

رهبر معظم انقلاب اسلامی در سخنرانی تلویزیونی به مناسبت عید سعید مبعث:

طرفدار توقف جنگ در اوکراین هستیم

♦ اوکراین قربانی سیاست بحران سازی آمریکا شده است

رهبر انقلاب اسلامی ، اوکراین را قربانی سیاست بحران سازی آمریکا برشمردند و خاطرنشان کردند: ما در اوکراین طرفدار توقف و خاتمه جنگ هستیم. به گزارش پایگاه اطلاع رسانی دفتر رهبر معظم انقلاب اسلامی،

رئیس کمیسیون خدمات شهری شورای اسلامی شهر قم خبر داد:

برنامه ریزی گسترده شهرداری قم برای جشن های نیمه شعبان

فرماندار قم:

بیشتر مهدهای کودک توان علمی و مهارتی برای تربیت فرزندان ندارند

فرماندار قم ، بیشتر مهدهای کودک را فاقد محتوای مناسب برای تعلیم و تربیت دانست و گفت: جاهای مختلفی را داریم که علی رغم مبالغ کلانی که دریافت

رئیس جمعیت مبارزه با دخانیات استان قم:

حذف مالیات بر سیگار به سلامت جامعه ضرر به می زند

مدیر حوزه های علمیه:

دشمن با ابزار های نوین در صدد جدا کردن جامعه از گفتمان انقلاب است



مدیر حوزه های علمیه با بیان اینکه توجه به نسل جوان انقلابی و فعال سازی و بهره گیری از ظرفیت های نخبگانی جوانان برای حرکت های گفتمانی امری لازم و مهم است گفت: دشمنان انقلاب با بهره گیری از ابزار های نوین، در تلاش هستند تا نرم افزار فکری جامعه را از گفتمان انقلاب اسلامی

احمد حکیمی پور:

شبکه های اجتماعی بسیاری از دست درازی ها به بیت المال را افشا کردند



یک فعال سیاسی اصلاح طلب گفت: شفافیت، آزادی بیان، گردش اطلاعات و پاسخگویی مسئولین مسائلی بود که در زمان انقلاب امر بدیهی تلقی می شد اما با طرح مسائلی مثل محدود سازی فضای مجازی برخی یادشان رفته که اگر فضا های اجتماعی نبود بسیاری

رئیس جمهور:

مهم ترین جلوه عدالت اقامه آن در پرداخت حقوق و دستمزد است



رئیس جمهور با بیان اینکه امروز مردم احساس نوعی بی عدالتی و تبعیض در پرداخت حقوق و دستمزد دارند، گفت: یکی از مهم ترین جلوه های عدالت، اقامه عدالت در پرداخت حقوق و دستمزد است. آیت الله سید ابراهیم رئیسی روز دوشنبه

در جلسه رسمی و طنلی شورای اسلامی شهر قم صورت گرفت:

تصویب بودجه ۴ هزار و ۲۵۳ میلیارد تومانی سال آینده شهرداری قم

شهرداری قم اعلام کرد در شهری ۱۷ درصدی بودجه فسیل به سال ۱۴۰۱



معاون استاندار قم:

دکل های فشار قوی برق حریم مناطق مسکونی قم جابه جایی شود

معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری قم با اشاره به مشکل سکونتگاه های غیررسمی و خانه های در حریم دکل فشار قوی برق، گفت: بر مبنای سیاست جدید استان، انتقال خطوط انتقال برق به مناطق غیر مسکونی در دستور کار قرار گرفته است. ابراهیم معتمدی اضافه کرد: طبق برآورد انجام شده انتقال خطوط برق از حریم خانه های مسکونی در قم حدود ۴۰۰ میلیارد تومان هزینه دارد که بخشی از این هزینه ها از طریق اراضی پشیمان ۳۲ و ۴۸ هکتاری پردیسان تامین خواهد شد. وی اضافه کرد: باید زمینه مساعد جهت آماده سازی و استفاده از

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم:

برنامه استراتژیک بهداشت نیازمند افکار و ایده های جدید است

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم گفت: باید نیاز های بهداشتی در سطح جامعه سنجیده شود و برنامه استراتژیک طبق این نیاز ها تدوین شود. دکتر مهدی مصری پیش از ظهر روز دوشنبه در مراسم روز بهروز که به صورت ویدئو کنفرانس با حضور وزیر بهداشت، رؤسای دانشگاه های علوم پزشکی کشور، معاونان بهداشتی، مدیران شبکه بهداشتی، بهروزان و مراقبان سلامت و مربیان آموزشگاه بهوزری برگزار شد، گفت: یکی از افتخارات انقلاب اسلامی ارتقاء نظام بهداشت و درمان است. وی با اشاره به نقش اساسی بهوزران در حفظ و ارتقای سلامت روستاها،

سرمقاله

شهرداری قم و چالش حمل و نقل



عباس جعفری*

امروزه گفته می شود کشوری توسعه یافته نیست که افراد فقیر هم در آن خودرو شخصی سوار شوند، بلکه جایی است که افراد ثروتمند هم از وسایل حمل و نقل عمومی استفاده می کنند. مشاهده میدانی شهر قم و مقایسه آن با سالهای نه چندان دور به خوبی نشان می دهد که در وضعیت منظر شهری و توسعه زیربنایی این کلان شهر پیشرفت مطلوب و شایسته ای صورت گرفته است، شهرداری قم در حوزه مدیریت پسماند، پارک ها و فضای سبز شهری و توسعه زیر ساختی محوهرایی تردد شهری عملکرد کم نظیری نسبت به دهه های قبل داشته است.

هر چند بعضا انتقادهایی به نحوه اجرای این پروژه صورت می گیرد که البته جای بحث دارد، اما برآیند کلی عملکرد شهرداری یک رضایت عمومی در سطح شهروندان قمی به وجود آورده است، لیکن ضعف در توسعه حمل و نقل عمومی بخصوص ناوگان اتوبوسرانی فسرده و سفرهای درون شهری زمان بر، علی رغم همه تلاش هایی که برای ارتقاء این بخش صورت گرفته است، شهروندان قمی اغم از غنی و فقیر را به سمت استفاده از وسایل حمل و نقل شخصی به هر نحوی سوق داده است، لذا زمان آن رسیده است که شاخص های توسعه پایدار شهری با یک نگاه عمیق کارشناسی مورد ارزیابی قرار گیرد.

شهرداری قم در توسعه حمل و نقل عمومی و همچنین توسعه محوهرای تردد منتهی به مرکز شهر هنوز نتوانسته است به یک سطح ایده آلی دست یابد، روند فزاینده کاربرد اتومبیل شخصی در شهر مسایل و مشکلات و معضلات اجتماعی و زیست محیطی زیادی را در پی داشته و بررسی گزارش روزانه آلودگی هوا هم به خوبی نشان می دهد که عمده مناطق آلوده در مسیرهای پر تردد شهر واقع شده است.

مشکل ترافیک مرکز شهر هنوز حل نشده است و رفع این مساله نیاز با تلاش شهرداری به تنهایی نمی تواند صورت گیرد، بلکه نیاز به کارگیری مجموعه ای از روش ها و تعامل سازنده بین عوامل موثر در ترافیک است و تنها زمانی معضل حجاج باالی عبور مرور مرکز شهر حل خواهد شد که شهرداری بتواند نسبت به ارتقاء سطح کیفی و کمی حمل و نقل عمومی ترون شهری اقدام در خوری انجام دهد و در عین حال همکاری سازنده ای بین شهرداری، شهروندان و سایر نهادهای ذیربط بوجود آید.

واقع شدن حرم مطهر بانوی کرامت و مراکز اصلی تجاری در مرکز شهر و در عین حال اصرار شهروندان بر استفاده از وسیله شخصی با وجود شلوغی همیشگی مناطق مرکزی شهر، عرض کم اکثر کوچه ها و بن بست بودن بعضی از آنها و عدم مطلوب خروج بار ترافیکی از آنها و همچنین استقرار بسیاری از واات بارها و تردد چرخ دستی ها و موتور سیکلت ها بر خلاف جریان تردد خودرو ها، باعث ایجاد ترافیک و راه بندان در اغلب مواقع شده است.

بدون شک تکمیل و تسریع در اجرای طرح های اطراف حرم مطهر و مرکز شهر که سالها از آنها می گذرد و تبدیل به مسائل پیچیده شهری شده است، الویت اصلی برنامه های شهرداری قم در سال آتی است. در عین حال باید راهکارهایی عملی جهت آموزش شهروندان و فرهنگ سازی در راستای رعایت رفتارهای صحیح ترافیکی ارائه گردد، روند انتقال توزیع کاربری های تجاری و اداری در سایر نقاط شهر ادامه یابد و نظارت دقیقی بر ایجاد پارکینگ در مجتمع های تجاری و مسکونی تازه ساخت و استفاده از پارکینگ های موجود و تصحیح اصولی و فنی مطابق با استانداردهای به روز طراحی و احداث پیاده روها و میدان ها و معابر در مرکز شهر صورت گیرد.

ایجاد و بهبود بستر و پیشرفت دولت الکترونیک در دستور کار تمامی سازمان های دولتی قرار گیرد و کارمندان دولت نیز نهایت همکاری را جهت استقرار و استفاده بهینه شهروندان داشته باشند.

کنشگر اجتماعی و کارشناس برنامه ریزی محیط زیست

خبر

دادستان قم خبر داد:

آزادی ۴۱ نفر از زندانیان جرائم غیر خشن

دادستان قم از صدور دستور آزادی ۴۱ نفر از زندانیان جرائم غیر خشن به مناسبت عید مبعث نبی مکرم اسلام (ص) خبر داد.

حجت الاسلام و المسلمین حسن غریب با اشاره صدور دستور آزادی ۴۱ نفر از زندانیان به مناسبت عید سعید مبعث رسول اکرم (ص)، گفت: این زندانیان که به علت جرائم غیر خشن محکوم شده اند از نهادهای ارفاقی مانند مرخصی تا پایان حبس بهره مند شده اند.

دادستان قم با تأکید بر اجرای مستمر طرح پایش و غربالگری زندانیان استان، اظهار داشت: از همه ای رافاقی قانونی برای تغییر وضعیت زندانیان واجد شرایط و ایجاد زمینه آزادی آنان با استفاده از راهکارهای قانونی تخفیف و تعلیق مجازات، اعطای مرخصی و موافقت با مرخصی پایان حبس استفاده می شود.

((آگهی حراج حضوری))

سازمان میادین میوه و تره بار و ساماندهی مشاغل شهری شهرداری قم

با مشخصات و شرایط کلی ذیل اقدام به برگزاری حراج می نماید.

موضوع حراج: اجاره عرصه و مجوز موقت بهره برداری تعداد محدودی از مکانهای مشخص شده برای برپایی چادر جهت

عرضه ماهی قرمز و تزئینات سفره هفت سین ویژه ایام نوروز.

مدت انجام کار: از تاریخ انعقاد قرارداد به مدت ۱۴ روز.

محل دریافت اسناد: قم- جاده قدیم قم تهران- روبروی بهشت معصومه - بلوار شهید رجایی میدان بزرگ میوه و تره بار شهید رجایی- ساختمان اداری سازمان میادین- واحد درآمد ، تلفن ۳۶۴۱۳۲۷.

تضمین شرکت در حراج: مبلغ ۲۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به صورت ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان (با حداقل اعتبار ۳ماه) یا واریز وجه نقد به حساب بانک ملی شعبه تره بار به شماره ۰۴۸۹۰۲۷۰۱۱۵۴۲۷۰۰۱ بنام سازمان میادین شهرداری قم.

تذکر: ارائه فیش واریزی هنگام حضور در جلسه الزامی می باشد در غیر اینصورت از ورود متقاضیان به جلسه ممانعت می

گردد.

تاریخ و محل برگزاری حراج: روز یکشنبه ۱۴۰۰/۱۲/۱۵ ساعت ۱۰ صبح ساختمان اداری سازمان میادین .

-سایر شرایط حراج در اسناد و مدارک درج شده است. شرکت کنندگان مکلف اند کلیه اسناد و مدارک را امضاء و به واحد درآمد سازمان تحویل نمایند.

-هزینه درج آگهی بر عهده برندگان حراج میباشد

روابط عمومی سازمان میادین شهرداری قم

شناسه آگهی: ۱۲۸۶۴۵۱

آگهی مناقصه عمومی (نوبت دوم)

اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان قم در نظر دارد:

پروژه تکمیل عملیات آبخیزداری در حوزه ونارچ به شماره ۱۴۰۰/۷ را از طریق مناقصه عمومی یک مرحله ای به پیمانکاران دارای گواهینامه صلاحیت حداقل در رتبه ۵ رشته کشاورزی یا آب را به شرح ذیل واگذار نماید.

۱- مبلغ برآورد مناقصه: ۸/۶۴۶/۴۵۱/۹۳۹ ریال

۲- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: ۴۳۲/۰۰۰/۰۰۰ ریال

۳- تاریخ انتشار مناقصه در سامانه مورخ ۱۴۰۰/۱۲/۸ می باشد.

۴- مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سایت تا پایان وقت مورخ ۱۴۰۰/۱۲/۱۱ می باشد.

۵- آخرین مهلت تحویل پیشنهادها ساعت ۱۴ مورخ ۱۴۰۰/۱۲/۲۱ و گشایش پیشنهادها در ساعت ۹ مورخ ۱۴۰۰/۱۲/۲۲ می باشد.

۶- تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار طبق آیین نامه تضمین برای معاملات دولتی تهیه و ارایه گردد.

۷- برآورد اولیه بر مبنای فهرست بهای رشته کشاورزی و منابع طبیعی سال ۱۴۰۰ می باشد.

۸- مدت اعتبار پیشنهادها ۳ ماه از تاریخ آخرین مهلت تحویل پیشنهادها است.

۹- اطلاعات تماس سامانه ستاد: ۰۲۱-۴۱۹۳۴

۱۰- تحویل پیشنهادها، از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir و گشایش پاکات در اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان قم به نشانی جاده قدیم اصفهان - جنب بوستان علوی با کد پستی ۳۷۱۶۱۵۳۱۱۴ انجام خواهد شد.

شناسه آگهی: ۱۲۸۶۴۲۷۲

اخبار

فرماندار قم:

بیشتر مهدهای کودک توان علمی و مهارتی برای تربیت فرزندان ندارند

فرماندار قم ، بیشتر مهدهای کودک را فاقد محتوای مناسب برای تعلیم و تربیت دانست و گفت: جاهای مختلفی را داریم که علی رغم مبالغ کلانی که دریافت می نمایند اما محتوای مناسبی را به فرزندان جامعه ما ارائه نمی کنند؛ متأسفانه بسیاری از مربیان مهدهای کودک توان علمی و مهارتی لازم در زمینه تربیت را ندارند.

سید مرتضی حیدری در همایش ملی فناوری نرم، شبکه سازی و تسهیل گران ازدواج که در دارالقرآن علامه طباطبایی برگزار شد، ضمن تبریک عید مبعث گفت: یکی از وظایف اصلی ما در این سال هار پرداختن به تسهیل گری در زمینه ازدواج است.

وی افزود: تسهیل گر ازدواج باید دارای کرامت ذاتی، قدرت کشف استعدادها، متوازن و منعطف، بیطرف و با اعتماد به نفس بالا باشد. حیدری خاطرنشان کرد: با توجه به شرایط حال حاضر جامعه و تحولاتی که در حوزه زنان رخ داده است، در حال حاضر جمع کثیری از متولیان تربیت در خانواده که مادران بوده اند به مشاغل مختلف بیرون از منازل روی آورده اند، وی بیشتر

مهدهای کودک را فاقد محتوای مناسب برای تعلیم و تربیت دانست و گفت: جاهای مختلفی را داریم که علی رغم مبالغ کلانی که دریافت می نمایند، اما محتوای مناسبی را به فرزندان جامعه ما ارائه نمی کنند؛ متأسفانه بسیاری از مربیان مهدهای کودک توان علمی و مهارتی لازم در زمینه تربیت را ندارند. فرماندار قم تصریح کرد: چرا مراکز تربیت اسلامی نداریم؟ باید مراکز

تأسیس گردد که بر اساس آموزه های دینی تربیت کودکان و نوجوانان کشور بپردازند؛ این کار حضور طلاب جوان، متخصص، چشمانداز انقلابی را می طلبد.

وی با اشاره به تغییر سبک زندگی مردم افزود: باید احترام به والدین و مدیریت زندگی بزرگان را از همان ابتدا به زوج های جوان بیاموزیم. سیدرن پدر و مادر به خانه های سالمندان نتیجه پیروی از سبک زندگی غربی است و باید با این مسئله مقابله شود.

مدیرکل راه آهن استان قم خبر داد:

افزایش ۱۲۰ درصدی انتقال مسافر از ناوگان ریلی قم

مدیرکل راه آهن استان قم گفت: تعداد جابه جایی مسافر از طریق ناوگان ریلی در این استان طی ۱۱ ماه امسال یک میلیون و ۷۰۸ هزار و ۱۱۹ تن بوده که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۱۲۰ درصد رشد داشته است.

غلامحسین دیباغ در گفت وگویی افزود: آمار خروجی مسافر در ۱۱ ماه سال جاری ۸۶۶ هزار و ۸۴ تن بوده که ۱۲۰ درصد، و آمار ورودی نیز ۸۲۲ هزار و ۳۵ مسافر بوده که در این مورد نیز رشد ۱۲۱ درصدی را شاهد هستیم. وی ادامه داد: این در حالی است که در سال ۹۹ در همین مدت ورودی و خروجی مسافر در مجموع ۷۷۳ هزار و ۲۱ تن بوده است. مدیرکل راه آهن قم خاطرنشان کرد: ایستگاه راه آهن قم در حال حاضر سومین ایستگاه مسافری کشور از لحاظ جابه جایی مسافر بعد از ایستگاههای مشهد و تهران است. دیباغ در ادامه با بیان اینکه در بحث قطارهای حومه ای برغم محدودیت های کرونایی و اعزام قطارها با ۸۰ درصد ظرفیت، شاهد رشد و استقبال خوب مردم قم بودیم افزود: آمار ورودی و خروجی مسافران قطارهای حومه ای در ۱۱ ماه سال جاری در مجموع ۶۸۵ هزار و ۷۲۱ مسافر بوده که رشد ۸۸ درصدی نسبت به مدت مشابه سال قبل را داشتیم.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم:

برنامه استراتژیک بهداشت نیازمند افکار و ایده های جدید است

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم گفت: باید نیازهای بهداشتی در سطح جامعه سنجیده شود و برنامه استراتژیک طبق این نیازها تدوین شود. دکتر مهدی مصری پیش از ظهر روز دوشنبه در مراسم روز بهروز که به صورت ویدئو کنفرانس با حضور وزیر بهداشت، رؤسای دانشگاه های علوم پزشکی کشور، معاونان بهداشتی، مدیران شبکه بهداشتی، بهوزران و مراقبان سلامت و مربیان آموزشگاه بهوزری برگزار شد، گفت: یکی از افتخارات انقلاب اسلامی ارتقاء نظام بهداشت و درمان است. وی با اشاره به نقش اساسی بهوزران در حفظ و ارتقای سلامت روستاها، افزود: بهوزران در خانه های بهداشت عامل اصلی کاهش مرگ و میر و افزایش امید به زندگی در روستاها هستند. مصری با بیان اینکه بهوزران ایرانی الگوی بهداشت در جهان هستند، گفت: در زمان حاضر کارشناسان متعدد جهانی از این الگوی ایرانی بارها بارها بازدید کرده اند و در تلاش انگور داری از آن هستند. وی بیان کرد: باید نیازهای بهداشتی در سطح جامعه سنجیده شود و برنامه استراتژیک طبق این نیازها تدوین شود که در این راستا از نظرات و ایده های جدید استقبال می کنیم.

با نوشیدن آب این بیماری‌ها را از خود دور کنید



بدن انسان تقریباً ۶۰ تا ۷۰ درصد از آب است و همین نشان می‌دهد هیدراته بودن بدن تا چه حد برای سلامتی مهم است. هیدراسیون آن قدر مهم است که حتی دهیدراسیون خفیف هم می‌تواند پیامدهای بدی برای سلامتی داشته باشد. طبق مطالعات، تنها ۲ درصد دهیدراته بودن بدن (میزانی که حتی شما احساس تشنگی هم نمی‌کنید) می‌تواند موجب خستگی، بدخلقی و سردرد شود.

آیا به اندازه کافی آب می‌نوشید؟ تحقیقات نشان می‌دهد خیلی از افراد به اندازه کافی آب نمی‌نوشند و بدون اینکه بدانند اغلب اوقات دچار دهیدراسیون خفیف‌اند. بدن انسان تقریباً ۶۰ تا ۷۰ درصد از آب است و همین نشان می‌دهد هیدراته بودن بدن تا چه حد برای سلامتی مهم است. هیدراسیون آن قدر مهم است که حتی دهیدراسیون خفیف هم می‌تواند پیامدهای بدی برای سلامتی داشته باشد. طبق مطالعات، تنها ۲ درصد دهیدراته بودن بدن (میزانی که حتی شما احساس تشنگی هم نمی‌کنید) می‌تواند موجب خستگی، بدخلقی و سردرد شود.

چیزی که ممکن است نذاند این است که نوشیدن آب بیشتر، ریسک برخی از بیماری‌ها و مشکلات سلامتی را کاهش می‌دهد.

لخته خون

لخته‌های خون، رگ‌ها را مسدود می‌کنند و اجازه رسیدن اکسیژن به بافت‌ها را می‌گیرند و مانع جریان خون در عروق ورگ‌ها می‌شوند؛ اما خطر واقعی زمانی است که لخته‌های خون به سمت دیگر قسمت‌ها حرکت می‌کنند. مثلاً، یک لخته خون که در رگی در پا تشکیل شده می‌تواند به سمت ریه‌ها برود و حادثه‌ای مرگبار رخ بدهد. یکی از راه‌های کاهش خطر لخته شدن خون، بیشتر آب نوشیدن است. نوشیدن آب، خون را رقیق می‌کند، بنابراین کمتر ممکن است

لخته خون تشکیل شده و رگ را مسدود کند.

یک راه دیگر کاهش تشکیل لخته خون در رگ پا این است که هر چند دقیقه از جایتان بلند شوید و راه بروید و پاها را بکشید تا خون در پاهایتان به گردش درآید. همین چند قدم راه رفتن می‌تواند ریسک لخته شدن خون را به شدت پایین بیاورد. وقتی شما آب بیشتری می‌نوشید، ادرارتان رقیق‌تر می‌شود و هر چه ادرارتان رقیق‌تر شود، عوامل سرطان‌زای کمتری به دیوارهٔ مثانه‌تان در ارتباط خواهند بود؛ بنابراین پیش از اینکه این عوامل سرطان‌زا مشکلی ایجاد کنند، با ادرارتان از بدن خارج می‌شوند

سنگ کلیه

سنگ کلیه بسیار دردناک است. پزشکانی که با مشکل سنگ کلیه سروکار دارند به شما می‌گویند بهترین راه کاستن از ریسک سنگ کلیه این است که زیاد آب بنوشید. آب، ادرارتان را رقیق می‌کند و بنابراین کلسیم و اگزالات کمتری در ادرارتان وجود دارد و نمی‌توانند به هم بچسبند و سنگ‌های کلسیم اگزالات که

شایع‌ترین نوع سنگ کلیه است تشکیل بدهند.

سنگ کلیه در تابستان که بیشتر عرق می‌کنید و بدنتان مایعات بیشتری از دست می‌دهد و ادرارتان غلیظ‌تر است بیشتر شایع‌تر است. افزودن آب‌میوه به آب می‌تواند احتمال تشکیل سنگ کلیه را کمتر هم بکند چون اسیدسیتریک دارد.

عفونت‌های مجاری ادراری

عفونت‌های مجاری ادراری بیشتر در خانم‌ها شایع‌اند و دلیل آن کوتاه بودن مجرای ادرار است، یعنی قسمتی از سیستم ادراری که به سمت بیرون باز می‌شود. برخی از خانم‌ها مگر را به عفونت‌های ادراری دچار می‌شوند، خصوصاً در تابستان که به اندازه کافی مایعات نمی‌نوشند. نوشیدن آب فراوان، با کاهش غلظت ادرار می‌تواند ریسک این عفونت‌های آزاردهنده را کاهش دهد. وقتی

غلظت ادرار کم می‌شود با کتری‌ها به‌سختی می‌توانند به دیواره مثانه بچسبند و عفونت ایجاد کنند. این هم دلیلی دیگر برای بیشتر آب نوشیدن! اگر بدنتان خوب هیدراته باشد، رنگ ادرارتان نباید تیره‌تر از زرد بسیار روشن باشد.

سرطان مثانه

مطالعه‌ای روی ۴۸۰۰۰ نفر در یافت با هر ۲۴۰ میلی‌لیتر بیشتر نوشیدن آب، ریسک سرطان مثانه تا ۷ درصد کمتر می‌شود. هر چند این مطالعه تنها نشان داد بین مصرف مایعات و ریسک سرطان مثانه ارتباط وجود دارد؛ اما داللی مینی بر نوشیدن مایعات فراوان و کاهش ریسک سرطان مثانه وجود دارد. وقتی شما آب بیشتری می‌نوشید، ادرارتان رقیق‌تر می‌شود و هر چه ادرارتان رقیق‌تر شود، عوامل سرطان‌زای کمتری به دیوارهٔ مثانه‌تان در ارتباط خواهند بود؛ بنابراین پیش از اینکه این عوامل سرطان‌زا مشکلی ایجاد کنند، با ادرارتان از بدن خارج می‌شوند. سیگاری‌ها بیشتر در معرض ابتلا به سرطان مثانه‌اند، پس مهم است که بیشتر آب بنوشید و البته سیگار را ترک کنید.

سرطان کولون

آیا واقعاً هیدراسیون مناسب بدن، احتمال سرطان کولون را کاهش می‌دهد؟ مطالعات روی حیوانات نشان داده که بله می‌تواند. وقتی شما آب بیشتری می‌نوشید، غذا در سیستم گوارشتان سریع‌تر حرکت می‌کند و مواد سرطان‌زا یا همان کارسینوزن‌ها فرصت کمتری برای تماس با دیواره‌های روده بزرگ دارند. موارد سرطان کولون در میان افراد زیر پنجاه سال رو به افزایش است، بنابراین هر چیزی که بتواند این احتمال را کم کند خوب و قابل قبول است. البته غربالگری منظم سرطان کولون را فراموش نکنید. غربالگری می‌تواند پولیپ‌های لوزالمعده را قبل از اینکه تبدیل به یک سرطان کامل شوند شناسایی کند.

افسردگی

برخی از مطالعات، دهیدراسیون بدن را با تشدید علائم افسردگی مرتبط دانسته‌اند. عجیب‌هم نیست؛ زیرا طبق یافته‌ها دهیدراسیون خفیف هم می‌تواند باعث نوسانات خلقی از جمله خستگی و علائم افسردگی شود. آزمایشاتی که روی حیوانات انجام شدند نشان می‌دهد دهیدراسیون بدن، تغییراتی در سروتونین مغز ایجاد می‌کند که می‌تواند سبب تشدید علائم افسردگی شود. همچنین کم آب شدن بدن، انرژی و انگیزه را کاهش می‌دهد و همین نیز موجب بدتر شدن علائم افسردگی خواهد شد؛ بنابراین بیشتر آب نوشیدن شما را خوش‌اخلاق‌تر هم می‌کند.

مه مغزی

مغز شما باید مدام گلوکز و اکسیژن دریافت کند و دهیدراسیون می‌تواند انتقال این مواد ضروری را کاهش بدهد. حتی کم‌آبی خفیف بدن بر عملکرد ادراکی اثر می‌گذارد و خلایق و کارآمدی را کاهش می‌دهد. همان‌طور که گفتیم کم‌آبی بدن، انرژی و انگیزه را نیز کم می‌کند. وقتی به اندازه کافی آب نمی‌نوشید، حجم مغز کم می‌شود و عملکرد آن تحت تأثیر قرار می‌گیرد. پس اگر به هر دلیلی آب نمی‌نوشید، حداقل به‌خاطر مغزتان این کار را بکنید! مه مغزی و احساس پریشانی به‌نفع هیچ کس نیست.

دیگر فواید نوشیدن آب کافی

نوشیدن آب کافی، احتمال عفونت‌های زنانه و یبوست را کاهش می‌دهد. اگر بدن هیدراته باشد، عملکرد ورزشی‌تان نیز بهتر می‌شود و کمتر ممکن است دچار گرفتگی‌های عضلانی شوید، خصوصاً اگر یک نوشیدنی الکترولیت‌دار بنوشید.

کلایماتیایی

حالا می‌دانید چرا نوشیدن آب این قدر مهم است. آیا شما به اندازه کافی آب می‌نوشید؟ همیشه و همه‌جا یک بطری آب با خود داشته باشید و جرعه‌جرعه بنوشید. برای اینکه تمایلتان به نوشیدن آب بیشتر شود می‌توانید در بطری آب‌تان چند برش میوه یا سبزیجات معطر بیندازید و آن را طعم‌دار کنید.

توصیه‌ها و هشدارها

عناب: نیروگاهی از مواد مفید؛

خواص عناب از بهبود فشار خون تا درمان یبوست



این میوه منبع خوبی از ویتامین C و حاوی مقادیر قابل ملاحظه‌ای مواد معدنی است. همچنین دارای پروتئین، کربوهیدرات و مواد معدنی کلسیم، فسفر، آهن،

کارتوتن، تیامین، ریبوفلاوین، نیاسین و فلور است.

خواص عناب برای فشار خون و کم خونی

به دلیل خواص عناب برای فشار خون این میوه یکی از انتخاب‌های رایج برای کنترل فشار خون بالا در طب سنتی به حساب می‌آید. خرما چینی سرشار از مواد معدنی مثل پتاسیم، فسفر، منگنز، آهن وروی است. به لطف چنین مینرال‌هایی، جریان خون در بدن بهبود یافته و همچنین به دلیل افزایش هموگلوبین خون ناشی از آهن موجود در عناب، خطر ابتلا به کم خونی نیز کاهش پیدا می‌کند. بنابراین، علاوه بر مزه شیرین و دلچسب، خواص عناب برای فشار خون و کم خونی می‌تواند دلیل دیگری برای گنجاندن این میوه در رژیم غذایی شما باشد.

خواص عناب برای کبد

بنا به گزارش سال ۲۰۰۹ مجله سلامت هلندی Ethnopharmacology که به بررسی تأثیر مواد طبیعی بر روی سلامت می‌پردازد، عناب به سبب سرشار بودن از آنتی اکسیدان‌ها می‌تواند از آسیب دیدن کبد پیشگیری کند. رادیکال‌های آزاد موادی هستند که از طریق مواد سمی، سیگار کشیدن و همچنین قرار گرفتن در معرض اشعه ایکس، آلئینده‌های هوا و مواد شیمیایی صنعتی در بدن به وجود آمده و یکی از تأثیرات آن‌ها بر روی بدن آسیب دیدن کبد است. آنتی اکسیدان‌ها به نحوی نقطه مقابل رادیکال‌های آزاد به حساب آمده و می‌توانند اثرات منفی آن‌ها را خنثی کنند. از این رو، می‌توان به خواص عناب برای کبد به عنوان منبعی مناسب از آنتی اکسیدان‌ها پی برد.

بهبود سیستم ایمنی و مقابله با سرطان

برخی مطالعات حاکی از این هستند که خواص آنتی اکسیدانی عناب می‌تواند باعث تقویت سیستم ایمنی و قدرت ربخشیدن به بدن برای مقابله با سلول‌های مضر مثل سلول‌های سرطانی شود.

خواص عناب برای دیابت

خواص عناب برای دیابت و تأثیر آن در پیشگیری از سکنه یکی دیگر از دلایل مصرف و محبوبیت این میوه به شمار می‌رود. همان‌طور که عنوان شد، خرما ی چینی سرشار از ویتامین C است. این ویتامین در بدن به عنوان آنتی اکسیدان عمل کرده و می‌تواند از سکنه ناشی از دیابت جلوگیری نماید. براساس برخی مطالعات محدود نیز، کمک به خوب شدن زودتر زخم یکی دیگر از مهم‌ترین خواص عناب برای دیابت است. زخم‌ها در بیماران دیابتی خیلی دیرتر می‌دهند. علاوه بر این، مطالعات آزمایشگاهی و حیوانی نشان است آن هستند که مصرف عناب ممکن است که حافظه را بهبود بخشیده و از سلول‌های مغز در مقابل ترکیبات نابودکننده عصبی جلوگیری نماید.

بهبود خواب و عملکرد مغز

بهبود خواب یکی از کاربردهای متداول عناب در طب سنتی است. مطالعات جدید نیز این مسئله را به برخی آنتی اکسیدان‌های خاص در این میوه ربط می‌دهند. علاوه بر این، مطالعات آزمایشگاهی و حیوانی نشان است آن هستند که مصرف عناب ممکن است که حافظه را بهبود بخشیده و از سلول‌های مغز در مقابل ترکیبات نابودکننده عصبی جلوگیری نماید.

خواص عناب برای یبوست

عناب یک میوه سرشار از فیبر است و همان‌طور که احتمالاً می‌دانید فیبر بهترین سلاح برای مبارزه با یبوست به شمار می‌رود؛ همین مسئله، خواص عناب برای یبوست و کارکرد درست روده‌ها را تأیید خواهد کرد. علاوه بر این، به دلیل خواص آنتی اکسیدانی، عناب ماده غذایی مناسب برای بهبود سایر عملکردهای سیستم گوارش نیز به حساب می‌آید.

مضرات عناب

عوارض عناب در افراد عادی تقریباً صفر است و معمولاً برای بیشتر افراد بی ضرر خواهد بود. با این حال، اگر دارو ضد افسردگی و نلافکسین یا سایر مهارکننده‌های انتخابی بازجذب سروتونین-نورایی نفرین (SSNRIS) را مصرف کنید، باید از عناب خوردن اجتناب کنید، زیرا ممکن است این میوه در عملکرد این داروها اختلال ایجاد نماید. علاوه براین، شیره عناب ممکن است عملکرد برخی داروهای ضد تشنج مثل فنیتوین، فنوباربیتون و کاربامازپین را تشدید نماید. با اینکه نمی‌توان از این موارد به عنوان مضرات عناب یاد کرد اما توصیه می‌شود که اگر حتی یکی از داروهایی که به آن‌ها اشاره کردیم را مصرف می‌کند حتماً پیش از مصرف عناب با پزشک خود مشورت نماید. عناب یک میوه شیرین مزه، کم‌کالری و سرشار از فیبر است که به سبب شباهت ظاهری به خرما، از آن به عنوان خرما ی چینی، خرما ی کراه یا خرما ی هندی یاد می‌شود. این میوه منبع خوبی از آنتی اکسیدان‌ها بوده و خواص زیادی برای سلامتی دارد. مصرف میوه عناب در بیشتر افرادی بی ضرر بوده و هیچ عوارضی را به همراه نخواهد داشت اما ممکن است برخی داروهای افسردگی با تشنج تداخل داشته باشد.

فوق تخصص گوارش، کبد معده طرح کرد:

علامت هشدار ی که کبد برایتان می‌فرستد

فوق تخصص گوارش، کبد و مجاری صفراوی گفت: مصرف الکل کید را دچار التهاب می‌کند و این عضو مهم را از بین می‌برد.
مهران بابایی در برنامه در انتهای آلود که از شبکه دوم سیمپخش شد اظهار کرد: اطلاعات مردم در باره بیماری های کبدی افزایش یافته است. کبد عضو نجیب است اما بیماری های کبدی دیر بروز و ظهور پیدا می کند.

وی افزود: کبد ظرفیت بزرگی دارد و برای همین مشکلات کبدی را دیر می فهمیم و علامتی ندارد و گاه علامت مورد توجه ما قرار نمی گیرد. فرض کنید کارمندی سرکار همیشه احساس خواب آلودگی یا خستگی می کند و این می تواند از علائم بیماری های کبدی باشد. فوق تخصص گوارش، کبد و مجاری صفراوی توضیح داد: کبد در اکثر موارد در مراحل اولیه ممکن است ایراد داشته باشد و شما علائم نداشته باشید. در مرحله دوم یکسری علامتی دارد که شما به حساب بیماری کبدی نمیگذاردید بی اشتباهی از جمله این موارد است. بابایی با بیان اینکه الکل کبد را دچار التهاب می کند و کبد را از بین می برد و داروها نیز می توانند سبب التهاب کبد شود. عنوان کرد: در مرحله سوم علامتی بروز می کند که خطرناک است که از جمله آن زردی است یا شخص دچار ورم بدن شود. در این مرحله کبد ۹۰ درصد توان خود را از دست داده است و خیلی از بیماری های جدی کبدی به یکباره اتفاق نمی افتد و پس از ۱۵ سال شخص متوجه این بیماری شده است.

وی تصریح کرد: هر زردی متعلق به بیماری کبدی نیست و بیماری های خونی نیز ممکن است این علائم را داشته باشد. فوق تخصص گوارش، کبد و مجاری صفراوی تأکید کرد: برای شناسایی بیماری های کبدی چندراه داریم. باید بررسی کنیم و سالیانه باید خود را چک کنیم و آزمایشات کبدی داشته باشیم. براساس سونوگرافی ممکن است کبد مشکل نداشته باشد اما این بدان معنا نیست که کبد مشکل ندارد و باید چند آزمایش را باهم داشته باشیم. بابایی گفت: کبد ارگان مهمی است و مردم بدن را دفع می کنند و کمترین علائم بیماری کبد، درد است. یکی از بیماری های مهم کبد هیپاتیت است و در این بیماری کبد مورد تهاجم سلول های سفید قرار می گیرد. وی یادآور شد: هیپاتیت ویروس نیست و یکی از دلایل هیپاتیت می تواند ویروس باشد. یک دسته از هیپاتیت ها عفونی است و خود بیماری های عفونی انواع دارند. هیپاتیت های دیگر مانند کبد چرب شایع تر است و در مراحل اول این بیماری فقط رسوب چربی را داریم اما در مراحل بعدی التهاب کبد را داریم.

کارشناس اقتصادی:

اختصاص ارز ۴۲۰۰ تومانی ائتلاف منابع است



کارشناس اقتصادی گفت: اختصاص ارز ۴ هزار و ۲۰۰ تومانی موجب ائتلاف منابع ارزی کشور شده است تا جایی که ارز ترجیحی اختصاص یافته به برخی از مشاغل تلف شده و به سفره مردم نرسیده است.
احمد میدری درگفت وگویی با بیان اینکه مهمترین مسأله‌ای که به فقر در کشور دامن زده بحث تورم است افزود: در سال‌هایی که با تورم شدید روبرو بودیم جمعیت زیادی زیر خط فقر قرار گرفتند.
وی با اشاره به اینکه بر اساس سیاست‌های توزیعی دولت، جمعیت زیر فقر تغییر می‌کند گفت: بسیاری از کشورها درآمد سرانه بیشتر از ایران دارند، اما جمعیت زیر فقر آن‌ها از کشورمان بیشتر است و برخی کشورها درآمد سرانه کمتر، اما جمعیت زیر خط فقر کمتری در مقایسه با ایران دارند.
میدری افزود: اگر کسی نتواند خوراک خود را تأمین کند در فقر شدید قرار می‌گیرد که بر اساس بررسی‌ها کمتر از ۴ درصد مردم ایران در این فقر قرار دارند.

رییس کل بانک مرکزی خبر داد:

تأمین بیش از ۵۰ میلیارد دلار ارز از ابتدای سال تاکنون

رییس کل بانک مرکزی با بیان اینکه کشور در بهترین وضعیت ذخایر اسکناس ارزی قرار دارد، گفت: از ابتدای سال ۱۴۰۰ تاکنون بیش از ۵۰ میلیارد دلار تأمین ارز برای واردات کالا انجام شده است.

«علی صالح‌آبادی» روز دوشنبه در مراسم رونمایی از سامانه بازار متشکل ارزی کشور اظهار داشت: در حال حاضر در بهترین زمان ذخایر ارزی به صورت اسکناس قرار دارند.

وی ادامه‌داد: بازار ارز نقش مهمی دارد و تأمین اسکناس و حواله در این بازار برای بانک مرکزی مهم است و بانک مرکزی متعهد است بسترهای معاملات در این حوزه را شفاف تر و دسترسی را آسان تر کند.

صالح‌آبادی تأکید کرد: شفافیت، دسترسی آسان، بر خط بودن و تعادل در بازار ارز و پوشش نیازهای واقعی از اولویت‌های بانک مرکزی است. وی درخصوص سامانه به‌خط بازار متشکل ارز، گفت: خوشحالم که به وعده خود عمل کردیم و با راه‌اندازی این سامانه افراد در نقاط مختلف کشور می‌توانند به سامانه مراجعه و درخواست ارزی خود را ثبت کنند.

رییس کل بانک مرکزی افزود: انتخاب زمان و مکان دریافت ارز به انتخاب متقاضیان انجام می‌شود و این تحریم متقاضی است و با شروع به کار سامانه افراد در سریع‌ترین زمان ممکن و با شرایط سهل‌تر می‌توانند ارز تهیه کنند، علاوه بر این معاملات از این طریق شفاف خواهد بود. به گفته‌وی، این سامانه فقط برای تأمین ارز مسافرتی نیست بلکه سایر مصارف ۲۳ گانه در این سامانه عرضه می‌شود و مشکلی برای تأمین ارز وجود ندارد.

صالح‌آبادی بیان داشت: این سامانه تنها کانال دسترسی افراد به ارز نیست و افراد می‌توانند به صورت فیزیکی و مراجعه به صرافی‌های ارز تهیه کنند، اما توصیه می‌کنیم افراد با مراجعه به این سامانه ارز تهیه کنند.



معاون استاندار قم:

باید از تعطیلی واحدهای تولیدی قم جلوگیری شود



معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری قم با تأکید بر ضرورت درک بهتر از شرایط اقتصادی کشور گفت: ضر تعطیلی واحدهای تولیدی استان بیش از همه متوجه دولت است، از این رو باید مقابله این موضوع بایستیم و آن اتمشیت کنیم.

محسن امیدیان روز دوشنبه در چهل‌وهشتمین جلسه شورای گفت‌وگوی دولت و بخش خصوصی در تالار کرامت استانداری قم، ضمن بیان مطلب فوق افزود: همه‌بخش‌ها و واحدها باید با اقدام جدی این فرایند را مدیریت و ساماندهی کنند

وی ادامه داد: نخستین گام برای یک تصمیم درست، داشتن یک بانک اطلاعاتی دقیق از وضعیت واحدهای تولیدی است، که آمار دقیقی احصا شود.

امیدیان گفت: ما تا اطلاعات دقیق و درستی نداشته باشیم، نمی‌توانیم تصمیم بگیریم، دبیرخانه شورای گفت‌وگوی دولت و بخش خصوصی استان مبنای مناسبی است که اطلاعات را به صورت جامع کسب کند.

معاون استاندار قم خاطرنشان کرد: اگر واحد تولیدی ما تعطیل نشده باشد، بیانگر چرخیدن چرخ اقتصاد، فهم

و فن آوری اطلاعات استان بر اساس اقتضات حاکمیتی تشخیص بدهد که انجام چه اقدام‌هایی در این شهرک مورد نیاز است.

وی ادامه داد: اداره کل ارتباطات همچنین با همکاری فعالان حوزه فن آوری اطلاعات، زنجیره ارزش را تکمیل کند و بر اساس آن توزیع واحدها و واگذاری‌ها انجام شود.

امیدیان در ادامه خطاب به اداره کل ارتباطات استان بیان داشت: با همکاری صمت شورای گفت‌وگوی دولت و بخش خصوصی زمانبندی بگذارید، متولی و ناظر مشخص شود و این کار به طور هم‌زمان پیش بریرد و متوقف توافق شرکت شهرک‌ها و اداره کل راه و شهرسازی نیز نشود.

وی با اشاره به اینکه در کنار بُعد سخت‌افزاری، بگندرم افزاری مربوط به این شهرک نیز باید مورد توجه قرار گیرد گفت: اقتضاتاتی که مربوط به این حوزه است، احصا شود و هر چه را می‌توانیم در این شهرک پیش‌بینی کنیم، نباید وضع به گونه‌ای باشد که در یک بخش خیلی سرمایه‌گذاری و در بخش دیگر هیچ سرمایه‌گذاری را انجام ندهیم، از این رو واگذاری‌ها به صورت هوشمند باشد.

پروژه شهرک فناوری اطلاعات استان قم تعیین تکلیف‌شود

رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی قم نیز در این جلسه گفت: تأمین زیرساخت و زمین مورد نیاز برای شهرک فناوری اطلاعات باید پیگیری و تعیین تکلیف شود. ابوالفضل خاکی با اشاره به بی‌تکلیفی ۱۴ ساله پروژه شهرک فناوری اطلاعات در استان بیان کرد: موضوع شهرک فناوری اطلاعات از سال ۸۸ شروع شد و با پیگیری‌هایی که صورت گرفت زمین‌هایی برای این امر اختصاص داده شد و اجرای عملیات ساخت و ساز این شهرک هم شروع شد اما با گذشت بیش از ۱۴ سال هنوز به دلیل عدم وجود راه دسترسی و همچنین بحث حقوقی بین راه و شهرسازی و شرکت شهرک‌های استان و واگذاری زمین انجام نشده است. وی افزود: در زمان مدیرکل سابق راه و شهرسازی کاری صورت نگرفته است و اکنون ما تأکید بر اجرای مطلوب این توافق داریم چراکه این شهرک، سرمایه‌ای است که راکد مانده و با گذشت زمان هم فرسوده شده است درحالی‌که به دلیل نزدیکی با پایتخت اهمیت ویژه‌ای دارد.

خاطر‌نشان می‌شود، شهرک فناوری اطلاعات استان قم در نزدیکی اتوبان قم – تهران قرار گرفته است که با گذشت ۱۴

مجری طرح چغندر قند کشور خبر داد:

خود کفایی در تولید شکر طی ۳ سال آینده

مجری طرح چغندر قند کشور گفت: دولت در قالب یک طرح تلاش دارد کشور طی سه سال آینده به خودکفایی در تولید شکر برسد.

«پیمان حسادی» با بیان اینکه استان آذربایجان غربی با سطح زیر کشت ۳۴ هزار هکتار چغندر و تولید یک میلیون و ۶۷۰ هزار متر مکعب آب مصرف و از ۲۰۰ هزار هکتار سطح زیر کشت چغندر ویشکر در کشور است، افزود: بعد از استان آذربایجان غربی استان خراسان رضوی، کرمانشاه، همدان و لرستان در رتبه‌های بعدی قرار دارند.

مجری طرح چغندر قند کشور با اشاره به اینکه استان آذربایجان غربی با بالاترین سطح زیر کشت چغندر قند و فراهم آوردن زمینه اشتغال، در این زمینه حایز اهمیت و الگوی کشوری است، اظهار داشت: به ازای هر هکتار چغندر قند ۱۱ هزار متر مکعب آب مصرف و از ۲۰۰ هزار هکتار سطح زیر کشت چغندر ویشکر در کشور، محصولات چغندر ویشکر تولید می‌شود. حسادی در خصوص آبر بودن گیاه چغندر قند گفت: در کشور ۶ میلیون هکتار اراضی آبی وجود دارد که ۲ میلیون هکتار آن به کشت گندم و ۱۰۰ هزار هکتار آن به کشت چغندر قند اختصاص یافته است و از این ۱۰۰ هزار هکتار چغندر قند، تولیدی معادل تولید گندم آبی و دیم کشور حاصل می‌شود که در مقایسه با سطح و میزان تولید گندم، به ازای تولید ۷ میلیون تن چغندر قند، آب زیادی مصرف نمی‌شود.

مجری طرح چغندر قند کشور با بیان اینکه از ۱۰۰ هزار هکتار سطح زیر کشت چغندر قند کشور، ۴۸ هزار هکتار آن به صورت آبیاری تحت فشار میکرو و نوار تیپ است، بیان داشت: مقرر شده با استفاده از طریقت کارخانه‌ها و ارائه تسهیلات، ۵۲ هزار هکتار سطح زیر کشت چغندر به سیستم‌های نوین آبیاری مجهز شوند.

حسادی بر لزوم طراحی ساتی که میزان کود تخصصی و محصول تولیدی، پیمان‌ها و قراردادها در آن سامانه لحاظ شود، تصریح کرد: با افزایش قیمت نهاده‌ها میزان مصرف کودهای شیمیایی به ویژه کود فسفات و پتاس کاهش یافته و ۵۰ درصد نیاز خاک تأمین شده است در صورتی که در کشت قراردادی باید نیاز گیاه کامل تأمین شود.

اخبار

وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی خبر داد:

۲ میلیون کارآفرین در کشور نیاز داریم

وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی گفت: پروژه شناسایی ۴۰۰ هزار نفر کارآفرین در مرحله پایانی است و به‌زودی این افراد شناسنامه و کد دار خواهند شد. «حجت الله عبدالملکی» روز دوشنبه در دومین جلسه نشست با کارآفرینان برتر اظهار داشت: به همه استانداران نامه‌زدیم و درخواست کردیم تا کارآفرینان را بشناسند و با کارآفرینان جلسه گذاشته و مشکلات آنان را رفع کنیم. وی افزود: از وزرا نیز درخواست کرده‌ایم که کارآفرینان برتر را در رشته‌ها و حوزه‌های مختلف شناسایی کنند تا گفت‌و گو در این زمینه انجام شود. به گفته وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی، به ۲ میلیون نفر کارآفرین در کشور نیاز داریم.

وی با بیان اینکه همه تلاش این دولت حمایت از مردم و کارآفرینان است، گفت: خود را در چهار موضوع کار، معیشت، رفاه و اموال مردم مسؤول می‌دانیم و در همین زمینه این وزارتخانه چهار کلان‌پروژه تعریف کرده است که با شرکای اجتماعی آن را دنبال می‌کنیم.

عبدالملکی افزود: زیست بوم ملی اشتغال را با حضور رئیس جمهوری رونمایی کردیم، ساماندهی صندوق‌های بازنشستگی را دنبال می‌کنیم که بیشتر مردم از این خدمات استفاده می‌کنند. همچنین در ارتباط با رفاه مردم کلان پروژه رفع فقر است که دستگاه‌های دیگر هم ورود کرده اند که در سه مقطع برنامه ریزی شده است.

وی با اشاره به اینکه نظام مدیریت یکپارچه صندوق‌ها را پیگیری می‌کنیم، بیان داشت: ۶۰۰ شرکت تابعه صندوق‌ها و زیرمجموعه این وزارتخانه هستند که گاهی این شرکت‌ها با شرکت‌های دولتی اشتباه گرفته می‌شوند، ضمن اینکه این صندوق‌ها برای مردم است.

وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی اظهار داشت: گاهی وزارتخانه از این صندوق‌ها ارتزاق می‌کرد که کاملاً غلط است و مشکل شرعی و قانونی داشت به گونه ای که در روزهای نخست حضور خودروهایی را در این وزارتخانه دیدیم که برای استفاده مدیران و معاونان بود، که همه را بازرگ دانندیم چرا که این صندوق‌ها برای مردم است.

هر گونه ارتزاق از اموال صندوق‌ها ممنوع است

وی ادامه‌داد: ما همان اوایل بحثنامه کردیم که هر گونه ارتزاق از اموال صندوق‌ها ممنوع است.

عبدالملکی با اشاره به اینکه در حوزه زیست بوم اشتغال برای نخستین بار تعامل در اجزای مختلف انجام شده است، یادآور شد: ۷۰ دستگاه اعم از نهاده‌ها و موسسه‌های مردم نهاد در این زیست بوم فعال هستند، ضمن اینکه زیست بوم اطلس با ۱۹۵ طرح اشتغال زایی تدوین شده است.

وی با بیان اینکه کارآفرینان میدان دار زیست بوم ملی اشتغال هستند، گفت: ۴۰۰ هزار کارآفرین در کشور داریم که توانایی ایجاد اشتغال و عنصر سودآور را دارند اما مشکلات اقتصادی، سیستم معیوب بانک و بیمه دارند.

نباید چوب لای چرخ کارآفرینان گذاشت

وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی فراز داشت: برای کارآفرینان نباید مشکل ایجاد کرد و چوب لای چرخ آنان گذاشت، به رئیس جمهوری هم عرض کردم اگر کارآفرینان را ذیبت کنیم اشتغال کشور را فراهم می‌کنند.

وی به تسهیل در صدور مجوزها اشاره کرد و گفت: متولی مشاغل خانگی هستیم ۵۵۰ رشته شناسایی شده است که ۲۵۰ رشته اعلام مجور است که در مقایسه با محض تأیید تعهد مجوز فوری صادر می‌شود، همچنین حدود ۲۰۰ رشته مجوز هستند که سه روز دستگاه‌های متولی فرصت برای تأیید یا رد این مجوز هستند و در غیر این صورت سیستم خودکار مجوز صادر می‌کند. به گفته عبدالملکی، از ۱۰ روز پنج هزار مجوز مشاغل خانگی صادر شده است. این عضو کابینه سیزدهم از اختصاص تسهیلات به کارآفرینان خبر داد و گفت: منتظر تأیید قانون بودجه ۱۴۰۱ هستیم که اعتبارات خوبی برای کارآفرینان در نظر گرفته شده و در بحث مالیات نیز اقدامات خوبی انجام شده است.

دبیر انجمن صنفی صنایع روغن نباتی اعلام کرد:

تولید بیش از ۱.۸ میلیون تن روغن خام در ۱۰ ماهه امسال

دبیر انجمن صنفی صنایع روغن نباتی کشور با تأکید بر اینکه تاکنون کمبودی در روغن خانوار نداشته ایم، گفت: مطابق آمار در ۱۰ ماهه امسال یک میلیون و ۸۵۰ هزار تن روغن خوراکی در کشور تولید شده است.

امیر هوشنگ بیرشک افزود: از این میزان روغن تولیدی، یک میلیون و ۱۰۰ هزار تن مربوط به مصارف خانوار و ۷۰۰ هزار تن مربوط به بخش صنف و صنعت است. دبیر انجمن صنفی صنایع روغن نباتی کشور با اشاره به اینکه ۸۵ درصد نیاز کشور به روغن از طریق واردات تأمین می‌شود، اظهار داشت: فقط در برخی روغن‌ها همچون پالم به دلیل تحریم‌ها علیه ایران و مشکلات ارزی و انتقال وجه دچار مشکلاتی در واردات هستیم که امیدواریم با تدبیر دولت سیزدهم هر چه سریعتر این مشکل برطرف شود. بیرشک با بیان اینکه عمده واردات روغن از طریق شرکت بازرگانی دولتی به دلیل تخصیص ارز انجام می‌شود، تصریح کرد: در ۶ ماهه نخست امسال بیشترین ارز برای واردات به بخش دولتی پرداخت شده است. وی اضافه کرد: البته حذف بخش خصوصی از چرخه واردات روغن خام به دلیل سیاست حذف ارز ۴۲۰۰ تومانی، افزایش قیمت جهانی روغن خام و عدم تغییر قیمت‌های مصوب روغن خام و وارداتی در داخل کشور بوده است، زیرا با توجه به این شرایط وارد کنندگان تمایلی به واردات این محصول ندارند.

افزایش قیمت روغن نباتی هیچ مجوزی ندارد

دبیر انجمن صنفی صنایع روغن نباتی کشور درباره افزایش خود سرانه قیمت روغن نباتی توسط برخی سودجویان، گفت: تاکنون هیچ مجوزی برای افزایش قیمت روغن نباتی صادر نشده است و در صورت هرگونه گران فروشی با متخلفان برخورد قانونی انجام می‌شود. وی با اشاره به اینکه قیمت روغن توسط دولت تعیین و تر خگذاری مصوب می‌شود، اظهار داشت: این درحالی است که امسال با توجه به افزایش قیمت جهانی روغن خام، قیمت‌های مصوب داخلی این محصول اصلاح نشده که نیازمند بازنگری است. بیرشک ادامه‌داد: اکنون باتوجه به جنگ روسیه و اوکراین، نگرانی‌هایی برای کاهش واردات روغن از این کشور وجود دارد، زیرا بیش از این بخشی از روغن خام مورد نیاز کشور از اوکراین تأمین و وارد می‌شد.

آگهی تحدید حدود اختصاصی

چون تحدید حدود شش‌دانگ یک قطعه زمین که در آن احداث بنا شده به پلاک شماره ۱۴/۲۱۶۳ اصلی واقع در بخش دو ثبت قم (به آدرس خیابان توحید خیابان حکمت شمالی ۱۲ متری فردوسی کوچه ۶ پلاک ۲۰ که بنام قدمعلی سهرابی فرزند گنجعلی وهادی سهرابی فرزند قدمعلی میباشد در حال حاضر در جریان ثبت می باشد که به علت عدم رعایت ماده ۶۷ آئین نامه قانون ثبت (عدم رعایت فواصل آگهی و روز تحدید حدود) تحدید حدود بعمل نیامده از طرفی پذیرفته و رسیدگی خواهد شد. ضمناً طبق تبصره ماده و احدیه تبصره ماده ۱۲ قانون تعیین تکلیف اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی و بنا به تقاضای کتبی مالک مذکور به واره ۲۹۷۰۴-۱۲/۱۲۰۱/۱۴۰۱ تحدید حدود اختصاصی پلاک مذکور در روز دوشنبه مورخ ۲۰۲۰/۱۰/۱۴ ساعت ۸/۲۰ الی ۱۲/۲۰ ظهر در محل وقوع ملک انجام می گردد بدینوسیله به اطلاع اهالی وخصوصا به مالکین مجاور با ناماینده قانونی آنها اعلام می دارد که در روز وساعت مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانند مهلت قانونی از تاریخ ۲۰ قانون ثبت پذیرفته و رسیدگی خواهد شد. ضمناً طبق تبصره ماده و احدیه مصوب ۲۵/۲/۷۲ متعزین ظرف مدت یکماه پس از تسلیم اعتراض به اداره ثبت می بایست گواهی تقدیم دادخواست بمرجع ذیصلاح قضائی را نیز به این اداره ارائه نمایند. /ن

(م الف ۲۷/۱۵)

تاریخ انتشار آگهی: چهارشنبه ۱۱/۱۱/۱۴۰۱

عباس پور حسینی - رئیس ثبت اسناد منطقه دو قم

