



رئیس ستاد کل نیروهای مسلح تشریح کرد:

تصمیم‌های مهم قرار گاه‌نیروهای مسلح در مبارزه با کرونا

♦ فروشگاه‌ها، خیابان‌ها و جاده‌ها ظرف ۲۴ آینده خلوت می‌شود

♦ رصد کل ملت ایران تا ۱۰ روز آینده

رئیس ستاد کل نیروهای مسلح تصمیم‌های مهم قرارگاه بهداشتی و درمانی امام رضا (ع) نیروهای مسلح را تشریح کرد. سردار سرلشکر سید محمد باقری بعد از پایان نخستین جلسه قرارگاه بهداشتی و درمانی امام رضا (ع) نیروهای مسلح در ادامه مصاحبه با خبرنگاران: اظهار داشت: قرارگاه بهداشتی و درمانی نیروهای مسلح با هدف مبارزه با بیماری کرونا و در هماهنگی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی تا هزار در مانگاه ثابت و سیار برای معاینه بالینی بیماران کرونایی ایجاد خواهد کرد. وی افزود: سامانه نرم افزاری قدرتمندی در وزارت بهداشت طراحی شده است که با همکاری با سازمان بسیج اجرایی می‌شود و طرف یک هفته تا ده روز آینده تمام مردم ایران از طریق فضای مجازی، تماس تلفنی و در صورت ضرورت با مراجعه مورد رصد قرار خواهند گرفت.

بادستور رئیس جمهوری:

سه بسته حمایتی در اختیار اقشار کم بر خور دار قرار می گیرد

رئیس جمهوری پس از دریافت گزارش کارگروه مدیریت آثار اقتصادی شیوع ویروس کرونا از اقشار کم درآمد و صاحبان کسب و کارهایی که بر اثر شیوع این بیماری دچار آسیب و لطمه شده اند، دستور داد سه بسته حمایتی در اختیار اقشار کم بر خور داری که کسب و کار آنان در آستانه سال نو، لطمه و خسارت جدی دیده اند، قرار گیرد. به

غلامعلی رجایی:

شرایط کشور اجازه تندروی به مجلس یازدهم رانمی دهد

تکذیب ساخت قطعه جدید در بهشت معصومه قم



من آن روز ابتدا تصور نمی‌کردم خیلی زود ویروسی از راه می‌رسد که درس این قرن را برای ایرانیان مرور می‌کند و اصلا یک پله بالاتر می‌رود و از ما امتحان می‌گیرد و حساب می‌کشد. کرونا درس این قرن را برای ما جمع‌بندی کرد، بگذارید برخی از این درس را مرور کنم. کرونا به ما نشان داد: در ساختن نظام اداری و حکومتی با ظرفیت که اجزای آن بتوانند با یکدیگر همکاری بین‌بخشی لازم برای غلبه بر مسائل پیچیده داشته باشند، بسیار توسعه‌نیافته‌ایم.

در ایجاد نظام سلامت پیشگیری محور نه در مان‌محور، راه زیادی نرفته‌ایم؛ و هنوز عموم جامعه در درونی کردن رعایت اصول بهداشت فردی، مشکل جدی دارند. ما فاقد رسانه‌ای ملی هستیم که دروغ‌نویس، پنهان‌کاری نکند، عقلانیت را به‌سخره نگیرد، تابع منویات سیاسی نباشد و خود در نقش کاشف حقیقت و وجدان بیدار جامعه عمل کند نه آن‌که عملی برای سرکوبی وجدان و مولد ابهام و عدم شفافیت باشد.

ما در ساختن جامعه و حکومتی که اعتماد عمومی به آن در سطحی رضایت‌بخش و مولد انسجام اجتماعی باشد، سخت عقب‌مانده‌ایم.

ما در ساختن نظام اداری‌ای که در آن مقاماتش مقید به پروتکل‌های رسمی اداری باشند و برای مثال از تروان جلسه برای خودنبایی، اطلاعاتی را توثیق نکنند، و برای نشان دادن مردمی بودن از کرونا گرفتن خودشان فیلم منتشر نکنند، بسیار عقب مانده‌ایم. ما هنوز فاقد نظام اداری‌ای هستیم که در آن مشخص باشد چه کسی چه اختیاراتی دارد و در صورت تخطی چگونه عقوبت خواهددید.

ما کشور و دولتی در خور جمعیت هشتاد و چهار میلیونی ثروتمند خلق کرده‌ایم. نظام اقتصادی ما در چنین لحظاتی قادر به حمایت اجتماعی مؤثر از فقرای آسیب‌دیده از بحران نیست.

ما هنوز ظرفیت اداری و اجرایی لازم برای شناسایی ویژگی‌های شهروندان را نداریم تا به دقت بدانیم چه کسی آسیب‌پذیر است و چه کسی نیازمند کمک فوری دولت بر اثر بحران کرونا نیست.

ما هنوز فاقد نظام حمایت اجتماعی هستیم.

ما هنوز به نظام ارتباطی و هماهنگ همکاری بین نهادهای دولتی و سمن‌ها نرسیده‌ایم و متأسفانه سمن‌ها هنوز به‌عنوان تهدید امنیتی زیر ضرب تردید و تشکیک و تهدید قرار می‌گیرند. کرونا به ما آموخت یک کشور نباید همواره در شرایط برهه حساس و پیچ تاریخی باشد، نباید بیکاری و تورم و رکودش در مرزهای بحران باشد و دولت‌هایش همیشه نقش آتش نشان ایفا کنند. همواره در یک پیچ تاریخی و برپه حساس بودن افتخار نیست، خطرناک است. فشار مضاعف یک بحران فراگیر مثل کرونا، مردم زیر ضرب را خسته‌تر می‌کند.

خوب نیست با جهان در تعارض دائم باشید، اگر در تعارض دائم باشید و به همراهی‌های حداقلی قدرتی نظیر چین وابسته شوید، حتما در لحظه‌ای بحرانی قادر نخواهید بود مثل قبیه کشورها بر پروازها و ارتباطات با منشأ کرونا محدودیت قائل شوید. برای رزستن در دنیای پر خطر و امروز باید دانم در شرایط مرزی و «الحدالله خطر از پیچ‌گوش‌مان گذشت» نباشید. یک کشور هشتاد و چهار میلیونی نباید نرخ بیکارش دورقمی باشد که با یک بحران کرونا، بیم افزایش بیکاری و ناتوانی اقتصاد ملی در تأمین بیکارش‌دگان، خطرناک جلوه کند. نباید سرمایه اجتماعی، افراد مهم و تأثیرگذار و ظرفیت‌های فکری و فرهنگی را به‌سخره گرفت و نابود کرد. این‌ها در لحظاتی به شدت کارآمد می‌شوند، یعنی نباید برنامه خود و عادل فردوسی پور را نابود کنید بلکه باید حفظ کنید تا در این لحظات بتوانید ده‌ها میلیون بیننده را پای تلویزیون بنشانید و پیام ملی را به آن‌ها منتقل کنید. کرونا معلم یادآوری کننده یک قرن تحول اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، امنیتی و فرهنگی ماست. اگر درستی را فرامگیریم، خیلی زود دیر می‌شود.

عضویت علمی دانشگاه شهید بهشتی



فرمان فرمانده معظم کل قوا به رئیس ستاد کل نیروهای مسلح در زمینه مقابله با کرونا؛

قرار گاه بهداشتی و درمانی برای سازماندهی خدمات به مردم تشکیل شود

حضرت آیت الله خامنه‌ای فرمانده معظم کل قوا با صدور فرمانی به سردار سرلشکر باقری رئیس ستاد کل نیروهای مسلح با تقدیر از خدمات نیروهای مسلح به مردم در زمینه مقابله با ویروس کرونا، بر لزوم سازماندهی این خدمات در قالب یک «قرارگاه بهداشتی و درمانی» برای پیشگیری از شیوع بیشتر این بیماری تأکید و خاطرنشان کردند: این اقدام با توجه به فراتنی که احتمال «حمله‌ی بیولوژیکی» بودن این رویداد را مطرح کرده می‌تواند جنبه‌ی رزمایش دفاع بیولوژیک نیز داشته و بر اقتدار و توان ملی بیفزاید. به گزارش پنجشنبه شب پایگاه اطلاع رسانی دفتر مقام معظم رهبری،



معاون برنامه‌ریزی و سرمایه انسانی شهرداری قم:

سال آینده ۳۰ بوستان جدید احداث می‌شود

معاون برنامه‌ریزی و سرمایه انسانی شهرداری قم گفت: در سال ۹۹ برای توسعه فضاهای سبز شهری و ایجاد محیطی بهتر و شاداب تر برای شهروندان بالغ بر هزار و ۷۴۷ میلیارد ریال اعتبار پیشنهاد شده که بر اساس آن بیش از ۳۰ بوستان جدید احداث و بالغ بر ۱۲ میلیون مترمربع توسعه پارک جنگلی و ۱۷۰ هزار مترمربع توسعه پارک تفرجگاهی انجام خواهد شد. محسن رنجبر با بیان اینکه فرایند تدوین بودجه سال ۱۳۹۹ از مهرماه در شهرداری قم آغاز شده است، اظهار کرد: در این راستا بالغ بر ۱۵ جلسه مدیریتی و ۳۰ جلسه کارشناسی برگزار و با صرف بیش هزار نفر ساعت فعالیت، بودجه سال ۱۳۹۹ در سه قالب، بودجه طبقه بندی اقتصادی، قالب ماموریتی و قالب برنامه راهبردی تدوین و بودجه در تاریخ ۳۰ دی ماه به همراه مستندات لازم به شورای اسلامی شهر قم ارسال شد. معاون برنامه‌ریزی و سرمایه انسانی شهرداری قم

قائم مقام دانشگاه علوم پزشکی قم:

قمی‌ها کرونا را جدی بگیرند، تخت خالی نداریم

قائم مقام دانشگاه علوم پزشکی قم با اشاره به ادامه روند صعودی ابتلا به کرونا در این استان و نبود تخت در مراکز درمانی گفت: مردم قم هنوز ویروس کرونا را جدی نگرفته و حساسیت‌های لازم را نسبت به این بیماری به خرج نمی‌دهند. علی ابراز روز پنجشنبه در گفت‌وگو، بیان کرد: تا ساعت ۱۴ دیروز در مجموع ۹۲۳ بیمار کرونایی در سطح ۵ مرکز درمانی در نظر گرفته شده قم شامل کامکار، قرآنی، امام رضا (ع)، علی ابن ابیطالب (ع) و شهید بهشتی بستری بودند در این مدت تست ۴۲ نفر مثبت اعلام شد و تعداد مبتلایان به ویروس کرونا در استان قم به ۸۸۸ نفر رسید. قائم مقام دانشگاه علوم پزشکی قم ادامه داد: همچنین در از ۸ صبح روز پنجشنبه تا ۱۴ دیروز نیز ۵۴ تن بعد از بهبودی کامل از بیمارستان‌های استان مرخص شده‌اند. وی ادامه داد: ۳۵ نفر از بیماران بهبود یافته مبتلا به کرونا در نقاهتگاه جمکران مستقر هستند ابر از اه فرود:



نماینده مردم شیراز در مجلس:



بهرام سر مست استاندار قم

توصیه‌ها و هشدارها

دلیل ناهمقدی پاها:

چرا یکی از پاهایتان کوتاه‌تر شده‌است؟!

تنها راه تشخیص درست تفاوت دائمی و ساختاری در قد پاها، استفاده از عکس با اشعه‌ی X یا سی‌تی‌اسکن است. زیرا گاهی ظاهر غیریکنواخت پاها ناشی از یک تفاوت واقعی در قد پاها نیست، هرچند اتفاق نادری است اما به طور کلی این امکان وجود دارد که پاها ی یک نفر اندازه‌های یکسان نداشته‌باشند. بعضی از افراد حین تولد پاها ی غیر هم اندازه به دنیا می‌آیند اما این مسئله قابل تشخیص نیست و به چشم نمی‌آید تا زمانی که سن شان بالاتر برود. خیلی از افرادی هم که این مسئله را دارند دلایلی می‌تواند داشته باشد که در ادامه ذکر شده است. **اسبیب استخوانی:** استخوان شکسته‌ی یا ممکن است در جهت دیگری ترمیم شود و رشد کند، مخصوصاً اگر از چند قسمت شکسته باشد یا اگر بافت عضله آسیب دیده باشد. جالب است بدانید شکسته شدن استخوان همیشه هم باعث محدودیت رشد آن نمی‌شود، بلکه گاهی ممکن است استخوان شکسته، طی پروسی ترمیم، به میزان غیرعادی رشد کرده و بزرگ‌تر شود. **اسبیب‌های ورزشی:** بچه‌هایی که در سنین رشد هستند در معرض این اتفاق قرار دارند که به دلیل بعضی از ورزش‌ها، رشد قدی استخوان پاهایشان محدود شود. بچه‌ها صفحات رشدی دارند که با رسیدن به بزرگسالی، این صفحات تبدیل به استخوان سفت و جامد شده و اصطلاحاً بسته می‌شوند. ورزش‌های پیر خور مانند فوتبال و حتی بازی‌های مفرح و ساده‌ای مانند اسکیت‌ت‌رذ و اسکی، از این جهت برای بچه‌ها بسیار خطرناک‌اند. **استفاده ی زیاد از پاها:** بعضی از افراد ورزشکار به دلیل ساده‌ای مانند استفاده ی زیاد از دست‌ها و پاها، فشار مزمن و زیادی به اندام خود وارد می‌کنند. مثلاً استفاده ی زیاد از دست‌ها در ورزش می‌تواند سبب عارضه‌ای به نام Little League Shoulder شود. فقط باتدان باشد که ورزش‌ها بد نیستند، فقط نباید تمام مدت سال تنها به یک ورزش بپردازید. **به زمین افتادن:** حوادث معمول مانند بر زمین افتادن با تصادف کردن می‌تواند از چند طریق بر استخوان‌ها اثر بگذارد و ضربه‌ی وارد شده می‌تواند به صفحات رشد استخوانی در کودکان آسیب وارد کند. تصادف می‌تواند سبب آسیب به نخاع فرد نیز بشود که نتیجه ی آن، کاهش توده ی استخوان به‌میزان قابل توجهی خواهد بود. بیشتر افراد دچار مشکل موقتی ناهمقد بودن پاها هستند و اغلب این عارضه به دلیل گرفتگی همسترینگ‌ها، عضلات چهارسر ران، پاپین کمر یا ضعف میان تنه است.

فعالیت‌های خطرناک: خیلی از فعالیت‌ها حرکت‌های معمول دوران کودکی، حتی چیزهایی مانند ترامپولین می‌توانند خطرناک‌تر از آن باشند که تصورش را می‌کنید. ترامپولین خطر افتادن و شکستگی استخوان و حتی آسیب‌های جدی شدن فقرات را به دنبال دارد. همیشه از بی خطر بودن فعالیت‌های فرزندتان مطمئن شوید و شرایط ایمنی را کنترل کنید. **وضعیت بدنی ناهمسان:** شاید شنیده باشید که وضعیت بدنی ناهرست می‌تواند باعث ناهمسانی پاها شود، اما این مسئله فقط از جهت ظاهری است. برخلاف باور عمومی، وضعیت نامتعادل بدنی فقط می‌تواند منجر به قوف شدن شود که در واقع استخوان‌های فرد را دفرمه نمی‌کند یا نه آن‌ها آسیب نمی‌زند و ضمناً با تمرین ورزش مناسب، قابل برطرف شدن است. **بیماری‌ها:** بیماری‌ها و عوارض زیادی وجود دارند که می‌توانند بر نحوه ی رشد استخوان‌ها اثر بگذارند، مانند تومورهایی که می‌تواند روی صفحات استخوانی رشد کنند یا رشد غضروف‌ها روی استخوان‌ها، حتی بیماری‌هایی که به سیستم عصبی اثر می‌گذارد نیز می‌توانند رشد استخوان را محدود کنند. **ناهمقد بودن موقتی:** بیشتر افراد دچار مشکل موقتی ناهمقد بودن پاها هستند و اغلب این عارضه به دلیل گرفتگی همسترینگ‌ها، عضلات چهارسر ران، پاپین کمر یا ضعف میان تنه است.

هم‌تراز نبودن لگن: استخوان‌های لگن در صورت هم‌تراز نبودن دچار انکژی کچی خواهند شد. چند دلیل می‌تواند علت این کجی استخوان لگن باشد. علتم و در مان بستگی به علت هم‌تراز نبودن استخوان‌های لگن دارد.

دلیل اصلی ناهم‌ترازی استخوان لگن شما موارد زیر می‌شود:

• فوری پشت که می‌تواند خفیف تا شدید بوده و به مرور زمان تغییر کند

• تفاوت در قد پاها که ناشی از وضعیت بدن و طرز ایستادن است

• یک تفاوت فیزیکی یا ساختاری در طول پاها

ناهم‌تراز بودن لگن در همه چیز اثر می‌گذارد: لگن شما توسط ستون فقرات به شانه‌ها و بالای کمرتان مرتبط است. همچنین لگن به پاهایتان نیز متصل است. بنابراین تأثیرات ناهم‌ترازی لگن می‌تواند گاهی در این قسمت‌های بدن دیده شود. • شانه‌های ناهم‌تراز: شانه‌های شما نیز ممکن است بالا و پایین به نظر برسند. به این صورت که در سمتی که لگن پایین‌تر است، شانه معمولاً بالاتر است.

بیرون زدگی استخوان کتف: استخوان کتف ممکن است در سمتی از بدن که لگن پایین‌تر قرار گرفته، بیرون زدگی داشته باشد. **انحنای ستون فقرات:** اگر علت ناهم‌تراز بودن لگلتان، کوژبشتی باشد، ممکن است ستون فقرات شکلی شبیه S یا C پیدا کند. **تفاوت در قد پاها:** ناهم‌ترازی لگن می‌تواند باعث شود پا در سمتی از بدن که لگن بالاتر است، بلندتر احساس شده و بلندتر هم به نظر برسند، در حالی که در واقع دو پا همقد هستند. توجه داشته باشید که بلندتر بودن یک پا نسبت به دیگری نیز می‌تواند باعث ناهم‌ترازی لگن شود.

• چگونه می‌توان تفاوت در قد پاها را تشخیص داد؟

تنها راه تشخیص درست تفاوت دائمی و ساختاری در قد پاها، استفاده از عکس با اشعه‌ی X یا سی‌تی‌اسکن است. زیرا گاهی ظاهر غیریکنواخت پاها ناشی از یک تفاوت واقعی در قد پاها نیست، قاتورهایی مانند قوس ستون فقرات نیز می‌توانند پاها را غیریکنواخت جلوه دهند، در حالی که از نظر ساختاری تفاوتی وجود ندارد. همین‌طور، عدم تعادل عضلانی به صورت موقتی هم می‌تواند سبب شود یکی از پاها کوتاه‌تر از دیگری به نظر برسد.

برای آنها که اضطراب ابتلا به کرونا دارند!

داشته باشد که به واسطه سطوح بالای استرس خود بار دیگر استفاده از مواد مخدر را آغاز کنند. طی یک دوره همه گیری بیماری، افرادی که از دیگران مراقبت می کنند ممکن است در معرض خطر بیشتری برای تجربه علائم عاطفی قرار داشته باشند. آنها ممکن است موارد زیر را تجربه کنند:

- افزایش افسردگی و اضطراب
- افزایش نگرانی درباره محافظت از عزیزانشان
- احساس گناه در باره ابتلا یا عدم پیشگیری از ابتلای یکی از عزیزانشان به بیماری، اگر بیمار شده است

کودکان اغلب راهبردهای مقابله با استرس که در والدین خود مشاهده می کنند را اتخاذ می کنند. والدینی که طی یک همه گیری بیماری مضطرب می شوند، ممکن است در نهایت شاهد بروز اضطراب در فرزندان خود نیز باشند. اضطراب زیاد و احساس ناتوانی می تواند افراد را به اتخاذ روش های درمانی یا اقدامات پیشگیرانه که از پشتوانه علمی برخوردار نیستند، تشویق کند. برخی از این روش های ممکن است هم برای افراد و هم کل جامعه مضر باشند. از این رو، اطمینان حاصل کردن از مفید بودن هر اقدامی اهمیت دارد.

♦ **نشخوار ذهنی یا انزوا**

واکنش های شخصی به افزایش ترس ممکن است متفاوت باشد. اما افراد بسیاری افزایش نشخوار ذهنی درباره احتمال ابتلا به بیماری را تجربه می کنند. آنها ممکن است زمانی که ضرورتی وجود ندارد رفتار خود را تا حد زیادی تغییر دهند، به عنوان مثال، خود را منزوی کرده یا برای نتایجی فاجعه بار آماده می شوند. افرادی با آسیب پذیری های خاص ممکن است افزایش در بیماری روانی یا پارانویا را تجربه کنند. این می تواند تمایل به ترکیب حقایق مرتبط با شیوع بیماری یا یکدیگر را توجیهی برای تفکر نوهمی را شامل شود.

♦ **چگونه واکنش نشان دهم؟**

افرادی که دچار وحشت شده اند ممکن است در اطراف شما حضور داشته باشند. از سوی دیگر، شما ممکن است با افرادی مواجه شوید که به هیچ وجه نگران شیوع و همه گیری یک بیماری نیستند و مطمئن هستند که این شرایط آنها را تحت تاثیر قرار نمی دهد. شما ممکن است انواع مختلف عواطف را احساس کرده یا ممکن است سردرگم شده و ندانید که چه احساسی دارید.

♦ **واکنش به ناشناخته**

افراد معمولاً به تهدیدات ناشناخته واکنش بیش از حد نشان داده و تهدیدات شناخته شده را کمتر جدی می گیرند. به عنوان مثال، اگرچه تصادفات خودرو رایج هستند، اما رانندگی یا سوار شدن به خودرو احساس ترس را در افراد ایجاد نمی کند. به طور مشابه، شما ممکن است چندان از انفولانزا هراس نداشته باشید. این در شرایطی است که انفولانزا هر ساله افراد بسیاری را بیمار کرده و هزاران نفر نیز جان خود را به واسطه آن از دست می دهند. با این وجود، افراد بسیاری توجهی به دریافت واکسن انفولانزا ندارند زیرا از آن نمی ترسند. عکس این شرایط نیز صادق است؛ هرچه کمتر درباره چیزی بدانیم، احتمال این که بیشتر عصبی و نگران شویم نیز بیشتر می شود. زمانی که با موردی ناشناخته مواجه هستید، احتمال این که به اضطراب جدی مبتلا شوید، بیشتر است. این یکی از دلایلی است که همه گیری های بیماری در گذشته، مانند ویروس ایولا و ویروس زیکا، افزایش نگرانی در بیشتر افراد را به همراه داشت. بمباران شدن با اخبار مختلف که دانشا درباره آمار مرگ و میر ناشی از بیماری صحبت می کنند و گزارش هایی که بر تعداد افراد مبتلا به بیماری تاکید می کنند می تواند موجب برآورد بیش از حد خطرات توسط افراد شود. با این وجود، منابع معتبر رسانه ای می توانند طی یک دوره همه گیری بیماری موجب آثاری مثبت شوند.

♦ **تاثیر رسانه**

یک دلیل برای این امر ممکن است از پاسخ مغز به تهدیدات جدید ناشی شود. مطالعه ای در سال ۲۰۱۳ که در نشریه PLOS One منتشر شد، نشان داد که بخش آمیگدال مغز (بخشی که در پردازش پاسخ های عاطفی نقش دارد) در مواجهه با تهدیدات ناشناخته افزایش فعالیت را تجربه می کند. این به افزایش اضطراب منجر می شود. آمیگدال در مواجهه با تهدیدی آشنا به شیوه ای متفاوت واکنش نشان می دهد. رسانه می تواند با گزارش مداوم در مورد شیوع یک بیماری، مانند کروناویروس، سوخت مورد نیاز برای افزایش اضطراب را تأمین کند. با این وجود، زمانی که به درستی استفاده شود، رسانه می تواند نقش تاثیرگذاری در انتشار اطلاعات مفید داشته باشد.

♦ **سخن یابانی**

بیشتر موارد همه گیری بیماری تقریباً به همان سرعت که آغاز می شوند، خاتمه می یابند. اما مدیریت اضطراب در مواجهه با شیوع یک بیماری جدید و فراگیری موارد بیشتر درباره چگونگی محافظت از خود می تواند دشوار باشد. خوشبختانه، اتخاذ اقدامات پیشگیرانه درباره سلامت و بهزیستی روانی می تواند به مدیریت سلامت روانی طی این دوره های بروز تردید و عدم اطمینان کمک کند.

♦ **از تفکر دنباله‌رو پرهیز کنید**

توجه داشته باشید افراد بسیاری اقداماتی را انجام می دهند که ممکن است کمک خاصی به بهبود شرایط موجود نکنند. تنها به دلیل این که دیگران اقدامات خاصی را برای پیشگیری و مقابله با بیماری انجام می دهند دلیل بر آن نمی شود که شما نیز این کارها را انجام دهید، مگر این که آنها توسط مقامات بهداشت و سلامت توصیه شده باشند. در غیر این صورت، اقدامات شما ممکن است بی فایده یا حتی مخرب باشند.

♦ **به خوبی از خود مراقبت کنید**

دنبال کردن یک رژیم غذایی سالم و متعادل، خواب کافی، و فعالیت های مفید در اوقات فراغت برای تقویت روحیه و خلق و خو همواره عامل کلیدی در حفظ سلامت روانی و جسمانی طی زمان های استرس‌زا است. مراقبت از خود به تقویت سیستم ایمنی نیز کمک می کند.

♦ **کمک حرفه ای دریافت کنید**

اگر سلامت روانی شما تحت تاثیر استرس روانی از شیوع یک بیماری قرار گرفته است، دریافت کمک حرفه ای شاید بازگشت شما به شرایط عادی را تسهیل کند. یک متخصص سلامت روان می تواند به مدیریت ترس ها و نگرانی های شما کمک کرده و همچنین به شما در اتخاذ بهترین اقدامات برای خود و خانواده‌تان کمک کند.

♦ **نگرانی‌های سلامت روانی**

افزون بر نگرانی های سلامت روانی که ممکن است در نتیجه اضطراب ناشی از یک همه گیری بیماری شکل بگیرند، نظارت بر شرایط سلامت روانی افراد برای حصول اطمینان از وخیم‌تر نشدن آنها نیز اهمیت دارد.

♦ **افسردگی و اضطراب**

برخی افراد ممکن است مشکلات سلامت روانی را برای نخستین بار طی یک همه گیری بیماری تجربه کنند. در همین راستا، مشکلات سازگاری، افسردگی و اضطراب ممکن است رخ دهند. نتایج یک مطالعه درباره شیوع ویروس ایولا در سیرالئون، افزایش تعداد افرادی که مشکلات سلامت روانی و روانی اجتماعی را گزارش کرده بودند، نشان داد. مطالعه ای دیگر درباره شیوع انفولانزای H1N1 در سال ۲۰۰۹، افزایش انواع علائم عاطفی از جمله اختلالات سوماتوفور (علائمی مانند درد و خستگی که با یک دلیل جسمی قابل توضیح نیستند) را نشان داد. افزون بر این، برخی شرایط سلامت روانی موجود ممکن است وخیم‌تر شوند. پژوهش ها نشان داده اند افرادی که به طور خاص نسبت به استرس و اضطراب آسیب پذیر هستند، ممکن است در معرض خطر بیشتری برای مواجهه با مشکلات سلامت روانی قرار داشته باشند. همچنین، اضطراب شدید ممکن است موجب استفاده از مواد مخدر شود. افرادی که دوران ترک و بهبودی را سپری می کنند ممکن است احتمال بیشتری

شیوع بیماری کوید ۱۹ در سراسر جهان بی تردید وحشتناک است. همه گیری یک بیماری می تواند محرکی برای بروز اضطراب در انسان باشد. در این مدت، ما نمی دانیم که بیماری در نهایت تا چه اندازه گسترده و مرگبار خواهد بود. احساس ترس، اضطراب، غم و عدم اطمینان طی یک دوره همه گیری بیماری شرایطی عادی است. خوشبختانه، انجام اقدامات پیشگیرانه درباره سلامت روانی می تواند هم به تقویت ذهن و هم جسم انسان کمک کند.

از جمله روش های مراقبت از خود می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- مطالعه اخبار از منابع معتبر و همچنین پرهیز از خواندن خبرهای مختلف - شناخت مواردی که می توان بر آنها کنترل داشت مانند رعایت بهداشت - انجام اقداماتی که توسط مقامات بهداشت و سلامت توصیه شده اند - مد نظر قرار دادن روش های مراقبت از خود

- دریافت کمک حرفه ای از یک متخصص سلامت روان در صورت نیاز

♦ **روش های مدیریت استرس**

روشی که برای مقابله با استرس انتخاب می کنید می تواند تاثیر چشمگیری در انجام اقدامات مفید و مدیریت سلامت روانی شما داشته باشد. در ادامه چند روش برای کمک به کاهش اضطراب ناشی از کروناویروس جدید ارائه شده اند.

♦ **اخبار را از منابع معتبر دریافت کنید**

برای دریافت اطلاعات موثق درباره چگونگی محافظت از خود در برابر بیماری، اخبار و توصیه های ارائه شده از سوی منابع معتبر را دنبال کنید و از رسانه هایی که شایعات و اخباری بدون منبع معتبر را پخش می کنند، دوری کنید.

♦ **یک برنامه عملی تهیه کنید**

برخی اقدامات را همواره می توانید برای کاهش خطر مد نظر قرار دهید. این می تواند به سادگی شستشوی مکرر دست ها با آب جاری و صابون و محدود کردن تردهای شهری یا مسافرت های برون شهری باشد. توجه به این موارد می تواند به شما در تمرکز بر گزینه هایی که روی آنها کنترل دارید، کمک کند. فقط اطمینان حاصل کنید که اقدامات خود را بر اساس توصیه های ارائه شده از سوی منابع معتبر تنظیم می کنید.

♦ **محدودیت هایی را برای مصرف رسانه ای خود تعیین کنید**

متمرکز شدن بر داستان های رسانه ای که درباره سرعت شیوع بیماری یا تعداد افراد بیمار صحبت می کنند می تواند به افزایش اضطراب منجر شود. مصرف رسانه ای خود را به یک بازه زمانی خاص یا مطالعه تعداد مشخصی از مقالات محدود کنید. در شرایطی که آگاه بودن مفید است، اما بمباران نکردن خود با اخبار مضطرب کننده در تمام طول روز نیز اهمیت دارد.

اینفوگرافه

◀ **رفتارها و عادات هایی که به ریه تان آسیب می زند**

رفتارها و عادات هایی که به ریه تان آسیب میزند



اخبار

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم خبرداد:

تدارک هشت برنامه فرهنگی برای در خانه ماندن قمی‌ها

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان قم با تاکید بر ضرورت درخانه ماندن مردم برای پیشگیری از بیماری کرونا، گفت: اداره کل ارشاد قم هشت برنامه فرهنگی و هنری را از طریق فضای مجازی جهت استفاده خانواده‌ها در این ایام تدارک دیده است.

سید موسی حسینی کشانی، ۰ با اشاره به جدی بودن کرونا و ضرورت توجه مردم به

توسیه‌های پزشکی برای کنترل چرخه این ویروس خطرناک، اظهار داشت: همه دستگاه‌ها و مجموعه‌های مختلف در استان با طرح شعار در خانه بمانیم، همه ظرفیت‌های خود را برای تحقق این امر به کار گرفتند.

وی با اشاره به مصوبه شورای اطلاع‌رسانی قم مبنی بر استفاده از ظرفیت فضای مجازی و هنرمندان و برنامه‌های گوناگون هنری و فرهنگی به‌منظور تبیین، تفهیم و درک بیشتر این ضرورت برای خانواده‌ها، گفت: در این راستا به همداد اداره کل ارشاد قم چند برنامه پیگیری و دنبال شده که پوشش در خانه بمانیم و کتاب بخوانیم با مشارکت کتاب‌فروشی قم در جمله آن به شمار می‌آید.

این مسئول با اشاره به شرکت حدود پنج کتاب‌فروشی استان در طرح فوق، خاطرنشان کرد: علاقه‌مندان می‌توانند کتاب خود را سفارش داده و با ۲۰ درصد تخفیف و هزینه ارسال رایگان درب منزل تحویل بگیرند.

حسینی کشانی، راه‌اندازی صفحه‌های در فضای مجازی تحت عنوان پیک‌امید قم با همکاری کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان استان را مورد اشاره قرار داد و افزود: در این صفحه علاوه بر بازی‌هایی که به کودکان آموزش داده می‌شود، نکته‌هایی مفید مختص بزرگسالان نیز وجود دارد. وی ادامه داد: در این صفحه هر شب یک برنامه‌ننده با برگزاری مسابقه‌های مختلف اجرا و بحث می‌شود و مخاطبان می‌توانند نقاشی‌ها و کار دستی‌های خود را برای این صفحه ارسال کنند.

مدیرکل ارشاد قم ادامه داد: خوشبختانه این اقدام به‌تدریج مورد استقبال خانواده‌ها قرار می‌گیرد و امیدواریم با تبلیغاتی که صورت می‌گیرد، کودکان را بیش‌ازپیش به استفاده از این برنامه‌ها ترغیب کنیم. وی جشنواره فیلم در خانه بمانیم با همکاری خانه مستند و انجمن سینمای جوان را نیز موردتوجه قرار داد و گفت: موضوع این جشنواره در خانه بمانیم است و شرکت‌کنندگان می‌توانند با توجه به موضوع‌هایی که در پوستر جشنواره نیز آمده، با استفاده از تلفن همراه از حال و هوای نوزاد امسال و ماندن در خانه و سبک متفاوت زندگی این روزها و همچنین موضوع اقتصاد مقاومتی خانواده‌ها، فیلم‌هایی را تهیه و در این جشنواره شرکت نمایند. مدیرکل ارشاد قم اذعان داشت: با توجه به برخی کم‌لطفی‌هایی که در این ایام در خصوص شهر قم شاهد هستیم، ما فراخوان شعری را نیز با موضوع شهر مقدس قم با همکاری سازمان فرهنگی و هنری شهرداری قم برنامه‌ریزی کردیم و کلیه دوستداران شعر و ادب این استان را درآیند تا آثار خود را با محوریت شهر قم ارسال کنند، و شعرهای ارسالی نیز در فضای مجازی انتشار خواهد یافت.

وی در ادامه فراخوان صورت گرفته برای هنرهای تجسمی با موضوع مدافعان سلامت به‌ویژه پرسنل بهداشت و درمانی که در خط مقدم مبارزه با کرونا فعالیت می‌کنند را مورد اشاره قرار داد و گفت: آثار هنرمندان را قالب تصویرسازی، نقاشی و پوستر با موضوع یادشده ارائه می‌شود.

حسینی کشانی همچنین با اشاره به انجام برخی برنامه‌های قرآنی با همکاری موسسه‌های قرآنی استان و طرح‌پوشش در خانه بمانیم، گفت: در این برنامه که ویژه کودکان در نظر گرفته‌شده، علاقه‌مندان به شرکت در آن، موضوع‌هایی نظیر حفظ و تلاوت‌های قرآن که در آن مهارت لازم کسب نمودند را ضبط نمود و جهت پیش در فضای مجازی ارائه کنند تا به برترین‌ها جوایزی داده شود.

حسینی کشانی در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به هماهنگی بین اصحاب رسانه جهت پرداختن بهتر و موثرتر به مقوله پوشش در خانه بمانیم، یادآور شد: در زیرمجموعه شورای اطلاع‌رسانی استان این حضور تعدادی از خبرگاران کمیته‌ای تشکیل شده و در زمینه تولید محتوایی و خطر رسانه‌ای فعالیت صورت می‌گیرد.

مدیرکل ارشاد قم همچنین گفت: علاوه بر برنامه‌های مذکور، مسابقه عکس نیز از دیگر برنامه‌های کتابت فراخوان آن طی روزهای آینده اعلام خواهدشد.

وی یادآور شد: فیلم‌های تک‌فیله‌ای از مجموعه چهره‌های فرهنگی و هنری استان نیز از جمله برنامه‌های هست که انجام آن از سوی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی برای ما تکلیف است، اما تا زمان و بیل این افراد را به‌تدریج در اختیار م‌دهیم تا به مردم گوشزد شود.

مدیرکل ارشاد قم در پاسخ به سوالی در مورد وضعیت برگزاری این‌های مختلف فرهنگی، هنری و سینمایی و همچنین فعالیت آموزشگاه‌های هنری استان بیان کرد: به‌منظور جلوگیری از تجمع‌های انسانی و رعایت اصول بهداشتی، همه این برنامه کم‌کم‌ان با پایان سال آغاز لغو و تعطیل است، و انجام آن‌ها از ابتدای سال ۹۹ نیز سست‌تر تصمیم‌گیری‌های آینده می‌باشد.

مدیرکل انتقال خون استان قم:

کاهش ذخایر خون در قم به هشتاد نزدیک شد

مدیرکل انتقال خون استان قم گفت: میزان اهدای خون در قم از ابتدای اسفندماه جاری تاکنون نسبت به سه‌ماه سال گذشته ۵۰ درصد کاهش یافته که این موضوع وضعیت ذخایر خون استان را به‌هشدار نزدیک کرده است.

مرتضی نوریان با بیان اینکه با شیوع کرونا شاهد کاهش اهدای خون در قم و کشور هستیم، اظهار داشت: میزان اهدای خون از ابتدای اسفندماه ۵۰ درصد و میزان مصرف نیز در این مدت ۲۰۰ درصد نسبت به مدت مشابه سال گذشته کاهش داشته است. وی ادامه داد: در مجموع ذخایر خون به نسبت به ۲۲ روز ابتدای اسفندماه ۹۷، با کاهش ۲۰ درصدی مواجه‌می‌باشد که ادامه این روند نگران‌کننده است.

مدیرکل انتقال خون قم، دلیل کاهش ۲۰ درصدی مصرف خون در قم را جابه جایی زمان انجام جراحی‌های غیر اورژانس بیشتر بیمارستان‌ها استان به زمان دیگر دانست و گفت: با توجه به شیوع بیماری کرونا و تخصیص بیشتر زوای ا ظرفیت بیمارستانی به این میمران، انجام عمل‌های غیر ضروری به زمان دیگری موکول این موجب کاهش مصرف خون در این استان در این مدت شده‌است.

نوریان اظهار داشت: نه تنها کم‌تر بلکه شبکه خون‌رسانی کشور نیز با شیوع کرونا، با کاهش مواجه‌شده‌است که با توجه به نیاز مستمر بیماران مختلف از جمله بیمارانی دالایوزی و تالسمی و مجروحان ناشی از تصادفات رانندگی، از مردم نوع دوست استان که از سلامت بر خودرادر هستند، درخواست داریم تا این بیماران را در این جهت حمایت کنند. وی ادامه داد: توصیه و درخواست ما به اهدا کنندگان و مردمی که از سلامت بر خودرادر هستند و علازم بیمارانی را ندارند، این است که رعایت اهدای خون به مراکز انتقال خون قم مراجعه و نسبت به اهدای خون اقدام کنند.

مدیرکل انتقال خون قم با تاکید بر مسائل بهداشتی در مراکز انتقال خون این استان تاکید کرد: این مرکز به‌صورت مستمر ضدعفونی و گندزدایی می‌شود ضمن اینکه پیش از ورود اهدا کنندگان به این مراکز، وسایل مراقتی فردی شامل دستکش و ماسک نیز در اختیار آنان قرار داده می‌شود.

وی گفت: اهدای خون به‌تاکید بر رعایت مسائل بهداشتی در مراکز انتقال خون قم و کشور هستیم، هفتگی‌ای‌اندیشه در وضعیت‌بهرانی قرار گیرد.

وی با تاکید بر اینکه در حال حاضر شرایط ذخایر خون استان نزدیک به هشدار است، گفت: عبور از شرایط خاص کنونی نیازمند همکاری یاری‌رسانی به یکدیگر می‌باش‌داز در این شرایط بیماران نیازمند به دریافت مستمر خون در چند منزل شکل شوند.

مدیرکل انتقال خون قم با بیان اینکه کسانی که از سلامت ظاهری بر خودرادر هستند، مشکلی برای اهدای خون ندارند، افزود: شبکه خون‌رسانی کشور به دلیل کاهش اهدای خون نیاز به اهدای خون دارد.

وی با تاکید بر لزوم به همراه داشتن کارت ملی توسط داوطلبان اهدای خون، افزود: تمام افراد بالای ۱۸ سال سن که از سلامت کامل بر خودرادر بوده و هیچ‌گونه عارضه‌ای از انگلوزا یا سرماخوردگی ندارند، امکان اهدای خون دارند.

نوریان در ادامه با اشاره به برنامه‌های این اداره کل برای فعالیت در ایام تعطیلات نوروزی گفت: مرکز انتقال خون روح‌الله قم در ایام تعطیلات نوروز به غیر از روزهای جمعه ۱۲ و فردین ۱۳ به‌روزها را ساعت ۷:۳۰ تا ۱۳:۳۰ پذیرای اهدا کنندگان است. وی ادامه داد: با توجه به غیرقابل پیش‌بینی بودن شیوع شیوع کرونا در کشور و استان در روزهای آینده و ایام تعطیلات نوروزی، درخواست ما ادامه داشتن استمرار اهدای خون در این ایام است.

مدیرعامل سازمان فرهنگی هنری ورزشی شهرداری قم خبرداد تولید محصولات آموزشی در حوزه مدیریت پسماند

مدیرعامل سازمان فرهنگی هنری ورزشی شهرداری قم گفت: تولیدات متعددی در حوزه آموزش مدیریت پسماند در قالب پروژه، کتاب، تانم، پوستر، و… صورت گرفته است. ابوالقاسم‌مقیم‌بی‌با بیان اینکه افزایش‌مخلفات‌به‌صورت‌تخصصی آموزش می‌دهیم، گفت: دوره‌های مختلف آموزشی برای تاسکیران‌ها در شهر قم برگزار می‌شود که در کنار آن آموزش زبان عربی نیز برگزار شد تا بتوانیم خدمات به‌زائرین نیز داشته باشیم.

مدیرعامل سازمان فرهنگی هنری ورزشی شهرداری قم با تاکید بر اینکه یکی از مهم ترین اتفاقات در حوزه فرهنگ شهرداری بحث مدیریت پسماند است، اظهار کرد: مدیریت پسماند تنها به معنای زمان گذاشتن زباله در درب منزل نیست بلکه در حوزه‌های مختلف این مساله تعریف می‌شود. مقیمی با تاکید بر اهمیت تفکیک زباله، کاهش تولید و کم‌چشم‌سازی زباله جزو سرفصل‌های آموزشی حوزه مدیریت پسماند است، افزود: سازمان مدیریت پسماند نیز در قالب طرح همیار زیابافت در حوزه فرهنگ شهروندی با اولویت قشر دانش‌آموز آموزش‌های لازم را ارائه‌کند.

وی اظهار کرد: البته تولیدات متعددی نیز در این حوزه در قالب پرشور، کتاب، تئاتر، نرم‌افزار، پوستر، و… صورت گرفته است.

آخرین فرصت ارسال آثار ۲۸ اسفند؛

انتشار فراخوان شعر با موضوع قم

حوزه هنری استان قم به‌همکاری سازمان فرهنگی هنری ورزشی شهرداری قم در اطلاعیه‌ای از انتشار فراخوان شعر با موضوع قم خبر داد و اعلام کرد که شاعران علاقه‌مند تا ۲۸ اسفندماه فرصت دارند آثار خود را ارسال نمایند.

در این اطلاعیه اعلام شده است فراخوان شعری با موضوعات قم شهر اهل بیت (ع)، قم شهر انقلاب و جهاد، قم شهر علم و فضیلت و شخصیت و هویت شهر قم منتشر شده است.

شاعران ۲۸ اسفند ۱۳۹۸ فرصت دارند تا اشعار خود در انواع قالب کلاسیک یا پیم رسان‌های اپنا و تلگرام به نشانی poemqom/ ارسال نمایند. اشعار منتخب همزمان با نوروز ۱۳۹۹ در فضای مجازی منتشر می‌شود و به ۱۰ برگزیده نیز فراخوان کار ادبیه پنج میلیون ریالی اهدا خواهد شد. فراخوان شعر با موضوع شهر مقدس قم به‌همراه ارائه کار رسانه اسلامی استان، حوزه هنری قم و سازمان فرهنگی هنری ورزشی شهرداری قم منتشر شده است.

فرمانده سپاه علی بن ابی طالب (ع) خبر داد؛

۳۰۰ هکتار از معابر قم توسط سپاه پاسداران ضد عفونی شد



است. همچنین یک دستگاه تولید ماسک نیز خریداری شده که با سه شیفت کاری ۱۲ هزار ماسک در روز به تولید برسد.

وی با اشاره به نحوه توزیع ماسک‌های بهداشتی در سطح شهر بیان کرد: بخشی از ماسک‌ها به صورت رایگان بین جامعه هدف توزیع می‌شود که جایزاتان شیمیایی و مددکاران کاران اجتماعی از آن جمله است. فرمانده سپاه قم با اشاره به حضور بسیجیان در میادی ورودی و خروجی شهر، عنوان کرد: ورودی و خروجی قم – تهران- و قم – کاشان توسط بسیجیان آموزش دیده کنترل و از ورود و با خروج کسانی که تب داشته باشند جلوگیری و به کارشناسی ارجاع می‌شوند.

وی ادامه داد: یکی از مشکلاتی که در حال حاضر در استان قم و سایر نقاط کشور با آن مواجه هستیم تهیه و توزیع ماسک است که در این راستا موفق شدیم با پیگیری‌های علوم پزشکی از وزارت بهداشت و درمان مجوز بگیریم تا نسبت به تولید ماسک اقدام کنیم.

فشاری که روی کادر درمانی است کاسته‌شد. سردار شاهچراغی اضافه کرد: با استقرار کانکس‌های درمانی ۵ هزار ۷۰۰ نفر به کانکس‌ها مراجعه کردند و از فشاری که روی کادر درمانی است کاسته‌شد. وی اضافه کرد: راه اندازی مرکز تفاهتگاه «یاوران مهدی (عج)» نیز با همکاری دانشگاه علوم پزشکی از دیگر اقدامات سپاه پاسداران است که با همکاری اداره کل بهداشت استان قم صورت گرفته است.

سستؤل دفتر مقام معظم رهبری در قم:

قم پیشتاز توسعه فضای سبز در کشور است

مسئول دفتر مقام معظم رهبری در قم گفت: اگر فضای سبز توسعه پیدا کند شادابی جامعه بیشتر عده و بیماری‌ها کاهش یافت و سلامت مردم ارتقا پیدا می‌کند.
حجت‌الاسلام والمسلمین محمدی عراقی با تاکید بر ادبیات دینی و قرآن درخت نشانه، حمت خدا است، گفت: درخت‌ها به‌تعبیر قرآن کریم در برابر عظمت خداوند سجده می‌کنند و در احادیث پیامبر تشویق شده به درختکاری؛ با این اهمیت که درختکاری در اسلام دارد به جاست که مردم قم رتبه نخست در درختکاری از توسعه فضای سبز داشته باشند.

مسئول دفتر مقام معظم رهبری در قم با بیان اینکه در سال‌های سرانه فضای سبز و درختکاری در قم به‌طور متوسط یافته در رتبه نخست را در کشور به دست آورده است، افزود: بنیاید به این مساله اکتفا کرد و باید سرانه فضای سبز قم را به سرانه‌های استاندارد جهانی نزدیک کرد.

باید شهر متناسب با مدنیت اسلامی و ایرانی را محقق سازیم
محمدی عراقی گفت: در گذشته آب هوای قم ب‌تغییر خشک بود که بایک بار دگر و غبار زیادی شهر را می‌گرفت اما امروز با همت مسئولان با تمام مشکلات موجود شاهد توسعه قابل‌توجه درختکاری و کل‌کاری هستیم.

وی با تاکید بر اینکه توسعه فضای سبز در سلامت مردم تاثیر زیادی دارد، گفت: به همت جوانان و طلاب حوزه علمیه باید شهر قم ب‌لگوی زیبایی و سلامت در کشور باشد.

مسئول دفتر مقام معظم رهبری در قم گفت: باید شهر متناسب با مدنیت اسلامی و ایرانی را محقق سازیم. این مساله کرونا هم گذرا است و مردم قم مثل همیشه خود را صف خط مقدم فدا کردند و این مصیبت را تحمل کردند.

در جلسه رسمی و علنی شورای اسلامی شهر قم صورت گرفت تصویب بودجه ۳ هزار میلیارد و ۸۱۹ میلیون تومانی شهرداری قم

در یک‌صدوسی و پنجمین جلسه رسمی و علنی شورای اسلامی شهر قم بودجه پیشنهادی شهرداری قم در سال ۹۹ از حیث در آمد و هزینه به میزان ۳ هزار و ۸۱۹ میلیارد تومان به تصویب رسید.

به گزارش شهرنیوز، یکصد و سی و پنجمین جلسه علنی و رسمی شورای اسلامی شهر قم با موضوع بررسی بودجه سال ۹۹ شهرداری قم در حضور ریاست و اعضای شورا و دکتر سید مرتضی سقاییان نژاد شهردار قم و معاونان شهرداری به صورت ویژه تشکیل جلسه داد و کلیات بودجه با استعاری بالغ‌بر ۳ هزار میلیارد و ۸۱۹ میلیون تومان تصویب‌شد.

بررسی ۸۰۰ پروژه عمرانی در بودجه ۹۹ شهرداری قم عبدالله جلالی رئیس شورای اسلامی شاهر قم به‌تشریح لایحه بودجه سال ۹۹ شهرداری قم پرداخت و اظهار داشت: لایحه بودجه که نقشه راه شهرداری در یک سال آینده است در این جلسه به سرانجام رسیده و به‌جز دو سازمان‌رأی گذاشته می‌شود.

وی از بررسی بیش از ۸۰۰ پروژه عمرانی در جلسات تخصصی کمیسیون‌ها در بودجه سال ۹۹ اشاره و ابراز کرد: در لایحه بودجه سال ۹۹ توجه شهر و شهرداری بر اتمام پروژه‌های نیمه‌تمام بوده و به آن توجه ویژه شده است.

رئیس شورای اسلامی شهر قم احداث پارکینگ را یکی از دغدغه‌های مردم و مدیریت شهری دانست و تصریح کرد: یکی از دغدغه‌های شهروندان در شهر قم کمبود پارکینگ است که در سطح شهر است که شورای اسلامی شهر قم در سطح شهر با توجه به مجموعه ظرفیت‌ها و منابع سال ۹۸ را که اجرایی نشده به بودجه سال ۹۹ اضافه کرده تا شاهد اتفاق بزرگی در این

مدیرعامل سازمان زیباسازی شهرداری قم خبرداد
رئیس شورای اسلامی شهر قم احداث پارکینگ را یکی از دغدغه‌های مردم و مدیریت شهری دانست و تصریح کرد: یکی از دغدغه‌های شهروندان در شهر قم کمبود پارکینگ است که در سطح شهر است که شورای اسلامی شهر قم در سطح شهر با توجه به مجموعه ظرفیت‌ها و منابع سال ۹۸ را که اجرایی نشده به بودجه سال ۹۹ اضافه کرده تا شاهد اتفاق بزرگی در این

مدیرعامل سازمان زیباسازی شهرداری قم خبرداد بهسازی ۵۵ المان قدیمی شهر برای سال جدید

مدیرعامل سازمان زیباسازی شهرداری قم از بهسازی ۵۵ المان قدیمی شهر برای سال جدید خبر داد.

سیدمحمد موسوی منش با اشاره به اقدامات سازمان زیباسازی شهر قم در نورز ۱۳۹۹ اظهار کرد: برگزاری فراخوان دومین جشنواره نقاشی گنجشک بهاری و اجرای آثار از حضور ۵۰ هنرمند استانی و کشوری در اسفندماه صورت گرفته‌است.

مدیرعامل سازمان زیباسازی شهرداری قم با تاکید بر برگزاری سومین فراخوان شهرنکار قم با موضوعات (انرژی‌های شهر و ترویج فرهنگ ایثار و شهادت) و نقاشی دیواری (نوروز، نیمه شعبان و ماه مهر)، بیان کرد: نصب ۵۰ عدد المان گنجشک بهاری در سطح مناطق هشت گانه به مناسبت این ایام صورت خواهد گرفت.

موسوی منش با بیان اینکه اورهال، رنگ آمیزی و نصب ۵۵ عدد المان نوروزی در سطح شهر صورت خواهد گرفت، گفت: هنرهای فرسوده سطح شهر با اولویت تصاویر شهدا و ورودی‌های شهر و در قالب نهضت خانه‌کنانی شهر نصب و تعویض شده است. وی با اشاره به اجرای نقاشی دیواری استقبال از ۹۹ هزار و ۲ هزار ۲ مترمربع در هر منطقه حدود ۳۰۰ متر مربع با اولویت نقاشی جداره های ورودی شهر، گفت: اورهال کردن و رفع نقص پروژه‌های نورپردازی سطح شهر، طراحی و نصب المان‌ها در آثار (رامضاع) در ورودی بلوار امام رضا(ع) در منطقه دو، طراحی و نصب المان شهدای آتش نشان، در میدان شهدای آتش نشان در منطقه

شنبه –بیست و چهارم اسفند ماه ۱۳۹۸ – سال بیست و دوم – شماره ۵۰۰۱

اخبار

مدیرکل راه و شهرسازی استان قم خبر داد ثبت نام مرحله دوم طرح اقدام ملی مسکن در ابتدای سال جدید

مدیرکل راه و شهرسازی استان قم از شروع ثبت نام مرحله دوم طرح اقدام ملی تولید مسکن استان در ابتدای سال جدید خبر داد.

حسن صوری اظهار داشت: طرح اقدام ملی تولید مسکن با هدف خانه دار کردن مردم در آبان ماه سال جاری کلید خورد.

وی افزود: در مرحله اول ثبت نام ظرفیت ۴۴۰۰ نفری برای استان قم در نظر گرفته شده بود که نتایج آن در بهمن ماه اعلام شد. صوری توضیح داد: براساس نتایج اعلام شده، از تعداد چهار هزار نفر متقاضی شهر قم، تعداد ۲۱۵۵ نفر پذیرفته شدند و تعداد ۱۸۲۵ نفر از متقاضیان حائز شرایط مشخص داده شدند.

وی با دسته بندی متقاضیان طرح اقدام ملی به سه گروه، در خصوص پذیرفته شدگان این طرح توضیح داد: دسته اول متقاضیانی هستند که در مرحله اول پذیرفته شده اند که امورات مربوط به ثبت نام تشکیل پرونده، افتتاح حساب و… در همه اداره کل بنیاد مسکن استان خواهد بود. مدیرکل راه و شهرسازی استان قم ابراز داشت: این دسته از افراد در مرحله اول، مدارک هویتی خود را در سامانه بارگذاری کرده اند اما حضور آن‌ها در اداره کل بنیاد مسکن برای ادامه روند ثبت نام به دلیل شیوع ویروس کرونا به زمان بعد موکول شده است.

وی با بیان این که تمامی حقوق مکسسه در ثبت نام برای پذیرفته شدگان محفوظ است، افزود: این دسته افراد هیچ گونه تهرانی از این بابت نداشته باشند و زمان حضور آن‌ها برای ادامه فرآیند ثبت نام در قالب اطلاع‌ها به سمع و نظر آن‌ها خواهد رسید.

به‌زودی نتایج اعتراضات مرحله اول اعلام می‌شود
صوری با بیان این که بنیاید شدگان مرحله اول ثبت نام طرح اقدام ملی، در سامانه اعتراض خود ثبت کنند، توضیح داد: دسته دوم متقاضیان افرادی هستند که در مرحله اول پذیرفته شدند و چهارگانه ثبت نام را کسب نکرده و در این خصوص اعتراض خود را در سامانه ثبت نموده اند. وی افزود: به اعتراض این دسته از متقاضیان نیز در اسرع وقت رسیدگی و نتایج به‌زودی اعلام خواهد شد. به گفته مدیرکل طرح اقدام ملی، در مرحله اول پذیرفته شده اند متقاضیان، این افراد به گروه اول یعنی پذیرفته شدگان کانکس اضافه خواهند شد. صوری در خصوص جاماندگان مرحله اول ثبت نام طرح اقدام ملی مسکن اظهار داشت: دسته سوم افرادی هستند که متقاضی ثبت نام در طرح اقدام ملی مسکن بوده اما در مرحله اول موفق به ثبت نام نشده اند که این افراد می‌توانند در ابتدای سال آینده برای ثبت نام در این طرح اقدام کنند. وی تصریح نمود: تمام امور مربوط به گروه پذیرفته شدگان، مختص زیرمجموعه متقاضیان مرحله دوم صرفاً از طریق سامانه ثبت نام به نشانی www.tem.mrud.ir انجام خواهد شد.

مدیرکل راه و شهرسازی استان قم در پایان خاطر نشان ساخت: با توجه به شیوع ویروس کرونا و کمبود کنترل و مقابله با آن، از عموم شهروندان متقاضیان طرح اقدام ملی درخواست می‌شود از مراجعه حضوری به اداره کل راه و شهرسازی و اداره کل بنیاد مسکن خودداری نمایند.

با یکپارچه‌سازی شرکت‌های آب و فاضلاب شهری و روستایی؛ نخستین مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان قم منصوب شد

با اجرای طرح یکپارچه‌سازی شرکت‌های آب و فاضلاب شهری و روستایی روز چهارشنبه در مراسمی دکتر علی جان صاقق پور به عنوان نخستین مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان قم معرفی‌شد.
به گزارش روابط عمومی شرکت آب و فاضلاب استان قم، مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور در این مراسم که به صورت ویدئوکنفرانس برگزار شد با اشاره شرایط سخت استان قم در مواجهه با بیماری کرونا، نقش بی‌بدیل آب را در حفظ سلامتی و بهداشت مهم ارزیابی کرد و خطاب به مدیران آب و فاضلاب استان قم گفت: این مزرعه وظیفه و شما را در شرایط کنونی سخت کرد، اما یاری خداوند شما توانسته‌اید این وظیفه خطیر را به خوبی مدیریت کنید. وی بر ضرورت تلاش برای حفظ سلامتی میدان و کارکنان صنعت آب و فاضلاب با تاکید بر اظهار داشت: شما زمانی می‌توانید خدمات مناسبی به مردم ارائه کنید که از سلامتی برخوردار باشید که با دقت نظر و با رعایت مسائل بسیار جزئی بهداشت فردی می‌شود به‌زودی به شرایط سختی که در استان قم با حاکم شده اقبال آید.

قدرتداری از اقدامات آتیای قم در روزهای کرونایی
مهندس حمیدرضا جانباز با بیان اینکه بنیاید خللی در روند خدمت‌رسانی شرکت‌های خدماتی آتفاقی به‌تصریح کرد: بنابراین همه به لحاظ شرعی و به هم به حکم وظیفه انسانی و اخلاقی توصیه می‌کنم همکاران صنعت آب و فاضلاب بیشتر در کنار خانواده باشند مگر گروه‌ها و بخش‌های خدمت‌رسان که امیدواریم در اداریت و همت همگانی و عزم ملی در مدت زمان کوتاهی این مشکلات را پشت سر بگذاریم و شرایط کشور به حالت عادی بازگردد. وی در ادامه با قدرتداری از تلاش‌ها و خدمات مهندس احمدی جیلی گفت: ایشان از طول مدتی که در شرکت آب و فاضلاب روستایی استان قم خدمت کرده‌اند مشناحت‌حوالات بسیار خوبی بودند و جزو هنرمندوهای خوب صنعت آتفاقی کشور به‌شمار می‌روند.

مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور همچنین ضمن ازووی موفقیت برای دکتر صاقق پور و مجموعه آب و فاضلاب شهری و قدرتداری از خدمات صورت گرفته در سال‌های سخت گذشته در تأمین آب و به لزوم استفاده بیشتر از ظرفیت طرح‌های فاضلاب در استان تاکید کرد. وی با اشاره به سوابق مدیریت دکتر صاقق پور در شرکت‌های آب و فاضلاب روستایی فاضلاب استان قم، امیدواریم در سلبه همکاری و یکپارچگی، شاهد اتفاقات خوبی در سطح استان قم در زیر چتر شرکت یکپارچه آب و فاضلاب استان قم باشیم.

رئیس پلیس امنیت عمومی استان قم تاکید کرد آگاه‌سازی عمومی بر پیشگیری از حوادث چهارشنبه آخر سال

رئیس پلیس امنیت عمومی استان قم با تاکید بر آگاه‌سازی عمومی بر پیشگیری از حوادث چهارشنبه آخر سال گفت: برابر آمارها بیشترین قربانیان چهارشنبه آخر سال کودکان و نوجوانان هستند.

سرهنگ پیام کواپانی اظهار داشت: برگزاری مراسم چهارشنبه آخر سال به شکل نادرست موجب شده است تا روزهای پایانی سال به روزهای نگرانی و اضطراب خانواده‌ها تبدیل‌شد. وی با اشاره به اینکه بیشترین قربانیان چهارشنبه آخر سال را کودکان خانوار نشان می‌دهند گفت: خانواده‌ها باید بخلارت استفاده از مواد محترقه و آتش را از فرزندانشان گشود کنند. رئیس پلیس امنیت عمومی استان قم به‌مبحث قانون خریدوفروش موادمحترقه اشاره کرد و یادآور شد: به استناد قانون مجازات اسلامی هرگونه قاچاق، خرید و فروش و … و منفجره و محترقه بطور غیر مجاز جرم محسوب‌م‌شود و مرتکبان به مجازات مندرج در قانون محکوم می‌شود. وی گفت: برپایه ماده ۶۱۸ قانون مجازات اسلامی هرکسی با آیهاو، جنجال، حرکات غیر متعارف یا با تعرض با افراد، مدخل نظم و آراش عمومی گردد و یا مردم را از فعالیت بازدارد، به حبس از سه‌ماه تا یک سال و ۲۷ ضربه شلاق محکوم می‌شود.

به‌منظور پلید کواپانی از عموم مردم توصیه کرد: با توجه به نزدیک شدن چهارشنبه آخر سال در سطح کلانگویی از حواشی از قبیل: آتش سوزی، خسارت مالی و جانی تقاضای این شود تمام مراتب قانونی و شرعی را رعایت و از استفاده مواد محترقه و آتش را جدا خودداری گردد و در صورت مشاهده هر گونه تخلف، مراتب را سریع‌ا به پلیس ۱۱۰ اطلاع دهید.

رئیس پلیس امنیت عمومی استان قم در پایان چند توصیه برای پیشگیری از حوادث چهارشنبه آخر سال ارائه کرد.

۱- از نگهداری موادمحترقه، تهیه وساخت وسایل آتش‌بازی دستی توسط فرزندان اکثا آید خودداری کرده و نظارت بر کودکان و نوجوانان در این خصوص را جدی بگیرند.

۲- مراقب رفتارهای خطرناک و هتاج‌ها قرار ابوده در صورت لزوم مراتب را به واحدهای ترس‌نیوز انتظامی و یا پلیس ۱۱۰ اطلاع دهید.

۳- از برپایی آتش در معابر پر تردد و نزدیک بست‌های برق یا ایستگاه‌های تقبیل فشار گاز و و پارکینگ‌های عمومی خودداری کنید.

سرپرست پلیس راهور استان قم:
سرپرست پلیس راهور استان قم گفت: در رسانی پیشگیری از شیوع ویروس کرونا، مرکز تعویض پلاک خودروواقع در بلوار شهیدمحللاتی تا اطلاع ثانوی تعطیل شد. سرهنگ غلامرضا صدفی اظهار داشت: با توجه به افزایش شیوع بیماری کرونا و افزایش احتمال سرایت آن در مراکز که تجمع مردمی زیاد است، پلیس راهور قم به‌پیشنهاد ستاد پیشگیری از بیماری کرونا، مرکز تعویض پلاک را تعطیل کرد. وی افزود: این خدمت این مرکز پس از عادی شدن اوضاع مجدداً از سر گرفته خواهد شد و شروع فعالیت متعاقباً اعلام خواهدشد.

سرهنگ صدفی ادامه داد: پلیس راهور ناجا در حال پیگیری است تا وکالت نامه‌های صادرشده در دفتر اسناد رسمی برای نقل و انتقال خودرو را تا زمان بازگشت اوضاع به شرایط عادی تمدید کند.

سرپرست پلیس راهور استان بیان کرد: طبق هماهنگی به عمل آمده با دفاتر اسناد رسمی استان مقرر شده وکالت نامه‌های برای نقل و انتقال خودرو کمتر از ۲ ماه صادر نشود.

فرمانده انتظامی استان قم خبرداد
فرمانده انتظامی استان قم از کشف یک محموله شوینده احتکار شده در قم خبر داد. سردار عبدالرضا اخفانی اظهار داشت: در پی کسب خبری مبنی بر دو انواع شوینده در منزلی در قم، به‌موضوع در دستور کار کارآگاهان پلیس آگاهی استان قرار گرفت. این مقام انتظامی اضافه کرد: کارآگاهان در ادامه پس از شناسایی محل دو مورد نظر، با هماهنگی مقام قضایی وارد محل شدند و از بررسی صورت گرفته ۱۳۲ عدد شامپو کوچک و بزرگ، ۱۰ عدد مایع لباسشویی بزرگ، بیش از ۲۰۰ لیتر انواع شوینده و ۳۷۰ بسته پوشک نوزاد کشف کردند. فرمانده انتظامی استان قم از ارزش محموله مشکوفه به حدود ۱۲ میلیون ریال اعلام کرد: در این رابطه یک نفر متهم دستگیر و تحویل مرجع قضایی استان شد. سردار اخفانی با اشاره به عزم جدی پلیس برای مبارزه با احتکار کنندگان اقلام بهداشتی از مردم خواست تا در صورت اطلاع از احتکار هر نوع اقلام بهداشتی بلافاصله موضوع را از طریق تلفن ۱۱۰ به پلیس اعلام کنند.

گفت‌وگو



دروازه‌بان ایرانی شاغل در لیگ برترتال با اعلام این که جام جهانی قطر اولویت نخست اوست از کارلوس کی‌روش به عنوان سرمربی بزرگی یاد کرد که جای خالی‌اش احساس می‌شود. به گزارش ایسنا و به نقل از سایت فوتبال برتغال امیر عبدهزاده دروژه‌بان ۲۶ ساله ایرانی در تیم ماریتیمو عملکرد خوبی در لیگ برترتال داشته است ولی در عین حال جاه‌طلبی‌های بزرگی هم دارد. مصاحبه با این دروازه‌بان ایرانی را در زیر می‌خوانید:

♦ **از روی شما در فوتبال چیست؟**

من اهداف بزرگی در سرم دارم و هر روز به آن فکر می‌کنم. می‌دانم که دیر یا زود به این اهداف خواهم رسید، باید هر روز تمرین کنم و فقط به پیشرفت خودم فکر کنم. در این صورت می‌توانم به اهدافی که در سرم برای خود ترسیم کرده‌ام برسم.

♦ **نظرت درباره مهدی طارمی مهاجم دیگر ایرانی که در برتغال بازی می‌کند، چیست؟**

من برای تمام بازیکنان ایرانی آرزوی موفقیت می‌کنم و خوشحال می‌شوم که موفقیت آنها را ببینم. از مصمیم قلمم برای طارمی آرزوی موفقیت می‌کنم و امیدوارم بتواند به همین شکل روند خود خود را ادامه دهد و در بین بهترین‌ها قرار گیرد. خوشخالم که بعد از من مهدی طارمی و مهرداد محمدی به لیگ برترتال آیند. من این دورا به خوبی می‌شناسم و همه‌ما تلاش می‌کنیم که نماینده‌های خوبی برای فوتبال ایران در لیگ برترتال باشیم.

♦ **عملکرد کارلوس کی‌روش در تیم ملی فوتبال ایران را چه‌طور ارزیابی می‌کنید؟**

کی‌روش یک چنتم‌من واقعی است که دانش زیادی از فوتبال دارد. بعد از هشت سال کار در تیم ملی فوتبال ایران جای خالی او احساس می‌شود. او تاثیر زیادی روی فوتبال ایران داشت. کی‌روش باعث بالا رفتن انتظارات از تیم ملی ایران شد. همان‌طور که دیدید جانشین او نتوانست در این شرایط دوام بیاورد و ثبات او را نداشته باشد. من خودم افتخار می‌کنم که شاگرد او بودم و باید بگویم چیزهای زیادی از کی‌روش یاد گرفتم.

♦ **تیم باشگاهی ات مار تیممو قرار و ششپ زادی داشت ولی اسمال عملکرد خیلی خوب یک نواختی داشتی نظر خودت چیست؟**

همین‌طور است. من از اشتباهاتم درس گرفتم و سعی کردم نقاط ضعف خودم را به‌نشونم و تا جایی که ممکن است به تیم کمک کنم. در حال حاضر تمرکز من روی جام جهانی بعدی است و امیدوارم بتوانم با ادامه این روند در جام جهانی ۲۰۲۲ قطر برای تیم ملی کشورم بازی کنم.

♦ **چه‌طور شد که فوتبال برتغال را انتخاب کردی؟**

من از زوداشتم در اروپا بازی‌کنم. تجربه خوبی در انگلیس، آمریکا و ایران داشتم و از بازی در اروپا استقبال می‌کردم. وقتی فرصت حضور در فوتبال برتغال فراهم شد از آن استقبال کردم. زمانی که در پرسپولیس مردم با تپس‌لیم چونو فرصت صحبت کردم و به او گفتیم که دوست داریم در برتغال بازی‌کنم و او درباره زندگی در برتغال پرسیدم و جالب آنکه همین‌طور هم شد و یک سال بعد به برتغال آمدم.

خبر

پیغام علی کریمی: این جنجال‌ها را تمام کنید!

نتایج پرسپولیس؛ ربطی به مدیر عامل و هیئت مدیره ندارد

علی کریمی اعتقاد دارد که تغییر مدیریت در سال‌های گذشته نیز اتفاق افتاده و نمی‌تواند مانع از قهرمانی تیم باشد.

پرسپولیسی‌ها هفته‌ی ملتعب و پرتشنی را سپری کردند. استعفا ی انصاری فرد و جانشینی رسول پناه، سبب شد تا دوباره بحث‌های هواداری را بالا بکشد. در این بین حالا علی کریمی با یک پیغام تلگرامی، موضع خود در این زمینه را منتشر کرده و درخواست‌هایی نیز از هواداران داشته است.

کریمی که بی‌تردید یکی از محبوب‌ترین پیشکسوتان تاریخ باشگاه پرسپولیس است، در این پیام به تغییرات متوالی در پرسپولیس اشاره کرده نوشته است: «این روزها دوباره شاهد تغییرات در مدیریت باشگاه هستیم! روی محبت‌م با هواداران پرسپولیس هست؛ در دو سال گذشته چند مدیرعامل و چند بار افراد هیئت‌مدیره تغییر کرده؛ با این اوضاع احوال تیم چه نتایجی کسب کرد؟ بهترین نتایجش را در لیگ برتر». او در ادامه با صراحت درخصوص مدیران عامل و اعضای هیئت‌مدیره نوشته است: «این نتایج ربطی به مدیرعامل و هیئت‌مدیره نداشت، فقط و فقط نتیجه حمایت بیش از پیش هواداران و سعی و تلاش کادر و بازیکنان بود. پس این نشان دهنده این است که با تمام این تغییرات، باز با حمایت هواداران و روحیه دادن به کادر و بازیکنان اسمال قهرمانی به مراتب راحت‌تر از سه سال گذشته می‌باشد.»

وی همچنین خطاب به افرادی که پس از استعفا ی انصاری فرد، در شبکه‌های اجتماعی برخی صحبت‌ها را مطرح کرده اند، نوشت: «روی حرقم با محدود کسانی هست که در شبکه‌های اجتماعی دنبال حاشیه‌درست کردن برای تیم می‌باشند؛ تیم شرایط خوبی دارد و بگذراید کارش را کند». او همچنین از هواداران پرسپولیس خواست: «با حمایت می‌توانید مثل سایرهای گذشته شاهد موفقیت تیم باشید و لایغر، پس از کادر و بازیکنان حمایت کنید، مطمئن هستم بازیکنان هم شرایط را درک می‌کنند و با چابگایی که تیم دارد تمام تلاش‌شان را انجام می‌دهند.»

باشگاه استقلال تهران:

نامه‌ای از وزارت درباره موافقت با استعفا ی منزوی ارسال نشده است

باشگاه استقلال تهران استعفا «کامران منزوی» عضو هیات‌مدیره این باشگاه را اتکذیب کرد.

در خبری که روزپنجشنبه در کانال رسمی باشگاه استقلال منتشر شد، آمده است: روزپنجشنبه خبری در سطح فضای مجازی منتشر شده بود، مبنی بر اینکه وزارت ورزش و جوانان با استعفا «کامران منزوی» از هیات‌مدیره باشگاه استقلال موافقت کرده است. در ادامه آمده است: این خبر در حالی انتشار یافته که «علی فتح‌اللهزاده» در بستر بیماری است و امور باشگاه توسط ۴ عضو دیگر در حال پیگیری است و رییس هیات‌مدیره باید اولین نفری باشد که از این موضوع باخبر شود در بی‌خبری مطلق است و آن را تکذیب می‌کند. لازم به ذکر است تاکنون نامه‌ای از سوی وزارت ورزش در این رابطه به باشگاه استقلال برسیده است.

به‌زودی درباره مراحل عقد قرارداد ویلموتس صحبت می‌کنم مهدی تاج: تا سیه‌روی شود هر که در او غش باشد

رییس سابق فدراسیون فوتبال اعلام کرد که به‌زودی درباره مداره دوغیردازی‌های سرپالی علیه فوتبال ملی، مراحل تصویب و عقد قرارداد ویلموتس و مسائل مربوط به اساسنامه فدراسیون فوتبال خواهد داد.

مهدی تاج در پیامی در صفحه شخصی خود در شبکه اجتماعی اینستاگرام نوشت: به زودی و به‌طور مفصل درباره مراحل تصویب و عقد قرارداد مارک ویلموتس، مبلغ و چگونگی پرداخت آن، موضوعات مربوط به اساسنامه و وضعیت اقتصادی فدراسیون و همچنین منشأ برخی دروغ‌پردازی‌های ه‌م‌دند، سازمان یافته و سرپالی علیه فوتبال ملی در سال‌های اخیر گزارش می‌کنم! از نزدیک و به‌طور مستقیم و رو‌رو به مردم عزیز کشور ارئه خواهم داد. وی در پایان این پیام نوشته است: تا سیه‌روی شود هر که در او غش باشد... گفتنی است در ماه‌های گذشته شکایات مارک ویلموتس از فدراسیون فوتبال ایران به‌فایده درخصوص پرداخت نشدن مبلغ دستمزدش و همچنین مبلغ این قرارداد حاشیه‌های زیادی به وجود آمده است. مهدی تاج‌دی ماه و به دنبال ناراحتی قلبی از ریاست فدراسیون فوتبال استعفا کرد.

تمامی مسابقات فوتبال به‌تعویق افتاد

براساس اعلام سازمان لیگ فوتبال ایران، تمامی مسابقات لیگ‌های فوتبال کشور در ه‌ده‌ای ایران به‌تعویق افتاد. پیرو دستور ستاد ملی مبارزه با کرونا، تمامی مسابقات لیگ‌های فوتبال کشور در ه‌ده‌ای برتری، به‌دست اول دوم و سوم فصل ۹۹-۹۸ از اطلاع بعدی به‌تعویق افتاد. بدین‌هی است برنامه جدید مسابقات فوتبال باشگاهی از سوی سازمان لیگ فوتبال ایران براساس هماهنگی با ستاده ملی مبارزه با کرونا اعلام خواهد شد. پیش از این با اعلام سازمان لیگ فوتبال ایران، قرار بود مسابقات لیگ برتر که به‌دلیل شیوع ویروس کرونا به‌حالا تعلیق درآمده بود، مجدداً از ۱۴ فروردین سال ۱۳۹۹ از سر گرفته شود.

از سوی فیفا تکید شد:

انتخابات فدراسیون فوتبال به‌قرار بود در روزهای پایانی سال جاری برگزار شود به دلیل نقایصی که در اساسنامه وجود داشت به‌زمان دیگری موکول شد

ابراهیم شکوری سرپرست دیدرکنی فدراسیون فوتبال گفت: مجمع انتخاباتی فدراسیون فوتبال که قرار بود ۲۵ اسفند برگزار شود با توجه به مکتبات فیفا و تاکید بر اصلاح اساسنامه فدراسیون فوتبال به زمان دیگری موکول شد.

فرزاد آشویی:

تغییرات پرسپولیس را وارد بحران می‌کند

بازکن پیشین تیم فوتبال پرسپولیس با تاکید بر اینکه بی‌ثباتی به سود این باشگاه نیست گفت: تغییرات بوجودآمده در مدیریت باشگاه پرسپولیس تمرکز اعضای تیم را بهم می‌زند و این اتفاق خوبی نیست. فرزاد آشویی در خصوص استعفا ی محمدحسن انصاری فرد از مدیرعاملی باشگاه پرسپولیس گفت: قطعاً اتفاق خوشایندی برای باشگاهی که ثبات در ارکان فنی‌اش یکی از مهم‌ترین نقاط قوتش بوده است محسوب نمی‌شود. کارناشناس فوتبال ایران ادامه داد: من در جریان نحوه مدیریت امور اجرایی باشگاه توسط آقای انصاری فرد نبوده و نیستم. با این حال معتقدم از مدیریت از جنبش فوتبال بوده است و از مشکلات آگاه بود. رفتن او قطعاً به ضرر باشگاهی خواهد شد که چرخه مدیریتی و اقتصادی درستی نداشته و نخواهد داشت.

آشویی درباره حضور مهدی رسول‌پناه رئیس هیات‌مدیره باشگاه پرسپولیس به عنوان سرپرست فعلی سرخ‌ها یاداورد: مجموعه فعلی بازیکنان و کادر فنی پرسپولیس یکی از بهترین‌هایی هستند که در چند سال اخیر لیگ برتر گرد هم آمده اند. رفتن انصاری فرد و اتفاقات حاشیه‌ای در باشگاه تمرکز رختکن را بر هم می‌زند و پرسپولیس را وارد بحران ناخواسته ای در لیگ برتر و لیگ قهرمانان آسیا می‌کند.

وی در پایان خاطرنشان کرد: پرسپولیس مدعی اول قهرمانی در لیگ برتر است اما نباید نگاهش به بازی‌های باقیمانده، ساده باشد. بنابراین این را زمانیکه لیگ برتر ادامه داد باید حواس یحیی گل محمدی و بازیکنانش روی بالا بردن جام متمرکز باشد.

باشگاه بزرگ، مدیران کوچک؛

«رسول پناه» پا جای پای رویانیان، طاهری و عرب می‌گذارد؟



وزیر ورزش و جوانان فردی را سرپرست باشگاه پرسپولیس کرده که سابقه فعالیت‌های سیاسی و قضایی و دنداندیزشکی دارد اما در کارنامه‌اش هیچ اثری از فعالیت‌های ورزشی به چشم نمی‌خورد.

پس از درگیری محمدحسن انصاری فرد با هیئت‌مدیره پرسپولیس، او از سمتش استعفا کرد تا هیئت‌مدیره، مهدی رسول‌پناه را به عنوان سرپرست مدیرعاملی انتخاب کند. رسول پناه که در اسفند ۹۷ به عنوان عضو علی‌البدل به هیات‌مدیره باشگاه پرسپولیس آمد، برگ یکی از ماندگارترین مردان تاریخ این باشگاه به عضویت اصلی درآمد و جانشین بازیکنی بزرگ، دیپلماتی آگاه‌گشته و پیشکسوتی محبوب به نام جعفر کاشانی شد. او پس از حضور در هیئت‌مدیره، در جلسات انتخاب سرمربی هم شرکت می‌کرد و حتی با ماسیمو کارا هم برای هدایت پرسپولیس دیدار داشت.

حالا سرپرستی باشگاه پرسپولیس که یکی از تیم‌های پر افتخار فوتبال ایران محسوب می‌شود، به شخصی سپرده شده که تاکنون هیچ فعالیت ورزشی در کارنامه اش دیده نمی‌شود و او علاوه بر دنداندیزشکی، سابقه فعالیت سیاسی در کارنامه اش دارد. این فرد از انتقادهای هواداران و پیشکسوتان پرسپولیس مواجه‌شده و پرسش آنها از وزیر ورزش این است که این فرد را بر چه اساسی به عنوان سرپرست باشگاه بزرگ پرسپولیس معرفی کرده است؟ رسول پناه با کدام دانش فوتبالی و تجربه ورزشی می‌خواهد باشگاه پر حاشیه‌ای مثل پرسپولیس را اداره کند؟

در روزهایی که پرسپولیس مشکلات مالی زیادی دارد و در چند پرورنده شکست خورده، تغییرات در راس مدیریت پرسپولیس می‌تواند این تیم را وارد چالشی جدید کند. گرچه رسول پناه به وزیر قول داده طی روزهای آینده و بزودی ۱۰ میلیارد تومان برای حل

مشکلات پرسپولیس به این باشگاه تزریق خواهد کرد اما پیش از این مدیرانی بودند که بدون هیچ سابقه ورزشی وارد هیئت‌مدیره پرسپولیس شدند و به صندوق مدیریت این باشگاه رسیدند اما به جز بدهی میراثی از خودشان به جای گذاشتند.

♦ **روانیان و داستان بدهی میلیاردری به زوزه**

محمد رویانیان یکی از معروف‌ترین مدیران پرسپولیس است که بدون هیچ سابقه ورزشی و مستقیم از ستاد سوخت به پرسپولیس رسید تا سوخت این تیم را تأمین کند اما چیزی به جز بدهی برای این تیم به جای نگذاشت. محمد رویانیان مهر ۱۳۹۰ و پس از معرفی هیات‌مدیره جدید پرسپولیس که متشکل از او، علی پروین، لطیف‌الله‌فروزنده، محمد حسین نژادفلاح و محمد تنجعی می‌شد به جای حبیب کاشانی به سمت مدیرعاملی این باشگاه انتخاب شد.

در آغاز حضور او در پرسپولیس، سرخ‌وشان فصل را خوب شروع نکرده بودند و با حمید استیلی شرایط چندان مناسبی نداشتند. نتایج پرنوسان در لیگ و دست آخر شکست سنگین برابر استقلال در مرحله یک‌چهارم نهایی جام حذفی استیلی را وادار به استعفا کرد که البته مورد قبول رویانیان قرار گرفت. بعد از چند روز مدیرعامل جدید سرخ‌ها که برای پیدا کردن جانشین استیلی با مریمان بزرگی همچون اسون گوران ارکسون و زرار هولهیه مذاکره کرده بود، به مصطفی دینزلی به توافق رسید تا پیرمرد ترک تا پایان فصل هدایت تیم بحران در دست گیرد. حضور دینزلی هم به بهبود شرایط سرخ‌ها کمکی نکرد تا پرسپولیس با بدترین رتبه خود در تاریخ لیگ برتر فصل یازدهم را تمام کند. هر چند پیروزی خاطرنگیز در داری ۷۲ مقابل استقلال که با هت‌تریک ایمنو زاید همراه شد کمی از دردهای هواداران این تیم را تسلی می‌داد.

شنبه — بیست‌و چهارم اسفند ماه ۱۳۹۸ — سال بیست و دوم — شماره ۵۰۰۱

روانیان در زمان حضورش در پرسپولیس بازیکنان ملی‌پوشی چون شهاب گردان، سید جلال حسینی، محسن بنگر، مهرداد پولادی، حسین ماهینی، محمد قاضی و کریم انصاری فرد را به خدمت گرفت تا همگان صحبت از قهرمانی این تیم بکنند اما مشکلات مالی و بحران در کادرفنی زوزه، باعث شد تا این تیم رنگ قهرمانی را نبیند. در زمان مدیریت رویانیان گفته می‌شد او به بازیکنانش حواله‌مانش به عنوان بخشی از قراردادشان داده است که این موضوع حواشی زیادی به جای گذاشت. همچنین در دوران رویانیان بدهی مائول زوزه پرداخت نشد تا پرورنده این مربی برتغالی، بزرگترین شکست در تاریخ فوتبال ایران در آن زمان باشد و پرسپولیس ۳ میلیارد به زوزه به‌دکار شد.

♦ **طاهری و بدهی ۹ میلیاردی و پنجره‌هایی که بسته شد**

علی اکبر طاهری مدیری است که به واسطه رابطه نزدیک با محمود گودرزی از حوزه صنعت به ورزش آمد. طاهری و مدیران وقت باشگاه پرسپولیس پرداخت طلب ۷ میلیاردی زوزه را یکی از کارهای مهم خود می‌دانند، طلبی که برای مدیران قبلی بوده است. در اینکه پرداخت چنین مبلغی و بستن این پرورنده بزرگ کار مهمی است شکی وجود ندارد اما مسئله اینجاست که در زمان مدیریت طاهری فقط ۳ مورد از بدهی‌های این مدیر نزدیک به ۹ میلیارد است.

داستان طلب یک میلیارد و شصصد میلیون گولج از پرسپولیس این تیم را وارد بحران کرده بود. همچنین بدهی سنگین دیگر دوره طاهری مربوط به داستان شکایت ریزه اسپور بود که فیفا ۲ میلیارد و هفتصد میلیون تومان جریمه برای آن در نظر گرفت و همچنین این تیم را دو پنجره از نقل و انتقالات محروم کرد. سومین پرورنده هم بحث بدهی باشگاه پرسپولیس به علی دایی بود، پرورنده‌ای که می‌توانست با ۱۵۰ میلیون بسته‌شود در نهایت ۲ و نیم میلیارد برای باشگاه پرسپولیس آب‌خورد. مجموع همین ۳ پرورنده چیزی حدود ۹ میلیارد روی دست باشگاه پرسپولیس خرج گذاشت.

♦ **عرب و دوشنبه‌ای که برانکونیا آمد**

ایرج عرب پس از طاهری و گرشاسبی سومین مدیری بود که با برانکو کار کرد و در زمان مدیریت او پرسپولیس موفق شد لیدل کند.
اواخر لیگ هجدهم بود که برانکو برای دریافت طلب لیگ هفدهم و هجدهم در چند مرحله به عرب نامه نوشت اما مدیریت باشگاه توجهی به درخواست‌مربی موفق خود نکرد تا برانکو بعد از قهرمانی در جام حذفی و دبل در یک فصل، سرخ‌وشان را ترک کند. پس از رفتن برانکو و شایعه پیوستنش به الاهلی عربستان، ایرج عرب بارها در مصاحبه‌هایی از ایوانکوویچ خواست تا برای دریافت پولش به تهران بیاید. او در بین هواداران ایران معترض پرسپولیس گفت: «دوشنبه پول برانکو آماده است و بیاید بگیرد.» برانکو به دلیل مشکلات مالیاتی که برایش در ایران پیش آمده بود نمی‌توانست وارد کشور شود و باشگاه هم به دلیل تحریم‌ها نتوانست پول را برای برانکو حواله‌کند تا اینکه برانکو با شکایت از پرسپولیس در فیفا، این تیم را محکوم کند. با حکم فیفا باشگاه پرسپولیس در پرورنده شکایت برانکو به پرداخت یک میلیون و ۵۵۵ هزار یورو به اضافه پنج درصد سود و ۲۰ هزار فرانک بابت هزینه دادرسی به فیفا محکوم شد. همچنین پرسپولیس باید ۷۶ هزار و ۴۸۰ یورو به‌اضافه پنج درصد سود سالانه و ۸۶ هزار یورو غرامت پانادچ پرداخت کند.

♦ **وزیر ورزش از انتخاب‌هایش درس می‌گیرد؟**

با اینکه مهدی علی نژاد گفت وزیر ورزش در امور قهرمانی در نشست انتخاباتی فدراسیون جانبازان و معاونین گفت شخص وزیر در مسائل داخلی پرسپولیس دخالت نمی‌کند. اما انتخاب مهدی رسول پناه به عنوان سرپرست مدیرعاملی پرسپولیس نشان می‌دهد که نظر او در هیئت‌مدیره اعمال شده است. پرسپولیس در این سالها کم از مدیران غیرفوتبالی ضربه نخورده است و با توجه پرورنده‌های باز این تیم در فیفا امکان دارد، این تیم از پنجره نقل و انتقالاتی محروم شود و فیفا دستور به کسر امتیاز از پرسپولیس بدهد.

مرتضی فتونی‌زاده:

انصاری فرد باید در روزهای سخت خودش راثابت می‌کرد

پیشکوت باشگاه پرسپولیس گفت: محمدحسن انصاری فرد به عنوان عضوی از خانواده پرسپولیس نباید در این روزهای سخت تیم انتها می‌گذاشت و بهتر بود می‌ماند و خود را ثابت می‌کرد. مرتضی فتونی‌زاده در خصوص استعفا ی محمدحسن انصاری فرد گفت: درها برای او بازگشت او به باشگاه باوذه است اما متأسفانه وی‌اشانه‌هایی کرد و حاضر نشده تیم خود بازگردد. او می‌آید داد: همانطور که پس از انتخاب انصاری فرد از او حمایت کردیم امروز هم از او انتقاد می‌کنیم. مدیریت در شرایط عادی برای همه آسان است و او باید در شرایط دشوار خود را ثابت می‌کرد. پیشکوت باشگاه پرسپولیس گفت: خطر کسر ۶ امتیاز و حتی محرومیت‌های سنگین‌تر پرسپولیس را تهدید می‌کند و از مدیری که اعای پرسپولیسی بودن دارد، انتظار می‌فت در این شرایط باشگاه خود را ترک نکند. وی تصریح کرد: امیدوارم هیات‌مدیره باشگاه با درایتی که دارد هرچه سریعتر مشکلات تیم را بر طرف کند تا هواداران بیش از این نگران وضعیت پرسپولیس نباشند.

فتونی زاده خاطر نشان کرد: خوشبختانه روز گذشته سرپرست باشگاه انتخاب شد تا کارها مختل نشود. امیدوارم هر چه سریعتر مدیرعامل جدید هم انتخاب‌شود تا اسمال هم با قدرت برای چهارمین بار پرتغالی قهرمان لیگ برتر بشویم.

وی تاکید کرد: این پرسپولیس پتاسیل‌های بزرگی دارد و بعضی دوستان نباید به خاطر منافع شخصی به این تیم آسیب بزنند.

خلیل‌زاده رئیس هیأت‌مدیره باشگاه استقلال:

وارث بدبختی‌هایی شدیم که برایش دقت نکردند

♦ **به جای دعوا با موسوی از او تشکر می‌کنم!**



می‌شد الان این مشکلات بزرگ به وجود نمی‌آمد. با همه این مشکلات این مسائل هم تمام خواهد شد و این بحران را هم پشت‌سر خواهیم گذاشت اما مردم و هواداران نباید این روزها زل‌ارام‌شان کنند.

♦ **چه‌طور؟**

با وجود اینکه در استقلال سمت دارم نگران خانواده، استان و همه عزرائی هستم که درگیر ویروس کرونا هستند. کل بازار و فوتبال ایران تعطیل شده است. اما شامدر خیابان‌ها اثری از شب عید می‌بینید؟ فتح‌اللهزاده در این چند روز وقتی کار را شروع کرد تا تصوری کرد با تکاپوی می‌تواند پول تهیه کند و خیلی‌هایای کار بیایند ولی ویروس لعنتی که ۱۰۰ کشور دنیا را درگیر کرده فعلاً همه چیز این مملکت از جمله کارهای اقتصادی را هم تحت‌الشعاع قرار داده است. اگر دقت کنید برخی‌ها در خارج از باشگاه ما مشغول شعار دادن هستند و صحبت‌هایی می‌کنند که جنبه عملی‌شان ندارد اما ما باید با هواداران صادق باشیم و همه آنها را در جریان مشکلات قرار بدهیم و هم اینکه اجازه ندهیم نگرانی بیش از حد به آنها منتقل شود.

♦ **ظاهر وضعیت مالی باشگاه هم در این روزها چندان مساعد نیست؟**

از روزی که فتح‌اللهزاده مسئولیت باشگاه را به عهده گرفته ۲ میلیارد تومان با یک ماه فرصت داریم، آقای فتح‌اللهزاده و کامران منزوی این مسائل را دنبال می‌کنند و مطمئناً در این زمینه به یک نتیجه مطلوبی برسیم.

♦ **اینکه باشگاه می‌خواهد از این نفرات زمان بخرد منطقی است اما به هر حال یا باید با این نفرات مصالحه شود یا اینکه طلب‌شان را پرداخت کنند.**

خودتان بهتر می‌دانید ما وارث بحران‌هایی شده‌ایم که در یکی از آنها هم نقش نداشته‌ایم. قرارداد شفر را ما نبسته بودیم اما آندیم و جلوی بحران را گرفتیم. سعی کردیم کمتر حرف بزنیم و بیشتر عمل کنیم. در این بین کار را با آرامش پیش بردیم، حرف‌ها شنیدم و تهمت‌های زیادی را تحمل کردیم. تاکید می‌کنم وارث بدبختی‌هایی شدیم که اگر کمی در مورد آنها دقت

رئیس هیأت‌مدیره باشگاه استقلال ضمن نادرست بودن خبر استعفا ی خود و فتح‌الله زاده گفت: دلیل وضعیت این روزهای این باشگاه در قبال کارندهای بدون مطالعه‌ای است که در چند سال اخیر به امضا رسیده است. در روزهای گذشته شایعات فراوانی پیرامون استعفا ی اسماعیل خلیل‌زاده از هیات‌مدیره باشگاه استقلال مطرح شده و حتی این شایعات با اوج گرفتن بحران مالی در این باشگاه حوالی علی فتح‌اللهزاده هم چرخید اما رئیس هیأت‌مدیره باشگاه استقلال در گفت‌وگوی خود با خبرنگاری فارس تمامی این موارد را تکذیب و اعلام کرد در این شرایط هرگز به استعفا فکر نخواهد کرد چون در بحرانی‌ترین روزهای این تیم را هم نکرده بود. وی همچنین در این مصاحبه با وجود اختلافاتی که با عبدالرضا موسوی داشته از زحمات وی و تقدیر و عنوان کرد از او بابت تلاشی که برای استقلال انجام داد باید تقدیر شود. متن گفت‌وگوی خلیل‌زاده با خبرنگار ورزشی خبرنگار فارس را در زیر می‌خوانید:

♦ **در یکی دو روز اخیر شایعات بسیار زیادی در مورد استعفا ی شما در هیات‌مدیره استقلال مطرح شده است خودتان در این زمینه توضیح بدهید.**

روز دوشنبه گذشته جلسه‌ای را با آقایان فتح‌الله زاده و منزوی داشتم و سه‌شنبه نیز در ادامه همان جلسه نزد آقای سلطانی رفتم و در خصوص موضوعات کلان باشگاه، تصمیم‌هایت‌مدیره، وصول مطالبات و قراردادهایی که برای باشگاه مشکل‌ساز شده بود در این صحبت‌ها کردم. وزیر نیز توصیه‌هایی انجام داد که البته قرار بود در این نشست آقای فتح‌اللهزاده هم حضور داشته باشد ولی او به دلیل بیماری موفق نشد در جلسه شرکت کند.

♦ **خروجی این جلسه چه بود؟**

در ۲ ساعتی که نزد وزیر بودیم صحبت‌های بسیار زیادی مطرح کردیم. البته وقتی از جلسه بیرون آمدم متوجه شدم که شایعه استعفایم در فضای مجازی مطرح شده اما این خبر کاملاً کذب است. در بحرانی‌ترین شرایط استقلال بعد از استعفا ی محمد طای کار ماندم و تا جایی که توان داشتم کار کردم. الان هم هفتم هستیم و هر کسی شایعه استعفا را مطرح کرده ان‌شاء‌الله به‌راه راست هدایت خواهد شد.

♦ **کلامر ا فتح‌اللهزاده شدیداً مریض است و حتی شایعه استعفا ی او هم داغ‌تر شده است.**

حقیقتاً از دوشنبه نزدیک یاد از آقای فتح‌الله زاده خبر نداشتیم. چندین بار با او تماس گرفتم که جوابی جالش شوم‌ولی نشد که با او صحبت کنم. در مورد استعفا ی فتح‌اللهزاده هم فقط شایعه مطرح شده است. اتفاقاً چون او الان نفر اول اجرایی باشگاه است من قطعاً به‌وی کمک خواهم کرد. در این شرایط همه باید کمک کنند تا استقلال در آرامش باشد.

♦ **شایعه شده که آقای فتح‌اللهزاده کرونا گرفته است.**

او سرماخوردگی شدید داشت اما کرونا ندارد. ۱۰-۲۰ روز پیش هم همین شایعه را در مورد من مطرح کرده بودند و چند روز پیش هم گفتند وزیر ورزش کرونا گرفته است. این روزها هر کسی سعی سرما می‌خورد می‌گویند او کرونا دارد اما فتح‌اللهزاده اصفاً مریضی سختی داشت و امیدوارم فقط بستری نشده باشد چون واقعا در جلسه روز دوشنبه با وجود آنکه حالش مساعد نبود شرکت کرد.

