

هدف داشتن در زندگی

هدف داشتن در زندگی آن قدر مهم است که نمی شود آن را انکار کرد یا نادیده گرفت.اگر هدفی در زندگی نباشد نمی توان یک زندگی معنادار داشت و حتی بدون برنامه ریزی، احتمالا ازبشت میز کارمان هم بلند نمی شویم، چرا که اهداف عمدتا انگیزه‌ای برای روی زندگی در افرا دهستند و به همین دلیل است که بایداهداف تان را بشناسیدوبرایشان برنامه ریزی داشته باشید.

بعد از این همه شور و هیاهوی اسفند و بعد از نو شدن سالی جدید، شما هم باید اهداف تان را برای یک سال آینده، برنامه ریزی کنید.
یک سالی که می تواند آغاز گر سالهایی پرپار در زندگی اتی تان باشد.
قدم هایی که برای رسیدن به اهداف تان باید بردارید بسیار ساده است اما نیاز به نخستین گام دارد:

نوشت و نویس را فراموش نکنید

قطار کردن لیستی از اهداف در ذهن، عمدتا موثر نیست، تاثیر گذاری اهداف زمانی خود را نشان می دهد که دست به قلم شوید و اهداف تان را به طور دقیق بر روی کاغذ بیاورید.
به خاطر داشته باشید که در ثبت اهداف حتما اولویت بندی را مد نظر داشته باشید و تا زمانی که به آن خواسته نرسیده اید این هدف را از صفحه کاغذتان پاک نکنید.

واقع بین باشید

وقتی قرار شد اهداف تان را روی کاغذ بنویسید مراقب یک مسالهباشید:

قرار نیست هر آمال و رویایی که داشتید ثبت کنید بلکه در انتخاب اهدافتان حتماواقع بین باشیدتالدرسری گریبان گیرتان نشود.
پس با توجه به قوای جسمی، مالی و روانی تان به تعیین اهدافپردازید.

معنویات فراموش نشود

شاید وقتی صحبت از هدف گذاری می شود، ذهن اکثریت افراد به سمت هدف گذاری های مادی معطوف می شود، حال آنکه لزوما تعیین هدف نباید به این شکل باشد.

برای اهداف معنوی نیز برنامه ریزی کنید مثلا یکی از خصلتهای بدتان را که موجب آزار خودتان و اطرافیان شده است، بپایید.
با خودتان قرار بگذارید که در این سال جدید برای از بین

امسال سال توست



بردن یا به حداقل رساندن این خصلت چه کارهایی می توانید انجام دهید؟ هر روز که از خواب بیدار می شود بر رو این مساله تمرکز کنید؛ در نهایت خواهید دید که در این زمینه پیشرفت چشم گیری کرده اید.

حتی توصیه می کنیم یک روز در هفته یا ماه را صرف انجام یک کار معنوی کنید.
همین گامهای کوچک می تواند از شما انسان دیگری بسازد.

به مادیات هم توجه کنید

مادیات همیشه در زندگی ما انساها نقش مهمی داشته و دارد. بهتر است امسال راه های دیگری برای مدیریت جدی تر مسایل مادی را انتخاب کنید. مثلا استفاده از یک فلک بسیار می تواند

پس از تعطیلات هم شاد باشید



یعنی اگر پس از دو دوره تعطیلات گذشته دچار ناامیدی شده بودید پس احتمال اینکه در این دوره هم چنین احساسی را تجربه کنید بسیار بالاست.

بنابراین با دقت بررسی کنید چه چیزی باعث شد که از افسردگی رها شوید و اکنون باید چه کار کنید تا دچار این چرخه از افسردگی نشوید.

توجه به جنبه خوب شغل و حرفه
سعی کنید تمام جنبه های خوب شغل و حرفه تان را به خاطر بیاورید. مثلا.اگر مدیر مجموعه ای هستید، به کارایی و تولیدی که می تولید در سال جدید داشته باشید ببینیدش

همچنین به این موضوع که اگر تنبلی کنید، از رقابت (البته سالم) با دیگران بازمانده و در عرصه تولید جای خاصی نخواهید داشت، فکر کنید.

اگر هم یکی از کارمندان سازمانی هستید، جذاب ترین بخش کارتان را پیدا کرده و روزهای اول پس از تعطیلات بیشتر به آن موارد بپردازید.

اگر هم حرفه تان را دوست ندارید، بنابراین با این تصمیم که باید حرفه تان را عوض کنید، کارتان را شروع کنید. مطمئن باشید دیگر احساس افسردگی نخواهید کرد.

تغییر زندگی روزمره

در تعطیلات شما به اندازه کافی فرصت استراحت و آرامش داشته اید و از زندگی پر از وقت آزاد و حتی تنبلی روزهای آغارین سال نو بسیار لذت برده اید.

اکنون که تعطیلات تمام شده و به زندگی و کارتان بازگشته اید باید به خودتان امیدوار باشید که می توانید کارهایی انجام دهید تا زندگی روزمره پیشین تان - حتی اندکی - متفاوت باشد.

بر حقیقت هر نوع تغییر در روزمرگی برای روحیه تان خوب است و جان تان را تازه می کند. بنابراین مثلا با ثبت تان به یک کلاس ورزشی و یا هنری و با هر چیز دیگری که دوست دارید، تعطیلات را به پایان برسانید.

گاهی اوقات هم ممکن است استراحت و تفریح نتوانسته ذهن تان را به خوبی فعال کند و شما نسبت به زندگی ، حرفه ، روابط و غیره دید تازه ای پیدا کرده باشید.

چهارشنبه - شانزدهم فروردین ماه ۱۳۹۶ — سال سیستم — شماره ۴۲۴۶

زمان را مدیریت کنید

مدیریت زمان، یکی از مهارت های زندگی برای ایجاد آرامش است. شما این اصل را وقتی به طور کامل اجرا کرده اید که برای همه کارهای تان، وقت کافی داشته و توانایی این را داشته باشید که که از سرعت در کارها، دچار استرس نشده و از تأخیر در آن ها نیز دچار دلشوره نگردید چرا که برای مسائل غیرقابل پیش بینی هم، زمانی را در نظر گرفته اید.

ورزش کنید

استفاده از تکنیک های آرام بخش و ورزش های نرم باعث می شود هورمون های شادی بخش بیشتری از دستگاه عصبی و غدد مربوطه، ترشح شود و احساس آرامش عمیق تری را تجربه کنید.

سالم زندگی کنید

امسال یک تصمیم راسخ برای زندگی سالم بگیرید. قطع مصرف خوراکی های مضر، ورزش منظم، معاشرت با افراد شاد و سر زنده، چکاپ منظم وضعیت جسمانی، رسیدگی و توجه به وضعیت روحی و … از جمله اقداماتی است که در این سال جدید حتما در اولویت فعالیتهایتان قرار دهید. تا جایی که می توانید به سلامت خودتان اهمیت دهید تا بیماری های جسمی و روحی از شما دور شوند.

اغلب مشاهده می شود که بسیاری از مردم در شروع سال، اهدافی را در ذهن می پروراند و برخی دیگر یک گام هم بیشتر برداشته و اهداف و آرزوهای خود را روی کاغذ می آورند اما در نهایت آن را در پوشه ای یابگانی کرده و تا پایان سال نیز دیگر به آن کاری ندارند. اما امسال وقت آن رسیده که اهدافی را برگزینید و با استفاده از یک جدول زمان بندی شده، مدام آن را بررسی کنید و آخرین وضعیت پیشرفت خود را دائما مورد تحلیل و بررسی قرار دهید. به این ترتیب، اگر پیشرفتی به سوی خود مشاهده کنید، احساس رضایت و خرسندی خواهید کرد و خود به خود به ادامه راه، ترغیب می شوید و هر گاه به بی‌اهمی کشانده شوید، خود را به مسیر درست هدایت خواهید کرد.

پس شک نکن؛ امسال سال توست.

بنابراین بعد از تعطیلات که با انرژی کافی به کار و زندگی تان برمی گردید، بهترین زمان برای اعمال این تغییرات است. با این کار نه تنها اوضاع تان را نسبت به پیش از تعطیلات بهتر می کنید، بلکه بی‌جهت گرفتار افسردگی پس از تعطیلات نمی شوید.

اهداف سال نو

اگر برای سال نو فهرستی از تصمیم ها و اهدافی دست نیافتنی ترتیب داده اید و اکنون با سبری شدن تعطیلات سال نو، خود را در برابر آنها و سختی های عملی کردن شان می بینید و نگران شده اید، خودتان را بیش از این آزار ندهید.

به جای این کار، فهرست خواسته ها و اهداف تان را دوباره بررسی کنید و این بار بر اساس توان و انرژی تان برنامه ریزی کنید.

ان تصمیم هایی که عملی کردن شان بسیار سخت است و شما را مضطرب می کند فعلا حذف کرده و به زمان دیگری که از حال و هوای تعطیلات به خوبی بیرون آمده اید موکول کنید.

این بار موقع برنامه ریزی دقت کنید اهداف تان دست یافتنی و کاملا منطقی باشند.

بودن در کنار عزیزان

بخشی از افسردگی پس از تعطیلات به خالی شدن دور و برتان از خانواده و دوستان و آشنایان تان برمی گردد.

اما نگران نباشید باز هم می توانید ارتباط تان با دوستان و اعضاء خانواده حفظ و روحیه خود را خوب نگه دارید.

برای تعطیلات آخر هفته برنامه ریزی کنید و بازهم کنار هم باشید و با این ترفند افسردگی را از خود دور کنید.

فعالیت های جذاب

برای اینکه نتوانید همچان مشابه سال نو را در وجود خود حفظ کنید، می توانید برای خود فعالیت های جالب ترتیب دهید. مثلا به ورزش محبوب تان بپردازید و یا به سینما و یا تماشای تئاتر برویدمی توانید دوستان تان هم بخواهید که همراهی تان کنند. البته بهتر است نوع فعالیت انتخابی تان با بودجه تان سازگاری داشته باشد. با این روش می توانید حتی پس از پایان یافتن هیجان و شادی های مربوط به تعطیلات سال نو، همچنان از زندگی تان لذت ببرید.

ورزش و انتخاب غذای مناسب

سعی کنید غذاهایی مصرف کنید که هورمون سروتونین (هورمون سرخوشی ولذت) در بدن تان افزایش یابد. غذاهای حاوی تریپتوفان - مانند موز، محصولات لبنی، مرغ و تخم‌در فرنگی - این خاصیت را دارند. بدون هیچ عثر و بهانه ای ورزش کنید. زیرا ورزش خود روحی تان را خوب می کند.

کمک از مشاوران

همه ما در زندگی مشکلات آزاددهنده ای داریم که معمولا در تعطیلات به دلیل برنامه های تفریحی و دید و بازدید، آنها را موقتا فراموش می کنیم.اگر پس از تعطیلات این مشکلات شما را افسرده می کنند، نزد مشاور کارگشته رفته و با کمک او، شروع به حل مشکلات تان نمایید. تصور اینکه می توانید از پس آن ناراحتی ها براهیید، حال تان را خوب می کند.

روااستی با خود

با خودتان روااست باشید و بررسی کنید که چه چیزی به شما انگیزه کار و زندگی می دهداگر لازم است در حرفه تان، مهارتی را افزایش دهید، پس برای آن برنامه ریزی کنید و با افرادی که می توانند در این راه کمک تان کنند، گفتگو نماییدبا خود ببینیدشده که از زندگی تان چه می‌خواهید و وقتی به نتیجه‌تان رسید،برگشتن از تعطیلات و شروع فعالیت های مورد نیاز برای تان آسان تر می شود.

سال پیش رو

از همان اول سال کاری، سال پیش رویتان را سالی پر از موفقیت و پر انرژی تصور کنید و خودتان را مضطراب آرام شده و گرفتار نگرانی و افسردگی پس از تعطیلات نشودبا خود تصور کنید در فصل های مختلف سال جدید می خواهید چه کارهایی انجام دهید و در ذهن خود برنامه ریزی کنید.این روش باعث می شود به زندگی و شروع دوباره کارها با شوق و اشتیاق نگاه کنید و افسردگی از شما دور بماند.

رفتارهای ممنوعه متاهلان در شبکه های اجتماعی!

نمی داند که چه کسی را مخاطب قرار دهند. شما یا همسران را؟ علاوه بر آن، دوستان تان دیگر هیچ پیغام خصوصی برای شما نخواهند گذاشت. زیرا که نمی‌دانند کدامیک از شما آنها را خواهد خواند. صداقت یکی از مهمترین عوامل در رابطه عاطفی است اما بهتر است که تحت هر شرایطی، حتی پس از ازدواج، حریم خصوصی خود را حفظ کنید.

بیان «ای کاش» ها

هیچ‌کدام گمانش‌نشان برای دوستان، حواس تان باشد که چه می‌نویسید. شاید بااین‌گونه‌ای زبانی که همسر یکی از دوستان تان برایش خریده، پیش خود فکر کنید که ای کاش شما هم اینگونه‌سوربازیم می‌شدید. اما نوشتن این که «این کاش من جای تو بودم» نه به شما و نه به همسر تان احساس خوبی را منتقل نخواهد کرد. ممکن است که همسر تان از این که شما به طور مستقیم احساسات تان را با او در میان نگذاشته اید، دلگیر شود. پس دور «ای کاش» ها را در شبکه‌های اجتماعی خط بکشید و از آنچه دارید، لذت ببرید. شبکه‌های اجتماعی فواید بسیاری دارد اما بهتر است که در استفاده از آن تعادل و نکاتی که در بالا به آنها اشاره کردیم را رعایت کنید تا مشکلی در رابطه تان پیش نیاید.

متن آگهی

بسمه‌تعالی
خواهان خاتمه صفری دادخواستی به طرفیت خوانده آقای محمد گلوی (دهم‌رده) به‌خواسته طلاق که درخواست‌زوجه تقدیم دادگاه‌های عمومی شهرستان قم نموده که جهت رسیدگی به شعبه ۱ دادگاه خانواده شهرستان قم واقع در قم -اجتهادی خیابان توحید مجتمع قضایی شهید قدوسی طبقه اول شعبه ۱۷ -اجراع به کلاسه ۹۶۰۹۹۸۲۵۱۵۱۰۰۰۵ ثبت گردیده که وقت رسیدگی آن ۱۳۹۶/۲/۲۳ و ساعت ۸ تعیین شده است. به علت مجهول‌المکان بودن خوانده و درخواست خواهان و به تجویز ماده ۷۲ قانون آیین دادرسی دادگاه‌های عمومی و انقلاب در امور مدنی و دستور دادگاه مراتب یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می‌شود تا خوانده پس از نشر آگهی و اطلاع از مفاد آن به دریافت و در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی حاضر گردد.

مدیر دفتر دادگاه حقوقی شعبه۱ دادگاه خانواده شهرستان قم (۱۵ خانواده سابق) قم-ابتدای خیابان توحید -مجمعتقضایی شهید قدوسی -طبقه اول- اتاق ۲۹۶-شعبه

اخبار

مسئول ستاد مرکزی اعتکاف قم:

۱۵ هزار قمی در ۲۴ مسجد معتکف می شوند

مسئول ستاد مرکزی اعتکاف قم با بیان اینکه فضای اعتکاف برای ۱۵ هزار نفر در قم محیا شده است، گفت: اعتکاف قم از لحاظ علمی و فرهنگی، حضور و محتوا سرآمد کشور است.

حجت الاسلام والمسلمین سید علیرضا تکیه ای دیروز در نشست خبری ستاد اعتکاف با بیان اینکه رجب آغاز فصل بندگی است، عنوان کرد: هر چیز سالی لای دارد و اول سال بندگی رجب است؛ رجب ماه تخلیه به معنای خانه تکانی دل، شعبان ماه تخلیه یعنی زنگار زدایی و شفاف‌سازی و رمضان ماه تجلیه و تجلی خداوند در بنده صالح مومن است.مسئول ستاد مرکزی اعتکاف قم،با بیان اینکه اکنون مراسم معنوی اعتکاف نه تنها ملی بلکه به صورت فراملی برگزار می‌شود، ادامه داد: سال گذشته ۷۵۰هزار نفر در ۵۰۰ مسجد در کشور معتکف شدند و همچنین بر اساس تفاهم نامه بین ستاد اعتکاف مرکز و جامعه‌المصطفی مراسم اعتکاف سال گذشته در ۶۲ کشور برگزار شد، که نقش جشنواره ادبی هنری و علمی اعتکاف در این فراگیری بسیار قابل توجه است.وی گفت: برگزاری مراسم اعتکاف در امام البیض ماه رجب برابر با ۲۳ و ۲۴ فروردین در مساجد جامع کشور و مساجدی در خارج از کشور خواهد بود، این‌ام دو هم‌زمانی دارد، یکی هم‌زمانی با اعمال امداد و دیگری هم‌زمانی با حضور مادر علی‌بنی ابی طالب در بطن کعبه و ولادت امیرالمومنین، ۱۴۰۲ و ۱۵ رجب امام عیضات پروردگار از مادر المومنین در کعبه است.حجت الاسلام والمسلمین تکیه‌ای افزود: همایش معتکفین ۱۹ فروردین ماه از ساعت ۱۷ تا حضور افرادی که کارت حضور در اعتکاف دریافت کرده‌اند، با ارائه آداب و احکام توسط حجت‌الاسلام والمسلین فلاح زاده و فلسفه اعتکاف توسط حجت‌الاسلام‌مندان‌گاری در محلی قدس قم برگزار می‌شود.با بیان اینکه پذیرش معتکفین از ساعت ۲۱ شامگاه ۱۳ رجب تا پیرایر ۲۱ فروردین آغاز می‌شود و تا ساعت ۲۴ ادامه خواهد داشت، گفت: پس از استقرار معتکفین از آنان صبح ۱۳ رجب مراسم اعتکاف با زیارت آل یاسین آغاز می‌شود و تا شامگاه ۱۵ رجب با نیایش عصر روز سوم و انجام اعمال امدادو پایان خواهد یافت. حجت الاسلام والمسلمین تکیه ای گفت: ۲۱ هزار و ۹۲۷ نفر برای حضور در اعتکاف سال نویسی کردند که از این میان ۸هزارو ۱۵هزار۲ نفر برادر و ۱۲هزار۹۲۷نفر خواهران بودند و پس از قرعه کشی ۴۵هزار۴۰۰ برادر و ۷هزار۷۹۰ خواهر پذیرفته شدند که ۱۶ مسجد به خواهران و ۸ مسجد به برادران اختصاص داده شده است، ۱هزار نفر در این ایام به معتکفین خدمت رسانی خواهند داشت.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری قم اعلام کرد

کاهش ۳۵ درصدی متکدیان جمع آوری شده

طی نوروز در قم

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری قم گفت: از ۲۵ اسفند ۹۵ تا ۱۳ فروردین امسال، تعداد ۱۴۲ متکدی در سطح شهر قم جمع آوری شدند که این امر نسبت به مدت مشابه سال قبل حدود ۳۵ درصد کاهش داشته است.

احمد رضا شفیعی اظهار داشت: بخشی از این افراد به بهزیستی و بخشی دیگر که مبتلا به اعتیاد بودند، نیز به منظور انتقال به کمپ ترک اعتیاد قمرود به کلاتری ها تحویل داده شدندو ی با بیان این که از مجموع متکدیان جمع آوری شده ۱۲۵ تن مرد، هشت تن زن و مابقی کودک بودند، در تبیین علت کاهش آمار متکدیان شهر در مقایسه با ۹۵ فرورد، حوزه تخلفات شهرداری قم از نیمه اسفندماه سال گذشته طرح جمع آوری متکدیان از سطح شهر را اجرا کردو ی با یادآوری این که بر اساس مصوبه سال ۸۷ مجلس شورای اسلامی مبنی بر سامان دهی متکدیان در سطح شهرها، تعداد ۱۲ ارگان از جمله بهزیستی، کمیته امداد امام خمینی(ره)، نیروی انتظامی، دادگستری، صدا و سیما و شهرداری نسبت به این امر مکلف شدند، اضافه کرد: مطابق این قانون شهرداری ها علاوه بر جمع آوری، وظیفه تعیین یک مکان مناسب جهت نگهداری متکدیان را نیز بر عهده دارند، ولی شهرداری قم تا سال ۹۵ این وظیفه قانونی خود را انجام نداده بود، اما حدود سه ماه پیش محلی در ۲ طبقه با امکانات و تجهیزات کامل در منطقه شهر قائم برای این کار تخصص پیدا کرد.شفیعی اذعان داشت: با این حال هنوز سایر ارگان ها که متولی این امر دهی متکدیان هستند برای تحویل این مکان و صورت جلسه کردن آن اقدام نکردند و متاسفانه استان در این زمینه کمی ضعیف عمل می کندو ی همچنین افزود: در سالی که گذشت بر اساس بند ۲۰ قانون شهرداری ها مبنی بر برخورد قانونی با سد معبر کنندگان به یک هزار و ۲۰۰ تن از متصدیان صنوف گوناگون اخطار دادیم و در صورت تکرار نکران و نادیده گرفتن حق و حقوق شهروندان، با توجه به طی شدن مراحل قانونی طی ماه های فروردین و اردیبهشت ماه نسبت به پلمپ واحدهای متخلف اقدام می شود.شفیعی با تاکید بر این که امروز واحدهای ارائه خدمات خوردهای در مناطق مختلف شهر از جمله بلوار شهید آیت الله بهشتی تا خد معبر، برای مردم و رهگذاران مشکلات فراوانی ایجاد کردند، افزود: در ارتباط با صنف مذکور ۳۰ پرونده قضایی تشکیل شده و با آنها برخورد قانونی خواهد شد. مدیرکل پیشگیری و رفع تخلف های شهری شهرداری قم در ادامه گزارش در خصوص عملکرد نهاد منبوعش در این تعطیلات نوروز از ۲۳۵ مورد اخطار خبری به صنف مختلف خبر داد و گفت: در این مدت ۲۴۶ مورد سد معبر از صنف مختلف را مصادد ویدیم و ۳۵ مورد از ولت بارهایی که اقدام به ایجاد گرّه های کو ترافیکی در شهر می کردند نیز اعمال قانون شده و با انتقال به پارکینگ های انتظامی توقیف شدو ی افزود: در این مدت ۲۲۲ مورد از دستفروشان شهرهای همجوار و همسایه قم که به دلیل آگاهی نداشتن از برخورد قانونی با این پدیده در قم برای دستفروشی به این شهر آمده بودند، نیز به شهرداری قم زندگي خود بازگردانده شدند.شفیعی همچنین با اشاره به وجود معضل نصب چادر خواب های مسافری در سراسر شهر قم پوزه بلوار زائر در سال های گذشته افزود: امسال با هماهنگی های قبلی از نصب هر گونه چادر جلوگیری کردیم و تمامی مسافران به کمپ های پیش بینی شده از طرف شهرداری هدایت شدند.

مدیرستاد اقاله نماز قم خبرداد

نصب ۲۲۰ سیستم اذان گوی هوشمند در آینده ای نزدیک

مدیرستاد اقاله نماز قم گفت: با هماهنگی شهرداری خد آینده ای نزدیک ۲۲۰ سیستم اذان گوی هوشمند در مناطق مختلف این شهر نصب می شود. محمد خلمه یار افزود: در حال حاضر ۱۴ سیستم اذان گوی هوشمند در سطح شهر مقدس قم نصب شده که این امر بر معنویت بازشی ازافزوده استو ی در ادامه با اشاره به فعالیت های ایام نوروز ستاد اقاله نماز گفت: بازشی مستمر از ۱۴۰ نمازخانه عمومی بین راهی و تذکر درخصوص رعایت بهداشت و تهیه وسایل مورد نیاز و برگزاری نمازجماعت در مکان های دارای فضای مناسب از اقدامات ستاد در ایام یادو ی گفت: در سیزدهم فروردین ماه نیز با امکانات مناسب جهت برگزاری نمازجماعت در بوستانها و پارک های قم و همچنین بخش های این استان ، عملافضای خوبی برای تشویق مردم به این فريضه الهی فراهم شد.در این راستا بسته های فرهنگی نیز در اختیار مسافران و توریست قرار گرفت.خلمه یار در ادامه با اشاره به اهمیت گسترش نماز در جامعه از اجرای طرح سکوهای نماز در محروهای مواصلاتی این استان خبر داد و گفت: هشت سکوی نماز در سالیجاری درجاده قم - گرملر ایجاد خواهد شد و در دیگر مسیرهای مربوط به استان نیز برنامه ریزی برای ایجاد این سکوها صورت گرفته است. وی افزود: ایجاد آلمان نماز در میدان نماز نیز از دیگر برنامه های ستاد اقاله نماز استان قم است که طی سه ماه آینده شاهد افتتاح آن خواهیم بود.

در ایام نوروز؛

۲۷۵ عملیات امداد و نجات توسط آتش نشانی قم انجام شد

مدیرعامل سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری قم گفت: از ابتدای سال تا روز سیزدهم فروردین ۲۷۵ مورد عملیات امداد و نجات در قم انجام شده است.

عباس جعفری ضمن تبریک فرارسیدن سال نو به فعالیتهای آتش‌نشانی قم در ایام نوروز اشاره کرد و گفت: طرح نوروزی سازمان آتش نشانی قم از ۲۴ اسفندماه تا ۱۴ فروردین ۹۶ اجرا شد.

وی در این زمینه افزود: تیم‌های آتش نشانی شهر قم با توجه به بررسی‌های صورت گرفته در ۱۰ نقطه شهر مستقر بودند که اطراف حرم حضرت معصومه(س) و مسجد جمرکان و همچنین سه راه بازار از جمله این نقاط بود.مدیرعامل سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری قم بیان کرد: بوستان‌های قم هم کاملاً تحت نظر و به گونه‌ای که چادرهای مسافران به شکل گشت پیاده‌و بادوربین حرارتی موردبازبینی قرار می‌گرفت تا مشکلی در زمینه گاز گرفتگی در وجود وندانشان نباشد. وی ادامه داد: در گشت‌های بادوربین حرارتی یک خانواده مفت نفره و یک خانواده دو نفره و یک پیرزن ۶۰ ساله که در چادرها دچار گازگرفتگی شدند به موقع تشخیص داده شد و این افراد نجات پیدا کردند.جعفری بیان کرد: در روز طبیعت هم ۱۹ عملیات و ۶ مورد آن مربوط به خاموش کردن حریق در یک کارگاه و سه منزل بود.آتش نشانی قم در ادامه بیان کرد: از ابتدای سال تا روز سیزدهم فروردین میزان آتش‌نشانی استان قم ۲۷۵ عملیات انجام داد که از این تعداد ۴۰ مورد عملیات اطفای حریق، ۱۳۹، مورد آمین‌سازی، ۶۲ مورد نجات، ۳۳ مورد اطفای ضایعات و ۲۴ مورد نجات مصدوم بوده است.

