شناخته می‌شود، اینگونه نیست که یک طرف همه چیز را بخواهد، بلکه طرفین به یک مسأله‌ی مشترک یافته و کشور از مشکلات نجات پیدا می‌کند.

این فعال اصلاح طلب برجام را شامل سه سند مهم برجام، بیانه و قطعنامه پیرامون آن عنوان کرد و افزود: برجام در مجلس شورای اسلامی به رغم همه مشکلاتی که بوجود آمده بود، این قطعنامه به عنوان یک سند بین المللی مطرح و دارای پشتوانه خوبی شد و پس از برجام شرایط جدیدی در داخل و خارج از کشور بوجود آمده است. سبحانی با اشاره به بسته شدن پرونده «پی ام دی» و بیانه مدیر کل آژانس بین المللی هسته‌ای ای گفت: مهمترین مانع در برابر برجام با بسته شدن این پرونده از میان رفت و این مسیر بهار بود و در دی ماه سال جاری تعداد زیادی از تحریم‌ها برداشته می‌شود و در آینده نزدیک با خبرهای خوبی مواجه می‌شویم.

وی با بیان اینکه تاکنون خطوط قرمز در مذاکرات هسته‌ای رعایت شده است، تصریح کرد: مجلس شورای اسلامی پس از کمیسیون برجام و حاشیه‌های پیرامون آن، کلیت و جزئیات برجام را با رأی بالا به تصویب رساند و پس از آن همه بهانه‌های دلوپاس از میان رفت. دیپلمات سابق وزارت امور خارجه با بیان اینکه پس از برجام و برچیده شدن قطعنامه علیه جمهوری اسلامی ایران، کشورمان از جنگ، تسلیم و یا ادامه تحریم‌ها نجات پیدا کرده است، گفت: ایران اسلامی پس از گذشت ۱۰ و ۱۲ سال که در برجام آمده است، به عنوان چهاردهمین کشور در زمینه تولید و غنی سازی هسته‌ای رسماً شناخته می‌شود.

وی با بیان اینکه در خارج از کشور نیز برخی از جمله اسرائیل غاصب، عربستان سعودی و کنگره آمریکا هر کدام به یک دلیل خاص جزو متخلفین جدی برجام بودند، تصریح کرد: کنگره باید همواره سیاستی بر ضد اوپاما داشته باشد و عربستان هم از اینکه ایران پس از برجام در منطقه هرچه بیشتر نقش آفرین باشد و فضای سیاسی در منطقه باز شود نگران است.

این فعال اصلاح طلب با بیان اینکه ما هیچ اقدامات ضد ملت ایران از سوی آمریکایی‌ها را فراموش نمی‌کنیم، همچنان از سیاست نه شرقی و نه غربی حمایت می‌کنیم،

گفت: اصلاح طلبان نسبت به عزت واستقلال جمهوری اسلامی ایران بسیار حساس بوده و نسبت به تحمیل ظالمانه و تضییع حقوق ملت ایران از سوی هر کشوری حساس است و کسی نمی‌تواند ما را به این متهم کند که منافع ملت ایران را در برابر بیگانگان نادیده می‌گیریم.

رئیس مجمع تشخیص مصلحت نظام،

همراهی و حضور خوب هم‌پنهان مسیحی

در تمام فراز و نشیب‌های انقلاب اسلامی را

دوشادوش مردم مسلمان ایران نشانه خوبی از

وحدت و زندگی مسالمت‌آمیز دانست و گفت:

شهادی مسیحی، نشانه و سمبل‌های علاقه مسیحیان به ایران هستند که قدمتی چند هزار

ساله در ایران دارند.

به گزارش ایسنا، آیت‌الله‌هاشمی‌رفسنجانی در استانه ولادت پیامبر صلح و دوستی حضرت مسیح(ع) و سال جدید مسیحی و عید کریسمس، در دیدار اسقف اعظم ارمنه تهران، دو کشیش، جمعی از اعضای شورای

خلیفه‌گری ارمنه و نماینده ارمنه جنوب و اصفهان در مجلس شورای اسلامی، با اشاره به آموزه‌های قرآن کریم برای زندگی مسالمت‌آمیز پیرون همه ادیان آسمانی که با عنوان «اهل کتاب» تعبیری می‌شوند می‌فرماید: «ما اوتی النبیون من ربهما لا نفرض بین احد منهم»، گفت: در قرآن از حضرت مسیح(ع) به بزرگی و عظمت یاد شده و مسلمانان باید براساس دستورات کتاب آسمانی خویش، با مسیحیان دوستانه زندگی کنند.

آیت‌الله‌هاشمی‌رفسنجانی:

با اقلیت‌های دینی مشکلی نداریم



رئیس مجمع تشخیص مصلحت نظام، با تأکید بر نقش

و جایگاه «آل عمران» در اسلام و قرآن، به تاریخ رسالت و زندگی حضرت مسیح(ع) به عنوان آخرین پیامبر آسمانی، قبل از حضرت ختمی مرتبت محمد(ص) اشاره کرد و گفت: «ما اوتی النبیون من ربهما لا نفرض بین احد منهم»، گفت: در قرآن از حضرت مسیح(ع) به بزرگی و عظمت یاد شده و مسلمانان باید براساس دستورات کتاب آسمانی ایران مسیحیان دوستانه زندگی کنند.

آیت‌الله‌سیدحسن خمینی عنوان کرد:

کارآمدسازی، نیاز اساسی نظام جمهوری اسلامی



مورد رژیم آل سعود همه ما نظر و شدّت برخورد حضرت امام را می‌دانیم، اما دیدیم که در سال ۱۳۶۹ روابط ما با عربستان از سرگرفته شد که کار درستی هم بود؛ مبنای این تصمیم نیز رویکرد اجتهادی در مکتب امام بود. وی ادامه داد: البته این اجتهاد باید برگرفته از همان متون و آراء و اندیشه‌ها

است، اثری ندارد. پس در این صورت نیز در لحاظله سیاسی مردم ثبت و موجب کاهش پایگاه اجتماعی آن حزب خواهد شد.

امده برای پاسخ به سوالات جدید کار درستی

نیست و باید پاسخ های جدید که البته

برگرفته از همان متون و آراء و اندیشه ها

است، اثری ندارد. پس در این صورت نیز در لحاظله سیاسی مردم ثبت و موجب کاهش پایگاه اجتماعی آن حزب خواهد شد.

تبین این موضوع به بیان نمونه‌ای در تاریخ جمهوری اسلامی پرداخت و یادآور شد: در

رئیس دفتر رئیس جمهوری گفت: با

همدلی و افزایش اعتماد اجتماعی در آستانه

شکسته شدن تحریم ها هستیم، همه

مسائل به تحریم متکی نیست ولی تحریم

آثار زیان بار خود را بر همه چیز گذاشته بود.

به گزارش ایرنا، محمد نهاوندیان

روز جمعه در نشست مشترک با فعالان

اقتصادی استان قم بیان کرد: باز کردن

میدان فعالیت فعالان اقتصادی و برگرداندن

قدرت تصمیم گیری مدیران اقتصادی از

اولویت های کاری دولت است.

وی ادامه داد: مهمترین مسأله‌ای که

در زمان کنونی باید مد نظر داشته باشیم

آمادی برای فضای جدیدی است که برای

اقتصاد کشور فراهم می‌شود و چگونگی استفاده از این فضا

برای حل مشکلات تاریخی ساختار اقتصادی ما باید مورد

توجه قرار گیرد.

وی اظهار داشت: باید برنامه‌ریزی اقتصادی کلان

و خرد چه برای دولت و چه برای مدیر یک بنگاه با اقق

پیش رو آشنا باشیم و محیط پیرامون خود در سال های

آینده را بشناسیم.

میدان فعالیت‌های فعالان اقتصادی باز می‌شود

وی افزود: دولت در اولویت گذاری وظیفه‌های خود

نسبت به اقتصاد کشور، باز کردن میدان فعالیت برای

فعالان اقتصادی کشور را در دستور کار قرار داده است

و درحالی که زمانی اقتصاد ایران از آزاد شدن خارج کند

حربه نفت به عنوان یک ابزار تهدید استفاده می‌کردند

شرایط به گونه‌ای پیش رفت که نفت ایران نیز تحریم شد.

رئیس دفتر رئیس جمهوری اظهار داشت: تحریم

صادرات و بلک‌های ایران تغییری در معالعه قدرت در بازار

بین المللی و ادامه توطئه در ژانوار فار دادن اقتصاد ایران بود

و دولت وظیفه دارد از اقتصاد ایران را از این آزاد خارج کند

و فعال اقتصادی کشور که میدان بازی کمتری در اختیار

قرار دارد را در فضای باز قرار دهد.

وی گفت: با همدلی و افزایش اعتماد اجتماعی در

آستانه شکسته شدن تحریم ها هستیم و هیچ کاری از

این مقیددر برای ایجاد فضای اقتصادی کشور نبود، همه مسائل

به تحریم متکی نیست ولی تحریم آثار زیان بار خود را بر

همه چیز گذاشته بود.

اقتصاد ایران بزرگ تر از توان بانک هاست

وی افزود: باید قدر کار بزرگی که در مقابله با توطئه

نکته که «در تمام سال‌های پس از انقلاب،

هیچ مشکلی با اقلیت‌های مذهبی به ویژه

مسیحیان ایران نداشتیم و نداریم»، همراهی

و حضور خوب هم‌پنهان مسیحی در تمام

فراز و نشیب‌های انقلاب اسلامی را دوشادوش

مردم مسلمان ایران نشانه خوبی از وحدت و

زندگی مسالمت‌آمیز دانست و گفت: شهادی

مسیحی، نشانه و سمبل‌های علاقه مسیحیان

به ایران هستند که قدمتی چند هزار ساله در

ایران دارند.

وین، رسالت پیرون ادیان آسمانی را برای

دعوت بشریت به توحید و وحدتیت خدا مهم

دانست و گفت: شاید در تاریخ بشریت، آثار

مخبرتی از جنگ‌های پیرون ادیان باشد، اما لآن دیگر عقلای

ادیان و مذاهب می‌دانند که جنگ‌ها هیچ وجهی ندارند.

هاشمی رفسنجانی با بیان این جمله که «از ارمنه ایرانی

راضی هستیم»، به اقدامات دولت سازندگی برای حل مسایل

و مشکلات ارمنه و مسیحیان اشاره کرد و گفت: ایرانی بودن

وجه مشترک ما با شما مسیحیان است و امیدوارم روابط ما

تقویت شود.

ای اسلام و المسلمین دکن حسن روحانی تأکید کرده است:از آنجا که ظاهر دولت

آمریکا در نظر دارد، در ادامه سیاست‌های خصمه و دخالت نامشروع و غیرقانونی خود در

زمینه حق تقویت قدرت دفاعی جمهوری اسلامی ایران، اقدام به افزون افراد و مؤسسات

جدیدی در فهرست تحریم‌های ظالمانه قبلی نماید؛ لازم است در چارچوب سیاست‌های

دفاعی مصوب، برنامه تولید انواع موشک‌های مورد نیاز نیروهای مسلح با سرعت و جدیت

بیشتری ادامه یابد. همچنین در صورت تکرار این گونه اقدامات غلط و مداخله جوانه

از سوی آمریکا، وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح موظف است با استفاده از کلیه

امکانات، برنامه‌ریزی جدیدی برای گسترش توانمندی‌های موشکی کشور، به عمل آورد.

باید تأکید کنم که توانمندی‌های دفاعی جمهوری اسلامی ایران عامل ثبات و امنیت

منطقه بوده و نه تنها تهدیدی علیه دیگران نیست، بلکه صرفاً برای پاسداری از حاکمیت،

استقلال و تمامیت ارضی کشور و مبارزه با پدیده شوم تروریسم و افراط و در جهت منافع

مشترک منطقه‌ای و جهانی می‌باشد.

دولت جمهوری اسلامی ایران در طول مذاکرات هسته‌ای اعلام کرده است که هیچ گاه

پیرامون قدرت دفاعی مشروع کشور و از جمله برنامه موشکی خود با کسی مذاکره ننموده

و با تأکید بر حق دفاع مشروع خود، در این حوزه نخواهد پذیرفت.

روشن است که برنامه موشکی ایران به هیچ وجه جزئی از برنامه نبوده که مقابله

رسمی آمریکایی نیز بر آن ادعان دارند. همان طور که بارها اعلام شده است سلاح هسته

و با تأکید بر حق دفاع مشروع خود، در این حوزه نخواهد پذیرفت.

هیچ گاه برای قابلیت حمل کلاهک‌های هسته‌ای طراحی نشده؛ ایند، به عنوان ابزاری مهم

و متعارف برای دفاع از کشور با قدرت و صلابت ادامه خواهد یافت.

نشریه آمریکایی وال استریت ژورنال:

کاخ سفید تحریم‌های جدید علیه ایران را به تعویق انداخت

نشریه آمریکایی وال استریت ژورنال گزارش داد: کاخ سفید تحریم‌های جدید علیه ایران

برسربرنامه موشکی ایران را به تعویق انداخت.

این روزنامه روز جمعه از میدا واشنگتن به نقل از مقامات آمریکایی گزارش داد: کاخ

سفید طرح تحریم‌های جدید اقتصادی علیه ایران بر سر برنامه موشکی بااستیک را به

تعویق انداخت. این نشریه ایران‌های درامه نوشت: مقامات آمریکایی گفتند که دولت اوپاما

بر سر مقبله با برنامه موشکی ایران متعهد بوده و این تحریم که از سوی گزارش داری آمریکا

صورت گرفته بر روی میز بیانی خواهد ماند. دول استریت ژورنال گزارش داد: کاخ سفید

چهارشنبه گذشته به کنگره آمریکا اعلام کرد که در روزهای اخیر خزانه داری آمریکا به دلیل

آزمایش های موشکی اخیر ایران تحریم های جدید علیه ایران اجرا خواهد کرد؛ اما وقتی

زمان آن فرا رسید، دولت اوپاما تاخیر را بدون ارائه دلیلی به تأخیر انداخت.

به گزارش وال استریت گنرته آمریکا ساعت ۱۰:۳۰ صبح روز پنجشنبه به وقت محلی

را زمان اجرای این تحریم مجد مقرر کرد بود. بنابراین گزارش این تحریم‌ها قرار داده، ده

شرکت و افراد حقیقی از ایران، هنگ کنگ و امارات متحده عربی را در برگیرد که مقامات

آمریکایی مدعی هستند این شرکت‌ها قرار داد آزمایش های موشکی بااستیک ایران که

در اوایل ماه جاری صورت گرفته، دخیل بوده اند. وال استریت در ادامه گزارش داد: اما ساعت

۱۱:۱۲ صبح (پنجشنبه) مجلس سنا، مجلس نمایندگان و سنایای آمریکا فرمانی دریافت مبنی

براینکه این اعلام برای چند ساعت به تأخیر می افتد؛ این نشریه آمریکایی افزود: حدود

یازده ساعت بعد، حوالی ساعت ۱۰:۰۰ بعدازظهر ایمیلی از سوی کاخ سفید دراین زمینه

فرستاده شد که در آن به اعلام تایش های مالیاتیک که در برگیرنده منافع ملی آمریکا

باشد سخن گفته شده اما اشاره ای به زمان مشخصی برای اجرای تحریم های جدید نشد.

بنابراین گزارش نمایندگان جمهورخواه در انتقاد صریح از تأخیر کاخ سفید در اجرای تحریم

های جدید اقتصادی علیه ایران ساکت ننشستند. مایک پمپئو Mike Pompeo نامیده

جمهورخواه از ایالت کزنزاس آمریکا دراین باره گفت: اگر در نهایت رئیس جمهوری اجرای

تحریم‌ها را اعلام نکنند، درجه ای از سستی را نشان می دهد که حتی از روسای جمهوری

پیش از آن دیده نشده است. وال استریت در گزارش خود به واکنش ایران به اقدامات دولت

آمریکا نیز اشاره کرد. به گزارش این نشریه از ایرنا، رییس جمهوری ایران با اشاره به تداوم

سیاست های خصمانه و دخالت نامشروع و غیرقانونی آمریکا در زمینه حق تقویت قدرت

دفاعی جمهوری اسلامی ایران، به وزیر دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح دستور داد که در

چارچوب سیاست های دفاعی مصوب، برنامه تولید انواع موشک های مورد نیاز نیروهای

مسلح با سرعت و جدیت پیشبرد ادامه یابد.

حسن روحانی در نامه ای خطاب به سردار سرتیپ حسین دهنقان نوشت: آنجا که ظاهراً

دولت آمریکا در نظر دارد، در ادامه سیاست های خصمانه و دخالت نامشروع و غیرقانونی

خود در زمینه حق تقویت قدرت دفاعی جمهوری اسلامی ایران، اقدام به افزون افراد و

مؤسسات جدیدی در فهرست تحریم های ظالمانه قبلی نماید؛ لازم است در چارچوب

سیاست های دفاعی مصوب، برنامه تولید انواع موشک‌های مورد نیاز نیروهای مسلح با

سرعت و جدیت بیشتری ادامه یابد.

همچنین در صورت تکرار این گونه اقدامات غلط و مداخله جوانه از سوی آمریکا،

وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح موظف است با استفاده از کلیه امکانات، برنامه‌ریزی

جدیدی برای گسترش توانمندی‌های موشکی کشور، به عمل آورد.

اخبار

دستور رییس جمهوری به وزیر دفاع:

تولید انواع موشک‌ها

با جدیت بیشتر ادامه یابد

رییس جمهوری با اشاره به تداوم سیاست‌های خصمه و دخالت نامشروع و غیرقانونی

آمریکا در زمینه حق تقویت قدرت دفاعی جمهوری اسلامی ایران، به وزیر دفاع و پشتیبانی

نیروهای مسلح دستور داد که در چارچوب سیاست‌های دفاعی مصوب، برنامه تولید انواع

موشک‌های مورد نیاز نیروهای مسلح با سرعت و جدیت بیشتری ادامه یابد.

حجت الاسلام و المسلمین دکن حسن روحانی تأکید کرده است:از آنجا که ظاهر دولت

آمریکا در نظر دارد، در ادامه سیاست‌های خصمه و دخالت نامشروع و غیرقانونی خود در

زمینه حق تقویت قدرت دفاعی جمهوری اسلامی ایران، اقدام به افزون افراد و مؤسسات

جدیدی در فهرست تحریم‌های ظالمانه قبلی نماید؛ لازم است در چارچوب سیاست‌های

دفاعی مصوب، برنامه تولید انواع موش

شنبه - دوازدهم دی ماه ۱۳۴۴ - سال هجدهم - شماره ۳۹۰۳

قیمت سکه و طلا در بازار ایران	
طلا در ایران	آخرین نرخ
یک مثقال طلا	۴٬۱۳۷٬۰۰۰
یک گرم طلای ۱۸	۹۵۵٬۰۳۰
انواع سکه	آخرین نرخ
سکه بهار آزادی	۹٬۳۳۰٬۰۰۰
سکه امامی	۹٬۳۳۵٬۰۰۰
نیم سکه	۴٬۷۳۰٬۰۰۰
ربع سکه	۲٬۶۳۰٬۰۰۰
سکه یک گرمی	۱٬۷۲۰٬۰۰۰
آخرین قیمت انواع محصولات ایران خودرو	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
۲۰۶ تیپ ۵	۳۶٬۰۰۰٬۰۰۰
SD۲۰۶وی ۸	۳۷٬۰۰۰٬۰۰۰
پژو ۴۰۵ GLX	۲۸٬۰۰۰٬۰۰۰
پژو ۴۰۵ SLX	۲۸٬۰۰۰٬۰۰۰
پژو پارس ELXسال	۳۳٬۰۰۰٬۰۰۰
پژو پارس سال	۳۴٬۰۰۰٬۰۰۰
تندر ۹۰ E۲	۳۶٬۰۰۰٬۰۰۰
راتا LX	۳۰٬۰۰۰٬۰۰۰
راتا TU۵	۳۳٬۳۰۰٬۰۰۰
سمند LXسال	۲۹٬۰۰۰٬۰۰۰
سمند LXE۷F	۲۸٬۰۰۰٬۰۰۰
سورن ELX	۳۲٬۰۰۰٬۰۰۰
آخرین قیمت انواع محصولات سایپا	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
زوتی S۳۰۰	۵۵٬۰۰۰٬۰۰۰
سایپا کار۱۵۱۱	۱۵٬۶۰۰٬۰۰۰
سایپا ۱۱۱	۲۰٬۰۰۰٬۰۰۰
سایپا ۱۳۱	۱۹٬۰۰۰٬۰۰۰
سایپا ۱۳۲	۱۹٬۵۰۰٬۰۰۰
تیبا SX	۲۳٬۹۵۰٬۰۰۰
آخرین قیمت انواع محصولات مدیران خودرو	
نام خودرو	قیمت نمایندگی
MVM ۳۱۵	۳۴٬۰۰۰٬۰۰۰
MVM ۵۵۰	۴۴٬۰۰۰٬۰۰۰
MVM X۳۳	۶۶٬۴۶۰٬۰۰۰
MVMX۳۳ جدید اتومات	۶۵٬۰۰۰٬۰۰۰
MVM۱۱۰ چهار سیلندر	۱۸٬۰۰۰٬۰۰۰

کوتاه
موزی بر قیمت سیم کارت
قیمت‌ها بالامی روند
سیم‌کارت‌های دائمی همراه اول که از ماه‌های قبل سیر صعودی قیمت را دنبال می‌کنند، همچنان گران‌تر از قبل در بازار به فروش می‌رسند. به گزارش ایسنا، بنابر اعلام فعالان بازار سیم‌کارت کشور در حال حاضر برای خرید کدهای یک در بازار لازم‌تر مردم حداقل دو میلیون و ۷۰۰ تا دو میلیون و ۸۰۰ هزار تومان هزینه کنند البته اگر فردی قصد فروش سیم‌کارت همراه اول خود را داشته باشد، برای آن یک در بازار قیمتی حدود دو میلیون و ۶۰۰ هزار تومان پیشنهاد می‌شود که قطعاً این رقم براساس میزان رند بودن شماره قابل افزایش است. سیم‌کارت‌های یک دو همراه اول اکنون در بازار بالغ بر یک میلیون و ۵۰۰ هزار تومان به فروش می‌رسند و خرید آنها هم با رقمی بالغ بر یک میلیون و ۳۰۰ هزار تومان صورت می‌گیرد. همچنین کدهای سه با رقمی بیش از یک میلیون و ۱۰۰ تا یک میلیون و ۲۰۰ هزار تومان فروخته می‌شوند که برای خرید آنها هم رقمی حدود ۲۰۰ تا ۲۰۱ هزار تومان پایین‌تر پیشنهاد می‌شود. کدهای چهار همراه اول در حال حاضر در بازار قیمتی بالغ بر ۷۰۰ هزار تومان دارند و خرید آنها هم با رقمی بیش از ۶۰۰ هزار تومان صورت می‌گیرد که البته در مورد تمام کدها همین‌طور که اشاره شد میزان رند بودن شماره در قیمت‌گذاری آن تأثیر بسزایی دارد. درباره سیم‌کارت‌های یک پنج اکنون در بازار رقمی بالغ بر ۶۰۰ هزار تومان برای فروش در نظر گرفته شده است که در صورت خرید سیم‌کارت این رقم حدود ۱۰۰ هزار تومان کاهش پیدا می‌کند. کدهای هفت هم از جمله سیم‌کارت‌های به نسبت قدیمی همراه اول هستند که در صورتی که خطر خسر آنها همچنان وجود داشته باشد، رقمی بالغ بر ۶۰۰ هزار تومان برای آن در نظر گرفته می‌شود، اما در صورتی که این شماره‌ها کار کرده باشند، قیمت آنها بیش از ۴۵۰ هزار تومان خواهد بود. سیم‌کارت‌های یک هشت هم در صورتی که صفر باشند با قیمتی حدود ۲۵۰ هزار تومان خریداری شده و بالغ بر ۳۰۰ هزار تومان به فروش می‌رسند. البته اگر این خط‌ها صفر باشند رقم خرید آنها حدود ۴۰۰ هزار تومان و فروش آن بالغ بر ۴۵۰ هزار تومان است. سیم‌کارت‌های یک ۹ همراه اول هم در صورت فروش بودن با قیمتی معادل ۲۵۰ هزار تومان خریداری شده و برای فروش آنها رقمی بیش از ۳۵۰ هزار تومان در نظر گرفته می‌شود، البته در حال حاضر تعداد سیم‌کارت‌های کار کرده که در ۹ بازار بسیار کم است، چرا که این کد از جمله کدهای جدید همراه اول به شمار می‌رود، اما در هر صورت اگر شماره کار کرده‌ای با کد ۹ در بازار وجود داشته باشد برای خرید آن رقمی حدود ۲۰۰ هزار تومان و برای فروش‌اش رقمی بیش از ۲۵۰ هزار تومان در نظر گرفته می‌شود. کدهای هفتر که جدیدترین کدهای همراه اول هستند هم در حال حاضر در بازار با قیمتی حدود ۲۰۰ هزار تومان خریداری شده و با رقمی بالغ بر ۲۵۰ هزار تومان به فروش می‌رسند.

رئیس دفتر رئیس جمهوری گفت: اصلاح سیستم بانکی در اولویت کاری دولت قرار دارد و به سمت سالم سازی سیستم بانکی حرکت می کنیم. «محمد نهاوندیان» پنجشنبه شب در گفت و گوی زنده تلویزیونی در سیمای مرکز قم اظهار داشت: متأسفانه در سال های گذشته بدهی های انباشته ای در سیستم بانکی ما به دلیل برخی عدم دقت ها و نیز تحمیل برخی شرایط بر فعالان اقتصادی را شاهد بودیم که موجب پدیده پر هزینه ای به عنوان بدهی های معوقه شد، این در حالی است که دولت بین بدهی معوقه مقصر و غیر مقصر تمایز قائل شده و نحوه رفتار با کسانی که منابع بانکی را گرفته و در جای غیر مولد از آن استفاده کردند متفاوت است.

وی افزود: وظیفه و مأموریت بانک ایجاد ارتباط بین سپرده های خرد و مصرف های مولد است لذا اگر بانک خود بنگاه دار شود بدلیل شرایط تورمی و غیر واقعی بودن نرخ مشارکت، گرفتن تسهیلات از بانک شغلی پر درآمد می شود و کسی دنبال کار و اپتکار نخواهد رفت وی با اشاره به این که اصلاح سیستم بانکی در اولویت دولت قرار گرفته است گفت: در برنامه ششم توسعه کشور یکی از محورهای جدی، اصلاح سیستم بانکی است. نهاوندیان ادامه داد: موسساتی پیش از این به صورت قارچ گونه بدون این که مجوزی از مرجع رسمی دریافت کرده باشند سپرده های مردم را جذب کردند و هنوز هم در این زمینه با مشکل مواجه هستیم.

وی افزود: با تقویت نظارت در بانک مرکزی به سمت سالم سازی سیستم بانکی می رویم که در این صورت سیستم بانکی جز خدملی برای تولید کالا و خدمات نخواهد بود. رئیس دفتر رئیس جمهوری این داشت: قرار نیست کشور با تکیه بر نفت اداره شود و باید به سمتی برویم که سیستم مالیاتی سالم، متوازن و عادل داشته باشیم و با اجحاف های مالیاتی برخورد شده و گرچه معتقدیم کسانی که فعالیت اقتصادی می کنند باید سهم مل و بیت المال را بپردازند.

وی تأکید کرد: سعی دولت بر گسترش پایه مالیاتی است و قرار نیست نرخ مالیات افزایش پیدا کند و دولت به این سمت حرکت نمی کند.

وی یادآور شد: تعداد زیادی از فعالیت های اقتصادی درآمد زیادی دارند اما مالیات مناسبی نمی دهند و مردم هم توقع دارند که آن ها در اداره کشور و تأمین هزینه بهداشت و درمان، امنیت عمومی و آموزش و پرورش کمک کار دولت باشند و نظام مالیاتی عادلانه متوازن لازمه اقتصاد سالم است.

نهاوندیان هم چنین تأکید کرد که اگر بنگاهی به دلیل غیر ارادی در شرایط نامناسبی قرار گرفت باید به او کمک شود.

فضای سرمایه گذاری باید امن باشد
نهاوندیان ادامه داد: اگر برای خود بازار صادراتی ایجاد نکنیم به اهداف خود دست نخواهیم یافت. وی بیان داشت: اگر نخواهیم اقتصاد رشد مستمر درون را پیدا کند باید به صورت مرتب بنیه سرمایه گذاری آن اقتصاد را افزایش دهیم و از این رو اتکالی صرف به صندوق توسعه ملی دولت ما امکانات محدود معنای کلمبی برای درون زایی نیست و باید خود اقتصاد هر استان نگاهی به سرمایه گذاری که سود و صرفه دار باشد، داشته باشد و صندوق توسعه ملی تنها یکی از منابع برای تأمین مالی طرح هاست.

رئیس دفتر رئیس جمهوری گفت: اصلاح سیستم بانکی در اولویت کاری دولت قرار دارد و به سمت سالم سازی سیستم بانکی حرکت می کنیم. «محمد نهاوندیان» پنجشنبه شب در گفت و گوی زنده تلویزیونی در سیمای مرکز قم اظهار داشت: متأسفانه در سال های گذشته بدهی های انباشته ای در سیستم بانکی ما به دلیل برخی عدم دقت ها و نیز تحمیل برخی شرایط بر فعالان اقتصادی را شاهد بودیم که موجب پدیده پر هزینه ای به عنوان بدهی های معوقه شد، این در حالی است که دولت بین بدهی معوقه مقصر و غیر مقصر تمایز قائل شده و نحوه رفتار با کسانی که منابع بانکی را گرفته و در جای غیر مولد از آن استفاده کردند متفاوت است.

وی اظهار داشت: یکی از ضررهای تحریم اقتصادی آن بود که دسترسی به منابع تأمین مالی گسترده ای که در دیانت بر داشته شد و صندوق توسعه ملی زمانی کارنامه قابل قبول و درخشان دارد که با هر دلار پنج دلار دیگر از جاهای دیگر بیابورد و صندوق توسعه ملی تنها یک محل مصرف نیست.رئیس دفتر رئیس جمهوری گفت: در سال های پر درآمد نفتی باید بنیه صندوق توسعه ملی افزایش پیدا می کرد اما به جای این که برای سال هایی که قیمت نفت به یک چهارم تقلیل پیدا کرده و فروش نفت به حدود یک سوم و کمتر، تنزل پیدا کرد می اندیشیم نگاهی مصرفی داشتیم، وی ادامه داد: اکنون با تجربه گذشته باید مجموعه بنیه استفاده از منابع مالی را افزایش داده و هدف خود را به صندوق توسعه ملی محدود نکنیم.وی ابراز داشت: اکنون در پس انداز ملی ما ظرفیت بسیار بالایی در پول های است که برایمان در ایران قرار دارد و کشور در آمد و در حالی که طی سال های گذشته محیط کسب و کار غیر رقابتی ای انواع محدودیت ها وجود داشت مقداری از منابع کشور به خارج از کشور رفته بود و سرمایه های ایرانیان خارج از کشور رفته.نهاوندیان ادامه داد: اگر اقتصاد ایران پربازده، شکوفا و امن با قیمت پایین شد فراوان باشد سرمایه ها به سمت ایران سرازیر می شود. وی افزود: امنیت اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی لازمه یک اقتصاد با رشد پایدار است و فضای سرمایه گذاری برای فضایی همراه با امنیت باشد و سرمایه گذار باید بداند هیچ مقام حکومتی از وی بازخواست نمی کند که پیش از آن تذکری به سرمایه گذار نداده باشند.

فضای فعالیت برای فعالان اقتصادی و سرمایه گذاری باز خواهد شد

رئیس دفتر رئیس جمهوری اظهار داشت: فضای فعالیت برای فعالان اقتصادی و سرمایه گذاری وا‌نشغال

نهاوندیان در گفت و گوی زنده تلویزیونی در سیمای مرکز قم:

نظام مالیاتی عادلانه لازمه اقتصاد سالم است



باز خواهد شد و هزینه های اضافی کلائی که بر تولید، صادرات و واردات ما به دلیل تحریم ها وارد می شد با حذف هزینه های اضافی، امیدواری فراوانی داریم که کالاها و خدمات ایران در صحنه رقابت جهانی جلوه و نمود بیش از گذشته داشته باشد و همه این ها به معنای رونق و ایجاد فرصت کار و ابتکار خواهد بود. وی افزود: یکی از سربهای هایی که در سال های گذشته چالش ایجاد کرده بود سرمایه جوانان دانشگاهی بود که در اقتصادی سالم می توانند مولد و فرصت شغلی باشند و این که جوان فارغ التحصیل بعضاً تا دو سال منتظر شغل باقی بماند مایه نارضحتی است.

وی ادامه داد: علت این معضل آن بود که به اندازه کافی سرمایه گذاری صورت نگرفته است و در شرایطی بودیم که منابع در آمدی زیاد با ننگه سرمایه گذارانه میان مدت و بلند مدت به چشمه ای زاینده ایجاد نشد و با ننگاهی مصرفی هزینه شد.

نهاوندیان گفت: به فرصت های پایتخریم بسیار امیدواریم تا فرصت های سرمایه گذاری در قم و سایر استان ها کشور افزایش پیدا کند.

وی بیان داشت: خوشبختانه با سرمایه گذاری هایی که روی نیروی انسانی و زیرساخت ها در طول سه دهه گذشته در اقتصاد ایران صورت گرفت کسی توقع ندارد که به اقتصاد ایران کالای مصرفی زیادی فروشند و اگر وی فرهنگ مصرفی داخلی کار کنیم بنیه اقتصادی کشور می تواند ارتقا نیاباز را بر طرف کند. رئیس دفتر رئیس جمهوری ابراز داشت: اگر با نگاه واقع بینی به اقتصاد ایران نگاه کنیم باید انذاع کنیم که حیات های اقتصادی خارجی با ننگه به سرمایه انسانی تفرقه، دشمنی ها و فتنه گری ها زبانه کشیده است اما ایران محب اهل بیت است و جمهوری اسلامی در سایه امن و امان گویای برای امنیت و مقابله با تروریسم و

طبق نظرسنجی از مردم اعلام شد؛

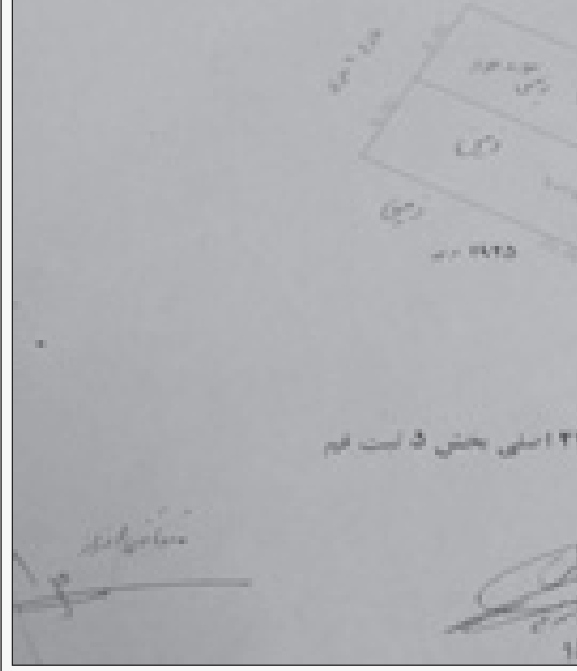
عضویت نیمی از ایرانی ها در شبکه های اجتماعی

درصد لاین با ۵۳٫۱ درصد، وایبر با ۱۲٫۷ درصد، فیسبوک با ۱۰٫۶ درصد، تانگو با ۴٫۷ درصد، گوگل پلاس با ۲٫۸ درصد، توئیتر با ۲٫۳ درصد و ویجت با ۱٫۸ درصد در رده بعدی قرار گرفته‌اند. از نکات جالب توجه نظرسنجی این است که در نظرسنجی اخیر فقط ۱۳ درصد مردم تهران گفته‌اند عضو وایبر هستند در حالی که نظرسنجی اسپسا در مرداد پارسال نشان داد ۲۷٫۶ درصد مردم تهران عضو وایبر بوده‌اند. همچنین طبق نتایج نظرسنجی اسپسا در فروردین ۹۴ حدود ۲۲ درصد مردم شهر تهران عضو وایبر بوده‌اند. در ادامه نظرسنجی سوالی از پاسخگوینان مبنی بر محتوای گروه‌هایی که عضو هستند پرسیده شده است که در این سوال پاسخگوینان می‌توانستند سه گزینه انتخاب نمایند. بر این اساس ۶۷ درصد پاسخگوینان اعلام کرده‌اند در گروه‌هایی که عضو هستند مطالب طنز و جوک رد و بدل می‌شود. ۴۶ درصد پاسخگوینان اعلام کرده‌اند در گروه‌هایی که عضو هستند مطالب علمی رد و بدل می‌شود. حدود ۳۸ درصد پاسخگوینان گفته‌اند اخبار و تحلیل‌های سیاسی رد و بدل می‌شود. ۲۶ درصد اخبار خانواده‌ی ۱۶ درصد مطالب ورزشی، ۱۵ درصد اسپرتی، ۱۴ درصد مطالب مذهبی و هفت درصد مسائل جنسی را جزو گزینه‌های خود انتخاب کردند (با توجه به اینکه در این سوال پاسخگوینان می‌توانستند چند گزینه انتخاب نمایند جمع گزینه‌ها بیشتر از ۱۰۰ می‌شود). در ادامه نظرسنجی سوالی نیز در خصوص نگرش کلی مردم به شبکه‌های اجتماعی پرسیده شده است که در مجموع ۳۸ درصد پاسخگوینان از کل کشور این شبکه‌ها را ابزار خوبی اعلام کرده‌اند و ۳۳ درصد نیز آن را ابزار بدی دانسته‌اند. ۲۱ درصد نیز نظر بینبین داشته و آن را نه خوب و نه بد دانسته‌اند.

از بین کسانی که حداقل عضو یکی از شبکه‌های اجتماعی هستند حدود ۵۵ درصدشان گفته‌اند این شبکه‌ها ابزار خوبی هستند و ۹ درصد نیز آن را بد ارزیابی کرده‌اند و ۳۲ درصد نیز آن را نه خوب و نه بد دانسته‌اند.

آگهی افراز، نظریه(تصمیم اداری) صور تجلسه افراز پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳ اصلی بخش ۵ قم

۱۵۰ متر مربع شمالا: بطول ۲۵ متر پی به پی دیوار پلاک ۱۹۲۱ فرعی شرقا: بطول ۶ متر پی به پی پلاک ۱۹۲۴ فرعی جنوبا: بطول ۲۵ متر پی به پی پلاک ۶۰۴ فرعی غربا: بطول ۶ متر پی به شارع ۱۰ متری قطعه اول در سهم علیرضا نعمت الهی قرار گرفت. ۲-حدود باقیمانده به مساحت ۱۵۰ متر مربع شمالا: بطول ۲۵ متر پی به پی پلاک ۶۴۰۵ شرقا: بطول ۶ متر پی به پی پلاک ۱۹۲۴ جنوبا: بطول ۲۵ متر پی به پی شارع ۱۹۲۵ فرعی غربا: بطول ۶ متر پی به شارع ۱۰ متری قطعه دوم: شش‌دانگ قطعه زمینی به مساحت S=۱۵۰ متر مربع به شماره پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳/۶۰۶ که در سهم محمد حسین پوریایی قرار گرفت. توضیحات: صدور سند قطعه دوم منوط به موافقت شهرداری می باشد.



شرقا: بطول ۱۲ متر پی به پی پلاک ۱۹۲۴ فرعی جنوبا: بطول ۲۵ متر پی به پی پلاک ۱۹۲۵ فرعی غربا: بطول ۱۲ متر پی به شارع ۱۰ متری شهرداری طی نامه شماره ۱۰۱۶۶۱/۱۰/۱۰ مورخ ۱۳۹۴/۹/۳۰ با افراز سهمی آقای علیرضا نعمت الهی موافقت نموده است و مراتب آگهی به مالکین مشاعی طی نامه شماره ۳۸۹۰۳ روزنامه ایمان مورخ ۱۳۹۴/۹/۲۹ صورت گرفته است: سپس روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۴/۱۰/۱۲ اینجانبان حمید میرزایی، شهاب الدین شهرپور بعنوان نقشه بردار و نماینده ثبت قم در معیت متقاضی افراز در محل وقوع ملک حاضر و عملیات افراز انجام گردیده طبق نقشه ترسیمی شش‌دانگ پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳ به مساحت ۱۵۰ مترمربع زمین پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳/۶۰۵ متقاضی خواهان افراز قطعه اول می باشد که پلاک ۶۴۰۵ فرعی جهت این قطعه منظور شده است حدود و مشخصات قطعه اول افراز به شرح ذیل می باشد.

۱-قطعه اول شش‌دانگ قطعه زمین پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳/۶۴۰۵ اصلی به مساحت

آگهی افراز

خواهان:

علیرضا نعمت‌اللهی

نشانی:

قم – شهرک قدس ولیعصر ۶۴

خواننده:افراز

آقای محمد حسین پوریایی

نشانی:

مجهول‌المکان

خواسته:افراز

افراز سهم مشاعی خواهان افراز از پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳ اصلی بخش ۵ قم

نظریه(تصمیم اداری)

نظر به اینکه خواهان افراز طبق درخواست وارده ۱۳۸۶۴/۱۰/۳۵-۹۴/۹/۳۵ درخواست افراز سهمی مشاعی افراز از پلاک فوق را نموده و طبق صورت‌مجلس افراز:۱۳۸۶۳/۱۰/۷-۹۴/۱۰/۷-۹۴/۹/۳۰ نقشه پیوست آن و نامه ۱۰۱۶۶۱/۱۰/۰۴-۹۴/۹/۳۰ منطقه قم که با افراز سهم مشاعی نامبرندگان فوق موافقت نموده لذا با توجه به نامه های مذکور و نقشه پیوست آن و گزارشات مندرج در پرونده بنابر این طبق ماده ۵ آئیننامه قانون افراز و فروش املاک مشاع با افراز پلاک مذکور موافقت می‌شود و این رای برای ماده ۲ قانون افراز مصوب سال ۵۷ از تاریخ ابلاغ به مدت ۱۰ روز از طرف هر یک از شرکا در دادگاه شهرستان محل وقوع ملک قابل اعتراض می باشد.

امور اداری: رونوشت این تصمیم به کلیه شرکا و متقاضی هابلغ میگرد.

جعفر کاظمی – رئیس ثبت اسناد منطقه یک قم

صورت‌مجلس افرازی پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳ واقع در بخش ۵ ثبت قم

در اجرای دستور ذیل وارده به شماره ۱/۳۸۶۴/ مورخ ۱۳۹۴/۹/۲۵ مبنی بر افراز سه دانگ مشاع از شش‌دانگ پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳ واقع در بخش ۵ ثبت قم شهرک قدس ولیعصر ۶۴ که در جریان مالکیت بنابر حکایت دفتر املاک بدین شرح می باشد.

تمامی سه دانگ از شش‌دانگ پلاک ۲۷۱/۱۹۲۳ در صفحه ۴۶۱ دفتر ۱۶۲ بنام مریم رسولی ثبت سپس طی سند ۳۵۰۷۴-۱۳۹۲/۰۹/۳ دفتر ۵۶ که علیرضا نعمت الهی انتقال یافته است سه دانگ دیگر در صفحه ۴۵۱ دفتر ۸۸ بنام محمد حسین پوریایی ثبت شده است.

مساحت شش‌دانگ پلاک مذکور ۳۰۰ متر مربع می باشد و حدود و مشخصات شش‌دانگ بدین شرح است:

شمالا: بطول ۲۵ متر پی به پی پلاک ۱۹۲۱ فرعی

صباى قم ۰ - نفت تهران ۳

شکست‌سنگین دایى‌مقابل‌منصوریان



تیم فوتبال صباى قم با هدایت علی دایى در دیدارى خلنگی مقابل

نفت تهران که سرمربیگری آنرا علیرضا منصوریان برعهده دارد، متحمل شکست ۳ بر یک شد.

به گزارش ایرنا، تیم فوتبال صباى قم عصر جمعه در آخرین دیدار هفته هفدهم لیگ برتر باشگاه‌های ایران میزبان نفت تهران بود و در پایان شکست غیرمنتظره ۳ بر یک را متحمل شد. شاگردان علیرضا منصوریان در تیم نفت تهران با کسب این پیروزی با ۲۵ امتیاز در رتبه هشتم قرار گرفته و صباى قم نیز با ۲۸ امتیاز به جایگاه ششم سقوط کرد.

در دقیقه هشتم ارسال زیبای ایمان مبعلى به علی قربانی رسید تا مهاجم نفت گل نخست این دیدار را درون دروازه صباى قم جای دهد. این گل سبب شد تا بازیکنان میزبان برای جبران گل خورده تلاش زیادی را با کار بگیرند، اما از سوی دیگر شاگردان علیرضا منصوریان که نیاز مبرمی به امتیازات این دیدار داشتند به سختی از دروازه خود

محافظلت کردند.

در دقیقه ۲۸ و در یک ضد حمله بار دیگر توپ به علی قربانی رسید تا او گل دوم خود و تیمش را به ثمر برساند تا تیم میهمان در نیمه نخست ۲ بر صفر برنده شود.

در دقیقه ۶۳، ایمان مبعلى به سبک خود ضربه کرنر را ارسال کرد که محمدقاضی به اشتباه دروازه صبا را گشود.

در چهارمین دقیقه از وقت های تلف شده، جلال الدین علی محمدی یکی از گل های خورده صباى قم را جبران کرد تا سنگینی شکست تیمش بکاهد.

دایى:قبل از نفت به خودمان باختیم

سرمربی تیم فوتبال صباى قم گفت:سه گل خوردیم ولی حریف یک موقعیت هم نداشت.متأسفانه ما این همه موقعیت گلزنی در نیمه دوم داشتیم اما این فوتبال است.

علی دایى پس از شکست ۳ بر یک مقابل نفت تهران در نشست

ملوان انزلی ۲ – استقلال تهران

آبی‌ها صدر نشین به تعطیلات رفتند

دیدار جذاب و تماشایی تیم های فوتبال ملوان انزلی و استقلال تهران با تساوی ۲ بر ۲ همراه شد تا آبی پوشان پایتخت با صدرنشینی به تعطیلات بروند.

این دیدار حساس که عصر جمعه از هفته هفدهم لیگ برتر باشگاه های ایران در ورزشگاه تختی انزلی و با فضاتوپ محسن ترکی بر گزار شد، در پایان به تساوی رسید.این درحالی است که استقلال دوبار از حریف پیشی گرفت اما در نهایت به یک امتیاز اکتفا، کرد.

استقلال تهران با این نتیجه ۲۴ امتیازی شد و با صدرنشینی به تعطیلات یک ماهه لیگ برتر در دقیقه ۱۷ ملوان نیز به امتیاز هفدهم خود رسید. استقلال تهران:باوجوداینکه در این دیدار، سیدمهدی رحمتی، خسرو حیدری و یعقوب کریمی را به دلیل مصدومیت در اختیار نداشت، از همان ابتدا تسلط خود را بر توپ و میدان به میزبانش دیکته کرد و حمله جویبه زود به گل دست یافت.

در دقیقه هشتم، پاس روزه چشمی به آرش برهانی رسید که از نیز در موقعیتی عالی جابر انصاری را صاحب توپ کرد تا این مهاجم، گل نخست را به ثمر برساند.

پس از این گل شاگردان حمید استیلی در ملوان انزلی که شرایط خوبی در جدول رده بندی ندارند، برای جبران گل خورده به حرکات صالِق محرمی، محمدابشک، حسین ماهینی و پژمان نوری از کنار هال زمین دل بسته بودند.

این تاکتیک در دقیقه ۱۷ جواب داد و ارسال حسین ماهینی را جلال رافخایی به زیبایی درون دروازه استقلال جای داد تا کار به تساوی یک بر یک برسد.

در دقیقه ۱۲، محسن کریمی هافبک جوان استقلال با ضربه ای فنی و غیرقابل پیش بینی از پشت محوطه جریمه دومین گل آبی پوشان را به ثمر رساند تا دوباره تماشاگران حاضر در ورزشگاه در سکوت فرو روند.

در دقیقه ۲۷ سجاد آملداحمد نوراللهی با پاسی مناسب، آرش برهانی را در موقعیت گلزنی قرار داد که

ضربه او را سیدحسین حسینی مهار کرد.

در دقیقه ۲۸ مازیار زارع هافبک باتجربه ملوان که چند سالی است بافت شدیدی رویورب شده به دلیل مصدومیت جای خود را به شهاب کریمی داد.

در نهایت نیمه نخست این دیدار حساس با برتری ۲ بر یک استقلال تهران همراه شد.

خبری گفت: فکر می‌کنم امروز بازیکنانم خوب نبوده و خودشان نبوده به همین دلیل بازی را واگذار کردند. سه گل خوردیم ولی حریف یک موقعیت هم نداشت.

وی افزود:متأسفانه ما این همه موقعیت گلزنی در نیمه دوم داشتیم اما این فوتبال است و با تمام احترامی که برای نفت قائل هستم به خودمان باختیم و از خط دروازه تا جلو مرتکب اشتباه شدیم. نیمه دوم نفت اصلا و ابتدا یک توپ هم روی دروازه ما نیامورد. نیمه اول هم دو توپ عادی که راحت می‌توانستیم جمعمش کنیم گل خوردیم اما دیدید که چقدر موقعیت گلزنی از دست دادیم.این باخت باید درس عبرتی برای ما باشد تا بیشتر تلاش کنیم تا در بازی‌های بعدی بهتر نتیجه‌گیریم.

سرمربی صبا افزود: نیمه دوم ۶-۷ موقعیت عالی را از دست دادیم و نیمه اول هم ۲-۳ موقعیت خوب گلزنی را از دست دادیم.

با تعویض هایمان تیم را هجومی‌تر کردیم اما وقتی بازیکن ما موقعیت

خبری گفت: فکر می‌کنم امروز بازیکنانم خوب نبوده و خودشان نبوده به همین دلیل بازی را واگذار کردند. سه گل خوردیم ولی حریف یک موقعیت هم نداشت.

وی افزود:متأسفانه ما این همه موقعیت گلزنی در نیمه دوم داشتیم اما این فوتبال است و با تمام احترامی که برای نفت قائل هستم به خودمان باختیم و از خط دروازه تا جلو مرتکب اشتباه شدیم. نیمه دوم نفت اصلا و ابتدا یک توپ هم روی دروازه ما نیامورد. نیمه اول هم دو توپ عادی که راحت می‌توانستیم جمعمش کنیم گل خوردیم اما دیدید که چقدر موقعیت گلزنی از دست دادیم.این باخت باید درس عبرتی برای ما باشد تا بیشتر تلاش کنیم تا در بازی‌های بعدی بهتر نتیجه‌گیریم.

سرمربی صبا افزود: نیمه دوم ۶-۷ موقعیت عالی را از دست دادیم و نیمه اول هم ۲-۳ موقعیت خوب گلزنی را از دست دادیم.

با تعویض هایمان تیم را هجومی‌تر کردیم اما وقتی بازیکن ما موقعیت

مظلومی:استقلال استحقاق سه امتیاز دیدار با ملوان را داشت

سرمربی تیم فوتبال استقلال تهران پس از کسب نتیجه مساوی با ملوان در بندر انزلی گفت: استقلال سه امتیاز این مسابقه را داشتیم.

پرویز مظلومی بعد از تساوی ۲ بر ۲ مقابل ملوان در نشست خبری گفت:بازی خیلی زیبایی بود و گل گل این بازی زده شد و موقعیت‌های زیادی به وجود آمد فکر نمی‌کنم تیمی نتواند در انزلی این همه موقعیت خلق کند اما در موقعیت‌هایمان استفاده نکردیم در زدن ضربات آخر مشکل داشتیم. به ملوان تیرگی می‌گویم، هدف ملوان کسب یک امتیاز بود که به هدفشان رسیدند.

وی افزود:از بازی بازیکنانم راضی هستم و آنچه می‌خواستیم در زمین انجام دادند اما حیف شد هم توپ بر گشت شد و تبدیل به پناثلی شد.

مظلومی در مورد اینکه گفته بود یازده نفر هم به انزلی بروند پیروز می شدیم، گفت: ملوان همیشه ملوان است و هیچ وقت نگفتم ضریف است. قبل از این بازی با هیچ رسانه‌ای قبل از این بازی مصاحبه نکردم.ملوان همیشه استقلال راذیت کرده است.

استیلی:به عشق هواداران جاتانه بازی کردیم

سرمربی تیم فوتبال ملوان انزلی گفت که مشکلات مالی داریم اما به عشق هواداران جاتانه بازی کردیم.

حمید استیلی پس از تساوی ۲ بر ۲ مقابل استقلال تهران با ابراز رضایت از کسب این نتیجه گفت:بازیکنان ما از لحاظ روحی – روانی در شرایط خوبی قرار ندارند، ما برای کنار هم جمع کردن آنها مشکلات زیادی داریم.امیدوارم که مسئولان دست به دست هم بدهند تا ملوانان کماکان مایه افتخار انزلی بمانند و خوشحالی را به خانواده‌ها تزریق کنند.

او درباره خروج زود هجیم مقابل زارع به دلیل مصدومیت گفت: شهاب کریمی در این بازی به خوبی توانست وظایفش را انجام دهد و نشان داد در شرایط خوبی قرار دارد.

سرمی ملوان درباره این که آیا علاقه‌ای به جذب مهرداد لودای دارد یا نه؟ اظهار کرد: باید شرایط را بررسی کنیم. زمانی که او آماده باشد می‌تواند گره گشای مشکلات ما باشد، اما ما از شرایط او خبری نداریم و باید آن را بررسی کنیم، اگر بتواند به ما کمک کند از حضورش استقبال می‌کنیم. او درباره بازی دادن به پویا نظری و جلال رافخایی در این دیدار نیز گفت: آنها زمانی که خوب باشند به میدان می‌روند. همان طور که دیدید جلال و پرویز اوپورا از ابتدا در ترکیب قرار گرفتند چرا که در تمرینات خوب عمل کرده بودند. در چند بازی گذشته از درویشی به عنوان مهاجم استفاده کرده بودیم و امروز رافخایی به پست اصلی‌اش بازگشت. دروازمیان ما هم سید حسین حسینی امروز نشان داد که در شرایط خوبی قرار دارد و مجدداحیا شده است.

انتقام سرخ از قهرمان؛

پر سپولیس، استقلال تهران را صدر نشین کرد



به دقیقه ۲۵، رسیده بود و کمی از حملات پرسپولیس ها کاهش پیدا کرده بود.

در دقیقه ۳۸ یک و دو مسلمان و طارمی سرخپوشان را در موقعیت خوب گلزنی قرار داد.شوت مسلمان را خسوس با کف دست برگرداند اما در ادامه سرخ ها نتوانستند از این توپ استفاده کنند تا مدافعان استقلال توپ را راهی کرنر کنند.کرنری که سرانجامی برای پرسپولیس هانداشت.

در دقیقه ۴۵ استقلای های خوزستان می توانستند بازی را به تساوی بکشانند اما نعلل مهاجمان این تیم فرصت را از آنها گرفت تا پرسپولیس ها با پیروزی راهی رختکن شوند.

پرسپولیس ها با پیروزی راهی رختکن شدند و می ها باز هم هجومی آغاز کردند.انها دست بردار نبودند و می خواستند هر طور شده با پیروزی به تعطیلات نیم فصل بروند. تنها ۴ دقیقه از بازی گذشته بود که پاس فوق العاده محسن مسلمان به طارمی او را در موقعیت تک به تک قرار داد تا طاری فرصت طلب با صبوری و البته ضربه ای حرفه ای گل دوم پرسپولیس را به ثمر برساند.

از گل دوم پرسپولیس ها به این طرف بود که به نظر کمی عطش آنها خوابید و این استقلای های خوزستان بودند که چون چیزی برای از دست دادن نداشتند شروع به حمله کردند.شکست

اخبار

لیگ برتر فوتبال؛

سیاه جامگان جدال تیم های قعر جدولی را برد

تیم سیاه جامگان مشهد جدال تیم های قعر جدولی لیگ برتر فوتبال باشگاه های ایران را از آن خود کرد.

به گزارش عصر جمعه ایرنا در این دیدار که از هفته هفدهم لیگ برتر و در ورزشگاه ثامن مشهد برگزار شد، تیم سیاه جامگان با نتیجه دو بر یک از سد استقلال اهواز گذشت اما در مکان پانزدهم جدول رده بندی باقی ماند.
آلچی سوسه در دقیقه ۵۲ و حسین را مهران در دقیقه ۶۸ برای سیاه جامگان و حمزه خذیراوی در دقیقه ۸۹ برای استقلال اهواز گلزنی کردند.
محمد اسماعیل نظری در دقیقه ۸۹ و عادل کلاه کج در دقیقه ۹۰+۴ بازیکنان تیم

استقلال اهواز با دریافت کارت قرمز از زمین بازی اخراج شدند.
شاگردان فرهاد کاظمی سرمربی تیم سیاه جامگان در این بازی با دوندگی بسیار کنترل میانه میدان را در دست داشتند و در نیمه نخست حملات بسیاری را بر روی دروازه استقلال اهواز طراحی کردند، اما درخشش لوبیز فرناندو سنگریان حریف مانع از گلزنی سیاه جامگان شد.
حملات بازیکنان سیاه جامگان در ابتدای نیمه دوم ادامه یافت تا اینکه این تیم بر روی شوت حسین کریمی و دفع ناقصی فرناندو صاحب یک موقعیت گلزنی ایده آل شد و آلچی سوسه با یک بغل پای ساده دروازه استقلال اهواز را باز کرد.
بازیکنان مشهدی هشت دقیقه بعد بر روی یک کار گروهی از جناح چپ و ضربه زامهران را به دومین گل خود دست یافتند.
دارر آستانه سومین پیروزی فصل خود قرار گیرند.
بازیکنان تیم استقلال اهواز نیز پس از دریافت دو گل، حملات پراکنده ای را بر روی دروازه سیاه جامگان طراحی کردند و در نهایت خذیراوی با استفاده از دفع ناقص محمد حسن عین افشار سنگریان تیم حریف، یکی از گل های خورده را جبران کرد اما این گل مانع از سیزدهمین شکست ای های اهواز نشد.

واکنش مازیار ناظمی به نتایج خوبی که پرسپولیس می گیرد

کم انصافی است اگر یادی از امیر خادم نکنیم

مازیار ناظمی می گوید بخش اعظمی از موفقیت این روزهای استقلال و پرسپولیس بر دوش امیر خادم بوده است.

به گزارش خبرگزاری خبرآنلاین،مازیار ناظمی رییس مرکز اطلاع رسانی وزارت ورزش و جویان پس از پیروزی پرسپولیس مقابل استقلال خوزستان یکی از امیر خاتم را دراینستاگرامش منتشر کرد.در روزهایی که پرسپولیس خوب دارد نتیجه می گیرد دیگر کسی از خادم انتقاد نمی کند.دست سال قبل او بود که با وجود مشکلات مالی زیاد برانکو را به پرسپولیس آورد تا این تیم این روزهای خوش آراش را ببیند.ناظمی در اینستاگرامش نوشته است:«خوشحالم از موفقیت های پی در پرسپولیس کم انصافی است اگر در این روزها از امیر رضا خادم یادی نکنیم که بار سخت سروسامان دادن این دو تیم را بر عهده گرفت.هرچند ممکن است مثل هر مدیری او هم اشتباه کرده باشد ولی بی تردید حضور درخشان برانکو بخشی از مدیریت خادم بوده است.این عکس دوره ایلیاس در رشته تربیت بدنی است همان روزهایی که درس دکتر گودرزی را برای غیبت های زیادش پاس نکردا ولی امروز در کنار هم برای موفقیت ورزش ایران تلاش می کنند.خسته نباشید به مدیران امروز پرسپولیس و به امید روزهای بهتر برای ورزش با تفاهم و همراهی همه مردم و دوست داران ایران عزیز»

سرمربی تیم فوتبال سپاهان:

داوران ۳ پیروزی را از ما گرفته اند

سرمربی تیم فوتبال سپاهان گفت:متأسفانه داوران در ۳ مسابقه پیروزی را از ما گرفتند و این موضوع ما را نگران می‌کند.
ایگوستیماچ پس از تساوی سپاهان مقابل ذوب‌آهن اظهار داشت:سپاهان تیم برتر میدان بود به خصوص در نیمه اول.تیم حریف از طریق ضربات آزاد و تأخیرهایی که ایجاد می‌شد گل مقصد روی ما فشار آورد. مشکلات زیادی را ۱۰ روز گذشته داشته‌ام اما با این حال خودمان را به این بازی رساندم.بازی‌های خوبی مقابل استقلال خوزستان و ذوب‌آهن انجام دادیم و به بازیکنان تبریک می‌گویم به خاطر شخصیتی که نشان دادند. با جذب پادوانی و ۲ بازیکن دیگر سپاهان متفاوت نشد به نیم‌فصل اول خوابده بود. امروز هم به عملکرد داوران معترض هستم و این نگرانی را به وجود می‌آورد از زمانی که به سپاهان امدام داوران نه تنها چیزی به ما هدیه نکرد این بار با عکس به تیم‌های مقابل کمک کردند وقتی همه اینها را کنار هم می‌گذاریم مجبور ا وضعیت تیم راضی باشم. وی در مورد تغییر و تحولات تیم و اینکه چه نمرایی به خود می‌دهد، گفت: فکر می‌کنم از مدتی که امدام تلاش کردیم همکاری و پاس کاری بازیکنان زیاد باشد و شاید این موضوع را از طریق بازی‌های متوجه شده باشیم.وظیفه ما این است تا وضعیت را ادامه دهیم و این بهترین راه فوتبال بازی کردن است. آنچه متوجه شده بودم نوع بازی کردن در ایران به این شکل است که تیم‌ها با فرستادن توپ‌های بلند تیم مقابل را تحت فشار قرار می‌دهند و این موضوع برای ما که این نوع فوتبال را انجام نمی‌دهیم مضاعفی ایجاد می‌کند من به عنوان مربی وظیفه‌ام است آن احترامی را که باشگاه دارد را بر گردانم. سرمربی سپاهان تهران به شکلی فوتبال بازی کنیم که تماشاگران از آن لذت ببرند.نتایج چیزی است که خدا می‌دهد البته اگر داوران اجازه ندهند به طور منطقی وظیفه من این نیست که در مورد کارام اظهار نظر کنم.اینکه چطور بوده و چطور شدایم را و شما رسانه‌ها باید بگویید. وانه اوله دادا. اگر فقط به نتایج نگاه کنید ما از ۱۸ امتیازی که می‌توانستیم تنها ۶ امتیاز را کسب کرد.هایم مسلماً از نتایج راضی نیستیم چون تنها ۳۰ درصد را کسب کرد.هایم اما می‌دانم قبل از من هم تنها ۲۰ درصد نتایج کسب شده است. اگر مسابقات را آنالیز کنید در ۶-۷ سال همیشه پیروزی حق ما بوده و در ۳ مسابقه داوران برد را از ما گرفتند در هر مسابقه هم ۷ شانس مسلم گل داشتیم این شانس‌ها تصادفی نبوده و با بازی خوب ایجاد کرد.ایم به همین دلیل از نتایج کارام راضی هستم.

مری تیم فولاد خوزستان:

برای بالا رفتن روحیه تیم نیاز به این ۳ امتیاز داشتیم

مری تیم فولاد خوزستان گفت: امروز بازی سادهای داشتیم و برای بالا رفتن روحیه تیم نیاز به ۳ امتیاز مقابل پدیده داشتیم.

در چارچوب هفته هفدهم لیگ برتر عصر پنجشنبه فوتبال تیم فولاد خوزستان با برتری یک بر صفر مقابل پدیده مشهد به کار خود پایان داد.
کوشش بختیار یازده مربی تیم فولاد خوزستان در پایان این دیدار اظهار داشت: ابتدا به خاطر اینکه اسکوچیچ به دلیل نزدیک بودن زمان پُرز خود توانست در نشست خبری حضور پیدا کند درخواست می‌کنم.بازی امروز خیلی خوب بود.کلا فوتبال تابند.خبری امروز شاهد بودیم.نیم‌فصل نتایج ضعیف بود و خیلی خوب.نتوانستیم نتیجه بگیریم. حالا هر برد برای ما که سه امتیاز دارد خیلی روحیه بخش است و روحیه همه ما بالا می‌رود. وی در ادامه افزود:بازی امروز برای ما ساده نبود. در حین شرایط گرفتن سه امتیاز که برای مهم است فشار زیادی روی بازیکنان ما بود به همین دلیل نتوانستیم گل های بیشتری بزنیم اما خدا را شکر که سه امتیاز را گرفتیم.این نتیجه انسجام و دوستی را در باشگاه بالا می‌برد. هر وقت شرایط اینطور باشد ما هم به ما کمک می‌کند وی در ادامه عنوان کرد: با توجه به اینکه بازیکنان ما روحیه خوبی داشتند نیمه دوم پدیده در تلاش بود تا بازنده این دیدار باشد و به همین دلیل فرصت‌های زیادی برای گل زدن به ما دادند. ما بی محبا حمله می‌کردیم و می‌توانستیم گل های بیشتری بزنیم.خوشبختانه فولاد در مسیر خوبی قدم گذاشته و امیدوارم بتواند در ادامه فصل نتایج بهتری کسب کند.مربی تیم فولاد در ادامه عنوان کرد: اسکوچیچ و ما باید از مردم عذرخواهی کنیم و امیدوارم بتوانیم در ادامه راه نتایج خوبی را کسب کنیم.سرمربی تیم فوتبال خوزستان را که در آن نام ۱۰ بازیکن مطرح شده است را به باشگاه داده است. باشگاه در تلاش است تا بازیکنان را برای بهتر شدن شرایط تیم جذب کند.

دربی تری برنده نداشت؛

تساوی «امیر» و «فرآ»



در ادامه رقابت های هفته هفدهم لیگ برتر فوتبال دو تیم تراکتورسازی و گسترش فولاد تبریز از ساعت ۱۴:۳۰ صبح دیروز به مصاف هم رفتند که این دیدار با نتیجه تساوی به پایان رسید.

به گزارش خبرنگار مهر، دو تیم تراکتورسازی و گسترش فولاد تبریز از ساعت عصر ۱۴:۳۰ دیروز در ادامه رقابت های هفته هفدهم لیگ برتر فوتبال در ورزشگاه یادگار امام(ره) تبریز به مصاف هم رفتند که این دیدار با نتیجه مساوی یک بر یک به پایان رسید.
تک گل گسترش فولادی را در این دیدار محمد ابراهیمی مهاجم گسترش فولاد که در دقیقه ۲۵ برای در تراکتورسازی رانیز دارد در دقیقه ۲۵ به ثمر رساند و گل تساوی این دیدار را نیز خالد شیععی در دقیقه ۸۰ به ثمر رساند.

بیشتر بدانیم

عزاه خانگی برای سفید کردن دندان‌ها

دو‌بار وقت آن شده که در مهمانی‌های مختلفی شرکت کنید و مرتباً عکس ببینازید. پس سفید کردن دندانهایتان ضروری است. اما پیداکردن زمان برای مراجعه به دندانپزشک،همیشه ممکن نیست و گاهی اوقات شامانی خواهید که برای کمی‌روشن تر کردن دندانهایتان،مقدار زیادی موادشیمیایی روی آنهامالید.خوشبختانه،مجبور نیستید این کار را تاجام دهید. فقط کافی است این جایگزین‌های خلگی ساده را امتحان کنید.

- خمیر پراکسید هیدروژن و جوش شیرین:** کیت آریتمن، یک دندانپزشک در نیویورک می‌گوید: جوش شیرین و پراکسید هیدروژن جزء قدیمی‌ترین راه حل‌های خانگی سفید کردن دندانها هستند. مردم از شستشوی دندانها با پراکسید هیدروژن رفیق به مدت چند تاییه، نتایج خوبی گرفته‌اند.او همچنین توصیه می‌کند که جوش شیرین و پراکسید هیدروژن را با هم مخلوط کنید تا به شکل خمیر درآید و بجای خمیر دندان معمولی، از آن استفاده کنید. چند قطرهٔ ۲ درصد را به جوش شیرین ساده اضافه کنید و آن را مخلوط کنید تا به شکل خمیر درآید. سپس روی مسواکتان بمالید و با آن، دندانهایتان را مسواک کنید. خمیر جری کورتوالا که یک دندانپزشک جوان سازی دندان در نیویورک است می‌گوید: نباید از این خمیر، هر روز و بطور مداوم استفاده کنید زیرا هر دو ماده این خمیر، خاصیت سایندگی دارند. او توصیه می‌کند که از این درمان خانگی برای ۳ تا ۴روز استفاده کنید و سپس قبل از استفاده مجدد، ۶ تا ۸ ماه صبر کنید.
- خمیر توت‌فرنگی:** کورتوالا می‌گوید: توت‌فرنگی حاوی اسید مالیک است که برای پاک کردن لکه‌های قهوه، شراب قرمز و چای از روی دندانها، فوق العاده است. یک با دو عد توت فرنگی را له کنید و حدود یک قاشق چایخوری جوش شیرین به آن اضافه کنید. با استفاده از مسواک کودکان که به باعث می‌شود دسترسی بهتری به فواصل بین دندانها داشته باشید) این مخلوط را بمدت ۷ تا ۵ دقیقه روی دندانهایتان بمالید (پس از شستشو) با استفاده از آن دندان، تمام لکه‌های توت فرنگی موجود در فواصل بین دندانها را خارج کنید. در این مورد، هر چش از حد از این خمیر استفاده کنید. اسید موجود در خمیر می‌تواند باعث ساییده شدن دندان‌ها شود و در نهایت آنها را بیشتر مستعد لکه شدن کند. بنابراین از این درمان، هر روز استفاده نکنید.
- مالیدن موز:** کورتوالا می‌گوید: شما می‌توانید از قسمت داخلی پوست موز که سرشار از پتاسیم، منیزیم، منگنز و دیگر مواد معدنی است، برای سفید کردن دندانهایتان استفاده کنید. این مواد معدنی با ارزش در موز، جذب مینای دندانهای شما می‌شوند و اثر سفید کنندگی دارند. او توصیه می‌کند: بعد از مسواک زدن و دندان کشیدن، یک موز رسیده را پوست کنید و قسمت داخل پوست را به مدت ۵ دقیقه روی دندانهایتان بمالید. سپس دهان را بشویید و قبل از خواب نیز این کار را تکرار کنید.
- شستشو با سرکه سیاه:** کورتوالا می‌گوید که سرکه سیب رفیق کمک می‌کند تا قدرت لکه بری هر خمیر دندانپا بیشتر شود. او توصیه می‌کند که سرکه سیب را رفیق کنید یعنی سه قسمت آب را به یک قسمت سرکه سیب اضافه کنید و سپس آن را با یک خمیر دندان کاملاً طبیعی، مخلوط کنید و طبق معمول مسواک بزنید.

۵. خمیر خبز نارگیل: شستشوی دهان با روغن، به لطف افراد مشهوری مانند گوئیتا پاترو و دیان وودلی که این کار را تاجام می‌دهند، بسیار متداول شده است. وین پری، مدیر عامل و رئیس توسعه محصول Greensations (برندی که فقط محصولات کاملاً طبیعی می‌فروشد) می‌گوید: روغن نارگیل حاوی اسیدهای چربی است و وقتی با بزاق انسان تماس پیدا می‌کند، به آنزیم‌های سفید کننده دندان تجزیه می‌شوند. ترکیب بزاق شما و این اسیدهای چربی، یک مولکول اکسیژن تولید می‌کند که لکه روی دندان را برطرف می‌کند. این رادیکال آزاد که سفید کننده، یک واکنش شیمیایی ایجاد می‌کند که لکه‌ها را با مسواک زدن و شستشو از بین می‌برد. اما چرخاندن روغن در دهان بمدت ۲۰ دقیقه، برای همه خوشایند نیست. پری به جای آن یک دستور خوش روغن نارگیل را در اختیار شما می‌دهد. است پیچانده می‌کند. اول، یک فنجان روغن نارگیل را گرم کنید تا مایع شود. سپس دو قاشق چایخوری جوش شیرین و ۵ تا ۱۰ قطره اسانس طبیعی نعنایع به این مایع اضافه کنید و مخلوط کنید. این نعنای، خاصیت خوشبو کنندگی و ضد میکروبی دارد و لثه‌های شما را سالم نگه می‌دارد.

۶.خمیر زغال چوب: جوزف بنگر، یک دندانپزشک در نیوجرسی می‌گوید: زغال چوب فعال یکی از جدیدترین اصطلاحات پر سر و صدای امروزی است زیرا فاود سم زدایی دارد. معلوم شده است که این ماده، یک راه حل خانگی عالی برای سفید کردن دندانها می‌باشد. او توضیح می‌دهد که این لانه‌ها، بسیار متخلخل هستند و قبل از اینکه باکتری، دندانها را لکه کند به باکتری می‌چسبند.او می‌گوید: زغال چوب را با مقدار کمی آب مخلوط کنید و به آرامی روی تمام سطوح دندانها بمالید. بنگر تأیید این زغال چوب فعال بمدت ۲ دقیقه روی دندانهایتان بماند و سپس تا زمانیکه تمام زغال چوب از دندانها پاک شود، دهان را با آب بشویید.

علمه- فناوری

ساخت کوچک ترین شارژر سولر سوختنی جهان محققان سوئدی برای حل معضل عدم دسترسی به برق در نواحی دورافتاده،دست به ساخت کوچکترین شارژر سولر سوختنی جهان زده‌اند که براحتی درون جیب یا کیف قرار می‌گیرد. پیش از این شرکت‌های SiGna Chemistry و myFC شارژر سوخت سولر یاباری PowerTrekک را تولید کرده بودند اما با وجود این که یک دستگاه دستی و قابل حمل است، اما دارای اندازه بزرگی است. اکنون فناوری JAQ شرکت myFC این مشکل را حل کرده‌است. هر دو دستگاه PowerTrek و جانشین قدرتمندتر آن از شکل بلوک مانند برخوردارند و دارای یک باتری لیتیوم یونی هستند که توسط یک سلول سوخت هیدروژن داخلی شارژ می‌شود.این سلول در عوض با آب و صفحه‌های قابل تعویض سیلیکون سدیم کار می‌کنندر می‌مقایسه،سلول سوختنی پنج ولت یک آمپر۱۵۰تقریباً به اندازه‌ی شکل یک تلفن همراه هوشمند بوده و از باتری‌های قابل حمل فوق نازک نیزو می‌گیرد که به آسانی با آب و نمک بارگداری می‌شوند. هنگامی که یکی از آن باتری‌ها در سلول سوختی بارگداری می‌شود،هیدروژن تولید می‌شود و JAQ شروع به شارژ تلفن یا تبلت کاربر می‌کند؛اگر چه این باتری‌های فوق نازک ۱۸۰۰ میلی آمپر به ساعت، از مواد بازیافت شده ساخته شده‌اند، متأسفانه آنها برای شارژ تنها یک تلفن ساخته شده‌اند و پس از استفاده باید دور انداخته شوند.شرکت JAQ ادعا می‌کند که رانداگذاری اولیه JAQs در حال حاضر انجام شده و بخش عمده راه اندازی آن به زودی انجام می‌شود. قیمت اولیه این دستگاه ۵۰۳٫۵ دلار اعلام شده است.



ابعاد روشی کم‌هزینه برای تولید نانوذرات فلزی با روشی کم‌هزینه
محققان دانشگاه شهیدبهبشتی در تحقیقات خود، اقدام به تولید نانوذرات فلزی با خواص نوری ویژه و قابل کاربرد در علم مواد، لیزر و فناوری ارتباطات کرده‌اند. روش استفاده شده در این تحقیق می‌تواند به عنوان یک مسیر جایگزین برای تهیه نانوذرات باشد که در مقایسه با سایر روش‌های رایج، ساده‌تر و ارزان‌تر، علاوه بر افزایش راندمان و سرعت تولید، حذف محصولات جانبی را در تولید نانوذرات در پی خود دارد.
دکتر سید سعید حسینی داری، یکی از اعضای هیأت علمی دانشگاه شهید بهشتی و از محققان طرح اظهار کرد: با توجه به رشد روزافزون فناوری ارتباطات فلزی و اکسیدهای آن‌ها در علوم مختلف در سال‌های اخیر، سنتز و طراحی آن‌ها، مواد نیز با رشد وسیعی روبرو شده است. تا کنون روش‌های مختلفی از جمله روش‌های رادیویی، تجزیه گرمایی، تجزیه شیمیایی و غیره برای ساخت نانو فلزی و نانوکامپوزیت‌ها به کار رفته است. اما در مقایسه با روش سنتز نانوذرات فلزی با روشی کم‌هزینه و با سرعت بیشتر جهت سنتز نانوذرات اکسید فلزی بوده است.
رای این منظور از روش سونوالکتروشیمی استفاده شده است.

شربت عسل: از سم زدایی بدن تا کاهش وزن



مصرف روزانه ی آن برای بدن لازم و فوق العاده است و همه ی ما به این امر مهم واقف هستیم. تمام متخصصان حوزه ی سلامت تأکید زیادی در مصرف روزانه ی آن دارند که یکی از مایعات مفید و محرک عملکرد ارگان های بدن محسوب می شود. اما برای خیلی از افراد خوردن آن خالی خوشایند نیست. غافل از اینکه روش های متعددی برای مصرف آن وجود دارد و یکی از بهترین روش ها اضافه کردن مقداری عسل و تهیه ی شربت آن است. این ماده ی غذایی فوق العاده یکی از ترکیبات طبیعی و سرشار از خواص برای سلامتی است. عسل یکی از شناخته شده ترین مواد غذایی شیرین در سرتاسر جهان است که از دوره ی باستان تاکنون مورد استفاده قرار گرفته است. این ماده ی غذایی خاصیت درمانی دارد و در ترکیب بسیاری از داروهای سنتی استفاده می شود. امام علی علیه السلام در مورد عسل می گویند: *«عسل شفاء من کل داء و لا داء فیه یقل البَلغم و یَجَلو القلب»*. عسل شفا ی هر بیماری است و هیچ بیماری در آن نیست، بلغم را کم و قلب را جلا می دهد.

شما می توانید با حل کردن عسل در مقداری آب یک شربت خوش طعم و صددرد

طبیعی و البته معجزه گر تهیه کنید. با همین کار ساده خدمت زیادی به ارتقای سلامتی و پیشگیری از برخی بیماری های کمید. در این مطلب در خصوص اثرات مثبت مصرف روزانه ی شربت عسل در بدن صحبت می کنیم. لطفاً با ما همراه باشید.

شربت عسل: پایان بخش مشکلات معده

درست است که نوشیدن ترکیب آب و عسل یک روش مؤثر برای افزایش آب مصرفی و مرطوب نگه داشتن بدن است، اما همین کار ساده باعث دفع بسیاری از بیماری ها و مشکلات روزمره نیز می شود. التهاب شکم و گاز جزو مشکلات رایج و البته آزاردهنده هستند. در اکثر موارد این مشکلات ناشی از حالت اسهال دینته ی بدن هستند که در نتیجه ی تغذیه ی نامناسب حاصل می شود. برای مقابله با این مشکلات می توانید یک قاشق عسل را با یک لیوان آب مخلوط کرده و میل کنید. این کار باعث خنثی شدن گازها و پایان بیشخین به این مشکل خواهد شد.

شربت عسل و تقویت سیستم ایمنی بدن

ترکیب عسل با آب ولرم یعنی تهیه یک نوشیدنی انرژی زای طبیعی. این شربت باعث افزایش و بهبود راندمان جسمی و روحی می شود.

حساس و آسیب پذیر بودن سیستم ایمنی بدن به معنی ابتلا به بیماری های تنفسی و انواع بیماری های عفونی است که بر اثر میکروارگانیسم ها بروز می کنند. یک روش ساده و مؤثر برای تقویت سیستم ایمنی بدن ترکیب شربت طبیعی آب ولرم است.

عسل حاوی آنزیم ها ویتامین ها و مواد معدنی است که به حذف باکتری های مضر کمک می کند. بدون اینکه به فلور روده آسیب وارد کرده باشد. علاوه بر این عسل مانند یک آنتی بیوتیک طبیعی عمل می کند و حاوی آنتی اکسیدان های قوی است که به تازکر کردن رادیکال های آزاد کمک زیادی می کنند. بنابراین اگر می خواهید قدرت دفاعی بدنتان را بالا ببرید نوشیدن شربت عسل روزانه شربت عسل دوش جان کنید.

شربت عسل برای سم زدایی از بدن

مخلوط آب ولرم و عسل یکی از بهترین مایعات طبیعی برای دفع مواد زائد از بدن هستند. در واقع عمل دفع این مواد زائد به سم زدایی بدن منجر شده و کلون را پاکسازی و عملکرد

شربت عسل: از سم زدایی بدن تا کاهش وزن

آن را بهبود می دهد. علاوه بر این افزون مقدار کمی آب لیمو ترش نیز به این شربت باعث افزایش میزان ارادر شده و سلامت دستگاه ادراری را بالا می برد.

شربت عسل برای کاهش وزن

این تصور وجود دارد که عسل ماده ی غذایی مناسبی برای افرادی که در آرزوی رسیدن به تناسب اندام هستند نیست؛ چون طعم شیرینی دارد، اما باید گفت که عسل یک شیرین کننده ی در صد طبیعی است که در مقایله با قندهای سفید و تصفیه شده حاوی مواد مغذی سالم برای بدن می باشد. نوشیدن یک لیوان شربت عسل میل خوردن میان وعده های شیرین و فاقد ارزش غذایی را کاهش می دهد و به این ترتیب حدود ۶۴ درصد کالری کمتری دریافت می کنید.

کاهش مصرف این میان وعده ها که حاوی قند تصفیه شده هستند روند کاهش وزن را سرعت می دهد. با این حال نمی توانید در کنار شربت عسل پر خوری نیز بکنید و انتظار داشته باشید لاغر شوید. کاهش وزن و رسیدن به تناسب اندام در نتیجه ی اصلاح رژیم غذایی و فعالیت بدنی است. بنابراین نمی توان از هیچ ماده ی غذایی انتظار معجزه داشت.

ترکیب عسل با آب ولرم یعنی تهیه یک نوشیدنی انرژی زای طبیعی. این شربت باعث افزایش و بهبود راندمان جسمی و روحی می شود. این نوشیدنی برای تأمین آب بدن مؤثر است و به دلیل دارا بودن قندهای طبیعی و کربوهیدرات ها بدون هیچ عارضه ی ثانوی باعث افزایش انرژی می شود.

عسل مانند یک آنتی بیوتیک طبیعی عمل می کندو حاوی آنتی اکسیدان های قوی است که به تازکار کردن رادیکال های آزاد کمک زیادی می کنند. بنابراین اگر می خواهید قدرت دفاعی بدنتان را بالا ببرید توصیه می کنیم روزانه شربت عسل نوش جان کنید.

شربت عسل برای تسکین گلودرد

خواص آنتی بیوتیکی عسل برای مقابله با بسیاری از باکتری ها که در ناحیه ی گلو عفونت ایجاد می کنند و همچنین عامل آلرژی ها هستند مفید است. به همین دلیل است که در شربت انواع شربت های گیاهی و طبیعی ضد سرفه از این ماده استفاده می شود. عسل تسکین دهنده و ضد ویروس است که برای مقابله با سرفه و سرماخوردگی مؤثر عمل می کند. عسل یک ماده ی محافظت کننده است و آب ولرم باعث کاهش تحریکات و سوزش می شود. شربت عسل این دو شما را از گلودرد خلاص می کنند. اکنون که روزهای سرد فرا رسیده و سرماخوردگی و گلودرد گریبان خیلی ها را گرفته است مصرف این شربت خالی از لطف نیست.

شربت عسل برای مقابله با بیماری های قلبی

این شربت طبیعی تأثیر زیادی روی سلامت سیستم قلب و عروق دارد. چون حاوی فلاونوئیدها و دیگر ترکیبات آنتی اکسیدانی است که از اکسایش کلسترول بد در رگ ها ممانعت کرده و از بروز گرفتگی عروق یا تصلب شرایین پیشگیری می کند. این تأثیر باورکردنی شربت عسل برای کاهش فشارخون و سکتته ی مغزی مفید است. بنابراین برای افزایش سلامت قلب و مغزتان از حالا به شربت عسل و با مصرف مواد غذایی و نوشیدنی های سالمی مانند شربت عسل بدنتان را زمین سازی کنید.

نانوذرات اکسید فلزی با روشی کم‌هزینه ساخته شد

مقدار زیادی افزایش می‌دهد به همین دلیل در مقایسه با سایر روش‌ها در این روش می‌توان با سرعت بالاتر و راندمان بیشتر محصول را تولید کرد.

سید حسینی داورانی عنوان کرد: نانوذرات تولید شده در این طرح، به دلیل ویژگی‌های نوری مبعد بفرود خود، قابلیت کاربرد در علم ساخت لیزر، فناوری ارتباطات، حسگرهای فلورسانسی، ترازینستورها، تجزیه‌ی ریزستی و غیره دارند.

این محقق در توضیح کامل‌تر نتایج حاصل شده بیان کرد: در مقایسه تأثیر هم‌رزن مکانیکی با شدت بالا و کاربرد امواج فراصوت مشخص شد که ذرات نانوساختار تنها در حضور امواج فراصوت تشکیل می‌شوند. از طرفی بررسی خصوصیات فیزیکی این نانوذرات سنتر شده به کمک دستگاه‌های سنجی ملواره بنفش و نور مرئی و نیز دستگاه فوتولومینسانس صورت گرفت. نتایج حاکی از این بود که با کوچک شدن اندازه ذرات طیف جذب و نشر نانوذرات به سمت امواج الکترو مغناطیس با انرژی بیشتر و طول موج‌های کوتاه‌تر جلیجا می‌شود.

وی ا ادامه داد: در روش مورد استفاده در این طرح، تابش امواج فراصوت نقش کلیدی در سنتز ترکیبات با ساختار نانو دارد. در واقع، هنگامی که امواج فراصوت در سیستم به کار گرفته می‌شود، حباب‌های تولید شده به صورت نامتوازن متلاشی می‌شوند. این نوع متلاشی شدن نامتوازن باعث تشکیل میکروجت‌هایی با سرعت بالا در مایعات و نیز امواج شوک با سرعت بالا در ذرات جامد می‌شود.

در افزود: در نتیجه برخوردهایی بین ذراتی ایجاد می‌شود که بر اثر آن ذرات ریزتر شده و ترکیبات نانوساختار تشکیل می‌شود.

سید حسینی داورانی تأکید کرد: از آنجا که عوامل مختلفی در روش سونوالکتروشیمی بر روی اندازه ذرات مؤثر هستند، به همین منظور در تحقیقات تکمیلی، تأثیر دانسیته جریان بر روی اندازه ذرات مورد بررسی قرار گرفته است که مقاله این کار در حال حاضر پذیرفته شده و در دست چاپ است.

دکتر سید سعید حسینی داورانی، دکتر مصطفی محمدپور امینی، اعضای هیات علمی دانشگاه شهید بهشتی، دکتر اکرم شهرجردی فارغ التحصیل دکتری شیمی تجزیه و دکتر عزت ـ جی نجفی فارغ التحصیل دکتری و پسا دکتری شیمی معدنی از این دانشگاه در انجام این طرح همکاری داشته‌اند.

توسط محققان کشور صورت گرفت؛

ترمیم سریع سوختگی درجه ۳ با زخم پوش‌های نانویی

محققان ایرانی با فناوری نانو موفق به تهیه زخم پوش هایی با قابلیت ترمیم سریع زخم های عمیق شدند.

حامد دلامی، برگزیده هفدهمین جشنواره جوان خوارزمی با عنوان طرح پژوهشی «بررسی ویژگی های زیستی و کاتالیزوری نانوساختارهای حاوی آلزینات و پلی پورتان» گفت: این طرح متشکل از دو بخش اصلی است که در بخش نخست به تهیه مواد پلیمری بر پایه نانو ساختارهای پلی پورتان و آلزینات و بررسی کاراییهای زیستی ترکیبات حاصل در مهندسی بافت رگ، مهندسی بافت پوست، جذب آلایندہ های زیستی و دارویی و سامانه های تحویل سلول و دارو پرداخته شدوی ادامه داد: در بخش دوم به تهیه و بررسی ویژگی های چند نانو کاتالیزیمی پیر از جمله «پلی پورانی»، «مک های آلزینات»، «آلزینات»، «آلزینات اسید» و «نوذرات مغناطیسی آلزینات» پرداخته‌یم. گفته دلامی، امکان کاربرد الاستومرهای پلی پورتانی برپایه آلزینات به عنوان سرخرگ مصنوعی با خواص مکانیکی برجسته، تهیه زخم پوش های با قابلیت ترمیم سریع زخم های عمیق و زخم های حاصل سوختگی درجه سه، ساماندی میکروژل‌ی تریزیئی هوشمند برای بازگیری دارو با سلول از نتیجه این طرح به شمار می رودنوی اظهار داشت: همچنین حذف سریع و موثر آلایندہ های زیست محیطی از جمله مهم ترین نواوری ها و نتایج بخش اول این پژوهش محسوب می شودوی افزود: پلی پورتان ها یکی از مهم ترین پلیمرهای مورد استفاده در دنیا هستند ولی کمالات آن‌ها مواف نغتی به دست می آیند و ما تلاش کردیم در پروژه خود قسمتی از این مواد نفتی را با مواد طبیعی جایگزین کنیم به این ترتیب یک پلیمر طبیعی به نام آلزینات که از جلبکها که به دست می آید جایگزین قسمت قابل توجهی از مواد نفتی شدوی با اشاره به استفاده از آلزینات در داخل مواد سازنده زخم پوش ها گفت: این زخم پوش علاوه بر جلوگیری از ورود آلایندہ ها به داخل زخم، به روند ترمیم سریع زخم های عمیق و زخم های حاصل از سوختگی های درجه سه کمک می کند.



علمی وسلامت

توصیه‌ها و هشدارها

توصیه‌ها و هشدارها

نایب نگاه داشتن قند خون:

غذاهایی که سریع قند را پایین می آورند

احتمالا قیلا هم شنیده‌اید که نایب نگاه داشتن قند خون مهم است، اما احتمالا نمی‌دانید که چرا و چگونه.

همه چیز با هضم شروع می‌شود

غذایی که ما می‌خوریم هضم شده و به مواد مغذی ضروری از جمله گلوکز، که بدن می‌تواند از آنها بعنوان سوخت استفاده کند تجزیه می‌شود. انسولین که توسط لوزالمعده ترشح می‌شود، هورمونی است که به گلوکز کمک می‌کند به سلول‌ها وارد شده و بعنوان سوخت استفاده شود.

سطح گلوکز خون در طول روز، معمولا یک الگوی موج دارد. مقدار گلوکز، درست پس از اینکه وعده‌ی غذایی‌تان هضم شد افزایش یافته و چند ساعت بعد، قبل از وعده‌ی غذایی بعدی‌تان کاهش پیدا خواهد کرد.مطلوب این است که این الگوی موج، نایب نگاه داشته شود. یعنی اینکه نقطه‌ی اوج و نقطه‌ی فرود قند خون شما، باید در دامنه‌ای معین قرار داشته باشد. خارج از این دامنه‌ی ایده آل، افزایش و کاهش قند خون می‌تواند با علامتی همچون ضربان نامنظم، خستگی، غلظت خون، تیرعرق، و یا حتی بیهوشی همراه باشد. درست است که این اتفاقا می‌تواند با مصرف گلوکزهای مایع (در موارد افت قند خون) و یا داروهای همچون انسولین (در موارد افزایش قند خون) به سرعت اصلاح شود، اما اگر این اتفاقات، مدام تکرار شوند، در طولانی مدت باعث ایجاد مشکلاتی خواهند افتد و افزایش‌های ناگهانی قند خون در طولانی مدت، می‌تواند به عروق قلب، کلیه، چشم‌ها و سیستم اعصاب شما آسیب وارد کند.

چه غذاهایی قند خون را افزایش می‌دهند؟

عصدا هر چیزی که در بدن به گلوکز تجزیه شود قند خون را افزایش خواهد داد. بعنوان مثال حبوبات، لبنیات، میوه‌ها و برخی از سبزیجات چربی‌ها به خودی خود بر گلوکز خون تأثیری نمی‌گذارند و تأثیر پروتئین هم بسیار ناچیز است.

یک راه برای مقایسه‌ی اینکه غذاها چگونه بر سطح گلوکز خونتان تأثیر می‌گذارند، یک سیستم اندازه گیری بنام شاخص قند یا GI است. شاخص قند، تأثیری که آن غذا بر سطح قند خون می‌گذارد را اندازه گیری، و آن را با همان مقدار قند مقایسه می‌کند.محدوده‌ی این اندازه بین ۰ تا ۱۰۰ است، که ۱۰۰ را بیشترین مقدار، تأثیر قند خالصی بر خون را دارد. غذاهایی با شاخص قند پایین (کمتر از ۵۵) باعث خواهند شد افزایش قند خونتان آرام‌تر و کمتر باشد. این غذاها را نان‌های کامل، کورن فلکس‌های پر فیبر، حبوبات، آغلب میوه‌ها، و شیر تشکیل می‌دهند. غذاهایی که شاخص قند بالایی دارند (بیشتر از ۷۰) می‌توانند باعث افزایش سریع و بیشتر سطح قند خون شوند. این غذاها شامل نان سفید، نوشیدنی‌های ورزشی، برخی از کورن فلکس‌ها و بعضی از میوه‌های شیرین خواهد بود.

افزون مواد غذایی هضم آهسته

بعضی از مواد غذایی به هضم آهسته کمک می‌کنند، بدین معنی که گلوکز به آرامی توسط جریان خون جذب شده و سطح قند خون بطور گامانی افزایش پیدا نخواهد کرد. این مواد غذایی را فیبرها و پروتئین‌ها و چربی‌ها تشکیل داده‌اند. بعنوان مثال، اگر بجای خوردن آمبیوه یک میوه‌ای کامل بخورید، فیبر اضافه شده که بواسطه‌ی خوردن میوه‌ی کامل به بدنتان رسیده، کمک خواهد کرد تا قند خون به آرامی افزایش یابد.

بدین ترتیب، نباید غذاهایی که شاخص قند بالایی دارند را کاملا حذف کنید، بلکه ایده‌ی بهتر این است که آنها را با غذاهایی که شاخص قندشان پایین است، ترکیب کنید. بعنوان مثال بعضی از کورن فلکس‌ها شاخص قند بالایی دارند، اما هنگامی که به آنها شیر اضافه می‌کنید، پروتئین و چربی شیر به کند شدن فرایند هضم آن وعده کمک کرده و شاخص قندشان را پایین می‌آورد.

خوردن در زمان مناسب

زمان بندی وعده‌های غذایی‌تان هم به جلوگیری از افت و افزایش ناگهانی قند خون کمک خواهد کرد. حتما صبحانه را بخورید، چرا که صبح‌ها قند خون شما در پایین‌ترین سطح قرار خواهد گرفت. صبحانه را بخورید، زیرا که شاخص قندشان پایین است، ترکیب کنید. بعنوان دارد، صبحانه نخوردن بدین معنی است که قند خونتان همچنان پایین خواهد ماند، و عملا انتقدر پایین هست که علائم افت قند خون در شما پدیدار شود. همچنین در طول روز هم بصورت منظم وعده‌های غذایی داشته باشید چرا که زمان زیادی غذا نخوردن باعث افت قند خون خواهد شد.

تنها راه برای کاهش قند خون (در شخصی که دیابت ندارد) این است که صبر کند. ورزش کردن هم می‌تواند به این فرایند سرعت دهد، چرا که هنگام فعالیت‌های فیزیکی، بدن شما برای تأمین انرژی از گلوکز استفاده می‌کند.

تست سطح گلوکز

اگر نگران سطح قند خونتان هستید، تست سریع گلوکز روشی است که به توصیه‌ی پزشکان می‌توانید با استفاده از آن قند خونتان را تحت نظر داشته باشید. بعلاوه تست دیگری بنام Hemoglobin A1c نیز وجود دارد. این تست اندازه خواهد گرفت که در سه ماه گذشته قند خونتان چقدر خوب کنترل شده‌است.

اگر دیابت تشخیص داده شود، حتما باید با دکترتان درباره‌ی کنترل قند خونتان توسط داروها و یا اگر احتیاج بود، انسولین، صحبت کنید. همچنین می‌توانید با یک متخصص تغذیه نیز صحبت کنید تا توجه به شاخص قند غذاها، یک برنامه‌ی غذایی مختص شما تدوین کند.

آسمی ها باید آنفلو آنزا را جدی تر بگیرند



شاید فکر کنید آنفلوآنزای شما فرقی با دیگران ندارد، اما شما به عنوان یک مبتلا به آسم، باید آنفلوآنزا را بسیار جدی تر بگیرید. آنفلوآنزا برای شما نسبت به سایر افرادی که ریه های سالمی دارند، ملاحظات خاصی را در برمی گیرد.

ویروس آنفلانزا موجب التهاب و تورم ریه ها شده و ممکن است علائم آسم را تشدید نماید.بمانند:

-خس خس سینه
-گرفتگی قفسه سینه
-تنگی نفس
-سرفه مزمن

همچنین آنفلوآنزا می تواند منجر به ذلت الریه و مشکلات دیگر تنفسی شود و عفونت تنفسی هم برای فرد مبتلا به آسم بسیار خطرناک تر است تا برای کسی که آسم ندارد. در حقیقت، احتمال این که کودکان و بزرگسالان مبتلا به آسم در زمان شیوع آنفلوآنزا به دلیل بیماری های تنفسی حاد در بیمارستان بستری شوند بسیار بیشتر است نسبت به بیمارانیه که آسم ندارند.

بجز یکی دقیق روند درمان آسم، بسیار مهم و کلیدی است. همین طور راهکارهای اضافی دیگری که باید در زمان شیوع آنفلوآنزا در پیش بگیرد ضرورت دارد.

وقتی آسم و آنفلوآنزا دارید چه مالدایی با انجام دهید؟

پزشکان، آنفلوآنزا را با دسته ای از داروها به نام آنتی ویرال ها با ضدویروس ها درامی می کنند.اگر آنفلوآنزا بگیرد، این داروها در کاهش خطر بدتر شدن آسم مهم هستند.می توانند از بیماری های شدیدتر مانند ذلت الریه پیشگیری نمایند. ضدویروس ها تنها با تجویز پزشک در دسترس شما قرار می گیرند.

همه آسمی ها که مشکوک به داشتن آنفلوآنزا هستند و یا کسانی که تست تشخیصی آنفلوآنزای شان مثبت بوده، باید داروهای ضدویروس را مصرف کنند. بسته به شیوع آنفلوآنزا در محیط نان، ممکن است پزشک یکی از این داروها یا تا ترکیبی از آنها را که در دسترس هستند برای نان تجویز نماید.

-اوستامویر

-زانامویر

-ریمتامیدین

آیا احتما باید دارو مصرف کنم؟ نمی توانم صبر کنم تا بهتر شوم؟

به طور کلی، همه آسمی ها که مشکوک به داشتن آنفلوآنزا هستند و یا کسانی که تست تشخیص آنفلوآنزای شان مثبت بوده، باید داروهای آنتی ویرال یا ضدویروس را مصرف کنند. بر خلاف آنهایی که آسم ندارند، شامی توانبد از داروهای ضدویروس بهره ببرید، حتی اگر ۴۸ ساعت بعد از ظهور علائم، آنفلانزا تشخیص داده شود. به محض این که نسبت به این بیماری مشکوک شدید به پزشک مراجعه کنید.اگر آسم دارید و اکسن نزده اید، ممکن است پزشک این توصیه کند به محض تشخیص آنفلوآنزا این واکنش را دریافت کنید.

اگر در نزدیکی فرد مبتلا به آنفلوآنزا باشم، می توانم پیشگیری کنم؟

بیماران مبتلا به آسم اگر در نزدیکی فردی که آنفلوآنزا دارد هستند، می توانند داروهای ضدویروس را که در بالا نام برده شده اند مصرف کنند تا از ابتلا به آنفلوآنزا پیشگیری نمایند. که به این کار شیموروفیلاکسی یا اقدام پیشگیرانه می گویند. بر خلاف شیوه ای که در خود در مان وجود دارد، اگر بیشتر از ۸ ساعت گذشته باشد پزشک برای نان شیموروفیلاکسی در نظر نمی گیرد، بنابراین به محض این که در معرض این ویروس قرار گرفتید به پزشک مراجعه کنید. به احتمال زیاد به مدت ۱۰۰ روز تا هفته باید دارو مصرف کنید و تحت ملوا باشید. شیموروفیلاکسی احتمال ابتلا به آنفلوآنزا را کاهش می دهد، اما کمالات این احتمال را صفر نمی کند. بنابراین اگر بعد از این اقدام پیشگیرانه، هر گونه علامتی از آنفلوآنزا را داشتید به پزشک مراجعه نمایند.

شنبه—دوازدهم دی‌ماه ۱۳۹۴ - سال هجدهم - شماره ۳۹۰۳

مهاجرت به کلانشهرها چرا و چگونه به وجود می آید؟

از رویای کسب ثروت تا رسیدن به زاغه‌نشینی



پایین آمدن ارزش کار کشاورزی و روستایی و البته کمبود شغل، درآمد و امکانات رفاهی ازجمله دلایل میل افراد به مهاجرت و ترک دیوار و روستای آنها است.

در سال های اخیر پدیده مهاجرت از روستاها به شهرها، به امری عادی و البته مورد علاقه جوانان بدل شده است تا جایی که بسیاری از جوانان روستایی در تلاش هستند برای بهبود شرایط زندگی خویش و یا تحقق رویای ثروتمند شدن باز سفر بسته و به کلان شهر ها نقل مکان کننددر کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه پدیده مهاجرت وجود دارد، اما نتیجه مهاجرت از روستا به شهرها گاه‌ا‌ها نتایج تاسف برانگیزی همچون نابودی شهرها و به وجود آمدن مشکلات متعدد برای ساکنان کلان شهرها را به همراه دارد. در ایران این پدیده در گروه مهم ترین مسایلی اقتصادی و اجتماعی است و می توان عنوان کرد که بروز نابسامانی های متعدد، کم کاری و بیکاری کمبود فضای زیستی و آموزشی و… از جمله تبعات منفی است که مهاجرت از روستاها به شهرها یا خود به همراه دارند.

فرار از بیکاری و مهاجرت

یک کارشناسان اقتصادی با بیان اینکه مهاجرت به نوعی نتیجه فرار از بیکاری است، می گوید: «هزینه فرصتی که یک روستایی دارد کلید و عامل اصلی مهاجرت از روستا به شهر محسوب می شود، فرد مهاجر محاسبه می کند در این هجرت، چه چیزی به دست می آورد و چه چیزی از دست می دهد، وی افزودیک روستایی در مهاجرت، زمین، خانه و روابط اجتماعی و اگر کارگر ساده باشد دستمزدش را از دست می‌دهد، اما او انتظار دارد در شهر درآمد بیشتری کسب کند و یک درآمد انحصاری در نظر دارد و برای رسیدن به همان مهاجرت می کند. در واقع نرخ اشتغال مقصد ضریر، دستمزد واقعی، درآمد انحصاری را به دست می آورد، در نتیجه اگر فاصله دستمزد حقیقی از مبلغ دریافتی انحصاری در مقصد بیشتر باشد مهاجرت بیشتر می شود و در این خصوص باید هزینه فرصت را افزایش دهیم تا مهاجرت گران تمام شود، به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان ، کارشناس اقتصادی به خصوص اینکه چرا تهران آمل مهاجران است، اظهار داشت: میان مهاجرت به شهرهای بزرگ و رکود اقتصادی رابطه مستقیمی وجود دارد. علت اصلی مهاجرت برخلاف آن چه در عوام رایج است، کمبود یک کارشناسان اقتصادی با بیان اینکه مهاجرت به نوعی نتیجه فرار از بیکاری است، می گوید: «هزینه فرصتی که یک روستایی دارد کلید و عامل اصلی مهاجرت از روستا به شهر محسوب می شود، فرد مهاجر محاسبه می کند در این هجرت، چه چیزی به دست می آورد و چه چیزی از دست می دهد، وی افزودیک روستایی در مهاجرت، زمین، خانه و روابط اجتماعی و اگر کارگر ساده باشد دستمزدش را از دست می‌دهد، اما او انتظار دارد در شهر درآمد بیشتری کسب کند و یک درآمد انحصاری در نظر دارد و برای رسیدن به همان مهاجرت می کند. در واقع نرخ اشتغال مقصد ضریر، دستمزد واقعی، درآمد انحصاری را به دست می آورد، در نتیجه اگر فاصله دستمزد حقیقی از مبلغ دریافتی انحصاری در مقصد بیشتر باشد مهاجرت بیشتر می شود و در این خصوص باید هزینه فرصت را افزایش دهیم تا مهاجرت گران تمام شود، به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان ، کارشناس اقتصادی به خصوص اینکه چرا تهران آمل مهاجران است، اظهار داشت: میان مهاجرت به شهرهای بزرگ و رکود اقتصادی رابطه مستقیمی وجود دارد. علت اصلی مهاجرت برخلاف آن چه در عوام رایج است، کمبود

حوادث

مادر سنگدل نوزاد ۱۷ ماهه‌اش را با ۵۰ ضربه چاقو کشت

شورای اعطای آزادی مشروط بار دیگر حکم کرد که تریسی کلنلی پس از جنایت هولناکی که در سال ۲۰۰۷ علیه نوزادش انجام داد، هنوز برای جامعه خطرناک است.

به گزارش باشگاه خبرنگاران ، «شورای اعطای آزادی مشروط» با دیگر حکم کرد که تریسی کلنلی پس از جنایت هولناکی که در سال ۲۰۰۷ علیه نوزادش انجام داد، هنوز برای حضور در جامعه خطرناک است بنابراین درخواست کلنلی برای آزادی مشروط رد شد و وی باید دو سال دیگر بخت میله‌های زندان بماند.

تریسی کلنلی ۳۳ ساله، ساکن شمال لندن، اوت سال ۲۰۰۷ به خاطر زمینه‌سازی کردن مرگ ۱۷ روزه فرزند ۱۷ ماهه‌اش یا رها کردن وی به حال مرگ به زندان افتاد. هرچند در سال ۲۰۱۳ مجوز آزادی مشروط به وی داده شد اما پس از تخطی از شرایط قیدشده در مجوز به زندان چشپایر بازگردانده شد.

۸ سال پیش پرورندهی قتل پسر کلنلی افکار عمومی انگلیس را به شدت خراب‌حدا کرد. در آن حادثه پسر پیتیر کوچک را با کمر و دنده‌های شکسته در تخت خواب سفارش پیدا کردند. بیش از ۵۰ جایی زخم به وسیله چاقو بر روی بدن این کودک وجود داشت که باعث شد طی هشت ماه پایانی زندگی پیتیر، مددکاران اجتماعی و متخصصان پلیس ۶۰ بار به ملاقاتش بیایند.

به گفته‌ی قاضی استان کرامر این کودک در «وضعیت جسمانی فوق‌العاده وخیمی» جانش را از دست داد به‌گونه‌ای که هر انسان معقولی که پرورندهی پزشکی و آسیب‌های عمدی وارده بر وی را مطالعه کند، وحشت‌زده می‌شود. او کلنلی را فردی خودخواه و فریبکار می‌داند که سعی کرد مسئولین را گمراه کند زیرا روابط خود با نامزدش، استیون بیکر را بر هر چیز دیگری ترجیح می‌دهد.

گفتنی است، نامزد کلنلی با اتهامی مشابه اتهام کلنلی به زندان افتاد.

دانش آموز نمونه دولتی خودش را حلق آویز کرد

دانش آموز کلاسی هفتم مدرسه نمونه دولتی باقی‌لستان یزد خوش را حلق آویز کرد. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، یکی از دانش آموزان مدرسه نمونه دولتی باقی روز دوشنبه هفته جاری در خانه‌شان دست به خودکشی زداین نوجوان به میله بارفیکس داخل اتاق، خودش را حلق آویز کرد و به زندگی‌اش پایان داد، مابر این پسر نوجوان زمانی که به خانه بازگشت با جسد فرزندش روبرو شد.جسد پسر نوجوان که «الف» ع- نام داشت به بی‌سلامت و ولیعصر(عج) منتقل شد پس‌ازاین نیز به بررسی صحنه این اتفاق تاگزیر پرداخت.گفته می‌شود،این پسر نوجوان به دلیل افت تحصیلی دست به چنین اقدام هولناکی زده است.

پزشکی قانونی اعلام کرد؛

بنابر اعلام پزشکی قانونی، در آبان ماه، اسسال ۶۳ هموطن بر اثر مسمومیت با گاز منوکسیدکربن جان خود را از دست داد.

آخرین جزئیات حادثهٔ مترو تهرانپارس

بازپرس ویژه قتل تهران در خصوص آخرین جزئیات حادثهٔ مترو تهرانپارس توضیحاتی را ارائه کرد. ۹۴۰ دقیقه صبح روز پنجشنبه مرگ یک مرد ۵۷ ساله در مترو تهرانپارس به ما اعلام شدوی افزود: پس از حضور در محل مشخص شد که این مرد ۵۷ ساله به دلیل حال بد و سرگیجه به داخل ریل سقوط کرده و ظاهراً خودکشی در کار نبوده است.بازپرس ویژه قتل تهران تصریح کرد: جهت بررسی دقیق موضوع جسد به پزشکی قانونی منتقل شده است.

بازپرس ویژه قتله توضیح کرد:

بازپرس ویرژه قتل در خصوص آخرین جزئیات حادثهٔ مترو تهرانپارس توضیحاتی را ارائه کرد.

مهاجرت به کلانشهرها چرا و چگونه به وجود می آید؟

قارچ گونه دستفروشی در کشور در به وجود آمدن نابسامانی بازار کار رسمی نیز بی تأثیر نبوده و از آنجا که دستفروشان کالاهای خود را با کمترین هزینه به فروش می رسانند و این نتیجه ای جز نابودی کارگاه ها و کارخانه های داخلی را نخواهد داشت و این افراد متحمل آسیب های متعددی می شوند.

ابلاغ طرح های حمایتی دولت برای توسعه مناطق روستایی

معاون توسعه روستایی و مناطق محروم دفتر ریاست جمهوری گفت:ابلاغ سیاست‌های تک بعدی در مناطق روستایی و حمایت از طرح‌های زیر بنایی نه تنها مشکلات مناطق روستایی را حل نکرده بلکه باعث افزایش آمار مهاجرت روستاییان و تخلیه این مناطق از سکنه‌فعال شده‌است.حسین دلیری عنوان کرد:یکی از سیاست‌های دولت یازدهم، ابلاغ تسهیلات کم بهره برای ایجاد عرصه های خود اشتغالی در مناطق روستایی بوده‌است.دلیری تصریح کرد:ابلاغ این تسهیلات که تا پایان کار دولت یازدهم ادامه خواهد داشت اقدام مؤثری برای کاهش آمار مهاجرت روستاییان به شهرها و در نتیجه تثبیت جمعیت در این مناطق بوده است.معاون توسعه روستایی و مناطق محروم دفتر ریاست جمهوری اضافه کرد:طرح‌های حمایتی دولت با عنوان مشارکت روستاییان در توسعه مناطق روستایی به فرم‌لداری ها و بخشداری ها و متعاقب آن به دستگاه های مسئول ابلاغ شده‌است.دلیری در خصوص نحوه توزیع این تسهیلات عنوان کرد: ۸۰ درصد از تسهیلات این بخش به طرح‌های مشارکتی و ۲۰ درصد به طرح های غیر مشارکتی اختصاص می یابد، طرح های مشترک یعنی رابطه انسان‌ها با پروردگار، شن اسن‌ها در این جامعه چار غفلت و غرور و سپس فسق و فجور می‌شوند و بی‌مهرای به سمت گناه کشیده می‌شوند.

بوده‌ها شاهد رونق در روستاها خواهیم بود.دلیاب رئیس کمیسیون اجتماعی مجلس، تصریح کرد: به دلیل مشکلاتی که در خصوص مهاجرت ها وجود دارد و همچنان شاهد افزایش مهاجرت از روستاها به شهرها هستیم، دولت بهتر است لایحه ای برای رونق بخشیدن به اقتصاد روستاها برای کاهش مهاجرت به مجلس ارائه کند.

##راهکار چیست؟

قرایی مقدمه جامعه شناس از دلایل افزایش مهاجرت به شهرها می گوید:فردی که مهاجرت می کند محاسبه می کند در این هجرت، چه چیزی بدست می آورد و چه چیزی از دست می دهد. یک روستایی در مهاجرت زمین، خانه و روابط اجتماعی اش را از دست می دهد و اگر کارگر ساده باشد دستمزدش را اما او انتظار دارد در شهر درآمد بیشتری داشته باشد و یک درآمد انحصاری در نظر دارد و برای رسیدن به همان مهاجرت می کند. وی افزود: متأسفانه در روستاها چون اقتصاد معیشتی است و هزینه فرصت بسیار پایین است مهاجرت به شهر انجام می شود. در روستاهای ما اکنون خالی هستند و کمبود آب، کشاورزی را در روستاها تحت تأثیر دارد و است برای همین وقتی درآمد فرد در روستا کمتر از یک کارگر ساختمانی در شهر باشد او ترجیح می دهد مهاجرت کند.این جامعه شنس گفت:نبراین باید هزینه ها به قدری در شهرها افزایش یابد که مهاجرت مقرون به صرفه نباشد تا از این میزان مهاجرت و جابه جایی افراد کاهش یابد ، یعنی هزینه فرصت را افزایش دهیم تا مهاجرت گران تمام‌شود.

دستفروشی شغل منتخب مهاجران

با توجه اینکه در روستاها درآمدی وجود ندارد و برای همین باز هم مهاجرت انجام می شود می توان اینطور عنوان کرد که بسیاری از مهاجران به کلان شهرها دستفروش یا کارگر ساختمان می شوند. افزایش تعداد دستفروشان و دوره گردها و نیز فشار به نیروهای کارگری که توان مقبله یا قیمت‌های پایین و پلور نکردنی کارگران مهاجر از روستا به شهر را ندارند متأسفانه از تبعات این مهاجرت برای رونق شهرها و جویگریز شده هستند.از این رو کارگران ماهر مجبورند به هر قیمتی کار کنند که این امر به خودی خود در نهایت منجر به افزایش فقر شهری و توسعه جرم و جنایت می شود.رشد

رئیس پلیس راهور فرماندهی انتظامی استان قم اعلام کرد:

توقیف پژو ۲۰۶ با بیش از ۷۰ میلیون ریال خلافی در قم

مشخص شد، خودرو پژو دارای بیش از ۷۵ میلیون و ۱۰۰ هزار ریال خلافی پرداخت نشده است. سرهنگ حسینی تصریح کرد: بر اساس ماده ۸ قانون رسیدگی به تخلفات رانندگی، خودروی توقیفی راننده پژو، باید به رئیس راهور استان در پایان توصیه کرد: مالکان خودروها با استعلام از سایت راهور ۱۲۰ نسبت به اطلاع از وضعیت خلافی خودروی خود اقدام و برای جویگری از تبعات بعدی افزایش خلافی در خصوص پرداخت آن اقدام کنند.

رئیس پلیس آگاهی استان فارس خبرداد:

انهدام باند سارقان خودرو و داخل خودرو با ۵۸ فقره سرقت در شیراز

خودرو توسط این سارق انجام شده که با هماهنگی مقام قضائی متهم از زندان به پلیس آگاهی منتقل و تحقیقات از وی آغاز شد. رئیس پلیس آگاهی استان فارس بیان کرد: در بازجویی های به عمل آمده متهم به ۳۳ فقره سرقت خودرو و بیش از ۲۵ فقره سرقت کرون خودرو در سطح شهرستان "شیراز" با همدمستی دو نفر دیگر اعتراف کرد. جیدر تصریح کرد: اعضای این باند سارق پس از سرقت خودروها، قطعات آن را باز و در سطح شهر رها می کردند و قطعات مسروقه را به سه مالخر می فروختند.

سختگویی سازمان آتش نشانی شهرداری تهران خبرداد:

تصادف مرگبار در بزرگراه امام علی (ع)

دستگاه سوار پژو ۲۰۶ و دات با یکدیگر برخورد کرده‌اند. ملکی با بیان اینکه یکی از چهار خودرو ابتدا با یک عابر پیاده برخورد کرده و در پی آن این تصادف زنجیره‌ای رخ داده است نشان عابر پیاده را به عوامل اورژانس تحویل داده که بررسی علل‌م حیناتی از سوی آنان نشان داد که این مرد ۴۵ ساله به دلیل شدت جراحات جان خود را از دست داده است. سختگویی سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری تهران با بیان اینکه یک زن ۶۵ ساله و مردی ۳۶ ساله نیز در پی این حادثه دچار آسیب دیدگی شدند خاطر نشان کرد: آتش نشانان پس از ایمن سازی محل در ساعت ۷ به عملیات پرداخت خاتمه دادند. به گفته ملکی، علت این حادثه از سوی کارشناسان پلیس راهنامی و رانندگی بررسی و اعلام خواهد شد.

کشف میلیاردری کالای قاچاق در چهارمحال و بختیاری

مبارزه با قاچاق کالای پلیس آگاهی استان با همکاری ماموران فرماندهی انتظامی شهرستان بروجن و بردگان، طرح مبارزه با قاچاق کالا را در محور «کردگان – بروجن» به مرحله اجرا گذاشتند. معاون هماهنگ کننده فرماندهی انتظامی استان چهارمحال و بختیاری افزود: ماموران پس از هماهنگی با مقام قضائی طی عملیات ایست و بازرسی در این محور سه دستگاه وانت بار و شش دستگاه خودرو قاچاقچیان کالا را، از طریق ارسال پیامک یا تماس تلفنی به فوریت های پلیسی ۱۱۰ گزارش شد.

توقیف خودرو با ۹۷ میلیون ریال خلافی در تهران

رئیس مرکز فرماندهی و کنترل پلیس راهور تهران بزرگ تصریح کرد: با استعلام صورت گرفته مشخص شد خودرو مذکور دارای ۹۷ میلیون ریال خلافی بوده که به موجب قانون خودرو توقیف و روانه پارکینگ شداین مقام انتظامی ادامه داد: طبق قانون در صورتی که مالک جریمه خودرویی به ۱۰ میلیون ریال برسد پلیس راهنامی و رانندگی مراتب را به مالک خودرو اعلام و چنانچه ظرف مدت یک ماه از تاریخ ابلاغ نیست به پرداخت جریمه اقدام نکند خودرو توقیف و از تردد آن جلوگیری خواهد شد.

رئیس اداره محیط زیست جلفا خبرداد:

دستگیری پنج شکارچی متخلف در پناهگاه حیات وحش کیامکی

از این شکارچی ها، جسد دو رأس قوچ وحشی ارمنی به همراه اسلحه و مقادیری فشنگ و دیگر لوازم شکار کشف و به نفع دولت ضبط شدبه گفته اسماعیلی، متخلفان ضمن پرداخت جریمه نقدی بابت ضرر و زیان ناشی از شکار حیات وحش، با اظهارکردن ادعا با استفاده از اسلحه شکاری اقدام به شکار شکار هر رأس قوچ وحشی ارمنی را یکصد میلیون ریال طبق مادهٔ ۱۸ قانون شکار و صید بیان کرد.رئیس اداره محیط زیست جلفا همچنین از اجرای سرشماری حیات وحش در پناهگاه

شنبه—دوازدهم دی‌ماه ۱۳۹۴ - سال هجدهم - شماره ۳۹۰۳

یادداشت

کارکردهای اجتماعی در امنیت پایدار

تعادل اجتماعی

اختلافاتی که از نظر علمی و سرمایه‌ای و اخلاقی و رفتاری در جامعه رخ می‌دهد، باعث می‌گردد تا آن جامعه از مسیر و توازن منطقی خود خارج شده و به بیراهه کشیده شود در این فرایند ناموزن، افراد عاالم به خود بزرگ بینی و جاهلان به غفلت و ثروتمندان به تفاخر و مستمندان به چالپوسی روی می‌آورند. در هر مان این حالت اجتماعی، ایجاد تعادل و توازن یا به عبارت بهتر عدلت اجتماعی است.

علی(ع) خطاب به جابرین عبدالله انصاری می‌فرماید: «ای جابر، استواری دین و دنیا در چهار چیز است. عالمی که به علم خود عمل نکند جاهلی که از آموختن سر باز نزند، بخشندگی که در بخشش بخل نوزد و فقری که آخرت خویش را به دنیا ن فروشد» – نهج‌الایلاغ حکمت ۳۷۲

برای سامان یافتن اجتماع بایستی وزن‌کشی‌هایی که رنگ و بوی تفاخر و تکبر دارد کنار گذاشته شده و به جای آن تکريم و تواضع جایگزین گردد به این صورت که هر فردی بر اساس شایستگی‌های فردی خود از نظر علمی و سرمایه‌ای و مسئولیتی و خانواده‌گی دچار بیش‌انگاری و کم‌انگاری نشده و به آنچه که خداوند و روابط متعارف اجتماعی برای او پیش‌بینی کرده است قانع باشد. برای این باید بایستی روابط انسان‌ها در سه بخش تنظیم و انجام شود تا اینکه همه افراد جامعه بتوانند به خوبی بهره‌شده و نفعی نقش نمایند

اول، تنظیم رابطه انسان‌ها با پروردگار: به این شکل که افراد جامعه در طول حیات تکلیفی خود با انجام توبه و اذی ماندن ذکر و تلاوت قرآن با خالق هستی ارتباط برقرار کرده و با تأثیرپذیری از این ارتباط از گناهان و جرائم صامه گرفته و به فلاح و سعادت می‌رسند. نقش ارتباط با خداوند بسنگی به چگونگی برقراری آن و اخلاص و صفای به کار گرفته شده در آن دارد تا اینکه به خوبی و شایستگی اثر نموده و موجب تعالی رفتار انسان‌ها را فراهم آورد. شکی نیست که علت گسترش فساد و تباهی و ظلم و بیبادگری به جهت عدم تنظیم این ارتباط یعنی رابطه انسان‌ها با پروردگار، شن است که پس از آن جامعه دچار غفلت و غرور و سپس فسق و فجور می‌شوند و بی‌مهرای به سمت گناه کشیده می‌شوند.

دوم، تنظیم رابطه انسان‌ها با دیگران: این بخش از ارتباط بسیار مهم است، زیرا با به هم خوردن آن افراد جامعه از حریم‌های شرعی، اخلاقی و قانونی عموماً جدا شده و خود اجازه می‌دهند تا با گفتار و رفتار نامشروع، نامسمی و بی‌انظاری، باعث سوءفراهم آوړند. بخش عمده تخلفات و نابسامانی‌های اجتماعی و اینکه فردی مرتکب سرقت و مزاحمت و قانون‌شکنی می‌گردد به خاطر این است که نتوانسته رابطه خود را با دیگران و حقوق آن‌ها تنظیم کند. در نتیجه چشم و دست او به نفوس و اموال دیگران باز شده و به تجاوزگری مبتدرت می‌وززد. باید تألش کرد انسان‌ها به حقوق خود آشنا و سپس قانع بوده و بر این اساس گفتار و عمل خود را با دیگران تنظیم نمایند. باید دانست این یک پیام همگانی است که فرافخور و یکپاچه اجتماعی افراد بایستی عاری گردد.

سوم، تنظیم رابطه انسان با خودش: بیشتر انسان‌ها علاوه بر دیگران، در تنظیم روابط اجتماعی، یعنی ارتباط با خود نیز دچار مشکل هستند، به گونه‌ای که با آنچه که فکر می‌کنند، نسیبند و یا به اندازه‌ای که هستند، فکر نمی‌کنند. بر این اساس مشاهده می‌شود که متأسفانه بسیاری از انسان‌ها همواره با خودشان در حال تضاد و با دروغگوئی هستند. زیرا افراد در سرتکار و صادق در مورد خویش دچار کمبینی و یا بزرگبینی نمی‌شوند و همیشه در آن حد فکر می‌کنند که می‌تولندن ظاهر شوند و یا در قالب و اندازه‌ای که می‌تولندن ظاهر شوند فکر می‌کنند. در بررسی تخلفات و جرائمی که منجر به نابرامی و بی‌انظباطی می‌شود معمولاً به این نتیجه می‌رسیم که به دلیل تکبر ناشی از خود بزرگ بینی و تصرف غیرقانونی مسئولیت‌های اجرایی و اموال و دارایی‌های دیگران، جامعه دچار ناهنجاری شده و به بی‌انظمی مبتل می‌گردد پس نقش تنظیم رابطه انسان با خودش و در نتیجه محدودیت‌های فردی و عدم زیاده‌خواهی می‌تواند یکی از عوامل امنیت آفرین در جامعه باشد. همچنان که بی‌توجهی به آن تولید ناامنی می‌کند. بنابراین مشاهده می‌شود که تعادل انسانی موضوع مهمی است که اگر کسی آن را بر کلان جامعه گسترده نباشد، از رشد جامعه، رنگ باخته و به تدریج جای خود را به دشواری‌ها می‌سپارد. هملگونه که اشاره شد، نقش‌های فردی و اجتماعی افراد و همچنین حاکمیت، برای تأمین و گسترش این معنا، به صورتی که هر چیزی در حد واقعی خود و محل واقعی خود قرار گیرد قوت مهم است و باید در جای خودشان ایفا گورند. باید دانست بسیاری از عقده‌های اجتماعی که منجر به اصطکاک و نه‌ایجاد توافقی و والتش‌های اجتماعی می‌شود ناشی از مشاهده وضع نامتعادل در بخش‌های آن جامعه است. افراد هنگامی که مشاهده می‌کنند مسئولیت‌های اموال و اختیار عدای معهود قرار داده شده، دچار التهاب و تشویش شده و تلاش می‌کنند تا به هر شکل ممکن ولو از غیر قانونی با آن مبارزه کنند. معمولاً این تلاش که در اکثر اوقات سرمنتهی‌ای احساسی دارد، به شکستش و تخلفش منتهی‌شده و موجب ناامنی می‌گردد. باید تلاش کرد تا اعتدال بر اساس دستورات دینی و سخنان بزرگان در سطوح مختلف اجتماع حاکم گردیده و تا از این طریق به امنیت پایدار کمک شود.

فرمانده انتظامی استان قم

نگاه

جاده زندگی را با کلمات هموار کنید

ره‌شمار جوردی

خوب گفتگو کردن و کلمات شیرین شنیدن خواسته هر زوجی است اما گاهی زن وشوهر چنان از کلمات ناراحت کننده ای استفاده می کنند که دیگر حاضر نیستند با هم صحبت کنند. گفتگو و ارتباط نامناسب از مشکلات شایع بین زن وشوهر های نامبارگاز است. این رفتار بدلیل نداشتن اطلاعات و آگاهی در مورد چگونگی برخورد با یکدیگر ناشی می شود. رفتار زن و مرد در مواقع مختلف بدلیل تفاوت های جنسیتی، ارزش های مختلف، بیان احساسات و گفتگوهایشان متفاوت است. این تفاوتها گاهی سبب ارتباط نامناسب بین زوجین می شود. **فاصله ها زیاده تر می شود:** در یک گفتگوی نواشنایدن زن وشوهر اغلب غمگین، بدون انرژی و پر از سرزنش و تحقیر هستند. همیشه طرف مقابل را مقصر می دانند. معمولاً یکی انتقاد می کند دیگری توهین و هر دو در حال شکایت هستند. «**تو** به من توهین می کنی»، «**تو** به من بی توجه هستی»، «**خودت** من را تحقیر کردی»، «**جلاشی** از این دست کاره زوچین به کار می گیرند، عملی برای شروع درگیری لفظی زن وشوهرها و بتدریج بحث آنها درباره موضوع های مختلف با لا می گیرد. هنگامی که از لحاظ هیجانی در وضعیت مناسبی قرار ندارند، اگر همسر خاص خواهان گفتگوست از او عذرخواهی کنید و بگویید در زمان مناسب با گفتگو خواهید کرد.

زن مدام حرف می زند و مرد برای کنترل شرایط گاهی از خشونت استفاده می کند در این مناجرات موضوعات متعددی را بیان می کنند و از این شاخه و آن شاخه می روند. بدون اینکه گفتگوهایشان حاصلی داشته باشند زن وشوهری که با یکدیگر اختلاف دارند و مدام مشاجر می کنند، کمتر به فکر خوشحال کردن هم هستند و برعکس تا آنجایی که می توانند عکس العمل ای بیزار کردند و تلاقی جوان میان آنها زیاد است. رفتارهای همدا و همدل درک یکدیگر که از ارتباط کلامی آنها ایهوبود پیشخدمت هم وجود ندارد و در حل کردن مشکلات ناآکارآمد و ضعیف هستند و این امر هر روز شدت بیشتری در روابط شان پیدا می کند. **جاده ها هموار کلمات:** گاهی زن وشوهر طوری رانمود می کنند که اکثر همه چیز به وفق مراد است و مشکلی بین آنها وجود ندارد اما پیام های غیر کلامی آنها خوشحال کننده نیست و نشان دهنده دلخوری آنهاست. معمولاً نوع نگاه و ارتباطشان ازآرزو هداشتن و به خاطر اینکه در درویشان از یکدیگر لذت اراحت هستند با کوچکترین مسئله دوباره همه چیز را بهم می ریزند و بعد از مدتی، وضعیت بدتر و خشم و نفرت را ملذم‌تر می کند. گاهی به چنین ارتباطی زن یا شوهر همه تقصیرها و گناه ها را به گردن می گیرد. باعث افسردگی زن و احساس سردی در شوهر شده و خراشگری بعدی را بدنبال دارد. علاوه بر ارتباط کلامی نامناسب گاهی هم ارتباط کلامی بین زن وشوهر و اعضای خانواده سیار کم است و رضایت از زندگی را کم رنگ می کنند. همچنین زن وشوهر بدون توجه خواسته ها و خواست های زن وشوهر از یکدیگر زمینه توقاقت طریقین را کاهش می دهد. **پرتنگاه زندگی:** به نکت مثبت یکدیگر بیشتر توجه می کنند و آنها را در ذهن خود پیرنگ کنند، توجه به چنین مسئله ای همسر شما را قابل احترام تر می کند و احساس آرامش در شما بیشتر می شود. در چنین رابطه ای که زوج در مورد رفتارها، اطلاعات نادرست، باورها و تصورات تحریف شده و نای نیست به یکدیگر دارند. افکار بدبینانه و منفی شکل می گیرد و رنگرهای منفی در جهت اتهام زدن به یکدیگر قرار بگنجد. نوبت به توبت صحبت کنند اگر در هنگام صحبت همسر نمی دلد و یا پنهان کردن بعضی از اطلاعات مهم از یکدیگر به بیان دیگر روضاع روز به روز بدتر می شود.

گل سرخ هدیه من به توست

برای اینکه شرایط بهتری را بوجود آورید، باید هر دو نقش خود را در ایجاد ارتباط کلامی نامناسب بپذیرید. پذیرش اشتباه در چنین ارتباطی به زن وشوهر انگیزه بیشتری می دهد تا در جهت اصلاح رفتار خود و یکدیگر گام‌مؤثری بردارید و مسئولیت کنترل ارتباط کلامی نامناسب را برعهده بگیرند. هر چند چنین کاری دشوار است. برای این کار لازم است به نکتات زیر توجه کنید: «زمانی را به گفتگو اختصاص ندهید و در هر زمان در مورد یک موضوع صحبت کنید. با یکدیگر قرار بگذارید نوبت به توبت صحبت کنند اگر در هنگام صحبت احساس خشم پیدا کردید، گفتگو را قطع کنید. توجه به این مسئله شما را از پیامدهای منفی در امان نگه می دارد. «هنگامی که از لحاظ هیجانی در وضعیت مناسبی قرار ندارید، اگر همسر شما خواهان گفتگوست، از او عذرخواهی کنید و بگویید در زمان مناسب با او گفتگو خواهید کرد. گفتگو در شرایط نامناسب روحی باعث می شود، تا رفتار و گفتار فرد مقابل را منفی ارزیابی کنید.» در هنگام گفتگو از بکار بردن کلماتی مانند «چندین بگوییم»، «هنوز نمی دانی»، خودداری کنید. به کاربردن این جملات، حالت دفاعی در همسر شما بوجود می آورد و فضای نامناسبی ایجاد می کند. «بهرانه های تفریحی مناسبی را به همراه خانواده طراحی کنید تا فضاهای شادتری را بوجود آورید. «به نکت مثبت یکدیگر بیشتر توجه کنید. آنها را در ذهن خود پیرنگ کنید. توجه به چنین مسئله ای همسر شما را قابل احترام تر نشان می دهد و احساس آرامش از شما بیشتر می شود. «به جای اینکه منتظر بماید تا همسر تان به شما توجه کند، شما پیش قدم شوید.» به بهانه های مختلف به یکدیگر هدیه دهید. «هدیه‌هاو باشد و ناامید چاره کار نیست، مسامولت گذاشتن و گفتگو کردن در مورد موضوعات مختلف، در پیدا کردن راه تعادل ارتباطی و گفت وگو به شما کمک می کند.

