

اخبار

مربی تیم فوتبال صبا قم

به اندازه کافی از سوی هیئت مدیره پشتیبانی نشده ایم

ایمان : مربی تیم فوتبال صبای قم با بیان اینکه صبا نسبت به دیگر تیم‌های حاضر در لیگ بر تر نوسان کمتری داشته‌است، گفت:صبا به اندازه **کافی از سوی هیئت مدیره پشتیبانی نشده‌است.**

مهدی رضایی ، دربارۀ عملکرد تیم فوتبال صبای قم در ۱۰ هفته سپری شده از لیگ برتر فوتبال گفت: با توجه به فشردگی مسابقات، این ۱۰ هفته بسیار سریع سپری شد و در حالی که تمامی تیم‌ها با افت و خیز قابل توجهی دست و پنجه نرم کردند، صبا نسبت به دیگر تیم‌ها نوسان کمتری داشت و با توجه به بضاعت صبا، نتایج صبا تا پایان هفته دهم راضی کننده‌است.

وی افزود: در هفته‌های گذشته تیم‌هایی چون پدیده مشهد و استقلال پرنوسان ظاهر شدند و درست است که صبا کمی افت کرد اما دوبار به شرایط خوبی بازگشت و تنها نتایج بد ما، شکست خانگی به استقلال خوزستان و پرسپولیس بود و البته در دیدار برابر تراکتورسازی هم روی حادثه مغلوب شدیم.

مربی تیم فوتبال صبای قم عنوان کرد: صبا به اندازه کافی مورد پشتیبانی واقع نشده و هیئت مدیره صبا باید بیش از پیش، مجموعه صبا را حمایت کند و انتظار از هیئت مدیره بیش از این است البته مدیرعامل و قائم مقام باشگاه برای حل مشکلات تیم، هر کاری که می‌توانستند انجام داده‌اند و کم نگذاشته‌اند.

وی بیان داشت: مهم‌ترین کاری که باشگاه تاکنون انجام داده تسویه بدهی فصل گذشته شامل ۶۳ درصد از قراردادهای مربوط به فصل قبل بود که به خودی خود کار بزرگی است اما امیدوارم هر چه سریع‌تر بخشی از مبالغ قراردادهای فصل جدید هم پرداخت شود تا بازیکنان در مصیقه نمانند.

رضایی درباره عملکرد فنی بازیکنان صبا تصریح کرد: صبا احیا کننده بازیکنان مسن با افت کرده است چنان که هادی شکوری و پیروز قربانی در صبا به روزهای اوجشان بازگشته‌اند، ابوالفضل ابراهیمی در خط میانی صبا عالی بازی می‌کند و احمد حسن‌زاده که فصل قبل در مس کرمان ۲ گل زده بود تا این هفته ۴ گل زده است و نقش انکار ناپذیری در موفقیت‌های صبا ایفا کرده است و این قضیه مربوط به اسمال نیست بلکه بازیکنایی چون رضا عنایتی یا شیت رضایی نیز در گذشته در صبا احیا شده‌اند.

مربی تیم فوتبال صبای قم افزود: مارکو خود را با شرایط آب و هوایی ایران و قم وفق داده و نتایجش ۲ گل در ۲ مسابقه اخیر است، آچیله که با ۱۰ میلیون تومان وی را انتقاد از اکبر صادقی بازیکن فصل گذشته صبا و فعلی پدیده مشهد عنوان کرد: صادقی در برنامه ۹۰ گفت که من در صبا آرامش نداشتم و حالا من از مدافعی

ستوال می‌کنم حالا که در پدیده آرامش دارید چرا بازی‌های درخشان فصل گذشته با صبا در ترکیب پدیده را ارائه نمی‌دهید؟

رضایی درباره بازی هفته یازدهم صبا برابر پیکان در تهران خاطرنشان کرد: خوشبختانه بیشتر تیم‌هایی که در صبا روبرو می‌شوند، بازی هفته قبلشان را برده‌اند و برابر صبا انتحاری بازی نمی‌کنند و این به نفع ماست و در مجموع با وجود اینکه پیکان رفته رفته شکل تیمی خود را پیدا کرده، برابر این تیم به کسب نتیجه‌ای قابل قبول فکر می‌کنیم.

فریدهشجاعی؛

یک عده در فدراسیون علیه من هستند

عضور هیات رئیسه فدراسیون فوتبال پیرو حواسنی به وجود آمده در مورد کنار گذاشتن از فدراسیون گفت: یک عده هستند که قصد داند در کارهای من را دارند اما از همین‌جا می‌گویم که من هم مقاوم هستم هم مستقل

فریده شجاعی که پیش از این مدعی شده بود از سوی وزارت ورزش و جوانان خواسته اند تا او از فدراسیون فوتبال برود، حالا در اظهارنظری جدید گفت: یک عده در فدراسیون فوتبال هستند که می‌خواهند در امور محوله به شخص بنده دخالت کنند اما خبر ندارند که من شخص مستقلی هستم و این اجازه را به کسی نمی‌دهم.

نایب رئیس بانوان فدراسیون فوتبال با بیان اینکه فشاری از سوی وزارت ورزش و جوانان مبنی بر برکناری اش نیست،خاطرنشان کرد: تا این لحظه هیچ نامه رسمی و غیر رسمی به فدراسیون برای بر کناری من ارسال نشده است، و بعدید می‌دانم وزارت ورزش چنین قصدی را داشته باشد اما استنباط من این است که یک جریان خاص در فدراسیون علیه من وجود دارد.

وی در پایان با ذکر این جمله که اهل مقاومت است و با پس نمی‌کشد گفت:

آنهايي که از نزدیک من را می‌شناسند می‌دانند همیشه در کارهایم مستقل بودم و اجازه هیچ دخالتی را به کسی نندادم. از سوی دیگر تا روزی که در فدراسیون فوتبال مشغول به کار باشم هرگز عقب نشینی نمی‌کنم.

در جلسه هیات مدیره؛

تنها شرط انتخاب مدیرعامل باشگاه پرسپولیس اعلام شد

مدیرعامل باشگاه پرسپولیس امروز تنها در صورتی انتخاب و معرفی خواهد شد که تمام اعضای هیات مدیره در جلسه حضور داشته باشند.

جلسه هیات مدیره باشگاه پرسپولیس امروز برگزار خواهد شد که یکی از مسائل مهم مورد بحث در این جلسه انتخاب مدیرعامل جدید باشگاه خواهد بود. بعد از کنار گذاشتن علیرضا رحیمی از مدیرعاملی باشگاه پرسپولیس، بهروز منتقمی با عنوان سرپرست به جای رحیمی مشغول کار شد
اعضای هیات مدیره بعد از چند هفته به دنبال انتخاب مدیرعامل جدید باشند.

جلسه دیرروز هیات مدیره اما تقابل آرای اعضا خواهد بود. در حالی که چندتن از هیات مدیره باشگاه به دنبال تثبیت بهروز منتقمی در باشگاه هستند، تعدادی دیگر حامی گزین دیگری برای مدیرعاملی می‌باشند. از جمله گزینیهایی که برای مدیرعاملی باشگاه پرسپولیس معرفی شده و شانس زیادی برای نشتنای روی صندلی مدیریت باشگاه را دارد، امیر عابدینی است. عابدینی اما مخالفان اصلی بعد از باشگاه پرسپولیس دارد؛ از جمله حمیدرضا سیاسی رئیس هیات مدیره باشگاه.
سیاسی اما مخالفتش با انتخاب هر فرد دیگر به جز منتقمی به عنوان مدیرعامل باشگاه با گفتن این جمله که ”منتقمی گزینۀ قابل اعتنائیی است،“ عنوان کرده بود.

گفته می‌شود تعدادی از اعضای هیات مدیره به این دلیل خواهان تداوم همکاری با منتقمی هستند که وی بدون هیچ مقاومت و مخالفتی، خواسته‌های هیات مدیره را پیاده کرده و تقابل فکری با هیات مدیره نخواهد داشت. از سوی دیگر لایرهای «فرا باشگاهی» در روزهای گذشته احتمال کار رفتن منتقمی و انتخاب ”مدیرعامل تحمیلی“ را بالا برده است.

سیاسی در اینبار اظهار کرد: انتخاب مدیرعامل در دستور جلسه هست و اگر همه اعضا حضور نداشته باشند، مدیرعامل انتخاب نخواهد شد. شرط من این است که همه اعضای هیات مدیره باشند. اما باید به رای همه احترام بگذاریم. رئیس هیات مدیره باشگاه پرسپولیس در خصوص اینکه در صورت غیبت اعضا می‌توان به صورت تلفنی نظر ارائه را جوابا شد، گفت: تلفنی نمی‌شود. احتمالاً انتخاب مدیرعامل حالا چه منتقمی باشد و چه فرد دیگری، نیاز به بحث دارد. گزینۀ‌ها باید برنامه‌بند و برنامه‌ها به صورت مفصل بررسی شود. تلفنی نمی‌توان این برنامه‌ها را بررسی کرد.

شکست سنگین هندبال ایران مقابل قطر

تیم ملی هندبال ایران با شکست سنگین ۲۹ بر ۲۱ مقابل قطر از رسیدن به فینال بازیهای آسیایی اینچئون تا شانس خود را برای کسب مدال برنز از مایش حذف کرد.

این تیم روز گذشته در مرحله نیمه نهایی به مصاف تیم چند ملیتی قطر رفت که چهار بازیکن اروپایی در ترکیب خود داشت.

هر چند تیم کشورمان در نیمه اول چال چالانه‌ای با رقیب داشت ،اما در نیمه دوم تجربه بالای قطری ها به کمک آنان آمد تا تیم جوان و تازه شکل گرفته کشورمان نتواند مانند بازیهای آسیایی ۲۰۱۴ گوانگجو به دیدار نهایی راه یابد.

تیم کشورمان روز چهارشنبه برای کسب مدال برنز به مصاف بازنده دیدار کره جنوبی و بحرین خواهد رفت.

مسئولان وزارت ورزش و همچنین کمیته ملی المپیک که برای تماشاى این دیدار درسالن هندبال مجموعه ورزشی سئونهاک حضور پیدا کرده بودند در پایان نیمه اول وشکست تیم کشورمان راهی سالن دوون شده تا خود را به دیدارهای نهایی کشتی از دربار برسانند.

تیم ملی هندبال ایران که دوره گذشته مسابقات به مدال نقره دست یافته بود تاکنون در بازیهای آسیایی ۲۰۱۴ اینچئون به ۳ پیروزی مقابل هنگ کنگ، کویت و عربستان و ۳ شکست برابر عمان، کره جنوبی و قطر رسیده است.

کریمی می‌تواند تجربه کی‌روش را به کار بگیرد؛

قلعه‌نویی: برای زدن استقلال جلسه هفتگی برگزار می‌کنند دولت نگاه دنیا را به ایران عوض کرده

بازیکنان ملی ما به لحاظ بدنی‌سازی عقب هستند، اما به هر حال بخش دوم بازیکنان ما نظیر سجاد شهباززاده، محمد قاضی، فخرالدینی و ... به لحاظ بدنی شرایط خوبی دارند. ملی‌پوشان ما نیز تلاش زیادی انجام می‌دهند تا بتوانند به امیر قلعه‌نویی درباره اعلام حمایت هیات مدیره باشگاه استقلال از او و کادر فنی‌اش آن هم در شرایطی که فضای انتقادی علیه عملکردش به وجود آمده است، گفت: ابتدا می‌خواهم توضیحی درباره این سوال شما بدهم. برای خیلی جالب است چگونه تیمی که اکنون در رده دوم جدول قرار دارد این گونه مورد انتقاد قرار می‌گیرد. معلوم است پشت این قضیه برنانه‌پرزی وجود دارد. می‌دانم بعضی‌ها جلسات هفتگی را برگزار می‌کنند. ما مشی برد داشته‌ایم، اما آنها حرفی نمی‌زدند و اکنون بعد از سه بازی که اتفاق جزو بهترین بازی‌های استقلال بوده آنها شروع به انتقاد کرده‌اند.

او در پاسخ به این سوال که منظور شما از کسانی که جلسه هفتگی برگزار می‌کنند چه افرادی است؟ گفت: وقتی توضیحاتم را به صورت کامل ارائه کنم مردم و هواداران متوجه منظور من می‌شوند. آنها هر هفته جلسه دارند تا اجازه دهند استقلال به اهدافش برسد. آنها سعی می‌کنند خط بدهند و همان طور که گفتم برایم عجیب است که بطور در آن شش هفته که با پیروزی ما همراه بود صدایی از این افراد بلند نشد. به نظر شما این اتفاق خنده‌دار نیست؟ ما اکنون تنها سه امتیاز با صدر فاصله داریم. به گفته کارشناسان منصف و حتی آنهایی که رگه‌هایی از غرض هم در صحبت‌هایشان دیده می‌شود، استقلال در این سه بازی خوب بازی کرده است. می‌خواهم به آماری درباره این سه بازی اشاره کنم. ما در بازی با فولاد ۱۰۲ کیلومتر دویدیم، آن هم در شرایطی که میانگین دوندگی ما در سال گذشته ۸۸ تا ۹۳ کیلومتر بوده است. در این بازی ۵۶۶ پالس دادیم که ۲۴ درصد این پالس‌ها دوام بازیکنی مثل سجاد شهباززاده در این بازی یازده کیلومتر دوید ما در این حریف ما را گوش دهند.

سرمربی استقلال درباره نظر برخی کارشناسان که قلعه‌نویی به بعضی انتقادهای وضعیت بدنسازي بازیکنان استقلال اشاره کرد و گفت: چگونه تیمی که می‌تواند ۱۰۷ کیلومتر در یک بازی بدون مشکل بدنی دارد؟ در سه بازی آخری که داشتم به خوبی دویدیم و حسن تیم ما بدنسازي خویش است. من باید در اینجا آقای مهرپریز تشکر کنم. او علاوه بر این که خودش فوق لیسانس بدنسازی دارد، از یکسری اساتید دیگر نیز مشورت می‌گیرد.

سرمربی تیم استقلال در پاسخ به این سوال که آیا شما انتقاد پیشکسوتان را هم در راستای برنامه‌ریزی افرادی می‌دانید که به قول شما جلسات هفتگی دارند یا خیر؟ گفت: پیشکسوتان نظرشان را می‌گویند. اکثر نیک پیشکسوتان ما خیر است، اما یکی، دو نفر از پیشکسوتان را همه می‌شناسند و همیشه به دنبال انتقاد هستند. این یکی، دو نفر می‌خواهند که اسامهان در روزنامه‌ها باشد و عکس‌شان چاپ شود و برایشان فرقی نمی‌کند که این حرف‌ها چقدر به منافع استقلال لطمه می‌زند. من از یک مساله دیگر نیز خوشحالم و آن هم این که بازیکنان ما خوششان به آن درکم رسیده‌اند که خوب بازی می‌کنند، ضمن این که بر خلاف سال‌های گذشته که بعضی‌ها در تیم به دنبال چند تکه کردن مجموعه بودند اسمال راقت و انسجام بسیار خوبی در تیم حاکم است و همین جاز طریق خبرگزاری شما می‌خواهم به مردم بگویم که خیالشان از سوی استقلال راحت نشده، اما وقتی همه بازیکنانمان به شرایط آرمانی برسند، فوتبال کیفی‌تری را هم ارائه خواهیم کرد.

قلعه‌نویی در پاسخ به این سوال که شما چند هفته پیش گفته بودید برای بررسی عملکرد ملی‌پوشان از چند استاد دانشگاه از جمله مسعود معینی کمک خواسته‌اید. آیا گزارشی از این کارشناسان به دست شما رسیده است، گفت: یکسری گزارش‌ها برای من ارسال شده است و چند نفر از این اساتید در تمرینات باش ملی‌پوشان ما را تحت نظر گرفتند. آنها سه مورد را دلیل ناآماده بودن بازیکنان ملی عنوان کردند. اول این که این ملی‌پوشان از نورمت‌بزرگ چهایی به لیگ برتر آمده‌اند و وضعیت بدنی و روحی ملی‌پوشان را هم که قبلاً توضیح داده‌ام، و این شرایط به نظر شما غیر از این است که انتقادها را بیش برنامه‌ریزی شده است؟ سرمربی تیم استقلال افزود:

روشن: در باشگاه استقلال همه چیز بر پایه رفیق بازی است



از نتایج تیم ناراضی باشد.

این فرد باید تاوان بدهد
وقتی تیم می‌بازد اقوام آقایان حمله می‌کنند و امیرحسین صادقی را کتک می‌زنند بعد چطور انتظار دارند همین بازیکنی برای سرمربی بازی کند؟ این صادق بیجه پاک و درستکاری است اما این افراد باید تاوان بدهند. او به جای اینکه پاسخ من را بدهد وضعیت تیم را درست کند.

در حد من نیست

قلعه‌نویی در اندازار می‌نویست که این حرف‌ها را بزندا و نمی‌تواند بگوید حد من چقدر است گرچه آقایان «علی‌ها» را دارند که اگر خبرنگاری از او سوای برخلاف میشل بکند این «علی‌ها» را می‌فرستد به سراغ آن خبرنگار! وقتی کسب دم از اهل بیت می‌زند باید منطقی باشد اما باید بگویم که من قصد جنگ با کسی را ندارم و او هم در حد من نیست که استقلال آقایان را به اینجا رسیده و ببینید این پول‌ها

اخبار

زلاتان

گوآردیولا مقصر قهرمان نشدن من در اروپاست

مهاجم سوندی پاری سن ژرمن عنوان کرد: پپ گوآردیولا مقصر قهرمان نشدن او در لیگ قهرمانان اروپاست.

بارسلونا و پاری سن ژرمن اشب در دیداری حساس در مرحله گروهی لیگ قهرمانان اروپا برابر هم به میدان می‌روند.

لیگ ویژه این دیدار زلاتان ابراهیموویچ اس که در تیم بارسلونا نیز سابقه بازی دارد، ابراهیموویچ از آن دسته از بازیکنان بزرگی است که هنوز نتوانسته طعم قهرمانی در لیگ قهرمانان اروپا را بچشد.

این بازیکن سوندی، گوآردیولا را مقصر این مساله می‌داند و معتقد است که پپ گوآردیولا ننگناشته، زلاتان قهرمانی در اروپا را تجربه کند.

زلاتان ابراهیموویچ ، مهاجم سوندی پاری سن ژرمن در گفت و گو با canale + فرانسه، گفت: زمانی که در بارسلونا بودم، واقعاً تیم خیلی خوبی داشتم و بهترین تیم جهان بودیم، ولی نتوانستیم به قهرمانی در اروپا برسیم که این موضوع تنها به خاطر تصمیم‌های بد یک نفر خاص بود. البته الان نمی‌خواهم دیگر انتقادی به این موضوع داشته باشم. باید آن را فراموش کنم، چرا که لحظاتی خوبی در بارسلونا داشتم و این خاطرات همیشه با من می‌ماند. این که من نتوانستم تاکنون قهرمانی در لیگ قهرمانان اروپا را تجربه کنم تنها به خاطر پپ گوآردیولا بوده است.

ایرادر تیم‌های همچون میلان، یوونتوس و آژاکس نیز بازی کرده، ولی هنوز نتوانسته در لیگ قهرمانان اروپا به قهرمانی برسد. او درباره این موضوع می‌گوید اگر در این سال‌ها به قهرمانی در لیگ قهرمانان اروپا می‌رسیدم خوشحال می‌شدم، ولی دلیلی برای نگرانی نیست. من افتخارت را زبانی را کسب کرده و قهرمانی‌های زیادی را دارم. البته هنوز فوتبال من ادامه دارد و ممکن است در آینده بتوانم به این مهم برسیم. من قهرمان نشدن در لیگ قهرمانان را ناگامی نمی‌دانم، چرا که این اتفاق ممکن است برای هر بازیکنی رخ دهد.

مهاجم ۳۲ ساله پاری سن ژرمن درباره شرایط تیمش در این فصل، گفت: باشگاه در حال حاضر شرایط خوبی دارد و گام به گام پیشرفت می‌کنیم. ما هنوز به سطح اولی نرسیده‌ایم، هنوز برای حضور در لیگ قهرمانان اروپا کسب تجربه می‌کنیم. معتمد که تیم ما در چند سال آینده به قدرتی بزرگ در اروپا تبدیل خواهد شد ما در دو سال گذشته پیشرفت زیادی داشتمیم و نتوانستیم به یک چهارم نهایی لیگ قهرمانان اروپا راه برسیم، ولی اسمال شرایط فرقی می‌کند و می‌خواهیم با از مرحله یک چهارم نهایی فراتر بگذاریم.

لیگ قهرمانان اروپا

نخستین آزمون بزرگ "انریکه" با بارسا

هفته دوم هر حله گروهی رقابتی‌های فوتبال لیگ قهرمانان اروپا امشب بابرگزاری هشت بازی در چهار گروه پیگیری می‌شود که در مهم‌ترین دیدار، بارسلونا در زمین پاریسن ژرمن بااین تیم دیدار می‌کند.

بارسا در حالی با پاریسن ژرمن دیدار می‌کند که دو هفت دیدار قبلی خود در شش مسابقه به پیروزی رسیده و یک بازی را مساوی کرده است. این می‌تواند نخستین آزمون بزرگ برای "لوپیس انریکه" در سمت سرمربیگری بارسا باشد. نکته جالب توجه اینکه ای و لاری و پوشان در هفت مسابقه گذشته حتی یک گل هم دریافت نکرده‌اند.

بارسا نخستین بازی خود در چارچوب رقابتی‌های لیگ قهرمانان اروپا را با پیروزی کمرنگ یک بر صفر مقابل ایلیر قیرس آغاز کرده است. پاریسن ژرمن هم مقابل آژاکس متوقف شده است.

"زلاتان ابراهیموویچ" که سابقه بازیگری در تیم بارسا را هم دارد دو بازی قبلی پاریسن ژرمن را به دلیل آسیب دیدگی از ناحیه پاشنه پا از دست داده است و احتمال دارد به این بازی نرسد.

مستجریستی در دیگر دیدار هفته دوم میزبان تیم‌رم خواهد بود. سیتی در هفته نخست رقابتی در حالیکه تا واپسین لحظات بازی در زمین بایرن مونیخ با نتیجه مساوی پیش می‌رفت در نهایت با گل بوئاتنگ شکست خورد. رم در بازی با زاسکا مسکو موفق شده با نتیجه ۵ بر یک به برتری برسد. رم‌ها در این فصل از رقابتی‌های سری آ هم آغاز خوبی داشته اند و با یوونتوس در صدر جدول رقابتی‌های سری آ قرار دارند.

روزنه

احسانی:



رئیس کمیته آموزش فدراسیون فوتبال با بیان اینکه مربی گری در جام ملت‌ها نیازمند مدرک B است و علی کریمی نمی‌تواند این مدرک را تا جام ملت‌ها از ایران بگیرد، به او پیشنهاد داد برای گرفتن مدرک سطح B بین‌المللی به اروپا برود.

دکتر احسانی درباره قوانینی که به علی کریمی اجازه می‌دهد به عنوان مربی روی نیمکت تیم ملی فوتبال ایران در جام ملت‌های آسیا بنشیند اظهار کرد: مدرک مربی‌گری مورد تایید AFC برای سرمربیان تیم‌های حاضر در جام ملت‌ها مدرک سطح A است و مربیانی که به عنوان دستیار روی نیمکت حضور دارند باید مدرک B مربی بین‌المللی داشته باشند. البته AFC از تمامی مربیانی که در مسابقه‌ها حاضر می‌شوند مدرک مربی‌گری‌شان را طلب نمی‌کند بلکه دقیقاً مثل رانندگی است که ممکن است شما روزه‌ها و حتی ماه‌ها رانندگی کنید اما پالیس از شما گواهی‌نامه نخواهد اما ممکن است هم یک بار به در دلیلی که نیاز باشد باید گواهی‌نامه معتبر را به آن‌ها ارائه دهید.

وی در پاسخ به اینکه بازیکنانی که سابقه ملی دارند به طور اتوماتیک صاحب کدام مدرک مربی‌گری از کمیته آموزش فدراسیون فوتبال می‌شوند، گفت: بازیکنان ملی‌پوش فوتبال و همین طور لیسانس‌های ورزشی که در فوتبال دارای تخصص هستند به طور اتوماتیک مدرک D مربی‌گری را دریافت می‌کنند و با آن می‌توانند در کلاس‌های دوره C شرکت کنند و پس از اخذ این مدرک برای گرفتن مدرک B اقدام کنند.

احسانی با بیان اینکه علی کریمی نمی‌تواند تا جام ملت‌های آسیا مدرک B مربی‌گری‌اش را از ایران بگیرد گفت: ایشان ابتدا باید در دوره‌های مربی‌گری سطح C شرکت کند که این دوره دو هفته طول می‌کشد. بعد از آن طبق قانون کسانی که در فوتبال تخصص داشته و سابقه درخشان حداقل یک سال باید صبر کنند تا در دوره‌های B حضور یابند و این مدت برای افراد عادی دو سال است بنابراین کریمی تا جام ملت‌ها حداکثر فرصت گرفتن مدرک C را از فراسیون فوتبال دارد.

رئیس کمیته آموزش به علی کریمی پیشنهاد داد که برای گرفتن مدرک B مربی‌گری‌اش به آلمان برود و در این باره توضیح داد: طبق قانونی که فدراسیون فوتبال آلمان دارد بازیکنانی که سابقه حضور در بوندسلیگا را دارند به طور اتوماتیک می‌توانند در کلاس‌های سطح B شرکت کنند و این دوره هم در یک پروکتل سه هفته‌ای انجام می‌شود و بعد از آن با این مدرک او می‌تواند به عنوان مربی تیم ملی و دستیار کی‌روش روی نیمکت تیم ملی در جام ملت‌ها بنشیند. در آلمان دوره‌های سطح A به صورت دو مرحله‌ای انجام می‌شود و در این بخش با ایران تفاوت دارد چون ما دوره‌های سطح A را دو قالب یک مرحله بر گزار می‌کنیم. البته همان طور که گفتم AFC به فدراسیون‌ها اعتماد می‌کند و معمولاً مدرک مربی‌گری از کسی نمی‌خواهد مگر اینکه اتفاق خاصی رخ دهد و گزارش‌هایی را دریافت کند تا برای تشخیص صحت مدارک مربیان اقدام کند.

احسانی در پاسخ به اینکه آیا کریمی با عناوین دیگری از جمله الانلیزور هم می‌تواند روی نیمکت تیم ملی بنشیند گفت: قطعاً می‌تواند. او به عنوانی غیر از مربی تیم ملی می‌تواند کنار کی‌روش روی نیمکت تیم ملی باشد. البته یک سری مسئولیت‌های خاص هم مدارک لازم خودش را می‌خواهد. برای نشتن با عنوان مربی هم ممکن است AFC اصلا مدرکی از او نخواهد. اگر او نتواند که به عنوان مربی در کلاس‌های مدرک A یا در دوره‌های سطح B شرکت کند، می‌تواند به فدراسیون آلمان دریافت کند. عضو کمیته فنی فدراسیون فوتبال در پاسخ به اینکه آیا درباره انتخاب علی کریمی به عنوان دستیار کی‌روش در این کمیته بررسی صورت می‌گیرد اظهار کرد: دستورالعمل کاری کمیته فنی از فدراسیون تعیین می‌کند. از ما درباره انتخاب علی کریمی برای حضور در کادر فنی تیم ملی نظر نخواستند.

طبعاً درباره هر موضوعی که از اعضا نظر خواهیم شدو ما درباره مسائل بحث و بررسی می‌کنیم. تاکنون در جلسات کمیته فنی بحث‌های چند در باره شال استراتژیک و تعیین کننده تیم‌های ملی نداشتم و صرفاً درباره اعزام‌های برخی از تیم‌های ملی به اردوهای یون مرزی صحبت شده است. البته من مدت کوتاهی است که در کمیته فنی عضویت پیدا کرده‌ام و تاکنون در چند جلسه ن حاضر بودم.

بیشتر بدانیم

با بخور جوش صورتتان را زیاد می کنید!

درمانهای خانگی و یا استفاده از بخور برای درمان آکنه صورت روش هایی هستند که اثر بخشی آنها باید بیشتر بررسی شود.

دکتر محمدرضا برزگر، متخصص پوست، مو، زیبایی و لیزر گفت: آنچه در بحث درمان آکنه مطرح است، دو مطلب است، یکی درمان آکنه و دیگری درمان جایی که از جوش باقی می ماند و اسکار پوستی نام دارد ضمن اینکه آکنه هر چه زودتر درمان شود اثر بخشی و نتیجه حاصل از درمان بهتر و رضایت بخش تر خواهد بود.

دکتر برزگر گفت: یکی از روشهایی که به غلط برای درمان جوش توسط خود افراد، انجام می گیرد، استفاده از بخور است. بخور جز اینکه موجب تشدید آکنه می‌شود، اثر دیگری بر درمان آکنه ندارد.

وی ادامه داد: انواع آکنه به سه دسته ضعیف، متوسط، شدید تقسیم‌بندی می‌شود که برای درمان دو نوع خفیف معمولاً از داروهای موضعی و لایه بر دار استفاده می‌شود. نوع متوسط جوش نیاز به درمان موضعی و خوراکی همزمان با هم دارد و در نوع شدید بیشتر به درمان خوراکی نیاز است.

این متخصص پوست گفت: برای تعیین شدت آکنه، علاوه بر میزان جوش‌ها در صورت، اثرات روانی بر فرد هم بررسی می‌شود و ۱۰ نوع نوا درمان وجود دارد که از درمان‌های هورمونی، آنتی‌بیوتیکی، گرم‌های لایه‌بردار تا تخلیه‌مکثیکی آکنه وجود دارد که با توجه به هر فرد، نوع درمان متفاوت است.

دکتر برزگر در پایان تاکید کرد در درمان آکنه، توجه به بیماری‌هایی مثل مشکل در غده فوق کلیه باید مورد بررسی دقیق قرار گیرد.

وی ادامه داد: در مورد درمان اسکار ناشی از آکنه هم روش‌های درمانی مانند لیزر، پیلینگ و جراحی وجود دارد که نوع درمان بنا به تشخیص پزشک تعیین می‌شود.

وقتی آموزش الفبا به کودک ک د ر د س ر ساز می شود



مدتی است که شروع آموزش الفبا و کلمات زبان فارسی و انگلیسی از سنین پایین، در بین خانواده‌ها رایج شده است.

مهدی دویلی، روانشناس و عضو پژوهشکده علوم شناختی گفت: والدین تمایل زیادی به شروع زود هنگام آموزش الفبا و کلمات به کودک دارند و تصور می کنند کودک باهوش تر و خلاق تر می‌شود که این تصور کاملاً اشتباه است.

وی گفت: نباید والدین عجله برای آموزش زودهنگام کودک داشته باشند اگر هنگام بازی و یا کتاب خواندن برای کودک یادگیری بصورت غیر رسمی حاصل شود، اشکال ندارد ولی در آموزش رسمی کودک ۳ تا ۴ ساله، عمق ایجاد نمی‌شود و یادگیری سطحی است و این نوع آموزش به آموزش طولی معروف است که فاقد عمق است.

دکتر دویلی اشاره کرد: در کودکان ۳ تا ۴، بار نورونی مغز و مغز آن محدود است و آموزش زودتر از موعد موجب کاهش فهم و قدرت درک مسئله در وی می‌شود، همچنین این احتمال وجود دارد که والدین بطور صحیح و درست آموزش ندهند.

این متخصص روانشناسی افزود: بروز تداخل در آموزشهای دیگر کودک، ایجاد افسردگی در کودک برای یادگیری و در رقابت با دیگران دچار شکست شدن از دیگر مضرات آموزش زود هنگام به کودک است.

نیم‌تای علمی فناوری

نجات‌دادن جان نوزادان با اسکن اثر انگشت

محققان دانشگاه ایالتی میشیگان در حال طراحی شیوه تشخیص اثر انگشتی هستند که برنامه‌های زمانی واکسیناسیون نوزادان و نونهالان را رهگیری می‌کند. این موضوع ایمن‌سازی و نجات جان آن‌ها را افزایش می‌دهد.

هر سال ۲٫۵ میلیون کودک در سراسر جهان به دلیل دریافت نکردن واکسیناسیون در زمان مناسب جان خود را از دست می‌دهند.

به منظور پوشش دهی زمان‌های واکسیناسیون، زمان‌های تزریق واکسن باید ثبت و رهگیری شوند و شیوه سنتنی برای این رهگیری به صورت سند کاغذی است. با این حال، در کشورهای در حال توسعه، رهگیری برنامه زمانبندی واکسن نوزاد روی کاغذ به شدت ناکارآمد است چون سندهای کاغذی به آسانی گم یا نابود می‌شوند.

مطالعات جدید نشان داده‌اند اثر انگشت نوزادان پتانسیل زیادی برای ثبت دقیق ایمن‌سازی‌ها دارد زیرا یک سند کاغذی گم می‌شود اما اثر انگشت هرگز.

آنیل جین، استاد دانشگاه ایالتی میشیگان و تیم علمی‌اش به مراکز بهداشتی روستایی در «نین» واقع در غرب آفریقا رفتند تا سیستم تشخیص اثر انگشت جدید را آزمایش کنند. آن‌ها از نوعی خوانشگر اثر انگشت نوری برای اسکن کردن انگشت بزرگ و اشاره نوزادان و نونهالان استفاده کردند. دانشمندان با استفاده از داده‌های اسکن‌شده، جدول زمانبندی خلق می‌کنند و این جدول به بخشی از سیستم ثبت واکسیناسیون تبدیل می‌شود.

مددکاران با دسترسی به این ثبت الکترونیکی، انگشتان نوزاد را برای مشاهده زمانبندی واکسیناسیون دوباره اسکن می‌کنند. در نتیجه، آن‌ها می‌دانند چه کسی برای چه بیماری‌هایی واکسینه شده و این که چه هنگام واکسیناسیون بیشتری لازم است. سیستم‌های ثبت الکترونیکی جدید به غلبه بر فقدان و از دست رفتن اطلاعات کمک می‌کنند. با این حال، جمع آوری اثرهای انگشت نوزادان آن آسان نیست و یکی از چالش‌های مهم این است که الگوهای کوچک اثر انگشت آن‌ها دارای تفاوت‌های پایینی بین دردها و شباه‌ها هستند.

دانشمندان به‌بازبینی نرم‌افزار مطابقت‌دهنده اثر انگشت و یافتن بهترین خوانشگر برای شکار اثرهای انگشت کودکان جوان ادامه می‌دهند. آن‌ها همچنین مطالعه‌ای را برای اطمینان از این که اثرهای انگشت نوزادان را می‌توان با گذر زمان با موفقیت مطابقت داد، انجام خواهند داد.



محققان با استفاده از نانولوله‌های کربنی موفق به ساخت پیل خورشیدی با کارایی ۴۲ درصد شدند که نسبت به همتایان پیشین خود ۱۲ درصد افزایش بازده داشته است.

پژوهشگران آزمایشگاه ملی انرژی‌های تجدیدپذیر با استفاده از نانولوله‌های کربنی موفق به ساخت نوع جدیدی از پیل‌های سوختی شدند که می‌تواند دو برابر بیشتر از پیل‌های معمولی انرژی خورشید را به الکتریسیته تبدیل کند. مواد لایه نازک و نانویک نسبت به مواد سیلیکونی مورد استفاده در پیل‌های خورشیدی معمولی بهتر هستند به طوری که این مواد سبک‌تر، ارزان‌تر و انعطاف‌پذیر تر هستند. تابش نور خورشید موجب الکترون و حفره در این مواد می‌شود. این الکترون و حفره‌ها باید از یکدیگر جدا شوند تا کارایی پیل خورشیدی افزایش یابد.

کدو از نظر علم گیاه‌شناسی یک میوه ی تابستانی است اما از نظر پخت و پز به عنوان یک سبزی در نظر گرفته می‌شود که خیلی هم ارزش تغذیه‌ای زیادی دارد و برای سلامتی بسیار مفیداست. کدو یک سبزی استوانه ای شکل شبیه خیار می باشد که دارای طعم تند و تیز و شیرینی با هم است. این گیاه به رنگ های سبز و زرد در دسترس می باشد.
بیاپید با هم به خواص این سبزی سالم و مفید، نظری بیندازیم:

۱- غنی از مواد مغذی
کدو سبز از نظر تغذیه ای دارای ارزش زیادی است و به عنوان یک منبع خوب ویتامین C، ویتامین A (به دلیل داشتن سطوح بالای کاروتنوئیدها مانند بتاکاروتن)، منیزیم، پتاسیم، مس، فیبر، فولات، فسفر و ریپوفلاوین شناخته می شود. کدو سبز همچنین یکی از بهترین منابع غذایی منگنز بدن می باشد. این گیاه مقدار قابل توجهی از ویتامین B۱ و B۶ مورد نیاز بدن را نیز تأمین می کند.
از دیگر مواد مغذی موجود در کدو سبز می توان به پروتئین، روی، کلسیم، آهن، نیاسین، تریپتوفان، ویتامین K و...اشاره کرد.
۲- کاهش علائم بیماری

این باور وجود دارد که کدو سبز آسم را درمان می کند: زیرا حاوی ویتامین C بالایی می باشد.

دریافت منظم این سبزی موجب کاهش سطوح بالای هموسیستئین خون می شود؛ حتما می دانید که سطوح بالای هموسیستئین منجر به حمله قلبی و سکتة مغزی می‌شود.

مقدار بالای ویتامین C و لویتین موجود در کدو سبز به چشم های شما کمک می کند تا بهتر ببینید و سلامت آن ها را بهتر حفظ نمایید.

فولات، پتاسیم و ویتامین A با هم در جهت حفظ و بهبود سلامت عمومی مشارکت می کنند. تحقیقات اخیر نشان داده است که عصاره ی کدو سبز به تخفیف علائم بزرگی خوش خیم پروستات کمک می کند: همان طور که می دانید بزرگی خوش خیم پروستات منجر به مشکلاتی در عملکرد دستگاه ادراری و جنسی می‌شود؛ فیتونوتوترینت های موجود در کدو

علاوه بر خواص متعدد و مفید کدو سبز بر سلامتی، این سبزی به عنوان عضو اصلی و با اجزای جدایی ناپذیر سالادها، خورش ها، سوپ ها و... به کار برده می شود. این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

دیگر فواید:

علاوه بر خواص متعدد و مفید کدو سبز بر سلامتی، این سبزی به عنوان عضو اصلی و با اجزای جدایی ناپذیر سالادها، خورش ها، سوپ ها و... به کار برده می شود.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

دیگر فواید:

علاوه بر خواص متعدد و مفید کدو سبز بر سلامتی، این سبزی به عنوان عضو اصلی و با اجزای جدایی ناپذیر سالادها، خورش ها، سوپ ها و... به کار برده می شود.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

دیگر فواید:

علاوه بر خواص متعدد و مفید کدو سبز بر سلامتی، این سبزی به عنوان عضو اصلی و با اجزای جدایی ناپذیر سالادها، خورش ها، سوپ ها و... به کار برده می شود.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

دیگر فواید:

علاوه بر خواص متعدد و مفید کدو سبز بر سلامتی، این سبزی به عنوان عضو اصلی و با اجزای جدایی ناپذیر سالادها، خورش ها، سوپ ها و... به کار برده می شود.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

دیگر فواید:

علاوه بر خواص متعدد و مفید کدو سبز بر سلامتی، این سبزی به عنوان عضو اصلی و با اجزای جدایی ناپذیر سالادها، خورش ها، سوپ ها و... به کار برده می شود.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

نانولوله‌های کربنی تک جداره قادرند نور خورشید را در محدوده وسیعی از طول موج مرئی و مادون قرمز جذب کنند، همچنین انتقال حاملین بار در آن‌ها سریع است. با این حال تاکنون این پیل‌ها کارایی بالایی نداشته و در جریان با محدودیت داشته‌اند. این تیم تحقیقاتی با استفاده از نانولوله‌های کربنی تک جداره موفق به ساخت پیل خورشیدی با نرخ تولید الکتریسیته بالا شدند. این پیل‌ها قادرند تا پرتوهای مادون قرمز نزدیک از نیز جذب کنند؛ چیزی که خارج از محدوده توانایی پیل‌های فتوولتائیک لایه نازک است. این گروه تحقیقاتی با کنترل سطح تماس میان لایه فعال و زیرلایه‌ای که انتقال حفره از آن انجام می‌شود، موفق به افزایش کارایی این پیل شدند. این گروه در حال حاضر درصدد بهبود کارایی این پیل خورشیدی مبتنی بر نانولوله کربنی هستند.

کدو سبز و خواص مفید آن

سبز عامل این تسکین هستند. مس موجود در این سبزی به کاهش علائم دردناک آرتریت روماتوئید کمک می کند.

۳- پیشگیری از بیماری ها
کدو سبز یکی از بهترین غذاهایی است که به پیشگیری از بیماری اسکوربوت، کبودی و... که در نتیجه ی کمبود ویتامین C به وجود می آید کمک می کند.

همچنین از خطر ابتلا به ام اس و سرطان کولون (روده بزرگ) محافظت می کند. کدو سبز حاوی عناصر ضد سرطانی است.

آب کدو سبز از نظر توانایی مقابله با جهش های سلولی همانند تره فرنگی، تربچه و کدوتنبل است.

بیشتر مواد مغذی موجود در کدو سبز به پیشگیری از اترواسکلروزیس (گرفتگی عروق) و بیماری های قلبی در دبایتی ها کمک می کند و همچنین خطر حمله ی قلبی و سکتة می مغزی را به وسیله ی کاهش فشار خون بالا، کاهش می دهد.

کدو سبز از اکسیداسیون کلسترول که یکی از دلایل اصلی تجمع کلسترول در دیواره ی رگ های خونی می باشد جلوگیری می کند.

به این ترتیب کدو سبز یکی از بهترین غذاها برای مبارزه با بیماری ها است چرا که حاوی ترکیبات آنتی اکسیدانی و ضد التهابی می باشد.

۴- خواص ضد پیری
این اعتقاد وجود دارد که کدو سبز حاوی ترکیبات ضد پیری بسیار خوبی است. آنتی اکسیدان های موجود در آن موجب تقویت حافظه و کاهش مشکلات وابسته به سن به میزان ۴۰ درصد می شود.

بر طبق تحقیق انجام شده توسط دانشگاه راش در شیکاگو، ویتامین A و E در ترکیب با اسیدهای چرب امگا ۳ جذب آنتی اکسیدن های محلول در چربی را تقویت می کند و به بازسازی موثر سلول های مغزی کمک می کند.

۵- کاهش وزن
کدو سبز حاوی بیش از ۹۵ درصد آب می باشد که آن را به عنوان یکی از بهترین غذاها برای افرادی که رژیم دارند، مطرح می کند.

کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

علاوه بر خواص متعدد و مفید کدو سبز بر سلامتی، این سبزی به عنوان عضو اصلی و با اجزای جدایی ناپذیر سالادها، خورش ها، سوپ ها و... به کار برده می شود.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

این موضوع آزمایش شده است که افزودن کدو سبز به نان ها و کلوچه ها، آن را سه برابر مرطوب تر و لطیف تر می کند. کدو سبز همچنین حاوی کالری کمی است، به طوری که هر ۱۰۰ گرم آن فقط حدود ۲۵ کالری دارد. علاوه بر این مشخص شده است که کدو سبز متابولیسم یا سوخت و ساز بدن را بالا می برد.

هشدارها و توصیه‌ها

فشارخونی‌ها مراقب قلب خود باشند

کارشناس مسئول بیماری‌های غیرواگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی زنجان گفت: سکنه قلبی در کمین آحاد جامعه است، بطوری که اولین علت مرگ و میر در دنیا بیماری‌های قلبی – عروقی است.

فربا خسروشاهی، اظهار کرد: روز جهانی قلب منادف با ۲۹ سپتامبر (۷ مهر) است که با شعار “انتخاب‌های دوستدار سلامت قلب” همراه است. در واقع باید در راستای این شعار محیط‌های دوستدار سلامت قلب ایجاد کنیم تا عوامل خطر این بیماری را نیز کاهش دهیم.

وی افزود: محیط شاد، تغذیه سالم، عدم مصرف دخانیات و ... از عوامل تاثیر گذار برای داشتن قلب سالم است. در واقع عوامل خطر برای قلب به دو دسته ارثی و اکتسابی تقسیم می‌شوند که عوامل ارثی قابل تغییر نیست و فرد می تواند در صورت اطلاع به موقع از بیماری و تغییر شیوه زندگی، بیماری مورد نظر را به تعویق اندازد. بنابراین افرادی که در خانواده‌های آنها سابقهٔ بیماری‌هایی همچون فشار خون و ... وجود دارد باید مراقب خود باشند.

خسروشاهی تصریح کرد: عوامل اکتسابی عواملی هستند که فرد با رعایت یک سری اصول می تواند از بروز آن‌ها جلوگیری کند. به عنوان مثال ترک بدنی را باید در خود تقویت کنند، از مصرف دخلیات پرهیز کرده و میوه و سبزیجات کافی حداقل ۵ واحد در روز مصرف کنند تا ریسک بیماری قلبی را کاهش دهند.

سرطان مادر در زمان بارداری تهدیدی برای کودک نیست

مطالعات جدید انجمن اروپایی تومورشناسی (ESMO) نشان می‌دهد زنان باردار مبتلا به سرطان حتی در صورتی که تحت شیمی‌درمانی و پر تومردانی باشند، خطری فرزندشان را تهدید نمی‌کند.

در حالی که برخی پزشکان در خصوص شیمی درمانی زنان باردار به دلیل نگرانی از تاثیرات منفی آن بر جنین، تردید دارند مطالعات اخیر حاکی از آن است که جنین حتی در صورت آغاز روند درمان مادر در شرایط سالمی قرار دارد و از هر گونه تاثیرات منفی در امان است.

متخصصان در این مطالعه تاکید کردند: زمانی که شیمی درمانی پس از سه ماهه نخست بارداری آغاز شد، هیچ مشکل با تاثیر سونی بر جنین مشاهده نکردیم. از طرفی نیز ترس از تاثیر شیمی درمانی بر جنین نباید منجر به حذف بارداری یا تاخیر در درمان مادران مبتلا به سرطان شود.

در یک مقایسه انجام شده میان ۳۸ کودکی که در زمان بارداری مادر، تحت شیمی درمانی بودند و ۳۸ کودکی که در این شرایط نبودند، نتایج به دست آمده حاکی از آن است که توانایی ذهنی و سلامت قلبی هر دو گروه از کودکان کاملاً مشابه یکدیگر است.

رئیس‌جمهور در اجلاس سران کشورهای ساحلی دریای خزر:

دریای خزر باید سمبل همکاری ملت‌ها باشد

رئیس‌جمهوری گفت: تبدیل دریای خزر به نمادی از توسعه و همکاری و مرکز برای دوستی و پیشرفت، از بزرگ‌ترین اقداماتی خواهد بود که این نعمت الهی را برای نسلهای بعدی ما حفظ می‌کند.

حجت الاسلام و المسلمین حسن روحانی رئیس‌جمهوری بعداز ظهر دوشنبه در چهارمین اجلاس سران کشورهای ساحلی دریای خزر که در شهر استراخان روسیه برگزار شد، خطاب به روسای جمهور کشورهای ساحلی دریای خزر گفت: این نشست نه تنها فرصت مهمتی را برای هم فکری بیشتر فراهم می‌سازد، بلکه به عنوان ابتکاری سازنده می‌تواند این دریا را به نماد همبستگی، دوستی و حسن هم‌جواری تبدیل نماید.

رئیس‌جمهوری با بیان اینکه در این گردهمایی مسئولیت بزرگی بر دوش روسای جمهور کشورهای ساحلی دریای خزر است، اظهارداشت: ما در برابر دریای خزر، یعنی این سرمایه مشترک، کانون پیوندودوستی،و منشأ معیشت میلیون‌ها انسان، نه تنها خود را در برابر نسل کنونی، بلکه در برابر آیندگان نیز مسئول می‌دانیم. و این می‌طلبد که با برنامه‌ریزی هوشمندانه، همان گونه که پیشینان، این موهبت خدادادی را برای ما به ارث گذاشتند، ما نیز بتوانیم خزر را توسعه یافته و ایمن، به فرزندان خود اهدا کنیم.

روحانی گفت: وظیفه مشترک ما در اینجا، در کنار رایزنی برای نزدیکی مواضع در رژیم حقوقی و تحدید حدود و دستیابی به همکاری های بازرگانی و اقتصادی، ایجاب می‌کند تا دریای خزر، به عنوان کلونی که ما را با وجود زبان ها، ملت ها و دیدگاه های مختلف، پیرامون خود جمع کرده است، مورد توجه ویژه قرار گیرد.

رئیس‌جمهوری تاکید کرد: تبدیل دریای خزر به نمادی از توسعه و همکاری و مرکز برای دوستی و پیشرفت، از بزرگ‌ترین اقداماتی خواهد بود که این نعمت الهی را برای نسلهای بعدی ما حفظ کرده، و زمینه را برای ایجاد رفاه و توسعه در سواحل این دریا به عنوان یکی از پیشرفته‌ترین و باشکوه‌ترین سواحل دنیا، با جاذبه های فراوان و منحصربه‌فرد گردشگری و توریسم، کشتیرانی تجاری و تفریحی، ماهیگیری و شيلات، و بخصوص سرمایه‌گذارهای مشترک آماده می‌سازد.

روحانی ضرورت همکاری جمعی و سرمایه‌گذاری مشترک کشورهای ساحلی را یادآور شد و افزود: باید بجای اقدامات انفرادی، فعالیت‌های جمعی را مبنای اقدامات خود قرار داده و بپذیریم که تعاملات جمعی، بهره‌وری بیشتری را در اختیار همگان قرار خواهد داد. تحقق این مهم، مستلزم آن است که در حوزه های گوناگون، نفع مشترک را تعریف کنیم. نهاد مشترک را سازماندیم کنیم، و با سرمایه‌گذاری مشترک که پیشرفت کار را سلمان‌دهیم.

رئیس‌جمهوری همچنین لزوم توجه به مسئله امنیت و همکاریهای جمعی در برقراری آرامش و ثبات در منطقه دریای خزر را یادآور شد و ادامه داد: ما باید در برقراری ثبات و آرامش با هم همکاری کنیم. لذا مناسب‌است علاوه بر همکاری کشورهای ساحلی این دریا در برقراری امنیت جمعی، اجازه‌دهیم دریا و سواحل آن که اهمیت ویژه‌ای برای کشورهای ساحلی دارد، محل ترکنازی افراط گری و توریسم، مواد مخدر، و جنایات سازمان یافته‌شود.

رئیس شورای عالی امنیت ملی تصریح کرد: ما نباید اجازه

دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام دو جناح اصلاح‌طلب و اصولگرا در کشور را از هم فروپاشیده توصیف کرد و گفت: دو جناح سیاسی باید نوسازی شوند.

محسن رضایی با حضور در محل برگزاری نخستین اردو سراسری تشکل‌های دانشجویی دانشگاه آزاد اسلامی، بر برگزاری چنین اردوهایی را که از سوی دکتر میرزاده هم‌اکنون آغاز شده از کار خوبی دانست و آن را به فال نیک گرفت.

به گزارش ایسنا، رضایی با بیان اینکه امیدوارم با فعالیت تشکل‌ها نشاط بیشتری در ایجاد سیاسی و فرهنگی در دانشگاه‌ها به وجود بیاید، اظهار کرد: من تشکل‌های دانشگاهی را به دانشگاهی در سایه تعبیر می‌کنم، دانشگاهی که حتی از دانشگاه اصلی هم می‌تواند بزرگ‌تر باشد و در آن اتفاقات بسیار خوبی رخ داده، پیوندهای زیادی برقرار شده و دوستی‌های مستحکم‌کی شکل گرفته‌است. ارتباطاتی که در این دوره ایجاد شده نیز در آینده تأثیرات زیادی در زندگی افراد بر جا گذاشته و فعالیت‌های سیاسی در ساختن زندگی خود من هم تأثیر گذار بوده‌است.

دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام ادامه داد: توصیه من به دوستان این است که این حرکت را ادامه دهند و خسته نشوند.

رضایی هر نوع افراط و تفریط را برای تشکل‌ها نامناسب دانست و افزود:افراد بسیاری با دوری از افراط و تفریط به جایگاه بالا رسیدند که از جمله آن برادر عزیزمان آقای دکتر طه‌هاشمی است.

فرمانده پیشین سپاه پاسداران انقلاب اسلامی با اشاره به قرار داشتن منطقه در بحران «خطرناک‌شان کرد: خوشبختانه با وجود این شرایط کشورمان در وضعیت مطلوبی قرار دارد. رضایی در ادامه با اشاره به موقعیت کشورمان در منطقه و جهان تصریح کرد:اصطلاحا سر چهارراه دنیا ایستاده ایم و به راحتی می‌شود تبدیل به یک قدرت بزرگ در جهان شد، حتی اگر گفت می‌دانشته باشیم مرزبین ما پتشیسل درآمد میلیاردها دلار درآمد دارد و این به خاطر موقعیت ژئوپلیتیکی کشور ماست. ما می‌توانیم میلیاردها دلار از عبور کشتنی‌ها و هواپیماها درآمد داشته باشیم. حالا این که چقدر وارد شدیم یا چرا وارد نشدیم بحث دیگر است اما منظور من این است که این کشور فرصت طلایی زیادی در اختیار دارد.

دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام در بخش دیگری از سخنانش با اشاره به اقدامات آمریکا در منطقه با توریسم، خاطر نشان کرد: واقعیت این است که آمریکا بدون ایران نمی‌تواند توریسم را بین برود و این کارهایی ا ب در هاون کوبیدن است.

او با اشاره به موقعیت ایران برای مقبله با توریسم‌ها در منطقه، اظهار کرد: این بهترین فرصت تاریخی برای ماست که به طور مشروع می‌توانیم در بیرون از مرزها در مقبله با توریسم‌ها هاشش داشته باشیم.

رضایی با اشاره به اظهارات کسنیجر درباره تلاش ایران برای تبدیل شدن به امپراطوری در منطقه اظهار کرد: ایران به دنبال امپراطوری نیست، ایران به دنبال ساخت تمدن بزرگ در منطقه است.

وی جناح‌های سیاسی را یک بک برای جمهوری اسلامی دانست و افزود: البته این دو جناح از هم فروپاشیده و در حالت میزایی به سر می‌برند و در حقیقت می‌توان گفت که هر دو جناح اصلاح طلب و اصولگرا در کشور ظرفیتهای بسیار دارند و نیازمند بازسازی جناحی اند. باید از درون دو جناح سیاسی کشور افراد جدیدی وارد جامعه‌اند. دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام از اعضای تشکل‌های دانشجویی خواست در خارج از کشور نیز حاضر شده و به مقام‌های مختلف بروند، او در توضیح بیشتر این موضوع گفت: چغه‌چغه اشکالی دارد که دانشجویان ما به دانشگاه‌های بغداد، دمشق و حتی غزه بروند؟ شما می‌دانید حضورشان در غزه چقدر سر و صدا به پا می‌کند. رضایی خود را طرفدار اقدامات ابتکارانه و نوآورانه در جنبش‌های دانشجویی دانست و افزود: همانطور که جناح‌ها به نوسازی احتیاج دارند تشکل‌ها هم باید نوسازی شوند.

معاون اول رئیس‌جمهور با تاکید بر ضرورت پیگیری جدی و مستمر برای اجرای دقیق سیاست‌های کلی اقتصاد مقاومتی، از وزرا و روسای دستگاه‌های اجرایی خواست شخصا نسبت به این موضوع نظارت داشته و از زیرمجموعه‌های خود بخواهند که با حداکثر توان اجرای این سیاست‌ها را دنبال کنند.
به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی ریاست جمهوری، جلسه چهارگانه‌ی این اجرائی اقتصاد با اشاره به طراحی سامانه برنامه عملیاتی سیاست‌های کلی اقتصاد مقاومتی از سوی معاونت برنامه‌ریزی و نظارت راهبردی رئیس‌جمهور، بر لزوم همکاری و هماهنگی دستگاه‌های اجرایی برای تکمیل برنامه‌ها و پیشبرد اهداف و طرح‌های عملیاتی سیاست‌های کلی اقتصاد مقاومتی تاکید کرد.

معاون اول رئیس‌جمهور همچنین با تاکید بر ضرورت پیگیری جدی و مستمر برای اجرای دقیق سیاست‌های کلی اقتصاد مقاومتی، از وزرا و روسای دستگاه‌های اجرایی خواست شخصا نسبت به این موضوع نظارت دلشته و از زیرمجموعه‌های خود بخواهند که با حداکثر توان اجرای این سیاست‌ها را دنبال کنند.

در این جلسه نماینده معاونت برنامه‌ریزی و نظارت راهبردی رئیس‌جمهور با اشاره به



محسن رضایی پس ایراد سخنانی به سوالات برخی از دانشجویان پاسخ داد.

او در پاسخ به سوال یکی از دانشجویان گفت: «از او درباره علت انصرافش از اعتراض به نتایج انتخابات ریاست‌جمهوری سال ۸۸ پرسید، گفت: من یک انقلابی تابع قانون هستم و از دوران مشروطه تا کنون هم تلاش همه‌ما استقرار قانون بوده است. بنابراین از زمانی که فرصت اعتراض بود به این موضوع اعتراض کردم، اما وقتی شورای نگهبان نظرش را اعلام کرد به آن نظر تمکین کردم.

دانشجویی دیگر از محسن رضایی درباره ماجرای مک‌فارلین، نقش رژیم صهیونیستی در این ماجرا و… سوال کرد و خواست که بدون مداخلت جولیشر با بگیرد که وی در پاسخ گفت: من اهل مداخلت نیستم. اما اهل مصلحتم و خاتمه من مجمع تشخیص مصلحت نظام است. مسئله مک‌فارلین از جایی شروع شد که آمریکایی‌ها احساس کردند ما در دور پیروزی‌ها افتاده ایم و برای همین تلاش کردند با ایران از تباط برقرار کنند.

مقبله با توریسم سپاه پاسداران انقلاب اسلامی ادامه داد: بعد از این درخواست ایران هم گفت به ما سالیسه‌دهه‌بید این یک دیپلماسی پنهان بود، دیپلماسی پنهان کار دستگاه‌های اطلاعاتی است و دیپلماسی آشکار کار وزارت امور خارجه. آمریکا هم در تلاش بود تا یک دیپلماسی پنهان با ایران داشته باشد که ما هم مخالفت کردیم در حقیقت خواستیم ببینیم که انتهای ماجرا چه می‌شود.

رضایی با بیان اینکه ایران لیستی از تجهیزات مورد نیاز خود در جنگ به ویژه تجهیزات آمریکایی نظیر موشک‌های مگ را به آمریکایی‌ها داد، گفت: آقای مک‌فارلین گمان می‌کرد که می‌تواند سرما را کلاه بگذارد و او به همین خاطر به فرودگاه مهرآباد آمد و درخواست کرد که اول ارتباط برقرار شود و بعد برویم سراغ تسلیحات نظامی در حالی که ما گفتیم اول برادری‌ات را نشان بده! بعد از تباط برقرار می‌کنیم.

دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام با بیان اینکه نخستین بار اسرائیل این موضوع را لو داد اظهار کرد: سپس یک روزنامه لبنانی این موضوع را افشا کرد که بلافاصله حضرت امام(ره) هم دستور دادند که این موضوع را به مردم بگویند، البته آقای هاشمی می‌گویند امام از قبل در جریان این موضوع بوده‌اند.

طراحی سامانه برنامه‌های عملیاتی سیاست‌های کلی اقتصاد مقاومتی، گزارشی از وزیرگیاها و نحوه کارکرد این سامانه ارائه و در خصوص چگونگی جمع‌آوری اطلاعات و برنامه‌های کمی دستگاه‌های اجرایی برای اجرای سیاست‌های اقتصاد مقاومتی توضیحاتی بیان کرد. بر اساس این گزارش نظارت مؤثر بر تحقق اهداف مندرج در مصوبات شورای اقتصاد، تسهیل در بروز رسایی ریاست جمهوری، تسهیل فعالیت اقتصاد جمهوری، امکان نشر الکترونیکی برنامه‌ها و تسهیل دسترسی به محتوای «مجموعه اهداف، سیاست‌ها و برنامه‌های اقتصاد مقاومتی» از جمله اهداف طراحی این سامانه است. در این نشست که وزرای نیرو، نفت، جهاد کشاورزی، صنعت، معدن و تجارت، تعاون، کار و رفاه اجتماعی، امور اقتصادی و دارایی، معاون برنامه‌ریزی و نظارت راهبردی رئیس‌جمهور، رئیس کل بانک مرکزی و معاون رئیس‌جمهور و رئیس سازمان میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی نیز حضور داشتند، درخواست برخی دستگاه‌های اجرایی مورد بحث و تبادل نظر قرار گرفت.

تعیین عوارض صادراتی مواد خام، تعیین نرخ خدمات اشعاع آب و فاضلاب و استفاده از تسهیلات اوراق مشارکت در برخی طرح‌های انتفاعی وزارت نیرو از جمله موضوعاتی بود

رضایی با اشاره به اینکه اسرائیل معتقد است باید راه ارتباط ایران با آمریکا از تل آویو بگذرد، خاطر نشان کرد: الان هم همپنطور است، اسرائیل و عربستان نمی‌گازند که مذاکرات سسته‌ای به نتیجه برسد.

وی درباره مشورت دانشن به دولت در حوزه اقتصاد و نظرش درباره پرداخت نقدی بارانه، خاطر نشان کرد: البته من هم به این دولت و هم به سایر دولت‌ها مشورت داده‌ام و می‌دهم اما اینطور هم نیست که آنها از من رسماً درخواست مشورت داشته باشند و مشورت‌های من یکطرفه بوده است چراکه امروز دیگر مسئله ارائه کمک و تشکر به مردم مطرح است.

دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام با اشاره به طرح اصلاح قیمت‌ها خاطر نشان کرد:

اگر این موضوع شکل بگیرد سالانه ۲۰۰ هزار میلیارد تومان سود خواهیم کرد و هر نفر در سال چند میلیون تومان نصیبش می‌شود اما بازگرداندن این پول به شکل نقدی به جیب مردم تورم را افزایش می‌دهد، با این شیوه ما پول را در جیب مردم می‌گذاریم و از جیب دیگر مردم بیرون می‌کنیم.

رضایی با بیان اینکه ما در اقتصاد تورم پولی داریم، گفت: مردم با بالا رفتن قیمت‌ها اطلاع دقیقی ندارند و میزان آنرا نمی‌توانند به خوبی برآورد کنند. بطور کلی اگر یارانه به جیب مردم برود و از آن طرف تورم بالا برود این یک دل‌خوش‌کنک است و ما باید به مردم پول درآمدی بدهیم نه سکه‌های فلز.

به گفته وی پول درآمدی یعنی پولی که هم برای مردم شغل درست کند، هم سود دهی داشته‌باشد و هم تورم را کنترل کند.

رضایی سوال یکی دیگر از جوانان که باسختن درخصوص نتایج انتخابات ۸۸ قانع نشده و خواستار موضع‌گیری صریح وی در این باره و همچنین موضوع جنگ شده بود نیز گفت: در بحث جنگ من معتقدم که نباید برخی جنگ را به نفع خود مصادره کنند و جنگ یک موضوع ملی بود و شخصی و جناحی نگاه کردن به آن یک خیانت است. در بحث اتفاقات ۸۸ هم من قانع شدم، البته ممکن است در هر انتخاباتی ۵۰۰ هزار تا یک میلیون رای مسائلی باشد و این در انتخابات تمام دنیا نیز وجود دارد.

او درباره احتمال همکاری ایران با آمریکا در بحث مبارزه با توریسم نیز گفت: ما الان داریم با توریست‌ها می‌جنگیم و همه دنیا این را می‌دانند. اما اینکه بخواهیم به آمریکایی‌ها بسته‌ای بدهیم و با آنها همکاری کنیم، الان زود است چون نمی‌دانیم آمریکایی‌ها چقدر صداقت دارند و آیا اگر ما با آنها همکاری کردیم، چقدر ممکن است از اطلاعات ما سوءاستفاده نکنند. باید ببینیم نتیجه تاریخی که آنها تشکیل داده‌اند چه خواهد شد. رضایی افزود: خوشبختانه با آمدن دولت جدید و اقدامات انجام شده فضای خوبی در افکار عمومی دنیا درباره ما ایجاد شده و افکار عمومی خورش خوبی به سمت ما داشته‌اند.

وی نوآوری، ابتکار و خلاقیت را عامل مهم در پیروزی ایران در جنگ دانست و افزود: تمام کارشناسان نظامی دنیا معتقد بودند که شکست ایران در جنگ صددرصد است اما اینطور نشد. برخی می‌گویند ایمان و روحیه شهادت طلبی عامل مهم در پیروزی ایران بود اما در حقیقت ابتکار و نوآوری بود که مانند جویی شد که آب ایمان از آن عبور اند. رضایی، راه عبور از تحریم‌های اقتصادی را از اقتصاد مقاومتی و سند ۲۴ ماده‌ای آن دانست و درباره ارتباط ایران با آمریکا نیز گفت: همین مذاکرات که با حمایت رهبری و جدیت دولت در حال انجام است تست خوبی است که حداقل صداقت آمریکایی‌ها را سنجیده‌شود و اگر آنها صادق بودند این خودش یک گام به جلوتر است.

دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام با اشاره به موضوع تحریم‌ها نیز گفت: اگر ۱۰ تا ازین تحریم‌ها هم تصویب کنند عزت‌ما شکسته نخواهد شد.

وی در پایان این دیدار یکی از دانشجویان از رضایی پرسید که آیا برای انتخابات مجلس روی شما حساب کنیم یا خیر که وی گفت: روی ما حساب باز نکنید.



نامحرمانه

قم **با** **ک** **ا** **ت** **ر** **ی** **ن** **ش** **ه** **ر** **ک** **ش** **و** **ر** **ا** **س** **ت**
گ **ف** **ت** **ه** **می** **ش** **و** **د**: آیت الله سید احمد خاتمی عضو جامعه مدرسین حوزه علمیه قم با اشاره به فضای امروز جامعه، بیان داشته است: «امروز قم باکترین شهر کشور است؛ چراکه اگر از این شهر بیرون برویم، متوجه خواهیم شد که چه فضای گناه آلودی در برخی از شهرهای حاکم است و بدجایی غوغا می‌کند و انسان در دل گناه قرار می‌گیرد؛ البته در خود قم نیز مصلائی وجود دارد که باید با آن مقابله شود.

ادامه مذاکرات هسته ای دو هفته دیگر

گفته می‌شود: سید عباس عراقچی معاون وزیر امور خارجه کشورمان گفته است: علیرغم وجود اختلافات بر سر مسائل اصلی دور بعدی مذاکرات هسته‌ای ایران و گروه ۵+۱ در کمتر از ۲ هفته دیگر در یک شهر اروپایی برگزار خواهدوی در گفت و گو با خبرگزاری کیودو ژاپن اظهار کرده است: ما نتوانستیم در یک فضای سازنده به درکی به مراتب بهتر برسیم اما اختلافات بر سر مسائل اصلی هنوز به قوت خود باقی است. عضو ارشد تیم مذاکره کننده هسته‌ای همچنین گفته است: برخی از ایده‌های مطرح شده در نشست نیویورک امیدوار کننده هستند اما هیچ یک از آنها نتوانستند در خصوص مسائل کلیدی مورد اختلاف یک درک مشترک به ما بدهند. از این رو نتوانستیم به پیشرفتی ملموس در مذاکرات اخیر برسیم. عراقچی تاکید کرده است: اگر قرار باشد توافقی حاصل شود بهتر است که آن را اکنون انجام دهیم؛ تمدید مذاکرات سخت و بی‌استفاده خواهد بود. معاون وزیر امور خارجه در ادامه تصریح کرده است: دور بعدی مذاکرات ایران و گروه ۵+۱ در کمتر از دو هفته دیگر در یکی از شهرهای وین یا ژنو از سر گرفته خواهد شد.

محمد رضا رحیمی: به حکم صادره اعتراض می‌کنم

گفته می‌شود: محمدرضا رحیمی معاون اول دولت دهم در حاشیه مراسم ختم والدیه آیت‌الله هاشمی شاهرودی در جمع خبرنگاران در پاسخ به این سوال که آیا حکم صادر شده توسط دادگاه برای خودش را قبول دارد و یا باز هم اعتراضی خواهد کرد، اظهار کرده است: به حکم صادره اعتراض می‌کنم. وی ادامه داده است: من اگر بخواهم اینها را توضیح بدهم دو ساعت طول خواهد کشید ولی در فرصتی با یکی از خبرگزاری‌ها قرار دارم و به صورت مشروح درباره این مسائل صحبت می‌کنم.

واکنش وزیر به شایعه حضور دخترش در واردات دارو

گفته می‌شود: محمدرضا نعمت زاده وزیر صنعت، معدن و تجارت یکشنبه شب در برنامه پایش در پاسخ به سوال یکی از بینندههای این برنامه که پرسیده بود "آیا افرادی همانا فامیلی شما که در کار دارو و پتروشیمی مشغول فعالیت‌اند از بستگان شما هستند؟" گفته است: دختر من بیش از ۱۵ سال است که داروسازی خود را تمام کرده و داروساز است؛ بنابراین به خاطر شغلش در کار دارو است. روزنامه ای از قول یکی از نمایندگان مجلس نوشته بود که دختر من مافیای داروست. وی افزوده است: این حرف‌ها لطفی است که یک عده در حق ما دارند! دختر من تحصیلات داروسازی دارد و دارو هاست که داروخانه بیمارستان میلاد را با دوستان خودش راه اندازی کرده است. از طرف دیگر داروخانه بیمار‌هایی خاص را شکل داده و رحمت کشیده است. نعمت زاده تصریح کرده است: اکنون فرزندان من در زمینه تحصیلی خود مشغول فعالیت‌اند. گناه بچه‌های من این است که نام فامیلشان هم نام فامیل من است ولی خدا شاهد است که کوچک‌ترین حمایت خاصی از این بچه‌ها نکردم و خدا را شکر که روی پای خود زندگی معمولی دارند.

دانشجوی بودایی در قم مسلمان شد

گفته می‌شود: یک دانشجوی بودایی مذهب ژاپنی که در مقطع ارشد دانشگاه تهران، روز گذشته در حضور در دفتر آیت الله علوی گرگانی از استادی عالی حوزه علمیه قم مسلمان شد. آیت الله سید محمد علی علوی گرگانی، بعد از انای شهادتین این دانشجوی ژاپنی و پذیرش دین مقدس اسلام و مذهب حقه تشیع، ضمن توصیه به این دانشجوی ژاپنی گفته است: امیدوارم سفر خوبی برای دین مبین اسلام و ثبات قدم در راهی که انتخاب کردید بنمید 'محمد' دانشجوی ژاپنی تازه مسلمان شد اظهار داشته است: دراین که چگونه گونه اسلام را انتخاب کردم، بهتر است بگویم اسلام تبلیغ کرد. وی گفته است: اسلام دین کامل و بسیار غنی است، ولی متأسفانه عملکرد گروه‌ای افراطی مانند داعش، اثر تخریبی را گذاشته اما با این حال گرایش به دین اسلام خیلی زیاد است. ..

مرتضوی: به ملاقات احمدی نژاد می‌روم

می‌شود: سعید مرتضوی دبیرعامل سابق سازمان تأمین اجتماعی گفته است: در دوران مسئولیتم در این سازمان در ای خلاف قانون و حتی یک تخلف وجود ندارد. وی در حاشیه مراسم تحريم‌والده آیت‌الله هاشمی شاهرودی در جمع خبرنگاران با تبیین روند بررسی پرونده‌اش در محاکم قضائی افزوده است: هنوز هیچ مدرک دلی دال بر تخلف در دوران مدیریتم در این سازمان ارائه نشده است. مرتضوی با بیان اینکه پرونده تأمین اجتماعی را برای رسیدگی به حفاظت اطلاعات قوه قضائیه داده بودند که در حال رسیدگی است گفته است: آقای مهدانی از جمله افراد و کلاهی است که اعتقاد دارد حفاظت اطلاعات قوه قضائیه صلاحیت ورود و تحقیقات در هیچ پرونده قضایی را ندارد و بر همین اساس مدعی است که پرونده باید به وزارت اطلاعات یا سایر مراجعی که صلاحیت دارند فرستاده شود. وی در پاسخ به پرسشی مبنی بر آن که آیا در دفتر ولنجک با آقای احمدی نژاد دیدار می‌کند گفت: بله به ملاقات احمدی نژاد می‌روم. مرتضوی در ادامه گفته است: می‌گویند ۱۵۰ میلیون به صدا و سیما پول دادیم و اگر این درست باشد سازمان صدا و سیما حساب و کتابی دارد و از حساب تأمین اجتماعی باید مشخص شود که یک ریال در رفته است اما بعدها بررسی کردند دیدند دروغ است.

هلاکت فرمانده شاخه نظامی داعش در عراق

گفته می‌شود: یک منبع امنیتی عراق اعلام کرده است : جنگنده‌های ائتلاف بین‌المللی در حملات هوایی یکشنبه شب خود یک موضع گروه داعش در جنوب شهر موصل را هدف قرار دادند که باعث کشته شدن سی عضو این گروه شد.منابع عراقی فاش کردند بشار الجرجر معروف به ابوالعزت مسئول شاخه نظامی داعش در این حمله هوایی کشته شد.الجرجر که از کردهای شهر موصل بود از سال ۲۰۰۴ به عضویت القاعده درآمد و در ماه ژوئن گذشته فرماندهی شورای نظامی داعش را پس از کشته شدن عدنان اسماعیل النجم مسئول سابق شاخه نظامی داعش برعهده گرفت.

با هدایت دانش آموزان مستعد و توانا به شاخه فنی و حرفه‌ای در پیشرفت کشورمان سهیم باشیم.

در این راستا

هنرستان غیر دولتی
خواجه نصیرالدین طوسی
از دانش آموزان سال اول دبیرستان و سال دوم در رشته های حسابداری معماری، کامپیوتر در سال ۹۴-۹۳ ثبت نام بعمل می اورد
آدرس: انتهای دورشهر، بلوار سفیه
جنب قنادی آرش، پلاک ۱۱۲
۳۷۷۴۳۴۵۱ - ۳۷۷۴۷۶۱۲

قابل توجه مودیان محترم
مالیات بر ارزش افزوده

مهلت ارائه الکترونیکی
اظهارنامه مالیات بر

ارزش افزوده دوره
تابستان ۱۳۹۳ از طریق
سامانه **www.evaf.ir**

حداکثر تا
۱۵ مهرماه می‌باشد.

روابط عمومی اداره کل امور مالیاتی استان قم

چیت ۱۳۸۴ از نشریات فقهی متنوع محصولات ایران خودرو به نمایندگی از اتحادیه ایران خودرو و با و ب، سایت فروش اینترنتی مراجعه فرمایید.
آدرس: تهران، ایران خودرو، پلاک ۱۳۸۴، سایت www.1384.com