

پاسخ به ابهامات موجود درباره تصویب FATF

چرا باید به FATF پیوندیم؟

در ماه‌های اخیر میزان انتشار عکس‌ها و فیلم‌های مربوط به اعتراضات و تجمعات مختلف در شبکه‌های اجتماعی بیشتر از گذشته شده است؛ تجمعاتی که از نظر گستره دگی، تداوم و خاستگاه‌های صنعتی و طبقاتی متکثر و متفاوت بوده‌اند. از مهم‌ترین این تجمعات می‌توان به کارگران شرکت‌نیشکر هفت‌تپه و فولادملی اهواز و اعتراض و تجمع معلمان در چندین شهر کشور اشاره کرد و دو جمع مشترک غالب این تجمعات سوبه‌های اقتصادی شعارها و مطالبات آن‌هاست...

جهانگیری: قول می‌دهم که با تمام وجود بمانم

در شرایط سخت باید مردان بزرگ به میدان بیایند

محمدهاشمی:

گزارش علت فوت هاشمی دست‌ریس جمهور است

محمد هاشمی درباره شبهات مربوط به فوت آیت الله هاشمی رفسنجانی، گفت: پزشکان علت فوت مرحوم را ایست قلبی اعلام کردند اما هیچ گاه مشخص نشد که علت ایست قلبی چه بوده است. وی درباره شبهات مربوط به فوت آیت الله هاشمی رفسنجانی به خبر آنلاین گفت: در این زمینه ما هیچ گاه امکان بررسی نداشتیم؛

هشدار احمد توکلی:

فساد نظام را تهدید می‌کند

زائری ممنوع تصویر شد!

حجت‌الاسلام والمسلمین محسن رهامی:

مسئولین و ائمه جمعه به مسائل ریشه‌ای مردم بپردازند

یک عضو شورای مرکزی انجمن اسلامی مدرسین دانشگاه‌ها با بیان این‌که «برداشتن نرده‌ها یا جابه‌جایی ائمه جمعه کار اشتباهی نیست، اما این‌ها فقط ظاهر مسائل است»، گفت: مشکل اصلی مردم مادر حال حاضر برداشتن نرده‌کشی‌ها یا جایگزینی امام‌جمعه‌خندان به جای گریان یا جوان به جای پیر نیست. حجت‌الاسلام والمسلمین محسن رهامی با اشاره به این‌که «برداشتن نرده‌های نماز جمعه فی‌نفسه کار خوبی است»، اظهار کرد: در اوایل انقلاب به خاطر...

قائم مقام دبیر کل حزب اتحاد ملت:

ظرفیت توسعه کار حزبی را نداریم

آذر منصوری فعال سیاسی اصلاح طلب با تأکید بر اینکه کارکرد اصلی احزاب راه یابی به قدرت است، گفت: «احزاب یکی از الزامات جامعه مدرن و به عبارتی تشکیل دولت ملت و نظم نوین جهانی هستند. احزاب شکل می‌گیرند تا بتوانند بازیگران اصلی رقابت های سیاسی باشند و نهادهای انتخابی راه سوی پاسخگویی و حرکت قاعده‌مند و شفاف هدایت کنند. حضور احزاب از دو جهت موضوعیت دارد. اول اینکه تشکل های سیاسی بتوانند...

سردار سرلشکر باقری:

قضاوت‌های ناعادلانه در مورد دفاع مقدس نباید تکرار شود

آیت‌الله مکارم شیرازی:

آیت الله مکارم شیرازی با اشاره به نقشه‌های شوم دشمنان برای ضربه زدن به روحانیت و مرجعیت تأکید کرد که مرجعیت و روحانیت حذف شدنی نیست. آیت الله مکارم شیرازی عصر روز دوشنبه در دیدار طلاب و فضایی مدارس علمیه امام حسین (ع) و الغدیر اهواز، با استناد به حدیثی به تبیین ویژگی‌ها و شاخص‌های عالمان و طالبان علم پرداخت و گفت: طالبان علم جویندگان راه حقیقت و بهشت هستند، ملالک و همه موجودات حتی ماهیان دریا برای طالبان علم طلب استغفار می‌کنند وی طلبگی و سربازی امام عصر (عج) را افتخار و توفیقی بزرگ دانست و خطاب به طلاب حاضر در جلسه ابراز داشت: هر روز و شب باید خدا را شاکر باشید که در این مسیر مقدس قرار گرفته اید؛ قدر این نعمت را بدانید و با تمام وجود در انجام رسالت خود کوشا باشید این مرجع تقلید به تبیین رموز موفقیت طلاب علوم دینی پرداخت و ...

آیت‌الله مکارم شیرازی:

آیت الله مکارم شیرازی با اشاره به نقشه‌های شوم دشمنان برای ضربه زدن به روحانیت و مرجعیت تأکید کرد که مرجعیت و روحانیت حذف شدنی نیست. آیت الله مکارم شیرازی عصر روز دوشنبه در دیدار طلاب و فضایی مدارس علمیه امام حسین (ع) و الغدیر اهواز، با استناد به حدیثی به تبیین ویژگی‌ها و شاخص‌های عالمان و طالبان علم پرداخت و گفت: طالبان علم جویندگان راه حقیقت و بهشت هستند، ملالک و همه موجودات حتی ماهیان دریا برای طالبان علم طلب استغفار می‌کنند وی طلبگی و سربازی امام عصر (عج) را افتخار و توفیقی بزرگ دانست و خطاب به طلاب حاضر در جلسه ابراز داشت: هر روز و شب باید خدا را شاکر باشید که در این مسیر مقدس قرار گرفته اید؛ قدر این نعمت را بدانید و با تمام وجود در انجام رسالت خود کوشا باشید این مرجع تقلید به تبیین رموز موفقیت طلاب علوم دینی پرداخت و ...

در شورای اقامه نماز استان قم مطرح شد:

عضو مجلس خبرگان رهبری گفت: نماز به عنوان یکی از ارکان مهم دینی به شمار می‌آید و باید در این زمینه سرمایه‌گذاری عظیمی نموده و همه امکانات و ظرفیت‌های کشور را بسیج کنیم. آیت‌الله سید هاشم حسینی بوشهری روز سه‌شنبه در دومین جلسه شورای اقامه نماز قم در سالن جلسه‌های جامعه مدرسین حوزه علمیه قم اظهار داشت: کار فرهنگ‌سازی و ترویج نماز در کشور باید از قم آغاز شود وی بیان کرد: فعالیت‌های حوزه نماز در قم باید مایه مباحات و افتخار مسئولان این استان در سطح کشور و همچنین عرصه جهانی باشد. امام جمعه موقت قم با تأکید بر اینکه دستگاه‌های مسئول، وظایف خود را به نحو احسن و مطلوب انجام داده و نتایج آن را ارائه کنند، گفت: دولت استانداری نیز اعتبارهای مورد نیاز را فراهم کند و حوزه علمیه نیز به سهم خود پشتیبانی‌های لازم را انجام خواهد داد...

پیام شهر دار قم به مناسبت ۱۹ دی ماه سالروز قیام خونین مردم قم

«برای ساختن یک بنا، اول باید پایه‌های محکم آن را کار گذاشت. هر چه بنا بزرگ‌تر و سنگین‌تر و ماندگارتر باشد، پایه‌های آن محکم‌تر و قوی‌تر و شکست‌ناپذیرتر خواهد بود. اگر ما مبارزه ملت ایران را که به‌طور عمومی و تعبیین‌کننده، از سال پنجاه و شش آغاز شد به یک بنای رفیع و مستحکم تشبیه کنیم، پایه‌های قوی و شکست‌ناپذیر و ماندگار این بنای مستحکم، در قم نشاند و کار گذاشته شد. قم یک ذخیره‌الهی برای اسلام بود.» (مقام معظم رهبری)

قم خاستگاه، مرکز و محل آغاز انقلاب است و مردم این خطه مقدس شهره و ولایت‌مداری، هوشمندی، دشمن‌شناسی و انقلابی‌گری هستند؛ قم همواره در طول تاریخ چه قبل و چه پس از انقلاب اسلامی نقش‌آفرین صحنه‌های سیاسی، اجتماعی و فرهنگی بوده و با جایگاه متعالی دینی، علمی و مذهبی بار سنگین هدایت اعتقادی جامعه را به دوش می‌کشد. تصریح مستقیم‌ر آیات بر ظرفیت عظیم معنوی قم مقدس، وجود بارگاه خوراهر علی بن موسی الرضا (ع) و بیش از ۴۰۰ امامزاده واجب‌التعظیم، خاستگاه مهدی‌باوران و مهدی‌باوران و حوزه‌های معظم علمیه همواره این شهر را از دیگر شهرها کشور و دنیا متمایز ساخته و مردم آن را هشیارتر، آگاه‌تر و بصیرتر به رشد و بالندگی رسانده است. مردم قم در برهه‌های مختلف تاریخی قبل و پس از انقلاب هر جا که احساس نیاز کرده‌اند در میدان حضور بصیرانه داشته و با تکیه بر توان علمی، اعتقادی، معنوی و سیاسی حوزه علمیه و علمای اعلام، پیشاپیش حرکت‌های آزادی‌خواهانه و دشمن‌شکن بوده‌اند. ۱۵ خرداد ۱۳۴۲ و ۱۹ دی ۱۳۵۶ دو تاریخ کلیدی و مؤثر در پیروزی انقلاب اسلامی است که بازی‌گردان و نقش‌آفرین اصلی آن مردم همین خطه مقدس بوده‌اند. قمی‌ها جرقه انقلاب را زدند و بر طبل پیروزی‌اش کوبیدند و در طول دوران انقلاب اسلامی همواره پشتیبان ولایت فقیه و نظام و انقلاب بودند. بصیرت قم، نشأت گرفته از حوزه، علما و به برکت وجود معنوی حضرت فاطمه معصومه (س)، همواره زبانشده بوده و امروز نیز در برهه حساس جنگ اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی، این قم و مردم قم هستند که پیششار شده‌اند تا نوشته‌های شوم دشمن را همچون گذشته خنثی کنند. امروز و در آستانه چهلمین سالروز طلوع خورشید تابنده و شکوهمند انقلاب اسلامی، قم مقدس همچنان پرفروغ جایگاه عمیق و عظیم علمی، فرهنگی و سیاسی هدایت‌گرانه خود را حفظ کرده و ارتقا بخشیده و به خاستگاهی امن و پرتالو برای عالمان، آزادی‌خواهان و دوست‌داران خاندان عصمت و طهارت (ع) از سرتاسر دنیا تبدیل شده است، که باید این ظرفیت ارز‌شمنند و الهی را قدر دانسته و همواره نسبت به تقویت این شهر و خدمت بیش از پیش به مردم بصیر، ولایی و انقلابی آن کوشید. اینجانب ضمن گرامیداشت یاد و خاطره شهدای ۱۹ دی، شهدای انقلاب اسلامی و دفاع مقدس و شهدای مدافع حرم، بار دیگر اعلام می‌دارم که مجموعه خادمان مردم در تیم مدیریت شهری قم با توانی مضاعف و دوچندان نسبت به قبل، با توسل به اهل بیت عصمت و طهارت (ع)، ضمن بیعت مجدد با آرمان‌های امام‌راحل عظیم‌الشان (ره) و با تکیه و تبعیت از منویات مقام معظم رهبری حضرت آیت‌الله العظمی امام خامنه‌ای (مدظله) خدمت به مردم بصیر قم مقدس را افتخار دانسته و همواره در زمینه رشد و توسعه این جهان‌شهر شیعی می‌کوشد.

سیدمرتضی سقائیان نژاد- شهردار قم

آگهی مناقصه عمومی نوبت دوم

منطقه ویژه اقتصادی سلفچگان قم

در نظر دارد بهره برداری و نگهداری تاسیسات شبکه آبرسانی خود را به مدت یکسال از طریق برگزاری مناقصه به اشخاص حقوقی واگذار نماید. شرکت‌های واجد شرایط می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از تاریخ انتشار آگهی نوبت اول به مدت ۷ روز به آدرس سه‌راهی سلفچگان کیلومتر سه جاده‌اصفهان -منطقه ویژه اقتصادی سلفچگان به دبیرخانه مراجعه نمایند.

امور اداری



پول ملی ایران

پول ملی فراتر از یک ابزار اقتصادی

مبارزه باتورم و اما و اگرهای حذف صفر از پول ملی



کارشناسان معتقدند حذف صفر از پول ملی اقدامی است که در صورت فراهم بودن شرایط و اجرای اصلاحات اقتصادی، می تواند به معنای کاهش تورم، تقویت پول ملی و افزایش ارزش اسمی آن باشد، اما این ظرفیت را هم دارد که به نتایجی کاملاً پیش بینی‌نشده منجر شود.

روز ۱۶ دی ماه ۱۳۹۷ رئیس کل بانک مرکزی در یادداشتی اینستگرامی نوشت: امروز به‌دعوت فرانکسیون ولایی مجلس از جمع نمایندگان محترم عضو فرانکسیون

حاضر شدم. قبلاًجلساتی بافراکسیون‌های امیدومستقلین نیزداشتیم. وی در ادامه آورده است: در این جلسه ضمن تشریح برنامه‌های بانک مرکزی برای ایجاد ثبات در بازار ارز و حرکت تعادلی نرخ ارز و نیز کنترل شتاب تورم این خبر را هم اعلام کردم که لایحه حذف ۴ صفر پول ملی را به دولت ارائه کرده‌ام و با توجه به عرف چندده سال گذشته بین مردم پیشنهاده شده هردهزار ریال فعلی معادل یک تومان و

هر تومان معادل یکصدریال جدیدباشد.

به باور کارشناسان سابقه این بحث تقریباً به هفت سال پیش و در زمان دولت دهم باز می گردد. در زمان برای اولین بار با این استدلال که اگر چند صفر از اسکناس های ایران حذف شود، بطور قطع ارزش پول ملی ایران در برابر سایر ارزهای معتبر جهان افزایش می یابد و با اجرای این طرح قدرت خرید مردم نیز افزایش پیدا میکند. کارشناسان معتقدند که این موضوع بدلیل اینکه از عقیه و پشتوانه درست علمی، فکری و اجرایی برخوردارنیود در حد حرف باقی ماند وپسروفراموش شد.

بعد از آن در دولت اول تدبیر و امیدمجدد برای دومین بار داستان کم کردن صفرهای پول کشورمان مطرح شد که باز هم پس از بحثهای فراوان به دلایلی مشابه کنار نهاده شد. البته در این مقطع دولت پیشنهاد حذف تنها یک صفر را ارائه کرده بود.

***رویکردرئیس بانک مرکزی**

رئیس کل بانک مرکزی در خصوص پیشنهاد خود نکاتی را نیز مطرح کرده است. از جمله اینکه، حذف صفر به لحاظ حقوقی و فنی یک فرایند زمان‌بر بوده و بر مبنای برآورد کارشناسان، اجرای آن نزدیک به دو سال طول می‌کشد. دیگر اینکه این اقدام در کنار سایر اقدامات اساسی بانک مرکزی برای اصلاح نظام بانکی و به کارگیری ابزارهای نوین سیاست‌های پولی و شیوه‌های جدید و کارآمد نظارت بر بانک‌ها خواهد بود و عملیاتی شدن آن عملاًمتأخر بر اصلاحات بانکی خواهد بود. همچنین طبق گفته های وی بعد از قانونی شدن، پول‌های جدید به تدریج و با جایگزینی آنها با اسکناس‌های افرسوده قبلی وارد چرخه می‌شوند و هزینه آن قابل مقایسه با هزینه چاپ حجم زیاد اسکناس‌های فعلی نخواهد بود. بعلاوه، اصلاح نرخ برابری پول ملی از طریق حذف صفرها وچه پول ملی را در صحنه بین‌المللی ارتقایمیشدو اقدامی است که در بسیاری از کشورها در کنار سایر اقدامات، سرازاری برای اصلاحات جدی اقتصادی است. و در نهایت اینکه اجرایی شدن آن، نیاز به تصویب دولت و تأیید مجلس دارد.

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

*** پول ملی فراتر از یک ابزار اقتصادی**

بسیاری از صاحب‌نظران اقتصادی و همچنین مردم پول را به عنوان یک وسیله مبادله می‌نگرند. از نظر آنها پول ملی ابزاری است که انجام معاملات را در سطح اقتصاد ملی تسهیل می‌کند، به دولت‌ها در مدیریت مسایل کلان اقتصادی یاری می‌رساند و کشورها را قادر می‌سازد تا از طریق انتشار پول ملی برای خود درآمدهای ناشی از حق نشر کسب کنند. برخی از متخصصان نیز نگاه متفاوتی‌تری به پول دارند و برای آن نقشی فراتر از یک ابزار اقتصادی قابل هستند. از دید این گروه پول نه تنها تعاملات اقتصادی را آسان می‌سازد بلکه بر هویت ملی شهروندان نیز اثر می‌گذارد. در نتیجه نشان دهنده مشروعیت ملی دولت نیز هست. بعلاوه، برخی مانند جرج زیمل، جامعه شناس آلمانی پول را یک پدیده اجتماعی در نظر می‌گیرند. وی معتقد است که استفاده از پول بیشتر از آنکه محاسبه عددی باشد تسهیل‌کننده معاملات اقتصادی است. مبادله میان شهروندان می‌تواند بدون پول هم صورت گیرد، اما آن وسیله به شهروندان اجازه می‌دهد تا مبادلات خود را کمی و یکسان سازند. بعلاوه معاملات پولی به شکل‌گیری جوامع نیز کمک می‌کند. پول می‌تواند هویت سیاسی ایجاد کند و یا به آن استحکام ببخشد. در واقع طبق نگاه جامعه‌شناسان یکی از اهداف عمده انتشار پول های ملی در قرن نوزدهم تشکیل ملت به عنوان یک جامعه سیاسی و اقتصادی یکپارچه بود. اهمیت ابعاد هویتی و اجتماعی پول بیانگر آن است که تصمیم در باره ارزش گذاری مجدد پول ملی می‌تواند بر دیدگاه شهروندان در مورد بازار و کشور آنها تأثیر بگذارد. ارزش گذاری مجدد پول ملی دیدگاه شهروندان در باره پول ملی و بازار را هم تغییر می‌دهد. بر اساس این منطق دولت‌ها باید هنگامی احساس‌نگرانی کنند که شهروندان شاهد باشند که پول ملی آنها هم از نظر اقتصادی و هم به لحاظ نمادین در حال از دست دادن ارزش خود است.

***تجربه سایر کشورها**

حذف صفر از پول ملی به نوعی به معنای ارزشگذاری مجدد آن است. به اعتقاد محققان اقتصادی این امر از جنبه سابقه طولانی در سطح جهان برخوردار است. در قرن نوزدهم زمانی که دولت‌ها با کمبود طلا و نقره روبه روی شدند گاهی اوقات ارزش سکه‌های خود را تعدیل می‌کردند. همچنین از دهه ۱۹۶۰ به بعد بیش از ۶۰ کشور در حال توسعه به اجرای ارزش گذاری مجدد و حذف صفر از پول ملی دست زده اند. در واقع، بعد از جنگ جهانی دوم کشورهای زیادی از جمله آلمان غربی به منظور مهار تورم لجام گسیخته تعدادی از صفرهای پول خود را حذف و حتی نسبت به تغییر نام واحد پول نیز اقدام کرده‌اند. در کنار تجربه‌های موفق، نمونه‌های زیادی از تجربه شکست برخی از این کشورها نیز وجود دارد. برای مثال کشورهایی مانند ونزوئلا یا زیمبابوه نمونه‌های شکست کامل حذف صفر هستند که پس از مدتی دوباره مجبور به حذف صفر شده‌اند.

تجارب این کشورها از نظر بازه زمانی اجرای برنامه، تعداد صفرهای قابل حذف و

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

چرا باید به FATF پیبوندیم؟

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

پاسخ به ابهامات موجود در باره تصویب FATF

تعداد دفعات حذف نیز قابل توجه است. ارزش گذاری مجدد از لحاظ تعداد صفرهای

حذف شده دارای تنوع زیادی بوده و از حذف یک صفر تا حذف شش صفر را در بر می‌گیرد. ولی به طور کل حد متوسط ارزش گذاری مجدد حذف سه صفر بوده است. همچنین از نظر بازه زمانی برخی از کشورها با اختلاف زمانی چندساله برنامه حذف صفر را اجرا گذاشته‌اند. برای مثال پولوی در فاصله سالهای ۱۹۶۲ تا ۱۹۸۷۲ ارزش گذاری مجدد پول ملی را اجرا کرده است. در برخی کشورها مانند پرو نیز این کار خیلی سریع و در فاصله سال های ۱۹۸۵ تا ۱۹۸۱ اجرایی شده است. با این وصف در نظر گرفتن یک بازه زمانی دوساله برای حذف چهار صفر از پول ملی کشورمان در مقایسه با تجربه سایر کشورها زمان بسیار کوتاهی به نظر می‌رسد.

از نظر تعداد دفعات اجرایی شدن این سیاست نیز بین کشورهای مختلف تفاوت هست. در برخی کشورها یک و در بعضی چند بار اقدام به حذف صفر از پول ملی خود کرده اند. برای نمونه اتران نیز چهار بار و برزیل شش بار این کار را انجام داده اند. کارشناسان معتقدند که میزان پذیرش این امر در کشورهایی که تجربه حذف صفر را در گذشته داشته اند آسان تر از کشورهایی است که چنین تجربه ای را نداشته‌اند. بنابر این از این جهت نیز حذف صفر از پول ملی کشور مان قابل تأمل است و بایستی با در نظر گرفتن همه جوانب صورت گیرد. بلکه کل کشورها با حذف تجارب متفاوتی در این زمینه داشته اند. در برخی از آنها مانند شیلی ارزش گذاری مجدد پول ملی با فاصله بعد از ثبات اقتصادی اتفاق نیافتاده، بلکه به تدریج و در طول زمان صورت گرفته است. در برخی از کشورها به ویژه مواردی مانند آنگولا، جمهوری موزونیک و کنگو و نیکاراگوئه که با مشکل درگیری های نظامی روبه رو بوده اند، چندین بار ارزش گذاری مجدد صورت گرفته است اما پیامدهای نرخ بالای تورم همچنان با برجامانده است. همچنین هنگامی که نرخ تورم در کشورها بالا بوده، مانند مورد غنا در دهه ۱۹۷۰ و اندونزی در دهه ۱۹۶۰، اجرای ارزش گذاری مجدد هم در آنها اجتناب ناپذیر بوده است.

به اعتقاد کارشناسان ارزش گذاری مجدد پول ملی هنگامی می‌تواند نقش مؤثری را ایفا کند که در پایان برنامه های ثبات اقتصادی به اجرا درآید، تا به شهروندان این پیام را بدهد که دوران تورم بسیار باار را به پایان رسیده است. استفاده از ارزش گذاری مجدد پول ملی در این حالت صورت نمادین دارد. به عبارت دیگر تورم مهار شده است و با حذف صفرها، شهروندان و سرمایه‌گذاران موفقیت در مهار تورم را درک می‌کنند و شانس تورم گذشته را به تاریخ می‌سپارند. در واقع کاهش چشمگیر نرخ تورم می‌تواند دواشن موفقیت اجرای برنامه‌ها را ارزش گذاری مجدد پول ملی را افزایش دهد.

***تجربه موفق ترکیه**

درعین حال نمونه‌های موفق بسیاری در دنیا وجود دارد. برای مثال یکی از این نمونه‌ها ترکیه است که در سال ۲۰۰۵ در قالب یک پروژه اصلاحی اقدام به اصلاحات بنیادی و ساختاری در نظام پولی خود کرد که حذف صفر هم یکی از بخش‌های آن بود. در واقع برای این که حذف صفر موفق شود بیش از آن باید اقدامات اصلاحی ساختاری از استقلال بانک مرکزی گرفته تا اصلاح سیاست‌های پولی را اجرا کرد که حذف صفر آخرین حلقه از زنجیره اصلاحات پولی محسوب می‌شود. به اعتقاد کارشناسان، ترکیه یکی از کشورهایی است که در همسایگی کشور ما قرار داشته و به همین خاطر می‌تواند الگوی مناسبی در اجرای برنامه حذف صفر از پول ملی باشد. بانک مرکزی ترکیه قبل از آغاز سیاست ارزش گذاری مجدد پول ملی این کشور دو انگیزه اصلی را مشخص کرده بود. یکی اینکه از بعد فنی وجود چندین صفر در پول ملی می‌تواند امراها و معاملات را پیچیده کند و دیگر اینکه به اعتماد سازی توجه جدی شد. درواقع آنها بر این باور بودند که وجود بیست میلیون برگ اسکناس ابر در سطح دنیا پدیده ای نمی‌نظیر بود که بر مسئله اعتماد سازی پول ملی این کشور اثر منفی بر جای می‌گذاشت. بنابر این، حذف صفر در چنین شرایطی می‌توانست به افزایش اعتماد کمک کند. با اجرای این سیاست در سال ۲۰۰۴ در اولین بار از سال ۱۹۷۲ به بعد نرخ تورم در کشور ترکیه تک رقمی شد و شرایط را برای کاهش هر چه بیشتر تورم در سال ۲۰۰۵ فراهم ساخت. بعلاوه، برخی از برنامه‌های اصلاحی اقتصادی به ترتیب در قالب برنامه ثبات اقتصادی قرار داشت که حمایت صندوق بین المللی پول را هم در پی داشت و در ظرف از سال ۲۰۰۲ پس از وقوع بحران مالی جهانی پیرامون اجرای آن توافق کرده بودند. همچنین انگیزه قوی ترکیه مبنی بر پیوستن به اتحادیه اروپا هم بسیار خوبی برای این کشور بود. صاحب‌نظران اقتصادی معتقدند که مجموع عوامل فوق دست به دست هم داد تا این کشور نه تنها تجربه حذف صفر از پول ملی را با موفقیت پشت سر بگذارد، بلکه در سال های بعد به یکی از اقتصادهای برتر دنیا بدل شود. بنابر این، هرگونه اقدامی در زمینه حذف صفر از پول ملی بایستی با مطالعه دقیق تجربه سایر کشورها (اعم از موفق و ناموفق) جهت پرهیز از تکرار اشتباهات آنها و در عین حال استفاده از نکات مثبت شان و همچنین در نظر گرفتن شرایط کنونی کشور، چه از نظر اقتصادی و چه به لحاظ سیاسی، اجتماعی، فرهنگی

صورت گیرد.

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

حذف صفر از پول ملی ایران

اقتصادی

اخبار

رئیس اتاق بازرگانی تهران:

هیچ کشوری بدون بخش خصوصی به توسعه نرسیده‌است

رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی تهران گفت: باید یکبار برای همیشه این اصل را بپذیریم که هیچ کشوری در سراسر جهان توسعه پیدا نکرده است، مگر اینکه حضور بخش خصوصی را پذیرفته‌باشد.

«مسعود خوانساری» دیروز در سومین دوره مراسم امین‌الضرب که به مناسبت ۱۳۵ سالگی تأسیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی تهران با حضور «اسحاق جهانگیر» معاون اول رئیس جمهوری در تالار وحدت برگزار شد، افزود: ترکیه، چین، هند، مالزی، سنگاپور و فهرست بلندبالایی از کشورها را می‌توان به عنوان شاهدی بر نقش حضور بخش خصوصی در توسعه مثال آورد.

وی ادامه داد: امیدوارم این مراسم در انداز آینده و با همراهی بیشتر جامعه اقتصادی کشور به یادگاری ماندگار برای صاحبان کسب‌وکار تبدیل شود و به چنان جایگاهی دست پیدا کند که بتوانیم آن‌را به عنوان «نویل کارافرنی» در ایران بشناسیم و آن را برای نسل‌های بعدی به یادگار بگذاریم. خوانساری اظهار داشت: مجلس وکلای تبار، ۲۹ سال پیش از جنبش مشروطیت و در زمانه قاجار، نقش مهمی در ایجاد فقه، فساد، بیکاری و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئولیت فعالان اقتصادی برای کمک به اقتصاد ملی، تأسیس شد؛ همین گروه مدتی بعد سنگ بنای مجلس مشروطه را گذاشت و اکثریت آنان نیز به عضویت این مجلس درآمدند؛ هزینه‌های اداره آن را پرداخت کردند و پایه‌های نهاد پارلمانی را در کشور گذاشتند که نمای فعبی هرچه ایران شد. رئیس اتاق بازرگانی تهران افزود: امروز سخنی گراف نیست اگر به پشتوانه این تاریخ، فعالان اقتصادی اعلام کنند «از زمانه خود جلوتر بوبند» و در همیشه تاریخ «قلیshan برای آبادانی» این خاک و جنگ و بنا بود به احساس مسئول

پیشکسوت فوتبال کشورمان گفت: بارها سعی و تلاش کردم تا اختلاف نظر بین برانکو و کی‌روش را حل کنم اما هر بار که خواستم این کار را انجام دهم به دیوار خوردم و کار پیش نرفت. علی پروین در گفت‌وگویی، در خصوص بازی دوشنبه شب تیم ملی کشورمان مقابل یمن، اختلافات برانکو و کی‌روش و موارد دیگر صحبت‌هایی کرد که در زیر می‌خوانید.

برد خوبی مقابل یمن به دست آوردیم، نظر شما در خصوص این بازی چیست؟

به نظر من خیلی خوب بازی کردیم و امیدوار شدم، اما نباید از این مسئله غافل شویم که تیم ملی یمن هیچ‌گاه برای تیم ملی ایران مشکل ساز نبوده است، اما بازی شب گذشته تیم ملی ما را امیدوار کرد، چون که قدم اول را محکم برداشتیم.

زند پنج گل به یمن، علی پروین را خوشحال کرده است؟
بله، واقعا خوشحال شدم، اما به بازیکنان تیم ملی هشدار می‌دهم که در باد این موفقیت نخوانند و مغرور نشوند. اگر بخواهم یک آنالیز کلی درباره تیم ملی انجام دهم، باید بگویم که بازی با یمن یک بازی تدارکاتی مناسب برای تیم ملی بود.

بازی مقابل یمن چقدر امیدواری به قهرمانی تیم ملی در جام ملت‌های آسیا به وجود آورده است؟

من به این تیم ملی و قهرمانی‌اش در آسیا خیلی امیدوارم چرا که تیم خوبی داریم و بازیکنان در این مدت اردوهای خوبی هم پشت سر گذاشتند، اما تا ناکید می‌کنم که تیم ملی یمن و تیم‌های مشابه به آن، برای فوتبال ایران مشکل‌ساز نیستند و باید پی‌نبریم که مدعیان اصلی قهرمانی در جام ملت‌ها تیم‌هایی مثل ژاپن، کره جنوبی، عربستان، استرالیا و قطر هستند و باید بقیه تیم‌ها را رها کنیم، ما قدم اول را محکم برداشتیم و امیدوارم با همین روند کار را پیش ببریم.

هوادران تیم ملی از شب گذشته به قهرمانی این تیم در آسیا امیدوار شده‌اند.

دقیقا شده‌اند و به نظر من در شرایطی که کشور ما دارد، شادی دل مردم از هر چیزی مهمتر است و امیدوارم

پروین: وارد حاشیه نشویم، قهرمان می‌شویم

برای آشتی برانکو و کی‌روش به دیوار خوردم!



ملی‌پوشان دست پر به ایران برگردند.

ماز هم اختلافات بین برانکو و کی‌روش باعث به وجود آمدن حاشیه‌هایی در این روزهای تیم ملی شده است، شما از این مسائل خبر دارید؟

بله، در جریان این مسائل قرار دارم و چیزهایی شنیده‌ام اما نمی‌دانم دوباره چه اتفاقی افتاده که این حاشیه‌ها آغاز شده است، دوست دارم در این شرایط حساس که تیم ملی در آن قرار دارد، با کی‌روش صحبت کنم و حتماً این کار را انجام بخواهم داد، اگر اختلاف‌نظر و مشکلی بین این دو نفر هست، از آنها عاجزانه درخواست می‌کنم که این اختلافات را تا بعد از جام ملت‌های آسیا کنار بگذارند و اجازه دهند مسابقات جام ملت‌ها تمام شود، بعد با هم تسویه حساب کنند.

می‌دانیم که شما بارها پیشقدم شدید تا این اختلافات

تحلیل فنی بازی اول تیم ملی در جام ملت‌ها از نگاه چراغپور

نقاط ضعف تیم ملی لو رفت!

حذفی در پیش است.

چراغپور در پاسخ به این سوال که آیا ترکیبی که مقابل یمن قرار گرفت، ترکیب اصلی تیم ملی بود؟ بیان کرد: من فکر می‌کنم با توجه به مصاحبه‌های کی‌روش قبل از بازی با یمن، او گفته که تمام فکر و ذکر ما یمن است و این بازی به عنوان فینال است. اگر همه این‌ها را در نظر بگیریم، متوجه می‌شوید که نمی‌توانست تیم نصفه ونیمه را مقابل یمن قرار دهد. پس به این نتیجه می‌رسیم که این ترکیب ایران تفکر کی‌روش بود و آرایش نیمی ما مشخص شده است. من فکر می‌کنم این آخرین ترکیب ایران بود. البته احتمالا تغییراتی که پس از زدن سه گل انجام‌شد، در بازی‌های دیگر انجام نشود. او درباره ارزیابی‌اش از آینده ایران در جام ملت‌های ۲۰۱۹ گفت: به‌نظر من آخرین روزی که می‌توان ایران را ارزیابی کرد، روزی است که با عراق بازی می‌کنند. ما مقابل یمن ممکن بود ۱۲ همان دقیقه اول دو گل بخوریم. این دو تا صحنه مقداری ما را دچار این فکر می‌کند که آرایش دفاعی ما در حالت تجمع دچار مشکل است. البته پاس گل انجام‌شد، در بازی‌های دیگر خوب بود ولی قبل از این که پاس‌های حیاتی را به هم دهند، خیلی به توپ ضربه می‌زدند و گیر می‌افتادند و بعضی اوقات مجبور بودند تکل بزنند و خودشان را به زمین بیندازند تا پاس حیاتی بدهند.

این پیشکسوت فوتبال ایران در پاسخ به این پرسش که چه نکته مثبت و منفی دیگری در تیم ملی مشاهده کرده است؟ خاطرنشان کرد: یک دست بودن و همدلی تیم و این که واقعا برای مربی‌شان می‌جنگند یکی از بهترین ویژگی‌های تیم ملی است. بازیکنان ما به این که در تیم ملی حضور دارند و برای ایران تلاش می‌کنند، ظاهراً تحت تأثیر کاریزما می‌کی‌روش هستند که به عنوان یک مربی معروف در تیم ملی حضور دارد. کی‌روش با هر روشی بازیکنان را در تیم جمع کرده و انگیزه خوبی برای ملی‌پوشان ایجاد کرده و با همه شرایط را زیر نظر داشته باشد. در این شرایط ۱۰۰ درصد نتیجه بهتری حاصل خواهد‌شد.

بعد قهرمانی داخل سالن آسیا با ربانی قرارداد بسته‌شود که اما آن قرارداد طوری نبود که او را راضی کند، از طرفی ربانی برای بازی‌های آسیایی هم که در کنار من به جاکارتا اعزام‌نشند و شرایط بهتر شد، نبودش در کنار من هم‌روی نتیجه ام تأثیر گذاشت و هم او را دل‌سرد کرد.

ربانی گفت دیگر با من کار نمی‌کند

رگورددار پرش ارتفاع ایران در پاسخ به این سوال که آیا در این رابطه با فدراسیون وارد مذاکره شده است یا خیر گفت: من بعد از بازی‌های آسیایی با فدراسیون صحبت کردم و فراردا ربانی را حل‌کنم اما این موضوع همین‌طور تا بعد از لیگ طول کشید و این اتفاق نیفتاد. بعد از آن هم ربانی گفت دیگر با من کار نمی‌کنند. در این شرایط من تمریناتم را با همسر آغاز کردم تا عقب نمانم. خودمان تمرین می‌کنیم و ورزش‌هایی که تمرین پرش دارم آقای شایان زحمت می‌کشند، پرش هایم را می‌بینند و ایرادات را می‌گیرند. اما بدون مربی تخصصی نمی‌توان خیلی نتیجه گرفت. باید یک نفر به عنوان مربی باشد که برنامه ها و همه شرایط را زیر نظر داشته باشد. در این شرایط ۱۰۰ درصد نتیجه بهتری حاصل خواهد‌شد.

حال که مربی ام راضی شده فدراسیون هیچ تعجیلی نمی‌کند

توکلی با بیان اینکه می‌خواهد باز هم با ربانی تمرین کند، خاطرنشان کرد: ربانی مربی است که من با او نتیجه گرفتم، ۴ رکورد ملی زدم و ۲ مدال آسیایی (داخل سالن آسیا) گرفتم. ترجیح می‌دهم که با او کار کنم و دوباره نتیجه بگیرم. مجدداً ربانی راضی شده که با فدراسیون قرارداد ببندد اما در حال حاضر سر قرارداد با فدراسیون به تفاهم نمی‌رسند.

به‌نظم از سمت فدراسیون هم هیچ تعجیلی برای این کار انجام نمی‌شود، من خودم هم که می‌خواهم صحبت کنم می‌گویند باید آقای کیهانی از سفر برگردد که ابتدا برای دو صحرانوردی در مربیوان بود و بعد از آن هم برای جلسه کنفدراسیون آسیا به اردون رفته

محمودکلهر:

کی‌روش باید آرامش تیم ملی را حفظ کند

خواهند کرد، یکی از بهترین ره کارها برای موفقیت در چنین مسابقاتی استفاده از قدرت شوت‌زنی بازیکنان است.

کلهر اظهار داشت: در بازی مقابل یمن قدرت شوت‌زنی بازیکنان کمک زیادی به تیم ملی کرد. همچنین باید به عملکرد بسیار خوب رامین رضاییان اشاره کنم که نقش زیادی در موفقیت تیم ملی داشت.

وی افزود: در کنار رضاییان، مهدی ترابی نشان داد توانمندی‌های بسیار زیادی دارد و می‌توانیم در آینده شاهد حضور بیشتر او در ترکیب تیم ملی باشیم.

کاپیتان پیشین تیم فوتبال پرسپولیس گفت: امیدوارم کی‌روش در تمام مسابقات پیش‌رو از ترکیب هجومی بهره ببرد. هنوز برای مشخص شدن عیار واقعی تیم ملی زود است و باید منتظر دیدار با حریفان قدرتمندتری باشیم.

وی در خصوص شانس قهرمانی تیم ملی در جام ملت‌های آسیا تصریح کرد: بی شک ما شانس نخست قهرمانی در آسیا هستیم و این بار تمام هوادارن هم توقع قهرمانی دارند.

کلهر در خصوص صحبت‌های کی‌روش علیه برانکو او لئونکوویچ سرمربی پرسپولیس در پایان دیدار مقابل یمن، گفت: متأسفانه کی‌روش اشتباهی بزرگی کرد. تیم ملی در شرایط فعلی به آرامش نیاز دارد و تعجب می‌کنم از او به عنوان یک مربی حرفه‌ای که چرا در این شرایط تیم خودش را وارد حاشیه می‌کند.

وی تأکید کرد: فدراسیون فوتبال اگر به موفقیت تیم ملی علاقه دارد باید در رفتارهای کی‌روش خدالت کند و خیلی سریع تذکرات لازم را به او بدهد. احساس می‌کنم کی‌روش مشاوران بدی در کنار خود دارد و این افراد اطلاعات غلطی به او می‌دهند.

تیم ملی فوتبال ایران دیشب در نخستین دیدار خود در جام ملت‌های آسیا با نتیجه پنج بر صفر یمن را از پیش‌رو برداشت. ایران در گروه چهارم مسابقات جام ملت‌های یمن، عراق و ویتنام هم‌گروه است.

سپیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

سبیده‌توکلی: سبیده‌توکلی

بدن طی خواب نسبتاًفعال است: حافظه، گوارش، قلب و... کار خودشان را انجام می دهند.بدون اینکه شما چیزی بفهمید؛ اما وضعیت بدنتان در خواب، تأثیر بزرگی بر این فرایند دارد.
همه‌ی ما خودمان خوب می‌دانیم در چه وضعیتی راحت‌تر به خواب می‌رویم
چطور راحت‌تریم، یکی دوست دارد روی شکم بخوابد، یک صاف راحت‌تر است، یکی هم دوست داردید جنبینی بخوابد. بعضی‌ها تمام طول شب را تقریباً به یک حالت می‌خوابند، بعضی دیگر تا صبح ده‌ها بار حالت عوض می‌کنند. همه‌ی این‌ها طبیعی‌اند به این شرط که باعث خرویف نشوند.وبد خوابتان نکنند. اما می‌توانید وضعیت خوابتان را بهتر از این‌ها هم بکنید. آن چه در طب اسلامی و سنتی در مورد طرز خوابیدن سفارش شده این است که ابتدا کمی به‌پهلوی راست‌دراز بکشید و بعد به پهلوی چپ بخوابید و زمانی هم که قصد بیدار شدن دارید، مدتی به‌پهلوی راست بمانید.وبعد بلندشوید؛ یعنی ابتدا و انداخته، خواب‌باید به پهلوی راست بدن باشد و خوابیدن به پهلوی چپ، در واقع خوابیدن روی سمت چپ بدن.تأست استاندارد طلایی وضعیت خواب است وما برای آن، ۷ دلیل قانع کننده داریم:

۱. بهبود گوارش

حتمأشنیده‌اید قبل از خواب غذاخوردن کار درستی نیست اما دلش این نیست که در طول شب غذا در معده‌تان می‌ماند. شما چه خواب باشید و چه بیدار، گوارشتان را انجام می‌دهد. بنابراین به سوخت‌نیاز دارد تا کارش را درست انجام بدهد. اما.با وضعیت خوابتان هم می‌توانید به‌بدن‌تان کمک کنید کار گوارش را بهتر انجام بدهد. آن هم این است که به‌پهلوی چپتان بخوابید. زیرا معده‌ی مادر سمت چپ شکممان قرار دارد.وقتی به پهلوی چپ می‌خوابیم، غذا راحت‌تر می‌تواند وارد روده‌ی بزرگ شود. ضمناً معده روی لوزالمعده نمی‌افتد و آنزیم‌های گوارشی آزادانه جریان خواهند داشت.

۲. قلبتان استراحت می‌کند

قلب بدن وقفه نمی‌تد تا زنده باشیم. این کار بزرگی است و تحت تأثیر عوامل بی‌شماری است از رژیم غذایی گرفته تا محیط و هوایی که تنفس می‌کنیم. تعجبی ندارد که بیماری قلبی، اولین عامل مرگ در تمام دنیااست. برای به حداقل رساندن احتمال مرگ و میر ناشی از بیماری قلبی یکی از کارهایی که

تأثیر طرز خوابیدن بر سلامتی افراد

۷ دلیل قانع کننده برای اینکه به پهلوی چپ بخوابید



می‌توانید بکنید این است که کارش را ساده‌تر کنید، یعنی به پهلوی چپتان بخوابید. کار کوچکی به نظر می‌رسد؛ اما وقتی به پهلوی چپ می‌خوابید، جاذبه زمین کمک می‌کند قلب راحت‌تر خون را حرکت دهد.
ثورت، خون را از قلب به سمت بقیه‌ی قسمت‌های بدن می‌برد.وقتی مسیرش را شروع می‌کند به سمت چپ تمایل پیدا می‌کند. اگر به سمت چپ بخوابید، قلبتان تلاش کمتری برای به حرکت درآوردن خون خواهد کرد.

۳. کاهش کمردرد

تقریباً همه‌ی ما این تجربه داریم که بد خوابیده باشیم.صبح با کمردرد یا درد گردن در خواب بیدار شده باشیم، اگر این اتفاقی است که اغلب برایتان می‌افتد، پس حتماً به‌پهلوی چپ بخوابید تا مشکلاتان برطرف شود. خوابیدن به پهلوی چپ، از فشار وارد بر ستون فقرات می‌کاهد. هنگام خواب هر چه فشار بیشتری به کمرتان وارد کنید، عضلاتتان برای حفظ موقعیت خود به

سوزش معده ناراحتان می‌کند؟ می‌تواند نتیجه‌ی غذا خوردن قبل از خواب باشد و یا وضعیت خوابتان که اجازه می‌دهد اسید معده به راحتی به مری برگردد. دانشمندان دریافته‌اند خوابیدن به سمت چپ بدن می‌تواند سوزش معده را برطرف کند و خوابیدن به سمت راست بدن، سوزش معده را تشدید می‌کند و علتش می‌تواند قرار گرفتن معده در سمت چپ شکم باشد. وقتی به پهلوی چپ دراز می‌کشیم، اتصال مری و معده، بالاتر از سطح اسید معده قرار می‌گیرد. اما وقتی به پهلوی راست می‌خوابیم، عضله‌ی تنگ‌کننده‌ی مری، شل شده و به اسید معده اجازه‌ی ورود به مری را می‌دهد.

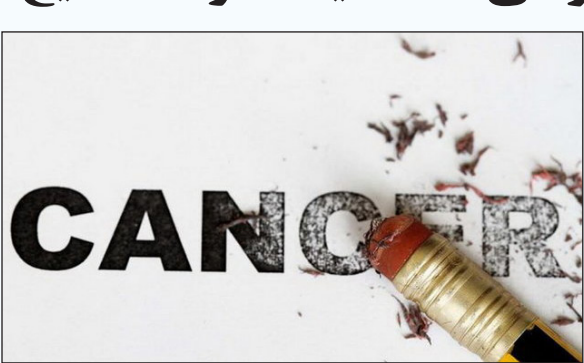
۶. کمک به مادر باردار و جنینش

بدن زن باردار، خون را برای دو نفر به جریان می‌اندازد و این کار سختی است که نیاز به عملکرد درستی دارد. ضمناً جنین در حال رشد در رحم مادر، به ستون فقرات و اندام‌های داخل شکم فشار وارد می‌کند. دراز کشیدن به پهلوی چپ، کمک می‌کند جریان خون آزادانه‌تر انجام شده و مقداری از فشار وارد بر ستون فقرات مادر کاسته شود و ضمناً کبد ز یاد تحت فشار نباشد. به طور کلی درد کشیدن به پهلوی چپ، برای بدن مادر و جنین، بهترین از جهت جریان خون است.

۷. کاهش خرویف

اگر همسرتان خرویف می‌کند.و این شمار از آزار می‌دهد خوابیدن او به پهلوی چپ می‌تواند این مشکل را برطرف کند. البته باید بدانید که خوابیدن به‌پهلوی چپ، درمان تمام علت‌های خرویف نیست. اما باعث می‌شود زبان و حلق در وضعیت بهتری قرار بگیرند.وراه‌های هوایی باز بماند. وقتی در خواب هستیم، دهان، حلق و زبان شل می‌شوند. به پشت خوابیدن بدترین حالت برای آن‌هایی است که خرویف می‌کنند. زیرا این بافت‌ها شل شده و به سمت عقب می‌افتند.وراه‌های هوایی را مسدود می‌کنند. اگر عادت ندارید به پهلوی چپ بخوابید به کمی زمان و تمرین نیاز دارید. بین زانو‌ها و پشتتان بالش بگذارید تا به پشت نروگردید. کمی چپ تنه جمع می‌شود و به مجرای سینهای می‌ریزد، دیگری از تخت‌خواب بخوابید. این کار مغزتان را وادار می‌کند یک بار دیگر تصمیم بگیرد کدام وضعیت "درست" است و شما می‌توانید راحت‌تر به وضعیتی جدید برای خواب عادت کنید.

چگونگی درمان یک سرطان شایع زنان

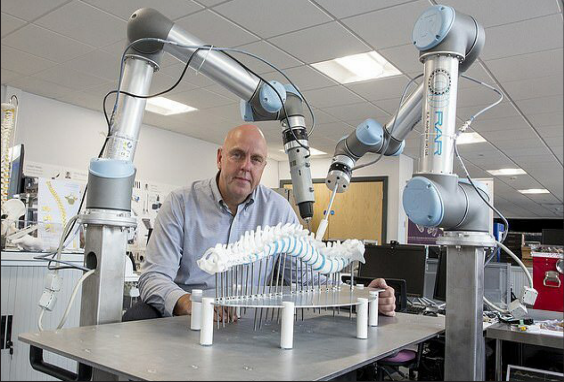


عضلانی و یا راه تزریق وریدی است. سجادی با اشاره به اینکه طول مدت درمان بستگی به نوع تومور، دارو و واکنش بدن دارد، گفت: شیمی درمانی ممکن است به صورت روزانه و هفتگی یا تزریقات ماهانه انجام شود. معمولاً دارو‌ها به ترتیبی به بیمار می‌دهند که فاصله

سرطان رحم از سرطان‌های شایع زنان بوده که با تشخیص آن در مرحله اولیه و درمان موثر، شانس بهبود قطعی بالاتری دارد.

سرطان دهانه رحم یا سرطان گردن رحم، گونه‌ای از سرطان است که از گردن رحم آغاز می‌شود؛ این بیماری به دلیل رشد غیر طبیعی سلول ایجاد شده و می‌تواند در دیگر اعضای بدن گسترش یابد یا به آن‌ها حمله کند. در ابتدای ابتلا به این بیماری، معمولاً نشانه‌ای بروز نمی‌کند. نشانه‌های بعدی این بیماری شامل مواردی همچون خونریزی واژنی، درد لگن و ... است. شیم‌ا سجادی کارشناس رادیوتراپی با بیان اینکه بعد از شناسایی سرطان، شیمی درمانی آغاز می‌شود، گفت: مقصود از شیمی درمانی، درمان بیماری از طریق به کار بردن داروهای گوناگون است. ناگفته نماند که استفاده از داروهای ضد سرطان یا شیمی درمانی یکی از راه‌های درمان اینگونه توده‌ها بوده و می‌توان آن را روش‌های دیگری مثل جراحی و پروتورمانی توم کرد. وی با اشاره به اینکه در شیمی درمانی از داروهای ضد سرطان برای از بین بردن سلول‌های سرطانی استفاده می‌شود، گفت: این داروها باعث تخریب و اختلال در رشد سلول‌های سرطانی می‌شوند. این کارشناس رادیوتراپی با اشاره به اینکه از سه روش بیمار سرطانی شیمی درمانی می‌شود، افزود: بیشتر داروهای ضد تومور را به یکی از سه طریق به بیمار می‌دهند که شامل خوردن قرص یا کپسول، تزریق

علمی- فناوری



دانشمندان انگلیسی، نوعی ربات ابداع کرده‌اند که دقت آن در جراحی ستون فقرات، بیش از انسان است.

دانشمندان باتنی ابداع کرده‌اند که می‌تواند جراحی ستون فقرات را با دقتی بیش از

انسان انجام دهد.

شاید این پژوهش نوین بتواند جراحی را برای درمان بیماری‌هایی مانند "کوزشتی" (scoliosis) یا "کوزشتی" (kyphosis) متحول کند.

این ربات که ابداع دانشمندان "دانشگاه باتنیگهام ترنت" (NTU) انگلیس است،

می‌تواند برای صاف کردن ستون فقرات، سوارخ‌هایی را با عمق ۰/۱ میلی‌متر در آن

ایجاد کند.

پژوهشگران امیدوارند نتوانند این فناوری را با استفاده از واقعیت افزوده توسعه دهند و

امکان تماشای زنده عملکرد ربات را برای جراحان فراهم کنند.

به گفته دانشمندان، کوزیشتی سالانه بر سلامت ستون فقرات ۲۵۰ کودک تأثیر

می‌گذارد. این گروه پژوهشی به سرپرستی پروفیسور "فیلیپ بريدون" (Philip Breedon)،

دومباروی رباتیک طراحی کرده که می‌تواند کار متداول جراحان را انجام دهند.

در جراحی‌های مربوط به صاف کردن ستون فقرات، سوارخ‌هایی در مهره‌ها ایجاد می‌شوند؛ سپس پیچ‌هایی به آنها متصل می‌شوند و یک نوار العطاق پذیر از میان شان



شرکت "Heatworks" ماشین ظرف‌شویی قابل حمل تولید کرده که ابعاد آن اندازه یک جعبه مقوایی و وزنش به اندازه وزن یک چمدان است.

شرکت "Heatworks" در حال همکاری با شرکت Frog

جراحی دقیق تر ستون فقرات با کمک یک ربات

عبور می‌کند. جراحان نوار را با کمک دو پیچ به بالا و پایین ستون فقرات، متصل می‌کنند و با کشش محکم، آن ستون فقرات صاف می‌شود.

دوبازوی این ربات موسوم به "اسکولیبوت" (ScolioBot)، با عنوان پایه و ابزار شناخته می‌شوند و با یکدیگر همکاری می‌کنند.

بازوی پایه که در طول عمل جراحی، به مهره‌های بیمار متصل می‌شود، برای این طراحی شده که بتواند کوچک‌ترین حرکت طبیعی بیمار از جمله حرکات ناگهانی را حس کند. هدف از ابداع این ابزار، حس کردن حرکات تنفسی بیمار است. با این کار، داده‌ها به ربات ابزار فرستاده می‌شوند تا ربات بتواند مسیر مورد نظر خود برای سوراخ کرده مهره را براساس آن پیدا کند.

ربات ابزار با داشتن بیش‌تر بهتر در مورد حرکات بیمار، می‌تواند دقیق‌تر تین نقطه را برای کار خود پیدا کند. این ربات برای قرار دادن پیچ‌ها، یک پیچ کوشی را به کار می‌برد.

بریدون گفت: همه جراحی‌ها، به دانش و مهارت جراح بستگی دارند اما ربات‌ها با دقت بیشتری عمل می‌کنند. تا زمانی که همه اصول ایمنی در محل وجود داشته باشند، دقت نیز در جراحی وجود خواهد داشت. ما امیدواریم با این ابداع بتوانیم به جراحان کمک کنیم تجربه استفاده از هوش مصنوعی را داشته باشند.

این گروه پژوهشی قصد دارند از فناوری واقعیت افزوده استفاده کنند تا امکان تماشای بازخورد جراحی و عمق هر یک از سوراخ‌های ایجاد شده فراهم شود.

پروفیسور "برونک بوسچیک" (Bronk Boszczyk)، از پژوهشگران این پروژه گفت:

نکته مهم این است که مراحل جراحی ستون فقرات با دقت کامل انجام شوند تا خطرات قابل توجهی که بیمارانی را تهدید می‌کنند، به حداقل برسند. این فناوری می‌تواند با انجام دقیق بخش ایمنی پژوهش جراحی که برای دست انسان دشوار است، خطرات را به حداقل برساند. موفقیت این پژوهش می‌تواند نقش فناوری رباتیک را در بهبود چنین جراحی‌هایی تأیید کند و ایمنی بیماران و کارایی آن فرایند را بهبود بخشد.

این پژوهش، هنوز در مراحل ابتدایی خود به سر می‌برد اما بریدون و گروهش امیدوار هستند که ربات اسکولیبوت تا پنج سال آینده قابل استفاده باشد.

وی افزود: ما کنیزه‌م‌ریزی اصلی را انجام دادیم و یک استخوان شبیه به مدل واقعی طراحی کردیم تا آزمایش خود را روی آن انجام دهیم. در نتیجه، مرحله بعد پژوهش ما، انجام آزمایشاتی برای جمع‌آوری شواهد واقعی و اثبات کارایی این ربات روی انسان خواهد بود. من دوست دارم این ربات تا دو سال آینده آماده کار باشد اما پژوهش ما هنوز به آزمایشات بسیاری نیاز دارد.

رونمایی از یک ماشین ظرف‌شویی همراه!

اولین بخش به صورت دستی با آب شیرین و مواد شوینده پر می‌شود. دومین بخش، قسمت گرم‌کننده آب است و سومین بخش نیز پس از اتمام ظرف‌شویی، آب تیره رنگ را برای تخلیه ننگ می‌دارد.

تترا می‌تواند روی یک سطح مسطح قرار گیرد و کنترل

آن از طریق یک اپلیکیشن صورت می‌گیرد.

با استفاده از این اپلیکیشن این ماشین ظرف‌شویی را

روشن و خاموش کرد و یا فشار آب را تنظیم کرد.

مردود ظرف‌شویی با تترآ ۱۰ دقیقه به طول می‌انجامد.

"تترآ" به هر منبع برق خانگی وصل می‌شود و ۲۹۹ دلار

قیمت دارد. گفتنی است تترآ برنده بهترین محصول لوازم

خانگی نمایشگاه CES "شده است."

"والئو" یک یدک کش نامرئی ساخت!

"والئو" (Valeo)، یکی از بزرگ‌ترین تولیدکنندگان قطعات یدکی خودرو در فرانسه در نمایشگاه CES ۲۰۱۹ از یدک کش هوشمند خود که توسط آن رانندگان می‌توانند

جاده و وسایل نقلیه پشت خود را به راحتی مشاهده کنند، رونمایی کرد.

به گزارش ایسنا و به نقل از سی‌نت، این یدک کش "XtraVue" نام دارد و طراحی

آن بسیار استاندارد است و با دوربین‌هایی که بر روی آن تعبیه شده است، رانندگان

می‌توانند به طور کامل وضعیت جاده و وسایل نقلیه پشت خود را ببینند.

دوربین‌هایی روی سپر یدک کش "XtraVue" نصب شده‌اند تا یک تصویر کامل

از پشت یدک کش را بر روی نمایشگری که زوبروی راننده قرار دارد یا از طریق آینه

وسط نمایش دهد. این فناوری سبب می‌شود تا رانندگان عقب خود را ببینند و

توانند تصمیمات درستی را در مواقع حساس بگیرند. سال گذشته نیز شرکت "والئو"

برای نخستین بار از این فناوری در نمایشگاه CES ۲۰۱۸ رونمایی کرد اما کار با آن

سیستم به دلیل پیچیدگی سخت بود اما یدک کش "XtraVue" که آخرین نسخه

یدک کش این شرکت است، کار با آن رای راننده بسیار آسان خواهد بود.

علمی و سلامت

توصیه‌ها و هشدارها

ادویه‌های با مزاج گرم و خشک

ادویه‌های مفید برای فصل زمستان از نگاه طب سنتی



مهم‌ترین ادویه‌های مفید برای فصل زمستان از نگاه طب سنتی شامل زنجبیل، دارچین، زردچوبه، جوز هندی، آویشن، میخک، نعناع، زیره و هل هستند. استفاده از ادویه‌های با طبع گرم و خشک، به دلیل ایجاد اثر گرمایی در بدن برای فصل زمستان مفید است و مانع از تولید رطوبت در بدن می‌شود. فصل زمستان به همراه خود انواع سرماخوردگی، رگام، ذات‌الریه و آنفولانزا را خواهد آورد. طب سنتی راهکارهایی را برای پیشگیری از بیماری‌ها و افزایش تحمل به سرما در این فصل دارد؛ به ویژه آنکه طبع این فصل سردتر است و خوردن مواد غذایی که طبع را معتدل کند، مفید خواهد بود. در این مطلب به معرفی ادویه‌های مفید برای فصل زمستان از نگاه طب سنتی پرداخته‌ایم. به طور کلی ادویه‌های با مزاج گرم و خشک برای فصل زمستان مفید هستند که در ادامه به معرفی آن‌ها و خواص هر یک پرداخته می‌شود:

۱. زنجبیل

یکی از مفیدترین ادویه‌های فصل زمستان، زنجبیل است. اضافه کردن زنجبیل به غذاها و یا تهیه دمنوش و چای زنجبیل تأثیر زیادی در پیشگیری و درمان سرماخوردگی دارد. این گیاه خاصیت ضد باکتری و ضدویروسی دارد و یکی از گیاهان دارویی مؤثر برای تقویت و بیشتر کردن توان سیستم ایمنی و دفاعی بدن محسوب می‌شود. جالب است بدانید، مصرف زنجبیل تازه در اولین روز شروع سرماخوردگی، از بروز سرماخوردگی شدیدتر پیشگیری می‌کند. مصرف آن هفت تا ۱۵ امتان می‌کند، بلکه سیستم ایمنی بدن‌تان را نیز تحریک کرده و شما را گرم خواهد کرد.

۲. زردچوبه

زردچوبه از دیگر ادویه‌های مفید برای فصل زمستان است و توصیه می‌شود روزانه از آن در تهیه غذا استفاده شود. زردچوبه خاصیت ضد باکتری، ضدویروسی و ضد التهاب دارد و همچنین مصرف معجون شیر و زردچوبه، یک درمان مؤثر برای پیشگیری و سرماخوردگی‌های شایع فصل پاییز و زمستان است.

۳. میخک

خاصیت ضدویروسی میخک باعث شده تا مصرف این ادویه همراه دیگر ادویه‌ها، تأثیر ویژه‌ای در درمان زکام داشته باشد. دمنوش تهیه شده با ترکیب میخک، زنجبیل، عسل و آلبیوم خاصیت آرام‌بخش داشته و در طب سنتی از آن برای باز کردن راه‌های سینوس و بینی استفاده می‌شود.

۴. دارچین

دارچین به عنوان یک ادویه با طبع گرم، از دیگر ادویه‌های مفید برای فصل زمستان است. همچنین دارچین خاصیت ضد عفونی‌کنندگی خوبی دارد و به ویژه در این فصل درختن عفونت‌های دهانی و گلو، مؤثر است. متخصصان طب سنتی دارچین را دارویی عالی برای سرماخوردگی‌ها، گرفتگی بینی، اخلاط و آنفولانزای می‌دانند و برای کاهش تب نیز مفید است.

۵. آویشن

خواص آویشن برای سرماخوردگی بسیار گسترده است و در طب سنتی به عنوان یکی از مهم‌ترین ادویه‌های مفید برای فصل زمستان معرفی می‌شود. آویشن گیاهی با طبع گرم و خشک است و به درمان سرفه‌های سخت، درمان سرماخوردگی و کاهش علائم آن کمک می‌کند. همچنین به دلیل خاصیت ضد التهابی، روی باکتری‌های دستگاه تنفسی مؤثر است. این گیاه خاصیت خلط‌آور داشته و در رفع علائم سرماخوردگی‌های همراه با خلط سینه و سرفه‌های تحریکی مفید است و تا حد زیادی عفونت و چرک بدن و گلو را از بین می‌برد.

۶. جوز هندی

جوز هندی برای درمان و تسکین بسیاری از دردها مفید شناخته شده است. در طب سنتی برای تسکین علائم سرماخوردگی توصیه می‌شود این ادویه را با کمی آب و آرد ترکیب و از آن ضماذ تهیه کنید و روی پارچه کتان مالیده، روی سینه قرار دهید.

۷. هل

هل از دیگر ادویه‌های مفید برای فصل زمستان است و متخصصان طب سنتی خوردن چای هل را برای معالجه سرفه، سرماخوردگی و تب مفید می‌دانند. علاوه بر این هل به بهبود روحیه و بازایی انرژی و توان از دست رفته ناشی از بیماری کمک می‌کند. اضطراب و نگرانی را کاهش می‌دهد و در رفع افسردگی مؤثر است.

۸. زیره

دانه‌های زیره دارای خاصیت ضد عفونی‌کنندگی هستند و برای درمان سرماخوردگی‌های معمولی شایع در فصل سرما مفیدند. زیره از سرفه جلوگیری می‌کند و برای سیستم تنفسی بدن مفید است، همچنین از آنجایی که طبع گرمی دارد، بدن را در برابر سرمازدگی حفظ و از تجمع مخاط در مجاری تنفسی جلوگیری می‌کند.

۹. نعناع

نعناع دارای خاصیت ضد درد، ضد میکروب، ضد اسپاسم و ضد احتقان بینی است و برای تسکین علائم سرماخوردگی مفید است. اگر احساس کوفتگی یا سردرد می‌کنید یا اینکه آبریزش بینی دارید، سرماخورده‌اید! یک دست روی دمت نگذارید، با استفاده از ادویه‌های مفید برای فصل زمستان که به بالا به آن اشاره شد، خود را از شر ویروس‌ها خلاص کرده و از شدت یافتن سرماخوردگی خود پیشگیری کنید.

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران:

آنچه در مورد درمان انحراف چشم باید بدانید



عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران توضیحاتی در مورد دلیل ابتلا و درمان استرابیسم یا انحراف چشم ارائه داد. محمدرضا اکبری فوق تخصص استرابیسم عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران، مسئول محور استرابیسم و نهمین کنفره چشم پزشکی ایران اظهار داشت: هر زمانی که هم‌چنین محور چشم با هم متفاوت باشد و دو چشم هم‌راستا نباشند انحراف چشم رخ می‌دهد. وی گفت: در سنین پایین چشم دینیونی

مختلفی همچون انحراف به سمت خارج، داخل، بالا و بینی دارد و در صورتی که بزرگ

باشد، توسط افراد قابل شناسایی و اگر اندک باشد توسط متخصص قابل تشخیص

است. عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران با بیان اینکه انحراف چشم به طور

کلی به دو نوع مادرزادی و اکتسابی تقسیم می‌شود، ادامه داد: هر چند که استرابیسم

می‌تواند تهدیدکننده حیات انسان نباشد ولی اگر ظاهر یک تومور مغزی باشد می‌تواند

عوارض شدیدی به همراه داشته باشد. وی گفت: در سنین پایین انحراف چشم دینیونی

ایجاد نمی‌کند.خطر تبیلی چشم را به همراه دار ولی در سنین بالا دینیونی سبب آزار فرد

می‌شود. این فوق تخصص استرابیسم عنوان کرد: ترومانشای از تصادف و نزاع نیز می‌تواند

شکستگی اطراف چشم در نتیجه انحراف چشم را به همراه داشته باشد. وی در مورد

درمان انحراف چشم گفت: این مسئله به دو روش جراحی و غیر جراحی تقسیم می‌شود

که روش غیر جراحی با تجویز عینک، تجویر مشور و با تزریق بوتاکس امکان‌پذیر است و

جراحی بسته به نوع مشکل متغیر است و اینکه گفته می‌شود فراید باید به سن ۱۸ سالگی

برسد تا بتوان انحراف آن را عمل کرد یک باور غلط قدیمی است. مسئول محور استرابیسم

بیست و نهمین کنفره چشم پزشکی ایران خاطرنشان کرد: گاهی انحراف چشم لازم است

در یک سالگی یا بلافاصله عمل شود ولی در نوع اکتسابی و به دلیل ایجاد تصادف و مسائل

عروقی اصولاً ۶ ماه صبر کرده و پس از آن جراحی صورت می‌گیرد، به گفته وی، و الاین

لازم است بدو تولد و ۶ ماهگی بینایی و وضعیت چشم کودک خود را توسط متخصص

چشم بررسی کنند و در صورت ابتلای د فرزندشان به انحراف چشم در مان به موقع برای آنها

صور گیرد چرا که این مسئله علاوه بر بروز عوارض می‌تواند منشأ مسائل روحی و روانی

در کودک به ویژه در ایام تحصیل باشد.

آگهی ابلاغ وقت رسیدگی و دادخواست وضمانت به آقای مصطفی صادقی

سهمه بادیه فرزند

خواهان آقای بابک پیکار دادخواستی به طرفیت خوانده آقای مصطفی صادقی سیه

بادیه مطرح کرده که به این شعبه ا رجاع و به شماره پرونده کلاسه ۲۰۸۷-۹۱۰۰۹۹۸۶-۹۷۰

شعبه ۱۱ حقوقی شورای حل اختلاف شهرستان کرمانشاه ثبت و وقت رسیدگی

۱۳۹۷/۱۱/۲۷ ساعت ۰۹:۰۰ تعیین که حسب دستور دادگاه طبق موضوع ماده ۷۲

قانون آیین دادرسی مدنی به علت مجهول امکان بودن خوانده و درخواست خواهان

مراذب یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می گردد تا خوانده طرف یک ماه

پس از تاریخ انتشار آگهی به دفتر شورای حل اختلاف استان کرمانشاه مراجعه و ضمن

اعلام نشانی کامل خود، نسخه تائی دادخواست و ضمانت را دریافت و در وقت مقرر فوق

جهت رسیدگی در دادگاه حاضر گردد.

مسئول دفتر شعبه ۱۱ حقوقی شورای حل و اختلاف شهرستان کرمانشاه-

طاهر مهملی



