

عباس عیدی تحلیلگر اجتماعی و فعال سیاسی:

بحران انسجام اجتماعی داریم نه فروپاشی

* باید به مطالبات اجتماعی پاسخ دهیم

عباس عیدی گفت: آنچه در باره جامعه ایران می‌دانیم این است که پدیده‌های اصلی در جامعه ما غیر کارکردی شده اند و با ادامه این روند جامعه نمی‌تواند به بقای خود ادامه دهد. در واقع به درختی می‌ماند که به آن آب نمی‌رسد و به تدریج پژمرده و خشک می‌شود. تنها راه نجات آن این است که مواد لازم برای احیای آن تامین شود. بنابراین ما با یک بحران وین بیست مواجهیم که شواهد آن را از سال‌های گذشته بارها در قالب فروپاشی اجتماعی یادآوری کرده‌ام در این خصوص برخی بر این دیدگاه هستند که نباید اصطلاح فروپاشی اجتماعی برای این موضوع به کار برده می‌شد و -

نامو آسانی

ولایتی می‌خواهد جلب توجه کند

استاندار ناصر لنگرانی

نام و میراث امام راحل باید همیشه زنده نگه داشته شود

علو جامعه مدرستین حوزه علمیه قم- جمهوری اسلامی را امانت بزرگ الهی دانست و گفت: ولایت فقیه و تشکیل حکومت اسلامی عینالتی بزرگ‌انام حسین (ره) است که باید با زنده نگه داشتن نام ایشان این میراث

اوردی عسود فرانسوی و لابی مجلس مطرح کرد

تنه راه حیات سیاسی لاریجانی

آقای جلیلی! با وجدانتان خلوت کنید

رهبر معظم انقلاب در دیدار جمعی از شاعران و استادان ادب پارسی:

شعر فارسی همواره مملو از حکمت و اخلاق است

حضرت آیت الله خامنه‌ای رهبر معظم انقلاب با تأکید بر اینکه شعر فارسی همواره مملو از حکمت و اخلاق و در تولید و تعمیق اندیشه و امید نقش‌آفرین بوده است، گفتند: باید این روحیه و حالت در شعر امروز نیز برجسته و درخشان باشد. به گزارش ایرنا به نقل از پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر مقام معظم رهبری، در شب ولادت با سعادت کریم اهل بیت حضرت امام حسن مجتبی علیه‌السلام جمعی از استادان زبان و ادب پارسی و شاعران جوان و -

آیت‌الله سید حسن حبیبی

هیچکس نباید چشم بر ظلم بیند



علی لاریجانی

کشور به پیوندهای عمیق سیاسی نیاز دارد

رئیس مجلس شورای اسلامی با اشاره به این که دشمن اتحاد کشور را هدف قرار داده است، گفت: در شرایطی که دشمنان با مزاحمت به دنبال نابودی نظام مقدس جمهوری اسلامی هستند، کشور به پیوندهای عمیق سیاسی نیاز دارد. «علی لاریجانی» شاهکار پنجشنبه در همایش ۵۰ خرداد که در صحن مطهر امامزاده باغراغ) پستوا برگزار شد، اظهار کرد: در غوغای دیکتاتوری بین المللی که آمریکا به جهانیان تحمیل کرده...



معاون هماهنگی امور زائران استانداری قم:

قم سالانه میزبان ۲۵ میلیون زائر و گردشگر است

معاون هماهنگی امور زائران استانداری قم با تأکید بر حداکثر بهره‌مندی از ظرفیت‌های گردشگری قم و استان‌های همجوار گفت: این استان سالانه میزبان ۲۵ میلیون زائر و گردشگر از اقصای نقاط کشور و جهان است. بوسه عالی پور خمر چهارشنبه در چهارمین همایش توسعه گردشگری قم و استان‌های مرکزی و اصفهان در هتل پارسی قم، ابرار آینه‌نویاری کرد که از ظرفیت‌های حضور زائران در این استان استفاده کامل شود. وی در ادامه با اشاره به برگزاری هفته فرهنگی و اقتصادی قم در منطقه لبنان گفت طی روزهای ۱۹ تا ۲۵ اردیبهشت ماه سال جاری این برنامه اجرا و حوزه فرهنگی اقتصادی استان نیز کار تاریخی و ماندگاری را از آن داد که مورد استقبال بی نظیر کنشانی‌ها قرار گرفت. وی گفت: با توجه به علاقه مردم و شیعیان لبنان به شهر قم و حرم حضرت معصومه (س) این کشور از بهترین و مناسب‌ترین بازارهای گردشگری قم و استان‌های مرکزی و اصفهان به شمار می‌رود.

به‌مناسبت ۱۷ ماه رمضان سالروز تأسیس مسجد مقدس جمکران:

مسجد جمکران میعاد گاه عاشقان حضرت مهدی (عج)

۱۷ رمضان سال ۲۲۲ هجری قمری به دستور حضرت صاحب الامر (عج) مسجد مقدس جمکران بنا شد و امروز این مسجد مهم‌ترین پایگاه شیعیان شیفته و عاشقان دل‌سوخته قم است. حضرت مهدی (عج) است مظهرترین پایگاه شیعیان شیفته و عاشقان دل‌سوخته حضرت زقی‌مآلند. ارواحنا فداء، مسجد مقدس جمکران، در ۶ کیلومتری شهر مذهبی قم است. مطابق آثار، همه ساله، بیش از یک‌میلیون عاشق دل‌باخته، از سراسر میهن اسلامی و جهان، در این پایگاه معنوی، گرد می‌آیند. بمبار نصرت مسجد و نماز حضرت صاحب‌الزمان (عج) از ابرار این مکان مقدس به جای می‌آورند، با امام غایت از انصار و حاضر در انصار و نظار بر کر دراز دل می‌گویند، استغاثه می‌کنند، نمای دریا بن الحسن را سر می‌دهند، از مشکلات مادی و معنوی خود سخن می‌گویند، با دلی خون‌بار، از طو لانی شدن دوران غیبت، شکوه‌ها می‌کنند.

بازار مهر اقتصاد حامی کالای ایرانی

MADE IN IRAN

ساخت جمهوری اسلامی ایران

کارت اعتباری کالای ایرانی

تا سقف ۳۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال

به شعب ما مراجعه نمایید

www.mebank.ir (۰۲۵) ۸۹۸۹۲

آگهی مزایده (نوبت اول)

سازمان پایانه‌های مسافربری شهرداری قم

باستناد مجوز هیات مدیره سازمان در نظر دارد نسبت به واگذاری بهره برداری ردیف‌های مشروحه ذیل از طریق مزایده اقدام نماید. لذا متقاضیان واجد شرایط جهت دریافت پاکت و شرایط مزایده از تاریخ نشر آگهی نوبت دوم به مدت ده روز به استثنای روزهای تعطیل از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۴ به واحدا امور قرار دادهای سازمان به نشانی قم، کیلومتر ۳ جاده قدیم قم - تهران، سازمان پایانه‌های مسافربری شهرداری قم (ترمینال) مراجعه و در صورت نیاز، جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۲۵-۳۶۶۴۲۳۴۹ تماس حاصل نمایند.

ردیف	محل مورد مزایده	مبلغ سپرده شرکت در مزایده
۱	محل استقرار کنونی کیوسک تفریحاتی (مستقر در پارکسوار میدان ۲۱ فن مجاور خودرو پارک بانک سامان به متراژ حدود ۱۵ متر مربع)	۹۰,۰۰۰/۰۰۰
۲	غرفه حمل و نقلی شماره ۲۱ سالن کوثر واقع در پایانه مرکزی	۱۸,۰۰۰/۰۰۰

اهم شرایط عمومی:

جهت خرید اسناد مزایده مبلغ ۵۰۰/۰۰۰ ریال به شماره حساب ۷۰۰۷۸۷۹۱۳۱۲۱ (درآمد سازمان) بانک شهر بنام سازمان پایانه‌های مسافربری شهرداری قم واریز نموده و به همراه اصل فیش واریزی و کارت شناسایی معتبر جهت تحویل اسناد مراجعه فرمایند.

مبلغ سپرده شرکت در مزایده بصورت ضمانتنامه بانکی و با واریز وجه نقد بحساب ۷۰۰۷۸۷۳۰۷۳۱۶ سپرده سازمان نزد بانک شهر بنام سازمان پایانه‌های مسافربری شهرداری قم می‌باشد.

در صورتی که برندگان اول و دوم مزایده حاضر به انعقاد قرار داد نشوند سپرده آنان به نفع سازمان ضبط خواهد شد.

سازمان پایانه‌های مسافربری شهرداری قم در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است.

جهت شرکت در مزایده ردیف ۲ جدول فوق‌الذکر، ارائه معرفی‌نامه از اداره کل حمل و نقل و پایانه‌های استان قم برای کلیه متقاضیان الزامی است و اخذ مجوز فعالیت از ارگانهای ذیربط مانند اداره کل حمل و نقل و پایانه‌های استان قم، اماکن و اداره کار و تامین اجتماعی و ... به عهده برنده مزایده می‌باشد.

هزینه درج آگهی و کارشناسی عهده برنده مزایده می‌باشد.

برنده مزایده موظف به ارائه ضمانتنامه بانکی (معادل حداقل سه ماهه اجاره موضوع قرارداد جهت ردیف یک جدول فوق‌الذکر و حداقل شش ماهه اجاره موضوع قرارداد جهت ردیف دوم جدول فوق‌الذکر) و تسلیم ۱۲ فقره چک بابت پرداخت اجاره ماهیانه به سازمان می‌باشد.

سایر اطلاعات مربوط به مزایده در شرایط مزایده مندرج می‌باشد.

تلفن تماس: ۰۲۵-۳۶۶۴۲۳۴۹

روابط عمومی سازمان پایانه‌های مسافربری شهرداری قم



رئیس کمیته فنی و توسعه فدراسیون فوتبال با بیان اینکه نباید با کی‌روش همانند ایوبچ رفتار شود، گفت: آیا اگر تیم ملی را در تلویزیون بگویم، آن موقع می‌شوم کارشناس آگاه؟

رئیس کمیته فنی و توسعه فدراسیون فوتبال است که اغلب به عنوان کارشناس به برنامه های تلویزیونی دعوت می‌شود.صحبت‌های این کارشناس در جریان بازی تیم ملی ایران و ترکیه و تعریف‌هایش از عملکرد تیم ملی با نقدهایی همراه بود که رئیس کمیته‌فنی به این نقدها پاسخ داد.
محصل همچنین در گفتگو با خبرنگار مهر تاکید کرد که شخصا علاقه دارد کارلوس کی‌روش به کارش در تیم ملی ادامه دهد چون منشا خدمات و تأثیرات بزرگی بوده است.

مشروح گفتگوی محصل در ذیل می‌آید:

*** آقای محصل حتماً نقدهای مرتبط با صحبت‌هایتان در جریان بازی تیم ملی ایران و ترکیه و تعریف از عملکرد ایران را خوانده‌اید؟**

اول از همه باید بگویم شخصاً با تعریف و تمجید بی دلیل مخالفم ولی باید جنبه احترام هم حفظ شود. امروز مصاحبه ای از علی دایی دیدم که سراسر مثبت بود. تیم ملی در بازی با ترکیه ضعف هایی هم داشت که بنده به آن اشاره کردم. مثلاً گفتیم که دو دفاع وسط ما هماهنگ نیستند. وقتی به خوشان حق می‌دهند که به دیگران توهین کنند، بالاخره نوبت ما هم می‌شود راجع به آنها صحبت کنیم.

*** به اینکه شما یکی از کارشناسان دائمی تلویزیون هستید و حرف‌های تکراری می‌زنید انتقاد شده است.**

خ-ب تلویزیون از من می‌خواهد به این برنامه ها بروم. با زور که نمی‌روم. چه دلیلی دارد از گروهی تعریف از گروه دیگر انتقاد کنیم. پرونده کی‌روش مشخص است. او احتیاجی به تعریف ما ندارد. کارنامه سرمربی تیم ملی در این مدت گویای همه چیز است. اگر بخواهیم از ۱۰ مری برتر دنیا نام ببریم، همان شب دو نفرشان در استادیوم بودند یعنی کی‌روش و لوچسکو سرمربی ترکیه. البته جای لوچسکو در جام جهانی خالی است و اگر زودتر سرمربی ترکیه شده بود این تیم را راهی روسیه می‌کرد.

از من انتقاد شده است که لوچسکو را نمی‌شناسم. باید بگویم سالیان سال است کار لوچسکو را دنبال می‌کنم. بازیکن مورد علاقه من گئورگی جاجی بود و زمانی که در استوا بخارست بود، کارشان را دنبال می‌کردم. من این حرف‌ها را زدم ولی گوش شنوایی نبود که آنرا بشنود. حتی مثال زدم که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

نباید با کی‌روش همانند ایوبچ رفتار شود

زمان سرمربیگری لوچسکو. دو کتاب از گواردیولا خوانده‌ام که از لوچسکو تعریف کرده

است و چیزهای زیادی از او یاد گرفته. بعضی‌ها حتی نمی‌دانند نام لوچسکو به لاتین چطور نوشته می‌شود اما این انتقادها را مطرح می‌کنند. انتقاد نباید جهت دار باشد.

*** قبول دارید تعریف های زیاد شما از تیمی که عملکردش حداقل در دقایق ابتدایی خوب نبود، جالب نیست؟**

-اگر تیم ملی را بگویم، آن موقع می‌شوم کارشناس آگاه؟ من در این برنامه گفتم که دفاع ما بدون هافبک دفاعی است؛ گفتم شجاعی را بین دو دفاع گذاشته ایم. این ضعف‌ها را گفته‌ام. حالا اگر به تیم ملی حمله کنیم و بازیکنان با سرمربی را به بی‌عرضگی متهم کنیم، خشنودمی‌شوید؟ شمامی‌توانیدفیلم‌برنامه‌را ببینید. در جریان برنامه گفتم که تیم در انتقال‌ها مشکل داشت ولی نمی‌توانیم تیم ملی را بگویم. افرادی که کی‌روش انتخاب کرده، با یکی دو تغییر بهترین‌های ایران هستند. هیچ بازیکن خوب دیگری نبوده‌است که با خودمان نبرده باشیم. نظر بنده این است که نباید تیم ملی را کوچک و خوار کنیم.

***ازبازی شما از عملکرد تیم ملی در بازی با ترکیه چیست؟**

- تیم ملی با دو سیستم و سه شیوه بازی کرد. اینها با هم فرق دارد. شروع بازی تیم ترکیه را از میانه زمین پرس کردیم که کل خوردیم. بعد پرس را به نیمه زمین خودمان آوردیم ولی باهم گل دریافت کردیم چون فاصله خطوط خوب نبود. اواخر بازی هم با آمدن امید ابراهیمی در پست هافبک دفاعی، پرس را در زمین حریف گذاشتیم و بهتر عمل کردیم. من واقعیت‌های تیم ملی را در برنامه گفتم. نمی‌توانم راجع به یک مسابقه فوتبال دیگر نظر بدهم.

*** بعضی از کارشناسان معتقدند کارلوس کی‌روش دستش را در بازی با ترکیه رو نکرده است. آیا شما هم با این کارشناسان هم عقیده هستید؟**

- من همان شب سه بار گفتم که باید عنصر فاگلیگرکننده وجود داشته باشد. یک مربی باید خلاقیت در کارش باشد. نمی‌توانم بگویم کی‌روش برای گل زدن حرف‌اش در بازی با ترکیه اینطور تیشم را به میدان فرستاد و اعتبار خودش و یک کشور را به خطر انداخت تا دستش رو نشود. یک دیدگاه دیگر هم این است که تیم ملی برای بازی با مراکش در جام جهانی، جز امید ابراهیمی هافبک دفاعی تخصصی دیگری ندارد. تصمیم کی‌روش در بازی با ترکیه برای دو بازی دادن به ابراهیمی خوب بود چون ممکن بود مصدوم شود و همین هافبک دفاعی را هم در بازی با مراکش از دست بدهیم. نظر شخصی‌ام این است که ابراهیمی و درازه هنوز صد درصد آماده نیستند.

*** ممکن است خستگی بازیکنان بعد از یک فصل پرفشار به تیم ملی در جام جهانی لطمه بزند؟**

-در برنامه تلویزیونی فرصت نشد راجع به خستگی بازیکنان صحبت کنیم. خستگی خیلی مهم است و می‌تواند باعث مصدومیت بازیکن شود. نه تنها کی‌روش که تمام مربیان حاضر در جام جهانی نگرانی مصدومیت بازیکنان هستند. سرمربیان در این مدت هر روز سه ستوال از بازیکنانشان می‌پرند! آیا خوب خوابیده‌اید؟ احسان‌ست چیست و آیا شایاب هستید؟ آیا در عضلاتی دارید یا خیر. به هر حال خستگی بزرگترین دشمن بازیکنان است. خستگی ارتباطی به آمادگی جسمانی ندارد. ممکن است یک بازیکن از نظر آمادگی شرایط خوبی داشته باشد اما خسته باشد. الان هم کی‌روش نگران خستگی بازیکنانش است نه آمادگی جسمانی آنها.

***وقتی صحبت از جام جهانی می‌شود، خیلی‌ها راحت درباره تیم مراکش و برد مقابل ایران تیم صحبت می‌کنند. آیا تیم ملی واقعا قاعده سازه‌ای در بازی اول خود دارد؟**

-من یک بازی و نیم از مسابقات مراکش را دیده‌ام. دیدار این تیم با ازبکستان را کامل تماشا کردم. رینارد سرمربی مراکش یک مربی تاکتیکی است یعنی بازیکنانش را خوب متقاعد می‌کند که به حرفش گوش و برنامه‌هایش را پیاده کنند. پرس مراکش مقابل ازبکستان واقعا تماشایی بود. مراکش ۱۰ نفره پرس می‌کرد و تمام بازیکنان این تیم با هم جمع می‌شدند. آنها یک حریف خیلی سخت و قدرتمند هستند ولی خیلی هادیم‌دواند.

به عنوان مثال سردار آزمون در بازی با ترکیه گل نزد ولی به نظرم یک مهره کلیدی است. مصاحبه‌های آزمون را خوانده‌اید؛ صحبت‌های این بازیکن سراسر امید و انرژی است. باور کنید!آمدکی فقط به دوندی با پشت زدن در زمین نیست. باید ذهن بازیکن هم آماده باشد. سردار آزمون آماده است تا در جام جهانی خوش را ثابت کند و می‌تواند مهره خوبی باشد. شاید در بازی با ترکیه هم شوت احسان حاج صفی گل می‌شد و بازی به نتیجه تسلاوی یک - یک می‌رسید. شاید هم با برنده می‌شدیم و الان

به تیمی می‌روم که در ترکیب اصلی اش باشیم

سامان قدوس: رویایم بازی در لایگا است

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بعد که آنرا بشنود، حتی مثال زد که گواردیولا یک دوره گونا به تیم برشا ایتالیا رفت؛

بیشتر بدانیم

درمان بیوست و تنبلی روده

بیوست را از راه طبیعی درمان کنید

معمولا افراد بیوست را یک بیماری نمی دانند، اما اگر جدی نگرفته و درمان نگرده، مشکلات جدی مثل بواسیر را به دنبال خواهد داشت.

برای درمان تنبلی روده ها و رفغ بیوست چه اقداماتی لازم است انجام دهیم؟ رعایت توصیه های زیر در بهبود بیوست مفید خواهد بود:

دقت کنید چه زمانی و چگونه به دستشویی می روید. به محض این که احساس کردید نیاز به دفع دارید، فوراً به دستشویی بروید و آن را به تأخیر نیندازید. به بهانه ی تلفن و یا هر چیز دیگر دستشویی رفتن خود را منتفی نکنید. هر چه قدر که این موضوع را به تأخیر بیندازید آب بیشتری از مدفوع تان جذب می شود و آن را سخت تر می کند.

همیشه بعد از صرف اولین وعده غذایی خود در صبح، به دستشویی بروید. اگر خود را عادت دهید که در زمان خاصی اجابت مزاج داشته باشید، بدن شما نیز به آن عادت می کند.

زیاد از سبزیجات تازه و میوه ها استفاده کنید، زیرا این مواد به دلیل داشتن فیبر بالا اجابت مزاج را در افراد تسهیل می کنند.

مقدار زیادی مایعات بنوشید و ورزش کنید. فعالیت فیزیکی مرتب که می تواند شامل پیاده روی، دوچرخه سواری یا شنا باشد را برای کمک به تحریک عملکرد روده انجام دهید. حداقل ۳۰ دقیقه ورزش در بیشتر روزهای هفته توصیه می شود.

سعی کنید مصرف نوشیدنی هایی مانند قهوه ، چای و نوشابه را محدود کنید و الکل نوشید، زیرا این گونه نوشیدنی ها سبب جذب آب از روده شده و بیوست را بدتر می کنند.

سعی کنید بیشتر از روش های طبیعی که ذکر شد برای رفع بیوست استفاده کنید

موثرترین درمان برای بیوست ایجاد یک تغییر مهم در رژیم غذایی است.

اگر همه راه ها را امتحان کردید و باز هم بیوست برطرف نشد، تحت نظر پزشک می توانید داروهای مسهل استفاده کنید.

معمولا افراد بیوست را یک بیماری نمی دانند، اما اگر جدی گرفته نشود و درمان مزاج طبیعی و بدون استفاده از مسهل مشکلات جدی مثل بواسیر را به دنبال خواهد داشت. بواسیر نیز مشکلاتی مانند خونریزی از مقعد، درد و خارش را به وجود می آورد.

بعضی افراد از مسهل های مختلفی برای رفغ بیوست استفاده می کنند. ولی در بیشتر مواقع با استفاده مداوم از مسهل، قدرت طبیعی کولون کاهش یافته و اجابت مزاج طبیعی و بدون استفاده از مسهل مشکلتر می گردد. در واقع کولون به استفاده از مسهل عادت می کند. همچنین استفاده از مسهل مانع از بروز علایم هشدار دهنده مهمی مانند بیوست و درد، هنگام اجابت مزاج می شود. بدون وجود این اخطارها، افراد همچنان به خوردن غذاهایی که واقعا می توانند عامل خطرناک برای به خطر افتادن سلامتی آنها باشند، ادامه می دهند. غذاها و نوشیدنی های مفید برای بیوست عبارتند از:

برخی غذاهای غنی از فیبر مانند: کشمش، انواع سبزیجات خام، سبزیجاتی مانند کلم و اسفناج، سالادهای سبزیجات، سبوس غلات، نان سبوس دار و میوه

ی تازه.

از جمله میوه های مفید و غنی از فیبر عبارت هستند از: آلو، انجیر، زردآلو، سیب، کیوی و …

جو و آرد سبوس دار جو

صبح هارای ۱۵ دقیقه در توات بنشینید حتی اگر قادر به اجابت مزاج نباشید. این زمان به شما آرامش می دهد و فعالیت دستگاه گوارش شما را تحریک می کند.

به منظور کمک به هضم بهتر غذاها بعد از صرف هر وعده ی غذایی ۱۵ دقیقه با آرامش بنشینید.

صبح پس از بیدار شدن ،نوشیدن یک لیوان آب سرد می تواند خیلی موثر باشد. می توانید انجیر خشک را در آب بخیسانید و پس از گذاشتن در یخچال، آب و انجیر داخل آن را بخورید.

مصرف آلو بخارا نیز می تواند مفید باشد..

علم- فناوری



محققان ژاپنی موفق به ابداع روشی شده‌اند که از ماهیچه‌های زنده در ربات‌ها استفاده می‌کند و یا یکپارچه کردن آنها امکان عملکرد شبیه‌انسانی را به ربات می‌دهد.

وقتی صحبت از ساخت ربات‌ها می‌شود، چرا از هیچ شروع کنیم وقتی طبیعت، مواد و قطعات بهتری از قطعات مصنوعی را برای ما طراحی کرده است؟ محققان دانشگاه توکیو در حال حاضر راه جدیدی برای تلفیق بافت ماهیچه‌های زنده بر روی یک اسکلت رباتیک ایجاد کرده‌اند که باعث می‌شود ربات‌ها به شیوه واقعی حرکت کنند و اعضای بدنشان را حرکت دهند. این اولین بار نیست که

پژوهشگران معتقدند اهمیت سرعت پیاده‌روی به

عنوان یک عامل موثر بر سلامتی، باید در پیام‌های عمومی سلامت مطرح شود. آن‌ها با تجزیه و تحلیل بر روی بیش از ۵۰ هزار فرد بالغ که به‌صورت روزانه پیاده‌روی می‌کنند، دریافتند که سرعت بیشتر پیاده‌روی با ریسک پایین‌تر بیماری‌های قلبی-عروقی و سایر علل قلمدادمی‌شود.

این پژوهش که به سرپرستی دانشگاه سیدنی انجام گرفته است، نشان می‌دهد که افزایش سرعت پیاده‌روی می‌تواند طول عمر افراد را نیز افزایش دهد. راه رفتن با سرعت معمولی در مقایسه با راه رفتن با سرعت پایین، با ۲۰ درصد کاهش در ریسک درگیری با همه علل مرگومیر همراه است. این درحالی است که راه رفتن سریع با کاهش ۲۴ درصدی این ریسک، موثرتر قلمدادمی‌شود.

نتایج مشابه این پژوهش برای خطر مرگ بر اثر بیماری‌های قلبی-عروقی نیز انتشار یافته است که به ترتیب با کاهش ۲۴ و ۲۱ درصدی در پیاده‌روی با سرعت معمولی و بالا، در مقایسه با راه رفتن آهسته همراه بوده است. همچنین با افزایش سن، سرعت راه رفتن می‌تواند بیشتر بر سلامت افراد تأثیر بگذارد. در این آزمایش، داوطلبان ۶۰ ساله یا مسن‌تر، با سرعت معمولی و بالا و یک همکاری میان مرکز “چارلز پرکینز” و دانشگاه سیدنی، دانشکده پزشکی و سلامتی دانشگاه کمبریج، دانشگاه ادینبور، دانشگاه لیمرک و دانشگاه آلستر، در یک همکاری میان مرکز “چارلز پرکینز” و دانشگاه سیدنی، دانشکده پزشکی و سلامتی دانشگاه کمبریج، این امر پیام سادهای را برای کمپین‌های سلامت عمومی فراهم می‌آورد تا آن را ترویج دهند.

کلاس‌های گرم، عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را کاهش می‌دهند!

دمای بیشتر و موفقیت‌های درسی کمتر، ارتباط وجود دارد. در دمای بالاتر از ۲۱ درجه سانتیگراد، با هر ۰٫۵۵ درجه سانتیگراد افزایش دما، عملکرد دانش‌آموزان یک درصد افت پیدامی‌کند.

تاالیز ۱۰ میلیون نمره امتحانی در طول ۱۳ سال نشان می‌دهد لازم است مدارس برای خنک نگه‌داشتن کلاس‌ها از تپویه مطبوع استفاده کنند. این مطالعه نشان می‌دهد هوای گرم‌تر، مطالعه و تمرکز روی تکالیف را برای دانش‌آموزان سخت‌تر می‌کند. روزهای سرد، موفقیت‌های تحصیلی دانش‌آموزان را تحت‌الشعاع قرار نمی‌دهند، اما با این حال با افزایش دمای بیش از ۲۱ درجه سانتیگراد، اثرات منفی کم بروز پیدا می‌کنند. کاهش یادگیری با افزایش دمای بیش از ۲۲ درجه سانتیگراد، شدت بیشتری به خود می‌گیرد.

این اطلاعات نشان می‌دهد در سال‌هایی که دما بالاتر است، دانش‌آموزان نتایج بدتری در امتحانات می‌گیرند. این مسئله در اقلیم‌های متفاوت-چه نواحی شمالی‌تر و خنک‌تر و چه نواحی جنوبی‌تر که دمای هوا معمولاً بالاتر است- صدق می‌کند. این اولین‌بار است که مشخص شده عملکرد، در دماهای بالا کاهش می‌یابد.



روزه داری در گرمای تابستان کار سادای نیست. اینکه حدود ۱۷ ساعت گرسنه

و تشنه بمانید عاشقی می‌خواهد و ایمان. و خوشا به حال آن‌هایی که این ماه را عاشقی می‌کنند. اما بدانید که بی‌احتیاطی و خطا رفتن می‌تواند سلامتی‌تان را با خطرانی مواجه کند.

همیشه این سؤال‌ها وجود دارد که در ماه رمضان چه نوشیدنی‌هایی برای رفع تشنگی بهتر است؟ برای افطار و سحر چه نوع غذاهایی مناسب‌تر است؟ هر چه باشد برای عاشقی کردن در این ماه باید سالم باشید. بنابراین برای داشتن رضائی آرام و سالم، این ۶ توصیه را جدی بگیرید.

روزه داری و اهمیت آب بدن

تأمین آب بدن اساسی‌ترین دغدغهٔ روزه داری بخصوص روزه داری در فصل گرما است. از زمانی که روزه را افطار می‌کنید باید به فکر آب‌رسانی به بدن باشید نه اینکه لحظات نزدیک به اذان صبح لیوان آب بنوشید. بنابراین کار تأمین آب بدن از همان زمان افطار کلید می‌خورد و هر کس باید به فکر نوشیدنی‌های مناسب باشد. اما این نوشیدنی‌ها و مایعات مناسب کدامند؟ بدون شک آب جایگاه مهمی دارد. اما در کنار آن انواع سوپ‌ها، آش‌ها و به طور کلی غذاهای آبدی، دمنوش‌ها و میوه‌های توصیه اکید می‌شود که با ریزن روزه را قرار گرفتن در معرض خورشید و گرما بهره‌ریزد. حتماً در محیط و فضایی سایه و خنک قرار بگیرید تا توان بدنی‌تان تخلیه‌نشود.

رمضان: این افراد در معرض خطر قرار دارند

بیماران مبتلا به دیابت که اقدام به روزه داری می‌کنند باید از پزشک خود اجازه بگیرند و به طور مرتب قند خون خود را چک کنند. این افراد باید به میزان زیادی مایعات میل کرده و از مصرف مواد قندی دوری کنند. افراد حساس و ضعیف مانند زنان باردار و سالمندان و همچنین افراد مبتلا به پرفشاری خون یا آسم نباید بدون اجازه پزشک خود روزه داری کنند و با مشاهده کم‌ترین علامت مشکوکی باید به روزه داری خاتمه داده و پزشک کامل را به جریان بگذارند. توصیه می‌شود این افراد قبل و بعد از ماه رمضان حتماً تحت معاینه قرار بگیرند.

رمضان: ورزش و باید و نبایدها

با وجود اینکه ماه رمضان و روزه داری تأثیر منفی روی افراد سالم ندارد اما لازم است که میزان فعالیت بدنی و ورزش به حداقل برسد. ورزشکاران باید احتیاط بیشتری کرده و ساعات تمرین خود را با نظر مربی و بر اساس توان بدنی‌شان تنظیم کنند.

سلامتی در ماه مبارک رمضان

۶ توصیه برای روزه‌داری سالم

برای سحر چه بخوریم؟

قبل از شروع یک روز روزه روزه داری توصیه می‌شود که برای تأمین ویتامین بدنتان حتماً میوه مصرف کنید. جذب قندهای درج‌بند مانند سیوس و غلات کامل در طول روز شما را به مدت طولانی‌تری سیر نگه می‌دارد. پروتئین نیز از دیگر نیازهای بدن است که با مصرف به عنوان مثال تخم مرغ، مرغ، ماهی و گوشت تأمین می‌شود. باید در این وعده فیبر جذب کنید. بنابراین نیاز به مواد غذایی مناسبی مانند نان‌های سبوس‌دار، جوی دو سر، میوه یا پوست و غیره دارید. این مواد غذایی فیبر بدن را تأمین کرده و مدت زمان طولانی نیاز به خوردن و آشامیدن نخواهید داشت.

رمضان و ریتیم مناسب زندگی

با وجود اینکه روزه داری از سحر تا افطار است اما روزه‌داران باید سه وعده غذایی داشته باشند که شامل صبحری، افطار و شام (۲ تا ۳ ساعت بعد از افطار) است. اگر شرایط کاری‌تان اجازه می‌دهد بدوازظهر چرت بزنید. این کار باعث می‌شود که توان و قدرت لازم را برای ادامه روز کسب کنید.

رمضان: خودتان را از نور خورشید دور کنید

توصیه اکید می‌شود که با ریزن روزه را قرار گرفتن در معرض خورشید و گرما بهره‌ریزد. حتماً در محیط و فضایی سایه و خنک قرار بگیرید تا توان بدنی‌تان تخلیه‌نشود.

رمضان: این افراد در معرض خطر قرار دارند

بیماران مبتلا به دیابت که اقدام به روزه داری می‌کنند باید از پزشک خود اجازه بگیرند و به طور مرتب قند خون خود را چک کنند. این افراد باید به میزان زیادی مایعات میل کرده و از مصرف مواد قندی دوری کنند. افراد حساس و ضعیف مانند زنان باردار و سالمندان و همچنین افراد مبتلا به پرفشاری خون یا آسم نباید بدون اجازه پزشک خود روزه داری کنند و با مشاهده کم‌ترین علامت مشکوکی باید به روزه داری خاتمه داده و پزشک کامل را به جریان بگذارند. توصیه می‌شود این افراد قبل و بعد از ماه رمضان حتماً تحت معاینه قرار بگیرند.

رمضان: ورزش و باید و نبایدها

با وجود اینکه ماه رمضان و روزه داری تأثیر منفی روی افراد سالم ندارد اما لازم است که میزان فعالیت بدنی و ورزش به حداقل برسد. ورزشکاران باید احتیاط بیشتری کرده و ساعات تمرین خود را با نظر مربی و بر اساس توان بدنی‌شان تنظیم کنند.

تولید بافت مصنوعی که در هر قسمت بدن رشد می کند

محققان روش جدیدی برای تولید بافت های مصنوعی ابداع کرده اند که سلول ها را وادار می کند به طور انوماتیک ساختار و رنگ های مختلفی به خود بگیرند و در هر بخش بدن رشد کنند. محققان نوعی بافت های مصنوعی ابداع کرده اند که می تواند در هر بخشی از بدن خود را احیا کند. به عبارت دیگر محققان ترکیب جدیدی ساخته اند که دستورات دی ان ای برای تبدیل سلول ها به بافت های مختلف را تقلید می کند. محققان دانشگاه کالیفرنیا با این روش می توانند به طور موثر سلول های مذکور را وادار کنند به طور انوماتیک ساختارها و رنگ های مختلفی را به خود بگیرند. این روند مشابه فرایندی است که در مراحل اولیه رشد جنینی اتفاق می افتد. این سلول از کنترل برای ایجاد اشکال پیچیده زیستی نشان می دهد، دانشمندان به زودی می توانند چاپ اعضای بدن با پرینتر های سه بعدی را متوقف کرد و آنها را به شیوه طبیعی پرورش دهند. به هر حال «وندل لیم» و «کول روی» بال در آزمایشگاه دکتر لیم، فناوری SynNotch را ابداع کرده اند که به دانشمندان اجازه می دهد طوری سلول ها را برنامه ریزی کنند که با یکدیگر ارتباط برقرار کنند و هماهنگ شوند یا بافت کامل را به وجود بیاورند. پرورش یک عضو در بدن فرد به طور مستقیم بسیار کار آمد است زیرا در این حالت به طور کامل با اعصاب و رگ های ملزوم مرتبط می شود. در آزمایش این سیستم، SynNotch دستوراتی به سلول های جنینی داد بنابراین آنها سه لایه اصلی یک سلول جنینی را به وجود آوردند. دانشمندان با کمک این روش نه تنها می توانند سلول ها را طوری برنامه ریزی کنند که به طور لخته ای شکل و رنگ خاصی بگیرند، بلکه آنها می توانند فرایند رشد را به شیوه ای کند نیز انجام دهند.

استفاده از پهباد برای تحویل غذا این بار در چین

پلتفرم "Eleme" شرکت چینی خدمات الکترونیک "علی بابا"(Alibaba) که سرویس خدمات آنلاین تحویل غذاست،از پهبادهای تحویل غذا در پارک صنعتی "جین شان" شانگهای استفاده می کند. پلتفرم "Eleme" شرکت چینی خدمات الکترونیک "علی بابا"(Alibaba) که سرویس خدمات آنلاین تحویل غذاست،از پهبادهای تحویل غذا در وقت،از پهبادهای تحویل در غذا در پارک صنعتی "جین شان" شانگهای استفاده می کند. ۱۷ مسیر در این پارک وجود دارد که در هر کدام از مسیرها، ۲ نقطه تحویل غذا وجود دارد. غذای مشتری برای در عرض ۲۰ دقیقه به وی تحویل داده شود که اصولاً با استفاده از خودروهای معمولی که در ترافیک می مانند، زمان بیشتری طول خواهد کشید. این شرکت معتقد است که استفاده از این پهبادهای هرنه‌های فرآیند تحویل غذا را کاهش می‌دهد و موجب افزایش پنج برابری درآمد یک‌های موجود می‌شود. احتمال دارد که استفاده از این سیستم تحویل غذا در مناطق مسکونی کارساز نباشد.

دستکش میکروب کش ساخته شد

محققان دستکش هایی تولید کرده اند که بدون استفاده از آنتی بیوتیک تا ۹۹٫۹ درصد باکتری ها را تا ۵ دقیقه پس از تماس از بین می برند. عفونت هایی که در محیط های درمانی به وجود می آیند، خطرناک به حساب می آیند. در همین راستا محققان نوعی دستکش های پزشکی ابداع کرده اند که بدون استفاده از مواد افزودنی شیمیایی، میکروب ها را از بین می برد. رچارد جیمز است میکروبیولوژی دانشگاهی ۹۹٫۹ درصد باکتری ها را تا ۵ دقیقه پس از تماس از بین بردند. این دستکش موسسه تحقیقات آنتی میکروبی Chemical Intelligence انگلیس ساخته است. به گفته محققان آنها از فناوری جدیدی به نام «مولکول فعال کشنده میکروارگانیسم» استفاده کرده اند. این مولکول به طور مستقیم در ماده به کار می رود و نیازی نیست هیچ آنتی بیوتیکی روی سطح دستکش یا با در محیط استفاده شود. این دستکش ها در تست های آزمایشگاهی ۹۹٫۹ درصد باکتری ها را تا ۵ دقیقه پس از تماس از بین بردند. این دستکش ها قرار است با هزینه کم تولید شوند تا در بیمارستان های سراسر جهان به کار روند.



علمی و سلامت

توصیه ها و هشدارها

چه کسانی در معرض ابتلا به آسم هستند؟

آسم، بیماری التهابی مزمن و غیرواگیر ریه است و تاکنون علت اصلی و دقیق آن مشخص نشده است، اما سابقه وجود یکی از انواع بیماری‌های آلرژیک مانند اگزما، آلرژی بینی، آلرژی غذایی و آسم در خانواده، احتمال بروز این بیماری را افزایش می‌دهد.

منظور از مزمن بودن آسم این است که این بیماری همیشه وجود دارد، حتی زمانی که بیمار مبتلا به آسم احساس ناخوشی ندارد. در این بیماری به دنبال واکنشی که راه‌های هوایی به عوامل محرک و حساسیت‌زا (آلرژیک) نشان می‌دهند، وقایعی مانند التهاب پوشش داخلی راه‌های هوایی، ورود زیاد ترشحات هوایی و انقباض عضلات اطراف این نقاط رخ می‌دهد. این سه عامل، موجب انسداد راه‌های هوایی می‌شوند و در نتیجه، هوای کمتری از مجاری هوایی عبور می‌کند. در ادامه، با سخت‌تر شدن عمل تنفس، علائم آسم به صورت سرفه، خس خس سینه و تنگی نفس بروز می‌کند.

علت دقیق و اصلی آسم هنوز نامشخص است ولی آنچه تا کنون روشن شده، این است که اگر در خانواده یک فرد به این بیماری مبتلا باشد و از طرفی تماس با بعضی از مواد حساسیت‌زا و محرک می‌تواند احتمال ابتلا به این بیماری را افزایش دهد. برخی افراد به دلیل تماس‌های شغلی ممکن است دچار آسم شوند؛ مانند کارگران تالابوی، چوب‌بری، رنگسازی و… همچنین ممکن است بیماری در افرادی که هیچ سابقه‌ای از آلرژی ندارند نیز رخ دهد.

کدام عوامل محیطی باعث بروز آسم می‌شوند؟

مهم‌ترین عوامل محیطی که می‌توانند سبب بروز یا تشدید آسم شوند، عبارت‌اند از: گردمه‌های گل و گیاه، عوامل حساسیت‌زای حیوانات (پر مو یا پوست)، قارچ‌ها و کپک‌ها، سوسک و انواع حشرات، دود سیگار و سایرمواد دخانی مانند قلیان و پیپ، آلودگی هوا، تغییرات آب و هوایی و به خصوص هوای سرد وخشک، بوهایی تند مانند رایحه عطر و ادوکلن، آلاینده‌های شیمیایی مانند شوینده‌ها و حشره‌کش‌ها، تغییرات هیجانی شدید مانند گریه و خنده شدید، غم و شادی مغرط، استرس، عفونت‌های ویروسی مانند سرماخوردگی و آنفلوآنزا، ورزش و فعالیت فیزیکی، داروهایی مانند اسپرین و برخی مسکن‌ها، مواد افزودنی غذاها و حساسیت‌های غذایی به ویژه در کودکان، عدم تغذیه با شیر مادر، کمبود ویتامین دی و همچنین چاقی.

سرفه یکی از شایع‌ترین علائم آسم است؛ سرفه بیماران مبتلا به آسم معمولاً در اواخر شب و اوایل صبح تشدید می‌شود و خواب آنها را مختل می‌کند. این سرفه‌ها ممکن است تک تک یا حملهای باشند ولی معمولاً برای مدتی نسبتاً طولانی ادامه پیدا می‌کنند. در هر صورت اگر این سرفه‌ها بیشتر از چهار هفته طول بکشند، باید بیمار را برای بررسی از نظر آسم به پزشک متخصص ارجاع داد. خس خس کردن نیز یکی دیگر از علائم این بیماری است؛ خس خس نوعی صدای زیر است که هنگام تنفس (معمولاً در بازدم) شنیده می‌شود. خس خس سینه را باید از خرخر که نوعی صدای بم است و معمولاً در هنگام دم شنیده می‌شود، متمایز کرد.

خس خس عودکننده نیز از علائمی است که باید در صورت مشاهده آن، به بیماری آسم مشکوک شد و بیمار را به پزشک متخصص ارجاع داد. در تنفس طبیعی، عمل دم و بازدم به راحتی و بدون احساس فشار یا کمبود هوا صورت می‌گیرد، اگر بیمار دچار اختلال تنفس به صورت تنگی نفس شود، باید به آن به عنوان یکی از علائم هشداردهنده توجه کرد و به آسم مشکوک شد و بیمار را برای بررسی بیشتر، به پزشک ارجاع داد. البته همه بیماران علامت بالا را به طور کامل ندارند و شدت و میزان آنها در حالت‌های مختلف بیماری یک بیمار (به ویژه در هنگام حمله آسم) متفاوت است. همچنین ممکن است در بعضی از افراد، بیماری را به طور همزمان با سایر اختلالات آلرژیک مانند آلرژی بینی با علائمی مانند عطسه مکرر، خارش، آبریزش و گرفتگی بینی یا اگزما با علائمی مانند ضایعات پوستی خارش‌دار دیده شود.

حمله آسم چیست؟
وقتی شدت علائم آسم از حد معمول بیشتر شود، به آن حمله آسم گفته می‌شود. حمله‌های آسم معمولاً شدت متفاوتی دارند. بعضی از آنها گاهی آنقدر شدید می‌شوند که حتی می‌توانند منجر به مرگ بیمار باشند. اما بیشتر حمله‌های آسم از چنین شدتی برخوردار نیستند. در هر صورت، علائم حمله شدید آسم عبارت‌اند از: تنگی نفس شدید و تنفس سطحی و سریع، عرق سرد، خس خس پی‌درپی، انسداد از عضلات تنفسی قرعی که نشانده‌ان کشیده شدن پوست قفسه سینه و عضلات بین دنده‌ای به درون قفسه سینه است. توانایی در بیان یک جمله و افت سطح هوشیاری نیز بخش دیگری از نشانه‌هاست.

کنترل در زمان آسم

آسم بیماری مزمنی است که تا کنون راه حلی برای ریشه‌کن کردن آن پیدا نشده، اما این بیماری را می‌توان به شکلی درمان و کنترل کرد که از بروز علائم و حمله‌های آن پیشگیری شود. در صورت کنترل بیماری آسم می‌توان از زندگی مطلوبی برخوردار بود، اما باید دانست که درواها تنها راه کنترل آسم نیستند، بلکه پرهیز از عوامل محرکی که سبب التهاب مجاری هوایی و تشدید آسم می‌شوند، بسیار اهمیت دارند.

یکی از اصول اولیه کنترل آسم، انجام اقدامات پیشگیرانه است. مهم‌ترین اقدامات پیشگیرانه برای کنترل آسم شامل این موارد هستند: برای مقابله با مایت (موجوداتی میکروسکوپی هستند که با چشم غیرمسلح نمی‌توانیم آنها را ببینیم) موجود در گردو خاک خانه‌ها باید بالش‌ها و تشک‌ها در پوشش‌های غیرقابل نفوذ مثل پوشش پلاستیکی پیچیده شوند. تمام ملحفه‌ها هفته‌ای یکبار در داغ ۶۰ درجه سانتیگراد شسته و در آفتاب خشک شوند.

در صورت امکان نباید از قالی به عنوان کفپوش استفاده کرد و وسایل فراوان مانند اسباب بازی، کتاب و مبلمان نیز نباید در داخل اتاق کودک نگهداری شوند. سطح رطوبت خانه باید کاهش یابد و هنگام نظافت منزل نیز بهتر است فرد مبتلا به آسم در منزل نباشد. باید از نگهداری حیوانات خانگی در محیط داخل منزل خودداری شود و به هیچ وجه اجازه ورود حیوانات دست آموز مانند گربه و سگ به رختخواب داده نشود. از به کار بردن بالش یا تشک حاوی پر، پشم و کرک نیز باید اجتناب شود. سوسک نیز یکی از عوامل حساسیت‌زا است که باید با روش‌های مناسب برای دفع آن از محل کار و زندگی تلاش کرد.

باید از مصرف دخانیات یا قرار گرفتن در معرض دود سیگار سایر افراد خودداری شود. همچنین اجازه سیگار کشیدن در خانه یا فضاهای بسته نباید به دیگران داده شود. هنگام آلودگی شدید هوا باید از خروج از منزل و ورزش در فضای آزاد اجتناب کرد. به منظور پیشگیری از آلودگی هوای داخل منزل نیز باید از مصرف سوخت‌های بیولوژیک مانند چوب، فضولات و زباله خودداری کرد. تغذیه انحصاری با شیر مادر، بخصوص در شش ماه اول زندگی، خطر بروز آلرژی و آسم را کاهش می‌دهد؛ به همین دلیل برای پیشگیری از آسم بهتر است از شیرخشک استفاده نشود.

طبق اعلام دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت، بعضی از بیماران مبتلا به آسم به بوهایی تند مثل بول رنگ و اسبری مو، عطر و ادوکلن، سفیدکننده‌ها و جوهر نمک واکنش نشان می‌دهند. از این عوامل محرک نیز باید اجتناب شود.
گروه‌های گاهی موجود در فضا غالباً باعث ایجاد آسم و آلرژی فصلی می‌شوند. درختانی مثل نارون، کاج، سیدپار و عوفه هرز در فصول مختلف سال، مشکل‌ساز هستند. در فصل‌های کرده افشانی باید با بستن در و پنجره از نفوذ گرده‌ها به اتاق جلوگیری کرد. رطوبت و گرما سبب رشد قارچ‌ها و کپک‌ها می‌شوند. کپک‌ها و قارچ‌ها از عوامل حساسیت‌زا در فضاهای بسته به شمار می‌روند؛ به همین دلیل باید از منابع تکثیر قارچ مثل جاهای مرطوب اجتناب کرد و محل‌های مرطوب مانند حمام و زیرزمین را به طور مکرر و منظم تمیز کرد.

تحقیق جدید نشان می‌دهد:

مصرف ماهی موجب افزایش قدرت باروری می شود



نتایج یک تحقیق جدید نشان می‌دهد افزودن غذاهای دریایی به رژیم غذایی می‌تواند به افزایش قوه باروری افراد کمک کند.

به گزارش مهر، این مطالعه رابطه علّی و معلولی مصرف ماهی با افزایش قوه باروری را اثبات نمی‌کند. اما نشان می‌دهد زوجینی که ماهی بیشتری در طول هفته مصرف می‌کردند احتمال بارداری شان در طول مطالعه بیشتر بود. «لودری گاسکینز»، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه هاروارد، در این باره می‌گوید: «نتایج مطالعه ما نشان می‌دهد غذای دریایی می‌تواند دارای فواید زیادی در زمینه باروری از جمله کوتاه تر شدن مدت زمان باردار شدن شود». در این مطالعه، محققان وضعیت ۵۰۰ زوج را به مدت یک سال تحت نظر داشتند. تمامی شرکت کنندگان قصد بارداری داشتند. تمامی زوجین میزان مصرف غذای دریایی شان را نیز گزارش کرده بودند. نتایج نشان داد ۹۲ درصد زوجینی که بیش از دو بار در هفته غذای دریایی می‌خوردند تا پایان مطالعه باردار شده بودند، حال آنکه ۷۹ درصد زوجینی که غذای دریایی کمتر مصرف می‌کردند تا پایان مطالعه باردار شده بودند. این مطالعه بیلگنر این مطلب است که مصرف غذای دریایی می‌تواند بر کیفیت اسپرم، تخمک گذاری با کیفیت جنین تأثیر گذارد. گاسکینز در ادامه می‌افزاید: «نتایج ما تأکید دارد که نه تنها رژیم غذایی زن، بلکه رژیم غذایی مرد هم در زمان بارداری اهمیت دارد و برای افزایش قدرت باروری، هر یک از زوجین باید ماهی و غذای دریایی را در رژیم غذایی خود بگنجانند.» ماهی سرشار از پروتئین و سایر مواد مغذی ای است که برای زنان باردار و زنانی که قصد بارداری دارند سودمند است.



نتایج یک مطالعه جدید نشان می‌دهد کلاس‌های گرم، عملکرد کودکان را در امتحانات کاهش می‌دهند.

به گزارش ایسنا به نقل از تلگراف، تحقیقات محققان دانشگاه هاروارد نشان می‌دهد بین

به مناسبت ۱۷ ماه رمضان سالروز تاسیس مسجد مقدس جمکران؛

مسجد جمکران میعادگاه عاشقان حضرت مهدی (عج)



۱۷ رمضان سال ۱۳۷۳ هجری قمری به دستور حضرت صاحب الامر(عج)

مسجد مقدس جمکران بنا شد و امروز این مسجد مهم ترین پایگاه شیعیان شیفته و عاشقان دل سوخته حضرت مهدی(عج) است.

مهم‌ترین پایگاه شیعیان شیفته و عاشقان دل‌سوخته حضرت بقیه‌الله، ارواحنا فداء، مسجد مقدس جمکران، در ۶ کیلومتری شهر مذهبی قم است. مطابق آمار، همه‌ساله، بیش از پانزده میلیون عاشقِ دل‌پاخته، از سرتاسر مهن اسلامی جهان، در این پایگاه معنوی، گرد می‌آیند، نماز تحیت مسجد و نماز حضرت صاحب‌الزمان(عج) را در این مکان مقدس به جای می‌آورند، با امام غایب از اِیصار و حاضر در امصار و ناظر بر کردار، را در دل می‌گویند، استغاثه می‌کنند، ندای «یا بن الحسن» را سر می‌دهند، از مشکات مادی و معنوی خود سخن می‌گویند، با دلی‌خون‌بار، از طولانی شدن دوران غیبت، شکوه‌ها می‌کنند.

۱۷ رمضان سال۱۳۷۳ هجری قمری به دستور حضرت صاحب‌الامر(عج) مسجد مقدس جمکران بنا شد، آنچه مسلم است، این است که این مسجد بیش از یک هزار سال پیش به فرمان حضرت بقیه الله، ارواحنا فداء، تأسیس شد و در طول قرون و اعصار، پناهگاه شیعیان و پایگاه منتظران و تجلی‌گاه حضرت صاحب‌الزمان (عج) بوده است.

ساخت بنای مسجد مقدس جمکران بنا به نقل عالم معاصر محدث نوری به فردی به نام «شیخ حسن بن مثله جمکرانی» مربوط می‌شود. مرحوم میرزا حسین نوری در کتاب نجم الثاقب درباره تاریخچه تأسیس مسجد جمکران چنین می‌نویسد: شیخ فاضل حسن بن حسن ققی، معاصر شیخ صدوق، در کتاب تاریخ قم از کتاب مؤنس الحزین فی معرفة الحق و البیقین (از تألیفات شیخ صدوق) بنای مسجد جمکران را به این عبارت نقل کرده‌است: شیخ عقیف صالح حسن بن مثله جمکرانی می‌گوید: من شب سه‌شنبه، ۱۷ ماه مبارک رمضان سال ۳۹۲ از خانه خود خوابیده بودم که ناگاه جماعتی از مردم به در خانه من آمدند و مرا از خواب بیدار کردند و گفتند: برخیز و مولای خود، مهدی را اجابت کن که تو را طلب نموده است.

آنها مرا به محلی که اکنون مسجد جمکران است آوردند، چون نیک نگاه کردم، تختی دیدم که فرشتی نیکو بر آن تخت گسترده شده، جوانی سی ساله بر آن تخت تکیه بر بالش کرده و پیرمردی هم نزد او نشسته است، آن پیر، خضر نبی(ع) بود که مرا امر به نشستن نمود، حضرت مهدی(عج) مرا به نام خودم خواند و فرمود: «برو به حسن مسلم (که در این زمین کشاورزی می‌کند)

معاون هماهنگی امور زائران استاندارد قم با تأکید بر حداکثر بهره‌مندی از ظرفیت‌های گردشگری قم و استان‌های همجوار کشور، این استان سالانه میزان ۲۵ میلیون زائر و گردشگر از اقصی نقاط کشور و جهان است.

یونس عالی پور عصر چهارشنبه در چهارمین همایش توسعه گردشگری قم و استان های مرکزی و اصفهان در هتل پارسیایی قم، این آموداری کرد که از ظرفیت های حضور زائران در این استان استفاده کامل شود.

وی ادامه داد با اشاره به برگزاری هفته فرهنگی و اقتصادی قم در منطقه لبنان گفت: طی روزهای ۱۹ تا ۲۵ اردیبهشت ماه سال جاری این برنامه اجرا و حوزه فرهنگی اقتصادی استان نیز کارتابرخی و ماندگاری را ارائه داد که مورد استقبال بی نظیر لبنانی ها قار گرفت. وی گفت با توجه به علاقه مردم و شیعیان لبنان به شهر قم و حرم حضرت معصومه (س) این کشور از بهترین و مناسب ترین بازارهای گردشگری قم و استان های مرکزی و اصفهان به شمار می رود.

عالی پور با بیان اینکه سه استان یاد شده باید با یکدیگر در جنب بیش از پیش توریست و گردشگر همکاری داشته باشند، افزود: برای قم به قدر مهمی باید این باور در آنها ایجاد شود که بهترین خدمات را دریافت کرده اند.

وی گفت: همچنین یک میلیون و ۷۰۰ هزار زائر عراقی نیز وارد قم می شوند، و از آنجا که با برخی از کشورهای اشتراک های فرهنگی و مذهبی ویژه ای داریم، جذب آنها با توجه به شرایطی خاص اقتصادی منطقه نیازمند برنامه ریزی مفصل و مطلوبی است.

معاون استاندار قم، نبیون یک کاتال رسمی و معتبر برای عزیمت زائران عراقی به قم را فقدان ایسلی در حوزه گردشگری مذهبی عنوان کرد، و افزود با توجه به قرابت و خویشاوندی عراقی های ساکن قم با زائران عراقی این موضوع باعث شده که آنان از طریق کاتال های ارتباطی مختلف به این استان سفر کنند.

وی با بیان اینکه به منظور جلوگیری از سفر زائران مذکور از طریق کاتال های غیر رسمی شرکت ها و آژانس های مسافرتی راه اندازی و ثبت شدند، گفت: با حال تعداد زائر اولی ها و کسانی که به شکل

آیت الله اعرافی در خطبه های نماز جمعه قم:

مذاکرات باید هوشمندانه باشد

خطیب جمعه قم با اشاره به ملاکرات ایران با کشورهای روپایی پس از خروج آمریکا از برجام گفت: در مذاکرات باید هوشمندانه حرکت کرد و بدون نشان دادن ضعف اقتدار خود را نشان دهیم.

آیت الله علیرضا اعرافی در خطبه های نماز جمعه این هفته شهر مقدس قم افزود: رهبر معظم انقلاب اسلامی در کنار تبیین شرایط برای ادامه مذاکرات بر این نکته تأکید کردند که باید از موضع افعال بیرون آمده،فعل شویم و موارد نقض حقوق بشر از سوی آمریکا و توجه های او را غیرهست و قاطعه‌ه دنبال کنیم.وی ادامه داد:دراین راستا به فضل الهی مردم ایران بر همه این توطئه‌ها غلبه خواهد کرد. وی درمبحث دیگری از سخنان خود ،باور به پیششازي انقلاب اسلامی و سردادن فرياد شجاعانه در برابر ظالمان را مورد توجه قرار داد و گفت:ان شالله در روز قدس ملت ما نشان خواهد داد که شجاع،قاطع، در میدان و در کنار رهبری استوار ایستاده است و فرياد مرگ بر امريکا هرگز خاموش نشود.
همنی نیست، مدبر حربه های علمبر در بخش دیگر سخنان خود، با اشاره به شرایط جدید کشور اظهار کرد: طرchi که امروز برای مهار انقلاب اسلامی و ملت رشيد و بزرگ ايران در دست انجام است، هرگز طرح جدیدی نیست که ترامپ آورده باشد.وی گفت: این طرح مدون امريکايی هاست که در چند محور دنبال می شود و مهم ترين محور آن جنگ تمام عيار اقتصادی برای کاهش ارزش پول ملی، کاهش درآمدها،افزايش هزینه ها، گرانی اجناس و تعطیلی مشاغل و صنایع می باشد.

اعراقی گفت: این یک بحث عادی نیست نقشه طراحی شده ای است که امريکايی ها به صراحت اعلام می کنند که به دنبال آن هستند و هدف آنان این می باشد که زندگی مردم را سخت کنند تا آنان در مقابل نظام اسلامی بایستند. وی با اشاره به این که رهبرمعظم انقلاب در دیدار مسئولان نظام تضعیف موفقه های قدرت مردم و انقلاب اسلامی را تبیین کردند، گفت: تضعیف اقتصاد جمهوری اسلامی، تضعیف اعتماد مردم به نظام اسلامی و کاهش نفوذ منطقه ای و بین المللی ایران از جمله دیگر هدف های دشمن است. اعرافی با بیان این که دشمنان همه ایزها را به کار گرفته اند که قدرت منطقه ای ایران را کاهش دهند، افزود: صنایع دفاعی جمهوری اسلامی که بازدارنده است را هدف قرار داده اند، آنها به دنبال این هستند که تمام ارکان قدرت ما در بخش نظامی، امنیتی، اقتصادی و اجتماعی از میان بردارند. وی با اشاره به این که ملت باید بداند که وسط کارلاری بزرگ است، بیان کرد: آنها می خواهند مذاکرات را فراسیاسی کنند و قدم به قدم جلو بیايند، آنها قصد دارند عناصر قدرت را از طریق مذاکرات از میان بردارند، ما باید وحدت و هم افزایی را زیر سایه رهبری و ولایت فقيه افزايش بدهيم. اعرافی با بیان این که ملت بزرگ ايران دين و دنيای خود را با رشادت حفظ کرده است، گفت: اقتصاد مقاومتی امری است که باید در صدر برنامه ها قرار گیرد، با اهتمام بیشتر مسئولان می توان بسیاری از گر ه ها را ریز کرد، در شرایط کنونی به عزم قوی تری نیاز است و ملت این مساله را از دلوتمن را مطالبه می کند.

بگو، این زمین شريفی است و حق تعالی آن را از زمین‌های ديگر برگزيده است و ديگر نبايد در آن کشاورزی کنده. عرض کردم: يا سیدی و مولای! لازم است که من دليل و نشانه‌ای داشته باشم و گر نه مردم حرف مرا قبول نمی‌کنند.

فرمود: «برو تو و آن رسالت را انجام بده، ما نشانه‌هایی برای آن قرار می‌دهيم و همچنین نزد سيد ابوالحسن (یکی از علمای قم) برو و به او بگو حسن مسلم را احضار کند و سود چندساله را که از زمین به دست آورده است، وصول کند و با آن پول در این زمین مسجدی بنا نمايد، به مردم بگو به این مکان رغبت کنند و آن را عزیز دارند و چهار رکعت نماز در آن گزارند».

آنگاه امام فرمودند: «هر که این دو رکعت نماز را در این مکان (مسجد جمکران) بخواند مانند آن است که دو رکعت نماز در کعبه خوانده باشد».

چون به راه افتادم، چند قدمی هنوز نرفته بودم که دوباره مرا بازخواندند و فرمودند: بزی در گله جعفر کاشانی است، آن را خریداری کن و بدین مکان آور و آن را قربانی کن و بین بیماران انفاق کن، هر بیمار و مریضی که از گوشت آن بخورد، فقر تعالی او را شفا دهد.

حسن بن مثله جمکرانی می‌گوید: من به خانه بازگشتم و تمام شب را در اندیشه بودم تا اینکه نماز صبح را خوانده و به سراغ علی المنذر رفتم و ماجرای شب گذشته را برای او نقل کردم و با او به همان مکان شب گذشته رفتم و در آنجا زنجیرهایی را دیدیم که طلیق فرموده امام حدود بنای مسجد را نشان می‌داد.

سپس به قم نزد سيد ابوالحسن رضا رفتم و چون به در خانه او رسیديم، خادم او گفت: آیا تو از جمکران هستی؟ به او گفتم: بلی! خادم گفت: سيد از سحر در انتظار تو است. آنگاه به درون خانه رفتم و سيد مرا گرمی داشت و گفت: ای حسن بن مثله من در خواب بودم که شخصی به من گفت: «حسن بن مثله، از جمکران نزد تو می‌آید، هر چه او گوید، تصدیق کن و به قول او اعتماد نما که سخن او سخن ماست و قول او را رد نکن».

از هنگام بیدار شدن تا این ساعت منتظر تو بودم، آنگاه من ماجرای شب گذشته را برای وی تعريف کردم، سيد باافلاصه فرمود تا اسبها را زین نهند و بیرون آورند و سوار شديم، چون به نزدیک روستای جمکران رسیديم، گله جعفر کاشانی را دیديم، آن بز از پس همه گوسفندان می‌آمد، چون به میان گله رفتم، همين که بر ما ديد به طرف من دوید، جعفر سوگند یاد کرد که این بز در گله من نبوده و تاکنون آن را ندیده بودم، بعد هر حال آن بز را به محل مسجد

آورده و آن را ذبح کرده و هر بیماری که گوشت آن تناول کرد، با عنایت خداوند تبارک و تعالی و حضرت بقیه‌الله ارواحنا فداء شفا یافت.

ابوالحسن رضا، حسن مسلم را احضار کرده و منافع زمین را از او گرفت و مسجد جمکران را بنا کرد و آن را با جوب پوشانید؛ سپس زنجیرها و میخ‌ها را با خود به قم برد و در خانه خود گذاشت، هر بیمار و دردمندی که خود را به آن زنجیرها می‌مالید، خدا او را شفای عاجل [سریع] می‌فرمود، پس از فوت سيد ابوالحسن، آن زنجیرها ناپدید شد و ديگر کسی آن‌ها را ندید.

بزرگان دینی و توجه به مسجد جمکران

بزرگان دینی همیشه توجه خاصی به مسجد مقدس جمکران داشتند و امروزه نیز مراجع عظام تقلید به این مکان توجه زیادی دارند و مردم را به حضور در این مکان ترغیب می‌کنند. چنانکه امام خمینی(ره) در مورد مسجد مقدس جمکران چنین فرموده‌اند: «با توجه به اینکه مسجد مقدس جمکران یادگاری عظیم از حضرت ولی عصر(ع) بوده و آن سرور امر به ساختن مسجد و توجه شیعیان به آن نموده‌اند طبق روایت مرحوم شیخ صدوق (ره) بنابراین وقف عام محسوب شده و امر تولیت آن با حاکم شرع بوده و اداره آن زیر نظر حاکم شرع با هيئتى از عدول مؤمنين و نقات مطلع امين و علاقه‌مند به آن جناب(ع) باید باشد».

و هم‌چنین مقام معظم رهبری می‌فرمایند: «نماز شب خواندن، نافله خواندن، دعا خواندن، ذکر گفتن، متوجه خدا بودن، زیارت رفتن، توسل کردن و به مسجد جمکران رفتن، سازنده است؛ این‌ها شما را پولادین خواهد کرد»

مسجد جمکران منشأ برکات فراوانی است

حجت الاسلام سيد احمد واعظ موسوی در این زمینه در گفتگو با خبرنگار مهر، اظهار کرد: دین مبین اسلام برای مرکزیت بخشیدن به امر اجتماعی مکانی به نام مسجد تعريف کرده که محل سجده و جایگاه پرستش و عبادت خداوند است.

وی ادامه داد: از آغازین روزهای ورود پیامبر به مدینه، مسجدالنبی بنا شد و ایشان اقدام به ساخت مسجد قبا نمودند که الگویی برای همه مسلمانان شد که هر جا چند خانواده مسلمان زندگی کنند مسجدی می‌سازند تا همه مسائل اخلاقی، اجتماعی و اعتقادات را در آنجا حل و فصل کنند.

وی با بیان اینکه مسجد مقدس جمکران تاکنون منشأ آثار و برکات فراوانی بوده، تصریح کرد: انوار مهدوی از این مسجد تابش کرده و عاشقان و دلباختگان برای ارتباط با امام زمان(عج) از ایران و حتی کشورهای دیگر به این مسجد آمده و با حضور پر رنگ و معنوی خویش درصدد رهنمون گرفتن و ایجاد ارتباط با حضرت ولی عصر(عج) هستند.

حجت الاسلام واعظ موسوی عنوان کرد: با توجه به توسعه مکان و فضای این مسجد مقدس جمکران باید کارهای فرهنگی و معنوی در خور و شایسته‌ای در این مسجد انجام شود.وی اضافه کرد: باید اطلاعات خوب از این مکان معنوی در اختیار مشتاقان قرار گیرد تا به‌عنوان یک مرکز فرهنگی و اعتقادی بتواند نقش خود را در نهادینه کردن فرهنگ انتظار ایفا کند.

مسجد جمکران قدمگاه امام زمان (عج) است

حجت الاسلام شاهرضا شامیانی نیز با اشاره به فضیلت نماز در مسجد مقدس جمکران، اظهار کرد: امام مهدی(عج) فرمودند: هر کس دو رکعت نماز صاحب الزمان را در مسجد جمکران بخواند، مانند آن است که دو رکعت نماز در کعبه خوانده باشد.

این مقام مسئول درمسجد مقدس جمکران ادامه داد: مسجد مقدس جمکران این مقام مسجد سهله و کوفه اعمال خاص دارد و مردم چون که می‌خواهند این نوعی را نصیب خود کنند، به این مکان مقدس می‌آیند.

وی با بیان اینکه حس و حالی که مردم برای ورود به این مکان دارند مربوط به امام زمان(عج) است، عنوان کرد: اینجا علاوه بر اینکه یک مسجد است و محل عبادت، قدمگاه امام زمان(عج) است و در کتب تاریخی قدیمی آمده است و این مسجد را متمایز کرده است.

حجت الاسلام شاهرینی ادامه داد: اساس کار مسجد جمکران در بحث تبلیغات مباحث مذهبیت است و مردم هم تمایل دارند که در این زمینه اطلاعاتی کسب کنند؛ بنابراین اساتید حوزه علمیه در بخش خوارهان و نادران به عنوان کارشناسان تخصصی مذهبیت جایگزوی سئوال‌ات و شبهات مردم هست

اخبار

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم مطرح کرد

هدف گذاری ۲۵۲ میلیون دلاری برای بخش صادرات غیر نفتی

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان قم گفت:میزان صادرات دومאה سال جاری نسبت به سال قبل، هم از نظر حجم و هم از نظر ارزش مالی رشد دارد و بر اساس هدفگذاری های صورت گرفته میزان صادرات استان ۲۰ درصدنسبت به سال قبل افزایش داشته است.، محمود سیجانی در دومین جلسه کار گروه توسعه صادرات استان قم اظهارداشت :میزان صادرات قم در سال گذشته تنها از طریق گمرکات استان ۲۱۰ میلیون دلار بوده است که این رقم با احتساب کالاهایی که در قم تولید اما از گمرکات سایر استان های کشور، صادر شدند و با حجم صادرات آنها در سامانه های گمرکی به ثبت نرسیده است در حدود ۴۰۰ میلیون دلار برآورد می شود.

وی ادامه داد: ۲۰ درصدصادرات فرش کشور متعلق به قم بوده و مبلغ ریالی صادرات استان در سال گذشته ۸۰ میلیون دلار بوده است. متاسفانه این کالا از طریق گمرکات استان صادر نمی شود و رقم آن در سامانه های گمرکی به ثبت نمی رسد.

سیجانی همچنین با اشاره به کمک های دولت برای ایجاد نمایشگاه های کالای ایرانی در بازار کشورهای هدف صادراتی گفت: برای این منظور در زمینه ساخت نمایشگاه ۵۰ درصد و در زمینه برگزاری نمایشگاه های صادراتی در سایر کشورهای جهان ۳۰ درصد کل هزینه ها توسط حمایت های دولتی تامین می شود.

وی بیان کرد: مشوق های درنظر گرفته شده برای توسعه صادرات کالاهای تولید شده در داخل کشور تنها در این زمینه هزینه خواهد شد و صادرکنندگان می توانند از جواز و مشوق های صادراتی در نظر گرفته شده استفاده کنند. وی با اشاره به برنامه ریزی های صورت گرفته برای برگزاری نمایشگاه های کالاهای ساخت داخل در قم، ادامه داد: در سال جاری برگزاری ۳۰ نمایشگاه عرضه کالای ایرانی در سطح استان پیش بینی شده است که روند اجرایی آن بر اساس مدت تعیین شده در دست اقدام است.

سیجانی با اشاره به تحقق ۱۳ درصدی برنامه صادرات استان در سال ۹۷ تاکنون، گفت: صادرات قم در سال جاری نسبت به مدت مشابه سال قبل در بخش مواد فلزی، کفش، مواد سوختی، المینیوم، مواد شیمیایی و لبنیات افزایش و در بخش های لاستیک و پلاستیک، غلات و چسب کاهش داشته است.

وی بیان کرد:کشورهای عراق، افغانستان، امارات، پاکستان، ترکیه و ازبکستان عمده کشورهای هدف صادراتی کالای های تولید شده در استان قم هستند. وی با اشاره به مثبت شدن نرخ تجارتی کشور ادامه داد: در بخش واردات نیز تلاش شده است، از حجم کالاهای مصرفی کشته و بیشتر کالاهای سرمایه ای و راهبردی از کشورهای همچون ایتالیا،فرانسه، کره و آلمان وارد استان شود.

آیت‌الله سید محمد سعیدی تأکید کرد

ضرورت ساماندهی جلسات قرآنی و انتقال تجربیات به نسل امروز

تولیت آستان مقدس کریمه اهل بیت(س) گفت: بسیاری از نیروهای انقلاب محصول جلسات قرآنی هستند که به برکت آنها اسلامی تشکیلی می‌شوند.

آیت‌الله سید محمد سعیدی در جلسه شورای توسعه فرهنگ قرآنی قم که در سالن محراب حرم مطهر برگزار شد، ترویج دین اسلام را از اهداف و بایسته‌های برگزاری چنین جلساتی دانست و افزود: ما باید بتوانیم گسترش سبک فضائل اخلاقی را در برتو این جلسات داشته‌باشیم.

وی به دیگر دیدگاه‌ها در برگزاری جلسات شورای توسعه قرآنی اشاره کرد و ادامه داد: باید بتوانیم در مسیر بسترسازی و کاربردی کردن نتایج حاصل از تلاش‌های قرآنی در سطح استان گام‌های مؤثر و تأثیرگذاری برداریم.امام جمعه قم مبلغ و چهره قرآنی بون مقام معظم رهبری را فرصت خوبی برای توسعه کثیف و کمی فعالیت‌های قرآنی دانست و خاطر نشان کرد: با توجه به فرصت‌های موجود در راستای ترویج آموزه‌های دینی و قرآنی، باید تلاش همه‌جانبه‌ای را در این راستا در پیش بگیریم و در این مسیر کارسازي کنیم.

وی تصریح کرد: بسیاری از نیروهای انقلاب محصول جلسات قرآنی هستند که به برکت انقلاب اسلامی تشکیلی می‌شوند و اکنون که باگذشت چهار دهه این نظام اسلامی تثبیت شده است، مردم انتظار دارند که این جریان همچنان ادامه داشته باشد. آیت‌الله سعیدی ضرورت ساماندهی جلسات قرآنی و انتقال تجربیات به نسل امروز را مورد توجه قرار داد و عنوان کرد: اگر این کار صورت گیرد، جلسات شورای توسعه قرآنی جلسای کاربردی و موردنظر مقام معظم رهبری خواهد بود. وی ابراز کرد: اعتقاد ما این است که وقتی رهبر معظم انقلاب از این جلسات رضایت داشته باشند قطعاً ولی عصر(عج) نیز رضایت خواهد داشت.

آموزش قرآن مقدمه‌ای برای عمل به تعالیم الهی است

مدیر کل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری قم نیز با اشاره به فعالیت‌های مطلوب قرآنی در مساجد، دانشگاه‌ها و مدارس استان، اظهار داشت: امیدواریم این فعالیت‌ها منجر به افزایش توسعه فرهنگ قرآنی در ذهن و روح مردم شود.

عطاءالدین قاسمی، افزود: با توجه به اینکه هدف از برگزاری جلسه شورای توسعه فرهنگ قرآنی ترویج و تبلیغ قرآن و عزت و در حوزه‌های مختلف است، در راستای این هدف باید فعالیت‌های مناسب و مطلوبی داشته باشیم. وی تصریح کرد: متأسفانه در استان در حوزه‌های مختلف موازی کاری وجود دارد؛ به‌نوعی آموزش‌ها در حوزه‌های مختلف به‌بخش‌های گوناگون داده می‌شود اما مالدوم و ادامه‌دار نیست. مدیر کل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری قم آموزش قرآن را مقدمه‌ای برای عمل به قرآن دانست و خاطر نشان کرد: برگزاری جلسه شورای توسعه فرهنگ قرآنی باید به‌سوی فرهنگ‌سازی قرآنی در استان حرکت کند. وی با بیان اینکه فعالیت‌های قرآنی باید تقویت شود، ابراز کرد: عنوان توسعه شورای فرهنگ توسعه قرآنی باید به گسترش و توسعه فعالیت‌های قرآنی تغییر یابد تا نتیجه آن مطلوب‌تر شود.

استاندار قم:

شهر هوشمند، بدون فرهنگ‌سازی محقق نمی‌شود

استاندار قم گفت: بدون فرهنگ‌سازی شهر هوشمند در قم محقق نمی‌شود پس از تحقق این امر باید راهکار ها را پیدا کنیم و در حوزه کسانی است که تصمیم‌گیر و سیاست‌گذار در حوزه مخاطبین و کاربران یعنی مردم هستند.

سید مهدی صافقی ، با تأکید بر لزوم هوشمندسازی شهر قم، گفت: این یک امر مهم و اجتناب ناپذیر است و این موضوع ابعاد مختلفی دارد که باید بررسی شود تا نحوه اجرای آن که بسیار مهم است، مشخص شود.

وی ادامه داد: برای رسیدن به نتیجه مطلوب مورد نظر در زمینه شهر هوشمند باید کارهای کارشناسی دقیق انجام شود و کسانی که در این رابطه تصمیم‌گیری می‌کنند باید اشراف کلل اطلاعاتی داشته باشند.

استاندار قم یکی از مهمترین لازمه های تحقق شهر هوشمند را فرهنگ سازی دانست و بیان کرد: پس از تحقق این امر باید راهکارها را پیدا کنیم و این در حوزه کسانی است که تصمیم‌گیر و سیاست‌گذار در حوزه مخاطبین و کاربران یعنی مردم هستند.

وی افزود: اگر این فرهنگ سازی انجام نشود، هوشمند سازی شهر قم محقق پیدا نخواهد کرد و حتماً سیاست انتقال کاربر به عنوان یک اولویت باشد و عنوان مثال وقتی من می‌خواهم از شهر هوشمند استفاده کنم ارتباط رازم‌ای می‌توانم برقرار کنم که احساس انتخاب کنم. صافقی عنوان کرد: انتقال فقط مدای نیست یعنی صرفه جویی در وقت کاری، و … را نیز شامل می‌شود، رسیدن به شهر هوشمند طبق چشم انداز ۱۴۰۴ یا پسند ۱۴۱۴ امری غیر قابل پیش بینی است اما بستگی به این دارد که چگونه کار را به صورت اساسی برنامه ریزی، شروع و فرهنگ سازی کنیم.

استاندار قم با بیان این که بخشی از اقدامات جهت هوشمند سازی استان آغاز شده است، خاطر نشان کرد: مردان ارشد شهری به این باور رسیدند که باید به این سمت حرکت کرد که این نکته مهم است و باید توجه داشت که باید ابزارهای لازم را برای فرهنگ سازی در جهت هوشمندسازی شهر قم فراهم کنیم و به تمام ابعاد مختلف آن توجه کنیم تا این امر تحقق پیدا کند.

فرمانده انتظامی استان قم:

تخلی به اخلاق و معارف قرآنی سبب کاهش آسیب های اجتماعی می شود

فرمانده انتظامی استان قم گفت: هر قدر به اخلاق و معارف قرآنی تخلی پیدا کنیم و نزدیک تر شویم و ارتباط بیشتر برقرار کنیم، آسیب های اجتماعی و اخلاقی و مشکلاتی که در جامعه مردم را رنج می دهد، کاهش می یابد.

سردار کاظم محتجبایی در دیدار با رشتمین نمایشگاه قرآن و عزت‌الظاهر داشت: برگزاری نمایشگاه های قرآنی می تواند در گسترش مفاهیم قرآنی و هنجارهای اخلاقی هر چه بیشتر با آوازی های که در چاپ و تفسیر قرآن انجام شده است، به مردم کمک کند.

وی افزود: این نمایشگاه موضوعات جدید قرآنی را به مردم معرفی می کند و می تواند برای جذب و جلب مخاطبان و گسترش مفاهیم قرآنی و اخلاقی و مشکلاتی که در جامعه

سردار محتجبایی ادامه داد: دوری از قرآن یکی از مشکلات جامعه ماست و هر چقدر از قرآن هرچه فاصله بگیریم، آسیب‌های اجتماعی را بیشتر حس می کنیم. فرمانده انتظامی استان بیان اضافه کرد: هر چقدر به قرآن تخلی پیدا کنیم و نزدیک تر شویم و ارتباط بیشتر برقرار کنیم، آسیب های اجتماعی و اخلاقی و مشکلاتی که در جامعه مردم را رنج می دهد، کاهش می یابد.

استاندار محتجبایی بیان داشت: قرآن کریم غیر از این که معجزه پیامبر عظیم الشان اسلام است، یک کتاب جامع برای زندگی انسان هاست، چه در بعد اعتقادی و اخلاقی و چه در بعد رفقای می تواند الگو باشد و انسان ها در صورتی که با قرآن ارتباط برقرار کند، مطمئناً درهای رحمت و هدایت به روی آنها باز می شود.

فرمانده انتظامی استان خاطر نشان کرد: وقتی که این درها باز شود طبیعی است که از آسیب های اجتماعی و جرایم و ارتقافتی که دنیا گرفتار آن است، فاصله می گیرند و این نمایشگاه می تواند در ترویج مفاهیم قرآنی در جامعه کمک کند و نتیجه آن این باشد که تخلفات و جرایم و آسیب های اجتماعی در جامعه کمتر شود.

