

در مدارس علمیه نزدیک بازار برگزار می شود

کلاس احکام کسب و کار حلال برای تجارت رقم

دبیر شورای عالی حوزه‌های علمیه از آغاز کلاس‌های احکام کسب و کار ویژه تجار در مدارس علمیه استان تهران و قم خبر داد.

آیت... مرتضی مقتدایی در جمع خبرنگاران با اشاره به جذب کمک‌های مردمی در راستای توسعه حوزه‌های علمی، اظهار کرد: مردم خیر در راستای بهسازی و ساخت حوزه‌های علمی تاکنون کمک‌های شایان توجهی داشته‌اند و بی‌شک این کمک‌ها نیز خود را به‌یاد نظام‌های روحانیت می‌اندازد. افزود: تجار بازار تهران که علاقمند به حوزه‌های علمی بوده و در تلاش هستند احکام و نظام کسب و کار خود را با اندامد، بهسازی‌های در خصوص ارتباط گوناگون بین روحانیت و تجار را ارائه کرده‌اند که این پیشنهاد مورد استقبال گروه‌های علمی قرار گرفته...

استفاده از ظرفیت قم

از سوی مدیر کل ارشاد قم مطرح شد:

انتقاد از محتوای نامناسب برخی کتب دفاع مقدس

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قزوین با اظهار تأسف از محتوای یاد شده و نامناسب برخی کتابهای عرضه شده در عرصه بافتن قدس و فرهنگ رازی، نهضات، گفت‌گفت، عرصه های توان عرصه بافتن چندین اثر از ژانرهای مختلف سال‌های اخیر، خواهان عرضه بافتن در بازار کتاب در داخل و خارج از استان را داشته باشند.

با حضور شخصیت های حوزوی، کشوری و لشکری؛

فرمانده جدید سپاه استان قم معرفی شد

زمان واریزیارانه شهر یور ۹۴

نوبخت در نشست خبری:

مردم در مورد صحبت‌های جلیلی قضاوت می‌کنند

لا یحیه به برجام در مجلس نیست، قبلاً بیان کرد. رهبری در دیدار با اعضای دولت و پس از آن اشاره کردند که مجلس ز سرسبیدی به برجام کنار گذاشته نشود. برای دولت بیانات رهبری فصل الخطاب است. بنابراین هر کمکی که دولت در این رابطه بتواند انجام می‌دهد و اطلاعات لازم را در اختیار نمایندگان قرار می‌دهیم، با این حال مجلس در حال بررسی برجام است، امانیاز به ارائه لا یحیه نیست.

وی افزود: قانون مجلس در رابطه با حفظ دستوردهای هسته‌ای نیز رسیدگی به بجام را به شورای عالی امنیت ملی واگذار کرده این شورا نیز طی جلساتی بررسی‌های لازم را انجام داد و گزارش آن در آینده ارائه خواهد شد. من عضو شورای عالی امنیت ملی هستم و این اطمینان را می‌دهم...

سخنگوی دولت در مورد ادعای سعید جلیلی گفت: مردم ما زیرک هستند و به خوبی این مسئله را قضاوت خواهند کرد.

محمدباقر نوبخت دیروز در نشست خبری خود در مورد اظهارات سعید جلیلی در کمیسیون بررسی برجام عنوان کرد: ملت ما هوشمند است، ما و حاکمانی که در وقت شامش و سحر و در عید و روزگار و در سال و وعده رئیس جمهور را عملیاتی کردند، آقای و آقای دولت داد که با عالی ترین مقام‌ها وارد مذاکره شود تا موضوع هسته‌ای را حل‌فصل کند که این کار صورت گرفت. مردم ما نیز که به‌واسطه‌ی این مسئله را قضاوت خواهند کرد، سخنگوی دولت با اشاره به بررسی برجام در مجلس گفت: دولت نظر رسمی خود را مبنی بر اینکه نایز به ارائه

دولت‌ها با درآمدهای اضافی نفت چه کردند؟

حسابی کہ احمدی نژاد جارو کرد و رفت

نگاه دولت و بانک مرکزی در دولت یازدهم نسبت به صندوق توسعه ملی این روزها به بحث داغ رسانه ها تبدیل شده، بهانه تکرار دوباره این موضوع قدیمی نیز سخنانی است که رئیس هیأت عامل این صندوق درباره استفاده بانک مرکزی از منابع صندوق در دوران گذشته داشته است.

گذشته از متن و حاشیه این سخنان و نکات قابل تأملی که درباره قدا مطالب نقل شده از رئیس هیأت عامل صندوق توسعه ملی وجود دارد، واقعیتی که باید مورد توجه قرار گیرد این است که برائت از صندوق توسعه ملی، سلف این یعنی حساب ذخیره ارزی، بحث امروز و دیروز اقتصاد ایران نیست؛ از سال ۱۳۷۹ که در برنامه هفتم توسعه حساب ذخیره ارزی تأسیس شد بر سر منابع آن بر برداشت های دولت از منابع این حساب مداخلات و اختراعات نظر های فراوانی وجود داشت.

عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس:

اکثریت اعضای کمیسیون
ویژه از اساس با مذاکرات
مخالف هستند

عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس گفت: اکثریت اعضای کمیسیون و بزرگ کسانی هستند که از اساس با مذاکرات مخالفند و هیچگاه اقناع نمی‌شوند.

هادی شوشتری باتاکید بر غیرقانونی بودن تشکیل کمیسیون ویژه برجام در مجلس اظهار داشت: همان طور که در روز تشکیل کمیسیون ویژه بررسی برجام در صحن علنی مجلس و ...

سرمقاله: حسن بختیاری زاده

فقط برای یادآوری

اظهارات سخنگوی کمیسیون ویژه بررسی برجام مجلس
 و گزارش رسانه‌ها، نمایانگر آن
 است که جلسات کمیسیون، به
 فرصتی برای اظهارنظر و گاهی
 یکه‌تازی منتقدان و مخالفان
 توافق وین بدل شده است. این
 شرایط البته با توجه به ترکیب
 کمیسیون، که بیشتر نمایندگان
 آن را طرفداران احمدی‌نژاد...

نظر جلیلی در مورد توافق هسته‌ای نتیجه بررسی خودش است

واکنش «ولایتی» به ادعای «جلیلی»

زمین سبز

آسمان آبی

هوای پاک

CNG

فروش فوری

موضوع	قیمت	مبلغ
پژو ۴۰۵ دوگانه سوز (GLI)	۳۰,۴۰۰,۰۰۰	۳۰,۴۰۰,۰۰۰
سمند ال ایکس ۴۷۷ پرایه گازسوز فانتی پلکس	۳۱,۵۳۸,۰۰۰	۳۱,۵۳۸,۰۰۰
سمند ال ایکس ۴۷۷ پرایه گازسوز	۳۱,۷۸۰,۰۰۰	۳۱,۷۸۰,۰۰۰

فروش اقساطی

موضوع	قیمت نقدی	شرایط پرداخت	مبلغ پیش پرداخت	مبلغ اقسالی	مبلغ چک ها	مبلغ
پژو ۴۰۵ دوگانه سوز (GLI)	۳۰,۴۰۰,۰۰۰	۱۸ ماهه	۲,۰۰۰,۰۰۰	۲,۰۰۰,۰۰۰	۲,۰۰۰,۰۰۰	۳۰,۴۰۰,۰۰۰
سمند ال ایکس ۴۷۷ پرایه گازسوز	۳۱,۵۳۸,۰۰۰	۱۸ ماهه	۲,۰۰۰,۰۰۰	۲,۰۰۰,۰۰۰	۲,۰۰۰,۰۰۰	۳۱,۵۳۸,۰۰۰

پیش فروش عادی

موضوع	پیش فروش یک دوره ای		پیش فروش دو دوره ای		مبلغ	مبلغ
	مبلغ	تعداد	مبلغ	تعداد		
پژو ۴۰۵ دوگانه سوز (GLI)	۲,۰۰۰,۰۰۰	۱۸	۲,۰۰۰,۰۰۰	۱۸	۲,۰۰۰,۰۰۰	۲,۰۰۰,۰۰۰
سمند ال ایکس ۴۷۷ پرایه گازسوز	۲,۰۰۰,۰۰۰	۱۸	۲,۰۰۰,۰۰۰	۱۸	۲,۰۰۰,۰۰۰	۲,۰۰۰,۰۰۰
پژو پارس سال دوگانه سوز	۲,۰۰۰,۰۰۰	۱۸	۲,۰۰۰,۰۰۰	۱۸	۲,۰۰۰,۰۰۰	۲,۰۰۰,۰۰۰

پیش فروش بلکانی چهار مرحله ای

نوع	مرحله اول	مرحله دوم	مرحله سوم	مرحله چهارم	موضوع
نوع اول	۹۴	۹۴	۹۴	۹۴	پژو ۴۰۵ دوگانه سوز
نوع دوم	۹۴	۹۴	۹۴	۹۴	سمند ال ایکس ۴۷۷ پرایه گازسوز
نوع سوم	۹۴	۹۴	۹۴	۹۴	پژو پارس سال دوگانه سوز

مزیت های خرید:

- مرحله اقتصادی با توجه به قیمت پایین
- گاز طبیعی نسبت به بنزین
- سازگار با محیط زیست ایران
- شرایط فروش مناسب با هر تمکن مالی

شماره تماس: ۰۹۶۴۴۰۰۰۰

www.ikco.ir

شرایط فروش محصولات دوگانه سوز ایران خودرو

برای دیدن اطلاع از شرایط فروش متنوع محصولات ایران خودرو به نمایندگی های مجاز ایران خودرو و وب سایت فروش اینترنتی www.iranxcar.com مراجعه فرمایید.
آخرین اخبار ایران خودرو را در سایت www.iranxpress.ir بخوانید

سر مقاله

فقط برای یادآوری



اطهارات سنگنوی کمسیون ویژه بررسی برجام مجلس و گزارش رسانه‌ها نمایانگر آن است که جلسات کمسیون، به فرصتی برای اظهارنظر و گاهی یکه‌تازی منتقدان و مخالفان توافقی وین، بدل شده‌است. این شرایط البته با توجه به ترکیب کمسیون-که بیشتر نمایندگان آن

راطرف‌داران احمدی‌نژادو اعضای فراگسرایان تشکیل می‌دهند-قابل پیش‌بینی بود.یاوودانکه به نظر نمی‌رسد گزارش و گرایش نهایی کمسیون، تأثیر قابل ملاحظه‌ای در رویکرد مجلس دربارهٔ توافق جامع داشته باشد.اشاره اجمالی به چند نکته، به این شرح، مفید خواهد بود:

۱- همهٔ شهروندان در چارچوب حقوق مدنی و سیاسی، از حق آزادی بیان دربارهٔ موضوعات گوناگون ازجمله توافقی جامع برخوردارند اما نکتهٔ آن است که منتقدان سیاست خارجی احمدی‌نژاد، برای اظهارنظر با تنگنا و فشار روبرو بودند و حتی مانند حسین موسساجن، معاون روحانی در شورای عالی امنیت ملی، به اعدام تهدید می‌شدند اما منتقدان رویکرد روحانی همچون جلیلی و فریدون عباسی به کمسیون ویژه مجلس دعوت می‌شدند و دیدگاه‌های خود را باکمال آرامش، بیان می‌کنند. ۲- جلیلی برای اسباب اظهارات سخت‌نوی کمسیون ویژهٔ استاورهای دوره مسئولیت خود در شورای عالی امنیت ملی و عهده‌های برجام،داد سخن داده‌است دربارهٔ گفته‌های جلیلی، می‌توان به نکاتی اشاره کرد. جلیلی، پذیرش حقوق هسته‌ای ایران از جانب طرف مقابل، توسعه فناوری هسته‌ای و حمایت غیرمتعهدها را از برنامه هسته‌ای ایران،ازجمله دستاوردهای مدیریت خود، برشمرده است. پاسخ اجمالی آن است که طرف مقابل به تلویح و تصریح، در سه‌سال‌های گذشتهٔ حقوق هسته‌ای ایران را به رسمیت شناخته است و این موضوع، در گذشته‌های مقام‌های طرف‌های خارجی و حتی متن توافقی‌های پیشین ازجمله توافق سعیدآباد، بازتاب یافته‌است.اختلاف اصلی به‌حدود و مصداق‌های این حق، بازمی‌گردد.بعلاوه‌از فردی انقلابی چون جلیلی،بعیداست که به رسمیت شناخته شدن حقوق هسته‌ای را از جانب طرف‌های خارجی دستاورد خود، تلقی کند زیرا او می‌داند که حقوق ما به تأیید دیگران نیاز ندارد لکنه دیگر آنکه، توسعه فناوری هسته‌ای، به‌ویژه در ۱۵ سال گذشته، همواره وجود داشته و ازاین‌سب هم تداوم خواهد یافت اما این توسعه در دوره مسئولیت احمدی‌نژاد و جلیلی، با هزینه‌هایی همراه شد.ازجمله آنکه تحریم‌هایی ظالمه‌را در پی آورد که سبب بلوکه شدن میلیاردها دلار از درآمدهای ایران شد. به‌ویژه آنکه اظهارات جدید رئیس کل بانک مرکزی دولت احمدی‌نژاد، نشانگر آن است که میلیاردها دلار از دارایی‌های بلوگ‌شده ایران، به کشور بازمی‌گردد.حکایت غیر متعهدها از برنامه هسته‌ای ایران، به‌بهیچ‌وجه به دوره مسئولیت جلیلی، محدود نمی‌نمود و قبل و پس‌از آن وجود داشته است.نمی‌توان این واقعیت را نادیده گرفت که جلیلی در دوره مسئولیت خود تلاش کرد با ابتکاراتی، با طرف مقابل به توافق دست پیدا ازجمله آنکه ایران طرح مبادله سوخت هسته‌ای را با حضور مقام‌های ترکیه و برزیل امضا کرد. جلیلی در پی آن به هدف راهبردی، عضو کمسیون امنیت ملی مجلس هشتد، در جلسهٔ غیر علنی مجلس شرکت یافت و اظهار داشت این توافق، جلوی صدور قطعه‌نامه‌های بعدی را خواهد گرفت. تنها چند روز زمان لازم بود تا شورای امنیت، شدیدترین قطعه‌نامه مدتی، قطعنامه ۱۹۲۹ را علیه ایران صادر کندو ا تصاحیه اروپا و آمریکا نیز، پس‌از آن شدیدترین تحریم‌های یکجانه‌را علیه ایران، اجرا کنند تاارزش پیش‌بینی جلیلی، در عمل مشخص شود. جلیلی به‌علاوه ادعا کرده است که برجام و ضمیمه آن، حق ایران را نادیده گرفته‌است. روح حاکم بر توافق جامع، پسندیده گرای همه طرف‌ها و صرف‌نظر کردن آن‌ها از برخی اهدافشان در برابر دستاوردهای مشخص است. توافق وین، همچنان که پیش‌ازین هم اشاره‌شده است، ساختار توان هسته‌ای ایران را حفظ می‌کند. ایران را به دولتی که شورای امنیت طی قطعنامه‌ای رسمی و به شکلی بی‌سابقه برنامه هسته‌ای آن را می‌پذیرد، بدل می‌سازد، تحریم‌های لغو و برنامه هسته‌ای را از ذیل فصل هفتم منشور خارج می‌کند. روشن است که ایران برای ادامهٔ کار به این دستاوردها، باید از برخی قطعنامه‌های خود، برای مدتی صرف‌نظر کند و بعضی محدودیت‌های زمان‌دار را بپذیرد، اما چشم‌پوشی ایران از ۱۰۰ حق خود، تأمل آمیز است و این سوسه را ایجاد می‌کند که از مدعی، توضیحی اشکار را مطالبه کند. حتی این لگنره شکل می‌یابد که از طرح کنندگان این ادعا شمارش یکصد حق موجود در برنامه هسته‌ای را-مستقل از آنکه برجام آن را نادیده گرفته یا دربردارد-درخواست کند. سعید جلیلی در انتخابات ریاست جمهوری، با صراحت برنامه‌های خود را اعلام و ملت درباره کارنامه او، به‌روشنی قضاوت کرد. در آیت ملت، که امام آن را امینان خواندند-روشن‌ترین مالک ارزیابی رویکرد جلیلی است.

۳- بدون تردید مجلس و شورای عالی امنیت ملی، با هدایت رهبری، درباره برجام منطبق با منافع ملی، تصمیم خواهند گرفت موضوع هسته‌ای با امنیت و منافع نظام و ملت، ارتباط مستقیم دارد و باید از جدال‌های جناحی و سیاسی دور بماند. حامیان سیاست خارجی نوبن جمهوری اسلامی، قصد دارند برای پرهیز از مجادله،از بررسی نقادانه رویکرد احمدی‌نژاد و حامیانش پرهیزند. تنها بار آینده تمرکز کنند. به‌ویژه آنکه مقام معظم رهبری هم مدبرانه بر جلوگیری از ایجاد اختلاف درباره توافق هسته‌ای تأکید کرده‌اند. روشن است که نقد متصفقه، نه‌تنها به اختلاف منجر نمی‌شود، بلکه به سبب آنکه حسن نیت منتقدان را بازمی‌تلبه موجب افزایش وحدت ملی است. اما اگر کسانی، با رویکرد جناحی به ارزیابی برنامهٔ رهبر برجام برآوردند و بگویشند از این فرصت برای دفاع از رویکرد‌های غیرقابل دفاع خود، بهره‌برداری کنند، بیش‌از حد درباره ضعف حافظه تاریخی ملت،خوش خیال خواهند.

اخبار

با حضور شخصیت های حوزوی، کشوری و لشکری؛

فرمانده جدید سپاه استان قم معرفی شد
روز گذشته و طی مراسمی سردار احمدی به عنوان فرمانده جدید سپاه علی ابن ابی طالب (ع) قم معرفی و از تلاش های او سردار مهدوی نژاد تقدیر شد.
مراسم تقدیر از زحمات سردار مهدوی نژاد فرمانده سابق سپاه علی ابن ابی طالب (ع) استان قم ظهر روز گذشته با حضور آیت ... حسینی پوشه‌ری امام جمعه موقت قم آیت ... کبکی عضو مجلس خبرگان رهبری، سردار تقدی رئیس سازمان بسیج مستضعفان کشور، حجت الاسلام آشتیانی نماینده مردم قم در مجلس شورای اسلامی، استاندار قم، فرماندار قم و جمعی از مسئولان استان و فرمانده سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در محل حسینیه سپاه علی ابن ابی طالب (ع) قم برگزار شد.

افتخارات سپاه میهنشاه جوادان است

مدیر حوزه های علمیه سراسر کشور در این مراسم گفت: امروز سپاه نمایی آشنا بر دل های است و دلآوری ها و رشادت های پاسداران انقلاب اسلامی همیشه جلوان خواهد بود. آیت ...سید هاشم حسینی پوشه‌ری، بیان این که انقلاب اسلامی امروز دستاوردهای بسیار بزرگی نه تنها در داخل بلکه فراتر از مرزهای کشور داشته است، اظهار کرد: خاوند در قرآن از مجاهدت های نیروهای با اخلاص با عنوان همزمان پیامبران یاد می کندو این نشان از اهمیت کار فرزندان مخلص انقلاب در سپاه پاسداران دارد. وی در بخش دیگری از سخنان خود ضمن تقدیر از تلاش های سردار مهدوی نژاد در طول فرماندهی در سپاه علی ابن ابی طالب (ع) قم، اظهار کرد:قم شهر مرجعیت و شهر حوزه های علمیه است و بواسطه وجود بارگه کریمه اهل بیت (س) از جایگاه بسیار ویژه ای در جهان اسلام برخوردار است. امام جمعه موقت قم بیان این که کسانی که در این شهر خدمت می کنند باید توفیقی که نصیب شان شده است را بدانند، تصریح کرد: امروز سپاه نمایی آشنا بر دل ها است و دلآوری هاو رشادت های پاسداران انقلاب اسلامی همیشه جلوان خواهد بود.

سپاه بازاری کمک می‌کند

سردار مهدوی نژاد در این مراسم با بیان این که ویژگی های مهم سپاه پاسداران انقلاب اسلامی ارتباط موثر و مستمّر با جریان روحانیت اصیل و انقلابی بوده است، اظهار کرد: امروز عزیزی که این لباس مقدس را بر تن دارند دست در دست روحانیون اصیل و ولایت پاد دارند و در تمام مراحل از رهنمودهای این عزیزان استفاده خواهد کرد. وی ادامه داد: امروز خوشبختانه سپاه پاسداران با فعالیت های در خشنکی که از بعد از پیروزی انقلاب اسلامی تاکنون داشته است، توانسته است خود را به عنوان بازاری مستحکم نظام معرفی کند و در برابر توطئه تان های دشمنان با کمک اقتشار مختلف بسیج و دیگر نهادهای نظامی بایستیم. بیرونشده سابق سپاه علی ابن ابیطالب (ع) قم در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به بخشی از اقدامات انجام شده در مدت فرماندهی وی در سپاه قم، افزود: امروز سپاه علی ابن ابیطالب (ع) قم یکی از باوُن کمکي در استان قم محسوب می شود و استان از ظرفیت بالای سپاه در برنامه های مختلف از قبیل راه پیمایی ۲۲ بهمن، مراسم ۱۹ دی و راه پیمایی روز جهان قدس به خوبی استفاده می کند. **باید با هشیاری کامل در برابر توطئه های دشمنان بایستیم**

سردار احمدی نیز در این مراسم با بیان این که امروز فرهنگ انقلاب اسلامی به تمام جهان صادر شده است، اظهار کرد: رهبر معظم انقلاب سال ها قبل در دیدارهای خود فرمودند که امروز مسئولیت در نظام جمهوری اسلامی ایران همانند تنگه اُست و ما نباید غفلت کنیم و با هشیاری کامل در برابر توطئه های دشمنان بایستیم.

وی بیان این که امروز تفکر برگرفته از ایتار گری و رشادت های نیروهای جان بر کف سپاه پاسداران و بسیج در طول هشت سال دفاع مقدس یه خارج از مرزهای کشور صادر شده است، افزود: امروز دشمن از قدرت ایمانی ما هراس دارد و جرات عملی کردن تهدیدات خود را ندارد. فرمانده سپاه علی ابن ابی طالب (ع) گفت: امروز نیروهای ما در خارج از مرزها حضور فیزیکی ندارند ولی قدرت معنوی وایام گیری از روحیه شهادت طلبی نیروهای ایرانی شد محکمکی در برابر دشمنان در منطقه ایجاد کرده است.

سردار محمدرضا باهنر رئیس سازمان بسیج مستضعفان نیز در این مراسم گفت : استان قم باید نخستین لنگوی ایرانی اسلامی پیشرفت را به جوامع اسلامی ارائه دهدو نظام مسلطی را برای تحقق امر به معروف و نهی از منکر در جامعه پیدامساری کند.

حجت الاسلام محمدرضا آشتیانی نماینده مردم قم در مجلس شورای اسلامی نیز در این مراسم گفت : سپاه امام علی ابن ابی طالب (ع) تاکنون با استفاده از ظرفیت های مختلف استان قم توانست در تحقق اهداف و آرمان های انقلاب اسلامی مشارکت مناسبی داشته باشد.

در پایان این مراسم حکم فرماندهی سپاه علی ابن ابی طالب (ع) قم از سوی سردار تقدی در سردار احمدی اهدا و از تلاش های سردار مهدوی نژاد تقدیر شد. گفتنی است، سردار احمدی پیش از مسؤولیت فرمانده سپاه خراسان رضوی را به عهده داشته است.

استاندار قم گفت: استفاده از ظرفیت شخصیت ها، متخصصین و فرهیختگان علمی حوزوی و دانشگاهی ویژه حوزه علمیه قم در امر تقنین، می تواند کشور را در مسیر بهبود قانونگذاری کمک کند.

سید مهدی صادقی عصر دوشنبه در نشست حمایت از تولید ملی در مرکز تحقیقات اسلامی مجلس شورای اسلامی درقم خاطرنشان کرد: بررسی مصوبات و لوایح در مرکز تحقیقات اسلامی مجلس یک فرصت خوبی برای قم است چرا که دسترسی ما را به مراکز تصمیم گیری و قوانینی که قرار است برای آینده کشور تصویب و به اجرا گذاشته شود، نزدیک تر و تسهیل تر خواهد کرد.

وی ادامه داد: قوانین برای تصویب نیازمند غنای بیشتر و بسترسازی مناسب است که خوشبختانه در حوزه علمیه قم به دلیل حضور فقها و اندیشمندان این زمینه فراهم می باشد، امید است این ظرفیت های غنی به خوبی استفاده شود.

استاندار قم گفت: اگر مرکز تحقیقات اسلامی مجلس در ارتباط با قوانین قبلی و قوانینی که در حال اجرا می باشند آسیب شناسی درستی انجام دهد، قطعا در بهبودی

و تسهیل امور پروژه در بررسی طرح ها و لوایح پیش رو، کمک زیادی خواهد کرد.

بخش خصوصی باعث رونق تولید و اقتصاد خواهد شد
رییس اتاق بازرگانی استان قم نیز در این نشست گفت: استفاده از ظرفیت بخش

کلاس احکام کسب و کار حلال برای تاجار قم

دبیر شورای عالی حوزه‌های علمیه با اشاره به اینکه مردم از گذشته به حوزه‌های علمیه کمک می کردند گفت:

بازاریان در زمان انقلاب به کمک امام خمینی (ره) آمدند

و به نوعی حامیان انقلاب و روحانیت به شمار می‌ایند و در این مسیر برخی بازاریان شکنجه شدند و برخی نیز به شهادت رسیدند.

آیتا، مقتدایی بیان کرد: اگر کلاس‌های احکام کسب و کار تشکیل شود باید شرکت کنندگان در این کلاس‌ها نیز مشخص شوند تا کلاس‌ها به صورت رسمی برگزار شود.

وی با اشاره به اینکه آیتا، صفای گایگانی از آموزش احکام کسب و کار به کسبه ابراز خوشحالی کرده‌اند، گفت:

بنا به نظر ایشان، پیش از این نیز فردی معتمد در بازار، احکام کسب و کار را به دیگر بازاریان آموزش می‌داد.

دبیر شورای عالی حوزه‌های علمیه تاکید کرد: در استان تهران در پنج مدرسه علمیه آموزش‌های کسب و کار با حضور جامعه مدرسین حوزه علمیه قم خاطرنشان کرد:

از سوی مدیر کل ارشاد قم مطرح شد:

انتقاد از محتوای نامناسب برخی کتب دفاع مقدس

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم با اظهار تاسف از محتوای پایین ونامناسب برخی کتابهای عرصه شده در عرصه دفاع مقدس و فرهنگ

ایثار و شهادت، گفت: کتاب های این عرصه باید مثل چندین اثر ارزشمند سال های اخیر، توان عرضه، حضور و رقابت در بازار کتاب در داخل و خارج از استان را داشته باشند.

حجت الاسلام عیسا داشی در دیدار مدیر کل حفظ آثار و نشر ارزش های دفاع مقدس استان، اظهار داشت: علاوه بر آثار فاخر داستانی در خصوص دفاع مقدس، باید نسبت به چاپ و عرضه کتاب های مختصر و مفید کپسولی و فشرده متناسب با ذائقه

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان در مراسم تجلیل از تعاونی های بر قم:

نگاه سلیقه ای مشکلاتی زیادی به بار آورده است

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان قم گفت: اگر انتقاد از نگاه سلیقه ای گفت: متأسفانه در گذشته این نگاه های سلیقه ای مشکلاتی را به بار آورده که باید اصلاح شود.

سید حسن رضوی روز گذشته در مراسم تجلیل از تعاونی های بر تر قم گفت: ما قبل از برنامه ای بعد از انقلاب پشت سر گذاشتیم اگر می‌توانیم مثل پیشرفت را در نظر بگیریم، بر اساس مقدمات برنامه ششم در حال تهیه است، کمتر از ۴۰ درصد به اهداف سلیقه ای که با یک نقص است، وی گفت: در برنامه ششم این مسائل در نظر گرفته شده است و در دولت نهم و دهم نیز برخی از مسائل و تصمیمات سلیقه ای بود که باید در این زمینه مشکلاتی را شاهد بودیم

مدیر باغبانی سازمان جهاد کشاورزی استان خبر داد: برداشت ۱۱ هزار و ۵۰۰ تن انگور از باغات قم

مدیر باغبانی سازمان جهاد کشاورزی استان قم از برداشت ۱۱ هزار و ۵۰۰ تن انگور از باغات استان قم خبر داد.

مسلم ابراهیمی اظهار داشت: این میزان محصول از یک هزار و ۱۵۰ هکتار سطح زیر کشت برداشت شده که متوسط عملکرد آن ده تن در هر هکتار بوده است.

وی با اشاره به اینکه بیشتر باغات انگور استان قم در بخش چیت آب، دستجرد، خلجستان، کهک و جاده کشانی می باشد، بیان داشت: دو رقم انگور یاقوتی و مهدی خللی در شهرستان قم برداشت شده که جزء ارقام زودرس محسوب می شوند.

وی با تاکید بر اینکه میوه انگور به نوع دانه دار و بی دانه تقسیم می شود، بیان داشت: هر یک از این نوع در رنگهای سرخ و سیاه وزرد و تقریباً سبز دیده می شوند و این میوه

مسئول واحد سمعی بصری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم گفت: فیلم محمد در طول ۱۱ روز بیش از یک میلیارد ریال فروش داشت.

کلام رضوانی امروز در گفتگو با فارس ، با اشاره به استقبال فراوان از فیلم محمد رسول- در سینماهای قم بیان کرد، این فیلم پرمخاطب امروز سیزدهمین روز اکران خود را پشت سر می گذارد و در طول ۱۱ روز بیش از یک میلیارد ریال فروش داشت و بیش از ۱۳ هزار نفر نیز برای تماشاى این فیلم به سینماهای قم مراجعه کردند.

وی با بیان اینکه کیفیت فیلم محمد رسول- (ص) موجب استقبال افشار فرهنگی و مذهبی شده است، تصریح کرد: دو موسسات و مراکز فرهنگی به صورت جمعی برای دیدن

استاندار قم تاکید کرد:

استفاده از ظرفیت قم در بهبود قوانین



شده مواجه می‌شویم و به جای منابع برای تولید، باید دنبال رفع موانع باشیم.

وی ادامه داد: کمیتة حمایت از تولید ملی ظرفیت بسیار مناسبی برای استفاده از نظرات و تجربیات کارشناسان اقتصادی و صاحبان صنایع و فن است.

قانونگذار نباید خود را از توجه به تخصص هادور کند

رییس مرکز تحقیقات اسلامی مجلس شورای اسلامی نیز در این نشست با اشاره به اهمیت نقش متخصصان در عرصه تقنین گفت: قانون باید در عین فقهی بودن، به سمت کارآمدی و انسجام سوق پیدا کند، بر همین اساس قانونگذار نباید خود را از توجه به تخصص هادور کند.

حجت الاسلام احمد مبلغی افزود: مرکز تحقیقات اسلامی مجلس باوجود نوپا بودن، کارشناسان اقتصادی در مرکز تحقیقات اسلامی مجلس قم برگزار شد.

در مدارس علمیه نزدیک بازار برگزار می شود

مدارس علمیه‌ای که نزدیک به بازار هستند برای آموزش احکام کسب و کار انتخاب شده‌اند و برای این آموزش‌ها استادی انتخاب شده است که هفته‌ای یک روز، احکام کسب و کار را به کسبه بازار آموزش می‌دهد.

آیتا، مقتدایی بیان کرد: اگر کلاس‌های احکام کسب و کار تشکیل شود باید شرکت کنندگان در این کلاس‌ها نیز مشخص شوند تا کلاس‌ها به صورت رسمی برگزار شود.

وی با اشاره به اینکه آیتا، صفای گایگانی از آموزش احکام کسب و کار به کسبه ابراز خوشحالی کرده‌اند، گفت:

بنا به نظر ایشان، پیش از این نیز فردی معتمد در بازار، احکام کسب و کار را به دیگر بازاریان آموزش می‌داد.

دبیر شورای عالی حوزه‌های علمیه تاکید کرد: در استان تهران در پنج مدرسه علمیه آموزش‌های کسب و کار با حضور جامعه مدرسین حوزه علمیه قم خاطرنشان کرد:

از سوی مدیر کل ارشاد قم مطرح شد:

انفدر کشته و مجروح در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته قم

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم از فوت ۲ نفر و مجروح شدن ۹ نفر در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته خبر داد.
محمدرضا حسنی در گفتگو با خبرنگار مهر با اشاره به حادثه شاخت ۲۴ ساعت در روز پنجشنبه نیز ۴۵ کیلومتر در ساعت با جهت شرقی خواهد بود.
گفته می‌شود، یک مجروح بدحال را برای گشتن در قم افزود: حداقل نمای هوا در روز چهارشنبه ۲۰ درجه و حداکثر ۲۸ درجه و حداقل دمای هوای پنجشنبه ۲۰ درجه و حداکثر نیز ۲۷ درجه خواهد بود.وی بیان کرد: دمای هوا تا پایان هفته ثابت باقی می‌ماند و پدیده باد و بور دوبار آینده غبار آلود بودن هوا و افزایش موثر از خواهد بود.

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم خبر داد:

۱۱ نفر کشته و مجروح در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته قم

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم از فوت ۲ نفر و مجروح شدن ۹ نفر در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته خبر داد.
محمدرضا حسنی در گفتگو با خبرنگار مهر با اشاره به حادثه شاخت ۲۴ ساعت در روز پنجشنبه نیز ۴۵ کیلومتر در ساعت با جهت شرقی خواهد بود.
گفته می‌شود، یک مجروح بدحال را برای گشتن در قم افزود: حداقل نمای هوا در روز چهارشنبه ۲۰ درجه و حداکثر ۲۸ درجه و حداقل دمای هوای پنجشنبه ۲۰ درجه و حداکثر نیز ۲۷ درجه خواهد بود.وی بیان کرد: دمای هوا تا پایان هفته ثابت باقی می‌ماند و پدیده باد و بور دوبار آینده غبار آلود بودن هوا و افزایش موثر از خواهد بود.



کتابخوانی و تأثیرآن در نسل جوان، افزود: استفاده از ظرفیت شورای فرهنگ عمومی

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان در مراسم تجلیل از تعاونی های بر قم:

نگاه سلیقه ای مشکلاتی زیادی به بار آورده است

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان قم گفت: اگر در برنامه ششم بخوایم رشد هشت درصدی را داشته باشیم یک کار بسیار عظیمی را باید انجام دهیم که باید همه مجموعه های مردمی در این زمینه مشارکت داشته باشند و برای این کار باید اقدام کنند.رضوی گفت: ما مادگی داریم که در خدمت تعاونی ها بوده و حساسی را با حضور استاندار برگزار کنیم تا بتوانیم در خدمت تعاونی ها باشیم.

تعاونی های بر تر استان قم تجلیل شدند
همزمان با هفته تعاون، تعاونی های بر تر استان تجلیل و بر گسترش فعالیت تعاونی ها در کشور تاکید شد. این مراسم در روز گذشته با حضور تعاونی های استان تشکیل شد که طی آن جمعی از مسئولان تعاونی به ارائه نظرات خود پرداختند

مدیر باغبانی سازمان جهاد کشاورزی استان خبر داد:

برداشت ۱۱ هزار و ۵۰۰ تن انگور از باغات قم

مدیر باغبانی سازمان جهاد کشاورزی استان قم از برداشت ۱۱ هزار و ۵۰۰ تن انگور از باغات استان قم خبر داد.

مسلم ابراهیمی اظهار داشت: این میزان محصول از یک هزار و ۱۵۰ هکتار سطح زیر کشت برداشت شده که متوسط عملکرد آن ده تن در هر هکتار بوده است.

وی با اشاره به اینکه بیشتر باغات انگور استان قم در بخش چیت آب، دستجرد، خلجستان، کهک و جاده کشانی می باشد، بیان داشت: دو رقم انگور یاقوتی و مهدی خللی در شهرستان قم برداشت شده که جزء ارقام زودرس محسوب می شوند.

وی با تاکید بر اینکه میوه انگور به نوع دانه دار و بی دانه تقسیم می شود، بیان داشت: هر یک از این نوع در رنگهای سرخ و سیاه وزرد و تقریباً سبز دیده می شوند و این میوه

فروش فیلم محمد رسول... در قم از یک میلیارد گذشت

این فیلم به سینماها مراجعه می کنند.
مسئول واحد سمعی بصری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم با تاکید بر اینکه سینماهای قم تمام سالن های خود را به اکران فیلم محمد رسول- اختصاص دادند گفت: سینما نوس در هشت سانس و سینما تربیت در سه سانس هر روز این فیلم را اکران می کنند.وی افزود: با توجه به استقبال فراوانی که از این فیلم پرمخاطب در سینماهای نوس و تربیت صورت گرفته است هر روز بر شمار مخاطبان فیلم سینمایی محمد رسول- در قم افزوده می شود.

رضوانی با بیان اینکه در فیلم محمد رسول- (ص) از تصاویر، جلوه های بصری، صدا و موسیقی شگفت انگیزی بهره برده شده است، تصریح کرد: این اثر ارزشمند مقام متعالی

حوادث

هشدار فرمانده انتظامی استان قم:

اجازه سلب اعتماد مردم از پلیس را نمی دهیم
فرمانده انتظامی استان قم تصمیم و عمل به اقتضای زمان و مکان را جزء سختی کار پلیس دانست و تاکید کرد: اجازه نمی دهیم یک نیرو با اقدامی نابجا زحمات سایر کارکنان را زیر سوال ببرد، گرچه برخی افراد و گروه ها در صدد تضعیف پلیس هستند اما ما قائل به رعایت قانون هستیم.

سردار کاظم جغتایی در دیدار با دادستان سازمان قضائی نیروهای مسلح استان قم با اشاره به اینکه پلیس بیش از ۴۰ موریت حساس و مهم دارد، گفت: خطر پذیری و آسیب پذیری این شغل بالا است بنابراین سعی شده تا مأموریت ها افرادی بکارگیری شوند که از نظر توانایی در مرتبه بالاتری قرار دارند.

وی ضمن قدردانی از حمایت های سازمان قضایی نیروهای مسلح استان، اظهار داشت: تصمیم و عمل به اقتضای زمان و مکان، در حین مأموریت از سختی های کار پلیس است، فرمانده انتظامی استان قم همچنین به کاهش بیش از ۷۰ درصدی جرم کارکنان در سال جاری به نسبت مدت مشابه سال قبل اشاره و تاکید کرد: دلیل عمده آن برنامه های آموزشی خصوصاً از سوی مسئولان سازمان قضائی نیروهای مسلح استان برای کارکنان بوده است.

جغتایی با بیان اینکه ما اجازه نمی دهیم یک نیرو با اقدامی نابجا زحمات سایر کارکنان را زیر سوال ببرد، خاطرنشان کرد: کسی نباید اعتماد مردم را سلب کند گرچه برخی افراد و گروه ها در صدد تضعیف پلیس هستند اما ما قائل به رعایت قانون هستیم در ادامه دادستان سازمان قضائی نیروهای مسلح استان قم "ابرج عباسی" با اشاره به فرموده مقام معظم رهبری مبنی بر اینکه " امروز کار پلیس، جهاد فی سبیل ا است"، گفت: نقش پلیس و حضور آن در جامعه محسوب است و ما نیز این سخن را درک کرده ایم. دادستان سازمان قضائی نیروهای مسلح استان قم با اشاره به شعار کار خود "عامل، پیشگیری و اقتدار همراه با عدالت"، گفت: نیروهای مسلح یکی از ارکان نظام هستند و مردم عملکرد یک پلیس را از جانب نظام می دانند بنابراین باید بسیار دقت داشت تا اعتمادی که مردم به پلیس پیدا کرده اند، سلب نشود.

رئیس پلیس راهور استان قم خبر داد:

توقیف خودرو پژو ۴۰۵
بایش از ۱۵ میلیون خلافی

رئیس پلیس راهور فرماندهی انتظامی استان قم از توقیف یک دستگاه خودرو پژو ۴۰۵ با خلافی بیش از ۱۵ میلیون ریال خبر داد.

به گزارش پایگاه خبری پلیس، سرهنگ سید کرم- حسینی در تشریح این خبر گفت: تیم های گشت پلیس راهور قم هنگام روان سازی ترافیک و کنترل خودروهای عبوری، یک دستگاه خودرو پژو را به علت تخلفی از قانون و داشتن دو تخلف همزمان متوقف کردند. این مقام انتظامی افزود: پس از توقف خودروی مصوف و در استعلام به عمل آمده مشخص شد خودرو پژو داری ۱۵ میلیون ریال خلافی پرداخت نشده است.سرهنگ حسینی تصریح کرد: بر اساس ماده ۴۸ قانون رسیدگی به تخلفات رانندگی خودروی مذکور توقیف و روانه پارکینگ شد.

رئیس پلیس آگاهی استان قم خبر داد:

دستگیری سارق منزل با ۲۱ فقره سرقت
رئیس پلیس آگاهی استان قم از دستگیری سارق منزل با ۲۱ فقره سرقت در استان خبر داد.

به گزارش خبرنگار پایگاه خبری پلیس، سرهنگ مهدی قمی در تشریح این خبر اظهار داشت: در پی شکایت فردی مبنی بر سرقت منزل وی، باافاصله پورونده به پلیس آگاهی استان ارسال شد.

وی افزودبا انجام یکسری اقدامات پلیسی متهم شناسایی و در یک عملیات غافلگیرانه ای توسط کارآگاهان پلیس آگاهی دستگیر شد.

سرهنگ قدمی ادامه داد: مأموران در بازرسی بدنی از وی مفادیری اموال سرقتی را کشف کردند.

رئیس پلیس آگاهی استان اضافه کرد: در بازجویی های بعمل آمده متهم ابتدا از بیان حقیقت سر باز زد اما در ادامه با ارائه الّه و مدار ک در نهایت به ۲۱ فقره سرقت منزل به ارزش تقریبی یک میلیارد ریال اعتراف کرد.

سرهنگ قدمی بیان کرد: در ادامه شکایت نیز شناسایی و متهم با قرار قانونی مناسب روانه زندان شد.

هواشناسی قم پیش بینی کرد:

هوای قم امروز و فردا غبار آلود است
رئیس اداره تحقیقات و پیش بینی اداره کل هواشناسی استان قم از غبار آلود شدن هوای قم طی امروز و فردا خبر داد.

گفته می‌شود، یک مجروح بدحال را برای گشتن در قم افزود: حداقل نمای هوا در روز چهارشنبه ۲۰ درجه و حداکثر ۲۸ درجه و حداقل دمای هوای پنجشنبه ۲۰ درجه و حداکثر نیز ۲۷ درجه خواهد بود.وی بیان کرد: دمای هوا تا پایان هفته ثابت باقی می‌ماند و پدیده باد و بور دوبار آینده غبار آلود بودن هوا و افزایش موثر از خواهد بود.

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم خبر داد:

۱۱ نفر کشته و مجروح در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته قم

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم از فوت ۲ نفر و مجروح شدن ۹ نفر در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته خبر داد.
محمدرضا حسنی در گفتگو با خبرنگار مهر با اشاره به حادثه شاخت ۲۴ ساعت در روز پنجشنبه نیز ۴۵ کیلومتر در ساعت با جهت شرقی خواهد بود.
گفته می‌شود، یک مجروح بدحال را برای گشتن در قم افزود: حداقل نمای هوا در روز چهارشنبه ۲۰ درجه و حداکثر ۲۸ درجه و حداقل دمای هوای پنجشنبه ۲۰ درجه و حداکثر نیز ۲۷ درجه خواهد بود.وی بیان کرد: دمای هوا تا پایان هفته ثابت باقی می‌ماند و پدیده باد و بور دوبار آینده غبار آلود بودن هوا و افزایش موثر از خواهد بود.

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم از فوت ۲ نفر و مجروح شدن ۹ نفر در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته خبر داد.
محمدرضا حسنی در گفتگو با خبرنگار مهر با اشاره به حادثه شاخت ۲۴ ساعت در روز پنجشنبه نیز ۴۵ کیلومتر در ساعت با جهت شرقی خواهد بود.
گفته می‌شود، یک مجروح بدحال را برای گشتن در قم افزود: حداقل نمای هوا در روز چهارشنبه ۲۰ درجه و حداکثر ۲۸ درجه و حداقل دمای هوای پنجشنبه ۲۰ درجه و حداکثر نیز ۲۷ درجه خواهد بود.وی بیان کرد: دمای هوا تا پایان هفته ثابت باقی می‌ماند و پدیده باد و بور دوبار آینده غبار آلود بودن هوا و افزایش موثر از خواهد بود.

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم خبر داد:

۱۱ نفر کشته و مجروح در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته قم

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم از فوت ۲ نفر و مجروح شدن ۹ نفر در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته خبر داد.

محمدرضا حسنی در گفتگو با خبرنگار مهر با اشاره به حادثه شاخت ۲۴ ساعت در روز پنجشنبه نیز ۴۵ کیلومتر در ساعت با جهت شرقی خواهد بود.
گفته می‌شود، یک مجروح بدحال را برای گشتن در قم افزود: حداقل نمای هوا در روز چهارشنبه ۲۰ درجه و حداکثر ۲۸ درجه و حداقل دمای هوای پنجشنبه ۲۰ درجه و حداکثر نیز ۲۷ درجه خواهد بود.وی بیان کرد: دمای هوا تا پایان هفته ثابت باقی می‌ماند و پدیده باد و بور دوبار آینده غبار آلود بودن هوا و افزایش موثر از خواهد بود.

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم خبر داد:

۱۱ نفر کشته و مجروح در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته قم

رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی استان قم از فوت ۲ نفر و مجروح شدن ۹ نفر در حوادث ترافیکی ۲۴ ساعت گذشته خبر داد.

بیشتر بدانیم

رهنمود برای آب کردن چربی‌های بدن

سازمان بهداشت جهانی (WHO) اعلام کرده است که دومیلیارد و سیصدمیلیون نفر از افراد کره زمین اضافه وزن دارند و در گروه چاق‌ها جای می‌گیرند. چاقی نتیجه تغذیه ناسالم و تحرک کم است.

سازمان بهداشت جهانی (WHO) اعلام کرده‌است که دومیلیارد و سیصدمیلیون نفر از افراد کره زمین اضافه وزن دارند و در گروه چاق‌ها جای می‌گیرند. چاقی نتیجه تغذیه ناسالم و تحرک کم است. گالری عکسی با ۱۰ رهنمود برای کم شدن وزن.

در جریان یک رژیم غذایی شدید اگرچه وزن شما در زمانی کوتاه به شدت کاهش می‌یابد، اما این کاهش وزن به خاطر از دست رفتن آب و ماهیچه‌های بدن خواهد بود. در رژیم‌های غذایی شدید چربی کمی از بدن غفل می‌شود و بدن با پایان دوره رژیم، بار دیگر چربی ذخیره خواهد کرد. رژیم‌های غذایی شدید دارای عوارض جانبی نیز هستند؛ عوارضی چون سردرد، تهوع و بوی بد دهان.

مواد غذایی ایده‌آل

هر کس خواستار وزن کم است و می‌خواهد پس از پایان دوره رژیم غذایی، وزن‌اش بار دیگر افزایش نیابد، باید به میوه و سبزی‌ها که سرشار از ویتامین و املاح معدنی هستند و درصد آب آنها نیز زیاد است، روی آورد. چنین افرادی باید آب زیادی بنوشند.

کاهش مواد غذایی مضر

چاق کننده‌های جدی فقط در مواد چربی‌دار جمع نشده‌اند. کربوهیدرات‌هایی چون محصولات کربد آب سفید تهیه می‌شوند، غذاهای از پیش آماده، مواد غذایی با نسبت بالای قند یا فروکتوز، نوشیدنی‌های شیرین و قست قود به شدت چاق‌کننده‌اند.

روزی سه وعده غذا بخورید

هر روز سه وعده غذا بخورید. صبحانه می‌تواند پروپیمان باشد. هر چه آهسته‌تر غذا بخورید، احساس سیری زودتر به سراغ شما می‌آید. آن قدر بخورید که احساس گرسنگی تا ۸۰ درصد سیر شده‌اید. بشقاب‌های کوچک‌تر را برای غذا انتخاب کنید. به این ترتیب اگر بشقاب را پر کنید، احساس کم خورن در شما بوجود نمی‌آید.

ورزش

بدون ورزش منظم وزن شما کاهش نمی‌یابد. ورزش سبب می‌شود مصرف انرژی در بدن افزایش یابد و چربی نیز آب شود. برای مبتدیان پیاده‌روی یا ژیمناستیک در آب، می‌تواند شروع بسیار خوبی باشد. این دو ورزش برای ستون فقرات و مفاصل‌ها نیز بسیار مناسب‌اند. رشته‌های دیگر ورزشی چون دو، دوچرخه سواری یا شنا نیز تاثیرات بسیار مثبت دارند. سه بار در هفته و هر بار دست‌کم ۲۰ دقیقه ورزش کنید.

خواب کافی

کسی که کم بخوابد پس از بیدار شدن احساس گرسنگی بیشتری می‌کند. کم خوابی سبب می‌شود سطح هورمون لپتین که در بدن ایجادکننده احساس سیری است کاهش یابد و بدن برای ایجاد احساسی سیری، نیاز به غذای بیشتری داشته باشد. کم خوابی همچنین سبب افزایش ترشح هورمون‌های اشتهاآوری چون گرلین و اورکسین می‌شود. بنابراین کسی که خواستار کاهش وزن است باید به اندازه کافی بخوابد.

حمام آب سرد

آب سرد سبب آب شدن چربی بدن می‌شود و به کاهش وزن کمک می‌کند. در پی حمام آب سرد بخصوص چربی‌های اضافی مناطق ران و باسن آب می‌شوند. گفته می‌شود که دمای آب باید از ۲۰ درجه سانتی‌گراد در ابتدای حمام، به ۱۵ درجه در انتهای آن برسد. کارشناسان درجهی سردتر دمای آب را تجویز نمی‌کنند. کسی که هر روز بهانه ۱۵ دقیقه حمام آب سرد بگیرد بدن خود را در مقابل چربی‌های اضافی واکنشیه کرده‌است.

تقویت ماهیچه‌ها

ماهیچه‌ها حدود ۲۰ درصد وزن بدن را تشکیل می‌دهند و احتیاج‌شان به کالری حتی هنگام کم‌فعال‌یستند. سه‌باربربیشتر ازبافت‌های چربی است. ماهیچه‌ها، مانند کالری‌ها را می‌سوزانند و از مهم‌ترین بازدارنده‌های تشکیل چربی در بدن‌اند. هرچه ماهیچه‌های بدن بیشتر باشد، چربی‌های بیشتری در بدن می‌سوزند.

کاهش استرس

استرس یکی از مهم‌ترین عناصر روحی برای افزایش وزن بدن و چاقی است. هورمون‌های استرس‌زا به شدت به بدن استرس اشتها و کاهش احساس سیری بدن کمک می‌کنند. به همین دلیل زندگی بدون استرس کمک بزرگی است برای کاهش وزن بدن.

هیچ‌گاه با شکم گرسنه خرد نکندید

کسی که با شکم گرسنه بخرد می‌رود، مطمئناً اجناسی می‌خرد که در زنبیل کسانی که خواستار کاهش وزن هستند نباید دیده شود. بنابراین همیشه پیش از صرف غذا خرید کنید. با شنیدن سیر بهتر می‌توان موادی خرید که بدن واقعاً به آنها احتیاج ندارد.

علم- فناوری

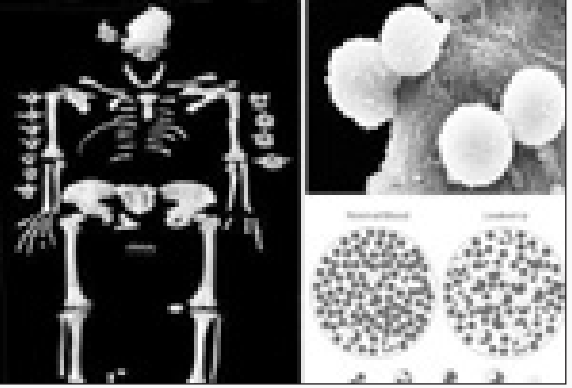
کشف قدیمی ترین مورد ابتلا به سرطان خون

دانشمندان دانشگاه توپینگن موفق به کشف قدیمی ترین مورد احتمالی ابتلا به سرطان خون در اسکلت ۷۰۰۰ ساله یک زن در قبرستان نوسنگی در آلمان شدند.
حققان جهت پیدا کردن آثاری از سرطان خون در اسکلت این زن که در ۳۰ تا ۴۰ سالگی مرده بود، از پروتئنگاری رایانهای با وضوح بالا استفاده کردند.

به گفته دکتر هیک شرف از مرکز تکامل انسان و محیط‌های باستانی سنکر برگ در دانشگاه توپینگن، "تحقیق G6۱" که در قبرستانی از دوران نوسنگی کشف شده، به غیر از التهابات لثه‌ها و پوسیدگی های دندان تحت تاثیر بیماری دیگری نبوده است.

شرف اظهار کرد، ما چندین استخوان از این اسکلت را توسط سیستم پروتئنگاری وضوح بالای خود آزمایش کرده و متوجه شد شدن غیر عادی بافت درونی استخوان -استخوان اسفنجی- در سمت راست بالای استخوان بازو و جناغ سینه شدم.

به گفته وی، نتایج فوقا وجود سرطان خون در شخص G6۱ را نشان می‌دهد که می‌تواند قدیمی ترین مورد سرطان تان کنون باشد.



تولید کوچک‌ترین پلاسمای کوارک گلوئون در سن

محققان دانشگاه کانزاس با همکاری دانشمندان بر خودرهنده بزرگ هادرونی حالتی از ماده

به نام پلاسمای کوارک گلوئون را به همراه چند دره دیگر خلق کرده‌اند. گفته می‌شود این حالت درست در هنگام تولد جهان وجود داشته است. این ماده با برخوردادن پروتون‌ها با هسته‌های سرب در انرژی بالا و در داخل آشکارساز سیمولوه فشرده میبوی (Compact Muon Solenoid)برخورد کرده‌اند.هادرونی تولیدشد.

دانشمندان پلاسمای بدست آمده را کوچک‌ترین مایع مان گذاشت‌ه‌اند.

پیش از انجام آزمایشات، تصور می‌شد محیط ایجادشده در یک پروتون طی برخورد‌های سرب بیش از حد کوچک است که بتواند پلاسمای کوارک گلوئون را خلق کند.

نتایج نشان می‌دهد بر خلاف انتظار‌ها، می‌توان یک پلاسمای کوارک گلوئون را در یک پروتون غیرمتمقان در برخورد‌های سرب تولید کرد. این موفقیت علمی دیدگاه‌های جدیدی در ادراک فیزیک پرانرژی در اختیار می‌گذارد.

این اولین مدرک دل آن است که در برخورد‌های پروتون-سرب کوچک‌ترین قطره پلاسمای کوارک گلوئون تولیدمی‌شود.

محققان پلاسمای کوارک گلوئون را به عنوان حالتی بسیار داغ و فشرده از ماده و دارای کوارک‌های غیرمتمصل و گلوئون‌ها توصیف می‌کنند که در هسته‌های منفرد حبس نشده‌اند.

خواهی آرام با شنیدن «صدای سفید»!

گجت جدید و متفاوتی عرضه شده که نه تنها به افزایش کیفیت خواب کاربرانش می‌پردازد بلکه خواب آرامی برای آن‌ها رقم می‌زند.

بسیاری از افراد برای استراحت با خوابیدن در طول شبانه‌روز مجبور به مصرف قرص های خواب آور هستند اما گجت‌های بسیاری برای کمک به این افراد تولید و عرضه شده‌اند اما اینها می‌توان به دستبندی‌های آراش بخش، همدست ها و … اشاره کرد.
گجت جدیدی با نام Snooz که عرضه شده که به افزایش کیفیت خواب کاربرانش می‌پردازد. این گجت متفاوت از گجت‌هایی است که تاکنون برای بهبود یا ارتقا خواب کاربران عرضه شده اند. Snooz اتاق خواب کاربرانش را به بهترین مکان برای استراحت و یا رفتن آراش تبدیل می‌کند این گجت، دستگاه «شنوایی سفیدی» را نیز پرخورد است و به کاربرانش اجازه می‌دهد از دور و یا کمک اسمارت فون یا تبلت‌ها به کنترل این گجت بپردازند. این دستگاه با قیمت اولیه ۵۹ دلار عرضه خواهد شد.

آیا پیش از اندازه نگرانیید؟ ممکن است در ناخودآگاهتان تصور می‌کنید اگر به اندازه کافی نگران باشید، می‌توانید از وقوع اتفاقات بد جلوگیری کنید.اما واقعیت این است که نگرانی تأثیریاتی بر بدن دارد که ممکن است متعجبتان کند. وقتی نگرانی بیش از اندازه شود،ممکن است به احساس اضطراب بسیار زیاد تبدیل شود و حتی از نظر جسمی بیمار تان کند.

نگرانی احساس ناراحتی با بیش از اندازه درگیر اتفاق یا مشکلی شدن است. با نگرانی بیش از حد، ذهن و جسمتان بخاطر تمرکز مداوم روی اینکه «چه اتفاقی ممکن است بیفتد» خسته و فرسوده می‌شود.

در میان نگرانی بیش از حد، دچار اضطراب حاد – یا حتی وحشت – می‌شود. بسیاری از افراد یک‌هه دچار نگرانی مزمن هستند از یک حس برای یک اتفاق شوم قرب‌الوقوع یا ترس‌های غیرواقعی می‌زنند که فقط نگرانی‌هایشان را بیشتر می‌کند. این افراد که به محیط خود و اتفاقات دیگران از اندازه حساس هستند همه چیز و همه کس را یک تهدید بالقوه می‌بینند.

نگرانی مزمن آتقدیر بر زندگی روزمره‌تان تأثیری می‌گذارد که در اشتها،عادت‌های زندگی، روابط، خواب و عملکرد کاری‌ان اختال ایجاد می‌کند. خیلی از کسانی که بیش از اندازه نگرانی هستند آتقدیر مضطرب می‌شوند که تسکین و آرامش را در عادت‌های زیان‌آور مثل پر خوری، سیگار یا مصرف نوشیدنی‌های الکلی و موادمخدر پیدا می‌کنند.

اضطراب چیست؟

اضطراب واکنشی طبیعی به استرس است. اما اضطراب مداوم می‌تواند نتیجه اختلالی مثل اختلال اضطراب اختلال وحشت یا اضطراب اجتماعی باشد. اختلالات اضطراب پدیدهای متداول هستند و به طرق مختلف خود را نشان می‌دهند.

کند و گاهی‌اوقات کمی اضطراب و نگرانی عادی است. می‌تواند شما را برای اتفاقی که در پیش رو دارید آماده‌تر کند. بعنوان مثال، اگر می‌خواهید خودتان را برای یک مصاحبه کاری آماده کنید، کمی نگرانی با اضطراب باعث می‌شود کمی بیشتر درمورد آن کار تحقیق کنید. آنوقت می‌توانید در جلسه مصاحبه خودتان را بهتر نشان دهید. مضطرب بودن برای یک امتحان هم باعث می‌شودبیشتر درس بخوانید.

اما کسانیکه نگرانی بیش از اندازه دارند، به این موقعیت‌ها یا محرک‌های استرس‌زا بسیار سریع و شدید واکنش می‌دهند. حتی فکر کردن درمورد آن موقعیت می‌توانید نگرانی مزمن و ناراحتی بیش از اندازه برای فرد ایجاد کنند. نگرانی بیش از اندازه یا ترس و اضطراب وقتی اینقدر غیرمنطقی شود که نتوانید بر واقعیت مسائل تمرکز کنید یا درست فکر کنید، زیان‌آور می‌شوند. افرادی که دچار اضطراب بیش از حد هستند، قادر به یا بین بردن نگرانی‌هایشان نیستند و وقتی چنین اتفاقی بیفتد، علامه واقعی فیزیکی نشان می‌دهند.

آیا نگرانی با اضطراب بیش از اندازه می‌تواند واکنش استرس به دنبال داشته باشد؟
استرس از فشارهایی که هر روز متحمل می‌شویم ناشی می‌شود. صف طولانی فروشگاه، ترافیک شهری، زنگ مدرسه تلفن یا یک بیماری مزمن همه نمونه‌هایی از چیزهایی هستند که می‌تواند برایتان استرس ایجاد کنند. وقتی اضطراب بیش از اندازه می‌شود، این احتمال وجود دارد که واکنش استرس در بدنتان تحریک شود.

واکنش استرس دو مؤلفه دارد: اولی درک وجود چالش و دومی یک واکنش فیزیولوژیک. اتونامیک که واکنش «گریز» نامیده می‌شود است که در آنالین را در بدن بالا برده و بدنتان را در حالت هشدار نگه می‌دارد. زمانی بود که واکنش «جنگ یا گریز» پیشینیانمان را دربرابر خطراتی مثل حیوانات وحشی محافظت می‌کرد.بااینکه امروز به‌طور معمول با حیوانات وحشی روبه‌رو نمی‌شویم، اما خطر هنوز وجود دارد. این خطرها به شکل همکاران زیادخواه، بچه بزه‌گیر یا دعوا با همسر خود را نشان می‌دهد.

آیا نگرانی بیش از حد می‌تواند موجب بیماری جسمی شود؟

نگرانی مزمن و استرس احساسی مشکلات زیادی برای جسم ایجاد می‌کند. مشکل زمانی اتفاق می‌افتد که با نگرانی‌های بیش از اندازه، روزانه «جنگ یا گریز» تحریک می‌شود. واکنش جنگ یا گریز سیستم عصبی سمپاتیاتک بدن را به ترشح هورمون‌های استرس مثل کورتیزول وادر می‌کند. این هورمون‌ها قندخون و تری‌گلیسرید (چربی خون) را بالا می‌برد که می‌توانند به شکل سوخت توسط بدن مصرف شوند. این هورمون‌ها همچنین می‌توانند واکنش‌های جسمی زیر را نیز ایجاد کنند:

– مشکل در بلع – گیجی – خشکی دهان – تند شدن ضربان قلب – خستگی – سردرد – ناتوانی در تمرکز – آسیب‌پذیری – درد عضلانی – تنش عضلانی – حالت‌تهوع – انرژی عصبی – تند شدن نفس – تنگی نفس – تپش – لرزش – قی – سرخ شدن صورت
اضافه در خون برای فعالیت جسمی مورد استفاده قرار نگیرد، اضطراب مزمن و ترشح هورمون‌های استرس می‌تواند عوارض جسمی جدی به دنبال داشته باشد، مثل:
– سرکوب سیستم ایمنی – اختلالات گوارشی – تنش عضلانی – از دست رفتن موقت حافظه – بیماری عروق کرونری زودرس – حمله قلبی

تاثیرات نگرانی بر سلامتی و بدن

اگر استرس و نگرانی زیاد تحت درمان قرار نگیرد، می‌تواند موجب بروز افسردگی و یا حتی فکر خودکشی شود.

کورتیزول به کاهش بعضی ترس‌ها کمک می‌کند

بااینکه این تاثیرات واکنشی به استرس هستند اما استرس خود محرک اصلی است. اینکه بیمار شود یا نه به روش برخورد شما با استرس بستگی دارد. واکنش‌های فیزیکی به استرس، سیستم ایمنی، قلب و عروق، ترشح هورمون‌ها توسط بعضی غدد در بدنتان را درگیر می‌کند. این هورمون‌ها به تنظیم عملکردهای مختلف بدن مثل عملکرد مغز و تگانه‌های عصبی کمک می‌کنند.

همه این سیستم‌ها با هم در ارتباط هستند و شدیداً تحت تاثیر سبک کنار آمدن شما و وضعیت فیزیولوژیکی تان هستند. این استرس نیست که موجب بیمار شدنتان می‌شود. درمقاله تأثیراتی که واکنش‌هایی مثل نگرانی بیش از حد و اضطراب بر این سیستم‌های مختلف دارند است که موجب آن می‌شود. کارهایی هست که برای آن می‌توانید انجام دهید مثل ایجاد تغییرات در سبک زندگی.

چه تغییراتی در سبک زندگی می‌تواند، به افرادی که بیش از اندازه نگران هستند کمک کند؟ بااینکه نگرانی بیش از حد و اضطراب زیاد می‌تواند توان بدنتان را بر هم زند اما انتخاب‌های زیادی برای تنظیم ماهانگی جسم و روح‌تان پیش رویتان دارد.

با پزشکتان مشورت کنید. پیش دکترتان بروید تا یک معاینه و آزمایش کامل جسمی برایتان انجام دهد تا از وضعیت بدنتان و مشکلات آن باخبر شوید. پزشکتان با کمک است داروهایی مثل داروهای ضداضطراب یا ضدافسردگی هم برای کنترل اضطراب بیش از اندازه برایتان تجویز کند.

هر روز ورزش کنید. یک برنامه ورزشی منظم را شروع کنید. موداشیمیایی که در طول ورزش تولید می‌شود برای تقویت عملکرد سیستم ایمنی بدنتان بسیار مفید است. ورزش قدرتی و استقامتی منظم راهی بسیار موثر است که به بدنتان آموزش می‌دهد چطور با استرس‌تان کنار بیایید.

یک برنامه‌غذایی سالم و متعادل را دنبال کنید. استرس و نگرانی باعث می‌شود بعضی‌ها به پر خوری و بعضی به کم‌خوری روی بیاورند. بعضی‌ها هم به سمت خوراکی‌های ناسالم می‌روند. وقتی استرس و نگرانی شما را به سمت بیخالی می‌کشاند، سلامتتان را همیشه در یاد داشته‌باشید.

کافئین را به تعادل مصرف کنید. کافئین سیستم عصبی را تحریک کرده که موجب ترشح آدرنالین می‌شود که به شما حس استرس و عصبی بودن می‌دهد.

مراقب نگرانی‌هایتان باشید. هر روز ۱۵ دقیقه را برای تمرکز بر روی مشکلات و ترس‌هایتان کنار بگذارید و بعد از آن ۱۵ دقیقه آنها را کاملاً کنار بگذارید. خیلی‌ها یک دستبند لاستیکی درست می‌کنند تا هر بار که افکار نگران‌کننده به ذهنشان هجوم می‌آورد یا کم‌خیشان آن درشان بگیرد، شما هم به کار می‌که می‌توانید برای بیرون کردن خودتان از این افکار انجام دهید. یاد بگیرید ریلکس کنید. تکنیک‌های ریلکس کردن واکنش رلکسیون را تحریک می‌کند – این واکنش وضعیت فیزیولوژیک است که با احساس یک هوشاری ذهنی گرم و آرام همراه است. این دقیقاً مقابل واکنش «جنگ و گریز» است. روش‌های ریلکس کردن کمک بسیار زیادی برای کاهش نگرانی‌ها و اضطراب می‌کند. این روش‌ها توانایی شما برای کنترل استرس را بالا می‌برد. وقتی ریلکس می‌شوید، جریان خون به مغزتان افزایش یافته و امواج مغزی از حالت هشدار، ریتم بتا، به ریلکس، ریتم آلفا، تغییر می‌کند. این روش‌های اگر به‌طور مرتب انجام شوند، تاثیرات مخرب استرس را کنترل می‌کنند.از جمله روش‌های ریلکس کردن می‌توانیم به گوش دادن به موسیقی آرامش‌بخش، فعالیت‌هایی مثل یوگا و تای‌چی اشاره کنیم. مدیتیشن کنید. مدیتیشن روزانه – به جای نگرانی – کمکتان می‌کند فراتر از افکار منفی قدم بردارید و از نگرانی‌هایی که بدنتان را در حالت هشدار نگه می‌دارد دوری کنید. با مدیتیشن، عمداً تمرکزتان را به اتفاقاتی که در لحظه می‌افتد معطوف می‌کنید، بدون اینکه به گذشته یا آینده فکر کنید. مدیتیشن هورمون‌هایی مثل کورتیزول و آدرنالین را در بدنتان کاهش می‌دهد.

روابط اجتماعی‌تان را قوی‌تر کنید. تنهايي به اندازه بالا بودن کلسترول یا کشیدن سیگار یکی از عوامل ابتلا به بیماری‌هاست. کسانیکه ازدواج موفق‌ی دارند با دوستان زیادی در اطرافشان هست نه تنها مراقبانه با دیگران انتظارات بهتری از زندگی دارند، بلکه کمتر به بیماری‌های مختلف‌مبتلای‌می‌شوند.

با یک مشاور مشورت کنید. مشاوره روانشناسی می‌تواند به شما برای استفاده از استراتژی‌های خوب برای کنار آمدن با مسائلی که موجب نگرانی می‌شود، کمک کند. مداخله روانشناسی روش‌هایی را به شما آموزش می‌دهد که می‌توانید از آنها در کنار سایر برنامه‌های درمانی استفاده کنید. مشاور به شما کمک می‌کند تشخیص دهید چه نوع افکار یا اعتقاداتی موجب اضطراب‌تان می‌شود و برای کاهش آنها یاری‌تان می‌کند. همچنین راهایی به شما پیشنهاد می‌دهد که به تغییر وضعیت‌تان کمک می‌کند. اما این خودتان هستید که باید این تغییرات را انجام دهید. مشاوره درمانی که خودتان بخوانید می‌تواند یاری‌تان مفید باشد.

با ظرفیت جذب بالا اقدام شود تا ضمن افزایش نرخ بازافت، از تولید ضایعات سمی جلوگیری به عمل آید. این تحقیقات به نمونه گیری از مواد و اعدادهای صنعتی انجام گرفته است. این پژوهشگر خاطر نشان کرد: برای این منظور جاذبی با تخلخل‌های نانومتری از بنتونیت طبیعی تهیه شده. عملکرد آن در بازافت و استفادهی مجدد از روغن‌های حاصل مورد بررسی قرار گرفته است.

به گفته سالم، با توجه به نتایج مطلوب حاصل شده، در صورت استفاده از این ماده نانو متخلخل میزان مصرف جانب کاهش یافته و راندمان فرایند بازافت افزایش می‌یابد. از طرفی کیفیت محصول نهایی به مراتب نسبت به محصولاتی که با روش‌های متداول تولید می‌شوند، ارتقا می‌یابد.

وی تاکید کرد: تولید روغن‌های صنعتی از منابع نفتی بسیار پرهزینه است. لذا بازافت و استفاده مجدد از آنها علاوه بر کاهش ضایعات سمی و جلوگیری از آلودگی محیط زیست، هزینه تولید روغن پایه را به شدت کاهش می‌دهد.

این پژوهشگر عنوان کرد: با تکمیل مطالعات دستیابی به تولید ابوهی این جاذب اصلاح‌شده، صنایع نفتی و پالایشگاهی،

جاروبرقی رباتیک جدید

با قابلیت اتصال به وای‌فای

شرکتی در آمریکا به نام Neato Robotics آخرین نمونه جاروبرقی را ارائه داده که دارای اتصالات وای‌فای برای کنترل آن با استفاده از یک گوشی هوشمنداست.

این جاروبرقی Botvac Connected نام گرفته و دارای شکلی Dمانند است که برای حرکت به کوشه‌ها و کنج‌های ساختمان طرحی است.
این فناوری مجهز به شبکه وای‌فای خانگی است که امکان کنترل جاروبرقی را از هر جایی که اتصالات اینترنت وجود دارد، فراهم می‌کند.

ابزار ادعایی با استفاده از برنامه نرم‌افزاری شرکت سازنده برای سیستم‌های اندروید و iOS قابل‌دسترس است و کاربران با استفاده از آن می‌توانند فرآیندهای شروع، توقف‌کردن فعالیت سامانه، زمانبندی به نظارت بر عملکرد جاروبرقی را انجام دهند.

این سیستم با استفاده از پرتو لیزر اتاق موردنظر را اسکن کرده و به‌طور خودکار الگوی تمیز کردن را نقشه‌برداری می‌کند.
Botvac Connected قادر به اجتناب از اجسام به صورت بلادرنگ و عملکرد در تاریکی است و برنامه نرم‌افزاری ارائه‌شده به کاربران امکان کنترل خودکار و هدایت آن به مکان مطلوب را می‌دهد.

این سامانه توسط یک باتری لیتیم-یون نیرودهی می‌شود و دارای دو حالت تمیز کردن «حالت اکو» تمیز کردن آرام‌تری را ظرف ۱۲۰ دقیقه ارائه می‌دهد در حالی که «حالت توربو» با انجام عمل مکش، فعالیت خود را ظرف ۹۰ دقیقه انجام می‌دهد.

شرکت سازنده مدعی است این جاروبرقی دارای فیلتر جدیدی است که درات کوچک تا اندازه ۰٫۳ میکرون را شکار می‌کند و هر دوی کف زمین سخت و فرش‌دار را تمیز می‌کند.



علمی و سلامت

توصیه‌ها و هشدارها

استرس سلامت کودکان را تهدید می‌کند

خود کم‌بینی و تنهایی باعث مسائل روحی و روانی و عاملی برای بروز استرس در کودکان است.

مریم‌السادات پورحسینی روانشناس در خصوص مفهوم استرس گفت:مسائلی که آراش روحی و روانی فرد را برهم می‌زند،مهمترین علل ایجاد استرس هستند.این عوامل استرس را در افراد ناشناخته شده هستند.اما در اضطراب فرد نسبت به یک موضوع پیش آمده به ناآرامی ذهنی خود آگاهی کامل دارد. وی در ادامه با تاکید بر این که خود کم‌بینی عاملی جدی برای استرس محسوب می‌شود،افزود: افرادی که به خود کم‌بینی دچار هستند و اعتماد به نفس کافی ندارند،همیشه ضعف را در وجود خود احساس می‌کنند که در پی آن ناآرامی ذهنی را برای خود رقم می‌زنند که نتیجه آن بروز استرس به دلیل عدم موفقیت در موقعیت‌های مختلف‌است.

این روان شناس با بیان این که ناآرامی خانواده زمینه ساز بروز استرس در کودکان است تصریح کرد: با توجه به حساس بودن روحیه کودک، مکسیمم عمل در آن‌ها نسبت به بزرگسالان متفاوت است به طوری که اگر کودک در خانواده‌ای ناآرام باشد و اعضای خانواده حمایت عاطفی لازم را برای کودک انجام ندهند، کودک احساس تنهایی کرده و دچار استرس خواهند شد.

پورحسینی افزود: خانواده باید آرامش کودک را به طور کامل تامین کند و شرایطی را برای وی فراهم کنند تا بتواند به راحتی با آن‌ها ارتباط بر قرار کرده و خانواده را به عنوان یک پیک پشتیبان برای خود احساس کند

ویروس ها عامل اصلی تب بدون نشانه هستند

بیشترین عامل ابتلا به تب بدون نشانه های موضعی ویروسها هستند که درگیری آنها در فصول مختلف سال متفاوتند.

دکتر اسماعیل صادقی فوق تخصص عفونی کودکان گفت: تب بدون نشانه های موضعی به تبی اطلاق می شود که درجه حرارت بدن ۳۸٫۴ درجه سانتی گراد تایید و به مدت ۱۰ روز یا کمتر به طول انجامد که در این نوع بیماری حال عمومی فرد خوب و از نظر تغذیه بدون هیچ مشکلی است.

وی بیان داشت: فرد مبتلا به این تب در معاینه فیزیکی نشانه ای که توضیح دهنده تب باشد نداشته و آزمایش ادرار نیز منفی است.
این متخصص کودکان ادامه داد: بیشترین عامل ابتلا به تب بدون نشانه های موضعی ویروسها هستند که درگیری آنها در فصول مختلف سال متفاوتند.
وی فصول شایع ایجاد این بیماری را بهار و تابستان خواند و گفت: در مواردی برخی از باکتری ها نیز عامل ایجاد این بیماری هستند.

وی تصریح کرد: تب بدون نشانه بیماری است که خود به خود محدود شده و با طی کردن دوره بهبود می یابد.

صادقی اظهار داشت: علت‌های ویروسی این بیماری نیازی به درمان نداشته و با تب بر درجه حرارت بدن بیمار کاهش می یابد ولی در صورتی که مشخص شود عاملی به جز ویروس دارد باید نوع درمان معین شود.
وی افزود: تخصص عفونی کودکان یادآور شد: این بیماری شیوع بالایی ندارد و ۴۵درصد کودکانی که به علت تب به پزشک مراجعه می کنند به تب بدون نشانه های موضعی مبتلا هستند.

وی ادامه داد: تب بدون نشانه های موضعی به عنوان تشخیص اولیه پزشک را از افتادن در دام تشخیص های اختصاصی و انجام تست های غیر ضروری بر حذر داشته و دست وی را در ارزیابی درست باز می گذارد.

با دندان قروچه کودک کمان چه کنیم؟

دندان قروچه در کودکان علاوه بر علل دهانی و گوارشی بر شرایط روحی و روانی هم تاثیر گذار است.

دکتر عبدالحمید ظفرمند متخصص دندان پزشکی کودکان و عضو هیات علمی دانشگاه شهید بهشتی در خصوص علت بروز دندان قروچه کودکان گفت: این مشکل علل مختلفی دارد که بخشی از این علل مرتبط به دهن بوده و بخشی دیگر به دلیل مسائل مربوط به سیستم گوارشی و یا حتی سایر اندام‌های بدن است.

وی ادامه داد: قسمتی که مرتبط با دندل دهن است، ممکن است در اثر عفونت‌های دندانی یا تحت تاثیر ترمیم‌های صورت گرفته باشد که عاملی جهت ایجاد دندان قروچه در کودکان تلقی می‌شود. این دندان پزشک با بیان اینکه دندان قروچه یک عارضه طبیعی است و با یک رژیم غذایی نرم در کودکان قابل درمان است، اظهار کرد: رژیم غذایی در کودکان یک رژیم پیش ساخته است و با تغییر آن می‌توان این مشکل را بر طرف کرد اما در صورت عدم بهبود آن مراجعه به دندان پزشک و عمل به توصیه‌های گفته شده ضروری است.

ظفرمند افزود: گاهی این مشکل با یک نسخه بر طرف می‌شود اما در مواقعی ناراحتی‌های روحی کودک مثل تولد یک نوزاد جدید در خانواده می‌تواند زمینه ساز دندان قروچه در کودکان باشد. این دندان پزشک ادامه داد: در کودکانی هم که در سنین مدرسه هستند گاهی به دلیل فشارهای روانی محیط مدرسه و دوستان که بیشتر به دلیل زیاد بودن تکالیف آن‌ها است دندان قروچه بیشتر دیده می‌شود.

ظفرمند در پایان راهکارهای بر طرف سازی دندان قروچه کودکان خاطر نشان کرد: مشکل باید به صورت ریشه‌ای بر طرف شود چرا که درمان‌های دارویی موقتی بوده و اثر چندانی ندارند و توصیه می‌شود کودک از لحاظ روانی مورد بررسی قرار گیرد به طوری که شرایط بیرونی از طریق والدین تغییر داده شود یا موانع تطابق کودک با شرایط جدید برطرف گردد.

قابل توجه افرادی که خیلی اخم می‌کنند

افرادی که خیلی اخم کرده و مدام ابروهای خود را بالا می‌اندازند دچار چین و چروک‌های پیشانی و دور چشم می‌شوند.

دکتر احسانی متخصص پوست و مو افزود: ایجاد چروک‌های صورت متأثر از سه عامل است، سن، ژنتیک و محیط، اگر برخی از افراد می‌پسیند که خیلی دیر دچار چین و چروک می‌شوند وقتی به پدر و مادر آن‌ها نگاه کنند متوجه می‌شوند که آن‌ها هم پوست خوبی دارند و افتادگی صورتشان در اثر افتاق افتاده که این‌ها به ژنتیک فرد مربوط است.

وی اظهار داشت: در واقع ژنتیک نقش حیاتی دارد و در یک فرد امکان تغییر سلول‌ها و کروموزم‌های ژنتیک وجود ندارد.
دندان قوایش سن فاکتور مهمی است.

احسانی تصریح کرد: افراد با افزایش سن به دلایل طبیعی و محیطی دچار چین و چروک پوست می‌شوند. عوامل محیطی مانند در معرض آفتاب بودن، مصرف سیگار، تغذیه نادرست، کم‌خوابی و وی خوابی استرس، مصرف داروهای خاص، داروهای اعصاب‌داروهای قلبی و عوامل کاری موجب پیدایش چین و چروک می‌شود.

وی بیان کرد: کسانی که در محیط‌های کار می‌کنند که در معرض آفتاب خیلی شدید هستند و با بسیار با مواد شیمیایی سر و کار دارند این اثرات غیر مستقیم باعث ایجاد چروک‌های صورتشان می‌شود. دکتر احسانی عنوان کرد: افرادی که با ضلالت زیاد بازی می‌کنند به عبارتی خیلی اخم کرده و مدام ابروهای خود را بالا می‌اندازند دچار چین و چروک‌های پیشانی و دور چشم می‌شوند.

وی خاطر نشان کرد: بنابراین اگر فرد ژنتیکی خوب باشد، خیلی در معرض آفتاب قرار نگیرد، سیگار نکشداز ضلالت خود زیاد استفاده نکند و خوب بخوابد و استراحت کند مطمئناً ایجاد چین و چرو ک‌های پوستش به تعویق می‌افتد.

چهارمین سرطان شایع دنیا

یک جراح کلیه و مجاری ادراری گفت: ۷۵ درصد از خطر بروز سرطان پروستات در مردان بالای ۶۵ سال است.

دکتر شهرام گوران با بیان اینکه سرطان پروستات چهارمین سرطان شایع در دنیا است، گفت: این سرطان از جمله شایع‌ترین بدخیمی بعد از پوست در مردان است که بر طبق تحقیقات انجام شده از میان ۱۸۰هزار و ۲۰۰ مرد آمریکایی مبتلا به سرطان پروستات در سال ۱۳۹۳، ۲۰۰ نفر از آن‌ها مرگ مواجه شده‌اند.

وی اضافه کرد: در حال حاضر سرطان پروستات دومین علت مرگ ناشی از سرطان در مردان آمریکایی است. این عارضه در کشورهای در حال توسعه شایع‌تر است و در شمال اروپا بیشتر از جنوب مشاهده می‌شود. همچنین در میان چینی‌ها و ژاپنی‌ها بسیار کم دیده می‌شود که بسیاری از علت‌های بروز این عارضه مسائل ژنتیکی است.

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران با تاکید بر تاثیر عوامل محیطی در بروز سرطان پروستات، تصریح کرد: چینی‌ها و ژاپنی‌های مقیم آمریکا احتمال خطر بالاتری را برای سرطان پروستات نسبت به هموطنان خود دارند و نیز با غربی‌تر شدن این کشورها (به علت تغییر شیوه زندگی) شیوع این عارضه افزایش یافته است.

گوران با بیان اینکه پیدایش PSA منجر به افزایش کشف سرطان پروستات شده است، خاطر نشان کرد: افزایش تعداد مبتلایان به این سرطان در سال‌های اخیر به پیدایش PSA و افزایش واقعی این عارضه مربوط می‌شود.

این متخصص جراحی کلیه و مجاری ادراری تاکید کرد: در حال حاضر تومور پروستات حتی در غیاب هرگونه ضایعه قابل لمس، در مرحله محدود به رگان و در حدود پنج سانتی قبل از سیر طبیعی تومور به PSA قابل تشخیص است.

وی در پایان یادآور شد: بررسی‌های اخیر نشان دهنده کاهش مرگ و میر حاصل از این بیماری در کشورهای پیشرفته از سال ۱۹۹۱ تا به حال است که از طرفی مرگ و میر سرطان پروستات در کشورهای به PSA آن‌ها به شکل معمول اندازه‌گیری نمی‌شود، کاهش نیافته‌است.

استاد موسیقیام – که خداوند حفظش کند و سلامتیش بدارد– می گفت: "برای انتقال مفاهیم و زیبایی موسیقی ایرانی به مخاطب ایرانی و غیر ایرانی دو راه بیشتر نداریم: یا احساس آنها را برانگیزیم و یا اعجابشان را!" بعدها که در برنامه‌های مختلف خیل مشتاقان موسیقی ایرانی را می‌دیدم، صحت گفته‌ی او بیشتر برآیم آشکار می‌شد.

اما اینک سخن از موسیقی ایرانی نیست، سخن از فیلم سینمایی "محمد است".

فیلمی که به گونه‌ای ساختار منطقی و متداول فیلمهای سینمایی عظیم صنعت سینمای جهان را رعایت نمی‌کند و به گفته‌ی منتقدین خط سیر داستانی مشخصی ندارد، در روزگاری که صنعت سینمای هالیوود چون موم در دست سرمایه‌داران صهیونیستی است و منتقدین و غیرمنتقدین از این ارباب فراگیر برای ایجاد امواج اسلام هراسی و ترویج فرهنگ سلبی‌تری بهره می‌برد، هزینه کردن برای ساخت یک فیلم سینمایی در ایران که داعی‌دار اسلام ناب محمدی است، برای تقلیل یا سیل سرسام آور تولیدات آن دیار، چندان دور از انتظار نیست، بازنمایی و معرفی آیین اسلام که سراسر لطف و رحمت است، با معرفی پیام آور آسمانی‌اش امکانپذیر است.

از منتقدین سرخ زبان فیلم باید پرسید که ما و شما تا کتون چه کرده‌ایم تا معنای "مَمارْئَسْناکَ الا رَحْمَةُ للعالَمین" برای دیگر مسلمانان و پیروان دیگر ادیان و آیین‌ها در سراسر دنیا ملموس تر شود.

آیا در ساده‌ترین وجه، منش و کردار ما یلانگر پیروی از آیین رحمانی اسلام است که پیامبرش را به عنوان رحمت محض برای عالمیان معرفی کرده‌اند؟
به راستی کدام یک از ما به این فراز از زیارت جامعه کبیره اندیشیده‌ایم که "بِکَمْ یُنْزَلُ الْغَيْثُ" یک نفر پیدا شود و مرد و مراده را بگوید در چندصدزار فیلمهایی که پس از انقلاب ساخته‌ایم از آیین گرانسنگ اسلام دفاع کرده‌ایم؟ یا بفروماید چقدر از پیامبری که خود را پیرو دین و آیینش میشمیریم، دفاع کرده‌ایم؟

فیلم "محمد"، گذشته از هزینه‌های آن، گرچه مانند روزنامه‌های بزرگ سینمای جهان، به نحو ملموس از ساختار روایت خطی و منطقی پیروی نمی‌کند، اما پرده‌هایی از زیبایی و جمال پیامبری را به تصویر می‌کشد که چشم هر مسلمان دلسوخته و صاحب واقعی را به زوایای پنهان و هنرمندانه زندگی پیامبر اسلام روشن کند.

داستانها و روایات فراوانی در بیان سیرت و صورت حضرت رسول(ص) فراهم شده برخی از آنها تحت عنوان "سنن النبی" معروف و مشهور است.

اما تا کنون در قصه‌ی کنیخانه‌های دینی خاک خورده‌اند و در زندگی روزمره‌ی مردم، نمود بازی نداشت‌اند.

درنگ

چگونه بحران‌های روحی ناشی از شکست را پشت سر بگذاریم؟



کسب و کارهای نوپا معمولاً با نوعی شور و اشتیاق وصف ناشدنی فعالیت خود را آغاز می کنند و امید به موفقیت و دستیابی به اهداف از پیش تعریف شده در این شرکت ها موج می زند.

در ابتدای راه همه اعضای تیم انرژی خوبی دارند و آماده اند که حتی بیشتری از ساعت‌های معین و استاندارد برای رسیدن به اهداف مشترکشان تلاش کنند. اما در پاره ای از موارد استراتپ ها محکوم به شکست هستند و تلاش بیش از اندازه اعضای تیم هم بخشی در تغییر این سر نوشت ندارد. شکست و به طور کلی از دست دادن شغلی که به آن علاقه داشته اید غمی سنگین را بر شانه های شما تحمیل می کند که شاید تا ماه ها یا آن درگیر باشید. اما ایمان و اعتماد به شانس دوباره و به طور کلی امید به زندگی می تواند همان منبع و سرچشمه انرژی شما برای شروع دوباره باشد.افرادی که این حقیقت را باور دارند، حتی از شکست های سنگین اینجینینی نیز سرخورده نمی شوند و با اتحاد و همراهی هم کسب و کار تازه ای را ایجاد می کنند. آنها از یک چیز مطمئن هستند: نمی خواهند تسلیم شوند. اما برای خالی شدن آن حس ناخوشایند مطمئن و فراموش کردن شرایط دشوار گذشته، بهترین راه این است که نگاهی به حقایق بیاندازیم، از آن درس بگیریم و برای حرکت به جلو تصمیمات درستی را اتخاذ کنیم.

۱- **سبم زدایی حسی کنید:** شما انسان هستیند نه یک ربات، پس احتمال آنکه مغلوب احساساتان شوید و تمامی جوابب زندگی تان را تحت تاثیر قرار دهند بسیار زیاد است؛ لذا توصیه می شود که ابتدا احساسات خود را مدیریت نمایید.

درک صحیحی از احساسات و شرایط خود پیدا کنید و مشخص نمایید که در جریان مراحل مختلف تجربه خود کدام وضعیت‌های روحی را پشت سر گذاشته اید و در مورد وضعیت کلی ذهن خود فکر کنید.

۲- **حقایق را یادداشت نمایید:** حال با هم به بررسی این احساسات می پردازیم. شرایط خود را به شیوه خبرنگاران یادداشت کنید و بدون آنکه احساساتان را درگیر کنید، حقایق را روی کاغذ بیاورید.

روی کاغذ بنویسید که چه اتفاقی برای شما افتاده و چرا. در حین نوشتن از کاربرد قیود و زبان غامضی پرهیز کنید و کلماتی ساده را به کار ببرید. در این مرحله نیازی به ثبت تصمیماتتان نیست و تنها کافیتست توضیح دهید چه اتفاقی برایتان رخ داده است.
۳- **درس هایم را که فرا گرفته اید بنویسید:** ذهن انسان به گونه ای طراحی شده که تا مدت های طولانی در مورد تجربیات منفی فکر می کند، پس چرا از این انرژی ذهنی در جهت مثبت استفاده نکنیم؟ حتی در بدترین شرایط هم درس های مهمی برای فرا گرفتن وجود دارند که نباید از آنها غافل شد. تغییرات کوچکی که می توانید ایجاد نمایید را شناسایی کنید تا از بروز شرایط مشابه خودداری نمایید. ممکن است این کار ابتدایی به نظر بیاید اما نوعی حس کنترل به شما می دهد که به اعتقاد روان شناسان اصلی ترین نقش را در ایجاد حس خودحالی در شما دارد.

۴- **بر پایه حقایق، طرحی را تدوین نمایید:** پس از طی کردن سه مرحله قبل در شرایط ذهنی خوبی خواهید بود و می توانید طرح مناسبی را برای انجام اقدامات بعدی خود تدوین نمایید. ابتدا بهتر است گزینه‌های مختلفی را روی کاغذ آورده و از میان آنها یکی را انتخاب نمایید. سپس مرحله به مرحله آن برنامه را تعریف نمایید. طرح خود را به صورت دقیق بخوانید تا مطمئن شوید که کلاما بر پایه حقایق یادداشت شده در مرحله دوم تعریف شده است. مطمئن باشید که با این روش، شرایط نامطلوب احساسی خود را به فرصت هایی برای رشد تبدیل می کنید و حتی به آرامش خیال می رسید. علاوه بر اینها حتی ممکن است که برای تجربیات تلخ گذشته خود شاکر خداوند شوید چراکه باعث باعث شده به سطح تازه ای از بلوغ شخصیتی و فکری دست پیدا کنید.

هشدارهای انتظامی

تفاوت زمان در رانندگی شتابزده

وراندگی با سرعت مطمئن، بیش از چند دقیقه نمی‌باشد

پلیس آگاهی فرماندهی انتظامی استان قم

نگاهی به زیبایی های فیلم محمد رسول الله

محمدپایانی



آیا تا به حال با خود اندیشیده‌ایم که چقدر از زندگی پیامبرمان اطلاع داریم؟

در قرآن کریم، که عارف و عالمی، معتقد و منکر و دیندار و بی دین به اعجاز لفظ و معنای آن معترف‌اند، قصه چندین پیامبر بیان شده است، ما که قرآن خواندلمان محدوده به ماه رمضان است و چندین ماه مبارک مصحف شریف را به سر گرفته‌ایم و الْقُوْتُ الْقُوْتُ کُتُن، فریاد استغاثه سر داده‌ایم و حضرت رسول(ص) را واسطه شفاعت کرده‌ایم، تاکنون چقدر به معنای "حَمَاءُ نَبِّئِکُمْ" اندیشیده‌ایم؟

اگر گزاف نگویم تقریباً هیچ تفکری در پس اغلب ندیده‌هایم نیست. اما امروز کسی پیدا شده است تا با عزمی راسخ، با استفاده از ابزار شگفت‌انگیز سینما، یکی از بندگان برگزیده خدا را معرفی کند که بنیانگذار کامل‌ترین آیین جهانی است.

جسارت و جرأت مجیدی در پرهیز از کلیشه‌های رایج سینمای جهان، با تجربه‌ای که از کارهای قبلی او سراغ داریم، ستودنی است.

اعتماد به مجموعه‌ی هنروران و عوامل ساخت پروژه برگ برنده‌ی مجیدی در این "قمار عاشقانه" است، مجیدی با تمام‌هستی و دارایی اعتقاد و تجربه‌ی فنی و سینمایی خود با به میدان پر از خوف و رجای سینمای دینی گذاشته است تا دین خود را و شاید دین مسلمانان جهان – علی‌الخصوص ایرانیان را – برای دفاع تمام‌قادر کیش خویش و پیامبر راستینش ادا کند.

معروف و مشهور شگرف زندگی پیامبر اعظم (ص)، از تولد تا بعثت که در این فیلم روایت شده است، نمایشگاه دلفریبی است از تابلوهای



نگارگری که حیات مبارک ایشان را به تصویر می‌کشد. تابلوهایی به نخت تسبیح آن و سلسله‌ای پیوند دهنده‌ی آن در یک کلمه خلاصه می‌شود: "رَحْمَةُ للْعَالَمین"

به راستی یک مخلوق، یک آفریده و یک انسان تا چه اندازه می‌تواند مایه‌ی برکت و نشاط برای جهانیان در آن‌اللایل و اطراف‌التهار باشد؟ شاید یکی از مولف‌ها و نقاط قوت این اثر، بهره‌گیری از دیالوگ‌های شاعرانه و در کلیت اثر، کم گویی در مدار گفتگوهاست.

برای ما که مسلمانیم و قصه‌های پیامبرمان را از کتلهای دوران مدرسه به یاد داریم و در منابر و تکیا از فضایل و برکت آن حضرت بسیار شنیده‌ایم، دیالوگ‌های فیلم، نقش به سزایی ندارد. آنچه ما را جذب می‌کند جلوه‌های بصری و دیدن آن چیزی است که تا به حال خوانده‌ایم و شنیده‌ایم. نقطه‌ی قوت مجیدی، درک بصری خلاق از متن تاریخی است. یعنی کارگردان توانسته است تمام دانسته‌های ذهنی ما را به ما نشان دهد. تبدیل دانش ذهنی مخاطبان به زبان تصویر، ذهن نیرومند سینمایی و خلاق می‌خواهد که مجیدی در آفرینش این صحنه‌ها، از هیچ تلاشی فروگذار نکرده است. به عکس سریال یوسف پیامبر که قوه‌ی خیال و نظر جمال‌شناسانه مخاطبان را تحدید کرده است، این فیلم توانسته قوه‌ی خیال بیننده را تحریک نماید.

به همین دلیل، مخاطب مسلمان و علی‌الخصوص ایرانی، به دنبال دیالوگ‌محوری فیلم نیست. گرچه عبارات زیبایی فیلم در هر بخش شنیدنی است؛ حتی از زبان کودکی پیامبر که می‌فرماید: "دختر،

رحمت‌است"

همین جملگی کوتاه چه تأثیری در قلب خانواده‌های ایرانی و غیرایرانی خواهدداشت؟

به زعم نگارنده، همنشینی این جملات با تصاویر هنرمندانه‌ی فیلم، تأثیری به مراتب بیشتر از هزاران گونه تبلیغ گوناگون برای حفظ کرامت و مقام شامخ دختران و زنان در خانواده و اجتماع دارد.

از سوی دیگر عده‌ای غیرمسلمان شاهد فیلم خواهند بود که قطعاً ترجمه‌ی گویای فیلم، هدیه‌ای ارزشمند در بستر ذهن آنها بر جای خواهدنهاد.

نویسنده‌ی فیلمنامه، گویا به عمد، برخی از وقایع را با اشارتی ظریف مطرح کرده و هنرمندانه از آن عبور می‌کند، که گفته‌اند: العاقل یتکفیه الاشارة" و یا به قول حضرت لسان الغیب: "تلفیق و درس اهل نظر یک اشارات است."

ماجرای شب ابیطالب، ماجرای پیمان‌نامه، ماجرای کینه توزی عبدالعزیز و همسرش، ماجرای یحساو – از این جمله است که قطعاً ذهن جستجوگر مخاطب خارجی و غیرمسلمان را برای کنکاش بیشتر در این زمینه برمی‌انگیزد و آتشی در خرمن سوختگان عالم خواهدداخت.

استفاده مناسب از هیأت ظاهری نقش آفرین کودکی پیامبر با موهایی بلند و پرهیز هنرمندانه از تماشایی کردن سیمای او، بسیار خوش صورت است و به عنوان مثال، همراهی دیگر کودکان در پوشاندن صورت و چشم در صحنه مواجهه و ورود به مکه و یا استفاده از پارچه‌ی مرطوب برای کاهش التهاب ناشی از تب، نشان از درک درست کارگردان دارد.

در کنار تمام نقاط قوت، دوبله‌ی نقش آفرینان حضرت ابوطالب و کودکی پیامبر، چندان جذاب نیست. شاید صدای وغیم و پرطمطراق دوران پیری ابوطالب را بتوان پذیرفت، اما جایگزینی همان صدا برای نقش دوران جوانی ابوطالب، که باید باصلابت و پرهیبت و شفاف باشد چنگی به دل نمی‌زند. مجیدی شاید می‌توانست با بهره‌گیری از صداهای لطیف‌تر و شفاف‌تر، صدای کودکی پیامبر را پربارتر، زنگ‌تر، زیباتر و ماندگارتر نشان دهد.

با این حال جای شک نیست که عده‌ی محدودی که بهره‌ی مستوفایی از چهل متعذله و مدرن امروزی برده اند، کمر به تحطیل فیلم بسته و در فضای مجازی به تبلیغ علیه فیلم "محمد" برخاسته‌اند. درفا که عمل آنها در فضای حقیقت رحمانی و عطا آگین وجود، نازنین پیامبر اسلام(ص) رنگ باخته و سراج‌جایی جز "هَبْلاَ مُتَنَوِّرًا" نخواهندداشت.

این چندگان کوچک که حرف از تحریم تماشای فیلم می‌زنند، عرض خود می‌پرند و زحمت سیمرغ می‌دهند و نمی‌دانند که : "تَرَه جَای پیش آفتاب برآید؟"

امید داریم برای آن عشق مشرک زکام آنها آرام است کرده و به طلبکاری عهد است عاشقی که با خدای خویش بهشت‌اندزیر آیند. آمین.

به خودت احترام بگذار

نخواهید کرد.

به علاقتان اهمیت دهید

در زندگی شخصی تان کارهایی انجام دهید که از آنها لذت می برید، نسبت به نظر دیگران بی تفاوت باشید، این امر می تواند در شما یک احساس خوب ایجاد کند چرا که برای خودتان وقت گذاشته اید.

خودتان را کنترل کنید

در شرایطی که احساس می کنید به شما بی احترامی شده است، عکس العمل منفی نشان ندهید. سعی کنید محل را ترک کنید. این نکته را فراموش نکنید که شما می توانید تنها خودتان را کنترل کنید نه دیگران را. با اطرافیان مودب باشید زیرا افراد هم همانگونه رفتار خواهند کرد.

با اقتدار رفتار کنید: گاهی بعضی از افراد حتی متوجه نیستند که بی احترامی می کنند. نکته جالب این است که وقتی مهمان اترقرار می گیریم و بلورمان می شود که منتهم هستیم و یامان می رود که در چنین موقعیتی هیچ فردی حق ندارد چنین بی احترامی به ما بکند. آگاه باشید و به خودتان احترام بگذارید. لازم است، با شخصی که شما را مورد بی احترامی قرار داده است، برخورد کنید و گرنه در این بحث شما با خود جنگیده اید.

سکوت سربشار از ناگفته هاست: ممکن است برای شما سخت باشد که رفتارهای نامناسب افراد را در پیچ و خم زندگی فراموش کنید،لازم است به خودتان فرصت دهید. قصیه را برای مدتی فراموش کنید، سکوت شما هم می تواند پیام خاص خود را داشته باشد.

رابطه های سست تان را شناسایی کنید: گاهی شما احساس می کنید در مقابل یک رفتار نامناسب و بی احترامی قرار گرفته اید. گاهی دلایلش را نمی دانید، بهتر است رابطه خود با دیگران را مورد یک عمل جراحی قرار دهید. ممکن است رابطه هایتان نیازمند بازنگری باشد. فراموش نکنید که شما می توانید تنها خودتان را کنترل کنید نه دیگران را.

لیخند زبند: وقتی که با فردی صحبت می کنید، لیخند زبند گاهی اوقات یک لیخند می تواند لحن صحبت را تغییر دهد. هنگام صحبت کردن با فرد صداقت داشته باشید. احترام گذاشتن در شرایطی به قدر و قیمت شما می افزاید.

جغرافیای زندگی تان را مشخص کنید

رفتار و نوع برخورد دیگران با هر فرد می تواند جغرافیای خاص خود را داشته باشد. وقتی هر فردی در مختصات رفتارش مرزها مشخص کند و برای آن تعصب نداشته باشد، کسی نمی تواند از مرز عبور کند. اگر هر یک از افراد از «نه» گفتن نترسند و مرزهای خود را تعیین کنند، دیگران نمی توانند از آنها عبور کنند.

لبخندهایی شیرین به تلخی های زندگی؛

سفری به دنیای معلولان ذهنی

اخبار

مدیرکل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری قم تأکید کرد:

استفاده از ظرفیت زائران و گردشگران برای معرفی صنایع دستی قم

مدیرکل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری قم با اشاره به فعالیت ۱۵ هزار هنرمند در استان قم، گفت: باید از ظرفیت زائران و گردشگران برای معرفی صنایع دستی استفاده کرد.

به گزارش اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری قم، عیسی رضایی در مراسم تودیع و معارفه معاون صنایع دستی این اداره کل با اشاره به اینکه آموزش‌های تخصصی در حوزه‌های مختلف بازاربایی و برندسازی به صورت رایگان به هنرمندان ارائه شده است، گفت: برای یک هزار و ۳۰۰ هنرمند اشتغال‌زایی صورت گرفته است که نیمی از اشتغال هنرمندان صنایع دستی به آموزش‌ها برمی‌گردد.

وی افزود: همچنین تفاهمنامه‌هایی با برخی از انجمن‌ها و نهادهای امضا شده است که در راستای این همکاری‌ها، آموزش‌های تخصصی صنایع دستی به متقاضیان ارائه شده‌است، مدیرکل میراث فرهنگی قم، با اشاره به اینکه ۱۵ هزار هنرمند در استان قم فعال هستند، گفت: این تعداد هنرمند در ۹۷ رشته مشغول به فعالیت هستند که ۱۷ رشته بومی و مختص به استان قم است.

وی افزود: ظرفیت استان در صنایع دستی فوق العاده است چراکه هنرمندان استان قم در سطح ملی و بین المللی شاخص هستند.

وی با بیان اینکه باید از ظرفیت زائران و گردشگران برای معرفی صنایع دستی قم استفاده کرد، گفت: استان قم ام القرای جهان اسلام است و روزانه شاهد حضور اقلیت‌های مختلف از سراسر جهان هستیم این ظرفیتی خوبی است تا با معرفی صنایع دستی بازار فروش این محصولات را فراهم سازیم.

رضایی افزود: برگزاری و برپایی نمایشگاه‌های صنایع دستی از مهم‌ترین برنامه‌های این اداره کل است که با تعامل نهادهای مربوطه از جمله شهرداری می‌توانیم به معرفی صنایع دستی استان بپردازیم.

وی، ارائه تسهیلات به هنرمندان صنایع دستی، شرکت هنرمندان در نمایشگاه‌های مختلف استانی و کشوری، بیمه هنرمندان، آموزش‌های تخصصی، صدور گواهینامه‌های هنرمندان، حمایت‌های مالی و معنوی از هنرمندان را از جمله دیگر اقدامات معاونت صنایع دستی قم برشمرد.

در این مراسم مهدی نصر اصفهانی معاون سابق میراث صنایع دستی قم گزارشی از عملکرد این معاونت و خدمات ارائه شده به هنرمندان ارائه کرد.

در پایان مراسم از خدمات ارزنده و شایسته مهدی نصر اصفهانی که به مدت ۱۳ سال معاون صنایع دستی قم بودند با اهدای لوح تقدیر و تشکر شد و حسن بحرینی به عنوان سرپرست معاونت صنایع دستی قم معرفی شد.

حسن بحرینی دارای لیسانس صنایع دستی و کارشناسی ارشد رشته هنر اسلامی از کارشناسان فنی صنایع دستی است که از سال ۱۳۸۲ در اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری قم فعالیت می‌کند.

شهردار منطقه هشت قم:

بارفغ مشکل کم آبی

فضای سبز پردیسان افزایش می‌یابد

شهردار منطقه هشت گفت: پردیسان سرانه فضای سبز مناسبی دارد و بارفغ مشکل کم آبی این میزان افزایش پیدا خواهد کرد.

عبدالله سلیمانی با اشاره به اینکه زمین‌هایی برای ایجاد فضای سبز در پردیسان وجود دارد، گفت: با توجه به اینکه زمین‌هایی در قالب طرح تفصیلی تحویل شهرداری پردیسان شده برنامه ما در سال گذشته و جاری این بوده که زمین‌ها را به بوستان تبدیل کنیم تا تغییر کاربری پیداکنند.

وی افزود: از آنجایی که جمعیت ۳۰۰ هزار نفری در این منطقه زندگی می‌کنند باید به از تقاه فضای سبز و ایجاد بوستان‌ها نیز توجه کافی داشت و در این راستا کم‌های جدی برداشت.

سلیمانی درباره کاشت درخت در بوستان ۵۰ هکتاری خاطرنشان کرد: قسمت عمده اراضی بالا دست بلوار امام صالح(ع) که به صورت تپه است کاشته شده و چون در پردیسان مشکل آب خام وجود دارد، به همین دلیل دو مخزن بتنی ذخیره آب خام برای آبیاری پیش بینی شده است.

شهردار منطقه هشت از کاشت نهال شمر در این بوستان ۵۰ هکتاری خبر داد و بیان کرد: نهال‌های شمر مثل زیتون، انجیر و آلو در بوستان ۵۰ هکتاری کاشته‌ایم و چون بزرگ‌ترین بوستان پردیسان بعد از بوستان غدیر است در سال جاری به صورت جنگلی در خواهد آمد و راه‌های دسترسی به آن ایجاد می‌شود.

وی با اشاره به اینکه در آینده این بوستان به بوستان شهری تبدیل خواهد شد، اظهار کرد: این بوستان ۵۰ هکتاری در فاز دو تبدیل به بوستان شهری می‌شود و با توجه به نیاز پردیسان قسمتی از آن هم برای بلوار در نظر گرفته خواهد شد. سلیمانی با بیان اینکه توسعه افزایش سرانه فضای سبز در پردیسان و کل شهر ضرورتی انکار ناپذیر است تصریح کرد: با توجه به اینکه جهت ورزش‌ها از جنوب غربی به شمال غربی است ایجاد فضای سبز می‌تولد فیلتر مناسبی باشد تا آلودگی ها و گرد و غبار وارد شهرنشود.

شهردار منطقه هشت سرانه فضای سبز در این منطقه را قابل قبول دانست و عنوان کرد: در پردیسان با توجه به جمعیت، سرانه خوبی برای فضای سبز داریم و سرانه فضای سبز این منطقه ۲۳ متر مربع است.

وی با تأکید بر اینکه اگر مشکل کم آبی در این منطقه حل شود می‌توان اقدامات بهتری انجام داد گفت: در تب نامین مشکل کم آبی هستیم و راینژی‌های صورت گرفته تا از سباسب فاضلاب استفاده شود و چاه‌های آب صوبق که دیگر کشاورزی ندارد از طریق بلوار مرعیت به پردیسان برسد چون حاشیه بلوار مرعیت هم فضای سبز وسیعی خواهدداشت.



او هم مانند دیگران انگیزش پول نیست. دوست دارد کاری کند که بچه‌ها بتوانند بهتر زندگی کنند. مبارک تحصیلی که شاگرد دانش گرفته‌اند را کبھی گرفته و به دیوار کلاس راه تا هر وقت از سختی کار خسته شد یاد موفقیت‌های قبلی دوباره توانمندشد کند.

«دو تا بشیمی... به خردلی... لاچوری رو ده... دو تا سفید... به دونه سبز چمنی...» زیرزمین مؤسسه چند کارگاه برای مددجویان قرار است که در یکی از کارگاه‌ها مددجویان دو به دو پشت دار بفرای نشسته‌اند و با پنجاهی رنگارنگ ریشه می‌زنند روی رود سفید تا فرش‌هایی بافته شوند که اگر نمایشگاهی برگزار شود و اگر کسی پیدا شود آن‌ها را بخرد کمک هزینه‌ای برای مردم باشد.

مربی با به پیشان نقشه می‌خواند و کمک می‌کند. دست‌های خسته حسن، رضا هادی و ابوالفضل دلانه گردها را مثل درختی روی زمین بایر زندگی می‌کارد... بچه‌ها هم‌اش لیخند می‌زنند و

در دنیای خودشان باهم خوشی می‌کنند...بی‌کلک‌ترین لیخندهای دنیا را اینجا می‌شود دید...

مربی می‌گوید لیخند می‌زنند چون غمی ندارند اما مگر می‌شود تاخته جدا بافته زندگی بود و احساس تنهایی و ترس نکرد...

کارخانه می‌رسد.

چهارشنبه - هجدهم شهریورماه ۱۳۹۴ - سال هجدهم - شماره ۱۳۸

 اخبار	
دکتر روحانی در نشست خبری مشترک با رئیس جمهور ارتیش: هیچ کشوری نباید راجع به آینده سوریه تصمیم بگیرد رئیس‌جمهور تاکید کرد:هیچ کشور و قدرت خارجی نباید ونمی تواند راجع به آینده سوریه تصمیم بگیرد. به گزارش ایسنا،جنت‌الاسلام و المسلمین حسن روحانی در نشست خبری مشترک با رئیس‌جمهور ارتیش در پاسخ به سوالی درباره موضوع ایران در رابطه با مسائل سوریه و این که آیا ایران حاضر است با کشورهای منطقه و با قدرتهای جهانی بر سر یک میز بنشینند و مذاکره کند، اظهار کرد: آینده سوریه توسط آراء خود مردم سوریه ساخته می‌شود و این مردم سوره هستند که نسبت به حکومت آینده و شیوه دولت در آینده این کشور تصمیم می‌گیرند. وی گفت: هیچ کشور و قدرت خارجی نباید و نمی‌تواند راجعه آینده سوریه تصمیم بگیرد، ولی به عنوان یک معضل در منطقه همه باید به مردم سوریه و به ایجاد امنیت در این کشور کمک کنند و شرایطی فراهم شود تا دموکراسی در این کشور استقرار پیدا کند که در این زمینه کشورهای منطقه تأثیرگذار هستند. روحانی ادامه داد: ایران در کنار هر میزی که به آینده امن، با ثبات و دموکراتیک سوریه کمک کند حضور پیدا خواهد کرد و حاضر است با هر کشوری از جمله کشورهای منطقه و قدرتهای جهانی در این زمینه مذاکره کند برای ما جان مردم سوریه و بازگشت آوارگان مهم است و اگر این اتفاق یک روز زودتر انجام شود به نفع همه جهان خواهد بود. وی همچنین بیان کرد: جمهوری اسلامی ایران به عنوان یک وظیفه بزرگ بین‌المللی، منطقه‌ای و اسلامی خود هر قسمی که برای مبارزه با تروریسم، ایجاد امنیت و ثبات در سوریه، بازگشت آوارگان و ایجاد دموکراسی و مراجعه به آراء مردم بر خواهد داشت و کنار هر میزی با کشورهای منطقه و کشورهای بزرگ خواهد نشست و البته مهم نوع میز نیست بلکه مهم دستیابی به صلح و ثبات در منطقه حساس خاورمیانه است.	
ولایتی در واکنش به یک ادعا: نظر جلیلی در مورد توافق هسته‌ای نتیجه بررسی خودش است	
رئیس مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت نظام به سخنان سعید جلیلی در مورد توافق وین واکنش نشان داد. علی اکبر ولایتی در حاشیه دیدار با هیات علمی تحقیقاتی رئیس در پاسخ به سوالی مبنی بر این که دبیر سابق شورای امنیت گفته است که در متن برجام حداقل از ۱۰۰ حق مسلم ایران چشم پوشی شده است، گفت: اظهاراتی که از سوی آقای جلیلی روز دوشنبه در مجلس مطرح شد نتیجه بررسی های خود ایشان است. وی افزود: هدف گروهی که در مجلس تشکیل شده بررسی دقیق همین موضوع است. ولایتی اظهار کرد: این حق مجلس است که این بررسی های همه جانبه را انجام دهد و امیدوارم در نهایت به نتیجه ای برسد که به نفع جمهوری اسلامی باشد. رئیس مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت نظام تاکید کرد بدون تردید اظهار کرد: مردم در امری که مربوط به تعهدات جمهوری اسلامی ایران در رابطه با پرونده هسته ای است اذی الحق هستند. رئیس مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت نظام در پایان خاطر نشان کرد: کمینکم این هیئت در پایان به نتایج مطلوبی برسد.	
عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس: اکثریت اعضای کمیسیون وبژه از اساس با مذاکرات مخالف هستند	
عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس گفت: اکثریت اعضای کمیسیون وبژه کسانی هستند که از اساس با مذاکرات مخالفند و هیچگاه ا قناع نمی‌شوند های شوشتری با تاکید بر غیرقانونی بودن تشکیل کمیسیون وبژه برجام در مجلس اظهار داشت: مهم‌طور که در روز تشکیل کمیسیون وبژه بررسی برجام در صحن علنی مجلس و در احاطن قانون اعلام کرد، اینکه ما با تشکیل کمیسیون وبژه دولت را ملزم به ارائه لایحه کنیم، مغایر با قانون اساسی است. وی افزود: قانون اساسی اجازه بر اینکه اختیاراتی برای تهیه قوانین مورد نیاز کشور به نمایندگان مجلس دولت و علاوه بر هیات وزیران نیز اختیار داده تا قوانین مورد نیاز خود را در قالب لایحه برای تصویب به مجلس تقدیم کنند و بر این اساس نظام‌های تدوین لویاح قانونی در قانون اساسی مشخص و روشن است. عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس یادآور شد: بنابر قانون اساسی و سایر قوانین موضوعه، اگر قرار به ارائه لایحه‌ای از سوی دولت باشد، می‌بایست بدو این لایحه در کمیسیون‌های ذریعت دولت که در این خصوص کمیسیون سیاسی و دفاعی و کمیسیون لویاح دولت است، به بررسی گذاشته شود و پس از آن در جلسه هیات وزیران به تصویب برسد و در نهایت با امضای وزیر ذریعت یا اینکه‌وزیر امور خارجه است و همچنین امضای شخص رئیس‌جمهور تقدیم مجلس شود، اما در خصوص برجام هم سخنگوی دولت، هم وزیر امور خارجه و هم رئیس‌جمهور اعلام کردند تمایلی به ارائه لایحه ندارند. وی افزود: با این حساب وقتی دولت اعتقادی به ارائه لایحه بررسی برجام به مجلس ندارد و بنابر قانون اساسی نیز اختیار تصمیم‌گیری در این خصوص به رئیس‌جمهور و دولت واگذار شده، تشکیل کمیسیون وبژه چه محلی از قانون خواهد داشت. نماینده مردم قوچان در مجلس شورای اسلامی با اشاره به تاکید موافقان تشکیل کمیسیون وبژه بررسی برجام بنابر دو اصل ۷۷ و ۱۲۵ قانون اساسی خاطرنشان کرد: مسئله اینجاست که توسط توجیهی به توافقی‌های فراوان برجام با توافقنامه‌هایی که در شمول این دو اصل قرار می‌گیرد، ندارند و انگهی بنابر اصل ۱۷۶ قانون اساسی که ناظر به ساختار و کارکرد شورای عالی امنیت ملی است تاکید شده، مسائلی که مربوط به امنیت ملی است، باید در این شورا مورد بررسی قرار گیرد و این درحالی است که مدلفه در مفاهیم مندرج در برجام موید این مسئله است. عضو فراکسیون اصولگراییان رهروان ولایت با تاکید بر این‌که اصل ۱۷۶ قانون اساسی عموماًت قبیلی را تخصیص زده‌است، تصریح کرد: بنابر این تشکیل کمیسیون وبژه بررسی برجام خلافی از اساس و سایر قوانین موضوعه انجام گرفته است. با وجود مخالفت هیات‌رئیس‌با به خاطر قانون اساسی بنده در روز تشکیل کمیسیون، چند روز بعد معاونت نظارت مجلس هم طی بیانیهای اعلام کرد: بحث برجام نباید در مجلس مطرح و می‌بایست به شورای عالی امنیت ملی ارجاع داده شود. شوشتری در پایان با اشاره به تر کبب کمیسیون وبژه بررسی برجام و حضور اکثریت مخالف باصل مذاکرات در این کمیسون، تصریح کرد: اکثریت‌اعضای کمیسون وبژه در اختیار کسانی‌است که از اساس با مذاکرات مخالفاند و هیچ‌گاه از قناع نشده‌اند.	
شمخانی: نفی تلاش‌های تیم‌های مذاکره‌کننده در دست نیست	
دبیر شورای عالی امنیت ملی گفت: تلاش تیم هسته‌ای قبلی و فعالیت دستان ابعات وضعیت فعلی، و رسیدن به نقطه کنونی، هسته‌است. علی شمخانی که از صبح دیروز در کمیسیون وبژه بررسی برجام شرکت کرده بود، در جمع خبرنگاران با اشاره به نفی تلاش تیم مذاکره کننده هسته‌ای گفت: اولاً باید بگویم حضور نمایندگان در روزهای تعطیلی پارلمان برای بررسی متن توافق برجام قابل تقدیر است. دبیر شورای عالی امنیت ملی گفت: به‌طور حتم تلاش همه تیم‌های هسته‌ای باعث رسن به نقطه کنونی و وضعیت کنونی شده، لذا نفی تلاش تیم‌های هسته‌ای کار نایبسندی است. شمخانی افزود: مقام معظم رهبری در نشست با اعضای مجلس خبرگان فرمودند که جست‌وجوی راه حل موثر در مسئله برجام، است و با این‌همه ایامودیم مجموعه مباحث مجلس و شورای عالی امنیت ملی، خروجی واحدی پیدا کند تا اجماعی ملی برای عبور از این مرحله ایجاد شود.	
عضو شورای راهبردی اصلاح‌طلبان: اختلافی بین نیروهای اصلاح‌طلب و نیروهای نزدیک به دولت وجود ندارد، هدف این است که در نهایت یک لیست انتخاباتی از سوی اصلاح‌طلبان و اصولگرایان منتشر شود. علی صوفی در پیش‌بینی وضعیت انتخابات مجلس آینده اظهار داشت: در جاهایی مثل تهران و شهرهای بزرگ که انتخابات لیست است، شانس اصلاح‌طلبان بیشتر است و در محیط‌های کوچک ممکن است پول نقش ایفا کند و به خصوص آنچه وزیر کشور از آن به عنوان پول کنفیف یاد کرد شاید در این حوزه‌های انتخاباتی تأثیرگذار باشد اما اگر انتخابات قانونی، آزاد و سالم را در رعایت فرمایشات رهبری در حوزه امتداتاری توم باشد، اکثریت مجلس در اختیار آنان نه با اصلاح‌طلبان است و نه با اصولگرایان. اما اگر نامزد‌های انتخابات نیز بیان داشت: به نظر می‌رسد اصولگرایان سنتی در انتخابات تأثیرگذار تر بوده و رقابت بین اصلاح‌طلبان و اصولگرایان سنتی خواهد بود اما به هر حال جناح تندروی هم هست که تکذرات آنان نه با اصلاح‌طلبان است و نه با اصولگرایان. اما اگر نامزد‌های ما امکان حضور در انتخابات داشته باشند، تندرها شانس‌ی بر وی را به انتخابات نخواهند داشت. شورای درباره انتخاباتی این تصریح کرد: از منظر سیستمی اگر به این قضیه نگاه کنیم، هر تصمیم‌گیری تلغ یک سری متغیرهاست: متغیرهای کلان کنتزل و متغیرهای غیرقابل کنتزل در انتخابات پیش رو ۹ متغیر وجود دارد که هر چه متغیرهای قابل کنتزل بیشتر باشند، به شرایط اطمینان نزدیک می‌شویم و هر چقدر این متغیرها کمتر باشند به شرایط اطمینان نزدیک‌تر می‌شویم.	



حساب ذخیره‌اری را به کمیسیون اقتصاد دولت محول کرد. هیئت امنای حساب ذخیرهٔ ارزی متشکل از برخی اعضای دولت شامل معاون برنامه‌ریزی و نظارت راهبردی رئیس‌جمهور (رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی سابق)، وزیر امور اقتصادی و دارایی، رئیس کل بانک مرکزی، معاون اجرایی رئیس‌جمهور و دو نفر از وزرا به انتخاب رئیس‌جمهور بود که با مصوبه جدید دولت انجام وظایف این هیئت به کمیسیون اقتصاد دولت واگذار شد. این تصمیم البته بدون واکنش و مخالفت نماینده الیاس نادران نماینده اصولگرایان مجلس شدیدا به این تصمیم دولت اعتراضی کرد و آن را خلاف قانون دانست. این عضو کمیسیون اقتصادی مجلس گفت: «ترکیب هیات‌امای حساب ذخیرهٔ ارزی در قانون برنامه مشخص شده و انحلال یا تغییر آن بدون مصوبه مجلس خلاف قانون است. بر اساس برنامه‌های سوم و چهارم توسعه حساب ذخیرهٔ ارزی در حقیقت کارکرد یک صندوق را دارد و نمی‌توان آن را کاملاً دولتی نامید به همین دلیل این حساب نیازمند یک هیات امناست که فارغ از تمایلات بخشی و فشارهای سیاسی تصمیم‌گیری کنند و واگذاری مسئولیت هیات امنای به کمیسیون اقتصادی هیات دولت می‌تواند در جهت کاهش مراجع تصمیم‌گیری موثر باشد. با این وجود بدلیل سیاسی شدن تمایلات و غلبه فشارهای بخشی در کمیسیون اقتصادی هیات دولت و بخصوص انحلال امکان تبانی بین بخشهای مختلف به منظور کسب اکثریت در، در مقابل آرای بانک مرکزی و وزارت اقتصاد، احتمال اینکه منابع این حساب در مسیر درست هزینه‌شود بیشتر خواهد شد.

بازید مردوخ یکی از طراحان تأسیس حساب ذخیرهٔ ارزی نیز انحلال هیئت امای حساب ذخیرهٔ ارزی را به معنای تعطیلی کامل نهادهی به نام حساب ذخیرهٔ ارزی دانست و گفت: «این تعطیلی و انحلال شبیه انحلال سازمان برنامه و بودجه ریزی سابق است.»

درستی این پیش‌بینی‌ها سال‌ها بعد ثابت شد. آن هنگام که احمد توکلی دیگر عضو اسلوگرایی مجلس وضعیت حساب ذخیرهٔ ارزی را در یک جمله خلاصه کرد: «حساب ذخیرهٔ ارزی چارو شد» نماینده تهران در مجلس طی گزارشی که شهرویر ماه سال ۹۲ از موجودی حساب ذخیرهٔ ارزی داد، گفت: «دولت از ۱۷۶ میلیارد

نویخت در نشست خبری:

مردم در مورد صحبت‌های جلیلی قضاوت می‌کنند



میلیونی وارد کشورمان می‌شوند ولی قول می‌دهیم که حواسمان جی‌است که مردان مذاکرات اقتصادی هم چون دیپلمات هسته ای عمل کنند.

نویخت افزود: افتخار دولت در این است که تحریم‌ها با تدبیر رفع شود و به نفع شایسته‌ای از آن استفاده کنیم.

کمپین وزیر صنعت

سخنگوی دولت درباره اظهارات وزیر صنعت، تجارت و درباره کمپین نخریدن خودرو گفت: قطعاً باید به تولید داخل توجه داشته باشیم و در بسیاری از مذاکرات نیز در کنار موضوعات سرمایه گذاری به بحث دانش فنی نیز توجه شده‌است تا در عرصه صنایع داخلی مورد استفاده قرار گیرد.

نویخت اظهار داشت: کیفیت خودروهای داخلی باید افزایش یابد و انتظار داریم متناصب با مطالبات مردم این شرایط فراهم شود و قیمت‌ها نیز متناسب تر گردد تا اگر کسی نخواهد از خودروی داخلی‌ها نیز متناصب تر گردد. وزیر دیگری را انتخب کرد.

وی اضافه کرد: از همان‌کار خود نیز انتظار دارم از ادبیات استفاده نکنند که در شان دولت نیست و آن را منطقه‌ای نمی‌دانیم. البته وزیر صنعت، معدن و تجارت از افراد با تجربه در بخش صنعت هستند و می‌دانیم قصد تقویت صنعت داخلی را داشته‌است بنابراین همه باید تلاش‌های متناسب با شخصیت فاخر ایرانی در بیان نظرات استفاده کنیم.

لزوم نادره به همه بله‌بگویم

نویخت درباره ر اندازی مرکز اطلاعات و قراردادها در سازمان مدیریت و برنامه ریزی گفت: این بخش در حوزه معاونت فنی و امور اجرایی تعریف شده‌است که در حال تکمیل کارها هستند. وی درباره نگاه و برنامه‌های دولت در خصوص ورود هیات‌های خارجی به کشورمان گفت: بر اساس قطعنامه‌ای که در شورای امنیت سازمان ملل وضع شد قطعنامه قبلی که ایران را در دست تحریم قرار داده بود لغو گردید و به تبع آن باید اقداماتی از سوی دولت انجام شود که در ماه‌های آینده به نتیجه قطعی خواهد رسید.

سخنگوی دولت با بیان اینکه پیش‌بینی ما بر این است که این اقدامات از اوایل سال آینده و همزمان با اجرای برنامه ششم توسعه عملیاتی خواهد شد گفت: طبیعی است که هیات‌های خارجی به کشورمان می‌آیند تا نسبت به نحوه سرمایه‌گذاری آنها در محل‌های مناسب هماهنگی صورت گیرد.

نویخت گفت: با حضور هیات‌های خارجی آنها از ظرفیت‌های کشور ما آگاه می‌شوند و ما نیز از ظرفیت‌های آنها با خبر می‌شویم. تحریم‌های گذشته اقتصاد کشور را برای دیگر کشورها ناشناخته کرده بود ولی لزومی ندارد به هر کشوری جواب بلی بدهیم. وی تصریح کرد: به همان شکلی که در مذاکرات سیاسی و هسته‌ای چالش داشته‌ایم می‌دانیم که آنها نیز با انگیزه بزرگ ۸۰

دولت‌ها با درآمدهای اضافی نفت چه کردند؟

حسابی که احمدی‌نژاد جارو کرد وورفت

داشت: «هر حساب ذخیره ارزی پولی نمانده بود تا به مترو پرداخت شود».

این سخنان در حالی بیان شد که احمدی‌نژاد در خردادماه سال ۱۳۸۸ در مصاحبه با خبرنگاران در پاسخ به سوالی درباره صفر شدن موجودی حساب ذخیره ارزی ضمن رد این ادعا گفت: «آن چیزی که شما دیدید آن حساب تعهدی است. اگر حساب تعهدی حساب کنیم باز هم بیشترین رقم موجودی در این دولت هست. در حالی که بعضی‌ها با قبل مقایسه می‌کنند و حساب نقدی را مقایسه می‌کنند. اگر حساب نقدی را مقایسه کنیم بیشترین رقم موجودی هفت، هشت، ده ساله امروز الحجداً. در حساب موجود است و پشتیبان برنامه‌ریزی‌های کشور است.»

جالب آن که در مردادماه سال ۱۳۸۷ یعنی یک سال قبل از مطرح شدن طرح فوق، احمدی‌نژاد در گفتگویی در پاسخ به این سؤال که ابهاماتی در حساب ذخیره ارزی مطرح می‌شود، صراحتاً گفته بود که این حساب برای دو سه سال کشور موجودی دارد. این ابهامات از طرف کسانی است که خودشان مسئول هستند و می‌دانند که حساب ذخیرهٔ ارزی با چه دقتی مراقبت می‌شود و چه سلسله مراتبی دارد. ما هیچ وقت نمی‌توانیم برای حساب ذخیرهٔ ارزی عددی بگوییم؛ چرا که محرمانه است. دولت به جز مصوبات قانونی نمی‌تواند حتی یک دلار را برادرار چرا که قانون حد و مرزها را مشخص کرده‌است. آنچه دولت می‌تواند هزینه کند در قانون می‌آید و ما برای دوا سه سال اداره کشور از داریم. ما برای اداره دو سه سال کشور ذخیره داریم؛ حتی اگر هیچ فروش جدید نفت هم نداشته باشیم. بعد می‌آیند تحلیل‌های ابتدایی می‌کنند. اصلاً اینها زبانه‌های سیاسی است.»

منابع صندوق توسعه ۴۲ میلیارد دلار شد

پس از این سخنان رئیس‌جمهور دیگر عدد مشخصی از موجودی حساب ذخیرهٔ ارزی بیان نند و این حساب نیز در برنامه پنجم به صندوق توسعه‌ملی تغییر یافت.

در مرداد ماه ۹۲ یعنی واپسین روزهای فعالیت دولت دهم، رئیس وقت صندوق توسعه ملی مجموع منابع این صندوق تا پایان شهریورماه را ۴۲ میلیارد دلار اعلام کرد و گفت: «این منبع از طریق فروش نفت و میعانات گازی به حساب صندوق وارز شده و مانده صندوق ۲۴ هزار و ۳۱۰ میلیون دلار است. محضرادفازرین با بیان این‌که صندوق‌های ارزی صندوق توسعه ملی ۱۳ هزار و ۸۱۵ میلیون دلار است، افزود: از این مبلغ ۱۲ هزار و ۵۲۹ میلیون دلار در بخش صنعت و دو طرح در حوزه نفت و گاز به مبلغ پنج هزار میلیون دلار مسدود شده‌است.»

نخستین گزارش دولت یازدهم

نخستین گزارش رسمی از وضعیت صندوق توسعه ملی در دولت یازدهم، توسط رییس کل بانک مرکزی در آبان ماه سال ۹۲ ارائه شد. ولی الی سیف با اشاره به اینکه از ابتدای تأسیس صندوق توسعه ملی در سال ۱۳۸۹ تا پایان مردادماه ۱۳۹۲ در مجموع معادل ۵۴۹۵۹ میلیارد دلار از منابع وصولی‌های ناشی از صادرات نفت و گاز، سود متعلقه و موجودی حساب، بازنریافت اعتبارات ارزی داخلی و مدته حساب ذخیرهٔ ارزی به صندوق توسعه ملی وارز شد، گفت: «هر مدت مذکور بر مجموع ۱۹۵۸۲ میلیارد دلار از صندوق توسعهٔ شد که عمدتاً مربوط به گشایش اعتبارات اسنادی و مصارف ارز است. در حساب ذخیرهٔ ارزی نیز در مرداد ماه سال ۱۳۸۷ موجودی صندوق توسعه ملی در مرداد ماه سال ۱۳۸۰ تا سال ۱۳۹۱ بالغ بر ۱۷۰ میلیارد دلار اعلام کرد.

سعید زری‌دکترنی همچنین گفت: «تنها حدود ۱۶ میلیارد دلار ۱۷۰ میلیارد دلار وارز شده به حساب ذخیرهٔ ارزی صرف اعطای تسهیلات شده‌است و بقیه منابع از این حساب توسط دولت بر اساس مجوزهای قانونی برداشت و هزینه شده‌است.»

سخنگوی دولت ادامه داد: در برنامه ششم توسعه، برنامه خوش بینانه که نوعی پس از موفقیت در مذاکرات و لغو تحریم‌ها بود به عنوان برنامه مقتضی از آن یاد می‌کنیم و چون شرایط فراهم شد برنامه ششم را در چنین شرایطی تهیه می‌کنیم.
نویخت یادآور شد: البته دو برنامه دیگر هم وجود دارد و هر لحظه که شرایط تغییر یابد سازمان مدیریت و برنامه ریزی به نیابت از قوه مجریه یکی از برنامه‌های متناصب زمان را در دستور کار قرار می‌دهد. وی خاطرنشان کرد: برنامه ششم توسعه متمرکز است تا ما تحلیل درست و واقع بینانه از شرایط بعد از تحریم داشته باشیم، آنچه برای دولت مهم است به جز منابعی که آزاد می‌شود اعداد و ارقام آن چه دارای کمیت باشند یا نباشند فضای جدید برای سرمایه‌گذاری است.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور تصریح کرد: با فرض این که چند ۱۰۰ میلیارد دلار منابع آزاد شده داشته باشیم آیا توسعه خواهیم گفت یا این که دولت باید خودش اقدام کند. یا بستری برای سرمایه‌گذاری بخش داخلی و خارجی فراهم کند. و بهبود کسب و کار استفاده کنیم، هم شرکت‌های خارجی در داخل کشور می‌توانند سرمایه‌گذاری کنند که به نفع ملی به یک بخش غیر دولتی ایرانی وجود دارد، می‌توانند به کار گرفته شوند. وی ادامه داد: این مهم تر از این است که می‌توانیم چند ۱۰۰ میلیارد دلار بعد از تحریم منابع داشته باشیم.

سخنگوی دولت همچنین اظهارداشت: تعدد سفر مقامات خارجی به ایران نشانگر این است که فرصتی برای ما فراهم خواهد شد و البته باید از این فرصت به نحو مقتضی استفاده کنیم.
نویخت ادامه داد: همانطور که پشت میز مذاکره، طرف‌های خارجی با اهداف دیگری نشسته بودند و ما با اهدافی دیگر، قطعاً آنچه متعلق به ما منابع ملی بود را دنبال می‌کردیم. ممکن است سفرهای خارجی با تعقیب منافع ملی کشورهایی که می‌آیند دنبال سود متنها این‌ها هستند که باید بدلیام منافع مان چیست. وی خاطرنشان کرد: این حاضر نیز مقامات بلندپایه کشورهای اروپایی و صنعتی ایران حضور دارند. زمانی حتی یک مدیر کل هم به ایران نمی‌آمد اما در حال حاضر عالی‌ترین مقامات صندوق و امنیت نزد بانک مرکزی در در شرکت‌های زیرمجموعه نفت سپرده‌گذاری کرده‌بود.

وی افزود: پس از اینکه این بررسی تخصص از سوی بانک مرکزی صورت گرفت اقتصاد معتقد است که بانک مرکزی حق پرداخت این مبلغ نداشته‌است و این موضوع اختلاف بین بانک مرکزی و صندوق توسعه ملی است.
نویخت گفت: از طرفین می‌خواهیم با توجه به اینکه این موضوعات جزء مباحث حقوقی است مسائل را به روزنامه‌ها نکشاند چرا که طرح این موضوعات باعث تشویش ذهن عام عمومی می‌شود و از طریق مذاکرات حضوری موضوعات را پیگیری نمایند.

نویخت در خصوص استفاده از ظرفیت نیروهای مسلح در اجرای برنامه‌های اقتصادی و بخصوص اقتصاد مقاومتی نیز گفت: از این موضوع استقبال می‌کنیم و امروز هم طی نامه‌ای از این ارگان‌ها دعوت کردیم اگر طرحی برای ارتقاء و رشد و توسعه کشور دارند ارائه دهند.

باید از فرصت‌ها در شرایط پس از تحریم استفاده کنیم
نویخت گفت: با فراهم شدن زمینه لغو تحریم‌های غیرعادلانه و غیر انسانی که بعد از شرایط بعد از تحریم خواهد بود باید با برنامه ریزی مناسب از فرصت‌ها استفاده کنیم. این موضوع با برنامه ششم توسعه همزمان می‌شود که دولت باید از آغاز سال ۱۳۹۵ آن را اجرا کند. وی خاطرنشان کرد: پیش از این، هر وقت صحبت از برنامه‌ی شد از سه برنامه‌ی یاد می‌کردم: ادامه روند موجود، شرایط خوش بینانه، شرایط بدبینانه و همان شکلی که ما ماجرا و بودجه‌ای که تصویب می‌کردیم، همه آنها در ادامه روند موجود بود.

نویخت گفت: در شرایطی که کشورها را به سه گروه تقسیم کردیم، تصریح کرد: دسته اول کشورهایی هستند که رقابت در پی دارند از اقتصاد آنان به‌شدنی بر عهمل تولید دسته دوم کشورهایی هستند که رقابت پذیری آنها مبنی بر بهره‌وری و دسته سوم کشورهایی هستند که رقابت پذیری آنان مبتنی بر نوآوری است.

