

گلچین امروز

حمایت از بخش
خصوصی فراتر از
قانون گذاری به
تعهد تبدیل شود

صفحه ۲



نفرات برتر مسابقات
رولر اسکی قهرمانی
کشور در رشت
مشخص شدند

صفحه آخر

حضور جوانان
مسیر توسعه
اجتماعی و سیاسی
را شتاب می بخشد

صفحه ۷



۴ فنجان قهوه
در روز خطر ابتلا
به سرطان را
کاهش می دهد

صفحه ۶



سال بیست و دوم - شماره ۵۱۰۸ - ۸ صفحه - ۲۰۰۰۰ تومان

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، هنری و ورزشی صبح شمال ایران

چهارشنبه ۲۳ مهر ۱۴۰۴ - ۲۲ ربیع الثانی ۱۴۳۷ - ۱۵ اکتبر ۲۰۲۵

استاندار گیلان در بازدید از از پایانه مرزی و بارانداز ریلی آستارا:

پایانه مرزی جدید آستارا محور مهم همکاری با آذربایجان است

صفحه ۳

وزیر راه و شهرسازی:

همکاری سه جانبه
روند توسعه کریدور
شمال-جنوب را
سرعت بخشد

معاون نخست وزیر جمهوری
آذربایجان:

پروژه راه آهن
رشت-آستارا ظرف
۳ سال تکمیل می شود

صفحه ۳



شهردار رشت:

پیگیر اجرای پروژه جی.نف هستیم

گلچین امروز: شهردار رشت در
آیین رونمایی و نصب اولین پلاک و
کدپشی هوشمند شهر رشت که در
خانه تاریخی میرزا کوچک جنگلی
در منطقه یک این شهر برگزار شد،
حرکت به سمت هوشمندسازی شهر
را یکی از برنامه های شورای ششم
و مدیریت شهری دانست و بیان
کرد: اولین قدم از شهرداری آغاز
شد و اکنون ۷۰ درصد خدمات را



غیرحضوری ارائه می کنیم.

رحیم شوقی با بیان اینکه به زودی ناوگان حمل و نقل عمومی را با
توسعه ناوگان و افزودن اتوبوس های جدید به سمت هوشمندسازی و
کاهش ترافیک شهری می بریم، اضافه کرد: پیگیر اجرای پروژه جی.نف
هستیم و برای هر منطقه از مناطق پنجگانه رشت، سه میلیارد تومان اعتبار
جهت نصب پلاک نشانی در بودجه سال جاری تخصیص یافته است.
وی با اشاره به آغاز پایگاه داده مکان محور در خانه میرزا کوچک خان
بزرگ به عنوان شهرتیرین شهروند رشت، خاطر نشان کرد: امیدواریم به
زودی جشن پایان پروژه را با نصب آخرین پلاک برگزار کنیم.

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

خبر درگذشت دوست و همکار گرانقدرم زنده یاد دکتر **احمد نصرتی راد** واصل و
موجب تأثر گردید.

او که یادگاری از آن پدر بزرگوار و شهیدان سرافراز از خاندان اصیل و متدین نصرتی راد
بود، چه در سنگر تعلیم و تربیت و چه در دوران نمایندگی مردم شهرستان رشت در مجلس
شورای اسلامی همواره منشأ خدمات فاخر بود.

در این ضایعه با خانواده شریف و بازماندگان آن عزیز به ویژه برادران خدوم وی همدردی
نموده و جایگاهی رفیع در جوار صالحان برای آن شخصیت سفر کرده مسئلت دارم.

محمد باقر نوبخت



www.bazbarankhabar.ir

مدیرمسئول و صاحب امتیاز: کریم خورسندی مژده

شماره تماس:

۰۱۳۳۳۳۱۰۷۳۷

گلچین امروز

اهدای خون سالم
اهدای زندگی است



مژده

کلاس های آموزش پیینگ پنگ

زیر نظر مربیان کارآزموده فدراسیون در باشگاه رضایور .

اولین باشگاه تخصصی پیینگ پنگ در استان گیلان با بیش از
۱۰ سال سابقه

زمان برگزاری کلاس ها :

روز های فرد هفته از ساعت ۲۱:۰۰ الی ۲۲:۳۰

ثبت نام همه روزه؛ و به صورت حضوری ، و یا از طریق واریز وجه به شماره
کارت ۶۱۰۴۳۲۸۶۹۷۹۸۸۸۵ به نام فرشید رضایور و ارسال فیش به شماره
۰۹۱۱۳۴۶۴۴۸۴

آدرس باشگاه :

رشت ، خ امین الضرب ، جنب قفل سازی مسیبی

باشگاه پیینگ پنگ
رضایور



آرنا

آکادمی بسکتبال

آموزش
فوتسال
۹
والیبال

ایروینگ
بدنسازی
و آمادگی جسمانی

۳۳۷۶۳۲۴۸

آرنا

مجموعه ورزشی

استخر
جکوزی
سونا

گلزار، بلوار دیلمان، خیابان وحدت

عراقچی خطاب به ترامپ:

**ما به حسن نیت پاسخ می‌دهیم
اما در برابر ظلم مقاومت می‌کنیم**



ایرنا: «سید عباس عراقچی» وزیر امور خارجه امروز سه شنبه ۲۲ مهر در واکنش به اظهارات روز گذشته رئیس‌جمهور آمریکا در کنست و شرم‌الشیخ: در حساب کاربری خود در شبکه ایکس‌نوشت: آقای ترامپ یا می‌تواند رئیس‌جمهور صلح باشد یا رئیس‌جمهور جنگ؛ نمی‌تواند هم‌زمان هر دو باشد.

وزیر خارجه در این باره نوشت: اکنون کاملاً روشن شده که رئیس‌جمهور ایالات متحده تحت تأثیر اطلاعات نادرستی قرار گرفته است که برنامه هسته‌ای صلح‌آمیز ایران را در بهار اسسال در آستانه تسلیحاتی شدن قلمداد می‌کند. این ادعا صرفاً یک دروغ بزرگ است و باید به او اطلاع داده می‌شد که هیچ مدرکی در این رابطه وجود ندارد، همان‌طور که جامعه اطلاعاتی خود آمریکا نیز این موضوع را تأیید کرده است.

عراقچی افزود: رئیس‌جمهور آمریکا با این وعده به مردم آمریکا و جهان وارد کاخ سفید شد که فریبکاری‌های مکرر رژیم اسرائیل علیه رؤسای جمهور ایالات متحده را متوقف کند؛ همچنین قول داده بود که ارتش آمریکا دیگر درگیر جنگ‌های بی‌پایان نشود، جنگ‌هایی که طرخی آنها توسط جنگ‌طلبانی صورت گرفته بود که سال‌ها روند دیپلماسی هسته‌ای آمریکا با ایران را نیز به شکست کشانده‌اند.

وزیر خارجه به مخاطب قرار دادن دونالد ترامپ یادآوری کرد: آقای رئیس‌جمهور، زورگوی واقعی در غرب آسیا همان بازیگری است که با زندگی انگلی خود مدت‌هاست به ایالات متحده هم زورگویی کرده و از آن بهره‌کشی می‌کند.

وی ادامه داد: همچنین این سؤال مطرح است که چگونه می‌توان انتظار داشت ملت ایران شاخه زینون(صلح) از سوی کسی را باور کند که همین چهار ماه پیش در بمباران خانه‌ها و مناطق شهری در سراسر ایران دست داشته است. آن حملات جنایت‌کارانه جان بیش از هزار ایرانی، از جمله زنان و کودکان، را گرفت. به سختی می‌توان کسی را رئیس‌جمهور صلح‌ناامید در حالی که به جنگ‌های بی‌پایان دامن می‌زند و در کنار جنایت‌کاران جنگی می‌ایستد. آقای ترامپ یا می‌تواند رئیس‌جمهور صلح باشد یا رئیس‌جمهور جنگ؛ نمی‌تواند هم‌زمان هر دو باشد.

رئیس دستگاه دیپلماسی افزود: ایران همواره آماده تعامل دیپلماتیک محترمانه و متقابل بوده است. مردم ایران، این وارثان شایسته تمدنی کهن و غنی، به حسن نیت یا حسن نیت پاسخ می‌دهند. اما ما ضمن به طور دقیق می‌دانیم که چگونه در برابر ظلم و تحمیل مقاومت و با آنها مقابله کنیم و این همان تجربه سختی است که جنگ‌طلب تیره‌بخت تل‌آویو به دست آورد.

عراقچی در پایان نوشت: اما باید گفت که ما در یک مورد با رئیس‌جمهور آمریکا اتفاق نظر داریم: او درست می‌گوید که ایران نباید بهانه‌ای برای عادی‌سازی روابط با اسرائیل قرار گیرد. اگر کسی می‌خواهد فلسطینی‌ها را قربانی کند و با موجود نسل‌کشی که تشنه بلعیدن کل منطقه است هم‌پیمان شود، باید شجاعت داشته باشد که مسئولیت کامل این کار را در برابر مردم خود بپذیرد و دیگران را مقصر جلوه ندهد.

معاون اول رئیس‌جمهور:

باید دست ما در برابر دشمن پر باشد

تسنیم: معاون اول رئیس‌جمهور بر اهمیت حفظ آمادگی در شرایط توقف آتش تأکید کرد و گفت: باید دست ما در برابر دشمن پر باشد. محمدرضا عارف در نشستی با مدیران ارشد نهادهای اجتماعی - اقتصادی با بیان اینکه بخش اقتصادی نظام جمهوری اسلامی ایران با وجود مشکلات و مسائلی همچنان تحریم‌های ظالمانه و خشن، ظرفیت نظام را به‌خوبی نشان داده است، افزود: هدفگذاری دشمنان علیه ملت ایران به‌عکس تحلیل‌ها و برآوردهای آنان شد و به‌روزی حضور مردم در روز دوم جنگ ۱۲ روزه سرمایه‌گذاری کرده بودند اما مردم با وحدت و انسجام به میدان آمدند و کار دشمنان را تمام کردند.

وی با تأکید بر تعامل نزدیک و سازنده دولت و نهادهای عمومی برای خدمت‌رسانی به مردم، تأکید کرد: هیچ‌گاه در ارتباط دولت و نهادهای عمومی احساس نکردیم که در دو طرف میز هستیم چراکه یک هدف و راه مشترک داریم و از این رویکرد به‌ویژه در جنگ ۱۲ روزه پاسخ‌خوایی گرفتیم.

معاون اول رئیس‌جمهور در این نشست که معاون نظارت و حسابرسی دفتر رهبر معظم انقلاب اسلامی، وزیر صنعت، معدن و تجارت، رؤسای بنیاد مستضعفان، کمیته امداد امام خمینی(ره)، ستاد اجرایی فرمان امام(ره)، بنیاد شهید و امور ایثارگران، بنیاد مسکن انقلاب اسلامی و مسئولان دستگاه‌های دولتی حضور داشتند، تأکید کرد: طبق گزارش‌ها از عملکرد نهادهای عمومی و بخش خصوصی در دوران جنگ تحمیلی، هیچ بخشی نگاه اقتصادی و منافع بخشی نداشت که کالایی را برای فروش گران‌تر در آینده نگهداری کنند.

عارف اضافه کرد: از آغاز جنگ و با وجود نزدیکی تعطیلات تابستانی و همزمانی با ایام سوگواری محرم و صفر، آمار فروش فروشگاه‌ها در روز اول تنها ۲۰ درصد پیش‌تر شد و در روز دوم از متوسط فروش روزانه پایین‌تر آمد و در کل، متوسط تغییرات فروش هفته اول تنها ۱٫۶ بود که وی با تأکید بر این کشور است.

وی با اعلام اینکه در دوران جنگ مردم حتی برای یک هفته نیز کالاهای خود را پیش‌خرید نکردند، تصریح کرد: افتخار خدمتگزاران به چنین درمی را داریم. عارف افزود: در بدنه حاکمیتی نباید پایند نا‌هما و جا‌جنگ‌ها باشیم و مهم خدمت به مردم و حفظ آرامش جامعه است.

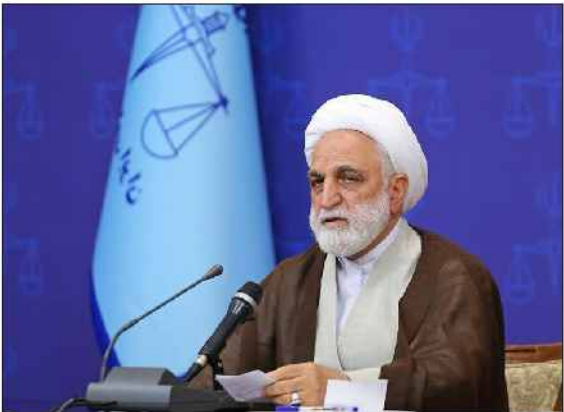
معاون اول رئیس‌جمهور با تأکید بر اهمیت حفظ آمادگی در شرایط توقف آتش و با بیان اینکه "باید دست ما در برابر دشمن پر باشد..." به برنامه‌های تهیه‌شده اقتصادی و مدیریتی در دولت چهاردهم اشاره و اضافه کرد: در دوران جنگ ۱۲ روزه دولت به وزرا و مسئولان اختیارات لازم را تفویض کرد و با رئیس‌جمهور و معاون اول رئیس‌جمهور نیز در اتخاذ تصمیمات و اقدامات هماهنگی‌های لازم را به‌عمل می‌آوردند.

وی با ابراز اینکه منبع همه بخش‌های حاکمیتی از دولت تا نهادهای عمومی در انتقال است که باید جامعه خدمت به مردم و توسعه کشور شود، بر ضرورت «حفظ آرامش صرف» در شرایط خاص تأکید کرد و گفت: دولت از زمان روی کار آمدن با شرایط جنگی روبه‌رو بود اما راهبر ما از شهریور سال گذشته بر این اساس بود که این شرایط خاص را به مردم اطلاع بکنیم که در برقراری آرامش در جامعه نیز عملکرد خوبی داشتیم، در مقطع فعلی نیز کماکان این راهبر را در دنیای عملگره عارف خاطرنشان کرد: بهبود و تأمین معیشت مردم به‌ویژه اقشار آسیب‌پذیر اولویت اول دولت است که تحت هر شرایطی آسیمی نبیند و تمام برنامه‌های اصلاحات ساختاری اقتصادی و قیمت‌ها، پیوست معیشتی داشته باشد. وی از تلاش‌ها و اقدامات و همچنین همکاری نهادهای عمومی با بدنه دولت به‌ویژه در جنگ ۱۲ روزه و همچنین توسعه، ساخت و تکمیل طرح‌های عمرانی و توسعه‌ای کشور از جمله ساخت و تکمیل آزادراه‌ها، نقش مدرسه‌سازی به‌عنوان یکی از راهبردهای مهم دولت و توانمندسازی اقتصاد آسیب‌پذیر قدرردنی کرد.

معاون اول رئیس‌جمهور همچنین از نهادهای عمومی خواست به دولت در تأمین، تولید و توزیع کالاهای اساسی و مورد نیاز به‌ویژه در شرایط خاصی کمک کنند.

اژه‌ای، رئیس قوه قضائیه:

حمایت از بخش خصوصی فراتر از قانون‌گذاری به تعهد تبدیل شود



مهر: رئیس قوه قضائیه گفت: باید فراتر از سندنوایی و قانونگذاری، حمایت از بخش خصوصی سالم و مولد را به یک تعهد اخلاقی برای خود تبدیل کنیم.

حجت‌الاسلام محسنی اژه‌ای رئیس قوه قضائیه، طی سخنانی در نشست هم‌اندیشی با اعضای مجمع کارآفرینان ایران که با حضور مسعود پزشکیان رئیس‌جمهور برگزار شد، ضمن تأکید مؤکد بر ضرورت حمایت همه‌جانبه حاکمیت از بخش خصوصی سالم و مولد، اظهار کرد: ما در حاکمیت باید تکلیف‌مان را با بخش خصوصی مشخص کنیم؛ باید مکرر یادآوری کنیم که تولید ثروت مشروع قطعا یک ارزش دینی است؛ اگرچه در مقطعی این مقوله، ضد ارزش تلقی می‌شد؛ اما اکنون ارزشمند بودن تولید ثروت مشروع، برای همگان محرز شده است.

رئیس قوه قضائیه گفت: در راستای حمایت همه‌جانبه از بخش خصوصی سالم و مولد و حمایت از سرمایه‌گذاران این عرصه، در کلام و سخن گفتن بسیار کوشیده‌ایم و حرف زیاده‌ایم، اما در میدان عمل، آنچنان که شایسته است، توفیق نداشته‌ایم.

رئیس دستگاه قضا بیان داشت: از سال‌های گذشته تاکنون در سمت‌ها و مناصبی که داشته‌ام از جمله دادستانی کل کشور، معاون اولی قوه قضائیه و ریاست این قوه، نسبت به رفع نیازها و مرتفع کردن مشکلات نمایندگان و فعالان بخش خصوصی اهتمام و توجه داشته‌ام و نشست‌ها و جلسات متعددی را در این راستا با سرمایه‌گذاران، فعالان اقتصادی، تولیدکنندگان، صنعتگران، کارآفرینان و فعالان و متخصصان شرکت‌های دانش‌پایان برگزار کرده‌ام.

رئیس علیه تصریح کرد: ضرورت دارد نگاهمان را در حاکمیت به بخش خصوصی هر چه بیشتر تغییر دهیم و متحول سازیم؛ ما طی دهه‌های اخیر نوساناتی در حمایت و پشتیبانی از بخش خصوصی داشته‌ایم؛ باید عزم حاکمیت در حمایت از بخش خصوصی را به‌یچ‌پشتن جزم بخش؛ باید بیشتر از آنچه که تاکنون از بخش خصوصی سالم و مولد حمایت کرده‌ایم، از این بخش حمایت و پشتیبانی کنیم.

رئیس علیه بیان داشت: تحقق بسط عدالت اجتماعی، تحکیم امنیت کشور، رفاه ملت، افزایش اشتغال، کاهش تورم، کاستن از ناانجاری‌ها، تسهیل پرونده‌های حقوقی و قضایی و تسهیل، همگی موضوعات و مقولاتی هستند که ارتباطی مستقیم، وسیع و وثیق با رشد و رونق تولید و تقویت بنیه اقتصادی کشور دارند؛ اولویت حاکمیت نیز طی سال‌های اخیر مبنی بر همین شاخصه‌ها و معیارها بوده است؛ پس تردیدی در حمایت از بخش خصوصی سالم و مولد و فعالان عرصه سرمایه‌گذاری تولیدمحور نداریم، باید همه بدانیم و باور کنیم که بدلون رونق تولید و حمایت از سرمایه‌گذاران تولیدمحور نمی‌توانیم آنچنان که باید و شاید بر مشکلات معیشتی مردم فائق آییم.

قاضی‌القضات گفت: خود بخش خصوصی نیز باید بیش از پیش تلاش و جهد کند؛ این بخش باید تعاملش با حاکمیت را مضاعف سازد؛ ما کشور از دستگاه و حوزه، رئیس و وزیر و مسئول داریم؛ اما آیا این فاعده در رابطه با بخش خصوصی نیز صدق می‌کند؟ چه تصادم از نمایندگان و فعالان بخش خصوصی، وزیر و یا نماینده مجلس هستند؟

حجت‌الاسلام محسنی اژه‌ای اظهار کرد: پیوسته ما آن است که یک جلسه مشترک و جامع میان نمایندگان و فعالان بخش خصوصی با رؤسای هر سه قوه برگزار شود و در این جلسه، حرف و قول رؤسای قوا خطاب به نمایندگان و فعالان بخش خصوصی، یکسان و واحد باشد تا سرمایه‌گذاران و کسب‌کاران بخش خصوصی بدانند که موضع حمایتی

طرح «چهارراه صلح» همکاری منطقه‌ای را هموار می‌کند

مهر: دبیر کل وزارت خارجه ارمنستان گفت: طرح «چهارراه صلح» با حمایت ایران مسیر توسعه و همکاری منطقه‌ای را هموار می‌کند.

«دواید کاراپتیان» دبیر کل وزارت خارجه ارمنستان طی سخنانی در مراسم گرامیداشت سالگرد استقلال این کشور، اظهار داشت: روز استقلال جمهوری ارمنستان، این روز تنها یک تاریخ در تقویم نیست، بلکه نمادی است از آرمان‌های بلند مردم ما برای آزادی، تعیین سرنوشت و ساختن آینده‌ای شرافتمندانه و پر امید. در ۲۱ سپتامبر ۱۹۹۱ پس از قرن‌ها مبارزه و تلاش، ما استقلال خود را شناختیم و میری نوین را آغاز کردیم.

وی تصریح کرد: امروز، در عصری که جهان در حال تغییر و تحولات سریع و منطقه‌ما با چالش‌ها و شرایط پیچیده و نامشخصی رو به روست، بیش از هر زمان دیگری نیازمند اتحاد، قدرت و چشم‌انداز دوراندیشانه هستیم. استقلال تنها به معنای داشتن مرزها نیست، بلکه نمادی از زندگی شرافتمندانه، توسعه اقتصادی، آموزش، امنیت و حفظ هویت فرهنگی ماست.

دبیر کل وزارت امور خارجه ارمنستان همچنین گفت: جمهوری اسلامی ایران یکی از اولین کشورهایی بود که استقلال جمهوری ارمنستان را به رسمیت شناخت. در تاریخ ۹ فوریه ۱۹۹۲، روابط دیپلماتیک بین ۲ کشور برقرار شد و از آن زمان، بر پایه احترام متقابل، اعتماد و منافع مشترک، روابط ارمنستان و ایران روز به روز قوی‌تر شده و ماهیت استراتژیک یافته است. در این راستا قدرانی عمیق خود را از رهبری عالی جمهوری اسلامی ایران برای حمایت قاطع از تمامیت ارضی و حاکمیت جمهوری ارمنستان ابراز می‌دارم. دولت و مردم ارمنستان ارزش زیادی برای این موضوع برادران و دوستانه قائل هستند.

کاراپتیان افزود: همچنین، ایران با روحیه حسن همجواری، همواره حمایت اصولی خود را از جمهوری اسلامی ایران در مجامع بین‌المللی، به ویژه در سازمان ملل اعلام داشته است.

کالا توسط تولیدکننده، کیلویی ۸۰ هزار تومان به فروش پرسد، اما مصرف‌کننده، همان کالا را با قیمت کیلویی ۳۰۰ هزار تومان دریافت کند؛ این اختلاف فاحش قیمت، قابل قبول نیست.

قاضی‌القضات بیان داشت: در راستای تسهیل سرمایه‌گذاری تولیدمحور باید به موضوع افزایش قدرت خرید خانوار، توجه ویژه داشته باشیم؛ وقتی کالا در کشور تولید شود، اما خانوار قدرت خرید نداشته باشد، بایگرمیوب بودن چرخه اقتصاد و تولید است؛ متأسفانه در شرایط فعلی، برخی خانوارها در کشور، قدرت خرید خود را از دست داده‌اند، باید برای رفع این مشکل، اقداماتی در دستور کار قرار گیرد.

حجت‌الاسلام محسنی اژه‌ای اظهار کرد: تقویت زیرساخت‌های حمل‌ونقل؛ ارتقا دانش تولیدکنندگان؛ افزایش بهره‌وری و کاهش هزینه‌های تولید با بهره‌گیری از فناوری‌های نوین و هوش مصنوعی و همچنین تدوین ضوابط پایدار برای صادرات و واردات، از دیگر الزامات در امر تسهیل سرمایه‌گذاری تولیدمحور است.

رئیس قوه قضائیه بیان داشت: صدور دستورات خلق‌الساعه پیرامون واردات و صادرات و از سوی دیگر ایجاد قیمت دستوری و تکلیفی، مشکلات عدیده‌ای را برای سرمایه‌گذاران و تولیدکنندگان ایجاد می‌کند؛ لذا تدوین ضوابط پایدار برای صادرات و واردات و مقوله تولید، یک اصل اساسی و اولویت‌دار است.

رئیس دستگاه قضا گفت: بارها تأکید کرده‌ایم که وقتی مشکلی حقوقی و قضایی برای یکی از فعالان بخش خصوصی و تولیدی ایجاد می‌شود این آمادگی را داریم که پذیرای تقاضای هم‌صفتان او باشیم؛ ما فساد را از خطا تفکیک می‌دهیم و می‌دانیم که فرق نیست میان آن تولیدکننده و فعال اقتصادی که بواسطه نوسانات بازار متضرر شده و در اجرای تعهداتی ناکام مانده و آنکه با ثبت و غرض‌سوء و فساد وارد بازار شده است. بارها تأکید کرده‌ایم که وقتی مشکلی قضایی و حقوقی برای یک تولیدکننده پیش آید، تمام تلاش خود را می‌کنیم که در چرخه تولید او هیچ توقفی ایجاد نشود و ابزار تولیدش توقیف نشود؛ شما فعالان بخش خصوصی نیز در این راستا کمک‌کار هم‌صفتان خود باشید و دست هم‌صفتی را که بر زمین افتاده است را بگيريد تا از زمین بلند شود.

رئیس علیه بیان داشت: در برخی از پرونده‌های قضایی که برای فعالان بخش خصوصی گشوده می‌شود، ردپای رقابت‌های صنعتی مشاهده می‌شود؛ لذا به دستگاه‌های نظارتی تأکید شده که وقتی پرونده‌ای علیه یک فعال بخش خصوصی یا گزارشات رقیب او گشوده می‌شود، کاملاً نسبت به جوانب امر دقت و ابعاد نظر داشته باشید و اینگونه نباشد که یک فعال بخش خصوصی با انگیزه‌هایی خاص، توسط رقیبش حذف شود.

وی ادامه داد: دیدار مسعود پزشکیان رئیس

جمهوری جمهوری اسلامی ایران در تاریخ ۱۹ آگوست جاری و ملاقاتی با نخست‌وزیر ارمنستان نه تنها روح تازه‌ای در روابط دو جانبه ما دمید، بلکه اقی‌های جدیدی را برای همکاری‌های مشترک ترسیم کرد. در قالب این سفر، بیش از ده‌ها توافق دیپلماتیک بین ۲ کشور برقرار شد و از آن زمان، بر پایه احترام متقابل، اعتماد و منافع مشترک، روابط ارمنستان و ایران روز به روز قوی‌تر شده و ماهیت استراتژیک یافته است. در این راستا قدرانی عمیق خود را از رهبری عالی جمهوری اسلامی ایران برای حمایت قاطع از تمامیت ارضی و حاکمیت جمهوری ارمنستان ابراز می‌دارم. دولت و مردم ارمنستان ارزش زیادی برای این موضوع برادران و دوستانه قائل هستند.

کاراپتیان افزود: همچنین، ایران با روحیه حسن همجواری، همواره حمایت اصولی خود را از جمهوری اسلامی ایران در مجامع بین‌المللی، به ویژه در سازمان ملل اعلام داشته است.

کلیپین اخبار سیاسی

رئیس مجلس شورای اسلامی:

**در آبان‌ماه کالابرگ به‌صورت کالا
واگذار می‌شود**

تسنیم: رئیس مجلس شورای اسلامی گفت: تمام مقدمات فراهم شده است که در آبان‌ماه کالابرگ به‌صورت کالا واگذار شود و بحث مربوط به قانون توسط دولت اجرایی شود.

محمداقرا قالیباف رئیس مجلس شورای اسلامی در جلسه علنی، قوه مقننه در جریان رسیدگی به گزارش کمیسیون برنامه، بودجه و محاسبات کشور درباره استنکاف وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی از اجرای بند (ت) تبصره (۱۳) قانون بودجه سال ۱۴۰۴ اظهار کرد: در جلسه سران قوا بحث مربوط به برنامه هفتم و قانون و موضوع مربوط به کالابرگ پیگیری شد و امیدواریم تا قبل از پایان مهرماه واریزی کالابرگ به‌سبک قدیم انجام شود اما تمام مقدمات فراهم شده است که در آبان‌ماه کالابرگ، به‌صورت کالا واگذار شود و بحث مربوط به قانون توسط دولت اجرایی شود.

رئیس مجلس با بیان اینکه این موضوع به‌طورقطع از سوی دولت دنبال می‌شود تا از آبان‌ماه اجرایی شود، گفت: این موضوع تصمص قانون است که شاید به‌دلیل اعتبارات و بحث‌های فنی در حوزه اجرای کار شکالانی در آن وجود داشت که ان‌شاءالله به‌طورقطع انجام خواهد شد.

درخواست ۱۰۰ نماینده برای برگزاری جلسه‌ای در مجلس درباره گرانی‌ها

مهر: نماینده مردم شاهین‌شهر در مجلس اعلام کرد: ۱۰۰ نفر از نمایندگان مجلس در نامه‌ای خواستار حضور تیم اقتصادی دولت در مجلس شدند تا در خصوص گرانی‌های اخیر به مجلس توضیح دهند. حسنعلی حاجی دلگانی در جلسه علنی مجلس شورای اسلامی در تذکر شفاهی، گفت: ۱۰۰ نفر از نمایندگان مجلس در نامه‌ای خواستار حضور تیم اقتصادی دولت در مجلس شدند تا در خصوص وضعیت گرانی‌های اخیر به مجلس توضیح دهند.

نماینده گرگان:

نیروهای شرکتی باید تعیین تکلیف شوند

مهر: نماینده مردم گرگان در مجلس شورای اسلامی با تأکید بر لزوم تعیین تکلیف نیروهای شرکتی، گفت: ۳۲۰ هزار نفر نیروی شرکتی داریم اما هنوز تکلیف نشده‌اند.

رمضانعلی سنگدوینی در جلسه علنی مجلس شورای اسلامی در تذکر شفاهی، گفت: باید دولت و مجلس فکری به حال معیشت و سفره مردم کنند و کالابرگ را در اولویت قرار دهند، چرا که قیمت کالاهای اساسی بسیار افزایش پیدا کرده است. وی با تأکید بر لزوم تعیین تکلیف نیروهای شرکتی، گفت: ۳۲۰ هزار نفر نیروی شرکتی داریم اما هنوز تعیین تکلیف نشده‌اند، لازم است فکری به حال آنها شود.

سخنگوی قوه قضائیه:

**پرونده پسر و عروس کاظم صدیقی
به دادگاه رفت**

ایسنا: سخنگوی قوه قضائیه گفت: در دو سال گذشته بین ۳۰ الی ۴۰ درصد از جرم سرقت کاسته شده است. از سال ۱۴۰۰ تا نیمه اول اسال، در سازمان منابع طبیعی بیش از ۴۰ هزار هکتار، در سازمان راه و شهرسازی ۱۷۰ هکتار و در سازمان جهاد کشاورزی ۲۹ هکتار از اراضی رفع تصرف شده است.

اصغر جهانگیر درباره گرانی کالاهای اساسی گفت: نسبت به ترک فعل‌های مختلف اجرایی و کسانیه که وظیفه نظارتی بر بازار دارند باید پیگیری‌های لازم صورت گیرد که مردم خدایی نکرده دچار مشکل نشوند. سازمان بازرسی هم نظارت دقیق تری را در دستور کار دارد. کسانیه که در این فضا بحث گرانی‌فروشی و احتکار داشته باشند یا تلاش کنند که نظم بازار برهم بزنند قطعاً برخورد می‌شود. هم‌انطور که دیدید با محتکین برهم بزنند برخورد شد. قوه قضائیه علاوه بر اینکه در حوزه امنیتی تلاش دارد، در زمینه حوزه اقتصادی و معیشتی هم خودش را مسئول می‌داند و به دولت کمک میکند. وی درباره اقدامات قوه قضائیه درباره آزادی مهدیه اسفندیاری گفت: همه وزارت امور خارجه و هم معاونت بین‌المللی قوه قضائیه تلاش‌های خوبی را شروع کردند و پیگیری برای آزادی و انتقال ایشان ادامه دارد؛ اگرچه طولانی شده است اما به معنای این نیست متوقف شده است. اتهامات ایشان داشته است زیرا او حمایت از مردم فلسطین و مخالفت با نسل‌کشی داشت است این اقدامات مشروع بوده است؛ لذا نمی‌تواند متعصبانه‌ای از جرم باشد. البته در مقطعی اعلام شده که در صورت معرفی مکان مناسب در محل بازداشت این خاتم را آزاد کنند. بلافاصله این اتفاق افتاد اما مقامات فرانسوی حاضر نشدند او را به مکانی که پیشنهاد خانواده بود منتقل کنند.

سخنگوی قوه قضائیه درباره آخرین وضعیت پرونده فرزند و عروس حجت‌الاسلام کاظم صدیقی در دیگر منتهین این پرونده، گفت: این پرونده از مواردی است که دستگاه قضایی با دقت و سرعت در دستور کار دارد. برای امنیت کشور به اتهام مشارکت در کلاهبرداری و ادعای نفوذ در قوه قضائیه در ۱۷ شهریور ماه کفرخواست صادر و پرونده ۷ مهرماه اسال به دادگاه صالحه ارسال شد و در هفته آینده شعبه ۱۰۶۵ دادگاه عمومی مقید به رسیدگی شده است.

وی گفت: در این پرونده برای یک نفر از کسانیه که با تودیع وثیقه آزاد شده بود مجدداً با تشدید قرار بازداشت شد. سخنگوی قوه قضائیه درباره آخرین روند رسیدگی به پرونده مدبرعامل شرکت نیشکر هفت‌تپه گفت: تحقیقات قضایی در این پرونده ختم و برای ۱۴ مهر در رابطه با پرونده فساد اقتصادی در این شرکت کفرخواست صادر شده است. کفرخواست برای احدی از متهمان به مشارکت در اختلال در نظام ارزی و پولی کشور از طریق قاچاق عمده ارز به مبلغ ۳۸ میلیون یورو بوده است.

وی گفت: در این کفرخواست ۱۳ متهم دیگر که یکی کارشناس بانک است و بقیه از مدیران میانی شعب ۲ بانک هستند در زمان ارتکاب به جرم حضور داشتند. اصل پرونده فساد ارزی شرکت نیشکر هفت‌تپه که در دادسرای تهران تشکیل شده پس از ختم تحقیقات در ۳۰ جلد و همراه با کفرخواست صادره در رابطه با اتهام ۲۷ متهم در سال ۸۸ به شعبه ۴ دادگاه انقلاب ارسال شد؛ متعاقباً پس از فرایند دادرسی و صدور آرای محکومیت برای تعدادی از متهمان برای اجرای احکام به دادسرا بازگشت. سخنگوی قوه قضائیه گفت: پرونده متهمان در کفرخواست اخیر پس از تشکیل پرونده اصلی و بر اساس گزارش سازمان بازرسی در رابطه با تخلفات ارزی مرتبط با این شرکت تحت پیگیری قضایی جدید قرار گرفتند.



گنجین اخبار گیلان

معاون آب منطقه‌ای گیلان:

تخلفی در برداشت شن و ماسه بستر رودخانه سفیدرود انجام نشده‌است

ایرنا: معاون حفاظت و بهره‌برداری شرکت سهامی آب منطقه‌ای گیلان با بیان اینکه تخلفی در برداشت شن و ماسه بستر رودخانه سفیدرود انجام نشده‌است گفت: تمام موارد فنی در صدور مجوز برداشت شن و ماسه در استان رعایت می‌شود.

جمعیتی از شهروندان منطقه قاضیان سراوان در منطقه سنگر در تماس با خبرگزاری جمهوری اسلامی (ایرنا) مرکز گیلان ادعا کرده بودند مسئولان شرکت آب منطقه‌ای استان برای ارائه مجوزها موارد قانونی را رعایت نمی‌کنند و برای برداشت شن و ماسه در بستر رودخانه سفیدرود به محیط زیست آسیب می‌رسانند.

محمدجواد خانی‌پور در این باره اظهار کرد: بر اساس قانون در صدور مجوز پروژه‌های عمرانی، نقضانی درخواست خود را به اداره کل صنعت معدن و تجارت گیلان (صمت) ارائه می‌دهد و این اداره کل به لحاظ فنی از نظر زیست محیطی از آب منطقه‌ای و محیط زیست استعلام می‌گیرد. وی بیان کرد: نحوه دریافت استعلام به این روش است که آب منطقه‌ای بازدهی‌های لازم را انجام می‌دهد؛ ضمن اینکه مجوز تنها برای بستر غیرفعل رودخانه صادر می‌شود و برای مکانی که آب رودخانه جریان دارد مجوزی داده نمی‌شود.

معاون حفاظت و بهره‌برداری شرکت سهامی آب منطقه‌ای گیلان با بیان اینکه هیچ مجوزی برای برداشت شن و ماسه بیش از ۷۰ تا ۸۰ سانتیمتر در استان صادر نمی‌شود اضافه کرد: برداشت مصالح گفته شده نیز باید با لودر به صورت (لایه به لایه) و نه با بیل مکانیکی (عمیق) انجام شود. وی با تأکید بر اینکه بر مجوزهای صادره نظارت لازم انجام می‌شود، اظهار کرد: نمایندگان شرکت آب منطقه‌ای و هم ناظر مقیم از سازمان نظام مهندسی، گشت و بازرسی را انجام می‌دهند؛ نیروهای گشت و بازرسی نیز هم از نظر سطح و عمق همه پروژه‌ها را بازرسی می‌کنند.

معاون حفاظت و بهره‌برداری شرکت سهامی آب منطقه‌ای گیلان اضافه کرد: اداره کل صمت برای هر برداشت، ناظر فنی و ناظر مقیم دارد؛ ضمن اینکه محیط زیست به این موضوعات حساس است؛ از اینرو هنگامی که شرکت آب منطقه‌ای مجوز برداشت شن و ماسه ۷۰ سانتیمتر و محیط زیست ۵۰ سانتیمتر را بدهد، کمترین ارتفاع ملاک عمل اداره کل صمت است.



کشف شیء سفالی دوران قاجار در رودسر

ایسنا: فرمانده یگان حفاظت میراث‌فرهنگی استان از کشف یک شیء سفالی تاریخی در حین یک عملیات تدفین در یکی از روستاهای شهرستان رودسر خبر داد.

سرهنگ محمدرضا امیدی‌راد در تشریح این خبر اظهار کرد: در پی اطلاع‌رسانی یکی از اهالی محلی و در جریان یک تدفین عادی در روستایی از توابع شهرستان رودسر، شیء سفالی کشف شد که بلافاصله موضوع به یگان حفاظت میراث‌فرهنگی اسنان گزارش شد.

وی افزود: با حضور کارشناسان در محل و انجام بررسی‌های اولیه، این شیء سفالی به‌عنوان یک اثر فرهنگی متعلق به دوران منار اسلامی و دارای ارزش فرهنگی تشخیص داده شد.

سرهنگ امیدی‌راد با قفردانی از حس مسئولیت‌پذیری و همکاری ارزشمند فرد تحویل‌دهنده اثر، این اقدام را نمونه‌ای بارز از مشارکت مردمی در حفاظت از میراث ملی دانست و تأکید کرد: میراث‌فرهنگی، هویت و سرمایه ملی ماست و حفاظت از آن تنها از عهده یک سازمان برنمی‌آید. از تمامی مردم فهمیم و دوستدار میراث فرهنگی استان گیلان تقاضا داریم تا همچون گذشته، در حفظ، نگهداری، حراست و حفاظت از این گنجینه‌های بی‌بدیل، با یگان حفاظت استان همکاری و مشارکت فعالانه داشته باشند. شیء کشف‌شده برای انجام مطالعات تخصصی و ساماندهی به خزانه آثار تاریخی تحویل شده است.



فرماندار در جمع دهیاران بخش مرکزی رشت:

دهیاران اعتماد و امید را در روستاها تقویت کنند

گلیچین امروز: فرماندار شهرستان رشت گفت: دهیاران باید با رویکردی مردم‌محور، همزمان با ارائه خدمات به مردم، در حفظ نظم و مراقبت‌های محلی هوشیار باشند تا جامعه روستایی امن و آرام باشد.

اسماعیل میرحسین‌نری، فرماندار شهرستان رشت، در نشست با دهیاران بخش مرکزی شهرستان که در سالن بانک ملی رشت برگزار شد، ضمن گرامیداشت یاد شهدا و تجلیل از تلاش‌های خدمتگزاران عرصه روستا، اظهار کرد: دهیاران به عنوان نمایندگان دولت در روستاها، نقش کلیدی در ایجاد اعتماد عمومی دارند. هر اقدامی که با نیت خدمت و همکاری با مردم و دستگاه‌های اجرایی صورت گیرد، می‌تواند رضایت و امید را در جامعه روستایی تقویت کند.

وی افزود: تجربه دوران همه‌گیری کرونا نشان داد که مشارکت فعال دهیاران و همکاری آن‌ها با نیروهای اجرایی و مردم، کلید مدیریت موفق بحران‌هاست. امروز نیز با همان روحیه باید به حفظ نظم، اطلاع‌رسانی دقیق و پیشگیری از مشکلات محلی توجه داشته باشیم.

میرحسین‌نری تأکید کرد: دهیاران باید ضمن اطلاع دقیق از تحولات روستاها، با هماهنگی مناسب با ادارات و نهادهای مسئول، نسبت به مسائل محیطی و محلی هوشیار باشند تا زمینه‌های خدمت مؤثر و رضایت مردم فراهم شود. در پایان، فرماندار رشت گفت: دهیاران با استمرار خدمت صادقانه، دقت و همراهی با مردم و دستگاه‌های اجرایی، می‌توانند اعتماد و امید را در روستاها تقویت کنند و نقش مؤثری در ارتقای کیفیت زندگی محلی ایفا نمایند.



احمد نصرتی راد نماینده رشت در دوره چهارم مجلس شورای اسلامی درگذشت

نماینده مردم رشت در دوره چهارم مجلس شورای اسلامی و معاون اسبق استانداری گیلان در قافنی را وداع گفت.

به نقل از دیارمیرزا؛ دکتر احمد نصرتی راد نماینده مردم رشت در دوره چهارم مجلس شورای اسلامی به دلیل سکنه قلبی در تهران دار فانی را وداع گفت.

وی سال ۱۳۸۴ معاون اداری، مالی و برنامه ریزی استاندار وقت گیلان (علی عبدالله) بود. دکتر احمد نصرتی‌راد دارای دکترای مدیریت بازرگانی، اسناد دانشگاه آزاد و برادر دو شهید بود.

علاوه بر معاونت استانداری گیلان؛ معاونت شهرداری رشت و معاونت دانشجویی شهید چمران از سمت‌های دکتر احمد نصرتی راد در طول خدمتش بود.

مراسم تشییع و خاکسپاری این نماینده ادوار رشت امروز چهارشنبه ساعت ۱۱ در باغ رضوان رشت برگزار می‌شود.

استاندار گیلان در بازدید از ایانه مرزی و بارانداز ریلی آستارا:

پایانه مرزی جدید آستارا محور مهم همکاری با آذربایجان است



پیش‌بینی شده که پاسخگوی تردد روزانه تا ۲۷۰۰ وسیله تجاری باشد.

در ادامه بازدید، پروژه بزرگراه ترانزیتی آستارا - آستارا نیز مورد بررسی قرار گرفت. این طرح به طول ۳۶.۶ کیلومتر شمال یک پل بزرگ، سه پل کوچک، یک زیرگذر، یک دوربرگردان غیرهمسطح، ساختمان اداری مرزبانی و برجک نگهبانی است و عملیات خاکبرداری،

بن‌ریزی و روسازی بنی آن با حجم بیش از ۱۵۰ هزار مترمکعب در حال انجام است.

احداث و بهره‌برداری از پایانه مرزی جدید، بزرگراه ترانزیتی و بارانداز ریلی آستارا، زمینه‌ساز تحول در مبادلات اقتصادی شمال کشور و توسعه همکاری‌های منطقه‌ای ایران با کشورهای همسایه است و شامل مسافری، بخش‌های خدماتی و پارکینگ‌های تجاری می‌شود. روسیه خواهد بود.

وی با اشاره به وضعیت زیرساختی مرز آستارا گفت: مسیر یک‌ونیم کیلومتری سمت ایران به‌طور کامل بتن و آسفالت شده

و مشکلی در این بخش وجود ندارد. همچنین ترمینال کامیون و بخش ریلی نیز تا چند ماه آینده به بهره‌برداری کامل می‌رسند.

حق‌شناس تأکید کرد: شهرستان مرزی آستارا به دلیل موقعیت ویژه جغرافیایی، می‌تواند به یکی

از قطب‌های اصلی ترانزیت شمال کشور و گره اتصال ایران با منطقه قفقاز تبدیل شود. پایانه مرزی جدید آستارا با مساحت ۱۳ هزار متر مربع در حال احداث است و شامل ساختمان‌های اصلی، سالن‌های مسافری، بخش‌های خدماتی و پارکینگ‌های تجاری می‌شود. روسیه خواهد یافت.

جاری تملک و آماده اجرای کامل عملیات شود.

حق‌شناس با اشاره به بازدید از بارانداز ریلی آستارا تصریح کرد: این مجموعه نقش مهمی در اتصال شبکه ریلی ایران به جمهوری آذربایجان و روسیه دارد و با بهره‌برداری از آن، ظرفیت صادرات و ترانزیت کالا از شمال کشور به شکل چشمگیری افزایش می‌یابد.

استاندار گیلان همچنین از توسعه پایانه مرزی جدید آستارا به عنوان یکی از محورهای مهم همکاری با جمهوری آذربایجان یاد کرد و افزود: در حال حاضر حدود ۴۰۰ کامیون در روز از این مرز تردد می‌کنند که با هماهنگی‌های انجام‌شده میان دو کشور، این رقم به ۸۰۰ کامیون در روز افزایش خواهد یافت.

گلیچین امروز: در جریان سفر مشترک هیئت‌های ایران، روسیه و جمهوری آذربایجان به استان گیلان، وزیر راه و شهرسازی و استاندار گیلان از پروژه‌های زیرساختی مرز آستارا شامل پایانه مرزی جدید، بارانداز ریلی و بزرگراه ترانزیتی آستارا - آستارا بازدید کردند.

هادی حق‌شناس استاندار گیلان

به همراه فرزانه صادق وزیر راه و شهرسازی و هیئت‌های عالی‌رتبه اعزامی از کشورهای جمهوری آذربایجان و روسیه از پروژه‌های مرزی و زیرساختی مشترک دو کشور در شهرستان آستارا بازدید کردند.

در این بازدید، آخرین وضعیت پایانه مرزی جدید آستارا، بارانداز ریلی آستارا و بزرگراه ترانزیتی آستارا - آستارا مورد بررسی قرار گرفت؛ طرح‌هایی که نقش مهمی در توسعه مبادلات اقتصادی، افزایش ظرفیت ترانزیت کالا و تسهیل تردد مرزی میان ایران و جمهوری آذربایجان دارند.

استاندار گیلان در حاشیه این بازدید با اشاره به سفر اخیر هیئت ایرانی به شهر باکو، با حضور وزیر راه و شهرسازی، معاون نخست‌وزیر روسیه و معاون نخست‌وزیر جمهوری آذربایجان اظهار کرد: در این نشست، تصمیمات مهمی در خصوص توسعه همکاری‌های حمل‌ونقلی و تسریع در اجرای پروژه‌های زیرساختی شمال کشور اتخاذ شد.

وی با بیان اینکه تکمیل راه‌آهن رشت - آستارا از اهداف مشترک سه کشور ایران، جمهوری آذربایجان و روسیه است، گفت: تاکنون بیش از ۸۵ کیلومتر از مسیر این پروژه آزمون‌شده شده و مقرر شد مابقی اراضی نیز تا پایان سال

وزیر راه و شهرسازی:

همکاری سه‌جانبه روند توسعه کریدور شمال-جنوب را سرعت بخشد



مهر: وزیر راه و شهرسازی با بیان اینکه پروژه راه آهن رشت - آستارا با سرعت در حال اجرا است، گفت: همکاری سه‌جانبه ایران، روسیه و آذربایجان روند توسعه کریدور شمال-جنوب را سرعت بخشد. فرزانه صادق در جریان بازدید از پروژه‌های هادی در حال اجرای آستارا در گفتگو با خبرنگاران با اشاره به اهمیت همکاری‌های منطقه‌ای اظهار کرد: برگزاری منظم کمیسیون‌های مشترک اقتصادی با روسیه و آذربایجان در مسائل اخیر، زمینه ساز رشد مبادلات تجاری و توسعه زیرساخت‌های حمل‌ونقل شده است.

وی افزود: پروژه راه‌آهن رشت-آستارا به عنوان حلقه مفقوده کریدور بین‌المللی شمال-جنوب، با سرعت قابل توجهی در حال اجراست. تاکنون بیش از نیمی از مسیر این پروژه تملک شده و اقدامات مطالعاتی و تجهیز ناوگان نیز در حال پیگیری است.

وزیر راه ادامه داد: این پروژه که با حمایت مالی روسیه و از طریق وام تأمین شده، ظرف سه سال آینده تکمیل خواهد شد و اتصال ریلی ایران به روسیه و آذربایجان را تسهیل می‌کند.

وی اضافه کرد: از دیگر موضوعات مهم این نشست، تسهیل فرایندهای گمرکی بود.

صادق بیان کرد: در جلسه‌های تخصصی گمرکی، تصمیم گرفته شد سامانه مشترک گمرکی بین سه کشور ایجاد شود تا تبادل کالا با سرعت و دقت بیشتری انجام گیرد. همچنین کارگروهی ویژه برای رفع مشکلات رانندگان کامیون‌ها در مرزها شکل خواهد گرفت.

وزیر راه و شهرسازی تأکید کرد: مسائل مربوط به صدور ویزا، بازرسی‌ها و مشکلات رفتاری در مرزها به طور جدی پیگیری می‌شود تا مشکلات کامیوندانان رفع شود و جریان ترانزیت روان‌تر شود.

صادق گفت: همچنین تفاهم‌نامه‌هایی در حوزه همکاری‌های انرژی، شامل انتقال برق و گاز بین ایران، روسیه و آذربایجان امضا شد که زمینه تسریع در توسعه زیرساخت‌های انرژی و افزایش تبادل انرژی در منطقه را فراهم می‌کند.

وی با اشاره به چشم‌انداز همکاری‌های سه کشور تصریح کرد: هدف ما افزایش حجم ترانزیت کالا تا ۱۵ میلیون تن در سال تا سال ۲۰۲۸ است که تحقق این هدف مستلزم توسعه زیرساخت‌ها و تسهیل فرایندهای تجاری و گمرکی است.

صادق در پایان گفت: نشست‌های سه‌جانبه و دوجانبه با هدف تقویت همکاری‌های اقتصادی و حمل‌ونقلی منطقه‌ای برگزار می‌شود و امیدواریم با اجرای برنامه‌های تعیین‌شده، شاهد پیشرفت‌های چشمگیر در تعاملات بین ایران، روسیه و آذربایجان باشیم.

مجری پروژه ملی جی.نف:

جی.نف در اراضی کشاورزی، جنگل‌ها و مراتع اجرا خواهد شد



ایسنا: مجری پروژه ملی جی.نف، با بیان اینکه این پروژه در پهنه کشور اجرا می‌شود، گفت: به زودی شامل اراضی کشاورزی و جنگل‌ها و مراتع نیز خواهد شد.

کاوه دولتی در آیین رونمایی و نصب اولین پلاک و کدپستی هوشمند شهر رشت که در خانه تاریخی میرزا کوچک جنگلی در منطقه یک این شهر برگزار شد، پلاک هوشمند را یک اتفاق مهم دانست و اظهار کرد: پلاک هوشمند دری به سمت هوشمندسازی شهر و برنامه‌ریزی برای شهرهای آینده است.

وی افزود: اگر به سمت پلاک‌های مبنی بر مکان و اطلاعات جغرافیایی نروسیم، در برنامه‌ریزی آینده شهری با چالش‌های بسیار زیادی روبرو خواهیم شد. معاون توسعه فناوری اطلاعات، امنیت شبکه و هوشمندسازی شرکت ملی پست ایران و مجری پروژه ملی جی.نف رشت را شهر اولین‌ها دانست و تصریح کرد: رشت به عنوان شهر فرهنگ و هنر و تاریخ، قدم اول را در اجرای پروژه جی.نف برداشته است و پس از هشت ماه به مصوبه شورای شهر شاهد نصب پلاک نشانی هوشمند هستیم که کار بسیار بزرگی است.

دولتی، جی.نف را پروژه حاکمیتی دانست تا تمام اماکن کشور را مکان محور کنیم که شامل کلیه شهرها و روستاهاست و متذکر شد: اخیراً پلاک‌های هوشمند عاملان روستاها را یک اتفاق مهم دانست و اظهار کرد: کشاورزی و جنگل‌ها و مراتع نیز خواهد شد.

وی از شناسایی کلیه اماکن مکان محور در پهنه کشور و هویت بخشی به آنها خبر داد و خاطر نشان کرد: پلاک، تاریخچه مکان است و با اتصال اطلاعات مکانی و محدوده عرصه، یک هویت مشخص ایجاد می‌کند.

مجری پروژه جی.نف با اشاره به تأکید رئیس جمهور بر اجرا و تکمیل این پروژه با کمک شهرداری‌ها و دهیاری‌ها و استانداری‌ها و مساجد و محلات و همه مردم، بیان کرد: امیدواریم تا پایان سال بخش عمده کار را به اتمام برسانیم.

محمدحسین هوشنگی، مدیرکل پست گیلان نیز، ضمن قدردانی از اهتمام شهرداری و شورای شهر رشت برای نصب پلاک‌های هوشمند، ادامه داد: امروز یکی از مهمترین شهرهای استان و کشور، پایگاه داده مکانی و به هنگام سازی و نصب پلاک نشانی را آغاز کرده است.

وی با بیان اینکه امروز پایگاه داده مکانی شهر بندرانزلی نیز با ۱۳۰ هزار رکورد آغاز می‌شود، خاطر نشان کرد: شاهد پایان نصب پلاک در ۱۷ روستا و پانزاد داده مکانی ۷۴ روستای استان هستیم.

مدیرکل پست گیلان پلاک نشانی هوشمند را زیرساخت شهر هوشمند دانست و اضافه کرد: پایگاه داده مکانی محور خدمات‌رسانی در شهر را مطلوب‌تر می‌کند و به زودی شاهد اتصال سایر مناطق رشت به پروژه جی.نف خواهیم بود.

رئیس شورای شهر رشت عنوان کرد:

هوشمند سازی زمینه‌ساز تولید اطلاعات دقیق در خدمت‌رسانی به مردم



لقب بگیرد. وی با اشاره به همراهی و تلاش‌های شورای شهر، شهرداری و به‌ویژه اداره کل پست استان گیلان افزود: از زحمات ارزشمند و جوان‌گرایانه مهندس هوشنگی، مدیرکل پست استان گیلان، صمیمانه تشکر می‌کنم و وی با نگاهی دقیق و آینده‌محور، نقش مهمی در این تحول ایفا کرده است. رئیس شورای اسلامی شهر رشت، ضعف موجود در آمار و اطلاعات جمعیتی و مسکن را یکی از چالش‌های جدی کشور دانست و تصریح کرد: تا امروز اطلاعات ما در این حوزه‌ها، بیشتر متکی به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

سرانجام پرسد.

وی با اعلام حمایت شورای کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لزوم مشارکت همه دستگاه‌های اجرایی در این طرح گفت: این کار به سرشماری‌های انسانی و بعضاً ناپایدار بوده که معمولاً بر پنج یا ده سال یکبار انجام می‌شود و از دقت و به‌روزی‌بودن لازم برخوردار نیست، اما اجرای چنین طرح‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تولید اطلاعات

دقیق و قابل اتکا در خدمت‌رسانی به مردم باشد.

کارگرنیسا با تأکید بر لز

چرا باید به فکر پناهگاه باشیم؟ (۱)

خارج از ساختمان این مدت کمتر از ۲۴ ساعت و در زمان جنگ معمولاً بیش از ۲۴ ساعت است. بدین ترتیب می‌توان هدف از ایجاد پناهگاه را به صورت اقامت کوتاه مدت و بلند مدت تقسیم نمود که در پناهگاه‌های بلند مدت الزامات سطوح فضاها و لوازم راحتی بیشتر است. با این حال توصیه می‌شود که برنامه ریزی و طراحی پناهگاه‌ها به نحوی باشد که قابلیت عملکرد در زمان تهدیدهای طولانی تر را داشته باشند.

پناهگاه‌های اختصاصی و عمومی، پناهگاه‌های اختصاصی به ساکنان و افراد حاضر در ساختمان مشخص و کاربری خاص آن اختصاص دارد و ظرفیت آن با توجه به جمعیت آنها و میزان حفاظت آن بر اساس میزان اهمیت آن کاربری در نظر گرفته می‌شود. پناهگاه عمومی در سطح شهر جهت حفاظت و استفاده عموم مردم در برابر تهدیدات مختلف در نظر گرفته می‌شود که عمدتاً از ظرفیت بیشتر متناسب با مکان احداث آن و درجه حفاظت بالاتر برخوردار است. به منظور صرفه اقتصادی، پناهگاه حتی المقدور می‌بایستی بصورت دو یا چند منظوره باشد.

نمونه موردی پناهگاه عمومی: ایستگاه‌های مترو،

جان پناه به مکان‌هایی غیر از پناهگاه گفته می‌شود (مانند سنگر) که فرد بتواند با رفتن درون آن از اصابت ترکش و یا موج انفجار بعب در امان بماند. همچنین، به حفاظ و سرنه‌ای که برای حفاظت از جان افرادی که قادر به ترک محل فعالیت در زمان حمله نیستند، اطلاق می‌شود. جان پناه‌ها به عنوان پناه‌گاه‌هایی موقت با هدف کمک به افراد که در اثر حوادثی مجبور به ترک محل زیست یا فعالیت خود شده‌اند طراحی و ساخته شده و در هر موقعیتی که به اسکان فوری نیاز باشد، می‌توان از آنها بهره گرفت.

انواع پناهگاه پناهگاه‌ها با توجه به درجه حفاظت، نحوه عملکرد، مکان استقرار و مدت اقامت به انواع مختلف طبقه‌بندی می‌شوند.

- پناهگاه‌های درجه یک
- پناهگاه‌های درجه دو
- پناهگاه‌های درجه سه
- پناهگاه‌های درجه چهار
- گروه‌بندی پناهگاه‌ها از نظر درجه اهمیت:
- پناهگاه‌های درجه یک: در مقابل اثرات مختلف سلاح‌ها، اصابت موج و ترکش سلاح



پارکینگ‌های طبقاتی، اماکن خصوصی و دولتی شهری دارای طبقات منفی و فضاهای امن پناهگاهی مورد تایید مانند بیمارستانها، مساجد، حسینیه‌ها، سینماها و مدارس و دارایی‌های دستگاه‌های دولتی نمونه موردی پناهگاه خصوصی: مجتمع‌های تجاری و اداری، فروشگاه‌ها و نمایشگاه‌ها، هتل‌ها و مسافرخانه‌ها، سینماها، منازل و مجتمع‌های مسکونی دارای طبقات منفی و فضاهای امن پناهگاهی مورد تایید.

اقدامات عمومی زمان بحران، آمادگی در شرایط بحرانی مانند جنگ به معنی پیش‌بینی وقوع آن نیست، بلکه تلاشی هوشمندانه برای محافظت از شهروندان، سلامت و امنیت جامعه است. جنگ می‌تواند به صورت ناگهانی آغاز شود و زیرساخت‌های اساسی مانند آب، برق، ارتباطات، سیستم درمانی و تأمین مواد غذایی را مختل کند. در چنین شرایطی، تنها افرادی که از قبل آموزش دیده‌اند، تجهیزات ضروری تهیه کرده‌اند و برنامه مشخصی برای واکنش به بحران دارند، می‌توانند با حداقل آسیب از این دوران عبور کنند. در واقع آمادگی در شرایط جنگی به معنای افزایش آگاهی، توان مقابله با استرس، حفظ آرامش روانی و ارتقای تاب‌آوری است.

حفظ آرامش و تمرکز در هنگام حمله: اولین اصل در مریت‌ها در زمان حمله موشکی و بمباران، حفظ آرامش است. وحشت، قضاوت درست را مختل می‌کند. در زمان جنگ حفظ خونسردی اولین قدم برای نجات جانان است.

- به خودتان یادآوری کنید که این وضعیت موقتی است

- آرامش روانی خود را حفظ کرده و از اضطراب دوری کنید.

- به جای تمرکز بر خطر، به اقدامات عملی و ایمنی فکر کنید.

- در صورت نیاز، با افراد قابل اعتماد صحبت کنید.

ادامه دارد...

راز و رمز یک ازدواج موفق چیست؟

یک روانشناس گفت: باید در امر ازدواج با تفکر، شناخت و آگاهی کامل پیش رفت، چرا که توجه خطاهای با کلماتی چون سرنوشت، شانس، بخت و اقبال کاملاً اشتباه است.

اکبری درباره رسیدن به یک ازدواج موفق اظهار کرد: وقتی می‌خواهیم خانه‌ای را بپسازیم جلوی زلزله را نمی‌توان گرفت، اما تلفات و خسارت را می‌توان کاهش داد. همه چیز را نباید بر پای سرنوشت گذاشت، هنگامی که می‌خواهیم پای احساسات را به جای مشاهدات باز کنیم، آن وقت است که از سرنوشت سخن می‌گوییم. وی با بیان اینکه سرنوشت یک ازدواج دست خود انسان است، افزود: در امر ازدواج باید با تفکر، شناخت و آگاهی کامل پیش رفت، لذا توجه خطاهای با کلماتی چون سرنوشت، شانس، بخت و اقبال کاملاً نادرست است.

این روانشناس تصریح کرد: به کار بردن جملاتی چون ازدواج شبیه هندوانه در بسته است یا در کار خیر حاجت هیچ استخاره نیست، اشتباه است، چرا که این عبارات از آن حرف‌های مضری هستند که خودمان ساخته‌ایم.

اکبری با بیان اینکه ازدواج مسئله مهمی است که باید با آگاهی و تدبیر نسبت به آن اقدام کرد، گفت: کسی که ازدواج را ساده می‌گیرد و برای این امر مهم بدون تفکر و دقت گام برمی‌دارد، از سرنوشت خوبی برخوردار نخواهد بود.

دوران عقد را به دورانی خاطره انگیز تبدیل کنید



به این نکته فکر کنید که چه اقداماتی همسران را راضی می‌کند و بعد آن را رد زن و مرد به کمک یکدیگر برای رسیدن به پیشرفت و بهبودی در زندگی تلاش می‌کنند. این روش به سرعت موثر واقع شده و بر شادی و رضایت طرفین از زندگی می‌افزاید. همچنین باعث افزایش توجه و تعهد افراد نیز می‌شود. * باعث ایجاد حس داشتن کنترل کافی بر روابط در زن و مرد شده و در نتیجه بر اطمینان خاطر آنان می‌افزاید.

* ساده‌پسوده و نیازی به یاد گرفتن مهارت‌های جدید ندارد.

* صحنه زندگی را برای تغییرات بعدی مهیا می‌سازد.

در کل تغییر دو نوع روش می‌تواند در زندگی زنانشویی معجزه کند: حذف رفتارهای ناخوشایند و افزایش رفتارهای خوشایند.

روش دوم یعنی افزایش رفتارهای خوشایند ساده‌تر و موثرتر است. معمولاً همه افراد با راحتی بیشتری می‌توانند کارهای مورد علاقه همسران را بیشتر انجام دهند در حالی که متوقف ساختن کارهایی که مورد علاقه همسران نیست به سادگی قابل انجام نیست. افراد برای انجام این مهارت و موفقیت در آن تریباً به ۵ هفته تلاش نیاز دارند.

* مدیریت زمان دوران عقد قبل از عقد باید بدانید که تنها ۵۰ درصد خوشبینی در زندگی، انتخاب همسر مناسب است.

* هفته اول: تهیه فهرست رفتارهایی که باعث خشنودی می‌شود

کرده‌اید انتخاب کرده و انجام دهند. البته در این راستا توجه به برخی نکات مهم است:

- رفتارهای مورد نظر باید از فهرستی که فرد تهیه کرده انتخاب شوند یا به رفتارهای فهرست او نزدیک باشند. اگر هم فرد مایل به انجام آن کار نبود، رفتار دیگری از فهرست انتخاب شود.

- رفتارها را به صورت جزئی و کاملاً مشخص به فرد مقابل بیان کنید.

- مراقب باشید که خواسته‌هایتان لحن سرزنش‌آمیز نگیرد.

* هفته چهارم: تبادل قرارداد

اکنون شما به رفتارهای خشنودکننده‌ای مجهزید که هر دو از دریافت آنها راضی هستید. فهرستی به شکل یک قرارداد میان خود و همسران تهیه ببینید و در آن توضیح دهید که چه خواهید کرد و این کار را چگونه و در چه زمانی انجام خواهید داد.

در شروع بهتر است قراردادتان را به دو یا سه رفتار مهم محدود نمایید. سپس قرارداد را در جایی قرار دهید که بتوانید آن را به راحتی ببینید تا توافقی که کرده‌اید فراموشتان نشود. پس از یک هفته درباره این قرارداد با همسران گفتگو کنید و در صورت تمایل اعلامی را به آن اضافه کنید.

مثلاً: من بهنام از این به بعد برای سالگرد تولد یا ازدواجمان هدیه تهیه می‌کنم و... من زهرا از عطر مورد علاقه همسرم استفاده می‌کنم و...

* هفته دوم: رفتارهای خشنودکننده را فعال کنید

۴ یا ۵ اقدام از فهرست تهیه شده‌تان که اولاً دارای امتیاز بالایی هستند، ثانیاً شما به انجام دادن آن راغب هستید و ثالثاً اموری اند که اخیراً انجام نداده‌اید، انتخاب کنید. سپس در این هفته همه روزه دست کم روزی یکی از این اقدامات را برای همسران انجام دهید. ولی فعلاً همسران را در جریان اموری که در لیست یادداشت کرده و حتی اموری که انتخاب کرده‌اید قرار ندهید. در پایان هفته دوم درباره رفتارهای خوشایند یکدیگر نظر بدهید و بگویید که از کدام رفتار بیشتر خوششان آمده است. این امر شما را در ادامه مسیر و شناسایی دقیق رفتارهای مورد علاقه همسران یاری می‌رساند.

* هفته سوم: متقاضی رفتارهای خوشایند شوید

در شروع این هفته هر کدام از شما باید از همسران تقاضا کنید که سه رفتار خوشایند مطابق میل شما را از فهرستی که تهیه

درستی را که همسران برای‌تان انجام داده است، تهیه کنید. اگر متصف باشید این لیست آنقدر طولانی می‌شود که خودتان هم خجالت می‌کشید. یادتان باشد چیزهای ناچیز و کارهای بزرگ را کنار هم ردیف کنید و از هیچ کدام فاکتور نگیرید. در گام دوم از خود پرسیم که به همسر خود چه چیزی داده‌ام؟ از کوچک و بزرگ همه کارها را ردیف کنید.

در گام سوم از خود پرسید چه مشکلاتی برای همسرم به وجود آورده‌ام، ببینید چه زچ‌هایی به همسران داده‌اید! حتماً می‌گویید خب عمدی نبوده، تصادفی بوده است، خفتش بوده؛ خرده جنایت‌هایان را لیست کنید.

در گام ۴ لیست‌ها را با هم مقایسه کنید. بهتر است به محتوای جابجایی که باید بیشتر قدرشناس شوید توجه کنید.

روش دوم، اصلاح باورهای قدرشناس است این روش کمی پیچیده‌تر است. شما به غیر از حافظه باید روی باورهای عمیق‌تان کار کنید. باورهای که ممکن است از بچگی در شما به وجود آمده باشند و به این راحتی نشود تغییر داد.

سپردن مسئولیت به کودکان نیز از نکات مهم دیگری است که در آنها بسیار تأثیرگذار است. سپردن نقش‌های مختلف باعث می‌شود آنها مهارت‌های اجتماعی را فرا گرفته و در برقراری ارتباط با اطرافیان موفق‌تر باشند.

اگر فرزندان مرتکب اشتباه شده و شما تصمیم به تنبیه او گرفتید هرگز از تنبیهات بدنی استفاده نکنید بلکه با شیوه زبانی و حالات چهره به او بفهمانید که از کار او ناراحت هستید. بعد از تذکر و تنبیه، فرزندان را در آغوش بگیرید و او را به مدت طولانی از محبتان محروم نکنید.

گام‌های قدرشناسی را بشناسیم



درستی را که همسران برای‌تان انجام داده است، تهیه کنید. اگر متصف باشید این لیست آنقدر طولانی می‌شود که خودتان هم خجالت می‌کشید. یادتان باشد چیزهای ناچیز و کارهای بزرگ را کنار هم ردیف کنید و از هیچ کدام فاکتور نگیرید. در گام دوم از خود پرسیم که به همسر خود چه چیزی داده‌ام؟ از کوچک و بزرگ همه کارها را ردیف کنید.

در گام سوم از خود پرسید چه مشکلاتی برای همسرم به وجود آورده‌ام، ببینید چه زچ‌هایی به همسران داده‌اید! حتماً می‌گویید خب عمدی نبوده، تصادفی بوده است، خفتش بوده؛ خرده جنایت‌هایان را لیست کنید.

در گام ۴ لیست‌ها را با هم مقایسه کنید. بهتر است به محتوای جابجایی که باید بیشتر قدرشناس شوید توجه کنید.

روش دوم، اصلاح باورهای قدرشناس است این روش کمی پیچیده‌تر است. شما به غیر از حافظه باید روی باورهای عمیق‌تان کار کنید. باورهای که ممکن است از بچگی در شما به وجود آمده باشند و به این راحتی نشود تغییر داد.

سپردن مسئولیت به کودکان نیز از نکات مهم دیگری است که در آنها بسیار تأثیرگذار است. سپردن نقش‌های مختلف باعث می‌شود آنها مهارت‌های اجتماعی را فرا گرفته و در برقراری ارتباط با اطرافیان موفق‌تر باشند.

اگر فرزندان مرتکب اشتباه شده و شما تصمیم به تنبیه او گرفتید هرگز از تنبیهات بدنی استفاده نکنید بلکه با شیوه زبانی و حالات چهره به او بفهمانید که از کار او ناراحت هستید. بعد از تذکر و تنبیه، فرزندان را در آغوش بگیرید و او را به مدت طولانی از محبتان محروم نکنید.

تجربه کرد. می‌توانید چهار راهکار نخست را چهار گام یک روش به حساب بیاورید و چهار راهکار دوم را هم به‌منظور چهار گام یک روش دیگر.

روش نخست، مقایسه لیست دریافت و پرداخت است. اجرای این روش کاری ندارد فقط احتیاج به یک حافظه خوب و انصاف دارد.

در نخستین گام باید از خود پرسیم که از همسرم چه چیزی گرفته‌ام؟ لیست همه کارهای ریز و

کسانی با شما راحت‌تر هستند که بدانند شما علاوه بر این که بدیهایشان را می‌شمارید، لطف‌هایشان را هم همیشه به یاد دارید به همین خاطر است که روان‌شناسان می‌گویند قدرشناسی روابط ما با دیگران را مثبت می‌کند، به‌خصوص وقتی این فرد همسران باشد لذا بخش زیادی از رضایت زندگی به همین رابطه مثبت بر می‌گردد. آسان از زندگی خود خوشبینی است.

قدرشناسی افسردگی را کم می‌کند. افسردگی از یک نوع خودخواهی خیلی عمیق اما خیلی پنهان سرچشمه می‌گیرد. تا وقتی که ما در مقام گیرنده مطلق باشیم و توقع داشته باشیم همه افراد محبت را دودستی به ما تقدیم کنند، معلوم است که افسرده می‌شویم. آدم‌های قدرشناس به این دلیل افسرده نمی‌شوند که این حس قدردانی با آن حس پنهان خودخواهی مقابله می‌کنند.

هم خشم و هم حسادت از ناکامی سرچشمه می‌گیرد، خشم به این خاطر شکل می‌گیرد که ما برای رسیدن به هدفمان با مانع روبه‌رو شده‌ایم و حسادت هم به این خاطر که ما دلمان می‌خواسته است در جایگاه یک نفر دیگر باشیم اما الان نیستیم اما حس قدردانی به معنای رضایت لاف‌افزاینده جنبه‌های مثبت وضعیت فعلی است، یعنی دقیقاً برخلاف حس‌هایی که به خشم و حسادت دامن می‌زند.

قدرشناسی یک مهارت است که می‌توان همیشه آن را آموخت و

نماز پرورده و بی مسئولیت بار آوردن کودکان مهارت‌های اجتماعی آنها را کاهش می‌دهد.

تربیت فرزند از مهم‌ترین مسائلی است که از سوی خانواده‌ها باید به آن توجه ویژه شود. تربیت و

آموزش کودکان در خانواده در حکم یک سرمایه‌گذاری بزرگ است که آینده کودکان را تضمین می‌کند.

برخی از خانواده‌ها نازپرورده بار آوردن فرزندان را یک امتیاز می‌دانند و به آن افتخار می‌کنند و تمام تلاش‌شان این است که همه نیازهای فرزندان را برآورده کرده و تمامی امکانات مادی را در اختیار آنها قرار دهند. در صورتی که این کار اشتباه بزرگی است.

درخواست آنها یکی را برآورده کند دومی را به زمان آتی موکول کرده و به درخواست سوم نه

تربیت فرزند از مهم‌ترین مسائلی است که از سوی خانواده‌ها باید به آن توجه ویژه شود. تربیت و

آموزش کودکان در خانواده در حکم یک سرمایه‌گذاری بزرگ است که آینده کودکان را تضمین می‌کند.

برخی از خانواده‌ها نازپرورده بار آوردن فرزندان را یک امتیاز می‌دانند و به آن افتخار می‌کنند و تمام تلاش‌شان این است که همه نیازهای فرزندان را برآورده کرده و تمامی امکانات مادی را در اختیار آنها قرار دهند. در صورتی که این کار اشتباه بزرگی است.

درخواست آنها یکی را برآورده کند دومی را به زمان آتی موکول کرده و به درخواست سوم نه

تربیت فرزند از مهم‌ترین مسائلی است که از سوی خانواده‌ها باید به آن توجه ویژه شود. تربیت و

آموزش کودکان در خانواده در حکم یک سرمایه‌گذاری بزرگ است که آینده کودکان را تضمین می‌کند.

برخی از خانواده‌ها نازپرورده بار آوردن فرزندان را یک امتیاز می‌دانند و به آن افتخار می‌کنند و تمام تلاش‌شان این است که همه نیازهای فرزندان را برآورده کرده و تمامی امکانات مادی را در اختیار آنها قرار دهند. در صورتی که این کار اشتباه بزرگی است.

درخواست آنها یکی را برآورده کند دومی را به زمان آتی موکول کرده و به درخواست سوم نه

تربیت فرزند از مهم‌ترین مسائلی است که از سوی خانواده‌ها باید به آن توجه ویژه شود. تربیت و

آموزش کودکان در خانواده در حکم یک سرمایه‌گذاری بزرگ است که آینده کودکان را تضمین می‌کند.

برخی از خانواده‌ها نازپرورده بار آوردن فرزندان را یک امتیاز می‌دانند و به آن افتخار می‌کنند و تمام تلاش‌شان این است که همه نیازهای فرزندان را برآورده کرده و تمامی امکانات مادی را در اختیار آنها قرار دهند. در صورتی که این کار اشتباه بزرگی است.

درخواست آنها یکی را برآورده کند دومی را به زمان آتی موکول کرده و به درخواست سوم نه

تربیت فرزند از مهم‌ترین مسائلی است که از سوی خانواده‌ها باید به آن توجه ویژه شود. تربیت و

آموزش کودکان در خانواده در حکم یک سرمایه‌گذاری بزرگ است که آینده کودکان را تضمین می‌کند.

برخی از خانواده‌ها نازپرورده بار آوردن فرزندان را یک امتیاز می‌دانند و به آن افتخار می‌کنند و تمام تلاش‌شان این است که همه نیازهای فرزندان را برآورده کرده و تمامی امکانات مادی را در اختیار آنها قرار دهند. در صورتی که این کار اشتباه بزرگی است.

درخواست آنها یکی را برآورده کند دومی را به زمان آتی موکول کرده و به درخواست سوم نه

ماجرای حل یک پرونده قتل؛

۱۵ گیلان.
آقای محمد محمدزاده سلطانم، ادبی فی زند حسنعلی در شش دانگ

کلین اخبار علمی و پزشکی

گوشت‌هایی که مکانیکی ترد می‌شوند، خطرناکند



منخصصان وزارت کشاورزی آمریکا می‌گویند گوشت‌هایی که به طور مکانیکی ترد شده‌اند، می‌توانند خطر وجود باکتری‌ها را بیشتر کنند. فرآیند ترد کردن، ایجاد برش‌های مسوراخ مانند توسط سوزن و تیفه‌های کوچک است که باعث شکستن بافت گوشت می‌شود و تردی آن را افزایش می‌دهد. اما نکته اینجاست که این تیغه‌ها می‌توانند باکتری‌ها را به قسمت درونی‌تر گوشت هل بدهند. برای بخت بهداشتی این قبیل غذاها باید گوشت در کمترین دما به اندازه ۱۴۵ درجه فارنهایت پخته شود. برای ایمنی بیشتر بهتر است که به اندازه ۳ دقیقه پس از پخت، به گوشت اجازه استراحت داد؛ چرا که در این دقایق دمای درونی پایدار و برای از بین بردن میکروب‌ها مناسب است.

عوارض خطرناک رنگ مو و تاتو ایرو برای مادران باردار

ورزش شنا در دوران بارداری ممنوع نیست. از لحاظ علمی و براساس تحقیقات پزشکان به جواب قاطع درمورد اینکه هاشور و تاتو ایرو یا رنگ مو عوارض بسیار بدی برای جنین و مادر دارد نرسیده‌ایم. برای اینکه به جواب قاطع در این زمینه دست یابیم باید این مساله بر روی مادران باردار مورد آزمایش قرار گیرد که از نظر اخلاق پزشکی این مسئله ممنوع بوده؛ لذا نمی‌توان صراحتاً گفت، که هاشور یا تاتو ایرو هیچ عوارضی بر مادر و جنین ندارد. برخی از رنگ‌های مو و مواد هاشور و تاتو ممکن است قلابی بوده و حاوی سرب باشد و بنابراین این موضوع بسیار برای مادر و جنین خطر آفرین است. شش در دوران بارداری به هیچ عنوان ممنوع نیست و جزء ورزش‌های سبک برای مادران باردار بشمار می‌رود؛ البته مادران باردار باید توجه داشته باشند که تا زمانی که هنگام راه رفتن می‌توانند تعادل خود را بخوبی حفظ کنند ورزش شنا را انجام دهند. در ماه‌های بیشتر بارداری مادر کمتر تعادل داشته و احتمال سر خوردن در استخر برای آن وجود دارد؛ لذا توصیه می‌شود تا زمانی که مادر می‌تواند تعادل خود را حفظ کند به استخر رفته و در غیر این صورت جنین و سلامتی اش را با خطر همراه سازد. شنا کردن صرفاً برای حاملگی ضرری نداشته و بسته به شرایط مادر و جنین دارد.

معجزه ۴ دانه آجیلی در کاهش وزن، فشار خون و دیابت

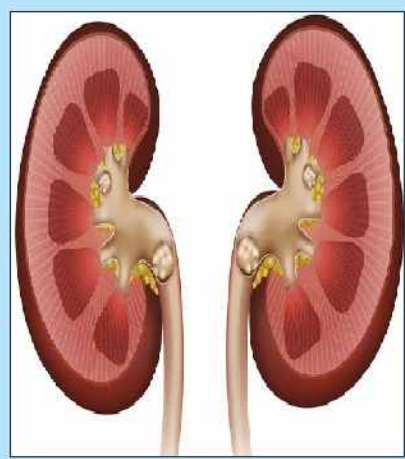


۴ دانه آجیلی از سالم‌ترین مغزها محسوب می‌شوند و در کاهش وزن و فشارخون، درمان دیابت و پایین آوردن کلسترول موثرند. رژیم غذایی سالم در حفظ سلامت بدن انسان یک رکن اساسی محسوب می‌شود. برخی مواد غذایی فواید زیادی دارند که آنها را از سایر خوراکی‌ها یکدیگر متمایز می‌سازند و از آن جمله می‌توان به مغزهای خوراکی اشاره کرد. تمام مغزهای خوراکی منابعی عالی برای چربی‌های سالم و پروتئین محسوب می‌شوند، اما برخی از آنها دارای مواد مغذی بیشتری هستند که می‌توانند در کاهش وزن، کاهش کلسترول، و حتی کمک به پیشگیری از بیماری دیابت و بیماری قلبی موثرتر عمل کنند. در ادامه با برترین مغزهای خوراکی بیشتر آشنا می‌شوید.

بادام هندی یکی از محبوب‌ترین مغزهای خوراکی و میان وعده‌هاست، به همان اندازه که خوشمزه است، مفید نیز محسوب می‌شود. پژوهش جدید نشان داده است که مردان و زنان با سطوح افزایش یافته متوسط کلسترول بد (LDL) که روزانه بین ۱۶ تا ۳۶ بادام هندی مصرف می‌کردند، کاهش در سطوح کلسترول کل و کلسترول بد را پس از یک ماه

مصرف این ماده غذایی تجربه کردند. مصرف بادام می‌تواند به کاهش وزن بدن، چربی شکمی، و فشارخون در افراد چاق کمک کند. بادام می‌تواند به تقویت حافظه نیز کمک کند، نتایج مطالعه‌ای کنترل بهتر گلوکز، بهبود سطوح‌تری گلیسیرید و کلسترول و کاهش اندازه دور کمر در بزرگسالان مبتلا به دیابت را تنها طی ۳ هفته پس از آغاز مصرف

منخصص اورولوژی و مجاری ادراری گفت: مبتلایان به سنگ کلیه مصرف مایعات در روز را تا ۳ لیتر افزایش دهند. فرزند علامه منخصص اورولوژی و مجاری ادراری با بیان اینکه مبتلایان به سنگ کلیه مصرف مایعات در روز را تا ۳ لیتر افزایش دهند، گفت: آب بهترین نوشیدنی است البته مصرف چای کم‌رنگ و نوشابه‌های گازدار در صورتی فرد دیابتی نباشد، پلامانع بوده و مصرف آب مرکبات به عنوان آنبویه برای مبتلایان به سنگ کلیه مفید است.



آیا دمای هوا عامل مهمی در بروز حمله قلبی است؟

محققان دریافته‌اند حملات قلبی بیشتر در زمستان رخ می‌دهند. مطالعه ۱۶ ساله بر روی بیش از ۲۸۰ هزار بیمار نشان می‌دهد که دمای هوا یک عامل خارجی برای بروز حمله قلبی است. میانگین تعداد حملات قلبی در دمای هوای سردتر نسبت به گرمتر به طور قابل توجهی بیشتر می‌شود. دکتر موسان آ. محمد، از گروه قلب و عروق دانشگاه سوئد اظهار کرد: تغییرات فصلی در وقوع حمله قلبی موثر است. میزان حمله قلبی در تابستان کاهش و در زمستان به اوج خود می‌رسد. اما هنوز مشخص نشده است که آیا این موضوع به دلیل دمای سرد است یا تغییرات رفتاری. این مطالعه بزرگ‌ترین تحقیق در ارتباط با بروز حمله قلبی و شرایط آب و هوایی مانند دمای هوا، مدت زمان تابش آفتاب، بارش و فشار هوا است. در این بررسی ارتباط بین میانگین تعداد حملات قلبی در روز و میانگین حداقل دمای هوا طی سال‌های ۱۹۹۸ تا ۲۰۱۳ مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج نشان داد میانگین تعداد حملات قلبی در روز به طور قابل توجهی در دمای سردتر نسبت به گرمتر بیشتر است. علاوه بر این مشخص شد وقوع حملات قلبی با افزایش سرعت باد، مدت زمان نور آفتاب و رطوبت هوا افزایش می‌یابد. محققان ارتباط بین شیوع حمله قلبی و شرایط آب و هوایی در گروه‌های مختلف شامل سالمندان، افرادی با فشاری خون بالا، دیابت و یا حملات قلبی قبلی و بیماری که داروهای مختلف دریافت کرده بودند را مورد بررسی قرار دادند. بیشتر حملات قلبی در دمای زیر صفر بوده و نتایج نشان داد که دمای هوا در حمله قلبی نقش دارد. در افراد سالم این مکانیزم به خوبی تحمل می‌شود، اما در افراد مبتلا به پلاک آترواسکلروز در عروق کبر حمله قلبی رخ خواهد داد.

اگر سنگ کلیه دارید، این توصیه‌ها را جدی بگیرید!

این اولوروژیست یادآور شد: تا چند سال پیش این‌ها باور غلط وجود داشت که مصرف آب هایی که اسلح زیادی دارند، سنگ کلیه را افزایش می‌دهد که این درست نیست، وقتی گفته می‌شود رسوبات آب زیاد است، منظور آهک موجود در آب است که به اصطلاح به آن آهک سخت می‌گویند به بیان دیگر، هر اندازه میزان کربنات کلسیم در آب بیشتر باشد، سختی آب افزایش می‌یابد. علامه تاکید کرد: رسوباتی که زمان چوبیدن آب رسوب می‌کند، مشکل ساز نیست.

منخصص اورولوژی و مجاری ادراری گفت: مبتلایان به سنگ کلیه مصرف مایعات در روز را تا ۳ لیتر افزایش دهند. فرزند علامه منخصص اورولوژی و مجاری ادراری با بیان اینکه مبتلایان به سنگ کلیه مصرف مایعات در روز را تا ۳ لیتر افزایش دهند، گفت: آب بهترین نوشیدنی است البته مصرف چای کم‌رنگ و نوشابه‌های گازدار در صورتی فرد دیابتی نباشد، پلامانع بوده و مصرف آب مرکبات به عنوان آنبویه برای مبتلایان به سنگ کلیه مفید است.

منخصص اورولوژی و مجاری ادراری گفت: مبتلایان به سنگ کلیه مصرف مایعات در روز را تا ۳ لیتر افزایش دهند. فرزند علامه منخصص اورولوژی و مجاری ادراری با بیان اینکه مبتلایان به سنگ کلیه مصرف مایعات در روز را تا ۳ لیتر افزایش دهند، گفت: آب بهترین نوشیدنی است البته مصرف چای کم‌رنگ و نوشابه‌های گازدار در صورتی فرد دیابتی نباشد، پلامانع بوده و مصرف آب مرکبات به عنوان آنبویه برای مبتلایان به سنگ کلیه مفید است.

احتمال افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی با رژیم‌های غذایی گیاهی

در آمریکا به چاپ رسید که دیلی میل گزارش دقیقی از نتیجه این تحقیق ارائه کرد. دیلی میل در گزارش خود به این موضوع اشاره کرد که استفاده از حبوبات و سبب‌زمینی می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش دهد که این جمله چندان قابل اعتماد نیست، بعد از این جمله باید به این موضوع نیز اشاره می‌شد که علاوه بر رژیم غذایی عوامل دیگری نیز وجود دارند که در ابتلا به بیماری قلبی مؤثر هستند. این تحقیق و مطالعه بر روی کسانی انجام شد که دارای بیماری قلبی و یا سرطان نبودند. اطلاعات مربوط به رژیم غذایی هر ۲ تا ۴ سال با استفاده از یک پرسشنامه مربوط به غذاهای مصرف‌شده توسط شرکت‌کنندگان جمع‌آوری می‌شد.

کسانی که رژیم گیاهی ناسالم شامل سبب‌زمینی، حبوبات و شیرینی‌ها دارند کمتر است. در این تحقیق به این نکته نیز اشاره شده است که عوامل دیگری مثل استرس و نوع شغل هم می‌توانند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش دهند. توصیه‌های رژیمی برای گیاهخواران نیز همانند دیگر افراد است. گیاهخواران باید یک رژیم غذایی متعادل را در پیش بگیرند. هرروز از میوه‌ها و سبزی‌ها استفاده کنند. شکر، نمک و روغن کمتری استفاده کنند. استفاده از کره‌های پرچرب را نیز در رژیم غذایی خود بگنجانند. این تحقیق توسط محققان دانشگاه هاروارد آمریکا انجام شد و بودجه آن را موسسه ملی سلامت آمریکا تأمین کرد. نتایج این تحقیق در یک مجله پزشکی قلبی عروقی



و سعی کردند تا رابطه‌ای بین رژیم غذایی و بیماری‌های قلبی عروقی پیدا کنند. به طور کلی یک رژیم غذایی گیاهی به مقایسه با رژیم غذایی گوشتی رابطه چندان با ابتلا به بیماری‌های قلبی ندارد، اما زمانی که رژیم غذایی گیاهی مورد بررسی دقیق‌تر قرار گرفت، محققان به نکات جالبی دست پیدا کردند. احتمال ابتلا به بیماری‌های قلبی برای کسانی که یک رژیم غذایی گیاهی سالم شامل میوه، سبزی‌ها و روغن سالم دارند در مقایسه با

برخی از رژیم‌های غذایی گیاهی خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش می‌دهند. بر اساس گزارشی از دیلی میل رژیم‌های غذایی گیاهی همیشه جزو یافته‌های غذایی سالم محسوب نمی‌شوند و برخی از رژیم‌های گیاهی خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش می‌دهند. بر اساس گزارشی از دیلی میل رژیم‌های غذایی گیاهی همیشه جزو یافته‌های غذایی سالم محسوب نمی‌شوند و برخی از رژیم‌های گیاهی خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش می‌دهند. محققان اطلاعات و داده‌های مربوط به بیش از ۲۰۰ هزار نفر را در آمریکا مورد بررسی قرار دادند

ارتباط مصرف ویتامین B و ریسک سرطان ریه در مردان سیگاری



تحقیق جدید نشان می‌دهد مصرف دوز بالای ویتامین های B۶ و B۱۲ ریسک ابتلا به سرطان ریه را در مردان سیگاری افزایش می‌دهد. به گفته محققان دانشگاه ایالتی اوهایو، دلیل این ارتباط مشخص نیست اما محققان معتقدند ویتامین ممکن است رشد سلول های سرطانی را که از قبل بواسطه استفاده از دخانیات آغاز شده اند، تشدید کند. مردان سیگاری که دوز بالای ویتامین های B۶ و B۱۲ را در مکمل های فردی خود مصرف می‌کردند، در مقایسه با مردانی که مکمل مصرف نمی‌کردند ۳۰ تا ۴۰ درصد بیشتر در معرض خطر ابتلا به سرطان ریه بودند.

مردانی که روزانه بیش از ۲۰ میلیگرم B۶ در طول ۱۰ سال مصرف کرده بودند ۳ برابر بیشتر از افرادی که مکمل مصرف نکرده بودند، در معرض ابتلا به سرطان ریه قرار داشتند. همچنین مردان سیگاری که به مدت ۱۰ سال روزانه ۵۵ میکروگرم B۱۲ مصرف کرده بودند چهار برابر بیشتر در معرض ابتلا به سرطان قرار داشتند. در این مطالعات، چنین تاثیری در مورد زنان مشاهده نشد. دکتر تئودور براسکی، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: بدون شک سیگار کشیدن موجب سرطان ریه می‌شود، اما در مورد تاثیر این

۴ فنجان قهوه در روز خطر ابتلا به سرطان را کاهش می‌دهد



سالم باشد. در مرحله اول ۳۳۷ داوطلب (با میانگین سن ۳۷ سال) پرسش‌نامه در مورد رژیم غذایی و میزان مصرف قهوه روزانه را پاسخ دادند و در ادامه شرایط زندگی و سلامت این افراد را به مدت ۱۰ سال مورد بررسی قرار دادند. یافته‌های محققان نشان می‌داد که در میان شرکت‌کنندگان آنهایی که حداقل چهار فنجان قهوه در روز مصرف می‌کردند، خطر مرگ آنها به‌واسطه ابتلا به سرطان ۶۴ درصد نسبت به کسانی که اصلاً قهوه نمی‌خوردند کاهش می‌یابد. خطر ابتلا به مرگ و میر در هر دو فنجان قهوه در روز به میزان ۲۲ درصد کمتر بود. نکته دیگر این تحقیق، بررسی رابطه میان سن و مصرف قهوه بود؛ افرادی که حداقل ۴۵ سال داشتند، نوشیدن دو فنجان اضافی قهوه در روز، خطر مرگ و میر را تا ۳۰ درصد کاهش می‌داد اما این معادله در میان شرکت‌کنندگان جوان معنادار و محسوس نبود. در واقع مصرف قهوه در میان میان‌سالان تاثیرگذارتر از گروه سنی جوان بود.

مطالعات محققان نشان می‌دهد که مصرف ۴ لیوان قهوه در روز خطر ابتلا به سرطان را کاهش می‌دهد. یک مطالعه جدید توسط محققان اسپانیایی حاکی از آن است که مصرف ۴ فنجان قهوه در روز خطر ابتلا به سرطان را تا حد بسیار زیادی کاهش می‌دهد. بر اساس گزارش اکسپرس، نتایج مطالعه و بررسی بر روی تقریباً ۲۰ هزار شرکت‌کننده نشان می‌دهد که قهوه می‌تواند بخشی از رژیم غذایی

خواص ژلاتین برای سلامتی



پوست می‌دهد. با بالا رفتن سن بدن به طور طبیعی کلاژن از دست می‌دهد و موجب چین و چروک در پوست می‌شود. به همین دلیل مصرف ژلاتین به عنوان منبعی از کلاژن شیوه‌ای طبیعی برای بهبود ظاهر پوست است. - تخمین پروتئین، برخی از پروتئین‌های حیوانی شامل مقدار قابل توجهی چربی ناسالم است. ژلاتین منبع پروتئینی است که حاوی چربی نیست. - کمک به عملکرد سیستم گوارشی؛ ژلاتین به شکل‌های مختلفی به هضم غذا کمک می‌کند. به طور مثال "گلیسین" موجود در ژلاتین سلامت جداره مخاطی معده را حفظ می‌کند. - تسکین درد مفصلی؛ کلاژن موجود در ژلاتین درد مفصلی مرتبط با التهاب را کاهش می‌دهد. - کمک به کنترل قند خون؛ اگرچه لازم است تحقیقات بیشتری انجام شود اما نتایج یک بررسی حاکیست گلیسین یکی از آمینو اسیدهای ژلاتین است که کنترل قند خون در مبتلایان به دیابت نوع ۲ را بهبود می‌دهد. - حفظ سلامت استخوان‌ها؛ لیسین که در ژلاتین یافت می‌شود به استحکام استخوان‌ها کمک می‌کند. این ماده به بدن کمک کرده تا کلسیم را جذب کند که برای حفظ استقامت

ژلاتین از جمله خوراکی‌هایی است که شاید جزو گزینه‌های نخست خوردنی‌های سالم قرار نگیرد اما این ماده خوراکی دارای خواص غیر منتظره‌ای برای سلامتی است. ژلاتین عمدتاً از پروتئین تشکیل شده است. در واقع با جوشاندن استخوان حیوانات، غضروف‌ها و پوست آنها کلاژن گرفته می‌شود و ژلاتین به دست می‌آید. کلاژن پروتئین فیبری است که ماهیچه‌ها، استخوان‌ها و پوست در حیوانات را به هم مرتبط می‌کند. زمانی که کلاژن فرآوری شود به ماده‌ای بی‌رنگ و بی‌مزه به نام ژلاتین تبدیل می‌شود. ژلاتین پس از آنکه سرد شود بافتی ژله مانند پیدا می‌کند. فواید ژلاتین برای سلامتی یا خواص کلاژن مشابه است زیرا ژلاتین هم حاوی همان آمینو اسیدهاست. ژلاتین از چندین آمینو اسید برخوردار است. آمینو اسیدها موادی هستند که برای تولید پروتئین با هم ترکیب می‌شوند و برای کارکرد صحیح ارگان‌های مختلف و تامین انرژی ضروری هستند. در حالی که بدن انسان برخی از این آمینو اسیدها را تولید می‌کند بسیاری از افراد باید آمینو اسید مازاد مورد نیاز خود را از طریق رژیم غذایی تامین کنند. - بهبود سلامت پوست؛ کلاژن ظاهر سالم و جوانی به

ترمیم زخم با کمک تکنولوژی جدید

محققان دانشگاه ایالتی اوهایو روش جدیدی را برای ترمیم زخم و آسیب دیدگی بافت‌های بدن تنها با لمس یک نانوجیپ ارائه کرده‌اند. این تکنولوژی جدید می‌تواند برای ترمیم و بازسازی بافت‌های بدن از جمله اندام‌های مختلف به شیوه‌ای غیر تهاجمی و بدون درد استفاده شود. چنان‌دسان سبکی از محققان این پروژه می‌گوید: اگر برای درمان بافت‌های مختلف بدن آن‌ها را در

محیط آزمایشگاهی ترمیم کرده و دوباره وارد بدن کنیم پاسخ ایمنی تحریک می‌شود و بافت را پس می‌زند اما در روش جدید بافت بدون خارج شدن درون بدن ترمیم می‌شود. مکانیسم کار به این صورت است که نانوجیپ را در منطقه آسیب دیده قرار می‌دهند هنگامی که تراشه پوست را لمس می‌کند قطعه‌ای از DNA مصنوعی را با یک جریان الکتریکی به سلول‌های سطحی ارسال می‌کند، این کار کمتر از یک دهم ثانیه طول می‌کشد، کد ژنتیکی DNA های مصنوعی بسته به نتیجه مورد نظر متفاوت است. به عنوان مثال، اگر محققان می‌خواهند سلول‌های پوست را به سلول‌های عصبی تبدیل کنند از یک کد متفاوت استفاده می‌کنند تا زمانی که بخواهند سلول‌های پوستی را به سلول‌های استخوان تبدیل کنند.

گلچین اخبار مازندران و گلستان

عامل قطع درختان جنگلی در نور دستگیر شد

ایرنا: اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری مازندران-ساری اعلام کرد که عامل قطع درختان جنگل‌های هیرکانی روستای مرزنده شهرستان نور دستگیر شده است.

در ادامه اطلاعیه اداره کل منابع طبیعی مازندران-ساری آمده است که در راستای تشدید اقدامات حفاظتی یکشنبه ۲۰ مهرماه: مسئول و نیروهای حفاظتی سرچنگلانی رسنمرو طی رصد اطلاعاتی در یک اقدام عملیاتی، موفق به دستگیری عامل قطع درختان جنگل‌های هیرکانی روستای مرزنده حوزه استحقاطی شهرستان نور شدند.

در پی این اقدام محموله قاچاق به پارکینگ اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان نور منتقل شد.

همشهریان می‌توانند در صورت مشاهده وقوع هرگونه تخلف در عرصه‌های منابع طبیعی، مراتب را با شماره‌های ۱۵۰۴ و ۱۳۹ بصورت ۲۴ ساعته با آنداد جنگل و مرتع در میان بگذارند.

استان مازندران حدود ۲ میلیون و چهار هزار هکتار مساحت دارد که از این مقدار حدود یک میلیون و ۷۰۰ هزار هکتار آن عرصه‌های طبیعی شامل جنگل و مرتع است. برای حفاظت و مدیریت عرصه‌های طبیعی مازندران ۲ اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری در ساری و نوشهر فعالیت دارند که منطقه ساری حدود ۷۱ درصد و نوشهر حدود ۲۹ درصد این عرصه‌ها را مدیریت می‌کند. در مجموع حدود ۵۴ درصد از عرصه‌های جنگلی شمال کشور را در اختیار دارد و همچنین نیمی از جنگل‌های هیرکانی ثبت شده در سازمان جهانی یونسکو در جغرافیای مازندران واقع است.

رئیس شرکت خدمات حمایتی جهاد کشاورزی گلستان:

قیمت کود اوره در سال جاری ۷۴ درصد افزایش داشته است

مهر: رئیس شرکت خدمات حمایتی جهاد کشاورزی گلستان گفت: قیمت کود اوره اسمسال با افزایش ۷۴ درصدی نسبت به سال گذشته به حدود ۶۸۷ هزار و ۶۹۰ تومان رسیده است.

مجید محمدی با اشاره به تغییرات قیمت کود در سال جاری اظهار کرد: قیمت کود اوره از ۴۹۵ هزار تومان در سال گذشته به ۶۸۷ هزار و ۶۹۰ تومان افزایش یافته که معادل رشد ۷۴ درصدی است. البته قیمت واقعی در بازار حدود یک میلیون و ۵۲۰ هزار تومان است اما با پرداخت ۵۶ درصد از این مبلغ از سوی دولت، کشاورزان تنها ۴۴ درصد هزینه را تقبل می‌کنند. وی با بیان اینکه کودهای فسفاته و پتاسه نیز با افزایش حدود ۳۰ درصدی مواجه شده‌اند، افزود: قیمت‌گذاری این نهاده‌ها هر سال در شورای اقتصاد مصوب می‌شود. اسمسال نیز پس از بررسی‌ها، قیمت‌های جدید با لحاظ پارانه‌های دولتی تعیین و ابلاغ شد.

محمدی درباره میزان کود مورد نیاز برای کشت‌های مختلف گفت: برای کشت‌های آبی به‌طور میانگین برای هر هکتار ۱۰۰ کیلوگرم کود ۱۰۰، ۱۰۰ کیلوگرم فسفات و ۵۰ کیلوگرم پتاس در نظر گرفته شده است. این میزان بر اساس نوع کشت و شرایط زمین قابل تغییر است.

مدیر آموزش و پرورش شهرستان:

محمودآباد رتبه برتر هدایت تحصیلی استان مازندران را کسب کرد

ایسنا: مدیر آموزش و پرورش محمودآباد با اعلام اینکه این شهرستان برای سومین سال متوالی، رتبه برتر هدایت تحصیلی مازندران را کسب کرد، گفت: با هدایت تحصیلی مناسب، ۶۹ درصد از دانش‌آموزان پایه دهم وارد هنرستان‌ها شدند که این امر سبب شد محمودآباد به‌عنوان شهرستان سرآمد در هدایت تحصیلی استان معرفی شود.

علی اکبر علیزاده از ثبت‌نام ۱۵ هزار و ۲۵۰ دانش‌آموز در مدارس محمودآباد خبر داد و اظهار کرد: از کل تعداد دانش‌آموزان شهرستان محمودآباد، ۸ هزار و ۷۵۰ نفر در مقطع ابتدایی، ۴ هزار و ۳۰۰ نفر در متوسطه اول و ۳ هزار و ۷۰۰ نفر در متوسطه دوم مشغول به تحصیل هستند.

وی درباره فضای آموزشی شهرستان محمودآباد افزود: در این شهرستان ۱۳ هنرستان، ۱۰ مدرسه رشته‌های نظری و ۴۸ مدرسه متوسطه اول فعال است و اسسال یک مدرسه متوسطه اول دخترانه نیز به مجموعه مدارس اضافه شد.

علیزاده تعداد معلمان شاغل در محمودآباد را ۱۲۰۰ نفر اعلام کرد و یادآور شد: در سال تحصیلی جاری ۱۸ معلم جدید در رشته‌های مختلف به کاروان آموزشی این شهرستان پیوستند و در روز اول مهر هیچ مدرسه‌ای بدون معلم نماند.

مدیر آموزش و پرورش محمودآباد با اشاره به آغاز «پروژه مهر» از ابتدای تیر اسال، گفت: تمامی برنامه‌های این پروژه از جمله فضاسازی، مرمت و بازسازی مدارس به موقع انجام شد.

وی از هزینه‌کرد ۲ میلیارد و ۱۰۰ میلیون تومان خیرین برای تجهیز و زیباسازی مدارس و همچنین هزینه‌ای بالغ بر ۲ تا ۳ میلیارد تومان توسط دهیارها و شوراهای اسلامی روستاها برای بهسازی مدارس خبر داد.

کمیوها و چالش‌ها علیزاده با اشاره به مشکلات زیرساختی در آموزش و پرورش محمودآباد، اظهار کرد: نزدیک به ۱۳ سال است که در محمودآباد مدرسه جدیدی ساخته نشده است.

وی افزود: هم‌اکنون ۴۱ مدرسه بالای ۴۵ سال و ۲۰ مدرسه بالای ۵۵ سال عمر دارند که این موضوع به یک معضل اساسی تبدیل شده است. رئیس آموزش و پرورش شهرستان محمودآباد با بیان این که فضای آموزشی مناسب نداریم، خواستار ورود مدیران استانی برای احداث مدارس جدید شد.

وی با اشاره به حضور ۲۶۰۰ دانش‌آموز در مدارس غیردولتی، این رقم را نشانه‌ای از عدم مطلوبیت کافی مدارس دولتی عنوان کرد و افزود: با وجود افزایش ۴۰ درصدی شهریه مدارس غیردولتی، ۲۵۰ دانش‌آموز به مدارس دولتی بازگشتند که این اسر منجر به افزایش ۶ کلاس درس در مقطع ابتدایی شد.

استاندار مازندران:

عملیات اجرایی تونل ۱۸۳۰ متری جاده هراز از سر گرفته شد



ایرنا: استاندار مازندران گفت: تکمیل تونل ۱۸۳۰ متری محور هراز به عنوان راهکاری ایمن برای عبور از منطقه پرخطر از سرگرفته شد. مهدی یونس رستنی در نشست شورای ترافیک مازندران در آمل با اشاره به آغاز ادامه عملیات اجرایی تونل ۱۸۳۰ متری در محور هراز، این طرح را گامی حیاتی برای عبور ایمن از منطقه ریزشی، کاهش ترافیک و ارتقای رضایتمندی مردم دانست و افزود: با وجود محدودیت‌های مالی، مازندران با تکیه بر توان فنی داخلی و حمایت راهکار خاتم‌الانبیا، مسیر توسعه را با قدرت و ابتکار ادامه می‌دهد. وی با اشاره به شرایط پیچیده زمین‌شناسی و ریزش‌های مکرر در مسیر فعلی، از آغاز عملیات تکمیل تونل ۱۸۳۰ متری به عنوان راهکاری ایمن، مهندسی‌شده و ملی برای عبور از منطقه پرخطر خبر داد. یونس رستنی با بیان اینکه این تونل نه‌تنها ایمنی مسافران را تضمین می‌کند، بلکه ترافیک نرورزی و آخر هفته‌ها را نیز به‌طور

جشن روز ملی پارالمپیک در ساری برگزار شد

و روشنی راه برای جامعه توان‌یابان است و ورزش اِسزاری برای معرفی توانمندی‌های قشر نیازمند با شرایط ویژه است.

مدیرکل ورزش و جوانان مازندران، بیان کرد: شماها نه تنها الگوی جامعه توان‌یابان بلکه الگوی همه مردم هستند و ثابت کردید در سایه انگیزه و تلاش می‌توان به قله‌های رفیع رسید.

وی افزود: توسعه زیرساخت‌های ورزش جانپازان و توان‌یابان برای ما یک اولویت است و امیدوارم با حمایت‌های دیگر مسئولان متولی، مشکلات جانپازان و توان‌یابان در حوزه ورزش کمتر شود تا مسیر افتخارآفرینی هموارتر شود.

سرپرست معاونت سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری مازندران:

حضور جوانان مسیر توسعه اجتماعی و سیاسی را شتاب می‌بخشد



ایسنا: نشست با حضور میثم طاهرپور، مشاور استاندار مازندران در امور جوانان، محمدرضا پیلاهی، معاون فرهنگی و امور جوانان اداره کل ورزش و جوانان استان، محسن جواهریان، دبیر شبکه ایران یاران جوان کشور، معاونان فرمانداری تنکابن و جمعی از مدیران دستگاه‌های اجرایی مرتبط برگزار شد.

وی همچنین بر ضرورت گفت‌وگوی مستمر میان مسئولان و تشکل‌های جوانان تأکید کرد و افزود: شبکه ایران یاران جوان می‌تواند به‌عنوان حلقه ارتباطی میان جوانان و مدیران اجرایی، نقش مؤثری در تقویت هم‌افزایی اجتماعی و فرهنگی ایفا کند. در ادامه، دبیران شبکه ایران یاران جوان به ارائه دیدگاه‌ها و

رئیس‌کل دادگستری گلستان خبرداد:

احیای پروژه سرمایه‌گذاری اسکله بندرتو کمین پس از ۲۶ سال توقف

و اداره کل بنادر و کشتیرانی استان با حضور مدیران اجرایی و معاون استاندار گلستان و سرمایه‌گذار طرح بررسی شد.

حیدر آسیایی رئیس کل دادگستری گلستان گفت: بر اساس مصوبه این‌جلسه، عملیات اجرایی پروژه از فردا بر اساس مفاد قرارداد منعقد آغاز می‌شود.

از طرح‌های اقتصادی و سرمایه‌گذاری استان گفت: از دیدگاه قانونی مفاد قرارداد این پروژه پایرجاست و هیچ مانع قانونی برای شروع آن وجود ندارد و شرکت سرمایه‌گذار می‌تواند از فردا طبق مفاد همان قرارداد کار را آغاز کند. رئیس‌کل دادگستری گلستان به نقش همکاری سایر دستگاه‌ها اشاره کرد و گفت:

ایسنا: پس از بیش از دو دهه توقف، پروژه سرمایه‌گذاری اسکله بندرتو کمین با ورود ستاد اقتصاد مقاومتی دادگستری گلستان دوباره جان می‌گیرد.

رئیس کل دادگستری گلستان و دادستان مرکز استان با همراهی مدیر کل بازرسی و معاون اقتصادی استاندار با حضور در محل اسکله بندرتو کمین، از وضعیت این پروژه بازدید کردند. پروژه‌ای که از سال ۱۳۷۸ متوقف مانده بود و پس از ۳۶ سال بلاکلیفی با ورود ستاد اقتصاد مقاومتی دادگستری گلستان دوباره در مسیر اجرا قرار گرفت.

پس از این بازدید در نشست ستاد اقتصاد مقاومتی استان، مشکلات این طرح، علت تأخیر و اختلاف و کشمکش حقوقی بین سرمایه‌گذار

معاون بیمه سلامت گلستان خبر داد:

تغییر رویکرد بیمه سلامت به سمت پیشگیری و پزشک خانواده

ایسنا: معاون بیمه سلامت گلستان از تمرکز این سازمان بر پیشگیری از بیماری‌ها و توسعه نظام ارجاع و پزشک خانواده خبر داد و گفت: ۶۲ درصد جمعیت این استان تحت پوشش بیمه سلامت هستند و خدمات پیشگیری می‌تواند هزینه‌های درمان را برای مردم و دولت کاهش دهد. علیرضا صحرایی به مناسبت هفته بیمه سلامت اظهار کرد: این سازمان با توجه به افزایش بیماری‌های ناشی از سبک زندگی نادرست، رویکرد خود را به سمت «پیشگیری» و «نظام ارجاع» متمرکز کرده است. وی با بیان اینکه ارائه خدمات درمانی به تنهایی کافی نیست، افزود: در هر حوزه که پیشگیری را افزایش دهیم، تبعات و هزینه‌های بیماری کاهش می‌یابد. اگر با غربالگری و خدمات پیشگیری انجام شود، هزینه‌های کمتری منوجه مردم و دولت در بخش درمان می‌شود. صحرایی از ایجاد «معاونت سلامت، پیشگیری، نظام ارجاع و پزشک خانواده» در سازمان بیمه سلامت خبر داد و گفت: این معاونت با هدف شناسایی به‌موقع بیماری‌ها در مراحل اولیه و جلوگیری از پیشرفت آن‌ها ایجاد شده است.

پوشش ۸۰۰ هزار نفری پزشک خانواده در روستاهای گلستان معاون بیمه سلامت گلستان با اشاره به اجرای طرح پزشک خانواده در روستاها گفت: بر اساس تفاهم‌نامه با وزارت بهداشت، در تمام روستاهای کشور مراکز جامع خدمات سلامت راه‌اندازی شده و به ازای هر ۴۰۰ نفر جمعیت، یک پزشک خانواده در این مراکز حضور دارد. وی تصریح کرد: در استان گلستان حدود ۸۰۰ هزار نفر از جمعیت روستایی تحت پوشش این مراکز هستند.

پوشش ۶۲ درصدی و خدمات رایگان برای دهک‌های کم‌درآمد صحرایی با اعلام اینکه ۶۲ درصد جمعیت استان گلستان تحت پوشش بیمه سلامت هستند، گفت: بر اساس دهک‌بندی اقتصادی، تمام افراد دهک‌های یک تا پنج در شهرها و کلیه ساکنان روستاها به صورت رایگان تحت پوشش این بیمه قرار دارند.

این مقام مسئول با اشاره به پوشش بیماران خاص و صعب‌العلاج گفت: ۱۳۳ نوع بیماری خاص تحت پوشش صندوق حمایت از بیماران خاص و صعب‌العلاج قرار دارد و برای آن‌ها بسته خدمت تعریف شده است. پرداخت هزینه‌های این بیماران تا ۱۰۰ درصد و با حفظ کرامت آنان انجام می‌شود.

وی از پرداخت بیش از ۸ میلیارد تومان از محل خارج از ضوابط برای حمایت از این بیماران در گلستان از ابتدای سال جاری خبر داد و گفت: ۴۹ هزار بیمار خاص نشاندار شده در استان از خدمات این صندوق استفاده می‌کنند.

الکترونیکی شدن کامل خدمات و گسترش پوشش خدمات توانبخشی

صحرایی بر الکترونیکی شدن خدمات بیمه سلامت تأکید کرد و گفت: امروز در گلستان هیچ نسخه‌ای به صورت کاغذی صادر نمی‌شود و تمام فرآیندهای عقد قرارداد و نظارت بر مراکز درمانی به صورت الکترونیکی انجام می‌شود.

معاون بیمه سلامت، استان گلستان را یکی از پایلوت‌های نظارت الکترونیکی کشور دانست و از گسترش پوشش خدمات برای اقشار خاص مانند معلولان و مددجویان خبر داد و افزود: برای نخستین بار در استان خدمات شب‌پوشی، پناهی‌سنجی و گفت‌وودرمانی در مراکز خصوصی با پرداخت ۷۰ درصد هزینه از سوی بیمه سلامت ارائه می‌شود.

تشکیل پرونده قضایی برای مرگ دو کودک در خان بیین گلستان

ایسنا: رئیس حوزه قضایی خان بیین از تشکیل پرونده درباره مرگ دو کودک در این حوزه قضایی خبر کرد.

مجید علیزاده رئیس حوزه قضایی خان بیین استان گلستان از تشکیل پرونده درباره مرگ دو کودک در این حوزه قضایی خبر داد و گفت: سه شب پیش، فوت دو کودک ۱۲ و ۷ ساله گزارش شد و مادر این دو کودک علت مرگ آنان را مسمومیت پس از خوردن غذای فست فودی، اعلام کرد.

علیزاده افزود: بلافاصله پرونده در دادگستری خان بیین تشکیل و نمونه برداری از محتویات معده کودکان، باقی مانده غذا و نوشیدنی آنان، انجام شد و منتظر اعلام نظر کارشناسی پزشکی قانونی هستیم. وی ادامه داد: مغازه فست فودی هم فعلا تا تکمیل تحقیقات پلمب است و از تمام مواد اولیه موجود در این مغازه هم، نمونه برداری صورت گرفته و کار بررسی کارشناسی، در حال انجام است.

علیزاده با تأکید بر این که اعلام نظر قطعی، درباره علت دقیق مرگ این کودکان، منوط به نتیجه نمونه برداری هاست: افزود: از پزشکی قانونی خواسته ایم، زودتر نتیجه آزمایش‌ها را اعلام کند.

وی افزود: آنچه تاکنون ثابت شده، این است که مورد دیگری از مسمومیت در بین مشتریان همان شب این مغازه فست فودی به دادگستری و شبکه بهداشت شهرستان، گزارش نشده است.

آگهی‌های ثبتی

تظری به اینکه تحدید حدود املایی که بعمل نیامده حدود اختصاصی آقا به شرح ذیل منتشر می‌گردد:

قریه هفته گویه با پین سنگ ۱۱۰ اصلی پخت ۲۹ میلان

۱- پلاک ۱۷۱ فرعی آقای علی مرادیان خروشتی فرزند صفرعلی به شناسنامه ۸۱۸ و کد ملی ۳۰۹۵۲۵۹۱ صادره از امش بصورت شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۱۵/۴۰ مترمربع و از مورد مالکیت علی امینی و تقی قانونی و سایر شرکا محرز گردید

۲- پلاک ۱۷۲ فرعی خاتم معصود خوش انگشت فرزند علی حسین به شناسنامه ۳۱۳ صادره از امش بصورت یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۴۸/۱ مترمربع از مورد مالکیت علی امینی و تقی قانونی و سایر شرکا محرز گردید

۳- پلاک ۱۷۳ فرعی آقای تیمور اسمعیل زاده فرزند اسمعیل به شناسنامه ۵۹۰ صادره از امش بصورت شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۰۷۲/۲۰ مترمربع از مورد مالکیت علی امینی و تقی قانونی و سایر شرکا محرز گردید

۴- پلاک ۱۷۴ فرعی خاتم مریم جمشیدپور ترابی فرزند جمشید به شناسنامه ۳۲۸ صادره از امش بصورت شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۲۰/۲۵ مترمربع از مورد مالکیت رحیم علی محمدی محرز گردید

لذا عملیات تحدید حدود پلاکهای مذکور راس ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۴/۸/۱۴ در محل وقوع ملک بعمل خواهد آمد.

مراتب جهت اطلاع به مجاورین و صاحبان حقوق ارتقایی آن آگهی می‌گردد. چنانچه کسانی نسبت به حدود و حقوق ارتقایی ملک فوق الذکر اعتراض داشته باشند می‌توانند اعتراض خود را از تاریخ تحدید حدود ظرف مدت یکماه (۳۰ روز) به این اداره اعلام و رسید دریافت دارند. ضمنا طبق ماده ۸۶ آیین نامه اصلاحی قانون ثبت اعتراض باید کتبی و مستقیما به اداره ثبت تسلیم و معترض باید طرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی، دادخواست لیز به مراجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید. در غیر این صورت متقاضی ثبت با نالیده قانونی وی می‌تواند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید و اداره ثبت بدون توجه به اعتراض، عملیات ثبتی را با رعایت مقررات ادامه خواهد داد. (شناسنامه ۲۰۵۴۶۱)

تاریخ انتشار: روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۴/۸/۲۳
حاصل شده از: رئیس اداره ثبت اسناد و املاک امش رام/الف/۳۹



اوقات شرعی به وقت گیلان

اذان صبح: ۴:۵۴
طلوع آفتاب: ۶:۲۰
اذان ظهر: ۱۱:۵۷
غروب خورشید: ۱۷:۳۶
اذان مغرب: ۱۷:۵۵

صفحه آرایی: گلچین امروز

چاپ و لیتوگرافی:

شرکت چاپ و نشر شاخه سبز قم

تلفن: ۰۲۵- ۳۳۴۴۲۵۷

مطالب درج شده لزوما انعکاس دهنده دیدگاه روزنامه نمی باشد.

ایمیل: Golchin.Today@yahoo.com

نشانی سایت: https://golchinemrooz.ir

تلفن: ۰۲۳۳۶۰۵۰ - ۰۲۳۳۶۰۳۲۶ تلفکس: ۰۲۳۳۶۰۳۲۶

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، ورزشی و هنری صبح گیلان

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: مسعود گیاهی سراوانی

سردبیر: کریم خورسندی مژدهی

نشانی: رشت - چهارراه پورسینا- روبروی ثبت احوال رشت - ساختمان اطبا - طبقه دوم - تلفن: ۰۲۳۳۶۰۳۲۶ - تلفکس: ۰۲۳۳۶۰۳۲۶

گلچین امروز

چهارشنبه ۲۳ مهر ۱۴۰۴ - ۲۲ ربیع الثانی ۱۴۴۷ - ۱۵ اکتبر ۲۰۲۵

پاسخ ساره جوانمردی به بازگشتش به میادین:

منتظر تغییر شرایط هستم



مهر: دارندۀ ۴ مدال طلا در بازی‌های پارالمپیک که یک سال پیش خداحافظی‌اش را اعلام کرد، تأکید دارد که در صورت تغییر برخی شرایط، تصمیمش در این زمینه تغییر خواهد کرد. ساره جوانمردی از پرفرنخ‌ترین ورزشکاران پارالمپیک ایران است که در مجموع ۴ مدال طلا از حضور در ادوار مختلف بازی‌های پارالمپیک در کارنامه دارد. این تیرانداز که لقب «ملکه تپانچه» را در اختیار دارد، سال گذشته بعد از قهرمانی در تپانچه ۱۰ متر زنان بازی‌های پارالمپیک ۲۰۲۴ پاریس و کسب اولین مدال طلای کاروان ایران در آن بازی‌ها، از دنیای قهرمانی خداحافظی کرد.

بازگشت به میادین یکی از سوالات همیشه مطرح پیرامون این ورزشکار است که مسئولان با «ابراز امیدواری» به آن پاسخ می‌دهند اما واکنش خود جوانمردی اینگونه نیست طوریکه او تأکید دارد فعلاً قصدی در این زمینه ندارد مگر اینکه برخی شرایط تغییر کنند. «این قهرمان پارالمپیک تیراندازی در پاسخ به این پرسش که «بعد از یک سال تصمیم شما برای خداحافظی و بازگشت به میادین تغییر نکرده است؟» گفت: هیچ چیز مشخص نیست، فعلاً نه، برنامه‌ای برای بازگشت ندارم.

وی در عین حال تأکید کرد: البته شاید اگر شرایط تغییر کرد، تصمیم من هم عوض شود اما فعلاً تصمیم تغییری نکرده است. «شرایطی که مد نظر شماسست چه تغییری داشته باشند تا زمینه بازگشت شما به میادین مهیا شود؟»، جوانمردی در پاسخ به این پرسش گفت: یک بخش آن شخصی است و بخشی هم به شرایط ورزشی کشور مربوط می‌شود. باید بینم وضعیت فعلی با شرایط من همخوانی دارد یا نه، فعلاً که ندارد.

این مدال آور پارالمپیک ایران در مورد رویدادهای پیش رو مانند بازی‌های پارآسیایی ناگويا و اینکه «در صورت تغییر شرایط موردنظر احتمال می‌دهد بتواند در آنها حضور داشته باشد؟»، گفت: فکر نمی‌کنم بتوانم در بازی‌های پارآسیایی شرکت داشته باشم. اصلاً دیگر به این بازی‌ها نمی‌رسم اما امیدوارم پارا تیراندازی که اعزام می‌شوند، بتوانند بهترین نتیجه ممکن را کسب کنند.

ویران‌ساز در دوره قبل بازی‌های پارآسیایی، تیم پارا تیراندازی به خصوص در بخش بانوان عملکرد خیلی خوبی داشت و تمام مدال‌های طلا را از آن خود کرد. امیدوارم این بار هم طلاها برای ایران باشد و آنها را از دست ندهیم.

جوانمردی در مورد مربیگری و برنامه احتمالی‌اش برای ورود به این عرصه گفت: در بخش مربیگری هیچ برنامه‌ای ندارم. اصلاً قصد ورود به این بخش را ندارم.

تساوی بدون گل داماش و بعثت

کرمانشاه لیگ دسته اول فوتبال کشور

گلچین امروز: از هفته هشتم رقابت‌های لیگ دسته اول فوتبال کشور (جام آزادگان) دو تیم بعثت کرمانشاه و داماش گیلان در کرمانشاه به مصاف یکدیگر رفتند که این بازی با تساوی بدون گل به پایان رسید. از هفته هفتم رقابت‌های لیگ دسته اول فوتبال کشور (جام آزادگان) دو تیم بعثت کرمانشاه و داماش گیلان در کرمانشاه به مصاف یکدیگر رفتند که این بازی با تساوی بدون گل به پایان رسید.

داماش گیلان با ترکیب علی محسن‌زاده، امین هاشمی‌فرد، مهدی طهماسب‌زاده، علی خدایی، جعفر حسین‌پور، مهدی سوادکوهی، محسن انبساطی، پدram نوری، امیرحسین یوسفی، علی رمضان‌ی و امین اسدی وارد زمین می‌شوند.

بعثت نیز با علیرضا حیدری، محمدمهدی مهدی‌خانی، محمدجواد جلالی، مجتبی ممشلی، امید سلطانی، سجاد سیاه‌کمری، علی دلیر، محمدرضا حیدری، علی هزای، سجاد بازگیر، محمد حسین‌زاده پا به میدان مسابقه گذاشت.

در پایان هیچ کدام از دو تیم نتوانستند گلی را وارد دروازه حریف کنند تا بازی با همان نتیجه صفر - صفر به پایان رسید.

گفتنی است پس از سوت پایان نیمه نخست دیدار دو تیم بعثت کرمانشاه و داماش گیلان: علی‌نظر محمدی و ابراهیم اشکش سرمربیان دو تیم با یکدیگر به طور لفظی درگیر شدند که همین امر موجب شد جو داخل ورزشگاه متشنج شود و این درگیری به راهروهای منتهی به رختکن تیم‌ها هم کشیده شود!

ورزش و دانستنی های ورزشی

هر ساله در کشور رومسیه یک مسابقه تاریخی انجام می‌شود که بسیار اعجاب انگیز است.

دراین مسابقه که زیر بارش برف و به مسافت ۴۲ کیلومتر و ۱۹۵متر در جاده‌های پر از یخ و برف و در دمای منفی ۵۰ درجه سانتیگراد زیر صفر یعنی در شرایط بسیار مشقت بار انجام می‌شود، دونداگان مسابقه مارا تن فطی را برگزار می‌کنند.

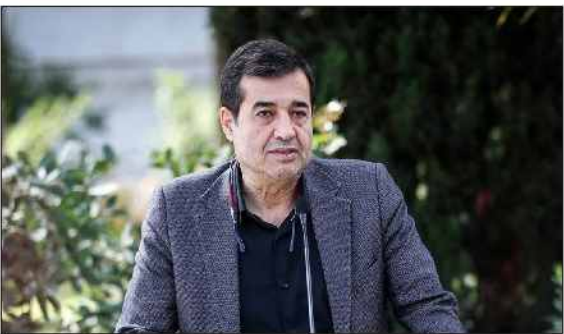
جالبه است بدانید که درمهم این مسابقه سخت و عجیب اعلام نفر برنده اصلا مهم نیست و تمام آن است که انسان‌ها ثابت کنند در دمای ۵۰ درجه زیر صفر هم می‌شود مقاوم بود و در مسابقه مارا تن شرکت کرد و بیش از ۴۲کیلومتر دوید.

ایستگاه آبی می دانستید؟

- آیا میدانستید که ریه‌های ما بیش از ۱۵۰۰۰ لیتر هوا را هر روز تنفس می‌کنند؟
- آیا میدانستید سطح ریه‌ها تقریباً هم اندازه یک زمین تنیس است؟
- آیا میدانستید که مغز انسان از قویترین کامپیوترها پیچیده‌تر است و بیش از ۱۰۰۰ میلیارد سلول عصبی دارد؟
- آیا میدانستید که انواع سرطان خطرناک ریه که متجر به مرگ حتمی انسان می‌شود به دلیل کشیدن سیگار است؟
- آیا میدانستید که اگر دو سوم کبد انسان با جراحی برداشته شود، در چهار هفته اول دوباره به سبب لوله خود شکل می‌گیرد؟
- آیا میدانستید که کوچکترین عضله در بدن انسان رکابی گوش است؟
- آیا میدانستید بزرگترین عضله شما بر اساس حجم توده عضله سیرینی است که از مرکز لگن تا استخوان ران بصورت مورب امتداد یافته است.
- کامران جعفری گلرخ

وزیر ورزش و جوانان؛

جذب مربیان کره شمالی برای تیم‌های ملی بانوان در دستور کار است



گلچین امروز: احمد دنیامالی، وزیر ورزش و جوانان در دیدار با عباس طالبی‌فر، سفیر ایران در کره شمالی، از تلاش برای استخدام مربیان برجسته زن این کشور در تیم‌های ملی بانوان خبر داد. عباس طالبی‌فر، سفیر ایران در کره شمالی، با دعوت احمد دنیامالی به وزارت ورزش و جوانان آمد تا در خصوص توسعه همکاری روابط ورزشی میان دو کشور رایزنی‌های لازم را داشته باشند.

یکی از اهداف مهمی که وزارت ورزش و جوانان برای حضور قدرتمند در بازی‌های المپیک ۲۰۲۸ لس آنجلس و بازی‌های آسیایی ۲۰۲۶ ناگويا در اولویت برنامه‌های خود قرار داده، جذب مربیان طراز اول زن خارجی برای تیم‌های ملی بانوان است. از آنجا که کره شمالی پتانسیل خوبی در حوزه مربیگری زنان در برخی رشته‌ها دارد، این وزارتخانه بهره‌مند شود. وزیر برداری، تیراندازی، تنیس روی میز، جودو جزو آن دسته رشته‌هایی است که کره شمالی مربیان صاحب سبک و توانمندی در آن دارد. این در حالی است که فدراسیون تنیس روی میز ایران تا کنون طی چند دوره به صورت مقطعی اقدام به جذب مربیان این کشور کرده است. با این تفاسیر امور بین الملل وزارت ورزش و جوانان به تازگی یک تفاهم نامه همکاری را برای کره شمالی ارسال کرده که موافقت مربیان برجسته خارجی زن استخدام

کنیم. کره شمالی یکی از کشورهایی است که ما می‌توانیم از مهارت مربیان آنها در بعضی رشته‌ها استفاده کنیم. معتقدیم که می‌توانیم در عرصه روابط ورزشی همکاری مشترک و مثبتی با یکدیگر داشته باشیم.

وزیر برداری بانوان کره شمالی در رقابت‌های قهرمانی جهان اخیر که در نوروز برگزار شد، ادامه داد: وزیر برداری بانوان در ایران جزو رشته‌های نوپاست و به رغم عمر کوتاهش توانسته به نتایج امیدبخشی در میادین بین‌المللی دست پیدا کند. اما می‌خواهیم این مدال‌آوری‌ها به بازی‌های المپیک و آسیایی برسد. بر همین اساس خیلی مایلیم از دانش مربیان کره شمالی بهره‌مند شویم. کره شمالی در رقابت‌های جهانی زنان در ۵ وزن صاحب ۱۷ مدال طلا شد و قدرت خودش را به دنیا نشان داد. «چودو، تنیس روی میز و تیراندازی نیز دیگر رشته‌هایی هستند

پیروزی تیم فوتبال دختران نوجوان ایران مقابل عربستان



شهرستان بندرانزلی به عنوان مدیرفنی تیم ملی در این رقابت‌ها به عربستان اعزام شدند تا با تیم‌های عربستان کویت و لبنان به رقابت بپردازند. شایان ذکر است دیدار تیم‌های ملی فوتبال ایران و عربستان در مرحله انتخابی جام ملت‌های فوتبال زیر ۱۷ سال دختران با نتیجه دو بر

صفر به سود دختران نوجوان ایران به پایان رسید. گفتنی است، دومین دیدار تیم ملی فوتبال دختران نوجوان کشورمان برابر کویت امروز چهارشنبه ۲۳ مهرماه ساعت ۱۶:۴۵ به وقت تهران و بازی آخر برابر لبنان جمعه ۲۵ مهرماه ساعت ۱۶:۱۵ برگزار می‌شود.

گلچین امروز- معصومه مهری: تیم ملی فوتبال دختران نوجوان ایران با حضور دو بازیکن و کادر گیلانی به شهر دام عریستان سعودی اعزام شدند. شادی مهینی سرمربی تیم ملی نوجوانان اردوی پایانی خود را با حضور ۲۳ بازیکن از روز یکشنبه ۱۳ مهر به مدت ۵ روز در مراکز ملی

نفرات برتر مسابقات رولر اسکی قهرمانی کشور در رشت مشخص شدند

رسید، کرمانشاه با کسب سه هزار و ۶۸۰ امتیاز شد و دم و آذربایجان شرقی با کسب سه هزار و ۶۷۵ امتیاز در رتبه سوم قرار گرفت. در رقابت‌های انفرادی در ماده پنج کیلومتر استقامت که ورزشکاران در مسیر منطقه چماچاه تا سقلاکسار رشت با هم به رقابت پرداختند، در بخش بانوان، ساحل تیر از مازندران به مقام قهرمانی رسید، عاطفه صالحی از خراسان رضوی دوم شد و منینه باباگیلک از قزوین رتبه سوم را کسب کرد.

همچنین در بخش آقایان، علیرضا نظری زاده از همدان عنوان قهرمانی را به خود اختصاص داد، امیرمحمد ابوالحسن زاده از آذربایجان شرقی مقام نایب قهرمانی را کسب کرد و دانیال ساوه شمشکی از تهران سوم شد.

در رقابت‌های ۲۰۰ متر نیز که در منطقه گلکسار رشت برگزار شد، در بخش بانوان عاطفه صالحی از خراسان رضوی اول شد، ساحل تیر از مازندران و پرستو آسالان از تهران به ترتیب دوم و سوم شدند. در بخش آقایان، ۲۰۰ متر بخش آقایان، علیرضا نظری زاده از همدان عنوان نخست را کسب کرد، دانیال ساوه شمشکی از تهران دوم شد و فراد کباشمشکی از تهران در رتبه سوم قرار گرفت.



ایرنا: رقابت‌های رولر اسکی قهرمانی کشور جام کاسپین، غروب دوشنبه با معرفی تیم‌ها و نفرات برتر در رشت پایان یافت. ورزشکاران ۲ بخش زنان و آقایان از استان‌های مختلف کشور حضور داشتند که در رده سنی آزاد با هم به رقابت پرداختند.

سال بیست و دوم - شماره ۵۱۰۸

اعلام زمان بازی‌های فوتبال

چهار جانبه امارات

گلچین امروز: زمان برگزاری مسابقات چهارجانبه امارات با حضور تیم ملی فوتبال ایران مشخص شد. مسابقات چهارجانبه‌ای با حضور تیم‌های ملی فوتبال ایران، مصر، کپ و ارد و ازبکستان در پنجره فیفادی آبان و به میزبانی امارات متحده عربی برگزار خواهد شد. تیم ملی فوتبال ایران در نخستین دیدار خود پنجشنبه ۲۲ آبان به مصاف کپ و ارد خواهد رفت. برنده این دیدار، در مرحله بعدی ۲۷ آبان با برنده مسابقه ازبکستان و مصر روبه‌رو می‌شود. همچنین تیم‌هایی که در دیدار نخست خود شکست بخورند، ۲۶ آبان بازی رده بندی را برگزار خواهند کرد.

برنامه مرحله سوم جام حذفی فوتبال اعلام شد

گلچین امروز: برنامه مسابقات مرحله سوم جام حذفی باشگاه‌های کشور یادواره آزادسازی خرمشهر فصل ۱۴۰۴-۱۴۰۵ اعلام شد. به گزارش روابط عمومی سازمان لیگ فوتبال ایران، برنامه مسابقات مرحله سوم جام حذفی باشگاه‌های کشور به شرح زیر است:

پنجشنبه ۸ آبان
اسپاد لوند تهران - فولاد هرمزگان- ساعت - ۱۵ ورزشگاه شاهنگ شهریار
چوکا تالش - استقلال ب سیستان بلوچستان- ساعت - ۱۵ ورزشگاه پوریا و لی تالش

شهر ارکان البرز - مس شهر بابک- ساعت - ۱۶:۳۰ ورزشگاه انقلاب کرج
جمعه ۹ آبان

کلبادی نژاد گلوگاه - هوادار تهران - ساعت - ۱۴ ورزشگاه متعاقبا
اعلام می‌شود
نیروی زمینی - فولاد ب اهواز- ساعت - ۱۶:۳۰ ورزشگاه تختی تهران
شنبه ۱۰ آبان

شانورساز قشم - آکادمی بلوچ- ساعت- ۱۴ ورزشگاه متعاقبا اعلام می‌شود
کشت و صنعت پادیا ب - پارس جنوبی جم- ساعت - ۱۴ ورزشگاه متعاقبا اعلام می‌شود

شهرداری میروان - مس کرمان - ساعت - ۱۴ ورزشگاه متعاقبا اعلام می‌شود

کیا تهران - آریو اسلامشهر - ساعت - ۱۴:۴۵ ورزشگاه متعاقبا اعلام می‌شود تهران

برق شیراز - صنعت نفت آبادان- ساعت- ۱۵ ورزشگاه متعاقبا اعلام می‌شود
داماشیان گیلان - هور اسپورت ارومیه- ساعت - ۱۵ ورزشگاه سردار جنگل رشت

سایپا تهران - فرد البرز- ساعت - ۱۶:۳۰ ورزشگاه پاس فواین تهران
نساجی مازندران- شهید قندی یزد- ساعت- ۱۶:۳۰ ورزشگاه وطنی قائمشهر
نفت و گاز گچساران - بالایش نفت بندرعباس- ساعت - ۱۶:۴۵ ورزشگاه شهیدانفت گچساران

یکشنبه ۱۱ آبان

شهرداری نوشهر - نود ارومیه- ساعت - ۱۴ ورزشگاه شهدا چالوس
مازندران

مس سونگون- بعثت کرمانشاه- ساعت - ۱۵:۳۰ ورزشگاه به زودی اعلام می‌شود.

برگزاری اردوی تیم کشتی فرنگی جوانان

گلچین امروز: اردوی تیم کشتی فرنگی جوانان کشورمان ۲۸ مهر تا ۳ آبان ماه به میزبانی استان فارس و در شهر شیراز برگزار می‌شود. به گزارش گروه ورزشی خبرگزاری صدا و سیما، اسامی نفرت دعوت شده به این اردو به شرح زیر است:

- ۵۵ کیلوگرم: امیرمهدی حاجی‌وند (خوزستان) علیرضا امیری (فارس)
- ۶۰ کیلوگرم: ایمان حسینی (تهران) امیرعلی حیدری (تهران)
- ۶۳ کیلوگرم: امیررضا ذکریایی (مازندران) ابوالفضل زارع (مازندران)
- ۶۷ کیلوگرم: محمدرضا غلامی (فارس) ابوالفضل شیری (قم)
- ۷۲ کیلوگرم: احمدرضا محمدیان (خوزستان) ایلیا علیخانی (فارس)
- ۷۷ کیلوگرم: امیرمهدی سعیدی نوا (قم) محمود کارگر (فارس)
- ۸۲ کیلوگرم: طاهار نوری (مازندران)
- ۸۷ کیلوگرم: علیرضا محمدحسینی (تهران) امیرحسین نعمت زاده (قم)
- ۹۷ کیلوگرم: امیرسام محمدی (تهران) عرشیا میرزاجانی (مازندران)
- ۱۳۰ کیلوگرم: ایوب حسینی (خوزستان) امیرحسین عبدولی (خوزستان) یزدان دل روز (خوزستان) علیرضا کاظمی (فارس)
- سرمربی: حمید باوقا
- مربیان: روح اله دل انگیز - هیئت‌های کشتی استان‌های مازندران، قم، تهران، خوزستان و فارس یک مربی معرفی نمایند.
- مربی بدنساز: بهمن میرزایی
- ماساژور: محمدرضا صادقی
- سرپرست: امیر آذری

مدیر کل ورزش و جوانان مازندران:

۳۱۷ نشان سهم ورزشکاران ملی پوش

مازندرانی از میادین بین‌المللی

ایرنا: مدیر کل ورزش و جوانان مازندران گفت: ورزشکاران استان از ابتدای اسال تاکنون توانستند ۳۱۷ مدال در رقابت‌های مختلف ورزشی بین‌المللی کسب کنند.

حسین بریانی افزود: از این تعداد مدال کسب شده ۶۰ مدال رقابت‌های جهانی، ۶۴ رقابت‌های آسیایی و ۱۹۳ رقابت‌های بین‌المللی است. وی با اشاره به اینکه ورزشکاران این خطه از شمال کشور توانستند در میدان ورزشی اسال سهم‌های قابل‌توجهی را به دست آورند، اظهار داشت: بخش عمده‌ای از مدال‌های کسب شده کشور در میادین جهانی و آسیایی به همت و تلاش ورزشکاران مازندرانی محقق شده است.

مدیر کل ورزش و جوانان مازندران با اشاره به در پیش بودن هفته تربیت بدنی، ادامه داد: با برنامه ریزی‌های صورت گرفته در این هفته هزار عنوان برنامه در سطح روستاها و شهرهای مازندران اجرا خواهد شد.

وی ادامه داد: از آن جمله جشنواره تجهیزات ورزشی رومستایی به صورت مدرکیز ۲۵ مهر ماه در پارک واقع در بسیاری برگزار خواهد شد. به گفته بریانی، تجهیز بیش از ۲۰۰ خانه ورزش رومستایی با هماهنگی سپاه گیلان و بسیج ورزشکاران از جمله برنامه‌های هفته تربیت بدنی در مازندران است. وی ادامه داد: این تجهیزات به روستاهای فاقد فضای سرویس‌ده ورزشی تعلقی می‌گیرد. مدیر کل ورزش و جوانان مازندران همچنین به افتتاح چندین طرح ورزشی در استان به عنوان بخش دیگری از برنامه‌های این هفته نام برد و گفت: در این هفته بزرگترین و مجهزترین استخر مازندران که با هزینه ۱۷ هزار میلیارد ریال ساخته شد در شهرستان آمل به بهره‌برداری می‌رسد.