

نمیدانم علی خمینی:

مسئولان ارشد کشور ساده زیستی را پیشه کنند

غریزدگی و شوق زدگی فرهنگی را از ذهن و قلب خود خارج کنیم
بویایی انقلاب در زنده بودن آرمان های آن است
به وجود رهبری بزرگوار افتخار می کنیم

آیت الله علیرضا محمدی

نگذاریم مردم تصور کنند نامحرم هستند

معاون اول فقه قضائیه

تاثیر برگزاری دادگاه علنی از حکم اعدام بیشتر است

معاون اول فقه قضائیه گفت: بر اساس نجر به فعالیت خود در دستگاه قضا معتقدم برگزاری دادگاه و صدور احکام به صورت علنی، تأثیر و بازتاب بیشتری از حکم اعدام در جامعه دارد. حجت الاسلام غلامحسین محسنی اژه ای، پنجشنبه در سی و چهارمین نشست میان دوره ای اتحادیه انجمن های اسلامی دانشجویان دانشگاه های کشور، دختر تحکیم وحدت در مشهد افزود: «صدور دستور

عباس غریبانی

اقدامات آمریکانمایشی و مذبوحانه است

برف، «آخوندی» را راهی مجلس کرد



عباس عبادتی فعال سیاسی اصلاح طلب:

اصلاح طلبان با معرفی نامزد مستقل بهتر عمل می کنند

نزدیک به چهار دهه ای که از انقلاب اسلامی می گذرد فضای پدیشی نسبت به جمهوری اسلامی ایران، تکذیب دستاوردهای نظام، طرح اتهاماتی همچون نقض حقوق بشر، عدم آزادی رسانه ای، مسائل امنیتی و غیره از سوی مخالفان نظام و رسانه های معاند در قالب اپوزیسیون خارج نشین بسیار پررنگ بوده است در تازامی های دی ماه سال جاری نیز مخالفان نظام با پروپاگاندای رسانه ای و موج سواری بر گلابه های مردم، جریان تازی ها را در راستای منافع و...

رئیس جمهوری در اجتماع مردم سیرجان:

واشنگتن نمی تواند برای ملت ایران تصمیم بگیرد

رئیس جمهوری گفت: مردم ایران برای دفاع از استقلال، امنیت ملی، حاکمیت و سعادت خود و مقاومت در برابر دشمنانشان، از هر روز دیگر آماده تر هستند. حجت الاسلام والمسلمین دکتر حسن روحانی روز پنجشنبه در اجتماع بزرگ مردم سیرجان، مردم استان کرمان را مردمی دلاور، انقلابی و ایثارگر بر شمرد و اظهار داشت: بیش از ۱۰ هزار میلیارد تومان طرح و پروژه در جریان این سفر افتتاح می شود که این در تاریخ استان های کشور ما کم نظیر است...



ناگفته های شهرام جزایری از حبس تا کنون:

ماجرای کمک من به سیاسی های پیچیده بود

پاناما، هنگ کنگ و ایسلند پیشنهادات خوبی به من داده اند
شرایط ایران برای پرش های بزرگ اقتصادی مناسب نیست
ارز دیجیتال «شهرام کوین» را به زودی رونمایی می کنم
تصمیم دارم کنار هتل ترابم یک برج بلند تر بسازم
بزرگترین بانک شهرام را در دنیا علم خواهیم کرد
منع قانونی و حقوقی برای فعالیت ندارم
باید برای کار اقتصادی از ایران بروم



رئیس ستاد کل نیروهای مسلح:

اجازه نزدیکی دشمن به حریم موشکی را نمی دهیم

تا تابستان ۹۷ صورت می گیرد

تکمیل فاز اول تقاطع میدان ولیعصر

معاون فنی و عمرانی شهرداری قم از تلاش مجموعه مدیریت شهری برای تکمیل فاز اول تقاطع میدان ولیعصر (عج) تا تابستان ۹۷ خبر داد. علیرضا قاری قرآن با اشاره به اجرای تقاطع غیر همسطح میدان ولیعصر اظهار کرد: شهروندان یا زائرانی که اخیراً از طریق گمرندی امام علی (ع) به سمت مسجد مقدس جمکران طی مسیر کرده اند شاهد آغاز فاز اجرایی پروژه ای هستند که انجام آن تأثیر بسیاری در کاهش بار ترافیکی میدان ولیعصر (عج) خواهد داشت. وی افزود: این پروژه اجرایی تقاطعی سه سطحه است که در پایان آن شهروندان بتوانند به راحتی و با صرف کمترین زمان ممکن در مسیر مدنظر خود در این نقطه بر ترافیک شهر، تردد کنند. معاون شهردار قم با تأکید بر اینکه هم اکنون در این پروژه به نوبه به عبور مترو در سطح منفی یک انجام می شود، امکان احداث زیرگذر وجود ندارد. خاطر نشان کرد: در طرحی که ارائه شده، سطح نخست همان سطح فعلی میدان با تغییرات هندسی است و وضعیت موجود میدان آنچنان تغییر نمی کند، یک سطح مثبت یک پیش بینی شده که از بلوار امام علی (ع) به سمت...

مدیر عامل شرکت گاز استان قم خبر داد:

گازسانی به ۱۳ روستا در بخش قمروذ

مدیر عامل شرکت گاز استان قم گفت: به ۱۳ روستا در بخش قمروذ با استفاده از ۶۴ هزار متر لوله پلی اتیلن گازسانی شده است. حسین محمدی با اشاره به عملیات گازسانی به بخش قمروذ اظهار کرد: سال گذشته عملیات اجرایی به گازسانی به این بخش آغاز شد و به ۱۳ روستا در بخش قمروذ با استفاده از ۶۴ هزار متر لوله پلی اتیلن گازسانی گردید، شبکه گاز در این بخش در حال تست است و تا سه ماه آینده اشعاب های گاز مردم بخش قمروذ نصب می شود. وی ادامه داد: در شهرک ظهور در منطقه جمکران، برخی از منازل به دلیل عدم داشتن مجوز ساخت، اشعاب گاز دریافت نکردند، با مجوز شورای تأمین، گازسانی به آن شهرک را از سال گذشته آغاز کردیم و در صورت ارفه برآورته ساختمان از سوی مردم منطقه جمکران به منازل آن ها گازسانی خواهیم کرد. مدیر عامل شرکت گاز استان قم افزود: مردم نباید در مناطقی که کاربری مسکونی ندارد، اقدام به ساخت و ساز کنند، چنین اقدامی موجب به هم ریختن نظم و انضباط شهری می شود و...

مدیران خودرو

شرایط ویژه فروش به مناسبت سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی

X33S

یکسال بدون بهره / ۳۰٪ پیش پرداخت / مدل ۹۷

تحويل فوری / شرایط فروش منعطف / قیمت قطعی / اقساط ۳۶ ماهه

۲۵۵۵ سی سی - گیربکس اتومات ۷ سرعته CVT تیپ ترونیک - کروز کنترل

مجموعه نمایندگی های مجاز مدیران خودرو در استان قم	شهر	تلفن
نام نمایندگی	قم	۳۳۹۲۱۱۸۰
رضائی	قم	۳۴۵۰۰۰۹۵
آخوندی	قم	۳۶۶۰۳۰۵۱
آذلی	قم	۳۶۶۰۳۰۵۱

هنگان تست خودرو قبل از خرید در محل نمایندگی ها

جهت اطلاع از اطلاعات تماس سایر نمایندگی ها به وبسایت شرکت مدیران خودرو مراجعه نموده و یا کد مندرج در طرح را اسکن نمایید

www.mvco.ir

official.mvco

official.mvco

اداره اوقاف و امور خیریه

ناحیه دوشهرستان قم

در نظر دارد **تعداد ۱۴ واحد تجاری و مسکونی**، از موقوفات حوزه عملکرد خود را طبق لیست ذیل از طریق مزایده به اجاره واگذار نماید و فرجه ی شرکت در مزایده، از تاریخ **۱۳۹۶/۱۱/۱۴ لغایت ۱۳۹۶/۱۱/۲۸** و زمان برگزاری جلسه کمیسیون مزایده ساعت **۱۰ صبح روز یک شنبه مورخه ۱۳۹۶/۱۱/۲۹** در دفتر کار ریاست اداره خواهد بود.

ردیف	نام موقوفه	مساحت	پایه اجاره	تاریخ	نوع
۱	انوار الله جمال علیه السلام (موقوفه خیریه)	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۲	انوار الله جمال علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۳	حاج جواد خانی	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۴	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۵	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۶	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۷	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۸	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۹	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۱۰	حاج حسن حسینی	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۱۱	انوار الله جمال علیه السلام (موقوفه خیریه)	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۱۲	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۱۳	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری
۱۴	انوار الله علیه علیه السلام	۱۵۰	۱۵۰۰۰۰۰۰	۱۵/۱۱/۹۶	تجاری

اداره اوقاف و امور خیریه ناحیه دوشهرستان قم

وزیر امور اقتصادی و دارایی گفت: امسال کشور رشد اقتصادی مناسب ۶ درصدی داشته است و آمارها نشان می دهد که بالغ بر ۷۰ درصد در سرمایه گذاری نسبت به سال های گذشته رشد داشته ایم.

مسعود کرمانیان روز پنجشنبه در بیان مشترک دارای شورای شهرستان به نوشتن: «نرمایش در محل فاز دوم کارهای جدید به این است که اینک قطب صنعتی خوبی در بخش خصوصی وجود دارد، در حالی که در سالهای ۱۳۸۰ و ۱۳۸۱ رقم کمی شده است. برای آنکه تاکید در این زمینه سرمایه گذاری را وارد بورس کرد و بازار بورس در استان کرمان نیز فعال شود زیرا با این اقدام هم در ظرفیت است و بازار فعالی برای این زمینه نهاده شود. زیرا فوراً بر اقتصاد و دارای گفت در زمینه اشتغال و اشتغال سرمایه گذاری به مبلغ ۱۲ هزار میلیارد تومان با سود ۶ درصد در نظر گرفته شده که نزدیک به ۲۰۰ میلیارد تومان بکارگزاران به دولت انجام شده است. ۳۰۰ میلیارد تومان نیز بودی در اختیار دولت قرار خواهد گرفت. یافزودنی برای اشتغال برای اقدامی انجام شود و این تصمیم از سطح رهبری نظام گرفته شده و همه مسئولان در این زمینه مصمم هستند. کرمانیان عنوان کرد که یکی از عوامل اشتغالزایی، بحث گردشگری است که برای این ۱۲ هزار تومان تسهیلات در نظر گرفته شده است. یکی از آن همین سرمایه برای بحث گردشگری به سمت استفاده کرد. برای این است که در لایحه بودجه ۸۵ برای کشت گلخانه‌ای در تیمصر ۴ هزار هکتار مجزا پیش بینی شده است. همچنین صندوق کارآفرینی امید برای اجرای پروژه‌های با شانس‌های و زمین‌های ورزشی حمایت می‌دهد و به نحوی این پروژه‌ها با وزارت آموزش ورزشی متصل می‌شود.

وزیر اقتصاد افزود: بزودی بدهی مالیاتی دسته بندی و مشخص می شود که چگونه باید آن را دنبال کرد؛ به همین دلیل منابع طرح های مالیاتی پیگیری می شود. وی در بخش دوم، امری را در بخش مالیات بیان کرد: تا قلم مالیات سفر اموال مالیاتی می خواهم در خصوص اموال مالیاتی سخن بگویم و محاسب مشاور، حرفه و با صنعتگران مشکلات مالیات ارزش افزوده و اصناف و نحوه استرداد آن را حل کنند. کریسپیان با اشاره به سر رئیس جمهوری که جنبه عملی دارد گفت: بالغ بر بیش از ۸۰ درصد تعهدات سفرهای قبلی رئیس جمهوری عملی شده است و باقی از آن انجام می شود؛ با بیان اینکه فراتر از سفرهای استانی سفرهای شهری، مهمتر اقدام مالی جدید است؛ از رویکی از پروژه های بزرگ کشور به درخواست ایل الله هاشمی رفسنجانی انتقال آب از خلیج فارس و دریای عمان به تلات مرکزی ایران و به خصوص استان مرکزی رده است و تا ۳ سال آینده این پروژه تا زمان به بهره برداری خواهد رسید. وزیر اقتصاد و دارایی تاکید کرد: برای مرحوم هاشمی رفسنجانی سفری که در مسان کرمن اموز طراحی است.

وی گفت: همگی اعضای هیات دولت وظیفه هم‌راهی ریاست جمهوری داشتیم که در شهرها و روستاها بخشهای استان کرمان بایارند و خوشحالی و تحفیه هرستان نامشیر بر مردم برعهده من است. کربانان افروز می‌نویسد که در حوزه فرماندهی است و احتیاج به تصمیم‌ر هر همین لحظه و در این فکر بلندتر نخواهد داد و انهایی که باید در بایاخت صحبت شود پس از بازگشت به تهران تصمیم گیری خواهیم کرد. وی بیان کرد: استان کرمان سرزمین ارمنی‌نژاد است و امیدواریم از این منابع خدایادی و سرمایه‌ها هم موجود به خوبی بهره‌برداره و از حملات افغانیات خوبی در حوزه رازی تبدیلپذیر در این استان کرمان داده است. وزیر اقتصاد و دارایی گفت: بایار ۸۰۰ میلیارد دلار از خط اعتباری اخذ شده در استان کرمان در قالب ۱۳ طرح در سفر رئیس جمهوری به مرحله بهره‌بردار می‌رسد. وی افزود: در شهرهای رزمی بر دل همگان است ولی در قالب زلزله هم، به بهری تبدیل شده است که صنعت از خود بروز داده است و این شهر بایوود از گ قدیم به دوران گذشته و بار گ جدید به دوران جدید پیوند خورده است.

رئیس سازمان مالیاتی خبر داد؛

رئیس سازمان امور مالیاتی کشور گفت: از محل شناسایی بیش از ۳۰۰۰ مودی مشکوک با تراکش های سنگین، حدود ۶ هزار و ۳۰۰ میلیارد تومان مالیات مطالبه کرده ایم.

سید کامل تقوی زاده در زمانه متن و حیزبه قرار می‌گیرد. سیمیا، با اشاره به باره هاشمی
سازمان برای شناسایی ششادوی جدید و مبارزه با قواهای اعلام کرد که باره هاشمی را فرار
سازمان برای عدالت است و بیان اینکه همگونی ۲۰ درصد کودکان کشور حدود یک
درصد مالیات کشور را تأمین می‌کنند، گفت: در طی سال‌های اخیر، تلاش کرده ایم تا
از فشار مالیاتی بر اربابان و مشاغل که در تور مالیاتی هستند و حساب و کتاب و شفاف
درآمد و تکلیف و بهیچانه مالیاتی که باره هاشمی را در اولویت بر نامه های
قرار دهیم، رئیس کل سازمان امور مالیاتی کشور با تأکید بر باره هاشمی با همه کسانی
که با پرداخت مالیات اشتباه می‌کنند در جمله دولت درشت‌ها، گفته‌ام که سیمیا
از امکانات کشور استفاده می‌کند به نسبت در آمدی که کسب می‌کنند باید مالیات
پرداخت کنند و هیچکس از پرداخت مالیات مستثنی نیست.

تقویٰ نژاد ایمان بینک، مبارزہ فرار مالیاتی، مہتممین روکنکر سازمان امور مالیاتی کشور، محسوب می‌شود. اینکه دلالت برادر حوزه فعالیت قانونی مان، خارج فرمی نمی‌شناسیم و کارکنان این دستگاه به سازمان برسان اجراء اقتصادی، برادر گونه فرار مالیاتی، مبارزه می‌کند. وی طراحی ساختار جدید نظام مالیاتی با هدف پیشبرد برنامه های مربوط به مبارزه با فرار مالیاتی خود خداد و تفکر تشکیل قرار بازرس و مبارزه با فرار مالیاتی، پیشویوش از محله مواردی است که در این راستا انجام گرفته و گفته می‌شود اقدامات موثر این دفتر، اجرای ماده ۱۸۱ قانون مالیات های مستقیم است که براساس آن هیات های بازرس این دفتر با حضور با قضایا، به اقامتگاه قانونی، محل فعالیت مالیاتی و محل نگهداری دفاتر، اقامت، مدارک و تجهیزات و غیره مراجعه کرده و محل کسند و مدارک اطلاعات را مورد بازرسی قرار می‌دهد. رئیس کل سازمان امور مالیاتی کشور، همچنین برسدی به کار تراشش های مالی مشکوک را یکی از اقدامات قانونی سازمان برای مبارزه با فرار مالیاتی عنوان کرده و گفت که برای در اینجاری آن قانون و فشارهای زیادی از جانب افراد و صنایع نفوذ و قدرت روبرو و شدید اما می‌زیر این فشارها و تقصیر و محاسبه ۳۳۰۰۰ مدوی مشکوک با تراشش این سنگین، خارج شدن هزار و ۱۱۰ میلیارد تومان مالیات طلبه کرده ایم. تقویٰ نژاد اضافه کرد: علاوه بر این، براساس قانون، باید در تانک اطلاعات مدوی، معاملاتی مالی، مالی، اعتباری، دارایی ها، بانکها و و لاک مدویان، از جمله رازخانه ها، دستگاه های دولتی، نهادهای شهریاری، با پول و موسسات مالی و اعتباری، سازمان های استناد و املاک و مسکن و سایر دستگاه های ذریع، موظفند اطلاعات مورد نیاز را در اختیار این دستگاه قرار دهند.

فائو اعلام کرد؛

سازمان خواربار و کشاورزی سازمان ملل متحد (فائو) اعلام کرد: برنامه یکپارچه مدیریت پایدار منابع آب در حوضه آبریز دریای ارومیه با حمایت مالی دولت ژاپن و با همکاری ستاد احیای دریاچه ارومیه اجرا می‌شود.

سازمان خواربار و کشاورزی سازمان ملل متحد (فائو) روز پنجشنبه از بررسی پروژه احیای دریاچه ارومیه، کم آبی و کشاورزی پایدار ایران توسط گروهی از کارشناسان بین‌المللی در حوزه نظام‌های اجتماعی-اکولوژیکی خبر داد.

بنا به اعلام این سازمان که مقر آن در رم پایتخت ایتالیا قرار دارد، هدف از این اقدام، فراهم آوردن زمینه بررسی چالش‌های پیچیده ناشی از کمبود آب بویژه در حوضه آبریز دریاچه ارومیه است. بنا به اعلام فائو، موضوع این کارگاه کارشناسی، بحث درباره گنجینه‌های کاربرد درچال‌های نظام‌های اجتماعی-اکولوژیکی در مسائل پیچیده مرتبط با کشاورزی پایدار و کاربری اراضی به ویژه در مناطق دجله کم‌آبی بود.

در این کارگاه همچنین پیشرفت‌های اخیر روش‌شناسی در حوزه پایداریساز چارچوب‌های نظام‌های اجتماعی-اکولوژیکی در پروژه‌های عملیات‌محور مورد بحث قرار گرفت. «حسین شاهیار» مدیر همکارهای بین‌المللی برنامه‌های دریاچه ارومیه در این نشست، یک نمای کلی از برنامه احیای دریاچه ارومیه و چالش‌های پیش روی آن ارائه کرد. «فرزین البحر» هماهنگ‌کننده این کارگاه و مدیر فنی ارائه پروژه فلافو با عنوان «برنامه یکپارچه مدیریت پایدار منابع آب در حوزه آبریز دریاچه ارومیه» نیز به شرح چارچوب اجتماعی-اکولوژیکی برنامه احیای دریاچه ارومیه با تمرکز بر یکپارچه‌سازی اجزای بوم‌فیزیکی و اجتماعی اقتصادی، پرداخت‌البحری با تشریح وظیفه پروژه فلافو در این پروژه و ضرورت تدوین و بازنگری یک چارچوب یکپارچه جدید کرد. و خوستا اذقم موضوعات مختلف مرتبط با سنسرسی و مصرف آب، کاربری زمین، انتخاب محصولات، روش‌های بهینه استفاده از آب و دیگر اقدامات بهینه در تولید و بازیابی غذا را یکدیگر شد. پروژه فلافو اهمیت ویژه‌ای برای اصلاحات مدیریتی، نهادی و سیاست‌گذاری در فرایند احیای دریاچه ارومیه قائل است. اقداماتی که ذینفعان محلی و رادار میسر سازد، پروژه روش‌های پایدار و فعالیت‌های اقتصادی جایگزین را بنیاد است فشار بر محصولات مصرف‌های کاهش یافته و به احیای دریاچه کمک شود. شرکت کنندگان در این نشست توافق کردند که در چند پیشنهادت بیشتر درباره اجرای بهینه چارچوب نظام‌های اجتماعی-اکولوژیکی در بند پروژه احیای دریاچه ارومیه ارائه شود. تدوین یک گزارش و پالیسی نیز از کارگاه مورد توافق قرارگاه بود.

برنامه احیای دریاچه ارومیه نیز در آینده به عنوان یک مطالعه موردی مشروح در حوزه چارچوب‌های نظام‌های اجتماعی-اکولوژیکی مدنظر قرار می‌گیرد.

نظم دہی، بہ نرخ سود موجب تحریک بازار مسکن می شود

سرمایه گذاری از طریق سپرده گذاری در بانکها کمی تیره و غیر قابل پیش بینی شده است. مردم در شش ماهه دوم دیگر با یک انتخاب رو برو نیستند.

اگرچه بازار اوراق است را معتقد است که یکی از بازارهای پر تقاضای سر سرمایه گذاری ایرانی از است اما بازارهای دیگر از جمله مسکن هم این روزها شاهد افزایش معاملات است البته قیمت ها چندان تفاوتی نسبت به ابتدای سال ندارد.

کارشناسان بازار مسکن می گویند این تمایل و تقاضای رای خرید مسکن بخشی جنبه روانی دارد و مزمره این موضوع که احتمال افزایش قیمت مسکن در سال آینده وجود دارد.

است: «خرید خانه تا پایان سال جاری بهتر از موکول کردن آن به سال آینده است؛ به طور قطع نوسانات و افزایش نرخ ارز، طلا و پیش‌بینی‌های آتی افزایش قیمت حامل‌های انرژی بر قیمت‌ها در بازار مسکن تأثیرگذار است و اثر خود را در طول زمان نشان می‌دهد».

توضیحات:

حالت

قیمت تعیین شده بر اساس اینکه بیمه شخص ثالث و چراغ عقب سمت راست شکسته گلگیر عقب سمت راست کمی خوردگی و دست پایشن و خدش دارد لحاظ شد.

و مقرر گردید موارد فوق الذکر در تاریخ ۱۳۹۶/۱۲/۰۱ ساعت ۹/۳۰ الی ۱۰/۰۰ صبح به آدرس قم، خیابان ساحلی، جنب زندان ساحلی دادگاه های حقوقی واحد اجرای احکام مدنی اتاق مزایده از طریق مزایده حضوری به فروش برسد. لذا افرادی که قصد بازدید از اموال را دارند می توانند در مدت پنج روز مانده به مزایده با هماهنگی های اجرا از مزایده بازدید و صورت تمایل در جلسه مزایده شرکت نمایند. قیمت پایه از مبلغ کارشناسی شروع و به کسانی که بالاترین مبلغ را پیشنهاد دهند و انگاری می گردد برنده مزایده باید در درصد از مبلغ پیشنهادی را فی المجلس نقدا و باقی آن را ظرف یکماه از تاریخ مزایده بپردازد. این آگهی یک نوبت در یکی از روزنامه های محلی درج می گردد جهت اطلاعات بیشتر به این واحد مراجعه نمایند.

ردیف	نوع و شرح	مبلغ
۱	بیمه شخص ثالث	۴۴۹۰۰۰۰
۲	چراغ عقب سمت راست شکسته	۱۱۵۰۰۰۰
۳	گلگیر عقب سمت راست کمی خوردگی	۱۱۵۰۰۰۰
۴	دست پایشن و خدش دارد	۱۱۵۰۰۰۰
۵	قیمت تعیین شده بر اساس کارشناسی	۱۱۵۰۰۰۰
۶	قیمت پایه از مبلغ کارشناسی شروع و به کسانی که بالاترین مبلغ را پیشنهاد دهند و انگاری می گردد برنده مزایده باید در درصد از مبلغ پیشنهادی را فی المجلس نقدا و باقی آن را ظرف یکماه از تاریخ مزایده بپردازد.	۱۱۵۰۰۰۰

دادورز اجرای احکام دادگستری شهرستان قم - رضا زارعی



در کوتاهترین زمان، تسهیلات دریافت نمایید

• مبلغ تسهیلات تا ۳۰۰۰۰۰۰ ریال

• مدت سیرده گذاری ۲ ماه

• نرخ سود ۱۵٪ تا ۱۸٪

● اقساط تا ۸۴ ماه



www.mebank.ir (۰۲۵)۸۹۸۹۲

وزیر صنعت، معدن و تجارت:

وزیر صنعت، معدن و تجارت فعالیت های اکتشافی را مهم ترین فعالیت های معدنی دانست و بیان کرد: کار اکتشاف در دولت دوازدهم به طور جد دنبال می شود که به دنبال استفاده از تجربیات جهان در این خصوص می باشیم. محمد شریعتمداری عصر ۱۲ شهریور در آئین افتتاح همزمان پروژه های مجتمع معدنی و صنعتی آلگر و طرح های اقتصادی و زیربنایی با حضور رئیس جمهور با اشاره به اینکه استان مرز هشت معدن ایران است، گفت: دولت تدبیر و امید شکوفایی بسیار خوبی در حوزه زمین شناسی خواهیم داشت. وی به تحقق رشد ۸ درصدی کشور اشاره کرد و عنوان کرد: ۸ میلیارد دلار منابع ایران فعالیت های درون صنعت نیاز است که با پیش بینی های صورت گرفته تمرکز بر این قطعه است.

وزیر صنعت، معدن و تجارت با بیان اینکه هم اکنون ایران با تولید ۲۰ میلیون تن آهن اسفنجی در دنیا در رتبه اول قرار دارد، اظهار کرد که ایران در حوزه تولید فولاد به مرز ۳۲ میلیون تن رسیده است که در چشم انداز ۱۴۰۴ حدود ۴۰ میلیون تن خواهد رسید.

رقم به ۵۵ میلیون تن برسد، که برای تحقق آن ۱۲ میلیارد یورو تأمین مالی نیاز داریم. وی فعالیت های اکتشافی را هم در جنبه فعالیت های معدنی دانست و بیان کرد کار اکتشاف در دولت دوازدهم به طور جدیابی می شود که به دنبال استفاده از تجربیات بین المللی در این خصوص هستیم.

[illegible]

نوبخت اعلام کرد؛

معاون رئیس جمهور گفت: یک میلیون و ۳۳ هزار فرصت شغلی در بودجه سال آینده به عنوان مقطعی از یک سال برنامه ششم توسعه در نظر گرفته شده است. محمدباقر نوبخت در نشست با کارکنان سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان

کرمان گفت: بعد از احیاء سازمان مدیریت و برنامه ریزی، هدف اصلی تعریف شده،

رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور با اشاره تعیین رشد ۸ درصدی اقتصادی کشور در سال آینده گفت: «براین اساس می‌توانیم حدود ۹۵۰ هزار فرصت شغلی در برنامه ایجاد کنیم که در این راستا برای سال آینده پیش بینی ورود ۸۲۸ هزار نفر به بازار کار را داریم».

وی افزود: یک میلیون و ۳۳ هزار فرصت شغلی در بودجه سال آینده که مقطعی از یک سال برنامه ششم توسعه است، در نظر گرفته شده است و در این راستا ۱۲ برنامه اجرایی پیش بینی شده که حداقل سرمایه گذاری برای آن حدود ۷۳ هزار و ۴۰۰ میلیارد تومان است.

نویشت تصریح کرد: باید در مقابله با زلزله به بافت فرسوده توجه کنیم و در حوادث اخیر شاهدش را در حالی می‌توانیم مشاهده کنیم که خسارتی آن به مجموعه وارد نشده بود، لذا قرار شد ۱۰۰ هزار واحد مسکونی مناسب با آن بافت فرسوده نوسازی کنیم که ۶۰ هزار فرس‌ت فرصت در بخش مسکن دیده شده است. سخنگوی دولت بیان کرد: در بودجه جامع رفر و مسئله محار کر می‌کنیم و مسائلی همچون آب، محیط زیست و ... وجود دارد که اگر به آن نرسیم، به بحران خواهیم رسید.

رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور با بیان اینکه بودجه خشتی نیست و علت اینکه یک گروه موافق و مخالف داشتیم، این است که بودجه پیام دارد، اظهار کرد: ما برای فقرزدایی و کم کردن فاصله بین فقیر و غنی در بودجه ۹۷ برنامه های خوب و کاربردی را پیشی برده ایم ضمن آنکه برای ۷۱ هزار طرح و پروژه ناتمام برنامه داریم و می دانیم به دنبال چه چیزهایی هستیم.

همه آنچه از دستمزد کی‌روش می‌خواهید بدانید؛

آیا کی‌روش گرانترین سرمربی جام جهانی است؟



گزارش: شاهین اشکان

اخیرا لیست دستمزد پردرآمدترین مربیانی که در جام جهانی ۲۰۱۸ حضور دارند منتشر شد.

یواخیم لوال(آلمان ۳٫۵۸ میلیون یورو)، تیتِه(برزیل۳٫۵ میلیون)، دشان(فرانسه۳٫۵ میلیون)،لوئیگی(اسپانیا،۲ میلیون)،چرسچسوف(روسیه،۲٫۶ میلیون) و سانتوس(پرتغال۲٫۲۵ میلیون به ترتیب رتبه های اول تا ششم را اشغال کرده‌اند. در این جدول کارلوس کی روش با دستمزد سالانه ۲ میلیون یورو به عنوان هفتمین مربی گران قیمت در جام جهانی معرفی شده است.

اما این لیست بر اساس ارقام رسمی قراردادها است و گویای رقم واقعی دریافتی این مربیان نیست چرا که حقوق مربیان مثل بقیه مشاغل، مشمول مالیات های دولتی می شود. به عنوان مثال برای اینکه بفهمیم چقدر گیر یواخیم لو می آید باید ۴۷٫۵ درصدی که اداره مالیات کشور آلمان مطالبه می کند را کم کنیم. با این حساب سرمربی مناشات بیش از دو میلیون یورو در سال دریافت نمی کند.

آیا کارلوس کی روش گران ترین مربی ملی دنیا است؟

مسئله ناخالصی این ارقام، این سوال را مطرح کرد که “آیا کارلوس کی روش گران ترین مربی ملی دنیا است؟” سوالی که روزنامه همشهری ورزشی اینگونه به آن پاسخ داده است: “برای گرت ساوت گیت که سرمربی تیم ملی انگلیس است به اندازه کی روش یعنی دو میلیون یورو حقوق تعیین شده است که یک میلیون یوروی آن را به عنوان مالیات به صندوق دولت باز می گرداند و مثل همتای پرتغالی خودش هزینه اقامت و رستوران و اینترنتت پرسرعت و دندان پزشکی و ایاب و ذهاب و خدمات خشکشویی و بیمه عمر و … ندارد. یعنی کی روش را (با) در نظر گرفتن مالیاتی که مربیان سایر تیم ها می بردند و از ۳۰ تا ۵۶ درصد از درآمد خود را به عنوان مالیات از دست می دهند) می توان یک جوهرهایی گران ترین سرمربی حاضر در جام جهانی قلمداد کرد”.

برای اینکه بفهمیم جایگاه واقعی کارلوس کی روش در بین پردرآمدترین ها کجاست، چاره ای نداریم جز اینکه به قوانین مالیاتی هفت کشور رجوع کنیم. به عنوان مثال دولت برزیل از تیتِه فقط ۲۷٫۵ درصد مالیات می گیرد، پس این سرمربی تیم ملی برزیل است که بیشترین پول را دریافت می کند نه یواخیم لو. همچنین ارزش قرارداد ۲٫۶ میلیون یوروی چرسچسوف(روسیه با مالیات ۱۳ درصد) بیش از ۳ میلیون است که لوئیگی(اسپانیا با مالیات ۵۲ درصد) می گیرد. در حال حاضر روسیه جذاب ترین کشور به لحاظ نرخ مالیاتی در بین بازیکنان و مربیان فوتبال است.

مبلغ قرارداد کی روش چقدر است؟

وقتی علی کشافشین با سرمربی اسبق رئال مادرید و منجسترد در فروردین ماه سال ۱۳۹۰ قراردادی به ارزش ۱٫۵ میلیون دلار در سال تا پایان جام جهانی

می کند که قید شده این رقم کمتر از ۲۰۰۰ دلار نباشد. در مورد رقم پاداش صعود در قرارداد وی اینگونه توضیح داده شده است: “اگر فدراسیون فوتبال به جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه راه پیدا کند، ۱۰ درصد از مبلغی که فدراسیون از فیفا بابت ورود به جام جهانی دریافت می کند” طبق اعلام کمیته اقتصادی فیفا، تیم ملی فوتبال ایران به دلیل صعود به جام جهانی ۱۰ میلیون دلار پاداش دریافت خواهد کرد. سهم کی روش چیزی حدود ۸۳۰ هزار یورو می شود که در مجموع دوره چهارساله تقریبا معادل ده درصد حقوق ناخالص این سرمربی پرتغالی است.

آیا رقم قرارداد کی روش بیش از ارزش او در بازار است؟

کمتر از یک ماه پیش فدراسیون بین‌المللی آمار و تاریخ فوتبال (IFFHS) اسامی برترین مربیان جهان در رده ملی را در سال ۲۰۱۷ اعلام کرد و یواخیم لو با کسب ۲۹۹ امتیاز عنوان بهترین مربی سال را به خود اختصاص داد. بعد از او به ترتیب تیتِه(برزیل)، لوئیگی(اسپانیا)، سانتوس(پرتغال)، دشان(فرانسه)، مارتینز(بلژیک) مقام های دوم تا ششم و کارلوس کی روش با ۲۶ امتیاز مقام هفتم را از سوی این فدراسیون کسب کرده است.

اگر این رتبه بندی با معیارهای صلاحیتی را باره بندی گران ترین مربیان جام جهانی مقایسه کنیم، به جز چرسچسوف سرمربی تیم ملی روسیه که جایش را به وروبر تو مارتینز مربی بلژیک داده است، مابقی اسامی در هر دو لیست مشترک هستند. لذا می توان تصدیق کرد که رقم قرارداد کی روش با ارزش های فنی و عرف فعلی بازار هخوانی دارد.

آیا فوتبال ایران بشاعت پرداخت چنین دستمزدی را دارد؟

هدف این نوشتار فقط کند و کاو در مبحث مالی است و برای آنالیز تاثیرات فنی ناشی از حضور هفت ساله کارلوس کی روش در ایران نیاز به یک مقاله مفصل و جداگانه است. در اینجا به همین بسنده می کنیم که غالب کارشناسان به دلایل فنی، این حضور را مثبت ارزیابی کرده اند. ایراد کار اما جایی است که فدراسیون فوتبال برای پرداخت حقوق این مربی، دست در جیب دولت می کند. در صورتی که در اقتصاد سالم فوتبال، این صنعت فوتبال است که با پرداخت مالیات می باید کمک حال مخارج دولت باشد.

به عنوان مثال وقتی صحبت از آمدن تیمار به پارس سر زمین شد، وزیر دارایی فرانسه با استقبال از این رویداد گفت: “بهرت است که این بازیکن مالیاتش را به دولت فرانسه بپردازد تا کشوری دیگر” درآمد مالیاتی ناشی از حضور تیمار به

دست پنج سال در فرانسه حدود ۲۰۰ میلیون یورو برآورد شده است. فوتبال ایران نیز این پتانسیل را دارد تا با مدیریت اقتصادی و بازاریابی صحیح، هزینه مربیانی در این سطح را تقبیل کند. یک بخش از هزینه ها با پاداشی که فدراسیون فوتبال این صعود به جام جهانی می گیرد تامین می شود ولی از آن مهمتر درآمدهای اسپانسرینگ است که تا اینجا تنها محدود به یک سامانه هواداری است. درآمدهای حاصل از فروش لباس تیم ملی با فروش تصاویر اعضای

تیم ملی و سرمربی جهت تبلیغات به اسپانسر ها چقدر است؟ رسم است که ستاره های تیم های ملی جهان در کنار سرمربی در کمپین های تبلیغاتی برای فلان برند خودرو یا فلان آژانس هوایی شرکت کنند و پول حاصل از آن به حساب صندوق فدراسیون رازیر شود. در قرارداد کی روش هم این مسئله در نظر فدراسیون فوتبال این صعود به جام جهانی در مالکیت فدراسیون است: “سرمربی یقید و شرط تعهد می کند که در جایگاه سرمربی تیم ملی در هیچ رویدادی شرکت نکند و به هیچ عنوان حرکتی نکند که بتوان آن را به هر شکل به تبلیغ برای شخص خود یا نفع تبلیغاتی و سودآور هر شخص، شرکت یا نهاد دیگری تفسیر کرد. مگر با موافقت کتبی رئیس فدراسیون” درست یک هفته بعد از دعوت ۴۰۰ میلیونی لوئیس فیگو در برنامه نود، عادل فروسی روی خوشند از حضور کی روش در استودیو پادآوری کرد که آخرین حضور این مربی در برنامه به بیش از یک سال قبل برمی گردد. کی روش پاسخی داد شوخی جدی که فشمش برای بینندگان ساده نبود: “خیلی دلم می خواهد آدرس آن اسپانسر سی که هزینه فیگو را داد را به من بدهید”

در ذهن برخی این سوال آزاردهنده شکل گرفت که آیا کار به جایی رسیده که کارلوس کی روش به دنبال منبع درآمدی از برنامه های تلویزیونی است؟ تا اینکه چند روز بعد کمپین تبلیغاتی و شخصی وی با یک بالک خصوصی راه اندازی شد. حال حق داریم پرسیم سهم فدراسیون فوتبال از فروش این تصویر چقدر است؟ یا یک “موافقت کتبی” درآمد حاصل از آن را به ایشان هبه کرده اند؟ فدراسیونی که دستش در جیب دولت است نیازی هم نمی بیند وقتش را صرف اینگونه “اجزئیات” کند. در نتیجه با این مدیریت، نه تنها فوتبال کمک حال دولت نیست بلکه زرق و روزی اش را از مالیات دهندگان تامین می کند. اگر حقوق هفتمین مربی ملی گران دنیا را تقسیم به تعداد روزهای حضورش در ایران کنیم، با علم به اینکه در قرارداد فقط ۵ هفته برای تعطیلات وی در نظر گرفته شده است، به طور قطع و با فاصله گرانترین حقوق دنیا را پرداخت کرده ایم. فوتبال با مضاعت این سوء مدیریت را ندارد.



بود و تنها باختامن رقم خورد. می دالم دربی در ایران بازی مهمی است، اما الان افکار مهم تری دارم. بعد از بازی های آینده در لیگ قهرمانان و لیگ به سرع دربی می روم. عبدالرحمن ۱۷ سالگی زیر نظر من بود من همیشه مثبت فکر می کنم در باخت فکر نمی کنم. برای باید به بازیکنانش بگوید آنها قدرت برد دارند تا روحیه بگیرند. در لیگ قهرمانان آسیا نیز با این روحیه تیم را به زمین می فرستم. العین باشگاه قدیمی من است. آنها ۷ بازیکن از دورانی که من آنجا بودم، در اختیار دارند. یکی از آنها قهر عبدالرحمان است که در زمان من ۱۷ ساله بود. این تیم قدم به قدم بالا آمد. سایر تیم های گروه هم شرایط سختی دارند اما بازیان روحیه بردن را تقویت کنیم.

حسینی ذخیره هم باشد، می رود روسیه

من متوجه هستم که حسین حسینی از نیمکت نشینی خوشحال نیست و این طبیعی است که از ذخیره شدن خوشحال نباشد. اما نباید فراموش کنیم که رحمتی چه حمایت ها و کارهای خوبی در حمایت از حسینی انجام داده است. یک عکسی وجود دارد که هردو سنگربان ما یکدیگر را در آغوش گرفتند و این همه ماجرا است. کی روش هم سطح حسین حسینی را می داند و مطمئن باشيد او را با وجود نیمکت نشینی در استقلال هم به جام جهانی می برد.

در دربی رفت شناخت زیادی از پرسپولیس نداشتم

الان به دربی فکر نمی کنم؛ زمان به اندازه کافی داریم. من در دور رفت بازی دومی که سرمربی استقلال شدم با پرسپولیس

در دربی رفت، شناخت زیادی از پرسپولیس نداشتم

شفر: سیدحسین از روی نیمکت هم به جام جهانی می‌رود

هم صحبت نکنند، شناسی برای موفقیت نداریم. من به بازیکنان بزرگتر و باتجربه گفته ام که باید با جوان تر ها صحبت کنند. برای من مهم است که بازیکنانم با هم صحبت کنند. همچنین آنها باید به من اعتماد کنند چون من با آنها صادق هستم.

از رحمتی تا خط حمله باید رویه جلو باشند

ما در شروع کار یکسری تمرینات ویژه داشتیم تا آمادگی جسمانی تیم بالا برود. تیم ما باید رویه جلو باشد و به همین خاطر باید کاری می کردیم که از رحمتی تا خط جلو، از عقب تا نوک حمله با تمام توان کار کنند. بازیکنان ما این مسائل را می دانند و می خواهند که بهتر شوند، به همین خاطر تیم را به سمت دیگری بردیم و الان هم بازی به بازی بهتر می شویم. **نمی توانستم یک هفته ای روش تیم را عوض کنم**
من نمی توانستم در یک هفته روش تیم را عوض کنم. باید بیشتر کار کنم و بیشتر بازیکنان را بشناسم. اینکه چه بازیکنی چه توانایی دارد. از این گذشته ما باید با همه بازیکنان به صورت اختصاصی کار کنیم و بفهمیم کدام بازیکن چه مشکلی دارد. در این صورت است که بازیکن آمادگی بیشتری پیدا می کند و می تواند موفق باشد.

قاندی مثل مهمت شول است

مهدی قاندی مثل بازیکن قدیمی من در آلمان، مهمت شول است، او باید جداگانه تمرین کند و زمانی که آماده نیست نمی تواند به زمین برود. شاید فشار مضاعفی برای بازی کردن او باشد، اما ما ابتدا ۵ دقیقه، ۱۰ دقیقه، یک نیمه و در نهایت به صورت فیکس او را به میدان فرستادیم. دقیقا همان کار را با مهمت شول کردیم. در بازی استقلال و پدیده در مشهد چون دفاع چپ حریف خیلی خوب در کارهای تهاجمی حضور

سرمربی آلمانی استقلال اعتقاد دارد حسین حسینی حتی اگر نیمکت نشین هم باشد توسط کی روش به جام جهانی روسیه برده می شود. وینفرد شافر این روزها یکی از محبوب ترین مربیان خارجی شافل در فوتبال ایران است؛ این مربی آلمانی بعد از برد مقابل نفت آبادان، استقلال را در آستانه کسب یک جام قرار داده و حالا امیدوار است در لیگ قهرمانان و لیگ برتر نیز نتایج خوبی برای آبی ها کسب شود.

شفر اولین گفت و گوی تلویزیونی خود را با برنامه شب های فوتبالی انجام داده است . سرمربی آلمانی استقلال چهره روز فوتبال رویه رویش افضین عبدالله‌المرجی و کارشناسان برنامه شب های فوتبالی نشست و به سوالات پر تعداد او درباره مسائل مختلف توضیح داد. حاصل این گفت و گوی ۶۰ دقیقه ای در چند نشی تولید خوب کار کنید ما سبک بازی تیم را عوض روی آنتن شبکه ورزش سیما رفت و بخش دوم در برنامه امشب

پخش خواهد شد.

صحبثت شافر در بخش اول این مصاحبه را در ادامه می

خوانید:

برایم مهم است بازیکنان با هم صحبت کنند

ما در شروع کار با استقلال بازیکنان خوبی داشتیم که برخی از آنها صددرصد آماده نبودندو این موضوع برای کی تیم فوتبال بسیار مهم است. اگر آماده جسمانی خوبی در فوتبال نداشته باشید، نمی توانید خوب کار کنید. ما سبک بازی تیم را عوض کردیم و تمرینات تاکتیکی زیادی انجام دادیم. روحیه تیمی و کار تیمی در استقلال ما بسیار مهم است و می دانیم اگر تیمی داشته باشیم که بازیکنانش با هم مصمی نباشند و با

تیم فوتبال پرسپولیس با برتری دو گله برابر شادرگان ابراهیم‌زاده، بیش از پیش به قهرمانی در لیگ هفدهم نزدیک‌تر شد. در مهم‌ترین دیدار هفته بیست و دوم لیگ بر تر فوتبال ایران دو تیم پرسپولیس و سپاهان از ساعت ۱۵۵۰ روز جمعه در ورزشگاه آزادی به مصاف هم رفتند که این دیدار در پایان با برتری دو گله سرخپوشان پایتخت همراه شد تا این تیم یک قدم دیگر به دومین قهرمانی متوالی خود به لیگ بر تر نزدیک شود. برای پرسپولیس علی علیپور و شجاع خلیل‌الله گلرزی کردند.

نیمه نخست

دقیقه ۸: حرکت بازیکن پرسپولیس در پشت محوطه جریمه توپ را به حسین ماهینی رساند که شوت سرکش بازیکن پرسپولیس با برخورد به مدافع سپاهان در ستان ابراهیم عالمه قرار گرفت.

گل دقیقه ۱۱: حرکت تر کییی بازیکن پرسپولیس با یک‌دو علیپور و احمدزاده همراه شد که علی علیپور موقعیت تک به تک را در مصاف با عالمه دا دست داد. در توپ برگشتی نیز احمدزاده توپ را به صورت دروازه‌بان سپاهان زد تا عالمه دو واکنش متوالی داشته باشد. اما این پاس به سپولیس‌ها، دروازه شاگردان ابراهیم‌زاده را باز کند.

دقیقه ۲۰: پاس زیبای وحید امیری منشا را در موقعیت تک به تک با دروازه‌بان سپاهان قرار داد که نعلان این مهاجم تبحریمه‌ای باعث شد دروازه‌بان سپاهان توپ را مهار کند. دقیقه ۳۸: نخستین حمله سپاهان در این دقیقه رخ داد. ساتر بازیکنان سپاهان با پاس ساسان انصاری به مهدی شرفی همراه شد که ضربه مهاجم سپاهان در محوطه شش قدم با تین دروازه برخورد کرد و برگشت داد.

آفساید

معمای حق پخش تلویزیونی ورزش

حق با کیست؟

مهدی رهبر*



در حالی که فدراسیون فوتبال در سال های گذشته تلاش کرده تا با پیگیری های حقوقی و قانونی، از صدا و سیما برای پخش مسابقات فوتبال حق پخش بگیرد، اما برخی از فدراسیون های دیگر برای گرفتن آنتن زنده از تلویزیون حتی مبالغی را نیز پرداخت می کنند.

از اواخر سال گذشته و بدنبال تصویب قانون برنامه ششم توسعه در مجلس شورای اسلامی، بار دیگر موضوع پرداخت پول از سوی صدا و سیما به فدراسیون های ورزشی و در راس آنها فدراسیون فوتبال که مسابقات آن بینندگان میلیونی دارد، به عنوان حق پخش تلویزیونی ورزش مطرح و در مقطعی داغ شد. بر اساس قانون برنامه ششم توسعه، صدا و سیما و وزارت ورزش موظف شده اند طی سال نخست اجرای برنامه موضوع حق پخش تلویزیونی را به ویژه برای مسابقات لیگ حل کنند.

پیش از تصویب لایحه برنامه ششم توسعه، رابزنی های گسترده ای از سوی مجموعه وزارت ورزش و فدراسیون فوتبال با نمایندگان مجلس و حتی مجمع تشخیص مصلحت نظام شد تا سازمان صدا و سیما مجاب به پرداخت حق پخش مسابقات شود.

هرچند در مردماه و بعد از بر گزار ی دومین نشست ویزه مجلس شورای اسلامی با مهدی تاج رئیس فدراسیون فوتبال اعلام شد که حق پخش تا روز ۲۰ شهریورماه تعیین تکلیف خواهد شد، اما این موضوع همچنان حل نشده باقی مانده است.

«جیم هلسن» مشاور برنامه ریزی ابرهردی فیفا که ماه گذشته به تهران سفر کرده بود، در ارزیابی خود از شرایط فوتبال ایران تاکید کرد که یکی از عمده ترین چالش های موجود در فوتبال ایران حق پخش تلویزیونی و سامندگی بازاریابی است. در حالی که این موضوع ۷۰ درصد درآمدهای فدراسیون های فوتبال در سراسر جهان را تشکیل می دهد این رقم در ایران بسیار ناچیز است.

۷۰ درصد درآمدهای فدراسیون های فوتبال، رقم مبالغه آمیزی نیست کما اینکه در پایان شهریورماه سال جاری اعلام شد که تلویزیون اسکای ایتالیا یکی از شبکه های ماهواره ای است که پیشنهاد خرید حق پخش این مسابقات به ارزش ۵۶ میلیون یورو در فصل را ده و این پیشنهاد نیز مورد قبول قرار گرفته است. اما صدا و سیما ی ایران حاضر به پرداخت ۲۲ میلیارد تومان حق پخش فوتبال در فصل های گذشته نبوده است. مسئولان فدراسیون فوتبال بارها تاکید کرده اند که صدا و سیما نه تنها با پخش زنده مسابقات لیگ برتر و تیم های ملی بیننده های فراوانی را جذب می کند، بلکه از آگهی های تبلیغاتی قبل و بعد بازی و همچنین آگهی های ریزنوس نیز بهره اقتصادی خوبی حاصل می کند.

عضو «کمیوزی» عضو اکسیون ورزش مجلس شورای اسلامی نیز چنین عقیده ای دارد و به ایرنا می گوید: حق پخش نیاز اولیه فوتبال است و امیدوارم هرچه سریعتر این حق فوتبال به آن پرداخت شود.

با این حال مسئولان صدا و سیما به مشکلات اقتصادی سال های اخیر خود اشاره کرده و می گویند که درآمدهای آنها بسیار ناچیز است و پرداخت حق پخش برای آنها مقذور نیست. از سوی دیگر تلویزیون معتقد است در صورتی که مسابقات ورزشی به ویژه فوتبال را به طور زنده پخش نکند، فدراسیون فوتبال، سازمان لیگ و باشگاه های ورزشی قادر به جذب حامی مالی نخواهند بود.

همچنین صدا و سیما خواهان دریافت بخشی از درآمد حاصله از سوی فدراسیون فوتبال، سازمان لیگ و باشگاه ها در زمینه حمایت کننده مالی آنهاست اما موضوع را حق خود می داند. البته رویه اعلام شده در هیچ کیجی اندیا مرسوم نیست ولی از آنجایی که در ایران انحصار پخش تلویزیونی تنها در اختیار این نهاد است، این مساله مطرح شده است. اما اینکه شنبه می روش رشته های غیر فوتبالی بعضا حاضر شده اند برای پخش مسابقات خود به صدا و سیما پول بدهند!

استدلال این فدراسیون ها که از جمله فدراسیون های کوچک تر هستند نیز این منطق است آنها امتیاز پخش زنده برای راحتی می توانند وارد مذاکره با شرکت های تولیدی، بانک ها، بیمه ها و حتی فروشگاه های تفریحی ای شده و اقدام به جذب اسپانسر کنند. در این حال در سال های اخیر و با توسعه بازاریابی های ارتباطی از جمله توسعه شبکه های اجتماعی و امکان پخش برخی مسابقات ورزشی، به نظر می رسد که به تدریج توجه فدراسیون ها به این سمت خواهد رفت. اما اینکه در ماه های گذشته فدراسیون فوتبال پخش تعدادی از مسابقات ورزشی را بر روی شبکه ای اینترنتی آغاز کرده و یکی از اپراتورهای تلفن همراه نیز از لایگای آسیاتیا حق پخش مسابقات را بر روی اپراتر ک کاربردی تصویری اش دریافت کرده و حتی نشست خبری مربیان تیم را نیز پوشش می دهد. به هر حال با نظر قانونی، صدا و سیما حکمی در فوتبال است ولی با توجه به شرایط انحصاری آن در پخش مسابقات و همچنین شرایط اقتصادی سایر فدراسیون ها در جنب اسپانسر، موضوع حق پخش به معنایی تبدیل شده که حل آن به نظر آسان نمی رسد.

مکت

چطور استقلال نمی تواند مهاجم خارجی بخرد؟

استقلال تا حال دو بازیکن به تهران آورده است و این دو مشکل جسمی داشته‌اند. استقلال همچنان به دنبال بازیکن است و نتوانسته مهاجم مورد نظرش را برای لیگ قهرمانان آسیا جذب کند. این ماجرا به یک بحران بزرگ در این تیم بدل شده است. طوری که دیگر شخص شفر رسماً در کنفرانس مطبوعاتی گفت هر بازیکن خوبی را که می پسندد ،مدیر برنامه های یکی از بازیکنان تیمش با تماس هایش با آن بازیکن ،رایش را برای حضور در ایران می زند. جالبتر اینکه این اخبار از درون باشگاه استقلال به بیرون می رود. طوری که رسماً ترجیح شفر این شده که به کسی نگوید کدام بازیکن را می خواهد. جالب اینکه در این میان تا حال دو بازیکن خارجی به تهران آمده اند. سفر هر بازیکن خارجی به تهران ، غیر از هزینه های تست های پزشکی ، اگر تنها هزینه سفر خود بازیکن باشد و مدیر برنامه هایش را به حساب نیاوریم ، با هزینه بلیت و هتل بالا ۲۰ تا سی میلیون تومانی هزینه را روی دوش باشگاه می گذارد. این بازیکنان آمده اند ، تست داده اند و رد شده‌اند. روند تست پزشکی در فوتبال اینگونه است که بازیکن در تست های یادشده برای تعیین سلامت حاضر می شوند. این تست ها نتیجه ای را به همراه دارد و گروه پزشکی ایفراک که وابسته به فدراسیون فوتبال است را مراکز ورزشی تیم ها کتبا به باشگاه اعلام می کند میزان سلامتی بازیکن در چه پیرامنی است این تنها نظری مشورتی است. چنانچه باشگاهی اصرار به جذب بازیکن داشته باشد یا می مربی اعلام کند بازیکن را می خواهد ، دیگر این خود باشگاه ها هستند که تصمیم می گیرند.

به گزارش خبرآنلاین؛ یازده مهاجم پرتغالی که برای استقلال آمده بود، در این تست ها رد شد و به کشورش برگشت و آنچه به تیمی در لیگ برترشان پیوست، این اتفاق حاشیه های فراوانی را برای استقلال ایجاد کرد. اینکه مهاجمان مورد نظر شفر را رد می کنند. درحالی که خود شفر می تواند در این مواقع با اعلام نظر قطعی بازیکن مورد نظرش را جذب کند. ریسکی که خود او هم سر بازیکنان شبه دار بر نداشته چون نمی خواهد متهم شود به خرید بازیکن آسیب دیده. جالب اینکه استقلال بازیکنی را به تهران آورده که در این بازار گران دلار و یوروی حدود ۵ هزار تومانی، اصلا خریدهای ارزانی نیستند و مثلاً رقم یازده بازیکن کابرونی در بازار نقل و انتقالات زمستانی رقمی حدود ۴۰۰ هزار یورو برای استقلال قرار بوده آب بخورد. استقلال پولی مناسب دارد اما بازیکنان اولویت یک بر مرده اند و حالا بلبشویی به پا شده چون باید حتما یک مهاجم آزاد پیدا کنند که پولش به این تیم بخورد. مدموم نباشند و بتوانند از خان آقای ایکس در باشگاه و دلالی که به او پیوست شده هم بگذرد!

خبر

بیگی پیشکوست استقلال:

استقلال نان ساختار دفاعی فوق العاده اش را

می خورد

پیشکوست استقلال گفت: نظم دفاعی آبی پوشان به بالاترین سطح ممکن رسیده و این باعث می‌شود که آنها قابلیت پرپوری بر هر حریفی در هر کجا را داشته باشند. سعید بیگی اظهار داشت: بازی کردن با تیم صنعت نفت در آبادان خیلی سخت است. کمالوند تیم خیلی خوبی ساخته. آنها سه چهار بازیکن خارجی فوق العاده دارند که کار را برای هر حریفی سخت می‌کنند. همین که ای آبی پوشان توانستند این تیم را در خانه خود مغلوب کنند یعنی دست به کار بزرگی زدند. پیشکوست تیم استقلال تصریح کرد: ساختار دفاعی آبی پوشان به بهترین شرایط ممکن رسیده است و این باعث شده تا خط حمله این تیم هم خوب کار کند. همین که در مرحله برگشت با ۱۲ گل زده و یک گل خورده بهترین خط حمله و بهترین خط دفاع تیم فصل دوم را دارد نشان می‌دهد به بلوغ رسیده است. به جرأت می‌گویم اگر تیم برای فصل بعد حفظ شود با اختلاف نسبت به همه تیم‌ها قهرمان می‌شود.

وی افزود: تعویض فرشید باقری و حضور او در میدان بهترین تعویض بازی بود. وقتی فرشید باقری به ترکیب اضافه شد همه درهای نفوذ برای سمت نفت بسته شد و از همان موقع می‌شد حس زد که ای بیوشان می‌توانند برتری خود را حفظ کنند.

رابطه رژیم غذایی و آکنه



آکنه یک بیماری شایع پوستی است که تقریباً ۱۰ درصد از جمعیت جهان را تحت تأثیر قرار می دهد. عوامل بسیاری به بروز آکنه منجر می شوند که از آن جمله می توان به تولید سیوم (چربی پوست) و کراتین، باکتری های مسبب آکنه، هورمون ها، منافذ مسدود شده پوست، و التهاب اشاره کرد.

پیوند بین رژیم غذایی و آکنه بحث برانگیز است، اما پژوهش های اخیر نشان داده اند که رژیم غذایی می تواند نقش چشمگیری در بروز آکنه داشته باشد. در ادامه با ۷ ماده غذایی که می توانند موجب آکنه شوند بیشتر آشنا می شویم.

غلات و قندهای پالایش شده

افراد مبتلا به آکنه نسبت به افرادی که دارای آکنه کم یا فاقد آن هستند، به مصرف کربوهیدارت های پالایش شده بیشتر تمایل دارند.

از مواد غذایی سرشار از کربوهیدارت های پالایش شده می توان به موارد زیر اشاره کرد:

نان، کرکرها، غلات صبحانه، یا دسرهایی تهیه شده از آرد سفید

پاستاهای تهیه شده از آرد سفید

برنج سفید و نودل برنج

نوشابه های گازدار و دیگر نوشیدنی های شیرین شده با شکر

شیرین کننده هایی مانند نیشکر، شیره افرا، عسل یا آگوا

کربوهیدارت های پالایش شده به سرعت در جریان خون جذب می شوند، که این شرایط موجب افزایش سریع و ناگهانی قند خون می شود. هنگامی که قند خون افزایش می یابد، سطوح انسولین نیز افزایش می یابد تا قند خون را از جریان خون خارج کرده و وارد سلول ها کند. با این وجود، سطوح بالای انسولین برای افراد مبتلا به آکنه خوب نیست. انسولین هورمون های اندروژن را فعال تر می سازد و فاکتور رشد شبه انسولین ۱ (IGF-1) را افزایش می دهد. این شرایط به توسعه آکنه در نتیجه رشد سریع تر سلول های پوست و افزایش تولید سیوم منجر می شود.

از سوی دیگر، رژیم های غذای کم گلیسمی که قند خون یا سطوح انسولین را به طور قابل توجهی افزایش نمی دهند با کاهش شدت آکنه پیوند خورده اند.

محصولات لبنی

مطالعات بسیاری پیوند بین محصولات لبنی و شدت آکنه را در نوجوانان نشان داده اند. همچنین، دو مطالعه نشان داده اند جوانانی که به طور منظم شیر یا بستنی مصرف می کردند، چهار برابر احتمال بیشتری داشت به آکنه مبتلا شوند.

با این وجود، مطالعاتی که تا به امروز انجام شده اند بیشتر بر نوجوانان و جوانان متمرکز بوده و تنها ارتباط بین شیر و آکنه را نشان داد و رابطه علت و معلولی را ارائه نکرده اند. این که شیر چگونه به بروز آکنه منجر می شود همچنان به طور دقیق مشخص نیست، اما چند فرضیه وجود دارند.

علم – فناوری

عضلات انسان هم حافظه دارند!



رشد عضلات بدن انسان ردیابی ژنتیک در ژن های این بخش از بدن فرد برجای می گذارد که باعث می شود رشد آنها در آینده با توجه به این نوع اطلاعات ذخیره شده با سرعت بیشتری انجام شود.

این بلندگو خانه را از شر سارقان محافظت می کند

محافظت کند.
استارت آپ سوئسی Mitipi که در حوزه امنیت خانگی فعالیت می کند این بلندگو را با الهام از شخصیت کودک (کوپن) در فیلم تنها در خانه ساخته است. این دستگاه هم مانند شخصیت اول فیلم از حقه های جالبی برای حفظ امنیت خانه استفاده می کند. بلندگوی مذکور به وای فای متصل می شود و در حقیقت شبیه یک هم اتاقی مجازی است و وجود فردی در خانه را شبیه سازی می کند. علاوه بر آن، بلندگو دارای یک حسگر روشنایی است و نوعی نور سفید تولید می کند. همچنین دارای نور قابل تنظیم RGB است. بلندگوی کوپن به طور هوشمند متوجه می شود چه زمان باید مکان را روشن کند و حتی می تواند نور تلویزیون را شبیه سازی کند. در کنار این موارد کوپن یک بلندگوی هوایی دارد که انواع سرصداهایی که در خانه شنیده می شود را تقلید می کند، مانند صدای راه رفتن، ناوختن ساز و غیره. تنظیمات صدا و نور را می توان با دکمه هایی روی دستگاه یا از راه دور به وسیله اپلیکیشن تعیین کرد. کوپن با اتکا بر الگوریتم هایی فعالیت می کند که با توجه به مکان، زبان و زمان و آب و هوا وجود یک فرد در خانه را شبیه سازی می کند.

واکسنی که تومورهای سرطانی موش ها را از بین برد

دارد. گروهی از محققان دانشگاه استنفورد حدود ۲۰ مولکول و چندین آنتی بادی را روی موشها آزمایش کردند تا ببینند کدامشان، سلول‌های ایمنی را فعال می‌کنند و به آنها در از بین بردن تومور کمک می‌کنند. به نظر آنها تریکیبی قوی پیدا کرده‌اند. محققان ابتدا با تزریق سلول‌های سرطانی در زیر پوست موش‌ها موجب ایجاد تومور شدند. پس از تزریق ترکیب‌های مختلفی از مولکول‌ها بر روی آنها، یک ترکیب، بهترین نتایج را نشان داد این ترکیب شامل “CPG”، یک قطعه از دی‌ان‌ی و یک آنتی‌بادی علیه پروتئین سلول ایمنی موسوم به “OX4۰” است. دکتر ژوآلد لوی“ نویسنده ارشد این مطالعه گفت: هنگامی که ما از این دو عامل با هم استفاده می‌کنیم، می‌بینیم که منجر به حذف تومورها در سراسر بدن می‌شود. طبق گفته وی، مولکول‌ها به طور خودکار تقریباً هیچ تأثیری ندارند. با این حال، هنگام تزریق در ترکیب، تومورهای موش در کمتر از ۱۰ روز ناپدید شدند. سپس در کمتر از ۲۰ روز، حتی تومورهایی که تحت تزریق مستقیم مولکول‌ها قرار نگرفته بودند نیز ناپدید شدند و ی همکارانش همچنین ترکیبی

آکنه کمک کند.

پودر پروتئین آب پنیر

پروتئین آب پنیر یک مکمل غذایی محبوب است. این محصول سرشار از اسید آمینه ها لوسین و گلوتامین است. این اسید آمینه ها رشد سلول های پوست را تقویت می کنند و سرعت تقسیم آنها را افزایش می دهند، که این شرایط ممکن است به بروز آکنه منجر شود.

همچنین، اسید آمینه های موجود در پروتئین آب پنیر می تواند در تحریک بدن به تولید سطوح بیشتر انسولین نقش داشته باشد، که این شرایط با بروز آکنه پیوند خورده است.

چندین مطالعه پیوند بین مصرف پروتئین آب پنیر و آکنه در ورزشکاران مرد را گزارش کرده اند. مطالعه ای دیگر نیز پیوند مستقیم بین شدت آکنه و تعداد روزهای مصرف مکمل پروتئین آب پنیر را نشان داد.

غذاهایی که به آنها حساسیت دارید

آکنه اساساً به عنوان یک بیماری التهابی در نظر گرفته می شود. این حقیقت که مصرف داروهای ضد التهابی، مانند کورتیکواستروئیدها، درمانی موثر برای آکنه شدید و افراد مبتلا به آکنه که با افزایش سطوح مولکول های التهابی در بدن خود مواجه هستند، محسوب می شود، پشتیبان این مساله است.

حساسیت های غذایی یکی از مواردی است که غذا ممکن است به بروز التهاب در بدن منجر شود. حساسیت های غذایی زمانی رخ می دهند که سیستم ایمنی بدن انسان غذا را به اشتباه به عنوان یک تهدید شناسایی کرده و حمله به آن را آغاز می کند.

این شرایط به سطوح بالای مولکول های التهابی موجود در بدن منجر می شود، که ممکن است تشدید آکنه را به همراه داشته باشد.

از آنجایی که سیستم ایمنی بدن انسان می تواند به مواد غذایی مختلفی واکنش نشان دهد، بهترین روش برای یافتن محرک ها استفاده از یک رژیم غذایی حذفی زیر نظر متخصص تغذیه است.

در رژیم غذایی حذفی مصرف برخی مواد غذایی به طور موقت محدود می شود تا محرک ها حذف شده و علائم تسکین یابند، سپس مواد غذایی به طور سیستماتیک اضافه می شوند، در شرایطی که علائم و الگوها زیر نظر قرار دارند.

در عوض چه چیزی بخوریم

اگرچه مواد غذایی که در بالا به آنها اشاره شد به بروز آکنه منجر می شوند، برخی مواد غذایی و مواد مغذی نیز وجود دارند که ممکن است به حفظ سلامت پوست کمک کنند.

اسیدهای چرب امگا-۳

اسیدهای چرب امگا-۳ از خواص ضد التهابی برخوردار هستند، و مصرف منظم آنها با کاهش خطر ابتلا به آکنه پیوند خورده است.

پروبیوتیک‌ها

پروبیوتیک ها سلامت روده و تعادل میکروبیوم را بهبود می بخشند، که این شرایط با کاهش التهاب و خطر کمتر ابتلا به آکنه پیوند خورده است.

چای سبز

چای سبز حاوی پلی فنول هایی است که با کاهش التهاب و تولید سیوم پیوند خورده اند. عصاره چای سبز نیز در صورت استفاده موضعی می تواند شدت آکنه را کاهش دهد.

زردچوبه

زردچوبه حاوی پلی فنول کورکومین است، که از خواص ضد التهابی سود می برد و می تواند به تنظیم قند خون، بهبود مقاومت به انسولین و مهار رشد باکتری های مسبب آکنه کمک کند.

ویتامین های E، A و D، و روی

این مواد مغذی نقش کلیدی در سلامت پوست و سیستم ایمنی ایفا می کنند، و مشخص شده است که بروز آکنه بیشترین آن را در صورت کمبود می کند.

رژیم های غذایی سبک پالئولیتیک

رژیم های غذای پالئو سرشار از گوشت بدون چربی، میوه ها، سبزیجات و مغزهای خوراکی هستند و از محتوای کم غلات، لبنیات و حبوبات برخوردار هستند. این قبیل رژیم های غذایی با کاهش قند خون و سطوح انسولین پیوند خورده اند.

رژیم های غذایی سبک مدیترانه ای

یک رژیم غذایی مدیترانه ای سرشار از میوه ها، سبزیجات، غلات کامل، حبوبات، ماهی و روغن زیتون است و میزان لبنیات و چربی های اشباع در آن کم است. این رژیم غذایی نیز با کاهش شدت آکنه پیوند خورده است.

گوگل تاخیر پرواز هواپیماها را پیش بینی می کند

گوگل با استفاده از هوش مصنوعی تاخیر پروازهای مختلف را با ۸۰ درصد صحت پیش

بینی می کند.

گوگل می تواند قبل از شرکت هواپیمایی، وجود تاخیر در پرواز را به مسافران اطلاع دهد.

این شرکت با استفاده از هوش مصنوعی می تواند تاخیر در پروازهای تجاری را به طور دقیق پیش بینی کند. گوگل با استفاده از سوابق اطلاعات خطوط هواپیمایی از جمله مربوط به تاخیرهای پرواز، مشکلات آتی را نیز پیش بینی می کند.

این شرکت ادعا می کند با روش مذکور می تواند تاخیر را با ۸۰ درصد صحت تخمین بزند. البته گوگل هنوز تأیید نکرده از چه نوع سوابق اطلاعاتی برای پیش بینی تاخیر استفاده می کند.

Google Flights تنها تاخیرهایی را نشان می دهد که احتمال وقوعشان بیش از ۸۰ درصد است. این پیش بینی ها همراه نام شرکت هوایی و دلیل تاخیر نشان داده می شوند.

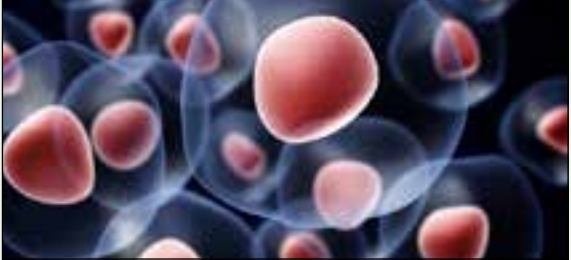
خودروی خودران تحویل محموله رونمایی شد

یک استارت آپ آمریکایی از خودرویی خودران برای ارسال محموله و بار رونمایی کرده است.

روز گذشته استارت آپ Nuro از یک خودروی خودران برای تحویل محموله رونمایی کرد. دیو فرگوسن و جیاچون ژو و دوهندس سابق پروژه خودروی خودران گوگل این استارت آپ را راه اندازی کرده اند. البته هنوز جزئیات فنی این خودرو مشخص نیست. اما به گفته کارشناسان وسیله نقلیه مذکور کملا خودران است. همچنین خودروی «نورو» از مواد بسیار سبک ساخته شده و بعد از نصف یک خودروی معمول است. علاوه بر تمام این موارد در خودرو دو محفظه مجزا برای بار دادن بار در نظر گرفته شده که می توان در گرم‌آباد آنها را با توجه به محموله خودرو تغییراتی داد، مانند قرار دادن یخچال در محفظه برای ارسال میوه و مواد غذایی، شبیه کار این خودرو بسیار ساده است. در مباد محموله هاو بار در خودرو قرار می گیرد تا بار آدرس دریافت کننده ارسال شود. این استارت ا اعلام کرده این خودرو برای استفاده محلی ساخته شده است. بنابراین در اتوبان ها ظاهر نمی شود. البته هنوز مشخص نیست خودروی مذکور چه زمان به طور تجاری عرضه می شود.

استفاده از آب درمانی برای بیماری کلیه پلی کیستیک

محققان انستیتو و بیمارستان وست مید استرالیا، روش پی خطر، ارزان و موثری را برای درمان بیماری کلیه پلی کیستیک ارائه داده اند که شامل نوشیدن مقدار کافی آب است. این محققین مطالعات بالینی را انجام داده اند و تست کرده اند که آیا نوشیدن مقادیر کافی آب می تواند بیش از این که پیشرفت بیماری کلیه پلی کیستیک منجر به نارسایی کلیه شود، به درمان آن کمک کند یا خیر. در این مطالعه که دکتر انگار و همکارانش آن را- PREVENT-ADPKD نامیده اند، به بررسی این امر پرداخته اند که آیا مصرف آب می تواند تشکیل کیست را در کلیه ها کاهش دهد یا خیر. به عقیده رنگان مصرف آب مانع از عملکرد هورمونی می شود که رشد کیست ها را مقذور می سازد. همچنین بیماری از بیماری که مبتلا به کلیه پلی کیستیک هستند، در نهایت مبتلا به نارسایی کلیوی می شوند و در نتیجه ناچار به انجام دیالیز دائمی یا پیوند کلیه هستند. در صورتی که ادعای این مطالعه مبنی بر موثر بودن مصرف آب اثبات شود، می توان نوشیدن مقادیر کافی آب را درمانی برای جلوگیری از پیشرفت آسیب کلیوی ناشی از رشد کیست ها دانست. بیماری کلیه پلی کیستیک، یک مشکل ارثی و ژنتیکی است که در آن ها صدها کیست کوچک یا کیسه های مملو از مایع در بافت کلیوی سالم رشد می کنند. این کیسه ها در نهایت کل بافت سالم را در بر می گیرند و موجب تخریب بافت کلیوی و کاهش عملکرد آن می شوند.



علمی و سلامت

توصیه ها و هشدارها

فواید نوشیدن آب گرم در روز

اگرچه تحقیقات علمی کمی در مورد مزایای استفاده از نوشیدن آب گرم وجود دارند، اما طرفداران سلامت می گویند، نوشیدن آب گرم یک راه کاری آسان برای بهبود بخشیدن به سلامتی است.

مصرف آب، به اندازه ی کافی می تواند برای سلامت پوست و بدن بسیار مفید باشد. آب به سلول های بدن کمک می کند تا مواد مغذی را جذب و غفونته ها را دفع کند. نوشیدن چند لیوان آب گرم در روز نیز، می تواند مزایای بیشتری داشته باشد.

به گزارش فرارید، اگرچه تحقیقات علمی کمی در مورد مزایای استفاده از نوشیدن آب گرم وجود دارند، اما طرفداران سلامت می گویند، نوشیدن آب گرم یک راه کاری آسان برای بهبود بخشیدن به سلامتی است.

مزایای نوشیدن آب گرم

هزاران سال است که مردم از نوشیدنی های گرم استفاده می کنند. در ادبیات عامیانه پزشکی، داستان های بسیاری در خصوص اینکه آب گرم چگونه می تواند بر سلامت فرد تأثیر بگذارد وجود دارند، اما محققان اخیرا، شروع به یافتن مزایای نوشیدن آب گرم کرده اند. این مقاله به هشت مزیت بالقوه نوشیدن آب گرم و نظریه های موجود در باری آن می پردازد.

۱- هضم سالم

هنگامی که فرد روزانه به اندازه کافی آب آشامیدنی نمی نوشند، روده ی کوچک بیشتر آب موجود در غذا و نوشیدنی ها را جذب می کند. این اتفاق باعث کم شدن آب بدن می شود و می تواند حرکات روده را دشوار کند.

هیدرواسیون های (کم آبی) مزمن می توانند با پیوست های مزمن مرتبط باشند. این پیوست می تواند حرکات روده را درنکاد کنند و باعث بروز مشکلاتی از قبیل: هموروئید و نفخ شوند.

نوشیدن آب خطر ابتلا به پیوست را کاهش می دهد.

۲- سم زدایی

منافع بهداشت معتقدند که آب گرم ممکن است به سم زدایی بدن کمک کند. زمانی که آب به اندازه کافی گرم باشد موجب بالا رفتن دمای بدن فرد می شود و این موضوع می تواند میزان تعریق بدن را افزایش بدهد. تعریق به بدن کمک می کند تا سموم را خارج کند و منافذ پوست را نیز تمیز می کند.

۳- بهبود گردش خون

آب گرم به عنوان یک باز کننده عروق عمل می کند، این بدین معنی است که باعث باز شدن عروق خونی می شود و گردش خون را بهبود می بخشد. همچنین می تواند دردهای عضلانی را کاهش بدهد و آرام کند.

اگرچه بسیاری از مطالعات آب گرم را به طور مستقیم در بهبود بخشیدن به گردش خون مرتبط نمی دانند، اما این میزان هر چند هر اندک باشد می تواند منجر به جریان بهتر خون در عضلات و اندام های متصل شود.

۴- کاهش وزن

مدت زمان زیادی است که تحقیقات از این ایده حمایت کرده اند که نوشیدن آب آشامیدنی، می تواند به کاهش وزن کمک کند. این موضوع به این دلیل است که پس از نوشیدن آب احساس سیری می کنیم. همچنین این را باید خاطر نشان کرد که آب در جذب مواد مغذی کمک بسیاری می کند و سموم بدن را دفع می کند.

یافته های مطالعاتی که در سال ۲۰۰۳ منتشر شده بود نشان می داد که جایگزین کردن آب گرم به جای آب سرد می تواند سبب کاهش وزن شود. محققان دریافته اند که مصرف ۵۰۰ میلی لیتر آب، قبل از خوردن غذا می تواند سبب افزایش ۳۰ درصدی سوخت و ساز بدن شود.

افزایش دمای آب به ۶.۹۸ درجه سانتی گراد موجب افزایش ۴۰ درصدی سوخت و ساز می شود. افزایش این متابولیسم ۳۰ تا ۴۰ دقیقه پس از مصرف آب ادامه دارد.

۵- کاهش درد

آب گرم می تواند گردش خون و جریان خون را به خصوص در عضلات آسیب دیده بهبود ببخشد. البته هنوز هیچ تحقیقی درباره ی ارتباط مستقیم مصرف آب گرم و کاهش درد وجود ندارد.

با این حال بسیاری از افراد مرتباً از بطری ها و کیسه های آب گرم برای کاهش درد استفاده می کنند. مصرف آب گرم ممکن است در تسکین درد موثر باشد، اما این را نیز به یاد داشته باشید که استفاده بیش از حد ممکن است تورم را به همراه داشته باشد.

۶- مبارزه با سرما خوردگی و بهبود بخشیدن به سلامت سینوزیت ها

گرما می تواند فشارهای ناشی از سرما خوردگی و آلرژی بینی در سینوزیت ها را کاهش دهد. بخار نیز یکی از روش های تخلیه و درمان سینوس ها می باشد.

مصرف آب آشامیدنی گرم ممکن است، به سرعت حرکت مخاط، کمک کند. این بدین معنا است که آب گرم ممکن است بتواند روند تخلیه بینی را تقویت ببخشد.

۷- تشویق به مصرف چای و قهوه

زمانی که آب گرم با چای یا قهوه ترکیب می شود، مزایای بیشتری را برای سلامتی شما ارائه می دهد. مصرف دوزهای بالا قهوه و کافئین، می تواند سبب دهیدرنا شدن بشوند، اما آن ها با داشتن خواص آرامش بخش همچنان برای سلامتی مفید هستند. تحقیقاتی که در سال ۲۰۱۷ منتشر شده اند، نشان می دهند مصرف قهوه به داشتن زندگی طولانی تر کمک بسیاری می کند. سایر تحقیقات، ارتباط بین مصرف قهوه و کاهش خطر ابتلا به بیماری هایی از جمله، سرطان، دیابت نوع ۲، برخی بیماری های کبدی و مشکلات قلبی را نشان می دهند.

چای ممکن است خطر بروز سگته مغزی، بیماری قلبی، دیابت نوع ۲ و بیماری های کبدی را کاهش دهد.

۸- کاهش استرس

یک فنجان آب گرم گرم نیز به افراد کمک کند تا فشار عصبی و استرس خود را کنترل کنند. یک مطالعه قدیمی نشان می دهد که مصرف مایعات گرم مانند چای و قهوه می توانند در کاهش استرس و اضطراب تأثیر گذار باشند.

این مطالعه بیان می کند که این خواص به دلیل کافئین موجود در چای و قهوه می باشد، اما باید عنوان کرد که گرما نیز نقش مهمی در بهبود حال افراد ایفا می کند.

خطرات نوشیدن آب گرم

یکی از خطرات نوشیدن آب گرم، سوختگی ناشی از آن است. احتمالاً زمانی که از گذشتن یک بند انگشتان در داخل آب، احساس خوشایندی را تجربه می کنید، ممکن است در هنگام استفاده از همان آب گرم برای نوشیدن، احساس سوختگی درزبان یا گلو را تجربه کنید. از مصرف آبی که در نزدیکی نقطه ی جوش است، اجتناب کنید و همیشه قبل از مصرف نوشیدنی گرم آن را تست کنید. نوشیدن یک فنجان چای یا قهوه به دلیل اینکه آرامش بخش است، خستگی روزانه را از تن بیرون می کند.

دمای مناسب آب آشامیدنی

نوشیدنی های گرم مانند قهوه و چای اغلب در نزدیکی دمای جوش، درست می شوند. برای دسترسی به خواص آب گرم ضروری نیست که یک فرد خود را در معرض خطر سوختگی قرار بدهد. افرادی که نوشیدن آب گرم را دوست ندارند، بهتر است آب آشامیدنی را در دمایی نزدیک به دمای معمولی بدن و یا کمی بالاتر از آن بنوشند. در مطالعه در سال ۲۰۰۸ انجام شده بود نشان داد که درجه ی حرارت مطلوب نوشیدنی های گرم مانند قهوه، ۱۲۶ درجه ی فارنهایت (۵۷.۸ درجه ی سانتی گراد) می باشد. این دما، حس لذیذتر میل کردن یک نوشیدنی گرم را ارائه می دهد.

علائم استرس دوران سالمندی

نکات طلایی برای سلامت سالمندان

یک متخصص طب سالمندان گفت: در صورتی که استرس و اضطراب در دوران سالمندی تداوم پیدا کند و مقدار آن زیاد شود می تواند سالمندان را فرسوده و آسیب پذیر کند.

احمد دلبری در خصوص اضطراب و استرس در دوره سالمندی و بازنشستگی گفت: اضطراب و استرس، جزء جدایی ناپذیر زندگی امروزه است؛ اما در صورتی که این اضطراب تداوم پیدا کند و مقدار آن زیاد شود می تواند سالمندان را فرسوده و آسیب پذیر کند. وی ادامه داد: از علت اصلی اضطراب و استرس در دوران بازنشستگی می توانیم به تنهایی و انزوا ی حاصل از مرگ همسر، دوستان و همچنین ترک فرزندان از خانه اشاره کنیم. این متخصص طب سالمندان در ادامه افزود: بیماری های مزمن و کاهش توانایی جسمی افراد در دوران سالمندی؛ اختلال در خواب، مراقبت از همسر بیمار؛ تغییر شرایط و محل زندگی؛ ترس از وابستگی به دیگران؛ ترس از مرگ و حمایت نشدن از دیگر عواملی است که باعث ایجاد اضطراب و استرس افراد در دوران بازنشستگی می شود. وی در ادامه به علل استرس در بازنشستگان اشاره و بیان کرد: افزایش فشار خون، تشنگی، قلب تنفس، تعریق و سردی دستها، خستگی، اختلال در خواب، کلبوس های شبانه، کاهش تمرکز، حواس پرتی، افسردگی و در بعضی مواقع پرخاشگرگی و همچنین علائم گوارشی و تنگ رادرار را می توانیم از عوامل استرس نام ببریم. دلبری در خصوص راههای مقابله با استرس و اضطراب تأکید کرد: یکی از راههای مقابله با استرس، برقراری ارتباط با خداست؛ راز و نیاز با پروردگار اثر آرام بخش بسیار در افراد مضطرب ایجاد می کند. کمک به اعضای خانواده و اطرافیان، صحبت درباره مشکلات و نگرانی ها با خانواده و دوستان؛ به کاری مشغول شدن در مواقع استرس. به طور مثال مشغول شدن به امور خانه داری یا فعالیت های خیرخواهانه و اسان دوستانه، از راهای مقابله با اضطراب است. این متخصص طب سالمندان تصریح کرد: سالمندان می توانند با اعضای خانواده به خصوص نوهها از تباطر برقرار کنند. از نوه یایشان نگهداری کنند. به موسیقی گوش بدهند و برنامه های تلویزیونی را تماشا کنند. فعالیت های ورزشی به کاهش استرس، کمک بسیار می کند. خواب کافی و با کیفیت نیز بسیار کمک کننده است. احمد دلبری در پایان اظهارداشت: بعضی سالمندان به علت کم خوابی، دچار بی قراری و استرس می شوند که توصیه می شود حتما برای رفع این مشکل به پزشک معالج مراجعه کنند.

رئیس جمهوری در اجتماع مردم سبز جان!

بالکھ با عمل تحقیق می شود

[illegible]

کشور برای پیشرفت استفاده کنیم.

م.سازی خانه‌های روستایی جدیدی تر دنبال شود

چندین سال پیش، در حالی که من در حال نوشتن کتابم «فرهنگ و تمدن ایران» بودم، به این فکر افتادم که چگونه می‌توانم به مردم ایران، به خصوص به جوانان، آشنایی بیشتری با تاریخ و فرهنگ ایران بدهم. به همین دلیل، تصمیم گرفتم که یک مجموعه کتاب بنویسم که به زبان ساده و قابل فهم، به مردم ایران، به خصوص به جوانان، آشنایی بیشتری با تاریخ و فرهنگ ایران بدهد. این مجموعه کتاب، به نام «تاریخ و فرهنگ ایران» نامیده می‌شود و به زبان ساده و قابل فهم، به مردم ایران، به خصوص به جوانان، آشنایی بیشتری با تاریخ و فرهنگ ایران بدهد.

رئیس جمهور خاطرنشان کرد: ساله اشتغال نیز جزو خواسته‌های مردم است. روز گل و اشتغال بسیاری از مردم در جریان زلزله آسیب وارد آمده که لازم است برای آن سرگرمی و گردش کار ایجاد شود تا بگویند کمتر روحی از دست می‌دهد. مسکن و اشتغال است. بسیاری از قایل نظیر این است. شما نیز باید به این فکر کنید که چگونه می‌توانید به مردم کمک کنید. زلزله‌ها همیشه رخ می‌دهد و همیشه اتفاق می‌افتد.

سفری بی‌پایان به سوی آینده هیچ کس نباشد که خانه جایی خود را تا تحول نبرشته باشد و آفرای باشد
 می‌خواهد که هر سنگی را برپایر بپایر بپایست آید، ابتدا از طریق استعاره و نیز از
 طریق ریس جبهه و موعظه ای گسترده ای کند، هر گاه دولت او فلسفی یا فلسفه او را بکشد
 سر مردم به طعنه ای فلسفی از سر و پاقت به تعجب و برسد تا مردم به زندگی غلای خود دست
 بگردانند و فلسفه جبهه هر گاه به محبت به کسی که در هر کاره شغل خود را دست
 نداشتند یا کسی که برای گفتن از گفتن خود هیچ کج بود و اکنون هستند نیز
 به تعجب به رهنه باشند و هر سال از آنها تا آنکه حزن می کشند

یسک افشاری کشید و ما یک درجه بیشتر شد گفت: یا هر میزان رشد در این حوزه، وضع برای بهتر شدن این موضوع از آن زمان ها، موافق بین اعضای می گویند. رئیس جمهوری افزود: می بینم که در مسیر رشد و تعالی هستیم و باید مسائل و مشکلات را حل کنیم و همه

آیت الله هاشم رشیدی

رئیس جمهوری همچنین گفت: در پیوسته ای که در ایران ده انقلاب و پیروزه های بسیاری به نفع ایران دیده شده، انقلاب اسلامی با همه دستاوردهای آن، کمترین سهم را در این میان داشته است. او افزود: انقلاب اسلامی در پیوسته ای که در ایران دیده شده، کمترین سهم را در این میان داشته است. او افزود: انقلاب اسلامی در پیوسته ای که در ایران دیده شده، کمترین سهم را در این میان داشته است.

* نڪار، گمراہ، ھيٺو، غلام، ناخدا، وڃاءُ، بواج، توسعدو، رونق، گشور.

[illegible][illegible]

روحانی خاتون‌نشین کرد این باعث اختلال مست که در این امرای با این‌ها و هداکاری به عودت و فرهنگ اسلامی و راه پدیدار (از اهل بیت (ع) و به یک حکومت مرسوس است باینهمه ما در کل منطقه و جهان اختلال می کنیم که مردم، نظام و جاز چوب آن را برای خاتون‌نشین انتخاب کردند و این مردم هستند که این نظام میهن و کشورشان حفاظت می‌کنند.

پیشی چهره پر کشیده باد، این شما مردم هستند که در کنار دولت، بیشتر وقت ایران بزرگ را معذور می کنید. بدون حضور، رأی و نظر و حتی بدون تشکر مردم، پیشی تو شمس سبیر بیشتر تو سعادت و آسایش و آرامی اگر چه منطبق و انطباق نگاه کنجی به عراق و سوریه و لبنان، میسر، مصر، افغانستان و پاکستان نگاه کنده کنج از ایران کنی تو است. این است: این است: مردم و الحاد و کاذبی خود در کنار تو و این منطبق است، و تطبیقی، این کار که باید

[illegible][illegible]

باید کارهای مهم خود را کوچک بشماریم

رئیس جمهوری هجرتین عصر ریتجنس در این افتتاح هم در پروژهای مجتمع معنوی و معنوی کل شهر و طرح های اقتصادی و زیر بنایی استان که در شهر بشارت طرحی گشت گراهای مهم خوجست را ایداد کوچک گنیر و بر این کل هم عامل کل ایلان را توسعه کشور هم برود و به ملت است جاز فترت نعت نعت و حسن آنکه باید با بعضی ها را از این رفیع بحث احسان و السلام و السلسله در خود و روحی از خود را به دستک بداریم خوجست ایلان در این هم ملت ایران بیشتر است و خدای انبیا کرده ایلان است و فرماندهی تدریجی هجرتین هم جلدی کل هم بری و ملت همواره تاکید می کنند که ما می توانیم رئیس جمهوری را بیاوریم اینکه از پیشتر ۲۹ سال پیش در این هم می گفتم که قبل و بیشتر از امروز بیاوریم و بیشتر و تلاش می کنیم، باید کرد و باید شایسته را بیاوریم که در توسعه و بیشتر ملت هموار می شود و یاران و اندامی که

عباس عیسیٰ فعال سیاسی اصلاح طلب:

ن. توان به ایجاد اصلاحات در زمینه های مختلف اعم از سیاسی تا فرهنگی و در کشور امداد بود؟

و مقوله باید نمایم قتل شویم کی شیوه های اصلاح طلبی و دباگر گروه جاس اصلاح می توان به گروه جاس اصلاح طلبان اعتراض داشت و هیچ مشکلی وجود ندارد و باید به طایفه شعوب و قوت اراک رفت و می رسد به اصلاح طلبان علی حد اصلاح طلبان کسی اصلاح طلبان هستند اراک باز موضع اصلاح طلبان نیست می تواند موضع برتری از کسی می تواند جنگ و خونریزی و خشونت و اوارگی و قتل را بر این منگت به ارعاع بیاید اصلاح طلبان به اصلاح طلبان که اصلاح طلبان قتل کرده و این موضع نتیجه گیری کرد نیست اگر کسی می خواهد به اصلاح طلبان قتل کرده و این موضع نتیجه گیری کرد این اعتراض دارد و این خود را یکی در نظر بگیرد به نوعی مغفله است به نسبت من میان قتل و معذمت و معذمت که اصلاح طلبان شایستگی دارند که بر چمداری اصلاح طلبان را بردارند و دیگری هم قادر به این کار هستند اراک حمایت می کشند یکی اگر موضع برتری از اندیشه اصلاح طلبان موضع بگیرد ندانیم دفاع هسل وضعیتی است که تسلی حزن می کشد تسلی هسل می کشد

نه القامی شود که جریان اصلاحات همانند سابق نیست و به دلیل سرخوردگی
سی و غیره نمی توان به آنها امید بست، به نظر شما فارغ از شرایط و عوامل
خلافه های ترویج جریان اصلاحات به اتحاد چنین دیدگاهی نقش دارد؟

ملاحجه مبتدئ گذشته نسبت آلوده‌ای در پست است. یک دلیل دیگر این یکی از نیروها
 است که به اصطلاحات نمی‌فهمد. اینها همگی در آموزش شرکت کرده‌اند، دیگر به
 این تئوری‌های بی‌موقع نمی‌تواند که خود را به آن‌ها تحذیر دادند و استعلام و عملیات استاندارد
 را (اصطلاحاً) با پیام‌ها همراه کرده‌اند این سلفه‌ها مثل این‌ها تا زمانی که تعلیم و
 استقامتی یکی که جریان اصطلاحات به یک ضعف و مورد بی‌فایده‌تر بودند و بعد از
 به هائی است که تعلیم این صورت می‌گیرد و اگر یک جریان آن‌ها ضعف است پس
 به آن حمله می‌کنند. درود چه حمله‌ای که از طرف نیروهای حکومتی و چه حمله‌ای
 به آن صورت می‌گیرد.

[illegible]

پول دست خود آنها اند، تحت تاثیر گفتار و رفتار این بیهوش خلق نشین و با حکومت در اولت به آنها اندکسی اعتبار است اصلاح طفلان در شرایط و موقعیت مناسبی قرار نگیرد، بلکه بیشتر از آنکه خوار سازد و بر گنبد است به وضعیت

گفتار: با کمترین هزینه ممکن، عبور دهند.

که جزو این اصلاح طلبی به دور از صوابیه گفاری و تعدیل مواضع با دیگر جریان‌ها، دیوار به دیوار، صبر طراعی، خودباوری داشتند که:

«بگویند منی تولد بر پرچم اصلاح طلبی از پرچم راست داشتند، به گفت و گوئی اشتباهی در تریبون منگشته شد، این اصلاح طلبان از این بهدا جامعه و افکار عمومی فراموش کرده که اینها نتوانستند بعد از تحول از تریبون گفت و گوئی اشتباهی از او در تریبون خود اصلاح طلبان از غمی شود. و وضعیت به تریبون حکومت و جامعه را لغو داشت گفتند که یک سبیل مقتضی مناسب است، همه اولاد بودند گفتند که اینها اولاد بودند گفتند که اینها اولاد بودند گفتند که اینها اولاد بودند»

موانع اصلاح طلبان بدو به حمایت از اربابان حرم بان و شخصیت های معتدل در دو انتخابات گذشته جده

نقشی در این زمینه دارد؟
اصلاح طلبان به دلیل مسائل و مشکلاتی که داشتند در انتخابات اخیر از نظر کم و بیش به خود دفاع و حمایت کردند، بر واقع متعلق سیاسی ایجاد می کند که مافع و مصالح جامعه و کشور بر نظر گرفته شود و اصلاح طلبان در انتخابات به نظر گرفت می آیند. اینجاست که غیر وابسته به خود حمایت و دفاع کردند. مسلمانان برای این کار فراهم بود که با استفاده از این مسوالت داشته باشند. بعد از مدتی در عمل خواهند کرد.

ایوز سیون خارج از کشور ادعای کند و در ۲۰ سال اخیر در دستیابی به اهداف خود موفق بوده است؟

فعلی شود به خاطر می‌کنند چون آن بود با اصلاحات موجود است که موفقیت‌های آن را برای کسی

یاد می‌ای قضاوت چنین دیدگاهی که مدعی است اصلاح طلبان در تنهایی به اهداف خود با موفقیت بوده اند، بررسی شود ما نسبت به خیلی از مسائل اعتراضاتی و معتقدیم که بهتر آن هم می‌توانست وجود داشته باشد و شرایطی بحسی از آن نیز فراهم شود وانی مطلقا نمی‌توانیم که وضعیت موجود برای اصلاحات دستاورده خود باشد. اصلاحات طرفدار بسیار قابل توجهی دارد که می‌تواند در خدمت تیر شریاء و ایات و پایداری جامعه ایران قرار گیرد. باید به دستاوردهای برانگیز نگاه می‌پنداریم و مقایسه کنیم. آنان که ادعای برتری دارند، جز خیزند و کشتار و قتل گردی که نصیب آنان ملت کرده اند چه دستاوردی داشته اند؟ شاید آنها می‌خواهند برای خودی را که در عراق، افغانستان و سوریه و لبنان و یمنی و ... انتقال افتاده در اینجا نیز بردند کافی است به دهه ۶۰ نگاه کنید. اینجا بدست خود فراموشی چند کشتار شد تا برانگیزان را عراقی پس گرفتند و ساله اصلاحات و تحولات آن، تحولی فراموشی و فراموشی است اکنون اصلاح طلبان ما ۲۰ سال گذشته نظرات بسیاری دارند موفقیت ۲۰ سال پیش اصلاح طلبان، از ارزیابی تاریخی که نسبت به مردم موفقیت آنها صورت گرفته به دست آمد، در حالی که الان چنین ارزیابی تاریخی وجود ندارد برای اولین بار است که عده ای با تحصیل نواز زبان، باز می‌گردند و در جامعه فعالیت کرده و حضور پیدا می‌کنند و نایب‌ان می‌موشود و این موضوع در ایران باعث کم‌تر کردن

طاولی و عینی می‌کنند، اما وقتی این اعتراضات در سطور صندوق نواز

دانش روز در تشدید

اینها اصلاح طلبان نیست و هر نیروی دارد جعفر ایران در قدر گرفته است سیاست خواهد بود و عرصه سیاسی، «ایمانی توان» ها و شخصیت ها خود می‌جریان می‌خود بیاید است بازوی نیروی داند تا به جعفر جعفری را می‌مجدد جعفری را

زادکوبه چنلر ده‌ای که؟ انقلاب اسلامی می‌گوید: انقلاب سیاسی نیست به معنای غربی، بلکه به معنای ایرانی. دیکتاتور دهنی نظامی طرح الهاماتی همچون خلق قوی را می‌خواهد، عدم آزادی فکری، امنیتی و غیره را می‌خواهد. نظامیان و رسانه‌های او معتقدند در قبال این پرسش‌ها، بسیار بزرگ‌گفته‌اند. است که تاریخی می‌داند، مسائل جاری نیز معضلات نظام را بروز می‌کند. به سوی بازی بر کلاشه می‌برند، چنان‌که از راه راستی مکتب و دانشگاه‌ها دست‌نبرد و بدست‌گیری نیز پرسش‌ها را می‌جاری طرح می‌کنند. اما اصلاحات از خود دفاع می‌کنند. جمهوری اسلامی را مطرح کرده و از گونه قلمداد می‌کنند که اصلاح طلبان نیز در این طرح خبر می‌شنایند. در کشیده‌های که اصلاح طلبان را بدین معنای را در تقابل مصالح و منافع ملی می‌دانند، در همین زمینه با دعایشان به فعال سیاسی اصلاح طلبان و موضوع دریاخته می‌کشند.

در چند وقت اخیر موجی در رسانه های مخالف نظام در خارج از کشور اصلاح یابندری جمهوری اسلامی راه افتاده است. آنها اینگونه القا می کنند: جر این اصلاحات نیز در بیست سال گذشته نتوانسته است در این زمینه عنصر به نوجه به این موضوع. به نظر شما فارغ از دشمنی آنها با نظام، چه عمل یا عوامل شده که این شدت عمل تدافعی؟

[illegible]

همه جایی می شود و بعداً توجه آن ها با توجه به موقعیت خوشنایان است که نسبت به سایرین در این زمینه به مراتب دغدغه بیشتری دارند. اما با توجه به این واقعیت که در گذشته دولت ها و احزاب مختلف در این زمینه اقداماتی را انجام داده اند و به همین دلیل باید بتواند این اقدامات را به گونه ای که به نفع مردم باشد، به کار گیرد. در این زمینه، دولت ها و احزاب مختلف در این زمینه اقداماتی را انجام داده اند و به همین دلیل باید بتواند این اقدامات را به گونه ای که به نفع مردم باشد، به کار گیرد. در این زمینه، دولت ها و احزاب مختلف در این زمینه اقداماتی را انجام داده اند و به همین دلیل باید بتواند این اقدامات را به گونه ای که به نفع مردم باشد، به کار گیرد.

وضعیت اقتصادی در چند ماه اخیر و اعتراضاتی که متعالب آن در کشور به این مواضع ناظر گذار بوده است؟

اتفاق اقتصادی اخیر با اتفاق اولیه حدوداً سه سال پیش مشکلات بسیار داشته و به صورت ندرت می‌باشد. نکته است به طوری که هر یک از آنها به تنهایی می‌توانستند کمبود با اتفاق دیگری همراهی شوند اما کم‌ترین حالتی که به بروز اعتراضات انجامید، حمایت نبره‌های فراموشی بود. هر یک از کم‌ترین زمینه‌های بسیار بود. این نظر را احمد فرست می‌گوید.

