

پیش از برگزاری نماز عید فطر در تهران صورت گرفت

خودسری علیه روحانی وبر جام!

مداح هتاک و نویسنده اشعار اهانت آمیز عید فطر کیست؟

واکنش چهره های سیاسی به حواشی نماز عید فطر

ظریف در شورای روابط خارجی اروپا:

امنیت قابل خریداری نیست

حجت الاسلام والمسلمین سیدمهدی طباطبائی خواستار شد

بر خورد با افراد پشت پرده توهین به روحانی

عضو شاخص جامعه روحانیت مبارز نسبت به رویه شدن توهین به بزرگان و شخصیت های نظام هشدار داد و خاطرنشان کرد: باید از شخصیت های نظام در مقابل این نوع رفتارهای خودسرانه دفاع کنیم. باید حرمت شان حفظ شود. حجت الاسلام والمسلمین سیدمهدی طباطبائی، استاد اخلاق در واکنش به حوادث رخ داده در راهپیمایی روز قدس و توهین به رئیس جمهور، جهانگیری و ماهری، به خبرنگاران گفت: در روز قدس که جهانبان متوجه عظمت ملت ایران و ندای حق جویی، استکبار ستیزی و حمایت آنها ...

سخنگوی هیات رئیسه مجلس مطرح کرد

انتقاد از تفرقه افکنی در برخی مداحی ها

شناسایی توهین کنندگان به رئیس جمهور

یکی از برنامه های تکراری جریان اصولگرا در طی سال های اخیر برای کسب اقبال مردم و جذب آرای آنان در جریان رقابت های انتخاباتی، توسل به استراتژی کینه و تجربه شده ای به نام «دوقطبی سازی» است. آنان می کوشند در هر انتخابات، با توجه به اوضاع کشور و فضای حاکم بر افکار عمومی، تاکتیکی را طراحی کنند تا در مسیر استقرار راهبرد مذکور، اجرایی شود و نتایج مدنظر، حاصل شود. دوقطبی سازی و ایجاد شکاف در میان مردم، آثار نامطلوبی را در پی دارد که می توان به مواردی از قبیل گسترش فضای بدبینی در میان مردم، جایگزینی نزاع های سیاسی به جای همکاری های برادرانه، تلاش شکست خورده گان برای عدم موفقیت گروه پیروز و تشدید اختلافات در میان مردم و گسترش سوطن نسبت به مسئولان نظام اسلامی با افزایش بدر کینه

تلاش دلوایسان و تندروها برای آدرس غلط دادن به مردم

دوقطبی سازی استراتژی چه کسانی است؟

توسط معاندان اشاره کرد. به همین دلیل است که رهبر انقلاب، در فرمایشات خویش، بر مقابله با دوقطبی سازان تأکید می کنند و در دیدار اخیر خویش با مسئولان نظام جمهوری اسلامی نیز فرمودند: «باید کشور را دوقطبی کرد. نباید مردم را به دودسته تقسیم کرد؛ مثل آن حالتی که در سال ۵۹، متأسفانه رئیس جمهور وقت، مردم را به دودسته ی مخالف و موافق تقسیم کرد». این دومین بار در یک سال اخیر است که رهبر انقلاب بر مخالفت خویش با دوقطبی سازی کشور تأکید می کنند و از مسئولان کشور می خواهند به چنین اقدامی دست نزنند. اولین بار در طی یک سال گذشته، موضوع دوقطبی سازی توسط مقام معظم رهبری در آغاز جلسه درس خارج فقه در پنجم مهرماه سال ۹۵ بیان شد ...

دکتر روحانی در دیدار مسؤولان نظام و سفرای کشور های اسلامی با مقام معظم رهبری

دشمنان نمی توانند در همدلی و اتحاد ملی ما خلی وارد کنند

رئیس جمهور با اشاره به ضرورت وحدت همبستگی و اتحاد در کشور، منطقه و جهان اسلام، تأکید کرد: تروریست ها و دشمنان ملت ایران باید بدانند که نمی توانند در همدلی و اتحاد ملی ما خلی وارد کنند و این ملت ایم از شیعه و سنی شجاعانه در برابر آنها ایستاده و اتحاد ملی را حفظ خواهند کرد. دکتر حسن روحانی روز دوشنبه در دیدار مسؤولان و کارگزاران نظام و سفرای کشورهای اسلامی با مقام معظم رهبری به مناسبت عید سعید فطر، ضمن تبریک این عید بزرگ به حضار، ملت شریف ایران و رهبر معظم انقلاب، گفت: عید فطر، عید بازگشت به فطرت پاک انسانیت پس از یک ماه، زهد، ورع، قیام و صیام و تلاش برای زدودن غبارها از جسم و جان است. رئیس جمهور با بیان اینکه روزه هم برای سلامت جسم و هم برای تزکیه و پرورش روح است، افزود: روزه در ماه مبارک رمضان تنها فرو بستن دهان از خوردنی ها و آشامیدنی ها نیست و چه اینکه نماز و روزه ای مقبول است که به واسطه آن تجاویز به مال مردم انجام نشود و ...

آیت الله مفتحی در خطبه های نماز عید فطر در مسجد مقدس جمکران:

ایجاد دودستگی در جامعه کمک به دشمنان نظام است

دبیر دوم عضو شورای عالی حوزه های علمیه گفت: کسانی که دودستگی ها را ایجاد می کنند بدانند رفتار شان کمک به دشمنان نظام است و همان هدلی که آنها می خواهند را دنبال می کنند. آیت الله مرتضی مفتحی پس از اقامه نماز عید سعید فطر در مسجد مقدس جمکران در خطبه های نماز عید با اشاره به اینکه بهترین مکان برای اینکه روزه داران مورد توجه امام زمان (عجل الله تعالی فرجه) باشند، مسجد مقدس جمکران است، اظهار کرد: در این مسجد شریف باید بیشتر به حضرت توجه داشته باشیم و با خلوص خدا را بخوانیم ...



رهبر معظم انقلاب در خطبه های نماز عید فطر:

آتش به اختیار به معنای بی قانونی و فحاشی نیست

نیروهای انقلابی مراقب حفظ قوانین باشند

نهادم قدرتمندانه سپاه کار برگی بود

فراخوان مناقصه عمومی یک مرحله ای ۹۶۰۰۲ (نوبت اول)

شرکت شهرک های صنعتی استان قم

در نظر دارد مناقصه عمومی به شرح ذیل را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید . کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد (به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی راجعت شرکت در مناقصه محقق سازند.

موضوع مناقصه: نظافت معابر، نگهداری فضای سبز، نگهداری از تاسیسات و خدمات پیش خدمتی در شهرک های صنعتی استان قم

شماره مناقصه در سامانه ستاد: ۲۰۰۹۶۱۱۰۹۰۰۰۰۰۰۲

تاریخ انتشار مناقصه در سامانه: تاریخ ۱۳۹۶/۰۴/۰۸ می باشد.

مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سایت: ساعت ۱۹ روز سه شنبه تاریخ ۱۳۹۶/۰۴/۱۳

مهلت زمانی ارائه پیشنهاد: ساعت ۱۹ روز شنبه تاریخ ۱۳۹۶/۰۴/۲۴

زمان بازگشایی پاکت ها: ساعت ۱۳/۳۰ روز يك شنبه تاریخ ۱۳۹۶/۰۴/۲۵

نوع و مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: ۲۲۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال در قالب واریز وجه به شماره حساب جاری سیبا ۲۱۷۵۶۷۳۵۰۲۰۰۰ یا ضمانت نامه های معتبر یا اوراق مشارکت براساس آیین نامه تضمین معاملات دولتی.

حد نصاب لازم برای بازگشایی پاکت ها: حضور ۲ مناقصه گر می باشد.

هزینه خرید اسناد: مبلغ ۳۲۷/۰۰۰ ریال می باشد که از طریق درگاه پرداخت اینترنتی به شماره حساب جاری سیبا ۲۱۷۵۶۷۳۵۰۱۰۰۲ بانک ملی شعبه سمیه قم واریز پرداخت می شود.

نوع مناقصه و شرایط مناقصه گران: این مناقصه به صورت يك مرحله ای برگزار می شود و مناقصه گران باید از سوی اداره کل تعاون، کار و رفاه در رشته خدمات باغبانی و از سوی سازمان مدیریت و برنامه ریزی در رشته کشاورزی به صورت توانان تعیین صلاحیت شده باشند.

نشانی مناقصه گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت های الف:

قم بلوار شهید صدوقی خیابان شهید عطاران نبش کوچه شماره ۴ -تلفن ۳۲۹۱۹۲۰۰-۰۲۵ کد پستی ۳۷۱۶۶۳۳۸۳

اطلاعات سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه:

مرکز تماس: ۰۲۱-۲۷۳۱۳۱۳۱ - دفتر ثبت نام: ۰۲۱-۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۰۲۱-۸۵۱۹۳۷۶۸

اطلاعات تماس دفاتر ثبت نام سایر استانها، در سایت سامانه (www.setadiran.ir) بخش "ثبت نام/ پرو فایل تامین کننده/ مناقصه گر" موجود است.

روابط عمومی سازمان توسعه و عمران شهرداری قم

آگهی فراخوان

فراخوان عمومی مشارکت در احداث رستوران در بوستان جوان

شهرداری قم در نظر دارد با رعایت تشریفات قانونی در احداث و بهره

برداری از رستوران در بوستان جوان به روش B.O.L.T(ساخت بهره

برداری، اجاره، انتقال) بابخش خصوصی مشارکت نماید.

مهلت و محل دریافت اسناد مشارکت و کسب اطلاعات تکمیلی:

۱۳۹۶/۰۴/۱۰ لغایت ۱۳۹۶/۰۴/۱۷، حوزه سرمایه گذاری شهرداری قم،

تلفن: ۰۲۵-۳۶۱۰۴۳۵۲

مهلت و محل تحویل پاکت پیشنهادها: تا ساعت ۱۴ مورخ ۱۳۹۶/۰۴/۱۹،

اداره کل حراست شهرداری مرکز قم

هزینه خرید اسناد: مبلغ ۵ میلیون ریال واریز به شماره حساب

۱۰۰۶۰۰۱۶۰۰۲۱ نزد بانک شهر به نام شهرداری قم

مبلغ سپرده شرکت در فراخوان مشارکت: ۲۰۰ میلیون ریال

سایر شرایط فراخوان در اسناد و مدارک درج شده است. شرکت کننده

پس از دریافت اسناد و مشخصات مکلف است کلیه اسناد و مدارک را

امضاء و به همراه پیشنهاد ارائه نماید. امضاء اسناد و مدارک به منزله قبول

تمامی شرایط می باشد.

آدرس شهرداری قم: بلوار امام موسی صدر. تلفن: ۳۶۱۰۴۰۰

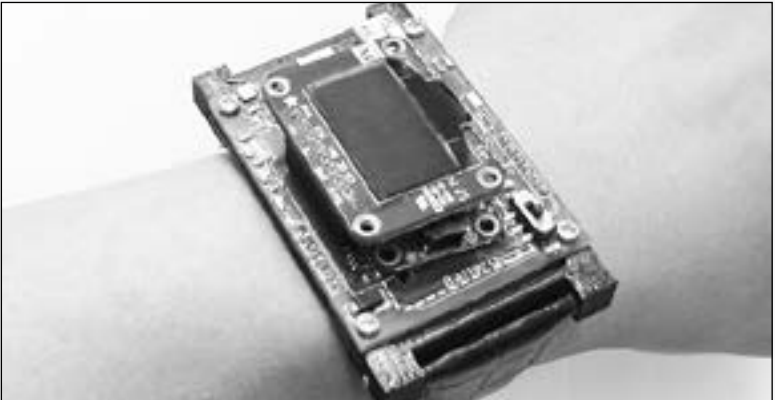
وب سایت: WWW.QOM.IR

اداره کل روابط عمومی و بین الملل شهرداری قم

بیشتر بدانیم
۱۰ ماده غذایی که باید پس از ۴۰ سالگی مصرف کنید
در شرایطی که سرطان و بیماری قلبی تا چند سال پیش ممکن بود برای شما نگرانی بزرگی محسوب نشوند، اما با عبور از مرز ۴۰ سالگی خطر ابتلا به این بیماری ها نیز افزایش می یابد. به گزارش گروه سلامت عصر ایران به نقل از "بریونشن"، خطر دیابت و سکنه مغزی نیز با عبور از مرز ۵۰ سالگی و ۶۰ سالگی افزایش می یابند. از سوی دیگر، بیماری های خودایمنی مانند آرتریت روماتوئید، لوپوس، بیماری کرون، بیماری سلیاک، وام‌اس، اگرچه همواره کشنده نیستند، اما می توانند مردم، به ویژه زنان را از میانه عمر تحت تاثیر قرار دهند. آهنگ کندتر سوخت و ساز و تغییرات هورمونی عوامل کلیدی برای بسیاری از این خطرات سلامت محسوب می شوند. اگر پس از عبور از ۴۰ سالگی همچنان رژیم غذایی که در دهه دوم یا سوم زندگی برای شما کارآمد بوده است را دنبال کنید، احتمالاً با مشکل مواجه خواهید شد. کارشناسان افزون مقدار زیادی از مواد غذایی که در ادامه به آنها اشاره می شود به رژیم غذایی را عاملی در کمک به پیشگیری از مشکلات سلامت می دانند که احتمال مواجهه با آنها پس از ۴۰ سالگی افزایش می یابد. تمسک: افت سلامت روده و مشکلات مرتبط با گوارش نادرست با انواع بیماری های خودایمنی مرتبط با التهاب که زنان را از اواسط عمر خود تحت تاثیر قرار می دهند، پیوند خوره است. کمبود فیبر غذایی بخشی از مشکل محسوب می شود. میزان مصرف توصیه شده روزانه فیبر ۲۰ تا ۳۰ گرم است. در میان میوه ها، تمشک از نظر محتوای فیبر یک گزینه عالی محسوب می شود. یک فنجان تمشک حاوی کالی گرم فیبر است. عسل: حیوانات سرشار از فیبر هستند. در این میان، هنگامی که موضوع میزان محتوای فیبر مطرح می شود، عسل و لویه از بهترین گزینه ها محسوب می شوند. کنسرو کدو تنبل: مطالعه انجام شده توسط موسسه ملی سرطان آمریکا کار نتوانیده‌هایی مانند بتاکاروتن را با نرخ های پایین‌تر ابتلا به بسیاری از سرطان ها و به طور ویژه سرطان پستان پیوند داده است. بر همین اساس، مواد غذایی سرشار از این آنتی اکسیدان های قدرتمند باید به رژیم غذایی شما افزوده شوند. هر گونه سبزی قرمز، زرد، بنفش یا نارنجی و همچنین سبزیجات سبز برگ تیره منبع خوبی برای کاروتنوئیدها محسوب می شوند، اما صوبج های نارنجی و کنسرو کدو تنبل را باید فوق ساره های بتاکاروتن در نظر گرفت. گوچه فرنگی پخته: در کنار بتاکاروتن، یک آنتی اکسیدان قدرتمند دیگر به نام لیکوپن نیز مبارزی قوی در برابر سرطان به نظر می رسد. میوه ها و سبزیجات قرمز رنگ - گوچه فرنگی، هندوانه، پاپایا، فلفل دلمه‌ای قرمز - منابع خوبی برای لیکوپن هستند. گوچه فرنگی پخته می تواند کمک بیشتری به بدن در جذب هر چه بیشتر این آنتی اکسیدان مفید کند. غلات جوانه زده: نمونه های جوانه زده غلات که حاوی سیوس، جوانه و اندوسپرم هستند، یکی از معدود منابع غذایی برای توکو‌ترینول ها، نوعی از ویتامین E که ممکن است خطر ابتلا به بیماری های مغزی مرتبط با افزایش سن مانند آلزایمر را کاهش دهد، محسوب می شوند. گندو: مصرف اسیدهای چرب خوب می تواند خطر ابتلا به بیماری دیابت را افزایش سن در انسان کاهش دهد. اسیدهای چرب غیر اشباع چند پیوندی که در گردو یافت می شوند ممکن است به محافظت از شما در برابر این بیماری کمک کنند. مغزهای خوراکی و دانه های دیگر نیز منابع خوبی برای این اسیدهای چرب سالم هستند. روغن زیتون: روغن گیاهی یک منبع خوب دیگر برای اسیدهای چرب غیر اشباع چند پیوندی هستند. در شرایطی که روغن سویا و روغن آفتابگردان منابع خوبی برای این اسیدهای چرب هستند، اما روغن زیتون بهترین گزینه در این زمینه است. آووکادو: مصرف چربی های سالم یکی از بهترین روش ها برای کنترل اشتها است و آووکادو منبع خوبی برای این درشت مغذی سرگوب کننده گرسنگی محسوب می شود. ماهی سالمون: نتایج یک پژوهش نشان داد که دنبال کردن یک رژیم غذایی مدیترانه ای می تواند خطر مرگ به واسطه بیماری قلبی را ۲۷ درصد کاهش دهد. ماهی یک از اجزا اصلی رژیم مدیترانه ای است و در شرایطی که بیشتر انواع ماهی برای سلامت انسان مفید هستند، اما ماهی های چرب مانند سالمون بیشترین فایده را برای سلامت قلب ارائه می کنند. از دیگر ماهی های چرب می توان به ساردین، ماهی خال مخالی، شاه ماهی و قزل آلا دریاچه ای اشاره کرد. کلم کیل: هنگامی که موضوع مواد مغذی سالم مطرح می شود، گزینه های کمی قدرت برابری با کلم کیل را دارند. کلم کیل سرشار از اسید آلفا لیپوئیک (ALA) است. این آنتی اکسیدان به بدن در تبدیل گلوکز به انرژی و زیر کنترل که داشتن سطوح قند خون کمک می کند، پژوهش های صورت گرفته ALA را با نرخ های پایین‌تر ابتلا به دیابت، سکنه مغزی، آب سیاه (گلوکوم) و بیماری های دیگر پیوند داده اند.

علم- فناوری

ساخت دستگاه کنترل قند خون با الهام از گزش پشه



مهندسان محیط‌زیست با الهام از بشه‌ها دستگاهی طراحی کرده‌اند که به صورت مستقل و پیوسته نمونه‌های خونی از افراد دیابتی تهیه می‌کند.

استفاده از روش‌های کنونی برای تهیه نمونه خون درآور و ناخوشایند است، به همین منظور بسیاری از شرکت‌ها تجهیزات مختلفی همچون ایمپلنت‌های مزجه به سنسور گلوکز و دستگاه‌های نیمه خودکار کنترل‌ری در این زمینه ارائه کرده‌اند.

محققان شرکت جنگ افزاری "ریتئون" موفق شدند تارهای اولی بار یک لیزر با انرژی بالا را روی بالگرد آچایی نصب کنند. شرکت آمریکایی "ریتئون" (Raytheon) که در زمینه ساخت و توسعه جنگ افزارها فعالیت می‌کند توانست برای نخستین بار لیزرهای با انرژی بالا را روی بالگردهای آچایی تعبیه کند.

سلاح‌های لیزری تاکنون روی کشتی‌ها و ناوها، هواپیماها و خودروهای مجهز جنگی آزمایش شده بود اما "ریتئون" توانست این بار این سلاح را روی بالگرد آچایی مدل AH-۶۴ موفقیت آزمایش کند.

بر اساس اعلام شرکت "ریتئون" این لیزر تحت نظارت دفتر نظامی مدیریت برنامه آچایی و فرماندهی عملیات ویژه ارتش آمریکا در صحرای "وایت سند" ایالت نبرکزیکو به موفقیت آزمایش شد و توانست بر روی اهداف بدون سرشنش قفل شده و آن‌ها را مورد اصابت قرار دهد.

بخش‌های زیادی پیرامون نصب این نوع سلاح روی بالگردها شده است و موافقان و مخالفان زیادی دارد اما باید توجه داشت که بالگردهای پیشرفته آچایی از موثرترین ابزار پیروزی در نبردهای پیاده نظام هستند، چرا که دارای سرعت و دقت بالایی بوده و می‌توانند هدف را قبل از این که از مکان بالگرد مطلع شود نابود کنند.

این مثال این لیزر برای مورد هدف قرار دادن کربوریزست در میان جمعیت عملکرد خوبی خواهد داشت.

سلاح لیزری نصب شده روی بالگردهای آچایی دارای سیستم پیشرفته چشم الکترونیکی و حسگرهای مالدون قرمز است که هدف گرفتن آن‌سان می‌کند.ضمن این که این سلاح می‌تواند اهداف را تا فاصله ۱۴۰۰ متری نشانه بگیرد.

محققان بر روی ساخت نسل جدیدی از مارهای روباتیکی کار می کنند که با استفاده از آنها، برگ جدیدی در دفتر اکتشافات مریخ کاشود خواهد شد.

ساینس الارت در گزارشی نوشت:درحالی که توسعه اکتشافات فضایی در اجرام مختلف منظومه شمسی با ابزارهای روباتیکی مختلفی نظیر روباتهای چرخدار و بالدار (پهپاد) امکان پذیر است، در خصوص مریخ باید گفت که بهترین ابزار، ماشین الاتی نظایر مارهای روباتیکی هستند.
در واقع اجرام فضایی نظیر ماه و مریخ که ساختار

پیشنهاد یک رژیم غذایی مناسب بعد از ماه رمضان



ماه مبارک رمضان فرصت مناسبی برای پاکسازی بدن،

دفع سموم و کاهش وزن بدن روزه داران است. در این ماه اندام های مختلف بدن به ویژه دستگاه گوارش در شرایط استراحت و سم زدایی قرار می گیرد.اما متخصصان تغذیه می گویند که پس از یک ماه روزه داری باید برای حفظ نتایج به دست آمده ، از الگوی سالمی برای تغذیه پیروی شود.

غزاه اسلامیان متخصص تغذیه بالینی و رژیم درمانی با بیان اینکه یک الگوی تغذیه ای خوب، سالم و مغذی ویژگی یا اصل مهم کفایت، تعادل، کنترل کالری، میله روی و تنوع را داراست افزود: با توجه به اینکه در ماه رمضان فرصت استراحت بیشتری به دستگاه گوارش داده شده است، بنابراین بهتر است در روزهای اول پس از پایان ماه رمضان از خوردن حجم زیاد مواد غذایی خودداری شود.

درس اول: منظم غذا بخورید

اسلامیان با بیان اینکه دریافت وعده های غذایی در یک ساعت منظم یکی از مهمترین درس هایی است که ماه مبارک رمضان به روزه داران داده اضافه کرد: انتخاب یک بازه زمانی مشخص برای خوردن وعده های غذایی فواید گوناگونی برای سلامتی افراد دارد.

وی ادامه داد: یکی از مهم ترین این فواید، ذخیره انرژی برای روز است. غذا خوردن نامنظم و حذف برخی از وعده های غذایی باعث می شود بدن در طول روز با کمبود انرژی مواجه شود.

اسلامیان یاد آور شد: خوردن به موقع غذا قند خون را در حالت تعادل حفظ می کند و از ضعف های ناشی از گرسنگی پیشگیری می کند البته داشتن یک برنامه غذایی مشخص از روزه خوری های غیر ضروری نیز جلوگیری می کند.

متخصص تغذیه بالینی و رژیم درمانی گفت: خوردن ۳ وعده غذایی یک عادت فرهنگی ایرانیان است، خوردن

پیشنهاد یک رژیم غذایی مناسب بعد از ماه رمضان

های حیوانی منجر به دفع قابل توجهی از آب بدن می شوند زیرا برای دفع متابولیت های سمی (اوره) که نباید در بدن تجمع یابد، مقدار زیادی آب لازم است.

درس سوم:

پیروی از الگوهای سالم غذایی سنتی

متخصص تغذیه بالینی و رژیم درمانی با اشاره اینکه یکی از الگوهای سالم ماه رمضان مصرف غذاهای سنتی و خانگی مانند انواع آش ها و سوپ ها است گفت: تداوم این غذاها در سایر روزهای سال با رعایت میزان چربی و مقدار دریافتی می تواند از ابتلا به بیماری های مختلف پیشگیری کند.

وی اظهار کرد : استفاده از رشته از گروه نان و غلات، حبوبات و گاهی آب گوشت از گروه گوشت و چاشنین ها، سبزی های تازه و متنوع بسته به منطقه ای که آش در آن طبخ می شود و بالاخره کشک یا ماستی که به آن اضافه می شود، مجموعه کاملی از گروه های غذایی تشکیل می دهد.

اسلامیان توصیه کرد: مصرف خشکبار و نوش هم های گیاهی نیز یکی دیگر از عادت صحیح این ماه است که دارای خواص حفاظتی از دستگاه گوارش، مقابله با پرفشاری خون، خواص ضد باکتریایی و ضد توموری است .

درس چهارم:

گنجاندن لبنیات در وعده های غذایی

متخصص تغذیه بالینی و رژیم درمانی، گنجاندن لبنیات در وعده های غذایی را بسیار ضروری دانست و گفت : بسیاری از افراد در ماه رمضان، عادت کرده اند با یک لیوان شیر افطار کنند بهتر است پس از پایان یافتن این ماه نیز مصرف شیر را در وعده صبحانه ادامه دهند و از ماست و دوغ خانگی کم نمک نیز در وعده های غذایی ناهار و شام استفاده کنند در واقع مصرف حداقل دو واحد لبنیات کم چرب به صورت روزانه توصیه می شود.

****درس پنجم:**اصلاح عادات رفتاری و غذایی نامناسب اسلامیان با بیان اینکه در ماه مبارک رمضان برخی از عادت های زندگی و حتی الگوهای تغذیه ای افراد تغییر می کند گفت: بسیاری از افراد در این ماه سبکدار کشیدن را کترل می گذارند، کمتر نوشابه می خورند یا مصرف لبنیات را افزایش می دهند که بهتر است این رفتار های مثبت در روزهای پس از پایان ماه مبارک رمضان هم ادامه داشته باشد.

وی یاد آور شد: اصلاح عادات رفتاری و غذایی نامناسب مانند عدم تحرک، حذف وعده های غذایی، دریافت غذاهای پرچرب و پر کالری، عدم دریافت فیبرها (میوه ها) و سبزی های تازه، مصرف غذاهای کنسروی و فرآوری شده، دریافت قست فودها و غیره به منظور دستیابی به وزن سالم و سلامتی الزامی است.

اسلامیان توصیه کرد: به منظور جلوگیری از افزایش وزن پس از ماه رمضان، بهتر است از روز عید، ورزش های هوازی را به مدت ۳۰ دقیقه در خانه آغاز کنید. وی اظهار کرد: در برخی از افراد به دلیل کاهش تحرک، حذف وعده سحری و افراط در دریافت غذاهای حجیم، شیرین، نمک (دوغ) و نوشیدنی های کافئین دار منجر به دفع ای کاهش دمای بدن کمک می کند. اما چای، مایعات پر نمک (دوغ) و نوشیدنی های کافئین دار منجر به دفع ای بدن می شود و نباید تصور شود که با نوشیدن چای آب بدن تأمین می شود. در عین حال مصرف زیاد پروتئین



قابلیت جدید اینستاگرام برای مشاهده پست ها



اینستاگرام قابلیت جدید" فقط دستان" را اضافه کرده است. به این ترتیب فقط فالوورهایی که کاربر تعیین می کنند می توانند پست ها و استوری های او را تماشا کنند. اینستاگرام ویژگی" فقط دستان" را به قابلیت های ایلکیشن خود افزوده است. این

قابلیت مشاهده پست ها و استوری کاربر را به دلخواه او محدود می کند. این ویژگی که Favorites نامیده می شود، فهرستی از فالوورهای کاربر برای به اشتراک گذاری محتوا را تهیه می کند. این فهرست با رنگ سبز در بالای صفحه نمایش داده می شود و به کاربر گوشزد می کند پست ها و استوری های او برای چه افرادی به اشتراک گذاشته می شود. البته ویژگی جدید فقط برای گروهی کوچک فعال شده و اینستاگرام هنوز اعلام نکرده آن را به طور کامل راه انداخته کرد یا خیر.

پیش از این کاربران فقط می توانستند با استفاده از ویژگی Finstagram مشخص کنند چه افرادی پست های آنان را تماشا کنند.

حذف بلندگوها در سیستم صوتی جدید خودرو

یک خودرو ساز آلمانی طرح اولیه از سیستم صوتی داخل خودرو ارائه کرده که در آن تمام بلندگوها حذف می شوند. در این سیستم بخش های مختلف کابین خودرو صوت را منتشر می کنند.

شرکت خودرو سازی آلمانی کاتینتال طرح اولیه ای ارائه کرده که در آن تمام بلندگوهای خودرو حذف می شوند و در عوض صوت به وسیله لرزش بخش های داخلی خودرو ایجاد می شود.

کاتینتال معتقد است که طرح اولیه که AcTacted نام گرفته شبیه یک آلت موسیقی عمل می کند. این طرح به جای استفاده از ترکیب چند بلندگوی مخصوص خودرو و ساب ووفر برای پخش صوت، به مجموعه ای از محرک ها تکیه می کند. محرک ها و آهنربا و یک سیم پیچ ساخته شده اند. عملکرد این سیم پیچ هاینز تفاوتی با نمونه های موجود در بلندهای معمولی ندارد.

در این طرح اولیه به جای متصل کردن محرک ها به یک غشای در حال نوسان، از آنها برای تحریک تجهیزات داخلی اتاق خودرو استفاده می شود و در نتیجه صوت به وجود می آید.

این شرکت اعلام کرده بخش های مختلف کابین خودرو با فرکانس های مختلف متناسب شده اند. به عنوان مثال ستون خودرو برای انتشار فرکانس های بالاتر استفاه می شود. تویی در ویژگی های مناسبی ایجاد فرکانس های متوسط دارد. همچنین فضاهای بزرگ تر مانند تویی سقف در این سیستم صوتی نقش سب ساب ووفر را ایفا می کنند. به گفته این شرکت ترکیب این طرح اولیه با عناصر طراحی داخلی تویی صدای سه بعدی" ایجاد می کند. این درحالی است که تولید کنندگان خودرو سعی دارند سیستم صوتی بهینه ای با وجود ۱۰ تا ۲۰ بلندگوا ارائه کنند. چنین سیستمی حدود ۱۵ کیلوگرم وزن دارد حال آنکه وزن طرح اولیه کاتینتال فقط یک کیلوگرم است.



علمی و سلامت

توصیه ها و هشدارها

فواید قرار دادن پاها در سرکه



سرکه یکی از ضروریات هر خانه ای است. شما می توانید از سرکه در آشپزی، تمیز کردن لوازم خانه و همچنین درمان های خانگی استفاده کنید. علاوه بر موارد ذکر شده سرکه می تواند خدمت زیادی به سلامت و آرامش پاهایتان کند. این ماده می تواند خستگی پاهایتان را رفع کند، پینه ها را کوچک تر و خشکی پاشنه ها را کمتر کند.

همچنین درمان موثری برای از بین بردن عفونت و قارچ باشد. در واقع می توانید از سرکه به عنوان یک درمان طبیعی برای مشکلات پاها استفاده کنید. کافایت پاها را به مدت ۱۵ دقیقه در سرکه قرار دهید.

موثرترین و کارآمدترین حمام برای پاها حمام با سرکه سفید است. سرکه سیب نیز برای درمان انواع مشکلات مربوط به پاها موثر است. در ادامه با جزئیات بیشتری، خواص سرکه را بررسی می کنیم.

سرکه برای رفع خستگی پاها

اگر زیاد راه رفته اید و تمام طول روز را سر پا ایستاده اید، بدن شک درد و خستگی زیادی در پاهایتان احساس خواهید کرد. برای رفع این خستگی با سرکه و برخی مواد دیگر محلولی تهیه کرده و پاهایتان را به مدت ۱۵ دقیقه در آن قرار دهید.

برای تهیه این ترکیب ضدخستگی به آب، یک لیوان (۲۵۰ میلی لیتر) سرکه، یک لیوان کوکچر تر (۲۰۰ گرم) نمک دریایی، به همین میزان نمک اپسوم و یک لیوان(۳۰۰ گرم) اسطوخودوس خشک نیاز دارید.

روش تهیه نیز بسیار ساده است. آب را گرم کنید تا دمای نهایی قابل تحمل برسد. داخل تشت بزرگ آب جایی که تاروی پاها را بپوشاند. لازم است در وضعیت راحتی بنشینید تا مدت ۱۵ دقیقه در آرامش کامل باشید.

تمام مواد ذکر شده را در آب تشت بزرگ و هم بزنید. سپس پاها را داخل تشت قرار دهید و ۱۵ دقیقه صبر کنید. به خودتان آرامش دهید. خواهید دید خستگی و درها به تدریج رفع می شوند.

سرکه برای مراقبت از پاها

سرکه پاها شما را تمیز و زیبا می کند. چون پوست خشک و مرده پاشنه ها و دیگر نقاط را از بین می برد و پوست را صاف و زیبا می کند. برای این کار کافیت ۱ لیوان سرکه سفید (۲۵۰ میلی لیتر)، ۱ لیتر آب، ۲۰ قطره عصاره روغنی داشته باشید. علاوه بر این به سنگ پا نیز نیاز دارد.

ترکیبات اشاره شده را در یک تشت بزرگید. پاها را به مدت ۱۵ دقیقه داخل تشت قرار دهید. از سنگ پا برای ساییدن پوست مرده پاشنه ها و زیر انگشت ها استفاده کنید. (سنگ پا را خیلی محکم نکشید).

در نهایت پاها را کامل آب بکشید و خشک کنید. حتما اذکی کرم مرطوب کننده نیز به پاها زده و با علائم ماساژ دهید.

هر هفته این حمام را امتحان کنید تا پاهایتان مرطوب و نرم بماند و از شر هر نوع خشکی و ترک در آمان باشد. علاوه بر این این حمام مفتگی، بوی بد پاها نیز از بین رفته و خطر بروز قارچ نیز کاهش می یابد.

سرکه سیب برای درمان پای ورزشکار

سرکه برای برطرف کردن مشکل پای ورزشکار با همان عفونت قارچی یا (تصویر بالا) نیز مناسب است. اگر پاها را در محلول سرکه قرار دهید، علائم مشکل پای ورزشکار کاهش پیدا می کند و این عفونت از بین می رود.

نصف لیوان سرکه سفید(۱۲۵ میلی لیتر)، مقاری آب که تاروی پاها را بپوشاند و یک قاشق نمک نیاز دارید. ابتدا آب را به مقداری که قابل تحمل باشد گرم کنید و داخل تشت بزرگید و پاها را به مدت ۱۵ دقیقه در این محلول قرار دهید. سپس سرکه سفید را به طور مستقیم روی مناطقی که دچار پای ورزشکار شده است بزرگید. در نهایت اجازه دهید پاها در هوای آزاد خشک شوند.

می توانید به جای سرکه سفید از سرکه سیب استفاده کنید. می توانید از این محلول به مدت ۱۰ روز برای درمان مشکل پای ورزشکار استفاده کنید. این محلول باعث تسکین خارش و پوسته پوسته شدن پوست می شود.

سرکه برای درمان قارچ ناخن انگشتان پا

سرکه سیب در درمان قارچ ناخن های انگشتان پا موثر است. برای این کار نیاز به یک لیوان سرکه سفید (۲۵۰ میلی لیتر) و آب تا جایی که روی پاها را بپوشاند دارید. ابتدا آب را گرم کنید تا ولرم باشد. سپس آن را در تشت مناسب ریخته و سرکه را به آن اضافه کنید. پاها را به مدت ۱۵ دقیقه در این محلول قرار دهید.

برای بهره مندی از تاثیر این محلول توصیه می شود که روزی دو مرتبه از آن استفاده کنید. حالت اسیدی سرکه باعث تعادل pH ناخن ها شده و علائم ایجاد شده از طریق قارچ ها را تسکین می دهد. البته می توانید پاشنه پای ورزشکار به جای سرکه سفید از سرکه سیب استفاده کنید تا التهاب و درد ناشی از عفونت قارچی از بین برود.

نکته

اگر مشکلات ذکر شده با روش های اشاره شده درمان نشدند، حتما به متخصص بیماری های پا مراجعه کنید تا مشکل را برطرف کندید، چون پاها اعضای مهمی هستند که متاسفانه در اکثر موارد از سلامتی آنها غافل می شویم.

از دلایل کیود شدن آسان بدن

چه زمانی که انگشت پای شما با میز برخورد کرده را به یاد داشته باشید و یا صبح از خواب بیدار شده و با یک لکه سیاهی پای جدید روی دست خود مواجه شوید، کیودی ها اغلب، با رزمز و راز همراه هستند.

به گزارش گروه سلامت از آنجایی که کیودی ها با فاصله پس از برخورد شکل نمی گیرند، گاهی اوقات به نظر می رسد از ناگهآباد پدیدار شده اند. اما چرا برخی افراد بیشتر از دیگران با کیودی مواجه می شوند؟

کیودی در نتیجه آسیب بافت نرم در پوست شکل می گیرد که موجب نشت خون از رگ های خونی به داخل پوست می شود و از این رو، رنگ های مختلف کیودی شکل می گیرند. اما برخی از آنسبب به دیگران هر چه بیشتر مستعد ابتلا به کیودی هستیم. در ادامه با برخی عوامل که می توانند در این آسیب پذیری نقش داشته باشند بیشتر آشنایی شویم.

پیر شدن

هر چه سن ما افزایش می یابد، بافت اطراف رگ های خونی نازک تر می شود و پوست نازک تر می شود. از این رو، ما هر چه بیشتر مستعد آسیب دیدگی رگ های خونی هستیم. زیرا پوست به اندازه دوران جوانی قوی و منعطف نیست. قدرت، انعطاف پذیری و محافظت کمتر به معنای کیودی های بیشتر است.

قرار گرفتن بیش از اندازه در برابر خورشید

اگر فردی جوان هستید، هر کاری که موجب پیروی زورسر پوست شود نیز می تواند آسیب پذیری مشابه را رقم بزند. سبکدار کشیدن و قرار گرفتن طولانی مدت در برابر خورشید از جمله عوامل موثر در پیروی زورسر پوست هستند که می تواند به شکل کیودی های بیشتر منجر شود.

مصرف دارو

برخی داروهای می توانند پوست را نازک کنند و از این رو، هر چه بیشتر مستعد شکل گیری کیودی می باشید. مقصران اصلی داروهای کورتیکواستروئید هستند که برای درمان بیماری های التهابی و آسم مورد استفاده قرار می گیرند.

بیماری های نادر

برخی از بیماری های نادر موجب کیودی می شوند، اما کلیدوازه در اینجا «نادر» است. آنها شامل بیماری هایی می شوند که میزان پلاکت های خون ما را کاهش می دهند. پلاکت ها سلول های ریزی هستند که به لخته شدن خون کمک می کنند. پس اگر خون به طور عادی لخته نشود، تماس جزئی قسمتی از بدن با چیزی دیگر می تواند به شکل گیری کیودی منجر شود.

به عنوان مثال، در بیماری بورپورای ترومبوسیتوپنیک ایدیوپاتیک (TTP)، پادتن های بدن به پلاکت ها حمله می کنند، که می تواند موجب کیودی شود. کیود شدن آنسان می تواند در نتیجه ابتلا به لوسمی (سرطان خون) نیز شکل بگیرد.

رژیم غذایی ضعیف

کمبود ویتامین ها نیز می تواند در هر چه آسان تر کیود شدن بدن انسان نقش داشته باشد. کمبود ویتامین های C و D از جمله عوامل موثر در این زمینه عنوان شده اند.

چه خوب بود اگر امکان داشت تمامی زوجها در دوران نامزدی ، می توانستند یکدیگر را خوب بشناسند و ازاین فرصت در جهت شناخت هرچه بهتر طرف مقابل کوشش کنند.

واقعاً چه تعداد روابط ناسالم پایان پذیرفته بود تنها اگر طرفین معنای «بیست و چهار ساعت با هم بودن زیر یک سقف» را درک کرده بودند با مسائل و موضوعاتی روبرو بودند که به‌طور معمول از رویارویی با آن اجتناب می کنند. مسائل و موضوعاتی که به‌واسطه ی دیدارهای محدود آخر هفته و یا حداکثر چند بار در طول هفته اصولاً امکان پذیر نبود و فرصتی نیز رخ نمی داد تا بروز کرده و یا به عبارت دیگر «رو شوند». این مقاله به شما کمک می کند تا هر دو عواقب مثبت و منفی نامزدی طولانی با شخص مورد علاقه تان را درک کنید.

جنبه های مثبت نامزدی طولانی

در نامزدی های طولانی شما قسمت‌هایی از شخصیت همسرتان را خواهید شناخت که به‌طور معمول امکان ندارد بر آنها گاهی یابید،مگر آنکه با هم زندگی کنید.برای شناخت شخصی که به‌طور متناوب و نه پیوسته او را می بیند، هیچ راهی بهتر از اینکه عملاً با او زندگی کنید،وجود ندارد. در دیدارهای کوتاه افراد اغلب بهترین رفتارشان را نشان می دهند، اما واقعیت در زمان طولانی تر آن هم هنگامی که با هم زیر یک سقف زندگی کنید، آشکار می شود.

هنگامی که با کسی زندگی می کنید، عادت‌ها، نگرش ها و رفتارهای را از او می‌بینید که هرگز از او سراغ نداشتید. چرا که او را در محل زندگی دلم و یا به عبارتی «منطقه ی امن» او که هملاً خانه اش باشد،می‌بینید.

دوست دارم اما تو باور نکن!

شنیده اید که می‌گویند آدم‌ها را نمی‌توان از روی ظاهرشان شناخت؟!اما من می‌گویم برخی از آدم‌ها را نه از روی ظاهر می‌توان شناخت و نه از روی حرف هایشان! آدم‌هایی که حرف و عملشان زمین تا آسمان باهم فرق دارد. آدم‌هایی که کارشان تظاهر و چرب زبانی است. کسانی که دوست‌دارم ورد زبانشان است...

حتماً شما هم در بین دوستان و آشنایانتان داشتید یا دارید افرادی را که عشقشان زبان زد‌فامیل بوده‌است مردی‌که با‌ابراز احساسات فوق‌العاده می‌خواهد به همه بگوید که همسرش تاج سرش!نفش،زندگی‌ش است.می‌خواهد عشقش را ج‌ار بزند تا همه بدانند که چقدر همسرش را دوست دارد.حتماًبعد ازدیدن دعوا این‌دوروج به‌اصطلاح‌خوشبخت‌جسالت کردید و یا با‌دعوا و جنجال به همسرتان سر‌کوفت زده اید که ببین! مردم شائش دارن! ببین چه جوری دور زنش مثل پروانه می‌چرخه وکاشک‌هی کم یاد‌گیری!اما ما به مرد و شریک‌زندگیتان می‌گوییم‌بهتر است یاد‌نگیریدیعنی ا‌براز‌احساسات از این نوع را یاد‌نگیرید!گفتن دوست‌دارم و به کار بردن کلمات عاشقانه خوب است اما گفتن این‌جملات حد و مرز و زمان و مکان خاص خودش را‌دارید و تنها احترام‌به همسر‌است که در یک جمع یا مهمانی بر بین زوجین یک اصل مشترک در تمامی روابط موفق، پایدار و سرشار از عشق است!لذا نه تنها ا‌براز‌احساسات عاشقانه در جمع‌ها کار‌درستی به‌نظر نمی‌رسد بلکه حتی گاهی نباید چنین جملاتی را‌ب‌اور کرد چرا که گاهی با‌وجوداین همه ا‌براز‌عشق می‌بینیم حادنه تلخی رخ می‌دهد و حقیقت آن چیزی نبود که دیده و شنیده شد.

تصور کنید بعداز گذشت مدتی می‌شنوید که آن زوج عاشق پیشه از یکدیگر جدا شدند.جا می‌خورددید!نه!م‌احاله... آنها که



تعمیلات است وفصل جذاب سفر! وقتی قرار است با بچه‌ها به سفر بروید، نکات زیادی را باید رعایت کنید.
برای‌تان لیستی را آماده کرده‌ام که با توجه به آن، سفر خوشایندتر و لذت‌بخش‌تر ی لذت‌بر خواهد گرفت.
۱. لیستی از وسایل مورد نیاز فرزندتان را یادداشت کنید: لباس‌ها، داروها، وسایل بهداشتی،... تا هنگام بستن وسيله‌ها، چیزی جا‌نماند.
۲. در نوشتن لیست از فرزندتان کمک بگیرید. در اولین مرحله، اجازه بدهید هر آن‌چه به‌فکرش می‌رسد را در لیست بیاورد،بعد،برایش توضیح بدهید که محدودیتی برای بردن وسيله د‌ارید و مثلاً به اندازه یک چمدان کوچک بیشتر نمی‌تواند وسيله با خودش بیاورد. این فرصت خوبی برای آموزش اولویت‌بندی است.
۳. از وسایل مورد علاقه فرزندتان که به آن‌ها دل‌بستگی خاصی دارد، غافل نشوید، اگر لیوان خاص، پتوی قدیمی مخصوص یا عروسکی دارد که به او آرامش می‌دهد، آن را جا‌نگازید، وگرنه ممکن است بعداً واقعاً پشیمان شوید.
۴. یک موقعیت عالی آموزشی دیگر در بستن وسایل، نحوه قرار دادن وسایل در چمدان است. این که چه چیزهایی را می‌توان زیر وسایل دیگر قرار داد، چطور باید لباس‌ها را تا کرد، چطور باید کفش‌ها و مل‌اند آن‌ها را از سایر وسایل جدا کرد، از شکستنی‌ها چطور باید مراقبت کرد و چطور در مجموع وسایل را چید که بعد، بتوان راحت‌تر آن‌ها را پیدا کرد، همه و همه نکاتی عالی برای آموزش هستند.
۵. در هر مرحله، سن و توانمندی‌های فرزندتان را در نظر بگیرید. اجازه بدهید خودش تا جایی که می‌تواند کار‌ها را انجام بدهد. فراموش نکنید اعتماد به نفس و لذت او، از این که کار‌ها بی‌عیب و نقص انجام شوند، بسیار مهم‌تر است.
۶. وقتی قرار است وسيله جمع کنید، فقط و فقط به مقصد فکر نکنید. فراموش نکنید که قرار است زمانی را هم در مسیر بگذرانید و اتفاقاً این زمان، ممکن است از هر زمان دیگری برای فرزندتان سخت‌تر و خسته‌کننده‌تر باشد.
۷. می‌توانید وسایل بازی ساده و سبکی را همراه با خود ببرید که فرزندتان بتواند در راه آن‌ها استفاده کند.
۸. زمانی که در مسیر هستید، فرصت خوبی برای گوش کردن به کتاب‌های صوتی است. می‌توانید کتاب‌های صوتی متناسب با سن فرزندتان تهیه کنید و در راه به او فرصت بدهید که به آن‌ها گوش دهد. بدین ترتیب، هم زمان او را پر کرده‌اید، هم برای مدت بیشتر سرگرم است و هم، در واقع مثل این است که یک کتاب خوانده و مطالعه کرده‌باشد!
۹. وسایل بازی که برای مسیر یا خود می‌برید، باید امن باشند و خطری را متوجه

نامزدی طولانی یا کوتاه، کدام بهتر است؟



او را هنگامی که خسته، مریض، عصبانی و مایوس است، می بینید. زندگی مشترک قدرت خویشتن داری می طلبد و ایجاب می کند که طرفین،سازش و انعطاف پذیری هائی از خود نشان دهند.تنها با زندگی مشترک است که طیف کامل تری از عکس العمل های احساسی و روحی شریک زندگیتان بر شما فاش می شود. ویژگی هائی که باعث می شوند، عاشق کسی شوید و یا از دین او لذت ببرید، ممکن است کافی نباشد تا هماهنگی همیشگی شما را بعد از شروع زندگی مشترک تضمین کند.ممکن است،دریابید که سبک زندگی شما و همسران با یکدیگر

هماهنگی و همخوانی ندارند و این چیزی است که هرگز نمی توانستید بفهمید مگر آنکه م‌همانه بودید. در این دامنه زمانی در می یابید که قابلیت و توانائی همسرتان در خلق ارتباط حقیقی و کانونی گرم، به چه میزان است. همانگونه که قبلاً نیز گفتم، زندگی مشترک، قدرت و خویشتن داری می طلبد و ایجاب می کند که طرفین سازشکار و انعطاف پذیر باشند. به این دلیل که عادات و خواسته های دو انسان متفاوت و منحصراً به فرد، حال یا یکدیگر ادغام می شوند.تنها وقتی که مجبورید با هم راجع به امور اقتصادی، غذا، مسئولیت های خانه، تملکات و... تصمیم



سرریز می شود یا اگر فردی بیش از حد غذا بخورد مریض می شود این نمونه هایی از افراط گری است.افراط در گفتن دوست دارم در بین زوجین هم گاهی حکم همان لیوانی را دارد که سرریز می شود و گفتن بیش از حد آن نه تنها بار مثبتی ندارد بلکه عادی میشود . گاهی می توان به جای بازی با کلمات با رفتار و اعمالمان به طرف مقابلمان بگوییم که دوستش داریم همچنین در روابط بین افراد، گفتار انسان را رفتارش باید متناسب باشد تا بتواند تأثیرش را بر روی فرد بگذارد، همچنین اگر این گفتار محبت‌آمیز با عملش یکسان نباشد تأثیر منفی زیادی بر زندگی فرد می گذارد.

در گفتن دوست‌دارم افراط و تفریط نکنید

عشق نیاز به جز ورن ندارد وقتی دو نفر در یک

یختگی لازم و تعهد می تواند عملاً موجب تسریع فروپاشی رابطه گردد و چنانچه آمادگی تحمل فشارهای زندگی مشترک را ندارید، ممکن است رابطه تان زیر بار تنش‌ی که زندگی مشترک زود هنگام با خود به همراه خواهد آورد، از هم بپاشد.

جنبه های منفی نامزدی طولانی

ممکن است رابطه تان را که هنوز به ازدواج نینجامیده‌است، با توقعات زیاد و نیازها همسران که برای شما همه کار انجام دهد، تخریب کند. ممکن است انگیزه و تمایلاتان را نسبت به تعهد مادام العمر از دست بدهید. اگر شخصی در ارتباط با شما از مزایای زندگی خانوادگی بهره مند باشد، انگیزه ای نخواهد داشت تا از شما بخواهد یا او زندگی مشترکی را آغاز کند». بعضی از اشخاص که نسبت به تعهد هراس دارند،ممکن است خود را پشت نامزدی پنهان کنند تا مصیبتی را که محتاجانه به دنبالش هستند؛ تجربه کنند و در عین حال از تعهد نهائی و خاتمه دوران نامزدی و مسئولیت های آن راحت باشند.

چنانچه به زندگی مشترک با کسی می اندیشید، و ساختار رسمی و سنتی ازدواج را ترجیح می دهید، قبل از شروع زندگی مشترک می بایستی که در باره ی تمامی موضوعات فوق با همسرتان زود هنگام و نسنجیده بر حزن باشید. گرچه زندگی مشترک می تواند تجربه ی شیرینی را یک رابطه باشد، اما چنانچه زود هنگام، نپخته و نسنجیده بدان وارد شوید، اشتباهی بزرگ خواهد بود. **دلایل نادرست مثل:** به این دلیل که می خواستند زودتر «مستقل» شوند. به این دلیل که یکی از طرفین می ترسیده رشد کرده بیرهیز چرا که زندگی با او مایه تباهی است و فرزندانش مهم‌ل و بد بخت (کافی، ج ۵)



رابطه به صورت متغییل به نیازهای یکدیگر پاسخ می دهند و درصدد رفع نیازهای یکدیگر هستند چه نیازی به نمایش محبت در جمع وجود دارد؟! در دنیای واقعی و یک ارتباط سالم بیان عشق و محبت با نمایشی بودن تفاوت دارد. از طرفی هر انسان به شخصیت خود علاقه مند است و دوست دارد که همه مخصوصاً شریک زندگیشان را او دوست داشته باشد. همچنین زندگی بدون محبت ، باعث ایجاد فاصله میان افراد می شود. لذا اینکه به‌تسریع طرف مقابل از بیان محبت ما سوء استفاده کند تصور درستی نیست بلکه هر چیزی که افراط و تفریط نباشد خراب می شود. عشق و محبت باید دو طرفه و ا‌براز آن هم دو طرفه باشد آن وقت است که در یک "فضای امن" می توان محبت کرد و محبت دید.

نکته‌هایی برای داشتن سفری لذت بخش تر با فرزندان

۳۳ مورد ضروری برای سفر با بچه‌ها

فرزندتان نکنند. از همراه بردن وسایل بازی برنده یا نوک‌تیز خودداری کنید.

۱۰. در مسیر، بچه‌های گریه‌های فرزندتان را فقط با خوردن انواع خوراکی آرام کنید. بدین ترتیب، هم او را با مشکلات گوارشی احتمالی در سفر مواجه نمی‌کنید و هم، به او نمی‌آموزید که وقتی حوصله‌اش سر می‌رود، با خوردن خودش را سرگرم کند. یکی از مشکلات افرادی که اضافه وزن دارند و نمی‌توانند وزن خود را کم کنند، این است که عادت کرده‌اند همه احساس‌های بد خود از جمله بی‌حوصلگی را با خوردن جبران کنند.

۱۱. شاید برنامه‌ریزی کرده‌اید که هر لحظه از سفر را به بهترین نحو بگذرانید، اما همیشه این احتمال وجود دارد که اتفاقات ناخوشایند غیرمنتظره‌ای بیفتند. ممکن است هوا نتوانی شود، به دلیل باران نتوانید بیرون بروید یا یکی از همراهان بیمار شود و مجبور شوید مدتی را در خانه یا هتل بمانید. بهتر است برای این زمان‌ها هم آماده باشید.

۱۲. همیشه یک برنامه شماره ۲ داشته باشید. می‌توانید حتی قبل از این که به سفر بروید، با فرزندتان صحبت کنید و با مشارکت خودش، برنامه شماره ۲ را طرح‌ریزی کنید. از علاقه‌هایش بپرسید، او را درگیر موضوع کنید و بگذارید خودش را در این موضوع شریک ببیند. بدین ترتیب، هم یاد می‌گیرد که چطور برای موقعیت‌های زندگی‌اش بهتر راحل پیدا کند و هم این که بدون این که غر بزند و گریه کند، از زمانش بهره‌برد.

۱۳. برای این که در موقعیت بحرانی، با فرزندتان درگیر نشوید یا بحث و جدالی پیش نیاید و نیز، بتوانید فرزندتان را بهتر با خودتان همراه کنید، بهتر است برنامه‌های شماره ۲ را یادداشت کنید و با خود ببرید تا در شرایط ویژه، راحل آماده داشته باشید. ۱۴. وقتی برنامه‌ای به خوبی پیش نمی‌رود، از فرزندتان انتظار نداشته باشید که دلخور و ناراحت نشود و با آغوش باز، قبول کند که برنامه‌ها کنسل شده‌اند. بنابراین به خاطر ناراحتی‌اش یا او بحث نکنید، در عوض، حرف‌هایش را بشنوید. نشان بدهید که شما هم نازحت هستید و احساس او را درک می‌کنید. بدین ترتیب، او هم یاد می‌گیرد به جای ایستادن مقابل شما، در کنارتان بایستد و با شما همراهی کند. ۱۵. از بهترین فرصت‌های سفر، بیرون رفتن از فضای شهری و نزدیک شدن به طبیعت است. طبیعت، پر از فرصت‌های عالی برای آموزش و بازی است. ۱۶. در محیط‌های طبیعی، با جایی که امنیت فرزندتان به خطر نمی‌افتد، او را آزاد بگذارید. تجربه دوبدن در فضای آزاد، لمس گیاهان و قدم گذاشتن روی خاک و آب، تجربه‌هایی است که در راحتی در شهر به دست نمی‌آید. ۱۷. مطالعات زیادی نشان داده‌اند که خاک و طبیعت، دارای باکتری‌هایی هستند که باعث شادی در انسان می‌شوند. محققین حتی مدعی شده‌اند که زندگی پاکیزه و دور از خاک و گیاه شهری، خود باعث کاهش شادی در افراد شده است. بنابراین اجازه ۱۸. از گل‌ها، گیاهان، برگ‌ها، حیوانات ریز و درشت و ... برای آموزش به فرزندتان بهره‌برید. وقتی می‌بینید نسبت به چیزی کنجکاو شده، همان را بهانه‌ای برای توضیح و آموزش ببینید و برای آن زمان صرف کنید.

۱۹. فکر نکنید ارتباط فرزندتان با فضاهای طبیعی، سلامتی او را به خطر می‌اندازد. برعکس، مطالعات نشان می‌دهند که فرزندانی که زیاد از محیط‌های طبیعی دور می‌شوند، بیشتر احتمال دارد به بیماری‌هایی چون آلرژی مبتلا شوند. در واقع اگر بچه‌ها در سنین کم با طبیعت و محیط‌های دارای خاک و گرده و ... روبرو نشوند، در آینده با احتمال بالاتری، سیستم ایمنی‌شان واکنش نامناسبی نسبت به این فضاها نشان خواهد داد.

۲۰. برخی اصولی که بعدها در فیزیک و ریاضیات و سایر در‌های دوران تحصیل آموخته می‌شوند، در واقع پایه در اصولی دارند که در طبیعت به چشم می‌آیند، مانند تغییر حالت مواد، ثابت بودن حجم، ترکیب شدن، ... حتی توضیحاتی ابتدایی در مورد تفاوت ساعت‌ها، تفاوت‌های آب‌وهوایی و تغییرات زمین‌شناختی را می‌توانید در زمان مناسب در سفر، یعنی وقتی با آن‌ها مواجه می‌شوید، به فرزندتان ارائه کنید. ۲۱. بچه‌ها قبل از این که واقعاً خسته شوند و ملالتشان تمام شود، نشانه‌هایی را در رفتار و گفتار خود نشان می‌دهند. سعی کنید نسبت به این نشانه‌ها حساس باشید و رفتار

اخبار

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم:

ر کوردد فروش زمین درشهر ک های صنعتی قم شکسته شد

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت قم با اشاره به فروش ۶۰ هکتار زمین در شهرک های صنعتی استان جهت ایجاد واحدهای صنعتی گفت:ر کوردد فروش زمین به سرمایه گذاران متقاضی سرمایه گذاری در بخش صنعت استان در طول سال ۹۵، تنها در سه ماه نخست سال ۹۶ دشت.

احمد ذاکری در جلسه کارگروه رفع موانع تولید و حمایت از سرمایه گذاری قم در تالار امام جواد (ع) استانداری، اظهار داشت: در حالی که در کل ماه های سال ۹۵ نزدیک به ۴۳ هزار هکتار زمین فروخته شد، در سه ماه نخستین سال جاری علاوه بر زمین های ۱۰۰ هکتاری خودرو سازی، نزدیک به ۶۰ هکتار زمین نیز فروخته شد، که این اقدام فارغ از شکسته شدن رکورد سال گذشته نشان دهنده این است که بستر لازم برای سرمایه گذاری ایجاد، و این امر توجیه پذیر شده است.قم دارای هفت شهرک صنعتی وشکوهیه، الغدیر، چاپ و نشر، سفلیچگان، محمود اباد، لائن الاعم (ع) - قنوت - و فناوری اطلاعات و از تباطات (ICT) و چهار ناحیه صنعتی خورآباد، دستجرد، سیرو و طغردو است.ذاکری با اشاره به تزریق ۲ هزار و ۶۷۰ میلیارد ریال تسهیلات به بخش صنعت و کشاورزی در سال ۹۵ افزود: بانک های تخصصی صنعت و معدن و کشاورزی بهترین عملکرد را داشتند، و قم در بحث رکورد رتبه پانزدهم در بین ۳۱ استان کشور رابدست آورد.دبیر کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید قم همچنین با اشاره به تاثیر اقدام های صورت گرفته در راستای رونق تولید در تجزیه ان چرخ صنعت استان افزود: بعد از دستور العمل دولت تدبیر و امید مبنی بر تشکیل کارگروه مذکور، قم در بحث حفظ و افزایش اشتغال و هم در خصوص بالا رفتن نرخ ۱۴٫۵ درصدی برق مصرفی و ۱۸ درصدی آب مصرفی شهرک های صنعتی به رشد قابل توجهی رسیدیم که بیلانگ تاثیر اتخاذ این سیاست دولت است. رئیس سازمان صنعت قم همچنین با اشاره به حرکت های ایجاد شده از سوی وزارت صنعت، معدن و تجارت در امر رونق تولید، ابلاغیه وزیر صنعت به قائم مقام این وزارتخانه در امور بازرگانی مبنی بر اعطای تسهیلات ارزی سه ماهه برای واردات برخی مواد اولیه را از جمله آن دانست، و افزود: از آنجا که این اقدام به عنوان یک استراتژی به تولید کمک فرلانی می کند، به اتفاق بازرگانی واتجمن های تولیدی نیز ارسال شد، تا از این ظرفیت در جهت رونق تولید استفاده شود.

معاون داوطلبان جمعیت هلال احمر استان قم اعلام کرد

اجرای طرح همای رحمت طی ماه رمضان در قم

معاون داوطلبان جمعیت هلال احمر استان قم گفت:طرح همای رحمت هلال احمر با کمک های انسان دوستانه خیران و داوطلبان با جمع آوری ۴ میلیارد و ۴۲۶ میلیون ریال کمک های نقدی و غیر نقدی طی ماه مبارک رمضان در این استان اجرا شد. امیرحمزه علیمردانی بیان این که اسسال چهاردهمین سال طرح همای رحمت در قم اجرایی شد افزود: این طرح با هدف تهیه سبدهای کالا،برپایی سفره های مهمانی و توزیع غذای گرم بین نیازمندان با همت و مشارکت خیران، احزاب، داوطلبان، موسسه های خیریه، خانه های داوطلب هلال احمر در سطوح مساجد، اداره ها و کارخانه ها، اتحادیه ها و اصناف اجرایی شد. وی ادامه داد: این طرح با بهره گیری از باورهای دینی، فرهنگی و ملی جهت تقویت حس نوع دوستی، توسعه مشارکت های مردمی و تقویت مسئولیت اجتماعی در بین آحاد مردم با استفاده از سرمایه های غنی مردمی از جمله خیران و داوطلبان به مرحله اجرا درآمدمعاون داوطلبان جمعیت هلال احمر قم با اشاره به جمع آوری کمک های نقدی و غیر نقدی گفت:این طرح هر ساله هزینه ماه شعبان با هدف شناسایی خیران و مددجویان نیازمند آغاز و کمک ها در قالب های مختلف شب و شب حضور خدیجه (س) یک هزار تن در نشست پرسش و پاسخ افطاری شرکت کردندمعاون داشت: در اجرای این طرح ۴۱ خانه داوطلب هلال احمر و بیش از ۵۰۰ تن از خیران و داوطلبان مشارکت داشتند و کمک ها را به خانواده های دارای بیماران صعب العلاج، زنان سرپرست خانوار، معلولان، مسنمانان و خانواده های زنثانی اهدا کردندمدیرعاملی با بیان این که هر ساله ۲۷۵ سبد کالا در بین شرهای مختلف توزیع شده است گفت: این تعداد سبد به ارزش ۲۷۳ میلیارد و ۷۰۰ میلیون ریال بوده است.وی ادامه داد: همچنین در این طرح سفره های مهمانی افطاری و مسحر برپاشده، ضمن این که در شب و شب حضور خدیجه (س) یک هزار تن در شب صیافت افطاری شرکت کردندمعاون داوطلبان جمعیت هلال احمر قم از برپایی ۴۹۳ سفره افطاری در ماه مبارک رمضان خبر داد و گفت: این تعداد سفره به ارزش یابلی یک میلیارد و ۲۷۶ میلیون و ۳۰۰ هزار ریال برای ۴۹ هزار و ۲۲۳ تن برپا شدوی از خیران خواست تا با عضویت در معاونت داوطلبان جمعیت هلال احمر قم در طرح ها و برنامه ها مشارکت کرده و از نیازمندان دستگیری کنند.

آیت الله سعیدی تاکید کرد

بدون حضور مردم، برنامه های قرآنی رونق نخواهد داشت

تولیت استان مقدس حضرت معصومه(س) با اشاره به گسترش برنامه قرآنی حرم مطهر حضور مردم را در این برنامه ها مهم عنوان کرد و گفت: بدون حضور مردم، برنامه های قرآنی رونق نخواهد داشت. آیت الله سید محمد سعیدی شنبه شب در آیین شکرگزاری خدمات استان مقدس حضرت فاطمه معصومه(س) در ماه صیافت الهی و اختتامیه برنامه های ماه مبارک رمضان افزود: در این رابطه نقش رساله های گروهی از جمله صاوسیمایان در رابطه با بازتاب این حرکت دارای اهمیت قابل توجهی می باشد. وی با اشاره به برکات وجودی حضرت فاطمه معصومه (س) در قم گفت: هر چند با این فعالیت ها نمی توانیم حق ایشان را ادا کنیم اما امیدواریم بتوانیم به شیوه مطلوب تری از برکات وجود این بانوی گرامی استفاده کنیم.وی ادامه داد: زمانی که ایشان به شهر قم با گذاشتنده خبر و برکت بسیاری را به همراه خود آوردند به همین علت اکنون باید شکرگزار نعمت حضور ایشان باشیم.سعیدی در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به اینکه گسترش فعالیت های قرآنی به برکت انقلاب اسلامی است و باید شکرگزار آن باشیم گفت: این نظام به برکت خون شهدا به پیروزی رسیده است، و اکنون نیز به برکت این خون ها، انقلاب اسلامی به کشورهای مختلف در حال م‌دارش شدن است. وی همچنین به موضوع تأمین امنیت حرم مطهر نیز اشاره کرد و با اشاره به این که در تأمین امنیت این مکان مقدس افراد بسیاری مشارکت داشته اند، برای آمیودری نمود که بتوانیم این امنیت را در طول سال و مناسبت های مختلف حفظ کنیم.

استاد قم:

موسسات مالی و اعتباری منابع خود را در قم هزینه کنند

استادار قم در بازدید از موسسه مالی اعتباری کوثر بر ضرورت اهتمام موسسات مالی خود بر هزینه کرد منابع در قم تاکید کرد.

سید مهدی صادقی در بازدید از موسسه مالی اعتباری کوثر طی سخنانی بر ضرورت افزایش هزینه کرد منابع بانک‌ها و موسسات مالی در قم تاکید کرد.دانشدار قم با اشاره به عزم دولت برای توسعه سیستم‌های اقتصاد مقاومتی افزود: بانک‌ها نقش بسیار مهمی در این راستا ایفا می کنند.مایمنده عالی دولت است.استان قم حمایت از طرح های تولیدی- صنعتی و پروژه های اقتصادی روستایی خرد را مورد تاکید قرار داد و خاطرنشان کرد: بسیاری از مشکلات طبقات ضعیف جامعه از طریق رقم و فرض الحسنه قابل حل است که باید توجه جدی به این مسئله صورت پذیرد.صادقی همچنین حمایت موسسات و بانک‌های مالی از ورزش و م‌همگانی و قهرمانی را از دیگر مباحث دارای اهمیت در مسیر افزایش شور و نشاط اجتماعی و کاهش بزهکاری دانست و تصریح کرد: موسسه مالی اعتباری کوثر در این زمینه گام‌های بسیار خوبی برداشته است که باید ضمن تلاش برای افزایش این حمایت‌ها، برای تداوم آنها برنامه ریزی لازم صورت پذیرد.

شهردار منطقه ۶ قم خبرداد

آغاز عملیات اجرایی احداث بوستان بانوان در بلوار کارگر

شهردار منطقه ۶ قم از آغاز عملیات اجرایی احداث بوستان بانوان در بلوار کارگر خبر داد.

سیدمحمد موسوی منش با اشاره به آغاز عملیات اجرایی بوستان بانوان در بلوار کارگر ابتدای بلوار ولایت، اظهار کرد: ایجاد فضاهای ورزشی و تفریحی برای بانوان یکی از اولویت‌های مدیریت شهری در سال جاری بوده است.

وی خاطرنشان کرد: این بوستان در زمینی به مساحت ۵ هزار و ۵۰۰ متر مربع در بلوار کارگر ابتدای بلوار ولایت با اعتبار ۸ میلیارد ریال احداث می‌شود.

موسوی منش با اشاره به امکانات بوستان بانوان، گفت: عملیات این بوستان شامل احداث ساختمان لابی، سرویس بهداشتی، مسیر دوچرخه سواری، لابیچق و سکوی نشیمن، آبنما، پیاده‌روسازی و بهسازی فضای سبز است وی یادآور شد: بوستان محصور و مختص استفاده بانوان است و در این بوستان با ایجاد فضاهای راحت، پذیرایی بانوانی هستیم که مایل هستند در فضای باز به ورزش پیاده‌روی و استراحت بپردازند

نگاه

خودسری علیه روحانی ویر جام؟

در جریان بر گزاری نماز عید سعید فطر و در پیش از خطبه های نماز بار دیگر شاهد حمله و هجمه متخالف دولت به روحانی ویر جام و دستاور دعای او بودیم. خولین اشعار سیاسی جبهگی مبتم مطبعی مداح قبل از نماز عید فطر علیه رئیس جمهور و بر جام باعث شد این مداح در کلوب نقدها و طنز های شبکه های اجتماعی قرار گیرد.

حمله و فشار بی سابقه متخالف روحانی آن هم با تمسک به نظم خونی های کم مایه بار دیگر شرایطی را فراهم می سازد تا با بار خونی بر جام و یستری که منجر به تحقق آن شده از لایم افکنی هاو تخریب انسجام ملی پرده برداشت. بار ها عنوان شده که بر جام پروژه روحانی «هیست بلکه محصول هو ارایبی و همسویی از کُل حاکمیت بود. اینکه بر جام با این حجم از حمله راست را دیکلر است. اتفاقا نشان تحلیلت و ترستی تصمیم اتخاذ شده است. مگر بر جام و راهبرد بر جامی دست بر گزین حیفا و ریاض به نشانه دوستی گذاشته است؟ یا مگر گذشته منتهی شده به بر جام وجود دشمن را نمی می کند؟ مگر بر جام با تأیید از کُل از شد کشور و شورایی است ملی تأیید نشده که بی پروا و بی محلی تأیید کننده کُل آن را به چالش می کشند؟ قطعاً پاسخ منفی است. اتفاقا منطبق بر جام و بل دارد یکی اسلحه و دیگری شاخه زنون اسلحه ای که منتر مان به تمایلات ارضی و استقلال کشور را نشانه رفته و شاخه زینتی که در خدمت تعامل و مصالحه بر اساس حکمت مصالحت و عزت طراخی شده است»
امیراحمد مقاومت و مصالحه بر جام را محقق ساخت و نثارم آن نیز در گروی حسین راهبرد است. اینکه راست را دیکلر یا در نوردین تمامی تأیید کننده کُل بر جام بر شاخه نشسته اند و بن می برونه نه نشانی از وحدت می دهد و نه پیکانی از منافع ملی و صیانت از آن مخزنه می شود. همان اندازه که اقدام فروزان ایران در سقیه و مبارزه با تروریسم واهی ستودنی و قابل دفاع است. به همان تناسب»
امیراحمد سبیز و سازش در حوزه سیاست خارجی باید مورد تأیید و اعتنار قرار داشته باشد.

مبتم مطبعی کیست؟

بر خلاف آنچه برخی رساله ها گفته اند؛ اشام نیست و متن ها و اشعار نند سیاسی او را افراد دیگری می نویسند که در این گزارش نشان داده شده است. نکته جالب اینجا است که او به پایان همه اشعار نند و لیش دار خود تأکید می کند که کار او نقداست. امروز هم مدعی شد که شعرش رین هفتاداد مصطفی‌ها بود. مبتم مطبعی پای ثابت تمامه تبعیاتی ابراهیم رئیس بود و در صفا دل افرادی بود که در مجلس مختلف علیه روحانی و اصلاح طلبان به خولین اشعار و مطالب تخریبی می برداشت. او زورر سال گذشته نیز متن تندو بر از اهانت علیه طر فید و روحانی قراوت آیز و مداره کننده کار را به خویت منوهر کرد. خبرگزاری فارس و رساله های اسولگرا آیز با عنوان اشعار حماسی آن را در نیزه ناگفتگر کردند. او از فارغ التحصیلان امام صادق است و به این اعتبار یکی از مریدان سعید جلیلی محسوب می شود. او طرخی با سربان پایداری نشست و برخاست دارد پای منبری طبرضا پناهل را می خولدو تصاویری از اظهار اوقات و دست پوسی او علم الهیدی منتشر شده است. سعید خدا بیل دیگر مداح و فعال سیاسی در یکی از سخنرانی هایش مبتم مطبعی را مخاطب قرار داده و می گوید: مطبعی فقط برای امام صادق (ع) نیست مثلا هیئت زرنندگان او را دعوت می کند. متجاوز از ۶۰۰۰ هیئت زرنندگان در کشور داریم بالاخره باید به هیئت داران کمک کرد. مبتم مطبعی که در تریبون نماز عید فطر خبر ساز شد بیش از انتقادات چندین مجلس علیه اصلاح طلبان به شعر خولی پرداخته بود و او حتی از لیبلی ها خواسته بود برای انتخاب رییس جمهوری حامی خط مقاومت ایران دعا کنند. با این حال او شاعر نیست و متن هایش را کسل دیگری می نویسند. معدنا اشعار او را شاعران سیاسی جناح اسولگرا مثل علی محمد مدوحت، محمد مهدی سباز تهیه می کنند. تریبون های تبلیغی اسولگرایان بری او القاب و عنوانن زیادی مطرح می کنند. از مداح مدافع حرم تا خواننده اشعار حماسی.

نویسنده اشعار اهانت آمیز مداح عید فطر کیست؟

محمد مهدی سباز همانند مبتم مطبعی از فارغ التحصیلان دانشکاه امام صادق است. متولد ۶۴ است که اشعارش تندش علیه جریان اصلاح طلب با عنوان خدیت با قننه بر صفحه اول کیهان و وطن امروز می نشیند. سباز بعد از موج انتقادات از اشعار اهانت آمیز امروز مدعی شد که این متن را بر اساس اظهارات نیم هسته ای تبلیغی کرده است. در توضیح این اشعار آمده است: ترجمانی است ساده از متن نلفه «دکتر محمدجواد طبرقی» به «خیم هوگرینی» در اعتراض به واخربوهای جدید. سباز برای کشته شدن او را انتقاد و فشار ها بر مداح امروز عید فطر در پایان کلماتش مدعی شده است که او فطعه ای ویژه به مناسبت سند ۲۰۲۰ سروده بود که مبتم مطبعی (مداح) بخوانده است.

در جریان انتقادات اخیر سباز یکی از اعضای حلقه شاعران حامی ابراهیم ربیسی را تشکیل می داد که به راست این گروه را علیرضا فروزه تشکیل می داد و بیهی ای را علیه روحانی و اصلاح طلبان منتشر کرد. سباز پیش از این به بهانه یکی از سخنان روحانی که گفته بود تا شعر و شعر نمی توان کشور را اداره کرد در در صفحه شخصی اش خود به رئیس جمهور ناختم بود. در حالی که روحانی نفکر شعر گرای ا را نقد کرده بود. سباز مدعی شده بود که اظهارات روحانی توهین به شعر او هنر شعر در کشور است.

در باره حواشی نماز عید فطر ستاد اقامه نماز تهران باید پاسخگو باشد
رئیس شورای سیاستگذاری همه جامعه درباره حواشی نماز عید فطر، گفت: من از این موضوع بی اطلاعم و ستاد اقامه نماز جامعه تهران باید پاسخگو باشد.
حجت الاسلام والمسلمین سیدرضا نقوی، در باره فرات شاعری در حاشیه نماز عید فطر اظهار داشت: من از این موضوع بی اطلاعم و چیزی شنیده ام. در هر صورت موضوعی از این دست از تالیلی به شورای سیاست گذاری همه جامعه اندازد، بلکه ستاد برگزاری نماز جامعه تهران باید در این باره پاسخگو باشد.

از مضمون اشعار مداح مراسم اطلاعی نداشتیم

محمدباقر پشتمناری رئیس ستاد اقامه نماز جامعه تهران، در واکنش به حواشی ایجاد شده توسط مداح مراسم نماز عید فطر، اظهار داشت مسئولین برگزاری این مراسم باید ستاد اقامه نماز جامعه تهران بوجه است و با آقای مبتم مطبعی که سال گذشته هم به عنوان مداح در این مراسم حضور داشت و اجرائی با استیصال حاضران مواجه شده بود، دعوت به حضور کرده بودیم. وی در پاسخ به این پرسش که از مضمون اشعار مداح این مراسم اطلاع داشتند یا نه گفت: ما همانطور که از دانشجویان به پیش از خطبه های نماز جامعه سخنرانی می کنند بااا سایر سخنرانان پیش از خطبه ها در خواست از اام متن سخنان شان را نداریم. از مداح امروز هم چنین درخواستی نداشته ایم و اساسا حق چنین تقاضایی از مدوکان و سخنرانان مراسم های خودمان را بی اجرائی به آنان تلقی می کنیم؛ بنابراین در مراسم امروز هم چنین درخواستی را از مداح مراسم نگرفته بودیم و پیش از فرات این اشعار اطلاعی از مضمون آن نداشتیم. وی در پاسخ به این پرسش که آیا طرح مواردی چون آنچه که در اشعار مداح مراسم عید فطر وجود داشت، انسجام و وحدت ملی را خدشه دار نمی کند، اظهارات داشت: تریبون های نماز جامعه و نماز عید فطر محلی برای اره نظرات کسانی است که به این مراسم ها دعوت می شوند که البته این دعوت از تمامی طیف های داخل نظام صورت می گیرد و همه نیروهای داخل نظام را از تریبون ها استفاده می کنند و کسی هم متن سخنان آنان را پیش از ارائه، مورد بررسی قرار نمی دهد. حتی ممکن است برخی ها از آنچه که شخصی از این تریبون ها مطرح می کند، نزاحت شوند و برخی هم نزاحت نشوند.

واکنش چهره های سیاسی به حواشی نماز عید فطر

برخی از فعالان سیاسی و رسانه ای اصلاح طلب در توییت و اینستاگرام خود به شعر خولی یکی از مداحان در مراسم نماز عیدفطر محلی تهران واکنش نشان دادند.

محرم به شاعران:

سیدرت تریبون های رسمی و آزرشی نظام که باید وحدت آفرین باشد به افراد وحدت شکن اوج بی دلیلی است.

آذر منصوری:

این دیگر خودسری نیست؛ ساز تریبونی مقدس چشودر چشم مردم، تقابل مستقیم با ۲۴ میلیون رای و جمهوریت نظام می خواند؛ روحانی را خسته و عصبانی کند.

شهیندخت مالوری:

در عید بارگشت به فطرت پاک ایلی دعا کنیم «فطرح» نقشی نیانیم

مصطفی ناظرانده:

هاتان به رئیس جمهور عضو ستاد انتخاباتی کدام جناحند؟ چرا جلیلی تریبوسی و قالیان باطله کشم را امیر ویرج واقع محکوم نمی کنند؟

فطرح سعید امینانده مردم تهران در مجلس در واکنش به حواشی نماز عید فطر در کابل نگارگری خود نوشت؛ نظرات از صاحبان تریبون این است که در پی وحدت آفرینی باشند و دعوت وحدت گنن.

مناسفانه گاهی عدم درک درست اولویت ها باعث می شود جلالت عید و بیانات اهتگاری رهبری نظام با تلخ کلی ای بیان سخنان و اشعار نامناسب همراه شود. امید است که همه مسئولان و تصمیم گیران برای برنامه های نظیری اقامه نماز عید فطر دکبر یستری به خرج دهند و اهتمام خود را معر ف و وحدت کنند.

جمعی از اعضای مجلس خبرگان رهبری نمایندگان مجلس، احزاب و تشکل های سیاسی و صاحب نظران مسائل سیاسی اهانت به رئیس جمهوری را خلاف منافع ملی دانسته و تأکید کردند حرمت رئیس جمهوری واجب و ادبیات هتک از سوی هر کسی که باشد محکوم است.

راهپیمایی روز جهانی فلس اسال در تهران در حالی برگزار شد که مناسفانه شماری ادک در مسیر راهپیمایی به رئیس جمهوری، معاون اول رئیس جمهوری و جمعی از مسئولان نظام اهانت کردند که این اتفاق مورد انتقاد بسیاری از مسئولان، گروه های سیاسی و مردمی قرار گرفت.

در حالی که اتحاد مختلف مردم ایران در کتار مسئولان برای حمایت از مردم مظلوم فلسطین و حکومت رژیم غاصب صهیونیستی به خیابان ها آمدند، عده ای از افراد افرای و لنبرو در راستای اهداف پلید اسرائیل به دنبال ایجاد افشاشن در راهپیمایی بودند.

این افراد با حضور در موبعیت هایی که برخی مسئولان نظام از جمله رئیس جمهوری حضور داشتند شعار های تفرقه نگیز و توهین آمیز سر دادند که این اتفاق مورد انتقاد و سرزنش بسیاری از گروه ها، جناح ها و مردم قرار گرفته است.

جمعی از اعضای مجلس خبرگان رهبری نمایندگان مجلس شورای اسلامی و صاحب نظران و کارشناسان در این زمینه تأکید کردند حرمت رئیس جمهوری واجب است و اهانت به دکتر روحانی خلاف منافع ملی کشور است و باید با افکار خاطی برخورد جدی شود.

آنان تصریح کردند توهین به مقامات کشور با هیچ منطقی سازگار نیست و اهانت کنندگان به رئیس جمهوری به آرای مبیطی ملت ایران توهین کردند.

گفت وگویی خبرنگاران ایرنا با جمعی از اعضای مجلس خبرگان رهبری، نمایندگان مجلس شورای اسلامی و صاحب نظران و کارشناسان را در ادامه می خوانید:

حرمت رئیس جمهوری واجب است

آیت الله سیدعالم حسین بوشهری نماینده مردم استنر در مجلس خبرگان رهبری با بیان این که حفظ حرمت رئیس جمهوری و دیگر ارکان نظام و مسئولان کشور برای همه لازم است، گفت: هر قدری که حضور مردم، وحدت و انسجام ملی را خدشه دار کند محکوم است.

وی افزود: در روزی مند روز جهانی قدس که مظهر ایجاد ملت برای دفاع از مظلومان جهان است توهین به رئیس جمهوری علاوه بر این که وحدت ملی و انسجام ملی را خدشه دار کند، در نگاه بیرونی نیز باعث شادی دشمنان نظام اسلامی و کشور می شود.

عضو مجلس خبرگان رهبری تحقیق در مورد این اقدام اهانت آمیز را یک حق قانونی دانست، گفت: پیگیری این اقدام وتلقیه دستگاه های قانونی است و باید هم این موضوع دنبال شود تا این گونه مسائل در فضای عمومی حلقه و رایج نشود.

ادبیات هتک از سوی هر کسی محکوم است

آیت الله سیداحمد خانی عضوهایتارمیس مجلس خبرگان رهبری نیز تصریح کرد نقداست باید باشد اما برخورد هتاکانه مورد تأیید نیست. بنابراین مسئولان و مردم همه باید مراقب باشند، ادبیات هتک از سوی هر کسی که باشد محکوم است.
امام جمعه موقت تهران اندامه داد: نباید بر خودرده اهانت آمیز بلند که البته این را یک طرفه نمی گویم، اسیدواریم فضای

عضو شاخص جامعه روحانیت مبارز نیست به رویه شدن

توهین به بزرگان و شخصیت های نظام هتکار دادو خاطرنشان کرد: باید از شخصیت های نظام در مقابل این نوع رفتارهای خودرله دفاع کنیم، باید حرمتشان حفظ شود.

حجت الاسلام والمسلمین سیدمهدی طباطبایی، استاد اخلاق در واکنش به حوادث رخ داده در راهپیمایی روز قدس و توهین به رئیس جمهور، جهانگیری و مطهری، به خبرنگاران گفت: در روز قدس که نشانه وحدت عقلمت ملت ایران و ندای حق جویی، شکیلی ستیزی و حمایت آنها از ملت مظلوم فلسطین هستند، شایسته نبود چنین اقدام مذموم و شعارهای واهی و نامربوط آن هم علیه شخصی دوم نظام مطرح شود.

وی تصریح کرد: محتاتنی که در روز قدس و در روزهای پایانی ماه مبارک رمضان رخ داد، دل فرار و لاا سمدار، دیندار و شایسته کشور را به درد آورد و به عقلمت رویاندی که چشم همه جهان بیل به آن دوخته شده بودو تصویر وحدتی که باید به جهان محاور می شد، خدشه وارد کرد. طباطبایی با بیان اینکه حتی اگر کسانی می خواستند انتقاد خود را مطرح کنند، زمان و رویه مناسبی را انتخاب نگردند افزود: در روزی که تمام دل ها متوجه خداست و همه برای رسانی خدا وارد صحنه شده اند یا شعار می گیرنر اسرائیل و شعارهای از رشد دینی علیه ظلم اعلام موضع کنند، عده ای شعارهای توهین آمیزی را مطرح کردند که نه نهایت تباهی باروز قدس و عقلمت آن روز داشت، بلکه به

یکی از برنامه های تکراری جریان اسولگرا در طی سال های اخیر برای کسب لایم مردم و جلب آرای آنان در جریان رقابت های انتخاباتی، توسل به استراتژی کهنه و تجربی عده های نام «دوقطبی سازی» است.

آنان می گویند: در هر انتخابات، با توجه به اوضاع کشور و فضای حاکم بر افکار عمومی، تاکتیکی را طراخی کنند تا در مسیر استراتژی راهبرد مدگرو، اجرایی شود و نتایج مدنظر، حاصل شود. دوقطبی سازی و ایجاد شکاف در میان مردم، اثر نامطلوبی را در پی دارد که می توان به مواردی از قبیل گسترش فضای دینیستی در میان دم، جایگزینی نزاع های سیاسی به جای همکاری های برادرانه، تلاش شکست خوردگان برای عدم موبعیت گروه پیروز و تشدید اختلافات در میان مردم و گسترش سوءظن نسبت به مسئولان نظام اسلامی با افزایش بتر کینه توسط معاندان اشاره کرد. به همین دلیل است که رهبر انقلاب، در فرمایشات خویش، بر مقابله با دوقطبی سازی تأکید می کنند و در دیدار اخیر خویش با مسئولان نظام جمهوری اسلامی می فرمودند: نباید کشور را با دوقطبی سازی در دو دسته تقسیم کرد؛ مثلاً آن حالتی که در سال ۵۹، مناسفانه رئیس جمهور وقت، مردم را به نودسته ای مخالف و موافق تقسیم کرد.

این دومین بار در یک سال اخیر است که رهبر انقلاب بر مخالفت خویش با دوقطبی سازی کشور تأکید می کنند و از مسئولان کشور می خواهند به چنین اقدامی دست نزنند. اولین بار در طی یک سال گذشته، موضوع دوقطبی سازی توسط مقام رهبری در آغاز جلسه شش خراج قفه در محرم ماه سال ۹۵ بیان شد که ایشان، توصیه خویش به محمود احمدی نژاد مبنی بر عدم حضور در انتخابات ریاست جمهوری به عنوان تفرزد را رسماً کردند و گفتند: «ما هم اوضاع کشور را خد، قالیاً بیشتر از اغلب افراد شما هستیم. امچا هم به بخصوص



کشور مهرا میز در عین حال نقدسازنده باشند. این هرگز به معنای از روی نقدسازنده نیست نقدسازنده باید باشد اما بر خودر دهتاکانه مورد تأیید نیست.

آیت الله خانی تأکید کرد: ما در جمع خودی ها و اعضای

یک کشور و مسوولایی که منتخب مردم هستند، باید هر قدم را هرحصاه باشد، بنابراین من از همه مردم و مسئولان می خواهم که ادبیاتشان محترمانه باشد. چرا که این کینیت، ادبیات محترمانه را در پی دارد.

وی تصریح کرد: همه باید مراقب باشند هم مسئولان و هم مردم که ادبیات هتک از سوی هر کسی که باشد محکوم است.

است

آیت الله محمد حسین احمدی شاهرودی نماینده مردم خورستان در مجلس خبرگان رهبری توهین به رئیس جمهوری را خلاف منافع ملی، مصالح کشور و نظام دانست و تأکید کرد: قوه قضاییه و دادستانی باید این اقدام را پیگیری و با توهین کنندگان برخورد کندوی افزود: قوه قضاییه باید موضوع اهانت به رئیس جمهوری در راهپیمایی روز جهانی قدس را به شدت پیگیری و متخلفان را مجازات قانونی کند.

وی یادآور شد: در شرایطی که کشور و نظام به وحدت و انسجام ملی بیشتری نیاز دارد، این گونه اقدامات اهانت آمیز و هتاکانه، نسبت به رئیس جمهوری به عنوان دومین شخص کشور آن هم در سه مبارک رمضان و در منظر عموم مردم و در راه پیمایی مقدس روز جهانی قدس خلاف منافع ملی، مصالح کشور و نظام است.

عضو مجلس خبرگان رهبری گفت: اهانت به رئیس جمهوری از نظر قانون نیز مصداق مجرمانه و قابل تعقیب قانونی است. هر چند که شایگی خصوصی نداشته باشد.

توهین به مقامات کشور با هیچ منطقی سازگار نیست

حجت الاسلام والمسلمین علیرضا سبسی عضو فراکسیون اسولگرایان مجلس شورای اسلامی گفت: توهین به هر فرد بویه رقابت کنندگان با هیچ منطقی سازگار نیست و بیان یکسری از

حجت الاسلام والمسلمین سیدمهدی طباطبایی خواستار شد

بر خورد با افراد پشت پرده توهین به روحانی



احتمال می دهم عده ای که بر پس برده قرار دارند با تحریک این افراد سعی می کنند پیغام های خاصی را مخابره کنند یا حداقل به دست ایشان در جامعه موجی ایجاد کنند.
حجت الاسلام طباطبایی با بیان اینکه به صلاح وحدت کشور نیست که با چنین افراد مندیبنی که تحت تأثیر دیگران قرار گرفته اند برخورد سختی شود، از قوه قضاییه خواست با تشنایی افراد پشت صحنه ای که موجب تحریک مردم

تلاش دلوایسان و تندروها برای آدرس غلط دادن به مردم

دوقطبی سازی استراتژی چه کسانی است؟

نارزد ریاست جمهوری در انتخابات حضور یافته بود با تقسیم مردم به دودسته «پای در صحنه ای ساختگی و بی پایه، تلاش کرد خود را حامی ۹۹ درصد از مردم بداند که به گفته او، محروم ماندند و می خواهند حق خود را از چهار درصدی هایی که تمام انکلافت و سرمایه در اختیار آنان است و دولت حسن روحانی، از آن ها می اندازد» می کند؛ پس بگرد.

سید ابراهیم ربیسی نیز با برگزیدن آقای «مجنون «سید محرومان» و «اراهیم بشتکن» و با تقسیم جامعه به دو گروه «فطیر و غنی»، تلاش کرد خود را حامی محرومان جلوه نماید و دولت مستقر را نسبت به وضعیت محرومان، بی تفاوت و کم کار، معرفی نماید. انتشار تصاویر او در هنگام دیدارهای سرزده و مخفیانه از محل سکونت محرومین و مستضعفین و تلاش برای القای این موضوع که حسن روحانی، عده غده مشکلات محرومین را اندازد از اقداماتی بود که ربیسی و حمایتش برای ایجاد فضای دوقطبی در جامعه انجام دادند.

در مقابل، حسن روحانی با برگزیدن عنوان «دولت صدرمدی» برای دولت خویش، به انتقاد از دوقطبی سازی پرداخت و انتخابات ریاست جمهوری تواردها را مواجهه مردم با دوازه متفاوت عنوان کرد که باید یکی را برگزیند یا «تلاطم مسیر کنونی با اقامه دولت اعتدال» و یا «با رفتن به دایره باروی کار آمدن مجدد دولتی با ایلدیزی احمدی نژاد».

اسولگرایان و دلوایسان، حتی پس از شکست در انتخابات مجلس خبرگان و شورای اسلامی، به این نتیجه نرسیده بودند که دوقطبی سازی در جامعه و اطلاق «ولایت فقهی» به لیست جریل رقیبه دیگر، توان عرض اندام در کشور را ندارد و به یک راهبرد نیمه نامشده تبدیل گردیده است. لذا بار دیگر همان راهبرد را در پیش گرفتند و مجدداً با شکستی سنگین مواجه شدند و اینکه مجبورند دولت اعتدال را ادامه یافته مشاهده کنند.

سیاسی

در گفتگو با جمعی از اعضای مجلس خبرگان رهبری، نمایندگان مجلس و صاحب نظران مسائل سیاسی مطرح شد

اهانت به رئیس جمهوری خلاف منافع ملی است

وی تصریح کرد: رئیس جمهوری در این موضوع باید صبور باشند، بالاخره ایشان در انقلاب در مسئولیت از شتمندی و مسئولیت در قوه مقننه ۲۰ سال حضور و در بخش های دیگری نیز فعالیت داشتند. بنابراین در این موضوع خدای نگرده شخص رئیس جمهوری با صحت هایشان یا طر فدار نشان کاری نکنند که اختلاف بیشتر شود.

این تخریب ها خلاف منافع ملی است

علیرضا جخری نماینده مردم تهران در مجلس شورای اسلامی گفت: توهین هاو تخریب ها به رییس جمهوری آگاهانه یا نا آگاهانه تلاش با صهیونیست هاست و خلاف منافع ملی است. وی افزود: بدیهی است که این گونه اقدامات در راستای منافع ملی کشور، نخواستد بود. زمانی که ما طبق قانون اساسی نظام انتخاباتی را پذیرفته ایم، باید قانون برای ما فصل اختلاف باشد. زمانی که این رقابت های انتخاباتی تمام می شود، باید تبدیل به همکاری و همفکری برای پیشبرد منافع ملی شود. به ویژه این که شاهدیم برخی کشورهای مشابه همانند صهیونیست ها علیه منافع ملی ایران از هر حله و نیرنگی استفاده می کنند.

جخری تأکید کرد این توهین ها و تخریب ها آگاهانه یا نا آگاهانه تلاش با صهیونیست هاست در این راستا جبهه اسولگرایی خوشتان ورود پیدا کنند، اعتراضی کنند و از رئیس قوه قضاییه بخواهند با این موضوع برخورد جدی کند.

در رسیدگی به حادثه زشت اهانت به رئیس جمهوری جناحی نگاه نکنیم

سید اولیافومز روابیان دبیر کل حزب اسلامی ایران زمین ضمن محکوم کردن اهانت به مسئولان کشور در راهپیمایی روز جهانی قدس گفت: این موضوع نبایدنگاه جناحی شود.

وی افزود: مسئولان در جایگاه مسئول باید پاسخگو این اقدامات غیر اخلاقی باشند و با این اقدامات به گونه ای برخورد شود که دیگر جناحی جنبش افغانی نباشد.
وی ادامه داد: تمهیداتی باید دیدشیم که اگر چنین وقایع تلاف باا یا ناهنجاری افغانی افتاد به سرعت با آن برخورد شود و نتیجه به اطلاع مردم برسد.

خودسر یک واژه اتحرافی است

علیرضا جخری نماینده رئیس فلیدمجمع تشخیص مصلحت نظام تصریح کرد: خودسر «یک واژه تحرافی است و حملات اینجینی به افغانی هاشمی وروحانی ساز مدعی شده بوده است، فکر کرده خود این افرادی که از روز قدس به رئیس جمهوری توهین کردند باید غنی باشد. امروز به میمنت فضای مجاری تصاویر توهین کنندگان در دسترس است و دستگیری متهمین کار سختی نیست.

وای اندام داد: هر چند حمله به رئیس جمهوری اقدام تازه ای نیست و این کار هزارها سال هاشمی و ربیسی دولت اسلاحت نیز به وقوع پیوسته است ولی چون هنوز حکم رسمی جمهور تنفیذ نشده این قضیه حساسی تر است چرا که دهن کجی آشکار به رای مردم تلقی می شود.

مرحی اظهار کرد: جمهور ممکن است شخصی که صلاحیت او مورد تأیید شورای نگهبان قرار گرفته است» «خوند فکلیسی «یا منتقد باشد» میاهمین شکست خوردگانگی هستند که می خواهند آقای روحانی را عصبانی کنند تا سخنان تند ی بر زبان بیاورد

متدین علیه شخصیت های نظام را فراهم می آورند و برخورد قانونی با آنها، از وارد شدن فلفمه بیشتر به وحدت ملی، دلسرد شدن مسئولان اجزایی در انجام امور و نگران شدن مردم نسبت به آینده کشور جلوگیری کند. عضو جامعه روحانیت مبارز، سبب با اشاره ای طریف خطاب به کسانی که سعی می کنند با مقایسه مع الفراق میان چهره های سیاسی امروز و دیروز در فکر کرده خود این زمان را با زمان اول انقلاب و برخی اتفاقات ناامیدکننده و شکست پیوند، گفت: «افغانی بونی که در مسیر انقلاب راه را پیدا کرده اند و به راه خود ادامه می دهند از این روش ها بیزارند، چنین روش هایی نه تنها این زمان را پسخ نمی گیرد و حبابی است که رنگی ندارد که در آینده هم به لطف خدای مهربان آینده هاتری نخواهد داشت».

این اسناد اخلاقی در پایان با بیان اینکه «از همه ملت و از شخص ربیس جامعه می خواهم که نسبت به این سربوهای متدین اما ساده جامعه، رویه رادخت اختیر کنند و نگذارند چنین مسألی آنها را از انعام و مطلق خطیرشان بار دارد»، اظهار داشت: «شعری از صلب تریزری را به عنوان یک پیام به همه نیروهای از رشد نظام از مردم انقلابی نا شخص ربیس جمهور و همه مقامات و مسئولانی که می خواهند هوای وحدت و داخل و جان تنفس کنند یادآور می شوم که می فرماید: به هژوری ادب کن، خصم سر کش را که خاکستر به نرمی زیر دست خویش می گرداند آتش راه».

به نظر می رسد دلوایسان و افراطیون جریان اسولگرا، همچنان بر دوگانه سازی و ایجاد تقابل در میان مردم، اصرار دارند و قصد سنگین سازی در مسیر پیروندها دولت مستقر را دارند، چرا که در تمام موضوعات مستحذانه، بلافاصله به اقداماتی این چنینی دست می زنند.

هنگامی که حوادث توریستی تهران به وقوع می پیوندد، دولت روحانی را مقصر جلوه داده و آن را نتیجه رای به روحانی و برجام بیان می کنند و می گویند فضای انتخاباتی برای موضوعی استثنی، در کشور ایجاد کنند، هنگامی که حملات دوشنگی و دهر بازویر» انجام می گیرد آن را دهن کجی به دولت روحانی و دیپلماسی و برجام بیان می کنند و می خواهند مردم را درگیر در افکار هیولان احساسی کنند؛ هنگامی که رهبری انقلاب از موضع واکنش های احساسی کنند؛ هنگامی که رهبری انقلاب با نقض فراقانونی و بیان نظرات خویش اقدام می کنند؛ ایشان با نقض غرض مدعی، به بیان اظهار کمین های «من دیپلمات است» من انقلابی هستم» اقدام می کنند و در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر خلاف ناگدیدت مقام معظم رهبری به منتخب اکثریت مردم ایران در راهپیمایی روز قدس پی اجرائی کردند و در راستای همان دوقطبی سازی همیشه گرا و با بانی صدر قبلیس کردند و هزاران اقدام دیگر که توسط دلوایسان و افراطیون خوشتان می گیرد تا در میان مردم، طبعییتشان را فقلی هسته اقدام می کنند و در جهت ایجاد انشقاق در میان مردم و تقسیم آنان به حامیان دوقطبی در مقابل انقلابی گری، ناقتی می کنند و در آخرین اقدام، بر

آیت الله سحلی تأکید کرد

لزوم هجرت طلاب توانمند از قم

آیت الله سحلی بر لزوم هجرت طلاب توانمند به شهرهای مختلف تأکید کردند.

آیت الله سحلی روز یکشنبه در درس تفسیر امام رضا (ع) در محضره علمیه جهریزیه با ذکر این مطلب که جهاد در قرآن به معنای جهاد مسلمانان علیه شیعه شده است مرگ در زندگی ثابت یا است و زنی قدرتهای بزرگ ما را استعمار کند برای ما زندگی واقعی و معنوی را از ما گرفته و بگوید با ذکر این مطلب که جهاد یکبارگی امروز میسر نیست و باید سیر دیرگرم باشد تا در نظر افراد قزوه امروز نماند جهاد واقعی و علمی و نیلینی هستند. کاری که اهل بیت (ع) و علمای امامت با تدبیر و ابتکار به ماچاری پاسخگو و صریح و علمی شده است جهاد اسلام به سولات و شبهات و استعمار دین میسر است با این جهاد میسر بیان کرد: امام ما نیز در برهه های مختلف به اشکال مختلف جهاد کردند جهاد سیاسی و علمی و تربیتی امام صادق (ع) که روح علمایی و معارف دین را بیان کردند در صراط های مردم مسلمان سپاری از مخالفان دین را مقابله کرد و باعث تابت دین برای مردم شد نشانی است که سحلی با اشاره به سرفه جبر گرایی در شام و پاسخ کوبنده امام صادق (ع) با محوریت قرآن کریم و متکون شدن این جبر گرایی در شام نوبانی زیادی را به یاد کردند و به مردم را دستخوش تحریف کردند. امام صادق (ع) در زمان امامت امام (ع) در دوران جهاد پاسخ عالم علمی جبری حقیقت را دادند و باعث تعجب همگان شد که اگر امام صادق (ع) نبوده است بسیاری از مردم اعتقاد دیگری می یافتند و با اشاره به فضیلت مجازی گفتند مجازی عقاید جوانان را از اشعار غریبه و امروز کسی است که جلوی این کار را بگیرد و مناسله این موارد ریزه و نشانه وارد خانه های ما می شوند این زمان جهاد سیاسی است این مرجع تقلید امروز باید با سلاح دشمن علمی خود را استفاده کند. این کار بخوبی به بازار قدیمی کرد و نتیجه را به متوسل شود به این توضیح در مقابل دشمنان است که آیت الله سحلی بیان کردند: مرحوم صدرالدین شرف الدین علی در سال ۱۳۲۰ قمری در اهل زمانه که جهاد کرده که بالاترین دستها در اختیار مسیحیان و دانش است بود و شعبان که اکثریت بودند دست تیر کارها را به هوش داشتند ایشان در خانه به مطالعه این مشکل پرداختند و مشکل را از سود نداشتن شعبان دیدند و از همان روزها شدند و نمای رسول خدا علی گفتند و سپس در سراسر تشکیل دادند: این روز میان زمان رفت که باید که از جهاد میسر که سرانه خردمند است که از اجزای کلیه این مرجع تقلید خاطر نشان ساخت و سروزان مجاهد عالم بسیاری وجود دارند که قدر حق حضور دارند و مناسله به تبلیغ می دهند: طلاب باید در حد توان روح را تحمل کرده و میرهای خالی از پر باشند زیرا اگر این منابع خالی باشد دشمن از آنجا حضور می یابد و بیرون می کشند و این در مقابل نعمت امام رضا (ع) نعمت دیگری را در مقابل آن به خایند به دشمنان هر نعمتی شکر می واجبند و در همان صفات خیرات کنیز: اصعب ما کرده است ولی در مقابل آن نعمه باید شکر کرد آن را با نعمت خیر عطف به جانی میورم و بیش از نعمت آن به جفا کرده و برادریم

حیدر صمیمی آغا روز یکشنبه به مناسبت هفته نمود فضاییه در جمع خبرنگاران، افزود: در مسیله های نانی از تصاف ها هشت هزار و ۶۶۱ پرونده ۹۵ و در سال ۱۴ یک هفت هزار و ۴۹۷ پرونده کارشناسی شده که ۱۶ درصد افزایش یافته است.

وی افزود: پرونده مربوط به نانی از تصاف ها در سال ۹۵ و ۳۱۲ پرونده مربوط به سال ۹۴ بررسی شده است که افزایش هشت درصدی را نشان می دهد.

وی اضافه کرد: ۸۵۰۰۰ مورد از قونی های

پرونده مربوط به تصاف با موتورسیکلت کارشناسی شده که کتفی ۵۰ درصدی را نشان می دهد.

وی بیان کرد: در سال ۹۵، ۱۶ هزار و ۱۲ پرونده مربوط به متوایل به پزشکی قانونی ارجاع داده شده که این تعداد در ۹۰،۹۸۱ مورد پرونده است که رشد ۱۲ درصدی داشته است.

صمیمی آغا در ادامه با بیان این که ۸۵ درصد پرونده های ارجاعی به پزشکی قانونی مربوط به معاینات بالینی است، گفت: پرونده های نانی از تصاف ها ارجاعات نانی از متوایل به

معاینات بالینی به گفته وی، در ۹۴ و ۱۶ هزار و ۹۵ سال ۱۴ یک پنج این حوزه رسیدگی درصدی داشته است.

مدیرکل پزشکی وکیلشکی را نیز از بالینی عنوان و با این های متاکلم به علم را برای بررسی سال پزشکی قانونی را ۹۵ هزار کی