

روایت سمر بر نیت سزار مان حج و زیارت از مذاکرات با عربستان

ایرانی ها امسال به حج می روند؟

سردار قالی در یادداشت‌های لشکر قاضیون

عربستان را عددی حساب نمی کنیم

محمد علی زنجانی

روحانی هنوز تصمیمی برای ورود به انتخابات نگرفته است

خبر ستاد اقتصادی دولت گفت: تاکنون هیچ‌وقت رئیس‌جمهور سراج‌ها در مورد ورود به انتخابات مجلسی تأکیده و هر مجلسی در این خصوص، گفتاری و شایعات است محمد علی زنجانی در باره اینکه آراء رئیس‌جمهور وارد انتخابات خواهد شد یا خیر؟ گفت: امیدوار هستیم و از رئیس‌جمهور تأکیده داریم که مجدداً وارد میدان رقابت‌ها

رئیس ستاد کل نیروهای مسلح

دفاع مقدس مهجور و مظلوم مانده است

نامه علی مطهری به آیت الله جنتی

محمد رضا عارف

کاندیدای اصلاح طلبان پیروز دور اول انتخابات می شود

رئیس فراکسیون امید مجلس، با تأکید بر اینکه هر کشور ای عالی سیاست گذاری اصلاح طلبان داشتن یک کاندیدای واحد است، گفت: پیش بینی شده این است که ویدئو جانی با کاندیدای نهایی اصلاح طلبان خوب بود و در دور اول انتخابات می شود محمد رضا عارف در باره اینکه آراء سولنگر این را بعد از بررسی می تواند انتخابات را به هر حلقه نومید کنند گفت: حلقه اعداد اکثر به نفع آراء نیست و در این آراء شکسته می شود بنده همان توصیه سال ۹۲ و ۹۳ را دارم که هر زبان سولنگر و اصلاح طلب با یک کاندیدای صحنه بیایند و به اصلاح بر سنده آراء شرایط بر مسیر کمر فایز بانو کاندیدای بر صحنه انجام شود وین هم چنین در باره اینکه اگر سولنگر این با کاندیدای



مسعود پزشکیان

افرادی که ثقت در اختیار متهمان نفتی قرار دادند مقصرند



آیت الله مکارم شیرازی همدل داد

ناگوی عربی دسیسه آمریکا برای نابودی جهان اسلام

آیت الله ناصر مکارم شیرازی از مراجع تقلید، ناگوی عربی را دسیسه‌ای آمریکایی و صهیونیستی برای نابودی جهان اسلام دانست و گفت: سران عرب، سرانوشته سوریه، یمن و شمال عراق را می بینند تا چه زمانی می خواهند در خواب غفلت بمانند؟ گوییم بانهشده در آیین عراقی و سگروز شهادت حضرت صدیقه کبری ا س را در مدرسه امیرالمومنین (ع) قبله با اسلیت سگروز شهادت ام ایضا این اطفال داشت امروز رئیس‌جمهور آمریکا به سر است؟ ۲ راهبر د سیاسی سخن می گوید و مدعی می شود ما در عراق میانه ۲ کار داریم، یکی ایجاد ناگوی عربی مستقل بدون دخالت آمریکا تا با حمایت آن و دیگر ی این که عراق میانه را بر از سلاح های کهنه و قدیمی خود کنید و یون دولت های عراق میانه را بگیرد.

رئیس مجلس تأکید کرد

لزوم توجه به توسعه گردشگری در روستاها

رئیس مجلس شورای اسلامی گفت: توسعه گردشگری روستایی به توسعه اقتصادی و اجتماعی روستاها منتهی می‌شود البته باید موضوعات فرهنگی این احاطا شود. علی‌الز بهانی صبح جمعه در دیدار بهشتدار اهنگ، آید و رئیس شورای اسلامی روستایی فرود، گفت: باید به موضوع گردشگری روستایی در کشور توجه شود به دلیل اینکه این موضوع باعث توسعه اقتصادی و اجتماعی روستاها می‌شود البته موضوعات فرهنگی نیز باید احاطا شود. رئیس مجلس شورای اسلامی تأکید بر لزوم تقویت زیرساخت‌ها و تقویت سرمایه‌های روستایی فرود، گفت: برای توسعه روستایی فرود این ضرورت است می‌شود هر می آمده شود تا هر دو منطقه و روستایان از احاطا صنعت اقتصادی نیز بهره‌مند شوند.

گفتنی است در این جلسه بهشتدار اهنگ و رئیس شورای اسلامی روستایی فرود استان قم گزارش از مسائل و مشکلات منطقه فرود به رئیس مجلس آراء دادند.

آگهی مزایده عمومی (نوبت دوم)

سازمان زیباسازی شهرداری قم

در نظر دارد امتیاز بهره‌برداری از ۱۲۹ سازه لمپست سطح

شهر را به مدت سه سال از طریق برگزاری مزایده به بخش

خصوصی واگذار نماید.

لذا از کلیه کانون های تبلیغاتی واجد شرایط دعوت به

عمل می آید از تاریخ نشر آگهی نوبت اول نسبت به دریافت

اسناد مزایده و از تاریخ نشر آگهی نوبت دوم به مدت ۱۰

روز و تا پایان ساعت اداری مورخ ۱۳۹۵/۱۲/۲۴ جهت ارائه

پیشنهادهات به سازمان زیباسازی شهرداری قم واقع در

خیابان طالقانی (آذر) کوچه شماره ۲۵ ساختمان زیباسازی

واحد حقوقی مراجعه و یا جهت دریافت اطلاعات بیشتر با

شماره تلفن ۳۷۷۰۱۵۱۲ تماس حاصل فرمائید.

ضمناً سازمان در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار

بوده و هزینه آگهی و کارشناسی بر عهده برده مزایده

خواهد بود.

سازمان زیباسازی شهرداری قم

آگهی مزایده دو مرحله‌ای (نوبت دوم)

اداره کل ورزش و جوانان استان قم

در نظر دارد در اجرای ماده ۸۸ قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت، مکان های ورزشی به شرح جدول ذیل را از طریق مزایده به اشخاص حقیقی و حقوقی واجد شرایط واگذار نماید. متقاضیان می توانند از روز **شنبه ۱۳۹۵/۱۲/۱۴ به مدت ۵۰ روز کاری تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه ۱۳۹۵/۱۲/۱۸** جهت دریافت پاکت به این اداره کل واقع در بلوار امین - جنب سالن شهید رضاییان مراجعه یا اسناد و مدار که رازا سایت اداره کل ورزش و جوانان به آدرس الکترونیک www.gbsports.ir اخذ و مدارک تکمیل شده را به مدت (۱۰) **روز کاری تا پایان وقت اداری روز یکشنبه ۱۳۹۶/۱/۱۶** تحویل این اداره کل نمایند. ضمناً تاریخ بازگشایی پاکت روز سه‌شنبه ۱۳۹۶/۱/۱۵ ساعت ۱۰ صبح در این اداره کل می‌باشد.

ردیف	نام مکان	نوبت پایه (میل)	نوبت پایه (هکتار)	مبلغ تخمین شرکت در مزایده (میل)	آدرس
۱	زمین چمن عمومی جعفران	۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۹۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قم - بلوار امین - مجموعه ورزشی شهید جعفران
۲	مکانی زمین‌های جنگام	۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قم - خیابان آستارا - خیابان صفات
۳	مکان زمین‌های نفتی	۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قم - خورنور - مجموعه ورزشی نفتی

شرایط عمومی شرکت در مزایده:

- داشتن حداقل ۲۵ سال تمام برای اشخاص حقیقی
- داشتن مدارک تحصیلی حداقل دیپلم برای اشخاص حقیقی
- دزایون کارت پایان خدمت یا معافیت برای متولدین ۱۳۳۸ به بعد
- عدم سوء پیشینه کیفری، موثر و نقیض صلاحیت‌های فردی متقاضی از سوی واحد حرارت
- آرام و اعتقاد به نظام جمهوری اسلامی ایران و قانون اساسی و تابعیت ایران.

شرایط اختصاصی شرکت در مزایده:

- داشتن صلاحیت فنی و تخصصی (داشتن سوابق ورزشی، باشگاههای ورزشی رسمی، تفریحی مجوز، بازیکنان سازمان تربیت‌فنی، فارغ‌التحصیلان رشته تربیت‌فنی، تعاونی‌های فعال ورزشی، هیئت‌ها و فدراسیون‌های ورزشی)
- داشتن دسته چک معتبر و ارائه گرویش کار بانکی ۳ ماهه اخیر حساب شرکت کننده در مزایده.
- پیشنهاد دهنده نباید مشمول قانون منع مداخله کارکنان دولت (اعمال) رسمی، پیمانی و فرادانوی و... در معاملات دولتی باشد.

۴- اداره کل ورزش و جوانان در قبول یا رد هر یک از پیشنهاده‌ها مختار است.

۵- طبق جزء (۵) بند (الف) ماده (۱۲) قانون برگزاری مزایدهات اعتبار پیشنهاد قیمت برنده مزایده حداکثر تا ۱۰ روز کاری پس از ابلاغ می‌باشد که برنده باید با سپردن تضمین بانکی انجام تعهدات برای استخر و زمین فوتبال حداقل ۱۰۰ قیمت سالیانه و برای سالن‌های ورزشی حداقل ۲۵۰ قیمت سالیانه معافیت به انعقاد قرار داد نماید در غیر این صورت نسبت به ضبط سپرده اقدام خواهد شد.

۶- از آنجمله تعهدات ورزشکاران و بیمه مکان مورد مزایده جهت انعقاد قرار داد الزامی است.

۷- متقاضی می‌تواند حداکثر دو مکان را اجاره نماید. افزایش نرخ تعرفه‌ها در امکان ورزشی سالیانه حداکثر ۱۰ درصد بوده که از سوی اداره کل به مستاجر اعلام می‌گردد.

۸- اخذ مجوز فعالیت ورزشی از اداره کل ورزش و جوانان استان قم جهت انعقاد قرار داد الزامی است.

۹- در جلسه بازگشایی پاکت‌ها چنانچه مدارک مندرج در پاکت (ب) کامل نباشد پیشنهاد نامبر در مورد اعلام می‌گردد.

۱۰- متقاضی شرکت در مزایده ملزم به انعقاد کتبه آوری دریافتی می‌باشد، در صورت عدم رعایت، پیشنهاد ایشان مردود اعلام می‌گردد. بشرکت کننده در مزایده می‌تواند در جلسه بازگشایی حضور بهور باشد.

۱۱- برنده مزایده مکلف است در راستای نگهداری و بهره‌برداری صحیح از تأسیسات و تجهیزات فنی از قبیل موتور خلاء، سیستم گرمایشی و سرمایشی، خلاء و غیره طرف مدت دو هفته پس از تحویل مکان نسبت به عقد قرار داد با اشخاص حقیقی و حقوقی صلاحیت‌دار مورد تأیید این اداره کل اقدام نماید. فرنده مزایده حق تغییر کاربری رشته ورزشی مکان مورد مزایده را ندارد.

۱۲- لازم به ذکر است مزایده در دو مرحله انجام می‌شود. ابتدا پاکت (الف) و (ب) باز می‌شود و در صورت داشتن شرایط لازم و کسب اعتبار بر اساس آیین‌نامه کمیته فنی و بازگشایی، پاکت (ج) باز و برنده مزایده اعلام می‌گردد.

اداره کل ورزش و جوانان استان قم - دبیر خانه ماده ۸۸ قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت



وزیر اقتصاد بایان اینکه عزم جدی برای خصوصی سازی وجود ندار گفت؛ رانت جوئی، ویزگی اصلی فعالان اقتصادی در یک اقتصاد نفتی است،به این معنا که در اقتصاد رانتی، موفق کسی است که بتواند سهم بالاتری از رانت های نفتی به خود اختصاص دهد.

علی طیب نیا در دهمین همایش سیاستهای مالی و مالیاتی اظهار داشت: اصلاح نظام مالیاتی کشور یکی از مهمترین پروژه ای است که در دستور کار دولت قرار دارد،این در حالی است که آسیب شناسی از گذشته تاریخی اقتصاد ایران نشان می دهد که مهمترین چالش اقتصاد ایران وابستگی به درآمدهای نفتی است؛به این معنا که وابستگی بودجه دولت به درآمدهای نفتی،سهم پایین مالیات و نوسانات شدیدی که در درآمدهای نفتی وجود دارد،منشأ اصلی مشکلات کلان اقتصاد ایران است ومنجر به رشد اقتصادی پایین و تورم مزمن می شود. وزیر امور اقتصادی و دارایی با اشاره به فرایند رشد اقتصادی در ایران در دهه های گذشته،ویزگی های آن را برشمرد و افزود: طی چهار دهه گذشته متوسط رشد اقتصادی ایران ۳ تا ۳٫۱ درصد بوده است که به هیچ وجه نمی تواند موجب اتاعتای موقعیت این سرزمین ایران رامحاسبه کنیم،در بین کشورهای دنیا،ایران بیشترین نوسان را تجربه یکی از نتایج نفتی بود اقتصاد ایران است،بنابراین اگر مشاهده می شود که رشد اقتصادی در ایران پایین است،به دلیل بیماری هلندی است.سخت بر این اساس نوسانات رشد به دلیل انتقال نوسانات قیمت نفت در اقتصاد ایران حاصل می شود و مبالغات تشنگران این است که بین درآمدهای نفتی و نوسانات اقتصادی در ایران همبستگی معنادار وجود دارد و اگر بهره وری در فرایند تولید ایران،ناچیز و حتی منفی است،به دلیل فضای رانت جویناه است،رانت جوئی ویزگی اصلی فعالان اقتصادی در ایران است.

در اقتصاد نفتی، موفق کسی است که رانت بیشتری بگیرد
وی اظهار داشت رنتی تولیدکنندگان کسی نیست که با کیفیت بالا و قیمت تمام شده مناسب با دیگران رقابت می کند، موفق کسی است که بتواند سهم بالاتری از رانت های نفتی را به خود اختصاص دهد، نقش اصلی دولت توزیع رانت های ناشی از نفت در مجاری مختلف در جامعه است و کسی موفق است که بتواند در یک چانه زنی موفق سهم بیشتری از رانت ها را به خود اختصاص دهد،پس ارتقای بهره وری و تلاش برای تولید کالاهای با کیفیت بالاتر،عمل موفقیت نیست،بلکه دسترسی به رانت ها ویزگی مثبت است.

 مدیر کل فناوری اطلاعات و ارتباطات بانک مرکزی خبرداد	
برداشت از عابر بانک‌ها تا ۵۰۰ هزار تومان	
	
 مدیر کل فناوری اطلاعات و ارتباطات بانک مرکزی گفت: در روزهای پایانی سال سقف برداشت از خودپردازها را برای بانکهای متقاضی تا ۵۰۰ هزار تومان در روز افزایش می دهیم. ناصر حکیمی در جمع خبرنگاران افزود: این اقدام از ۲۰ اسفند ماه تا ۱۵ فروردین ماه انجام می شود تا مردم از سیستم بانکی رضایت داشته باشند. وی ادامه داد : در ایام نزدیک به پایان سال حجم تراکنش های بانکی بال می رود و به طور متوسط روزانه ۱۶۲ میلیون تراکنش از طریق شاپرک و شبکه شتاب انجام می شود. حکیمی افزود: در روزهای پایانی سال این ارقام تا ۲۰ درصد افزایش پیدا می کند و رقم ۲۰۰ میلیون تراکنش در روز دور از ذهن نیست. مدیر کل فناوری اطلاعات و ارتباطات بانک مرکزی با اشاره به اینکه وضعیت شبکه در حال حاضر پایدار است ، گفت : امیدواریم این روند ادامه داشته باشد و تراکنش های موفق که رقم آنها به ۹۹٫۵ تا ۹۹٫۸ درصد رسیده است ، پایدار باشد.	

 آگهی تحدید حدوداختصاصی	
 چون تحدید حدود شش‌دانگ یک باب ساختمان بپلاک ۵۸۳۲ فرعی از ۱۰۴۷۲ اصلی واقع در بخش یک ثبت قلم ارضی ناصر دیوان - کوی شهدا-کوی شهیداحمد غلامی پلاک ۱۵ که بنام آقای مهدی تیموریان و غیره فرزند روح اله میشناسد، در جریان ثبت است که بعلت تبصره واحده ماده ۱۲ قانون تعیین تکلیف اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی بعمل نیامده از طرفی مطابق ماده ۱۵ قانون ثبت نیز نمیتوان عمل نمود،لذا بنا به تقاضای کتبی نامبرده طی وارده ۱۴۵۳۷/۱ - ۹۵/۱۲/۱۱ تحدید حدود پلاک مذکور در روز یکشنبه مورخ ۹۶/۱/۲۷ ساعت ۸/۵ صبح در محل وقوع عملیات میگردد بدینوسیله به اطلاع اهالی و خصوصا به مالکین مجاور و نامیابنده قانونی آنهااعلام میدارد که در روز و ساعت مذکور حضور بهم رسانند. مهلت قانونی از تاریخ تنظیم صورتمجلس بمدت یکماه خواهد بود و اعتراضات مجاورین طبق ماده ۲۰ قانون ثبت پذیرفته و رسیدگی خواهد شد ضمنا تبصره و ماده مصوب ۷۲/۲۵/۷۲ متعرض ظرف مدت یکماه پس از تسلیم اعتراض یا اداره ثبت میبایست گواهی تقدیم دادرخواست برمع ذیصلاح قضائی را نیز به این اداره ارائه نماید.ق	
 رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه یک قم تاریخ انتشار: ۹۵/۱۲/۱۴	
 آگهی فقدان سندمالکیت	
 خاتم عادلہ میهن خواه با ارائه یک برگ استشهدا شهود مصدق اعلام داشته که سند مالکیت شش‌دانگ پلاک ۱۱۰۷۹/۱/۱۷۰ اصلی بخش یک ثبت قم که در صفحه ۲۴۸ دفتر ۴۹۶ ذیل ثبت ۸۲۸۵۰ بنام شهرداری قم ثبت و صادر شده است و مع الواسطه طی سند شماره ۲۰۲۸۴-۴۲/۱۰۱ دفتر ۴۲ قم به نامبرده انتقال قطعی شده مفقود گردیده لذا مراتب باستناد تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت در یک نوبت به تاریخ ذیل آگهی می گردد تا چنانچه کسی مدعی وجود سند مالکیت نزد خود و یا انجام معامله باشند مراتب را همراه با مدارک خود پس از انتشار آگهی ظرف مدت ۱۰ روز کتبا " به این اداره اعلام و ارسال و رسید اخذ نمایند تا مورد رسیدگی قرار گیرد بدیهی است پس از انقضای مهلت مقرر نسبت به صدور سند مالکیت المثنی برابر مقررات اقدام خواهد شد(م الف ۷۳۴۳)	
 رئیس ثبت اسناد منطقه یک قم	
 آگهی فقدان سندمالکیت	
 خاتم عادلہ میهن خواه با ارائه یک برگ استشهدا اعلام داشته که سند مالکیت شش‌دانگ پلاک ۱۱۰۷۹/۱/۱۷۱ اصلی بخش یک ثبت قم که در صفحه ۲۵۱ دفتر ۴۹۶ ذیل ثبت ۸۲۸۵۱ بنام شرکت تعاونی مسکن کارکنان بیمارستان ایت اله گلباگئی ثبت و صادر شده است و مع الواسطه طی سند شماره ۲۰۲۸۸-۴۲/۱۰۱ دفتر ۴۲ قم به نامبرده انتقال قطعی شده مفقود گردیده لذا مراتب باستناد تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت در یک نوبت به تاریخ ذیل آگهی می گردد تا چنانچه کسی مدعی وجود سند مالکیت نزد خود و یا انجام معامله باشند مراتب را همراه با مدارک خود پس از انتشار آگهی ظرف مدت ۱۰ روز کتبا " به این اداره اعلام و ارسال و رسید اخذ نمایند تا مورد رسیدگی قرار گیرد بدیهی است پس از انقضای مهلت مقرر نسبت به صدور سند مالکیت المثنی برابر مقررات اقدام خواهد شد(م الف ۷۳۴۲)	
 رئیس ثبت اسناد منطقه یک قم	

آگهی فقدان سندمالکیت

خاتم عادلہ میهن خواه با ارائه یک برگ استشهدا شهود مصدق اعلام داشته که سند مالکیت شش‌دانگ پلاک ۱۱۰۷۹/۱/۱۶۹ اصلی بخش یک ثبت قم که در صفحه ۴۸۴۸ دفتر ۴۹۶ ذیل ثبت ۸۲۸۴۹ بنام شهرداری قم ثبت و صادر شده است و مع الواسطه طی سند شماره ۲۰۲۸۸-۴۲/۱۰۱ دفتر ۴۲ قم به نامبرده انتقال قطعی شده مفقود گردیده لذا مراتب باستناد تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت در یک نوبت به تاریخ ذیل آگهی می گردد تا چنانچه کسی مدعی وجود سند مالکیت نزد خود و یا انجام معامله باشند مراتب را همراه با مدارک خود پس از انتشار آگهی ظرف مدت ۱۰ روز کتبا " به این اداره اعلام و ارسال و رسید اخذ نمایند تا مورد رسیدگی قرار گیرد بدیهی است پس از انقضای مهلت مقرر نسبت به صدور سند مالکیت المثنی برابر مقررات اقدام خواهد شد(م الف ۷۳۴۱)

رئیس ثبت اسناد منطقه یک قم

وزیر اقتصاد :

عزم جدی برای خصوصی سازی وجود ندارد

بسیاری از شاخص های آنها افزایش یافته است. طیب‌نیا تصریح کرد: اگر خصوصی سازی به شیوه غلط اجرا شود، یک بحث است، ولی اگر واگذاری به شیوه درست انجام شده باشد، از زبانی آن حقیقت را نشان می‌دهد.

بیشتر مقامات محلی با خصوصی سازی مخالفند

این عضو کابینه یازدهم خاطرنشان کرد: اگر کسی در خصوص یک واگذاری، ایراد و اشکال دارد، راه منطقی این است که سؤال پرسد و برای سؤال‌ش هم حتماً با مستندات پاسخ می‌گیرد، اما اگر اتفاقی تحرافی رخ داده باشد، قانونگذار مرجعی معرفی کرده و هیأت داورى کملاپی طرفه‌اند. طیب‌نیا ادامه داد: اینکه یک فرد بدون اینکه از جزئیات کار اطلاع داشته باشد، صرفاً به دلیل اینکه چران این شرکت به دوست و آشنای او واگذار نشده باشد، شروع به معرکه‌گیری می‌کند، تکلیفش مشخص است.

وی در پاسخ به سؤال که برخی نگران بیکاری‌های ناشی از واگذاری هستند، گفت: برخی نگرانند که شاید در آینده کسی بیکار شود، در حالی که باید این پرسش را مطرح کرد که چه کسانی تحریک و این دیدگاه را ترویج می‌کنند و حتی می‌گویند در قبال واگذاری‌ها، خودشان را آتش می‌زنند این در شرایطی است که هم‌اکنون حتی یک واگذاری در یک استان و شهرستان وجود ندارد که با مخالفت مقام‌های محلی و ملی مواجه نباشد.

شرکت دولتی، یعنی رانت، حقوق نجومی و سفر خارجی!

طیب‌نیا در پاسخ به این پرسش که علت چنین رفتارهایی چیست؟ خاطرنشان کرد: علت راز آن کسانی برسید که با خصوصی سازی‌ها مخالفت می‌کنند، اما باید به صراحت گفت که تفکر نگران رفعت مدبران ما نهفته است و مدبران محلی و شهرستانی از این شرکت‌ها نفع می‌برند؛ چرا که شرکت دولتی یعنی منبع تولید رانت، سفر خارجی، عضویت در هیأت مدیره، حقوق نجومی، مفسده و استخدام هر کسی که این افراد لازم دارند، به همین دلیل است که به جای هزار نفر در یک شرکت دولتی، پنج هزار نفر استخدام می‌شوند که این استخدام‌ها هم به اعتبار ارتباط دوستی و فامیلی صورت می‌گیرد.

وزیر امور اقتصادی و دارایی در بخش دیگری از سخنان خود در خصوص سامانه جامع امور مالیاتی نیز گفت: خوشبختانه اکنون تهیه نرم‌افزار جامع مالیات‌ستانی یکی از ۲۲ پروژه‌ای بوده که در طرح جامع پیش‌بینی شده بود و هم‌اکنون نیز خوشبختانه در تهیه این نرم‌افزار، موفقیت‌های خوبی حاصل شده است و دانش فنی به ایران منتقل شده؛ به نحوی که سازمان امور مالیاتی توانسته نرم‌افزارهای خود را اصلاح و تکمیل کند. وی گفت: آنچه‌اکنون در اولویت مافزار گرفته، بحث تکمیل سامانه اطلاعات اقتصادی مؤدیان مالیاتی است و اصلاح روش‌ها در دستور کار قرار گرفته؛ به نحوی که استفاده از نرم‌افزارهای مالیاتی نهادینه شده است. وزیر امور اقتصادی و دارایی تصریح کرد: البته استفاده از نرم‌افزار، دامایی که اطلاعات ما تکمیل نشود، مؤثر نخواهد بود، بلکه باید بسیاری از سامانه‌هایی که اطلاعات اقتصادی را در اختیار دارند، به سامانه مالیاتی متصل شوند.

طیب‌نیا اظهار داشت: ماده ۱۶۹ قانون مالیات‌های مستقیم در این خصوص احکام خوبی در اختیار گذاشته که البته نظر مساعد دستگاه‌ها مهم است، آنچه مسلم است در برابر اصلاحات ساختاری، مقاومت زیاد است. این عضو کابینه یازدهم با اشاره به مصوبه مجلس در خصوص مالیات بر ارزش افزوده خاطرنشان کرد: در این مصوبه، بندی اضافه شده که از مصرف نهایی مالیات ستانی شود که این یک ضربه شدید به طرح جدید مالیاتی و اصلاح نظام مالیات ستانی کشور است، چرا که ما در سیستم مالیات بر ارزش افزوده، عمده اطلاعات خود را در خصوص تبدلات اقتصادی بین فعالان در حلقه‌های مختلف به دست می‌آوریم؛ وقتی کسی بخواهد به سراغ حلقه آخر برود، دولت اطلاعات ارزشمندی را از دست خواهد داد. وزیر امور اقتصادی و دارایی خاطرنشان کرد: اگر قرار است بتولیم طرح جامع مالیاتی را اجرا کرده و بر اساس اطلاعات، مالیات بگیریم، باید مالیات بر ارزش افزوده به همان مفهومی که در ادبیات اقتصادی وجود دارد و در دنیا اجرا می‌شود، در ایران هم مورد اجرا قرار گیرد.

جلوی فرار مالیاتی را بگیریم، همه‌مقابل ما می‌ایستیم، اصافار رئیس مجلس بسیار جدی بر روی این موضوع ایستادند و به ما کمک کردند، اما ما نتیجه نگرفتیم، در حالیکه باید پرسید که آشکار سازی نظام مالی به چه کسانی لطمه می زند، متأسفانه ما در حوزه های متعدد با این پدیده مواجهیم که یک سیاست عقلاانه منطقی اتخاذ می شود ولی گروه‌های ذی نفع در عمل جلوی اجرای سیاست را می گیرند، این مشکل ما در همه شهرهاست.

مالیات کور کورانه باید متوقف شود

طیب نیا گفت: سیاست‌های اقتصادی اصل ۴۴ به عنوان یک انقلاب در اقتصاد ایران مطرح شد و در جلسه‌آخری که با مقام‌معلم رهبری داشتیم، ایشان مطرح کردند که انتظار یک انقلاب در اقتصاد را داشتیم، اما وقتی که قصد واگذاری یک بنگاه اقتصادی را داریم، فشار فشار و فشار به ما وارد می‌شود و هر روز فکر و ذهن ما را به خود درگیر می‌کند. در حالیکه همه آنجا منفعت دارند. وی افزود: شرکت دولتی یعنی تامین هزینه سفر خارج از کشور، استخدام در اختیار برخی‌ها، پورساعت و پاداش حقوق هیأت مدیره است. چرا ما وقتی می‌خواهیم یک بنگاه را واگذار کنیم، همه مقاومت می‌کنند، این یک مشکل جدی است. در مقام‌عمل با فشارهای زیادی مواجهیم که امکان سیاستگذاری عقلاانه و منطقی را از ما می‌گیرد. طیب نیا گفت: ادامه رشد اقتصادی و تورم تک رقمی دغدغه امروز دولت است، چراکه این نیازمند اصلاحات ساختاری است که کل پر هزینه و سختی است بنابراین باید وابستگی بودجه به نفت کم شده و مالیات با درآمدهای نفتی کاهش یابد، البته توقیقاتی داشته‌ایم، به این معنا که در سیستم مالیاتی نسبت مالیات به GDP در سال ۹۴ به ۷٫۲ درصد رسید و امسال به ۸ درصد دست یافتیم. وزیر امور اقتصادی و دارایی گفت: سهم مالیات از اعتبارات هزینه‌ای که ۴۱ درصد بوده امسال به ۴۱ درصد می‌رسد، البته کافی نیست و باید کار سختی انجام دهیم، چرا همان کسانی که بودجه مالیاتی را برای ما تصویب و افزایش می‌دهند ولی در مقام اجرا با ما مخالفت می‌کنند، اگر تصمیم می‌گیریم باید به لوازم آن نیز پایبند باشیم، این عرصه ای نیست که به دنبال روش‌های پوپولیستی باشیم، اما این راه حل نیست، ما مالیات بگیریم باید با کسری بودجه درگیر شویم که باید با بانک مرکزی قرض بگیریم و تورم را تحمل کنیم و مالیات کور کورانه را ادامه دهیم یا اینکه از بازار سرمایه قرض بگیریم که کاهش تولید و سرمایه‌گذاری و رکود اقتصادی را در بر می‌گیرد.

منافع ملی نباید فدای منافع حزبی شود

وی افزود بنگاه‌های دولتی باید واگذار شوند و اصلاحات جدی در نظام اقتصادی کشور به عمل آوریم که این مستلزم یک فهم مشترک، درک مشترک و عزم مشترک است. همه ما باید بدبیریم که باید برای اصلاح وضعیت و اعتلای ایران باید تلاش کنیم و همه هم قسم و همراه و همدل باشیم. منافع ملی نباید فدای منافع گروهی شود، من از ابتدای اسمال بارها هشدار داده‌ام که میابا منافع حزبی، گروهی یا سیاسی، منازعات انتخاباتی بر منافع ملی ما غلبه کند، اگر ما بخواهیم، اگر برای منافع ملی اولویت قائل شویم، دسترسی به اهدافی که در سیاست‌های اقتصاد مقاومتی طراحی شده است، کاملاً شدنی است.

عزم جدی برای خصوصی سازی وجود ندارد

طیب‌نیا همچنین در حاشیه دهمین همایش سیاست‌های مالیاتی در جمع خبرنگاران گفت: من به‌شخصه راجع به روند خصوصی سازی‌ها‌شخصاً اعلام نمی‌کنم، چرا که به نظر می‌رسد عزم جدی در این رابطه وجود ندارد و مقاومت‌ها از سوی مقامات ملی و محلی بسیار بالاست.

وی افزود: من با تمام توان خود در مقابل این مقاومت‌ها ایستادم، ولی هر روز با نامه‌های مواجه هستم که با ۲۰۱۰ و ۲۰۱۰ امضا، مرا تهدید به استیضاح، سؤال و برکناری می‌کنند، اما همچنان مقاومت من ادامه دارد. وزیر امور اقتصادی و دارایی در پاسخ به این پرسش که برخی می‌گویند شرکت‌ها به بهایی ناچیز فروخته می‌شوند، گفت: اگر در دولت گذشته اتفاقی رخ داده، ما مسئول آن نیستیم، اما ارزیابی‌هایی که از واگذاری به بخش خصوصی واقعی صورت گرفته، نشانگر عملکرد عمدتاً موفق بوده و

متمرکز شده بود اما سیاست‌های اقتصاد مقاومتی اعلام شده است و ما متوجه شدیم که مجرای اصلی انتقال تکتله‌های خارجی به اقتصاد ایران، وابستگی به درآمدهای نفتی است و اگر می‌خواهیم اقتصاد مقاومتی داشته باشیم و رشد اقتصادی مستمر و پایدار را تجربه کنیم که همراه با ارتقای بهره وری باشد، پس باید گفت که مهمترین پروژه در اصلاح ساختار اقتصادی ایران اصلاح نظام مالیاتی کشور است و بدون اصلاح نظام مالیاتی کشور، دستیابی به اهداف اقتصاد مقاومتی دست یافتنی نیست.

وزیر امور اقتصادی و دارایی گفت: در وزارت اقتصاد تلاش شده این طرح به عنوان یک اولویت جدی دنبال شود و بر این اساس یکی از پروژه‌هایی که مطرح شده و دنبال می‌شود، طرح جامع مالیاتی است که از سهالهای گذشته در دستور کار سازمان امور مالیاتی قرار گرفته بود.

طیب نیا گفت: در ساختار مالیاتی کشور، عمده منبع مالیاتی ما مالیات بر درآمد است و تناسبی بین منابع مختلف وجود ندارد و به مصرف یا پایه درآمد با نرخ نهایی ۶۴ درصد مشمول مالیات قرار می‌گرفت، البته دارایی به عنوان یک مآخذ مالیاتی در سیستم نداریم، بنابراین در گذشته تصمیم گرفته شد که بخشی از بار مالیاتی از دوش دولت برداشته شود و به مصرف نقد تعلق گیرد، اما این همان مالیاتی بر ارزش افزوده بود.

سیستم مالیاتی باید اصلاح شود

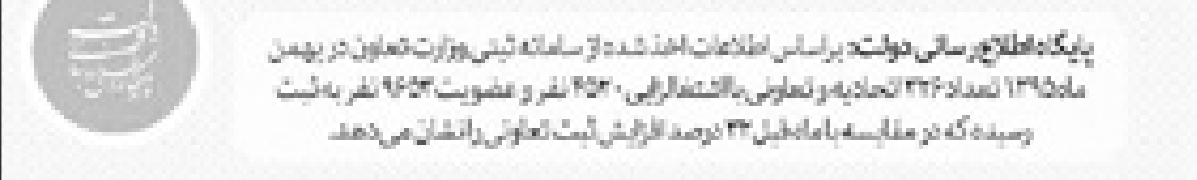
وی گفت: دو سیستم مواجه بودیم که می‌توانستیم یکی را انتخاب کنیم و یکی از آنها مالیات بر فروش یا مالیات بر ارزش افزوده را در دستور کار قرار دهیم، اما خصوصیت مالیات بر ارزش افزوده به تمام حلقه‌ها رسیدگی می‌شود که در ایران هم این ابزار معرفی شده است، در حالیکه قریب به اتفاق کشورها هم مالیات بر ارزش افزوده را نامین کرده‌اند، البته آمریکا مالیات بر فروش را جایگزین مالیات بر ارزش افزوده کرده است، البته حسن مالیات بر ارزش افزوده این است که چون از روش فاکتور استفاده می‌کنیم و استرداد مالیات پرداختی به نهاده‌ها، منوط به ارائه فاکتور است، معاملات را قاعده مند کرده و تعاملات فعالان اقتصادی را شفاف تر می‌کند. طیب نیا تصریح کرد: این راهی است که ما می‌تولیم از روش کور کورانه شناسایی مالیات بهره‌بر کنیم و تعاملات را بین حلقه‌های مختلف تولید شفاف می‌شود و استرداد نیز منوط به ارائه فاکتور است و فاکتور نیز معاملات بین واحدهای اقتصادی را برای دولت شفاف می‌کند. همچنین مالیات بر ارزش افزوده اثر ایشاری ندارد و وقتی گفته می‌شود که از کالای نهایی مالیات گرفته شود، تکنیک کالاهای نهایی با واسطه ای کار ساده ای نیست و به اعتبار ماهیت کالا صورت نمی‌گیرد، بلکه به اعتبار خیرباد است. وی با اشاره به طرحی که بر اساس آن در مجلس ۴۰ هزار میلیارد تومان از درآمدهای دولتی کاهش می‌دهد گفت: این امر مشکلات ما را بیشتر می‌کند، در حالیکه باید واردات را رها کرد و در خرده فروشی و در شهرستانهای کوچک و بزرگ به دنبال وصول مالیات باشد، کدام عقل سلیمی این را حکم می‌کند و فشار اجتماعی گسترده ای هم بر دولت وارد می‌کند، این در حالی است که اکنون از ۵۰۰ هزار مودی مالیات می‌گیریم که اگر سیستم مالیاتی مجلس مورد تصویب قرار گیرد، باید به سراغ ۳ میلیون مودی مالیاتی برویم.

برخی ۴۰ برابر مالیات می‌دهند تا اطلاعاتشان شفاف نشود

وزیر اقتصاد گفت: اینجا یک سوال بزرگ در برابر ما قرار می‌گیرد که چرا بین سیاست‌های بهینه ای که طراحی شده و ساخته‌ا بحث کارشناسی بر روی آن صورت گرفته، با آنچه که در مقام عمل اجرا می‌شود، تضاد وجود دارد که در عزم حرفشی و در شهرستانهای کوچک و بزرگ به دنبال مالیات بر ارزش افزوده بر آمده‌ا از زبانی مالیاتی نظام ایران و نظام کارشناسی است که در چارچوب سیاست‌های کلی نظام تبلور یافته و چگونه می‌توان با یک جمله کوتاه آن را به یاد داده‌ا این در حالی است که هستند کسانی که حاضرند ۴۰ تا ۴۰۰ برابر مالیاتی که باید بپردازند، مالیات می‌دهند تا اطلاعاتشان شفاف نشود. وی افزود: وقتی به دنبال شفاف سازی می‌رویم، چراهمه‌ا رکان عالم وجود مقابل ما می‌ایستد، چرا وقتی من مبارزه با پولشویی را مطرح می‌کنم، همه در مقابل من می‌ایستند و اتهام می‌زنند، چرا وقتی می‌خواهیم



ایجاد ۴۵۰۰ شغل در بهمن ۹۵



رئیس فدراسیون فوتبال گفت: توافق کی‌روش با فدراسیون فوتبال آفریقای جنوبی را قویاً تکذیب می‌کنم. مهدی تاج در خصوص آزاد شدن بخشی از پول‌های بلوکه شده فدراسیون فوتبال در فیفا اظهار داشت: خوشحالم به اطلاع مردم برسانم که بخشی از پول‌های بلوکه شده آزاد شده است.امیدوارم در فازهای بعدی و با تالش‌های صورت گرفته از سوی کمیته بین‌الملل و حمیدرضا آصفی،مشاوربین‌الملل فدراسیون‌باقیمانده این پول هم آزاد شود. آنچه در مقطع کنونی می‌تولم بگویم این است که این پول هنوز به طور کامل آزاد نشده است و بخشی از آن آزاد شده است. با این وجود پیش‌بینی من این است که در سال ۹۶، وضعیت خوب و مطلوبی برای فوتبال ما در پیش باشد. رئیس فدراسیون فوتبال در خصوص شایعاتی که مبنی بر اولتیماتوم وزیر ورزش به فدراسیون فوتبال و کارلوس کی‌روش در خصوص دعوت‌ملی‌پوشان پرسپولیس به تیم‌ملی‌شنیده‌می‌شود، عنوان کرد: نه به هیچ عنوان این موضوع را تأیید نمی‌کنم. هیچ فردی به فرد دیگری اولتیماتوم نداده است. البته طبیعی است که اینجانب با سرمربی تیم ملی مذاکرات متعددی در خصوص تیم ملی انجام بدهم که عتدالزوم بسیاری از این مذاکرات هم به اطلاع وزیر محترم ورزش و جوانان و هیئت رئیسه فدراسیون رسیده است. اگر قرار باشد به مطالب مطرح شده در فضای مجازی و برخی اظهارات غیر کارشناسی پاسخ بدهیم، ۲۴ ساعت هم برای فدراسیون فوتبال کم است و به صورت مداوم باید پاسخگو باشیم. وی تصریح کرد:بنابرین مسائل موردنظر فدراسیون فوتبال در سایت آن منتشر می‌شود و جای دیگری بازگوکننده نظرات ما نیست.همان‌طور که گفتم فدراسیون فوتبال بر استفاده از همه ظرفیت‌ها جهت موفقیت تیم ملی تأکید دارد. به دنبال این هستیم که همان‌طور که گفتیم به محقق و به صبوری مشکلات پیش آمده بین تیم ملی و برخی از باشگاه‌ها حل شود. به مصلحت فوتبال کشور نیست که همسو با برخی از اظهارنظرانی که از سر

بخشی از پول‌های بلوکه شده فدراسیون فوتبال در فیفا آزاد شده است

تاج: قرارداد کی‌روش با آفریقای جنوبی را قویاً تکذیب می‌کنم



بی‌اطلاعی و یا اهداف خاصی دنبال می‌شود، رفتار کنیم. متأسفانه برخی افراد عادت دارند اظهارات غیر کارشناسی درباره تیم ملی مطرح کنند. هر چقدر این اظهارات کمتر شود، بهتر و بهتر است. فراموش نباید کرد که سال ۹۶، سال تیم ملی فوتبال است و از نخستین روزهای سال نو تیم ملی به خانه‌های مردم می‌رود. بنابراین امیدوارم همه دست به دست هم بدهند که فضای آرام و بدون تنش، برای تیم ملی کشورمان به وجود بیاید.

تاج در خصوص اینکه شنیده می‌شود سرمربی تیم ملی از اظهارنظر فردوسی‌پور در خصوص دعوت‌هشت‌بازیکن پرسپولیس به تیم ملی نارضحت شده و منبع این صحبت‌های مجری برنامه

صداسیما هم این بحث را گمانه‌زنی کرده بودند که ظاهرأ مشکلی برای ملی‌پوشان پرسپولیس وجود ندارد. رئیس فدراسیون فوتبال همچنین راجع به تصمیم برانکو ایوانکوویچ مبنی بر کنار گذاشتن رامین رضاییان از ترکیب پرسپولیس گفت: باشگاه پرسپولیس مدیریت لایق و کادر فنی شایسته‌ای دارد و قطعاً خودشان درباره سرمایه‌های ملی بهترین تصمیم را می‌گیرند. شخصا امیدوارم مشکل رضاییان حل شود تا بتواند در پرسپولیس و تیم ملی مؤثر باشد. تاج در خصوص صحبت‌هایی که مبنی بر عقد قرارداد کی‌روش با فدراسیون فوتبال آفریقای جنوبی به گوش می‌رسد، عنوان کرد: این موضوع را قویاً تکذیب می‌کنم، کارلوس کی‌روش با ایران قرارداد دارد و تا پایان آن نیز به این قرارداد پایبند است. انتظار من از رسانه‌ها این است به شایعاتی که در این رابطه منتشر می‌شود، پاسخ نکنند. وی در خصوص اینکه تا چه زمانی باید نمایندگان فوتبال ایران در لیگ قهرمانان آسیا تیم‌های عربستانی در خاج از ایران بازی کنند، گفت: در این رابطه رابزنی‌های خوبی انجام شده است و شاید این دوره آخرین بازی خواهد بود که در مرحله مقدماتی و غیر با تیم‌های عربستان هم گروه می‌شویم و تا ۲ ماه دیگر این موضوع کلاما مشخص خواهد شد.

تاج در پایان خاطر نشان کرد:می‌خواهم به کار زیبایی سه بازیکن تراکتورسازی در این فرصت اشاره کنم. آن‌طور که من به من گفته‌اند و بعد از آن آلفیش رام‌دیدم فاخر تیم‌ی،محمدحسین بهرامی و مهدی شریفی سه بازیکن ارزشمند تراکتورسازی در یک اقدام ارزشی در حرم مطهر حضرت امام رضا (ع) اقدام به جمع آوری برف در اطراف حرم‌رضوی کردند. می‌خواهم به عنوان یک ایرانی از اقدام ارزشمند این سه عزیز تشکر و تقدیر کنم.به‌طور حتم چنین رفتارهایی هر چقدر در فوتبال ما باشد کم است و امیدوارم بتوانیم روزی در جای جای فوتبال کشورمان شاهد رفتارهای اخلاقی و ارزشی باشیم.فدراسیون فوتبال هم به سهم خود از اقدام فرهنگی و ارزشمند این سه بازیکن تراکتورسازی کمال تشکر را دارد.

تمدید ۶ساله قرارداد بازیکنان نوظهور آی

منصوریان: چرا فقط تراکتورسازی باید از سربازها استفاده کند؟



سرمربی تیم فوتبال استقلال می‌گوید تیم سیاه‌جامگان حریف سخت‌کوشی برای این تیم است.

علیرضا منصوریان در نشست خبری پیش از دیدار برابر سیاه‌جامگان با تسلیت سالگرد درگذشت علی اکبر دارستانی، مربی‌بدنساز فصل گذشته‌نفت تهران اظهار کرد: او واقعا برای من زحمات زیادی کشید.شاید اگر عمرش به این دنیا بود الان در استقلال همکار ما بود. درباره بازی فردا باید بگویم که بازی فردا بسیار سخت است. دوستان خوب من خداداد عزیز و مهدی هاشمی‌نسب هدایت این تیم را در عهده داشتند و فوتبال رو به جلویی را ارائه می‌کردند. سیاه‌جامگان حریف سخت‌کوشی برای مااست.

سرمربی استقلال ادامه داد: خداداد در زمان بازیگری هم فوتبال خوبی ارائه می‌کرد. من همبازی او بودم از طرفی هم اگر میثاقیان کوله‌باری از تجربه است و از هفته پیش هم هدایت این تیم را برعهده گرفته‌است. ما با تفکرات اکبر میثاقیان آشنا هستیم اما نمی‌دانم برای این بازی چه برنامه‌ای را پیاده خواهد کرد. از هفته پیش به بازیکنان گفتم که از این به بعد که هفته در میان در آسیا و لیگ برتر بازی می‌کنیم و باید این آمادگی را داشته‌باشند که در مسابقات بهترین فرم خود را ارائه دهند. کم‌کم توانستیم این صحبت‌ها را پیاده کنیم.بازیکنان فقط تا تمرین بعداز مسابقه می‌توانند به بردباری قبل فکر کنند اما کادر فنی فقط تا نشست خبری به پیروزی تیممان فکر می‌کنند اما بعد از این به سراغ آنالیز حریف بعدی می‌روند. او با دعوت از هوادارش برای حضور در ورزشگاه و حمایت از تیمش مقابل سیاه‌جامگان افزود: از هواداران می‌خواهم که ما را تنها نگذارند. این جوانان روز خوبی را برای آنها رقم خواهند زد. جوانان ما آینده تیم ملی و استقلال هستند و نباید آنها را تنها بگذاریم. حریف ما در لیگ برتر دست و پا بسته نیست و من آنها را حریف سخت‌کوشی می‌نامم چرا که هیچ تیمی در لیگ برتر ضعیف نیست و چند روز قبل دیدید که لاس بالماس مقابل رنال ماردری چه نتیجه‌ای را به دست آورد. فوتبال ورزش زیبایی است و به خاطر غریبال پیش‌بینی بودنش پرطرفدار شده است. امیدوارم با همین که کادر فنی و بازیکنان به خرج می‌دهند فردا موفق شویم، منصوریان در پاسخ به این سوال که آیا تیمش با مشکل بدنی مواجه‌نشده‌است، گفت: تیم ما در شرایط خوبی قرار دارد و نگران نباشید. بدنسازهای تیم ما فقط مجری هستند و روشی را در نظر گرفته‌ایم پیش می‌برند. در کلاس مربیگری هم که حاضر شده بودم مدرس این دوره با روش ما آشنا بود و برای همین ما به یک مجری نیاز داریم و هفته به هفته بهتر و پخته‌تر می‌شویم. هر بدنسازی که به تیم ما بیاید با همین روش کار می‌کند. استیو جونز هم پس از حضور در استقلال همین روش را پیش برد. روش ما روش هلندی است. برای بهبود وضعیت تیم ما افرادی را برای آموزش این دوره با دوره بدنسازی در نظر گرفتیم. علی چینی هم به مدت هشت ماه است که در راستای این برنامه‌ها در حال آموزش است. زمانی که به هفته‌های پایانی هم برسیم تیم ما شادابی و نشاط خود را خواهد داشت. سرمربی استقلال درباره غیبت کاوه رضایی در دیدار تیش با سیاه‌جامگان گفت ما می‌دانستیم مادرزیرگ او فوت کرده و بنابراین نگذاشتیم تا قبل از بازی با التعاون کاوه متوجه این قضیه شود. بعد از آن دیدار به وسیله آقای خرماگان این خبر را به او انتقال دادیم و او را با اولین پرواز به تهران فرستادیم و کاوه به اردی‌ساعت ۶ ماه اضافه می‌شود. وی درباره مصدومیت حق‌دوست ادامه داد: از کادر پزشکی تیم به خصوص دکتر نوروزی تشکر می‌کنم که مجتبی‌ا را به‌گونه‌ای به ما پس دادند که اثری از مصدومیت در تمریناتش دیده نمی‌شد و ما نیز او را در لیست ۱۹

اخبار
پدیده ۳– گسترش ۴؛
فرار بزرگ از سقوط
شاگردان مهاجری برای دومین هفته متوالی موفق به پیروزی شدند تا از منطقه سقوط فاصله بگیرند و با آرامش بیشتری در ادامه فصل کار خود را دنبال کنند. تیم پدیده مشهد در شرایطی موفق به کسب پیروزی ارزشمند برابر گسترش فولاد شد که در هفته‌های اخیر به شدت برای کسب پیروزی و فرار از منطقه سقوط تحت فشار بود. شاگردان مهاجری در این دیدار بازی را منطقی آغاز کردند و باورداد اجابری محسن یوسفی به جای عبدالله حسینی که مصدوم شده بود شرایط برای این تیم بهتر شد. محسن یوسفی در دقیقه ۲۳ موفق شد روی یک ارسال کرنر دقیق و ضربه سر ناحیجی پایه گذار گل اول تیمش شود و در ادامه درخشش خود در ابتدای نیمه دوم (دقیقه ۴۸) موفق به افزایش برتری مشهدی ها به دو گل شد. لوسیانو پریرا مهاجم زاهد را در دقیقه ۶۰ موفق شد روی یک ضربه ایستگاهی اختلاف را به یک امتیاز کاهش دهد ولی اکبر ایمانی ۱۰ دقیقه بعد روی پنالتی که توسط حسین مهران به دست آمد باز اختلاف دو تیم را به عدد ۲ افزایش داد. داروش شجاعیان در دقیقه ۷۹ می توانست روی پنالتی که با تیزهوشی به دست آورده بود گل دوم گسترش را به ثمر برساند ولی واکنش فوق العاده مجتبی روشنگر گلزنی شجاعیان را به تعویق انداخت تا گل دوم گسترش فولاد که توسط این بازیکن در دقیقه ۹۰+ به دست آمد برای بازگشت به بازی کافی نباشد و تیم پدیده با کسب دو پیروز پیروزی پایانی طی دو هفته اخیر و زدن ۶ گل از شرایط بحرانی فاصله بگیرد و با ۲۵ امتیاز به رتبه یازدهم جدول راه یابد. در مقابل تیم گسترش که با آرامش بیشتری نسبت به حریفش به میدان آمده بود ۲۰ امتیازی در رتبه هفتم باقی ماند تا چشم به بازی های آینده داشته باشد.
تراکتورسازی ۰ - سایپا ۰+
قلعه‌نویی قهرمانی را به پرسپولیس تعارف زد
تیم تراکتورسازی تبریز هفته بیست‌وسوم مسابقات فوتبال لیگ برتر باشگاه‌های کشور را با تساوی مقابل سایپا پشت سر گذاشت. تیم‌های تراکتورسازی و سایپا از ساعت ۱۵:۰۵ روز (جمعه) در چارچوب هفته بیست‌وسوم رقابت‌های لیگ برتر فوتبال باشگاه‌های کشور به مصاف یکدیگر رفتند و در نهایت به تساوی بدون گل رضایت دادند.
با این تساوی، تراکتورسازان ۴۵ امتیازی شدند تا اختلافشان با پرسپولیس صد رتبه‌نیمه به عدد پنج کاهش پیدا کند. پرسپولیس یک بازی کمتر از تراکتورسازی دارد و اگر یکشنبه بتواند مقابل نفت تهران به پیروزی برسد، اختلافش را با تراکتورسازی به هشت امتیاز خواهد رساند. شاگردان امیر قلعه‌نویی دو امتیاز حساس این دیدار خاکی را هم از دست دادند تا بیشتر از هر زمان دیگری از قهرمانی دور شوند.
پیام حیدری کار قضاوت دیدار تراکتورسازی - سایپا را برعهده داشت. او به کرار جاسم و محمد ایران پوریان از تیم میزبان و ایوب کلاتری، محمدرضا خلمتری و امید خالیدی از تیم سایپا کار زد. نشان داد.
صبا ۰ - فولاد ۰+
زور مرفاوی و سعداوی و هم نرسید
شاگردان نعیم سعداوی با وجود برتری نسبتی برابر تیم صمد مرفاوی نتوانستند با پیروزی قم را ترک کنند و به یک امتیاز رضایت دادند.
صبا ی قم که در سه مسابقه اخیر صاحب دو پیروزی و یک تساوی شده بود، بهترین فرصت را داشت تا موقتا یک رتبه در جدول بالا برود و تا حدودی از منطقه خطر دور شود اما نمایش ضعیف آنها کاری از پیش نبرد و تیم مرفاوی فقط توانست یک امتیاز بگیرد و در جایگاه چهاردهم بماند. در سمت مقابل فولاد هم با وجود چند حمله جدی و حتی زدن توپ به تیرک دروازه مثلاً دیدار گذشته‌شان با مسلوی زمین را ترک کرد.
صنعت نفت بر ابر پیکان به برتری رسید
تیم فوتبال صنعت نفت در دیدار هفته بیست و سوم خود برابر پیکان تهران به برتری رسید.
روز نخست از هفته بیست و سوم رقابت های لیگ برتر عصر روز جمعه با دیدار تیم‌های صنعت نفت و پیکان در آبدان پیگیری شد که طی آن تیم میزبان به برتری یک بر صفر دست پیدا کرد. حکیم نصاری (۶۵) برای صنعت نفت گل زد. تیم فوتبال صنعت نفت با این پیروزی ۲۵ امتیازی شد اما همچنان در رده سیزدهم جدول باقی ماند. تیم پیکان هم با ۲۲ امتیاز در رده ششم ایستاده است.

سیدرضا افتخاری خبر داد:

پرونده دو بازیکن خارجی استقلال بسته شد

مدیرعامل باشگاه استقلال از پرداخت بخشی از مطالبات بازیکنان خار جی این تیم خبر داد و تأکید کرد که هیچ خطری آبی پوشان را تهدید نمی‌کند. سیدرضا افتخاری در گفتگو با سایت باشگاه استقلال، ضمن تبریک موفقیت های اخیر این تیم گفت: در آستنه سال جدید ضمن تبریک سال نو و پیروزی‌های درخشان تیم استقلال در مسابقات لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا و تشکر از همه هواداران عزیز تیم استقلال بخاطر حمایت های آنان باید بگویم که با اقدامات مؤثر و بموقع انجام شده در روزهای اخیر، مطالبات بازیکنان خارجی که از گذشته باقی مانده بود و باشگاه را تهدید می کرد به شرح ذیل اقدام گردید

۱- مبلغ یک میلیارد تومان بابت لیام ردی و هلمکه، پرداخت و پرونده آنان مختومه شد

۲- با توافق انجام شده مقرر شد مطالبات ساموئل درسه قسط پرداخت شود که قسط اول آن به مبلغ یکصد هزار دلار روز پنجشنبه پرداخت شد.

۳- درمورد پرونده پروینچ، وکیل ایتالیایی باشگاه از طریق دادگاه عالی فیفا درخواست تجدید نظر نموده که رسیدگی به آن بیش از یک سال طول می‌کشد، بنابراین در حال حاضر هیچ خطری باشگاه را تهدید نمی‌کند

وی در پایان افزود: لازم می‌دام از اعضای تیم استقلال که خویشتن داری نشان داده و با مدیریت باشگاه همکاری نمودند تا مطالبات بازیکنان خارجی پرداخت شود تشکر نمایم. همانطوری که درجلسه با اعضای تیم درعالم قول دادم تمام تلاش خودم را در خصوص پرداخت مطالبات آنان انجام دهم.

شنبه — چهاردهم اسفند ماه ۱۳۹۵ — سال نوزدهم — شماره ۴۲۳۳۳

گزارش
هفته بیست‌وسوم لیگ برتر فوتبال ایران آزمون میثاقیان بر ابر استقلال
آبی‌های تهرانی و خوزستانی روز شنبه برابر دو تیم قهر نشین لیگ برتر به میدان خواهند رفت. در حالی که رقابت‌های هفته بیست و سوم لیگ برتر فوتبال ایران روز جمعه آغاز شد، این بازی‌ها امروز (شنبه) با انجام دو دیدار پیگیری می‌شوند. استقلال خوزستان-ماشین‌سازی تبریز استقلال خوزستان بعداز نمایش‌های خیر کندم‌و تحسین برانگیزش در لیگ قهرمانان آسیا به مصاف تیم قعر جدولی ماشین سازی تبریز می‌رود. شاگردان پورموسوی در چارچوب لیگ قهرمانان آسیا، الفتح عربستان و الجزیره امارات را شکست دادند و روی کاغذ، بنیاد کار سختی برابر تیم ماشین سازی داشته باشند. با این حال شاید فشرده‌گی بازی‌های استقلال خوزستان و البته روز ناشی از دو برد اخیر، روی عملکرد این تیم اثر نگذارد و ماشین سازی تبریز بتواند برخلاف انتظارات، در این بازی به موفقیت برسد. نکته قابل اشاره اینکه ماشین سازی برای ماندن در لیگ برتر نیاز مرمی به امتیاز دارد و فرهاد کاظمی، سرمربی این تیم به چیزی جز سه امتیاز این مصاف فکر نمی‌کند. دیدار تیم‌های استقلال خوزستان و ماشین سازی تبریز ساعت ۱۶ روز شنبه غدیر بر گزاری می‌شود.

استقلال سیاه‌جامگان

روند صعودی شاگردان علیرضا منصوریان در هفته‌های گذشته، آنها را به بالای جدول رده‌بندی رسانده است. این تیم به سه امتیاز کسب هر سه امتیاز بازی با سیاه‌جامگان است. استقلای‌ها بعد از شکست سه بر صفر التعاون عربستان، از آمادگی بالایی برخوردار هستند و به لحاظ روحی - روانی هم توانایی پیروزی در این بازی را دارند. هر چند باید دید خستگی ناشی از بازی‌های فشرده روی عملکرد استقلای‌ها تا خواهد گذشت یا نه اما این نکته را هم باید در نظر داشت که سیاه‌جامگان در فرم مطلوبی به سر نمی‌برد و اخیرا خداداد عزیزز از هدایت این تیم استعفا کرده است.

در حال حاضر اکبر میثاقیان هدایت سیاه‌جامگانی را بر عهده گرفته است که در رده یازدهم قرار دارد. این تیم با ادامه روند فعلی سقوط می‌کند. شاید حضور میثاقیان به لحاظ روحی - روانی شوک مثبتی را به این تیم داده باشد. به همین دلیل نمی‌توان منکر کار سخت تیم او برابر استقلال شد.

استقلال در این مصاف مهدی رحمتی را به دلیل محرومیت در اختیار ندارد و هراتر مگویان هم به دلیل گذراندن دوران نقاهت بعد از مصدومیت، بدون شک به این بازی نخواهد رسید.

گمانه‌زنی‌هایی وجود دارد که کاوه رضایی، مهاجم استقلال در این بازی به میدان نرود. هر چند این خبر هنوز تأیید نشده است. دلیل غیبت رضایی، در گذشت مادر بزرگ او و کمی خستگی از فشرده‌گی بازی‌های استقلال اعلام شده است.

استقلال در صورت پیروزی برابر سیاه‌جامگان، هم‌چنان در جمع مدعیان قهر باقی می‌ماند و مطمئنا منصوریان با این فرصت مناسب را به راحتی از دست نخواهد داد.

دیدار استقلال و سیاه‌جامگان ساعت ۱۷:۲۵ در ورزشگاه آزادی برگزار خواهد شد.

آسپاید
رمزگشایی از حمله منصوریان به تراکتورسازی ۲ ستاره استقلال در خطر سرباز شدن سرمربی استقلال پی توجه به بازی پیش رویش برابر سیاه‌جامگان حرف‌های جالبی به زبان آورد و علیه سیاست سربازگیری تراکتورسازی در فصل نقل و انتقالات صحبت‌های جالبی را به زبان آورد.

علیرضا منصوریان در نشست خبری قبل از دیدار با سیاه‌جامگان اعلام کرد که باید قانونی وضع شود که بازیکنان بتوانند سربازی‌شان را در تیم هایشان پشت سر بگذارند تا سرمایه‌گذاری باشگاه روی بازیکنان جوان به هدر نرود. او در این بین از اینکه تراکتورسازی که یک تیم غیر نظامی است می‌تواند بازیکن سرباز بگیرد، به شدت انتقاد کرد که به نظر می‌رسد این موضوع به این دلیل است که سرمربی جوان آی‌ها به خوبی می‌داند که به زودی تعدادی از بازیکنان این تیم با قانون سربازی باید از جمع آی‌ها جدا شود.

علیرضا منصوریان که در نیم فصل دوم موفق شده یک نیم جوان و پراثرتری را برای بازی‌های لیگ‌برتر آماده کند، حال بسیار نگران است که نتواند از ستاره‌هایی که این روزها به اوج آمادگی رسیدند در سال‌های آینده استفاده کند و به همین دلیل از سیاست‌های سازمان نظام وظیفه که به نفع باشگاه تراکتورسازی است انتقاد کرده است.

جالب است بدانید از جمع بازیکنان جوانی که در استقلال بازی می‌کنند، مجید حسینی، میلاد زکریا پور، امید نورافکن، مجتبی حق‌دوست، محسن کریمی، بهنام برای و فرشید باقری بازیکنانی هستند که در خطر سرباز شدن قرار دارند و ممکن است برای فصل آینده مجبور شوند به خاطر این قانون استقلال را ترک کنند.

در واقع سرمربی استقلال با صحبت‌هایی که در کنفرانس خبری خود کرده، قصد دارد از این اتفاق پیشگیری کند تا بتواند برای سال‌های آینده بازیکنان جوانی که در باشگاه استقلال رشد کرده‌اند را در اختیار داشته باشد.

نکته
برانکو نگران دروازه سرخ‌ها: آمار عجیب دروازه بان پرسپولیس پس از مصدومیت

مصدومیت هنوز به دوران اوج خود نرسنگشته است. باید دید کی روش و برانکو در مورد او چه تصمیمی می‌گیرند؟

علیرضا بیرانوند که انتظار می‌رفت بعداز مصدومیت مدتی از آمادگی کمل دور باشد، در چهار دیدار اخیر خود ۷ گل دریافت کرده اما با آمار قبلی اش در لیگ برتر اصلا هم خوانی ندارد.

بیرانوند تا قبل از دربی کلا ۵ گل خورده بود اما در دربی سه گل دریافت کرد و در سه

بازی بعدی یعنی دیدار با سپاهان، الاهل اعرستان و البته الوحد به مجموع چهار گل دیگر هم دریافت کرد و در برخی ذقایق بازی هم ناطمئنن به نظر می‌رسید.

بیرانوند پس از مصدومیت هنوز به شرایط آرمانی نزدیک نشده و به نظر می‌رسد این موضوع برای کی روش و تیم ملی و برانکو و پرسپولیس هم نکته مهمی باشد. باید دید با این ا آمادگی هنوز هم بیرانوند گزینه اول کی روش برای دروازه بانی مقابل قهرمان در چارچوب رقابت های مقدماتی جام جهانی و لیگ برتر است یا این مربیان تصمیم دیگری می‌گیرند؟

به این عملکرد باید مصدومیت بیرانوند در تمرین روز پنجشنبه را هم اشاره کرد که از ناحیه انگشت دچار مشکل شد و باید دید با چه شرایطی برابر نفت قرار خواهد رفت.

مکث
محرمی اور جینال با شماره ۱۷ پرسپولیس صالح محرمی به دنبال این است تا با شماره ۱۷ این تیم و با درخشش در هفته‌های اخیر به یکی از ستاره‌های تیمش تبدیل شود. استاره جوان پرسپولیس زمانی که با سرخ‌پوشان قرارداد بست تصور نمی‌شد موفق به نمایشی در این جنبی در ترکیب این تیم شود. خوشا اینکه با بازگشت رامین رضاییان و حضور دیگر مدعیان مثل فرشاد احمدزاده و حسین ماهینی تصور اینکه او فرصتی برای ارائه نمایش به دست یابورد، وجود نداشت. با این حال او از تک موقعیت‌های خود نیز به خوبی سود برد تا اکنون به مهرهای غیرقابل کتمان در ترکیب این تیم تبدیل شود. مهرهای که اکنون در جمع سرخ‌پوشان با اسطوره شماره هشت سابق و همنام خودش سنجیده می‌شود و او امیدوار است همچنان بدون خاشیه و با تکیه بر کیفیت فنی خود موفق شود ستاره‌ای غیرقابل کتمان و البته با شماره ۱۷ در ترکیب این تیم تبدیل شود. او در جدال با نفت تهران که تیمی از عناصر دفاعی این تیم حضور ندارند فرصت بزرگ‌تری برای اثبات خواهد داشت و باید بیش از سابق به دنبال این باشد تا سرخ‌پوشان برابر شاگردان دایی موفق به کسب امتیاز شوند.

شونگی تان شطرنج‌باز چینی پیس در کسب عنوان قهرمانی شطرنج باتوان جهان در کنفرانس خبری فدراسیون جهانی گفت: این مسابقه خیلی سخت بود و من آرامش خودم را حفظ کردم. از نتیجه بسیار خوشحالم و این بهترین تجربه زندگی من در دوران ورزشی بود

وی در پاسخ به این سوال که کدام بازی در این مسابقات برایتان سخت‌تر بود، گفت: انا اوآشینیا و هاریکا



سخت‌ترین حریف‌لم بودند. وی ادامه داد: هیچ آماده سازی خاصی برای این رقابت‌ها نداشتم چون درست قبل مسابقات سال نوي چيني بود. تان در خصوص ایران گفت: می‌خواهم مدتی در ایران بمانم و در فرصتی که دارم مذاققت دیدنی ایران را ببینم و از جایی‌های ایران دیدن کنم.

وی با تشکر از مربی خود تصریح کرد: بدون حمایت های مربی ام نمي توانستم قهرمان شوم



اگر بسیار بیشتر از گذشته نیاز به دفع ادرار را احساس می کنید، با تکرر ادرار یا پر ادراری مواجه هستید. در شرایطی که گاهی اوقات تکرر ادرار می تواند یک مشکل موقتی باشد، در موارد دیگر ممکن است نشانه‌ای از یک بیماری زمینه‌ای محسوب

شود که نیازمند توجه و رسیدگی دقیق است.

به گزارش عصر ایران به نقل از "یلمارا هلت"، پزشکان نیاز به دفع ادرار در هر دو ساعت یا کمتر را به عنوان تکرر ادرار در نظر می گیرند.عامل کلیدی در رسیدگی به این مشکل تشخیص دلیل آن و دریافت درمان درست است.تکرر ادرار می تواند یک مشکل چالش برانگیز باشد زیرا در برخی موارد فرد ممکن است کنترل مثانه خود را در زمان نیاز به

استفاده از توالت از دست بدهد. تشکر ادرار می تواند احساس ناخوشایندی را در فرد ایجاد کند زیرا همواره احساس بسیار پو بدن مثانه به وی دست می دهد.

تکرر ادرار می تواند بر کیفیت خواب فرد نیز تاثیر گذار باشد زیرا موجب بیدار شدن وی در میانه شب می شود. این شرایط می تواند نشانه‌ای از یک بیماری نیز باشد. پژوهش های صورت گرفته نشان داده‌اند که بسیاری از افراد مبتلا به تکرر ادرار از صحت دربارۀ این مشکل با پزشک خود خجالت می کشند و برخی دیگر از مطرح کردن آن واهمه دارند زیرا از این که نشانه مشکلی جدی باشد، هراس دارند.

برای برخی افراد دلیل نیاز به دفع ادرار مکرر به سادگی مصرف بیش از اندازه مایعات، مانند نوشیدنی های کافئین دار یا گازدار، است. باتوان باردار نیز با تکرر ادرار مواجه می شوند زیرا بزرگ شدن رحم بر مثانه فشار وارد می کند و از این رو، بارداری می تواند دلیل تکرر ادرار در این افراد باشد. اما از آنجایی که تکرر ادرار در برخی موارد می تواند نشانه‌ای از وجود مشکلی جدی باشد، بهترین گزینه مراجعه به پزشک است.

دلایل تکرر ادرار

هنگامی که فردی از تکرر ادرار یا نیاز ناگهانی به دفع ادرار به پزشک شکایت می کند، تعدادی از دلایل بروز این مشکل توسط پزشک مد نظر قرار می گیرد. یکی از دلایلی که بسیار ساده به نظر می رسد، اضطراب است.

استرس و اضطراب می تواند محرک انتقال هورمون های استرس به مناطقی خاص در بدن باشد، که مثانه یکی از آنها محسوب می شود، و زمینه ساز تغییرات فیزیولوژیکی شود. کسب آرامش و کاهش استرس اغلب موجب از بین رفتن تکرر ادرار می شود.

از دیگر دلایل بالقوه تکرر ادرار می توان به موارد زیر اشاره کرد:

عفونت دستگاه ادراری - عفونت در هر بخش از دستگاه ادراری - کلیه ها، حالب ها، مثانه، مجرای ادرار - می تواند به تکرر ادرار منجر شود. بیشتر عفونت ها در مثانه و مجرای ادرار شکل می گیرند.

داروها - داروهای خاص از جمله ادرار آورها، می توانند به افزایش ادرار افزایش منجر شوند.

پروستات بزرگ -بزرگ شدن پروستات می تواند به تکرر ادرار در آقایان منجر شود.

عفونت غده پروستات - یک عفونت باکتریایی است که موجب تکرر ادرار می شود. عفونت کلیه - در کنار تکرر ادرار می تواند نشانه هایی مانند ادرار بد بو یا تیره نیز شامل شود.



مثانه بیش فعال - نیاز ناگهانی به دفع ادرار را موجب می شود که فرد به واسطه انقباضات کنترل نشده و غیر قابل توضیح مثانه قادر به کنترل آن نیست.

تومور یا توده در ناحیه لگن

سیستیت بینایی- التهاب دیواره مثانه است.

سرطان مثانه

اختلال عملکرد مثانه

حفره غیر طبیعی در دستگاه ادراری

بی اختیاری ادرار - در میان افراد مسن شایع است.

دیورتیکولیت - التهاب در پوشش داخلی روده بزرگ را شامل می شود.

دیابت - تکرر ادرار می تواند در نتیجه تلاش بدن برای خلاص شدن از شر گلوکز

استفاده شده از طریق ادرار شکل بگیرد.

سکته مغزی یا بیماری های عصبی - این شرایط می توانند به اعصابی که در خدمت مثانه هستند، آسیب وارد کنند.

تکرر ادرار در باتوان اغلب با عفونت های دستگاه ادراری مرتبط است. بنابر برآوردهای صورت گرفته، ۶۰ درصد باتوان حداقل یک بار در زندگی خود عفونت دستگاه ادراری را تجربه خواهند کرد. البته، تکرر ادرار در زمان بارداری یکی دیگر از عوامل موثر است. نشانه های احساس ضرر مرتبط با تکرر ادرار

اگر تکرر ادرار را تجربه می کنید، با احساس نیاز به استفاده زیاد از توالت آشنا هستید، اما این تنها نشانه مرتبط با این شرایط نیست. هنگامی که درباره مشکلات ادراری با پزشک صحبت می کنید، وی درباره حجم ادرار، مشکل در تخلیه مثانه، و این که آیا حادثه‌ای داشته‌اید با شما گفتگو خواهد کرد. موارد این چنینی نشانه هایی هستند که می توانند به تشخیص دلیل تکرر ادرار کمک کنند. اگر چه هر فردی با فرد دیگر متفاوت است، اما از نشانه های شایع تکرر ادرار می توان به موارد زیر اشاره کرد:

ضرورت دفع ادرار

سوزش هنگام دفع ادرار

نشت ادرار غیر قابل توضیح

درد مثانه

بی اختیاری ادراری

نشت ادرار هنگام سرفه

وجود خون در ادرار

تورید - احساس ضرورت دفع ادرار در شرایطی که چیزی خارج نمی شود.

هنگامی که تکرر ادرار تاثیر قابل توجهی بر زندگی شما می گذارد یا با نشانه هایی غیر قابل توضیح مانند درد در کمر، تب، لرز، ادرار خون آلود یا کدر، و ترشح از آلت تناسلی مواجه هستید باید کمک پزشکی دریافت کنید. در صورت افزایش ناگهانی تشنگی نیز باید به پزشک مراجعه کنید.

تشخیص تکرر ادرار

برای تشخیص دلیل تکرر ادرار، احتمالاً پزشک پرسش های بسیاری را مطرح می کند و یک معاینه جسمانی انجام می دهد. از جمله این پرسش ها می توان به موارد



زیر اشاره کرد:

با دفع ادرار طی روز مشکل دارید یا شب؟

آیا تکرر ادرار شبانه به کمبود خواب منجر می شود؟

چه میزان مایعات در طول یک روز مصرف می کنید؟

آیا نوشیدنی های الکلی یا کافئین دار مصرف می کنید؟

آیا دارو مصرف می کنید؟

با توجه به پاسخ های ارائه شده و سابقه پزشکی شما، پزشک ممکن است یک یا چند مورد زیر را مد نظر قرار دهد:

آزمایش ادرار - این کار برای اندازه گیری ترکیبات مختلف که در ادرار وجود دارند، انجام می شود.

سیستوسمتری -آزمایشی است که فشار داخل مثانه ادراری بررسی چگونگی عملکرد این اندام اندازه گیری می کند.

سونوگرافی - از این روش تصویربرداری برای مشاهده مثانه و مناطق اطراف آن

استفاده می شود.

آزمایش های نورولوژیک - روش های تشخیصی برای تایید یا رد اختلال عصبی هستند

هنگامی که نتایج آزمایش ها، معاینه جسمانی و پاسخ پرسش ها در کنار یکدیگر قرار می گیرند، پزشک به شناسایی دلیل تکرر ادرار نزدیک خواهد شد و قادر به تجویز روش درمانی مناسب برای آن است.

روش های درمانی برای تکرر ادرار

هنگامی که تکرر ادرار به موضوعی فراتر از یک مشکل موقت تبدیل می شود، نباید ناامید شوید و فکر کنید باید همواره در نزدیکی توالت حضور داشته باشید. در شرایطی که ممکن است درمانی قطعی وجود نداشته باشد، اما با برخی روشی های درمانی می توان شرایط تکرر ادرار را زیر کنترل درآورد. به عنوان مثال، اگر بیماری دیابت دلیل تکرر ادرار است، درمان ممکن است شامل مدیریت سطوح قند خون باشد. اگر فردی مثانه بیش فعال دارد، روند درمان می تواند با درمان های رفتاری، مانند نگه داشتن مثانه، اصلاحات رژیم غذایی، و تمرینات کگل آغاز شود. تمرین دادن مثانه به تدریج فواصل استفاده از توالت را افزایش می دهد و به مثانه کمک می کند مدت زمان بیشتری ادرار را نگه دارد. تمرینات کگل برای تقویت عضلات اطراف مثانه و مجرای ادرار کارایی دارند و کنترل بر مثانه را بهبود می بخشند. درمان تکرر ادرار می تواند شامل مصرف دارو نیز شود. برخی داروها به شکل قرص و برخی دیگر در قالب واصله قابل استفاده هستند. جراحی یکی دیگر از گزینه های درمان تکرر ادرار است. اما باید به عنوان آخرین راه حل مد نظر قرار بگیرد. در بسیاری از موارد، افراد در می یابند که نظارت بر میزان مایعات مصرفی می تواند در کاهش تکرر ادرار به واقع موثر باشد. به عنوان مثال، این متوجه می شوند در صورت پرهیز از نوشیدن مایعات بیش از خواب چندتا یا نیاز دفع ادرار مواجه نخواهند شد. به طور همزمان، پرهیز از مصرف برخی مواد غذایی مانند غنایا هند، شکلات، شیرین کننده ها مصنوعی و دیگر غذاهایی که می توانند مثانه را تحریک کنند می تواند به کاهش تکرر ادرار کمک کند.



ردیابی الگوهای خواب فیل با ایمپلنت ساعت هوشمند



دانشمندان از یک فناوری جدید برای ردیابی الگوهای خواب فیل‌ها استفاده کردند. آنها از یک فناوری ردیابی جدید به نام Actiwatch برای مطالعه الگوهای خواب فیل در بوئوسانتا استفاده کردند.

سالیان سال است که مقدار کارایی مصرفی فیل‌ها و قدم‌هایی که در طول روز برمی‌دارند، نامشخص مانده است. این محققان بند ساعت هوشمند را حذف کرده و آن را با نوار الکتریکی و موم بیولوژیکی به اثر عایق کردند. سپس آن را به فیل متصل کردند. به تنه یکی از پرتحرک‌ترین قسمت فیل بوده که اگر به مدت ۵ دقیقه بی‌حرکت و غیرفعال بماند، می‌توان فرض کرد که حیوان در خواب است.

محققان با استفاده از این فناوری جدید دریافتند که فیل‌ها به طور میانگین در روز به مدت ۵ ساعت می‌خوابند. این حیوانات اغلب به صورت ایستاده خوابیده و هر سه یا چهار روز یکبار و تنها به مدت یک ساعت دراز می‌کشند.

آنها حتی فرایند که در زمان احساس خطر از جانب شکارچیان حتی تا بیش از ۴۸ ساعت چرت هم‌زن‌زند. در عوض آنها ۱/۸ مایل دورتر از محل خطر رفته و با خیال آسوده به استراحت می‌پردازند. تحقیقات قبلی نشان می‌دهد که فیل‌های بالغ و بالغ‌زوجه چه به صورت خوابیده و چه در حالت ایستاده به مدت ۴ ساعت می‌خوابند.

اگر این پژوهش جدید اثبات شود، این بدان معنی است که در میان پستانداران فیل کمترین ساعت خواب را دارد.

آنها معتقدند که بررسی الگوهای خواب این حیوانات به داشتن خواب بهتر کمک کرده و همچنین در حفظ و نگهداری و برقراری ارتباط با این حیوانات کمک می‌کند.

ساخت قاتوی الکترونیکی برای اندازه گیری گلوکز خون

گروهی از محققان ژاپنی تاتوهای الکترونیکی چاپی را ساخته‌اند که می‌توان به کمک این تاتوها سطح گلوکز خون آسان را سنجید.

گروهی از محققان دانشگاه ولسای ژاپن تاتوهای الکترونیکی را از ورقه های بسیار نازک فیلیم های انعطاف پذیر الاستومتریک با ضخامت ۷۵۰ نانومتر ساخته اند. آنها همچنین بخش های سیم‌کشی این دستگاه را از جنس نقره انتخاب و چاپ کردند.

سیس سیم کشی های چایی نقره روی ورقه نازک تاتو قرار داده شدند. همچنین بقیه بخش ها مانند ترانه های مقاوم و ال ای دی ها نیز در سیم کشی کار گذاشته شدند. در نهایت نیز لایه دومی از فیلیم روی سیم کشی قرار داده می شود.

این لایه های فیلیم نه تنها به یکدیگر بلکه به پوست انسان نیز می چسبند. به گفته محققان این ورقه‌های نانو ۱۰ مرتبه از مواد مشابه انعطاف پذیرتر هستند.

این روش تولید تاتوهای الکترونیکی بسیار ساده است زیرا می توان کل این فرایند را در شرایط معمولی انجام داد. چنین تاتوهایی قابلیت‌های متعددی دارد از جمله اندازه گیری سطح گلوکز یا الکال موجود در خون آسان.



علمی و سلامت



این ۷ میوه و سبزی دشمن چاقی هستند

متخصص تغذیه توصیه می کنند که افراد برای سلامت بدن و جلوگیری از چاقی، هفت میوه و سبزی کم کربوهیدرات را مصرف کنند. کربوهیدرات‌ها همیشه دشمن سلامتی بدن نیستند، در واقع، غلات کامل مانند جو برای شما مفید نیز بوده و دارای منابع مهم مواد مغذی مانند پروتئین، فیبر، آهن و ویتامین‌های گروه B است.

متخصص تغذیه هفت غذای کم کربوهیدرات که طعم و مزایای خوبی دارند را برای جلوگیری از چاقی و اضافه وزن توصیه می کنند. در ادامه این مطلب را به نقل از باشگاه خبرنگاران بخوانید.

باقلا

باقلا گیاه مفیدی است که می‌توان از آن آردی با مواد مغذی تهیه کرد. در هر یک چهارم فنجان آرد باقلا در مقایسه با آردهای معمولی که یک گرم فیبر دارند، این آرد ۸ گرم فیبر داشته و در عوض چهار گرم کربوهیدرات کمتر دارد و میزان پروتئین، مواد

معنی و آنتی اکسیدان آن ها یکسان است.

شلغم

به جای ماده غذایی مانند سیب زمینی از یک جایگزین عالی مانند شلغم که دو سوم آن کارلای دارد استفاده کنید. این سبزی کم کالری حاوی منابع زیادی از فیبر، آنتی اکسیدان و ویتامین‌های K و C و A است. یک فنجان شلغم پوره شده تنها ۲۵ کالری داشته و ۸ گرم فیبر دارد که می‌توانید شلغم را بخار پز و پوره آن را در غذاها و سبزی‌ها استفاده کنید.

کدو سبز و هویج در غذاها

نودل کدو سبز یکی از محبوب‌ترین غذاهای کم کربوهیدرات بوده و دارای عطر و طعم خوبی است. از طرفی استفاده از هویج در ماکارونی و پاستا به کاهش کربوهیدرات افزایش فیبر در غذا کمک زیادی می‌کند.

گل کلم

گل کلم مانند شلغم در زمره سلامت‌ترین مواد غذایی شناخته شده و با طعم منحصر به فرد خود می‌تواند به جای پوره سیب زمینی از آن استفاده کرد. گل کلم، فیبر بیشتری از سیب‌زمینی داشته و برای افراد دارای قند خون بالا بسیار مفید بوده که کافی است این سبزی را به صورت پوره در آورده و برای بهبود تاثیر و طعم آن کرفس و جعفری به این پوره اضافه کنید.

برنج کلم بروکلی

از کلم بروکلی به عنوان یک جایگزین برنج استفاده می‌شود، این سبزی را می‌توانید به صورت پوره، بخار پز شده یا سرخ شده در روغن زیتون به عنوان جایگزین برنج استفاده کنید. کلم بروکلی حاوی فیبر، ویتامین K و ویتامین B۶ بوده و خطر ابتلا به دیابت و بیماری‌های قلبی را کاهش می‌دهد.

کدو رشتی

با جایگزین کردن ماکارونی یا پاستا با کدو رشتی کالری دریافتی را کاهش دهید و فولات، پتاسیم و فیبر بیشتری دریافت کنید. یک فنجان از پوره این کدو، تقریباً ۲۰۰ کالری و ۳۰ گرم کربوهیدرات دارد. به علاوه، این کدو یک ماده غذایی برای بهبود و تقویت سیستم ایمنی بدن و حاوی مقادیر زیادی ویتامین A است. این کدو را می‌توانید با مارچوبه، زردپی، میوه کاج و سبزیجات تازه ترکیب و مصرف کنید.

ساندویچ سیب

کره بادام زمینی و پنیر را لایه برش‌های سیب ساندویچ ماییده و آن را با به عنوان یک میان وعده با فیبر بالا مصرف کنید.

این خوراکی‌ها دوست مادران باردار هستند

غذای زیر، برای خنم‌هایی که به تازگی مادر شده‌اند، بسیار مقوی است. با تغذیه‌ای آنها، بدن شما نیز از شما تشکر خواهد کرد. در ادامه این مطلب بخوانید.

۱. قزل آلا

یکی از بهترین غذاهای دوران شیردهی، قزل آلاست که مانند دیگر ماهی‌های چرب، پر از چربی است که آن را DHA می‌نامند. DHA برای رشد سیستم اعصاب کودک، ششامهم است.

۲. محصولات لبنی کم چرب

اگر در دوران شیر دهی هستید، شیر شما برای کمک به ساختن استخوان‌های کودک سرشار از کلسیم است، بنابراین مهم است که کلسیم کافی را برای رفع نیازهای بدن خود دریافت کنید. یکی از راه‌ها این است که حداقل ۳ فنجان لبنیات در روز جزء رژیم غذایی باشد.

۳. گوشت خالص گاو

وقتی در دوران شیر دهی هستید، نیاز به تامین پروتئین و ویتامین ب-۱۲ بیشتری دارید. گوشت گاو منبع عالی از هر دوی این مواد مغذی است.

۴. حبوبات

حبوبات، به ویژه آنهایی که رنگی تیره دارند، مانند لوبیاهای سیاه رنگ و لوبیای چیتی غذای بسیار مفیدی برای دوران شیر دهی است و ویژه برای کسانی که گیاه خوارند. حبوبات نه تنها غنی از آهن‌اند، بلکه یک منبع مناسب و کم خرجی از پروتئین غیر حیوانی با کیفیت بالا نیز هستند.

۵. زغال اخته

مادرانی که در دوران شیر دهی هستند باید حتما دو وعده میوه یا آبمیوه را در روز مصرف کنند. زغال اخته غنی از آنتی اکسیدان، گزینه مناسبی برای پاسخ گویی به نیازتان است.

۶. برنج قهوه‌ای

بهتر است کربو هیدرات‌هایی از دانه کامل غلات مانند برنج قهوه‌ای را در رژیم خود بگنجانید تا میزان انرژی خود را بالا نگه دارید. غذاهایی مانند برنج قهوه‌ای کاری لازم برای تولید شیر با بهترین کیفیت را فراهم می‌کند.

۷. برتقال

برتقال، میوه‌ای عالی برای مادران است. چون مادرانی که شیر می‌دهند، نسبت به مادران باردار، نیاز بیشتری به ویتامین ث دارند، برتقال و دیگر مرکبات غذایی عالی برای دوران شیر دهی نیز هستند.

۸. تخم مرغ

زرده تخم‌مرغ یکی از معدود منابع ویتامین داست. ماده مغذی مهمی که استخوان‌های شما را استحکام می‌بخشد و به نوزاد شما در رشد استخوان هایش کمک می‌کند. فراتر از آن بهترین راه برای رفع نیاز روزانه به پروتئین‌اند.

۹. نان کندم سیوس دار

اسید فولیک ماده‌ای مغذی در شیر ششامت که نوزاد، به آن نیاز دارد. و همچنین برای سلامتی حودتان نیز لازم است. نان‌های سیوس دار و ماکارونی غنی شده پر از این ماده مغذی حیاتی هستند. همچنین این مواد به شما مقدار مناسبی از فیبر و آهن می‌رسانند.

۱۰. سبزیجات برگ دار

فهرست فواید خوردن سبزیجات برگ دار مانند اسفناج، برگ چغندر و بروکلی بی انتهاست. این سبزیجات پر از ویتامین A هستند که نوزاد شما نیاز دارد. آنها منابع غیر لبنی کلسیم خوراکی هستند. ویتامین ث و آهن دارند. مهمتر از همه، سبزیجات پر از آنتی اکسیدان‌هایی هستند که برای سلامت قلب مفیدند و کاری کمی دارند و خوشمزه نیز هستند.

۱۱. غلات سیوس دار

بعد از یک شب بی‌خوابی یکی از بهترین غذاها برای افزایش انرژی مادران در صبح، صبحانه‌ای از غلات سیوس دار است. انواع مختلف غلات سرد در بازار موجودند که با ویتامین‌ها و مواد مغذی مهم غنی شده‌اند تا نیازهای روزانه شما را پاسخگو باشند.

۱۲. آب

کمبود آب یکی از عوامل تخلیه انرژی است. به ویژه مادرانی که به کودک خود شیر می‌دهند در خطر کاهش آب بدن قرار دارند. برای بالا نگه داشتن سطح انرژی و تولید شیر، باید مایعات کافی مصرف کنید.

زیاد نخوابید، آنزایمر می گیرید

خطر ابتلا به این بیماری با افزایش سن بیشتر می‌شود به طوری که از هر سه فرد مسن یک نفر به دلیل آنزایمر یا نوع دیگری از زوال عقلی فوت می‌کند. در ادامه این مطلب بخوانید.
تحقیقات نشان می‌دهد بین خواب طولانی مدت و خطر ابتلا به زوال عقلی ارتباط وجود دارد در این تحقیق ادمه است افرادی که هر شب بیش از ۹ ساعت می‌خوابند در معرض فراینده ابتلا به زوال عقلی هستند. بیش از ۴۶ میلیون نفر در جهان به زوال عقلی مبتلا هستند و انتظار می‌رود این رقم تا سال ۲۰۵۰ سه برابر شود. همچنین در آمریکا بیش از پنج میلیون نفر دچار بیماری آنزایمر هستند. خطر ابتلا به این بیماری با افزایش سن بیشتر می‌شود به طوری که از هر سه فرد مسن یک نفر به دلیل آنزایمر یا نوع دیگری از زوال عقلی فوت می‌کندمحققان دانشگاه بوستون آمریکا در مطالعه‌ای دریافتند خواب طولانی مدت ممکن است خطر ابتلا به زوال عقلی را افزایش قرار گرفت. همچنین از این افراد درخواست شد گزارش از مدت زمانی را که به طور معمول هر شب می‌خوابند ارائه دهند. این افراد برای مدت ۱۰ سال تحت کنترل پویند تا مشخص شود کدام یک از آنان به بیماری آنزایمر یا دیگر انواع زوال عقلی دچار شده‌اند. این تیم تحقیقاتی دریافتند افرادی که به طور مرتب برای مدت زمان ۹ ساعت یا بیشتر می‌خوابند دو برابر بیش از افرادی که کمتر از ۹ ساعت به خواب می‌روند احتمال دارد به این بیماری دچار شوند.

