

مهاجرانی، سخنگوی دولت:

قرار نیست وام ازدواج حذف شود

صفحه ۲



علیرضا جهانبخش به دندِر بلژیک پیوست

صفحه آخر



گلچین امروز

مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران:

نهادینه شدن فرهنگ شهادت در جامعه ضروری است

صفحه ۷



هر آنچه در مورد مصرف گوشت مرغ باید بدانید

صفحه ۶



سال بیست و دوم - شماره ۵۱۲۳ - ۸ صفحه - ۲۰۰۰۰ تومان

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، هنری و ورزشی صبح شمال ایران

چهارشنبه ۱۴ آبان ۱۴۰۴ - ۱۴ جمادی الاول ۱۴۳۷ - ۵ نوامبر ۲۰۲۵

استاندار گیلان:

حضور گسترده مردم در راهپیمایی ۱۳ آبان تأکیدی بر عزت ملی است



گلچین امروز: راهپیمایی یوم الله ۱۳ آبان با حضور استاندار گیلان، نماینده ولی فقیه در استان و نائب رئیس مجلس شورای اسلامی برگزار شد. هادی حق شناس استاندار گیلان در جمع راهپیمایی کنندگان و در گفت‌وگو با خبرنگاران با بیان اینکه دخالت آمریکا در امور ایران سبقه تاریخی دارد، اظهار کرد: اولین دخالت آشکار آمریکا علیه ملت ایران مربوط به ۲۸ مرداد سال ۳۲ است که با ملی شدن صنعت نفت مخالفت و آن اتفاقات را علیه مصدق در کشور رقم زدند.

وی بیان بیان اینکه اقدامات آمریکا علیه ملت ایران در طول تاریخ باید برای نسل جدید بازگو شود، گفت: دشمن با جنگ روانی و رسانه‌ای سعی دارد تاریخ را طوری دیگر جلوه دهد لذا باید نهادهای مختلف و فرهنگی اقدامات آمریکا علیه ملت ایران را برای نسل جدید بازگو کنند. استاندار گیلان با بیان اینکه ملت ایران در برابر زیاده‌خواهی قدرت‌های جهانی سر تسلیم فرود نیاورده، تصریح کرد: حضور گسترده مردم در راهپیمایی ۱۳ آبان هر سال، پاسخی روشن به دشمنان انقلاب و تأکیدی بر استمرار مسیر استقلال و عزت ملی است.

نماینده فومن و شفت در صحن علنی مجلس:

طرح هادی روستایی مأمنی برای زمین خواران و دلالان است

صفحه ۳



یادداشت امروز

وحید حاج سعیدی

سال گوسفند: اولین چالش یا آخرین چالش؟!

افزایش قیمت گوشت قرمز در سال‌های اخیر در حالی به یک چالش جدی تبدیل شده است که کشور ما از نظر زیر ساخت‌های پرورش دام و دامپروری، دارای شرایط مطلوبی است. اما هر ساله سوء مدیریت، صادرات بی رویه، نوسان نرخ ارز، نوسان قیمتی برخی کالاها و نهاده‌های دامی، تأخیر در حمل و نقل به دلیل شرایط آب و هوایی، سخت شدن نگهداری دام با سرد یا گرم شدن هوا و خشکی مراتع و از همه مهم‌تر سودجویی برخی دلال‌ها باعث می‌شود، نرخ گوشت قرمز به ویژه گوسفند با افزایش شدید همراه شود.

این در حالی است که با برنامه ریزی و مدیریت هدفمند منابع، نه تنها می‌توان قیمت گوشت قرمز را در بازار کنترل کرد و سفره مردم را غنی‌تر ساخت، بلکه می‌توان از این فرصت بهره‌مند شد و به صادرات این محصول نیز اندیشید.

استرالیا با وجود اینکه آمار تولید دام سبک آن نزدیک به ایران است اما بیشترین تولید و ارزش افزوده صادراتی را از این محل دارد به طوری که سالانه حدود ۲ میلیون راس دام سبک را به کشورهای هدف صادر می‌کند اما ایران برای تأمین بازار داخلی خود ناگزیر به واردات است!

امروزه تقریباً در همه استان‌های کشور پرورش دام به ویژه گوسفند صورت می‌گیرد. اما علمی و صنعتی نبودن دامپروری در اکثر استان‌های کشور باعث شده تا این کسب و کار با چالش‌های زیادی همراه شود که افزایش قیمت برای مصرف‌کننده اولین چالش و ورشکستگی دامداران، آخرین چالش این حوزه محسوب می‌شود!

بی تردید داشتن نگاه علمی و استفاده از تجارب سایر کشورها، اولین گام در جهت مرتفع ساختن این مشکل است. اصلاح نژاد دام‌های موجود با بهره‌گیری از برنامه‌های دقیق ژنتیکی و تلفیق مصنوعی می‌تواند به پرورش دام‌هایی قوی‌تر و با ضریب تبدیل غذایی بهتر، رشد سریع‌تر و مقاومت بیشتر نسبت به بیماری‌ها منجر شود.

در طرف مقابل بهبود کیفیت علوفه و تغذیه از طریق توسعه کشت گیاهان علوفه‌ای مقاوم به خشکی، استفاده از مکمل‌های پروتئینی و معدنی و بهره‌گیری از فناوری‌های نوین در فرآوری خوراک نیز نقش مؤثری در افزایش بهره‌وری دارد.

گذارد از دامپروری سنتی به صنعتی نیز به عنوان یک چاره اساسی، می‌تواند در رشد این صنعت مؤثر باشد. توسعه دامداری‌های صنعتی و نیمه‌صنعتی با رعایت اصول بهداشت و مدیریت صحیح، جایگزینی سیستم‌های سنتی و کم‌بازده با روش‌های مدرن و از همه مهم‌تر آموزش دامداران در زمینه حفظ منابع طبیعی، بهداشت، تغذیه و اصلاح نژاد از مواردی هستند که زمینه‌ساز افزایش تولید و حتی صادرات دام را فراهم می‌سازند.

در این مسیر حمایت‌های دولتی در قالب ارائه تسهیلات مالی، بیمه دام، ایجاد شبکه‌های توزیع علوفه و نهاده با قیمت مناسب، و کنترل واردات و صادرات بی‌رویه نیز از عوامل کلیدی تقویت ظرفیت تولید داخلی محسوب می‌شوند.

اما به خاطر داشته باشیم توسعه دامداری صنعتی به معنای تعطیلی دامپروری سنتی نیست. توجه به حفظ و توسعه مراتع طبیعی، مدیریت چرا و جلوگیری از فرسایش خاک و تخریب منابع طبیعی می‌تواند زمینه‌ساز توسعه سنتی این صنعت نیز باشد تا پایداری تولید در بلندمدت و شرایط اقلیمی گوناگون به ویژه محیط زندگی عشایر حفظ شود.

به همین اعتبار پیشنهاد می‌شود همه ساله در وزارتخانه جهاد کشاورزی کارگروهی راه اندازی شود تا با نامگذاری سال‌های مختلف روی محصولات و مقولات مرتبط به این نهاد، شرایط توسعه و بهره‌وری بیشتر در خصوص آن مقوله خاص در همه استان‌های کشور و در تراز ملی فراهم شود.

به عنوان مثال در "سال گوسفند" با بهره‌گیری از پژوهش‌های دانشگاهی، آموزش‌های پایه و تخصصی، همکاری بخش خصوصی و دولتی، توسعه سرخانه‌ها، کارخانجات تولید خوراک دام و در نهایت توسعه زیرساخت‌های بازاریابی صادرات، می‌توان به شکل قابل توجهی میزان تولید گوشت قرمز را افزایش داده و کشور را به سمت خودکفایی در این بخش سوق دهیم.

جشنواره رسانه‌ای چای برگزار می‌شود

ایرنا: فرماندار لاهیجان با اعلام خبر برگزاری جشنواره چای در این شهرستان گفت: این جشنواره تا ۲۰ آبان‌ماه در قالب گزارش‌های خبری، مصاحبه‌های ویدیویی، تولیدات رسانه‌ای و آثار خبری برگزار می‌شود. علیرضا مسیحیان در نشست خبری جشنواره چای افزود: جشنواره رسانه‌ای چای نماد هم‌افزایی و هویت فرهنگی این شهرستان و حاصل هم‌افزایی اداره جهاد کشاورزی، شهرداری و نهادهای فرهنگی و هدف آن ارتقاء جایگاه چای ایرانی به عنوان نماد فرهنگی و اقتصادی منطقه است. وی بیان کرد: جشنواره رسانه‌ای چای حاصل همدلی و همکاری همه دستگاه‌های شهرستان است و خوشحالیم که برای نخستین بار، چنین برنامه‌ای با محوریت رسانه و صنعت چای در لاهیجان برگزار می‌شود.

وی با اشاره به برنامه‌های جشنواره، اظهار داشت: دوری آثار از ۲۱ تا ۳۰ آبان صورت می‌گیرد و هشتم آذرماه، مراسم اختتامیه در سالن همایش دانشگاه آزاد اسلامی لاهیجان برگزار می‌شود.

او با تقدیر از همکاری دستگاه‌های مختلف از جمله اداره میراث فرهنگی، جهاد کشاورزی، شهرداری، سندیکای چای، دانشگاه آزاد اسلامی، شورای تأمین و دستگاه قضایی تصریح کرد: این همگرایی و تعامل بین‌نهادی، الگویی موفق برای پیشبرد برنامه‌های فرهنگی و اقتصادی شهرستان است. فرماندار لاهیجان با تأکید بر اهمیت صنعت چای در اقتصاد منطقه گفت: چای، هویت فرهنگی و اقتصادی لاهیجان است و باید با حمایت از تولید داخلی، جایگاه واقعی چای ایرانی در بازارهای جهانی احیا شود، چای ایرانی نه تنها یک محصول کشاورزی بلکه نشانه‌ای از اصالت و فرهنگ مردم این منطقه است. وی نقش رسانه‌ها را در معرفی ظرفیت‌های بومی شهرستان بسیار مهم دانست و افزود: اصحاب رسانه با تولید محتوای هدفمند و انعکاس دستاوردهای چای‌کاران می‌توانند زمینه‌ساز رونق این صنعت و افزایش اعتماد عمومی به تولید داخلی شوند.

لوستر اکبری

مرکز فروش انواع لوسترهای مدرن، مجلسی و کلیه لوازم الکتریکی

آدرس نمایشگاه: رشت - اول خیابان شریعتی - تلفن: ۳۳۲۲۲۰۲۱۰ - ۳۳۲۲۲۷۰۵۰

www.LoosterAkbari.com

انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی گیلان



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

خواهشمند است کمک‌های انساندوستانه خود را به شماره حساب‌های
۰۱۰۵۳۹۲۸۵۵۰۰۵ بانک ملی و ۰۱۰۲۵۰۷۲۰۸۰۰۰ بانک صادرات واریز
و یا به نشانی انجمن واقع در رشت خیابان حافظ کوچه مویدی اهدا فرمایید.

تلفن: ۳۳۳۶۳۵۳۹

آکادمی بسکتبال

آموزش فوتبال و والیبال

ایروینگ بدنسازی و آمادگی جسمانی

۳۳۷۶۳۲۴۸

آرنا

مجموعه ورزشی

استخر سونا جکوزی

گلزار، بلوار دیلمان، خیابان وحدت

عکس
افتمصاصی

شرح عکس:
راهپیمایی ۱۳ آبان
در رشت

عکس:
کیان فروزان

رئیس جمهور:

توان دفاعی کشور قابل مقایسه با قبل از جنگ نیست



ایرنا: رئیس جمهور با تأکید بر اینکه جمهوری اسلامی ایران به هیچ وجه به دنبال جنگ و درگیری نیست، گفت: توان دفاعی امروز ما قابل مقایسه با پیش از جنگ تحمیلی ۱۲ روزه نیست و اگر دشمن مرتکب خطایی شود، پاسخ سریع، کوبنده و دردناک دریافت خواهد کرد.

«مسعود پزشکیان» در دیدار با اعضای مجمع نمایندگان استان کرمان، تورم را یکی از جدی‌ترین مشکلات امروز کشور عنوان کرد و اظهار داشت: گسترش بی‌رویه ساختار دولت یکی از دلایل اصلی تورم کشور است و تا این عامل ریشه‌ای رفع نشود، غلبه بر تورم بسیار دشوار خواهد بود.

رئیس جمهور درخواست‌های مکرر برای ارتقای تقسیمات کشوری را یکی از عوامل تأخیر بزرگ‌تر شدن ساختار اداری کشور برشمرد و افزود: ما به جای

بهره‌گیری از شیوه‌ها و ابزارهای نوین برای کارآمدتر کردن نظام اداره کشور، فکر کرده‌ایم با افزودن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

پزشکیان با تأکید بر اینکه برای حل مشکل باید کار را از خودمان شروع کنیم، تصریح کرد: اصلاح ساختار و مدیریت مصرف را باید از خانه و همین دفتر کار خودمان آغاز کنیم. دفاتر اداری متعدد، اتاق‌های بزرگ، فضاهای بلااستفاده فراوان، چراغ‌های روشن زیاد، لزوم تهیه وسایل گرم کردن این فضاها در تابستان و زمستان هزینه‌های زیادی را به کشور تحمیل می‌کند که می‌توان بخش قابل توجهی از آنها را مدیریت کرد.

وی یگانه راه برون‌رفت از وضعیت نامساعد فعلی را بهره‌گیری از همه ظرفیت‌های کشور با تکیه بر وفای و انسجام دانست و اظهار داشت: اقدامات مناسب بر پایه راهکارهای ریشه‌ای سامان دادن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

پزشکیان افزود: درست است که در کنار همه مشکلات و ناترازی‌های داخلی، با افزایش فشارها و تحریم‌ها نیز مواجه هستیم، اما اگر از ظرفیت همسایگان پرتردد کشور به شکل مناسب بهره بگیریم، قطعاً می‌توانیم تحریم‌ها را مدیریت کنیم.

وی یکانه راه برون‌رفت از وضعیت نامساعد فعلی را بهره‌گیری از همه ظرفیت‌های کشور با تکیه بر وفای و انسجام دانست و اظهار داشت: اقدامات مناسب بر پایه راهکارهای ریشه‌ای سامان دادن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

پزشکیان افزود: درست است که در کنار همه مشکلات و ناترازی‌های داخلی، با افزایش فشارها و تحریم‌ها نیز مواجه هستیم، اما اگر از ظرفیت همسایگان پرتردد کشور به شکل مناسب بهره بگیریم، قطعاً می‌توانیم تحریم‌ها را مدیریت کنیم.

وی یکانه راه برون‌رفت از وضعیت نامساعد فعلی را بهره‌گیری از همه ظرفیت‌های کشور با تکیه بر وفای و انسجام دانست و اظهار داشت: اقدامات مناسب بر پایه راهکارهای ریشه‌ای سامان دادن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

پزشکیان افزود: درست است که در کنار همه مشکلات و ناترازی‌های داخلی، با افزایش فشارها و تحریم‌ها نیز مواجه هستیم، اما اگر از ظرفیت همسایگان پرتردد کشور به شکل مناسب بهره بگیریم، قطعاً می‌توانیم تحریم‌ها را مدیریت کنیم.

وی یکانه راه برون‌رفت از وضعیت نامساعد فعلی را بهره‌گیری از همه ظرفیت‌های کشور با تکیه بر وفای و انسجام دانست و اظهار داشت: اقدامات مناسب بر پایه راهکارهای ریشه‌ای سامان دادن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

پزشکیان افزود: درست است که در کنار همه مشکلات و ناترازی‌های داخلی، با افزایش فشارها و تحریم‌ها نیز مواجه هستیم، اما اگر از ظرفیت همسایگان پرتردد کشور به شکل مناسب بهره بگیریم، قطعاً می‌توانیم تحریم‌ها را مدیریت کنیم.

وی یکانه راه برون‌رفت از وضعیت نامساعد فعلی را بهره‌گیری از همه ظرفیت‌های کشور با تکیه بر وفای و انسجام دانست و اظهار داشت: اقدامات مناسب بر پایه راهکارهای ریشه‌ای سامان دادن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

پزشکیان افزود: درست است که در کنار همه مشکلات و ناترازی‌های داخلی، با افزایش فشارها و تحریم‌ها نیز مواجه هستیم، اما اگر از ظرفیت همسایگان پرتردد کشور به شکل مناسب بهره بگیریم، قطعاً می‌توانیم تحریم‌ها را مدیریت کنیم.

وی یکانه راه برون‌رفت از وضعیت نامساعد فعلی را بهره‌گیری از همه ظرفیت‌های کشور با تکیه بر وفای و انسجام دانست و اظهار داشت: اقدامات مناسب بر پایه راهکارهای ریشه‌ای سامان دادن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

پزشکیان افزود: درست است که در کنار همه مشکلات و ناترازی‌های داخلی، با افزایش فشارها و تحریم‌ها نیز مواجه هستیم، اما اگر از ظرفیت همسایگان پرتردد کشور به شکل مناسب بهره بگیریم، قطعاً می‌توانیم تحریم‌ها را مدیریت کنیم.

وی یکانه راه برون‌رفت از وضعیت نامساعد فعلی را بهره‌گیری از همه ظرفیت‌های کشور با تکیه بر وفای و انسجام دانست و اظهار داشت: اقدامات مناسب بر پایه راهکارهای ریشه‌ای سامان دادن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

پزشکیان افزود: درست است که در کنار همه مشکلات و ناترازی‌های داخلی، با افزایش فشارها و تحریم‌ها نیز مواجه هستیم، اما اگر از ظرفیت همسایگان پرتردد کشور به شکل مناسب بهره بگیریم، قطعاً می‌توانیم تحریم‌ها را مدیریت کنیم.

وی یکانه راه برون‌رفت از وضعیت نامساعد فعلی را بهره‌گیری از همه ظرفیت‌های کشور با تکیه بر وفای و انسجام دانست و اظهار داشت: اقدامات مناسب بر پایه راهکارهای ریشه‌ای سامان دادن کارمند و مدیر می‌توانیم مشکلات را حل کنیم، در حالی که این روش فقط باعث تشدید مشکلات شده است.

وزیر امور اقتصادی و دارایی:

بیش از ۸ میلیون مجوز کسب‌وکار صادر شده است



ایستنا: وزیر امور اقتصادی و دارایی با بیان اینکه در طول سه سال گذشته بیش از ۸ میلیون مجوز کسب‌وکار صادر شده است، گفت: ۹۷ درصد از کل مجوزهای دارای شناسنامه مصوب به درگاه ملی مجوزهای کشور متصل شده‌اند.

سیدعلی مدنی‌زاده در جلسه علنی و در جریان بررسی گزارش کمیسیون ویژه حمایت از تولید و نظارت بر اجرای سیاست‌های کلی اصل (۴۴) قانون اساسی از روند اجرای قوانین مربوط به تسهیل صدور مجوزهای کسب‌وکار، گفت: از ابتدای راه‌اندازی درگاه ملی مجوزها در فروردین ۱۴۰۱ تا پایان مهرماه ۱۴۰۴، بیش از ۱۱ میلیون درخواست مجوز در درگاه ثبت شده که از این تعداد، بیش از ۸ میلیون مجوز صادر شده است. وی ادامه داد: از ابتدای دولت چهاردهم بیش از ۴ میلیون و ۶۰۰ هزار درخواست مجوز در درگاه ثبت شده که از این تعداد، بیش از ۳ میلیون و ۵۰۰ هزار مجوز صادر شده است.

وزیر اقتصاد درباره آخرین وضعیت اتصال مجوزها، گفت: با پیگیری‌های انجام‌شده توسط دبیرخانه هیئت مقررات‌زدایی در وزارت امور اقتصادی و دارایی، از ۶۱۹۱ مجوز دارای شناسنامه مصوب، تعداد ۴۵۵۴ مجوز به درگاه ملی مجوزهای کشور متصل شده و فرآیند ثبت و صدور آنها از طریق درگاه ملی مجوزهای کشور انجام می‌شود و ۱۳۷ مجوز هنوز به این درگاه متصل نیستند به عبارتی ۹۷ درصد از کل مجوزهای دارای شناسنامه مصوب به درگاه ملی مجوزهای کشور متصل شده‌اند. دستگاه‌هایی که هنوز اتصال پیدا نکرده‌اند، در گزارش نظارتی مجلس آمده است.

وی با اشاره به جمع‌بندی گزارش کمیسیون ویژه حمایت از تولید، گفت: یکی از اقدامات مورد اشاره، توسعه درگاه ملی مجوزها شامل پیاده‌سازی و تکمیل فرآیندهای مجوزهای زمین‌پایه و کلیه استعلامات پیش‌نیاز مجوزهاست؛ برخلاف آنچه در گزارش کمیسیون عنوان شده که ۵۴۴ مجوز زمین‌پایه از فرآیند قانونی استثنا شده‌اند، هیچ مجوز کسب‌وکاری خارج از فرآیند درگاه نیست و هم‌اکنون ثبت درخواست و صدور تمامی مجوزهای کسب‌وکار از جمله همین ۵۴۴ مجوز، از مسیر درگاه ملی مجوزهای کشور انجام می‌شود.

وزیر اقتصاد اضافه کرد: برای این ۵۴۴ مجوز که به جهت تعداد استعلام‌ها از پیچیدگی برخوردارند، برنامه خاصی با اتکا به پنجره واحد زمین دیده شده تا ضمن بازطراحی فرآیند استعلام‌های بین دستگاهی، زمان صدور مجوزهای کسب‌وکار کاهش یابد و گلوگاه‌های مغل شناسایی و حذف شوند.

مدنی‌زاده خاطر نشان کرد: در راستای توسعه درگاه و با هدف اصلاح فرآیندهای مجوزهای زمین‌پایه، درگاه ملی مجوزها به‌عنوان مرجع راهبردی فنی کسب‌وکاری با همکاری مؤثر مراجع صدور مجوز، نهادهای تنظیم‌گر در نقش استعلام‌دهنده و دستگاه‌های همکار از جمله سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری کشور، ستاد مبارزه با مفاسد اقتصادی، سازمان فناوری اطلاعات ایران و سازمان امور اداری، اقدامات متعددی انجام داده است که در نتیجه، تاکنون از ۶۳ مورد استعلام شناسایی‌شده در پنجره واحد زمین، حدود ۴۲ مورد به پنجره زمین متصل شده و ۲۱ مورد نیز در فرآیند آماده‌سازی است.

مهاجرانی، سخنگوی دولت:

قرار نیست وام ازدواج حذف شود



تغییر شرایط، اصلاح شود.

● کارت گام جایگزین وام ازدواج نیست

وی در ادامه درباره وام ازدواج و اسکان حذف آن طبق سخن برخی دولتمردان با تأکید بر اینکه کارت‌های متصل به اوراق گام طرحی است که با هدف تقویت زنجیره تولید طراحی شده است، به عنوان مثال، اگر فردی در منزل خود طلا دارد، می‌تواند آن را به‌عنوان ضمانتی برای دریافت وام در راستای تولید به کار گیرد، نه در جهت افزایش نقدینگی که موجب رشد تورم شود.

وی گفت: کاهش هزینه‌های بودجه‌ای، کاهش هزینه‌های غیرضروری در دستورکار دولت نیست.

مهاجرانی با اشاره به جزئیاتی در این خصوص گفت: این طرح ویژه نهادهای حمایتی (کمیته امداد امام خمینی (ره)، سازمان بهزیستی کشور و بسیج سازندگی) است و افرادی که از سوی این نهادها معرفی شوند، می‌توانند علاوه بر مبلغ ریالی وام، این کارت رفاهی را نیز دریافت کنند. البته بانک مرکزی محدودیتی در این زمینه در نظر گرفته است.

● دولت تصمیمی برای افزایش قیمت بزرگ سهمیه‌ای نگرفته است

سخنگوی دولت در پاسخ به سوالی درخصوص اخباری مربوط به احتمال افزایش قیمت بنزین، بر آن اصرار داشت که دولت هیچ تصمیمی برای افزایش قیمت بزرگ سهمیه‌ای نگرفته است.

سخنگوی دولت در پاسخ به سوالی درخصوص اخباری مربوط به احتمال افزایش قیمت بنزین، بر آن اصرار داشت که دولت هیچ تصمیمی برای افزایش قیمت بزرگ سهمیه‌ای نگرفته است.

تسلیم: سخنگوی دولت با تأکید بر اینکه وام ازدواج حذف نمی‌شود، تصریح کرد: کارت گام جایگزین وام ازدواج نیست.

فاطمه مهاجرانی سخنگوی دولت در سخنانی مقدماتی خود با اشاره به ارائه گزارشی از مجلس شورای اسلامی در خصوص وام ازدواج، گفت: دولت به هدف دفاع مقدس، ۱۲ روز دفاع مقدس و ایستادگی قوای مسلح و توان موشکی در کنار انسجام ملی و حضور مشاوران جوان نشان می‌دهد که دولت به توان و ظرفیت مشاوران جوان اکتفا است.

● نقش دانش‌آموزان در پیشرفت و ساخت ایران قوی

وی با بیان اینکه ما مبارزه با استبداد را به‌سری کرده‌ایم، عرصه‌های علمی، اقتصادی و اجتماعی می‌دانیم، ادامه داد: تحقق این موضوعات در عرصه علمی، ورزشی و اجتماعی به اردوهای جهادی محقق شده است.

دانش‌آموزان را سفیران وحدت و سرمایه اجتماعی می‌دانیم و معتقدیم در راستای بهبود فرهنگ عمومی و سرمایه اجتماعی، دانش‌آموزان و دانش‌جویان ما نشانه‌های الگوی هم‌زیستی مسالمت‌آمیز و پاسداری از ارزش‌های ملی و مذهبی و در راستای انسجام اجتماعی عمل کنند.

● تفاهم‌نامه ۳۵ هزار میلیارد ریالی برای توسعه اشتغال

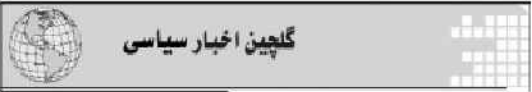
سخنگوی دولت در ادامه به اعضای تفاهم‌نامه ۳۵ هزار میلیارد ریالی برای توسعه اشتغال در مناطق کم‌برخوردار اشاره کرد و گفت: این تفاهم‌نامه در راستای برنامه هفتم توسعه و با کمک بنیاد مستضعفان و بنیاد شهید و وزارت میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری به امضا رسید و در راستای حمایت از ۱۷ هزار و ۵۰۰ طرح تولیدی و ۲۶ هزار فرصت شغلی خواهد بود.

● پیش‌بینی دولت از تورم سال آینده

سخنگوی دولت در ادامه جلسه پاسخ به سؤالی درباره آمار فعلی نرخ نقدینگی و تورم در کشور و پیش‌بینی دولت برای تورم در سال آینده اظهار داشت: دولت با عدد و رقم کار می‌کند و طبیعتاً بر مبنای آمارهای رسمی و مذهب و در مراکز معتبر نظیر مرکز ملی آمار و همچنین بانک مرکزی دریافت می‌کند، برنامه‌ریزی‌های خود را انجام می‌دهد.

وی با اشاره به اینکه دولت در راستای کنترل نقدینگی برنامه‌هایی را در دست اجرا دارد، گفت: برنامه‌هایی که بانک مرکزی اجرا می‌کند نظیر حراج سکه، برای این است که نقدینگی تا حدی مدیریت شود. البته درک می‌کنیم که مردم

مهاجرانی در پاسخ به سوالی در خصوص اخباری مربوط به احتمال افزایش قیمت بنزین، بر آن اصرار داشت که دولت هیچ تصمیمی برای افزایش قیمت بزرگ سهمیه‌ای نگرفته است.



نیکزاد، نایب رئیس مجلس:

امضاهای طلایی باید از بین برود

مهر: نایب رئیس مجلس با بیان اینکه راه نجات اقتصاد کشور، اجرای صحیح قوانین و نظارت دقیق بر صدور مجوزهاست، گفت: امضاهای طلایی باید از بین برود.

علی نیکزاد پس از بررسی گزارش کمیسیون ویژه حمایت از تولید و نظارت بر اجرای سیاست‌های کلی اصل (۴۴) قانون اساسی، اظهار کرد: جلسات هیأت مقررات‌زدایی و شورای ملی تأمین مالی تاکنون به صورت منظم برگزار نشده و نیازمند انجماد جدی است و باید هر ماه برگزار شود.

نایب رئیس مجلس شورای اسلامی بیان کرد: قانون تسهیل صدور مجوزهای کسب و کار یکی از اقدامات مهم مجلس است که هدف آن ساده‌سازی راه‌اندازی کسب و کارهاست و پشتیبان آن قانون بهبود محیط کسب و کار و قانون تأمین مالی تولید و زیرساخت است.

وی ادامه داد: دستگاه‌ها در صدور مجوز کوتاهی کرده‌اند، در حالی که باید در راستای صدور مجوزها تلاش ویژه‌ای شود. امضاهای طلایی باید از بین برود و تسهیل در صدور مجوزها باید عملیاتی شود.

نیکزاد متذکر شد: از ۴ هزار و ۷۰۰ مجوز شناسایی شده، ۲۲۵ مورد هنوز صادر نشده است. یکی از دلایل نارضایتی مردم از دولت، کندی و پیچیدگی روند صدور مجوزهاست و امضاهای طلایی همچنان وجود دارد. از سوی دیگر، شناسه یکتا برای انجام روند الکترونیکی صدور مجوزها انجام نشده است.

وی تأکید کرد: عملکرد وزارت اقتصاد در صدور مجوزهای زمین پایه ضعیف است. مناسفانه رتبه کشورمان در شاخص‌های جهانی سهولت برای کسب و کار مناسب نیست. راه نجات اقتصاد کشور، اجرای صحیح قوانین و نظارت دقیق بر صدور مجوزهاست تا مردم برای فعالیت‌های اقتصادی با مشکل مواجه نشوند.

وزیر بهداشت:

لایحه افزایش تعرفه و اضافه‌کاری

پرستاری را به دولت ارائه کردیم

ایستنا: وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از تصویب بررسی میزان افزایش تعرفه و اضافه‌کاری پرستاری در کارگروه ویژه رسیدگی به مطالبات خیر داد و گفت: لایحه‌ای در این زمینه برای ارائه به هیئت دولت آماده کرده‌ایم.

محمد رضا ظفرقندی در حاشیه جلسه اخیر هیئت دولت با اشاره به اقدامات کارگروه ویژه رسیدگی به مطالبات پرستاران، اظهار کرد: این کارگروه تاکنون در زمینه‌هایی به تصمیم‌گیری و جمع‌بندی نهایی رسیده که نتایج مشخص شده است.

وی ادامه داد: بررسی میزان افزایش کارانه با تعرفه پرستاران، بررسی موضوع زیست‌پرستار در بیمارستان‌ها و افزایش مالی که باید برای اضافه‌کاری در نظر گرفته شود در این کارگروه تصویب شده است که در قالب لایحه به دولت آورده‌ایم تا بررسی شوند و بهبود شرایط پرستاران به نتایج تازه‌تری برسد.

مسعود پزشکیان رئیس‌جمهوری در پی مکاتبه سازمان بازرسی کل کشور دستور داده کارگروهی ویژه در وزارت بهداشت برای بررسی و پیگیری مسائل و مشکلات پرستاران تشکیل شود. بهبود شرایط کاری و معیشتی پرستاران از اهداف تشکیل این کارگروه از سوی دولت است. به گفته عباس عبادی معاون پرستاری وزارت بهداشت، پیشنهادهایی هم برای پرداخت معوقات، تأمین مسکن و جذب نیروی جدید در این کارگروه ارائه شده که در دست بررسی است.

«زیست‌پرستار» یا پانسیون پرستاران، محلی در مجاورت بیمارستان‌هاست که برای اسکان پرستاران آماده می‌شود.

وزیر تعاون:

وضعیت اشتغال کارگران با بررسی

تعداد بیمه‌شدگان رصد می‌شود

مهر: وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی از رصد وضعیت اشتغال کارگران با بررسی تعداد بیمه شدگان خبر داد و گفت: وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در این زمینه تلاش می‌کند از نیروی کار حمایت کند. احمد میدری، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی از رصد وضعیت اشتغال کارگران با بررسی تعداد بیمه شدگان خبر داد و گفت: وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در این زمینه تلاش می‌کند از نیروی کار حمایت کند و از وظایف خود در قبال کارگران نباید غافل شوم.

وی با لزوم حمایت از صنایع برای افزایش تولید ملی عنوان کرد: برخی صنایع به نیروی کار ماهر نیاز دارند و وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی بسته مناسبی را در چارچوب برنامه سازمان فنی و حرفه‌ای برای ارتقای مهارت نیروی کار فراهم کرده است.

وی تصریح کرد: کارفرمایان می‌توانند از این امکان برای آموزش نیروی کار بهره‌مند شوند.

وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی خیابان کرد: ارتقای امنیت شغلی، افزایش بهره‌وری، حفظ و تقویت فرهنگ کار، صیانت از سرمایه انسانی کشور و تأمین حقوق کارگران از جمله اموری است که باید مدنظر قرار گیرد.

میدری با تأکید بر تأمین مسکن کارگری تصریح کرد: باید توجه داشت که هزینه اجاره مسکن، بخش مهمی از هزینه زندگی را شامل می‌شود و رفع این مشکل، به تحول در زندگی کارگران منجر خواهد شد. وی از برنامه ساخت ۳۰۰ هزار واحد مسکونی کارگران خبر داد و گفت: در این راستا فعالیت اجرایی ۹۴ هزار واحد مسکونی برای کارگران با مشارکت صاحبان صنایع آغاز شده است.

غلامی، عضو هیئت علمی دانشگاه:

قانون رفع تداخل اراضی نیازمند

بازنگری و اجرای دقیق‌تر است

مهر: عضو هیئت علمی دانشگاه با اشاره به مشکلات اجرای قانون رفع تداخل اراضی کشاورزی گفت: این قانون برای احقاق حقوق کشاورزان تصویب شد اما اجرای نادرست آن سبب سردرگمی مالکان زمین‌های کشاورزی است.

رضان غلامی، عضو هیئت علمی دانشگاه، درباره وضعیت اراضی کشاورزی، مشکلات پیش‌روی روستاییان و ضرورت اصلاح سیاست‌های حمایتی گفت: اولویت اصلی ما باید تقویت نیروی انسانی در جهاد کشاورزی باشد. با وضعیت فعلی و کمبود نیرو، نمی‌توان انتظار داشت مدیریت اراضی و رفع تداخلات در سطح شهرستان‌ها و روستاها به درستی انجام شود. بسیاری از زمین‌های سه سال‌ها در اختیار مردم بوده، امروز به‌عنوان منابع ملی اعلام شده است و همین موضوع موجب نارضایتی کشاورزان شده است.

مهاجرانی در پاسخ به سوالی در خصوص اخباری مربوط به احتمال افزایش قیمت بنزین، بر آن اصرار داشت که دولت هیچ تصمیمی برای افزایش قیمت بزرگ سهمیه‌ای نگرفته است.

نماینده فومن و شفت در صحن علنی مجلس:

طرح هادی روستایی مأمنی برای زمین خواران و دلالان است



گلچین امروز: نماینده شفت و فومن در مجلس شورای اسلامی ناترازی انرژی را حاصل بی‌وجهی به ظرفیت‌های پالایشگاهی و ضعف شدید وزارت نفت در تنوع‌بخشی به سبد انرژی دانست.

سید کریم معصومی خسر و آبادی نماینده شفت و فومن در مجلس شورای اسلامی، در نقطه میان‌دستور خود در صحن علنی با سلام و درود خدمت ملت شریف ایران به ویژه مردم گیلان زمین، اظهار کرد: گرمای می‌دارم یسار و خاطره تمام شهیدان به ویژه شهدای ۱۳ آبان، روز دانش‌آموز را به تمام دانش‌آموزان مهن اسلامی تبریک عرض می‌کنم.

نماینده شفت و فومن در مجلس شورای اسلامی خطاب به نمایندگان مجلس، افزود: وضعیت اقتصادی کشور گرفتار بحران‌هایی نظیر تورم، بیکاری، فقر و گرانی است که چملگی آنها زخم‌های عمیقی بر پیکره این ملت زده است؛ در این میان خانواده‌ها، کارگران، کارمندان، معلمان، پرستاران و بازنشستگان، کشاورزان و جوانان، دسته‌های مردمی هستند که با آوار مشکلات دست و پنجه نرم می‌کنند.

عضو مجمع نمایندگان استان گیلان در مجلس شورای اسلامی با تأکید بر اینکه نمایندگان وظیفه دارند تا فریاد مردم را به گوش مسئولان برسانند، اظهار داشت: این وظیفه نمایندگان است که صدای مردم بمبار و، رهبر معظم انقلاب فرمودند؛ مسئله معیشت و زندگی مردم صریح‌ترین شاخص برای سنجش کارآمدی و صلاحیت مدیران است؛ در این شرایط اقتصادی، بانک کشاورزی که باید حافظ منافع مردم و موتور رشد اقتصادی کشور باشد، متأسفانه عملکرد این نهاد نشان می‌دهد که بیشتر درگیر بازی‌های سیاسی و نوسانات بی‌پایه است؛ نرخ

مدیر عامل شرکت گاز گیلان خبر داد:

تعیین تعرفه گاز متناسب با جغرافیای هر شهر



گلچین امروز: اجرای طرح اصلاح الگوی مصرف گاز، با هدف برقراری عدالت در توزیع انرژی، تشویق به صرفه جویی بیشتر، کاهش مصرف بی‌رویه گاز و حمایت از انتشار کم درآمد مطابق مصوبه هیأت وزیران آغاز شده است.

مسعود پسرادران نصیری مدیرعامل شرکت گاز استان گیلان با تأکید بر اینکه اجرای طرح اصلاح الگوی مصرف گاز از دستگاه‌های اجرایی و نهادهای دولتی آغاز شده است، اظهار کرد: دولت اصلاح الگوی مصرف انرژی گاز را از دستگاه‌های اجرایی آغاز کرده است و همه ادارات موظف هستند، دمای آسایش معادل ۲۰ درجه سانتی گراد را در فضاهای اداری خود رعایت نمایند و در صورت عدم رعایت پس از یکبار اخطار، گاز آنها قطع خواهد شد.

برادران نصیری همچنین ممنوعیت استفاده از گرماتاب‌ها در فضاهای باز را از دیگر بخش‌های مهم طرح اصلاح الگوی مصرف گاز دانست و گفت: طبق مصوبه هیأت وزیران استفاده از هرگونه وسیله گرمایشی در فضای باز از جمله گرمایش، تابش و میز آتش در دوره سرد سال (از ابتدای آبان) ممنوع می‌باشد که در صورت عدم رعایت، گاز مصرف کنندگان مذکور به مدت یک هفته قطع خواهد شد و مصارف گاز دوره فرات از این دسته از مشترکین با بالاترین تعرفه مشترکین خانگی محاسبه خواهد شد. وی همچنین افزود مطابق مصوبه هیأت وزیران، گاز بهای سکونت گاه‌های غیر دائم از جمله ویلا و باغ و ویلاها بر بنای پلکان سوم و چهارم محاسبه

خواهد شد. اذعان کرد: شرکت گاز استان گیلان همچنین بر اساس این مصوبه مکلف است در ایام پسران ناترازی گاز در دوره سرد سال، با اطلاع قبلی نسبت به قطع گاز سکونتگاه‌های غیردائم اقدام نماید.

مدیرعامل شرکت گاز استان گیلان با اشاره به اجرای طرح اصلاح الگوی مصرف گاز بخش خانگی، تصریح کرد: در رسانی ساده‌سازی نظام تعرفه‌ها، ساختار پله‌ای مصرف مشترکین خانگی از ۱۲ پله به ۴ پله اصلی کاهش یافته است و نظام قیمتی قبلی که شامل پنج اقلیم بوده است، حذف و جایگزین آن تعرفه گاز متناسب با جغرافیای هر شهر تعیین شده است.

برادران نصیری در ادامه افزود: میانگین مصرف گاز مشترکین هر شهر در پنج سال گذشته مبنای تعیین پلکان‌های مصرف می‌باشد و مشترکینی که مصرف آنها تا ۵۰ درصد مصرف میانگین ۵ سال گذشته آن شهر باشد یا افتخار در پلکان اول قرار می‌گیرند و مصرف کنندگانی که بیش از ۵۰ درصد تا ۷۵ درصد مصرف میانگین ۵ سال گذشته

مدیرکل تامین اجتماعی استان گیلان:

مطالبات تامین اجتماعی گیلان از کارفرمایان بیش از دو برابر بدهی به مراکز درمانی است

بدهی‌های کارفرمایان به بیش از ۴۰۰۰ میلیارد تومان حکایت دارد. وی با بیان اینکه وصول حق بیمه‌ها و مطالبات از کارفرمایان بخش اصلی منابع درآمدی سازمان برای ارائه تعهدات است، افزود: مدیریت درمان تامین اجتماعی گیلان بابت بدهی‌های خود به مراکز طرف قرارداد به منظور خرید خدمات درمانی از پزشکان، بیمارستانهای خصوصی، دولتی و دانشگاهی، آزمایشگاه‌ها، داروخانه‌ها، مراکز تصویربرداری و... تا پایان شهریورماه حدود ۱۹۵۰ میلیارد تومان بدهکار است که عملاً کمتر از نصف مطالبات سازمان از کارفرمایان در استان است.

مدیرکل تامین اجتماعی گیلان با تأکید بر اینکه فقدان بودجه دولتی در سازمان به دلیل عمومی و غیردولتی بودن، منابع تامین اجتماعی را به صورت مطلق منکی به انجام تکالیف قانونی از سوی بیمه شدگان و کارفرمایان مینماید و در این بین سهم و نقش کارفرمایان که با میزان حق بیمه بیشتری برای بالاترین گروه بیمه‌ای تحت پوشش موظف به اذعان لیست و پرداخت حق بیمه هستند در دستیابی به درآمد مکفی برای ارائه تعهدات توسط سازمان الزامیست خاطر نشان ساخت اسروز حدود ۲۵ درصد مطالبات ما در استان تنها متعلق به دستگاه‌های اجرایی و دولتی میباشد.

کیوان مرتضوی با اشاره به اینکه در حال حاضر ماهانه ۴۰۰۰ میلیارد تومان تعهدات و خدمات توسط تامین اجتماعی گیلان به بیمه شدگان و مستعمری بگیران در دو بخش بیمه‌ای و درمانی انجام میگیرد اذعان داشت: بر اساس تعداد بیمه شدگان و نرخ حق بیمه هر گروه، میزان وصولی استان

نایب رئیس مجلس در راهپیمایی ۱۳ آبان رشت:

هر چیزی که به اتحاد مقدس ملت خدشه وارد کند مردود است



ایستنا: نایب رئیس مجلس گفت: اتحاد بین ملت نباید شکسته شود و هر چیزی که به این اتحاد مقدس خدشه وارد کند، مردود بوده و طرفداری از نظام و ملت نیست. حمیدرضا حاجی‌بابایی در مراسم راهپیمایی یوم‌الله سیزدهم آبان شهر رشت، توجه به دانش‌آموز و دانشجو و معلم را رمز عزت و افتخار کشور و نظام دانست و اظهار کرد: دانش‌آموزان و دانشجویان ما حرف اول آینده کشور را می‌زنند.

وی ۱۳ آبان را یادآور شهادت دانش‌آموزان و دانشجویان دانست و تصریح کرد: زیبایی راهپیمایی یوم‌الله ۱۳ آبان به واسطه حضور پرشور و نشاط دانش‌آموزان و دانشجویان ما در کنار ملت انقلابی و همیشه در صحنه است.

نایب‌رئیس مجلس شورای اسلامی انقلاب ایران را انقلابی دانست که با عزم و اراده قوی و قدرتمند حضرت امام و اتکالش به خدا و اسلام و قرآن و مردم و ایران شروع شد و ادامه داد: امام خمینی (ره) توانست با انقلاب اسلامی تمام قلعه‌های بلند جهان را فتح کند و امروز به واسطه جایگاه جمهوری اسلامی ایران، تحولات عظیمی در حال شکل‌گیری است.

حاجی‌بابایی، با اشار به سفر اخیر خود به ژنو و حضور در اجتماع جهانی «IPU» به عنوان بزرگترین و قوی‌ترین و اصلی‌ترین اجتماع بین‌المجالس جهان، اظهار کرد: نمایندگان پارلمانی از کشورهای جهان در این اجتماع که سابقه ۱۳۰ ساله دارد، حضور داشتند. در کمپنه حقوق بشر این نشست، نجات آینده بشر در گرو پرداختن به دانش‌آموز و بازگشت به کاغذ و قلم دانسته شد.

وی با اشاره به حضور ۶۰۰ نماینده از ۱۳۲ کشور در ژنو، اضافه کرد: در کمپنه خاورمیانه و جنگ که رئیس آن یک فرد مصری بود، به ۶۸ هزار شهید غزه اعم از زن و مرد و کودک و جوان و بیمار و... اشاره شد. پس از ارائه گزارش، نماینده هیچ کشوری دست بلند نکرد و لذا زمینه تصویب این موضوع فراهم شد. اما به نمایندگی از جمهوری اسلامی ایران کارتم را بالا بردم و همه نمایندگان با سکوت مرا نگاه می‌کردند. خواستار اضافه شدن دو پند به این مصوبه شدم که شامل معرفی ترامپ و تائید او به عنوان قاتل این ۶۸ هزار نفر و معرفی آنان به دادگاه برای محاکمه است؛ این دو پند بدون اعتراض هیچ کشوری تصویب شد.

نایب رئیس مجلس با بیان اینکه «IPU» نشان داد که تبلیغات فضای مجازی واقعی نیست و کشورها میل به سمت حقانیت جمهوری اسلامی ایران دارد، تأکید کرد: در این اجلاس علیه بسیاری از کشورها حرف زده شد، اما هیچ تعریضی علیه ایران شکل نگرفت و اکثر کشورها به ما بابت پیروزیان تبریک می‌گفتند و اعلام می‌کردند که ایران تنها کشور جهان است که در مقابل آمریکا و رژیم صهیونیستی ایستاده و می‌تواند بایستد.

وی با اشاره به حضور نمایندگان کشورهای اروپایی در ژنو، بیان کرد: به نمایندگان اروپا گفتیم ذکر می‌کردیم اروپا شریک بی‌فروغ آمریکاست، اما اکنون می‌دانیم که مطیع بلاتنازع آمریکا هستند و نشانی از تمدن اروپا وجود ندارد، زیرا رئیس جمهور آمریکا با کمک همپیمانان غربی‌اش، آشکارا و بدون روتوش دروغ می‌گوید و نیرنگ می‌کند. با تدبیر رهبر انقلاب برای خنثی‌سازی فتنه‌ها مذاکره غیر مستقیم با آمریکا را آغاز کردیم، اما در حین مذاکره به کشور ما حمله نظامی شد که نشان می‌دهد بر دنیای ما هیچ قانونی حکمفرما نیست.

حاجی‌بابایی با بیان اینکه رئیس جمهور آمریکا هم خود را فرمانده جنگ می‌دند و هم فرمانده صلح، افزود: ترامپ از یک طرف دستور حمله به فلسطینیان و کشتار ۶۸ هزار نفر را به نتائیهو می‌دهد و از طرف دیگر در شرم‌الشیخ با تحقیر روسای جمهور ۲۰ کشور، نشست صلح برگزار می‌کند؛ به ایران نیز برای حضور در نشست صلح انعام کرد، اما ما نرفتیم.

وی دنیای غربی را دنیای دروغ و حيله‌گری دانست و خاطرنشان کرد: ما مجامع بین‌المللی را ضعیف می‌دانیم که قدرت‌های جهانی عامل تضعیف مجامع بین‌المللی هستند؛ اسپنیک مورد قبول بسیاری از کشورها از جمله چین و روسیه نیست و شورای امنیت نیز این موضوع را در دستور کار قرار نداده؛ آمریکا از توافق برجام کنار رفت و اروپا نیز سکوت کرد، اما ایران همچنان ایستاد؛ اکنون اروپا با دروغ و فریب به دنبال چکاندن ماشه علیه ملت ایران است؛ البته ۶۱ سال است که ماشه را چکانده‌اید. آنچه آمریکا را مجبور به عقب‌نشینی کرد، ۹۰ میلیون ایرانی و موکش‌های غول پیکر ما بود؛ نه خنده‌های تلخ برخی مسایبون.

نایب‌رئیس مجلس کوتاه آمدن در برابر آمریکا را به معنی نابود شدن دانست و تأکید کرد: هر ملتی که در برابر استکبار ایستاد، پیروز شد و نمونه واقعی آن غزه است؛ اگرچه غزه ۶۸ هزار شهید داد، اما حیثیت آمریکا را برد و رژیم صهیونیستی را مفتضح کرد.

حاجی‌بابایی با بیان اینکه دنیا به پیروزی جمهوری اسلامی ایران در جنگ ۱۲ روزه اخیر اعتراف کرده است، متذکر شد: ۴۰ کشور دنیا به شکست‌های گوناگون اکتفا کردند تا آمریکا و اسرائیل به ما حمله کنند و همین کشورها کمک کردند تا موکش‌های قدرتمند ایران به تل‌آویو نخورد لذا ملت ایران یکپارچه به پا خاست و دشمنان را به عقب راند.

وی ادامه داد: تبلیغات گسترده در فضای مجازی کار می‌کرد تا نشان دهد که سرداران ما با مردم و در کنار مردم نیستند و زندگی‌های دیگری دارند، اما با شهادت سردار سلیمان و سردار باقری و سردار رشید و سردار شادمانی و سردار حاجی زاده و... مردم دیدند که این فرماندهان مانند مردم و در کنار مردم هستند.

نایب‌رئیس مجلس روحیه انقلابی ملت ایران را عامل بازدارنده در برابر دشمنان دانست و گفت: شاهان ایران در هر جنگ بخشی از خاک کشور را جدا کردند، اما با فرماندهی امامین انقلاب و رشادت فرماندهان شجاع و میدان‌داری مردان قوی در طول ۴۶ سال گذشته حتی یک وجب از خاک کشور را ندادیم.



گلچین اخبار گیلان

رئیس پلیس راهنمایی و رانندگی گیلان:

دستکاری و مخدوش کردن پلاک خط قرمز پلیس راهور است

گلچین امروز: رئیس پلیس راهنمایی و رانندگی استان گیلان در خصوص عواقب دستکاری و مخدوش کردن پلاک خودرو و موتورسیکلت گفت: دستکاری و مخدوش کردن پلاک؛ خط قرمز پلیس راهور است.

سرهنگ نصیریان با هشدار نسبت به پدیده دستکاری و پوشاندن پلاک خودرو و موتورسیکلت گفت: رانندگانی که اقدام به مخدوش کردن پلاک می‌کنند در واقع حقوق سایر شهروندان را تضییع کرده و با این اقدام مجرمانه مسیر ارتکاب تخلف و جرم را برای خود هموار می‌سازند.

وی با اشاره به اینکه برخی مجرمان حرفه‌ای با تغییر یا پوشش پلاک، انواع جرایم از جمله سرقت، زورگیری، دزدی، مزاحمت برای نویس و حتی جرایم خشن را مرتکب می‌شوند، افزود: پوشاندن پلاک با قاب‌های دودی یا تیشه‌ای، خم کردن، مخدوش‌سازی یا هرگونه دستکاری به قصد فرار از ثبت تخلفات توسط پلیس یا دوربین‌ها، مصداق جرم مشهود است.

رئیس پلیس راهنمایی و رانندگی استان تصریح کرد: پلیس راهور استان گیلان در راستای صیانت از حقوق شهروندی یا رانندگان متخلف به صورت قاطع، قانونی و بدون اغماض برخورد کرده و شناسایی و احضار متخلفان در دستور کار جدی پلیس قرار دارد.

سرهنگ نصیریان خاطرنشان کرد: پلاک هویت رسمی وسیله نقلیه است و هرگونه تغییر در آن بر اساس ماده ۷۲۰ قانون مجازات اسلامی جرم تلقی می‌شود و مرتکبان تحت تعقیب قضایی قرار خواهند گرفت.

مدیرکل ثبت احوال استان خبر داد:

۱۵ هزار کارت ملی هوشمند آماده تحویل به گیلانی‌ها

ایستنا: مدیرکل ثبت احوال گیلان گفت: بیش از ۱۵ هزار کارت هوشمند ملی گیلانی‌ها آماده تحویل در ادارات و دفاتر پیشخوان ارائه‌دهنده خدمات ثبت احوال وجود دارد.

امیر حسن زاده به تشریح آخرین وضعیت صدور کارت هوشمند ملی در استان گیلان پرداخت و اظهار کرد: از ابتدای طرح صدور کارت هوشمند ملی تا پایان مهر، تعداد دو میلیون و ۴۵۰ و ۸۷۳ درخواست دریافت کارت هوشمند در سطح استان اخذ شد که هم درخواست اولیه و هم درخواست صدور مجدد ناشی از تغییرات هویتی، پایان اعتبار، مفقودی، خرابی کارت و... بوده است.

وی با اشاره به اینکه در مدت مذکور تعداد دو میلیون و ۲۲۵ هزار و ۴۵۵ هزار کارت هوشمند ملی تحویل متقاضیان شده است، اضافه کرد: تا این لحظه بیش از ۱۵ هزار کارت هوشمند ملی آماده تحویل در ادارات و دفاتر پیشخوان ارائه‌دهنده خدمات ثبت احوال وجود دارد که هنوز صاحبان آنها جهت دریافت مراجعه نکرده‌اند.

مدیرکل ثبت احوال گیلان از هم‌اکنون به هموطنان عزیز خواست نسبت به دریافت کارتهای در ادارات یا دفاتر پیشخوان اقدام کنند.

حسن زاده همچنین از امکان ارسال کارت به سایر شهرستان‌ها، استان‌ها و نیز نمایندگی‌های مجاز خارج از کشور خبر داد و یادآور شد: ممکن است برخی از متقاضیان در زمان اخذ درخواست کارت هوشمند ملی در شهر، استان یا کشور دیگری سکونت داشته و هم‌اکنون به دلیل تغییر محل زندگی به شهر و استان دیگر و یا خارج از کشور نقل مکان کرده باشند و لذا شرایط حضور در مبدأ اخذ درخواست را ندارند. این افراد می‌توانند با مراجعه به نزدیکترین اداره ثبت احوال محل سکونت جدید خود(متقاضیان خارج از کشور به نزدیکترین نمایندگی‌های مجاز) نسبت به درخواست انتقال کارت هوشمند ملی خویش اقدام کنند.

رئیس مرکز امور بین‌الملل وزارت راه و شهرسازی:

عملیات اجرایی راه‌آهن رشت - آستارا از سال آینده آغاز می‌شود



مهر: رئیس مرکز امور بین‌الملل وزارت راه و شهرسازی گفت: پس از تکمیل تملک اراضی تا پایان سال و نهایی شدن قرارداد اجرایی، انتظار می‌رود عملیات احداث راه‌آهن رشت - آستارا از سال آینده آغاز شود. امین ترنجه رئیس مرکز امور بین‌الملل وزارت راه و شهرسازی، در گفتگو با خبرنگار مهر با بیان اینکه بیش از ۸۵ کیلومتر از ۱۶۲ کیلومتر از تملک اراضی مسیر راه‌آهن رشت - آستارا انجام شده است، گفت: تملک اراضی تا پایان سال به‌طور کامل به اتمام می‌رسد.

وی افزود: همزمان با اتمام مراحل تملک اراضی، موافقت‌نامه وام ۱.۶ میلیارد یورویی پروژه که در دولت گذشته میان وزرای دو کشور ایران و روسیه با حضور رؤسای جمهور کشورها امضا شده بود، نیز در حال طی مراحل نهایی است. همچنین یک قرارداد چهارجوب میان کارفرما و پیمانکار، یعنی شرکت ساخت و یک شرکت، دیگر امضا شده است. در حال حاضر نیز قرارداد اجرایی پروژه در مرحله مذاکره قرار دارد و بداحتمال زود تا یکی دو ماه آینده نهایی و امضا خواهد شد.

رئیس مرکز امور بین‌الملل وزارت راه و شهرسازی بیان کرد: پس از نهایی شدن این قرارداد و انجام کامل فرآیندهای مربوط به تملک اراضی تا پایان سال، انتظار می‌رود از سال آینده عملیات اجرایی پروژه راه‌آهن رشت - آستارا آغاز شود.

وی با اشاره به پیمانکار اصلی این پروژه گفت: وام مربوط به پروژه راه‌آهن رشت - آستارا از سوی دولت روسیه تأمین می‌شود، بنابراین پیمانکار نیز روسی خواهد بود.

ترنجه تصریح کرد: بر اساس پیش‌بینی‌ها، در صورت آغاز عملیات اجرایی در سال آینده، ساخت این مسیر حداکثر طی ۴ سال به پایان خواهد رسید. رئیس مرکز امور بین‌الملل وزارت راه و شهرسازی ادامه داد: میزان ترانزیت هدف‌گذاری‌شده برای مسیر راه‌آهن رشت - آستارا طبق ظرفیت نهایی پروژه، ۱۵ میلیون تن بار یا بیش‌پن‌شد است.

وی در پایان با اشاره به تأثیر فعال‌سازی راه‌آهن گیلان در همکاری‌های ایران و روسیه تأکید کرد: تاکنون هیچ‌گونه اختلافی در تبعات غیرقابل‌جبرانی داشته‌اند و روند اجرای آن طبق برنامه ادامه دارد، هرچند در خصوص تحولات آینده نمی‌توان اظهار نظر قطعی داشت.

تکنیک هایی برای مدیریت و کنترل خشم در آقایان



می‌توانید به راحتی بر عصبانیت خود کنترل کنید:

- تنفس عمیق: یک نفس عمیق بکشید و تا ۱۰ بشمارید و اجازه دهید تا بازدم‌تان بیرون بیاید، یعنی به صورت آهسته نفستان را بیرون دهید: این توصیه دلیل فیزیکی دارد، زیرا دیافراگم به بدن دستور می‌دهد که آرام بگیرد، - اجازه دهید زمان کمی بگذرد؛ از موقعیتی که شما را عصبانی کرده دور شوید و برای چند دقیقه کاری کنید که حواستان را پرت کند و مشغولتان کند. - مراقب کلام خود باشید: تحقیر، توهین، تهدید، سرزنش و پرخاشگری نکنید و دقت کنید اگر صدایتان بلندتر شده، به تندی و با پرخاشگری صحبت می‌کنید، کمی مکث کنید تا آرام شوید. - خود را آرام کنید: روش‌هایی مانند تنفس عمیق، شست‌وشوی دست و صورت، نوشیدن آب و پیاده‌روی در کاش خشم و عصبانیت مؤثر است. - گذشت کنید: گذشت به معنای فرواش کردن مسئله نیست، بلکه گذشت به معنای رها کردن خود از خشم است؛ گذشت نشانه کنترل انسان بر احساساتش است، نه نشانه ضعف، - از عذرخواهی نترسید: اگر متوجه شدید رفتار شما باعث ناراحتی و عصبانیت طرف مقابل شده است، عذرخواهی کنید؛ این امر برای ترمیم رابطه و کاهش آثار زیان‌بار پر خاشگری ضروری است. - آیا واقعاً اهمیت دارد؟ قبل از این که بحثی را شروع کنید، بسا خود فکر کنید آیا موضوع مورد اختلاف واقعاً ارزش دارد

ایستنا: هر ساله از ۱۵ تا ۲۱ ژوئن به بهانه هفته جهانی سلامت مردان، به شیوه‌های گوناگون بر مقوله مهم سلامت مردان تأکید شده و نکات مرتبط با آن یادآوری می‌شود. در این میان سلامت روان در مردان شاید از مقوله‌هایی باشد که بیش از سایر موضوعات مورد غفلت سازمان‌های ذیربط و حمایت‌گر و به خصوص خود مردان واقع شده است، مساله‌ای که عدم توجه به آن تبعات جبران ناپذیری در سطح خانواده‌ها و جوامع به جای می‌گذارد. در همین رابطه مساله خشم به عنوان حالت برانگیختگی و هیجان شدید در هنگام رویارویی با محرک‌های نامناسب محیطی یکی از موضوعات مهم مرتبط با سلامت افراد است که همه و در هر سنی آن را تجربه می‌کنند، ولی طبق آمار، مردان بیش از زنان خشم خود را بروز می‌دهند. حمیدرضا شهبازپور روانشناس و مشاور به بهانه هفته جهانی سلامت مردان، با اشاره به تبعات منفی ناشی از ابراز خشم کنترل نشده در سلامت روان و ارتباطات افراد، مدیریت خشم را کنترل آن پیش از ابراز خشم مطرح کرد و گفت: بعد از بروز خشم اکثر افراد دچار شرمندگی، پشیمانی، خجالت و گاه احساس گناه می‌شوند، بنابراین فرد باید بتواند به صورت خودآگاهانه به خشم خود فکر کرده و قبل از رسیدن به مرحله پرخاشگری از تصمیم خود منصرف شود.

سه رویکرد مهم مواجهه با خشم

وی با اشاره به سه رویکرد مهم مواجهه با خشم یعنی بیان کردن، سرکوب کردن و آرام کردن، تصریح کرد: بیان احساس خشم به صورت تأکیدی و نه تهاجمی سالم‌ترین راه است، خشم سرکوب شده می‌تواند مسائل دیگری ایجاد کند و منجر به رفتار انفعالی - تهاجمی شود؛ کسانی که دائماً دیگران را تحقیر می‌کنند، از همه چیز ایراد می‌گیرند و تفسیرهای عیب‌جویانه می‌کنند، هنوز نیاموخته‌اند که چطور خشم خود را به طور سازنده بیان کنند و تعجبی نیست که روابط موفقیت‌آمیز کمتری دارند.

وی با بیان اینکه اغلب درگیری‌های خیابانی به علت اختلاف جزئی بین افرادی است که همدیگر را از قبل نمی‌شناسند، گفت: مرجع رسیدگی به اختلافات قانون است و خود ما نباید از اساس اقدام کنیم، زیرا نزاع خیابانی منجر به مجروح شدن افراد و حتی گاهی وقوع قتل می‌شود که بالاترین مجازات‌ها را در پی دارد؛ بنابراین برای کنترل پرخاشگری باید از مدیریت خشم استفاده کنیم که هدف آن کاهش احساسات عاطفی و برانگیختگی‌های جسمی ناشی از عصبانیت است؛ چراکه نمی‌توانید از شر چیزها یا آدم‌هایی که باعث عصبانیت شما می‌شوند، خلاص شده و بسا آنها را تغییر دهید، بلکه فقط می‌توانید یاد بگیرید که چگونه واکنش‌های خود را کنترل کنید.

وی مدیریت خشم را یکی از مهم‌ترین راه‌های مقابله بسا آن بیان کرد و گفت: با به کار بردن چند تکنیک ساده

ارتباط خوب دختر با پدر می‌تواند آینده آن را مستحکم کند

آگاهی می‌شوند، افزود: بعضی از پدرها این‌گونه احساس می‌کنند که تربیت فرزندان چه دختر و چه پسر برعهده همسران‌شان است و خودشان تنها وظیفه برآورده کردن هزینه‌های مادی خانواده را برعهده دارند، درحالی که نقش پدر در کمک کردن به فرزندان و پیشگیری از آلوده شدن بسا ویروس‌های مختلف و خطرناک جامعه بسیار مهم است. شجاعی با اشاره به اینکه پیروز شدن کودک به نوع رفتار زوجین بستگی دارد، گفت: نقش مهم پدر جدا کردن دختر از مادر و پس از

مهر: یک روانشناس درباره تأثیر ارتباط مؤثر دختر با پدر بر زندگی مشترک آینده‌اش، توضیحاتی داد. شجاعی روانشناس و مشاور خانواده درباره تأثیر ارتباط مؤثر دختر و پسر بر زندگی مشترکشان، اظهار کرد: تأثیرگذارترین افراد در زندگی و سرنوشت هر کودکی، والدین او هستند. معمولاً بیشتر از نقش، مسئولیت و اهمیت مادر در تربیت کودک سخن گفته می‌شود و کم‌تر پیش می‌آید اهمیت پدر و تأثیر او در زندگی فرزندان بررسی شود. وی بیان کرد: پدر برای دختر نوعی «تایید» (تایید داشته‌های او،



عاطفی با دختر خود داشته باشند، دخترش است و دختر به پدری نیاز دارد که او را دوست داشته باشد و در ضمن با عشق ورزیدن به مادر به دختر بیاموزد که باید تبدیل به زنی دوست‌داشتنی توسط مرد در آینده شود.

وی افزود: دختران از ۱۳ سالگی خود را یک زن جوان می‌بینند و بر اساس همین نگرش، همسالان خود را کودکانی پیش نمی‌پندارند و کم کم تمایل خود را برای جلب توجه به مردان بین ۱۵ تا ۳۰ سال

خصوصیات او، و کلیت شخصیت او) است و معمولاً اولین مردی است که در زندگی خود می‌شناسد و به همین دلیل و دلایل دیگر روابط بین شان به طور ناخودآگاه برای هر دو طرف اهمیت و برتری خاصی دارد.

این روانشناس با اشاره به اینکه یکی از موضوعاتی که امروزه مطرح است رابطه پدر و دختر و مقدار زمانی است که با هم صرف می‌کنند و از مشکلات، خوشی‌ها، و نگرانی‌های یکدیگر

معطوف می‌کنند و این سن درست زمانی است که پدر خانواده باید نقش خود را از یک حامی کودکانه که به فکر بازی، خورد و خوراک و... دختر است به یک رفیق شفیق و یار مهربان تغییر داده و با او مطابق یک زن جوان به گفتگو و مشورت پردازد و حتی از گفتگو در خصوص تشکیل زندگی و... نیز پرهیز نکند.

این روانشناس با اشاره به اینکه والدین نیازها و انتظارات فرزندان خود مخصوصاً فرزند دختر خود را بشناسند، ادامه داد: رابطه کلامی کاملاً صمیمانه و

کمی مکت کند تا آرام شوید. - مراقب کلام خود باشید: تحقیر، توهین، تهدید، سرزنش و پرخاشگری نکنید و دقت کنید اگر صدایتان بلندتر شده، به تندی و با پرخاشگری صحبت می‌کنید، کمی مکث کنید تا آرام شوید. - خود را آرام کنید: روش‌هایی مانند تنفس عمیق، شست‌وشوی دست و صورت، نوشیدن آب و پیاده‌روی در کاش خشم و عصبانیت مؤثر است. - گذشت کنید: گذشت به معنای فرواش کردن مسئله نیست، بلکه گذشت به معنای رها کردن خود از خشم است؛ گذشت نشانه کنترل انسان بر احساساتش است، نه نشانه ضعف، - از عذرخواهی نترسید: اگر متوجه شدید رفتار شما باعث ناراحتی و عصبانیت طرف مقابل شده است، عذرخواهی کنید؛ این امر برای ترمیم رابطه و کاهش آثار زیان‌بار پر خاشگری ضروری است. - آیا واقعاً اهمیت دارد؟ قبل از این که بحثی را شروع کنید، بسا خود فکر کنید آیا موضوع مورد اختلاف واقعاً ارزش دارد

مهر: یک دکترای روانشناسی سلامت کمال‌گرایی افراطی را جزو اختلالات شخصیت دانست که می‌توان به کمک برخی راهکارها از آن رهایی پیدا کرد. خالوان دکترای روانشناسی سلامت، در پاسخ به این پرسش که آیا کمال‌گرایی می‌تواند مثبت و سازنده باشد، اظهار کرد: کمال‌گرایی همیشه بد نیست، بنابراین می‌توان آن را در جهت رشد، شکوفایی، تقویت اعتماد به نفس، افکار و باورهای مثبت، مهربان بودن با خود و رهایی پیدا کردن از بن‌بست‌ها به کار برد. او درباره ویژگی‌های فرد کمال‌گرای افراطی (نامطلوب) بیان کرد: چنین شخصی معتقد است که برای هر کاری باید بهترین راه را طی کند و اگر دیگران او را تایید کردند، فعالیتش را به خوبی تمام می‌کند؛ زیرا تنها تایید شدن از سوی دیگران برای او اهمیت دارد. بنابراین نسبت به انتقاد دیگران به شدت حساس است. فرد کمال‌گرای افراطی اعتقاد دارد که باید همه کارها بدون نقص انجام شود. کمال‌گرایی افراطی از والدین کمال‌گرا و دختران طلب به فرزندان منتقل می‌شود. ■ پدیده‌های کمال‌گرایی افراطی (سندروم پرفکشنیسم)

این دکترای روانشناسی سلامت تأکید کرد: افراد کمال‌گرای افراطی عزت نفس پایین دارند و با مشکلاتی زیاد در زندگی و کار خود روبرو هستند. آنها کارها را ناقص رها می‌کنند حتی اگر هزینه و وقت زیادی برای انجام دادن آنها صرف کرده باشند. این اشخاص به دیگران اعتماد ندارند و هیچ وقت روی کمک دیگران

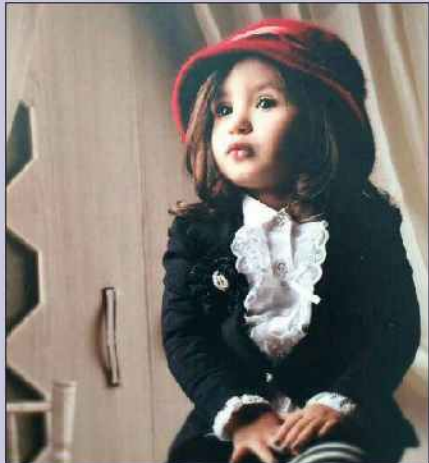
حساب باز نمی‌کنند. هیچ اشتباهی برای اشخاص کمال‌گرا قابل گذشت نیست. آنها دیگران را مجبور کرده تا قوانین سخت‌گیرانه را رعایت کنند. ■ رفتارهای نادرست کمال‌گرایانه را بشناسید خالوان درباره سایر عواقب کمال‌گرایی افراطی افزود: این اشخاص در یک قدمی موفقیت، کار را متوقف می‌کنند؛ زیرا اعتماد به نفس پایینی دارند و نظر دیگران برای آنها بسیار مهم است، بنابراین تلاش می‌کنند تا به هر قیمتی رضایت دیگران را به خود جلب کنند. آنها حتی وقتی که کاری را به خوبی انجام دهند، باز هم خود را سرزنش می‌کنند؛ زیرا معتقد هستند که می‌توان آن را بهتر انجام داد. فرد کمال‌گرای افراطی کارها را به تعویق می‌اندازد تا شاید راهی بهتر برای انجام دادن آنها پیدا کنند، بنابراین فرصت‌ها را از دست می‌دهند. آنها حتی هنگامی که به موفقیت می‌رسند، افسرده و مضطرب می‌شوند و احساس ناکامی می‌کنند. ■ افراد کمال‌گرای افراطی چه خصوصیاتی دارند؟ او تأکید کرد: اشخاص کمال‌گرای افراطی به قانون همه یا هیچ معتقد هستند، بنابراین همه افراد خوب یا بد بوده و حدی وسط وجود ندارد. آنها همواره تلاش می‌کنند تا در هر شرایطی بهترین باشند. این افراد اعتقاد ندارند که شکست پله‌ای برای پیروزی است و ویژگی‌های مثبت خود و دیگران را نادیده می‌گیرند. آنها هیچ وقت خود را دوست ندارند و برای خود ارزش قائل نیستند؛ زیرا تنها

رضایت دیگران برای افراد کمال‌گرای افراطی اهمیت داشته، بنابراین اگر اطرافیان از عملکرد آنها ناراضی باشند؛ آنها خود را تنبیه و سرزنش می‌کنند. ■ آیا کمال‌گرایی افراطی یک اختلال روانشناختی محسوب می‌شود؟ این دکترای روانشناسی سلامت تصریح کرد: کمال‌گرایی افراطی جزو اختلالات شخصیت، خطاهای شناختی و مرتبط با وسواس و اجبار است. اشخاص کمال‌گرای افراطی به علت داشتن الگوهای اجتنابی، ترس و خودسرزنش‌گری و اعتماد به نفس پایین نمی‌توانند بسا دیگران به خویی ارتباط برقرار کنند. این افراد به علت اینکه اغلب تنها هستند به افسردگی، استرس و اضطراب دائمی دچار می‌شوند، بنابراین باید تحت درمان قرار بگیرند. ■ مؤثرترین روش‌ها برای درمان کمال‌گرایی افراطی خالوان یادآوری کرد: افراد کمال‌گرای افراطی نباید ارزشمند بودن خود را در تحقق کامل اهداف بدانند. آنها باید خود را به پیشرفت‌گرای عادت دهند و در موارد کوچک خود برای رسیدن به اهدافشان را فراموش نکنند. این اشخاص همچنین باید همچون مربی دلسوز اشتباهات جزئی خود را نادیده بگیرند و خود را دوست داشته باشند. برای درمان کمال‌گرایی افراطی خفیف از مشاوره کمک گرفته و در موارد شدید، ترکیب دارو درمانی و مشاوره مؤثر واقع می‌شود. استفاده از روش‌هایی مانند نوروفیدبک هم برای افراد کمال‌گرای افراطی مفید است.

مدلینگ کودکان

تجاوز به حقوق آنهاست

مدیر عامل انجمن حمایت از حقوق کودکان گفت: کالا شدن کودک در بازار، تجاوز به حقوق کودک است. در بسیاری از موارد حوزه مدلینگ کودکان را می‌توان با نگاهی عمیق‌تر در دسته کودک آزاری مورد بررسی قرار داد. فرشید یزدانی با اشاره به این که جریانی بازار مدلینگ کودک را به چشم یک کالا ارزیابی می‌کند، اظهار کرد: برخی مواقع یک کودک برای سپری کردن فرآیند مدلینگ مجبور می‌شود تا ساعت‌ها در انتظار طراحی، آرایش و چیدمان صحنه درگیر فعالیت شود. وقتی بازار خود تنظیم‌گر در جامعه رشد می‌کند تمام پدیده‌ها حتی کودکان به کالا تبدیل می‌شوند.



مدیر عامل انجمن حمایت از حقوق کودکان با اشاره به اینکه بازار مدلینگ فرصت‌های متعددی در عین تهدید به دنبال دارد، تصریح کرد: هر رفتار افراطی در حوزه مدلینگ می‌تواند ویژگی‌های تهدیدآمیز این کار را نمایان کند. انسان روحیه تنوع طلبی زیادی دارد و توجه بیش از حد به فرآیند تنوع طلبی باعث می‌شود تا افراد به تدریج ویژگی‌های خود شیفتگی و تابدطلبی را به دست بیاورند. یزدانی ادامه داد: کودکی که با تصورات حاضر در دنیای مدلینگ رشد می‌کند، پس از ورود به جامعه و مواجهه با واقعیت‌های زندگی سرکوب می‌شود.

وی با اشاره به لزوم آگاهی والدین از رفتارهای کودک، توضیح داد: در حالت کلی کنترل تمامی رفتارهای کودک در دست والدین است، چرا که آن‌ها می‌توانند محدوده استقلال عمل را برای کودک تعریف کنند. والدین مسئول و الگو می‌توانند با ایجاد روحیه مسئولیت‌پذیری فرزند خود را در مسیر زندگی مطلوب قرار دهند. برخی والدین خود را مالک فرزندان می‌دقت، مناسفانه پدر و مادرها همیشه سعی می‌کنند تا آرزوهای دست نیافتی خود را در رفتارهای کودکشان پیدا کنند.

ترفندهایی ساده برای غلبه بر کمال‌گرایی افراطی



رضایت دیگران برای افراد کمال‌گرای افراطی اهمیت داشته، بنابراین اگر اطرافیان از عملکرد آنها ناراضی باشند؛ آنها خود را تنبیه و سرزنش می‌کنند. ■ آیا کمال‌گرایی افراطی یک اختلال روانشناختی محسوب می‌شود؟

این دکترای روانشناسی سلامت تصریح کرد: کمال‌گرایی افراطی جزو اختلالات شخصیت، خطاهای شناختی و مرتبط با وسواس و اجبار است. اشخاص کمال‌گرای افراطی به علت داشتن الگوهای اجتنابی، ترس و خودسرزنش‌گری و اعتماد به نفس پایین نمی‌توانند بسا دیگران به خویی ارتباط برقرار کنند. این افراد به علت اینکه اغلب تنها هستند به افسردگی، استرس و اضطراب دائمی دچار می‌شوند، بنابراین باید تحت درمان قرار بگیرند. ■ مؤثرترین روش‌ها برای درمان کمال‌گرایی افراطی

خالوان یادآوری کرد: افراد کمال‌گرای افراطی نباید ارزشمند بودن خود را در تحقق کامل اهداف بدانند. آنها باید خود را به پیشرفت‌گرای عادت دهند و در موارد کوچک خود برای رسیدن به اهدافشان را فراموش نکنند. این اشخاص همچنین باید همچون مربی دلسوز اشتباهات جزئی خود را نادیده بگیرند و خود را دوست داشته باشند. برای درمان کمال‌گرایی افراطی خفیف از مشاوره کمک گرفته و در موارد شدید، ترکیب دارو درمانی و مشاوره مؤثر واقع می‌شود. استفاده از روش‌هایی مانند نوروفیدبک هم برای افراد کمال‌گرای افراطی مفید است.

امیر آقایی همبازی حسن پورشیرازی در «بدنام» شد



ایرنا: «امیر آقایی» همبازی «حسن پورشیرازی» در سریال «بدنام» به کارگردانی «احسان سجادی حسینی» شد.

تازه ترین تصاویر از سریال «بدنام» به کارگردانی «احسان سجادی حسینی» منتشر شد.

بر این اساس قرار است که امیر آقایی پس از تجربه بازی در سریال هایی همچون آقازاده با حسن پورشیرازی در سریال بدنام همبازی شود. امیر آقایی، برنده سیمرخ بلورین از جشنواره فیلم فجر است و حسن پورشیرازی نیز اخیراً با بازی در فیلم سینمایی «پیرپسر» خوش درخشید.

سریال بدنام دجال دو مرد بر سر رزی انتقامجوست و امیر آقایی در این اثر نقش ضدقهرمان را بازی خواهد کرد و نقطه مقابل او حسن پورشیرازی است.

«بدنام» به کارگردانی احسان سجادی حسینی و کاری از حامد عفا روایتی تازه از یک عشق است که پیش از این «جان شیفه پلدا» نام داشت.

رکوردزنی ۱/۵ میلیونی «الگوریتم» در تلویزیون



سریال اکشن-پلیسی «الگوریتم» به کارگردانی پیژن میرباقری رکورد قابل توجهی را در پلتفرم «تلویزیون» ثبت کرد و تعداد بازدیدکننده‌های این سریال از مرز ۱ میلیون و ۶۰۰ هزار مخاطب عبور کرده است.

به گزارش صبا، از میان سریال‌های تازه تلویزیون، «پسران هور» با ۵۳۰ هزار بازدید، «بوقچی» با ۳۸۰ هزار بازدید و «روای ریحانه» با ۳۴۰ هزار بازدید در رتبه‌های بعدی قرار می‌گیرند که از این منظر تعداد بازدیدهای «الگوریتم» یک رکوردشکنی امیدبخش برای سریال‌های سیما محسوب می‌شود.

سریال «الگوریتم» که تاکنون ۱۵ قسمت از آن روی آنتن شبکه سه رفته در مسیر روایت قصه‌های خود به موضوعات روز جامعه از جمله سرقت یکی از بانک‌های معتبر کشور، دلالتی در فوتیال و... ورود کرده است که از میان قسمت‌های پخش شده از سریال، قسمت نخست با ۲۲۲ هزار بازدید بالاترین میزان استقبال را شاهد بوده و پس از آن قسمت‌های سوم و هشتم را با ۱۱۰ هزار و ۱۱۳ هزار بازدید می‌توان پربازدیدترین قسمت‌های این مجموعه در تلویزیون دانست. «الگوریتم» از محصولات مرکز سیمافیل است که با طراحی و تهیه‌کنندگی ابوالفضل صفری در ۵۲ قسمت آماده پخش شده است.

مهران رجبی در یک سریال ضد داعش؛

تلویزیون سریالی با موضوع داعش می‌سازد



ایرنا: راما قویدل کارگردان تلویزیون سریال بیگانگان را با موضوع داعش می‌سازد.

براساس اعلام سیما فیلم، سریال «بیگانگان» دنباله مجموعه موفق «بهترین تابستان من» به کارگردانی رامنا قویدل و تهیه کنندگی علی اکبر تحویلان، در مراحل پایانی تولید قرار دارد و بیش از ۷۰ درصد فیلمبرداری انجام شده است.

این مجموعه در ژانر درام اجتماعی و ماجراجویی، داستان الهام و محمد را روایت می‌کند که در مأموریت‌های انسانی خود در عراق با خطرات جدی و اسارت توسط نیروهای داعش مواجه می‌شوند.

با این حال، لحن روایت و شخصیت‌ها روایتی ظریف دارند، که به مخاطب امکان می‌دهد در فضایی متفاوت، با سخی‌های داستان همراه شود.

محمد نادری، امیر حسین صدیق، ارسلان قاسمی، هلن نقی‌لو، مریم کاویانی، محمدرضا هلال زاده؛ فرید قبیادی و مهران رجبی بازیگران این سریال هستند.

سریال «بیگانگان» قرار است تجربه‌ای پر حادثه و در عین حال سرگرم‌کننده از ماجراهای داعش در عراق، اسارت و مأموریت‌های انسانی ارائه دهد و پس از اتمام مراحل تولید، به زودی از تلویزیون پخش خواهد شد.

سید عباس صالحی، وزیر فرهنگ و ارشاد:

سالانه دو فیلم مشترک با ترکیه خواهیم ساخت



وزیر فرهنگ مناطق ایران فرهنگی به معنای مناطقی که در فضای ارتباط ایران باستانی، میراث مشترک گفت: ان‌شاءالله با ترکیه بنوانیم سالانه حداقل دو فیلم را با همکاری بخش خصوصی دو کشور تولید کنیم.

سید عباس صالحی وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در خصوص اجرای پروژه‌های مشترک فرهنگی با کشورهای حوزه تمدنی ایران اظهار کرد: اجرای پروژه‌های مشترک فرهنگی با کشورهای حوزه تمدنی ایران واقعاً از موارد جدی است که پی گیر آن هستیم. در بخش ارتباط با کشورهای دیگر نیز، این موضوع از جمله مباحثی است که ما در هر گفتگویی با

تهمینه میلانی تهیه‌کننده السا فیروز آذر می‌شود



ایرنا: «دلیت» نام تازه ترین اثر سینمایی السا فیروزآذر به عنوان نویسنده و کارگردان است و تهیه‌کنندگی آن را تهمینه میلانی بر عهده خواهد داشت و این اثر درباره چالش‌های زندگی مشترک است.

فیلمبرداری «دلیت» بر اساس برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته در ماه‌های پیش رو آغاز می‌شود.

این اثر سینمایی به گفته کارگردان، فعلاً در مرحله دریافت پروانه ساخت است. تهیه‌کنندگی این کار را تهمینه میلانی بر عهده خواهد داشت.

به گفته فیروزآذر، سرمایه‌گذاری کار هم به صورت مشترک توسط این بازیگر و کارگردان سینما و تئاتر و سرمایه‌گذار دیگری انجام

خواهد شد. او می‌گوید: نوشتن فیلمنامه شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

فیروزآذر درباره طولانی شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

فیروزآذر درباره طولانی شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

فیروزآذر درباره طولانی شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

فیروزآذر درباره طولانی شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

فیروزآذر درباره طولانی شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

فیروزآذر درباره طولانی شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

فیروزآذر درباره طولانی شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

فیروزآذر درباره طولانی شدن مدت زمان نوشتار فیلمنامه خاطرنشان کرد: تمرکز روی نوشتن فیلمنامه داشتم اما هنوز به آن چیزی که باید رسید به بودم.

گزارش ایرنا از نشست خبری رئیس سیمافیل:

سریال «پایتخت ۸» قطعاً ساخته می‌شود

ایرنا: رئیس مرکز سیما فیلم در واکنش به برخی اظهارات از سوی محسن تنابنده نویسنده و بازیگر سریال پایتخت درباره تولید قسمت هشتم این سریال گفت که این سریال قطعاً به تولید می‌رسد.

نشست خبری رئیس سیمافیل در حال برگزاری است. در این نشست نقویان در پاسخ به سؤالی درباره ادامه ساخت «پایتخت» و اظهار نظر محسن تنابنده بیان کرد: سریال «پایتخت ۸» قطعاً ساخته خواهد شد.

وی یادآور شد: این سریال اثری نیست که هر سال شاهدش باشیم. زمان می‌برد که کار باکیفیت به آنتن برسد.

به گفته رئیس سیما فیلم، «پایتخت ۸» نیز ساختش دو سال طول کشید. مرحله ایده و طرح برای این سریال سخت است. وقتی به طرح اولیه خوب برای «پایتخت ۸» برسیم می‌شود زمان پیش تولیدش را اعلام کنیم.

■ «مرد سه هزار چهره» برای نوروز

نقویان در پاسخ به سؤال خبرنگار ایرنا درباره جدیدترین سریال مهران مدیری عنوان کرد: «مرد سه هزار چهره» در مرحله پیش تولید است. با استنادهای تولیدی بالا قرار است ساخته شود و کار عظیمی است. آقای مدیری گفت این سریال چون بعد از چند سال احیا می‌شود باید اتفاق ویژه‌ای برایش رخ دهد. داریم برای نوروز این سریال را تدارک می‌بینیم.

وی در پاسخ به این سؤال که آیا مهران مدیری «شیش‌ماه» را به خاطر بدهی اش به صداوسیما بابت دورهمی ساخته است، گفت: به لحاظ حقوقی آقای مدیری با سازمان صدا و سیما طرف نیست. برنامه «دورهمی» اگر بدهی داشته باشد به تهیه‌کننده مربوط می‌شود.

■ پورتگ سریال می‌سازد

رئیس سیمافیل به شکل‌گیری گروه «کودک و نوجوان» در ساختار جدید سیمافیل اشاره کرد و توضیح داد: این گروه به‌تازگی فعالیت خود را آغاز کرده و نخستین اثر آن به کارگردانی داریوش فرضیایی یا همان عمو پورنگ با نام «اکسیر» تولید می‌شود و به‌زودی روی آنتن خواهد رفت. در کنار گروه کودک، گروه‌های «الف و ب»، «تاریخی»، «اجتماعی» و «حادثه» با محورهای کاملاً مشخص مشغول کار هستند و سریال‌های آنها به تدریج معرفی خواهند شد.

■ پنج سریال «الف و ب» و پنج سریال «الف فاخر»

نقویان درباره پروژه‌های فاخر سیمافیل بیان کرد: در بخش الف و ب، ساخت سریال‌های چون «ریسک‌های دل‌واری» به کارگردانی رضا میرکریمی، «اقبال لاهوری» با کارگردانی کمال تبریزی، «پوریای ولی» به کارگردانی جعفری‌چوژانی آغاز شده است. علاوه بر سلمان فارسی و موسی‌(ع)، سریال «چمران» در مرحله نگارش فیلمنامه است و جلیل سامان آن را کارگردانی می‌کند. قرارداد نویسنده‌گی آن بسته شده و روند نگارش فیلمنامه به‌خوبی پیش می‌رود. ورود به مرحله پیش‌تولید و سپس تولید، منوط به زمان‌بندی و هماهنگی با کارگردان اثر، یعنی جلیل سامان است. مذاکرات اولیه با او انجام شده تا زمان‌بندی مشخصی برای آغاز تولید تعیین شود.

او همچنین از پیش‌تولید سریال «مادر شهید ژاپنی» به کارگردانی لیلی عاج خبر داد و گفت: این اثر نگاهی انسانی و بین‌فرهنگی دارد و از جمله پروژه‌های خاص در برنامه جدید سیمافیل است. در مجموع پنج سریال «الف و ب» و پنج سریال «الف فاخر» در مراحل مختلف نگارش، پیش‌تولید و تولید قرار دارند.

نقویان با یادآوری اینکه در حال حاضر، سازمان صداوسیما پنج پروژه «الف و ب» را به‌صورت جدی در دست‌ور کار دارد بیان کرد: طبق برنامه هفتم توسعه، بخش سالانه حداقل یک سریال «الف و ب» برای رسانه ملی تکلیف شده است. با این حال، به دلیل آماده نبودن زیرساخت‌ها در یکی دو سال اخیر، این روند هنوز به ثبات نرسیده است؛ اما پیش‌بینی ما این است که از سال آینده، بخش منظم و سالانه سریال‌های «الف و ب» آغاز شود و هر سال حداقل یک اثر از این سطح کیفی روی آنتن برود.

رئیس سیمافیل درباره حضور چهره‌ها در تلویزیون بیان کرد: حجم چهره‌هایی که الان کار می‌کنند بیشتر از دوران قبل شده است. از داریوش فرضیایی بگیرد، تا محمدرضا ورزی با «پریزاد» یا رضا میرکریمی با سریال «ریسک‌های دل‌واری»، کمال تبریزی با نگارش سریال «اقبال لاهوری»، جواد افشار، مهران مدیری، حسین سهیلی‌زاده، سعید آفاخانی، سید جمال سیدحاتمی، لیلی عاج، جلیل سامان، احمدرضا دورویی با تلویزیون کار می‌کنند. اما باز همچنان این موضوع مطرح می‌شود که تلویزیون با چهره‌ها کار نمی‌کند.

رئیس سیمافیل از ساخت ۶ سریال برای رمضان و نوروز تلویزیون خبر داد که شامل سریال‌های ماورایی و ژانرهای دیگر است. وی گفت: سریال جدید سیروس مقدم که موضوعی ماورایی دارد، توسط علیرضا افخمی برای سال آینده نگارش می‌شود و «سفر به میان‌سفر» نام دارد.

نقویان با تأکید بر این‌که تعداد سریال‌های خوب تولیدشده در پلتفرم‌ها محدود است بیان کرد: میزان مخاطبان سریال‌های تلویزیونی در دو سه سال گذشته معمولاً بین ۳۰ تا ۴۰ درصد بوده، برخی آثار بالای ۵۰ درصد و حتی تا ۷۰ درصد هم رسیده‌اند. سریال «پایتخت» مثلاً نزدیک به ۸۰ درصد مخاطب داشته است. میانگین رضایت مخاطبان نیز بین ۷۰ تا ۸۰ درصد است. از نظر کمیت، تولیدات خارج از تلویزیون در مقایسه با آثار صدا و سیما بسیار کمتر است. از نظر کیفیت هم تعداد سریال‌های واقعاً خوب تولیدشده در پلتفرم‌ها محدود است.

وی درباره سریال «همان‌کشی» و انتقادات به آن عنوان کرد: قرار بود لحن سریال امروزی باشد، یعنی گفتگوها و فضای آن حال‌وهوای امروز را داشته باشد. در این مورد خیلی بحث شد؛ بعضی موافق بودند، بعضی مخالف. در نهایت تصمیم گرفته شد که به‌صورت امروزی ساخته شود. عده‌ای می‌گفتند این نوع روایت باعث می‌شود مخاطب عام راحت‌تر ارتباط بگیرد.

نقویان درباره پروژه‌های تاریخی و مذهبی گفت: سریال حضرت معصومه (س) همچنان در مرحله نگارش قرار دارد و فیلمنامه آن با دقت بالایی بازنویسی می‌شود. تا زمانی که فیلمنامه به شکل کامل آماده نشود، مرحله بعدی تولید آغاز نخواهد شد.

وی در مورد طولانی شدن تولید سریال «سلمان فارسی» نیز بیان کرد: برخی سریال‌های خارجی بازه‌ای طولانی، مثلاً پنج‌ساله برای ۱۵ قسمت سریال خود در نظر می‌گیرند، اما این موضوع را به‌طور عمومی اعلام نمی‌کنند. در چهار سال ابتدایی، پیش‌تولید اولیه شامل نگارش فیلمنامه، طراحی دکور و سایر مراحل مقدماتی انجام می‌شود. اما ما از ابتدا در جریان تولید سریال‌هایی مانند «سلمان فارسی» هستیم و به همین دلیل، طولانی به نظر می‌رسد. در برخی سریال‌ها، فصل‌ها به مرور و با فاصله زمانی پخش می‌شوند؛ مثلاً فصل اول در سال جاری، فصل بعدی سه سال بعد و ادامه سریال به همین ترتیب ارائه می‌شود. نمونه‌هایی مانند سریال «اسکوبید گیم» نیز این شیوه را دنبال کرده‌اند. نقویان خبر داد: در سیمافیل ۱۱ کار در مرحله پس‌تولید داریم که منتظر آنتن هستند. ۱۷ سریال مراحل تولید را می‌گذرانند. و ۲ سریال در مرحله پیش‌تولید هستند.

«واحد ۱۳» برنده جایزه از اسپانیا

«لاک‌پشت» به فرهنگسرای اندیشه می‌آید



ایرنا: اکران «لاک‌پشت» در فرهنگسرای اندیشه و جایزه بهترین فیلم از اسپانیا برای فیلم کوتاه «واحد ۱۳» اهم اخبار سینمایی امروز هستند.

فیلم کوتاه «واحد ۱۳» به نویسندگی و کارگردانی دنیز قربانی برنده جایزه بهترین فیلم از جشنواره SamhainBaucogna International Film Festival اسپانیا شد.

فیلم کوتاه «واحد ۱۳» به نویسندگی و کارگردانی دنیز قربانی، داستان زن و شوهری را روایت می‌کند که با نزدیک شدن به دختران

ایرنا: اکران «لاک‌پشت» در فرهنگسرای اندیشه و جایزه بهترین فیلم از اسپانیا برای فیلم کوتاه «واحد ۱۳» اهم اخبار سینمایی امروز هستند.

فیلم کوتاه «واحد ۱۳» به نویسندگی و کارگردانی دنیز قربانی، داستان زن و شوهری را روایت می‌کند که با نزدیک شدن به دختران

باز کردن رگ‌های قلب با مصرف ۱۰ ماده غذایی



گرفتگی عروق و بیماری‌های قلبی یکی از شایع‌ترین مشکلات در قرن اخیر است، اما با مصرف چند ماده غذایی می‌توانید گرفتگی رگ‌های قلب را به طور طبیعی درمان کرد.

انتخاب غذاهای ناسالم و سبک زندگی نادرست، می‌تواند منجر به پسته شدن رگ‌ها و شریان‌های قلب شود و این موضوع عامل ابتلا به بیماری‌های جدی قلبی و فشارخون بالا محسوب می‌شود، شمار زیادی از افراد برای کنترل مشکلات قلبی خود دارو مصرف می‌کنند، اما گاهی متحمل اثرات جانبی بسیار زیان آور خواهند شد.

برای جلوگیری از عوارض داروهای قلبی، کافی است تا در سبک زندگی و عادات غذایی خود کمی تغییرات ایجاد کنید، نخستین گام در این راه مشورت با پزشک متخصص است، پس از مشورت با پزشک و در نظر گرفتن سبک زندگی و ابتلا به بیماری‌های خاص احتمالی، می‌توانید فهرست خوراکی‌های زیر را در برنامه غذایی خود قرار دهید، این غذاها می‌توانند در باز شدن رگ‌های قلبی بسیار تأثیرگذار باشند، زیرا سرشار از آنتی اکسیدان، فیبر و سایر مواد مغذی لازم برای سلامت قلب هستند.

■ استفناج بخورید، قلب و فشارتان مثل ساعت تنظیم کار می‌کند

استفناج یکی از بهترین سبزیجات است زیرا ارزان و زودپز بوده و تقریباً هر جایی پیدا می‌شود. علاوه بر آن، فیبر، آهن، فولیک اسید و پتاسیم را که هر یک به تنظیم فشارخون و افزایش سلامت قلب کمک می‌کنند، به بدن می‌رساند.

■ روغن نارگیل تضمین کننده سلامت قلب

اگر چه بیشتر افراد تصور می‌کنند که باید از چربی‌های اشباع شده گریزان باشند، اما این چربی‌ها برای یک زندگی سالم لازمند.

روغن نارگیل یکی از بهترین چربی‌های اشباع شده است زیرا باعث افزایش سلامت عروق قلبی می‌شود. چای سبز خند چربی خون و گرفتگی عروق

چای سبز منبع خوبی از کاتچین است که یک عنصر شیمیایی گیاهی است و میزان کلسترولی را که بدن در طول هضم و گوارش غذا جذب می‌کند، کاهش می‌دهد. نوشیدن دو فنجان چای سبز در روز برای این منظور کافی است.

■ کلستروئ خون را بسا ماهی پایین

برای گرفتن بهترین نتیجه از خوردن این غذای مفید، پیشنهاد می‌شود که حداقل دو بار در هفته آن را مصرف کنید. ماهی‌های روغنی مانند سالمون و ماهی تن دارای اسیدهای چرب امگا۳ بوده و سطح کلسترول خون را تنظیم می‌کنند.

■ قهوه پنوشید بیماری قلب سرافغان

تمی‌آید

زردچوبه به دلیل طعم و رنگ ویژه و فواید آن در روز می‌تواند ریسک ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش دهد. همچنین آرامش‌خاطری که پس از نوشیدن یک فنجان قهوه احساس می‌کنید نیز برای قلب مفید است.

■ کلم بروکلی ضد گرفتگی عروق قلب

بروکلی خوراکی عالی برای سلامت قلب است که حاوی ویتامین K است و از این رو در جلوگیری از سفت و سخت شدن رگ‌های قلب جلوگیری می‌کند.

■ با دارچین گرفتگی عروق را باز کنید

این ادویه متداول، دارای خواص مفید بسیاری برای سلامتی است. دارچین، اگر روزانه در حدود ۵ گرم مصرف شود، می‌تواند کلسترول بد را کاهش داده و از انسداد رگ‌های قلب جلوگیری کند. دارچین همچنین دارای آنتی اکسیدان است

که سلامت دستگاه گردش خون را تضمین می‌کند.

■ تضمین سلامت قلب و عروق با مصرف بادام

بادام‌ها هم خوشمزه‌اند و هم برای قلب مفیدند زیرا دارای چربی‌های مفید، ویتامین، پروتئین و فیبر هستند که همگی سلامت قلب، رگ‌ها و عروق قلبی و دستگاه گردش خون را افزایش می‌دهند.

■ ادویه‌ای ضد گرفتگی عروق قلب

زردچوبه به دلیل طعم و رنگ ویژه و فواید آن در روز می‌تواند ریسک ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش دهد. همچنین آرامش‌خاطری که پس از نوشیدن یک فنجان قهوه احساس می‌کنید نیز برای قلب مفید است.

■ میوه‌ای دوستدار سلامت قلب

هندوانه دارای آمینو اسیدی به نام سیتولین است که به پایین آوردن فشارخون کمک کرده و التهاب رگ‌ها و عروق را کاهش می‌دهد و چون بدن را به تولید اکسیدنتیک و می‌دارد، سلامت قلب و عروق آن را افزایش می‌دهد.

هر آنچه در مورد مصرف گوشت مرغ باید بدانید



داده و مصرف آن مزایای زیادی دارد همچنین بهترین نوع مرغ، مرغی است که در حال چرا و تحرک داشته باشد نه اینکه در جایی مثل مرغداری نگهداری شده و با تغذیه مصنوعی رشد کند. ولی در محل هایی که به صورت مصنوعی مرغ را نگهداری می‌کنند چون هم غذای طبیعی استفاده نمی‌شود و هم فعالیت بدنی در حد کافی نیست. مواد زاید در بدن مرغ جمع می‌شود و بنابراین مصرف بیش از حد آن ضررهایی به همراه خواهد داشت.

میزان حرارت گوشت مرغ نسبت به حرارت گوشت‌های قرمز و گوشت

گوسفند کمتر است و اینکه اصطلاحاً گفته می‌شود سرد است به این معنی است نه اینکه طبع آن سرد باشد. افراد با مزاج سرد بهتر است از گوشت

هر چه مرغ جاقتر باشد، رطوبت بیشتری در بدن تولید می‌کند و مصرف آن چندان توصیه نمی‌شود، برای مردمی که فعالیت بدنی نسبتاً کمی دارند، مصرف گوشت پرندگان بیشتر از چرندگان توصیه می‌شود. گوشت مرغ و پرندگان نسبت به گوشت چرندگان مثل گاو و گوسفند لطیف‌تر است، یعنی هضم راحت‌تری دارد و مواد زاید کمتری تولید می‌کند.

هر چه پرند جاقتر یا اصطلاحاً جوجه باشد لطافت بیشتری دارد. بنابراین برای مردم عصر امروز که فعالیت بدنی نسبتاً کمی دارند، مصرف گوشت پرندگان بیشتر از چرندگان توصیه می‌شود و به دنبال نزدیک‌تر است.

گوشت مرغ خانگی گوشت معتدل و متوسطی است که رنگ پوست را بهبود

فشار خون بالا چه عددی است؟

فشار خون بالا یکی از بیماری‌های خطرناک عصر کنونی است به همین دلیل باید از میان فشار خون خود آگاه باشید و راه‌های کنترل و درمان این بیماری را بیاموزید. اندازه گیری فشارخون شامل ۲ بخش فشارمسیستولیک و دیاستولیک است.

اندازه گیری فشارخون در واقع بررسی میزان خونی است که در اثر ضربان قلب وارد شریان‌ها و رگ‌های خونی بدن می‌شود و به این ترتیب فشارمسیستولیک خون را تشکیل می‌دهد. یک فشارمسیستولیک طبیعی و نرمال زیر ۱۲۰ است که به اصطلاح ۱۲ نامیده می‌شود و فشارهای بالاتر از آن در بازه‌های ۱۳۰ الی ۱۳۹ و ۱۴۰ به بالا نشان دهنده بالا بودن فشار خون است.

فشار خون دیاستولیک یا میزان پایین فشارخون، به زمان گفته می‌شود که قلب فرد با خون و اکسیژن پر می‌شود و بین ۲ ضربان قلب قرار دارد. یک فشارطبیعی دیاستولیکی باید درحدود ۸۰ یا در اصطلاح ۸ باشد. اگر فشار دیاستولیکی خون شما بین بازه‌های ۸۰ تا ۸۹ و ۹۰ و یا حتی بیشتر باشد نشان دهنده بالا بودن فشارخون است و باید برای درمان به متخصص مراجعه کنید.



امروز انواع دستگاه‌های اندازه گیری فشارخون وجود دارد که برخی از آنها به دور بازو و برخی به دور مچ دست بسته می‌شوند و شامل نمونه‌های جویه و دیجیتالی هستند. هرچند که امروز تلفن‌های همراه هوشمند نیز دارای نرم افزارهایی برای اندازه گیری فشارخون هستند که البته نمی‌توان صد درصد به آنها اعتماد کرد.

افراد مبتلا به بیماری فشارخون بالا باید از مصرف بیش از اندازه نمک در رژیم غذایی خود خودداری کنند، ورزش، اجتناب از استرس، مصرف مواد دخانی، تنظیم وزن، پرهیز از دعو و عصبانیت و اندازه گیری مرتب فشارخون در صبح و شب به همراه مصرف منظم داروها می‌تواند در کنترل این بیماری موثر باشد.

برای پیشگیری از ابتلا به بیماری فشارخون بالا فرد باید از جوانی در مصرف نمک به همراه غذا دقت کند و از مصرف خوراکی‌هایی فست فود و فرآوری شده اجتناب کند.

فشار خون بالا می‌تواند سبب حمله قلبی، سکته مغزی، از کار افتادن کلیه‌ها، ایجاد لخته خونی، اختلال در قدرت بینایی و شنوایی و در نهایت مرگ زودرس شود.

برای اندازه گیری درست فشار خون به پزشک مراجعه کنید و در صورتی که در منزل اقدام به اندازه گیری فشارخون می‌کنید در زمانی که کاملاً آرام هستید به این کارپردازید. رفتن به حمام، انجام ورزش و فعالیت‌های فیزیکی شدید، حمل کالا، استرس و هیجان و حتی مصرف قهوه و سیگار می‌تواند فشارخون شما را بالاتر از میزان واقعی نشان دهد. برای این کار بر روی صندلی یا تخت نشسته پاهای خود را بر روی زمین قرار دهید، از دستگاه فشارسنج سالم استفاده کنید و دقت کنید که بسیار تنگ به دور مچ دست یا بازوی شما بسته نشود.

فشارخون هر ۲ دست خود را بگیرد و اعداد را یادداشت کنید و پس از ۳ الی ۵ دقیقه دوباره فشارخون خود را اندازه بگیرید و رقم‌ها را یادداشت و دفعه قبلی مقایسه کنید. همیشه در تماس با پزشک متخصص قرار داشته باشید و در صورت افزایش یا کاهش ناگهانی به مراکز درمانی مراجعه کنید.

بسیاری از افراد برای لاغری دست به کارهای عجیب و غریبی می‌زنند که با راه‌هایی بسیار ساده نیز می‌توان کاهش وزن داشت و لاغر شد. یکی از مشکلات دنیای متشدن کنونی افزایش وزن در اثر کم تحرکی و غذاهای پر کالری غنی شده است. معمولاً مشکل افزایش وزن پس از ازدواج رخ می‌دهد و این مسئله در خصوص زنان مصداق بیشتری دارد. از سوی دیگر هر چه سن فرد کمتر باشد با سرعت بیشتر و بهتری می‌توان برنامه‌های لاغری را دنبال کرد.

■ همیشه کوچک‌ترین غذا را سفارش دهید

منوی غذا را با دقت بخوانید، حتی اگر در رستوران‌های فست فود که انواع غذاهای ناسالم دارند از بین همبرگر مینی و دویل کمترین را انتخاب کنید. معمولاً کسانی که غذای اصلی سفارش نمی‌دهند حتی اگر احساس سیری هم داشته باشند هر چه سر میز غذا باشد می‌خورند، پس به جای حذف غذای اصلی کوچک ترین ظرف را سفارش دهید.

■ خوش بین باشید تا افکار تان مثبت شود

تنها روی افکار خوبتان تمرکز کنید و اهداف تان را به روشی مثبت تکرار کنید. به عنوان مثال: "تیم کیلو کم کردم این عالیه" "آهسته، ولی مطمئن" من می‌توانم به دسر نه بگویم"، "من می‌توانم کمتر غذا بخورم" این جملات خوش بینانه به شما کمک می‌کند با نگرشی مثبت به اهداف تان برسید.

■ تنها غذا بخورید

هنگامی که می‌خواهید در برنامه



غذایی تان تغییر ایجاد کنید از دوستان و خانواده می‌خواهید که در این راه کمک‌تان کنند. البته از نظر علمی ثابت شده کسانی که گروهی غذا می‌خورند بیشتر پر خوری می‌کنند، چون زمان بیشتری سر میز غذا می‌گذرانند و علاوه بر این هنگام صحبت کردن و خندیدن نمی‌توان مقدار غذا خوردن را کنترل کرد. حتما نیاز نیست که هنگام غذا خوردن تنها باشید، اما سعی کنید مقدار نیاز برای خوردن غذا را بر سر سفره بیاورید.

■ هروقت گرسنه بودید موز بخورید

شاید این به نظر کمی احمقانه برسد، اما ثابت شده که موز کردن غذاهایی، چون سیب، نعنای و موز می‌تواند ذهن را گول بزند و این باور را در مغز ایجاد کند که در حال خوردن غذا هستید. در یکی از تحقیقات که بیش از ۳ هزار نفر در آن شرکت داشتند وقتی هنگام گرسنگی موز را بسو می‌کردند کم اشتها شدند.

■ آبی رنگ جدیدتان باشد

تحقیقات علمی نشان داده است که رنگ آبی باعث کاهش اشتها می‌شود. پس کمی تغییر ایجاد کنید. به عنوان مثال سفره آبی، بشقاب یا لیوان‌های آبی استفاده کنید. این روانشناسی رنگ هاست. خیلی از رنگ‌ها اشتها را بالا می‌برند، اما آبی اشتها را کم می‌کند.

■ در مقابل آینه غذا بخورید

اشتباه نکنید این کار احمقانه و بی فایده نیست. علم ثابت کرده است که اگر هنگام غذا خوردن رو به روی آینه بایستید مقدار غذایی که می‌خورید به یک سوم کاهش پیدا می‌کند.

مصرف شیر و ماست کم چرب، خطر ابتلا به افسردگی را کاهش می‌دهد



تحقیق هیچ ارتباطی میان مصرف محصولات لبنی کامل (پرچرب) و افسردگی نشان نداد. بسا این حال محققان در نتیجه گیری اعلام کردند که برای مشخص شدن ساز و کار زیربنایی ارتباط میان مصرف محصولات لبنی کم چرب و خطر افسردگی به مطالعات بیشتری نیاز است.

چربی شکمی، از علل دیابت نوع ۲

یک متخصص طب سستی یکی از علل دیابت نوع ۲ را چربی شکمی خواند و در این باره توضیحاتی را ارائه داد. ضیایی گفت: علوم پزشکی و علوم مهندسی را باید از کتاب‌های مرجع خودمان بنویسیم و اساتید هر رشته از مراجع کتاب‌های قدیمی برای هر رشته کتاب بنویسند.

ضیایی با اشاره به برخی از درمان‌های گیاهی و ستنی، گفت: یکی از علل دیابت نوع ۲ چربی شکمی است. چای آلبالو و عرق طبیعی زیره ضد چاقی شکم است. البته زیره سبز شیرین مخصوص زنان است و برای مردان توصیه نمی‌شود.

وی ادامه داد: برای درمان دیابت نوع ۲، برگه‌های کاهو و برگه گل کلپوره همچنین مصرف دو عدد بادام تلخ روزانه و پیاده‌روی ۲۰ الی ۳۰ دقیقه ناشنا می‌تواند در درمان دیابت نوع ۲ موثر باشد.

این متخصص طب سستی در زمینه درمان سستی بیوست گفت: پودر گل محمدی و پودر گل خیاری با یک لیوان دوغ شیرین کم‌چرب بدون گاز قبل از هر وعده غذایی مصرف شود.

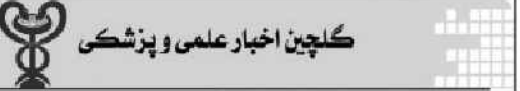
ضیایی در ادامه برای درمان دیابت نوع ۱ گفت: هویج زرد رنده کنید و ناشنا بخورید و یا مربایان را را با عسل طبیعی درست کنید. همچنین قبل از هر وعده غذایی دم کرده ریشه شیرین بیان نیز برای درمان دیابت نوع ۱ مفید خواهد بود.



وی، استرس را از علل ریزش موی سر و همچنین چربی مو را از علل تشدید این امر خواند و گفت: کسانی که پوست سر و ساقه موهایش چرب است، سرعت ریزش موهایش بالا می‌رود. برای کنترل چربی مو باید دو ساعت قبل از استحمام، سر که طبیعی سبب به پوست سر و ساقه موها زده شود. همچنین صابون زیتون و شامپو بچه، لایه‌بردار طبیعی چربی سر است و ضد خارش بوده و چربی اضافه مو را از بین می‌برد.

وی همچنین خشک کردن مو با ششوار را یکی از دلایل تشدید ریزش مو دانست و گفت: موها باید با حوله نخی خشک شود. موها با گیره‌های محکم نباید بسته شود و برای شانه‌زدن نباید از شانه نوک تیز استفاده شود.

ضیایی گفت: هر شست ساعت دم کرده رازیانه با عسل برای تقویت نیاز موها موثر است. همچنین روغن کندهش و سیس روغن بادام تلخ یا روغن سیاه دانه خالص برای کنترل ریزش مو مفید است. وی برای درمان کسانی که عرق بد بو دارند و دچار ریزش عرق فراوان در زمستان و تابستان می‌شوند، گفت: سر که طبیعی سبب لای انگشت و پاها بزنند که ضد قارچ و ضد باکتری است و آنتی‌باکتریال طبیعی است.



عارضه خطرناک مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک‌ها

امروزه آنتی بیوتیک‌ها از جمله داروهای پر مصرف در حیطه درمان هستند، حتی برخی از آنها جزو ۱۰ داروی پر مصرف کشور هستند. کیفیت نداشتن احتمالی آنتی بیوتیک‌های مصرفی به دلیل میزان ماده موثره کمتر از میزان ذکر شده روی پرچسب دارو، استفاده از مواد جانبی، اکسپیان نامرغوب در فرم خوراکی آن‌ها یا عوارض جانبی نامطلوب در مصرف کننده است. هر یک از موارد مذکور می‌تواند موجب کاهش اثربخشی دارو شود.

حتی استفاده از مواد موثره اصلی یا مواد جانبی یا اکسپیان نامرغوب در آنتی بیوتیک‌های تزریقی با ایجاد ناخالصی یا متابولیت‌های خطرناک، توانایی فراهم آوردن عوارض معمول، حاد و گاهی حتی عوارض کشنده را دارند.

عوارض مصرف هورمون‌های افزایش قد پس از ۱۸ سالگی

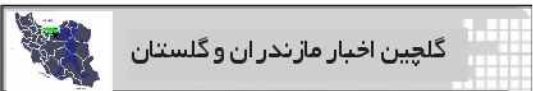
یک متخصص پزشکی ورزشی گفت: مصرف هورمون رشد پس از ۱۸ سالگی باعث پهن شدن استخوان‌ها، افزایش چربی و فشار مغزی در افراد می‌شود.

اصغری متخصص پزشکی ورزشی؛ با بیان اینکه هورمون رشد یک پلی‌پپتید متشکل از ۱۹۲ اسید آمینه است، گفت: هورمون رشد از قسمت قدامی غده هیپوفیز ترشح می‌شود که بخش قدامی در انسان ۷۰ درصد وزن غده را تشکیل می‌دهد و محل سنتز و ترشح چندین هورمون است. وی با بیان اینکه قسمت قدامی بیشتر عمل تحریک و تنظیم ترشحات سایر غده درون ریز بدن را به عهده دارد، اظهار داشت: از مهم‌ترین هورمون های بخش قدامی رشد، پرولاکتین یا لاکتوژن و سوماتوتروپین است. اصغری با اعلام اینکه گاهی کمبود ترشح هورمون رشد باعث ایجاد اختلال در رشد بدن می‌شود، تأکید کرد: تجویز هورمون رشد باعث بهبود عملکرد رشد می‌گردد اما اگر افزایش ترشح هورمون رشد پس از دوران بلوغ رخ دهد موجب رشد غیر طبیعی قطری استخوانهای مجسمه، صورت، پیشانی، فک، دست و پا و درشت پیکری می‌گردد که ممکن است با برخی عوارض متابولیسمی و حتی دیابت همراه باشد.

این متخصص پزشکی ورزشی با بیان اینکه غده هیپوفیز قدامی باعث ترشح هورمون رشد در بدن می‌شود، اظهار کرد: افزایش رشد استخوانی افراد تا سن ۱۸ سالگی توسط این غده انجام می‌شود و بر پروتئین و چربی‌ها متابولیسم گریه‌یدرات‌ها تأثیر بسزایی دارد.

وی با بیان اینکه عواملی مانند ژنتیک، تغذیه و هورمون رشد باعث رشد طولی بدن افراد می‌شود، افزود: پس از ۱۸ سالگی مصرف هورمون رشد باعث پهن شدن و رشد استخوان، افزایش چربی، سردرد، افزایش فشار مغزی، پرخاشگری و خواب نامناسب در افراد می‌شود.

اصغری با اشاره به تأثیر هورمون رشد در افزایش قد گفت: در دوران رشد افزایش قد در صورتی پیدا کند افزایش قد امکان پذیر نیست. وی دوباره عوامل تحریک کننده هورمون رشد بیان کرد: مصرف غذاهای حاوی پروتئین، انجام ورزش‌های کششی، استفاده از اسید آمینه، خواب منظم و کاهش وزن باعث تحریک هورمون رشد در افراد می‌شود.



ثبت میاتگین روزانه ۳۴ مورد ازدواج در گلستان

ایستنا: مدیرکل ثبت احوال گلستان از ثبت روزانه ۳۴ مورد ازدواج در هفت ماهه نخست سال جاری در استان خبر داد. حمیدرضا یگانه با اشاره به آمارهای ارائه شده از سوی مرکز رصد جمعیت استان گفت: در بازه زمانی هفت ماهه اسفاد تعداد ۷ هزار و ۳۹۷ واقعه ازدواج در سامانه ثبت احوال استان به ثبت رسیده که میانگین آن معادل ۳۴ ازدواج در هر شبانه‌روز است. مدیرکل ثبت احوال گلستان افزود: میانگین سن ازدواج‌های ثبت شده برای بار اول، برای مردان ۲۷ سال و برای زنان ۲۲ سال بوده است.

رئیس سازمان بسیج دانش‌آموزی:

دشمنی آمریکا با ملت ایران ریشه‌ای و ذاتی است

ایرنا: رئیس سازمان بسیج دانش‌آموزی با اشاره به توطئه‌های همیشگی آمریکا نسبت به مردم ایران گفت: دشمنی آمریکا با ملت بزرگ ایران ذاتی و ریشه‌دار است و از کودتای ۲۸ مرداد ۱۳۳۲ تا امروز ادامه دارد. ضمن گرامیداشت روز ملی مبارزه با استکبار جهانی، روز دانش‌آموز و روز دانشجو افزود: برخی تصور می‌کنند شرارت‌های آمریکا پس از پیروزی انقلاب اسلامی شروع شده، اما واقعیت آن است که این دشمنی همیشگی است.

وی ادامه داد: حمایت گسترده آمریکا از رژیم پهلوی، حضور بیش از ۲۸ هزار مستشار آمریکایی در ایران، تشکیل سازمان ساواک با هدایت سازمان سیا و تصویب لایحه تنگین کاپیتولاسیون، نشانه عمق دشمنی این کشور با ملت ایران است.

سردار باستان با اشاره به توطئه‌های آمریکا پس از پیروزی انقلاب اسلامی گفت: آمریکای جنایتکار از همان روزهای نخست انقلاب، اقدامات خصمانه‌ای را علیه ملت ایران طراحی و اجرا کرد که حمله نظامی به طیس، طراحی کودتاهای متعدد، تحریک صدام برای آغاز جنگ تحمیلی، ارسال سلاح و تجهیزات به رژیم بعث عراق و اعمال تحریم‌های ظالمانه، تنها بخشی از دشمنی‌های آنان است.

وی افزود: آمریکا علاوه بر جنگ نظامی و اقتصادی، جنگ رسانه‌ای و فرهنگی را نیز علیه ملت ایران به راه انداخت و با حمایت از گروه‌های تروریستی تکفیری در منطقه، به دنبال ایجاد ناامنی در کشورهای اسلامی، تضعیف محور مقاومت و جلوگیری از گسترش انقلاب اسلامی است.

رئیس سازمان بسیج دانش‌آموزی با بیان اینکه حضور آمریکا در منطقه غرب آسیا اهداف آشکار و پنهان دارد، گفت: بیش از ۶۰ درصد انرژی جهان در منطقه غرب آسیا قرار دارد و آمریکا برای غارت نفت و گاز ملت‌های مسلمان در این منطقه حضور یافته است.

«محسن چاوشی» برای آزادی زندانیان جرایم غیرعمد در مازندران پیشقدم شد

ایرنا: محسن چاوشی خواننده کشورمان در پویش «به عشق مادرم زهرا می‌بخشم» ۱۰۰ میلیون تومان برای آزادی زندانیان مازندران کمک کرد.

محسن چاوشی خواننده محبوب و پرطرفدار کشورمان، در پویش به عشق مادرم زهرا می‌بخشم شرکت کرد و مبلغ ۱۰۰ میلیون تومان برای آزادی دو نفر از زندانیان جرایم غیر عمد زندان‌های مازندران کمک کرد. این پویش با هدف آزادسازی زندانیان از زندان‌ها و ترویج فرهنگ بخشش و گذشت در جامعه برگزار شده و تا پایان ایام فاطمیه ادامه خواهد داشت.

حمیدرضا پوریانی، مدیرکل زندان‌های مازندران شامگاه دوشنبه در گفت و گو با خبرنگاران در این باره گفت: برگزاری این پویش‌ها و مشارکت هنرمندان و خیرین نقش مهمی در ارتقا روحیه و کاهش استرس زندانیان دارد.

وی ادامه داد: این فعالیت‌ها به پرورش ذهن و افزایش تمرکز زندانیان کمک می‌کند و می‌تواند به اصلاح و تربیت آنان منجر شود. پوریانی گفت: این برنامه‌ها به زندانیان کمک می‌کند تا مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی خود را بهبود بخشند و برای بازگشت به جامعه آماده شوند.

مدیرکل زندان‌های مازندران همچنین اظهار داشت: ایجاد حس همبستگی و همکاری بین زندانیان از دیگر اهداف مهم این پویش‌ها است. ما امیدواریم که این برنامه‌ها بتوانند به بهبود وضعیت روحی و روانی زندانیان کمک کرده و آنان را برای بازگشت به جامعه آماده کنند. مدیرعامل ستاد دیه استان مازندران به دعوت این کار خیر و خدایسندانه اشاره کرد و گفت: زندانیان جرایم غیر عمد، که به دلیل مشکلات مالی در زندان به سر می‌برند، با کمک‌های مردمی و خیرین می‌توانند به آغوش خانواده‌های خود بازگردند و زندگی جدیدی را آغاز کنند.

غلامرضا عشیره گفت: این اقدام نه تنها به بهبود وضعیت زندانیان کمک می‌کند، بلکه تأثیرات مثبتی بر خانواده‌ها و جامعه نیز دارد. وی همچنین از تمامی خیران و نیکوکاران دعوت کرد تا در این پویش خدایسندانه شرکت کنند و با کمک‌های خود، زمینه آزادی زندانیان جرایم غیر عمد را فراهم کنند.

این پویش تا پایان ایام فاطمیه ادامه دارد و هرگونه کمک مالی می‌تواند به آزادی زندانیان و بازگشت آنان به جامعه کمک کند.

توقف فعالیت ۳ واحد سنگ‌شکن در محور بلده

تسنیم: معاون محیط زیست مازندران گفت: فعالیت سه واحد سنگ شکن در محور بلده به‌دلیل دفع غیراصولی پساب و آلودگی رودخانه متوقف شد.

حسین حیدر پور معاون محیط زیست انسانی اداره کل حفاظت محیط زیست مازندران اظهار داشت: بازدید و پایش شبانه در تاریخ ۱۲ و ۱۳ آبان ۱۴۰۴ از واحدهای معدنی در محور بلده انجام شد و سه واحد به‌دلیل تخلیه مستقیم پساب و ایجاد آلودگی در رودخانه تعطیل و فعالیت آنها متوقف شد.

وی افزود: نمونه‌برداری از پساب و خروجی‌ها از سایر واحدها انجام شد تا میزان آلودگی فعالیت‌ها با استانداردهای محیط زیست مورد ارزیابی قرار گیرد؛ برنامه پایش و نظارت بر واحدهای معدنی و دانه‌بندی شن و ماسه در محوهای مختلف استان به‌صورت منظم و مستمر ادامه دارد. در صورت مشاهده هرگونه تخلف زیست‌محیطی، برخورد قانونی بدون اغماض انجام خواهد شد.

معاون محیط زیست انسانی اداره کل حفاظت محیط زیست مازندران با تأکید بر رعایت اصول مدیریت هوا و پساب که از الزامات قانونی فعالیت واحدهای معدنی است تأکید کرد: بی‌توجهی به آن، موجب توقف فعالیت خواهد شد و پیگرد قضایی دارد.

می‌شود و از جنوب به سمتان و

مازندران راه دارد که این موقعیت، گلستان را به شاهراه کریدور شمال- جنوب تبدیل کرده که ایران را به هند، روسیه و اروپا متصل می‌کند.

در این راستا، منطقه آزاد تجاری-صنعتی اینچه‌برون، واقع در ۴۰ کیلومتری گرگان و در بخش دانش‌پروان شهرستان گنبدکاوس، از توانایی بسیار زیادی برای نقش آفرینی در توسعه پایدار استان برخوردار است. این منطقه، با وسعت ۱۲ هزار و ۵۰۰ هکتار، تنها مرکز زمینی و ریلی گلستان است و دسترسی مستقیم به راه‌آهن سراسری دارد.

سفری دیگر، بخش صنعتی گلستان با تمرکز بر پتروشیمی، ماشین‌آلات معدنی و صنایع غذایی، پتانسیل هم‌فازی با همسایگان را دارد. مجتمع پتروشیمی گلستان، در مجاورت اینچه‌برون، ظرفیت تولید ۱۵ میلیون تن محصولات پتروشیمی را دارد و با اتصال به خطوط ریلی، صادرات به قزاقستان و ازبکستان تسهیل می‌کند.



وی افزود: توسعه زیرساخت‌های مری، از جمله تکمیل خط ریلی بجنورد- مشهد، تقویت بازارچه‌های مری و حمایت از تولیدات بومی مانند زعفران و محصولات دامی، گلستان را به قطب صادراتی شمال کشور تبدیل خواهد کرد. استان گلستان از نظر جغرافیایی در موقعیتی استثنایی قرار دارد و از شمال با ترکمنستان هم‌مرز است، از شرق به خراسان شمالی متصل

استان گلستان با ۴۵۰ کیلومتر مرز مشترک با ترکمنستان، منطقه آزاد اینچه‌برون، توانمندی‌های کشاورزی نظیر زعفران و استان و زیرساخت‌های صنعتی و ریلی، فرصتی استثنایی برای تقویت دیپلماسی اقتصادی و توسعه پایدار فراهم می‌آورد. در نشست تخصصی بهره‌برداری حداکثری از ظرفیت‌های اقتصادی استان‌های مری که با هدف تمرکز بر تقویت تعاملات اقتصادی با کشورهای همسایه و تأمین پایدار

مدیر جهاد کشاورزی بابل عنوان کرد:

تسهیلات مکانیزاسیون راهکار توسعه کشاورزی مازندران

تسنیم: مدیر جهاد کشاورزی بابل گفت: مزایای کشاورزی مکانیزه در ایران و به‌خصوص شمال کشور از جمله موضوعاتی است که به تولید و کاهش هزینه‌ها در بخش کشاورزی کمک قابل توجهی می‌کند.

شهیدی پور مدیر جهاد کشاورزی بابل گفت: پنجمین جلسه میز خدمت طرح توسعه مکانیزاسیون کشاورزی شهرستان بابل با هدف بررسی روند پرداخت تسهیلات و رفع موانع احتمالی در سال ۱۴۰۴ برگزار شد. یکی از نهادهای بر مریصر در بخش کشاورزی، سموم هستند. اگر بخواهید به طور دستی مزارع را سمپاشی کنید هیچ مدیریتی بر روی میزان سم مصرفی نخواهید داشت و این امر می‌تواند به مرور زمان هزینه‌های شما را افزایش دهد. اما اگر از سمپاش‌های دستی یا اتوماتیک استفاده کنید به راحتی میزان مصرف مورد نیاز را تشخیص خواهید داد.

وی افزود: انجام به موقع عملیات کشاورزی با استفاده از علم روز بسیار راهگشا و کمک‌کننده است یکی از این علوم، هواشناسی است که اطلاع

مدیرکل آموزش و پرورش گلستان:

۱۳ آبان؛ نماد ظلم‌ستیزی ملت ایران است

گنبدکاوس است.

نظری اضافه کرد: حضور میلیون‌ها ایرانی در راهپیمایی امروز همچنین نقشه‌های دشمنان را در اتاق‌های فکر خنثی کرد و نشان داد ملت ایران همچنان پای انقلاب و ولایت ایستاده است. وی به جنگ ۱۲ روزه رژیم غاصب صهیونیستی علیه ملت ایران هم اشاره کرد و ادامه داد: ملت ایران در آن جنگ ثابت کرد که با انسجام ملی و تبعیت از تعالیم حکیمانه رهبر معظم انقلاب، در برابر استکبار جهانی آمریکا و رژیم صهیونیستی پیروز است.

مدیرکل آموزش و پرورش گلستان با اشاره به حضور بیش از ۴۳۰ هزار دانش‌آموز این استان در راهپیمایی ۱۳ آبان، گفت: این حضور پرشور، استمرار راه شهدا و تجدید میثاق با آرمان‌های

ایرنا: مدیرکل آموزش و پرورش گلستان

با قدرانی از حضور پرشور مردم بویژه دانش‌آموزان در راهپیمایی روز ملی مبارزه با استکبار جهانی تصریح کرد: یوم الله ۱۳ آبان؛ نماد ظلم‌ستیزی ملت ایران است و مردم این سرزمین مقدس هرگز در برابر ظلم و تجاوز تسلیم نخواهند شد. قدرت الله نظری در جمع شرکت‌کنندگان راهپیمایی ۱۳ آبان گنبدکاوس، گفت: دانش‌آموزان و دیگر اقدار جامعه باحضور پرشور در راهپیمایی یوم الله ۱۳ آبان، وفاداری خود به آرمان‌های انقلاب را به نمایش گذاشتند.

وی بایسان اینکه ملت ایران هرچه دارد از امام راحل، شهیدان، شهدای فرهنگ و دانش‌آموز است، افزود: راهپیمایی امروز ادی دین به چهار هزار شهید استان گلستان و شهدای شهرستان



کهنسال در بخش دیگر سخنان، ورزش همگانی را لازمه امید و نشاط اجتماعی در بین اقشار مختلف مردم و به ویژه در بین جانشاناز عنوان کرد و گفت: از جمله مهم‌ترین رویکرد و اهداف برای همایش‌مسعود کوهپیمایی ایثارگران سراسر کشور، ایجاد و تقویت شور و نشاط اجتماعی در بین جانشاناز و خانواده‌های آنان است. وی افزود: جانشاناز به لحاظ شرایط جسمانی که با آن مواجه هستند، می‌توانند با انجام فعالیت‌های ورزشی، علاوه بر تلاش و استقامت در دستیابی به اهداف مورد نظر، شور و نشاط اجتماعی را نیز برای خانواده‌های خود به ارمان بیاورند. وی بیان کرد: افراد معلول و جانشاناز نیز مانند همه افراد عادی

فرهنگ غنی شهادت داریم و این را دشمن خوب فهمید. این مقام مسئول تصریح کرد: جانشاناز از مظلومیت بالایی کرامت آنان است و این مظلومیت همانند مظلومیت حضرت سیدالشهدا (ع) است. مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران مازندران با بیان اینکه هم اکنون ۶۷ تشکل ایثارگری در حوزه ترویج فرهنگ ایثار و شهادت فعالیت دارند که بخش عمده‌ای از برنامه‌های اجرایی با مشارکت این تشکلات به عنوان گروه‌های مردمی و جهادی، با فراهم‌نامه‌های که با سایر نهادهای دارند، نقش مؤثری در اجرای برنامه‌های فرهنگی و اجتماعی ایفا می‌کنند.

نماینده ولی فقیه در مازندران:

ایران برای مقابله با استکبار باید قوی شود



مهر: نماینده ولی فقیه در مازندران گفت: برای مقابله با استکبار باید ایران قوی و ارزش‌های انقلاب و دینمان تقویت شود. آیت الله محمد باقر محمدی لائینی در مراسم گرامیداشت روز ۱۳ آبان، بر اهمیت تقویت کشور برای مقابله با استکبار جهانی تأکید کرد و اظهار داشت: برای مقابله با استکبار باید ایران قوی شود و ارزش‌های انقلاب و دینمان تقویت شود. پیوند معنوی با خدا، عبادت و توکل باید مستحکم‌تر شود تا بتوانیم با قدرت و صلابت در برابر زیاده‌خواهی‌های استکبار بایستیم.

آیت الله محمدی لائینی افزود: این حضور پرشور دانش‌آموزان و نسل جوان در کنار بزرگان و خانواده‌ها پیام روشنی دارد: مبارزه با استکبار یک حرکت جهانی و پایدار است و هیچ‌گاه پایان نمی‌یابد. اگر نسل‌های گذشته پرچم مبارزه را به زمین گذاشته‌اند، به معنای توقف این حرکت نیست و نسل‌های جدید همچنان این پرچم را برافراشته نگه خواهند داشت. وی همچنین تصریح کرد: راهپیمایی‌ها، تظاهرات و شعارهایی مانند مرگ بر آمریکا بر اساس تفکر و منطق شکل گرفته و اگر شور و انگیزه قلبی همراه نباشد، این حرکت‌ها فروکش می‌کند. اندیشه و منطق پشت این حضور باشکوه همان چیزی است که مقام معظم رهبری بر آن تأکید دارند؛ این مقابله با سیطره استکبار و عدم بازگشت به دوران ذلت و تسلیم پیش از انقلاب.

نماینده ولی فقیه در مازندران تأکید کرد: سستی‌ها با استکبار جهانی ریشه در این دارد که آمریکا می‌خواهد ما دوباره زیر بار تسلیم و ذلت برویم، اما انقلاب اسلامی اجازه چنین چیزی را نخواهد داد. حضور در راهپیمایی و تظاهرات ۱۳ آبان اعلام آمادگی ملت ایران برای ایستادگی در برابر خواسته‌های استکبار جهانی و تقویت قدرت و استقلال کشور است. وی در ادامه با اشاره به اهمیت روز ۱۳ آبان و تسخیر لانه جاسوسی آمریکا بیان کرد: این روز پیام‌آور اقدام تاریخی دانش‌آموزان و مردم علیه توطئه‌های استکبار است. اگر این حرکت انجام نمی‌شد، امروز انقلاب اسلامی شکل نمی‌گرفت. درود بر امام عزیز که این حرکت را انقلاب دوم نامیدند و بر رهبر معظم انقلاب که آن را ادامه دادند. شعار مرگ بر آمریکا و مقاومت در برابر زیاده‌خواهی‌های جهانی همچنان در خاطره ملت ما زنده است.

آیت الله محمدی لائینی در پایان سخنان خود خاطرنشان کرد: حقوق کودک و نوجوانان، مانند حقوق زنان و بیماران، توسط استکبار و رژیم صهیونیستی زیر پا گذاشته می‌شود و حضور ما در این راهپیمایی پاسخی قاطع به این نقض حقوق انسانی است.

آگهی‌های ثبتی

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

برابر رای شماره ۲۱۹۸-۰۲۰۰-۴۶۸۰۱۰۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۱۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان بندر انزلی تصرفات مالکانه و با معارض متقاضی مریم قانع فرحی فرزند یوسف در شادانک یک قطعه زمین مشتمل بر بنا به مساحت ۲۱۲۰۰ مترمربع در قسمتی از پلاک ۲ و ۱۴۵۰ فرعی ۱۴۵۰ اصلی بخش ۳۸۳۸۸۸ حوزه ثبت ملک انزلی که شماره پلاک فرعی ۲۰۳۰۵ برای آن در نظر گرفته شده است، محرز گردیده است. لذا جهت اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نموده و گواهی مربوطه را به این اداره ارائه نمایند. بدیهی است در صورت تقاضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. (نشانه آگهی: ۲۰۳۸۲۵)

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۱۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۸/۲۸
سجنان جتوری - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک بندر انزلی
رام/الف/ات ۴۶۳۳

آگهی تحدید حدود اختصاصی

نظر به اینکه تحدید حدود املاکی که بعمل نیامده است تحدید حدود اختصاصی آنها بشرح ذیل منتشر میگردد:
متقاضی آقای/خانم بلوک عموزاده سورکوهی فرزند عزیز بصورت ششادک یک قطعه محوطه مشجر به مساحت ۳۶۴/۳۰ مترمربع پلاک ۶۶۱ فرعی از سنگ ۷ اصلی واقع در قره سورکوه شهرستان ملش بخش ۲۱ کیلوان

لذا عملیات تحدید حدود پلاک مذکور راس ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۸/۰۵ در محل وقوع ملک بعمل خواهد آمد.
مراتب جهت اطلاع به مجاورین و صاحبان حقوق ارتقائی آن آگهی می‌گردد. چنانچه کسی نسبت به حدود و حقوق ارتقائی 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. ضمناً طبق ماده ۸۶ آیین نامه اصلاحی قانون ثبت اعتراض باید کتبی و مستقیماً به اداره ثبت تسلیم و معترض باید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی، دادخواست نیز به مراجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید. در غیر این صورت متقاضی ثبت یا نماینده 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. (نشانه آگهی: ۲۰۳۹۲۰۲)

تاریخ انتشار: روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۴/۸/۱۴
احسان دریاوارسری - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک ملش
رام/الف/ات ۴۸۱

آگهی فقدان سند مالکیت

آقای جواد باقری تماچانی با ارائه دو برگ استناد به تأیید شده دفترخانه اسناد رسمی ۱۳۲۲ ملش اعلام نموده که سند مالکیت ششادک یکپار خانه مشتمل بر محوطه به مساحت ۱۶۶ مترمربع به شماره ۴۹۹ فرعی از سنگ ۱۲۱ اصلی واقع در قره لات لیل - شهرستان حوزه نئگروود ناحیه ۵۵ پخش ۱۵ کیلوان ذیل دفتر املاک ۴۴۲ صفحه ۳۹۵ به شماره جایی ۲۷۱۱۷۷، سری الف/۱۷ سال ۸۹ بنام آقای خیراله یگرای صادر گردیده و برابر سند قضایی شماره ۲۷۳۸ مورخ ۱۳۹۸/۷/۲۵ دفترخانه ۳۲۲ ملش به آقای جواد باقری تماچانی منتقل گردیده است، به علت چاپچاپی مفقود، تقاضای سند مالکیت المثنی را از این اداره نموده است
لذا این اداره بر طبق بصره یک ماده یکصد و بیست یکم این نامه قانون ثبت در یک نوبت آگهی می‌نماید تا چنانچه کسی مدعی انجام معامله و یا وجود سند مالکیت نزد خود باشد ظرف مدت ده روز پس از انتشار این آگهی اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله به این اداره تسلیم نموده و رسید اخذ نماید. در غیر این صورت چنانچه در وقت مقرر اعتراض نرشد و یا در صورت وصول اعتراض اصل سند مالکیت و یا سند معامله تسلیم نگردد اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادره به متقاضی تسلیم خواهد نمود. (شماره آگهی: ۲۰۳۹۱۹۸)

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۸/۱۴
زاهین باقری مطلق - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان نئگروود
رام/الف/ات ۴۸۰



اوقات شرعی به وقت گیلان

اذان صبح: ۵:۱۳
طلوع آفتاب: ۶:۴۰
اذان ظهر: ۱۱:۵۵
غروب خورشید: ۱۷:۱۰
اذان مغرب: ۱۷:۲۹

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: ۰۲۲۳۶۰۵۰ - ۰۲۲۳۱۰۷۳۷ - تلفکس: ۰۲۲۳۲۰۳۲۶

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: ۰۲۲۳۱۰۷۳۷ - تلفکس: ۰۲۲۳۲۰۳۲۶



چهارشنبه ۱۴ آبان ۱۴۰۴ - ۱۴ جمادی الاول ۱۴۴۷ - ۵ نوامبر ۲۰۲۵

با حضور قائم مقام، بازیکنان و کادر فنی باشگاه داماش؛

مراسم معارفه سرمربی جدید داماش برگزار شد

دیار میرزا: مراسم معارفه داوود مهابادی، سرمربی جدید تیم فوتبال داماش گیلان امروز در حالی برگزار شد که جمعی از بازیکنان، کادر فنی و عوامل باشگاه داماش گیلان نیز حضور داشتند.



مراسم معارفه داوود مهابادی، سرمربی جدید تیم فوتبال داماش گیلان، امروز در سالن اجتماعات دانشگاه گیلان برگزار شد.

این مراسم با حضور قائم مقام، بازیکنان، کادر فنی و عوامل باشگاه داماش گیلان در فضایی صمیمی و پرازری برگزار گردید.

در این مراسم، احمد عبدللهیان قائم مقام باشگاه ضمن خوش آمدگویی به مهابادی، از تلاش ها و زحمات اعضای پیشین کادر فنی قدردانی کرد و حضور سرمربی جدید را فصل جدیدی در باشگاه داماش دانست.

وی با اشاره به سابقه و تجربه ارزشمند داوود مهابادی در فوتبال ایران، ابراز امیدواری کرد که با حضور او، داماش گیلان بتواند در ادامه فصل نتایج قابل توجهی کسب کند و بار دیگر شادی را به هواداران گیلانی هدیه دهد.

سرمربی جدید داماش نیز با اشاره به حضورش در باشگاه داماش گفت: هدف ما ساختن تیمی متحد و منسجم است که با تعهد و انگیزه بالا بتواند جایگاه واقعی داماش را در فوتبال کشور بازگرداند.

مهابادی از بازیکنان خواست با کسب نتایج درخشان تا تیم فصل، هواداران پرشمار و وفادار این تیم محبوب گیلانی را خوشحال کنند.

قهرمانی گیلان در مسابقات قهرمانی آبیهای آرام کشور

گلچین امروز: در پایان مسابقات قهرمانی کشور آبیهای آرام آقایان که در دریاچه آزادی تهران برگزار شد، گیلان قهرمان شد.

قایقرانان در مواد کایاک و کانو ۱۰۰۰ و ۵۰۰ متر تک نفره و دونفره به رقابت پرداختند.

در پایان مسابقات در رده بندی تیمی گیلان با ۱۰۹ امتیاز قهرمان شد، تهران لقب با ۱۰۴ امتیاز عنوان نائب قهرمانی را کسب کرد و مازندران با ۹۳ امتیاز در جایگاه سوم قرار گرفت.

معرفی ۱۴ ملی پوش ایران برای جام جهانی فوتسال زنان

ایستنا: سرمربی تیم ملی فوتسال بانوان ایران، فهرست نهایی ۱۴ بازیکن اعزامی به نخستین دوره جام جهانی فوتسال زنان در فیلیپین را اعلام کرد. در پایان اردوی تدارکاتی و پس از انجام آخرین دیدار دوستانه مقابل تیم پالاچ گاز اصفهان، کادر فنی تیم ملی فوتسال زنان ایران با جمع بندی نهایی، اسامی ۱۴ بازیکن اعزامی به جام جهانی فوتسال زنان را مشخص کرد.

بر این اساس، فرزانه توسلی، فاطمه رحمتی، نسترن مقیمی، الهام عتافچه، مهتاب بنایی، شیرین صفار، مارال ترکمان، فرشته کریمی، زهرا لطف آبادی، سارا شیرینیگی، نسیم سادات غلامی، مهسا کمالی، فرشته خسروی و طاهره مهدی پور بازیکنانی هستند که پیران تیم ملی ایران را در این رقابت ها بر تن خواهند کرد.

تیم ملی فوتسال بانوان ایران در این رقابت ها با تیم های برزیل، ایتالیا و پاناما هم گروه است.

جام جهانی فوتسال بانوان ۲۰۲۵ - فیلیپین از ۲۱ نوامبر تا ۷ دسامبر (۳۰ آبان تا ۱۶ آذر) در قالب چهار گروه چهار تیمی به میزبانی فیلیپین در شهر منایل برگزار می شود و ملی پوشان ایران در نخستین گام در تاریخ دوم آذرماه به مصاف برزیل می روند.

به همین منظور برنامه زمان بندی کامل جام جهانی فوتسال زنان از سوی فدراسیون جهانی فوتبال به شرح زیر اعلام شد:

جمعه ۳۰ آبان
مراکش - آرژانتین، ساعت ۱۸ به وقت محلی و ۱۳:۳۰ به وقت تهران
فیلیپین - لهستان، ساعت ۲۰ به وقت محلی و ۱۵:۳۰ به وقت تهران
* شنبه اول آذر
کلمبیا - کانادا، ساعت ۱۷ به وقت محلی و ۱۲:۳۰ به وقت تهران
اسپانیا - تایلند، ساعت ۱۹:۳۰ به وقت محلی و ۱۵:۰۰ به وقت تهران
* یکشنبه دوم آذر
ژاپن - نیوزیلند، ساعت ۱۲ به وقت محلی و ۷:۳۰ به وقت تهران
پرتغال - تانزانیا، ساعت ۱۴:۳۰ به وقت محلی و ۱۰:۰۰ به وقت تهران
ایتالیا - پاناما، ساعت ۱۷ به وقت محلی و ۱۲:۳۰ به وقت تهران
برزیل - ایران، ساعت ۱۹:۳۰ به وقت محلی و ۱۵:۰۰ به وقت تهران
* دوشنبه ۴ آذر
آرژانتین - لهستان، ساعت ۱۸ به وقت محلی و ۱۳:۳۰ به وقت تهران
فیلیپین - مراکش، ساعت ۲۰:۳۰ به وقت محلی و ۱۶:۰۰ به وقت تهران
* سه شنبه ۵ آذر
کانادا - تایلند، ساعت ۱۸ به وقت محلی و ۱۳:۰۰ به وقت تهران
اسپانیا - کلمبیا، ساعت ۲۰:۳۰ به وقت محلی و ۱۶:۰۰ به وقت تهران
* چهارشنبه ۵ آذر
نیوزیلند - تانزانیا، ساعت ۱۳ به وقت محلی و ۸:۳۰ به وقت تهران
پرتغال - ژاپن، ساعت ۱۵:۳۰ به وقت محلی و ۱۱:۰۰ به وقت تهران
پاناما - ایران، ساعت ۱۸ به وقت محلی و ۱۳:۳۰ به وقت تهران
برزیل - ایتالیا، ساعت ۲۰:۳۰ به وقت محلی و ۱۶:۰۰ به وقت تهران
* پنجشنبه ۶ آذر
لهستان - مراکش، ساعت ۱۸ به وقت محلی و ۱۳:۰۰ به وقت تهران
آرژانتین - فیلیپین، ساعت ۲۰:۳۰ به وقت محلی و ۱۶:۰۰ به وقت تهران
* جمعه ۷ آذر
تایلند - کلمبیا، ساعت ۱۸ به وقت محلی و ۱۳:۳۰ به وقت تهران
کانادا - اسپانیا، ساعت ۲۰:۳۰ به وقت محلی و ۱۶:۰۰ به وقت تهران
* شنبه ۸ آذر
تانزانیا - ژاپن، ساعت ۱۲ به وقت محلی و ۷:۳۰ به وقت تهران
نیوزیلند - پرتغال، ساعت ۱۴:۳۰ به وقت محلی و ۱۰:۰۰ به وقت تهران
ایران - ایتالیا، ساعت ۱۷ به وقت محلی و ۱۲:۳۰ به وقت تهران
پاناما - برزیل، ساعت ۱۹:۳۰ به وقت محلی و ۱۵:۰۰ به وقت تهران
دو تیم برتر از هر گروه راهی مرحله یک چهارم نهایی می شوند.
مرحله یک چهارم نهایی از ۱۰ تا ۱۱ آذر و نیمه نهایی ۱۴ آذر برگزار می شوند. دیدارهای رده بندی و فینال این رقابت ها نیز روز یکشنبه ۱۶ آذر برگزار خواهند شد.

در چارچوب هفته هفتم لیگ برتر:

بانوان ملوان طلایی پوشان فولاد را به رده ششم فرستادند



سپاهان با این شکست به سومین شکست فصل رسید تا با سه برد و ۹ امتیاز به رده ششم جدول سقوط کند و ملوان توانست در یک ضد حمله گل دوم را سه ثمر برساند تا این دیدار با نتیجه ۲ بر صفر به سود میهمان شمالی به پایان برسد.

۲ تیم با نتیجه یک بر صفر در پایان نیمه اول به رختکن رفتند. نیمه دوم با پاسپای پیش رفت اما ملوان توانست در یک ضد حمله گل دوم را سه ثمر برساند تا این دیدار با نتیجه ۲ بر صفر به سود میهمان شمالی به پایان برسد.

فروغ موری، فاطمه شکری، فهیمه ارژانی و مهناز شاهرادی بودند. ملوان در این بازی شروع بهتری داشت و توانست در دقیقه هفتم بازی نخستین گل را درون دروازه طلایی پوشان کند. پس از این گل حملات پرتعداد سپاهانی راه به جایی نبرد و

پرتعداد سپاهانی راه به جایی نبرد و

علیرضا جهانبخش به دندربلژیک پیوست

کفاشیان:

قلعه نویی باید سرمربی تیم ملی بماند؛ گفته ایم برنامه بدهد!

آنها را دنبال و پیگیری می کند. اعزام های فوتبالی خیلی زیاد است. تیم امید و تیم های پایه را داریم. تیم ملی فوتسال زنان را برای جام جهانی داریم. ضمن اینکه تیم ملی فوتسال مردان نیز آماده بازی های جام ملت ها می شوند. تیم ملی فوتبال بانوان نیز راهی رقابت های آسیایی می شوند. باید نتایج آنها را مشاهده کرد و برای آنها آرزوی موفقیت داریم و امیدوارم بهتر از قبل هم نتیجه بگیریم.



برای بعد از جام جهانی ۲۰۲۶ هم بدهند. به هر حال فاصله کمی پس از این بازی ها تاج جام ملت هایی که در عربستان داریم، وجود دارد و باید از حالا به فکر برنامه های خود را ارائه کردند. بخوایم پس از جام جهانی هم برنامه ریزی کنیم و از حالا باید آماده سازی لازم را انجام دهیم. ● قلعه نویی باید بماند کفاشیان در پاسخ به اینکه آیا این برنامه ریزی ها با قلعه نویی خواهد بود تصریح کرد: ما با مربی ایرانی به جام جهانی صعود کرده ایم که موضوع مهمی است و باید حمایت لازم هم داشته باشیم. ● تبسم تبسم برای ورزشگاه دارد ناچیز برای ورزشگاه دارد

کفاشیان با انتقاد از سیاست های باشگاه داری با توجه به معضل نبود ورزشگاه همچون تصریح کرد: باشگاهی که نزدیک ۸۰۰ تا ۸۰۰ میلیارد تومان هزینه تیم داری می کند و بازیکن جذب می کند بودجه ناچیز ۳۰ - ۴۰ میلیارد توانمی اش که دیگر جایی را نمی گیرد. این مبلغ ناچیز است تا چمن ورزشگاه اختصاصی خود را در تیمس کنند و بتوانند بازی فوتبال را برگزار کنند. باید باشگاه ها اقدامات لازم را در این زمینه انجام دهند که برای آنها نیز ممکن است.

● قلعه نویی برنامه داد و حمایت خواست رئیس پیشین فدراسیون فوتبال درباره جزئیات جلسه با امیر قلعه نویی تاکید کرد: او و دستیارانش مدیران فدراسیون فوتبال به همراه امیر قلعه نویی سرمربی تیم ملی و دستیاران او برگزار شد. علی کفاشیان با اشاره به جزئیات این نشست درباره روند آماده سازی تیم ملی در مسیر جام جهانی ۲۰۲۶ را مشخص کرده است. تمام بازی های تدارکاتی پیش بینی شده است و با توجه به این حمایت انجام می شود. به مشکل زیرساخت باشگاه ها برای برگزاری بازی های فوتبال صحبت لازم صورت گرفته است. ● کفاشیان افزود: طبیعی بود که آقای قلعه نویی و مسئولان فدراسیون فوتبال خواستار حمایت هر چه بیشتر بابت اجرای برنامه های خود باشند که قطعاً وزارت ورزش و نهادهای مرتبط روی این موضوع هم تاکید دارند و این نشست ها به صورت مستمر و معمولاً هفتگی در حوزه های مختلف برای فدراسیون ها و تیم های مختلف ورزشی برگزار می شود تا به طور مشخص و دقیق درباره آخرین وضعیت تیم ها و نحوه آماده سازی آنها بحث و تبادل نظر شود. هفته گذشته نیز میزبان فوتبالی ها بودیم که جلسه خیلی خوبی بود.

سرمربی تیم ملی بدمینتون:

انتقال تجربه به نسل جدید بدمینتون زمان بر خواهد بود

مهر: سرمربی تیم ملی بدمینتون جوانان با تاکید بر اینکه بدون اعزام بین المللی نمی توان از بدمینتون ایران انتظار درخشش داشت، گفت: انتقال تجربه به نسل جدید بدمینتون زمان بر خواهد بود.

وی ادامه داد: در بخش بانوان بر اساس عملکرد و رنکینگ ورزشکاران زهرا ریاضی را به عنوان نماینده ایران انتخاب کردیم. او بازیکنی بسیار مستعد و باهوش است. این نخستین تجربه بین المللی اش بود و قرعه سخی هم تازگی است؛ چرا که در نخستین دیدار خود مقابل نماینده چین قرار گرفت که به تازگی عنوان قهرمانی آسیا را کسب کرده و رنکینگ ۵۴ جهان را در اختیار دارد. آقای افزود: زهرا ریاضی تلاش زیادی کرد هر چند نتوانست به برد یا مدال برسد اما بدون شک این تجربه برای او بسیار ارزشمند بود و می تواند از آینده آن استفاده کند.

وی با اشاره به جایگاه بدمینتون در کشور گفت: بدمینتون رشته ای محبوب است ولی به دلیل اعزام های محدود معمولاً در میدانی مهمی چون کسب سهمیه المپیک یا بازی های آسیایی عملکرد درخشانی نداریم. من سال ها به عضو تیم ملی بودم و اکنون در رده پایه پیگیری می کنم. تلاشم این است که تجربه را در اختیار ورزشکاران جوان قرار دهم اما برای نخستین بار به این بازی ها اضافه شده بود. خوشبختانه ایران نیز یک نماینده در این رویداد داشت.

وی ادامه داد: در بخش بانوان بر اساس عملکرد و رنکینگ ورزشکاران زهرا ریاضی را به عنوان نماینده ایران انتخاب کردیم. او بازیکنی بسیار مستعد و باهوش است. این نخستین تجربه بین المللی اش بود و قرعه سخی هم تازگی است؛ چرا که در نخستین دیدار خود مقابل نماینده چین قرار گرفت که به تازگی عنوان قهرمانی آسیا را کسب کرده و رنکینگ ۵۴ جهان را در اختیار دارد. آقای افزود: زهرا ریاضی تلاش زیادی کرد هر چند نتوانست به برد یا مدال برسد اما بدون شک این تجربه برای او بسیار ارزشمند بود و می تواند از آینده آن استفاده کند.

وی با اشاره به جایگاه بدمینتون در کشور گفت: بدمینتون رشته ای محبوب است ولی به دلیل اعزام های محدود معمولاً در میدانی مهمی چون کسب سهمیه المپیک یا بازی های آسیایی عملکرد درخشانی نداریم. من سال ها به عضو تیم ملی بودم و اکنون در رده پایه پیگیری می کنم. تلاشم این است که تجربه را در اختیار ورزشکاران جوان قرار دهم اما برای نخستین بار به این بازی ها اضافه شده بود. خوشبختانه ایران نیز یک نماینده در این رویداد داشت.

وی با اشاره به جایگاه بدمینتون در کشور گفت: بدمینتون رشته ای محبوب است ولی به دلیل اعزام های محدود معمولاً در میدانی مهمی چون کسب سهمیه المپیک یا بازی های آسیایی عملکرد درخشانی نداریم. من سال ها به عضو تیم ملی بودم و اکنون در رده پایه پیگیری می کنم. تلاشم این است که تجربه را در اختیار ورزشکاران جوان قرار دهم اما برای نخستین بار به این بازی ها اضافه شده بود. خوشبختانه ایران نیز یک نماینده در این رویداد داشت.