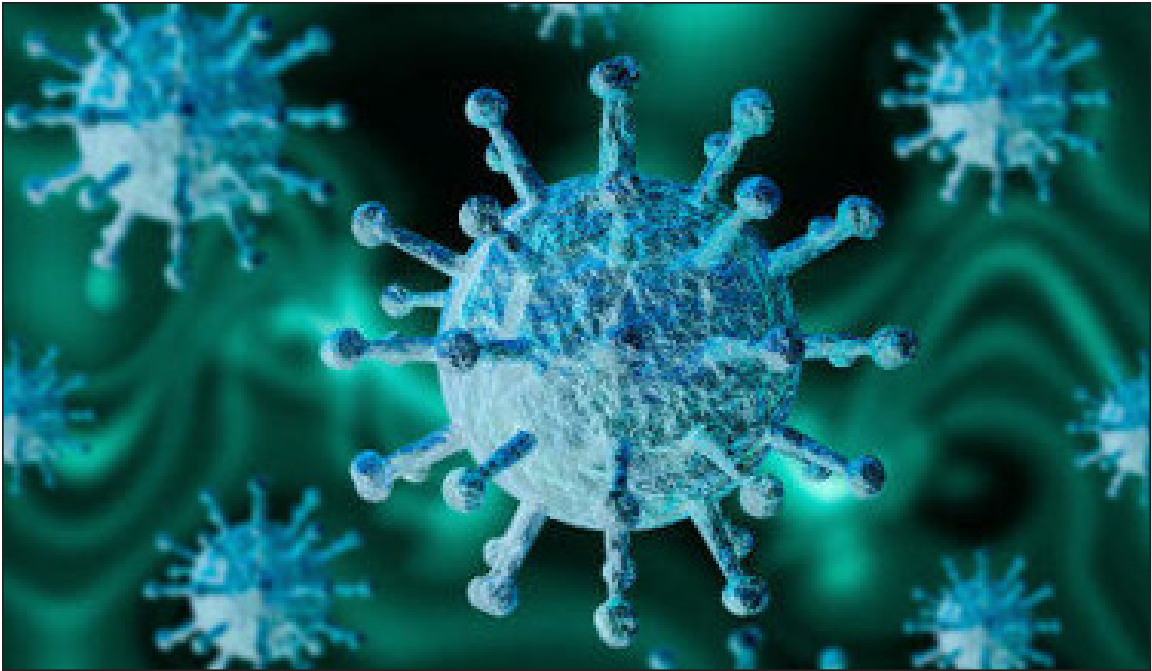


چگونه در محیط کار از کرونا در امان بمانیم؟



این روزها که برخی از ما ناچاریم به محیط کار بازگشته و در محیط به کار خود ادامه دهیم، با رعایت برخی نکات بهداشتی می‌توانیم انتقال ویروس را به حداقل رسانده و خود، مشتریان و مراجمین را از ابتلا به بیماری محافظت کنیم.

در دستورالعمل تهیه شده توسط کارگروه "حمایت روانی اجتماعی" ستاد مقابله با کرونای استان تهران، در رابطه با "آمایش بیشتر در محیط کار" و "در امان ماندن از کرونا در محیط کار و مراقبت از سلامت مراجعین"، آمده است: در این راستا با رعایت برخی موارد می‌توانیم با آرایش بیشتری به کسب و کار خود پرداخته و همچنین از تأمین درآمد خود به شکلی سالم و کم خطر مطمئن باشیم. مطمئناً هر کدام از ما با دانستن اصول اولیه مراقبت با توجه به شرایط خاص کاری، می‌توانیم راه حل‌های بهتر و اخلاقانه‌تری برای محافظت خود و مشتریان با مراجعین طراحی و اجرا کنیم.

♦ در مغازه‌ها وسپرمارکت‌ها

رعایت فاصله: بیش از یک مترفاصله بین خومان و مشتری و بین مشتریان باهم الزامی است. نصب یک اعلامیه کوچک برای یادآوری این موضوع در محل کسب بسیارکمک کننده بوده اما کافی نیست. بهتر است در هنگام اضافه شدن مشتریان و کم شدن فاصله بین آنها، به مشتریان یادآوری کنید که برای حفظ بهداشت خود بهتر است یکی یکی وارد مغازه شده و فاصله را رعایت کنند.

ضد عفونی: هر روز تمام مغازه ضد عفونی شود. مناطقی که تماس بیشتر دارند، در جیحا بعد از هر بار تماس به طریق مناسب ضد عفونی شوند. دستگاه کارتخوان در این مورد اهمیت ویژه دارد. سطح بیرونی وترین وپیشخوان مرتباً و بسته به تعداد ورود و تماس مشتریان نیازمند ضد عفونی است. دستگیره‌ها، ترازو، کارتخوان، تلفن و موبایل، خود کار وسایر وسایلی که با آنها تماس دارید منابع مهمی برای آلودگی هستند.

وسایل بهداشتی: از ماسک استفاده کنید. جعبه دستمال کاغذی و در صورت امکان محلول ضد عفونی را در دسترس بگذارید تا هم در صورت نداشتن دستکش از آن استفاده شود و هم برای عطسه و سرفه. در صورت امکان دستکش یک بار مصرف در اختیار مشتری قرار دهید.

محصولات: در صورت فروش محصولات غذایی فاقد بسته بندی و فله‌ای، روی محصولات را بپوشانید و با تابلویی بر بالای محصول به مشتری یادآوری کنید که به محصولات دست نزنند. در صورت نیاز به تست محصول از ابزار مخصوص استفاده کنید و باقی محصول را به طرف اصلی برگردانید.

کارتخوان: از دریافت نقد پول خودداری کنید. بهتر است خودتان از کارتخوان استفاده کنید ولی مشتری فقط کارت بکشد. اگر مشتری مایل است خودش رمز را وارد کند، دستگاه را پس از استفاده ضد عفونی کنید.

♦ در فروشگاه‌های بزرگ و تریج‌های

معاینه مشتریان: در هنگام ورود با تب سنجی الکترونیک از ورود مراجعین تب دار معافیت کنید. با استفاده از تابلوهای بزرگ به مراجعین تذکر داده شود که در صورت

این روزها که ویروس جدید کرونا شیوع پیدا کرده است همه‌ی ما برای خرید کردن استرس داریم و کاری که هر روز به راحتی انجامش می‌دادیم، اکنون به یکی از سخت‌ترین و پراسر انگیزترین کارها تبدیل شده است.

یکی از چیزهایی که این روزها زیاد می‌بینیم، افرادی هستند که در فروشگاه‌ها و سپرمارکت‌ها دستکش به دست کرده‌اند و مشغول خرید هستند؛ دستکش‌های یکبار مصرف، دستکش‌های لاتکس، دستکش‌های نخی و حتی دستکش‌های ظرف‌شویی؛ آیا واقعاً این کار درست است؟ آیا استفاده از دستکش هنگام خریدهای روزانه برای شما ایمنی ایجاد می‌کند؟ اول از همه اینکه با توجه به وضعیت پاندمی موجود و توصیه‌های مکرر پزشکان و کارشناسان، بهترین کار این است که از خانه خارج نشوید و خرشهایتان را اینترنتی انجام دهید. مسئله بعدی و مهم‌تر اینکه اگر مجبورید برای خرید از خانه خارج شوید، استفاده از دستکش می‌تواند بیشتر مضر باشد تا مفید! الان برایتان خواهیم گفت چرا:

♦ از نظر انتشار ویروس، دستکش شرایطی مشابه

دستتان دارد؛ یا حتی بدتر

این ویروس جدید از خانواده‌ی کرونا از طریق دست‌ها(پوست) وارد بدنانت نمی‌شود، بنابراین شما به هیچ سد دفاعی در دست‌هایتان نیاز ندارید. اگر سطح آلوده‌ای را با دستکش لمس کنید و سپس به چیز دیگری دست بزنید، همان اندازه احتمال انتشار ویروس وجود دارد که اگر به سطح آلوده‌ی بدون هیچ دستکش و پوششی دست بزنید؛ حتی شاید بدتر هم باشد! ویژگی‌های چسبندگی ویروس‌های متفاوت با هم فرق می‌کند، و این احتمال وجود دارد ویروس کرونا به دستکش لاتکس بهتر بتواند بچسبد تا به پوستتان. ضمناً شما دست‌هایتان را بهتر و مؤثرتر می‌توانید بشوید و تازه دوباره هم می‌توانید از آن‌ها استفاده کنید!

♦ دستکش می‌تواند اشتباه باشد؛ شما احساس امنیت بدهد

وقتی از دستکش استفاده می‌کنید ممکن است به راحتی



گرفتگی بینی می‌تواند شرایطی آزاردهنده باشد. افزون بر احساس پری در قسمت بینی، شما آریز بینی و تغییر صدای خود را نیز تجربه می‌کنید.

گرفتگی بینی به واسطه التهاب درگ های خونی در ناحیه سینوس ها و تورم بافت های بینی شکل می گیرد. سرماخوردگی، آنفولانزا، آلرژی ها و عفونت های سینوس از جمله دلایل شایع بروز التهاب در گ های خونی این قسمت از بدن هستند.

در ادامه با چند روش ساده برای تسکین گرفتگی بینی بیشتر آشنا می شویم.

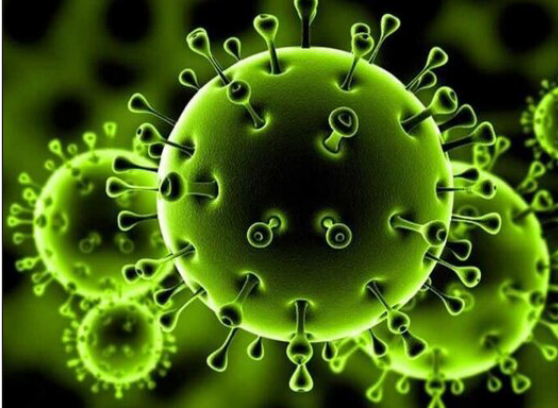
ترب کوهی

ترب کوهی یک گزینه درمان قدیمی برای گرفتگی بینی و پاکسازی مخاط اضافه سینوس

توصیه‌ها و هشدارها

همه چشم انتظار خداحافظی با کووید-۱۹

زمان پایان کرونا در ایران چگونه خواهد بود؟



با در نظر گرفتن عوامل متفاوت، پیش‌بینی‌های متعددی برای روز آخر حضور کرونا در کشورهای مختلف مطرح می‌شود و در ایران هم تاکنون پنج سناریوی پیش‌بینی شده است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از آنا، با در نظر گرفتن عوامل متفاوت، سناریوهای متعددی برای روز آخر حضور کرونا در کشورهای مختلف مطرح می‌شود و در ایران هم تاکنون پنج داستان برای اتمام ماجرای این بیماری پیش‌بینی شده است.

در مقاله‌ای که اخیراً اقتصاددانان کشورمان روی درگاه دانشگاه ییل برای تحقیقات مربوط به سلامت منتشر کرده‌اند، با بسط یک مدل اپیدمیولوژی سعی شده است که موارد شناسایی شده به این بیماری تخمین زده شود و تفاوت سناریوهای مختلف بر این اساس است:

♦ سناریوی پایه با همان سناریوی کنترل نشده

ایزوله کردن کامل موارد آلوده شناسایی شده (کسانی که جواب آزمایش آن‌ها مثبت اعلام شده است)

ایزوله کردن موارد و سیاست فاصله‌گذاری اجتماعی انجام آزمایش به صورت گسترده، تشخیصی موارد و اعمال قرنطینه ترکیبی از سناریوهای قبلی ایزوله کردن بیماران، سیاست فاصله‌گذاری اجتماعی و آزمایش کردن گسترده

♦ نتایج سناریوی اول و دوم مشابه است

سناریوی دوم با این فرض مدل‌سازی شده است که به‌محض اینکه فردی مبتلا به کووید-۱۹ تشخیص داده شد، تمام اقدامات لازم برای جداسازی او از دیگر افراد صورت بگیرد. کشور چین تمام موارد بیماران را با ایزوله کردن بیمارستان بستری کرد و تنها به مواردی که نیاز به مراقبت‌های درمانی دارند اکتفا نکرد؛ مقامات چینی این اقدام را ماندن در راستای جلوگیری از انتشار رو به گسترش در مکان‌های مسکونی و دیگر مکان‌های اجتماعی اجرا کردند. نتایج مقاله نشان می‌دهد که این سناریو تأثیرگذاری لازم را ندارد و رشد اپیدمی بدون کنترل کامل و حتی در صورت ایزوله کردن کامل موارد مبتلا با نرخ نسبتاً یکسانی گسترش پیدا می‌کند.

♦ تا کارآمدی سناریو سوم بدون قرنطینه ۹۰ تا ۵۰ درصدی جمعیت

در سناریوی سوم نمودارهای حاصل از نتایج این تحقیق نشان می‌دهد، اضافه کردن سیاست فاصله‌گذاری اجتماعی، می‌تواند جان بسیاری از افراد را نجات دهد؛ اما نکته اینجاست که در این مرحله از اپیدمی حداقل ۸۰ تا ۹۰ درصد جمعیت باید سیاست ماندن در خانه را اجرا کنند. متأسفانه در صورتی که فقط یک چهارم جمعیت به رفتار مشابه با دیگران ادامه دهند، تعداد تلفات به‌راحتی از ۲۵۰ هزار نفر فراتر خواهد رفت و در این صورت تعداد بیماران نیز در مقطعی به بالاتر از ظرفیت حداکثر بیمارستان‌های کشور خواهد رسید.

♦ افزایش ده‌برابری تست کرونا در سناریوی چهارم

سناریوی چهارم نیز که با انجام گسترده تست همراه است با این فرض مدل‌سازی شده است که مقامات بهداشتی تعداد تست‌ها را به ۱۰ برابر افزایش می‌دهند. این اقدام کمک می‌کند تا موارد آلوده به ویروس ایزوله شوند، کمک‌های ضروری پزشکی در اختیار بیماران قرار بگیرد و همچنین از سرعت پخش ویروس به بقیه جمعیت نیز کاسته شود. این سیاست سبب می‌شود تا اشخاص از گروه مبتلایان ناایند (کسانی که بیمار هستند، اما گزارش نشده‌اند) به گروه بیماران گزارش شده منتقل شوند و در نهایت منجر به اقدامات بهتر پیشگیرانه و کنترل شیوع بیماری شود. حتی در این سناریو نیز بیشتر از ۷۵ درصد جمعیت به این بیماری مبتلای می‌شوند و تعداد تلفات بسیار سنگین خواهد بود. تنها با ترکیب کردن این سناریو با سناریوهای قبلی، می‌توان امیدوار بود که بتوان اپیدمی را کنترل کرد و جان‌ها را نجات داد.

♦ سناریوی پنجم: سناریوی ترکیبی

در سناریوی پنجم نیز که ترکیبی از سناریوهای دیگر است، فرض بر این است که فقط ۵۰ درصد از جمعیت سیاست فاصله‌گذاری اجتماعی را رعایت می‌کنند و از سوی دیگر فرآیند تشخیص بیماران و انجام تست نیز به ۱۰ برابر مقدار کنونی افزایش پیدا می‌کند. در این تحقیق آمده است که اگر این سیاست ترکیبی، یعنی سیاست ماندن در خانه و تست گسترده، اگر به سرعت اجرا شود، تعداد تلفات تا پایان ماه ژان (اواخر خرداد) زیر ۵ هزار نفر باقی می‌ماند. همچنین حداکثر تعداد افراد بیمار (مجموع افرادی که تست از آنها مثبت بوده است و افرادی که تست نده‌اند و گزارش نشده‌اند اما بیماراند) در نهایت به ۱۷۵ هزار نفر خواهد رسید و اکثریت جامعه نیز به این ویروس مبتلا نخواهند شد، همچنین نتایج حاصل نشان می‌دهد که در سناریوی ترکیبی، در زمان اوج شیوع این بیماری، تعداد بیمارانی که نیاز به مراقبت بیمارستانی دارند، از ظرفیت بیمارستانی کشور تجاوز نخواهد کرد.

سازمان غذا و دارو هشدار داد:

مراقب قارچ‌های سمی باشید

ستاد مرکزی اطلاع رسانی داروها و سموم دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده های سلامت سازمان غذا و دارو، در اطلاعیه ای نسبت به بروز مسمومیت با قارچ های سمی هشدار داد.

۱۵۴۰ مورد در اثر مسمومیت با قارچ های خودرو و سمی در سال ۱۳۹۶ به بیمارستان ها مراجعه کرده اند که این آمار در سال ۱۳۹۷ به بیش از ۱۷۲۶ مورد در نیمه نخست سال ۱۳۹۸ به ۳۹۸ مورد رسیده است.

متأسفانه مصرف خوراکی قارچ‌های خودرو و سمی، منجر به فوت، نارسایی کبد و بستری شدن بسیاری از افراد شده است.

طبق آمار بیشترین مسمومیت در سال ۱۳۹۶ مربوط به شهرهای استان کرمانشاه، آذربایجان غربی، لرستان، گلستان و کردستان، بیشترین مسمومیت در سال ۱۳۹۷ مربوط به شهرهای استان کرمانشاه، گلستان، لرستان و همدان و بیشترین مسمومیت در سال ۱۳۹۸ مربوط به شهرهای استان گلستان، لرستان، آذربایجان غربی، قزوین و شهرکرد بوده است.

در سه سال اخیر ۴۰۰ تا ۱۸۰۰ مورد مسمومیت ناشی از مصرف قارچ‌های خودرو در بین هموطانی که در مناطق غربی، کوهستانی و یا مرطوب کشور زندگی می‌کنند بروز کرده است. این موارد با آموزش عمومی و اطلاع رسانی و ارائه هشدار به موقع قابل پیشگیری خواهد بود.

توجه به توصیه‌های عمومی می‌تواند از بروز مسمومیت و مرگ ناشی از قارچ‌های سمی جلوگیری کند.

از مصرف قارچ‌های خودرو مخصوصاً قارچ‌هایی که در کنار تنه درختان (به خصوص درختان خشک شده) می‌رویند و یا قارچ‌های فله‌ای جمع آوری شده توسط افراد بومی، خودداری کنید. برای حفظ سلامت خود خانواده‌ها از تنه قارچ‌هایی را که توسط مراکز

مجاز و در بسته‌بندی‌های دارای مجوز می‌باشند، خریداری و مصرف ننمایید.

شناسایی انواع خوراکی قارچ از انواع سمی تنها بر اساس خصوصیات ظاهری مانند شکل، رنگ، بو، قوام و مزه مشکل بوده و تنها توسط متخصصان و کارشناسان مجرب

قارچ شناسی و گیاه شناسی امکان پذیر است. بنابراین به توصیه‌های برخی از افراد در تشخیص انواع سمی از انواع خوراکی قارچ توجه نکنید.

مصرف قارچ‌ها توسط پرندگان و سایر جانوران اهلی و وحشی، نشان دهنده غیره سمی بودن قارچ برای انسان نمی‌باشد. برخی از روش‌ها و معیارهای سنتی مانند: تغییر رنگ قاشق نقره در اثر تماس با قارچ، با وجود هشدار در اطراف قارچ و محل رویش قارچ

معیار علمی و صحیحی برای تشخیص عدم سمیت قارچ در همه موارد نیست.

برخی از سموم موجود در قارچ‌های سمی، مقاوم به گرما بوده و فرآیندهای آماده سازی غذا مانند: کباب کردن، آب پز کردن، سرخ کردن، بخار پز کردن قادر به تخریب کامل

مواد سمی موجود در آن نمی‌باشد.

در صورت بروز علائم و نشانه‌های گوارشی (تهوع، استفراغ و اسهال) به صورت تأخیری (۱۲-۵ ساعت پس از مصرف خوراکی قارچ‌های خودرو)، هر چه سریع‌تر بیمار را به مرکز درمانی تخصصی مسمومیت هامنتقل کنید. در مواردی که علائم گوارشی به صورت تأخیری (با فاصله بیش از ۶ ساعت از مصرف قارچ خودرو) رخ دهد این دسته از قارچ‌ها سمیت به مراتب بیشتری دارند و در طول سال‌های گذشته منجر به نارسایی حاد کبدی و مرگ

تعدادی از هموطنان شده است.

انتقال سریع بیمار مسموم به یک مرکز درمانی تخصصی مسمومیت‌ها امکان درمان موفقیت آمیز را افزایش می‌دهد و هرگونه تأخیر در این امر سبب افزایش احتمال شکست درمان و حتی مرگ بیمار می‌شود. بنابراین با مشاهده علائم و نشانه‌های بالینی اولیه به ویژه از نوع تأخیری در فردی با سابقه مصرف خوراکی قارچ خودرو، از هرگونه خوددرمانی و درمان علامتی هر چهزیر نموده و بیمار را در اسرع وقت به بیمارستان منتقل نمایند.

در صورت امکان، نمونه باقی مانده قارچ مصرف شده توسط بیمار را برای شناسایی کارد پزشکی در بیمارستان به همراه داشته باشید.

کارمندان نگذارند، در صورت رد و بدل کردن مدارک، پوشه، خودکار یا هر وسیله دیگری حتماً از دستکش استفاده کنید و به موقع دست‌های خود را بشوید. جهت جلوگیری از تجمع آرواب رجوع، توصیه می‌شود از سیستم نوبت دهی استفاده شود و افراد برحسب نوبت و یکی یکی وارد اتاق اداری شوند و در خارج از اتاق نیز فاصله فیزیکی را رعایت کنند.

ضعفونی: میز، تلفن‌ها، موبایل‌ها، صفحه کلید، موس و پد موس و سایر اجزای کامپیوترها، دستگیره‌های درها، کشوها و قفسه‌ها، دسته‌های صندلی‌ها حتماً باید مرتباً ضد عفونی شوند. فضای کار به تهویه مناسب نیاز دارد. سرویس‌های بهداشتی بیشتر از قبل نظافت و ضد عفونی می‌خواهند.

وسایل بهداشتی: وجود صابون و مواد ضد عفونی کننده کافی در سرویس بهداشتی و در فضای اداره را مرتب چک کنید. جعبه دستمال کاغذی در دسترس همه کارکنان و مراجعین مورد نیاز است. کارمندان در صورت مواجهه مستقیم با همدیگر و با ارباب رجوع از ماسک و دستکش استفاده کنند.

شناسایی و جداسازی موارد مشکوک: به کارکنان آموزش دهید که در صورت داشتن علائم شبه سرماخوردگی به محل کار نیایند و توصیه جدی به قرنطینه خانگی شوند. به آنها آموزش دهید که جهت پیگیری اعلام با سامانه ۴۰۳۰ تماس برقرار کنند. **امضاء و اثر انگشت:** خودکار مشترک در دسترس ارباب رجوع نگذارید. اگر خودکار نداشت خودکار اماتنی را پس از مصرف ضد عفونی کنید. در صورت استفاده از استامپ یا دستگاه الکترونیک ثبت اثر انگشت، محلول ضد عفونی برای تمیز کردن انگشت در اختیار مراجع قرار دهید.

♦ چند توصیه برای دورکاری

بیمایوزید: استفاده از فناوری برای دورکاری برای همه مایک چالش به حساب می‌آید. ماهیچر کدام نایه این کار نیستیم! تلاش کنید در این باره بیمایوزید و برای بهتر شدن کار

از راه دور فکر کنید.

نظم داشته باشید: کار از خانه به دلیل فاصله‌ای که با همکاران ایجاد می‌کنند می‌تواند چالش برای انگیز باشد یا انگیزه ما را کاهش دهد. گاهی حواسمان پرت می‌شود یا کارها را از اقم می‌اندازیم. تهیه یک چار چوب و برنامه برای کار در خانه بسیار مهم و کمک کننده است.

بنابراین:

♦ **مجلسی** را برای کار انتخاب کنید که چیزی حواستان را پرت نکند.

♦ **برنامه** زمانی برای کار در خانه بچینید. ساعت شروع به کار، ساعت استراحت، ساعت نماز و ناهار، ساعت اتمام کار، همگی با برنامه‌ا و قبل مشخص باشد.

♦ **در زمان ناهار،** حتماً از محیط کار دور شوید، ناهار مناسب صرف کنید، تا حد امکان از خانه به محیط خلوت بیرون بروید و نور طبیعی دریافت کنید و چند حرکت نرمشی داشته باشید. هرگز هم‌زمان با انجام کار غذا میل نکنید.

♦ **وظایف** مشخصی برای هر روز در نظر بگیرید. میزان ساعت‌های کار را واقع‌بینانه تنظیم کنید.

♦ **در پایان روز** با همکاران چک کنید که چه کارهایی انجام شده و چه کارهایی لازم است در ادامه انجام شود.

♦ **حضور** مین زمان و فضای مجازی شخصی و کاری را حفظ کنید. به مرزهای دیگران هم احترام بگذارید.

♦ **در صورتی** که لازمه شغل شما برقراری تماس تصویری است، از حریم خصوصی مراقبت کنید.

♦ **ممکن** است لازم باشد از اطرافیان بخواهید در اتاق یا فضای دیگری حضور داشته باشند و تلفن با سیستم‌هایی را که ممکن است مزاحمت صوتی ایجاد کنند قطع کنید.

♦ **بازگشت** به کار شاغلین با احتمال ابتلا به بیماری کرونا

لازم است کارکنان بهبود یافته مشکوک به ابتلا به بیماری و یا مبتلای قطعی، پیش از بازگشت به کار توسط پزشک مورد بررسی قرار گیرند. همچنین بهبود یافتگان جهت تأیید شروع کار، "قرم تأیید شده بازگشت به کار شاغلین با احتمال ابتلا به COVID-۱۹" کشید که توسط پزشک را به کارفرما ارائه کنند. براساس نتایج بررسی‌های انجام شده، چنانچه مشخص شود بیمار در حال حاضر امکان بازگشت به کار ندارد، پزشک باید درمان ارزیابی مجددی را کرده و نه‌تنها پس از اجزای دانستن پزشک برای شروع به کار، ا اجازه بازگشت شاغل، داده دعین.

خودمراقبتی

شرایط فعلی شرایط معمول نیست و طبعاً انتظار نمی‌رود نتیجه کار همه بلافاصله به سطح ایده‌آل برسد. چون نمی‌توانیم مهارت‌های همیشگی خود را در این شرایط هم داشته باشیم، استرس پیدا می‌کنیم. بنابراین برای کنار آمدن با شرایط جدید همگی به زمان نیاز داریم. بهتر است در مورد این موضوع باهم صحبت کنیم. کمک کردن به همدیگر می‌تواند بار روانی ما را سبک کند.

کووید ۱۹، خرید و استفاده از دستکش

آیا استفاده از دستکش هنگام خرید برای ایمنی از کرونا موثر است؟



♦ تعداد کمی از افراد دستکش‌ها را درست از دست خودر می‌آورند

وقتی دستکش هایتان را به طور نادرست از دست‌هایتان خارج می‌کنید، هر آلودگی که روی دستکش‌هاست، به دست‌هایتان می‌آید، و جاهای دیگر منتقل می‌شود. به درستی درآوردن دستکش‌ها اصلاً کم اهمیت نیست که به راحتی آن را نادیده بگیرید. دانشمندان و محققان مطالعات و مشاهدات زیادی در این مورد انجام داده‌اند و متوجه شده‌اند حتی بسیاری از افراد در کار درمان، این کار را اشتباهی انجام می‌دهند و برای همین از مدت‌ها پیش، طرز درست درآوردن دستکش به همه‌ی آن‌ها

در تله‌ی این اشتباه بیفتید که دیگر نیازی نیست دست‌هایتان را بشوید. ضمناً وقتی دستکش دستانت هست و از سطحی که میکروب و ویروس را به جاهای دیگر نیز منتشر می‌کند. در حالی که اگر دستکش دستانت نباشد، احتمال اینکه بعد از دست زدن به یک سطح، دست‌هایتان را بشوید یا اگر امکانش نبود از ضد عفونی کننده‌ی دست استفاده کنید خیلی خیلی بیشتر خواهد بود. به هر حال استفاده از دستکش، احساس نادرستی از ایمن بودن به شما می‌دهد در حالی که واقعاً خطرات دیگری وجود دارد.

گرفتگی بینی و ۹ روش ساده برای بهبود آن

ما محسوب می‌شود. بینی و گلوئ انسان دارای غددی است که روزانه به تولید مخاط مشغول هستند که بدون این که متوجه شویند، آن را می‌بلعید. از انجایی که مخاط تولید شده به فیلتر کردن ذرات استنشاقی شما کمک می‌کند، گرفتار شدن باکتری‌ها یا ویروس‌ها در آن و بروز التهاب در غشاهای سینوسی شرایطی غیرمعمول نیست که افزایش غلظت مخاط را به همراه دارد.

کمپرس داغ و زنجبیلی

قرار دادن یک کمپرس مرطوب روی پیشانی، چشم‌ها و گونه‌ها می‌تواند به تخلیه سینوس های پر شده کمک کند. شما می‌توانید استفاده متناوب از کمپرس گرم و سرد با فاصله زمانی پنج دقیقه را امتحان کنید. برای کسب نتیجه بهتر و کمک به تسکین درد می‌توانید از چای زنجبیل یا آب مورد استفاده برای جوشاندن زنجبیل تازه استفاده کنید. زنجبیل از خواص ضد التهاب بر خوردار است و تولید سینوسیک‌ها که موجب درد و تورم می‌شوند را مهار می‌کند.

طب فشاری

از انگشت‌های شست و اشاره دست چپ خود برای اعمال فشار بر کنار بخش داخلی چشم‌ها در دو سمت بینی استفاده کنید. به طور همزمان، از انگشتان و کف دست دیگر خود برای گرفتن عضلات دو سمت ستون فقرات در پشت کردن استفاده کنید. روی هر چهار نقطه برای حدود یک دقیقه فشار وارد کنید. این کار می‌تواند به تسکین شرایط شما کمک کند.

ماساژ صورت

ماساژ سینوس‌ها با انگشت دست می‌تواند به افزایش گردش خون به این قسمت و کاهش درد کمک کند. از انگشت‌های اشاره خود برای اعمال فشار روی لبه‌های خارجی سوراخ‌های بینی استفاده کنید. برای ۱۰ ثانیه فشار را حفظ کرده و سپس انگشتان خود را بردارید و این کار را سه یا چهار بار تکرار کنید.

استفاده از یک دستگاه رطوبت ساز

در گفت‌وگو با یک صاحب نظر حوزه پول و بانک مطرح شد:

شرط موفقیت مقابله با رکود کرونایی با عملیات بازار باز



احمد مجتهد معتقد است اگر بانک مرکزی استقلال خود را حفظ کند، می‌تواند با اجرای عملیات بازار باز، آثار رکود اقتصادی ناشی از کرونا را جبران کند. با این حال، مهم‌ترین شرط اجرایی شدن عملیات بازار باز، همچنان دچار محدودیت‌ است. عبدالناصر همتی، رئیس کل بانک مرکزی در اینستاگرام خود، از آمادگی بانک مرکزی برای استفاده از کریپتور نرخ سود بانکی و عملیات بازار باز در جهت غلبه بر مشکلات اقتصادی و کمک به دولت خبر داده است. همتی در این یادداشت، اعلام کرد: «بانک مرکزی آماده استفاده گسترده از عملیات بازار باز برای کمک به دولت در مواجهه با مشکلات و کمک به رشد اقتصاد است. دولت با انتشار اوراق، نه تنها می‌تواند نیازهای خود را پوشش دهد، بلکه به اصلاح ترانزنامه بانک‌هایز کمک می‌کند. بانک مرکزی، آماده ادامه حضور فعال در بازار بین بانکی و مدیریت نرخ سود بین بانکی و نقدینگی است.» استفاده از این ابزارهای سیاست‌گذاری پولی می‌تواند منابعی را برای حمایت از کسب‌کارها و افرادی که درآمدهایشان تحت تأثیر همه‌گیری کرونا قرار گرفته است ایجاد کند. کارشناسان حوزه پولی و بانکی نیز معتقدند استفاده از تجربه بانک‌های مرکزی دنیا می‌تواند در این زمینه کارساز باشد.

احمد مجتهد، از اقتصاددانان شناخته شده حوزه پولی و بانکی و همچنین استاد دانشگاه علامه طباطبایی با تأکید بر اینکه عملیات بازار باز، شیوه‌ای مرسوم و متداول در بانک‌های مرکزی دنیاست درباره سازوکار آن به این‌ترابلاص گفت: در عملیات بازار باز، خرید و فروش اوراق قرضه دولتی توسط بانک مرکزی انجام می‌شود. اوراق قرضه دولتی که به‌صورت پدیه‌ی دولت به مردم تعریف می‌شود، نقش عمده‌ای در تعیین نرخ بهره دارد. فروش این اوراق به‌معنای جمع‌آوری نقدینگی و افزایش نرخ بهره و خرید آن به‌معنای افزایش نقدینگی و کاهش نرخ بهره است.

♦ **عملیات بازار باز با محدودسازی نرخ بهره، اجرایی نمی‌شود**

مجتهد درباره تأثیر عملیات بازار در خروج از رکود اقتصادی گفت: این سازوکار در جایی که نرخ بهره با آزادی قابل تغییر است، می‌تواند کاملاً مؤثر باشد و آثار مثبتی در تنظیم نقدینگی در بازار و رونق و خروج از رکود اقتصادی داشته باشد. آنچه که در ایران منظر قرار داده شده نیز با الگویی از همین سازوکار است که با این حال، به‌نظر می‌رسد دست‌اندرکاران بانک مرکزی، قصد دارند محدودیت‌هایی را در رابطه با این اوراق لحاظ کنند

رئیس اسبق پژوهشکده پولی و بانکی در ادامه گفت: اگر قرار بر این باشد که نرخ بهره از رقم مشخصی کمتر یا بیشتر نشود، سازوکار عملیات بازار باز نمی‌تواند به‌درستی عمل کند. این تجربه‌ای است که در اواخر سال گذشته شاهد آن بودیم و بانک مرکزی نتوانست اوراق را به‌فروش برساند چرا که استقبال از آن ن‌شد.

وی درباره احتمال اجبار بانک‌ها به خرید اوراق توضیح داد: چنین روشی نیز به زیان بانک‌ها خواهد بود و در واقع با این اجبار، بانک‌ها زبانی را متحمل خواهند شد که از سمت سپرده‌گذاران پرداخت خواهد شد. اگر روش کار بانک مرکزی در اجرای عملیات بازار باز، مشابه فرآیندی باشد که در بانک‌های مرکزی سایر کشورها انجام می‌شود، می‌تواند آثار مثبتی داشته باشد و اهدافی را که در رابطه با کنترل تورم و رشد و رونق اقتصادی و مقابله با رکود اقتصادی در نظر دارد، محقق کند.

♦ **اجازه دهیم عملیات بازار باز اجرایی شود**

مجتهد با اشاره با اینکه عملیات بازار باز می‌تواند در شرایط فعلی، راهکاری برای حمایت از کسب‌وکارها در شرایط فعلی باشد گفت: این موضوع مشروط بر این است که اجازه دهیم این سازوکار عمل کند. یعنی زمانی که بانک مرکزی اقدام به فروش اوراق و جمع‌آوری نقدینگی می‌کند، نرخ بهره باید افزایش پیدا کند. اگر بخواهیم این سازوکار را در کنار یک نرخ بهره ثابت پیش ببریم، موفق نخواهیم شد. این تضادی است که در رابطه با این سیاست‌گذاری در بانک مرکزی مطرح می‌شود. پیش از این نیز بانک مرکزی به علت همین محدودیت‌ها که گاه از طرف دولت تحمیل می‌شد و گاه، برآمده از دیدگاه‌های کارشناسان بانک مرکزی بود، در فروش اوراق ناموفق بود.

♦ **نقش نظام بانکی در حمایت از کسب‌وکارهای آسیب‌دیده از کرونا**

وی درباره نقش نظام بانکی در حمایت از کسب‌وکارهای آسیب‌دیده از کرونا گفت: نقش عمده در این زمینه را در همه کشورهای دنیا، بانک مرکزی بر عهده دارد و برای این منظور، منابعی را در اختیار بانک‌ها قرار می‌دهد. دیگر ابزاری که بانک مرکزی در اختیار دارد، نرخ سپرده قانونی است. این میزان در ایران بین ۱۰ تا ۳۰ درصد است و بانک مرکزی تنها در صورت تغییر این قانون می‌تواند از آن استفاده کند.

مجتهد در ادامه افزود: بانک مرکزی در ایران، به دلیل سابقه دولتی بودن بانک‌ها، سیاست‌هایی را دنبال می‌کند که ممکن است به زیان بیشتر بانک‌های خصوصی بیانجامد. تسهیلات تکلیفی در چنین موقعیتی، بانک‌های خصوصی، سپرده‌گذار و سپاسداران آنها را با مشکلاتی مواجه می‌کند یا وجود اینکه در قانون برنامه‌شده توسعه، بانک‌های خصوصی از تسهیلات تکلیفی معاف هستند، کماکان بانک مرکزی از آن به‌عنوان یک ابزار استفاده می‌کند که با اصل بانکداری خصوصی منافات دارد. این صاحب نظر حوزه پولی و بانکی افزود: اگر بانک مرکزی استقلال خود را حفظ کند و تحت تأثیر برخی دیدگاه‌های خاص مقامات دولتی که گاهی کارشناسی نشده‌اند قرار نگیرد، می‌تواند در اجرای سیاست‌های پولی موفق باشد. در سال‌های گذشته نیز همین دیدگاه‌های غیر کارشناسی موجب شد در شرایطی که نرخ تورم بالایی بر اقتصاد حاکم بود، درباره کاهش نرخ بهره تصمیم‌گیری شود؛ تصمیمی که در نهایت به شکست سیاست‌های پولی منجر شد. به‌نظر می‌رسد هنوز هم چنین دیدگاه‌های وجود دارد و برخی تلاش می‌کنند چنین نظراتی را بر سیاست‌گذار پولی تحمیل کنند.

رئیس مرکز توسعه تجارت الکترونیک اعلام کرد

افزایش ۲۰۰ درصدی فروش اینترنتی در جشنواره بهار ه مجازی

رئیس مرکز توسعه تجارت الکترونیک با اشاره به آمار و رقم فروش جشنواره بهاری مجازی گفت: در زمان جشنواره بهاری بهار مجازی، فروش کسب و کارهای پیشرو اینترنتی بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ درصد افزایش داشت «علی رهبری» روز یکشنبه در نشست خبری مجازی خود با خبرنگاران با اشاره به جشنواره بهار ه مجازی که در اسفند ماه برگزار شد، گفت: این جشنواره شامل سه رکن خریداران اینترنتی (مردم)، فروشگاه‌های اینترنتی (بستر فروش اینترنتی) و فروشگاه‌های آنلاین (واحدهای صنفی) هستند که در دوران کرونا با کاهش جدی فروش مواجه‌شده و در ریسک ورشکستگی قرار گرفته‌اند. وی هدف جشنواره را ترغیب مردم برای خرید اینترنتی دانست و افزود: هدف این بود که فروشگاه‌های اینترنتی تسهیلاتی به اصناف ارائه دهند و تعدادی از اصناف آفلان که به علت تعطیلی بازار دچار کاهش فروش شده‌اند بتوانند بخشی از کالاهار از طریق بستر فروش اینترنتی به فروش برسانند. رئیس مرکز توسعه تجارت الکترونیک تصریح کرد: نتایج جشنواره دوره اول یعنی در بازه زمانی ۲۲ تا ۲۹ اسفند نشان می‌دهد حدود ۲۰۸ هزار بازدید از سایت جشنواره انجام شد.

♦ **مشترک ۳۱۹ فروشگاه اینترنتی در جشنواره بهار مجازی**

وی ادامه داد: ۱۲۰۰ فروشگاه اینترنتی متقاضی عضویت در جشنواره بهار ه مجازی بودند، اما با توجه به سوابق عملکرد دو پاس‌خوگی به شکایات حدود ۳۱۹ متقاضی در جشنواره شرکت کردند. رهبری تصریح کرد: واحدهای صنفی آفلاین که به طور عموم مخاطب این جشنواره بودند و به‌خصوص کیف و کفش، پوشاک، لوازم خانگی و خشکبار که بیشترین آسیب را در کرونا دیده‌اند، به طور ویژه در طرح مشارکت داشتند و با روسای اتحادیه‌ها جلساتی برگزار شد.

♦ **ثبت نام ۳۰۰ واحد صنفی در سایت جشنواره**

این مقام مسئول همچنین اعلام کرد که ۳۰۰ واحد صنفی آفلاین در سایت جشنواره و بیش از ۵۵۰۰ واحد صنفی در فروشگاه‌ها ثبت‌نام کردند. رهبری با اشاره به سه رکن برگزاری فروشگاه اینترنتی گفت: قرار بود اصناف آفلاین در فروشگاه‌های اینترنتی ثبت‌نام سریع و رایگان کرده و غرفه رایگان بگیرند، همچنین در کارمزد تخفیف‌گیرند و مشاوره رایگان نیز داشته باشند. وی با اشاره به مزایای خرید اینترنتی برای مردم ادامه داد: از سوی دیگر قرار بود فروشگاه‌های اینترنتی اغلب کالاهار را با تخفیف عرضه کرده و مردم اینترنت رایگان دریافت کنند. همچنین جوایز قرعه کشی به مشتریان اعطا شده و کالا با سلامت بیشتر دریافت کنند. رئیس مرکز توسعه تجارت الکترونیک با اشاره برگزاری جشنواره دوم دور گفت: عملیات اجرایی این جشنواره به بخش خصوصی یعنی اتاق اصناف و آگادار شده است. از سوی دیگر پایش و ارزیابی عملکرد فروشگاه‌های اینترنتی در ارائه خدمات به واحدهای صنفی آفلاین توسط دولت انجام می‌شود.

پیش‌بینی یک کارشناس بازار سرمایه:

شاخص سهام تا ۸۵۰ هزار واحد صعود می‌کند



خود را جبران کنند.

♦ **انتقادی فرهنگ سرمایه‌گذاری در بورس** حامدی همچنین افزود: اتفاق بسیار مهم یک سال اخیر این بود که ضرب نفوذ سهام در میان جمعیت کشور بسیار بالا رفت. سازمان بورس از طریق عرضه‌های اولیه و تخصیص یکسان سهم‌ها توانست این فرهنگ سرمایه‌گذاری را به شکل گسترده‌ای ارتقا دهد. بر اساس محاسبات سال گذشته نرخ بهره میزان ۵۰۰ هزار تومان یارانه گرفته است. این در حالی است که درآمد خانوارها از طریق عرضه اولیه نزدیک به پنج میلیون تومان

معاون وزیر راه و شهرسازی:

زمین‌های دولتی برای ساخت مسکن ملی آزاد نشد

اجرای ماده ۶ قانون ساماندهی هستیم. معاون وزیر راه و شهرسازی تأکید کرد که این وزارتخانه برای ساخت مسکن نیازمند تأمین زمین است و گفت: بر اساس ماده ۶ قانون ساماندهی باید اراضی دولتی در اختیار این وزارتخانه برای ساخت مسکن قرار گیرد و رئیس جمهوری در چند

مرحله این دستور را برای تحویل زمین‌های دولتی صادر کرده‌اند. وی خبر داد که اکنون همکاران در وزارت راه و شهرسازی در استان‌های مختلف در حال ریزنی و تلاش برای انتقال زمین‌های دولتی هستند اما تاکنون هیچ دستگاه و وزارتخانه‌ای همکاری نکرده است. به گفته محمودزاده اجرای این بند قانونی و آزادسازی زمین‌های دولتی ظرفیت ساخت مسکن را افزایش خواهد داد.

معاون وزیر راه گفت: تمام این زمین‌ها متعلق به دولت است و اینکه در اختیار کدام وزارتخانه است اهمیتی ندارد؛ هدف دولت ساخت انبوه مسکن است و این زمین‌ها باید برای تولید انبوه مسکن استفاده شود.

وی در پاسخ به این سوال که توجیه دستگاه‌ها در عدم اجرای ماده ۶ قانون ساماندهی و عرضه مسکن چیست، گفت: بخشی بگری نیست به موضوعات باعث شده است که نتوانیم

بازار سرمایه در حالی به رونق صعودی هرروزه خود عادت کرده و فاصله یازدهی خود را با بازارهای موازی بیشتر می‌کند که بازارهای سهام در دنیا به دلیل شیوع کرونا تحت فشار قرار گرفته‌اند. یک کارشناس بازار سرمایه معتقد است که به احتمال زیاد شاخص تا قله ۸۵۰ هزار واحد هم صعود کند. شیوع ویروس کرونا در ماه‌های اخیر آثار منفی زیادی بر بازارهای جهانی تحمیل کرد. افت ارزش شاخص بورس‌های جهانی و کاهش ارزش بازار برخی شرکت‌های پذیرفته شده در بورس‌های جهانی که در برخی موارد تا ۶۰ درصد هم رسیده، خود نشان دهنده ایجاد بزرگ این رخداد است.

در ایران نیز با تعطیلی کسب‌وکارها در آغاز سال جدید، شاهد رکود برای مشاغل کوچک و متوسط بوده‌ایم. با این حال، بعد از تعطیلات عید تنها بازار سهام بوده که با آهنگی کمابیش سریع به رشد خود ادامه می‌دهد. هر چند امروز شاخص کل با کاهش کمی کمتر از یک درصد به ۵۶۹ هزار واحد

رسید، اما روز گذشته شاخص کل این بازار به کانال ۵۷۴ هزار نیز وارد شد و ارزش معاملات آن به ۶ هزار و ۲۶ میلیارد تومان رسیده؛ موضوعی که در بسیاری از پیش‌بینی‌ها بعید به نظر می‌رسید.

اکبر حامدی، کارشناس بازار سرمایه درباره عوامل این رشد به این‌ترابلاص گفت: برای تحلیل این موضوع لازم است ابتدا به بازارهای موازی نگاه کنیم، چرا که مقدار زیادی پول سرگردان در اقتصاد کشور وجود دارد که همواره به دنبال اهداف پربازده می‌گردند.

به گفته‌وی یکی از رقبای بزرگ این بازارها، سیستم بانکی است

که سود حقیقی آن با احتساب تورم، منفی می‌شود. از سوی دیگر، بازدهی طلا و ارز هم طی یک سال گذشته قابل مقایسه با تباری تولید انبوه مسکن از آن استفاده شده؛ با این حال فقط در تهران بلکه در هیچ استانی این بند مهم از قانون اجرا نشده است.

وی ادامه داد: آزادسازی زمین‌های دولتی، پتانسیل بزرگی است که وجود دارد و می‌تواند در اختیار پروژه مسکن ملی قرار بگیرد اما تا به این ساعت این امر تحقق نیافته است. محمودزاده در پاسخ به این سوال که اکنون تأمین زمین برای ساخت واحدهای مسکن ملی چگونه انجام می‌شود، گفت: اراضی‌ای که از گذشته در اختیار وزارت راه و شهرسازی بوده است در سال‌های گذشته برای اجرای طرح‌های مختلف مسکن به کمترین سطح خود رسیده است و ما اکنون برای تولید پویا و مستمر مسکن به خصوص در شهرهای بزرگ‌تر نیازمند

اقتصادی

اخبار

مدیرعامل صندوق بازنشستگی کشوری خبرداد

افزایش دو برابری همسان‌سازی حقوق بازنشستگان کشوری

مدیرعامل صندوق بازنشستگی کشوری گفت: ابتدا قرار بود، ۳ هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان به همسان‌سازی حقوق بازنشستگان کشوری تخصیص یابد که با پیگیری صندوق بازنشستگی کشوری، این رقم حدود دو برابر شد و به ۶ هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان افزایش پیدا کرد.

اکبر افتخاری در پست اینستاگرامی خود افزود: امسال میانگین افزایش حقوق بازنشستگان کشوری ۸۰۰ هزار تومان خواهد بود و حداقل حقوق بازنشستگان این صندوق با سنوات کامل ۲ میلیون و ۸۰۰ هزار تومان است.

وی با اشاره به پیگیری بازنشستگان از جلسات و مذاکرات مربوط به همسان‌سازی حقوق‌ها در سازمان برنامه و بودجه، در توضیحاتی افزود: رقمی که اکنون به عنوان میانگین افزایش حقوق بازنشستگان اعلام شده است، شامل دویخش افزایش حقوق و همسان‌سازی است. به این معنی که ابتدا حقوق کلیه بازنشستگان از گروه یک تا گروه بیست، ۱۵ درصد افزایش پیدا می‌کند و سپس، مبالغی نیز برای همسان‌سازی به آن افزوده می‌شود.

مدیرعامل صندوق بازنشستگی کشوری با اعلام اینکه همسان‌سازی به شکل پلکانی نزولی انجام می‌شود، ادامه داد: این به این معناست که کسانی که حقوق کمتری می‌گیرند، مبلغ بیشتری را برای همسان‌سازی دریافت می‌کنند و بالعکس، کسانی که حقوق بیشتری می‌گیرند، مبلغ کمتری را برای همسان‌سازی دریافت می‌کنند. وی با اشاره به اینکه همسان‌سازی در گروه‌های پایین‌تر به شکلی است که حداقل حقوق، برای افراد با سنوات کامل (۲۰ سال) ۲ میلیون و ۸۰۰ هزار تومان خواهد بود، افزود: همان طور که قبلا اعلام شده، مجموع دو رقم (۱۵ درصد افزایش حقوق» و «همسان‌سازی»، به‌طور میانگین حدود ۸۰۰ هزار تومان است که از فروردین‌ماه جاری اعمال خواهد شد.

نماینده وزیر صنعت در اتاق اصناف ایران:

کسب‌وکارهای کهریسک‌هنوز مشخص نشده‌اند

- «حسن روحانی»، رئیس‌جمهوری اعلام کرده است که از روز ۲۳ فروردین ماه، کسب‌وکارهای کهریسک و متوسط می‌توانند فعالیت خود را دوباره آغاز کنند. اما این کسب‌وکارها شامل چه صنوفی می‌شود؟

بر اساس آمارهای وزارت صنعت، معدن و تجارت ۷.۵ میلیون نفر به طور مستقیم در اصناف کشور فعالیت دارند و به صورت غیرمستقیم، ۱۸.۵ میلیون نفر با مشاغل صنفا‌های مختلف در تماس و ارتباط هستند.

در حوزه تولید نیز نزدیک به ۵.۵ میلیون نفر شاغل مستقیم وجود دارد که ۵۰ درصد آنها در صنایع متوسطه‌فعال هستند.

«ابراهیم درستی» نماینده وزیر صنعت در اتاق اصناف ایران می‌گوید: «هنوز معلوم نیست که به‌طور دقیق چه مشاغلی فعالیت عادی خود را از ۲۳ فروردین آغاز می‌کنند. ما با استفاده از چند شاخص سلامت و محیط زیست، مدلی را طراحی کرده‌ایم تا

مشاغل کهریسک در این مدل مشخص شوند.»

درستی ادامه می‌دهد: «به شاخص‌های اصلی را از وزارت بهداشت دریافت می‌کنیم. سپس آن‌ها در کارگروه‌های ویژه اتاق اصناف ایران بررسی و بر اساس آن لیست پیشنهادی مشاغل تعیین می‌شود. سپس این فهرست را به ستاد ملی کرونا می‌دهیم، اما آن‌ها برای اینکه بگویم دقیقاً چه صنفا‌هایی به فعالیت‌باز می‌گردند، زود است.» «حسین مدرس خیابانی» قائم‌مقام وزیر صنعت نیز پیش از این اعلام کرده است که فهرست آن دسته از واحدهای صنفی که امکان فعالیت در مرحله دوم فاصله گذاری اجتماعی خواهند یافت، از سوی اتاق اصناف، وزارت صنعت و سایر دستگاه‌های مرتبط، در حال نهایی‌شدن است؛ ضمن اینکه همچنان با تعریف میزان ریسک فعالیت، بقیه کسب و کار نیز به تدریج و به صورت پلکانی و البته با نظر وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به این فهرست اضافه می‌شوند.

مدرس خیابانی همچنین اعلام کرد که فعالیت واحدهای پرترده همچنان ممنوع است. گفت: پروتکل بهداشتی شامل مسوول واحد، ابزارهای مورد استفاده و مشرتیان است که در کارچوب پروتکل‌های عمومی، تخصیص، رعایت کنند و باید پروتکل‌ها را در معرض دید عموم قرار دهند و اصناف، بهداشت و بازرسان روی نحوه اجرای آن نظارت خواهند داشت.

بانک مرکزی اعلام کرد؛

معافیت سه‌ماهه برای دارندگان چک‌های برگشتی

صاحبان چک‌های دارای سر رسید ابتدای اسفند ۹۸ تا پایان اردیبهشت ۹۹ در صورت برگشت چک، مشمول محرومیت قانون صدور چک نمی‌شوند.

بر اساس اصلاح قانون چک، قوانین سخت‌گیرانه‌ای برای دارندگان چک‌های برگشتی در نظر گرفته شده بود که باعث می‌شد ادامه فعالیت برای آنها دشوار شود. این قوانین سخت‌گیرانه اگرچه در حالت عادی باعث افزایش شفافیت عملکرد صادرکنندگان چک شده و امنیت معاملات را بالا برده بود، اما در زمان شیوع کرونا، این قوانین سخت‌گیرانه، مشکل ساز شده است.

بر این اساس، بانک مرکزی با صدور بخشنامه‌ای تسهیلاتی موقت‌ی را برای دارندگان چک‌های برگشتی در نظر گرفت.

بانک مرکزی در راستای حمایت از صاحبان کسب و کارها اعم از حقیقی و حقوقی و به ویژه کسب و کارهای کوچک آسیب دیده ناشی از شیوع ویروس کرونا در راستای بخشنامه رئیس‌جمهوری و تصمیمات ستاد ملی مبارزه با کرونا، جریات اجرای حمایت از صاحبان چک‌های برگشتی از تاریخ اول اسفند تا ۹۸ تا پایان اردیبهشت ماه ۱۳۹۹ را اعلام و برای اجراء به‌میدان شبکه بانکی کشور ابلاغ کرد که به شرح زیر است:

به هدف مساعدت و حمایت از صاحبان کسب و کارها (اعم از حقیقی و حقوقی) به ویژه کسب و کارهای کوچک که به دلیل شرایط به وجود آمده ناشی از شیوع ویروس کرونا قادر به ایفای تعهدات خود ناشی از صدور چک‌های صادره نبوده‌اند و سر رسید چک‌های صادره آن‌ها در بازه زمانی اول اسفند ۹۸ تا ۳۱ اردیبهشت ۹۹ بوده و برگشت خورده و منجر به صدور گواهی نامه عدم پرداخت شده است، این تسهیلات فراهم شده است. در صورت تسلیم درخواست دارندگان این چک‌ها به بانک یا موسسه اعتباری غیر بانکی، ذی ربط حداکثر تا سه ماه پس از تاریخ برگشت چک‌های مذکور، مشمول محرومیت‌ها و ممنوعیت‌های ناظر بر چک برگشتی مقرر در ماده ۵ مکرر الحاقی قانون صدور چک نمی‌شود.

به گزارش ایرنا، بر اساس تازه ترین آمار، در بهمن ۹۸ حدود ۷۱۹ فقره چک به ارزش ۱۱۶ هزار میلیارد ریال برگشت خورده که نسبت به ماه قبل از نظر تعداد ۳.۶ درصد و از نظر مبلغ ۴.۱ درصد افزایش داشته است.

نایب رئیس اتحادیه طلا و جواهر تهران مطرح کرد

درخواست معافیت مالیاتی برای طلافروشان



نایب رئیس اتحادیه طلا و جواهر تهران، با اشاره به زمان ارائه اظهارنامه‌های مالیاتی تا آخر فرودین ماه و تعطیلی واحدهای کسب و طلا و جواهر تا این زمان، خواستار تمهیدات لازم و بسته های حمایتی برای این صنف شد؛ چراکه باوجود تعطیلی اصناف و عدم کسب درآمد، آن‌ها قدرت پرداخت مالیات را ندارند.

مسعود یزدانی، ضمن اینکه مشکلات اخیر را برای اصناف و صنف طلا و جواهر در ۴۰ سال اخیر بی سابقه خواند، اظهار کرد: در حال حاضر در شرایط خاص متاثر از ویروس کرونا، شاهد تعطیلی ها و توقف فعالیت هستیم که باعث ضربه شدید به بدنه اصناف به ویژه صنف و صنعت طلا و جواهر شده است. نایب رئیس اتحادیه طلا و جواهر تهران با اشاره به زمان ارائه اظهارنامه های مالیاتی تا پایان فروردین ماه ۹۹، تصریح کرد: با توجه به تعطیلی واحدهای کسبی طلا و جواهر اعم از بازار و واحدهای طلافروش و پاساژها که از ابتدای اسفند ماه تا ۹۸، آغاز شده و پتانر تصمیمات گرفته شده در جلسه روز گذشته (یکشنبه) ستاد ملی مدیریت و مقابله با کرونا، مبنی بر آغاز فعالیت صنف ها در استان تهران بعد از ۳۰ فروردین، عملا ارائه اظهارنامه مالیاتی تا این مدت، کاری مشکل و نشدنی است، لذا از سازمان امورمالیاتی و ستاد ملی کرونا درخواست داریم ضمن معافیت های مالیاتی، با ارائه بسته های حمایتی این صنف و همه اصناف را در این شرایط بحرانی، یاری کنند. وی افزود: وضعیت اصناف به ویژه صنف طلا و جواهر در شرایطی است که فعالیت و سرمایه ها در یک ماه و نیم اخیر با رکود شدیدی روبرو بوده است و در حقیقت شب عیدی کاملا تعطیل اسپرری کرده اند؛ بنابراین هیچ خرید و فروشی انجام نداده و درآمدی در این مدت کسب نکرده است. علاوه براین با توجه به اینکه طلا از نظر کار اصلی اهالی این صنف است، چنانچه در صنف ما طلا وجود نداشته باشد، عملا کاری صورت نمی گیرد؛ بنابراین شرایط ایجاد شده در پی گسترش کرونا، اعضای صنف ما را با مشکلات و معضلات متعددی مواجه کرده است.

اخبار

فرازای پیشکسوت تیم فوتبال استقلال:

۸ میلیارد پول استقلال در ۲ روز گم شد!

پیشکسوت تیم فوتبال استقلال می‌گوید برای بدهی‌های آبی‌پوشان پایتخت باید کمیته‌ای تشکیل شود تا به صورت جزئی رسیدگی‌های لازم صورت بگیرد. غلامحسین فراهانی، درباره شرایط اخیر آبی‌پوشان پایتخت گفت: متأسفانه در دو باشگاه استقلال و پرسپولیس کسانی که روی کار می‌آیند نه کاری بلندن و نه پولی می‌آورند. اخیراً من با فتح‌الله زاده صحبت کردم. او به من گفت که وقتی که به استقلال آمد ۱۰ میلیارد به باشگاه آورد اما در عرض دو روز ۸ میلیارد آن گم شد. بدهی‌های استقلال برای فتح‌الله زاده مساله مهمی بود که با وجود این اتفاقات کار را سخت کرده بود. استعفای فتح‌الله زاده تا کنبکی بود و باید دلایل جزئی‌تر آن از خودش پرسیده شود. او افزود: باشگاه استقلال مال و اموال و املاک زیادی دارد. ساختمان اداره کل تربیت بدنی استان تهران روزی متعلق به باشگاه استقلال بوده است. استادیوم‌های مختلفی برای باشگاه تاج قدیم بوده و این‌ها را از باشگاه گرفتند. اگر استقلال می‌خواهد بارور شود، حداقل باید زمین تمرین داشته باشد. باشگاه به نوعی آواره است. یک هفته یک جا تمرین می‌کند. هفته بعد در جایی دیگر به تمرین می‌پردازد. من در دوره‌ای که کارشناس فدراسیون بودم از خودم میله می‌گذاشتم و زمین را برای تیم هماهنگ می‌کردم.

پیشکسوت تیم فوتبال استقلال خاطرنشان کرد: به طور کلی این طرز باشگاه داری نیست. استقلال و پرسپولیس چشم و چراغ مردم هستند. من سال‌هاست که یکی از مدیران پیشین ورزش را می‌شناسم و به او گفتم شما در مدتی که در ورزش حضور داشتید این دو باشگاه را شما پی پدر کردید و تا موقعی که مسئول بودید هیچ کاری نکردید. من و هوادار هستیم که برای استقلال دلمان می‌سوزد. باید کمک کرد تا باشگاه از دست “فتاات فی‌العقد” نجات پیدا کند.

او درباره اینکه چطور می‌شود بدهی‌های استقلال را مدیریت کرد گفت: مدیران استقلال از وقتی که به این باشگاه می‌آیند تنها و تنها هزینه برای باشگاه به بار می‌آورند و به نظر من راهش این است که کمیته‌ای درست شود که بتوان بدهی‌های استقلال را جزء به جزء بررسی کرد. بزرگ‌ترین مشکل استقلال مالیات است. در زمانی که من معاون اقتصادی باشگاه استقلال بودم، هشت ماه حساب‌های ما را بسته بودند و حق امضا نداشتیم این در حالی بود که من تحصیلاتم در ورزش بوده و طر‌ح‌های خوبی برای باشگاه داشتم.

فراهی درباره موسس باشگاه استقلال گفت: تیمسار خسروانی برای باشگاه بسیار زحمت کشید. باشگاه استقلال ۲۲ مرکز ورزش در اختیار داشت که دو تا ی آن در خارج کشور بود. یک هیاتی از ترکیه آمد و خواست زمینی در ترکیه که متعلق به استقلال بود را از ما بخرد یا واگذار شود تا یک بیمارستان ساخته شود و درآمد آن تقسیم شود اما مدیریت باشگاه در این زمینه همکاری انجام نداد و این مساله هم نادیده گرفته شد. باید زمین‌های مثل زمین تنیس استقلال به این باشگاه برگرداند شود. این زمین که می‌تواند روزی ۱۰ میلیون برای باشگاه درآمدزایی کند، باید به به استقلال پس داده شود.

او با پایان گفت: باید هیاتی از دو تیم استقلال و پرسپولیس ایجاد شود که بتوان مطالبات این دو باشگاه را گرفت و مدیرانی روی کار بیایند که بتوانند مشکلات را رفع کنند. مربی خارجی هم به در نمی‌خورد. ما باید بتوانیم مربی‌های خودمان را با تجربه تربیت کنیم که دیگر نیازی به مربی خارجی نداشته باشیم.

در تقویم مدیران پرسپولیس شنبه وجود ندارد:

حمیداوی: ۶ میلیارد از پرسپولیس طلب داریم

مالک باشگاه شهر خودرو گفت: مدیران پرسپولیس از روز ۲۳ بهمن سال گذشته می‌گویند شنبه مطالبات ۶ میلیاردی ما را پرداخت خواهند کرد اما فکرمی‌کنم این شنبه در تقویم آنها وجود ندارد.

فراهان حمیداوی در خصوص مطالبه باشگاه شهر خودرو از پرسپولیس بابت انتقال یحیی کل محمدی اظهار داشت: جاداردا از پرسپولیس هاتشکر کنم. مدیرعامل سابق، مدیرعامل فعلی و اعضای هیات‌مدیره این باشگاه در خصوص وعده‌های خود قول‌هایی داده اند.

وی افزود: در تاریخ ۲۳ بهمن ماه که پرسپولیس‌ها باید مابقی پولی رضایتنامه یحیی گل محمدی را پرداخت می‌کردند، مدیران پرسپولیس گفتند که خیالتان راحت، «شنبه» این پول در حسابان خواهد بود اما ظاهراً در تقویم‌های آنها روز شنبه وجود ندارد و با مرده است.

مالک باشگاه شهر خودرو تاکید کرد: پرسپولیس تا این لحظه ۶ میلیارد باید به ما پرداخت کند و منتظر هستیم تا ببینیم چه اتفاقی رخ خواهد داد. در همان تاریخ ۲۳ بهمن روی چک‌های آنها اقدام قانونی کردیم و وکیل باشگاه در حال پیگیری است.

وی در مورد توافق ۱۷ میلیاردی باشگاه پرسپولیس و شهر خودرو بابت انتقال گل محمدی، گفت: چنین مبلغی به هیچ‌وجه صحت ندارد.

حمیداوی گفت: تمام مبلغ توافق ما در این انتقال ۶ میلیارد تومان بود که پرسپولیس در آن زمان یک میلیارد و نیم به ما پرداخت کرد. در حال حاضر ۴ و نیم میلیارد دیگر از پرسپولیس می‌خواهیم که با توجه به عملی نشدن تعهدات و ضرر و زیان، ۶ میلیارد در مجموع از پرسپولیس بابت انتقال گل محمدی می‌خواهیم.

مالک باشگاه شهر خودرو در مورد احتمال نیمه‌تمام ماندن لیگ به دلیل شیوع ویروس کرونا، خاطرنشان کرد: آمیدولر هر چه زودتر این ویروس دست از سر ندنیار بردارد. در مورد

ادامه‌با لغو مسابقات لیگ برتر نیز ما تابع قانون هستیم.

وی در پاسخ به این پرسش که در صورت نیمه کاره ماندن لیگ فوتبال امکان فراهانی پرسپولیس وجود دارد، گفت: به نظر من حساسیت در انتهای جدول بیشتر از صدر

جدول است. اگر قرار است لیگ نیمه کاره رها شود، بهتر است بایند تیم‌های بازی نشود چرا که همه آنها زحمت کشیدند و فصل آینده با همین تیم‌ها مسابقات از سر گرفته‌شود.

مدیرکل ورزش و جوانان استان قم:

اجاز ه فروش تیم لیگ برتری فوتسال قم را نمی‌دهیم

مدیرکل ورزش و جوانان استان قم گفت: اجازه فروش تیم فوتسال لیگ برتری محمدسپیدا را نمی‌دهیم و تیم این قم نباید از استان خارج شود.

رسول منعم اظهار داشت: تیم فوتسال محمد سیمعا به عنوان سرمایه‌ای که متعلق به مردم جوانان قم است تا زمانی که مالک و مدیریت فعلی تیم توانایی و ظرفیت حضور در لیگ برتر کشور را داشته باشند اولویت با آنان است و می‌توانند مسیر را ادامه دهند، ما هم حتما کنار آنان خواهیم بود و تلاش می‌کنیم در حد توانمان کمک‌کنماییم.

وی افزود: این طور نیست که تیم به فروش برسد و خدای تکرده از قم خارج شود، باید ابتدا کمیسیون ماده پنج اداره کل ورزش و جوانان مجوز صادر کند.

مدیرکل ورزش و جوانان قم تاکید کرد: ما در سال‌های گذشته از منابع و تجهیزات دولتی به تیم‌های ورزشی کمک کرده‌ایم و اماکن، ورزشگاه‌ها و فضاهای را در اختیار قرار داده‌ایم. بنابراین متعلق ایجاد نمی‌کند که اجازه فروش و رفتن به خارج از قم را در تصمیم و توصیه ما این است که عزیزی‌که از قبل فعال بودند پیگیر ادامه حضور این تیم در استان باشند.

وی ادامه داد: به طور قطع ما هم پیگیری می‌کنیم و به هیأت فوتبال هم تاکید داریم که پیگیری لازم را در این خصوص انجام دهد، هیأت فوتبال با هیأت مدیره تیم جلسه بگذارد و سرنوشته آن را زودتر از موعد مقرر مشخص کنند تا دست به دست هم سرمایه استان را حفظ کنیم.

منعم در پایان گفت: حتما نشست‌هایی با هیأت فوتبال به عنوان متولی این رشته خواهیم داشت، هیأت باید ورود کند، ما هم نقش خود را ایفا می‌کنیم. مطمئناً ما همه عزیزان باید تلاش کنیم حامیان مالی بهتر و بیشتری شناسایی شده و برای حمایت از تیم معرفی نماییم.

گفتنی است، نماینده فوتسال استان قم در سال‌های ۱۳۹۷ و ۱۳۹۸ با نام محمد سیما در لیگ برتر فوتسال کشور به میدان رفت و در سال ۹۷ با کسب مقام ششم به کار خود پایان داد اما در سال ۹۸ به مقام هفتم جدول ۱۴ تیمی لیگ برتر رسید.

باعلام‌شعبی؛

«نبی» به طور رسمی دبیرکل فدراسیون فوتبال شد

بعد از پایان جلسه هیات رییس فدراسیون فوتبال مهدی محمدنبی به طور رسمی به عنوان دبیرکل فدراسیون فوتبال انتخاب شد.

جلسه هیات رییس فدراسیون فوتبال برگزار و در پایان مهدی محمدنبی به عنوان دبیرکل فدراسیون فوتبال انتخاب شد.

محمود شعبی، عضو هیات رییس فدراسیون فوتبال این مساله را تایید کرد و گفت: نبی به عنوان دبیرکل فدراسیون فوتبال انتخاب شد و مدبرکل شکی از این بابت وجود ندارد و ما چارلی که با فیفا به وجود آمده بود نیز حل شد و همه چیز طبق روال ادامه دارد. پیش از این نبی به عنوان سرپرست دبیرکلی جانشین ابراهیم شکوری شده بود ولی حالا او به طور رسمی عنوان دبیرکل را به دست آورد.

شنبه —نوزدهم فروردین ماه ۱۳۹۹ — سال بیست و سوم – شماره ۵۰۰۸

طلسم ۳۲ ساله ورزش قم برای کسب سهمیه المپیک شکسته شد

نجاتی تنها المپیکی ورزش قم در سال ۹۸



طلسم ۲۲ ساله ورزش قم برای کسب سهمیه بازی‌های المپیک با درخشش علیرضا

نجاتی قهرمان جوان و آینده‌دار رشته کشتی فرنگی درسال ۹۸ شکسته شد.

چه آن زمان که متولی ورزش با نام “تربیت‌بدنی” مطرح بود و چه اکنون که “ورزش و جوانان” نام دارد، در استان قم اقدامات مختلفی برای شناسایی استعدادهای دارای شانس گرفتن سهمیه المپیک و بهبود وضعیت نظیر فضا و امکانات ورزشی به منظور حمایت از قهرمانان این عرصه انجام گرفت تا بلکه بعد از ۲۲ سال به سهمیه بازی‌های المپیک برسد.

این درشرایقی است که ورزش استان قم بارها نتوانسته سهمیه حضور در بازی‌های آسیایی را بعد از پیروزی انقلاب کسب کرده و موفقیت‌هایی زیادی را به دست بیاورد اما گویا سهمیه المپیک برای ورزش قم به یک تبدیل شده بود تا اینکه تابستان سال ۱۳۹۸ یک کشتی گیر به نام علیرضا نجاتی این شرایط را تغییر داد.

برادی گنجه‌آخرین المپیکی ورزش قم در سال ۱۹۸۸

در واقع می‌توان گفت گرفتن سهمیه حضور در بازی‌های المپیک در ورزش قم را می‌توان با تا کامی‌های متوالی تیم ملی فوتبال امید ایران در مسیر صعود به المپیک مقایسه کرد، اتفاقی که دهه‌های مختلف است برای ورزش قم رخ نداده و تا سال ۱۳۹۸ ق‌می‌ها در حسرت تکرار کسب سهپه این رویداد مهم بودند تا اینکه یک کشتی گیر این طلسم را شکست

کنته حالب توجه این است که آخرین بار سهمیه حضور در بازی‌های المپیک سال ۱۹۸۸ با هم‌ها در درخشش یک کشتی گیر به نام مهدی مرادی گنجه نصیب ورزش قم شد و ورزشکاران قمی از آن سال تا کنون در هیچ رشته‌ای موفق به کسب سهمیه این میدان بزرگ ورزش دنیا نشده‌اند.

♦دومین سهمیه المپیکی کشتی برای ورزش قم

کشتی در استان قم جایگاه بسیار ویژه‌ای دارد، ورزشی که در دو رشته آزاد و فرنگی همواره برای کشورمان در میادین مختلف برون‌مرزی افتخارات زیادی را کسب کرده، اما در استان رشته کشتی فرنگی جایگاه و اعتبار بیشتری نسبت به کشتی آزاد دارد و سرانجام موفقیتی که در سال ۱۳۹۸ به عنوان مهمترین دستاورد ورزش قم به ثبت رسید، نتیجه درخشش یک ورزشکار با استعداد از رشته کشتی فرنگی است.

ورزشی که بعد از پایان دوران حرفه‌ای چهره‌های مطرحی همچون افشین میرصاحی، روح‌الله میکائیلی، زنده‌یاد محسن پودکی، مهدی فشکی، روح‌الله میکائیلی، حمیدرضا

تمجید «کارا» از مهاجم ایران:

سردار آزمون می‌تواند با گتوزو به بازیکن مهمی تبدیل شود

ماسیمو کارا ا مربی سابق تیم ملی ایتالیا و تیم پوتنوس از حضور سردار آزمون در تیم ناپولی ایتالیا استقبال کرد.

ماسیمو کارا در حال حاضر سرمربی تیم فوتبال آ.ا.ک آتن است و در یونان در فررتیخته به سر می برد. کارا که سابقه مربیگری در تیم ملی ایتالیا و تیم پوتنوس در کنارت آنتونی کونته ا دارد، در تازه ترین مصاحبه خود به خبر حضور سردار آزمون مهاجم تیم ملی ایران در تیم ناپولی ایتالیا واکنش نشان داد.

کارا در این خصوص گفت: من آزمون را به خوبی می شناسم چون وقتی در تیم اسپارتاک مسکو بودم بارها با او روبرو شده ام. آزمون بازیکن بزرگی است و حضورش را در ایتالیا و تیم ناپولی خوب می دانم. این مربی ایتالیایی افزود: آزمون واقعا بازیکن قدرتمند و تکنیکی است و کیفیت زیادی دارد. او چارچوب شناس است و گل های زیادی می زند.

کارا یادآور شد: به نظر من آزمون می تواند در ناپولی وزیر نظر جانرو گتوزو به بازیکن مهمی تبدیل شود و همچنان پیشرفت کند. کارا ا بعد از جدایی بر الکتو ایگلووویچ از پرسپولیس یکی از گزینه هایی بود که گفته می شد مدنظر پرسپولیس قرار دارد.

رئیس هیات پزشکی ورزشی استان قم خبردار آغاز فعالیت‌های ورزشی در قم از اردیبهشت ماه

هیأت پزشکی ورزشی استان قم با تاکید تداوم رعایت نکات بهداشتی از احتمال آغاز

فعالیت‌های ورزشی در قم از اردیبهشت ماه خبر داد.

به دنبال شیوع ویروس کرونا از اوایل اسفند ماه اداره کل ورزش و جوانان استان قم با توجه به مصوبه ستاد مقابله با کرونا در ورزش، دستور تعطیلی فعالیت‌ها در تمامی اماکن ورزشی دولتی و خصوصی این استان را تا اطلاع ثانوی صادر کرد. در همین اساس اجرای گروه‌ها برنامه در تمامی فضاها اعم از استخرها، زمین‌های چمن، سالن‌ها و مجموعه‌های ورزشی شهر قم و بخش‌های تابعه ممنوع شد و تمامی تیم‌ها و باشگاه‌های ورزشی در همه هیات‌ها و رشته‌ها نسبت به تعطیلی تمرینات، برنامه‌های آماده‌سازی، اردوها و مسابقات خود اقدام کردند.

♦توقف تمرینات و مسابقات تیم‌های حرفه‌ای ورزش قم

این اتفاق حتی منجر به لغو مسابقات لیگ‌های حرفه‌ای در تمام رشته‌ها شد و تیم‌های ورزشی قم نظیر شهیدمدر در لیگ برتر بسکتبال و تیم‌های هیأت هندبال قم و افاق که مجوز صعود به مرحله پلی اف و نهایی مسابقات لیگ دسته اول باشگاه‌های کشورا کسب کرده بودند، ناگزیر به تعطیلی تمرینات خود شدند.

♦نگرانی ورزشکاران برای کسب سهمیه المپیک

مسابقات استانی و اعزام‌ها در رشته‌های انفرادی نیز لغو به زمان دیگری موکول شد و نگرانی ورزشکارانی نظیر کارا، کاته، کشتی گیران و دوومیدانی کاران قم که اضطراب از دست دادن شانس کسب سهمیه حضور در بزرگ‌ترین رویداد ورزشی سال ۹۹ یعنی بازی‌های المپیک توکیو را داشتند بیشتر شد تا اینکه شدت شیوع کرونا المپیک را هم یک سال به تعویق انداخت.

بعد از اینکه توسط رئیس جمهور اعلام شد که کسب و کارهای کم ریسک از ۲۳ فروردین در استان‌ها می‌توانند فعالیت خود را با مراعات پروتکل‌های بهداشتی و درمان آغاز کنند، رئیس هیأت پزشکی ورزشی استان قم نیز از بررسی احتمال آغاز فعالیت‌های



ورزشی در قم از اردیبهشت ماه خبر داد.

♦گلفشان: در مرحله اول تمرینات رشته‌های انفرادی آغاز می‌شود

رئیس محمد گلفشان راجع به موضوع از سرگرفتگی فعالیت‌های ورزشی در قم اظهار کرد: با توجه به وضعیت استان قم در خصوص بیماری کرونا، جلسهای با حضور استاندار قم خواهیم داشت و در صورتی که شرایط فراهم باشد احتمال آن وجود دارد که تمرینات ورزشی به زودی آغاز شود. رئیس هیأت پزشکی ورزشی استان قم افزود: در صورتی که

هدایت ممبینی:

مخالفتی با آقای نبی ندارم بلکه مخالف شیوه انتخاب بودم



حسدیات و نظریات مختلف است که داده می‌شود. اجازه دهید همه چیز مشخص شود.

وی در پاسخ به این سؤال که آیا فدراسیون فوتبال نظرات باشگاه‌ها را جویا شده است؟ اظهار داشت: قرار شد سازمان لیگ و کمیته مسابقات بیش از این با باشگاه‌ها در ارتباط باشند.

خبرنگاری از کمیته درباره فیت محمود اسلامیان یکی از اعضای هیأت رییس در جلسه امروز سؤال کرد. ممبینی گفت: بله، آقای اسلامیان غایب بود اما به صورت تلفنی در جریان موضوع جلسه قرار گرفت.

وی در خصوص اصلاح اساسنامه فدراسیون فوتبال هم تاکید کرد: در جلسه امروز جدول زمانبندی را که فیفا خواسته بود تا دهم ماه آوریل ارسال شود، تنظیم کردیم.

ممبینی در خصوص مطرح شدن بحث اختلافی با بعضی از اعضای هیئت رئیس فدراسیون فوتبال اظهار داشت: قرار شد سؤالات خوشگل تری پرسید، نه سؤالات حاشیه ای!

وی در پایان در مورد بدهی فدراسیون فوتبال به مارک ویلموست و شکایت این مربی به فیفا گفت: باید اجازه دهید زماشش فرایرسد.

شعبی:

باید تا مهر ماه انتخابات فدراسیون فوتبال را برگزار کنیم

عضو هیات رییس فدراسیون فوتبال گفت: باید اصلاح اساسنامه و برگزاری انتخابات فدراسیون را تا مهر ماه عملی کنیم.

محمود شعبی در پایان جلسه هیأت رییس فدراسیون فوتبال که صبح دوشنبه برگزار شد، در جمع خبرنگاران گفت: در جلسه امروز آقای نبی به عنوان دبیر کل فدراسیون فوتبال انتخاب شد. همچنین بحث دیگر ما درباره برنامه زمانبندی اصلاح اساسنامه و برگزاری انتخابات بود. یاتاکید بر اینکه نبی دبیر کل فدراسیون فوتبال است نه سرپرست دبیر کلی. در خصوص تهدیدهای اخیر کنفدراسیون

فوتبال آسیا و فیفا یادآور شد: همه چیز حل شده است. عضو هیات رییس فدراسیون فوتبال در خصوص اینکه اساسنامه فدراسیون باید به تصویب دولت و مجلس شورای اسلامی هم برسد، گفت: قرار است دبیر کل یک جدول زمانبندی تهیه کند و بر اساس آن جلور برد.

شعبی در پاسخ به این سؤال که آیا هیأت رییس فدراسیون فوتبال هم استعفا کرده است؟ اظهار کرد: استعفا ی من از باشگاه پیکان بوده و از فدراسیون استعفا نداده‌ام. خیلی هم قوی در جلسات حاضر می‌شوم. وی همچنین در پاسخ به سؤالی مبنی بر برگزاری انتخابات فدراسیون فوتبال را در مهر ماه، گفت: باید تا ماه موقع برسانیم.

رئیس هیات پزشکی ورزشی استان قم خبردار

آغاز فعالیت‌های ورزشی در قم از اردیبهشت ماه

در این خصوص تصمیمی اتخاذ شود در مرحله اول تمرینات رشته‌های انفرادی و دارای اولویت نظیر ورزشکاران حرفه‌ای که مسابقاتی در پیش دارند آغاز می‌شود ولی فعلا در خصوص برگزاری مسابقات ورزشی با حضور تماشاگران نمی‌توان نظر نهایی داد.

♦ضد عفونی اماکن ورزشی و ساختمان اداره ورزش و جوانان

وی افزود: در این محدوده زمانی که دیگر هیات‌های ورزشی قم عملا تعطیل هستند، با توجه به دغدغه و وظیفه‌ای که داشتیم کارهای مرتبط با اطلاع‌رسانی و پیشگیری از شیوع کرونا در ورزش را انجام دادیم. جلسهای در خدمت مدیر کل ورزش و جوانان بودیم که تمهیداتی اتخاذ شد و اجرا کردیم، از جمله اماکن ورزشی و ساختمان اداره کل ورزش و جوانان ضد عفونی شد و توصیه‌های امنوزنی و پیام‌های مرتبط با چگونگی جلوگیری از شیوع کرونا را در اختیار هیات‌ها و جامعه ورزش قرار دادیم.

♦همیاری ورزشکاران در مقابله با کرونا بسیار مهم است

گلفشان با تاکید بر اینکه با همکاری یکایک شهروندان می‌توانیم بر کرونا فائق شویم، تاکید کرد: در این موضوع همیاری ورزشکاران بسیار مهم است، با توجه به نفودی و اعتباری که ورزشکاران ما بین مردم دارند و مردم به آنها علاقمند هستند، آنها هم خیلی باید مشارکت کنند تا در اجرای تمهیدات لازم، در خانه ماندن مردم و رعایت مسائل بهداشتی موفق عمل کنیم. وی افزود: در هالال احمر و هیأت پزشکی ورزشی استان قم آماده هستیم که برنامه‌های پیش‌بینی شده در زمینه مقابله با کرونا را اجرا کنیم به شرط اینکه شهروندان هم رعایت کنند.

♦شاید تعطیلی برای جلوگیری از کرونا باز هم ادامه داشته باشد

رئیس هیات پزشکی ورزشی استان قم تصریح کرد: پیش از تعطیلات روندی نزولی در شیوع کرونا داشتیم اگر ادامه پیدا می‌کرد شاید الان خیلی خیالمان راحت‌تر بود، ولی افزایش آماری که در تعطیلات ایجاد شد یعنی مجموعه مدیریت کشور و استان را نگران کرد، شاید تعطیلی برای جلوگیری از کرونا باز هم ادامه داشته باشد.

