

سرمقاله

نظم جهانی در جهان پاساکرونا



سیدعلی میر موسوی*

کرونا، این ویروس ناچیز، چه تغییری را در نظم جهانی در پی خواهد داشت؟ هنری کسینجر، استراتژیست آمریکایی، در پاسخ تأکید کرده است که حاکمان باید آماده نظم جهانی پسا کرونایی باشند. موضوع داغ بحث بسیاری از اتاق فکرهای جهانی این است که کدام‌یک از آمریکا و چین به‌عنوان رهبر جهان پسا کرونایی ظاهر می‌شوند. درواقع پاندمی به رقابت بر سر رهبری جهانی تبدیل‌شده است ودولت‌هایی که به‌طور مؤثر به بحران پاسخ دهند، برنده این رقابت خواهند بود. «استفان والت»، نظریه‌پرداز روابط بین‌الملل هاروارد، احتمال موفقیت چین را می‌دهد. او به‌تشریه سیاست خارجی گفته است: «ویروس کرونا تغییر قدرت و نفوذ از غرب به شرق را تسریع می‌کند. کره جنوبی و سنگاپور بهترین واکنش را نشان داده‌اند و چین نیز باوجود اشتباهات اولیه، به‌خوبی موفق شده است. واکنش دولتها در اروپا و ایالاتمتحده بسیار تردیدآمیز بوده و احتمالاً قدرت برند غربی را تضعیف می‌کند.» اگرچه چین باوجود پرهزمنندی از اقتصادی برتر، انضطر سطح دانش و ارزش‌های مدرن بشری به‌ویژه آزادی، دموکراسی و حقوق بشر، در جایگاهی نیست که بتواند موقعیت خود را در رهبری جهانی تثبیت کند. جز این‌که در جهان پسا کرونایی جایگاه امنیت و آزادی، چنان جایجا شود که مزیت نسبی چنین ارزش‌هایی از بین برود. اتحادیه اروپا بیش از هر زمان، در معرض واگرایی قرار دارد. اقدام دولت‌های اروپایی در ستن مرزها در مواجهه با اپیدمی، چشم‌انداز همکاری را تیره کرد. از سوی دیگر افزایش شدید آمار مبتلایان و کشته‌شدگان در برخی کشورها مانند ایتالیا و اسپانیا، ناتوانی مالی آن‌ها را تشدید و به‌بدگمانی درباره کوشش برای احیای پرور در راستای تأمین بدهی‌های این کشورها، دامن زد. این بدگمانی که از سوی هلند طرح شد، تنش بین شمال و جنوب اتحادیه اروپا را بیشتر کرد. این تنش به‌ویژه زمانی شدت یافت که مأمورین گمرک آلمان، ارسال بسته‌ای بزرگ از ماسک به ایتالیا را متوقف کردند. درست در همین زمان کامیون‌های روسی که دارای تجهیزات امدادی بودند در خیابان‌های رم عبور کردند و میلیون‌ها ماسک از چین ارسال شدند. «جوزپ بورل»، رئیس امور خارجه اتحادیه اروپا، با خوشبینی می‌گوید: «بعد از اولین هر حله واگرایی تصمیم‌ملى، اکنون وارد مرحله‌ای از همگرایی می‌شویم. جهان در ابتدا با روشی ناهمگن با بحران روبرو شد، بسیاری از کشورها علامت هشداردهنده را نادیده می‌گرفتند و به‌تنبهائی می‌فتند. اکنون مسیرى است که نتهارا، خروج از آن باهم است.» باوجوداین گفتن اتحادیه اروپا اینکه با دشواری جدی در مورد چگونگی تأمین بودجه نجات اقتصادی این اتحادیه روبرو است. کشورهای عضو اتحادیه با کاهش بی‌سابقه نرخ رشد اقتصادی روبرو شده‌اند. برای مثال فرانسه در معرض رشد منفی ۸ درصد قرار دارد. این بحران، همچنین ازمونی جدی برای ادعاهای رفیع دولت‌های دموکراتیک و اقتدارگرا برای مدیریت بهتر بحران‌های شدید اجتماعی است. جهان بار دیگر به شکلی جدی شاهد رویارویی آزادی و امنیت است. فقدان آزادی اگرنگردد که این رویارویی به نفع اقتدارگرایان به پایان برسد. «اسلاوی ژبیک» فیلسوف چپ‌گرای اسلونیایی از ظهور «بربریتی جدید با چهره انسانی» اظهار نگرانی کرده است؛ «اقدامات باقی‌به‌چهره که با تأسف و حتی همدلی اجرامی شوند، اما با عقاید کارشناسانه قانونی می‌شوند.» چنین تلاش می‌کند دولت پلیس دیجیتالی خود را به‌عنوان الگویی از موفقیت در برابر پاندمی بفروشد. چنین برتری سیستم خود را به افتخار نشان می‌دهد تا رآی هنگ‌دانگ غربی را به ترجیح امنیت بر آزادی متقاعد کند.

دیپلمات‌های جوان چینی، برای اثبات برتری کشورشان به رسانه‌های اجتماعی رفته‌اند تا تأثیرات تصمیر بر افکار عمومی بزدانند و چهره‌ای نجات‌بخش از چین ارائه‌دهند. «میش دولکوس»، سفیر پیشین فرانسه در سوریه ، چین را به «تلاش بی‌شرمانه» برای نشان دادن پیروزی این کشور در برابر ویروس ابرام ا رتقا، سیستم سیاسی» خود متهم کرد. "فرانسسین فوکوئوما" می‌گوید: «خط اصلی تقسیم‌کننده در پاسخ‌مؤثر به بحران، استبداد را در یک‌طرف و دموکراسی را در طرف دیگر قرار نمی‌دهد. عامل مهم تعیین‌کننده عملکرد، نوع رژیم نخواهد بود بلکه ظرفیت دولت و مهتر از همه اعتماد به دولت است.»

وی بر همین اساس از آلمان و کره جنوبی تمجید کرده است. سومین تغییر در سیاست جهانی را می‌توان بازیابی اهمیت ناسیونالیسم دانست. گویا کرونا و جناح راست کشورهای غربی در این موضوع همدستان شده‌اند. در سال‌های اخیر ناسیونالیسم جان تازه گرفته‌است. خروج بریتانیا از اتحادیه اروپا، شعار ترامپ مبنی بر بازگرداندن آزادی‌مزمونی آمریکا، ناسیونالیسم چینی و روسی همگی نیروهای گریز از مرکزی بودند که به نظر می‌رسد، سونامی کرونا آن‌ها را تقویت کرده است.

دانشیار علوم سیاسی دانشگاه مفید قم



سیدرضا کریمی*

یادداشت

به‌مناسبت درگذشت آیت‌الله امینی؛

ساده زیست و خوشنام

خبر درگذشت عالم وارسته و مجاهد نستوه، حضرت آیت‌الله ابراهیم امینی، بسیار تلخ و دلخراش بود.
این آیت‌الله امینی، روحانی کوشا و سختکوشی بود که هیچ گاه لحظه‌ای از عمر پربخت خود را به بی‌تالت سپری نکرد. او علی‌الغوم مشغول به تحصیل، خدمت به مردم و تبلیغ در راه اسلام بود.
مرحوم از یاوران صدیق و ثابت‌قدم امام و رهبری بودند که عمر پربخت خود را صرف دفاع از آموزه‌های اصیل اسلام ناب محمدی (ص) و از آمان‌های امام(ره) کردند.
مرحوم ابی‌الله امینی، فردی منسلح و اصلاح‌گرم بودند که برای حل و کاهش اختلافات در کشور تلاش می‌کرد و همواره مقبول جامعه و محبوب مردم و سیاست‌پون بود. هیچ گاه در سیمای و کردار ایشان، کبر و غروری مشاهده نشد.
برای ایشان و زوهای اصلاح‌طلب و اصولگرا تعریف خاصی نداشت و هرکسی را که به اسلام و انقلاب، مقام معظم رهبری و قانون اساسی تعهد داشتند و برای آبادی کشور تلاش می‌کرد، مورد تأیید و حمایت ایشان هم بودند. آیت‌الله امینی، فردی متواضع، ساده زیستی بود که خوشنام زیست و خوشنام از دین رفت.

اخبار

۱۲۸ استاد دانشگاه خطاب به صداسویما:

زمینه استفاده ملی از فرکانس رافراهم کنید

۱۲۸ استاد دانشگاه در نامه‌ای به ریاست سازمان صدا و سیما و از خواستند ترتیبی اتخاذ کنند تا زمینه لازم برای استفاده بهینه از منابع طیف فرکانسی به‌عنوان منابع کمپاب از انقلاب در پی پیش گرفت. به گزارش وزارت کشور، عبدالرضا رحمانی فضلی وزیر کشور در پیامی با تسلیت درگذشت آیت‌الله ابراهیم امینی ایشان به عنوان فقیه مجاهدی یاد کرد که به دلیل در وادی افراط و تفریط نبیند، خالصانه و با روشن بینی مسیر حمایت از انقلاب را در پیش گرفت. به گزارش وزارت کشور، عبدالرضا رحمانی فضلی وزیر کشور در پیامی با تسلیت درگذشت آیت‌الله ابراهیم امینی ایشان به عنوان فقیه مجاهدی یاد کرد که به دلیل در وادی افراط و تفریط نبیند، خالصانه و با روشن بینی، مسیر حمایت از انقلاب اسلامی و خدمت به آن را در طول عمر بابرکت خویش در پیش گرفته بود.

وزیر کشور:

آیت الله امینی هرگز در وادی افراط و تفریط نیفتاد

وزیر کشور در پیامی با تسلیت درگذشت آیت الله امینی از وی به عنوان فقیه مجاهدی یاد کرد که به آنکه در وادی افراط و تفریط نبیند، خالصانه و با روشن بینی مسیر حمایت از انقلاب را در پیش گرفت. به گزارش وزارت کشور، عبدالرضا رحمانی فضلی وزیر کشور در پیامی با تسلیت درگذشت آیت‌الله ابراهیم امینی ایشان به عنوان فقیه مجاهدی یاد کرد که به دلیل در وادی افراط و تفریط نبیند، خالصانه و با روشن بینی، مسیر حمایت از انقلاب اسلامی و خدمت به آن را در طول عمر بابرکت خویش در پیش گرفته بود.



رئیس جمهوری گفت: به‌رغم آنکه در مسیر کنترل بیماری قرار داریم، اما اگر چنانچه سطح هشدارها و هوشیاری مردم کاهش یابد، خدای ناکرده ممکن است بیماری اوج بگیرد در این شرایط ناگزیر به احیاء مجدد محدودیت‌هایشیم که البته امیدواریم مردم عزیز کماکان هشدارها را جدی بگیرند و جز برای امور ضروری زندگی از منزل خارج نشوند.

حجت‌الاسلام والمسلمین حسن روحانی روز شنبه در جلسه رسوای کمیته‌های تخصصی ستاد ملی مقابله با کرونا، با قدرانی از همراهی مراجع عظام تقلید، علما و روحانیت در مسیر مقابله و کنترل بیماری کرونا، گفت: دقیقاً حساسیت‌ها و دغدغه‌های مراجع عظام، علما و روحانیت معظم طی مدت کنترل بیماری برای مراقبت از جان و سلامتی مردم به موازات و به همان میزان حساسیت و دغدغه مسئولین بهداشت و درمان بوده است که این موضوع بسیار حائز اهمیت است و کار دارد از همکاری و همراهی تمامی مراجع، علما، روحانیت، ائمه جمعه متولیان هیأت‌های مذهبی تشکر و سپاسگزاری کنم.

رئیس جمهوری در ادامه با اشاره به گزارش وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی درباره دستبستگی به وضعیت رضایت‌بخش نسبی در مقابله با شیوع بیماری کرونا، همکاری و همراهی مردم را در رعایت پروتکل‌های بهداشتی مایه مباحثه دانست و اظهار داشت: اگر همکاری مردم در کنار تمهیدات اتخاذ شده، همچنین نتایج مداوم پیدا کند، تا اندازه‌ای می‌توانیم نسبت به قطع زنجیره شیوع این بیماری امیدوار باشیم.

روحانی با اشاره به گزارش‌ها از تمهیدات اتخاذ شده، گفت: اقدامات و تمهیدات انجام‌شده از جمله افزایش مراکز آزمایشگاهی و تسریع در ارائه نتایج آن در زمان‌های کوتاه‌تر و همچنین تلاش کادر درمانی کشور و مراقبت‌های آنان از بیماران، باعث‌شده افراد زیادی بتوانند در کوتاه‌ترین زمان درمان شوند.

♦ شرایط باز فعالیت مراکز مذهبی

رئیس جمهوری اظهار داشت: با مدیریت هماهنگ میان همه بخش‌ها و دستگاه‌ها و حضور به‌یگانم در استان‌ها و شهرستان‌های الهوده و اعمال مراقبت‌های ویژه و ایجاد محدودیت‌ها در آنها، از اوج‌گیری بیماری جلوگیری و سریع‌ا وضعیت در این استان‌ها و شهرستان‌ها به‌سبب مثبت هدایت‌های

روحانی تصریح کرد: اقدامات انجام شده و ارزیابی‌ها نشان می‌دهد که به‌رغم آنکه در مسیر کنترل بیماری قرار داریم، اما اگر چنانچه سطح هشدارها و هوشیاری مردم کاهش یابد، خدای ناکرده ممکن است بیماری اوج بگیرد و در این شرایط ناگزیر به احیاء مجدد محدودیت‌ها باشیم که البته امیدواریم مردم عزیز کماکان هشدارها را

در جلسه‌ی رسوای کمیته‌های تخصصی ستاد ملی مقابله با کرونا مطرح شد:

روحانی: مردم همچنان هشدارها را جدی بگیرند

جدی بگیرند و جز برای امور ضروری زندگی از منزل خارج نشوند و به مسئولان در کنترل بیماری تارسیدن به یک وضعیت با ثبات و قابل اطمینان کمک کنند، رئیس جمهوری تأکید کرد: بدون تردید مسیر مقابله و کنترل این بیماری را بدون همراهی مردم نمی‌توان طی کرد.

روحانی گفت: در عین حال براساس گزارش‌های ارائه شده، کمیته‌های ستاد ملی موظف شدند که روند آغاز فعالیت در هر شهرستان و استان را با بررسی آمارها و شاخص‌های شیوع بیماری و وضعیت کنترل آن با رعایت شرایط خاص و پروتکل‌های مشخص، اعلام کنند و البته این موضوع بستگی تام و تمام به میزان ابتلا، بستری و فوتی‌های هر استانی دارد. وی گفت: از آنجا که مسئولین کادر درمانی و مراجع عظام و روحانیت معظم کشور دغدغه متقابل حفظ جان و سلامت مردم و در عین حال برقراری یک وضعیت قابل تحمل برای با فعالیت مراکز مذهبی را در اندیشه می‌توان امیدوار بود که در شرایط بهبود شاخص‌های کنترل بیماری، مراکز مذهبی کشور با تعیین شرایط و دستورالعمل‌های لازم باشند.

♦ ویروس کرونا سبک زندگی را تغییر داده است

رئیس جمهوری همچنین عصر شنبه در نشست با فعالان بخش خصوصی اقتصاد کشور با بیان آنکه ویروس کرونا سبک زندگی را تغییریه داده است، گفت: همه مناسبات اجتماعی و برنامه‌های زندگی بر مبنای جمع شدن است اما کرونا بر عکس آن را فاصله گرفتن از یکدیگر را به وجود آورده است.

حجت‌الاسلام والمسلمین حسن روحانی افزود: در بسیاری از جاهای دنیا فقط یک مشکل کرونا وجود دارد اما یک مشکل اضافه‌تر مانند تحریم داریم. روحانی بیان کرد: آنچه در این آزمایش تاریخی که همه دولتها با آن مواجه شده است که چگونه کشور را اداره کنند و چگونه سلامت مردم خود را حفظ کنند، رئیس جمهور گفت: ابتدای شیوع ویروس کرونا در بسیاری از اقلام نیازمند بودیم و حتی پرستاران و کادر پزشکی امکانات لازم را نداشتند، اما امروز به صابر کننده برخی اقلام و تجهیزات در این رازه تبدیل شده ایم. روحانی افزود: در حادثه‌ای که از بابت شیوع کرونا اتفاق افتاد و در شرایطی که مردم سختی مضاعفی را تحمل کردند، همه اعم از مردم، کارآفرینان، شرکت‌های دانش بنیان، نیروهای مسلح، نهادهای غیردولتی و بخش خصوصی به میدان آمدند و مردم ما با فداکاری در این زمینه موفق عمل کردند.

رئیس جمهور گفت: همه اکنون تجهیزات به اندازه کافی به پزشک و پرستار می‌رسد، در حالی که روز نخست چنین نبود و برخی از روحانی افزود: امروز بخش بزرگی از بیماران که وارد بیمارستان‌ها می‌شوند به سلامت از آنجا خارج می‌شوند و این نشان می‌دهد که در بخش بهداشت کشور، ضد عفونی کردن و تأمین نیازهای مردم به‌ویژه در این دوامه کار بزرگی انجام گرفته‌است.

روحانی در تماس تلفنی امیر قطر مطرح شد؛ تحکیم امریکایی‌ها را با قدرت بر نظر داریم

حجت‌الاسلام والمسلمین «حسن روحانی» همچنین روز شنبه در تماس تلفنی «شیخ تمیم بن حمد آل ثانی» امیر قطر با وی، ضمن تبریک فرارسیدن حلول ماه مبارک رمضان به دولت و ملت مسلمان قطر و همه مسلمانان جهان، ابراز امیدواری کرد که این ماه برای امت اسلام برکات و خیرات فراوانی به همراه داشته باشد.

رئیس جمهور و امیر قطر روابط و همکاری‌های تهران – دوحه را مثبت و رو به توسعه ارزیابی و بر ضرورت تقویت و تحکیم همه‌جانبه مناسبات دو کشور تأکید کردند.

روحانی با اشاره به تحركات اخیر آمریکا در منطقه گفت: جمهوری اسلامی ایران فعالیت و تحركات امریکایی‌ها را با قدرت بر نظر داشته و آن را دنبال می‌کند اما هرگز آغازگر هیچ درگیری و تنش در منطقه نخواهد بود.

«شیخ تمیم بن حمد آل ثانی» نیز در این گفت‌وگو تلفنی با تبریک فرارسیدن ماه مبارک رمضان به دولت و ملت ایران، بر ضرورت تلاش همه کشورها برای جلوگیری از تنش افزینی در منطقه تأکید کرد.

مدیر حوزه‌های علمیه در نامه‌ای به وزیر ارتباطات:

زیر ساخت های شبکه ملی اطلاعات توسعه یابد

عضو فقهای شورای نگهبان اضافه کرده است: در این میان فضای مجازی به‌عنوان بزرگ‌ترین فرصت‌پیش‌روی جامعه انسانی است و به‌ویژه مردم و مسئولان کشور، در کنار ظرفیت‌هایی که ایجاد نموده با کاستی‌ها و نقص‌هایی نیز روبروست که ضروری است رفع شود. وی ادامه داد: است و در چنین وضعیتی، ضرورت و اهمیت «قوی‌تر شدن» در فضای مجازی که از توصیه‌های ارزشمند مقام معظم رهبری است، بیش از پیش نمایان می‌شود برای این کار مهم‌ترین گام، «تکمیل و تقویت شبکه ملی اطلاعات» است که مطالبه قدیمی و مورد تأکید مکرر مقام معظم رهبری است و همواره مورد تأکید مراجع معظم تقلید و مطالبه حوزویان بوده است.

استاندار قم تأکید کرد؛

استفاده از ظرفیت جامعه المصطفی برای دیپلماسی فرهنگی

در مقابله با این بیماری قابل تقدیر است و اگر توفیقی در این راستا داشته‌ایم نتیجه تعامل و همکاری مردم و همه گروه‌های مرجع بوده است. وی با اشاره به خدمت درمانی برای اتباع گفت: خدمات درمانی مورد نیاز به اتباع خارجی مقیم هم، همسان با شهروندان قمی است و در این زمینه هیچ گونه تبعیضی صورت نگرفته است. استاندار بیان اظهار داشت: اتباع خارجی که پیش از شیوع کرونا در قم بودند با کشف این بیماری، در مراکز اقامتی قم ساماندهی شدند و روند اعزام آنها به کشورشان انجام شد.

♦ پیشرو بودن قم در زمینه فعالیت‌های خیر خواهانه

وی در بخش دیگری از سخنان خود خسارت مالی به برخی اصناف و کسبه استان قم را مورد توجه قرار داد و تصریح کرد: در این راستا طرح موسسات و همدلی و کمک مؤمنانه در قم به خوبی در حال انجام است.

استاندار قم افزود: ظرفیت‌های مختلف استان قم از جمله خیرین، هلال احمر و مردم به خوبی در این زمینه فعال شده‌اند و از سایر استان‌ها موفق‌تر عمل می‌کنیم. گفتنی است، ابتدای این جلسه چشم‌انداز عباسی رئیس جامعه المصطفی با اشاره به مدیریت بسیار خوب بیماری کرونا در سطح کشور و استان قم، این توفیق را نتیجه هماهنگی همه بخش‌ها و دانست و ا مدیریت استان قم در کسب این موفقیت نیز قدر دانی کرد.

امیر ابادی نماینده مردم قم:

خدمات مردم قم در مبارزه با کرونا باید در تاریخ ثبت شود

و باید تجهیزات به‌روزی نیز داشته باشد که در مجلس این موضوع را نیز دنبال خواهیم کرد.

رئیس اندیشه‌گاه علوم پزشکی قم:

زمان پایان ویروس کرونا معلوم نیست

رئیس اندیشه‌گاه علوم پزشکی قم گفت: هنوز مشخص نیست که تا پایان ویروس کرونا به پایان می‌رسد یا باید به فکر تغییر شیوه زندگی مردم و توانمندسازی آنها بود. وی با اشاره به اقدامات انجام‌داده که در تاریخ ماندگار وی بیان کرد: نسبت به گذشته وضعیت استان بهتر است اما نکته قابل‌توجه اینکه نباید فراموش کنیم که کرونا همچنان وجود دارد و باید مسائل بهداشتی و دستورالعمل‌ها رعایت‌شود. نماینده مردم قم در مجلس شورای اسلامی اظهار داشت: بودجه‌ا احداث دانشکده پزشکی برای سال جاری دیده شده است و کار باید ادامه یابد تا بتوانیم ا‌مسال شاهد آغاز به کار این مجموعه باشیم.

♦ تجهیزات اورژانس قم باید به روز شود

وی اضافه کرد: در خصوص بیمارستان حضرت زهرا(س) قم نیز نگاه به‌مورد قبول بنیاد برکت قرار گرفته و باید هر چه سریع‌تر آن مجموعه تخریب و مجدداً بازسازی شود تا در اختیار مردم قرار گیرد. وی در پایان گفت: قم در محور مواصلاتی استان‌های دیگر دارد و از این رو اورژانس نیز روبرو با چالش‌ها دارد

یکشنبه –هفتم اردیبهشت ماه ۱۳۹۹ –
سال بیست و سوم – شماره ۵۰۲۱

اخبار

معاون کل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی:

مردم برای اهدای خون مراجعه کنند

معاون کل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: در اواخر اسفند ماه در تأمین خون با بحران مواجه شدیم و با اقدامات رسانه‌ها از این بحران خارج شدیم، اعمال جراحی در بیمارستان‌ها آغاز شده و به خون نیاز داریم و مردم نباید اهدای خون را فراموش کنند. از بیمارانی که بیماری سبک کرونا داشته‌اند نیز خواهش می‌کنیم برای اهدای پلاسما مراجعه کنند.

برج حریرچی روز شنبه در نشست خبری ویدئو کنفرانس که از وزارت بهداشت برگزار شد، افزود: این دستوراد نتیجه اقدامات مناسب دولت و مردم است. در این شرایط که باگزاشایی‌ها و کاهش فاصله گذاری اجتماعی به صورت هوشمند و تدریجی انجام می‌شود، هرگونه غفلتی می‌تواند عوارض جبران ناپذیری شدیدی داشته‌باشد. تا کشف دارو و واکسن، در اکثر کشورها، جهان خود دو تا سه فلجیان بیماری دیگر در یک سال و چند ماه آینده خواهیم داشت. هرگونه غلت فردی، هم فرد و هم خانواده او را در معرض ابتلای شدید مرگ و میر قرار می‌دهد و تعداد غفلت‌ها ممکن است فاجعه‌هایی ایجاد کند. بنابراین از مردم می‌خواهیم به شعار در خانه بمانیم و پرهیز از تردهای غیرضروری وفادار باشند و این سرنبلندی‌ها در کشور را کماکان ادامه بدهند.

♦ کاهش مراجعه به مراکز درمانی

وی بیان کرد: قبل از موضوع کرونا، به‌طور متوسط روزانه دو میلیون و ۳۵۰ هزار بار مردم به سیستم بهداشتی و درمانی دولتی و خصوصی مراجعه می‌کردند. در دو ماه اخیر این موضوع به طرز قابل توجهی کاهش یافته است، سالانه نزدیک به ۱۵ میلیون بار واکسن به کودکان و افراد بالغ تزریق می‌شد و هرگونه کاهش واکسن‌بیس عوارض جبران ناپذیری در انواع بیماری‌ها مثل دیفتری، کزاز، خواهد داشت.

حریرچی ادامه داد: سالانه حدود یک میلیون و چند صد هزار حاکملگی داریم. سال گذشته یک میلیون و ۲۰۰ هزار بار داری موفق و به‌دینا آملن نژاد داشتیم که امیدواریم امسال بیشتر باشد. مادران باردار نیاز به مراقبت دارند و حتما برای مراقبت‌های خود مراجعه کنند تا دچار انواع عوارض حاملگی نشوند. همین‌طور تقاضای ما این است که مراجعه کودکان نیز پنج سال نیز انجام‌شود. بیمارستان‌های خاص ما و برخی مراکز بهداشتی و درمانی درگیر کرونا بوده‌اند که در این مراکز هم اقدام حفاظتی مناسب انجام می‌شود و سایر مراکز خدمت‌رسانی به بیماران کرونایی ندارند.

♦ کاهش ۷۰ درصدی مرگ بر اثر کرونا در کشور

معاون کل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: نسبت به زمان اوج بیماری کرونا در کشور، بیش از ۷۰ درصد موارد مرگ بر اثر این ویروس کاهش یافته‌و در اکثر استان‌ها روند نزولی بیماری از صورت قابل توجهی مشاهده می‌شود. وی افزود: در اظهاراتی که توسط مسئولان مختلف بیان می‌شود، تناقضی وجود ندارد و روند نزولی در اکثر استان‌ها در پذیرش بیماران بستری و کاهش مرگ و میر وجود دارد. نکته مهم این است که حدود ۳۰۰ بیمار که در تهران بستری می‌شوند، هشدار دهنده است، تعداد بیماران بستری در آی سی یو هنوز هشدار دهنده است. با این‌که مرگ و میر در مجموعه استان‌ها به‌ر ۱۰۰ مورد کاهش یافته، اما حتی یک مرگ هم هشدار دهنده است. ۹۰۰ مورد مرگ در کشور یا ۳۰۰ مورد بستری در استان تهران یا هزار بستری جدید در کل کشور، رقم نیست و هر کدام عزیزان یک خانواده هستند و به این دلیل مجبوریم هشدار بدیم و در عین حال مردم را آگاه کنیم.

♦ هنوز دارویی برای کرونا ساخته نشده‌است

حریرچی اظهار کرد: هنوز هیچ داروی اختصاصی برای بیماری کووید ۱۹ ساخته نشده است. اکثر داروهای ضد ویروسی که تجویز می‌شوند یا اثر کم و متوسط داشته یا بی اثر هستند. تجویز هر نوع دارو خارج از فهرست دارو و راهنماهای بالینی صحیح نیست و بیمارستان بیمار را دچار سردرگمی و مشکل می‌کند. مسئولان وزارت بهداشت ضمن درک احساسات افرادی که بیمار بدحال کرونایی دارند و می‌خواهند از کوچک‌ترین احتمالات برای نجات جان بیماران استفاده کنند، درخواست می‌کنند به وزارت بهداشت اعتماد کرده و اجازه بدهند بیماران با اصول صحیح درمان شوند.

کرونا را سیاسی نکنید

معاون وزیر بهداشت در پاسخ به سوالات درباره سیاسی کردن موضوع کرونا در برخی اظهار نظرها گفت: الان در رجنه همه جانبه با ویروس کرونا هستیم، واقعیت این‌ست که مدیران بهداشت در میان پزشکان و پرستاران و بهوزران و سلامت‌مسلمان‌سیر کرده‌اند و در حال جنگ با کرونا هستند. هرگونه تحریک حتی در حد یک ضربه کوچک می‌تواند باعث پرت کردن حواس مدیران و کادر بهداشت و درمان شود. سیاست در جای خود مقدس است و باید به صورت مداخت محدود شود. موضوع سلامت به عنوان موردی که بخواه‌د از آن برای حمله به جناح یا دولت استفاده شود، نباید اتفاق بیفتد. وی ادامه داد: عملکردی که مجموعه نظام سلامت داشته نباید انتقاداتی به همراه داشته باشد، ولی باید با سایر کشورها مقایسه کنیم و ببینیم ایران چقدر موفق بوده و این پیروزی‌ها و شیشنی‌ها را در کم مردم تلخ نکنیم.

سخنگوی ستاد مقابله با کرونا وزارت بهداشت:

جان باختگان کرونا در کشور به ۵۶۵۰ نفر رسید

رئیس مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت اعلام کرد: تاکنون ۸۹ هزار و ۲۲۸ نفر در کشور به طور قطعی به ویروس کرونا مبتلا شده و با فوت ۷۶ نفر در ۲۴ ساعت گذشته، تعداد جان باختگان کرونا در کشور به ۵۶۵۰ نفر رسید. کیانوش جهانپور روز شنبه درباره آخرین آمار ابتلای قطعی به ویروس کرونا در کشور موارد فوت ناشی از آن بیان کرد: از دیروز تا امروز ۶۰ اردیبهشت ۱۳۹۹ – و بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی ۱۱۴۴ بیمار جدید مبتلا به کووید ۱۹ در کشور شناسایی شد و مجموع بیماران کووید ۱۹ در کشور به ۸۹ هزار و ۳۲۸ نفر رسید.

از دست دادند و مجموع جان باختگان این بیماری به ۵۶۵۰ نفر رسید. جهانپور گفت: خوشبختانه تا کنون ۶۸ هزار و ۱۹۲ نفر از بیماران، بهبود یافته و ترخیص شده‌ اند. البته ۲۰۹۶ نفر از بیماران مبتلا به کووید ۱۹ در وضعیت شدید این بیماری تحت مراقبت قرار دارند.

وی بیان کرد: تاکنون ۴۱ هزار ۷۵ آزمایش تشخیصی کووید ۱۹ در کشور انجام شده است. سخنگوی ستاد مقابله با کرونا وزارت بهداشت اظهار کرد: تعداد موارد سرپایی ا رجاعی از مراکز جامع سلامت ما بیشتر از مراجعه بیمارستانی است که اتفاق مثبتی محسوب می‌شود. وی بیان کرد: روند کاهشی موارد فوت ناشی از کرونا هم ادامه دارد.

اگر چه بیماری در مرحله مدیریت شده قرار دارد، اما برای ادامه این روند در روزهای آتی، باید نکات بهداشت فردی و عمومی رعایت شده و از تردهای غیرضروری جلوگیری کرد. جهانپور گفت: در تهران در کشور گذشته، آمار ابتلای جدید فراتر از تناسب جمعیتی بود، اما در ۲۴ ساعت گذشته وضعیت ابتلا در تهران هم متناسب با جمعیت است. البته با داده‌های یک روز نمی‌توان قضاوت کرد.

رئیس پیشین شورای ائمه جمعه:

باز شدن مساجد، باید با نظر ستاد مقابله با کرونا باشد

رئیس پیشین شورای سیاست‌گذاری ائمه جمعه درباره درخواست باز شدن مساجد از سوی سختگویی قوه قضائیه، می‌گوید: اگر باز شدن مساجد به سلامت عمومی جامعه لطمه وارد می‌کنند، باید همچنان تعطیل بمانند.

حجت‌الاسلام سید رضا تقوی، نماینده منتخب دوره یازدهم مجلس شورای اسلامی و رئیس پیشین شورای سیاست‌گذاری ائمه جمعه درباره اینکه سختگویی قوه قضائیه در خواست کرده تا مساجد در ماه رمضان دوباره شروع به فعالیت کنند، می‌گوید: در مرحله اول با توجه به نظر همه مسئولان و مقام‌معظم رهبری و حق، سلامت مردم باید از همه چیز مهتر باشد و نباید فعالیت‌هایی که به سلامت جامعه لطمه وارد می‌شود، انجام‌شود.

تقوی همچنین در گفت‌وگو با ایرنا پاسخ بیان می‌کند: اگر مشکلی پیش آمد، باید راه‌هایی را پیدا کنیم که کمترین مشکل را ایجاد کند، مانند راه‌حلی که برای مشاغل مردم پیدا شد، فاصله‌گذاری اجتماعی و رعایت پروتکل‌های بهداشتی. برای مساجد و اجتماعات دینی هم شاید بتوان راه‌هایی پیدا کرد. بالاخره باید به دنبال طرح‌ها و ایده‌های جدید باشیم.

رئیس پیشین شورای سیاست‌گذاری ائمه جمعه در پاسخ به این پرسش که اگر نظر متخصصان این است که باز شدن مساجد به سلامت عمومی جامعه لطمه وارد می‌کند نباید مساجد باز شوند، توضیح می‌دهد: بله، اگر نظر متخصصان این است نباید باز شود.

او همچنین تأکید می‌کند: مساجد و نمازهای جماعت با نظر ستاد مقابله با کرونا تعطیل شدند و با نظر همین ستاد هم باید باز شوند. قوه قضائیه هم بر این حسب که یک مسلمانی است و احساس نیاز کرده در این باره صحبت کردند.

کنترل علائم کووید ۱۹ خفیف در منزل

چگونگی درمان فرد مبتلا به ویروس کرونا در خانه



ویروس کرونا (COVID-۱۹) ترسناک به نظر می‌رسد و برای عده‌ای از افراد واقعاً هم ترسناک است؛ اما بیشتر افراد به احتمال زیاد دچار موارد خفیف کرونا خواهند شد.

در این مطلب به آنچه لازم است در مورد درمان گرونی خفیف در خانه بدانید به شما می‌گویم.

اگر دچار کرونا شده اید اول و از همه مهم‌تر این که در خانه بمانید؛ این توصیه حتی شامل حال زمانی که کرونا مثبت نیستید؛ اما علائم آن را دارید نیز می‌شود. حتی المقدور در اتاقی که سرویس بهداشتی دارد بمانید و از سایر اعضای خانواده دور باشید.

اگر مجبورید از سرویس بهداشتی مشترک با بقیه استفاده کنید، باید بعد از هر بار استفاده آن را کاملاً تمیز و ضدعفونی کنید. هیچ‌کسی را ملاقات نکنید و اگر مجبورید کسی را ببینید، حتماً ماسک بزنید، سایر اعضای خانواده‌تان نیز باید تمام نکات بهداشتی و مراقبتی را به طور کامل رعایت کنند تا دچار ویروس نشوند:

• دست‌ها را به طور مرتب بشوید. داخل دستمال سرفه کرده و فوراً آن را در کیسه زباله یا لایتنیکی در سطل درب‌دار بیندازید. سطوحی را که مکرراً لمس می‌شوند به‌طور مرتب و هر چند بار در روز که لازم است تمیز کنید. از هیچ وسیله‌ی مشترکی استفاده نکنید، مثلاً ظروف یا رختخواب. لباس‌ها و ملافه‌ها را به درستی و مکرراً بشوید

• همچنین باید از تماس با حیوانات خانگی اجتناب کنید. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها توصیه می‌کند تا زمانی‌که ناشناخته‌هایی در مورد ویروس کرونا و حیوانات وجود دارد، از تماس با آن‌ها خودداری کنید.

اگر علائمتان شدت گرفتند یا پزشک با مرکز درمانی تماس بگیرد تا بداند آیا لازم است به بیمارستان مراجعه کنید یا خیر، برخی از این علائم شامل موارد زیر می‌شوند:

- مشکل در تنفس
- درد مداوم یا احساس فشار در سینه.
- احساس سرگیجه یا منگی که قبلاً نداشته‌اید.
- کبود شدن لب‌ها یا صورت

بدون قند). نوشیدنی‌های کافئین‌دار توصیه نمی‌شوند. استراحت کنید؛ بدن شما برای مبارزه با ویروس‌ها نیاز به انرژی دارد. فقط استراحت کنید و اجازه دهید بدنتان کارش را انجام دهد.

♦ برای سرفه

در طول روز مایعات بنوشید: نوشیدن مایعات نه تنها گلو و حلق‌تان را مرطوب و نرم نگه می‌دارد بلکه بدنتان را نیز هیدراته نگه می‌دارد.

نوشیدنی‌های گرم بنوشید مانند چای، دمنوش و سوپ مرغ: مایعات گرم، راه‌های هوایی‌تان را گرم می‌کنند و سبب شل شدن موکوس، غشای حلق و راه‌های تنفسی فوقانی می‌شوند.

یک قاشق مرباخوری عسل با چای گرم یا آب داغ را امتحان کنید: کمی عسل می‌تواند گلودرد را تسکین دهد اما به پیچه‌های زیر یک سال نباید عسل بدهید.

بخور دهید: دوش آب داغ بگیرید. از دستگاه بخور استفاده کنید یا به هر صورت دیگری بخار آب داغ تنفس کنید. این کار باعث تسکین گلودرد شده و راه‌های هوایی را باز می‌کند تا راحت‌تر نفس بکشید. **آبنمک غرغره کنید:** هر چند هنوز از نظر علمی ثابت نشده که غرغره کردن آبنمک کمکی به کنترل علائم کرونا بکند اما خیلی از افراد ادعا می‌کنند گلودردشان با این راهکار تسکین می‌یابد. به هر حال امتحان کردن آن ضرری ندارد. بدین منظور یک قاشق چای‌خوری نمک را در یک لیوان آب جوشیده ولرم حل کنید. بعد از غرغره کردن، روشویی را ضدعفونی کنید.

یک تکه یخ بمکید: اگر گلویتان در اثر سرفه دردناک شده سرما ممکن است مایه‌ی حسی به کاشی و تسکین موقت گلودردتان کمک کند.

قرص یا آبنبات سرفه‌بمکید: این راهکارها نیز دهان و گلویتان را مرطوب نگه می‌دارند و سرفه‌هایتان را کم می‌کنند.

داروی سرفه را امتحان کنید: اگر سرفه‌هایتان خلط دار است می‌توانید شربت اکسپکتورانت بخورید تا ترشحات‌تان رقیق شود. اگر سرفه‌های خشک دارید، شربت ضدسرفه چیزی است که نیاز دارید اما نوع مناسب آن را انتخاب کنید.

برای درد، استامینوفن مصرف کنید: گاهی سرفه‌های زیاد، دردناک می‌شوند. یک داروی مسکن مانند استامینوفن می‌تواند چنین

♦ برای تنگی نفس

آرام نفس بکشید: کمتر کردن ریتم تنفس می‌تواند به شما کمک کند دوباره درست تنفس کردن را شروع کنید.

یکی از تکنیک‌های ریلکسیشن یا مدیتیشن را امتحان کنید: این تکنیک‌ها با منظم و آرام کردن ریتم تنفس کمکتان می‌کنند بدنتان را آرام کنید. ضمناً داشتن تنگی نفس ممکن است سبب اضطراب‌تان شود اما با کمک تکنیک‌های ریلکسیشن می‌توانید اضطراب را از خودتان دور کنید. اگر قبلاً پزشک برایتان اسپری استنشاقی تجویز کرده بود، ممکن است الان دوباره به آن نیاز داشته باشید؛ به احساسی که در سینه‌تان دارید توجه کنید و به یاد بیایید قبلاً پزشکتان بابت کدام علائم، اسپری استنشاقی تجویز کرده بود. از اسپری هیچ‌کس دیگر استفاده نکنید و فقط نوعی را مصرف کنید که برایتان تجویز شده بود. قسمت دهانی اسپری را بعد از مصرف ضدعفونی کنید.

♦ چند نکته

بیشتر افراد دچار علائم خفیف ویروس کرونا می‌شوند. درمانی برای این ویروس وجود ندارد اما راهکارهای ساده‌ای هستند که می‌توانند علائم را کنترل کنند.

– بیشتر افراد بعد از چند روز حالشان بهتر می‌شود و در عرض یک هفته بهبود پیدا می‌کنند؛ اما همچنان ممکن است ناقل باشند. بنابراین باید به مدت ۱۴ روز بعد از شروع اولین علائم، قرنطینه حفظ شود. – تب و سرفه و تنگی نفس را می‌توانید با راهکارهایی که در بالا گفتیم کنترل کنید تا زودتر حالتان خوب شود. زیاد آب بنوشید و استراحت کنید. – یادتان باشد از دیگران دور بمانید و به تمام پروتکل‌های بهداشتی و مراقبتی عمل نمایید تا ویروس را به عزیزانتان منتقل نکنید.

اینفوگرافه

◀ **روزه‌داری در مبتلایان به کبد چرب**

روزه‌داری در مبتلایان به کبد چرب

توصیه‌ها برای روزه‌داری سالم در مبتلایان به کبد چرب

	★		★		★	
مصرف جگر ، مغز ، کله‌پاچه ممنوع		تأمین پروتئین با ماهی و گوشت سفید		کاهش مواد نشاسته ای مانند برنج ، نان ، ماکارونی و ...		حذف چربی‌های اشباع مانند کره، خامه و ...
	★		★		★	
پرهیز از پرخوری در سحر و افطار		افزایش مصرف میوه و سبزیجات تازه		پیاپیاده‌روی سبک حدود دو ساعت بعد افطار		پرهیز از مصرف شیرینی جات مصنوعی

روزه گرفتن برای مبتلایان به کبد چرب مفید است، زیرا مهم‌ترین عامل بهبود این بیماری، کاهش وزن است. البته بیمارانی که دچار نوع شدید آن هستند باید با پزشک شان مشورت کنند.



توصیه‌ها و هشدارها

رئیس انجمن تغذیه ایران عنوان کرد؛

توصیه‌های غذایی به روز ه‌داران ایام کرونا

رئیس انستیتو تحقیقات تغذیه ای و صنایع غذایی کشور، گفت: روزه داری نه تنها عارضه‌ای در افراد سالم ایجاد نمی‌کند، بلکه سبب تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود.

جلال الدین میرزای رزاز، گفت: با توجه به مطالعات مبتنی بر شواهد متخصصان علوم پزشکی همگی معتقدند که نخوردن غذا به طور متناوب مانند روزه داری اسلامی نه تنها عارضه‌ای در افراد سالم ایجاد نمی‌کند، بلکه سبب تقویت سیستم ایمنی بدن و کاهش واکنش‌های التهابی می‌شود.

وی با اشاره به شرایط موجود جامعه و شیوع کووید ۱۹ در کشور، افزود: رمضان امسال با توجه به اپیدمی کرونا در کشور با همه رمضان‌هایی که تا کنون داشته‌ایم متفاوت است. اینکه امسال می‌توانیم روزه بگیریم یا نه، ذهن خیلی از هموطنان را به خود مشغول کرده است.

میرزای رزاز تصریح کرد: توجه به اینکه جمع کثیری از هموطنان هنوز در قرنطینه‌های خانگی به سر می‌برند شاید از این جهت که ساعات بیشتری را به استراحت می‌پردازند بتوانند توفیق بیشتری در کسب معنویت و نیز فواید روزه داری ببرند و عملاً چیزی که به نظرشان تهدید بوده را به فرصت تبدیل نمایند.

وی خاطرنشان کرد: رمضان فرصتی را فراهم می‌نماید که بتوان عادات غلط تغذیه‌ای که در قرنطینه‌های خانگی ایجاد شده بود را اصلاح نموده و با رعایت تنظیم انرژی دریافتی و میزان کالری مصرفی اضافه وزن‌زن‌های ایجاد شده و مشکلاتی نظیر کبد چرب، فشار خون، چربی بالای خون و تنظیم قند را کنترل نمود.

این استاد دانشگاه به کسانی که به کرونا مبتلا شده بودند حدود ۵ درصد بیشتر وزن خود را در این بیماری از دست داده‌اند توصیه کرد تا بازگشت وزن به شرایط قبل از بیماری نیاید روزه بگیرند.

وی تصریح کرد: افراد با بیماری‌های مزمنه‌ای حاد یا مزمن مواجه هستند که دارو می‌خورند می‌کنند نیز نباید روزه بگیرند. و افراد بالای ۶۵ سال نیز با مشورت پزشک در خصوص روزه داری باید تصمیم بگیرند.

این متخصص علوم تغذیه با اشاره به نقش تغذیه در پیشگیری از ابتلاء به کووید ۱۹، گفت: توصیه ما به همه روزه داران، رعایت تنوع و تعادل در برنامه غذایی و استفاده از همه ۵ گروه غذایی شامل گروه نان و غلات با تاکید بر غلات و نان‌های سبوس دار، انواع جوانه‌ها گروه میوه‌ها با تاکید بر مصرف انواع مختلف میوه‌ها، گروه سبزی‌ها با تاکید بر مصرف انواع آنیا با رنگهای متفاوت و به ویژه خانواده کلم، گروه گوشت‌ها با تاکید بر تخم مرغ، مرغ، ماهی، حبوبات و مغزها گروه شیر و لبنیات با تاکید بر مصرف لبنیات کم چرب در فاصله افطار تا سحر ضروری است.

وی به شهروندان توصیه کرد: مصرف غذا باید به صورت کاملاً یخته باشد. به خصوص در مورد گوشت‌ها، مرغ، ماکیان، ماهی‌ها و تخم مرغ که کاملاً و به خوبی پخته و طبع شده باشد.

رئیس انجمن تغذیه ایران در خصوص نقش و اهمیت ویتامین C، گفت: سبزیجات به دلیل داشتن آسیدوفلیک و ویتامین سی و بیش ساز ویتامین A به تقویت سیستم ایمنی کمک می‌کنند بنابراین تمام سبزیجات زرد، قرمز، نارنجی و سبزرنگ را حتماً به صورت کاملاً شسته و ضدعفونی شده در برنامه غذایی خود قرار دهید مصرف انواع مرکبات (پرتقال و نارنگی و لیمو ترش و نارنج) حاوی ویتامین C هستند که نقش مهمی در تقویت سیستم ایمنی دارند.

میرزای رزاز در ادامه از مردم خواست: از مصرف زیاد فست قودها، گوشت‌های فرآوری شده و غذاهای سرخ شده اجتناب کنند چرا که این مواد غذایی حاوی نمک زیاد، اسیدها، چرب ترانس و اشباع بوده و برای سلامتی و عملکرد سیستم ایمنی نامطلوب هستند.

وی در توصیه‌های خود به روزه داران، گفت: برای سحری خود یک وعده سبک میل نمایید. این امر به ویژه در مورد گروه‌های خاص مانند افراد مسن، نوجوانان، زنان باردار و مادران شیرده و همچنین کودکانی که روزه می‌گیرند صدق می‌کند. این وعده غذایی که یک وعده صبحانه سبک به حساب می‌آید شامل سبزیجات، یک وعده کربوهیدرات مانند نان تهیه شده از گندم کامل، مواد غذایی سرشار از پروتئین مانند لبنیات (پنیر یا نمک، ماست، شیر) و یک تخم مرغ می‌یاشد.

رئیس انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور، در خصوص ارتباط با روزه داری در ایام قرظینه، افزود: تغذیه خوب برای سلامتی و تقویت سیستم ایمنی لازم و ضروری است. بر اساس توصیه سازمان جهانی بهداشت از مواد غذایی تازه با ماندگاری زیاد استفاده کنید.

این متخصص علوم تغذیه خاطر نشان کرد: حداقل ۵ واحد یا ۴۰۰ گرم میوه و سبزی استفاده کنید مرکبات مثل پرتقال، نارنگی و گریپ فروت حاوی پیش ساز ویتامین A هستند حتماً در برنامه غذایی خود استفاده نمایند میوه‌های دیگر مثل سیب‌وموز، انواع توت، آناناس و انبه نیز در برنامه غذایی داشته باشید و برای افزایش ماندگاری می‌توانید میوه‌ها را به تکه‌های کوچک تقسیم و فریز و به تدریج استفاده کنید همچنین برای افزایش ماندگاری می‌توانید میوه‌ها به تکه‌های کوچک تقسیم و فریز کنید و به تدریج استفاده کنید.

میرزای رزاز گفت: سبزیجات ریشه‌ای مثل هویج، شلغم و چغندر و سبزیجاتی نظیر کلم سفید، کلم بروکلی و گل کلم سرشار از مواد مغذی با ماندگاری خوب هستند. همچنین شهروندان می‌توانند از سیر، پیاز و زنجبیل هم که سرشار از آنتی اکسیدان های مفید و با ماندگاری خوب هستند به عنوان افزودنی غذا استفاده کنند.

وی در خصوص روزه داری و تغذیه صحیح در وعده افطار گفت: دستگاه گوارش پس از ساعات‌ها استراحت لازم است غذای سبک و سهل الهضم را دریافت نماید و بهتر است روزه خود را با آب جوش و یک قند طبیعی مانند خرما شروع نمایند همچنین می‌توانید از میوه‌های خشک نظیر زرد آلو و کشمش وانجیر در کنار افطار خود استفاده کنید.

رئیس انجمن تغذیه ایران افزود: در برخی منابع توصیه شده است که افراد روزه دار همانند زمانی که روزه نیستند، سه وعده غذا بخورند که این وعده‌ها شامل افطار، شام و سحر است، اما صرف غذا در دفعات کمتر از دوبار در سال‌هایی که ماه مبارک رمضان در فصل تابستان است، توصیه نمی‌شود.

وی تصریح کرد: با توجه به ساعت صرف افطار و فاصله تا وعده‌ی سحری، می‌توان ساعتی پس از افطار یک وعده غذایی مثل شام سبک صرف کرد؛ البته این به وضعیت خود شخص و تمایل او به صرف غذا بستگی دارد.

میرزای رزاز خاطر نشان ساخت: در هنگام افطار، مصرف غذاهای سبک و مختصر شامل گروه‌های غذایی شیر و لبنیات، میوه و سبزی، نان و غلات، برای افزایش قند خون توصیه می‌شود، مانند نان و پنیر و سبزی که یکی از عادات خوب غذایی هموطنان در این ایام است. علاوه بر آن، مصرف شیر گرم، فرنی و شیر برنج در هنگام افطار مناسب است. استفاده از مواد غذایی آبی مثل سوپ کم چرب، آش کم حبوبات توصیه می‌شود.

بهداشت تنفسی و آنچه از آن غافل بودیم

در زمان شیوع کرونا همگی کم و بیش با بهداشت تنفسی از فضای مجازی و تلویزیون آشنا شدیم؛ اما به دلیل ناشناخته بودن ویروس و پراکندگی اطلاعات، برخی از تکنیک‌ها در ادامه‌ی مطالعات ابداع و شناخته‌شدند. تکنیک‌هایی که بهتر است در گوشه‌ی ذهن خود همچنان داریم و در جامعه رعایت کنیم.

رعایت بهداشت تنفسی را جدی بگیرید؛ زیرا بسیاری از انفولات‌زای فصلی و بیماری‌هایی که قابلیت مسری بودن را دارند، از همین راه به بدن ما وارد می‌شوند و با رعایت بهداشت تنفسی می‌توانیم از ورود بسیاری از آنها جلوگیری کنیم. همانطور که گفته شد، اطلاعات پرآکنده در مقاله‌های مختلف شاید در دسترس همگان قرار نگیرد به همین خاطر «ایران‌زندگی» همه‌ی موارد بهداشت تنفسی را گردآوری کرده است که در ادامه می‌خوانیم.

۱. **در مکان‌های عمومی بلند صحبت نکنیم:** پیش از تبلیغات بهداشت تنفسی، بلند صحبت نکردن را در تبلیغات فرهنگ‌سازی دیده بودیم. شاید بپرسید که بلند صحبت نکردن چه ربطی به بهداشت تنفسی دارد؟ در واقع این مورد، یافته‌ی آخرین آزمایشاتی است که محققان ژاپنی شناختند. بلند صحبت کردن علاوه بر ایجاد آلودگی صوتی، باعث پراکنده شدن میکرو دراپلت‌ها می‌شود که عامل انتقال ویروس است.

۲. **پوشاندن بینی و دهان:** بینی و دهان از راه‌هایی است که ویروس کرونا از آنجا به بدن وارد می‌شود. پوشاندن این دو می‌تواند از ورود این ویروس به بدن جلوگیری کند و استفاده از ماسک نیز به همین منظور است. اگر در محیط بسته وارد می‌شوید و ماسک نیز ندارید از دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی یا پارچه‌ای پوشانید.

۳. **آداب سرفه و عطسه:** سرفه و عطسه یکی از عوامل انتقال کرونا ویروس است. بنابراین بهتر است به هنگام عطسه و سرفه دستمال کاغذی استفاده کنیم. سپس آن را در سطل زباله‌ی در دار بیندازیم. اگر دستمال کاغذی همراه خود ندارید از بالای آستین خود استفاده کنید. سپس بعد از رسیدن در خانه آن لباس را با فاصله بشوید.

افت ۴۰ هزار میلیارد تومانی درآمد مالیاتی در حالت خوشبینانه؛

کرونا جان مالیات را می گیرد؟



در حالی رئیس کل سازمان امور مالیاتی از افت حداقل ۴۰ هزار میلیارد تومانی درآمدهای مالیاتی به دلیل کرونا در سال ۹۹ خبر داده که یکی از منابع مهم تأمین بودجه برای سال جاری، مالیات در نظر گرفته شده بوده است.

به گفته امیدعلی پارسا، خوشبینانه‌ترین حالت این که از ۱۸۰ هزار میلیارد تومان در آمدی که از محل مالیات‌ها در قانون بودجه سال جاری پیش‌بینی شده، ۱۴۰ هزار میلیارد تومان قابل وصول است؛ آن هم اگر میزان تأثیر کرونا بر کسب‌وکارها در همین فصل بهار باشد.

وی متذکر شده است، بدون شک درآمدهای مالیاتی در سال ۹۹ به‌واسطه شیوع ویروس کرونا و به تبع کاهش فعالیت‌های اقتصادی با افت روبه‌رو خواهد شد. کرونا پدیده‌ای است که ابعاد مختلف آن حتی به لحاظ پزشکی هنوز بطور دقیق معلوم نیست و سناریوهای مختلفی راجع به این بیماری مطرح است. ابعاد اقتصادی بیماری کرونا به همین شکل است و سناریوهای بدبینانه، بینابین و خوشبینانه در این زمینه وجود دارد.

♦ **بودجه‌کم می‌آورد؟**

اقتصاد ایران در حالی با معضل کرونا مواجه شده که متغیرهای اقتصاد کلان وضعیت مناسبی را نشان نمی‌داند. براساس اعلام مرکز آمار ایران رشد اقتصادی، رشد اقتصادی در ۹ ماهه نخست سال ۱۳۹۸ در حدود منفی ۷.۶ درصد بوده و رشد اقتصادی بدون نفت نیز تقریباً صفر بوده است. همچنین نرخ تورم در حدود ۴۰درصد گزارش شده است.

از سوی دیگر، دولت به لحاظ منابع در تنگنا قرار دارد و کسری بودجه دولت یکی از معضلات مهم اقتصاد ایران برای سال ۱۳۹۹ است. در حال حاضر بنا به تحلیل‌های مختلف کارشناسان، میزان کسری بودجه بین ۵۵ تا ۲۰۰ هزار میلیارد تومان برآورد می‌شود؛ در دی‌ماه پارسال نیز مرکز پژوهش‌های مجلس در گزارشی میزان کسری بودجه را ۱۳۱ هزار میلیارد تومان برآورد کرد.



کرونا موجب کاهش ۹۸ درصدی تردد دریایی، کاهش ۸۰ درصدی جابه‌جایی مسافر در بخش هوایی، کاهش ۷۰ درصدی سفرهای جاده‌ای و استرداد حدود ۳۰۰ هزار بلیت قطار شده و موجب شده دولت تسهیلات ۷۸۰۰ میلیارد

تومانی برای فعالان این بخش در نظر گیرد. مهم‌ترین توصیه برای جلوگیری از شیوع کرونا، پرهیز از تردهای غیرضروری است. دورکاری، حضور نیروی کار به‌صورت شیفتی و تعطیلی موقت کسب‌وکارهای مختلف موجب شد تقاضای حمل و نقل به‌سرعت تحت تأثیر ویروس کرونا قرار گیرد. هم‌زمان شیوع کرونا با تعطیلات نوروزی و فصل سفر در کشور به‌خوبی نشان‌دهنده کاهش تقاضای سفر است. بر اساس آمارهای سازمان راهداری و حمل و نقل جاده‌ای کشور، مجموع تردد بین استانی در ایام تعطیلات نوروز یعنی از ۲۵ اسفند ۱۳۹۸ تا ۱۵ فروردین ۱۳۹۹، نسبت به سال گذشته ۶۶ درصد کاهش داشته‌یافته است.

تغییر تقاضای حمل و نقل عمومی در شهر تهران نیز تصویر مناسبی از وضعیت این بخش ارائه می‌دهد. یوسف حجت، سرپرست و معاونت سازمان حمل و نقل و ترافیک شهرداری تهران، از کاهش ۸۵ درصدی مسافران مترو و اتوبوس در پی شیوع کرونا خبر داده بود. البته به‌نظر می‌رسد پس از بازگشایی مشاغل که به‌صورت موقت تعطیل شده بودند، بخشی از این کاهش تقاضا جبران شده باشد تا جایی که حتی نگرانی‌هایی برای وضعیت سلامت و عدم امکان رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی در این تردهای روزانه به‌وجود آمده است.

با اینکه در چنین شرایطی، تقاضا برای خرید غیرضروری افزایش یافته و نیز جابه‌جایی کالا در کشور با محدودیت کمتری مواجه بوده، احتمالاً بخش حمل و نقل کالا نسبت به حمل و نقل مسافری، زیان کمتری متحمل شده باشد. اما در مجموع، حمل و نقل و لجستیک کشور نیز مانند سایر بخش‌ها از شیوع کرونا خسارت دیده است. اهمیت بخش حمل و نقل تا جایی است که رئیس‌جمهور به وزیر راه و شهرسازی دستور داده یک ارزیابی از شرکت‌های حمل و نقل ریلی، جاده‌ای و دریایی که در ایام تعطیلی دچار ضرر و زیان

این در شرایطی است که با توجه به کاهش درآمدهای نفتی و نیز افت شدید قیمت نفت، یکی از راه‌های تأمین درآمدهای بودجه، افزایش درآمدهای مالیاتی بوده است. این موضوع همواره مورد تأکید بسیاری از کارشناسان قرار داشت؛ به طوری که عنوان می‌کردند دولت از راه‌های متعدد می‌تواند نسبت به ایجاد پایه‌های جدید مالیاتی اقدام کند.

این در شرایطی است که امروز با شیوع کرونا و آسیبی که به حوزه کسب‌کار وارد کرده، دریافت مالیات برای دولت سخت‌تر و به نوعی، به‌نظر می‌رسد کسری بودجه نیز عمیق‌تر خواهد شد.

♦ **مالیات‌ها برای حمایت از کسب‌وکارها به تعویق افتاد**

با این وجود و به دلیل فشاری که این روزها به حوزه کسب‌وکار به دلیل تعطیلی‌های کرونا وارد شده، دولت با حمایت‌های مالیاتی از فعالان اقتصادی، نسبت به تعویق پرداخت مالیات برای گروه‌های آسیب‌دیده از کرونا نیز اقدام کرد. جندی پیش وزیر اقتصاد دژپسند با تأکید بر سیاست وصول مالیات با رعایت اصول، بر ضرورت رعایت حال مودیان مالیاتی در شرایط کرونایی کشور تا تأکید کرد، به گفته فرهاد دژپسند، اقدامات خوبی برای حمایت مالیاتی از فعالان اقتصادی و کسب‌وکارهایی که از شیوع بیماری کرونا متاثر شده‌اند، انجام گرفت که این روند باید با پیش دقیق شرایط آنها، به نحو مقتضی تداوم یابد.

بر این اساس، بنا به اظهارات رئیس سازمان امور مالیاتی، از تسهیلات و خدماتی که تاکنون سازمان امور مالیاتی برای اصناف و واحدهای تولیدی آسیب‌دیده از ویروس کرونا در نظر گرفته، می‌توان به امهال بدهی‌های مالیاتی، امهال اظهارنامه‌های مالیاتی، بخشودگی جرایم مالیاتی اشاره کرد، اما این که اصل مالیات وصول نشود، تا به حال در سازمان بحث خاصی صورت نگرفته و باید منتظر ماند و دید برآیند کلان مجموعه سیاست‌های اقتصادی کشور چه خواهد بود.

همچنین بنا به گفته پارسا، اکنون به دلیل شیوع ویروس کرونا، اجرای تمام تکالیف مالیاتی را چند ماهی به تعویق انداخته‌ایم و حتی ارائه اظهارنامه‌های مالیاتی را برای مشاغل به جای خرداده‌ام، تیر ماه را پیشنهاد دادیم و در شورای عالی هماهنگی اقتصادی هم این موضوع تأیید شده است و بنابراین الزام مشاغل به استفاده از کارت‌خوان که قرار بود فروردین ماه عملیاتی شود، به شهریور ماه امسال منتقل می‌شود.

♦ **۶ درخواست مالیاتی رئیس اتاق تهران از جهانگیری**

پیش از این، مسعود خوانساری، رئیس اتاق بازرگانی استان تهران در نامه‌ای به معاون اول رئیس‌جمهور در رابطه با تکالیف مالیاتی مودیان و تمدید مهلت آنها ۶ درخواست ارائه کرده بود.

در این نامه به اسحاق جهانگیری آمده بود: با توجه به تشدید بحران اقتصادی متاثر از شیوع ویروس کرونا و آثار خسارت بار آن بر وضعیت کلی بنگاه های اقتصادی، شامل محدودیت حضور اعضای کلیدی واحدهای اقتصادی بخش خصوصی اعم از مدیران و عوامل حسابداری و حسابرسی و سایر تأثیرات سوء مشخص، قابل پیش بینی، متقابل و اپیدمیک آن بر فضای عمومی کسب و کار، مستدعی است، به عنوان بخشی از اقدامات حمایتی دولت در امر خطیر تداوم حیات فعالان اقصادی مذکور، نسبت به تصویب موارد ذیل دستور فرمایید:

۱- مواعد مقرر در مواد (۱۰۰) و (۱۱۰) قانون مالیات های مستقیم، موضوع تسلیم اظهارنامه های مالیاتی مودیان حقیقی و حقوقی، همچنین گزارشات موضوع مواد (۱۶۹) (مکرر) و (۲۷۲) قانون مذکور و اظهارنامه مالیاتی موضوع ماده (۲۱) قانون مالیات بر ارزش افزوده، در سال ۱۳۹۹ به مدت ۳ ماه تمدید شود. ۲- متناسب با تمدید درخواستی در بند یک نامه حاضر، مواعد موضوعه رسیدگی مالیاتی قانون مالیات های مستقیم و قانون مالیات بر ارزش افزوده، حسب مورد به مدت ۳ ماه تمدید شود.

۳- سررسید و مهلت مقرر در بخشنامه اخیر سازمان امور مالیاتی، موضوع نحوه بخشودگی جرایم مالیاتی قابل بخشش تا پایان شهریورماه سال ۱۳۹۹ تمدید شود. ۴- عملیات وصول و اجراء مالیات موقتا در ۶ ماهه اول سال ۱۳۹۹ متوقف شود.

۵- سررسید پرداخت اقساط بدهی قطعی مالیاتی مودیان در سال ۱۳۹۹ به مدت ۳ ماه تمدید شود.

۶- مقررات مربوط به تعیین خسارت بنگاه های اقتصادی جهت بر خورداری از تسهیلات ماده ۱۶۵ قانون مالیات های مستقیم، با رعایت مواد ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۵۳، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵، ۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۰، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷، ۱۰۸، ۱۰۹، ۱۱۰، ۱۱۱، ۱۱۲، ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۵، ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۲۰، ۱۲۱، ۱۲۲، ۱۲۳، ۱۲۴، ۱۲۵، ۱۲۶، ۱۲۷، ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۳۰، ۱۳۱، ۱۳۲، ۱۳۳، ۱۳۴، ۱۳۵، ۱۳۶، ۱۳۷، ۱۳۸، ۱۳۹، ۱۴۰، ۱۴۱، ۱۴۲، ۱۴۳، ۱۴۴، ۱۴۵، ۱۴۶، ۱۴۷، ۱۴۸، ۱۴۹، ۱۵۰، ۱۵۱، ۱۵۲، ۱۵۳، ۱۵۴، ۱۵۵، ۱۵۶، ۱۵۷، ۱۵۸، ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۱، ۱۶۲، ۱۶۳، ۱۶۴، ۱۶۵، ۱۶۶، ۱۶۷، ۱۶۸، ۱۶۹، ۱۷۰، ۱۷۱، ۱۷۲، ۱۷۳، ۱۷۴، ۱۷۵، ۱۷۶، ۱۷۷، ۱۷۸، ۱۷۹، ۱۸۰، ۱۸۱، ۱۸۲، ۱۸۳، ۱۸۴، ۱۸۵، ۱۸۶، ۱۸۷، ۱۸۸، ۱۸۹، ۱۹۰، ۱۹۱، ۱۹۲، ۱۹۳، ۱۹۴، ۱۹۵، ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۵۰، ۲۵۱، ۲۵۲، ۲۵۳، ۲۵۴، ۲۵۵، ۲۵۶، ۲۵۷، ۲۵۸، ۲۵۹، ۲۶۰، ۲۶۱، ۲۶۲، ۲۶۳، ۲۶۴، ۲۶۵، ۲۶۶، ۲۶۷، ۲۶۸، ۲۶۹، ۲۷۰، ۲۷۱، ۲۷۲، ۲۷۳، ۲۷۴، ۲۷۵، ۲۷۶، ۲۷۷، ۲۷۸، ۲۷۹، ۲۸۰، ۲۸۱، ۲۸۲، ۲۸۳، ۲۸۴، ۲۸۵، ۲۸۶، ۲۸۷، ۲۸۸، ۲۸۹، ۲۹۰، ۲۹۱، ۲۹۲، ۲۹۳، ۲۹۴، ۲۹۵، ۲۹۶، ۲۹۷، ۲۹۸، ۲۹۹، ۳۰۰، ۳۰۱، ۳۰۲، ۳۰۳، ۳۰۴، ۳۰۵، ۳۰۶، ۳۰۷، ۳۰۸، ۳۰۹، ۳۱۰، ۳۱۱، ۳۱۲، ۳۱۳، ۳۱۴، ۳۱۵، ۳۱۶، ۳۱۷، ۳۱۸، ۳۱۹، ۳۲۰، ۳۲۱، ۳۲۲، ۳۲۳، ۳۲۴، ۳۲۵، ۳۲۶، ۳۲۷، ۳۲۸، ۳۲۹، ۳۳۰، ۳۳۱، ۳۳۲، ۳۳۳، ۳۳۴، ۳۳۵، ۳۳۶، ۳۳۷، ۳۳۸، ۳۳۹، ۳۴۰، ۳۴۱، ۳۴۲، ۳۴۳، ۳۴۴، ۳۴۵، ۳۴۶، ۳۴۷، ۳۴۸، ۳۴۹، ۳۵۰، ۳۵۱، ۳۵۲، ۳۵۳، ۳۵۴، ۳۵۵، ۳۵۶، ۳۵۷، ۳۵۸، ۳۵۹، ۳۶۰، ۳۶۱، ۳۶۲، ۳۶۳، ۳۶۴، ۳۶۵، ۳۶۶، ۳۶۷، ۳۶۸، ۳۶۹، ۳۷۰، ۳۷۱، ۳۷۲، ۳۷۳، ۳۷۴، ۳۷۵، ۳۷۶، ۳۷۷، ۳۷۸، ۳۷۹، ۳۸۰، ۳۸۱، ۳۸۲، ۳۸۳، ۳۸۴، ۳۸۵، ۳۸۶، ۳۸۷، ۳۸۸، ۳۸۹، ۳۹۰، ۳۹۱، ۳۹۲، ۳۹۳، ۳۹۴، ۳۹۵، ۳۹۶، ۳۹۷، ۳۹۸، ۳۹۹، ۴۰۰، ۴۰۱، ۴۰۲، ۴۰۳، ۴۰۴، ۴۰۵، ۴۰۶، ۴۰۷، ۴۰۸، ۴۰۹، ۴۱۰، ۴۱۱، ۴۱۲، ۴۱۳، ۴۱۴، ۴۱۵، ۴۱۶، ۴۱۷، ۴۱۸، ۴۱۹، ۴۲۰، ۴۲۱، ۴۲۲، ۴۲۳، ۴۲۴، ۴۲۵، ۴۲۶، ۴۲۷، ۴۲۸، ۴۲۹، ۴۳۰، ۴۳۱، ۴۳۲، ۴۳۳، ۴۳۴، ۴۳۵، ۴۳۶، ۴۳۷، ۴۳۸، ۴۳۹، ۴۴۰، ۴۴۱، ۴۴۲، ۴۴۳، ۴۴۴، ۴۴۵، ۴۴۶، ۴۴۷، ۴۴۸، ۴۴۹، ۴۵۰، ۴۵۱، ۴۵۲، ۴۵۳، ۴۵۴، ۴۵۵، ۴۵۶، ۴۵۷، ۴۵۸، ۴۵۹، ۴۶۰، ۴۶۱، ۴۶۲، ۴۶۳، ۴۶۴، ۴۶۵، ۴۶۶، ۴۶۷، ۴۶۸، ۴۶۹، ۴۷۰، ۴۷۱، ۴۷۲، ۴۷۳، ۴۷۴، ۴۷۵، ۴۷۶، ۴۷۷، ۴۷۸، ۴۷۹، ۴۸۰، ۴۸۱، ۴۸۲، ۴۸۳، ۴۸۴، ۴۸۵، ۴۸۶، ۴۸۷، ۴۸۸، ۴۸۹، ۴۹۰، ۴۹۱، ۴۹۲، ۴۹۳، ۴۹۴، ۴۹۵، ۴۹۶، ۴۹۷، ۴۹۸، ۴۹۹، ۵۰۰، ۵۰۱، ۵۰۲، ۵۰۳، ۵۰۴، ۵۰۵، ۵۰۶، ۵۰۷، ۵۰۸، ۵۰۹، ۵۱۰، ۵۱۱، ۵۱۲، ۵۱۳، ۵۱۴، ۵۱۵، ۵۱۶، ۵۱۷، ۵۱۸، ۵۱۹، ۵۲۰، ۵۲۱، ۵۲۲، ۵۲۳، ۵۲۴، ۵۲۵، ۵۲۶، ۵۲۷، ۵۲۸، ۵۲۹، ۵۳۰، ۵۳۱، ۵۳۲، ۵۳۳، ۵۳۴، ۵۳۵، ۵۳۶، ۵۳۷، ۵۳۸، ۵۳۹، ۵۴۰، ۵۴۱، ۵۴۲، ۵۴۳، ۵۴۴، ۵۴۵، ۵۴۶، ۵۴۷، ۵۴۸، ۵۴۹، ۵۵۰، ۵۵۱، ۵۵۲، ۵۵۳، ۵۵۴، ۵۵۵، ۵۵۶، ۵۵۷، ۵۵۸، ۵۵۹، ۵۶۰، ۵۶۱، ۵۶۲، ۵۶۳، ۵۶۴، ۵۶۵، ۵۶۶، ۵۶۷، ۵۶۸، ۵۶۹، ۵۷۰، ۵۷۱، ۵۷۲، ۵۷۳، ۵۷۴، ۵۷۵، ۵۷۶، ۵۷۷، ۵۷۸، ۵۷۹، ۵۸۰، ۵۸۱، ۵۸۲، ۵۸۳، ۵۸۴، ۵۸۵، ۵۸۶، ۵۸۷، ۵۸۸، ۵۸۹، ۵۹۰، ۵۹۱، ۵۹۲، ۵۹۳، ۵۹۴، ۵۹۵، ۵۹۶، ۵۹۷، ۵۹۸، ۵۹۹، ۶۰۰، ۶۰۱، ۶۰۲، ۶۰۳، ۶۰۴، ۶۰۵، ۶۰۶، ۶۰۷، ۶۰۸، ۶۰۹، ۶۱۰، ۶۱۱، ۶۱۲، ۶۱۳، ۶۱۴، ۶۱۵، ۶۱۶، ۶۱۷، ۶۱۸، ۶۱۹، ۶۲۰، ۶۲۱، ۶۲۲، ۶۲۳، ۶۲۴، ۶۲۵، ۶۲۶، ۶۲۷، ۶۲۸، ۶۲۹، ۶۳۰، ۶۳۱، ۶۳۲، ۶۳۳، ۶۳۴، ۶۳۵، ۶۳۶، ۶۳۷، ۶۳۸، ۶۳۹، ۶۴۰، ۶۴۱، ۶۴۲، ۶۴۳، ۶۴۴، ۶۴۵، ۶۴۶، ۶۴۷، ۶۴۸، ۶۴۹، ۶۵۰، ۶۵۱، ۶۵۲، ۶۵۳، ۶۵۴، ۶۵۵، ۶۵۶، ۶۵۷، ۶۵۸، ۶۵۹، ۶۶۰، ۶۶۱، ۶۶۲، ۶۶۳، ۶۶۴، ۶۶۵، ۶۶۶، ۶۶۷، ۶۶۸، ۶۶۹، ۶۷۰، ۶۷۱، ۶۷۲، ۶۷۳، ۶۷۴، ۶۷۵، ۶۷۶، ۶۷۷، ۶۷۸، ۶۷۹، ۶۸۰، ۶۸۱، ۶۸۲، ۶۸۳، ۶۸۴، ۶۸۵، ۶۸۶، ۶۸۷، ۶۸۸، ۶۸۹، ۶۹۰، ۶۹۱، ۶۹۲، ۶۹۳، ۶۹۴، ۶۹۵، ۶۹۶، ۶۹۷، ۶۹۸، ۶۹۹، ۷۰۰، ۷۰۱، ۷۰۲، ۷۰۳، ۷۰۴، ۷۰۵، ۷۰۶، ۷۰۷، ۷۰۸، ۷۰۹، ۷۱۰، ۷۱۱، ۷۱۲، ۷۱۳، ۷۱۴، ۷۱۵، ۷۱۶، ۷۱۷، ۷۱۸، ۷۱۹، ۷۲۰، ۷۲۱، ۷۲۲، ۷۲۳، ۷۲۴، ۷۲۵، ۷۲۶، ۷۲۷، ۷۲۸، ۷۲۹، ۷۳۰، ۷۳۱، ۷۳۲، ۷۳۳، ۷۳۴، ۷۳۵، ۷۳۶، ۷۳۷، ۷۳۸، ۷۳۹، ۷۴۰، ۷۴۱، ۷۴۲، ۷۴۳، ۷۴۴، ۷۴۵، ۷۴۶، ۷۴۷، ۷۴۸، ۷۴۹، ۷۵۰، ۷۵۱، ۷۵۲، ۷۵۳، ۷۵۴، ۷۵۵، ۷۵۶، ۷۵۷، ۷۵۸، ۷۵۹، ۷۶۰، ۷۶۱، ۷۶۲، ۷۶۳، ۷۶۴، ۷۶۵، ۷۶۶، ۷۶۷، ۷۶۸، ۷۶۹، ۷۷۰، ۷۷۱، ۷۷۲، ۷۷۳، ۷۷۴، ۷۷۵، ۷۷۶، ۷۷۷، ۷۷۸، ۷۷۹، ۷۸۰، ۷۸۱، ۷۸۲، ۷۸۳، ۷۸۴، ۷۸۵، ۷۸۶، ۷۸۷، ۷۸۸، ۷۸۹، ۷۹۰، ۷۹۱، ۷۹۲، ۷۹۳، ۷۹۴، ۷۹۵، ۷۹۶، ۷۹۷، ۷۹۸، ۷۹۹، ۸۰۰، ۸۰۱، ۸۰۲، ۸۰۳، ۸۰۴، ۸۰۵، ۸۰۶، ۸۰۷، ۸۰۸، ۸۰۹، ۸۱۰، ۸۱۱، ۸۱۲، ۸۱۳، ۸۱۴، ۸۱۵، ۸۱۶، ۸۱۷، ۸۱۸، ۸۱۹، ۸۲۰، ۸۲۱، ۸۲۲، ۸۲۳، ۸۲۴، ۸۲۵، ۸۲۶، ۸۲۷، ۸۲۸، ۸۲۹، ۸۳۰، ۸۳۱، ۸۳۲، ۸۳۳، ۸۳۴، ۸۳۵، ۸۳۶، ۸۳۷، ۸۳۸، ۸۳۹، ۸۴۰، ۸۴۱، ۸۴۲، ۸۴۳، ۸۴۴، ۸۴۵، ۸۴۶، ۸۴۷، ۸۴۸، ۸۴۹، ۸۵۰، ۸۵۱، ۸۵۲، ۸۵۳، ۸۵۴، ۸۵۵، ۸۵۶، ۸۵۷، ۸۵۸، ۸۵۹، ۸۶۰، ۸۶۱، ۸۶۲، ۸۶۳، ۸۶۴، ۸۶۵، ۸۶۶، ۸۶۷، ۸۶۸، ۸۶۹، ۸۷۰، ۸۷۱، ۸۷۲، ۸۷۳، ۸۷۴، ۸۷۵، ۸۷۶، ۸۷۷، ۸۷۸، ۸۷۹، ۸۸۰، ۸۸۱، ۸۸۲، ۸۸۳، ۸۸۴، ۸۸۵، ۸۸۶، ۸۸۷، ۸۸۸، ۸۸۹، ۸۹۰، ۸۹۱، ۸۹۲، ۸۹۳، ۸۹۴، ۸۹۵، ۸۹۶، ۸۹۷، ۸۹۸، ۸۹۹، ۹۰۰، ۹۰۱، ۹۰۲، ۹۰۳، ۹۰۴، ۹۰۵، ۹۰۶، ۹۰۷، ۹۰۸، ۹۰۹، ۹۱۰، ۹۱۱، ۹۱۲، ۹۱۳، ۹۱۴، ۹۱۵، ۹۱۶، ۹۱۷، ۹۱۸، ۹۱۹، ۹۲۰، ۹۲۱، ۹۲۲، ۹۲۳، ۹۲۴، ۹۲۵، ۹۲۶، ۹۲۷، ۹۲۸، ۹۲۹، ۹۳۰، ۹۳۱، ۹۳۲، ۹۳۳، ۹۳۴، ۹۳۵، ۹۳۶، ۹۳۷، ۹۳۸، ۹۳۹، ۹۴۰، ۹۴۱، ۹۴۲، ۹۴۳، ۹۴۴، ۹۴۵، ۹۴۶، ۹۴۷، ۹۴۸، ۹۴۹، ۹۵۰، ۹۵۱، ۹۵۲، ۹۵۳، ۹۵۴، ۹۵۵، ۹۵۶، ۹۵۷، ۹۵۸، ۹۵۹، ۹۶۰، ۹۶۱، ۹۶۲، ۹۶۳، ۹۶۴، ۹۶۵، ۹۶۶، ۹۶۷، ۹۶۸، ۹۶۹، ۹۷۰، ۹۷۱، ۹۷۲، ۹۷۳، ۹۷۴، ۹۷۵، ۹۷۶، ۹۷۷، ۹۷۸، ۹۷۹، ۹۸۰، ۹۸۱، ۹۸۲، ۹۸۳، ۹۸۴، ۹۸۵، ۹۸۶، ۹۸۷، ۹۸۸، ۹۸۹، ۹۹۰، ۹۹۱، ۹۹۲، ۹۹۳، ۹۹۴، ۹۹۵، ۹۹۶، ۹۹۷، ۹۹۸، ۹۹۹، ۱۰۰۰، ۱۰۰۱، ۱۰۰۲، ۱۰۰۳، ۱۰۰۴، ۱۰۰۵، ۱۰۰۶، ۱۰۰۷، ۱۰۰۸، ۱۰۰۹، ۱۰۱۰، ۱۰۱۱، ۱۰۱۲، ۱۰۱۳، ۱۰۱۴، ۱۰۱۵، ۱۰۱۶، ۱۰۱۷، ۱۰۱۸، ۱۰۱۹، ۱۰۲۰، ۱۰۲۱، ۱۰۲۲، ۱۰۲۳، ۱۰۲۴، ۱۰۲۵، ۱۰۲۶، ۱۰۲۷، ۱۰۲۸، ۱۰۲۹، ۱۰۳۰، ۱۰۳۱، ۱۰۳۲، ۱۰۳۳، ۱۰۳۴، ۱۰۳۵، ۱۰۳۶، ۱۰۳۷، ۱۰۳۸، ۱۰۳۹، ۱۰۴۰، ۱۰۴۱، ۱۰۴۲، ۱۰۴۳، ۱۰۴۴، ۱۰۴۵، ۱۰۴۶، ۱۰۴۷، ۱۰۴۸، ۱۰۴۹، ۱۰۵۰، ۱۰۵۱، ۱۰۵۲، ۱۰۵۳، ۱۰۵۴، ۱۰۵۵، ۱۰۵۶، ۱۰۵۷، ۱۰۵۸، ۱۰۵۹، ۱۰۶۰، ۱۰۶۱، ۱۰۶۲، ۱۰۶۳، ۱۰۶۴، ۱۰۶۵، ۱۰۶۶، ۱۰۶۷، ۱۰۶۸، ۱۰۶۹، ۱۰۷۰، ۱۰۷۱، ۱۰۷۲، ۱۰۷۳، ۱۰۷۴، ۱۰۷۵، ۱۰۷۶، ۱۰۷۷، ۱۰۷۸، ۱۰۷۹، ۱۰۸۰، ۱۰۸۱، ۱۰۸۲، ۱۰۸۳، ۱۰۸۴، ۱۰۸۵، ۱۰۸۶، ۱۰۸۷، ۱۰۸۸، ۱۰۸۹، ۱۰۹۰، ۱۰۹۱، ۱۰۹۲، ۱۰۹۳، ۱۰۹۴، ۱۰۹۵، ۱۰۹۶، ۱۰۹۷، ۱۰۹۸، ۱۰۹۹، ۱۱۰۰، ۱۱۰۱، ۱۱۰۲، ۱۱۰۳، ۱۱۰۴، ۱۱۰۵، ۱۱۰۶، ۱۱۰۷، ۱۱۰۸، ۱۱۰۹، ۱۱۱۰، ۱۱۱۱، ۱۱۱۲، ۱۱۱۳، ۱۱۱۴، ۱۱۱۵، ۱۱۱۶، ۱۱۱۷، ۱۱۱۸، ۱۱۱۹، ۱۱۲۰، ۱۱۲۱، ۱۱۲

اخبار

اسکوچیچ

دوست ندارم کی‌روش و ویلموتس را آنالیز کنم

سرمربی تیم ملی فوتبال ایران گفت: تمام بازی‌های تیم ملی در چهار سال گذشته را تماشا کردم و دوست ندارم که ویلموتس و کی‌روش را در فضای عمومی آنالیز کنم. فدراسیون فوتبال در اقدامی جالب که پیش از این سابقه نداشته از راه دور این امکان را برای رسانه‌ها فراهم کرد تا بتوانند با سرمربی تیم ملی گفت‌وگویی اختصاصی داشته باشند. در همین رابطه درآگان اسکوچیچ، سرمربی کروات تیم ملی در گفت‌وگوی اختصاصی با ایرنا شرکت کرد و حرف‌های جالبی را بر زبان آورد. وی در ابتدا راجع به شیوع ویروس کرونا و همچنین فعالیت‌هایی که انجام می‌دهد اظهار داشت: مانند تمام مردم جهان از شیوع این ویروس بسیار ناراحت هستم و امیدوارم هر چه زودتر آن را پشت سر بگذاریم
روزوی سالامنی برای همه مردم ایران دارم. همه باید باهم در خانه بمانیم تا سلامت بمانیم و به آینده امیدوار باشیم. سرمربی تیم ملی در ادامه افزود: سعی کردم در این روزها به سهم خودم به مردم کمک کنم اما به خاطر شرایط خاص این ویروس و ناگهانی بودن آن، نتوانستم برنامه خاص و روشنی داشته باشم. با این حال منتظر و آماده هستم تا این بیماری تمام شود و فعالیت‌های خودم را با انگیزه زیاد آغاز کنم. هنوز برنامه جدید آغاز مسابقات چه در ایران و چه در کشورهای دیگر اعلام نشده و باید منتظر برنامه باشیم تا بتوانیم با استفاده از آن برنامه‌های خودمان و تیم ملی را طراحی کنیم. وی درباره مرور بازی‌های تیم ملی خاطرنشان کرد: همانطور که گفتیم تمام بازی‌های تیم ملی در چهار سال گذشته را به صورت دقیق تماشا کردم و از تعطیلی به دست آمده نهایت استفاده را بردم. هر آن چیزی که باید می‌دانستم را دانستم. دوست ندارم در فضای عمومی سرمربیان قبلی تیم ملی یعنی کی‌روش و ویلموتس را آنالیز کنم. البته که هر جای دیگر هم بودم چنین نظری داشتم و آنالیز کردن همکارانم در رسانه‌ها را دوست ندارم. امیدوارم که شما هم من را درک کنید.

سعید رمضانی:

قصد اسماعیلی اهانت به باشگاه استقلال نبوده‌است

سرپرست تیم فوتبال استقلال فقت: فرشید اسماعیلی شاید در شرایط احساسی مصاحبه کرده باشد و باید اشاره کنم که قصد او اهانت به باشگاه نبوده است.

سعید رمضانی، پس از جلسه با احمد سعادتمند، مدیرعامل باشگاه در جمع خبرنگاران اظهار داشت: در حال بررسی هستیم تا تمرینات را چگونه ادامه بدهیم. به مجموعه انقلاب می‌روم که برخی امور را پیگیری کنم. متأسفانه بحث کرونا باعث شد تا نتوانیم وضعیت چمن باشگاه انقلاب را پیگیری کنیم. البته، پیمانکار هم کار را رها کرده است. امیدوارم وضعیت این چمن بهتر شود. وی درباره صحبت‌های تند فرشید اسماعیلی افزود: فرشید با سایر بازیکنان استقلال، همه نیت‌های صادقانه‌ای دارند. شاید در شرایط احساسی با پرداخت نشدن مطالبات، همه متأسس باشند و احساس خودمان یا او صحبت نمی‌کنیم. البته امروز او در جلسه شرکت نخواهد کرد ولی او با صحبت می‌کند و به این نکته هم باید اشاره کنم که قصد او اهانت به باشگاه نیست. وی درباره حمایت جدیدی و بازیکنان استقلال از اظهارات فرشید اسماعیلی تصریح کرد: ما همه یک تیم هستیم و فاصله‌ای وجود ندارد. با اسماعیلی صحبت می‌کنیم و مساله حل خواهد شد. سرپرست تیم فوتبال استقلال درباره ماجراهای پیرامون دیاباته ویلیچ و سند جعلی منتشر شده بیان داشت: فکر می‌کنم بحث آن اسناد اشتباه بود. باشگاه سندی به این ۲ بازیکن ارائه نکرده است. گفتند دوستی قرار بوده این کار را انجام بدهد ولی قرار است این اسناد را یک تکمیل ویلیچ و دیاباته مشکلات را درک می‌کنند. قطعاً اگر قرار باشد پولی پرداخت شود، به آنان هم تعلق می‌گیرد.

با برگزاری مسابقات در فضای مجازی؛

برترین دختران کاراته کای قم معرفی شدند

نخستین رقابت رسمی سال جاری کاراته بانوان پس از رقابت کاراته کاهای سه رده سنی در فضای مجازی با معرفی نفرتا برتر به کار خود پایان داد. نخستین رقابت استانی کاراته بانوان قم در سال ۱۳۹۹ به همت بخش بانوان این هیأت ورزشی و با استفاده از فضای مجازی با شعرهای «در خانه می‌مانیم و ورزش می‌کنیم» و «کرونا را شکست می‌دهیم» با حضور ورزشکاران رشته‌های کاتا و کومیته برگزار شد ونفرتا برتر خود را شناخت. این دوره از مسابقات با حضور کاراته کاهای تمام سبک‌های آزاد و کنترلی زیر مجموعه هیأت کاراته قم به انجام رسیدو شرکت کنندگان به جای حضور در سالن ورزشی، با ارسال ویدئو خود به هیأت کاراته برای کسب رتبه‌های برتر تلاش کردند، رقابتی که با قضاوت داوران مجرب این رشته برگزار شد و برترین‌ها را معرفی کرد. در شرایطی که هیأت کاراته استان قم برای برترین‌ها حکم و مدال هاند آف طلا، نقره و برنز در نظر گرفته بود، این مسابقات با حضور تعداد ۷۰ کاراته‌کا به نمایندگی از ۱۴ باشگاه کاراته قم در رده‌های سنی خردسالان، نونهالان و نوجوانان برگزار شد و هر شرکت کننده در یک رشته رقابت کرد. رقابت در مسابقات مجازی کاراته بانوان کم در دو بخش غیر کنترلی و کنترلی با ارسال فیلم در منزل برگزار شد که خانم‌ها با خرو و علیایی در سبک‌های غیرکنترلی قضاوت کردندو همین مسوولیت را در رقابت کاراته کاهای سبک‌های کنترلی خانم‌ها اعتمادی، شریفی و مقیمی به عهده داشتند. در پایان رقابت‌های رده سنی خردسالان نیکانیک پرور و حسنا جعفری به مربیگری خانم میرزا حسینی رتبه‌های برتر را کسب کردند اما در رده سنی خردسالان شاگردان خانم خدایی یعنی فاطمه فهیمی و فائزه فهیمی عنوان‌های اول و دوم را به خود اختصاص دادند و نگار عربی گنجه شاگرد خانم سوزا حسینی سوم شد. رتبه نخست مسابقات رده سنی نوجوانان به فاطمه‌سادات کاظمپور شاگرد خانم میرزا حسینی رسیدوزینب قراقچه به مربیگری خانم خدایی نایب‌قهرمان شد و فاطمه عالمی وحدت در جایگاه سوم ایستاد، ضمن اینکه هیأت کاراته قم اعلام کرد علاوه بر بارگذاری فیلم نفرتا اول بر روی کانال این هیأت در فضای مجازی، به منظور قطع زنجیره شیوع کرونا نفرتا اول تا سوم این مسابقات در نخستین مسابقه رسمی هیأت کاراته قم بعد از شکست کرونا حکم و مدال خود را دریافت خواهند کرد.

مدیرعامل باشگاه فولاد خوزستان:

اواسونا «نکونام» را بخواهد با کمال میل همکاری می‌کنیم

مدیرعامل باشگاه فولاد خوزستان تاکید کرد که اگر باشگاه اواسونا سرمربی این تیم را بخواهد با طرف اسپانیایی همکاری خواهد کرد. سعید آذری در گفت‌وگو با ایرنا در واکنش به گزارش یک تارنمای اسپانیایی مبنی بر احتمال اقدام باشگاه اواسونای برای به خدمت گرفتن «جواد نکونام» به عنوان سرمربی، اظهار داشت: من این مسئله را شنیده بودم اما اگر واقعیت داشته باشد مایه افتخار فوتبال ایران است. وی در پاسخ به این پرسش که اگر پیشنهاد رسمی از سوی اواسونا برای جذب نکونام باشد آیا باشگاه فولاد با این مسئله همکاری می‌کند یا خیر گفت: قطعاً همکاری می‌کنیم. ما شرایط باشگاه را مد نظر قرار می‌دهیم و بعد از آن با طرفین همکاری خواهیم کرد. حضور یک ایرانی در اسپانیا آن هم به عنوان سرمربی خبر فوق العاده‌ای است و ما به آن افتخار می‌کنیم. اینکه برای اولین بار یک مربی ایرانی به یک کشور مطرح اروپایی برای سرمربیگری برود، اتفاق بزرگی است. مدیرعامل باشگاه فولاد ادامه داد: اینکه نکونام از اسپانیا می‌تواند یک نابوشیما بزرگ باشد، اگر این اتفاق رخ بدهد من این مسئله را با حضور ارسترانگ روی ماه تشبیه می‌کنم. رفتن نکونام به اروپا می‌تواند راهگشای این باشد تا مربیان دیگر ما هم لیونر شوند.

پیش‌شنبه-هفتم اردیبهشت ماه ۱۳۹۹ – سال بیست و سوم – شماره ۵۰۲۱

موسوی مدافع تیم ملی والیبال ایران:

پیشنهاداتی از لهستان، ایتالیا و ترکیه دارم



از یک ساعت، تلاش دارم که از نظر جسمانی در وضعیت مناسبی باقی بمانم. وی تاکید کرد: باید تلاش کنیم که بدن خود را آماده نگه داریم چون اگر از وضعیت ایده‌آل دور شویم، بازگشت به وضعیت خوب بسیار سخت است. در مجموع، شرایط بسیار عجیبی به دلیل بحران کرونا در جهان حاکم است و واقعاً نمی‌دانم که چه اتفاقی قرار است در آینده بیفتد.

♦ **سال ۹۸، سخت اما پر افتخار بود**

مدافع تیم ملی والیبال ایران درباره عملکرد این تیم در سال ۹۸، گفت: سال گذشته برای تیم ملی ایران، فوق العاده سخت و پرکار از نظر رقابت‌ها بود. تیم ملی والیبال در لیگ ملت‌ها فوق العاده کار کرد و می‌توان گفت که یکی از بهترین حضورهای ایران در لیگ جهانی و لیگ ملت‌ها، در سال ۲۰۱۹ بود. تیم‌های بزرگی را شکست دادیم و به عنوان تیم دوم گروه به مرحله نهایی صعود کردیم؛ همچنین در آسیا قهرمان شدیم و در انتخابی المپیک، موفق به کسب تنها سهمیه المپیک در آسیا شدیم.

وی تصریح کرد: در مجموع، سال خیلی سختی بود ولی خوشبختانه به رغم آسیب‌پذیگی زیاد و خستگی فراوان، موفق عمل کردیم و سر بلند بودیم.

♦ **رعنوان بهترین مدافع پلاس لیگا، افتخار بزرگی برای من است**

سید درباره تجربه حضور در پلاس لیگا و کسب عنوان بهترین مدافع، گفت: در مجموع فصل خیلی خوبی را در لیگ یک کشور اروپایی سپری کردم. البته در ابتدای فصل، عملکرد تیم اولشتین زیاد رضایت‌بخش نبود.

وی با بیان اینکه باشگاه اولشتین نسبت به تیم‌های قدرتمند لیگ لهستان، از نظر بازیکن و توان مالی قابل مقایسه با دیگر تیم‌ها نیست، گفت: به همین دلیل وقتی دوبار یکن تیم مصدوم شدند، جایگزین مناسب نداشتیم. تیم اولشتین نتیجه ۱۰ مسابقه را واگذار کرد و شرایط تیم در جدول نامناسب شد اما در ادامه با بهبودی بازیکنان مصدوم، تا جایگاه هشتم جدول بالا آمدیم.

محسن گروسی:

سعادت‌مند نباید «اجراکننده» باشد

پیشکسوت باشگاه استقلال گفت: یکی از دلایلی که مدیرعامل استقلال می‌تواند موفق شود این است که خود او تصمیم گیرنده نهایی باشد.

محسن گروسی با اشاره مطرح شدن دوباره خصوصی‌سازی سرخابی‌ها در سال ۹۹ گفت: چند سال گذشته همیشه این موضوع برای دو تیم استقلال و پرسپولیس وجود داشت اما متأسفانه وقتی بحث خصوصی‌سازی پیش می‌آید به یاد چوپان دروغگو می‌افتیم زیرا هیچ وقت این اتفاق نیفتاده و من اعتقاد دارم باز هم نمی‌توان به این موضوع خوشبین بود. وی در پاسخ به این سوال که به دلیل بدعی‌های کلان کسی جرأت خرید این دو باشگاه را ندارد گفت: کسی که ورشکسته می‌شود مجبور است کاری انجام دهد که از این گرفتاری نجات پیدا کند. استقلال و پرسپولیس تیم‌های کوچکی نیستند. درآمدهای کلانی هم دارند. کار سخت است ولی به طور کمک کسانی می‌شوند که این دو تیم را بخرند. در صورتی که برخی اجازه دهند این کار صورت گرفته و روال قانونی آن به طور عادی طی شود.

گروسی در خصوص حضور پیشکسوتان و جلسات سعادتمند با آنان گفت: کار بسیار خوبی صورت می‌گیرد. بزرگان استقلال می‌توانند راهکارهای خوبی برای موفقیت تیم به مدیرعامل جدید بدهند. آنها تجربه بالایی دارند. روزهای سخت استقلال را دیده اند و می‌توانند کمک مفیدی به مدیرعامل بدهند. اعضای هیئت مدیره داشته باشند.

گروسی در پاسخ به این سوال که چه راهکاری برای موفقیت مدیرعامل جدید استقلال ارائه می‌کنید گفت: سعادتمند کار سختی در پیش دارد اما اگر می‌خواهد موفق شود نباید تنها اجراکننده باشد. یکی از دلایلی که مدیران سابق هرگز موفق نبوده اند این بود که فقط مجری بودند. سعادتمند باید تصمیم گیرنده نهایی باشد و اجازه ندهد کسی موضوعی را به او تحمیل کند. بنابراین اگر خودش قاطعانه تصمیم بگیرد به طور حتم در کار سختی که پیش‌رو دارد موفق خواهد شد.

گروسی در مورد اینکه گفته می‌شود شاید لیگ دوباره آغاز شود، فوتبال ما به تعطیلات زیاد عادت پیدا کرده البته شرایط حال حاضر یا گذشته فرق دارد. نباید با جان مردم بازی شود. اگر بخواهیم لیگ را ادامه دهیم کار نسنجیده‌ای انجام داده ایم. در شرایطی که هنوز خیلی از مشاغل به دلیل شیوع بیماری کرونا در تعطیلی هستند فکر نمی‌کنم برگزاری لیگ کار درستی باشد. می‌توان لیگ را نیمه کاره رها کرد تا آماده شروع فصل جدید شویم.

وی در پایان در پاسخ به این پرسش که گفته می‌شود می‌خواهند یک تیم را قهرمان کنند گفت: برخی‌ها عادت کرده اند که بدون بازی جام بگیرند. به اعتقاد من جام به آنها بدهیم ولی با جان مردم بازی نکنیم. مگر می‌شود یک تیم را قهرمان کرد. نباید حرف مابقی تیم‌ها شنید. اگر قرار است چنین اتفاقی رخ دهد باید جلسات متعددی را با مدیران باشگاه‌ها گذاشته و در این خصوص صحبت کرده تا به یک جمع بندی نهایی برسند.

ایستاد

پیش‌شنبه-هفتم اردیبهشت ماه ۱۳۹۹ – سال بیست و سوم – شماره ۵۰۲۱

موسوی تاکید کرد: به نظر من اگر مسابقات پلی‌آف برگزار می‌شد، تیم اولشتین شگفتی‌ساز رقابت‌ها می‌شد چون پتانسیل و توانایی آن را داشت و من هم وضعیت خوبی داشتم و با بازیکنان تیم، به هماهنگی خوبی دست پیدا کرده بودم. بازیکن تیم ملی والیبال ادامه داد: همان‌گونه که اطلاع دارید، در پست من ارتباط با بازیکنان کناری، بسیار مهم و درگیرانه است و باید آن‌ها شرایط خوبی داشته باشند تا دفاع وسط هم عملکرد خوبی داشته باشد. اما تیم ما شرایط خاصی داشت و مخصوصاً در بازی‌هایی که باختیم، به اندازه کافی مهره‌هایی نداشتیم که بتوانند به تیم کمک کند. به ویژه در پست‌های قطر پاسور و دریافت‌کننده، تیم ما اذیت شد. اما در کل من خودم از ابتدا تلاش کردم تا جایی که می‌توانم، وضعیت آمادگی‌ام را خوب حفظ کنم.

وی با ابراز رضایت از عملکرد خود در پلاس لیگا، گفت: خدا را شکر که در بخش دفاع، نفر اول لیگ لهستان شدم و افتخار بزرگی برای من است چون پلاس لیگا از لیگ‌های مطرح اروپا و جهان است و به نظر برای اولین تجربه، عملکرد خوبی داشتم. اما مطمئناً که قطعاً اگر در تیم بهتری بازی کنم، عملکردم از الان نیز بهتر می‌شود.

♦ **انگیزه، تنها رمز تداوم موفقیت است**

موسوی که در چند سال گذشته بهترین عملکرد را در تیم ملی و باشگاه هایش داشته است، رمز تداوم موفقیت خود را انگیزه فراوان برای ارتقای توانایی هایش دانست و گفت: من از زمانی که ورزش قهرمانی را شروع کردم، دوست داشتم کارم را به بهترین شکل ممکن انجام دهم و برای بهترین شدن، قطعاً باید خیلی تلاش کرد و سختی کشید و ذهن آماده‌ای داشت.

وی تاکید کرد: باید به صورت مداوم تمرین کنی و انگیزه کافی برای تلاش داشته باشی. به نظر من، مهم‌ترین موضوع برای ورزش حرفه‌ای، انگیزه است و اگر انگیزه نداشته باشی، به هیچ وجه موفق نخواهی شد. من عاشق ورزش و کارم هستم و همیشه سعی کردم انگیزه خودم را حفظ کنم. دوست دارم تا جایی که امکان دارد و بدنام اجازه می‌دهد، ادامه بدهم چون در ذهنم آمادگی دارم و می‌خواهم که برای تیم ملی و تیم باشگاهی خود، همچنان متمر ثر باشم. البته شرایط سنی هم در ورزش مهم است و تا جایی که از نظر بدنی بتوانم، دوست دارم که خوب تمرین کنم و موفق باشم. بنابراین رمز موفقیت، این است که انگیزه خود را همیشه بالا نگه داری و هیچ سقفی برای خود تعیین نکنی.

بازیکن تیم ملی والیبال ادامه داد: البته من احساس می‌کنم که حتی از وضعیت عملکرد فعلی نیز می‌توانستم بهتر باشم و در لیگ‌های معتبر و تیم‌های باشگاهی بزرگ بازی کنم و باز هم بالاتر بروم اما خب شاید دلیل آن، کم‌کاری خودم بوده است. من در گذشته تصمیم گرفتم که در لیگ ایران بمانم و خیلی هم برابرم خوب بود و به هیچ عنوان ششیمان نیستم اما همان‌طور که گفتم، فکر می‌کنم این توانایی را داشتم که در دنیا، بازیکن مطرح‌تری از الان باشم.

♦ **والیبال ایران نیاز به مربی سطح بالا دارد**

مدافع تیم ملی والیبال ایران درباره لغو قرارداد کولاکوویچ و پایان همکاری فدراسیون با این مربی، گفت: ما سه سال فوق العاده خوب را در کنار هم بودیم. کولاکوویچ انسان فوق العاده بزرگوار است و من از همکاری با ایشان، خیلی لذت بردم. وی با بیان اینکه شاید از عملکرد این مربی در برخی بازی‌ها به ویژه برای تعویض و وقت فنی انتقاد شود، اما این موارد قطعاً جزو اصول اصلی مربی‌گری محسوب نمی‌شود. یک مربی ابتدا باید تیم خود را خوب مدیریت کند و تیم را به گونه‌ای ساماندهی کند که هیچ موقع بین بازیکنان و کادرفنی، اختلاف به وجود نیاید. زیرا این موضوع بزرگ‌ترین سم برای یک تیم است و کولاکوویچ از این نظر، بهترین عملکرد را در این سه سال داشت و تیم در امنیت کامل بود.

ستایش واول از هافبک خاطره ساز ایران در لالیگا؛

جواد نکونام سر مربی اواسونا می‌شود؟

وسایت چندزبانه واول در گزارشی به تمجید از جواد نکونام کاپیتان سابق تیم ملی فوتبال ایران پرداخت. جواد نکونام ۷ فصل در اواسونا و در لالیگابازی کرده و با انجام ۱۹۸ بازی برای این تیم ر کورددار بازیکنان خارجی در تاریخ اواسونا محسوب می‌شود؛ اتفاقی که باتوجه به ملیت او، یک موضوع خارق العاده است. نکونام که رکورددار تعداد بازی ملی در ایران نیز هست، یکی از بهترین بازیکنان تاریخ فوتبال ایران محسوب می‌شود و بعد از جام جهانی ۲۰۰۶ آلمان و بنابر آنچه که واول نوشته، با رد پیشنهاد تیم‌های تاتنهام و المپیک لیون به اواسونا رفته است. جالب این که این باشگاه بعد از استخدام جواد مبلغی در حدود ۵ میلیون یورو به عنوان پند فسخ در قرارداد وی در نظر گرفته بود.

روزهای خوب نکونام با سیگاندا سرمربی نام‌آشنای اواسونا رقم خورد. مربی ای که در همان اولین بازی فصل، در خط هافبک تیمش در دیدار مقابل بارسلون در نیکم امتحان کرد تا او کمی بعدتر در دیدار با ویا رئال اولین کل لالیگایی خود را جشن بگیرد. مهم ترین خاطره نکونام از بازی در اواسونا به گل زربایش در دیدار مقابل لیگ بودروی فرانسه در لیگ اروپا برمی‌گردد که با یک ضربه سر متناشایی، آن را به ثمر رساند. اواسونا در آن فصل پیش روی فوق العاده‌ای در لیگ اروپا داشت و بعد از حذف رنجرز و لورکوزن در نهایت به تیم تخصصی قهرمانی لیگ اروپا یعنی سویا باخت و حذف شد. یکی از خاطرات دیگر نکونام و در اواسونا به مصدومیت رباط صلیبی اش برمی‌گردد که سبب واکنش بازیکنان به این مصدومیت نشان از علاقه هم تیمی‌ها به وی داشت. جالب این که باشگاه اواسونا با علم به ارزش این هافبک ایرانی در همان دوران مصدومیت، قراردادش را تا سال ۲۰۱۱ تمدید کرد. نکونام در دورانی که پیراهن اواسونا را بر تن می‌کرد، پیشنهادتیم‌های اسپانیول و ویا رئال را هم در شرایطی که کم کم به عنوان کاپیتان اواسونا مطرح می‌شد، اسپانیا را ترک کرد تا در تیم استقلال به میدان برود؛ چیزی که مدت‌ها رویایش را داشت و سرانجام به آن جامه عمل پوشاند. اگر چه پشیمانی‌اش از این تصمیم با بازگشت مجدد او به اواسونا و این بار در لیگ ادالتانه توام شد.

نکونام بعد از بازنشستگی بلافاصله به تیم ملی رفت تا در کنار کالروس کی‌روش، پی در مسیر جدید بگذارد که این دوره جدید فعلاً به حضور او فولاد خوزستان ختم شده است. گزارش واول با این جمله جالب تمام می‌شود که او طرفدار زیادی در اواسونا دارد و شاید روزی هدایت این تیم لالیگایی را در دست بگیرد.

اگر این چنین شود جواد نکونام اولین مربی لیونرئو ایرانی خواهد بود که کارش را در فوتبال ایران آغاز کرده. رویایی که جواد یک بار آن را در دوره بازیگری به حقیقت رسانده و باید دید در دوره مربیگری هم می‌تواند آن را تبدیل به افتخاری بزرگ برای همه ایرانیان کند یا نه.

پاسخ خطیر به مالک تراکتور:

در گرداب گیر افتادی، پول نداری و دنبال شریک جرم هستی!



در تراکتور یا هر جای دیگر شانه خالی کند و بدون پذیرش هیچ مسئولیتی، آن را گردن افراد دیگر بیندازد.

♦ **فکر کردی چون پول داری، هر غلطی بخواهی می‌کنی؟!**

وی با بیان اینکه از زنجری شکایت خواهد کرد، گفت: روز شنبه موضوع را از طریق وکیل‌م در داسرای فرهنگ و رسانه پیگیری می‌کنم و زنجری باید این اتهامات بدون سند را اثبات کند. صحبت از تبانی، اختلاس و زد‌ی خیلی سنگین است و نمی‌دانم او چگونه جرات کرده از این کلام استفاده کند. من از زنجری در عنوان اخلاق شکایت می‌کنم، اما این کمینه بدون نیاز به شکایت من را زنجری به عنوان مدعی‌العموم باید این پرونده را بررسی کند. معاون پیشین باشگاه استقلال که با برنامه «تهران ورزشی» رادیو تهران گفت‌وگو می‌کرد، بیان کرد: زنجری می‌گوید

یہ

■ دعای روز دوم ■

«اللَّهُمَّ قَرِّبْنِي فِيهِ إِلَى مَرْضَاتِكَ وَجَبِّئِي فِيهِ مِنْ
سَخَطِكَ وَتَقَامَكِ وَوَقِّنِي فِيهِ لِقَاءَ آيَاتِكَ
بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ»

«بار خدایا! در این روز مرا به خشنودیهایت نزدیک گردان و از
خشم و انتقامت دور کن و بر خواندن آیاتت موفق گردان. به
مهربانیت‌ای دلسوزترین مهربانان!»

◀ نرم افزار آموزشی "شاد" غمی مضاعف بر دل محرومان!

مدیر عامل رسته معیشتی از سوی احمر استان قم گفت: یکی از طرح‌های حیاتی در شرایط کرونایی توزیع چادر هزار بسته معیشتی از سوی احمر در طرح نذر زندگی میان نیازمندان است. محمد گلشنیان با اشاره به فعالیت سامانه «هک افروز» یکی از طرح‌های حمایتی در شرایط کرونایی توزیع هزار بسته معیشتی از سوی احمر در قالب طرح نذر زندگی در میان نیازمندان است. وی با اشاره به اینکه هر بسته معیشتی ۲۰ تا ۵۰ هزار تومان ارزش اعتباری دارد، تصریح کرد: تاکنون از سوی آخرین سلامت بیمه چادر میلیدار تومان کمک شده است و قرار شد طولانی‌ترین دوره برای آن راه‌انداز کنند.