

حجرت الاسلام سیدحاتی نیا مطرح کرد

تاثیر نظر ناطق در نتیجه انتخابات

یك فعال سیاسی اصولگرا گفت: آقای ناطق در میان اعتماد رأیبری از اصولگرا این نفوذ دارد و نظریش می تواند آنها را به حمایت از آقای روحانی ترغیب کند. خطه نظر آقای ناطق با توجه به وجهه ای که دارند در نتیجه انتخابات اثر گذار خواهد بود.

فصلیت سناد انتخابات کشور از امروز آغاز می شود

۱۵۰ روز تا خلق حماسه دیگر

آیت الله محسن ابرویان

منشور حقوق شهروندی ظرفیت ایجاد یک نهضت فکری را دارد

آیت الله محسن ابرویان استاد حوزه علمیه قم می گوید: اگر منشور حقوق شهروندی به طور گسترده و در تمامی دانشگاه های کشور به بحث و تبادل نظر گذاشته شود یک نهضت فکری در جامعه ایجاد خواهد شد. منشور حقوق شهروندی روز گذشته با حضور رئیس جمهوری در مراسم رونمایی شد. رئیس جمهوری بعد از امضای رأی انتشار این منشور خیابان می کند و فعالیت

بازی با بیل مکن را بد

تاکتیک تحول خواهان در انتخابات ۹۶

اطلاعیه وزارت خارجه درباره سفر به ترکیه

رئیس فقه قضاییه

باید از شتابزدگی در تحول علوم انسانی پرهیز کرد



بین دانشگاه و دستگاه قضایی بیشتر از این حرفه است. هر این می توان. کار شتابان و صاحب نظران آری صبر در این محاکم را با حریف نام افاد مورد نقد و بررسی قرار می دهند و همچنین آزاد سازی که مخصوص این کار طراحی شده است. هر می گیر د تا سایر اثر تبدیل شدن از از نقد کنند. رئیس فقه قضاییه با اشاره به طرح تحول در علوم انسانی گفت: علوم انسانی میخاست است کسی توان راجع به آن بحث های زیادی از جمله در میحاث و حدت حوزه و دانشگاه کرد.

آیت الله سعیدی در واژه بد از پرواز شهری قم

اهتمام شهرداری به تکمیل پروژه های نیمه تمام قابل تقدیر است

نوابت استان مقدس حضرت معصومه (س) پیش از ظهر دیروز به همراه جمعی از مسئولان شهرداری قم از پروژه شهری بازدید کرد.

نوابت استان مقدس حضرت معصومه (س) از حاشیه این بازدید خاطر جمع خبرنگاران با بیان اینکه پروژه های عمرانی به کرد کوی شهر قم تبدیل شده است، گفت: هر دو از مسوولان انتظامی تکمیل این پروژه ها را دارند به همین علت اهتمام شهرداری نسبت به تکمیل این پروژه ها تا پایان سال قابل تقدیر است. آیت الله سید محمد سعیدی با تاکید بر اینکه بخش های مختلف نظام باید نسبت به اجرای پروژه های عمرانی در نقاط مختلف کشور اهتمام جدی داشته باشند، افزود: کرد، دستگاه های اجرایی باید در سلیقه شوق و انگیزه با یکدیگر همدل و همرا باشند تا بتوانند خواسته های مردم را در کوتاه ترین زمان محقق کنند.

جانشین فرماندهی انتظامی استان قم خبر داد

امحاء ۷ میلیارد ریال کالای قاچاق مکشوفه در قم

مدیر سیاسی امنیتی استاندار قم مطرح کرد

طلاق مهم ترین مسئله حاشیه نشینی در قم

مدیر سیاسی امنیتی استاندار قم گفت: قم به دلیل قرار گرفتن در شاهراه مواصلاتی ۲۴ استان پیش از هر مسئله حاشیه نشینی بوده و طلاق جدوا ترین مسئله حاشیه نشینی در قم است. احمد جمالی پیش از ظهر دیروز در کار گروهی علمی اجتماعی که در تالار ادبی و خواجه ابوالفضل در گوا شد، ضمن اشاره ای مدبرانه که با تأخیر در جلسات حاضر می شوند.

وزیر راه و شهرسازی

یک سوم شهر نشینان بد مسکن هستند

تسهیلات و تخفیفات ویژه شهرداری قم

همزمان با میلاد باسعادت حضرت ختمی مرتبت (ص) تا ۲۲ بهمن

موضوع	نوع پرداخت	درصد تخفیف	نصاب اقساط	ناتر ملک و عوارض
پرداخت عوارض ساختمانی، مکانی و پای خدمات	قسطی	۲۰ درصد	۰	۰
	۲۰ درصد قسطی	۲۵ درصد	۸ قسط	۰
	۱۰ درصد قسطی	۱۵ درصد	۱۲ قسط	۰
پرداخت جرائم کسبون ماده ۵۰	قسطی	۲۰ درصد	۰	۰
	قسطی	۱۰ درصد	۱۲ قسط	۰
پرداخت عوارض ساختمانی و جرائم کسبون ماده ۵۰	۲۰ درصد قسطی	۵۰ درصد تخفیف قسطی	۰	۲۰ درصد ملک

لازم به ذکر است مودیانی که قبلاً بدهی خود را تسهیل و چک و تضمین لازم برای پرداخت عوارض ساختمانی ارائه نموده اند، چنانچه بیش از ۵۰ درصد از بدهی ایشان باقیمانده باشد و تقاضای پرداخت بکلیا و نقدی آن را داشته باشد حداکثر از ۴۰ درصد تخفیف نسبت به باقیمانده بدهی بهره مند می گردند. این بند مشمول چک های برگشتی نمی شود. شهروندان جهت کسب اطلاعات بیشتر به شهرداری های مناطق هشتگانه مراجعه نمایند.

اداره کل روابط عمومی و بین الملل شهرداری قم

سازمان پایانه های مسافربری شهرداری قم

باستناد مجوز هیات مدیره سازمان در نظر دارد نسبت به واگذاری ردیف های مشروحه ذیل از طریق مزایده اقدام نماید.

لذا متقاضیان جهت دریافت پاکت و شرایط مزایده از تاریخ نشر آگهی نوبت دوم به مدت ده روز کاری به استثنای روزهای تعطیل از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۴ به واحد امور قراردادهای سازمان به نشانی قم، کیلومتر ۳ جاده قدیم قم - تهران، سازمان پایانه های مسافربری شهرداری قم (ترمینال) مراجعه نمایند و در صورت نیاز، جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۳۶۶۴۲۳۴۹ - ۰۲۵ تماس حاصل نمایند.

ردیف	طرح مورد مزایده	مبلغ تضمین شرکت در مزایده به ریال
۱	محل ترافه نقلاتی در پایانه فدک	مبلغ ۱۵۰۰۰۰/۰۰۰ ریال
۲	محل تست سلامت شرقی و غربی سالن کوثر	مبلغ ۱۵۰۰۰۰/۰۰۰ ریال

شرایط عمومی:

- جهت خرید اسناد مزایده مبلغ ۵۰۰/۰۰۰ ریال به شماره حساب ۷۰۰۷۸۹۹۱۳۱۲۱ (درآمد سازمان) بانک شهر بنام سازمان پایانه های مسافربری شهرداری قم واریز نموده و به همراه اصل فیش واریزی و کارت شناسایی معتبر جهت تحویل اسناد مراجعه فرمائید.

- مبلغ تضمین شرکت در مزایده ۱۵۰۰۰۰/۰۰۰ ریال به صورت ضمانتنامه بانکی و یا واریز وجه نقد بحساب ۷۰۰۷۸۷۳۰۷۳۱۶ سپرده سازمان نزد بانک شهر بنام سازمان پایانه های مسافربری شهرداری قم می باشد.

- در صورتی که برنده اول مزایده حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به نفع سازمان ضبط خواهد شد.

- سازمان پایانه های مسافربری شهرداری قم در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است.

- هزینه درج آگهی و کارشناسی بعدده برنده مزایده می باشد.

- تلفن تماس: ۳۶۶۴۲۳۴۹ - ۰۲۵

روابط عمومی سازمان پایانه های مسافربری شهرداری قم

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جریان بازی با تیم ملی فوتبال آمریکا در ورزشگاه آزادی، تهران، ۲۰۱۰

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جریان بازی با تیم ملی فوتبال آمریکا در ورزشگاه آزادی، تهران، ۲۰۱۰

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جریان بازی با تیم ملی فوتبال آمریکا در ورزشگاه آزادی، تهران، ۲۰۱۰

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جریان بازی با تیم ملی فوتبال آمریکا در ورزشگاه آزادی، تهران، ۲۰۱۰

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران در جریان بازی با تیم ملی فوتبال آمریکا در ورزشگاه آزادی، تهران، ۲۰۱۰

بازیکنانی دو ملیتی زیر نظر سرمربی تیم ملی قرار دارند که می‌توانند ایران را همراهی کنند و در صورتی که بازی در تیم ملی ایران را انتخاب کنند، می‌توانند بار فنی تیم کی‌روش را بالاتر ببرند.

کارلوس کی‌روش در تیم ملی عملکرد خوبی داشته که اگر نداشت پنج سال در فوتبال نتیجه‌گرایی ایران دوام نمی‌آورد. راز دیگر ماندگاری کی‌روش در تیم ملی محبوبیتی است که او بین هواداران دارد و همین مسئله باعث شده حمایت از سرمربی پرتغالی تیم ملی هم در بالاترین سطح باشد. این اتفاقی است که بدبین‌ترین افراد هم نمی‌توانند آن را کتمان کنند و موضوع دیگری که در خصوص کی‌روش کتمان شدنی نیست، علاقه بسیار شدید او به بازیکنانی است که خارج از فوتبال ایران حضور دارند. حالا چه بازیکنان داخلی که برای ادامه فوتبال لیگی غیر از لیگ ایران را انتخاب می‌کنند و چه بازیکنانی که ملیتی ایرانی دارند و در کشورهای مختلف مشغول فوتبال بازی کردن در سطحی حرفه‌ای هستند.

سرمربی تیم ملی در چند سال اخیر علاقه خود را به لژیونرها نشان داده است. بیشترین بازیکنانی دو ملیتی در زمان کی‌روش به تیم ملی اضافه شدند که بیشتر آنها نیز موفق بودند و برای تیم ملی عملکرد مثبتی داشتند. نمونه آنها اشکان دژآه که اکنون تبدیل به کاپیتان تیم ملی شده و رضا قوچان‌زاده که در راه صعود ایران به جام جهانی ۲۰۱۴ عملکرد فوق‌العاده‌ای داشت، گل صعود را به ثمر رساند و تک گل ایران در جام جهانی ۲۰۱۴ هم توسط او وارد دروازه بوسنی و هرزگوین شد. حضور مقطعی امید نظری در اردوها به نتیجه نرسید و کی‌روش این بازیکن را نپسندید و شاید پاسخ همین امین نظری برای حضور در تیم ملی ایران باعث شد دیگر خبری از امید نظری هم نباشد، اما در همان مقطع استیون یا همان مهران بیت‌آشور و ندیل داوری به تیم ملی دعوت شدند و همراه تیم ملی در جام جهانی هم بودند. کی‌روش به این دلیل این بازیکنان را به جام جهانی برد که بتواند از تجربه بین‌المللی آنها که با بازی در لیگی خارج از ایران به دست آورده‌اند استفاده کند.

تیم ملی در جام جهانی هم بیشتر با بازیکنانی به میدان رفته که تجربه بازی در خارج از ایران را داشتند. علیرضا حقیقی نمونه بارز این بازیکنان بود که با بازی در خارج از ایران توانست در چارچوب دروازه ایران قرار بگیرد و به سیزدهمین دروازه‌بان برتر جام تبدیل شود یا بازیکنانی مانند جواد نکونام، مسعود شجاعی، اندرانیک تیموریان، علیرضا جهانبخش و… که به واسطه بازی در فوتبال اروپا فرصت قرار گرفتن در ترکیب تیم ملی را در جام جهانی ۲۰۱۴ به دست آوردند تا کی‌روش نشان دهد تجربه بازی در لیگ‌های اروپایی برای او اهمیت بسیار زیادی دارد و همین

اخبار

باشکست نفت و گاز گچساران صورت گرفت؛

صعود تراکتورسازی به مرحله نیمه نهایی

تیم فوتبال تراکتورسازی تبریز در مرحله یک چهارم نهایی جام حذفی موفق شد تیم نفت و گاز گچساران را شکست بدهد و به مرحله نیمه نهایی این مسابقات راه یابد. در ادامه مسابقات جام حذفی فوتبال و از مرحله یک چهارم نهایی، تیم فوتبال تراکتورسازی دیروز در گچساران به مصاف تیم نفت و گاز این شهر رفت و موفق شد با نتیجه ۲ بر یک مقابل این تیم به برتری برسد. به این ترتیب تنها تیم غیر لیگ برتری جام حذفی هم از دور این رقابتها کتار رفت.

در این مسابقه که از ساعت ۱۴ آغاز شد، برای تراکتورسازی شهرام گوردزی (۱۸)، فرزاد حاتم‌ی (۳۰) و محمد ابراهیمی (۷۷) گلزنی کردند و گل تیم نفت و گاز هم عبدالهادی خنجر (۷۹) به ثمر رسید.

به این ترتیب شاگردان اسیر قلعه نوبی به مرحله نیمه نهایی راه یافتند. تراکتوری ها در مرحله نیمه نهایی، باید به مصاف برنده دیدار ذوب آهن با گسترش فولاد تبریز بروند.

سپاهان ۲-سایپاافرس؛

شاگردان ویسی به نیمه نهایی رسیدند

تیم فوتبال سپاهان با پیروزی مقابل سایپا به مرحله نیمه نهایی مسابقات جام حذفی رسید.

تیم فوتبال سپاهان از ساعت ۱۴:۳۰ روز سه شنبه در چارچوب مرحله یک چهارم نهایی جام حذفی فوتبال به مصاف سایپا رفت و توانست با دو گل مقابل حریفش پیروز شود.

در این بازی که در ورزشگاه در ورزشگاه نقش جهان اصفهان برگزار شد، احسان صافی در دقیقه ۴ از روی نقطه پنالتی و رسول نویدکیا در دقیقه ۸۷ برای سپاهان گلزنی کردند.

به این ترتیب سپاهان به مرحله نیمه نهایی جام حذفی راه یافت و باید به مصاف برنده دیدار استقلال با نفت تهران برود.

نفت با درخشش قاضی استقلال را حذف کرد

دیدار تیم‌های استقلال و نفت تهران در وقت‌های اضافه با پیروزی ۳ بر ۲ تیم دایی خاتمه یافت و نفت به مرحله نیمه نهایی صعود کرد.



از مرحله یک چهارم نهایی جام حذفی فوتبال ایران،نفت تهران از ساعت ۱۶:۳۰ روز سه شنبه در ورزشگاه تختی میزبان استقلال بود. دو تیم پیش از این دیدار در هر مرحله یک هشت‌منه نهایی توسته بودند.تیم‌های شهرداری فومن و صباوی قم را پیش‌رو بردارند. این دیدار حساس و سرنوشت ساز در طول ۹۰ دقیقه با تساوی یک بر یک خاتمه یافت اما این پایان کار نبود و شاگردان دایی توانستند در وقت‌های اضافه با حساب ۳ بر ۲ به پیروزی برسد و به مرحله نیمه نهایی صعود کنند. شاگردان دایی در مرحله نیمه نهایی به مصاف سپاهان می‌روند که ساعتی پیش با ۲ گل سایپا را شکست داد. محمد قاضی در دقیقه ۲ (پنالتی) و ۱۰۹ و عیسی آل کثیر در دقیقه ۱۰۶ برای نفت گلزنی کردند و گل‌های استقلال را نیز جابر انصاری در دقیقه ۶۸ و بهنام برزای در دقیقه ۱۰۲ برای استقلال گلزنی کردند. قضاوت این دیدار را اشکان خورشیدی و کمک‌هایش توح عبوش محمدی، سعید قاسمی و محمد ملکی به عهده داشتند. ناصر اسرلان مطهری، اکبر صادقی از نفت تهران و کاوه رضایی از استقلال نیز با کارت زرد اشکان خورشیدی مواجه شدند.

کارشناسان داوری:

پنالتی نفت درست بود

کارشناسان داوری کشورمان اعتقاد دارد پنالتی اعلام شده برای نفت درست بوده است. ناصر جعفری در خصوص صحنه پنالتی اعلام شده برای نفت تهران در بازی با استقلال اظهار داشت: به نظر در آن صحنه بازیکن استقلال از پشت، پای بازیکن نفت را زد و خورشیدی به درستی اعلام پنالتی کرد. وی افزود: خورشیدی در جریان بازی جا به جای‌های زیادی دارد و تاکنون قضاوت خوبی داشته است. او نشان داد به یک داور با تجربه تبدیل شده است.

بازیکنان دوملیتی که زیر ذره‌بین کی‌روش هستند

از پدیده منچستر سیتی و بولتون تا بازیکن دعوت شده به تیم ملی سوئد



مسئله باعث شد خیلی از بازیکنان هم تلاش کنند با ترک لیگ ایران فوتبال خود را در تیمی خارج از ایران ادامه بدهند. کم‌کم تیم ملی در حال خالی شدن از بازیکنان لژیونر و باتجربه است و تا چند سال دیگر شاید خیلی از مهره‌های تأثیرگذار تیم ملی دیگر نتوانند در رده ملی به فوتبال خود ادامه بدهند. به طول مثال جواد نکونام بیشتر از یک سال است از تیم ملی خداحافظی کرده، اندرانیک تیموریان که سابقه سه ساله بازی در لیگ‌های خارجی از جمله انگلیس و قطر را دارد، فثت شدیدی داشته و در آخرین اردوی تیم ملی هم دعوت نشد. در ادامه نه در شرایط فعلی بلکه تا چند سال آینده باید شاهد خداحافظی بازیکنان چون مسعود شجاعی، اشکان دژآه و حتی رضا قوچان‌زاده باشیم که پس از جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه شاید دیگر نتوانند برای تیم ملی به میان بروند. همینطور بازیکنانی چون پژمان منتظری و سیدجلال حسینی هم با سابقه بازی در لیگ قطر کم‌کم باید جای خود را به بازیکنان جوان بدهند و همین مسئله باعث می‌شود تعداد بازیکنان مورد علاقه کی‌روش (بازیکنانی که در خارج از ایران بازی کنند) کم شود و همین مسئله باعث می‌شود سرمربی تیم ملی برای آینده بازیکنان جدیدی را به تیم ملی اضافه کند.

در حال حاضر بازیکنان دو ملیتی دیگر به مرحله‌ای از رشد آنجایی که بازی ملی در کارنامه‌اش ندارد می‌تواند برای تیم تحت رسیدند که می‌توانند تیم ملی ایران را همراهی کنند و آنها هدایت کی‌روش بازی کنند. زیر نظر کارلوس کی‌روش هم قرار دارند. بازیکنانی که مسلماً در سال‌های آینده می‌توانند کنار بازیکنانی چون سردار آزمون، علیرضا جهانبخش، سعید عزت‌اللهی، میلاد محمدی، علی کریمی، کریم انصاری‌فرد و سایر بازیکنانی که در لیگ‌های اروپایی بازی می‌کنند و هنوز جوان هستند، تیمی قدرتمند را تشکیل بدهند. کی‌روش هم دنبال همین مسئله است و حالا در ست‌های مختلف این بازیکنان را پیدا کرده و اگر زمینه فراهم شود این بازیکنان به تیم ملی اضافه خواهند شد.

رایان تفصلی

«رایان سیروس تفصلی» مدافع ۲۵ ساله متولد شهر ساتون انگلیس است. بازیکنی که بازی ملی ندارد و دوران بازیگری خود را سال ۲۰۰۹ با آکادمی تیم ساوتهمپتون آغاز کرد اما هرگز در این تیم فرصت بازی به دست نیاورد و به تیم دسته چهارمی «سالیسبری» قرض داده شد. او سال ۲۰۱۲ به تیم دسته سومی منسفیلد رفت و توانست تا تابستان امسال برای این تیم بازی می‌کرد که در ۹۹ بازی موفق شد ۸ گل هم به ثمر برساند. تفصلی که بازیکنی بلند قامت با یک مترو ۹۶ سانتی‌متر قد است، در ۱۲ بازی که امسال برای تیم پیتربرو انجام داده، هیچ گل هم زده است. بازیکن شماره ۵ پیتربرو به سبب ملیت ایرانی پدرش و از

سرمربی تیم ملی برای آینده بازیکنان جدیدی را به تیم ملی

افزافه کند.

در حال حاضر بازیکنان دو ملیتی دیگر به مرحله‌ای از رشد آنجایی که بازی ملی در کارنامه‌اش ندارد می‌تواند برای تیم تحت

رسیدند که می‌توانند تیم ملی ایران را همراهی کنند و آنها

هدایت کی‌روش بازی کنند.

زیر نظر کارلوس کی‌روش هم قرار دارند. بازیکنانی که مسلماً در سال‌های آینده می‌توانند کنار بازیکنانی چون سردار آزمون، علیرضا جهانبخش، سعید عزت‌اللهی، میلاد محمدی، علی کریمی، کریم انصاری‌فرد و سایر بازیکنانی که در لیگ‌های اروپایی بازی می‌کنند و هنوز جوان هستند، تیمی قدرتمند را تشکیل بدهند. کی‌روش هم دنبال همین مسئله است و حالا در ست‌های مختلف این بازیکنان را پیدا کرده و اگر زمینه فراهم شود این بازیکنان به تیم ملی اضافه خواهند شد.

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

و دیگران هم باید حتما کمک کنند.

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

و دیگران هم باید حتما کمک کنند.

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

وزیر ورزش و جوانان در بخش دیگری از صحبت‌هایش به وضعیت فعلی پرسپولیس در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا اشاره کرد و گفت:فکر می کنم پرسپولیس امروز ظرفیت خوبی دارد که بعد از سال ها به عنوان یک باشگاه ایرانی، در لیگ قهرمانان آسیا نتیجه

سلطانی فر، مالیات انباشته سال های گذشته را یکی از مشکلات اصلی استقلال و پرسپولیس دانست و گفت: این مشکل باید یک بار برای همیشه حل شود. با رئیس سازمان امور مالیاتی هم مذاکراتی داشته‌ایم. دو باشگاه استقلال و پرسپولیس باید مدارکی که مربوط عملکرد مالی آن ها می شود را در اختیار سازمان امور مالیاتی قرار دهند.

مکث

داستان عجیب جدایی نوراللهی و عالیشاه پشت پرده سر باز شدن دو ستاره پرسپولیس چیست؟

تماس باشگاه تراکتورسازی با دو بازیکن تیم فوتبال پرسپولیس باعث شد که این دو در نیم فصل سر باز شوند.



امید عالیشاه و احمد نوراللهی که در ابتدای فصل با ارائه گواهی اشتغال به تحصیل مشکلی برای همراهی با تیم فوتبال پرسپولیس نداشتند ناگهان در نزدیکی نیم فصل دفترچه اعزام به خدمت خود را به خدمت خود را به عنوان بازیکن سر باز به تراکتورسازی تبریز ملحق شوند.

حال سوال این جاست که چرا این دو بازیکن درست در نیم فصل با این مشکل مواجه شده‌اند؟ این در حالی است که یک ماه پیش، این دو بازیکن همراه پرسپولیس به دویی رفتند که همین موضوع نشان می‌دهد که آنها یک ماه قبل سر باز نبودند.

پیگیری‌های خبرنگار ایسنا نشان می‌دهد که تماس مسئولان باشگاه تراکتورسازی تبریز با امید عالیشاه و احمد نوراللهی باعث شده که این دو بازیکن پیش از رسیدن نیم فصل از دانشگاه انصراف بدهند و مدارک اعزام به خدمت خود را تکمیل کنند.

گویا شخصی از باشگاه تراکتورسازی تبریز به این دو بازیکن اعلام کرده‌است که اگر در نیم فصل به تراکتورسازی ملحق نشوید، در پایان فصل این باشگاه دیگر نمی‌تواند بازیکن سر باز جذب کند. بنابراین اگر قرار باشد در پایان فصل به یک تیم نظامی بروید باید در لیگ دسته یک، به فوتبال تان ادامه دهید.

همین موضوع باعث شد که دو بازیکن تیم فوتبال پرسپولیس جدایی از تیم محبوب خود را کلید بزنند تا بتوانند دوران سر بازی خود را در یک باشگاه لیگ برتری ادامه دهند که خمارلو مدیر روابط عمومی باشگاه پرسپولیس در گفت‌وگو با ایسنا این خبر را تایید کرد.

در همین زمینه، سردار مهرعلی باران چشمه، رئیس تربیت بدنی ستاد کل نیروهای مسلح در گفت‌وگو با ایسنا، درباره این شایعه که باشگاه‌های نظامی که فصل بعد در لیگ برتر باشند نمی‌توانند بازیکن سر باز جذب کنند، اظهار کرد.
م‌ن نمی‌دانم چه کسی این شایعه را مطرح کرده‌است.
در دیروز این بحث در محافل ورزشی به وجود آمده و تا به حال چندین بار به صورت مستقیم و غیر مستقیم از من پرسیده‌اند که آیا چنین موضوعی درست است یا نه و باید بگویم که این موضوع کاملا کذب است.

او ادامه داد: باشگاه‌های نظامی چه آنهایی که در لیگ برتر بازی می‌کنند و چه تیم‌هایی که در دسته‌های پایین‌تر حضور دارند کما کما می‌توانند با هماهنگی تربیت بدنی مجموعه خود و ستاد کل نیروهای مسلح اقدام به جذب بازیکن سر باز کنند. متأسفانه نمی‌دانم این شایعه از کجا به وجود آمده و برای ما مهم در دسر ایجاد کرده‌است.

تکته

۱۰روز، فرصت طلایی ایران تا گرفتن میزبانی جام جهانی فوتسال

ایران در آستانه گرفتن میزبانی یکی از بزرگ‌ترین رویدادهای ورزشی جهان است و در صورتی که پنج نهاد باقی مانده در ۱۰ روز آینده فرم های فیا را امضا کنند، امیدواری‌ها به برگزاری جام جهانی فوتسال در ایران افزایش خواهد یافت.

روزهای پایانی مهلت ارسال مدارک لازم برای گرفتن میزبانی جام جهانی ۲۰۲۰ فوتسال در حال سیری شدن است. اگر همه چیز در این مهلت باقی مانده به خوبی پیش برود، شانس کشورمان برای میزبانی این رویداد بزرگ جهانی بیش از پیش بالا خواهد رفت. هر چند این روزها از زاین به عنوان رقیب جدی ایران در گرفتن این میزبانی نام برده می‌شود اما فیا در آخرین اطلاعیه رسمی، این دو کشور را به عنوان رقیب اصلی نام دیگر یعنی لیتوانی، نیوزلند و کاستاریکا نیز خبر داده‌است.

فیا ابتدا تا ۱۵ مرداد به کشورها مهلت داده بود تا مدارک خود را ارسال کنند اما در حاشیه برگزاری جام جهانی در کلمبیا قرار شد این زمان تا ۳۰ دسامبر تمدید شود و در حال حاضر تنها ۱۰ روز تا پایان این مهلت، باقی مانده است. به همین دلیل جلسهای روز یکشنبه هفته جاری در کمیته فوتسال برگزار شد و علی کفاشیان سرپرست کمیته فوتسال به افراد مختلف ماموریت داد تا پیگیری امضای فرم‌های فیا باشند.

با پیگیری‌های خبرنگار ایسنا، مشخص شد از بین تمام فرم‌هایی که باید توسط وزارت خانه‌ها و نهادهای مختلف دولتی امضا می‌شد، تنها پنج امضای باقی مانده‌است. وزارت امور خارجه، وزارت اقتصاد و دارایی، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، وزارت ارتباطات و بانک مرکزی جمهوری اسلامی، پنج نهادی هستند که ظرف ۱۰ روز آینده باید فرم های فیا را امضا کرده و تحویل فدراسیون فوتبال بدهند.

همچنین بر اساس شنیده‌ها مسعود سلطانی فر وزیر ورزش و جوانان، حمایت قاطع خود از این میزبانی را اعلام کرده و قرار است در جلسه هیات دولت هفته جاری با وزرای مربوطه رایزنی کند تا فرم‌ها به امضا برسند.

اما یکی از موضوعات اصلی در گرفتن این میزبانی، محل برگزاری مسابقات و ورزشگاه‌ها است. در این زمینه نیز از ۶ شهر به عنوان نامزد برگزاری مسابقات یاد می‌شود. تهران (ورزشگاه آزادی)، اصفهان (ورزشگاه ۵ی)، اردبیل (ورزشگاه حسین رضازاده)، ارومیه (ورزشگاه غدیر)، یزد (ورزشگاه شاهدهی) و تبریز (ورزشگاه پورشریفی) به عنوان شهرها و سال‌ن‌هایی هستند که به فیا معرفی خواهند شد. ناظران فیا نیز بعد از بررسی فرم های ارسال‌ی از سوی ایران، به کشورمان خواهند آمد تا امکانات از مورد بررسی قرار دهند.

علی کفاشیان در آخرین مصاحبه خود اعلام کرده زاین حاضر است به نفع ایران کنار بکشد و به نظر می‌رسد این کشور تا توجه به میزبانی از المپیک ۲۰۲۰، قید میزبانی جام جهانی فوتسال را بزند اما از سویی دیگر با توجه به میزبانی چرخی مسابقات، شانس ایران کمتر خواهد بود. چرا که جام جهانی ۲۰۱۲ در تایلند که کشوری آسیایی محسوب می‌شود برگزار شده و سپس کلمبیا در سال ۲۰۱۶ برگزاری آن را به عهده داشته است. بنابراین بازگشت بازی‌ها به آسیا با سیاست‌های فیا در تعارض است و از همین رو لیتوانی از جمله کشورهایی اروپایی از این لحاظ جلوتر از ایران قرار می‌گیرد.
باین حال فیا در اعطای میزبانی رویداد مهمی چون جام جهانی، معیارهای بسیاری را ملاک قرار می‌دهد و پیشرفت و محبوبیت فوتسال در ایران می‌تواند یکی از نقاط قوت کشورمان در این زمینه باشد. فیا با توجه به سیاست‌های مالی و بازاریابی که دارد، همیشه به دنبال این بوده تا مسابقات جام جهانی با حضور بر تعداد تماشاگران برگزار شود و در کلمبیا برای رسیدن به این هدف اقدامات بسیاری انجام داد اما در صورت برگزاری این بازی‌ها در ایران، می‌توان منتظر حضور چشمگیر علاقمندان در ورزشگاه‌ها بود.

روزنه

سروش رفیعی سومین ایرانی لیگ یونان می‌شود

رسانه‌های یونانی از پیشنهاد آ.ک.آت یک به ستاره ۲۶ ساله تراکتورسازی خبر دادند. سروش رفیعی که در تراکتورسازی تبریز توپ می‌زند و زمزمه‌هایی مبنی بر پیوستنش به پرسپولیس یا استقلال شنیده شده‌است، مورد توجه تیم یونانی ا.ک.ک قرار گرفته‌است. بعد از درخشش کریم انصاری فرد و مسعود شجاعی در لیگ یونان، این بار مسئولان تیم‌های یونانی به سراغ دیگر بازیکنان ایرانی رفتند و از این جهت سروش رفیعی را مد نظر قرار دادند تا او را به خدمت بگیرند. این سایت یونانی همچنین از رقابت ا.ک.آ.ک با تیم‌های قطری برای جذب رفیعی خبر دادند.



شرکت پست سریع بین المللی PDE

در راستای تکمیل و توسعه شبکه خدمات خود از میان متقاضیان واجد شرایط در بین مشاغل مر تبظ زیر در سطح

محدودنمایند فعال میبذ یرد:

۱- خدمات بار هوایی و زمینی
۲- آژانسهای هواپیمایی و خدمات توریستی
۳- دفاتر پیشخوان دولت آدرس

ایمیل جهت ارسال رزومه و مدارک cities@pdexp.com

شماره تماس: ۰۲۱۸۸۲۰۲۲۲۰ داخلی ۱۸۰

بیشتر بدانیم

مادران باردار بخوانند؛

چگونه سیستم عصبی جنین را تقویت کنیم ؟

معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی ایران با اشاره به مصرف ویتامین های گروه ب در مادران باردار، خوردن ماده ای حیاتی را برای رشد و تکامل سیستم عصبی جین بسیار ضروری دانست.

مهران ولایی با تاکید بر مصرف اسیدفولیک و ویتامین Dدر طول دوران بارداری گفت: تکامل، رشد و تقویت سیستم عصبی جنین و رشد ساختار ظاهری به طرز قابل ملاحظه ای به مصرف اسیدفولیک وابسته است، موضوعی که در صورت بی توجهی به آن به ویژه در برخی از بارداری هایی که مادر سراغ پزشک نمی رود، می تواند به طور جدی سلامت جنین را به خطر اندازد.

وی با اشاره به وجود برخی منابع طبیعی اسیدفولیک بیان کرد:اسفناج،نان و غلات و سبزی های تازه پهن برگ بهترین منابع این ماده حیاتی هستند که به وفور در طبیعت یافت می شوند اما در کنار آن و در صورت تزجیز پزشک متخصص، باید داروهای مخصوصی نیز برای تامین اسید فولیک مورد نیاز بدن مصرف شود.

معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی ایران با تاکید بر اینکه تنها مصرف ویتامین ب ۱۲ نیز پاسخگو مادر باردار و جنین وی برای تامین نیاز روزانه بدن به ویتامین ب نیست، تصریح کرد: بر خلاف تصور عموم افراد صرف استفاده از ویتاین ب ۱۲ کافی نبوده و باید مصرف تمام ویتامین های گروه ب را در نظر گرفت.

وی با اشاره به اینکه به طور کلی مصرف ویتامین های گروه ب، D و A در طول دوران بارداری برای افزایش سطح هوشیاری و سلامت جنین بسیار مهم است،ادامه داد: البته به هیچ عنوان هیچ مادر بار داری نباید خودسرانه به مصرف ویتامین ها روی آورد زیرا تااین بد مصرفی فقط و فقط در صورت رویت نتیجه آزمایشات خون مادر آنهم توسط پزشک متخصص امکان پذیر است در غیر این صورت مصرف خودسرانه و به صرف سفارش اطرافیان اکیدامنع است.

ولای اظهار داشت: اکنون بالغ بر ۹۲۵ داروخانه در ۵ شهرستان عموما محروم استان تهران زیر نظر معاونت غذا و دارو است که با همکاری معاونت بهداشت، هیچ مشکل یا کمبودی از نظر تامین مکمل های دارویی و ویتامین های مورد نیاز مادران را در بار یا تعرفة دولتی و حتی رایگان وجود ندارد.

وسایل آرایشی باعث قی کردن چشم ها می شود

با این دمنوش چشمانتان را درمان کنید

یک فوق تخصص قرینه گفت: عوامل زیادی از جمله استفاده از لوازم آرایشی باعث قی کردن چشم ها می شود.

رهما سسگری چشم پزشک و فوق تخصص قرینه با بیان اینکه بروز عفونت، آلودگی و ویروس باعث قی کردن چشم می شود، گفت: در زمان قی کردن، چشم دچار سوزش، خارش و افزایش ترشحات غلیظ زرد رنگ می شود.

وی با اعلام اینکه ترشحات، سیستم دفاعی بدن را تشکیل می دهد، اظهارداشت: ترشحات اطراف چشم در طول روز شسته می شود اما در زمان خواب آنها بر روی چشمان باقی می ماند و خشک می شود.

این چشم پزشک با بیان اینکه مصرف لوازم آرایشی باعث قی کردن چشم می شود، تصریح کرد: تجمع مایع زرد رنگ و چسبنده، خشکی و ورم پلک ها و ریزش اشک به صورت دائم از دیگر علایم قی کردن چشم ها هستند.

وی با اعلام اینکه قی کردن به دلیل بسته شدن مجرای اشکی چشم، زخم های قرینه ایجاد می شود، تاکید کرد: قی کردن چشم عوارضی مانند قرمزگی پلک ها، کاهش بینایی و دوبینی را به همراه دارد.



علمه- فناوری

دستگاه ایمنی بدن وظیفه شناسایی سلول هاو مولکول های خودی از عوامل بیگانه و از بین بردن یا بی خطر کردن آن ها را بر عهده دارد. گاهی به دلیل تشابه آنتی ژن های سلول های خودی با غیر خودی سیستم ایمنی به سلول های خودی حمله می کند. شما می توانید با روش هایی به بهبود عملکرد سیستم ایمنی تان کمک کنید.

ترفند جوراب را امتحان کنید

هنگامی که فرزندتان تب دارد، یک جفت جوراب را در آب سرد خیس کرده و آن را به مدت ۱۵ دقیقه در فریزر قرار دهید. سپس آن را با یک جوراب پشمی خشک، به پای کودک بپوشانید. در ابتدا کار بی رحمانه ای به نظر می آید، اما این کار باعث می شود تب فرزندتان راحت تر برطرف شود.

برخی افراد معتقدند این کار گردش خون و آزاد کردن سلول های ایمنی برای مبارزه با تب را آسان تر خواهد کرد. اما هنوز این نکته (تسهیل جریان خون و آزاد شدن سلول های ایمنی) ثابت شده نیست و نمی توان آن را با اطمینان مطرح کرد.

استفاده از ترفند خیس کردن جوراب، به خواب راحت کودک و غذا خوردن بهتر او منجر می شود و قطعا می تواند پاسخ ایمنی او را بهبود ببخشد. این ها را یک پزشک متخصص اطفالی می گوید.

مراقب این پرچم قرمز باشید

اغلب مردم می خواهند بدانند که یک فرد دارای سیستم ایمنی طبیعی و سالم چقدر بیمار می شود؟ حقیقت این است که نمی توان هیچ عددی را برای تعداد دفعات بیمار شدن هر فرد در سال بیان کرد. برخی افراد فقط بیش از دیگران بیماری می شوند (با وجود داشتن سیستم ایمنی طبیعی). اما اگر شما به یک نوع خاصی از عفونت بارها و بارها دچار شده اید، ممکن است جای نگرانی باشد. یک نفر از هر پانصد نفر با سندروم نقص ایمنی اولیه (P۱) متولد می شود که نشانه های آن شامل موارد زیر است: مبتلا شدن به عفونت گوش چهار بار یا بیشتر در یک سال، ابتلا به سینوزیت دو بار یا بیشتر در سال، نیاز به بیش از یک آنتی بیوتیک برای رفع کامل یک عفونت، تب مکرر و ورم غدد لنفاوی.

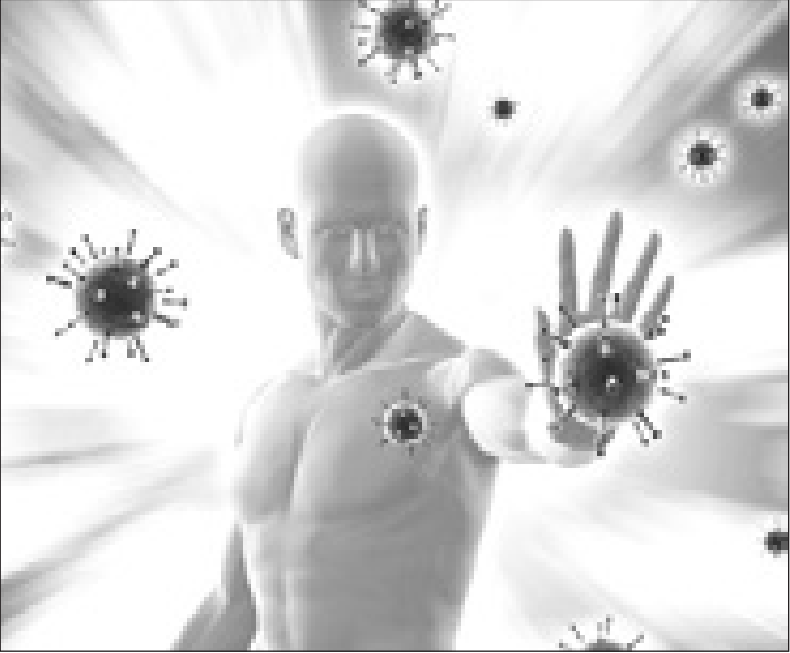
افراد مبتلا به سندروم P۱ بیش از ۲۵ سال از بیماری تشخیص داده نشده ی خود رنج می برند و این موضوع بسیار خجالت آور است، چرا که می توان با یک آزمایش خون ساده به برخی از انواع آن پی برد. اگر شما مبتلا به این سندروم تشخیص داده شده اید، بدانید که درمان آن آسان است. تنها کافی است به طور منظم توسط پزشک ویزیت شده و کیفیت زندگی خود را تقا کنید.

ماست ممکن است شما را به خوبی نگه دارد

مردم اغلب فکر می کنند که خوردن پروبیوتیک ها سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند، اما حقیقت این است که مواد پروبیوتیک نمی توانند معجزه وار جلوی بروز بیماری را بگیرند. اما اگر شما در حال حاضر بیمار هستید و ناچار به استفاده از آنتی بیوتیک می باشید، این محصولات می توانند کمک خوبی باشند.

باکتری های مفیدی در روده وجود دارند که از شما در برابر عوامل بیماری زا و بیگانه محافظت می کنند و موجب اسهال می شوند (دفع بیماری). آنتی بیوتیک ها، غار تگر روده و درد این باکتری ها هستند، بنابراین شما در برابر بیماری ها آسیب پذیرتر می کنید. پس مصرف

چطور به سیستم ایمنی بدن کمک کنیم؟



مواد پروبیوتیک به نفع شماست.

واکسن آنفلوآنزایمی تواند شما را بیمار کند

هنوز هم در میان مردم افرادی دیده می شوند که درمورد نحوه ی عملکرد واکسن آنفلوآنزاسردگم هستند. سیستم ایمنی بدن مانند یک ارتش عمل کرده و به عوامل بیماری زا یا همان پاتوژن ها حمله می کند. بنابراین واکسن ها به عنوان یک مشق نظامی عمل خواهند کرد. آن ها به سیستم ایمنی کمک می کنند

تا با این دشمنان بجنگند. بنابراین زمانی که بدن واقعا تحت حمله قرار می گیرد، کمتر احتمال دارد که سیستم ایمنی خطا کند. برای مثال، واکسن آنفلوآنزا حاوی مقدار کمی ویروس مرده ی آنفلوآنزاست و به سیستم ایمنی شما فشار وارد می کند تا بر علیه عوامل بیگانه آنتی بادی تولید کند. بنابراین وقتی شما در معرض ویروس زنده قرار می گیرید، این آنتی بادی ها، ویروس زنده را کشته و نمی گذارند شما بیمار شوید.

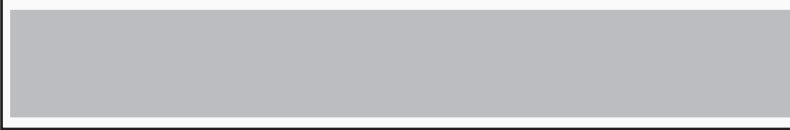
خواب به سیستم ایمنی بدن این اجازه را می دهد که در طول شب بازسازی شود

نکته ای که وجود دارد این است که پس از دریافت واکسن، دو تا چهار هفته طول می کشد تا بدن تان ایمن شود و در این زمان ممکن است در صورت قرار گرفتن در معرض ویروس زنده، بیمار شوید. هر فردی نیاز به تزریق واکسن دارد و هیچ دارویی به اندازه ی واکسن موثر نخواهد بود.

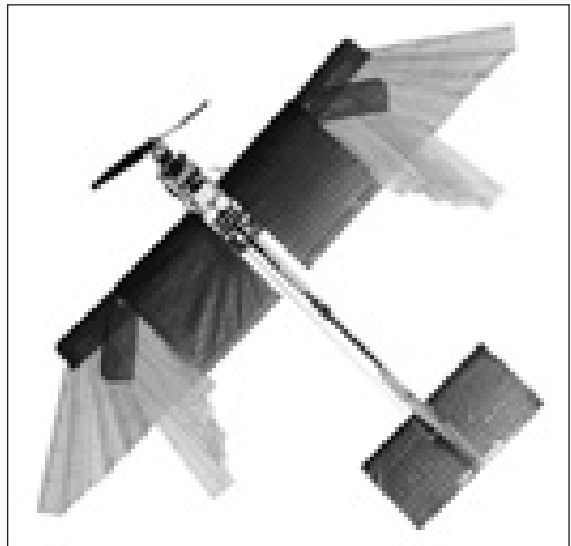
قبل از تعطیلات آخر هفته خوب بخوابید

مطمئن شوید قبل از تعطیلات، ۸ ساعت خواب خوب داشته باشید. تحقیقات نشان داده است که پنج تا شش ساعت خواب شبانه قبل از تعطیلات می تواند احتمال

رفع سرفه و عطسه های تان را تا چهار برابر افزایش دهد. خواب به سیستم ایمنی شما این اجازه را می دهد که در طول شب بازسازی شود. در هنگام خواب، بدن تان ماده ای شیمیایی با نام سینوکین آزاد می کند تا بهتر بتوانید با عفونت ها مبارزه کنید.



طراحی یک پهباد دارای پر



یک پهباد جدید مشابه پرند ه‌ دارای پر به رهبری محققان دانشگاه فدرال پلی تکنیک لوزان در سوئیس طراحی شده که به ادعای آن‌ها می‌تواند طول بال خود را تغییر داده، از فضای تنگ عبور کند و با سرعت بالا به پرواز بپردازد.

پرندگان می‌توانند موقعیت بالهای خود را در زمان تغییر جهت، افزایش سرعت یا مقابله با پداه‌ا اصلاح کنند. برای مثال آن‌ها برای هدایت پرواز خود یک بال را کاملاً باز کرده و دیگر را کمی جمع می‌کنند.

این موجودات با تنظیم طول بال خود به این شکل، یک عدم تعادل محاسبه‌شده را برای گردش ایجاد می‌کنند.

محققان بامشاهده پرواز پرندگان یک پهباد بالدار دارای انرژی کارآمد طراحی کردند که می‌تواند طول بال خود را تغییر داده، در سرعت بالا پرواز کرده و از میان فضاهای تنگ عبور کند.

پهباد جدید همچنین دارای پر بوده که مانند یک بادبزین با بسته می‌شوند.

سگ‌ها هم دچار سفیدی زودرس مو می‌شوند

یک پژوهش جدید نشان داده است که حتی سگ‌ها نیز می‌توانند به دلایل مختلفی دچار سفید شدن زودرس موها شوند.

محققان این پژوهش دریافتند که سفید شدن مو ی پوزه سگ‌ها با علایمی مانند اضطراب و تکانشگری در ارتباط است.

سگ‌هایی که دارای سطوح بالاتری از این صفات هستند بیشتر از بقیه دچار سفید شدن مو در ناحیه پوزه می‌شوند.

این محققان دریافتند که صدهای بلند، قرارگیری در معرض حیوانات و انسان‌های ناآشنا از عوامل مهم سفید شدن مو ی این حیوانات است.

این تیم برای انجام پژوهش خود از ۴۰۰ نمونه سگ موجود در پارک سگ‌ها، سیرک‌ها، کلینیک‌های دامپزشکی و مکان‌های دیگر استفاده کردند.

محققان از هر کدام از این سگ‌ها تصویربرداری کرده و میزان سفیدی موهای پوزه آنها را از کم تا زیاد بررسی کردند.

در این پژوهش از صاحبان این سگ‌ها خواسته شد تا پرسشنامه‌هایی را در ارتباط با میزان اضطراب و تکانشگری سگ و دیگر ویژگی‌های رفتاری آنها پر کنند.

این محققان همچنین عوامل دیگری، از قبیل اندازه سگ، وضعیت عقیم بودن و مشکلات پزشکی آنها را نیز مورد بررسی قرار دادند.

در نهایت مشخص شد که سطح اضطراب و تکانشگری صدای بلند، قرارگیری در معرض حیوانات و انسان‌های ناآشنا تأثیر بسزایی در سفید شدن مو ی این حیوانات دارد.

آنها همچنین دریافتند که سگ‌های ماده بیشتر در معرض سفید شدن موها قرار می‌گیرند.

محققان می‌گویند سفید شدن پوزه می‌تواند یک علامت هشدار دهنده اضطراب یا شرایط مربوط به ترس در سگ‌های زیر سن چهار ساله باشد.

آنها معتقدند که یافته‌های این پژوهش دارای پیامدهای مثبت برای رفاه و سلامت حیوانات است.

علمی و سلامت

توصیه‌ها و هشدارها

برو کلی و امکا ۳ ها برای مقابله با آلودگی هوا

بدون شک نوشیدن میزان زیادی شیر و به طور کلی مایعات زیاد، آب لیموتزش و غیره برای دفع این سموم کارساز است.اما محققان معتقدند که مصرف بروکلی و امکا ۳ ها نیز قدرت بدن را در برابر آلودگی هوا بالا می برند. در این مطلب به بررسی اثرات این مواد غذایی می پردازیم.لطفاً ما با همرا ه باشید.

اینکه هوا آلوده است و نفس ها به تنگ آمده حرف تازه ای نیست. مضرات این آلودگی بر سلامتی نیز حرف تازه ای نیست،اینکه محیط زیست دلسوزان اندکی دارد اما خیل عظیمی از مردم کمر به نابودی طبیعت و کره زمین بسته اند نیز تازگی ندارد و اینکه هیچ کس حاضر نیست دل از آتومبیل شخصی اش بکند و ماشین کمتری به جان خیابان های این شهر ببندازد هم حرف تازه ای نیست.اکنون که سر به آسمان بلند کرده ایم و چشم به خوش قولی لبرها دوخته ایم تا کمی هوا را قابل تحمل کنند بد نیست در این اثنا با برخی مواد غذایی نیز کمی به فکر بیرون راندن این حجم از ترکیبات سمی از بدنتمان باشیم.بدون شک نوشیدن میزان زیادی شیر (البته اگر پالم نداشته باشد) و به طور کلی مایعات زیاد، آب لیموتزش و غیره برای دفع این سموم کارساز است. اما محققان معتقدند که مصرف بروکلی و امکا ۳ ها نیز قدرت بدن را در برابر آلودگی هوا بالا می برند. در این مطلب به بررسی اثرات این مواد غذایی می پردازیم.لطفاً ما با همرا ه مطرح کرد.

بروکلی ترکیبات مضر را از بدن دفع می کند

حتماً می دانید که چین یکی از آلوده ترین کشورها است.محققان آمریکایی یک گروه تحقیقاتی را برای بررسی تأثیر یک ماده غذایی برای کاهش اثرات آلودگی در این ناحیه آماده کردند. این ماده غذایی بروکلی و با رقع آب بروکلی بود. این ماده غذایی می تواند ترکیبات سرطان زا و تحریک کننده ای که در بدن تجمع کرده است را دفع کند.محققان دانشکده بهداشت بلومبرگ جان هاپکینز در ایالات متحده آمریکا، به این نتیجه رسیدند که مصرف آب بروکلی باعث دفع سریع ترکیبات سرطان زایی تجمع یافته در بدن می شود. نتایج این پژوهش که در مجله Cancer Prevention Research به چاپ رسیده است تشویشی است برای مصرف بیشتر بروکلی تا هرچه بیشتر از خواص بی نظیر این سبزی مفید بهره مند شوید.

با بروکلی ۶۱ درصد دفع بیشتر سموم ناشی از آلودگی هوا اتفاق می افتد
منأسفله هم اکنون هوای اکثر کشورها و شهرها آلوده است و این مسئله مشکلی برای سلامت عمومی است. به همین دلیل محققان و دانشمندان به دنبال روش هایی که هزینه برای کاهش اثرات منفی آن و مراقبت از سلامتی افراد هستند. در این راستا محققان آمریکایی به استراتژی تغذیه به عنوان بخشی از برنامه مراقبتی کلی از افراد توجه ویژه ای نشان داده اند. آن ها ۲۹۱ داوطلب چینی را به مدت ۱۲ هفته تحت نظر گرفته و به آن ها نوشیدنی بروکلی دادند. این داوطلب ها همگی کشاورزان و ساکن ۵۰ کیلومتری شانگهای بودند که یکی از صنعتی ترین و آلوده ترین مناطق چین محسوب می شود. گروه کنترل آب تصفیه شده و همچنین آب آنالاس و آب لیموتزش مصرف کردند. دیگر داوطلب ها نیز علاوه بر موارد اشاره شده پودری حل شده در آب که از جوانه بروکلی گرفته شده بود نیز مصرف کردند.

بروکلی سرشار از گلوکورافانین و سولفورافان است.محققان مشاهده کردند مصرف نصف لیوان آب بروکلی باعث شد که این داوطلب ها به میزان بیشتری بزبن و آکرولئین دفع کنند.باید بدانید که بزبن سرطان زاست و آکرولئین نیز باعث تحریک ریه ها می شود.بررسی ها نشان داد که داوطلب هایی که نوشیدنی بروکلی دریافت کردند ۶۱ درصد بیشتر از گروه کنترل بزبن دفع کردند و میزان آکرولئین دفع شده نیز ۲۳ درصد تخمی زده شد.محققان اعلام کردند که تأثیر آب بروکلی از همان روز اول شروع مصرف دیده می شود.

تأثیر بروکلی در طولانی مدت

بروکلی یکی از اعضای سوسمند خانواده کلم ها است که شامل انواع کلم های دیگر مانند گل کلم، کلم برگ و غیره نیز می شوند. این کلم ها خطر بروز بیماری هایی مانند سرطان را کاهش می دهند.

بروکلی یکی از منابع گلوکورافانین است. این ترکیب زمانی که بروکلی جویده می شود و با به صورت آب آن مصرف می شود سولفورافان تولید می کند. سولفورافان ها نیز باعث تحریک تولید آنزیم هایی می شوند که برخی ترکیبات سمی و سرطان زا را از بدن دفع می کنند. این بررسی نشان داد که مصرف بروکلی یک روش کم هزینه،ساده وسالم برای کاهش خطر بروز بیماری های جدی ناشی از آلودگی هوا در طولانی مدت می شود. حال اگر نمی توانید تلاشی برای کاهش آلودگی هوا و حمایت از محیط زیست بکنید حداقل مصرف بروکلی تان را بالا ببرید تا بدنتان تا حدودی کمتر از آسیب های جدی ترکیبات شیمیایی ناشی از آلودگی هوا رنج ببرد.

امکا ۳: سلاخی دیگر در برابر آلودگی هوا

مصرف اسیدهای چرب امکا ۳ برای مقبله با اثرات منفی آلودگی هوا در بدن موثر است.نتایج یک بررسی آمریکایی که در مجله Environmental health perspectives به چاپ رسیده است نشان می دهد که امکا ۳ های موجود در برخی ماهی ها در بدن در برابر رادیکال های آزاد ناشی از ذرات معلق در هوای آلوده محافظت می کنند. این ذرات بخصوص به قلب و رگ های خونی آسیب زیادی وارد می کنند.

محققان روی ۵۲ داوطلب ساکن خانه سالمندان نیز بررسی هایی آغاز کردند. این افراد به این دلیل انتخاب شدند که در منطقه ای با میزان آلودگی زیاد ساکن بودند. در ماه های اول دانشمندان میزان فعالیت آنزیم های آنتی اکسیدانی شرکت کنندها

را بررسی کردند. وظیفه این آنزیم ها مقابله با ذرات ریز موجود در هوا است. سپس داوطلب ها به دو گروه تقسیم شدند.به رژیم غذایی روزمره گروهی از شرکت کنندها روغن سویا و به گروهی دیگر روغن ماهی اضافه شد. روغن ماهی حاوی امکا ۳ است. بعد از ۴ ماه بررسی مشخص شد که فعالیت آنزیم های آنتی اکسیدانی گروهی که مکمل روغن ماهی دریافت کرده بودند به میزان ۴۹ درصد افزایش یافته است.

فعالیت آنزیمی گروهی که روغن سویا دریافت کرده بودند نیز ۲۲ درصد افزایش داشت.اسیدهای چرب امکا ۳ در ماهی هایی مانند ماهی آزاد، ماهی ساردین و ماهی خال مخالی وجود دارد.

حرف آخر

توصیه آخر اینکه علاوه بر مصرف زیاد میوه ها و سبزیجات از هر نوع و مصرف مایعات فراوان و شیر و غیره سعی کنید مصرف بروکلی و ماهی را نیز در برنامه روزانه تان افزایش دهید. در روزهای بسیار آلوده از انجام فعالیت و تحرکی بدنی شدید بپرهیزید. حتماً از ماسک استفاده کنید و اگر لازم نیست از منزل خارج نشوید.

یک تخصص تغذیه:

کمبود ویتامین D را جدی بگیرد

متخصص تغذیه با اشاره به اینکه بر اساس بررسی‌های انجام شده، به طور تقریبی همه گروه‌های سنی در کشور از کمبود ویتامین D رنج می‌برند، گفت: شیر مادر جایگزینی نیاز کودک از ویتامین D نیست.

گلبن سهراب با بیان اینکه ویتامین‌ها به‌عنوان مهم‌ترین ریز مغذی در وعده‌های غذایی باید گنجانده شود، گفت: طبق بررسی‌های انجام شده، کمبود ویتامین D به طور تقریبی در تمام استان‌ها و همه گروه‌های سنی گزارش شده است.

متخصص تغذیه گفت: البته دلیل این امر باید بررسی شود. تابش آفتاب نقش موثری در دریافت ویتامین D دارد در حالی است که آلودگی هوا و عوامل ژنتیکی در کاهش این ویتامین در بدن موثر هستند.

وی در شبکه رادیویی سلامت افغان داشت: در بسیاری از کشورها، غنی کردن لبنیات با ویتامین D در دستور کار قرار گرفته که این مهم در ایران در دست بررسی است. البته شماری از شرکت‌های فعال در صنایع غذایی این کار را عملی کرده اند، اما هنوز گسترده نشده است.

سهراب متذکر شد ویتامین D جزء ویتامین‌های محلول در چربی است و تجمع آن در بدن می‌تواند خواص مسمومیت زایی ایجاد نماید.

متخصص تغذیه در بخش دیگری از سخنان خود اظهار داشت: همواره بر این موضوع تأکید می‌شود که شیر مادر منبع غنی از تمام ویتامین‌ها و موادی است که برای رشد کودک نیاز است. در تهیه شیرهای خشک سعی شده از فرمولاسیونی استفاده شود که به لحاظ وجود ویتامین‌ها به خصوص مشابه شیر مادر باشد. وی ادامه داد: شیر مادر تنها در مورد ویتامین D نمی‌تواند نیاز نوزاد را رفع نماید. قبلاً تجویز قطره AD از ۱۵ روز پس از تولد انجام می‌شد که در حال حاضر به دلیل کمبود این ویتامین در کشور، مصرف آن از ۵-۳ روز بعد از تولد آغاز می‌شود و تا پایان یک سالگی ادامه‌یابد.

سهراب با اشاره به این که نحوه دریافت ویتامین D بعد از یک سالگی نیز باید طبق دستور پزشک انجام شود، یادآور شد نوزادان در بدو تولد معمولاً کمبود ویتامین K دارند؛ چرا که این ویتامین به قدر کافی در شیر مادر وجود ندارد.

وی گفت: البته ویتامین K به طور طبیعی در روده انسان سنتز می‌شود. به بیان دیگر، باکتری‌های که در روده وجود دارند، می‌توانند بخشی از ویتامین K مورد نیاز را سنتز کنند. با توجه به این که محیط روده کودک استریل است، این باکتری‌ها در بدن وی وجود ندارد و به همین دلیل، دور تزریقی ویتامین مذکور برای نوزادان تجویز می‌شود.

سهراب با تأکید بر این که تزریق ویتامین K برای نوزادان جزء پروتکل درمانی است، متذکر شد: در غیر این صورت مادران کارکنان درجدار خونریزی‌شود.
متخصص تغذیه در پایان با تأکید بر این که لازم است در چکاپ‌های سالیان‌ا دوره ای سطح ویتامین D سرم خون اندازه‌گیری شود، متذکر شد: کمبود ویتامین D مانع از جذب کلسیم شده و از یاد تیرم که رشد کودکان وابسته به دریافت کلسیم است،

یک شرکت آمریکایی اعلام کرد که چاپگرهای سه بعدی جدید این شرکت آماده عرضه به بازار است.

این شرکت چاپگر سه بعدی رزینی نیز ساخته که با استفاده از آن می‌توان اندام‌های انسان را تولید کرد.

آمیت دروید مدیرعامل شرکت امریکایی نانودیمشنز (Nano Dimensions) معقد است ما موفق به ارائه

تاتو دیمشنز یک شرکت تابعه دارد که اخیراً اقدام به ساخت چاپگر رزینی کرده است. این شرکت، نمونه اولیه این ابزار را ساخته است که می‌توان از آن برای تولید یافت‌انسان استفاده کرد.

مدیران نانودیمشنز اعلام کرده‌اند که فعلاً در مرحله تحقیق برای تولید اندام انسان به واسطه این چاپگر

هرچند سپردن کودک به مهدهای کودک بار بزرگی را از دوش مادران یا گاه پدران برمی دارد اما همزمان در کنار این راحتی و فایده بزرگ ، نگرانی هایی را به همراه دارد که البته چیز عجیبی هم نیست.

تغییر نقش های سنتی زنانه و اشتغال آنان در کنار مردان موجب شده تا کودکان اینگونه خانواده ها ناگزیر باشند دست کم ساعاتی از روز را نزد بزرگسالانی غیر از والدین خود و به ویژه در مهدهای کودک سپری کنند.

نخستین مهدکودک در قرن نوزدهم در آلمان با نام باغ کودکان kindergarten برای بچه های سه تا هفت سال آغاز به کار کرد و از آن زمان در همه جای دنیا به سرعت توسعه یافت و حالا هم در ایران بیشتر از ۱۷ هزار کودک در شهرها و حتی روستاها و مناطق محروم فعالیت دارد.رفتن به مهدهای کودک در اغلب کشورهای توسعه یافته به عنوان یکی از ارکان آموزشی و رشد و تکامل کودکان به شمار می رود و حتی مادران غیرشاغل نیز از مزایای مهدهای کودک بهره مند می شوند اما طبق آمارها در ایران، فقط ۱۰ درصد کودکان وارد مهدهای کودک می شوند.این درحالی است که مطالعات زیادی نشان داده که مهدهای کودک

نقش موثری در سزگاری کودک در ورود به مدرسه ابتدایی دارد و به کودکان مهارت های لازم را یاد می دهد. بسیاری از آموزه ها و مهارت های رفتاری ، اجتماعی، تطبیقی و روحی و روانی و استانداردهای رشدوتکامل همه جانبه کودکان در مهدهای کودک به بچه ها آموزش داده می شود. بازی ، آواز خواندن، موسیقی ، نقاشی و یادگیری تعامل اجتماعی بخشی از فعالیت های مهدها کودک به شمار می روند که البته در مهدهای کودک ایران به آموزش قرآن و احادیث نیز توجه خاصی می شود.

اما نکته اینجاست که مهدکودک فقط به یک ساختمان رنگی دارای نقاشی های برگرفته از شخصیت های کارتونی و تعدادی وسایل بازی فلنلند انچه در برخی لسراهای بازی مشاهده شد- اطلاق نمی شود.فضای مهدکودک باید با شرایط جسمی و روحی کودک همخوانی داشته و حتی مربیان آن نیز کارشناس و آموزش دیده باشند و از سوی نهاد ذیربط یعنی بهزیستی تأیید صلاحیت شده باشند.

کودک باید در مهدکودک ،احساس امنیت،آرامش،شادی و رفاه و از آن مهم تر احساس رشد و پیشرفت داشته باشد.فرستان فرزند به مهدکودک، نوعی تغییر بزرگ در خانواده محسوب می شود و مزایای زیادی برای کودک و در عین حال نگرانی هایی برای والدین دارد که شهریه و هزینه های جانبی از مهم ترین نگرانی والدین به شمار می رود.

همچنین یکی از این نگرانی های دیگر این است که بسیاری از مهدهای کودک پس از اینکه کودک در آنجا ثبت نام شد ، دیگر اجازه ورود والدین را به فضای مهدکودک نمی دهند تا از نزدیک نظاره گر روند آموزش ها و حتی تغذیه کودکان خود باشند. سحر حسینی، یکی از والدین در این باره به خبرنگار ایرنا می گوید: وقتی کودک خود را به مهدکودک تحویل می دهم گویا او



و وارد دنیای دیگری می کنم که خودم اجازه ورود به آنجا را ندارم. وی می افزاید: نگرانی های دیگری دارم؛ مثلاً اینکه آیا مربی غذای کودک را سر وقت می دهد یا آیا به زمان خواب او توجه می کند.

شهریه، مهم ترین دغدغه والدین دراین بین گویا شهریه و هزینه های جانبی به مهم ترین دغدغه والدین تبدیل شده است،فاطمه رضایی، مادر دیگری است که به خبرنگار ایرنا می گوید: مهدکودک فرزندم در کنار شهریه، هزینه های جانبی زیادی می گرفت با از والدین وسایلی مانند مدارنگی می خواست اما بعداز مدتی که خواستم مهدکودک فرزندم را تغییر دهم فقط چند عددمداد مستعمل بسیار کوچک تحویل من دادند ، مگر یک کودک ۳ ساله طی این مدت چندتر نقاشی می کشد که مداد تا این حد مستعمل شود یا اینکه چرا از وسایل کودکان خوب مراقبت نمی کنند که بطورمثال اثری از جعبه مدادرنگی و تعدادی از مدادها نباشد. وی می افزاید: همچنین در مهدکودک جدید نیز در کنار شهریه ، پول غذا طلب می کنند و می گویند اجباری نیست اما مگر می توان تصور کرد که کودکان دیگر که غذای واحد بخورند و اگر فرزندم آن غذا را خواست ، نتواند بخورد. وی ادامه می دهد:ا سوزی دیگر درباره تغذیه کودکم نگران هستم ؛ کودک من معمولاً از خوردن غذا امتناع می کند و اگر مربی او یا روش های کودککاری آشنا نباشد نمی تواند به او غذا بدهد؛از سوی دیگر چون کودک پر سر و صدایی دارم می ترسم که او را خارج از زمان مقرر و به مدت طولانی بخوابانند. محمد صادقی نیز پدر یک کودک پنج ساله است که به مهدکودکی در تهران می رود. او گلایه می گوید: ماهانه ۱۵۰ هزار تومان بابت شهریه مهدکودک می دهم که در نگاه نخست رقم مناسبی به نظر می رسد اما در کنار آن ماهانه ۹۰ هزار تومان بابت ناهار و ۳۰ هزار تومان بابت صبحانه پرداخت می کنم.

چگونه رفیق بازی همسر را کنترل کنیم؟

تازه ای برای وقت گذراندن با شما برنامه ریزی کنند.اما بعضی دیگر توانایی این درک را ندارند.این مشکل به خصوص در رابطه با دوستان مجرد پررنگ تر می شود. آنها درک درستی از موقعیت فعلی شما ندارند و ممکن است از شما دلخور شوند.

دوست همسر تان باشد
با همسر تان صحبت کنید،ذکوات بیشتری به خرج دهید ولذت هایی را که با دوستانتش تجربه می کند شناسایی کنید.چه سا شما بتوانید آن شرایط را فراهم کنید.آنچه تفریح را لذت بخش می کند،احساس راهایی از مشکلات روزمره و افکار نگران کننده است. در صورتی که تفریح شما و همسر تان این گونه نیست، هوشیار باشید: زندگی پیش از ازدواج همسر تان را،بررسی کنید اگر او بیش از این نیز ارتباط زیادی با دوستان خود داشته است؛ بنابراین همسر تان باید مهارت های زندگی مشترک را دوباره آموزش ببینند و از مهارت ارتباط با دوستان و مدیریت آن آگاهی یابد.

رفت و آمد خانوادگی با دوستان

زنان آمادگی بیشتری دارند که خود را در رابطه با همسر و بچه ها غرق کنند و تمام وقت شان را به این روابط اختصاص دهند. در مقابل مرد ها بعد از ازدواج دوستانشان را کنار نمی گذارند. زن ها به دلیل روحیه خود از مرد ها انتظار دارند مثل آن ها رفتار کنند اما این درست نیست.بهرت است هر دو نفر در کنار اینکه با دوستانشان ارتباط دارند،همسرشان را هم به داشتن این روابط تشویق کنند.اگر همسر شما دوست های زیادی ندارد،می توانید به او برای گسترش روابطش کمک کنید.او را تشویق کنید دوستش را به شما نشان دهد و هر از گاهی در مهمانی ها با حضور آن ها شرکت کنید.

راحتی و نگرانی های مادران شاغل از شهریه تا تغذیه مهدهای کودک

مسعودی فرید معتقد است که بهزیستی در تعیین شهریه مهدهای استانی بیشتر به‌مخایه ترمز افزایش هزینه‌ها عمل می‌کند.

شهریه بابت چه چیزهایی بر داخت می‌شود؟

معاون امور اجتماعی بهزیستی می‌گوید در نرخ های شهریه مهدهای کودک ، همه چیز تعریف شده است بطورمثال تعریف شده که مهدهای کودک کلاس براساس ستاره چندتر می‌توانند بگیرند هزینه غذا معلوم است، اینکه چند کلاس فوق العاده می‌توانند تشکیل دهند نیز معلوم است.مسعودی فرید می‌افزاید:اگر کار ی در مهدکودک می‌خواهند انجام دهند اجباری باشد یا داوطلبانه نیز تعریف شده است ، مواردی مانند عکس و برگزاری جشن تولد داوطلبانه است. این مساله در مدارس غیرانتفاعی نیز وجود دارد.

چگونگی محاسبه شهریه غذا

معاون اجتماعی بهزیستی می‌گوید هزینه غذا را نیز از شهریه جدا کردیم و داوطلبانه است اما گاهی والدینی که نمی‌خواهند از ناهار مهدها استفاده کنند به علل مختلف مانند ترافیک دیرتر برای بردن کودکان می‌آیند و نمی‌توان به کودکان غذا نداد و باید این هزینه‌ها نیز محاسبه‌شود.مسعودی فرید می‌افزاید:از سوی دیگر هزینه ناهار کودکان چندان زیاد نیست چون به هر حال کودک ، غذای کامل نمی‌خورد و غذایش نسبت به بزرگسالان کم است. وی یادآور می‌شود:اما مهدهای کودک هزینه های بیشتری دارند مثلا بسیاری از اماکن عمومی ، کف سرامیک یا سنگ دارند اما مهدهای کودک باید کف پوش داشته باشند که کودک روی آن زمین نخورد؛با تعداد مربیانی که در مهدها هستند، در مدرسه کم کلاس ۲۰ نفر یک مکع دارد اما در مهدکودک باید تعداد مربیان زیاد باشد و بچه ها خیلی تمرکز ندارند و هر لحظه نیاز به نظارت بیشتری دارند.

نظارت بر مهدهای کودک

معاون امور اجتماعی بهزیستی می‌گوید بر شهریه مهدهای کودک از سوی کارشناسان این سازمان نظارت می‌شود. مسعودی فرید می‌افزاید: این نظارت‌ها در ویژه در سه ماه اول پاییز که مهدهای کودک بیشتر می‌شود،افزایش می‌یابد و بخشنامه آن را اخیرا به استان‌ها دادیم.

مربیان مهدگاه رنشی می‌شوند

معاون امور اجتماعی بهزیستی می‌گوید در منابع انسانی خود خیلی محتاط هستیم. به گفته مسعودی فرید،دو تا سه سال است که مربیانی که می‌آیند باید گزینش شوند و برای رفق کامل نگرانی هادوربین های مدارسته بایددر مهدهای کودک توسعه یابند.نیاید فراموش کرد که مهدهای کودک در کنار تمام نگرانی و مشکلات ، مزایای خاص خود را نیز دارند بطورمثال کودکان در این مکان مهارت های عاطفی برای درک احساسات همسالان و مربی را می آموزند و قرار گرفتن در کنار همسالان به آنان در یکارگیری بیشتر زبان و خواندن داستان و شمارش اشیاء کمک می‌کند.فعالیت های گروهی ، تقویت مهارت گفتاری و ساختن کارستی در کنار دیگر کودکان از دیگر برنامه هایی است که در مهدهای کودک به رشد همه جانبه او کمک خواهد کرد.

شهریه های استان ها را زیاد نمی‌کنیم

معاون امور اجتماعی بهزیستی می‌گوید:ممکن است نرخ شهریه مهدکودک استان‌ها کم را کم کنیم اما زیاد نمی‌کنیم.

آسیب رفیق بازی والدین بر فرزندان

والدین باید بدانند که بزرگ ترین آسیبی که در سایه رفیق بازی آنان به فرزندانشان وارد می‌شود، این است که ممکن است آنان گرفتار برخی اختلال های شخصیتی شوند. شاید یک بچه به دلیل رفتارهای اشتباه والدینش یا خراشگر با دروغگو شود ولی این مشکلات را حل هایی دارد و برطرف می‌شود اما اگر بچه ای در خانواده ای در اثر غفلت والدین از نظر هوشی یا روانی رشد نکند، این مشکل تا پایان عمر گریبان او را خواهد گرفت و به راحتی برطرف نمی‌شود.

تلنگر آخر:

کسی نمی‌گوید دوستی هایتان پس از ازدواج، کاملاً قطع شود. بهترین راه حل این است که قبل از ازدواج در جلسات آشنایی در این باره صحبت کنید و حد و حدود این روابط را برای هم مشخص کنید. تنها لازم است در این مورد به توافق مطلوب برسید. با توجه به اینکه شیوع مشکل های رفیق بازی در مردان بیشتر از زنان است و شما خاتم محترم خانه می‌توانید با دلچسب کردن محیط خانه کم کم این خواسته شوهرتان را برآمی‌گیرد و نمی‌تواند نیازهای زنی شما را همیشه برطرف کند.انتهای رفیق بر حالات روحی شما گذار است. بد ترین پیامد داشتن رابطه بیش از اندازه با دوستان فاصله افتادن بین شما و همسران است. و این اسباب طلاق عاطفی را فراهم می‌کند. زندگی بسیاری از این موضوع لطمه خورده اند، تا دیر نشده از یک مشاور و روانپزشک کمک‌بگیرید.

فرمانده انتظامی پایتخت خبر داد

دستگیری ۱۲۰۰ مجرم فضای مجازی

رئیس پلیس تهران بزرگ با اشاره به اقدامات و عملکرد پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات تهران بزرگ، طی مدت هشت ماه ابتدایی سال ۹۵ به دستگیری هزار و ۲۰۰ مجرم فضای مجازی در شهر تهران خبر داد.

سردار حسین ساجدی نیا افزود: با توجه به بررسی های صورت گرفته در خصوص وقوع جرایم رایانه ای از جمله، برداشت های غیر مجاز اینترنتی از حساب افراد، کلاهبرداری، تخریب داده های شخصی، نقض حریم خصوصی شهروندان، مزاحمت های و اخاذی های اینترنتی، مشخص شد که این قبیل جرایم طی مدت معین، به نسبت سال قبل رشدی نداشته است.

وی با اشاره به کشف بیش از ۷۷درصد از پرونده ای مشکله در پلیس فتا پایتخت اظهار داشت: ۹۸۶متهم مرد و ۲۹۸ متهم زن در رابطه با پرونده هایی که از سوی شکت در خصوص مسائل اقتصادی اخلاقی و اجتماعی تشکیل شده در ۸ماه نخست سال جاری از سوی مأموران پلیس فتا تهران بزرگ شناسایی و دستگیر شده‌اند.

رئیس پلیس پایتخت، در خصوص جرایم ارتکابی این متهمان گفت:تحریف اطلاعات،انتشار صوت و فیلم های مستهجن، انتشار فیلم و تصاویر خصوصی افراد، نشر اکاذیب، تهدید و اخاذی و مزاحمت های

فرمانده انتظامی خراسان رضوی خبرداد

دستگیری دو قاچاقچی مسافر نما در فرودگاه مشهد

فرمانده انتظامی خراسان رضوی از دستگیری سرشاخه های اصلی تهیه و توزیع مواد مخدر در عملیات پلیس این استان خبر داد و گفت: از این افراد بیش از ۲۴۶ کیلو گرم مواد افیونی کشف شد.

سردار بهمن امیری مقدم افزود : پلیس در اجرای طرح مطالعات میدانی اقدام به شناسایی عاملان تهیه و توزیع مواد افیونی در شهرها و مناطق مختلف استان کرد و در مرحله نخست این عملیات ۴۸ ساعته ۷۹ متهم در پاتوق های مربوطه دستگیر شدند. وی با بیان اینکه حدود ۱۵۰ کیلوگرم مواد مخدر اعم از تریاک، هروئین فشرده و شیشه از این افراد کشف شد، اظهار کرد: در مرحله نهایی این عملیات گسترده با پشتوانه مردمی و دستور مقام قضایی تعدادی دیگر از عاملان اصلی و سرشاخه های خرده فروشی مواد مخدر دستگیر و ۲۹۶ کیلو و ۵۰۰ گرم مواد افیونی کشف شد.

وی با بیان اینکه از کل مواد کشف شده ۴۴۲ کیلوگرم تریاک و بقیه مواد مخدر صنعتی و ششیش است، گفت: مراحل دیگری از طرح و تشدید مبارزه با عاملان تهیه و توزیع مواد مخدر در دستور کار قرار دارد.

دستگیری دو قاچاقچی مسافر نما در فرودگاه مشهد

هم چنین دو مسافر در فرودگاه شهید هاشمی نژاد مشهد به دلیل حمل و جاسازی مواد مخدر در چمدان دستگیر شدند.

مأموران انتظامی در بازرسی از چمدان مرد جوانی یک کیلو و ۵۰۰ گرم آلود

اخبار

رئیس سازمان برنامه و بودجه استان قم:

مخالف کاهش عرض بلوار پیامبر اعظم (ص)هستم

رئیس سازمان برنامه و بودجه استان قم مطرح کرد اعتراض مدیران استان قم به مصوبه شورای شهرسازی در خصوص بلوار پیامبر اعظم(ص)
رئیس سازمان برنامه و بودجه استان قم گفت:مدیران استان به مصوبه شورای عالی شهرسازی و معماری در خصوص کاهش عرض بلوار پیامبر اعظم(ص)اعتراض کردند.
سید حسن رضوی ، با اشاره به روند اتمام طرح‌های نیمه اتمام در استان اظهار کرد: در استان قم بحث اتمام طرح‌های عمرانی را در دستور کار داریم، در حوزه عمران شهری تمام طرح‌هایی که مشکل داشتند، مشکلاتشان یکی پس از دیگری در حال حل شدن است.

وی ادامه داد: تا پایان سال بسیاری از پل‌هایی که در شهر قم در حال احداث است، به مرحله بهره برداری می‌رسد،پیشترین اعتبارات در استان قم به پروژه‌های عمرانی با پیشرفت بالای ۷۰ درصد اختصاص یافته است و مردم در استان شاهد افتتاح پروژه‌های عمرانی یکی پس از دیگری هستند.

۵۰ پروژه دولتی به بخش خصوصی واگذار می‌شود

رئیس سازمان برنامه و بودجه استان قم افزود: ۵۰ پروژه دولتی در استان شناسایی شده است تا این پروژه‌ها به بخش خصوصی واگذار شود، بیشتر این پروژه‌ها در بخش‌های ورزشی، علوم پزشکی و آب و فاضلاب است، اکنون واگذاری این پروژه‌ها به بخش خصوصی روبه خود را طی می‌کند.

رضوی با اشاره به واگذاری پروژه‌های دولتی استان قم به بخش خصوصی اظهار کرد: در بخش آب و فاضلاب استان یک پروژه دولتی به بخش خصوصی واگذار شده، در بخش منابع طبیعی قم هم بحث واگذاری طرح‌ها به بخش خصوصی در حال پیگیری است.

وی ادامه داد: تا پایان سال باید تعداد زیادی از ۵۰ پروژه دولتی شناسایی شده در استان قم به بخش خصوصی واگذار شود، این نیاز به همت مدیران استان دارد و مشکلات در راه واگذاری این پروژه‌ها در استان قم پیگیری می‌شود.

رئیس سازمان برنامه و بودجه استان قم افزود:مدیران استان به مصوبه شورای عالی شهرسازی و معماری در خصوص کاهش عرض بلوار پیامبر اعظم(ص)اعتراض کردند و استاندارد و معاون عمرانی او پیگیری این مساله هستند، به احتمال زیاد تغییراتی در این مصوبه ایجاد خواهد شد.

رضوی بااشاره به طرح حمایت از مخترعین در استان قم اظهار کرد:معولت علمی ریاست جمهوری و عواملی چون سرمازدگی، تگرگ، باد زدیگی و گرمای شدید همیشه حمایت از مخترعین در استان قم دارند،دولت تدبیر و امید بیش از دولت‌های قبلی به این بخش توجه داشته است.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان قم:

سرما به ۲۷۵۰ هکتار از باغ های انار قم خسارت وارد کرد

رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان قم با اشاره به سرمای ناگهانی در قم گفت: سرما به ۲ هزار و ۷۵۰ هکتار باغ انار و محصولات دیگر همچون زیتون، کلزا، انجیر و به سبزیجات خسارت وارد کرد.
محمدرضا طایلی در جمع خبرنگاران اظهار داشت:بخش کشاورزی همیشه وابسته به اقلیم بوده و عواملی چون سرمازدگی، تگرگ، باد زدیگی و گرمای شدید همیشه در این بخش خسارتی را به بار آورده است که این طبیعی است و قبل پیش بینی هم نیست.

وی گفت: کشاورزان قعی طبق روال هر سال کشت خود را انجام دادند که ناگهان از دوم آذرماه با سرمای ناگهانی هوا مواجه شدند و این سرما به بسیاری از محصولات از جمله مزارع جو و کلزا خسارت زد.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی قم افزود:با این سرمای ناگهانی، نزدیک به ۲ هزار و ۷۵۰ هکتار از باغات انار دچار سرمازدگی شدند که باید از کف بریده شوند و همچنین حدود ۷۵۰هکتار باغات زیتون و باغ انجیر دچار سرمازدگی شد.

وی با بیان اینکه حدود ۳ هزار هکتار کشت کلزا در استان وجود داشت و کمتر از ۱۰ درصد آن خسارت ۱۰۰ درصدی دیدند، ادامه داد: با توجه به هزینه بالایی که کشت سبزیجات دارند متأسفانه خسارات سنگینی به مزارع کشت سبزی در استان وارد شد و نزدیک به ۵۰۰ هکتار آن بر اثر سرما از بین رفت.

طایلی با اشاره به اینکه تداوم سرما خسارت سنگینی به بخش کشاورزی قم وارد کرد، تصریح کرد: در بخش کشت کلزا در استان با توجه به وعده‌هایی که وزارت مربوطه به کشاورزان داده بود بخش عمومی آن انجام گرفت و تا سقف ۶۰۰ هزار تومان خسارت را بیمه پرداخت کرد در حالی که میزان خسارت وارده به برخی از کشاورزان در این محصول بیشتر از این میزان است که باید برای آن تلبییری اندیشیده‌شود.

وی با بیان اینکه الگوی کشت، شرایط اقتصادی کشاورز است، افزود: معتقدیم کشاورزان بهتر از هر کسی می‌دانند که چه بکارند و ما تنها بستر را برایشان فراهم می‌کنیم و بیمه‌های ما باید قوی تر عمل کنند.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی قم با این توضیح که تسهیلات وام کشت به همه محصولات تعلق می‌گیرد و بانک کشاوری هم تعهد داده وام سرمایه در گردش کشت را بپردازد، اما با این حال یکی از مشکلات ما در بخش کشاورزی تسهیلات گذشته و بدهی‌های برخی کشاورزان است.



مسابقه دانستی های

انتظامی – اجتماعی – زمستان ۱۳۹۵

الف) کدام یک از موارد ذیل از اثرات و عوارض

مصرف اکستازی میباشد؟

تخریب سلولهای مغز و حملات قلبی .

از دست دادن آب بدن و بیهوشی.

همه موارد فوق.

ب) بسیاری از مرگ و میرهای ناشی از مصرف

قرص اکستازی به دلیل ...است.؟

گرفتگی و سفت شدن عضلات.

ب) نارسایی قلبی و عروقی.

تغییرات سریع و ناگهانی فشار خون.

جواب مسابقه را بصورت یک عدد دورقمی به

شماره ۰۹۱۹۴۱۱۶۱۶۳ پیامک کنید به برندگان

به قید قرعه جوائزی اهدا خواهد شد.

توصیه انتظامی :

جوانانی که با والدین احساس نزدیکی می کنند کمتر از

سایرین به مواد اعتیاد آور روی می آورند.

اداره آموزش و مشارکت عمومی معاونت اجتماعی فرماندهی انتظامی استان قم

