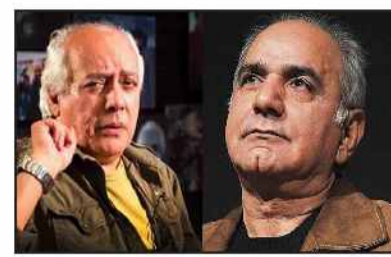


گلچین امروز



مدیرکل صحت کیلان:
معادن گیلان ۲۰ درصد مصالح مورد نیاز استان را تامین می کنند
صفحه ۳

پرویز پرستویی بار دیگر شاکی شد این بار از سیروس الوند
صفحه ۵



جوکار، رئیس کمیسیون امور داخلی کشور در مجلس:
هزینه های درمان برای بازنشستگان بالاست
صفحه ۲



با حضور یک گیلانی تیم والیبال جوانان ایران قهرمان جهان شد
صفحه ۷

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، هنری و ورزشی صبح گیلان

سه شنبه ۲۷ تیر ۱۴۰۲ - ۲۹ ذی الحجه ۱۴۴۴ - ۱۸ جولای ۲۰۲۳

سال بیستم - شماره ۴۵۶۳ - ۸ صفحه - ۵۰۰۰ تومان

سخنگوی دولت در سفر به گیلان:

دولت به دنبال ارتقای قدرت خرید مردم است

صفحه ۳

معاون امور تولیدات گیاهی کیلان:

شالیکاران نسبت به کنترل بیماری بلاست اقدام کنند

صفحه ۳



یادداشت امروز

سیداکبر خوشحال

چرا مدیران استان از خبرنگاران انتقادی دوری می کنند؟!

در متن قانون مطبوعات جمهوری اسلامی آمده است، رسالتی که مطبوعات به عهده دارد عبارت است از روشن ساختن افکار عمومی و بالا بردن کیفیت مطبوعات و دانش مردم در زمینه‌هایی که قانون تعیین کرده است؛ همچنان باید اشاره کنم که عدم اطلاع از قانون مطبوعات نمی تواند باعث تیره تر افراد شود.



متأسفانه تعدادی از مدیران کلی که در رأس ادارات استان قرار گرفته اند به هنگام مراجعه خبرنگاران علی الخصوص روزنامه نگاران انتقادی به بهانه های مختلف از پاسخگویی به ابهامات مردمی طفره می روند و خبرنگار مدبور را نمی پذیرند؛ این آقایان باید در جریان باشند که خلاف قانون عمل می کنند و بالاخره باید پاسخگوی رفتار خود باشند.

برای مثال در خصوص ناراضیانی عده ای از کشاورزان زحمتکش به عملکرد مدیرکل جهاد کشاورزی یا انتقادات مردمی از مدیران شیلات و ارشاد گیلان را به صورت سوال به آنها تحویل دادم ولی هر قدر پیگیری می کنم حضرات جوابگو نیستند!

وقتی هم به دفترشان برای دیدار حضور پیدا می کنم به بهانه های مختلف که آقا داخل جلسه است یا بازدید رفته و یا اینکه استانداری دعوت شده یا تهران هستند، عذر ما را می خواهند.

وقتی هم سوال می کنیم چه وقتی جلسات تمام می شود، می گویند با خداست! یا خود گفتند دلمان خوش بود که یک استاندار بومی و هم زبان داریم؛ چون او کشاورز زاده است. درد کشاورزان را لمس می کند، این در حالیست که در حال حاضر کشاورزان زحمتکش ما به دلیل عدم توجه مدیریت جهاد کشاورزی حال روز خوشی ندارند و حتی تعداد زیادی مزارع کشاورزی و خانه مسکونی خود را حراج زده و فروخته اند، چون هزینه های کشاورزی خیلی گران شده و کشاورزان ما دیگر تحمل آن را ندارند.

حتی کار به جایی رسیده که حاصل دسترنج خود را امسال با قیمت بسیار ارزان و با ضرر فراوان توانستند بفروشند و هم اکمون بدهکار نیز هستند، چون پول نزول گرفته اند تا امورات خود را سپری کنند ولی نمی توانند جوابگو باشند. متأسفانه کسی هم فریادرس نیست.

البته این همه ماجرا نیست و حتی در هفته کشاورزی هم نتوانستیم با مدیر جهاد کشاورزی دیداری داشته باشیم تا درد این عزیزان را به وی انتقال دهیم. با این شرایط امنیت غذایی در خطر است واقعا زنگ خطر به صدا در آمده؛ چرا کسی در این زمینه چاره اندیشی نمی کند؟

مدیرانی که از خبرنگاران انتقادی دوری می کنند و پاسخگو نیستند بدانند و آگاه باشند که برابر ماده ۵ از فصل سوم قانون مطبوعات همه روزنامه نگاران موظف هستند برای افزایش آگاهی عمومی به کسب و انتشار اخبار مردمی بپردازند و این کسب خبر از طریق مدیران و روابط عمومی سازمانها صورت می گیرد که در صورت تخلف، فرد خاطی محکوم و در صورت تکرار به انفصال از خدمت برکنار می شوند.

ضمن اینکه اداره ارشاد اسلامی موظف است به منظور ایجاد هماهنگی و همکاری بین خبرنگاران و سایر ادارات و کوشش در ایجاد تعامل و رضایتمندی و همچنین تشویق و ترغیب رسانه ها در امور اطلاع رسانی همراه با رسانه ها باشد. متأسفانه کار به جایی رسیده که از زمان آغاز برگزاری کنگره میزبان تعدادی سوال مردمی در زمینه میزان اخذ بوجه و میزان هزینه های که شده، به مدیرکل ارشاد گیلان تحویل دادیم؛ نشان به آن نشان که هنوز هیچ پاسخی ارائه ندادند. اما ما همچنان در انتظار هستیم تا برای نقضات در معرض افکار عمومی قرار دهیم.

مدیرکل ارشاد اسلامی گیلان که باید بازوی قوی برای مطبوعات باشد متأسفانه اهمیتی به خواسته های برحق مردمی قایل نیست. این در شرایطی است که مردم هم حق دارند در جریان عملکرد خدنگاران خود قرار بگیرند.

البته باید عنوان کنم که در همین زمینه یکی از همکاران عزیز من با عصبانیت به من حمله کرد و گفت: انتقاد از مدیریت ارشاد یعنی بازی با دم شیر! چرا خودت را گرفتار می کنی؟ تو هم از عملکرد ایشان تعریف کن و پول بگیر! در جواب گفتم ما البته تمام نمای مردم هستیم و باید نواقص را اذعان کنیم. اگر عیب ها را منعکس نکنیم هیچگاه عیب ها برطرف نمی شوند چون عیب های موجود یا نواقص یعنی یک نوع بیماری است که اگر رها کنیم گهته شود دیگر درمانش از محالات است. پس خبرنگار نباید تماشاچی باشد.

متأسفانه کار روزنامه نگاری در حال حاضر در استان گیلان به جایی رسیده که در کنفرانس های مطبوعات مدیران سخنرانی می کنند و از فواید خود گزارش می دهند تا بعد از پذیرایی مختصر مطالب پیش بینی شده تاپ و در اختیار اصحاب رسانه قرار می گیرد تا بدون کم و کاست به صورت کلیشه ای در رسانه های مکتوب و مجازی چاپ و منتشر کنند و احياناً در این راستا طرح هرگونه سوال انتقادی و اصولی نیز می تواند نام خبرنگار انتقادی را از لیست دعوت شدگان در آینده حذف کند.

با این وجود این گونه عملکرد باعث شده که مردم این نوع آگهی های پکتوخت و کسل کننده را نخوانند و حتی نگاه هم نکنند، چه رسد به آن که حتی به متن آن توجه داشته باشند! حال چه اضرائی است که تعدادی از مدیران این همه پاشناری دارند تا خبرنگاران را در مناسبتهای مختلف دور خود جمع کنند خدا می داند؟ شاید نمک گیر کردن بعضی از خبرنگاران برای آنان جالب توجه باشد.

متأسفانه بعضی از رؤسای روابط عمومی ادارات گیلان در ایجاد ارتباط با اصحاب قلم چنان ضعیف عمل می کنند که ناامیدکننده است. البته نه تنها در ایجاد ارتباط با مطبوعات قوی نیستند بلکه در انجام وظیفه خود هم کوتاهی می کنند و ما هر زمانی تقسیم به دیدار برخی مدیران می گیریم چنان ناله و زاری می کنند که از دیدار با مدیر مربوطه پشیمان می شویم و با این روش ناپسند ارتباطات دستگامهای فوق یا رسانه ها روز بروز کم رنگتر می شود و این گونه بی توجهی ها به مسئله مهم اطلاع رسانی سبب ایجاد فساد می شود.

بهرحال امیدوارم استاندار گیلان با اهمیت دادن به این موضوع مهم در بحث اطلاع رسانی پلافاصله به مدیرکل امور اجتماعی خود دستور دهند تا برای دیدار با خبرنگاران انتقادی برنامه ریزی کنند.

از این رو بهتر است مقالات انتقادی را مطالعه و سپس به مدیر مربوطه اخطار کند تا هر چه سریعتر به ابهامات مردمی پاسخگو باشد.

همچنین در جلسات شورای اداری استاندار که سروشت مردم در آن رقم می خورد خبرنگاران زحمتکش علی الخصوص انتقادی را دعوت کند، چون رسانه ها به عنوان رکن چهارم نظام دمکراسی باید در جلسات استانداری حضور داشته باشند.

در خاتمه امیدواریم برای رفع این نگرانی ها پاسخ منطقی ارائه شود. تا با ایجاد مهدلی و وفاق شاهد شکوفایی در عرصه های اجتماعی استان باشیم.

وزیر راه و شهرسازی در سفر به گیلان:

فرصت بی نظیر توسعه روابط ایران و جمهوری آذربایجان فراهم است

حکم رسمی مر تضوی به عنوان مدیرکل تامین اجتماعی گیلان صادر شد

رئیس شورای شهر رشت به مناسبت روز خانواده:

نقش زنان در خانواده و جامعه نقشی کلیدی است

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای گیلان اعلام کرد:

کاهش تنش آب شرب شرق گیلان با راه اندازی آزمایشی تصفیه خانه طول لات رودسر

دپوی بیش از ۵۳ هزار فقره کارت ملی هوشمند در گیلان

ایستاد: مدیرکل ثبت احوال گیلان، از صدور بالغ بر دو میلیون و ۸۹ هزار فقره کارت ملی هوشمند در گیلان از ابتدا تاکنون خبر داد و گفت: هم اکنون بالغ بر ۵۳ هزار فقره کارت ملی هوشمند صادر شده در ادارات ثبت احوال و دفاتر پیشخوان دولت دیو شده است.

امیر حسن زاد از ثبت ۱۹ هزار و ۷۵۷ مورد درخواست دریافت کارت ملی هوشمند در استان گیلان در سه ماهه بهار امسال خبر داد و اظهار کرد: در همین مدت ۳۰ هزار و ۷۷۵ فقره کارت ملی هوشمند به دست متقاضیان رسیده است.

وی از متقاضیان کارت ملی هوشمند خواست نسبت به دریافت کارت های صادره اقدام کنند و افزود: هم اکنون بالغ بر ۵۳ هزار فقره کارت ملی هوشمند صادر شده در ادارات ثبت احوال و دفاتر پیشخوان دولت دیو شده است.

مدیرکل ثبت احوال گیلان همچنین از صدور بالغ بر دو میلیون و ۸۹ هزار فقره کارت ملی هوشمند در گیلان از ابتدا تاکنون خبر داد و تاکید کرد: در سه ماهه بهار سال جاری ۲۸ هزار و ۲۹ فقره چاپ شناسنامه داشتیم که ۲۳ هزار و ۱۸۴ فقره شناسنامه بالای ۱۵ سال (جلد قهوه ای) و ۴۸۶۵ فقره شناسنامه زیر ۱۵ سال (جلد سبز) بوده است.

حسن زاد در ادامه از ثبت ۴۴۵۸ مورد ولادت در سه ماهه بهار امسال خبر داد و عنوان کرد: به طور میانگین در هر شبانه روز ۲۸ نوزاد به دنیا آمده است. وی ۳۴۹۲ ولادت را شهری و ۹۶۶ ولادت را روستایی دانست و خاطر نشان کرد: ۲۲۵۷ نوزاد پسر و ۲۱۰۱ نوزاد دختر هستند.

مدیرکل ثبت احوال گیلان، با بیان اینکه به ازای هر ۱۰۰ نوزاد دختر، ۱۱۲ نوزاد پسر متولد شده است، گفت: بیشترین ولادت در شهرستان رضوانشهر و کمترین ولادت در شهرستان خماب به ثبت رسیده است.

عکس اختصاصی

شرح عکس: چشمواره نان برنجی در کوچه

عکس: لپو لافشلی شکری

هموطن!

زیباترین جلوه نیکوکاری کمک به بیماران انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی است.

شماره حساب ۰۱۰۵۳۹۲۸۵۵۰۰۵ بانک ملی

شماره حساب ۰۱۰۲۵۰۷۲۰۸۰۰۰ بانک صادرات

تلفن: ۳۳۳۶۰۵۰

تلفن های تماس: ۳۳۳۱۰۷۳۷

فکس: ۳۳۳۲۰۳۲۶

تلفن: ۳۳۳ ۶۳۵۳۹

گلچین امروز

شماره تلفن های جدید دفتر روزنامه گلچین امروز

تلفن های تماس: ۳۳۳۶۰۵۰

۳۳۳۱۰۷۳۷

فکس: ۳۳۳۲۰۳۲۶

اهدای خون سالم

اهدای زندگی است

www.bazbarankhabar.ir

مدیر مسئول و صاحب امتیاز: کریم خورسندی مردهی

وزیر راه و شهرسازی در سفر به گیلان:

فرصت بی نظیر توسعه روابط ایران و جمهوری آذربایجان فراهم است



گلچین امروز: نشست کمیسیون مشترک همکاری‌های اقتصادی جمهوری اسلامی ایران و جمهوری آذربایجان در محل هتل بین المللی اسپیناس شهرستان مرزی بندر آسنارا برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی و امور بین الملل استانداری گیلان، این نشست با حضور مهرداد بذریاش، وزیر راه و شهرسازی ایران و شاهین مصطفی یف، معاون نخست وزیر آذربایجان که ریاست هیئت های ایرانی و آذری کمیسیون مشترک همکاری های اقتصادی دو کشور را بر عهده دارند به میزبانی شهرستان مرزی بندر آسنارا آغاز شده است.

مهرداد بذریاش، وزیر راه و شهرسازی، سفیر جمهوری اسلامی ایران در جمهوری آذربایجان، استاندار گیلان، معاون وزارت امور خارجه، نمایندگان راه آهن، راهداری و حمل و نقل جاده‌ای، راه و شهرسازی، مرزبانی، دفتر ترانزیت و پایانه‌های مرزی، گمرک، رایزن اقتصادی ایران در جمهوری آذربایجان، فرماندار و نماینده مردم آسنارا در مجلس

معاون نخست وزیر جمهوری آذربایجان: ترازیت بین الملل ایران و آذربایجان ۵۸ درصد افزایش یافت

گلچین امروز: شاهین مصطفی اف در نشست کمیسیون مشترک اقتصادی جمهوری اسلامی ایران و آذربایجان در شهر مرزی آسنارا استان گیلان اظهار کرد: دو هزار و ۴۲۵ شرکت ایرانی در آذربایجان ثبت شده است که بخش زیادی به صورت شرکت‌های فعال حضور دارند.

وی با بیان اینکه افزایش حجم ترازیت بین المللی در کریدور شمال و جنوب ۶۹ درصد افزایش داشته است، خاطر نشان کرد: در سال ۲۰۲۲ حجم مبادلات تجاری بین دو کشور ۳۰ درصد رشد یافته و در پنج ماهه نخست سال ۲۰۲۳ این مبادلات ۹ درصد رشد را ثبت کرده است.

معاون نخست وزیر جمهوری آذربایجان افزود: بخش حمل و نقل از بخش هایی است که در مناسبات دو جانبه اهمیت بسزایی دارد از این رو شاهد رشد و توسعه این بخش ها هستیم بطوریکه در سال گذشته رشد ۴۸ درصدی را شاهد بودیم.

مصطفی اف با اشاره به طرح های گسترده حمل و نقل عنوان کرد: هم اکنون خط اتوبوس باکو - نخجوان در مسیر ایران، عبور روزانه سه دستگاه اتوبوس بین خاک اصلی آذربایجان و نخجوان از خاک ایران و به طور هفتگی ۲ پرواز بین تهران و باکو وجود دارد.

معاون نخست وزیر جمهوری آذربایجان اظهار کرد: کریدور شمال و جنوب اولویت اصلی را در بخش حمل و نقل به خود اختصاص داده است و ما در سن پترزبورگ در مورد این کریدور مذاکره کردیم و جمهوری آذربایجان از اعضای یادداشت تفاهم بین روسیه و ایران حمایت می کند، از طرفی آمادگی داریم یادداشت تفاهمی مشابه با روسیه در سمت خود در مرز روسیه به امضاء برسانیم.

مصطفی اف خاطر نشان کرد: در ارتباط با پروژه کریدور شمال - جنوب دو پروژه نیمه تمام شامل بارانداز ریلی آسنارا، ساخت پل خودرودی در " آسنارا جای " و تامین ساخت تاسیسات لازم برای گمرک و مرزبانی در دو سوی پل مورد توجه و تاکید است.

وی اعلام کرد: اتصال منطقه اقتصادی «زنگور شرقی» از مسیر ایران است که این پروژه در دیدار روسای جمهوری ما در عشق آباد مورد توافق قرار گرفت و مستندی امضاء شد، ضمن اینکه در نفت و گاز نیز همکاری های مشترکی داریم که در این رابطه نیز مذاکره خواهد شد.

زنگشور یکی از مهم ترین مسیرهای حمل و نقل زمینی است که جمهوری آذربایجان و جمهوری خودمختار نخجوان از طریق آرمستان به روسیه و ترکیه متصل و زمینه را برای ارتباط آسیا، اروپا و خاورمیانه با یکدیگر فراهم می سازد.

وی با اشاره به حضور این هیات در شهرستان آسنارا اظهار کرد: جمهوری آذربایجان با حمایتی در سطح عالی در این جلسه شرکت کرده است که نشان از اهمیت رابطه با جمهوری اسلامی ایران دارد.

مدیرکل صنعت گیلان:

معادن گیلان ۲۰ درصد مصالح مورد نیاز استان را تامین می کنند

گلچین امروز: مدیرکل صنعت، معدن و تجارت گیلان گفت: کل معادن گیلان فقط ۲۰ درصد مصالح مورد نیاز این استان را تهیه می کنند و مابقی از استانهای همجوار تامین می شود.

به گزارش روابط عمومی اداره کل صحت استان، تیمور پورحیدری در همایش جایگاه معدن و صنایع معدنی در توسعه اقتصادی استان گیلان با رویکرد توسعه معدن کاری پایدار در تالار حکمت دانشگاه گیلان اظهار داشت: گیلان، استانی معدنی نیست اما به اندازه تمام استان های معدنی کشور با چالش و مشکل روبرو است. اسام حدود چهار جلسه در شورای معادن در استان برگزار و برخی از این چالش ها با مساعدت مسولان استان حل شد.

وی با بیان اینکه استان گیلان ۴۷ واحد معدنی دارای پروانه بهره برداری است که هزار و ۵۰۰ نفر به طور مستقیم در آن اشتغال دارند، افزود: کل معادن گیلان فقط ۲۰ درصد مصالح مورد نیاز استان را تامین می کنند و مابقی از استانهای همجوار وارد می شود.

وی ادامه داد: ۲۲۰ واحد صنایع معدنی در استان گیلان وجود دارد که در زمینه فرآوری مواد معدنی و ایجاد ارزش افزوده فعالیت می کنند و برای پیش از هفت هزار نفر اشتغال ایجاد کرده اند. در بخش ادغام بندی شن و ماسه هم ۱۸ واحد دانه بندی داریم که نزدیک پنج هزار نفر در آن اشتغال دارند.

پورحیدری با اشاره به گرانی قیمت مصالح استان در گیلان نسبت به سایر استانهای کشور: علت این گرانی را عدم تامین مصالح مورد نیاز استان اعلام و تاکید کرد: اگر برنامه ریزی ها در این زمینه به درستی پیش نرود در آینده نزدیک برای تامین مصالح معمولی در سطح استان با مشکل مواجه خواهیم شد و مصالح بی کیفیت به تامین کنندگان مصالح ساختمانی تحویل خواهد شد.

وی اضافه کرد: با وجود چالش های پیش رو در حوزه معدن مانند عدم وجود نقشه راه در نحوه فعالیت های معدنی، بی توجهی به اکتشافات پایدار، کم توجهی به مهارت های آموزشی، باید مصالح مورد نیاز پروژه های ملی فعال در استان را نیز تامین کنیم.

وی گفت: امیدواریم با استفاده از ظرفیت های سازمان زمین شناسی و نظام مهندسی معدن و خانه معدن؛ در شناسایی پهنه های جدید معدنی بتوانیم در توسعه عمرانی استان نقش آفرینی کنیم.

روند رشد اقتصادی معادن در کشور ۲۸ است رئیس خانه معدن ایران نیز در این همایش گفت: امروز روند رشد اقتصادی معادن ۲۸ است که در برنامه هفتم توسعه، این رشد ۱۱۷ پیش بینی شده است. محمدرضا بهرامی رویکرد صنعت معدن را نگاه به آینده اعلام کرد و افزود: مواد معدنی زایشی نیستند لذا باید برای رسیدن به اهداف برنامه توسعه هفتم باید راهکار ارائه دهیم.

وی خواستار در کنار هم قرار گرفتن صنعت و دانشگاه شد و افزود: این دو همواره باید در کنار هم باشند تا بتوانند نیازهای یکدیگر را به درستی رفع کنند.

وی تصریح کرد: سازمان صنعت، معدن و تجارت درحال برنامه ریزی برای بورسیه کردن دانشجویانی است که شروع به تحصیل کرده اند. در گیلان باید کم اکنون برای هزار فارغ التحصیلی که در نظام مهندسی مشغول تحصیل هستند برنامه ریزی داشته باشیم تا در برنامه توسعه هفتم بخشی از آنها به سرانجام برسد.

گفتنی است در پایان همایش، پل پریش و پاسخ جهت رسیدگی به چالش ها و مشکلات معدن کاران و صنعتگران با حضور مدیرکل صنعت معدن و تجارت استان گیلان و نیز دوتن از مدیران کل خبربرداری مواد معدنی و اکتشافات معدنی وزارت صمت و رئیس خانه معدن ایران برگزار گردید و طی دو ساعت به تک تک سوالات پاسخ مناسب ارائه گردید.

شمال - جنوب، توسعه بارانداز ریلی آسنارا جمهوری اسلامی ایران و مسائل مختلف تجاری و اقتصادی، حمل و نقل و تجاری و پروژه های راکد یا در حال اجرا مورد بررسی و تصمیم گیری قرار می گیرد.

شیوه کاربری از پل جدید خودرودی بتنی آسنارا - آسنارا بر روی رودخانه مرزی آسنارا جای که با هدف تسهیل و تسریع در انتقال کالاها و تردد خودروهایی سبک و سنگین راه اندازی در مرز آسنارای دو کشور همسایه قرار دارد، از مهم ترین دستورات کاری این نشست اقتصادی می باشد.

مهرداد بذریاش در این نشست با اشاره به ظرفیت های موجود بین دو کشور گفت: میتوان با استفاده از این ظرفیت ها فرصت های بی نظیری برای توسعه روابط فراهم کرد.

وی با اشاره به ۸۰۰ کیلومتر مرز مشترک ایران و آذربایجان افزود: تاکید رئیس جمهوری ایران نیز بر توسعه روابط از طریق استفاده از ظرفیت های بین دو کشور تاکید دارد.

* جمهوری آذربایجان به توسعه همکاریهای ثابت و محکم با ایران باور دارد قدرتمندی از هیات ایرانی بخاطر تلاش برای گسترش روابط گفت: منظر توافق دو کشور در زمینه های مختلف هستیم تا نتیجه آن را در آینده ببینیم.

وی اضافه کرد: آذربایجان به توسعه همکاری های ثابت و محکم با ایران باور دارد و این خط سیاسی را دنبال می کند

وی بر اتمام طرح های نیمه تمام تاکید کرد و خواستار آغاز طرح های ضروری و با اشاره به فعالیت ۲ هزار و ۵۰۲ شرکت ایرانی در جمهوری آذربایجان گفت: تکمیل طرحهای ارتباطی از جمله پل گمرک راه آهن و همکاری های فنی این ارتباط را گسترش خواهد داد.

سخنگوی دولت در سفر به گیلان:

دولت به دنبال ارتقای قدرت خرید مردم است

اقتصادی محقق می شود و قدرت خرید سرانه ارتقا پیدا می کند: در واقع با مهار تورم و رشد تولید می خواهیم قدرت خرید مردم را که در دهه اخیر کاهش یافته، بازگردانیم. وی همچنین به مزیت های تشکیل وزارت بازرگانی اشاره کرد و گفت: این وزارتخانه اولای برای نظارت موثر بر بازار خیلی کارآمد خواهد بود و ثابا از افزایش قیمت های غیر منطقی که به صورت خودسرانه و همراه با تخلف در بازار رخ می دهد، جلوگیری می کند.

سخنگوی دولت همچنین به روند مذاکرات با طرف اروپایی اشاره کرد و منکر شد: مذاکرات با هدف خنثی سازی تحریم ها و استیفای حقوق حقه ملت ایران ادامه پیدا خواهد کرد.

سخنگوی دولت در سفر به گیلان:



قرار گرفته، زیرا تورم به واسطه خلق پول نظام بانکی اتفاق می افتد. بهادری جرمی یکی از هدنگذاری های دولت در سال جاری را موازنه تولید و بازار دانست و بیان کرد: با افزایش تولید رشد

داشته باشد. سخنگوی دولت، با بیان اینکه اسام دولت سراغ بانک ها رفته است، تصریح کرد: در مرحله دوم شناسایی ریشه های اصلی تورم، بودجه را رفع کند که باید استمرار

رئیس شورای شهر رشت به مناسبت روز خانواده:

نقش زنان در خانواده و جامعه نقشی کلیدی است

جبهه های نبرد حق علیه باطل و دفاع از مام مین فراهم کردند. وی به سخنی از پیامبر گرامی اسلام حضرت محمد (ص) اشاره کرد و گفت: حضرت محمد(ص) فرمودند: از دامان زن مرد به معراج می رود و این سخن گوهر پار رسول خدا(ص) تاییدی بر نقش اثر گذار و سازنده زنان است.

رئیس شورای اسلامی شهر رشت با اشاره به حضور زنان در جوامع آموزشی افزود: زن ایرانی امروز در کنار نقش همسری و مادری، هم پای مردان در جایگاه های مختلف مشغول به فعالیت است و همین

مجموعه گیل بانو تاییدی بر این بخش از تلاش ها و توانمندی های بانوان فریخته رشت است که بار تامین معیشت زندگی خود و فرزندانشان را بر عهده دارند. کارگرینا با قدرتمندی از تلاش های هیئت مدیره مجموعه گیل بانو تصریح کرد: هیئت مدیره این مجموعه بلوغ چشمداشتی در رشت در انتهای این مراسم از آثار تولیدی بانوان سرپرست خانواده در بازارچه گیل بانو بازدید کردند.

جمعه است و هر اندازه خانواده ها پویا باشند، جامعه به سوی توانمندی حرکت می کند. محمد حسین واثق کارگرینا با بیان اینکه خانواده ها نقش مهم و سازنده ای در تعلیم و تربیت انسان ها ایفا می کنند افزود: نقش زنان در خانواده ایران اسلامی در دوران هشت سال دفاع مقدس با پذیرش مسئولیت های بیشتر، شرایط را برای همسران و فرزندان خود به منظور حضور در



گلچین امروز: رئیس شورای اسلامی شهر و شهردار رشت به مناسبت روز خانواده از بانوان سرپرست خانواده فعال در بازارچه بانوان گیل بانو رشت تجلیل کردند. به گزارش روابط عمومی و امور بین الملل شورای رشت، رئیس شورای اسلامی شهر رشت در این مراسم که در مکان بازارچه گیل بانو واقع در بوستان کشاورز رشت برگزار شد با تبریک روز خانواده اظهار کرد: خانواده بنیان و اساس

گلچین اخبار گیلان

معاون امور تولیدات گیاهی کیلان: شالیکاران نسبت به کنترل بیماری بلاست اقدام کنند

ایستا: معاون امور تولیدات گیاهی جهاد کشاورزی گیلان گفت: با توجه به پیش بینی هواشناسی استان پس از این بارندگی، هوای گرم و آفتابی در پیش خواهیم داشت لذا حتما کشاورزان نسبت به کنترل بیماری بلاست اقدام کنند.

علی موسوی با اشاره به بارش باران در استان گیلان و تاثیر آن بر شالیزارها، اظهار کرد: بارش باران در حال حاضر می تواند هم تاثیر خوب و هم تاثیر نه چندان مطلوب به طور مثال در گرده افشانی ایجاد کند.

وی افزود: به کشاورزان توصیه می کنم کثرت های مزارع خود را باز کنند تا آب در اراضی تجمع نکند و باعث ورس نشود. موسوی ادامه داد: بارش باران برای مزارعی که در مرحله پنجه زنی و یا خوشه دهی هستند، بسیار مفید است.

معاون امور تولیدات گیاهی سازمان جهاد کشاورزی گیلان خاطرنشان کرد: با توجه به پیش بینی هواشناسی استان پس از این بارندگی، هوای گرم و آفتابی در پیش خواهیم داشت لذا حتما کشاورزان نسبت به کنترل بیماری بلاست اقدام کنند.

وی با بیان اینکه ۳۳ مرکز خدمات کشاورزی در گیلان وجود دارد، تصریح کرد: ضروری است کشاورزان با مراجعه به این مراکز سموم مجاز را تهیه کنند.

موسوی گفت: برای تامین آب شالیزارها نگرانی خاصی نداریم و برنامه ریزی های لازم در این خصوص انجام شده است.

حکم رسمی مر ترضوی به عنوان مدیر کل تامین اجتماعی گیلان صادر شد

گلچین امروز: پس از حدود سه ماه سرپرستی، با صدور حکمی از سوی مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی، همزمان با ۲۵ تیرماه (روز تامین اجتماعی) حکم قطعی کیوان مر ترضوی به عنوان مدیرکل تامین اجتماعی گیلان صادر شد.

به گزارش روابط عمومی و امور فرهنگی اداره کل تامین اجتماعی گیلان به دنبال صدور حکم و معارفه کیوان مر ترضوی به عنوان سرپرست اداره کل تامین اجتماعی گیلان در آخرین روز از فروردین ماه سال جاری، در کمتر از سه ماه و همزمان با ۲۵ تیرماه (روز تامین اجتماعی)، با صدور حکم قطعی، از سوی میرهشام موسوی مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی، کیوان مر ترضوی به عنوان مدیرکل تامین اجتماعی گیلان منصوب گردید.

در این حکم با تاکید بر ضرورت حرکت در راستای سیاست های کلی بلاغی تامین اجتماعی از سوی مقام معظم رهبری، مولفه های همچون عدالت محوری، قانونمندی و مردمداری از رویکردهای سازمان تامین اجتماعی برشمرد شده و بر تلاش در جهت توسعه فرهنگ بیمه ای و گسترش پوشش به آحاد جامعه، برنامه محوری، حرکت در راستای تحقق اهداف تحولی سازمان، تمرکز راهبردی در روشهای نوین ارائه خدمت به ذینفعان، فرهنگ سازی توسعه خدمات غیرحضور برای رسیدن به تامین اجتماعی هوشمند، خدمت محوری و رعایت اخلاق اداری و تکریم مراجعان، اعتمادسازی و افزایش رضایتمندی، تعامل با جامعه و افکار عمومی و استفاده حداکثری از ظرفیت و سرمایه انسانی تاکید شد. شایان ذکر است کیوان مر ترضوی دارای ۲۵ سال سابقه و سوابق کاری متعدد در سطح ستادی سازمان تامین اجتماعی است.

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای گیلان اعلام کرد: کاهش تنش آب شرب شرق گیلان با راه اندازی آزمایشی تصفیه خانه طول لات رودسر

ایرنا: وحید خرمی، مدیرعامل شرکت آب منطقه ای گیلان گفت: با بهره برداری آزمایشی از فاز اضطراری تصفیه خانه آب طول لات رودسر بخشی از تنش آبی آب شرب شهرهای شرق گیلان رفع شده است. مدیرعامل شرکت آب منطقه ای گیلان گفت: با بهره برداری آزمایشی از فاز اضطراری تصفیه خانه آب طول لات رودسر بخشی از تنش آبی آب شرب شهرهای شرق گیلان رفع شده است.

وی اضافه کرد: پروژه این تصفیه خانه با تامین آب از مخزن سسد پلرود برای جمعیت تحت پوشش حدود ۲۸۶ هزار نفر منطقه با نیاز آبی ۱۷۸ لیتر بر ثانیه در اقی ۱۴۲۵ طراحی شده است.

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای گیلان عنوان کرد: برای رفع تنش آبی موجود تا زمان بهره برداری از سد پلرود و بهبود وضعیت چشمه سفیدآبی (منبع کنونی تامین آب) فاز اضطراری این تصفیه خانه به همراه تمامی تاسیسات برای ظرفیت حداکثر ساعتی ۴۵۲ لیتر بر ثانیه اجرا شده و در مدار بهره برداری قرار گرفته است.

خرمی یادآور شد: آب شرب شهرستان های رودسر و املاش از چشمه سفیدآبی با استفاده از سیستم فیلترشنی ساخت قدیمی تامین می شد ولی با توجه به مشکلات فنی وعدم کارایی این فیلترها بخصوص در ایام پربارش سال به دلیل غلظت و افزایش کدورت، سیستم تصفیه از مدار خارج می شد که باعث قطع آب و ایجاد تنش های اجتماعی در شهرستان می گردید.

وی تصریح کرد: براین اساس احداث فاز اضطراری در دستور کار شرکت آب منطقه ای گیلان قرار گرفت.

این مسئول، پیشرفت فیزیکی طرح اضطراری تصفیه خانه طول لات را قریب به ۹۸ در صد عنوان و تصریح کرد: پیشرفت طرح تا سال ۱۴۰۱ حدود ۳۵ درصد بود که با روی کار آمدن دولت سیزدهم و تمرکز وزارت نیرو بر اتمام پروژه های نیمه تمام اجرای آن تسریع شد و هم اکنون در مرحله بهره برداری آزمایشی است.

وی افزود: پس از بهره برداری از فاز اضطراری این تصفیه خانه برنامه ریزی برای اجرای فاز تکمیلی آن با تأمین اعتبارات مورد نیاز در دستور کار این شرکت است.

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای گیلان اعتبار هزینه شده برای اجرای فاز اضطراری تصفیه خانه طول لات رودسر را یک هزار و ۵۰۰ میلیارد ریال و به ارزش کشتن پنج هزار و ۵۰۰ میلیارد ریال عنوان و تصریح کرد این پروژه هم اینک آماده افتتاح رسمی است. اسدالله عباسی، استاندار گیلان آذرمه سال گذشته اعلام کرده بود که از محل اعتبارات سفر پیریکت رئیس جمهوری ۵۲ میلیارد تومان اعتبار برای این تصفیه خانه در نظر گرفته شد. ۳۰ میلیارد تومان نیز از سوی آبقای کشور به این پروژه اختصاص یافت تا ۲ مخزن موجود راه اندازی شده و مشکل مردم مناطق و اجارگاه، رحیم آباد، رودسر، املاش، راتکوه و چابکسر حل شود.



توصیه‌هایی مردانه که خانم‌ها باید بیشتر از آقایان بدانند!



بسیاری از زنان در نحوه ارتباط با همسر خود مرتکب اشتباهاتی می‌شوند که رابطه آنان را دچار اختلال می‌کند. از حق که نگذریم به هر حال دختری که با در یک زندگی جدید با فردی جدید می‌گذارد تربیت شده یک مادر با الگوی رفتاری ۲۰ ساله است و به خاطر همین تربیت عمیق که سالهاست در وجودش ریشه گرفته و ممکن است اشتباهاتی را در زندگی مشترک مرتکب شود، هر چند که این اشتباهات و رفتارها عدلی نیست اما به هر حال با عکس العمل‌های غیرقابل پیش بینی ممکن است از طریق همسرش مواجه شود که این رفتارهای ناراحت کننده عمیقاً ریشه دو رفتارها و برخورداری پس از ازدواج زن نسبت به همسرش دارد.

هر قدر هم در مورد تفاوت‌های خانم‌ها و آقایان بگوییم، کم گفته ایم. گاهی حتی ساده‌ترین رفتارهای این دو جنس که می‌خواهند با آرامش زیر یک سقف زندگی کنند، زمینه را برای جنگ‌های زن و شوهری فراهم می‌کند. بزرگترین و مهم‌ترین اشتباهی که زن‌ها مرتکب می‌شوند بهانه‌گیری است که علت آن عدم آگاهی از نقش جنسیتی خودشان است. زن و مرد در زندگی مشترک نقش‌هایی مختلف به خودشان دارند که علم آگاهی و شناخت از این نقش‌ها منجر به بروز مشکلات بسیار رایج جامعه امروز است. خانم‌ها، حواستان به جایگاه اصلی‌تان باشد

در روزگاری که در آن به سر می‌بریم بسیاری از زنان تمایل دارند نقش‌های مردانه را داشته باشند و یا به عبارتی ساده‌پاشان را از گیم خود درازتر می‌کنند و در رفتارها و کارهای همسرشان دخالت می‌کنند به طوری که نقش مرد را بدون به نقض زنانه‌گی و اصلی خود پیوند می‌زنند. زمانی که زن به سمت نقش‌های

جنسیتی مردانه می‌روند طبیعتاً مردها نیز به سمت نقش‌های جنسیتی زنانه کشیده می‌شوند و در نهایت این عمل، خانواده کار کرد خود را از دست داده و دچار اختلال می‌شود، اما هیچ کدام اطلاعی ندارند مشکلی که در زندگی امروز برایشان پیش آمده ریشه در کجا دارد. مدیریت بانک؟ بسیاری از زنان تصور می‌کنند وضعیت اقتصادی و مدیریت آن ربط زیادی به همسرشان ندارد و خودشان را در دخالت در این موضوع آزاد می‌بینند. خصوصاً اگر همسرشان کارمند هم باشد آنچه است که حتی فیش حقوقی او را هم کنترل می‌کنند اما خدا نیاسورد روزی را که برای شوهر خود پول تو جیبی هم تعیین کنند. بررسی امور اقتصادی خانواده امری کاملاً مرانه است و در صورتی که زن بخواهد در بخش اقتصادی خانواده تسلط پیدا کند فشار زیاد ناخواسته‌ای به خودشان وارد می‌کند چرا که این نقش مرانه با روحیه‌شان سازگاری ندارد و این

آسیب تا حدی است که زن زیبایی ذاتی خودش را از دست می‌دهد که این عامل مغریه بروز خلاءهایی در وجود مرد می‌شود تا جایی که در جهت پر کردن این خلاءها از هر راهی وارد عمل شود. با صدای بلند حرف نزنید! یکی از بزرگ‌ترین اشتباهاتی که ما زن‌ها در مقابل آقایان انجام می‌دهیم این است که با صدای بلند فکر می‌کنیم. همین اتفاق باعث می‌شود که یک مرد در جلسه مشاوره به راحتی بگوید: از اینکه همسرم دهانش را باز می‌کند و هر چی توی سرش می‌گذرد را با صدای بلند بیرون می‌ریزد بدم می‌آید، یا اینکه این موضوع را به عنوان یکی از اصلی‌ترین مشکلاتی که با همسرش دارد مطرح کند: می‌دانید چه چیزی من را خیلی عصبانی می‌کند؟ وقتی زن‌ها از یکدیگر مراحل حل مشکل با صدای بلند می‌گذرند، تمام کارهایی که باید آن روز انجام بدهند را لیست می‌کنند. این باعث می‌شود از اتاق فرار کنیم. مشکل تفاوت‌هایی است که بین مردها و زن‌ها وجود دارد. مردها "راه‌حل

توقع را خواهد داشت که به جای وی تصمیم‌گیری نکند و اصطلاحاً برایش «مادری» نکند یعنی مدام امور روزانه مثل، صبحانه خوردن، غذا خوردن، پرداخت قبوض و خصوصاً تلفن زدن هنگام رسیدن به محل کار را به وی یادآوری نکنند، چرا که بی‌حافظه و فراموشکار بودن مردان فرضی زنانه است که ممکن است خطر آفرین باشند. مردان در ذهنشان فکر می‌کنند گاهی تغییرهای خودمان را از صحبت‌های یک مرد واقعتاً می‌دانیم ولی در اصل این طور نیست مثلاً اگر یک مرد خسته است به این معنا نیست که حوصله تو را ندارد بلکه واقعاً خسته است، وقتی می‌گوید من هنوز گرسنه‌ام به این معنا نیست که دست پخت تو را دوست ندارد بلکه یعنی هنوز سیر نشده است.

اگر مردی می‌گوید پول ندارم به این معنا نیست که می‌خواهد به شما کم بدهد و برای خانواده‌اش خرج کند بلکه یعنی پول ندارد. یعنی اگر یک مردی حرفی می‌زند ما زنان حرف‌های او را تعبیر می‌کنیم و باورمان هم این است که آن تعبیرها واقعی بوده و منظورش همین تعبیرهای ماست و نه آنچه واقعاً خودش می‌گوید. توصیه همه مشاوران و روان‌شناسان خانواده عمدتاً این خواهد بود که زنان در جهت تغییر رفتار خود بکوشند یعنی اگر واقعاً به ادامه زندگی مشترک خود علاقه دارند هر چه سریعتر و مؤکداً مطابق میل همسر خود رفتارهایشان را تغییر دهند. بهتر است زنان از دخالت در امور و انجام کارهایی که همسرشان به تنهایی می‌تواند انجام دهد پرهیز کنند مثلاً یک فرد بی‌فکر و بی‌خیال با وی رفتار نکنند بلکه با تصحیح رفتار و عملکرد خود به همسرشان تلقین کنند که وی تنها فرد مورد اطمینان آنها در زندگی مشترک است و تکیه‌گاه اصلی آن‌ها نیز در این زندگی فقط قدرتمند بودن همسرشان است.

ایجاد فضای روانی سالم با دوری از کینه‌توزی



کینه ورزی انرژی بسیاری بیشتری نسبت به گذشت می‌گیرد؛ سعی کنید فضای روانی و ذهنی خود را از کینه پاک کنید. همه ما حتماً در زندگی با افراد منفی و بدخلق روبرو شده‌ایم. این افراد همیشه با نظرات ما مخالف هستند. در پس همه افراد تضادهایی وجود دارد و یک امیر طبیعی است. اما نکته مهم چگونگی برخورد با این تضادها و با این افراد است. در این شرایط هر شخص ممکن است عکس‌العمل از خود نشان دهد و گاهی برای دفاع از خودمان به مقابله برخیزیم. اما چه چیز باعث بروز این رفتار می‌شود؟ ممکن است بعضی موقع‌ها بی‌رحمانه شما را قضاوت کنند و برخورد نامناسبی در آن لحظه به شما صورت گیرد اما بهترین راه حل خونسردی و ترک محل است. این کار آسان نیست، اگر آسان بود اصلاً افراد منفی و بدخلق وجود نداشتند و هیچ چیز باعث رنجششان نمی‌شد. هنگامی که ما جواب بدی را با بسدی می‌دهیم درونمان به هم می‌ریزد و از نظر روحی و روانی نیز دچار غم و اندوه می‌شویم. رفتار منفی دیگران بازتاب درونشان است که غدد خارجی پیدا می‌کند. اغلب زندگی مردم آنقدر خسته کننده و بی روح است که می‌خواهند دیگران را نیز در آن سهیم کنند.

باید به یاد داشته باشیم که، خشم، خشم را می‌پروراند به همین دلیل خیلی به ندرت پیش می‌آید که عکس‌العمل در مقابل شخصی منفی نتیجه خوبی داشته باشد. این کار فقط آتش خشم را شعله ور می‌کند و واکنش منفی تر شخص را به دنبال دارد، اگر ما بدون درنگ واکنش نشان دهیم، انرژی خود را صرف دفاع از خود کرده‌ایم و از نظر روانی احساس می‌کنیم که باید برای دفاع از خود دست به مقابله بزنیم. وقتی تلاش می‌کنید که کینه به دل نگیرید، در مورد تمام تأثیرات جسمی منفی کینه و عصبانیت و همچنین سایر اثرات منفی کینه روی احساسات خود فکر کنید. کینه و عصبانیت باعث بروز استرس می‌شود که زخم‌های گوارشی، سردرد، افزایش فشار خون و در طولانی مدت حتی مشکلات قلبی را به دنبال دارد. موضوع اینجاست که شما را عصبانی کرده و نسبت به آنها کینه دارید، ممکن است حتی به شما، احساسات و افکارتان فکر هم نکنند پس چرا بیشتر انرژی عاطفی و روحی خود را به آنها اختصاص می‌دهید؟ بخشش دیگران رفتار آنها را توجیه نکرده. بخشش، حقایق را تغییر نمی‌دهند بلکه بخشش باعث می‌شود درک کنید همه افراد، ممکن اشتباه کنند و با بخشش اشتباهات آنها در اصل به خودتان آرامش می‌دهید، چون استحقاق آن را دارید و در کل از خیر موضوع بگذرید و آن را در حاشیه قرار دهید.

مبتلایان به وسواس سختگیر، ریزین و حاشیه‌بین هستند!

شیرگاز، قفل شدن در، بسته شدن درب و... است و نسبت به انجام قطعی چنین اموری، همواره با شک و تردید مواجه است. اساساً نمی‌توان یک عامل خاص را برای این اختلال روحی و روانی در نظر گرفت و در واقع این اختلال رفتاری وابسته به عوامل بسیاری است. اما با این اوصاف سه عامل در ظهور و بروز این بیماری موثر است، نخست محیط اجتماعی فرد از عوامل موثری است که می‌تواند باعث وسواس شود. بطور مثال ممکن است فرد در محیطی زندگی کند که کارها عموماً در آن به درستی انجام نمی‌شود یا بهداشت آنطور که باید رعایت نمی‌شود و این شرایط به تدریج باعث می‌شود فرد نسبت به محیط پیرامونی خود بدبین و دچار وسواس عملی یا فکری و کنترلی شود. عوامل ژنتیکی و نوع تربیت و آموزش از دیگر مولفه‌های اثرگذار است که می‌تواند باعث بروز اختلال رفتاری وسواس شود.



روانی برای فرد می‌شود. گاهی خرافات و تکرار آن به تشدید و حاد شدن وسواس فکری می‌انجامد، به عنوان نمونه فرد گمان می‌کند که اگر از یک مسیر خاص یا معابری در حاشیه خیابان تردد کند اتفاق ناگواری برای خانواده او رقم می‌خورد. این افکار بی پایه و اساس علاوه بر آزار فرد باعث می‌شود تا فرد درگیر تخیلات بی پایه و اساس شود و زندگی شخصی او تحت تأثیر این افکار آزار دهنده قرار گیرد و به وقع نوعی از فرسایش روحی و روانی در فرد بیمار پدیدار می‌شود که عدم مهار و کنترل آن می‌تواند زندگی او را با کندی و مسائل حاشیه‌ای مواجه سازد. البته نظم و قاعده‌مندی یکی از ویژگی‌های شخصیتی است که بر برخورداری از آن یک حس محسوب می‌شود اما افراد در این نوع وسواس و شدت آن نسبت به درمان آن اقدام می‌کنند. عزم فرد بیمار و خانواده و اطرافیان فرد مبتلا به وسواس نیز نقش بسزایی در درمان آن ایفا می‌کند زیرا بخش قابل توجهی از درمان این اختلال رفتاری و روانی به افکار و ذهنیات درونی فرد، وابسته است و به عبارت دیگر تأثیرگذارترین عامل در درمان این بیماری به خود بیمار بازمی‌گردد.

وسواس یکی از ناهنجاری‌های رفتاری است که علاوه بر آزار فرد مبتلا، موجب بروز مشکلات بسیاری برای اطرافیان نیز می‌شود. وسواس یک بیماری روانی است که در آن فرد مبتلا نسبت به پاکی اشیاء بسیار بدگمان است و با اقدام به شستشوی بیش از اندازه و نامتعارف وسایل و محیط پیرامونی خود در پاکیزگی و نظافت خویش افراط به خرج می‌دهد. البته برخی گمان می‌کنند که وسواس صرفاً به شستشوی بیش از اندازه اطلاق می‌شود در صورتی که وسواس صرفاً به پاکیزگی و یا حساسیت در پاکی محیط پیرامونی فرد مبتلا اطلاق نمی‌شود بلکه وسواس فکری نیز نوعی دیگر از این بیماری است که ممکن است در چهار دسته به این نارسایی روحی، روانی را با مشکلات بسیاری همراه سازد. بیماری و اختلال رفتاری مورد اشاره به دو دسته تقسیم می‌شود که هر کدام از موارد ویژگی‌هایی خاص به خود را دارد که باید بصورت مجزا به آن پرداخته شود. وسواس اجباری و شخصیت‌وسواسی دو گونه متفاوت از این نوع بیماری محسوب می‌شود که در آن فرد مبتلا درگیر حساسیت‌هایی آزار دهنده می‌شود که در موارد حاد می‌تواند باعث آزار بسیار اطرافیان و فاصله گرفتن از فرد بیمار شود. مبتلایان به این نوع از بیماری، سختگیر، ریزین و حاشیه‌بین هستند و غالباً نمی‌توانند در تصمیم‌گیری‌ها قاطعانه رفتار کنند و همواره با تردیدهای بسیار در تصمیم‌گیری‌ها مواجه می‌شوند و به نوعی آن ثبات لازم در رفتاری این افراد دیده نمی‌شود. کسانی که دچار اختلال

برای پیشگیری از افسردگی احساسات شما به معاینه نیاز دارد

می‌شود در صورتی که خواب کم عملکرد مغز را مختل کرده و تمرکز را کاهش می‌دهد. خواب طولانی مدت موجب می‌شود فرد وارد مرحله REM خواب شود که با کاهش سروتونین (ماده‌ای در مغز بیماران افسرده) در مغز همراه است. مواردی همچون آلودگی هوا، در معرض دود سیگار بودن و کمبود آهن تأثیر قابل توجهی در حالت افسردگی دارد.



که تأثیر مستقیمی روی سلامت فیزیکی و روانی فرد دارد. خوابیدن به اندازه کافی می‌تواند از افسردگی جلوگیری کند. خواب کافی موجب تمرکز بیشتر و عملکرد بهتر مغز می‌شود.

حتی زمانی که حوصله کسی را ندراید و یا دوست ندارید با کسی هم کلام شوید به افسردگی مقطعی دچار شده‌اید. برای پیشگیری از حالت افسردگی باید نوع نگاه به زندگی را تغییر داد، باید فرد مثبت‌نگری باشد و اتفاقات بد پیرامون خود را به خود نسبت ندهد. باید به راحتی از اتفاقات ناخوشایند بگذرید و فرد انعطاف‌پذیری باشید. ارتباط داشتن با دیگران و در میان گذاشتن اتفاقات روز و مشکلات با آنها نیز می‌تواند تأثیر به‌سزایی در روحیه فرد داشته باشد. نباید اتفاقات را تنها برای خود نگه داریم، ارتباط داشتن با دیگران و در میان گذاشتن اتفاقات روز و مشکلات با آنها نیز می‌تواند تأثیر به‌سزایی در روحیه فرد داشته باشد. نباید اتفاقات را تنها برای خود نگه داریم، ارتباط داشتن با دیگران و در میان گذاشتن اتفاقات روز و مشکلات با آنها نیز می‌تواند تأثیر به‌سزایی در روحیه فرد داشته باشد. نباید اتفاقات را تنها برای خود نگه داریم، ارتباط داشتن با دیگران و در میان گذاشتن اتفاقات روز و مشکلات با آنها نیز می‌تواند تأثیر به‌سزایی در روحیه فرد داشته باشد.

دور عادت‌های غلط خود را خط بکشید



در بسیاری از مواقع بدلیل عادت به انجام برخی از رفتارها با وجود اطمینان از نادرستی آن، خود را به دردسر می‌اندازیم. در بسیاری از مواقع بدلیل عادت به انجام برخی از رفتارها، اتفاقاتی برایمان رخ می‌دهد که نتیجه منفی آن دردسرساز می‌شود. اغلب افراد با اصرار ورزیدن به انجام عادت‌های غلط خود، مسبب تمام ناکامی‌های زندگی خودشان هستند اما در هنگام مواجهه با شکست دیگران را مقصر می‌دانند. به جای اینکه دیگران را در شکست‌هایمان مقصر بدانیم بهتر است واقع بینانه رفتارهای غلط خود را اصلاح کنیم چرا که وقتی با روند درست در زندگی پیش می‌رویم قطعاً درصد کاهش یافته و موفقیت‌ها افزایش می‌یابد. ذهن متغیر بسیار قدرتمند است. از برجسته‌ترین قدرتهای ذهن متغیر، مقاوم بودن در مقابل تغییرات است به همین دلیل ترک عادت بسیار سخت بوده و اغلب افراد با سخت شدن اراده، ترک عادت به شکست در شکستن عادت‌های غلط مواجه می‌شوند. تغییرات در عادت‌های غلط رفتاری را با هنجارشکنی یا قانون شکنی اشتباه گرفت زیرا هدف از تغییرات شکستن عادت‌های غلط و انجام‌دهای ذهنی است.

تقویت روحیه بوسیله همدلی



یکی از مواردی که موجب تقویت روحیه و روابط اجتماعی میان افراد می‌شود، همدلی و هم‌دردی خصوصاً در زمان ایجاد مشکلات است. همدلی در زندگی موجب تقویت روحیه شده و باعث می‌شود تا مشکلات از نگاه دیگران دیده شود، در نتیجه تسریع در حل مشکل شده همچنین باعث تقویت و استحکام روابط بین افراد می‌شود. افزایش مسئولیت‌پذیری در برابر دیگران، احساس درک شدگی توسط اطرافیان از دیگر مزایای همدلی میان افراد بوده که پرهیز از قضاوت و پیش داوری‌های نادرست، پذیرش افراد همانگونه که هستند، تصور خود به جای دیگران در شرایط بحرانی و گوش دادن به درد و دل‌های شخص از جمله راه‌های تقویت همدلی است. به یاد داشته باشیم که هنگام همدلی و هم‌دردی با افراد آن‌ها را سرزنش و نصیحت نکرده هم چنین با نگاه ترحم‌آمیز و دلسوزانه در مورد او قضاوت و نگاه نکنیم، مشکلات شخص را کوچک شمارده و به او اطمینان داده که فرد امینی برای شنیدن مشکلات و مسائل وی هستند. همدلی رفتار پسندیده‌ای بوده ولی نباید در انجام آن زیاده‌روی موجب سوء استفاده برخی شده و همچنین از افرادی که پیوسته باعث پأس، ناامیدی و دل‌سردی نسبت به این کار و دیگران می‌شوند، دوری کنید.

جواد انصافی:

پرداختن به سنن ملی مانع گرایش جوانان به سمت فرهنگ وارداتی بیگانه می‌شود

است. مثلاً همین نوروز که یک آیین ملی است بیش از ۲۰ مسأله محتوایی مهم دارد. با همین جشن تیرگان، مهرگان و چهارشنبه سوری نیز هر یک محتوای بسیار خوبی دارند که رسانه‌ها باید مردم را نسبت به این محتوای خوب آگاه کنند.

وی متذکر شد: این آیین‌ها سرشار از ابعاد معنوی هستند؛ مسأله‌ی نظیر انسان دوستی، صلح، رحمت، کمک به هم نوع، احترام به بزرگترها و... در آیین و سنن ملی و دینی ما به کرات یافت می‌شود.

کارگردان نمایش «سلم شوربا» و «عروس فزاری» در پایان این گفتگو اظهار داشت: ما باید در رابطه با بزرگان تاریخ و دین و آیین و سنن مان کار کنیم. اگر این اتفاق رخ بدهد آن وقت می‌توانیم اثرات مثبت آن را در جامعه و به ویژه نسل جوان متوجه شویم. ما نباید اجازه دهیم فرهنگ وارداتی غربی مانند هالووین و ولنتاین و کریسمس وارد کشورمان شود و آیین‌های باحتوا و ارزشمند خودمان را کسی نشناسد. ما باید آیین و سنن مان را از طریق تولیدات سینمایی و تلویزیونی و همچنین برگزاری جلسات مکرر به مردم انتقال دهیم و تردید نداشته باشیم که نسل جوان تشنه آگاه شدن و فهمیدن هستند و از این کار ما استقبال می‌کنند.



فیلم سینمایی، تئاتر، سریال و... شوند.

این هنرمند پیشکسوت خاطرنشان کرد: تا کسی روی آیین و سنن تحقیق و پژوهش نکرده باشد و مطالعه جدی در این زمینه نداشته باشد نمی‌تواند به عمق و محتوای آن‌ها پی ببرد. بنده سال‌ها روی آیین‌ها کار کردم و حتی چندین جلد کتاب در این باره نوشتم. وقتی ما به هر یک از این آیین‌ها وارد می‌شویم تازه می‌فهمیم که چقدر مسائل محتوایی درون آن‌ها نهفته

کنند ادامه داد: متأسفانه کلاً نه مطبوعات نه سینما و نه صدا و سیما روی آیین و سنن ملی و دینی مانور نمی‌دهند و کم کاری شدیدی در این حوزه دارند. انصافی در همین راستا تأکید کرد: این کم کاری در حالی است که آیین‌های ما به شدت پر محتوا هستند و هر یک جنبه‌های نمایشی زیادی دارند و اگر مسئولان فرهنگی حمایت کنند هر یک از این آیین‌ها می‌توانند دستمایه تولید ده‌ها فیلم مستند،

سینماپرس: جواد انصافی گفت: پرداختن به آیین و سنن ملی و دینی مانع گرایش جوانان و نوجوانان به سمت فرهنگ وارداتی بیگانه می‌شود؛ این نکته مهمی است که بسیاری از مدیران فرهنگی نسبت به آن ناآگاهند!

جواد انصافی پژوهش‌گر، نویسنده، بازیگر و کارگردان نمایش‌های آیینی سنتی در آستانه روز شعر و ادبیات آیینی در خصوص اهمیت توجه به هنر آیینی و سنتی گفت: پرداختن به آیین و سنن ملی و دینی مانع گرایش جوانان و نوجوانان به سمت فرهنگ وارداتی بیگانه می‌شود؛ این نکته مهمی است که بسیاری از مدیران فرهنگی نسبت به آن ناآگاهند!

بازیگر سریال‌های تلویزیونی «ستوران» و «غیر محرمانه» در گفتگو با خبرنگار سینماپرس افزود: آیین و سنن آنقدر مهمند که حتی باید در دانشگاه‌ها هم چند واحد درسی در خصوص آیین‌ها داشته باشیم. ما کشوری مسلمان هستیم که سرشار از آیین‌های دینی و ملی ارزشمند سینمایی ما بخش عمده‌ای از مردم این آیین‌ها را نمی‌شناسند و دلیل آن عدم پرداختن مسئولان فرهنگی به این آیین‌ها است. وی با بیان اینکه رسانه‌ها نیز در حوزه ترویج آیین و سنن بسیار کم کاری می‌

جشنواره جهانی دانشجویان از «پسر انسان» تقدیر کرد



ایرنا: فیلم سینمایی «پسر انسان» به کارگردانی سپیده میرحسینی و تهیه‌کنندگی مشترک میرحسینی و وحید دلیلی موفق به کسب دیپلم افتخار از جشنواره تأثیر جهانی دانشجو شد.

به گزارش روابط عمومی پروژه، جشنواره تأثیر جهانی دانشجو (St - dent World Impact Film Festival) معروف به «SWIFF» رویدادی بین‌المللی است که با تمرکز بر فیلم‌های دانشجویی هر سال در نیویورک آمریکا برگزار می‌شود و از بهترین آثار در این حوزه تقدیر می‌کند.

فیلم سینمایی «پسر انسان» که اولین فیلم سینمایی سپیده میرحسینی است، موفق به کسب دیپلم افتخار از این جشنواره شد. در جشنواره تأثیر جهانی دانشجو ۲۰۲۳ بیش از ۱۵ هزار فیلم از هنرمندان ۱۲۰ کشور به نمایش درآمد. این جشنواره که مهم‌ترین هدف خود را توانمندسازی فیلمسازان می‌داند، فرصتی فراهم می‌کند تا فیلمسازان بتوانند با همکاری این جشنواره فیلم بلند بعدی خودشان را تولید کنند و همچنین دسترسی ویژه‌ای جهت توزیع فیلم سینمایی «پسر انسان» در Amazon Prime Video پلتفرم بین‌المللی در اختیار تهیه‌کنندگان قرار داده است. سرمایه‌گذار این فیلم وحید دلیلی است.

اکران «پسر انسان» از روز چهارشنبه، ۷ تیر ۱۴۰۲ در سینماهای منتخب گروه هنر و تجربه آغاز شده است. فیلم «پسر انسان»، داستان زنی به نام آذر است که بعد از به دنیا آوردن دخترش تغییر جنسیت می‌دهد و او را در نقش پدر، بزرگ می‌کند. حالا ۱۸ سال گذشته و... بهنام شرفی، لیلا زارع، مجید پتکی، پریا مردانیان و هادی افتخارزاده در این فیلم به ایفای نقش پرداخته‌اند. نویسندگی «پسر انسان» به صورت مشترک توسط پناه خدایاری و سپیده میرحسینی انجام شده است. دیگر عوامل فیلم عبارتند از مدیر فیلمبرداری: شهرام نجاریان، طراحی و ترکیب صدا: بهروز معاونیان، صدابردار: فرزانه معاونیان، آهنگساز: پیام آزادی، تدوین: نوید منصور قناعی، دستیار یک و مدیر برنامه ریزی: یوسف طاهریان، منشی صحنه: پونه خامین، موسیقی موزیک بند: اشکان نعیم، چهره پرداز: پروین نویدی، اصلاح رنگ و نور: سامان مجد وفاپی، طراحی لباس: مریم قاسمی، طراحی صحنه: پگاه آذر کمان، جلوه‌های ویژه: محمدمهدی سخنور، مصطفی مطوری، مجریان طرح و مدیران تولید: وحید دلیلی و سپیده میرحسینی، طراحی پوستر: طاهرا ذاکر، عکاس: پوریا نوری، روابط عمومی: زهرا نجفی.

با صدور پروانه ساخت:

علیرضا معتمدی سراغ «دختر پری خانوم» می‌رود

با صدور پروانه ساخت فیلم سینمایی «دختر پری خانوم» به نویسندگی، کارگردانی و تهیه‌کنندگی علیرضا معتمدی این فیلم به زودی وارد مرحله پیش‌تولید خواهد شد. به گزارش خبرگزاری مهر به نقل از روابط عمومی پروژه، سازنده فیلم‌های سینمایی «رضا» و «چرا گریه نمی‌کنی؟» سومین فیلم خود را نیز در همان حال و هوای ۲ فیلم قبلی جلو دوربین خواهد برد. علیرضا معتمدی در یادداشتی کوتاه در صفحه شخصی خود به این نکته اشاره کرده است که مراحل دریافت پروانه ساخت «دختر پری خانوم» یک سال و یک هفته طول کشیده و او در این مدت و مخصوصاً در شش ماه گذشته دشواری‌های زیادی را از سر گذرانده است. وی همچنین در این یادداشت گفته در تلاش است تا با رفع موانع، فیلم قبلی‌اش «چرا گریه نمی‌کنی؟» را به نمایش عمومی درآورد. «چرا گریه نمی‌کنی؟» دومین فیلم علیرضا معتمدی سال گذشته با حواشی زیاد در جشنواره فیلم فجر به نمایش درآمد.

سریال داود میرباقری وارد فاز «ایران باستان» می‌شود

سریال «سلمان فارسی» به کارگردانی داود میرباقری به زودی وارد فاز «ایران باستان» می‌شود. در این فاز قرار است تعدادی بازیگر جدید به این پروژه اضافه شوند که حسین یاری یکی از آن‌هاست. به گزارش فیلم‌نوز، سریال سلمان فارسی به کارگردانی داود میرباقری در سه فصل بیژنس، ایران باستان و حجاز صدر اسلام تولید می‌شود. تصویربرداری فصل بیژنس که از یازدهم دی ماه سال ۱۳۹۸ آغاز شده بود، به تازگی به پایان رسید و قرار است با پشت سر گذاشتن مراحل پیش‌تولید، به زودی تصویربرداری فصل ایران باستان آغاز شود. در این فصل تعدادی بازیگر جدید به جمع بازیگران سریال اضافه شده‌اند. حسین یاری یکی از بازیگران اصلی این فصل است. نام او به تازگی در صفحه ویکی‌پدیا سریال به جمع بازیگران اضافه شده است. این بازیگر تاکنون در تعدادی سریال تاریخی - مذهبی از جمله «مردان آنجلس»، «مریم مقدس (س)» و «فرستاده» به ایفای نقش پرداخته است. یاری علاوه بر این در چند سریال تاریخی دیگر از جمله «روشن‌تر از خاموشی»، «شهر آشوب»، «شب دهم» و... نیز بازی کرده است.

سلمان فارسی نخستین تجربه همکاری حسین یاری با داود میرباقری است. این سریال از محصولات مرکز سینمافیلم است که در ۶۰ تا ۶۵ قسمت آماده بخش می‌شود.

به سرگروهی «پردیس ملت»:

«بعد از رفتن» به اکران عمومی می‌آید

سینماپرس: قرارداد اکران عمومی فیلم سینمایی «بعد از رفتن» ساخته رضا نجاتی در چهاردهمین جلسه شورای صنفی نمایش به ثبت رسید. قرارداد سرگروهی فیلم سینمایی «بعد از رفتن» به کارگردانی رضا نجاتی و تهیه‌کنندگی محمود باپانی با بخش «شهرزنگ» به سرگروهی پردیس ملت» ثبت شد. «بعد از رفتن» یک درام اجتماعی با نگاهی تازه به مسائل روز جامعه است که برای اولین بار در چهل و یکمین جشنواره فیلم فجر نمایش داده شد. صابر ایر، سارا بهرامی، پوریا رحیمی نسام، با هنرمندی پانته‌آ پناهی‌ها و با حضور: بهرام شاه محمملو، احترام برومند و روشک گرامی و بازی: یستا میرطهماسب، عرفان ناصری، خسرو احمدی، الهه افشاری، محمد ساریان، بازیگر کودک حامی ترابی، بازیگران این فیلم هستند. همچنین در چهاردهمین جلسه شورای صنفی نمایش مقرر شد با فرارسیدن ایام دهه اول محرم اکران فیلم‌های کمدی از روز پنجشنبه ۲۹ تیر در سینماهای سراسر کشور متوقف شود. اکران دیگر فیلم‌های هر پروژه همچنان ادامه خواهد داشت و وضعیت فعالیت سینماها همزمان با روزهای تعطیل رسمی، متعاقباً اطلاع رسانی خواهد شد.



برای شما محقق می‌شود و تلفیق استعداد ذاتی با چیزی اکسپاتی که یاد می‌گیری مانند شناخت موقعیت می‌تواند از شما یک کمدین خوب بسازد.

بازیگر مجموعه تلویزیونی دزد و پلیس (سعید اخاقتی ۱۳۹۱) با تأکید بر این که نقش کمدی یا جدی برایش تفاوتی ندارد، خاطرنشان کرد: این روزها چیزی را دوست ندارم آن هم به دلیل ناکامی‌هایی که در شغلم تجربه کرده‌ام و به این دلیل که زحمتی که کشیدم به اندازه خروجی‌ای که دیدم نبود و اندازه استعدادم از من استفاده نشد و به این دلایل خسته‌ام. ولی همه نقش‌ها را دوست دارم اگرچه عقیده دارم که کمدی سخت‌تر است. پرور در توضیح چرایی سخت‌تر بودن کار کمدی، گفت: چون من می‌توانم قصه زندگی‌ام را بگویم و شما، های‌های گریه کنید اما خندانان کار هر کسی نیست؛ همیشه شاد کردن سخت‌تر از به گریه انداختن است.

بازیگر مجموعه نمایشی خوب بد زشت (منوچهر هادی ۱۳۹۳) در پاسخ به این سوال که کدام اثر را در کارنامه کاریمان بیشتر دوست دارید، گفت: بوتاکس (کاوه مظاهری ۱۳۹۹). چون کاری دلسی بود و تیم خیلی خوبی در کنار هم بودیم و بوتاکس ایده آل‌ترین ترکیب از منظر شرایط انسانی را داشت. بزنگاه هم این گونه بود و دوستش دارم. وی با اشاره به آخرین کار خود در حوزه تصویر گفت: آخرین کارم در سینما بوتاکس و در تلویزیون خداداد (علی غفاری ۱۴۰۱) بوده است.

سوسن پرور: بازیگر جراح روح است



آیا برای ایفای نقش کمدی پتانسیل ذاتی کافی است یا ملزوماتی درونی هم لازم دارد، بیان کرد: من کمدین هستم. قسمت زیادی از کمدی ذات و شناخت و درک موقعیت است. بعضی وقت‌ها ذات شما بانمک است و می‌توانید ادای آدم‌ها را بخوبی دربردارید اما این موضوع برای این که کمدینی جاودانه باشید و همیشه بتوانید کمدی خلق کنید راهگشا نیست.

وی افزود: وقتی موقعیت‌ها را خوب بشناسی و بتوانی در تناقض موقعیت یک فضای را خلق کنی بستری از کمدی

تاسیس می‌کنم که بی‌نیس نیست. تلفیق این دو قابل پذیرش است اما به صورت تک تک هیچکدام قابل پذیرش نیست. پرور با تأکید بر این موضوع که ورودش به سینما اتفاقی نبوده است، اظهار داشت: قبل از آن سال‌ها تئاتر کار می‌کردم تا این که یکی از این نمایش‌ها را آقای عطاران دید و پس از آن من را برای سریال خودشان انتخاب کردند و این شروع دیده شدن من بود. بازیگر مجموعه تلویزیونی بزنگاه (رضا عطاران ۱۳۸۷) در پاسخ به این سوال که با توجه به تکرار کارهای کمدی در کارنامه‌اش

پرویز پرستویی بار دیگر شاکلی شد این بار از سیروس الوند

پرویز پرستویی:

آقای الوند آبروی من رفت؛ «آنجا همان ساعت» را اکران کن

مثل نوبت اکران و کرونا و... وجود داشته ولی شما به عنوان تهیه‌کننده و کارگردان هنوز فرصت پیگیری نداشتید و گویا اصلاً برایشان آبروی بنده نزد سرمایه‌گذار و اسپانسر مهم نیست و وقت برای پیگیری اکران فیلم را ندارد.

پرستویی در پایان گله‌هایش نوشته: «از شما هنرمند پیشکسوت عاجزانه تقاضا دارم اگر فرصت کردید و لابلای دعوت‌های مکرر و حضور پی در پی در مراسم‌های مختلف، وقتی هم برای اکران این فیلم از دست رفته مظلوم و برگشت سرمایه، سرمایه‌گذار و حقوق معنوی گروه خوب فیلم باشید. جسارتاً باز تأکید می‌کنم، کلیت اینستود در ۹۳ سالگی هنوز پشت دوربین می‌رود و صد حرف که شما چقدر زود خسته شدید! البته می‌توانستم این مطلب را حضوری یا تلفنی با شما مطرح کنم. که بارها از شما خواهش کردم و بارها شما ظفره رفتید. آرزوی سلامتی برای شما.» حالا منتظریم تا واکنش سیروس الوند را نسبت به صحبت‌های پرویز پرستویی بخوانیم و ببینیم ماجرا از چه قرار بوده است.



«مدیرعامل گروه صنعتی فیلتر سرکان» تقاضا کردم که برای حمایت این فیلم اسپانسر شوند که شدند، بدون دریافت وجهی بابت آوردن سرمایه و اسپانسر! او در ادامه نوشته: «هنوز بخشی از دستمزد را هم نگرفته‌ام که اصلاً مهم نیست! الان درست ۵ سال از ساخت فیلم می‌گذرد، حتی پروانه نمایش هم دارد! خود بنده با چند نفر از دوستان بخش که آخرین آقای مرتضی شایسته است صحبت کردم. اگرچه مشکل اکران فیلم‌ها،

سرمایه‌گذار و اسپانسر برای حل مشکلات این فیلم صحبت به میان آورده: «جناب‌عالی ضمن کارگردانی، تهیه‌کننده آن فیلم هم بودید، متهمی بدون سرمایه! که موجب شد برای اینکه پراحتی فیلمتان را بسازید، از دوست عزیز و نازنینم آقای هادی قندی «تهیه‌کننده تلویزیون و برنامه خوب خوشا شیراز و من و شما» تقاضا کردم که سرمایه‌گذار این فیلم باشد، که ایشان هم با بزرگواری و بدون تأمل پذیرفتند. از دوست عزیز دیگرم آقای مهندس جراحی

پرویز پرستویی از بلاتکلیفی اکران فیلم «آنجا همان ساعت» به کارگردانی سیروس الوند گلایه کرده و در صفحه اینستاگرامش خطاب به این کارگردان نوشته که با بی‌توجهی به اکران فیلم، آبروی او را برده است. به گزارش فیلم‌نوز، سیروس الوند سال ۱۳۹۷ فیلم «آنجا همان ساعت» را با بازی پرویز پرستویی، ماهور الوند، شهرام حقیقت‌دوست و... کارگردانی کرد اما بعد از گذشت پنج سال از ساعت فیلم، هنوز خبری از اکران آن نیست. پرویز پرستویی در پستی اینستاگرامی نسبت به این مسئله واکنش نشان داد.

پرستویی خطاب به سیروس الوند نوشته: «جناب آقای سیروس الوند؛ چرا اینقدر خسته‌اید؟ کلیت اینستود با اینکه ۲۰ سال از شما بزرگتر است، در ۹۳ سالگی هنوز فیلم می‌سازد. در سال ۱۳۹۷ شما کارگردان محترم به بنده پیشنهاد بازی در فیلم آخرتان «آنجا همان ساعت» را دادید و بنده هم به حرمت شما پیشکسوت و بخصوص به اتکای فیلم خوب «یک بار برای همیشه» پذیرفتم که در خدمتان باشم.» پرستویی درباره چگونگی تعامل با



کلچین اخبار علمی و پزشکی

زنان باردار از خوردن شیرین بیان پرهیز کنند!



محققان عنوان می‌کنند زنان باردار از مصرف مقادیر زیاد شیرین بیان در طول بارداری پرهیز کنند. در مطالعه محققان مشخص شد جوانانی که در طول جنینی در معرض مقادیر بالای شیرین بیان در رحم قرار داشتند در مقایسه با دیگران عملکرد ضعیفی در تست‌های استدلال شناختی داشتند.

این اختلاف بین افراد تقریباً به اندازه ۷ نمره در IQ بود. همچنین طبق یافته محققان، افرادی که پیشتر در دوره جنینی در معرض شیرین بیان بوده‌اند عملکرد کمتری در مهارت‌های اندازه‌گیری توانایی حافظه داشتند و همچنین دارای مشکلات بیشتری از نوع اختلال بیش فعالی بودند.

همچنین در مورد دختران، زودتر از موعد به بلوغ می‌رسند. در این مطالعه محققان دانشگاه هلستیک فنلاند ۳۷۸ نوجوان ۱۳ ساله را که مادرشان مقادیر زیاد شیرین بیان یا مقادیر کم شیرین بیان را در طول بارداری مصرف کرده بود، مقایسه کردند. منظور از مقادیر بالا مصرف بیش از ۵۰۰ میلی‌گرم و منظور از مقدار کم مصرف کمتر از ۲۴۹ میلی‌گرم گلیسیریزین، ترکیب اصلی موجود در شیرین بیان، در هفته بود. ۵۰۰ میلی‌گرم گلیسیریزین معادل میانگین ۲۵۰ گرم شیرین بیان است. زنان باردار با زنانی که قصد بارداری دارند باید از تاثیرات مضر محصولات حاوی گلیسیریزین بر جنین آگاه باشند. در گذشته مشخص شده بود که گلیسیریزین موجب بالا رفتن فشارخون و کوتاه‌تر شدن مدت بارداری در انسان می‌شود، اما تاثیرات بلند مدت آن بر جنین قبلاً به اثبات نرسیده بود. معمولاً از شیرین بیان برای شیرین کردن محصولات خوراکی استفاده می‌شود.

خواب کم باعث سکنه مغزی زنان می‌شود

محققان علوم پزشکی در آمریکا اعلام کردند خواب منقطع در زنان میانسال آنها را در خطر ابتلا به تصلب شرایین گردنی قرار می‌دهد. دکتر ریو کا تورستون و همکارانش می‌گویند در مطالعه آنان مشخص شد خواب کوتاه و ناکافی با کیفیت پایین، زنان را در خطر ایجاد پلاک‌های آترواسکلروزی در عروق قرار می‌دهد و به این وسیله، خطر بروز سکنه‌های مغزی در آنان بالا می‌رود. در بررسی این محققان ۲۵۶ زن در دوران نزدیک به بلوغی مورد مطالعه قرار گرفتند. دوران نزدیک به بلوغی، دوران مهمی در زندگی زنان به شمار می‌رود و باید برنامه خاصی از نظر تغذیه، خواب و ورزش برای آن وجود داشته باشد. تصلب شرایین یا همان گرفتگی عروق، بدین معناست که بافت رگ‌ها سخت و باریک می‌شود، که دلایل زیادی دارد. این فرآیند پیشرفته به صورت خاموش و آرام رخ می‌دهد و معمولاً بدون درد و گسردن خون را به خطر می‌اندازد. گرفتگی عروق اصلی علت حملات قلبی، سکنه مغزی و بیماری‌های عروقی دیگر است، که به همه آنها بیماری‌های قلبی و عروقی اطلاق می‌شود. بیماری‌های قلبی و عروقی علت اصلی مرگ در آمریکا است. در سال ۲۰۲۰ بیش از ۸۰۰ هزار نفر به دلیل این نوع بیماری‌ها جان خود را از دست داده‌اند. تصلب شرایین تا سنین میانسالی و بیشتر از آن، هیچ علامتی ندارد. اما زمانی که رگ‌ها به باریک‌ترین حد خود می‌رسند، خون لخته می‌شود و باعث درد شدید خواهد شد.

صورت خود را شسته و خشک نمائید و آن را به روغن نارگیل آغشته کنید. نارگیل حاوی انواع وینامین‌ها و مواد معدنی است و می‌تواند به ترمیم بافت صورت و نیز بازسازی و جوانسازی آن بپردازد. **درمان واریس پا با نارگیل**

رگ‌های دچار واریس علاوه بر ایجاد ظاهر نازیبا بردن می‌تواند زمینه ساز سکنه مغزی و قلبی به دلیل احتمال جدا شدن لخته خونی و حرکت آن در مسیر رگ‌ها شوند به همین دلیل درمان این عارضه از اهمیت بالایی برخوردار است. **کرم مرطوب کننده دست و بدن با روغن نارگیل**

به جای خریدن کرم‌های مرطوب کننده گرانقیمت که دارای ترکیبات شیمیایی آگزی آور هستند می‌توانید از روغن نارگیل به تنهایی استفاده کنید و آن را پس از استحمام یا شستشوی دست برای رطوبت رسانی به بدن استفاده کنید. **روغن نارگیل علاوه بر ایجاد رطوبت در پوست، مانع از افتادگی و چین و چروک در آن می‌شود. خوردن روغن نارگیل به صورت خام، آبمیوه یا مخلوط با شیر برای سلامت بدن و دستگاره گوارش بسیار مفید است و مانع از ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها می‌شود.**



مدام این کار پس از مدتی سلولیت‌ها از بین می‌روند و می‌تواند به تناسب اندام مورد نظر خود دست پیدا کنید. **جوانسازی پوست صورت با روغن نارگیل**

روغن نارگیل در بسیاری از محصولات

علاوه بر رژیم غذایی سالم و ورزش برای جوانسازی پوست می‌تواند از یک ماده روغنی بسیار پرفایده نیز استفاده کنید و روند پیری پوست صورت و بدن خود را معکوس کنید.

یکی از روغن‌های گیاهی بسیار مفید برای سلامت بدن، روغن نارگیل است که می‌تواند از آن در پخت و پز، تهیه انواع نوشیدنی و شیرینی‌ها استفاده کرد، اما روغن نارگیل برای جوانسازی پوست و بدن نیز کاربرد دارد.

از جمله مزایای روغن نارگیل برای افراد می‌توان موارد زیر را نام برد:

تناسب اندام با روغن نارگیل
اگر دچار مشکل سلولیت دریا، شکم یا دست‌ها خود هستید به جای استفاده از کپسول‌های چربی سوز که برای سلامت بدن بسیار مضر است و حتی می‌تواند باعث مرگ افراد شود، می‌توانید از ماساژ پوست با روغن نارگیل استفاده کنید. به این منظور شب‌ها قبل از خواب، مقداری روغن نارگیل و عسل را با یکدیگر ترکیب کنید و مناطق دچار سلولیت را به آن آغشته کنید، با تکرار

داروهایی که با مصرفشان قلب می‌ایستد



دهنده و دستگاره‌های کمک کننده به گردش خون است. که البته برای استفاده از این وسایل بیمار باید شرایط لازم را داشته باشد.

قلب قرار می‌گیرد.

در ابتدا باید با روش‌های تشخیصی علت نارسایی قلب را مشخص کرده و بر اساس تشخیص درمان مناسب را انجام داد، مثلاً برای فردی که دچار گرفتگی رگ‌های کرون قلب است با کمک آنژیوپلاستی و روش‌های دیگر می‌توان خون‌رسانی به عضله قلب را بهبود بخشید و یا در موارد اختلالات درجه‌های قلب، با کمک روش‌های جراحی جوی پیشرفت نارسایی قلب را گرفت.

در کنار این موارد مهم‌ترین مرحله درمان دارویی نارسایی قلبی است که با توجه به شدت علائم بیمار و نوع نارسایی قلب، درمان دارویی باید در مرحله اول تشخیص برای بیمار شروع شود و در کنار آن اصلاح سبک زندگی، رژیم غذایی مناسب و کم نمک و فعالیت بدنی مناسب

با درمان سریع، جلوی پیشرفت بیماری را بگیرند.

علت دیگر این بیماری، مصرف مشروبات الکلی همچنین مصرف مواد نیروزا و هورمون‌های غیر مجاز است که در باشگاه‌های بدنسازی مورد استفاده قرار می‌گیرند. مواد مخدر و روانگردان که مناسفانه مصرف آنها در جامعه رو به افزایش است نیز از علل نارسایی قلب ایجاد کنند. برخی از انواع نارسایی قلب جنبه ژنتیک داشته و بیمار به خاطر داشتن یک ژن غیر طبیعی دچار اختلال در عضله قلب و به دنبال آن نارسایی قلبی می‌شود و توصیه پزشکان این است که خانواده بیماران که دچار انواع نارسایی قلبی با منشأ ژنتیک هستند نیز حتماً مورد بررسی‌های لازم قرار بگیرند تا در صورت داشتن مشکل مشابه،

راهکارهای طب سنتی برای درمان زردی نوزادان

دبگیری هم وجود دارد که به تجربه و در لحاظ علمی به اثبات رسیده‌اند: «آرد جو» از جمله موادی است که می‌تواند در درمان زردی مؤثر واقع شود به این صورت که آرد جوی نرم و لک شده را روی بدن نوزاد به جز روی صورت و دور ناف می‌پاشند؛ این روش همراه نوردمانی تأثیر و سرعت درمانی بیشتری خواهد داشت.

کودکی دچار زردی شد، با قرار دادن او زیر نور لامپ‌های فلورسنت می‌توان او را درمان کرد؛ درست است که نوردمانی یکی از راه‌های درمانی زردی در نوزادان محسوب می‌شود اما استفاده از نور مهربانی هیچ پایه و اساس علمی نداشته و تأثیر چندانی در درمان زردی ندارد بلکه نور فلورسنتی که به‌عنوان درمان این بیماری استفاده می‌شود، طول موج‌های خاصی دارد که لامپ‌های مهربانی این طول موج و قدرت درمانی را ندارند؛ استفاده از نور خورشید هم به‌دلیل سوزاندن پوست لطیف نوزاد توصیه نمی‌شود.



مادر استعمار داشته باشد، رفته رفته شیر در بر می‌گیرد اما رفته‌رفته قفسه سینه، ناحیه شکم، پاها و کف پا و اندام‌های تحتانی را نیز درگیر می‌کند؛ زردی در نوزادان گاهی باعث خستگی مغز و سوءتغذیه می‌شود، نوزادانی که در ۲۴ ساعت اول پس از تولد دچار این علائم می‌شوند، باید حتماً تحت آزمایش میزان بیلی‌روبین قرار گیرند البته برای احتیاط بهتر است طی ۵ روز اول تولد، کودک تحت بررسی قرار گیرد تا از عدم ابتلا به زردی در او مطمئن شوید. **نوزاد را به‌خاطر زردی از شیر مادر محروم نکنید**

زردی در برخی نوزادان ممکن است بر اثر استفاده از شیر مادر باشد؛ ۲ گروه از نوزادان هستند که با خوردن شیر مادر به زردی مبتلا می‌شوند، گروه اول بیشتر نوزادان مادرانی هستند که به طریق سزارین وضع حمل کرده‌اند و زردی به‌دلیل کم بودن شیر مادر و در روزهای اولیه تولد ایجاد می‌شود که در این حالت چنانچه تغذیه با شیر

زردی نوزادان از همان روزهای اولیه تولد آغاز می‌شود؛ علائم آن معمولاً با زردی پوست و گاهی چشم‌ها بروز می‌کند، زردی ابتدا تنها صورت را در بر می‌گیرد اما رفته‌رفته قفسه سینه، ناحیه شکم، پاها و کف پا و اندام‌های تحتانی را نیز درگیر می‌کند.

یکی از بیماری‌هایی که گاهی به‌طور جدی نوزاد و والدین او را دچار مشکل می‌کند، زردی است، به‌طور کلی بیش از ۷۰ درصد نوزادان در روزهای اولیه تولد با این بیماری دست به‌گیریان هستند که نشانگر شایع بودن آن در نوزادان است و این آمار در نوزادانی که پیش از موعد متولد شده‌اند به حدود ۸۰ درصد می‌رسد.

زردی در کودکان شامل بی‌رنگی زرد شدن پوست بدن و چشم‌ها است؛ بی‌رنگی و زردی پوست و چشم در این حالت در نتیجه بالا رفتن میزان ماده زرد رنگی به‌نام «بیلی‌روبین» در خون است و باعث تجمع این ماده در زیر پوست و زرد شدن آن می‌شود که اغلب این رنگ‌پریدگی و زردی تا بالای قفسه سینه ادامه پیدا می‌کند.

در واقع زردی یک بیماری نیست بلکه علامتی است که بالا بودن میزان بیلی‌روبین خون را نشان می‌دهد؛ زردی زیاده‌ای را می‌طلبد زیرا بالا رفتن بیلی‌روبین در خون حالتی سمی را در سیستم عصبی نوزاد ایجاد کرده و باعث بروز آسیب مغزی و در حالت پیشرفته منجر به مرگ نوزاد می‌شود.

نحوه تشخیص زردی نوزادان زردی در نوزادان از همان روزهای اولیه تولد آغاز می‌شود؛ علائم آن معمولاً با زردی پوست و گاهی چشم‌ها

روغن کنجد و روغن زیتون برای تقویت رشد مو موثر هستند



استرس و وراثت از جمله عوامل دخیل در ریزش مو است. در دو طب سنتی ایران و هند استفاده از برخی گیاهان دارویی موجب تقویت و پیشگیری از ریزش مو می‌شود. عوامل زمینه‌ای متعددی از جمله استرس، تنش‌های عصبی، وراثت، تغییرات هورمونی بدن، استفاده از ترکیبات شیمیایی آرایشی و بهداشتی و سوء تغذیه را در ریزش مو دخیل دانست.

در جوامع امروزی به دلیل افزایش تنش‌ها و فشارهای شغلی و اجتماعی و همچنین استفاده بی‌رویه از مواد شیمیایی در غالب فرآورده‌های بهداشتی و آرایشی و همچنین عدم مصرف ترکیبات طبیعی (میوه و سبزیجات) مسئله ریزش مو و ضعیف شدن فولیکول مو به امری شایع تبدیل شده است. در طب سنتی کشور هند همچنین روغن حاصل از میوه‌های هندوانه ابوجهل (حفظل) نیز باعث بهبود سیکل رشد مو شده و در ایجاد فولیکول‌های جدید در قسمت‌های دچار ریزش مو اثر مثبت دارد. عصاره دانه درخت «ساج» نیز در طب سنتی هند به منظور تسریع رویش مو و همچنین تقویت فولیکول‌های مو اثرات بسیار چشمگیری دارد و میوه‌های گیاه شیکاکای (Shikakai) هم از جمله داروهای طبیعی است که عصاره آن در کشور هند به منظور تقویت رشد مو و جلوگیری از ریزش مو مصرف طولانی داشته است. بسیاری از این گیاهان موثر و بدون عوارض فرآورده‌های شیمیایی است که از جمله آن می‌توان به برگ‌های گیاه حنا



ار تباط مصرف گوشت قرمز و اختلال روده در مردان می‌شود؛ اما این کیسه‌ها برای اکثر افراد هیچ مشکلی به وجود نمی‌آورد و تنها حدود ۵ درصد آنها، دیورتیکولیت هستند که در آن، کیسه‌ها آلوده یا ملتهب می‌شوند. در طول ۲۶ سال، ۷۶۴ مرد مبتلا به این بیماری روده‌ای شدند. خطر در میان مردانی که بالاترین مصرف گوشت قرمز را داشتند بیشتر بود. آنها در مقابل کسانی که کمترین میزان مصرف گوشت را داشتند ۵۸ درصد بیشتر مبتلا به این بیماری تشخیص داده شدند. در طول مردانی که به طور متوسط بیش از ۱۲ وعده گوشت قرمز در هفته می‌خوردند، خطر ابتلا به دیورتیکولیت ۵۸ درصد بیشتر از بقیه بود. در حالی که کسانی که به طور متوسط کمی بیش از یک وعده در هفته گوشت قرمز مصرف می‌کردند، این خطر در کمترین میزان بود.

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد مردانی که مقدار زیادی گوشت قرمز مصرف می‌کنند، بیشتر در معرض خطر ابتلا به بیماری التهابی روده قرار می‌گیرند. این اختلال که به نام دیورتیکولیت شناخته شده است، باعث درد شدید شکم، تهوع و یبوست می‌شود و می‌تواند منجر به عوارضی مانند پارگی یا انسداد در روده بزرگ شود. مطالعه جدید نشان می‌دهد در مقایسه با مردانی که گوشت قرمز را به میزان حداقل مصرف می‌کنند، در مردانی که بیشترین مقدار از آن را می‌خورند، خطر ابتلا به دیورتیکولیت ۵۸ درصد بیشتر است. مصرف بالای گوشت قرمز با خطر زیاد بیماری‌های قلبی و سرطان‌های خاص همراه است. با افزایش سن افراد، کیسه‌های کوچک در جدار روده بزرگ ایجاد

انتقاد یک ملی پوش از جوایز قهرمانان: حتی از جیمان هزینه می کنیم

ایستنا: ملی پوش تپانجه گفت: وزارت ورزش برای جام‌های جهانی تیراندازی جایزه اختصاص ندهاده است اما برای فوتبال بیست‌ها جور دیگری بودجه و جوایز اختصاص می‌دهند که جای بحث دارد...

شطرنج‌بازان ایرانی قهرمان جداول سریع و برق آسای جام بین المللی گیلان شدند



گلچین امروز: دومین دوره مسابقات بین المللی شطرنج جام گیلان با فرمانی شطرنج‌بازان ایرانی در جداول سریع و برق آسای پیگیری شد...

دوره از رقابتهای شطرنج‌بازانی از کشورهای عراق، افغانستان، قزاقستان، گرجستان و لبنان نیز حضور یافتند...

او در واکنش به پاداش کم سایر ورزشکاران نسبت به فوتبال بیست‌ها گفت: فکر می‌کنم پاداش ما یک هزارم فوتبال بیست‌ها باشد...

با حضور یک گیلانی تیم والیبال جوانان ایران قهرمان جهان شد



گلچین امروز: تیم ملی والیبال جوانان ایران با حضور یک والیبالیست گیلانی قهرمان جهان شد...

به گزارش پایگاه خبری ورزش و جوانان گیلان، در فینال بیست‌ودومین دوره مسابقات والیبال قهرمانی مردان زیر ۲۱ سال جهان در منامه بحرین، پوریا حسین پور والیبالیست ارزنده گیلانی به همراه تیم ملی والیبال ایران در یک بازی حساس به مصاف تیم ملی والیبال ایتالیا رفتند و موفق شدند به پیروزی ۳ بر ۲ برسد تا با این برد، قهرمان این رقابت‌ها شوند...

کلچین اخبار ورزشی

پیام تبریک مدیر کل ورزش و جوانان در پی درخشش والیبالیست گیلانی در جهان



گلچین امروز: جهانبخش آرمان در پیامی درخشش پوریا حسین پور والیبالیست گیلانی در بیست‌ودومین دوره مسابقات والیبال قهرمانی مردان زیر ۲۱ سال جهان را تبریک گفت...

متن پیام تبریک جهانبخش آرمان بدین شرح است: درخشش ورزشکار گیلانی و کسب مقام قهرمانی جهان در معیت تیم ملی والیبال جمهوری اسلامی ایران در بیست‌ودومین دوره مسابقات والیبال قهرمانی مردان زیر ۲۱ سال جهان در بحرین مایه مباهات و فخر جامعه ورزش کشور ویژه گیلانیان شد...

تمدید قرارداد هافبک ملوان بندر انزلی

گلچین امروز: قرارداد میلاد شعبانلو با تیم ملوان بندر انزلی برای یک فصل دیگر تمدید شد...

آگهی های ثبتی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی های ثبتی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی های ثبتی

آگهی تعیین تکلیف حدود اختصاصی

آگهی تانسیس

تأمین شرکت با مسئولیت محدود ارباطات نت افزون در تاریخ ۱۴۰۲/۰۴/۲۰ به شماره ثبت ۴۴۷۰۸ به شناسه ملی ۱۴۰۱۳۳۷۸۲۸۹ ثبت

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

