



عضو هیات رئیسه کمیسیون انرژی:

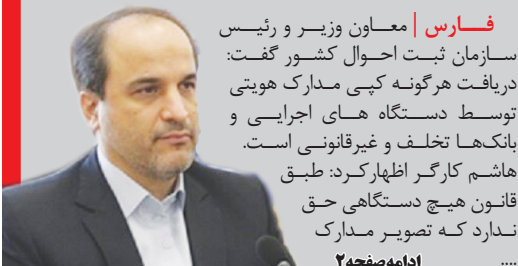
بروکراسی‌های اداری مانع ذخیره‌سازی گاز در ایران است

عضو هیات رئیسه کمیسیون انرژی مجلس شورای اسلامی گفت: ایران متأسفانه در طول این سال‌ها در ذخیره‌سازی گاز بسیار ضعیف عملکرد کرده است و در رتبه‌های آخر سهم ذخیره‌سازی گاز نسبت به مصرف قرار دارد. حسین زاده درباره سیاست‌های ذخیره‌سازی گاز در سطح کشور، بیان کرد: ذخیره‌سازی گاز حلقه مفقوده و گم شده حوزه ناترازی گاز است؛ یکی از اساسی‌ترین کارهایی که در بخش گاز باید صورت گیرد بحث ذخیره‌سازی است. اکثر کشورهای دنیا از جمله آمریکا که دارای بزرگ‌ترین مخازن ذخیره‌سازی است، گاز را می‌خرند تا آن را برای ایام خاص ذخیره کنند و اینکه گفته می‌شود ذخایر استراتژیک آمریکا یا روسیه وارد بازار شد، تولید خود.....

ادامه صفحه ۲

رئیس سازمان ثبت احوال کشور:

دریافت هر گونه کپی مدارک از شهروندان تخلف است



فارس | معاون وزیر و رئیس سازمان ثبت احوال کشور گفت: دریافت هر گونه کپی مدارک هویتی توسط دستگاه‌های اجرایی و بانک‌ها تخلف و غیرقانونی است. هاشم کارگر اظهار کرد: طبق قانون هیچ دستگاهی حق ندارد که تصویر مدارک.....

ادامه صفحه ۲

استاندار فارس در دیدار با بانوان شاغل در استانداری فارس:



رئیس کمیسیون سلامت شورای شهر شیراز:

خریداری ۴۵ دستگاه ون با اولویت استفاده افراد توان خواه

رئیس کمیسیون سلامت، محیط زیست و خدمات شهری شورای اسلامی شهر شیراز گفت: پیگیری و رسیدگی به مطالبات معلولین و افراد توان خواه نباید پنهان و مغفول بماند. مسعود زارعی در نشست مشترک با مشاوران معلولین در مناطق یازده گانه شهرداری شیراز با بیان اینکه پیگیری درخواست‌ها و مطالبات افراد توان خواه می‌بایست با جدیت دنبال و در بودجه و اعتبارات به آن توجه ویژه شود، تصریح کرد: برای خدمات دهی بهتر به این قشر در جامعه می‌بایست وظایف ذاتی هر دستگاه در حوزه معلولین احصا و متناسب با آن اعتبار و اقدام اثر بخش در نظر گرفته شود. زارعی عضو شورای اسلامی شهر شیراز، راهکار اثر بخشی اقدامات دستگاه‌های متولی را پررئز از موزای کاری عنوان و خاطر نشان کرد: پیگیری و تکمیل اقدامات نامنام گذشته، انجام فعالیت غیر موزای و هم راستا و ایجاد حساسیت برای مدیران در اجرای آئین نامه و دستورالعمل‌ها مهمترین اقداماتی است که قطعا نتایج آن در جامعه ملموس و اثربخش خواهد بود.

صفحه ۳

مدیر کل هواشناسی فارس اعلام کرد:

هشدار سطح قرمز برای فارس



در شهری که رویدادهای هنری، فرهنگی و جشنواره برگزار شود زندگی متفاوت تری تجربه می شود

۳

عباس امیری

مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای فارس:

میانگین بارش در فارس

۶۶ میلی‌متر افزایش داشته است

مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای فارس اعلام کرد که تا صبح روز دوشنبه ۲۶ دیماه و در سامانه بارشی اخیر میزان ۶۶ میلی‌متر به میانگین بارش استان افزوده شد. سیاوش بدری بیان کرد: شهرستان کازرون با ۴۳ میلی‌متر، بیشترین بارش فارس را به خود اختصاص داده است.او افزود: با احتساب میانگین بارشی استان به میزان ۶۶ میلی‌متر در سامانه بارشی اخیر، میزان بارش سال آبی جاری یعنی از ابتدای مهرماه ۱۴۰۱ تا این تاریخ به ۱۳۹ میلی‌متر رسیده است.مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای فارس با بیان اینکه میزان بارش‌های متوسط استان در مدت مشابه سال گذشته ۱۳۳.۱ بوده است، گفت: میانگین بارش ۵۴ ساله استان نیز ۳۰۴ میلی‌متر است، لذا تا رسیدن به متوسط بارش بلند مدت راه زیادی در پیش داریم اما امیدواریم تا پایان سال آبی به ویژه بارش‌های بهاری این مهم محقق شود.بدری همچنین خاطرنشان کرد: هر چند به لطف خداوند تا کنون و به ویژه نسبت به سال گذشته بارش‌های خوبی داشته‌ایم اما با توجه به خشکسالیهای سنوات گذشته کمکان از مردم عزیز خواهشمندیم در مصرف آب نهایت صرفه جویی را داشته باشند.او خواستار رعایت الگوی کشت توسط کشاورزان به منظور بهینه مصرف کردن آب و بسته کردن به میزان مجاز قید شده در پروانه‌های بهره برداری توسط صاحبان چاهها در مدیریت هر چه بهتر منابع آب شد.

۳ صفحه

رئیس سازمان برنامه و بودجه:

بخشی از تورم وارداتی است

۲

هشدار:

به مشهد سفر نکنید

تابناک | مدیر کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی خراسان رضوی گفت: با توجه به سرمای شدید و پرودت هوا زائران و گردشگران سفر به خراسان رضوی و مشهد را به زمان دیگری موکول کنند.

سیدجواد موسوی اظهار کرد: در مصوبه ستاد انرژی استان خراسان رضوی از مسافرانی که قصد سفر به استان و به خصوص مشهد را دارند، درخواست شده که سفرهای غیرضروری خود را به زمان دیگری موکول کنند.

وی به دلایل مصوبه این ستاد اشاره کرد و ادامه داد: تعدادی از مسافران و زائران طی چند



روز گذشته با توجه به اختلال در برنامه تردد قطارها با مشکل مواجه شدند. همچنین تعدادی از مسافران به دلیل پرودت هوا و یخبندان در جاده‌ها گرفتار شدند.موسوی تصریح کرد: مراکز اقامتی خراسان رضوی با کیفیت‌ترین خدمات را ارائه می‌کنند و از آن‌جا که ممکن است خدمت‌رسانی به زائران و مسافران با مشکلاتی همراه باشد، از زائران و مسافران درخواست داریم سفر خود را به هفته آینده که وضعیت آب و هوا بهبود پیدا کند، تغییر دهند.وی خطاب به مدیران تأسیسات گردشگری استان نیز اظهار کرد: با توجه به بحران انرژی و افت شدید فشار گاز به دلیل پرودت هوا همچنان در مصرف گاز برق و آب صرفه‌جویی کرده و نسبت به اختصاص سوخت جایگزین، تعطیلی فضاهای پرمصرف و غیر ضروری از جمله استخر و فضاهای آبی، جمعیت‌آفرین‌سازی سایر طبقات اقدام کنند.موسوی با اشاره به پیش‌بینی‌های هواشناسی گفت: سامانه بارشی جدیدی از روز یکشنبه وارد کشور شده که در استان خراسان رضوی نیز فعال خواهد شد و براساس این پیش‌بینی آخر این هفته نیز مانند هفته گذشته با سرمای شدید مواجه خواهیم بود.

آغاز به کار نمایشگاه مبلمان در شیراز

مدیر عامل شرکت نمایشگاه‌های بین المللی فارس:

ایران می تواند به یک کشور مهم در حوزه صادرات مبل تبدیل شود

علی فرهادی با بیان اینکه مبلمان تولیدی ایران مزیت رقابتی بالایی نسبت به سایر کشورها دارد، ادامه داد: در واقع ایران در این حوزه از پتانسیل بسیار بالایی برخوردار است و این قابلیت را دارد تا بتواند در کنار صدور نفت، گاز یا محصولات پتروشیمی ... به یک کشور مهم در منطقه برای صادرات این محصول تبدیل شود. مدیر عامل شرکت نمایشگاه‌های بین المللی فارس گفت: به طور قطع هر نمایشگاهی بخصوص در این سطح می تواند فرصت های مناسبی را برای بازاریابی و فروش و همچنین برندسازی فراهم آورد.

فرهادی با بیان اینکه ۱۲۲ شرکت از استان های مختلف کشور در این نمایشگاه حضور دارند، ادامه داد: در این نمایشگاه تخصصی و بزرگ حوزه مبلمان اهالی این صنعت اعم از واحدهای تولیدی و فروشندگان این محصولات در یک مکان خاص گرد هم آمده اند تا ظرفیت ها و توانمندی ها به شکلی موثر دیده شوند که موجب رشد و شکوفایی و رونق این صنعت می شود.

او ادامه داد: این عنوان نمایشگاهی در مساحت بیش از ۱۵ هزار متر مربع در سالن های حافظ، سرو، بهار، نرگس، ملاصدرا و اردیبهشت برپا شده است. او با بیان این که ساعت بازدید نمایشگاه از ساعت ۱۶ تا ۲۱ است، گفت: علاقه مندان تا روز جمعه سی ام دی ماه فرصت دارند، پس از دریافت بلیط از وبگاه شرکت نمایشگاه های بین المللی فارس به آدرس www.farsfair.ir از این عناوین نمایشگاهی بازدید کنند.

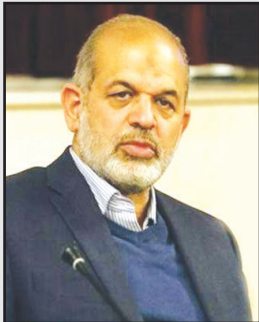


مدیر عامل شرکت نمایشگاه‌های بین المللی فارس در آیین افتتاح این نمایشگاه گفت: نمایشگاه حوزه مبلمان به‌دلیل تأثیر زیاد بر حوزه اشتغال و توسعه صادرات، از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

عباس امیری - شهر مردم | سی و دومین نمایشگاه تخصصی صنعت مبلمان روز گذشته در محل دائمی نمایشگاه‌های بین المللی فارس افتتاح شد و به مدت پنج روز برپا خواهد بود.

دستور وزیر کشور برای بررسی فیش حقوقی

جنجالی کارمند شورای شهر تهران



ایرنا | وزیر کشور به معاون عمرانی وزارت کشور دستور داد مسایل مطرح شده درباره فیش حقوقی یکی از اعضای دفتر عضو شورای شهر تهران را بررسی و نتیجه را گزارش کند.

احمد وحیدی وزیر کشور روز دوشنبه از مهدی جمالی‌نژاد معاون عمران و توسعه امور شهری و روستایی وزارت کشور خواست این موضوع را به دقت و براساس مژ قانون بررسی و نتیجه را در اسرع وقت گزارش کند.

در روزهای اخیر انتشار فیش حقوقی ۲۶ میلیون تومانی فرزند یکی از اعضای شورای شهر تهران که مسئولیت دفتر وی را نیز بر عهده دارد، خبرساز شد.



فُرَعَتِ فَائِضِ وَ اَلِی رُبَّكَ فَارْعَبْ « به سابقه خویش پشت پا زده و با گرفتار شدن در هوای نفس، آغازگر پرونده خیانت به نظام و ملت شریف ایران شد و در سرآشوبی سقوط و انحطاط قرار گرفت.

وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح ضمن اعلام انزجار از اعمال خائنانه نامبرده به ملت شریف ایران اطمینان می دهد که با جدیت، هوشیاری و مراقبت دائمی، حراست از دستاورهای عرصه ماموریتی را در دستور کار دارد.

وزارت دفاع:

علیرضا اکبری در هیچ دوره‌ای

معاون وزیر دفاع نبوده است

ایرنا | وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح با صدور اطلاعیه ای ضمن قدردانی از جامعه اطلاعاتی کشور و قوه قضائیه در برخورد قاطع با خائنان به امنیت ملی اعلام کرد: علیرضا اکبری در هیچ دوره این وزارتخانه سابقه معاون وزیر را نداشته است.

در این اطلاعیه آمده است از آنجا که وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح به عنوان یکی از ارکان اقتدار نظام جمهوری اسلامی ایران همواره آماج کید و حيله بوده و هست، مسئولان این وزارتخانه در ادوار مختلف در فرآیند بکارگیری افراد با هدف مقابله با انحرافات و همه‌ج‌های ضد امنیتی دشمنان علیه خادمان ملت، همه همت خویش را به کار بسته اند.

در ادامه این پیام با اشاره به پایان مسئولیت «علیرضا اکبری» در سمت رئیس دفتر مطالعات دفاعی در سال ۱۳۸۱ و موافقت با در خواست بازنشستگی وی آمده است: علیرضا اکبری پس از جدایی از وزارت دفاع در روندی مغایر با فعالیت های گذشته با روی گرداندن از آیه شریف «فَإِذَا



عضو کمیسیون امور داخلی کشور

و شوراهای

در شرایط کنونی، استیضاح وزرا

کمکی به پیشرفت کشور نمی‌کند

ایرنا | عضو کمیسیون امور داخلی کشور و شوراهای در مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه اکنون مجلس مشغول بررسی بودجه ۱۴۰۲ کل کشور است، گفت: در شرایط کنونی، استیضاح وزرا به صلاح نیست و کمکی به پیشرفت کشور نمی‌کند.حسین بامیری درباره اینکه برخی نمایندگان در شرایط کنونی کشور استیضاح وزرا را مطرح می‌کنند، گفت: در ماههای انتهایی سال، بررسی لایحه بودجه سال آینده در دستور کار مجلس قرار دارد و باید کار مجلس روی این لایحه متمرکز شود تا بتوانیم مشکلات اقتصادی و معیشتی مردم را حل کنیم. این نماینده مجلس در عین حال استیضاح را حق قانونی و ابزار نظارتی مجلس شورای اسلامی دانست و تأکید کرد: برآیند نمایندگان این است که در شرایط کنونی، استیضاح وزرا به صلاح نیست و کمکی به پیشرفت کشور نمی‌کند.عضو کمیسیون امور داخلی کشور و شوراهای در ادامه با یادآوری اینکه پس از حوادث پاییز امسال و تلاش دشمنان برای مقابله با جمهوری اسلامی ایران، شاهد نوبی ثبات و آرامش در کشور هستیم، بر تداوم فضای همدلی و همراهی میان قوا برای به نتیجه رساندن درخواست‌ها و مطالبات مردم بخصوص در حوزه‌های اقتصادی و معیشتی تأکید کرد.بامیری خاطرنشان کرد: در ناآرامی‌های اخیر رسانه‌های معاند و دشمنان نظام و انقلاب سعی داشتند مردم را از بدنه نظام اسلامی جدا کنند اما موفق به انجام آن نشده‌اند و همانطور که رهبر معظم انقلاب نیز در دیدارها و بیانات خود فرمودند، شکست دشمن به دلیل آن بود که ملت ایران در این حوالت کاملاً قوی ظاهر شدند.نماینده مردم لردگان در مجلس شورای اسلامی، وظیفه دولت و مجلس را قدرشناسی و خدمت‌رسانی به مردم شجاع ملت ایران دانست و اظهار داشت: در آینده نیز این ملت هر جا که لازم باشد، شجاعانه وارد میدان خواهد شد.وی خواستار آن شد که مسئولان نظام در قیام مختلف با هوشتیاری مطالبات مردم را دنبال کنند و نگذارند خواسته‌ آنها به دست‌نویز برای تبلیغات منفی دشمنان باشد. بامیری تصریح کرد: با توجه به مقتضیات زمانی استیضاح به صلاح کشور نیست و نمی‌توان از طریق استیضاح مشکلات کشور را حل کرد.اگر وزراتخانه‌ای در مسیر خدمت به مردم با مشکل روبرو باشد می‌توان با تعامل و طرح سوال از وزیر نسبت به رفع آن اقدام کرد.

عضو هیات رئیسه کمیسیون انرژی:

پروکراسی‌های اداری مانع ذخیره‌سازی گاز در ایران است



عضو هیات رئیسه کمیسیون انرژی مجلس شورای اسلامی گفت: ایران متأسفانه در طول این سال‌ها در ذخیره‌سازی گاز بسیار ضعیف عملکرد کرده است و در تبه‌های آخر سهم ذخیره‌سازی گاز نسبت به مصرف قرار دارد. حسین حسین زاده درباره سیاست‌های ذخیره‌سازی گاز در سطح کشور، بیان کرد: ذخیره‌سازی گاز حلقه مفقوده و گم شده حوزه‌نارتزاری گاز است؛ یکی از اساسی‌ترین کارهایی که در بخش گاز باید صورت گیرد بحث ذخیره‌سازی است. اکثر کشورهای دنیا از جمله آمریکا که دارای بزرگ‌ترین مخازن ذخیره‌سازی است، گاز را می‌خرند تا آن را برای ایام خاصی ذخیره کنند و اینکه گفته می‌شود ذخایر استراتژیک آمریکا یا روسیه وارد بازار شد، تولید خود این کشورها نیست بلکه آن‌ها را خریداری کرده و ذخیره‌سازی کرده‌اند.وی در ادامه اظهار کرد: امروز کشورهایی مانند اوکراین، آمریکا و کشورهای اروپایی جزو بزرگ‌ترین کشورهایی هستند که در زمینه ذخیره‌سازی گاز در حال فعالیت هستند.این عضو کمیسیون انرژی مجلس گفت: ایران متأسفانه در طول این سال‌ها در ذخیره‌سازی گاز بسیار ضعیف عملکرد کرده است و در تبه‌های آخر سهم ذخیره‌سازی گاز نسبت به مصرف قرار دارد، یعنی ما تنها ۱.۷ درصد مصرف خود، ذخیره‌سازی نداشته‌ایم البته البته کارهای خوبی در سال‌های گذشته صورت گرفته که ظرفیت خوبی است اما پروکراسی‌های اداری که در شرکت ملی نفت ایران وجود دارد جلوی کار را می‌گیرد. شرکت ملی گاز می‌گوید من می‌خواهم حفاری انجام دهم تا گاز تولید کرده و آن را ذخیره کنم اما شرکت نفت می‌گوید این کار برای من است. این پروکراسی‌های اداری باعث شده عملاً این کار انجام نشود.

مشاور وزیر نفت در امور زنان و خانواده مطرح کرد:

کارگروه‌های تخصصی ویژه بانوان در مراکز تصمیم‌گیری ایجاد می‌شود

ایسنا | مشاور وزیر نفت در امور زنان و خانواده از ایجاد کارگروه‌های تخصصی با هدف شناسایی و پیگیری چالش‌های پیش‌روی بانوان در مراکز تصمیم‌گیری خبر داد.

زینب قیصری در جشن بزرگ بانوان صنعت نفت استان فارس با گرامیداشت ولادت حضرت فاطمه زهرا

معاون اول قوه قضاییه:

تلاش برای مبارزه با فساد و برقراری امنیت در دستور کار دستگاه قضایی است



معاون اول قوه قضاییه گفت: تلاش برای اجرای عدالت، مبارزه با فساد و برقراری امنیت در دستور کار دستگاه قضایی است. حجت‌الاسلام والمسلمین مصدق گفت: امروز در گام دوم انقلاب اسلامی پس از ابلاغ بیانییه مقام معظم رهبری، مسئولیت سنگینی بر دوش مدیران از جمله مدیران دستگاه قضایی است.

معاون اول قوه قضاییه با بیان اینکه تلاش برای اجرای عدالت، مبارزه با فساد و برقراری امنیت در دستور دستگاه قضایی است، تصریح کرد: امروز قوه قضاییه با برنامه در حال حرکت است، براساس گزارش‌هایی که دریافت کردم کار تمام معاونت‌ها در حال پیشرفت است. وی با بیان اینکه برنامه ریزی در قوه قضاییه بر اساس اسناد بالادستی تنظیم و در حال اقدام است، گفت: این اسناد بسیار مهم شامل محورهای هشت‌گانه اعلامی مقام معظم رهبری در مراسم هفتم تیر سال جاری در جلسه با مسئولان عالی دستگاه قضا، محورهای شش‌گانه مقام معظم رهبری در حکم انتصاب رئیس قوه قضاییه، سند تحول قوه قضاییه، محورهای ۱۵‌گانه رئیس قوه قضاییه در اولین جلسه شورای عالی دستگاه قضا است.

مصدق گفت: براساس این اسناد برنامه عملیاتی تنظیم شده است و هدف اساسی قوه قضاییه برنامه ریزی و اقدام اجرای عدالت و تعمیم حس عدالت در جامعه است. تا زمانی که جامعه این احساس را نداشته باشد، نمی‌توانیم بگوییم، موفق بودیم. وی با بیان اینکه با عمل خود این احساس را باید در جامعه ایجاد کنیم، گفت: مدیری موفق است که خوب فکر کند تا مسائل حل شوند، لذا افکار خلاق و تحول‌گرایانه مدیران ضامن اجرای امور است.

«س» و روز زن افزود: از سال گذشته سفرهای استانی به منظور شناسایی مطالبات بانوان شاغل در مجموعه وزارت نفت آغاز گردید و موارد احصا شده در کارگروه‌های تخصصی موردبحث و تبادل نظر قرار می‌گیرند و در نهایت راهکارهای عملیاتی را به وزیر نفت و معاونت منابع انسانی ارائه می‌شوند. وی بیان کرد: یکی از مهمترین درخواست‌های بانوان مربوط به شایسته‌سالاری و مشارکت دادن آنها در تصمیم‌گیری‌ها بر اساس توانمندی‌های شان است. این مقام مسئول با اشاره به بیانات مقام معظم رهبری در خصوص ورود بانوان در عرصه‌های تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیری، اظهار کرد: باید قوانین را به سمتی تدوین کرد تا ضمن ایجاد فرصت‌های برابر برای رشد بانوان در ساختارهای اداری و سازمانی، دغدغه‌های آنها را در خصوص وظایف خانه و خانواده نیز برطرف کرد.او با اشاره به تفاوت‌معداری که در این زمینه وجود دارد، گفت: بسیاری از بانوان مجموعه وزارت نفت از تخصص و توانمندی‌های لازم برای مدیریت در بخش‌های مختلف برخوردار هستند و می‌توان از دانش و تجربیات آنها در هیأت مدیره‌ها و شوراهای اصلی بهره‌برد. مشاور وزیر نفت در امور زنان و خانواده در بخش دیگری از سخنانش با قدردانی از برگزار کنندگان این همایش بزرگ، خاطرنشان کرد: برپایی چنین رویدادهای فرهنگی نقش‌آرزنده‌ای در تشویق و روحیه‌افزایی بانوان داشته و آنها را در راستای افزایش کیفیت خدمت‌رسانی ترغیب می‌کند.

در جلسه ستاد هماهنگی اقتصادی مطرح شد:

ایرنا | رئیس‌جمهور به وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و دست‌اندرکاران بخش دارویی کشور تأکید کرد، برای تأمین پایدار نیازهای دارویی مردم و پیشگیری از بروز کمبودهای فصلی و مقطعی اقلام دارویی، برنامه‌ریزی و تدبیر کنند. وزیر بهداشت و درمان و آموزش پزشکی و رئیس سازمان

تأکید رئیس‌جمهور بر کاهش هزینه‌های مردم

بروز کمبودهای فصلی و مقطعی اقلام دارویی، برنامه‌ریزی و تدبیر کنند.رئیس‌همچنین به وزیر و مسئولان بخش درمان کشور تأکید کرد تمام تلاش خود را برای کاهش هزینه‌های درمان و تأمین و پرداخت مابه‌التفاوت افزایش قیمت دارو از طریق بیمه‌ها ونظارت و کنترل قیمت داروها به‌کار گیرند.

رئیس سازمان برنامه و بودجه:

بخشی از تورم وارداتی است

بودجه سال آینده انقباضی نیست



خواهد شد. بنابراین در منابع و مصارف و بودجه ۱۴۰۲ تبصره‌ها به گونه‌ای تنظیم شده که از بی انقباضی و بهیم ریختگی پایه پولی و به تبع آن تورم جلوگیری کنیم.میرکاظمی در پاسخ به سؤالی مبنی بر اینکه با این شرایط سیاست‌های دولت در لایحه بودجه انقباضی خواهد بود؟ بیان کرد: انقباضی به این مفهوم که منابع و مصارف را محدود کنیم خیر. انقدری که منابع داریم مصارف برای آن دیده‌ایم لذا ما اضافه بر منابع و مصارف را ندیده‌ایم و تلاش نمی‌کنیم از طریق بانک‌ها و نظام‌هایی که دولت را بدهکار و به سمت خلق پول می‌کشد، استفاده کنیم لذا سعی داریم این موضوع را مدیریت کنیم.وی تصریح کرد: بنابراین بودجه انقباضی نیست، هم حقوق‌ها افزایش پیدا کرده و هم جاری اجتناب ناپذیر را دیده‌ایم و داریم جبران آن را های خارجی بانک مرکزی که یکی از عوامل بود، سال آینده نخواهیم داشت بنابراین قطعاً موارد از این بابت مدیریت

ایرنا | رئیس‌سازمان برنامه و بودجه با بیان اینکه بودجه سال آینده انقباضی نیست، گفت: البته بخشی از تورم وارداتی است و تلاش می‌کنیم ریشه‌های تورم در بودجه ۱۴۰۲ مدیریت و کنترل شود.مسعود میرکاظمی درباره کاهش میزان تورم در سال ۱۴۰۲ و پیش‌بینی‌های صورت گرفته در لایحه بودجه سال آتی، گفت: تلاش ما بر این اساس است آن چیزی که به عنوان ریشه‌های تورم قلمداد می‌شود در بودجه ۱۴۰۲ مدیریت و کنترل شود. رئیس سازمان برنامه و بودجه افزود: البته یک بخشی از تورم وارداتی است، به مانند به هم ریختگی مواد غذایی و با افزایش قیمت انرژی که در سطح جهان رخ داد.میرکاظمی تصریح کرد: اگر شرایط بیرونی را در نظر بگیریم، ما ریشه‌های نقدینگی را بررسی کرده‌ایم و موضوعات را در بودجه به گونه‌ای تنظیم کرده‌ایم که باعث افزایش پایه پولی نشود و در منابع و مصارف کشور کسری نداشته باشد و به تبع آن نیاز

رئیس سازمان ثبت احوال کشور:

دریافت‌هر گونه کپی مدارک از شهروندان تخلف است



سازمان ثبت احوال کشور نیز موظف است نسبت به در اختیار قرار دادن سرویس‌های الکترونیکی کد ملی،

فارس | معاون وزیر و رئیس سازمان ثبت احوال کشور گفت: دریافت هر گونه کپی مدارک هویتی توسط دستگاه‌های اجرایی و بانک‌ها تخلف و غیرقانونی است. هاشم کارگر اظهار کرد: طبق قانون هیچ دستگاهی حق ندارد که تصویر مدارک افراد را دریافت نماید و یکی از مشکلات موجود این است که دستگاه‌ها قانون حذف کپی مدارک را رعایت نمی‌کنند.

معاون وزیر و رئیس سازمان ثبت احوال کشور عنوان کرد: از سوی سازمان اداری استخدامی بسیار تأکید شده است که دستگاه‌های اجرایی و بانک‌ها به هیچ وجه نباید تصاویر مدارک، خصوصاً مدارک هویتی از افراد دریافت نمایند، زیرا سازمان ثبت احوال تمام نیازمندی‌های دستگاه‌های گوناگون، برای اعلام اطلاعات هویتی افراد را ارائه داده به نحوی که ضرورتی ندارد هیچ دستگاهی کپی مدارک هویتی اخذ نماید. وی با بیان اینکه اخذ کپی مدارک قطعاً از افراد غیر قانونی است، گفت: کلیه مدارکی که توسط دستگاه‌های دولتی صادر می‌شود دارای اعتبار است و به هیچ وجه نباید کپی آن‌ها اخذ شود. معاون وزیر کشور با اشاره به قانون منع دریافت کپی، گفت: طی بخشنامه سازمان اداری و استخدامی کشور به دستگاه‌های اجرایی، این دستگاه‌ها موظف به انعقاد تفاهم نامه با سازمان ثبت احوال مبتنی بر دریافت خدمات اعلام هویت برخط شده‌اند و

همایش ملی «قرآن و عترت از منظر اسلام‌شناسان» در فارس برگزار شد

مسیحیان با هم برادرانه روی این کره زمین زندگی کنیم، گفت: یعنی این که اهل کتاب، مسیحی‌ها و یهودی‌ها بایند و با مسلمانان برادرانه و برابرانه زندگی کنند و آن اختلاف در قیامت حل خواهد شد در دنیا با یکدیگر آن اختلاف را تسویه نکنند.

او ادامه داد: پیام قرآن این است که یک مسیحی با یک مسلمان و یهودی در کنار هم زندگی کنند. نه تنها پیامبر و نه امیرالمومنان، حسین حتی فاطمه زهرا (س) حضور دارند و حضورشان تنها به عنوان آمین گفتن نیست.آیتا. جوادی املی همچنین اظهار امیدواری کرد: امیدواریم ذات اقدس الهی به برکت قرآن و عترت نظام اسلامی را تا ظهور صاحب‌اصیل و اصل‌اش از هر گزند محفوظ بماند. دومین دوره همایش ملی قرآن و عترت از منظر اسلام‌شناسان به عنوان یکی از برنامه‌های زیر مجموعه همایش ملی ریخانه‌النبی با همکاری دانشگاه پیام نور، مرکز دایره المعارف بزرگ اسلام، پایگاه استنادی جهان اسلام، انجمن مطالعات نهج البلاغه و انجمن مطالعات قرآنی و دیگر مراکز علمی فرهنگی توسط مرکز اسلامی فاطمیه برگزار شد.

علم است، گفت: در همین راستا در مسئله خلق انسان و تکامل تصریح می‌کند که تمام بشر از ذریه آدم باشند و همین قدر کافی است تا بگوییم که مطالب قرآن با علم در تعارض نیست. مجید معارف، استاد دانشگاه تهران نیز ضمن اشاره به رویکرد عقلانی

پیامبر(ص) در حل مشکلات جامعه و مدیریت آن، بیان کرد: پیامبر(ص) در یک جامعه، نظامی ایجاد کرد که گروه‌های مختلف در کنار هم زندگی کنند و همزیستی مسالمت‌آمیز داشته باشند.همچنین سید محمدمهدی جعفری، استاد دانشگاه شیراز با عنوان شکوه حقیقت و دکتر فرغ پارسا، دانشیار پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی با عنوان گونه‌شناسی مطالعات اسلامی و قرآنی در غرب به ایراد سخن پرداختند.

در پایان این همایش نیز آیتا. دکتر مرتضی جوادی املی، استاد حوزه علمیه قم با موضوع جایگاه حدیث نقلین در جهان اسلام به سخنرانی پرداخت. آیتا. العظمی جوادی املی نیز در پیام خود به این همایش، وحدت را مقدمه صلح و امنیت دانست و به برادری ادیان مختلف الهی با اشاره به این که بایبید مسلمانان، یهودی‌ها و



ما؟» به ارائه مقاله خود پرداخت و با بیان اینکه ما در مقابل قرآن مسئول هستیم، گفت: قرآن که حقیقتی زنده است مستدام و دانما حقیقت را بر ما

نازل کرده و ما را موظف کرده است که نسبت به استسطاق آن توجه داشته باشیم تا از یافتن معانی زلال از رای ناصواب پرهیز کرده و بتوانیم معنای مراد حق را یافته و بدان عمل کنیم. در ادامه این نشست همچنین دکتر شادی، عضو هیئت علمی دانشکده الهیات و معارف اسلامی دانشگاه تهران با اشاره به اینکه برای مفسران اهمیت داشته اثبات متناقض نبودن قرآن و عترت با

دومین همایش ملی قرآن و عترت از منظر اسلام شناسان ایران و جهان اسلام با پیام آیت‌الله جوادی املی برگزار شد.

بهزاد میردی، دبیر همایش دومین دوره همایش ملی قرآن و عترت از منظر اسلام شناسان در حاشیه این همایش اعلام کرد که ۸۸ اثر از میان آثار ارسالی به دبیرخانه همایش در قالب‌های سخنرانی، پوستر و چاپ در مجموعه مقالات، توسط هیات علمی تعیین شد.محمدصادی امیر ناجی، استاد دانشگاه پیام نور نیز در این همایش با عنوان «چپستی انتظار قرآن و عترت از

رئیس آتش‌نشانی شیراز اعلام کرد:

هشدار وقوع سیل در شیراز



محل را ترک کرده به نقطه مرتفع بروید.

قانعی همچنین با اشاره به کاهش دما و افزایش استفاده از وسایل گرمایشی همچون بخاری‌های گازی، نفتی، شومینه، پکیج، آبگرمکن و موتورخانه، از افزایش احتمال وقوع مسمومیت با گاز مونوکسید کربن گفت و اضافه کرد: اگر از این وسایل استفاده می‌کنید، حتماً یک راه برای گردش هوا باید در نظر گرفته شود.

رئیس آتش‌نشانی شیراز با بیان اینکه بی احتیاطی و نا آگاهی در راه‌اندازی وسایل گرمایشی موجب می‌شود که این وسایل به درستی کار نکنند و عدم کارکرد صحیح آن بسیار خطرناک است، گفت: در شرایط کولاک، کوهنوردی حتی برای کوهنوردان

حیاط از کف ساختمان بالاتر است، برای جلوگیری از ورود آب به درون ساختمان حتماً باید کیسه شن در منزل وجود داشته‌اند.

قانعی به شهروندان هشدار داد که هنگام بارندگی از رفتن به کنار رودخانه‌ها، جوی‌های آب با فشار زیاد، مناطقی که سطح آب بالا می‌آید و مسیل‌ها، جدا خودداری کنند و هنگام رانندگی از محل‌هایی که توسط نیروهای امدادی مسدود شده، عبور نکنند. رئیس آتش‌نشانی شیراز با بیان اینکه شهروندان نباید خودروی خود را در مسیر سیلاب متوقف کنند، گفت: اگر ماشین شما در آب‌هایی که به سرعت سطح آن بالا می‌آید گیر کرده است، فوراً آن را رها و

رئیس آتش‌نشانی از شهروندان خواست که هنگام بارندگی شدید، حتی‌الامکان خود و اعضای خانواده به ویژه کودکان، از منزل خارج نشوند و در صورتیکه مجبور به ترک منزل نشوند، شیرهای گاز، آب و کنتور برق را قطع کنند.

قانعی گفت: اگر هنگام بارندگی شدید، شهروندی در حال تردد به شکل پیاده در نقاط دارای آب گرفتگی است، به هیچ عنوان از مسیرهایی که آبگرفتگی تا بالای زانو می‌رسد، عبور نکنند و با بیان اینکه در موارد زیادی مصالح ساختمانی سبب تجمع آب پشت و جلوی ساختمان‌ها می‌شود، لزوم پرهیز از این اقدام را یادآور شد و گفت: در ساختمان‌هایی که سطح

رئیس سازمان آتش‌نشانی شهرداری شیراز با اشاره به پیش‌بینی‌های هواشناسی، نسبت به وجود احتمال وقوع سیل و آبگرفتگی در شیراز طی امروز سه‌شنبه ۲۷ هشدار داد.

محمدصادی قانع گفت: پیش‌بینی می‌شود از عصر روز گذشته تا چهارشنبه ۲۸ دی فعالیت سامانه بارشی شدت یابد بنابراین هشدار سطح قرمز به عنوان بالاترین سطح هشدار صادر شده است، ایستگاه‌های آتش‌نشانی با تمامی ظرفیت برای امداد‌رسانی سریع و به موقع در حالت آمادهباش قرار گرفته‌اند.

رئیس سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی شهرداری شیراز همچنین به شهروندان هشدار داد که نکات ایمنی را در خصوص شرایط وقوع بارندگی شدید، رعایت کنند.

قانع خاطرنشان کرد: توصیه می‌شود که شهروندان به طور مکرر نسبت به پاکسازی و بررسی پشت‌بام و نودان‌های خانه اقدام کنند. او گفت: شهروندانی که در منازل دارای شیروانی سکونت دارند، حتماً از سلامت پشت بام اطمینان کسب کنند.

حرفه‌ای نیز ممنوع است.

قانعی همچنین از شهروندان در خواست کرد که از پوشاندن تمام درزه‌های در، پنجره‌ها و درپچه‌های تأمین هوای تازه، به دلیل گرم‌ترشدن خانه خودداری کرده و در صورت مواجهه با هر حادثه‌ای، ضمن حفظ خونسردی کمل، با سامانه ۱۲۵ تماس بگیرند.

مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای فارس:

میانگین بارش در فارس

۶.۶ میلی متر افزایش داشته است



مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای فارس اعلام کرد که تا صبح روز دوشنبه ۲۶ دیماه و در سامانه بارشی اخیر میزان ۶۶ میلی‌متر در میانگین بارش استان افزوده شد. سیلوش بدری بیان کرد: شهرستان کازرون با ۴۲ میلی‌متر، بیشترین بارش فارس را به خود اختصاص داده است.او افزود: با احتساب میانگین بارشی استان به

میزان ۶۶ میلی‌متر در سامانه بارشی اخیر، میزان بارش سال آبی جاری یعنی از ابتدای مهرماه ۱۴۰۱ تا این تاریخ به۱۳۹ میلیمتر رسیده است. مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای فارس با بیان اینکه میزان بارش‌های متوسط استان در مدت مشابه سال گذشته ۱۳۳.۱ بوده است، گفت: میانگین بارش ۵۴ ساله استان نیز ۳۰۴ میلی‌متر است، لذا تا رسیدن به متوسط بارش بلند مدت راه زیادی در پیش داریم اما امیدواریم تا پایان سال آبی به ویژه بارش‌های بهاری این مهم محقق شود.بدری همچنین خاطرنشان کرد: هر چند به لطف خداوند تا کنون و به ویژه نسبت به سال گذشته بارش‌های خوبی داشته‌ایم اما با توجه به خشکسالیهای سنوات گذشته کمکان از مردم عزیز خواشمنمدیر در مصرف آب نهایت مرفه جویی را داشته باشند.او خواستار رعایت آبدری می‌کشد توسط کشاورزان به منظور بهینه مصرف کردن آب و بسنده کردن به میزان مجاز قید شده در پروانه‌های بهره برداری توسط صاحبان چاهها در مدیریت هر چه بهتر منابع آب شد.

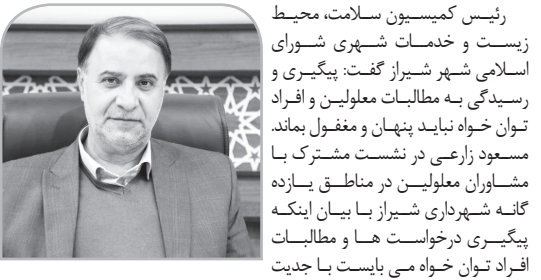
مدیرعامل آب منطقه‌ای فارس همچنین حجم آب ۹ سد استان تا صبح دوشنبه ۲۶ دیماه را ۱۳۹۵ میلیون مترمکعب و گنجایش حجم کل سد‌ها را ۲۹۳۶ میلیون متر مکعب اعلام کرده‌به گفته بدری، اکنون ۴۷۵ درصد از حجم کل سدهای استان پر است.او خاطرنشان کرد: سد درودن نیز تا صبح امروز ۶۴۶ میلیون متر مکعب آب داشته که از این میزان ۳۱۶ میلیون مترمکعب آن قابل استفاده است.مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای استان فارس همچنین حجم آب ۹ سد فارس در روز دوشنبه ۲۶ دیماه سال گذشته را ۱۳۱۸ میلیون مترمکعب عنوان کرد.

رئیس کمیسیون سلامت شورای شهر شیراز:

خریداری ۴۵ دستگاه ون با اولویت

استفاده افراد توان خواه

در برنامه ریزی و بودجه به معلولان توجه ویژه شود



رئیس کمیسیون سلامت، محیط زیست و خدمات شهری شورای اسلامی شهر شیراز گفت: پیگیری و رسیدگی به مطالبات معلولین و افراد توان خواه نباید پنهان و مغفول بماند. مسعود زارعی در نشست مشترک با مشاوران معلولین در مناطق یازده گانه شهرداری شیراز با بیان اینکه پیگیری درخواست ها و مطالبات افراد توان خواه می بایست با جدیت دنبال و در بودجه و اعتبارات به آن توجه ویژه شود، تصریح کرد: برای خدمات دهی بهتر به این قشر در جامعه می بایست وظایف ذاتی هر دستگاه در حوزه معلولین احصا و متناسب با آن اعتبار و اقدام اثر بخش در نظر گرفته شود. زارعی عضو شورای اسلامی شهر شیراز، راهکار اثر بخشی اقدامات دستگاه های متولی را برپیز از موزای کاری عنوان و خاطر نشان کرد: پیگیری و تکمیل اقدامات ناتمام گذشته، انجام فعالیت غیر موزای و هم راستا و ایجاد حساسیت برای مدیران در اجرای آئین نامه و دستورالعمل ها مهمترین اقداماتی است که قطعا نتایج آن در جامعه ملموس و اثربخش خواهد بود.

■ **شهرداری برای آرای ۸۰۰ و برای قطار شهری ۹۰ در صد بارانه پرداخت می کند**

معاون حمل و نقل و ترافیک شهرداری شیراز گفت : شهرداری برای حمایت و تشویق شهروندان به استفاده از حمل و نقل حجم کل کلان شهر شیراز برای اتوبوس ۸۰۰ و مترو ۹۰ درصد بارانه پرداخت می نماید. هادی شه دوست شیرازی درنشست خبریخانه مناسب سازی کلان شهر شیراز با بیان اینکه بیشترین بارانه پرداختی به مناطق کم برخوردار اختصاص می یابد اظهار داشت : با وجود اینکه سهم شهروندان در هر دو بخش بسیار ناچیزاست اما در حوزه قطار شهری هنوز ظرفیت مسافر، کامل نشده است. معاون شهردار شیراز افزود: از شهروندان تقاضا داریم سفرهای شخصی خود را مدیریت کرده و از حمل و نقل عمومی استفاده نمایند. شه دوست شیرازی با اشاره به خدمات دهی ۵ دستگاه ون به افراد توان خواه در کلان شهر شیراز تسهیل در استفاده این قشر از ناوگان اتوبوسرانی، بیان داشت: خرید ۴۵ دستگاه ون جدید برای توسعه خدمات دهی به سایر شهروندان فهیم کلان شهر شیراز با اولویت افراد توان خواه قطعی شده است که بر اساس برنامه در آینده نزدیک به این بخش اضافه خواهد شد.

مدیرکل انتقال خون فارس:

کمبود ذخایر ۳ گروه خونی در فارس شدید است

مدیرکل انتقال خون فارس ضمن اعلام هشدار شدید کمبود خون و ذخایر خونی سه گروه O منفی،A مثبت و B مثبت در استان، از مردم خواست تا هر چه سریعتر نسبت به امانت دادن خون طلی امروز و فردا اقدام کنند.مجید اکبرزاده بیان کرد: معمولا در فصول سرد سال به دلیل ابتلای بیشتر مردم به بیماری‌های مختلف تنفسی نظیر سرماخوردگی و آنفلوانزا با کاهش مراجعه به پایگاه‌های اهدای خون مواجه هستیم.او ادامه داد: از طرفی اسسال و طلی روزهای اخیر با برودت هوا، شاهد کاهش بیشتر به پایگاه‌های اهدای خون در استان هستیم.مدیرکل انتقال خون فارس همچنین اوج گیری مجدد ابتلا به کرونا را مزید بر علت دانست و گفت: مت مردم اطمینان داشته باشند که در پایگاه‌های اهدای خون، پروتکل‌ها و فاصله گذاری اجتماعی به صورت کامل اجرا می‌شود و در صورتی که فردی علائم مشکوک به ابتلا به بیماری کرونا یا آنفلوانزا باشد به وی اجازه ورود به سالن اهدای خون داده نمی‌شود.لذا مردم با خیال راحت می‌توانند برای اهدای خون به پایگاه‌های انتقال خون مراجعه کنند.اکبرزاده اضافه کرد: از آنجا که بیماران دارای بیماری تالاسمی و سرطان و همچنین مادران باردار، تصادفات جاده‌ای، اعمال جراحی پیوند و باز قلب و ...نیاز به مصرف مداوم خون دارند که باید تامین شود، از همشهريان خواشمنمدیر در اسرع وقت نسبت به اهدای خون مراجعه کنند.مدیرکل انتقال خون استان فارس خاطرنشان کرد: هر فرد با مراجعه به پایگاه اهدای خون نهایتا ۲۰ دقیقه زمان صرف می‌کند اما حداقل به سه بیمار جان تازه می‌بخشد.گفت: با توجه به گسترش زیرساخت‌ها در حوزه درمان فارس نیاز است تا انتقال خون استان در حوزه‌های توزیع و فرآورده‌های خونی برنامه ریزی توسعه داشته باشد و در غیر این صورت در آینده نه چندان دور بحث تحویل فرآورده‌های خونی به عنوان زنجیره اصلی درمان با اختلال مواجه می‌شود؛لذا با توجه به محدودیت بودجه‌های دولتی از خیران بیک اندیش دعوت می‌کنیم تا نگاه ویژه‌ای به خون داشته باشند، چرا که ادامه حیات برخی افراد به فرآورده‌های خونی گره زده شده است.اکبرزاده اعلام کرد که پایگاه انتقال خون قوامی نمازی از شنیه تا پنجشنبه از ساعت ۸ صبح تا ۱۹ و ۲۰ دقیقه و روزهای جمعه از ساعت ۸ تا ۱۹ آماده پذیرش اهدا کنندگان خون است.همچنین در شهراست‌های آباده، داراب، جهرم، فیر، لامرد، کازرون و مرودشت از شنیه تا پنجشنبه از ساعت ۸ صبح تا ۱۳ ظهر پذیرای مراجعه کنندگان هستند.

فرمانده انتظامی فارس خبر داد:

این خبر به خبرنگاران گفت: روز گذشته مأموران انتظامی شهرستان نی‌ریز با همکاری کارکنان یگان تکاوری استان حین گشت‌زنی در محور «سیرجان- شیراز» به یک دستگاه کامیون حامل

سردار رهام‌بخش حبیبی پیرامون

کشف ۹۲۸ کیلوگرم مرفین از يك کامیون در نمریز

که به طرز بسیار ماهرانه‌ای در کف اتاق زیر بار لاستیک خودرو جاسازی شده بود کشف کردند. فرمانده انتظامی فارس با اشاره به اینکه در این خصوص یک قاچاقچی

بار

پار لاستیک مشکوک و با اقدامات فنی و تخصصی آن را توقیف کردند. او خاطرنشان کرد: ماموران انتظامی با هوشیاری و تیزبینی موفق شدند در بازرسی از این کامیون ۹۲۸ کیلوگرم مرفین را در شش اتاق خودرو، مخفی کرده بودند. مدیریتی در شایسته تقدیر برای بانوان شاغل در استانداری فارس: اقدام نماید و نتیجه را در شورای معاونین مطرح کنند.نماینده



فرزند از جانب دفتر امور بانوان استانداری تهیه و جهت تصمیم گیری ارائه شود. وی با تاکید براینکه کاهش ساعت کاری بانوان در محل

بازنگری در شیوه های آن تاکید کرد و افزود: معاونت توسعه مدیریت و منابع استانداری نسبت به بازنگری راه‌های فعلی اقدام نماید و نتیجه را در شورای معاونین مطرح کنند.نماینده

عالی دولت در فارس با اشاره به برخی از اختیاراتی که به استانداران تفویض شده است، تصریح کرد: پیشنهادهات مربوط به شرایط کاری بانوان، خصوصا افراد متاهل و دارای

مدیر کل هواشناسی فارس اعلام کرد:

هشدار سطح قرمز برای فارس

بارندگی شدید در راه است

تحقق پیش‌بینی‌ها و وقوع بارندگی شدید، امروز سه‌شنبه ۲۷ دی مدارس از همه مقاطع تحصیلی این استان، غیرحضوری برگزار خواهد شد.خلیل عبداللهی بیان کرد: هواشناسی در خصوص ورود سامانه جدید بارشی و احتمال بارندگی شدید و افزایش برودت هوا، هشدار قرمز صادر کرده است.عبداللهی گفت: با توجه به اعلام سازمان هواشناسی در خصوص احتمال وقوع بارندگی شدید طلی

بر برپیز از سفرهای غیرضرور، خواستار به همراه داشتن تجهیزات زمستانی و سوخت کافی در هنگام مسافرت با خودرو شد.او همچنین خواستار آمادگی دستگاه‌های اجرایی و امدادی، لایروبی کانال‌ها و مدیریت در مصرف منابع انرژی شد.

■ **امروز مدارس فارس غیر حضوری است**

مدیرکل مدیریت بحران استانداری فارس نیز روز گذشته اعلام کرد که در صورت

شهردار شیراز:

در شهری که رویدادهای هنری، فرهنگی و جشنواره

بر گزار شود، زندگی متفاوت تری تجربه می شود

اسماعیل محبی پور با تقدیر از همکاری شهرداری شیراز در این برنامه خزاب به شهردار شیراز که مهمان ویژه این جشنواره بود نیز گفت: از شهردار انتظار داریم که نویدی را برای توسعه اماکن فرهنگی و هنری در شهر شیراز را به اهالی هنر بدهند و برای توسعه اماکن فرهنگی آستین همت بالا بزنند.

وی با اشاره به اینکه اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس برنامه‌هایی برای توسعه اماکن و تجهیزات فرهنگی و هنری دارد از جانب استاندار فارس هم قول داد که هر

چقدر وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی برای توسعه اماکن فرهنگی بودجه اختصاص دهد استان فارس هم به همان

ریسک‌های حال و آینده اقتصاد ایران

رئیس اتاق بازرگانی تهران معتقد است در شرایط کنونی اقتصاد ایران به هیچ عنوان فرصت و زمانه اختلاف‌افکنی نیست و برای برون‌رفت از بحران‌های موجود، اقتصاد ایران باید با نگاهی فراگیر و ملی، مبانی توسعه و پیشرفت را بپذیرد. فردای اقتصاد: رئیس اتاق بازرگانی تهران، در سخنرانی آغازین هفتمین دوره مراسم اعلای نشان و تندیس کارآفرینی امین‌الضرب، با تاکید بر اینکه شرایط کشور نیاز به رفتار خردمندانه و عقل‌گرایی با پیش‌شرط دستیابی به همدلی دارد عنوان کرد که به هیچ عنوان فرصت و زمانه اختلاف‌افکنی نیست و جامعه کارآفرینی نیز بدون سیاست‌زدگی، آماده کمک به کشور است. رئیس اتاق بازرگانی تهران، مسعود خوانساری تاکید کرد: بخش خصوصی در این روزها تحت انواع فشارهای اقتصادی قرار دارد. تحریم‌های بین‌المللی کسب‌وکار فعالان اقتصادی را نشانه رفته و مصائب آن بیش از آنکه دامن سیاستمداران را بگیرد، فعالیت‌های بخش خصوصی را با چالش همراه ساخته است. تعبیر شاعرانه امروز ما و جامعه ایران تا حد زیادی با این شعر اخوان ثالث قابل تفسیر است: «زمین دل‌مرده، سقف آسمان کوتاه/ غبار آلوده مهر و ماه / زمستان است.»

رئیس اتاق بازرگانی تهران با تاکید بر اینکه لطمه‌های سخت شارهایی چون بی‌اثر قلمداد کردن تحریم‌ها بر اقتصاد کشور غیرقابل کتمان است، گفت: نمونه آشکار آنکه درآمد ارزی کشور رو به کاهش، جذب سرمایه خارجی فرسایند و ناکافی، ورود تکنولوژی مدرن به کشور محدود و در نتیجه اقتصاد ایران کوچک شده، به‌طوریکه رتبه ایران در میان اقتصادهای بزرگ جهان تنزل یافته است.

خوانساری عنوان کرد که نتیجه تمامی این فرآیندها در تورم فراینده و سفره‌های کوچک شده مردم انعکاس یافته و امروز بخشی از طبقه متوسط ایرانی به طبقه فقیر سقوط کرده است. وی ادامه داد: طی چند دهه گذشته تنها اثرات تحریم‌های خارجی بر بدنه اقتصاد ایران کم نشده، بلکه همزمان خودتخریبی‌ها و به تعبیری

رییس کمیسیون اجتماعی مجلس:

ایرنا| مهدی عیسی زاده روز دوشنبه در نشستی با مدیرعامل صندوق بیمه اجتماعی کشاورزان، روستائیان و عشایر اظهار داشت: دکتر کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی، فراکسیون بازنشستگان سراسر کشور را برای ۱۸ صندوق بازنشستگی راه‌اندازی

کرده‌ایم تا مطالبه‌گر بازنشستگان باشیم. وی افزود: این کمیسیون تریبون و صدای بازنشستگان است و مسائل بازنشستگی و بیمه‌ای آنان را پیگیری می‌کند. رئیس کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه باید صندوق‌های بازنشستگی خودکفا شوند

طلایی را که می‌توانست فرصتی برای جهش اقتصادی و توسعه کشور همچون کشورهای ترکیه،



کره‌جنوبی، ژاپن، مالزی و اندونزی باشد، از دست داده است. افزود: چه دردناک است که کشور قطر که وسعتی به اندازه استان بوشهر دارد با جذب

صندوق‌های بازنشستگی باید خودکفا شوند

صندوق بیمه اجتماعی کشاورزان، روستائیان و عشایر بودیم که این امر به نتیجه نرسید. عیسی زاده با اشاره به بیمه درمان صندوق روستایی ابراز داشت: بیمه درمان این صندوق از طریق بیمه سلامت انجام می‌شود که در جلسای با وزیر بهداشت موضوع درمان این

صندوق را پیگیری خواهیم کرد. وی تاکید کرد: همچنین برای افزایش مستمری بازنشستگان باید تلاش کنیم این افراد در همه حوادث یار و یاور انقلاب اسلامی بودند باید از حقوقشان در همه عرصه‌ها دفاع کنیم.

همچون سامسونگ، ال جی، میتسوبیشی، سونی و... بوده است. وی ادامه داد: جامعه کارآفرینی ایران هم مانند کشورهای توسعه‌یافته، آمادگی حضور موثر و مفید در میدان اقتصاد را دارد و باید این ویژگی بزرگ و ارزشمند مورد توجه و احترام قرار گیرد. کارآفرینانی که با مجاهدت اجازه ندادند، اشتغال‌شان کاهش یابد و سفره کارگر کوچک‌تر شود، باید هم و غم خود را صرف حوزه‌های دیگری مانند فرهنگ، ارتباط بیشتر و صادقاته‌تر با مردم و کمک به حل برخی گرفتاری‌های روزانه کنند. همزمان اگر دولت به مسیر منطقی خود بازگردد، امکان بهبود و ارتقای وضعیت سرمایه اجتماعی و احیای اقتصاد می‌شود. پیش می‌آید. جامعه اقتصادی و دولت می‌توانند با همکاری صادقاته همچون دو بال باری‌کننده کشور برای طی این مسیر باشند.

رئیس اتاق بازرگانی تهران با بیان اینکه همه سوار یک کشتی هستیم و منتقد بی‌منطق دولت‌ها نیستیم، گفت: سیاست‌زده نشده‌ایم و امروز با صدای رسا اعلام می‌کنیم جامعه کارآفرینی کشور آماده کمک به کشور است. اساسا برگزاری مراسم امین‌الضرب و تقدیر از کارآفرینان در این عصر و زمانه ناشی از چنین رویکردی است. هدف ما این است که به سیاست‌گذاران بگوییم با وجود همه موانعی که ساخته شده، امروز چنین کارآفرینان سرآمدی در ایران زیست می‌کنند. حال اگر محیط مناسب کسب‌وکار در این سرزمین مهیا شود، به طور حتم جامعه پویای کارآفرینی به رشد خود در تراز جهانی ادامه خواهد داد.

خوانساری افزود: نگاه ما پرامید است. حتی اگر امروز حاکمان خوب نباشد، حتی اگر دلمان پر از غصه و اندوه باشد، ما کشوری می‌خواهیم که فرزندانمان با آسایش در آن زیست کنند و نسل جدید بتواند آرزوهای بلندش برای کارآفرینی را در دل این خاک محقق سازد. ایران پتانسیل‌هایی در دل خود دارد که می‌تواند بستر تحقق همه رویاهای باشد. دست به دست هم دهیم برای شکوفایی بیشتر ایران.

کلان

ارسال ۱۵۰ حکم قانونی مخل تولید به هیئت دولت



احسان خاندوزی وزیر اقتصاد و دارایی در جلسه هیئت مقررات زدایی با بیان اینکه یکی از مسیرهایی که دنبال می‌شود این است که امکان اعمال سلیقه در اجرا را به حداقل برسانیم، گفت: این مسیر از طریق یک ایجاد متن شفاف و غیرقابل تفسیر دنبال می‌شود. تمام تأخیرها در صدور مجوزها و فساد، ناشی از قدرت ناخفی بود که مصوبات به مأمورین دولتی می‌داد. این موارد پالایش شد و تلاش کردیم تا اعمال سلیقه را به صفر برسانیم.

وی افزود: بخشی از اقدامات مربوط به خود قانون یا مصوبه دولت بود که سبب دستاویز شروط غیر لازم می‌شد. به طور مثال لازم بود تا یک سن مشخص و یا عدم سوء پیشینه وجود داشته باشد. براین اساس بنا شد تا متن اصلاحی مقررات مربوط به دولت را به هیئت وزیران ارائه کنیم. با مصوبه امروز حدود ۱۵۰ حکم از این موارد به هیئت دولت ارسال می‌شود. وزیر اقتصاد ادامه داد: حدود ۲۰ حکم نیز از مصوبات مجلس است که باعث مانع شده است. برخی از این موارد مربوط به ۴۰ تا ۵۰ سال قبل است. با حذف این موارد و تکمیل سامانه مجوزها، یک گام بلند در راستای تسهیل صدور مجوزها خواهد بود.

■ ورود درگاه ملی مجوزها به حوزه انجام استعلام

وی با بیان اینکه برخی فعالان استعلام مجوزها در حوزه مجوزهای اعلامی نیز ظرف ۴۸ ساعت که پستی تأیید می‌شود و باید با استفاده از فرآیند پستی تعیین شده، آدرس تأیید شود. سیاح ادامه داد: از این پس نظارت ها تشدید خواهد شد. اتفاق دیگر در حوزه مجوزهای صنفی است. امیدوار هستیم ۲۵۰۰ مجوز به همراه ۲۸۰۰ مجوز تمدید و توسعه که مربوط به اصناف است در سامانه جایگاه وزارت بهداشت در لیست دستگاه‌ها بهبود پیدا کرده است. اما سیستم وزارت صحت همچنان ایراد دارد. رئیس مرکز تسهیل مجوزهای کسب و کار ادامه داد: در مصوبه های گذشته ۱۰۸ مجوز که خلاف قانون بود مورد توجه قرار گرفت. پس از آن مشاهده شد که برخی شرایط در برخی دستگاه‌ها در نظر گرفته شده که تا پیش از این شناسایی نشده بود. این موارد که ۶۰ مسئله است امروز مورد بررسی قرار می‌گیرد. این موارد شامل مسائلی مانند امضا طلایی بدون معیار می‌شود. این ۶۰ مورد بیشتر مربوط به هیئت وزیران است.

مالیاتی

ایسنا| رئیس سازمان امور مالیاتی از بکارگیری روش‌های جدید برای شناسایی خانه‌های خالی و گران‌قیمت خبر داد و گفت: هیچگونه افزایشی در پایه‌های مالیاتی در لایحه پیش‌بینی نشده است. داوود منظور در جمع خبرنگاران، در پاسخ به سوال ایسنا درمورد شناسایی خانه‌های خالی و لوکس برای دریافت مالیات توضیح داد: یکی از دلایلی که باعث شده است مالیات خانه‌های خالی و خانه‌ها و خودروهای گران‌قیمت به طور کامل محقق نشود، ظرف اطلاعاتی است که سازمان امور مالیاتی باید از دستگاه‌های تولیدکننده اطلاعات دریافت کند.

وی ادامه داد: برای رفع مشکل مذکور در لایحه تضمین‌ای را در قانون پیش‌بینی می‌کنیم برای دستگاه‌هایی که باید اطلاعات مورد نیاز سازمان امور مالیاتی را تأمین کنند. این تضمین محکم بوده گفت: این مسیر از طریق یک ایجاد متن شفاف و غیرقابل تفسیر دنبال می‌شود. تمام تأخیرها در صدور مجوزها و فساد، ناشی از قدرت ناخفی بود که مصوبات به مأمورین دولتی می‌داد. این موارد پالایش شد و تلاش کردیم تا اعمال سلیقه را به صفر برسانیم.

وی افزود: بخشی از اقدامات مربوط به خود قانون یا مصوبه دولت بود که سبب دستاویز شروط غیر لازم می‌شد. به طور مثال لازم بود تا یک سن مشخص و یا عدم سوء پیشینه وجود داشته باشد. براین اساس بنا شد تا متن اصلاحی مقررات مربوط به دولت را به هیئت وزیران ارائه کنیم. با مصوبه امروز حدود ۱۵۰ حکم از این موارد به هیئت دولت ارسال می‌شود. وزیر اقتصاد ادامه داد: حدود ۲۰ حکم نیز از مصوبات مجلس است که باعث مانع شده است. برخی از این موارد مربوط به ۴۰ تا ۵۰ سال قبل است. با حذف این موارد و تکمیل سامانه مجوزها، یک گام بلند در راستای تسهیل صدور مجوزها خواهد بود.

رئیس سازمان امور مالیاتی با تاکید بر اینکه همه معافیت‌های سال جاری در سال آینده هم ادامه پیدا می‌کند، عنوان کرد: سال آینده سال پررونقی برای اقتصاد خواهد بود. امسال هم گزارش‌های شش ماهه اقتصاد کلان، نشان می‌دهد پش‌های مختلف در ارزش افزوده وارد فزای جدید شده‌اند و درحال خروج از رکود هستیم.

رئیس سازمان امور مالیاتی با تاکید بر اینکه هیچگونه افزایشی در پایه‌های مالیاتی در لایحه پیش‌بینی نشده است، گفت: این مسیر از طریق یک ایجاد متن شفاف و غیرقابل تفسیر دنبال می‌شود. تمام تأخیرها در صدور مجوزها و فساد، ناشی از قدرت ناخفی بود که مصوبات به مأمورین دولتی می‌داد. این موارد پالایش شد و تلاش کردیم تا اعمال سلیقه را به صفر برسانیم.

واحد درصد کاهش مالیات در لایحه بودجه پیش‌بینی شده است که به رونق تولید بیشتر در سال آینده کمک خواهد کرد. همچنین واحدهای تولیدی بوسری بخواهند درآمد یا سود خود را به افزایش سرمایه ببرند، مشمول معافیت می‌شود.

وی با تاکید بر اینکه همه معافیت‌های سال جاری در سال آینده هم ادامه پیدا می‌کند، عنوان کرد: سال آینده سال پررونقی برای اقتصاد خواهد بود. امسال هم گزارش‌های شش ماهه اقتصاد کلان، نشان می‌دهد پش‌های مختلف در ارزش افزوده وارد فزای جدید شده‌اند و درحال خروج از رکود هستیم.

رئیس سازمان امور مالیاتی با تاکید بر اینکه هیچگونه افزایشی در پایه‌های مالیاتی در لایحه پیش‌بینی نشده است، گفت: این مسیر از طریق یک ایجاد متن شفاف و غیرقابل تفسیر دنبال می‌شود. تمام تأخیرها در صدور مجوزها و فساد، ناشی از قدرت ناخفی بود که مصوبات به مأمورین دولتی می‌داد. این موارد پالایش شد و تلاش کردیم تا اعمال سلیقه را به صفر برسانیم.

■ فرار مالیاتی ۲۰۰ هزار شخص حقوقی

منظور ادامه داد: در سال جاری بالغ بر ۳۵ میلیون فعال اقتصادی در بخش مشاغل اظهارنامه ارائه نکرده‌اند. این اتفاق در سال گذشته نیز رخ داده است؛ برای این گروه از فعالان اظهارنامه برابردی تهیه می‌کنیم و باست مالیات‌هایی که پرداخت نکرده اند مطالبه مالیات خواهیم کرد. در بخش اشخاص حقوقی و شرکت‌ها نیز اتفاق مشابهی رخ داده است، ما برآورد کرده‌ایم که بالغ بر ۳۰۰ هزار شخص حقوقی که در سامانه‌های سازمان مالیاتی اطلاعات حاکمی

■ ملاحظات مالیات بر عایدی سرمایه در حال بررسی

روش جدید شناسایی خانه‌های خالی و لوکس



مالیاتی و گمرکی ۴۸ درصد از بودجه جاری دولت را تأمین کرده بود که این میزان نسبت به مدت مشابه سال جاری به ۵۸ درصد رسیده است.

منظور افزود: پیش‌بینی می‌شود این نسبت در سال آینده به بیش از ۶۵ درصد برسد.

وی درمورد رونمایی از نرم افزار جامع و کاربردی تلفن همراه مالیات من نیز گفت: مدت‌ها روی این سکو کار شده است و این سکو به صورت نرم افزار چندکاره در دسترس قرار می‌گیرد و همه می‌توانند آن را روی تلفن همراه خود نصب کنند و می‌توانند خدمات الکترونیکی مالیاتی را توسط تلفن همراه انجام دهند. حتی استعلامات مورد نیاز را از طریق سامانه انجام دهند. این سکو مودیان را به درگاه خدمات الکترونیکی نظام مالیاتی هم وصل می‌کند.

است وی در ادامه درمورد مالیات بر عایدی سرمایه توضیح داد: طرح مالیات بر عایدی سرمایه یک طرح مهمی است که پایه‌های مالیاتی را تکمیل و از سوداگری در بازارهای مالی جلوگیری می‌کند، در جلساتی که طرح در محن مجلس مطرح شده است برخی ملاحظات به بحث گذاشته شده است. هرگونه ابهامی در ارتباط با این طرح مجدد به کمیسیون اقتصادی ارجاع داده می‌شود. دولت هم در این کمیسیون حضور دارد و ابهاماتی که صاحب نظران دارند برطرف می‌شود.

رئیس سازمان امور مالیاتی درمورد کاهش وابستگی بودجه به درآمدهای نفتی گفت: طی سال گذشته، سال جاری و سال آینده به تدریج سهم مالیات در تأمین مالی بودجه درحال رشد است. در هشت ماه نخست سال گذشته مجموع درآمدهای

وقتی کارت ملی مادران مشمول خودرو صد میلیون قیمت پیدا می کند

و فروش می‌شود. این رانت عظیم باید مورد توجه سیاستگذار قرار گیرد. این استاد دانشگاه با تاکید بر اینکه حمایت از فرزندآوری باید از محل بودجه دولت صورت گیرد، گفت: در حال حاضر این حمایت از جیب سهامدار صورت می‌گیرد و این یک مشکل بزرگ است. وی با اشاره به اینکه در آخرین طرح قرعه‌کشی بیش از ۹ میلیون نفر شرکت کرده‌اند، گفت: بالاخره شما یک لامپاری مفت و مجانی را دارید که بروید شرکت کنید و ببینید شانس برنده شدن پیدا می‌کنید یا خیر. برنده شدن برای سیاستگذار دارد. وی در توضیح این مطلب ادامه داد: طبق آمارها



یک چهارصدم این افراد موفق می‌شوند خودرو دریافت کنند اما خوب نه میلیون نفر صف می‌کشند تا در این قرعه‌کشی شرکت کنند و این جای تأمل برای سیاستگذار دارد.



چند توصیه ساده برای پیشگیری از سرماخوردگی

می‌دهد. دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت،چند روش ساده اما مؤثر برای جلوگیری از سرماخوردگی به خصوص در

تقویت سیستم ایمنی بدن به خصوص در پاییز و زمستان، امکان ابتلا به سرماخوردگی و آنفلوآنزای فصلی، را کاهش

انجام موفق عمل جراحی نادر ترمیم سر خرگ آئورت توراسیک در بیمارستان نمازی شیراز

فوق تخصص جراحی عروق و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز: گفت: عمل جراحی نادر ترمیم سرخرگ آئورت توراسیک یک جوان ۲۷ ساله در بیمارستان نمازی شیراز، با موفقیت انجام شد.

خدمات بهداشتی درمانی شیراز، دکتر «حامد قدوسی جوهری» با اعلام این خبر گفت: پارگی و آسیب به شریان آئورت به عنوان بزرگترین شریان حیاتی بدن، دومین علت مرگ و میر در اثر تصادفات جاده ای و سقوط از ارتفاع است.

او با بیان اینکه بیشتر این مصدومان دچار آسیب های شدید شده و وضعیت ناپایدار دارند، افزود: اغلب افرادی که دچار این مصدومیت می شوند، متأسفانه در صحنه حادثه جان خود را از دست می دهند و شانس برای ادامه حیات ندارند.

این فوق تخصص جراحی عروق، تشخیص و اقدام درمانی به موقع را تنها راه نجات این بیماران دانست و اظهار کرد: در حال حاضر دو روش درمانی بسته یا داخل عروقی و روش جراحی باز برای این مصدومان وجود دارد که هر کدام از این روش ها بر اساس شرایط خاص هر مصدوم باید در زمان مناسب انجام شود.

دکتر قدوسی با اشاره به وجود تجربه و امکانات لازم برای انجام هر دو روش در بخش جراحی عروق دانشگاه علوم پزشکی شیراز گفت: به تازگی

عمل جراحی نادر ترمیم سرخرگ آئورت برای یک مرد جوان ۲۷ ساله ای که به دلیل تصادف دچار

اصلی بدن در قفسه سینه شده بود، با موفقیت در بیمارستان نمازی شیراز انجام شد. او با بیان اینکه

پیچیده انجام شد، اضافه کرد: با تلاش های انجام شده مصدوم به لطف خداوند متعال و تلاش تیم



ضربه به سر، پارگی و کوفتگی ریه و البته پارگی و قطع کامل آئورت «توراسیک» یا همان سرخرگ

ترمیم آئورت بیمار در قفسه سینه و با کمک پمپ قلبی-ریوی، به مدت پنج ساعت عمل سخت و

بزشکی، دوباره سلامتی کامل خود را به دست آورد. این فوق تخصص جراحی عروق گفت: نکته قابل

دکتر حنان حاج محمودی

نحوه ثبت نام بیماران خاص و صعب العلاج در سامانه بیمه سلامت برای دریافت مزایا

ایسنا | مدیرکل بیمه گری و درآمد سازمان بیمه سلامت ایران، جزئیات نحوه ثبت نام بیماران خاص و صعب العلاج در سامانه سازمان بیمه سلامت ایران را تشریح کرد. دکتر حنان حاج محمودی با اشاره به لزوم اطلاع رسانی خدمات صندوق بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج، گفت: به منظور برخورداری از مزایای ترتیب داده شده در اساسنامه صندوق بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج، این بیماران اعم از بیمه شدگان سایر سازمان‌های بیمه گر و یا افراد فاقد پوشش بیمه پایه، می‌توانند در سامانه سازمان بیمه سلامت ایران ثبت نام کنند.

وی افزود: در صورتی که اطلاعات متقاضی در بانک سامانه بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج وزارت بهداشت (RDA) موجود باشد، پس از تکمیل مراحل ثبت نام، انتساب مربوطه به شکل خودکار، در سامانه شهروندی بیمه سلامت انجام خواهد شد.

او ادامه داد: در صورتی که عنوان بیماری فرد در بانک سامانه بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج وزارت بهداشت (RDA) موجود نباشد، پس از ثبت نام فرد، پیامکی مبنی بر ثبت درخواست وی به شماره موبایل ثبت شده ارسال می‌شود.

حاج محمودی به انواع بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج در صندوق اشاره کرد و گفت: لیست بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج ابلاغی از سوی وزارت بهداشت شامل تالاسمی، هموفیلی، ام اس، بیماران دیالیزی (دیالیز خونی و دیالیز صفائی)، موکوپلی ساکارایدوز، پال پروانه‌ای، انواع تپه‌های اس ام ای، سیستمیک فیبروز، اوتیسم، سرطان، پرفشاری شریان ریوی، سکنه



او تاکید کرد: در صورتی که بیمار خاص و صعب‌العلاج زیر ۱۸ سال سن داشته باشد، ابتدا باید سرپرست وی در سامانه ثبت و فرد بیمار خاص به عنوان عضو خانوار، از طریق متوی مدیریت خانوار و سپس گزینه افزودن عضو اضافه شود. سپس از سامانه خارج و مجدداً از طریق کد ملی بیمار خاص (فرد زیر ۱۸ سال) وارد سامانه شده و از طریق متوی ثبت بیماری خاص و صعب‌العلاج زیر متوی درخواست حمایت دولت، نسبت به ثبت درخواست حمایت بیماری خاص و صعب‌العلاج برای فرد زیر ۱۸ سال اقدام کنند.

حاج محمودی درپاسخ به سوالاتی مبنی بر این که آیا امکان ثبت نام حضوری جهت افرادی که امکان اقدام از طریق سامانه خدمات شهروندی ندارند، فراهم است یا خیر؟، گفت: درصورتی که امکان ورود به سامانه شهروندی برای فرد به هر دلیلی مهیا نباشد، امکان اقدام از طریق ادارات کل بیمه سلامت استانی نیز میسر است.

مطالعات نشان می دهد

وزنه زدن شیوه ای مناسب برای کاهش وزن

محققان می گویند عضله سازی می تواند یکی از راه های تغییر فرم بدن و کاهش وزن باشد.

به نقل از مدیسین نت، دکتر «اسل کامپی»، پزشک ورزشی مراقبت‌های اولیه در مؤسسه ارتوپدی اسمیت تاون نیویورک، می‌گوید: «وزنه زدن، گروه‌های عضلانی بزرگ شما را فعال می‌کند و اگر به درستی انجام شود، می‌تواند کالری بیشتری نسبت به تمرینات کاردیو حالت ثابت بسوزاند.»

وی در ادامه می‌افزاید: «با این حال، وزنه زدن به تنهایی کلید کاهش وزن نیست، حداقل ۸۰ درصد کاهش وزن از طریق تغذیه انجام می‌شود.»

کامپی می‌گوید: «فردی که وزنه می‌زند تا توده عضلانی به دست آورد باید از رژیم غذایی پر پروتئین استفاده کند. هدف باید ۱ گرم پروتئین به ازای هر نیم کیلو از وزن بدن باشد.»

وی گفت: «افرادی که از قبل تناسب اندام دارند و سعی می‌کنند عضله به دست آورند، ممکن است وزن کم نکنند، اما افرادی که اضافه وزن دارند یا چاق هستند، وزن کم می‌کنند.»

بررسی اخیر نشان داد که تمرینات مقاومتی درصد چربی بدن، توده چربی بدن و چربی احشایی را در بزرگسالان سالم کاهش می‌دهد.

اما طبق گفته مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده، فعالیت بدنی منظم و تغذیه سالم هر دو برای کاهش وزن مهم هستند.

به گفته محققان، عضله سازی برای سوزاندن کالری بیشتر مهم است زیرا عضله بیش از دو برابر چربی کالری می‌سوزاند. طبق گفته کلینیک مایو، در میان فواید بسیار وزنه زدن، این است که این ورزش باعث افزایش متابولیسم می‌شود.

همچنین به بهبود سطح تستوسترون در مردان کمک می‌کند و برای حفظ تراکم استخوان در زنان بسیار مهم است.

بر اساس مطالعه اخیر، وزنه برداری همچنین با کاهش قابل توجه احتمال مرگ زودهنگام افراد، به ویژه زمانی که با ورزش‌های هوازی همراه باشد، مرتبط است. محققان توصیه می‌کنند که حداقل ۱۵۰ دقیقه ورزش هوازی در هفته به علاوه دو جلسه تمرین قدرتی داشته باشید.



نشانه های مسمومیت با مونواکسید کربن را بشناسیم

۱.کنترلر مسیر و منافذ دودکش قبل از راه اندازی بخاری، بهترین راه پیشگیری از بروز حوادث مسمومیت با مونوکسیدکربن به شمار می رود و دقت و توجه به داغ بودن دودکش نیز بهترین آزمایش سلامت دودکش است.

۲. داشتن کلاهک مخصوص (کلاهک H) برای دودکش در پشت با هم برای جلوگیری از بروز خاموشی بخاری و به دنبال آن انتشار گاز مونوکسیدکربن اهمیت بالایی دارد.

۳. فراموش نکنیم استفاده از وسایل گرمایشی استاندارد در پیشگیری از این مسمومیت از اهمیت بالایی برخوردار است و بخاری های بدون دودکش به هیچ عنوان از تولید گاز مونوکسیدکربن جلوگیری نمی کنند.

اقدامات مهم در صورت بروز حادثه

خونسرد باشیم.

با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیریم.

از ایمنی صحنه مطمئن شویم.

فرد مسموم را از محیط آلوده به هوای آزاد منتقل کنیم و یا در صورت عدم امکان، درها و پنجره ها را باز کنیم.

بیمار را در حالت استراحت قرار داده و حرکت ندهیم.

بقه پیراهن، کمربند و لباس های تنگ افراد مسموم را باز کنیم.

راه هوایی بیمار را بررسی کنیم.

در صورتی که بیمار بیهوش است او را به صورت خوابیده به پهلو نکه داریم.

در صورت امکان، اکسیژن رسانی را شروع کنیم.

سوخت ها تولید می شود و می تواند باعث ایجاد آسیب در افراد شود. اهمیت موضوع اینجاست که این گاز به دلیل بی رنگ و بی بو بودن به سرعت می تواند علایم مسمومیت را در افراد ایجاد کند.

مسمومیت با مونواکسیدکربن می تواند طیف وسیعی از علایم را شامل شود که در بیماری های مختلفی دیده می شود. بسیاری از این علایم شبیه به علایم سرماخوردگی است و اکثر افراد فکر می کنند به دلیل سردی هوا دچار سرماخوردگی شده اند و سعی در خوابیدن می کنند. ابتلای تمام افراد خانواده به علایمی شبیه به آنفلوآنزا، بروز این مسمومیت در افراد را نشان می دهد.

نشانه های اولیه مسمومیت با مونوکسید کربن

سررد

ضعف جسمانی

سرگیجه و بی قراری

تهوع و استفراغ

خواب آلودگی، کسلی و خستگی

پس از گذشت دقایقی و افزایش میزان مسمومیت با مونواکسید کربن، علایم خطرناک تر بروز می کند از جمله:

کیودی دست، دور لب ها و نوک انگشتان

تنگی نفس

بی هوشی

اقدامات پیشگیرانه



مسمومیت با مونوکسیدکربن یا گازگرفتگی مسمومیتی است که به خاطر تنفس گاز خطرناک مونوکسیدکربن ایجاد می شود. این مسمومیت که به وسیله انواع وسایل گازسوز از جمله بخاری، آبگرمکن، پیک نیک و حتی زغال ایجاد می شود، بیشتر در زمستان دیده می شود.

اگر دودکش یا تهویه یک مکان مسدود باشد، گاز مونوکسیدکربن منتشر شده از وسایل مذکور امکان خروج نمی یابد، در محیط ساختمان منتشر شده و سبب مسمومیت و در نهایت مرگ می شود. مرگ بر اثر گازگرفتگی را «مرگ خاموش» می نامند.

مونواکسیدکربن یک گاز بی رنگ و بی بو است که بر اثر احتراق ناقص انواع

چرا بهتر است هر سبزی و میوه ای را

در فصل خودش بخوریم؟

بهداشت نیوز | همه ما فواید غذاهای ارگانیک را می‌دانیم؛ اما در مورد غذاهای فصلی چطور؟ غذاهای فصلی یعنی میوه‌ها و سبزی‌هایی که مربوط به فصل خاصی از سال می‌شوند. غذاهای فصلی بیشترین خاصیت را در همان فصل خودشان دارند، علاوه بر اینکه تازه و خوش طعم‌ترند.

چرا خوردن میوه‌های فصلی بهتر است؟ مثلاً طی ماه‌های زمستان در خیلی از مناطق دسترسی به گوجه‌فرنگی تازه وجود ندارد؛ زیرا میوه آن فصل نیست. اما در تابستان در همان مناطق می‌توانید به گوجه‌فرنگی‌های تازه و خوش آبرنگ فراوانی دسترسی پیدا کنید. حتماً می‌دانید که گوجه‌فرنگی‌های محلی بسیار خوشمزه‌تر از گوجه‌فرنگی‌های گلخانه‌ای‌اند که در هر فصلی وجود دارند.

فصلی غذاخوردن، تنوع غذایی‌تان را بیشتر می‌کند

کارشناسان تغذیه توصیه می‌کنند روزانه دست‌کم پنج وعده میوه و سبزی بخورید. اگر از میوه‌ها و سبزی‌های فصلی استفاده کنید می‌توانید رژیم غذایی متنوعی داشته باشید.

طی ماه‌های گرم تابستان، طبیعت سبزیجات و میوه‌های ابدار مثل خیار و طالبی و هندوانه و هلو به‌وفور در اختیارمان می‌گذارد و خیلی از غذاهای پاییزی سرشار از بتاکاروتن هستند که به ویتامین A تبدیل شده و از ما در برابر سرما و آنفلوآنزا محافظت می‌کنند

چرا؟ مژه میوه‌ها و سبزی‌های فصلی خوشایندتر است و دوست دارید بیشتر از آنها بخورید. وقتی از میوه‌ها و سبزی‌های فصل استفاده می‌کنید دوست دارید بشقاب غذایتان را از میوه و سبزی پُر کنید؛ زیرا خوشمزه‌ترند. وقتی از میوه‌ها و سبزی‌های فصلی استفاده می‌کنید مجبور نیستید توت‌فرنگی یا گوجه‌فرنگی خشک کنید که مژه کاملاً متفاوتی دارد. در هر زمانی از سال، هر منطقه‌ای میوه‌ها و سبزی‌های خاص خودش را دارد و شما می‌توانید کمی وقت صرف کنید و انتخاب‌های جدیدی پیدا کنید.

شاید کمی زمان ببرد تا با طعم‌های متفاوت میوه‌ها و سبزی‌های فصلی سازگاری پیدا کنید. اما اگر به خوردن میوه‌ها و سبزی‌های فصلی عادت کنید خواهید دید چقدر برایتان خوشایند است.

خوردن میوه‌ها و سبزی‌های فصلی فواید زیادی برای سلامتی دارد

اگر میوه‌ها و سبزی‌ها را فصلی مصرف کنید تغذیه‌تان سالم‌تر خواهد بود؛ زیرا این محصولات تازه‌ترند و در فروشگاه‌های محلی به‌صورت تازه به فروش می‌رسند. استفاده از میوه‌ها و سبزی‌های فصلی به این معناست که خیلی کم مواد مغذی خود را از دست‌داده‌اند و مدت‌زمان طولانی در راه نبوده‌اند تا به دست شما برسند و طبیعتاً در معرض نور و گرما قرار نگرفته‌اند. میوه‌ها و سبزی‌ها طی حمل‌ونقل، مقدار زیادی از ویتامین C و ویتامین B خود را از دست می‌دهند. ضمناً خوردن انواع میوه‌های فصلی بانوجهیبه اینکه دارای طیف گسترده‌ای از ویتامین‌ها و املاح است برای سلامتی بی‌نهایت مفید می‌باشد. وقتی انواع میوه‌ها و سبزی‌ها را از انواع رنگ‌ها و شکل‌ها انتخاب می‌کنید، مواد مغذی و فیتونوترینت‌های فوق‌العاده‌ای به بدن خود می‌رسانید.

هر رنگی از میوه نشانه فیتونوترینت‌ها و مواد مغذی متفاوتی است که دارد. مثلاً رنگ‌های نارنجی یا زرد میوه‌ها میوه‌هایی هستند که فعالیت آنتی‌اکسیدانی و ضدالتهابی در بدن دارد. برخی از تحقیقات، رژیم‌های غذایی سرشار از لیکوپن را با کاهش ریسک بیماری‌های قلبی و عروقی و سرطان پروستات مرتبط دانسته‌اند. بنفش نشانه آنتوسیانین‌هاست که آنتی‌اکسیدانی مرتبط با سلامت قلب می‌باشد. افزودن رنگ‌های بیشتر به بشقاب غذا راهی برای بهره‌بردن از طیف وسیعی از مواد مغذی حاصی سلامتی و تندرستی می‌باشد.

میوه و سبزی فصلی نسبت به انواع غیر فصلی، ارزان تر است

یکی از دلایل اینکه محصولات فصلی بهترند این است که قیمت کمتری دارند. معمولاً سخت است که میوه‌ها و سبزی‌های غیرفصل را با قیمتی مناسب پیدا کنید. میوه‌ها و سبزی‌های غیرفصلی به این دلیل گران‌ترند که مراحل زیادی را از مرزعه تا فروشگاه طی می‌کنند. پس هرچقدر می‌توانید میوه و سبزی فصلی بخرید می‌توانید آنها را فریز کرده و طی فصل مصرف کنید.

میوه و سبزی فصلی مصرف کردن به نفع محیط‌زیست نیز هست

حمل‌ونقل میوه و سبزی از مناطق دوردست به بازارهای هدف نیازمند مصرف سوخت بیشتر و در نتیجه آلودگی بیشتر هواست. ضمناً به‌واسطه محصولات گلخانه‌ای گازهای مضر تولید می‌شود که به محیط‌زیست ما آسیب می‌زنند.

خریدن محصولات محلی حمایتی از کشاورزان بومی است

دوست ندارید از کشاورزان و باغداران جزئی حمایت کنید؟ با خریدن محصولات فصلی آنها می‌توانید این کار را انجام دهید. اگر مستقیم این تولیدکننده‌های کوچک خرید کنید هم هزینه کمتری می‌پردازید و هم به کسب‌وکار کشاورزان بومی رونقی می‌دهید. در نتیجه آنها نیز برای تمام فصول سال، میوه‌ها و سبزی‌های فصلی برای شما تهیه می‌کنند.

خوردن میوه‌ها و سبزی‌های فصلی یعنی هارمونی با خِرد طبیعت

بسیاری از کارشناسان عقیده دارند طبیعت دارای یک خرد درونی است که در مورد غذاهای فصلی نیز وجود دارد؛ مثلاً میوه‌ها و سبزی‌های زمستانی معمولاً سنگین‌تر و مقوی‌ترند تا ما را در برابر هوای سرد و خشن زمستان تجهیز کنند. بعد از یک زمستان سرد و طولانی که ما طی آن چند کیلو وزن اضافه کرده‌ایم، طبیعت سبزیجات بهاری را در اختیار ما می‌گذارد تا به سم‌زدایی بدنمان کمک نماید، مثل کنگرفرنگی و مارچوبه طی ماه‌های گرم تابستان، طبیعت سبزیجات و میوه‌های ابدار مثل خیار و طالبی و هندوانه و هلو به‌وفور در اختیارمان می‌گذارد و خیلی از غذاهای پاییزی سرشار از بتاکاروتن هستند که به ویتامین A تبدیل شده و از ما در برابر سرما و آنفلوآنزا محافظت می‌کنند.



پیش بینی روزنامه جوان از فیلم‌های سودای سیمرغ فجر ۴۱

آخرین خبر | اسامی فیلم‌های بلند سینمایی قریب به یقین در بخش سودای سیمرغ در چهل و یکمین جشنواره فیلم فجر، قابل تشخیص شدند. با توجه به اینکه در این دوره از جشنواره ۲۲ فیلم در بخش مسابقه حاضرند، وزیر ارشاد ناخواسته ترکیب نیمی از فیلم‌های راه‌یافته را مشخص کرد. جهت دانستن اینکه کدام فیلم‌های فارابی وارد جشنواره شده‌اند می‌توان اسامی زیر را گمانه‌زنی کرد: هوک (حسین ریگی-علی آشتیانی پور)، سینما متروپل (محمدعلی باشه آهنگر-حامد حسینی)، پالایشگاه (مهرداد خوشبخت-سعید سعدی)، مومن (هادی مقدم دوست-محمدرضا شفیعی)، کت چرمی (حسین میرزا محمدی-کامران حجازی)، روایت ناتمام سیما (علیرضا صدی-مهتاب کرمانی)، راه شسیری (علی جعفرآبادی-مهدی کریمی)، شماره ده (حمید زرگرنژاد-ابراهیم اصغری)، دومین روز پاییز (اردلان عاشوری کلاچاهی-حبیب والی‌نژاد)، بهشت تبهکاران (مسعود جعفری جوزانی-فتح‌الله جعفری جوزانی)، جنگل پرتقال (آرمان خوانساریان-رسول صدراعلمی).

نقد انیمیشن گربه چکمه پوش: آخرین آرزو (Puss in Boots: The Last Wish)

شخصیت مرگ ورودی ترسناک و تاریکی دارد و تا پایان انیمیشن هم کلیت خود را حفظ می‌کند اولین ملاقات گربه چکمه پوش با مرگ در انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish واقعا می‌توان به جرات گفت که طراحی و اجرای شخصیت مرگ در انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish به‌خوبی پیاده‌سازی شده است تا حدی که می‌توانیم ترس گربه چکمه پوش را احساس کنیم. این شخصیت درواقع باعث می‌شود تا ترس و وحشت قهرمان داستان را بهتر احساس کنیم و حتی باعث تغییر لحن انیمیشن شود. شخصیت مرگ درواقع در تلاش است تا از ترس گربه چکمه پوش برای شکستن استفاده کند و او درواقع واقعیتی است که همه ما به نحوی از آن می‌ترسیم و شاید همین موضوع باعث شده تا این شخصیت جذاب‌تر هم باشد.

مرگ بدون شک ستاره غیر منتظره انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish است که آن را می‌توانیم در بخش یکی از بهترین شخصیت‌های شرور دنیای انیمیشن هم یاد کنیم؛ در دوراهی که بسیاری از انیمیشن‌سازها در تلاش هستند تا از شخصیت‌های شرور مرسوم و عادی دوری کنند البته مرگ به‌طور کلی ترس گربه چکمه پوش هم است و اینطور هم می‌توان به آن نگاه کرد که سازندگان توانست‌اند شخصیت مرگ را ترکیبی از شخصیت‌های شرور کلاسیک و موارد که امروز جای این شخصیت‌ها را در انیمیشن‌ها گرفته، ترکیب و ارائه کنند.

مرگ به‌طور کلی یک شخصیت شرور کلاسیک است، اما در باطن برگرفته از ترس گربه چکمه پوش هم محسوب می‌شود و به ترکیب جذابی برای انیمیشن تبدیل شده است. در کنار بازگشت درخشان آنتونیو باندراس و سلما هایک، شاهد ورود خوب فلورنس پیو در نقش گلدی هستیم، اما باز هم وگنر مورا که او را بیشتر برای نقش پالو اسکوار در سریال Narcos می‌شناسیم، در نقش مرگ ستاره می‌چون و چرای صداییگان انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish است. گربه چکمه پوش در حال قرار با استفاده از آتش بازی در انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish

اما یکی از مهم‌ترین تغییرات انیمیشن گربه چکمه پوش: آخرین آرزو در مقایسه با انیمیشن‌های قبلی درمیرورکس که البته از انیمیشن The Bad Guys شروع شده، آرت استایل متفاوت و جذاب انیمیشن است. صد البته که در ابتدا این موضوع می‌تواند باعث نگرانی هم شود، اما سازندگان از این آرت استایل در جهت جذاب‌تر کردن و حتی زیباتر کردن دنیای انیمیشن استفاده کرده‌اند و نتیجه کلی آن مثبت بوده است.

آرت استایل متفاوت انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish باعث شباهت بیشتر دنیای آن به رمان‌های فانتزی جن و پری شده است این آرت استایل درواقع برگرفته از انیمیشن Spider-Man: Into the Spider-Verse است که البته درنهایت صرفا یک کپی ساده را شاهد نیستیم و سازندگان درنهایت شخصیت مستقل خود را در انیمیشن پیدا کرده‌اند. درواقع این آرت استایل کمک کرده است تا آن‌ها ظاهر کلی انیمیشن را بیشتر شبیه دنیای رمان‌های جن و پری کنند و از این نظر انیمیشن ظاهری پیدا کرده است که به آن نیاز دارد.

در پایان انیمیشن گربه چکمه پوش ۲ تبدیل به همان اثری می‌شود که سال‌ها منتظر ساخت آن بودیم و آن هم یک دنباله شایسته و حتی بهتر در مقایسه با قسمت اول است. این انیمیشن می‌تواند نوید بخش روزه‌های بهتر برای درمیرورکس باشد و حتی می‌تواند باعث هیجان بیشتر ما برای انیمیشن شرک ۵ شود. انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish همچنین می‌تواند درس بزرگی برای سازندگان انیمیشن باشد که راه خود را گم کرده‌اند.

بهبینه‌سازی و آماده‌سازی تالار مولوی آماده میزبانی

تئاتر فجر هستیم

مهر | مدیر مرکز تئاتر مولوی اعلام کرد:بهبینه‌سازی مسائل فنی وبخش‌های دیگر سالن اصلی مولوی انجام شده تااین مجموعه برای میزبانی از آثار چهل و یکمین جشنواره تئاتر فجر آماده باشد. امیرحسین حریری مدیر مرکز تئاتر مولوی درباره برنامه‌های این مجموعه پیش از برگزاری چهل و یکمین جشنواره تئاتر فجر، گفت: در حال حاضر نمایش «توربست» در سالن کوچک مجموعه روی صحنه است که تا پایان دی به اجرای خود ادامه می‌دهد. سالن اصلی مولوی نیز طی ۱۰ روز اخیر میزبان اثری نمایشی نبود و این روزها فرصت مناسبی برای آماده‌سازی سالن جهت میزبانی جشنواره تئاتر فجر است.

وی یادآور شد: طی یکی ۲ سال اخیر کمتر فرصتی برای بهبینه‌سازی مسائل فنی وبخش‌های دیگر سالن اصلی مرکز تئاتر مولوی وجود داشت از این رو در ۱۰ روز اخیر مسائل فنی سالن و همچنین ترمیم برخی صندلی‌ها و رنگ‌آمیزی کف سالن اصلی انجام شد تا برای میزبانی از آثار چهل و یکمین جشنواره تئاتر فجر آماده باشد.

حریری درباره زمان شروع اجرای جشنواره تئاتر فجر در مرکز تئاتر مولوی، اظهار کرد: طبق صحبت‌هایی که داشتیم قرار شد ۲ روز قبل از شروع رسمی چهل و یکمین جشنواره تئاتر فجر، مجموعه در اختیار دبیرخانه جشنواره قرار گیرد. به محض اینکه جدول نهایی اجراها در اختیار ما قرار گیرد برنامه‌ریزی برای میزبانی شایسته از جشنواره تئاتر فجر را انجام می‌دهیم.

مدیر مرکز تئاتر مولوی درباره برنامه‌های مجموعه بعد از پایان جشنواره تئاتر فجر، گفت: بعد از پایان جشنواره، میزبان اثر نمایشی «دلپش شیرپار» به کارگردانی مهتاب سعیدی در سالن اصلی مجموعه خواهیم بود که البته نمایش در فرایند اخذ مجوز است و در صورت تأیید ورود صحنه خواهد رفت. وی در پایان تأکید کرد: حتما بعد از پایان جشنواره تئاتر فجر و از اوایل اسفند سال جاری برنامه گران فیلم‌های تئاتری را همراه با نقد و بررسی این فیلم‌ها شروع خواهیم کرد و قصد داریم که این برنامه را به صورت مستمر داشته باشیم.

دختری که هله‌هوله‌های جدید اختراع می‌کند!

ایسنا | مهدی رجبی از انتشار کتاب جدید خود با عنوان «هاله هله‌هوله» و آماده بودن دیگر کتابش درباره سبیل خیر داد. این نویسنده و مترجم ادبیات کودک و نوجوان درباره کتاب‌های جدید خود به ایسنا، گفت: «هاله هله‌هوله» اثر جدید من است. این کتاب، کتاب بامزه‌ای است و به خاطر تصویرسازی‌هایش، انتشارش کمی طول کشید. او سپس بیان کرد: کتاب که در انتشارات طوطی منتشر شده، درباره دختر بچه‌ای است که مدام هله‌هوله می‌خورد و خودش نیزه‌هوله‌ها اختراع می‌کند؛ در واقع با ترکیب هله‌هوله‌ها، هله‌هوله جدید اختراع کرده و با بازی‌های زبانی برای آن‌ها اسم می‌گذارد. ترکیب شدن هله‌هوله‌ها و وقتی هویت‌شان را پیدا می‌کند، هویت‌شان را پیدا می‌کند. رجبی ادامه داد: این دختر از آن دسته بچه‌هایی است که کار خود را می‌کند و مسیر خود را می‌یورد، شیطنت و بازیگوشی‌اش را برای فهمیدن و درک مسائل به کار می‌گیرد. فضای داستان برای بچه‌ها بامزه است. شما به کودک با زبان علمی نمی‌توانید درباره خلاقیت حرف بزنید، هرچند برخی از کودکان میل ساختن و ترکیب کردن، را در خود دارند و دوست دارند بدانند اگر قلان ماده را با قلان ماده ترکیب کنند، چه اتفاقی می‌افتد و دوست دارند چیزهای جدید را تجربه کنند. این کتاب این موضوع را در فضای طنزآمیز بیان می‌کند. نویسنده «دریا و گولاخ‌ها» درباره این که کتاب برای چه گروه سنی مناسب است، خاطرنشان کرد: فکر می‌کنم کودکان هفت تا ۱۱ ساله می‌توانند کتاب را بخوانند. البته البته بزرگ‌ترها هم می‌توانند بخوانند، زمانی که کار می‌کنم به گروه سنی فکر نمی‌کنم و معتقدم اگر کتابی درست باشد، همه سن‌ها می‌توانند بخوانند. رجبی با بیان این که کتاب دیگری با عنوان «پسر اقیانوس» به زودی در نشر افق منتشر خواهد شد، گفت: این کتاب با موضوع محیط زیست و درباره سبیل و آسیب‌های سبیل است؛ داستان در ایران می‌گذرد و درباره خانواده‌ای است که خورستان، وسط سبیل گیر افتاده و بالای پشت بام رفته‌اند و ... او خاطرنشان کرد: تغییرات اقلیمی در دنیا مهم است و ایران هم بخشی از این دنیا است. خیلی مهم است که بچه‌ها درباره برخورد با فاجای طبیعی، اعم از سبیل و زلزله و حریق آگاهی و آمادگی ذهنی داشته باشند. خیلی مهم است که بچه‌ها علاوه بر آمادگی ذهنی، نسبت به کسانی که دچار آسیب می‌شوند، محبت و دلسوزی داشته باشند. حس کمک رساندن و همیاری خیلی مهم است و به همین دلایل، بر روی این موضوع کار کردم.

جادویی دیگر کتاب‌های فانتزی هستیم، اما در کنار داستانی قلم پیش‌بینی و کلیشه‌ای شاهد ارائه داستان قلم لمسی هستیم. درواقع سازندگان انیمیشن تصمیم گرفته‌اند تا داستانی واقع‌گرایانه‌تری را ارائه دهند که به‌طور مثال شخصیت گلدی با اینکه خرس نیست، اما او دارای یک خانواده است و او نیاز دارد تا ارزش این موضوع را کشف کند.

با گربه چکمه پوش باید با ترس از مرگش مواجه شود و با آن مبارزه کند و او نمی‌تواند برای همیشه از آن فرار کند. او باید با ترس تنهایی و مرگ مقابله کند و بالاخره تصمیم بگیرد تا با شخصی زندگی کند که او را دوست دارد. شخصیت کیتی نیز نیاز دارد تا دوباره اعتماد کردن به دیگر و دادن فرصت به آن‌ها را یاد بگیرد. در مجموع انیمیشن دست روی مفاهیم و موضوعات ساده‌ای گذاشته است، اما همین سادگی باعث شده است تا انیمیشن داستانی دوست‌داشتنی و خوبی را به بیننده ارائه دهد.

ظاهر بامزه و مظلومانه گربه چکمه پوش در Puss in Boots: The Last Wish انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish می‌داند که حرف جدیدی برای گفتن ندارد، اما سعی می‌کند همین حرف را به بهترین شکل ممکن به بیننده ارائه کند و نمی‌خواهد از مسیرهای دیگر یا ترندهای روز بهره‌برد. درواقع انیمیشن نقطه مقابل انیمیشن Strange World قرار می‌گیرد که تلاش می‌کند تا کمبودش را از راه دیگری جبران کند و درنهایت هم شربه‌اش را خورد. اما در اینجا خبری از این داستان نیست و شاید تا حدی این خوب باشد که درمیرورکس امروز از حواشی فاصله گرفته‌است.

برگ برنده سازندگان انیمیشن گربه چکمه پوش ۲ شخصیت شرورش یعنی مرگ با همان گرگ ترسناک است که می‌خواهد به زندگی گربه دوست‌داشتنی درمیرورکس خاتمه دهد انیمیشن گربه چکمه پوش: آخرین آرزو هرگز اجرای موزیکال جناب یا صحنه‌های کم‌دی را فراموش نکرده است، اما شاهد زیاده‌روی در این موضوع هم نیستیم و سازندگان درک خوبی از این داشته‌اند که در چه زمان و چه لحظه‌ای با این صحنه‌ها را اختصاص دهند. صحنه‌های موزیکال عمدتا در خدمت داستان انیمیشن هم هستند و همین موضوع به بهتر شدن انیمیشن کمک کرده است. اما چه چیزی تکمیل‌کننده داستان و کلیت انیمیشن Puss in Boots: The Last Wish است؟

برگ برنده سازندگان انیمیشن گربه چکمه پوش ۲ شخصیت شرورش یعنی مرگ با همان گرگ ترسناک است که می‌خواهد به زندگی گربه دوست‌داشتنی درمیرورکس خاتمه دهد. در کنار فضای رنگارنگ انیمیشن و اضافه کردن شخصیت‌های خوبی مثل گلدی و خرس‌ها یا سگ همراه گربه چکمه پوش، ما شاهد ورود شخصیتی هستیم که عملا نقطه مخالف تم و کلیت انیمیشن است.



بیست و چهارمین جشنواره بین‌المللی قصه‌گویی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

حافظ، حکمت‌های سعدی و رباعیات خیام، جهان را تسخیر کرده است. این آثار هیچ زمان و مکان خاصی را نمی‌شناسند و در همه جا جذابیت دارند. بنابراین مخاطب کودک نیز ذیل این ادبیات جذاب قرار می‌گیرد. اما ضمن این که در نحوه روایت و قصه‌گویی، جاذبه‌هایی از نظر بصری و نمایشی برای بچه‌ها داریم، محتوا و پیام حرف اول را در قصه‌هایمان می‌زند. برای همین باید تلاش‌مان را بکنیم تا جشنواره قصه‌گویی به عنوان یک دستاورد مدرن در کشورمان به جهان معرفی شود و پرچمدار قصه‌گویی باشیم.

افشین علا: باید پرچمدار قصه‌گویی در جهان باشیم. تعدد چهره‌های ادبی‌مان در کل جهان اعجاب‌آور است. علا درباره ادبیات کهن فارسی که می‌تواند پشتوانه غنی قصه‌گویی در کشور ایران شود، گفت: ادبیات ما ظرفیت‌های فوق‌العاده گسترده‌ای دارد. یکی از معدود کشورهایی هستیم که تعدد چهره‌های ادبی‌مان در کل جهان اعجاب‌آور است.

شیرین هستند، قابل ترجمه به زبان کودکان و نوجوانان امروز کشور، تعداد کمی در تاریخ ادبیات اسم‌شان بر سر زبان‌ها باشد، اما از ایران چهره‌های ادبی و هنری ما چه در نظم و چه در نثر بسیار پرشمارند و ما را در جهان با ادبیات‌مان می‌شناسند.

گزینه‌ش شوند و نحوه صحیح خوانش، اجرا و روایت آنها توسط افراد خبره و کارشناس به کودکان ارائه شود تا بدین شکل آن‌ها با گذشته خود آشنا شوند و هویت‌شان شکل بگیرد. وقتی هویت‌شان را پیدا کردند، خودشان می‌دانند از پدیده‌های عصر مدرن چطور و از چه موضعی استفاده کنند و در مقابل آفات بیمه می‌شوند. چون این آموزه‌ها انسان‌ساز بوده و بچه‌ها را توانمند می‌کنند.علا با اشاره به میزبانی یزد از بیست و چهارمین جشنواره قصه‌گویی گفت: بسیار خوشحالم که این اتفاق امسال در شهر زیبای یزد برگزار می‌شود. اهالی یزد سهم زیادی در حفظ آداب و رسوم ایرانی دارند.

مردم غیور، متدین و اهل فرهنگی هستند و سرزمینی سرشار از آرامش و نوع‌دوستی دارند. یزدی‌ها می‌توانند میزبانان برازنده‌ای برای این جشنواره باشند و امیدوارم از گویش شیرین اهالی این استان در جشنواره قصه‌گویی به خوبی استفاده شود.

در دنیا بیشتر به عنوان یک سرگرمی به آن نگاه می‌شود و توام است با جاذبه‌های مدرن و فانتزی.

اما ما ضمن این که در نحوه روایت و قصه‌گویی، جاذبه‌هایی از نظر بصری و نمایشی برای بچه‌ها داریم، محتوا و پیام حرف اول را در قصه‌هایمان می‌زند.

برای همین باید تلاش‌مان را بکنیم تا جشنواره قصه‌گویی به عنوان یک دستاورد مدرن در کشورمان به جهان معرفی شود و پرچمدار قصه‌گویی باشیم.

افشین علا: باید پرچمدار قصه‌گویی در جهان باشیم. تعدد چهره‌های ادبی‌مان در کل جهان اعجاب‌آور است.

علا درباره ادبیات کهن فارسی که می‌تواند پشتوانه غنی قصه‌گویی در کشور ایران شود، گفت: ادبیات ما ظرفیت‌های فوق‌العاده گسترده‌ای دارد. یکی از معدود کشورهایی هستیم که تعدد چهره‌های ادبی‌مان در کل جهان اعجاب‌آور است.

شیرین هستند، قابل ترجمه به زبان کودکان و نوجوانان امروز کشور، تعداد کمی در تاریخ ادبیات اسم‌شان بر سر زبان‌ها باشد، اما از ایران چهره‌های ادبی و هنری ما چه در نظم و چه در نثر بسیار پرشمارند و ما را در جهان با ادبیات‌مان می‌شناسند.

گزینه‌ش شوند و نحوه صحیح خوانش، اجرا و روایت آنها توسط افراد خبره و کارشناس به کودکان ارائه شود تا بدین شکل آن‌ها با گذشته خود آشنا شوند و هویت‌شان شکل بگیرد. وقتی هویت‌شان را پیدا کردند، خودشان می‌دانند از پدیده‌های عصر مدرن چطور و از چه موضعی استفاده کنند و در مقابل آفات بیمه می‌شوند. چون این آموزه‌ها انسان‌ساز بوده و بچه‌ها را توانمند می‌کنند.علا با اشاره به میزبانی یزد از بیست و چهارمین جشنواره قصه‌گویی گفت: بسیار خوشحالم که این اتفاق امسال در شهر زیبای یزد برگزار می‌شود. اهالی یزد سهم زیادی در حفظ آداب و رسوم ایرانی دارند.

مردم غیور، متدین و اهل فرهنگی هستند و سرزمینی سرشار از آرامش و نوع‌دوستی دارند. یزدی‌ها می‌توانند میزبانان برازنده‌ای برای این جشنواره باشند و امیدوارم از گویش شیرین اهالی این استان در جشنواره قصه‌گویی به خوبی استفاده شود.

گزینه‌ش شوند و نحوه صحیح خوانش، اجرا و روایت آنها توسط افراد خبره و کارشناس به کودکان ارائه شود تا بدین شکل آن‌ها با گذشته خود آشنا شوند و هویت‌شان شکل بگیرد. وقتی هویت‌شان را پیدا کردند، خودشان می‌دانند از پدیده‌های عصر مدرن چطور و از چه موضعی استفاده کنند و در مقابل آفات بیمه می‌شوند. چون این آموزه‌ها انسان‌ساز بوده و بچه‌ها را توانمند می‌کنند.علا با اشاره به میزبانی یزد از بیست و چهارمین جشنواره قصه‌گویی گفت: بسیار خوشحالم که این اتفاق امسال در شهر زیبای یزد برگزار می‌شود. اهالی یزد سهم زیادی در حفظ آداب و رسوم ایرانی دارند.

مردم غیور، متدین و اهل فرهنگی هستند و سرزمینی سرشار از آرامش و نوع‌دوستی دارند. یزدی‌ها می‌توانند میزبانان برازنده‌ای برای این جشنواره باشند و امیدوارم از گویش شیرین اهالی این استان در جشنواره قصه‌گویی به خوبی استفاده شود.

افشین علا: باید پرچمدار

قصه‌گویی در جهان

باشیم

ایرنا | شاعر و نویسنده جشنواره قصه‌گویی گفت: این هنر ایرانی باید به عنوان یک دستاورد مدرن به دیگر کشورها معرفی شود و سرآمد و پرچمدار قصه‌گویی در جهان باشیم. بیست‌وچهارمین جشنواره بین‌المللی قصه‌گویی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، از ۲۵ تا ۲۹ دی ۱۴۰۱ در شهر یزد برگزار می‌شود.

افشین علا درباره اهمیت ای رویداد به خبرنگار ایرنا گفت:

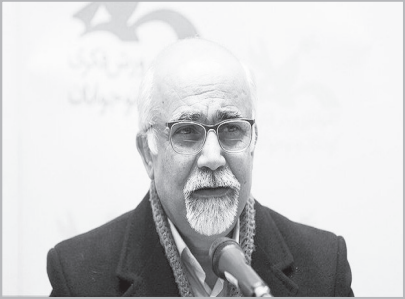
بیست و سه دوره از جشنواره قصه‌گویی تاکنون برگزار شده که اتفاق خوبی بوده، فضای شادی داشته و قابل دفاع است، اما با چشم‌اندازی که ما توقع داریم هنوز فاصله دارد. چرا که یک پشتوانه قسوی ادبی در کشورمان داریم که می‌تواند ما را سرآمد این هنر در جهان کند.

ادبیات ما مضمون گراست

وی در مقایسه قصه‌گویی در ایران و دیگر کشورهای جهان توضیح داد:

قصه‌گویی در همه تمدن‌های بشری وجود داشته و دارد. امروزه اگر بخواهیم خودمان را با کشورهای دیگر و به‌ویژه غربی‌ها مقایسه کنیم، می‌بینیم بار فانتزی قصه‌گویی آنها قوی‌تر است. آنها جاذبه‌های بصری و تصویری و حتی موزیکال بیشتری دارند. اما

ادبیات ما مضمون‌گراست، بنابراین قصه‌گویی‌مان نیز به همین شکل است. در گذشته، پهران، مادران، پدربزرگ‌ها و مادربزرگان‌مان، حتی کسانی که سودای نداشتند، تمام این روایت‌ها را حفظ بودند که سرشار از پند و اندرز بود و این نشان از تعالی ادبیات ما دارد. عضو هیات مدیره کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان ادامه داد: بنابراین ما در حوزه قصه‌گویی باید حرف اول را در جهان بزنیم، زیرا روایت ما متکی بر یک ادبیات غنی است که مشابه آن در کشورهای دیگر دیده نمی‌شود.



ایسنا | محمدرضا یوسفی با انتقاد از ادبیات دولتی کودک و

با بیان این که ادبیات کودک با کودکان صادق نبوده است، گفت: اگر بچه‌ها با تاریخ واقعی کشورشان آشنا شوند، به آن علاقه‌مند می‌شوند اما تاریخی که در کتاب‌های درسی بچه‌ها ارائه می‌شود، ارائه‌ای است که بیشتر آن‌ها را دلزده می‌کند. این نویسنده ادبیات کودک و نوجوان درباره کتاب‌های جدیدی که در دست نوشتن یا بنفشه منتشر شده است، این رمان رتال- فانتزی درباره یک نوجوان است که به دلیل مشکلات خانوادگی در حالت جادویی و در سن ۱۵ سالگی می‌ماند. او انواع هنر‌های ایرانی و سنتی را می‌شناسد و در سن ۸۰ سالگی نمایشگاهی را برپا می‌کند، (البته او در ۸۰ سالگی هم در شمال ۱۵ سالگی است و تیپ یک نوجوان ۱۵ ساله را دارد.) او صاحب نو نه و یکی از نوه‌هایش علاقه دارد این ویژگی پدربزرگش را داشته باشد. در واقع می‌خواهم بگویم ۱۵ سالگی نقطه عطف سنی برای یک انسان است و حوادثی که پیش می‌آید، برای یک عمر همراه او خواهد بود. او افزود: کتاب دیگرم «حسنی و اطلسی» است که در انتشارات مدرسه در این روزها منتشر خواهد شد این داستان بلند، ماجرای دوستی یک پسر امروزی (از دوران کنونی) با پسرری از دوران قاجار است. آن‌ها دو روزگزار متفاوت و متضاد یکدیگر را می‌بینند و حوادث طنزآمیزی برایشان اتفاق می‌افتد. یوسفی در ادامه گفت: یک رمان نوجوان با عنوان «عالیچناب یو» در انتشارات محراب دارم. این رمان سرگذشت یک نوجوان است که در مقابل یک توالیت عمومی کار و زندگی می‌کند و حوادث طنزآمیز و کمیک در آنجا برایش پیش می‌آید. ویژگی شاخص رمان، دیالوگ‌محور بودن آن است. می‌توان گفت رمان به نحوی رمان- نمایشنامه است و تماما به شکل دیالوگ نوشته شده و شخصیت پردازی و عناصر داستان در دیالوگ متجلی می‌شود. همچنین یک بارافزینی از «خاله‌سوسکه» در انتشارات علمی و فرهنگی در دست چاپ دارم. او سپس با اشاره به این که رمان‌هایی که درباره شاهنامه نوشته، به ۱۰۰ عنوان رسیده است، بیان کرد: ۳۰ جلد از این مجموعه منتشر شده و در حال نوشتن رمان‌های دیگر این مجموعه هستیم. کتاب‌ها از شاهنامه گذر کرده و وارد تاریخ ایران می‌شود، همین‌طور پیش می‌رود و به امروز می‌رسد. در کنار این مجموعه رمان نوجوان دیگری با عنوان «کسی اینجا شطرنج بلد نیست» در دست دارم که در حال بازنویسی آن هستیم. این رمان ماجرای نوجوانی است که بین شهر و روستا گیر کرده است. در این رمان به زندگی بچه‌های روستا، بچه‌های شهر و بچه‌های حاشیه نشین پرداخته می‌شود و نوجوانی که به دلایل اقتصادی مجبور می‌شوند به روستاها برگردند بررسی می‌کند. این نویسنده ادبیات کودک و نوجوان درباره نوشتن تاریخ برای نوجوانان و این که به نظر نوجوانان چندان به تاریخ علاقه‌مند نیستند، اظهار کرد: تجربه به من می‌گوید بچه‌ها تاریخ ایران را خیلی دوست دارند اما تاریخی که به آن‌ها عرضه می‌شود، تاریخ دست‌کاری شده‌ای است. اگر بچه‌ها با تاریخ واقعی کشورشان آشنا شوند به آن علاقه‌مند می‌شوند اما تاریخی که در کتاب درسی بچه‌ها ارائه می‌شود، ارائه‌ای است که بیشتر بچه‌ها را دلزده می‌کند و انگیزه‌ای در آن‌ها ایجاد نمی‌کند تا با تاریخی واقعی کشورشان آشنا شوند و آن را دوست داشته باشند. بچه‌ها باید حضور فعال و کنشگر خود و نیاکشان را در تاریخ ببینند که این اتفاق نمی‌افتد. این در حالی است که الان بچه‌ها به منابع گوناگون دسترسی دارند و نمی‌شود حقایق را به آن‌ها نگفت. او با تأکید بر این که مشکل از کتاب‌های درسی است، گفت: زمانی که بچه‌ها از کتاب‌های درسی فاصله می‌گیرند و با کتاب‌های دیگر آشنا می‌شوند، واقعا تاریخ را دوست دارند و می‌خوانند. چند سال پیش مجموعه رمان «فصل‌های ایران زمین» را با عنوان‌هایی چون «شیر سپید پال»، «حماسه سپیدی»، «ختران خورشید»، «رقص شیران» و... را منتشر کردم که این کتاب‌ها نشان داد بچه‌ها به تاریخ، فلسفه و سیاست علاقه دارند اما سیستم آموزش و پرورش ما این اندیشه‌ها را درست منتقل نمی‌کند، بلکه یک‌سری میانی کلیشه‌ده و بدور از واقعیت را به بچه‌ها ارائه می‌کند. درحالی که بچه‌ها می‌فهمند. اگر بچه‌ها کتاب تاریخ‌شان را بعد از امتحان پاره پاره کرده‌و به گوشه‌ای پرت می‌کنند، به این دلیل است که این کتاب‌ها، کتاب‌هایی نیست که واقعیت تاریخی و فلسفی، سیاسی و اجتماعی را به بچه‌ها بدهد. این نویسنده در ادامه خاطرنشان کرد: البته رمان‌های تاریخی که برای بچه‌ها نوشته می‌شوند هم تابعی از کتاب‌های درسی هستند. این مصیبتی است که کتاب‌های کودک دارد ساختار، ساختار دولتی است و به سختی می‌شود چند کتاب خوب پیدا کرد که بچه‌ها را با تاریخ و فرهنگ خودشان آشنا کند. حتی ناشر خصوصی ما چیزی چاپ می‌کند که بتواند به مراکز دولتی بفروشد، مثلا بیشتر کتاب‌هایی که درباره جنگ عراق و ایران نوشته شده این‌طور است که ایرانی‌ها پیشروی کردند و پیروز شدند و عراقی‌ها شکست خوردند. این کودک از خود می‌پرسد اگر این‌طور بود پس چرا جنگ هشت سال طول کشید؟ این کودک اطرافینی دارد که در جنگ شهید شده یا جانیاز بوده‌اند و می‌فهمد این‌طور هم که در کتاب‌ها آمده، نبوده است. محمدرضا یوسفی بیان کرد: ادبیات کودک ما سال‌هاست با بچه‌ها چندان صادق نبوده است. ما سیطره بخش دولتی را داریم، نویسنده‌ها به خودسانسوری عادت دارند. اگر ادبیات بزرگسال ما مشکلی سانسور باشد، ادبیات کودک ما مشکل چندگانه دارد و به طبیعت این بچه‌ها روی خوش به کتاب‌های تاریخی نشان ندهند. پدر و مادرهای ما باید کلی جست‌وجو کنند تا کتاب مناسب برای بچه‌هایشان پیدا کنند و در نهایت مجبور می‌شوند سراغ ترجمه بزنند. کتاب‌های ترجمه برای ناشر سود بیشتری دارد و وزارت ارشاد هم راحت‌تر از کنارشان عبور می‌کند. مدام یک سری کتاب‌های تبلیغی می‌زنند، فشار بخش دولتی و وزارت ارشاد زیاد است، نویسنده دچار خودسانسوری شده و در نهایت رمان یا تیزر ۵۰۰ نسخه منتشر می‌شود. این تیزر! کجا مطرح شود؟ اوضاع بفرنجی است.



طرز تهیه هات چاکلت مکزیک

مواد لازم: شیر ۳٫۵ پیمانه، شکلات تخته ای ۱۶۰ گرم، پودر کاکائو ۲ قاشق سوپخوری، شکر قهوه ای ۲ قاشق سوپخوری، چوب دارچین ۳ تکه، پودر فلفل جیلی ¼ قاشق چایخوری، وانیل ½ قاشق چایخوری. . خرده شکلات برای ترین، برای تهیه هات چاکلت مکزیکي خوشمزه ابتدا شکلات تلخ تخته ای را با دست یا چاقو خرد می کنیم.می توانیم شکلات را با چاقو به چند تکه تبدیل کنیم و داخل کیسه ای قرار دهیم و با گوشت کوب روی آن بکوبیم تا کاملا خرد شوند. شکلات های خرد شده را در کاسه ای می ریزیم و کنار می گذاریم.شیر را داخل قابلمه ای می ریزیم و روی حرارت ملایم قرار می دهیم و شکر قهوه ای، پودر کاکائو، پودر فلفل چیلی و چوب دارچین را به آن اضافه می کنیم سپس مداوم با قاشق آن را هم می زنیم تا شکر قهوه ای کاملا در شیر حل شود و همگی مواد عطر و طعم خودشان را به شیر پس بدهند. زمانیکه شیر به جوش آمد قابلمه را از روی حرارت بر می داریم و کنار می گذاریم. حالا شکلات تخته ای های خرد شده را به همراه وانیل به آن اضافه می کنیم و مداوم هم می زنیم تا عطر وانیل و طعم بی نظیر شکلات با شیر و دیگر مواد مخلوط شود. هات چاکلت آماده شده را در ماگ یا هر مدل لیوانی که تمایل داریم می ریزیم. بلافاصله ۲/۱ پیمانه شیر را داخل شیرجوش می ریزیم و روی حرارت زیاد قرار می دهیم تا زود گرم شود و بعد از گرم شدن شیر را از روی حرارت بر می داریم و داخل فرنچ پرس می ریزیم و با حرکت خیلی سریع اهرم بالای فرنچ پرس کف شیر را درست می کنیم. در آخر با قاشق آرام فوم درست شده در فرنچ پرس را بر می داریم و روی هات چاکلت داخل ماگ می ریزیم و روی فوم را با کمی خرده شکلات یا پودر کاکائو ترین می کنیم و هات چاکلت خانگ و داغ را نوش جان کنید.

طرز تهیه کباب چنجه چینی

کباب چنجه چینی یکی از انواع غذاهای محبوب در کشور چین است که با ذائقه ما ایرانی ها نیز سازگار می باشد .

■ مرحله اول

برای تهیه کباب چنجه چینی خوشمزه ابتدا گوشت گوسفندی را به صورت تکه های کوچک خرد می کنیم، سپس داخل یک کاسه مناسب می ریزیم، در ادامه سیر را به صورت ساطوری ریز خرد کرده و به کاسه می افزایش.

■ مرحله دوم

در این مرحله زنجبیل را با رنده ریز رنده می کنیم و به همراه ماست چکیده، پاپریکا، سرکه بالزامیک، سویا سس، پودر فلفل قرمز و روغن زیتون به کاسه اضافه می کنیم و مواد را به خوبی ترکیب می کنیم تا یکدست شوند.

■ مرحله سوم

حالا روی کاسه را با سلفون می پوشانیم و در یخچال قرار می دهیم تا گوشت طعم دار شود. اگر زمان کافی نداشته باشیم یک ساعت و در صورتی که زمان کافی نداشته باشیم یک شب باید اجازه دهیم گوشت استراحت کند.

■ مرحله چهارم

اگر می خواهید کباب چنجه شما به راحتی در دهان آب شود، حتما اجازه دهید گوشت مدت طولانی تری در یخچال استراحت کند. پس از اینکه گوشت به خوبی طعم دار شد، کاسه را از یخچال خارج می کنیم.

■ مرحله پنجم

در این مرحله تکه های گوشت را از کاسه خارج می کنیم و مواد روی آنها را با دست پاک می کنیم، در ادامه گوشت ها را به صورت یکدست به سیخ می کشیم، سپس کره را ذوب می کنیم و روی گوشت های خام می مالیم.



مواد لازم

گوشت ران گوسفندی	۸۰۰ گرم
ماست چکیده	½ پیمانه
سیر	۱ حبه
زنجبیل تازه	½ قاشق چایخوری
پاپریکا	۱ قاشق چایخوری
سرکه بالزامیک	۱ قاشق غذاخوری
سویا سس	½ قاشق غذاخوری
پودر فلفل قرمز	½ قاشق چایخوری
روغن زیتون بکر	۳ قاشق غذاخوری
کره	۲ قاشق غذاخوری

■ مرحله ششم

در این مرحله منقل ذغال را به صورت یکدست روشن آماده می کنیم و سیخ ها را روی منقل می چینیم تا کباب ها پزند. هر چند لحظه یک بار کباب ها را می چرخانیم تا به صورت یکدست پزند. در نهایت این کباب خوشمزه را به همراه نان یا برنج سرو می کنیم.

مواد لازم

نشاسته	۱ پیمانه
شکر	۱۵۵ پیمانه
ژلاتین	۲ قاشق غذاخوری
زعفران دم کرده	۱ قاشق غذاخوری
وانیل	نوک قاشق چایخوری
کره	۲۰ گرم
پودر هل یا زنجبیل	به مقدار دلخواه
مغز پسته	۲ قاشق غذاخوری



طرز تهیه لوکوم پسته ای

و حرارت را بیشتر می کنیم تا شکر حل شود. پس از اینکه شکر به طور کامل حل شد، زعفران دم کرده را به قابلمه می افزایش.

■ مرحله چهارم

زعفران را به خوبی با دیگر مواد ترکیب می کنیم تا به صورت یکدست رنگ مواد را تغییر دهد. پس از اینکه نشاسته کمی سفت شد، مخلوط ژلاتین را به قابلمه اضافه می کنیم و با دیگر مواد ترکیب می کنیم تا یکدست شوند.

■ مرحله پنجم

در این مرحله کره را به قابلمه اضافه می کنیم و هم زدن مواد را تا زمانی که مواد کاملا سفت و حالت دار شوند ادامه می دهیم. حالا نویت اضافه کردن مغز پسته است، مغز پسته را به خوبی با دیگر مواد ترکیب می کنیم.

■ مرحله ششم

پس از اینکه مغز پسته با دیگر مواد یکدست شد، قابلمه را از

■ مرحله اول

برای تهیه لوکوم پسته ابتدا نشاسته را به همراه پودر هل داخل یک قابلمه مناسب می ریزیم. در ادامه وانیل را به همراه دو و نیم پیمانه آب ولرم به قابلمه اضافه می کنیم و مواد را به خوبی ترکیب می کنیم تا نشاسته در آب حل شود.

■ مرحله دوم

در این مرحله ژلاتین را در یک کاسه می ریزیم، سپس یک سوم لیوان آب گرم اضافه می کنیم و اجازه می دهیم ژلاتین خیس بخورد. در ادامه قابلمه حاوی نشاسته را روی حرارت ملایم قرار می دهیم و مرتب مواد را هم می زنیم.

■ مرحله سوم

مواد را باید تا زمانی که غلیظ شوند به صورت مداوم هم بزنیم. پس از اینکه نشاسته کمی غلیظ شد، شکر را اضافه می کنیم

عمودک

۱ زبانه آتش
کنایه از هفتمین طبقه دوزخ است
۲شهر جای و کلوچه
صدای گریه بچه
از نزولات آسمانی
۳ ترس و واهمه
از دانه های خوراکی مقوی
تخته بزرگ و دراز که از تنه درخت بریده باشند
۴حرف ندا
جلگه های وسیع علفزار جنوب روسیه را گویند
نام جد مادری ح...
۵شناس...
از مرکیا...
نی...
عشرومنده...
ج...
کم...
شانه...
۷ اندرو...
آسو...
پست و ...
۸دوس...
مترسک...
۹پرچم...
بیماری...
شهری در...
۱۰انقطه عطف...
ریس...
نام دیگر سور...
جدا...
۱۱اوق...
راننده متخل...
مادر آذ...
۱۲چراغ نف...
چاره...
درختی س...
۱۳چغندر...
جنگ و ...
مرکز ح...
۱۴ازین و ...
به...
قاصد و...
۱۵اثری از «جل...
بندری مهم...

افقی

۱ ورزش مخصوص نابینایان
جانوری شبیه چلیپاسه
۲رودی جاری در آلمان
پارچه نخی سفید
سبک عقل
۳صداهای درهم و برهم
هیچگاه
از حشرات مزاحم
۴حرف ندا
جلگه های وسیع علفزار جنوب روسیه را گویند
نام جد مادری ح...
۵شناس...
از مرکیا...
نی...
عشرومنده...
ج...
کم...
شانه...
۷ اندرو...
آسو...
پست و ...
۸دوس...
مترسک...
۹پرچم...
بیماری...
شهری در...
۱۰انقطه عطف...
ریس...
نام دیگر سور...
جدا...
۱۱اوق...
راننده متخل...
مادر آذ...
۱۲چراغ نف...
چاره...
درختی س...
۱۳چغندر...
جنگ و ...
مرکز ح...
۱۴ازین و ...
به...
قاصد و...
۱۵اثری از «جل...
بندری مهم...

فروردین

امروز دهنان پر از افکار مختلف است که دارند در سرتان می چرخند، ولی بهتر است که خیلی درگیر آنها نشوید و در موردشان با دیگران حرف نزنید. هرچند که افکارتان خیلی خوب و منطقی هستند، ولی اگر در مورد افکارتان با دیگران حرف بزنید و مرتب نظراتیان را عوض کنید

اردیبهشت

امروز خودتان را درگیر برنامه های خیلی شلوغ و وقت گیر نکنید و برای روزتان طوری برنامه بچینید که بتوانید به تمام کارهایی که برای انجام دادند دارید برسید. مطمئنا از این که در پایان روز نصف کارهایتان ناتمام باقی مانده باشند خوشتان نخواهد آمد. این که خودتان را از موقعیت های خطرناک دور نگه دارید کار بسیار عاقلانه ای است

خرداد

امروز می ممکن است از یک نفر که خیلی از او خوششان نمی آید دلخور شوید، ولی امکان این که به منبع اصلی ناراحتیتان اشاره کنید برایتان وجود ندارد. شاید یکی از اطرافیانتان شما را در وضعیتی گیر بیندازد که مدام تلاش کرده ای آن دوری کنید شرایط در حال حاضر هر چه که باشند باید با آنها روبرو شوید

تیر

امروز اگر مجبور شوید روی کسی که روی شما حساب کرده است را زمین بیندازید خیلی از دست خودتان ناراحت خواهید شد. نیازی ندارد خودتان را برای چیزهایی که از کنترل شما خارج هستند عصبانی و یا سرزنش کنید. البته شما اقتدر به رسیدن به نتایج دلخواهتان اهمیت می دهید که زمان زیادی را صرف افکار بیهوده و سرزنش کردن خودتان نخواهید کرد

مرداد

اگر چیزی هست که خیلی دلتان می خواهد آن را به دست بیاورید همین حالا آستین هایتان را بالا زده و با تمام وجود برای رسیدن به آن تلاش کنید. نباید منتظر بنشینید تا آنچه که می خواهید به سراغ شما بیاید، این شما هستید که باید به دنبال آن بروید و آن را به دست بیاورید. دوست ندارید کاری کنید که دیگران از شما ناراحت شوند ولی امروز این کار برایتان خیلی سخت تر از همیشه خواهد بود پس زبدا با دیگران وارد بحث نشوید و سرتان به کار خودتان باشد.

شهریور

شما از هدف گذاری های بلندپروازانه و سپس نرسیدن به انتظاراتان خسته شده اید. خوشبختانه اکنون در وضعیتی قرار دارید که نقشه هایتان را می توانید بدون برخوردن به هیچ مشکلی به مرحله اجرا بگذارید. با این حال اگر در رویکردتان به این موضوع خیلی سرسختانه یا فشاری کنید ممکن است موجبات عصبانیت کسی را فراهم کنید که می تواند برایتان مشکل ساز شود.

مهر

مرور خیلی خوب می توانید متوجه شوید که چه کسی دارد بهانه های بیهوده برایتان می آورد و نگاه نافذتان آنها را مضطرب و عصبی خواهد کرد. با وجود آن که ممکن است خیلی در رابطه با حدس هایتان دقیق باشید و به خوبی به واقعیت امر پی ببرید. شما خیلی راحت حاضرید از حق و حقوق خودتان به خاطر دیگران بگذرید و با هر فداکاری دیگری برای عزیزانتان بکنید.

آبان

همه فکر می کنند که شما راه رسیدن به موفقیت را خیلی خوب می دانید و از شما تقاضای راهنمایی و کمک دارند. شما در حال حاضر خیلی راحت می توانید حقیقت را تشخیص دهید و این باعث می شود که احساس کنید توانایی هایتان بیش از بقیه است و می توانید برای آنها تصمیم گیری کنید. یادتان باشد دچار این توهم نشوید که چون می توانید راه درست را برای آینده خود در پیش بگیرید

آذر

شما همیشه با شجاعت تمام برای کشف ناشناخته ها آمده اید و با شور و هیجان تمام حاضرید کارهایی را انجام دهید که هیچ کس تا کنون انجام داده است. امروز این شور و هیجان در شما بیش از هر زمان دیگری است و دیوانه وار به دنبال ماجرا می گردید. برای ارضای این حس خود از تعطیلات استفاده کرده و همراه با دوستانتان به سراغ تفریحات هیجان انگیز و البته سالمی بروید

دی

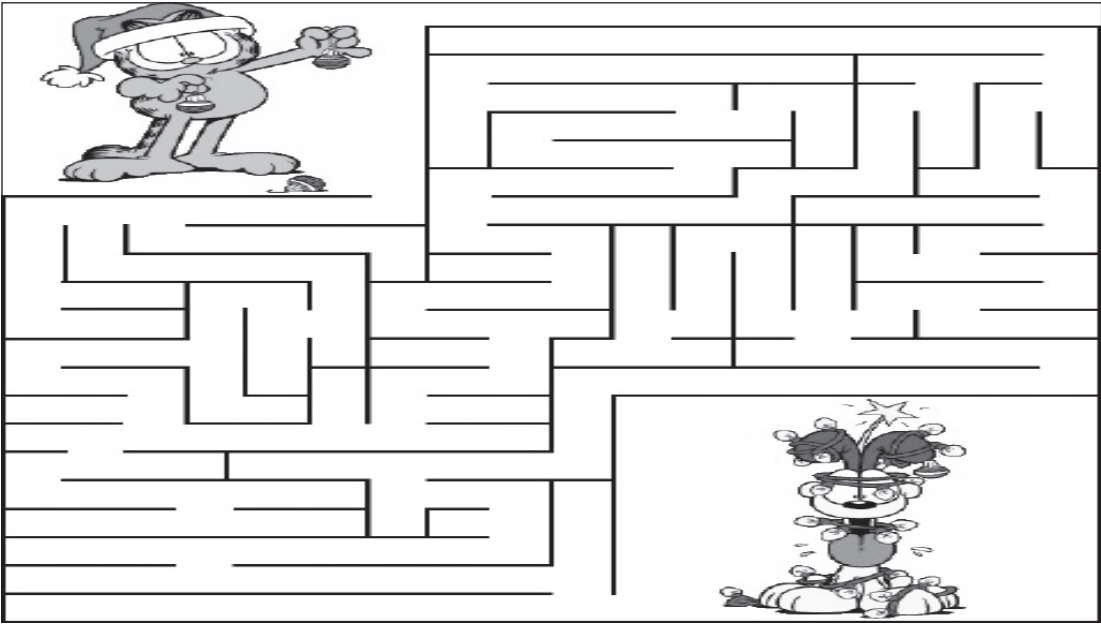
هرچند ممکن است در واقع هیچ نیت بدی نداشته باشید، ولی بهتر است که احساسات و افکارتان را برای خودتان نگه دارید. شاید حتی خودتان هم خیلی خوب بدانید که این حرف ها بهتر است ناگفته باقی بمانند، ولی امکان دارد در یک لحظه هیجان زده شده و آنچه نباید بگویید را به زبان بیاورید. متأسفانه حرفی که گفته شده است را نمی توانید پس بگیرید

بهمن

شما از این که نتیجه گیری های درستی انجام داده اید مطمئن هستید و شروع می کنید به تلاش برای قانع کردن دیگران به این که به آینده مثل شما نگاه کنند. با این حال داشتن این تصور که تنها یک نتیجه گیری درست وجود داد و شما آن را می دانید و دیگران هم لزوما باید مثل شما فکر کنند کار درستی نیست.

اسفند

امروز می خواهید خودتان را برای دیگری که دوستانشان دارید قربانی کرده و آنها را نسبت به خودتان در اولویت قرار دهید و هر کاری که لازم است را برای آنها انجام دهید. احساس مسئولیتی که دارید باعث می شود برای انجام تمامی کارهایی که از شما انتظار می رود به خودتان فشار زیادی وارد کنید و بار کاری زیادی را تحمل کنید.





سایت روزنامه شهر مردم

ایمیل: shahrmardomdaily92@gmail.com

صاحب امتیاز: مدیرمسئول: الهام فیروزی

آدرس: شیراز خیابان سید جمال الدین اسدآبادی کوچه ۳ ساختمان خوارزمی واحد ۱۰۳

تلفن: ۰۷۱۳۳۳۳۰۹۴۹

تلفکس: ۰۷۱۳۳۳۳۶۷۵۷

• توزیع: روزنامه شهر مردم
• چاپ و لیتوگرافی: دنیا

کانال تلگرام
www.telegram.me
shahrmardomdaily
اینستاگرام
Shahrmardom.newspaper

سه شنبه ۱۷ دی ۱۴۰۱ سال نهم شماره ۷۳۱



روزنامه صبح شهرمردم

حضور اینکه در گاهی در اجلاس آسیایی و واکنش دبیر فدراسیون؛

نماینده ای نداریم!



ایسنا | اجلاس سالیانه کنفدراسیون ژیمناستیک آسیا در دوحه قطر در حال برگزاری است. شائیهایی در مورد حضور رئیس سابق فدراسیون در این اجلاس مطرح است که البته

محسن سلیمانی در گفت و گو با ایسنا، در مورد حضور رئیس سابق فدراسیون ژیمناستیک در اجلاس اظهار کرد: ما هیچ کس را برای این منظور به آسیا معرفی نکرده ایم. نمی دانم او به چه عنوانی در این اجلاس شرکت کرده است. وی افزود: نگرانی کاندیدای کمیسیون های مختلف آسیا بودند اما ما ایمیلی جهت معرفی نفرات به آسیا نزدیم. این موضوع کاندیداها هم برای ۸ یا ۹ ماه قبل است. دبیر فدراسیون ژیمناستیک گفت: اگر اشتباه نکنم اجلاس آسیایی در دوحه از دیروز شروع شده و تا پس فردا ادامه دارد. او در پاسخ به این سوال که آیا رئیس سابق این فدراسیون جزو کاندیداها می باشد یا نه گفت: نه فکر نمی کنم. شاید هم جزو کمیسیون پزشکی بود اما دقیق نمی دانم. من قطعی در فدراسیون نبودم و آقای هاشمی حضور داشت...

روز بارانی شیراز

عکاس: محمد مهدی اسدزاده



عکس روز

گوهری:

پیرانوند را دوست دارم اما از تعویض فسی شدم

اگر نگرش، مسیر را تشخیص دادم. شما ببینید دروازه هفت متر است و من یک متر و ۹۰ سانت هستم نه چهار متر که حداقل نصف دروازه را پوشش بدهم.

■ بعد از بازی برخورد با پیرانوند چطور بود؟

به همدیگر خسته نباشید گفتیم و بابت این موفقیت به او تبریک گفتیم. خوب بابت صعود و موفقیت تیم خوشحالم و این چیزی نیست که بخوام آن را نادیده بگیرم. من با همه خوب هستم. یک چیز جالب بگویم. قبلاً از هر بازی که داریم، به سمت گلر حریف و مربیان که می روییم و با آن ها خوش و بش می کنیم. تنکا می گوید که تو چند سانت است که اینقدر با همه آشنا هستی. من با گلر لیگ رفیق هستم.

هدف است و باید در یک زمانی به آن برسیم و فتره کارم را ببینم.

■ اما...

ببینید گلر همین است و نمی توانی تحت هیچ شرایطی گل نخوری. بازی می کنی گل می خوری؛ ولی باید ببینی شرایطت چطور است. من واقعا ممنون و متشکر از تنکا (مربی گلرهای پرسپولیس) هستم. وقتی او آمد، شرایطم خوب شد و زندگی ام آرام شد. من حسین ابنائلو را خیلی دوست دارم و او مرا به فوتبال آورد و گلر کرد؛ ولی الان تنکا برایم حکم پدر فوتبالی را دارد. او مرا ارتقا داد و مدیون او هستم و امیدوارم بتوانم روزی او را کاملاً راضی کنم و کلاهی را ببندازد بالا و بگوید اول که وقتم را برای احمد گوهری هدر ندادم؛ در بنالتی گرفتن جقدر خود را مدعی می دانی؟

خب گفتیم که در بنالتی در جریان بازی هم دست بازیکن حریف را خواندم و بدشانس بودم. اگر خاطراتان باشد برابری پرسپولیس و زمانی که نفت مسجد سلیمان بودم هم بنالتی سیامک نعمتی را گرفتیم. فکر می کنم می توانم بنالتی گیر خوبی باشم. فکر می کنم و این نظر خودم است. سال ها بازی کردم و معمولاً بنالتی ها را گرفتم و

بدشانس هستم! اینکه مردم می آیند نظر می دهند، طبیعی است و این تیم مردمی و پرهوادار است. این ذهنیت را دارم که همیشه یک عده قرار است شما را بالا بیندازند و بگویند به به و چه و یک سری هم قرار است تحت هر شرایطی ببینند به تو انتقاد کنند و فحش بدهند و بد جلوه بدهند. آدم ها ناراحت می شوند وقتی بعضی چیزها را می شنوند. من اما راهی را پیش گرفتم که هدف روشنی دارد و از شرایطم راضی هستم و برایم مهم این است که مربی تیم از من چه می خواهد و راضی باشد یا نه. من نمی توانم قطعا همه را راضی نگه دارم. مهم

بگذارند... رابطه خوبی هم با علیرضا پیرانوند داری. من سه سال با او کار کردم در نفت تهران. در کل بخوام بگویم هیچ وقت با رقیبم مشکلی نداشتم. همیشه سعی کردم جوری کار کنم که هوای گلر رقیبم را داشته باشم. در ایران هیچ کس این کار را نمی کند و گلر ها با هم زاویه دارند. من چه فصل گذشته و چه این فصل همیشه کارم را دنبال کردم. علی گلر تیم ملی است و همیشه دوستی قدیمی و احترام را حفظ می کنم.

■ بعد از این بازی اما

در صحنه خود دیدیم که خیلی ها به تو حمله کردند و همه وارد کردند. موضوع چه بود؟ فصل گذشته شرایط طوری بود که انتظارات زیاد بود و من فرصت زیادی نداشتم تا ببایم جا بزنم و خودم را جمع کنم. من از آن دسته گلر ها نیستم که پیهویی کار شاقی انجام دهم و باید کم کم جا بزنم. در خیابان مردم که مرا می بینند، خیلی احترام مقابل داریم و تشکر می کنند. در این بازی هم بدشانس بودم و گل اول که بنالتی و گل دوم هم کار شائسان گفتند که آفساید بوده و من دیگر ببینید چقدر

«ورزش سه» | گوهری که در نقل و انتقالات زمستانی فصل گذشته و بعد از جدایی ناگهانی پوزیدار رادشویچ به پرسپولیس پیوسته بود، در این فصل پشت سر علیرضا پیرانوند گیر کرد و در نهایت، مقابل ون یارس در جام حذفی فرصت بازی یافت. بسا این حال، در نایب های بایانی بازی و در شرایطی که همه انتظار ضربات پناثی را برای تعیین تیم صعود کننده می کشیدند، یحیی تصمیم به تعویض او با پیرانوند گرفت. او که در لحظات آماده شدن پیرانوند برای حضور در زمین با چهره خاصی به آسکورپرد و گلر ملی پوش تیمش نگاه می کرد، اکنون به سوالات ما درباره آن لحظات پاسخ داده است.

■ بعد از مدت ها به ترکیبی و مقابل ون یارس در جام حذفی بازی کردی. اوضاع چطور بود؟

بعد از ۱۵ هفته در لیگ اسما و ۶ هفته در فصل گذشته که در ترکیب نبودم و حدود یک سال بود که در ترکیب رسمی حاضر نبودم، بازی کردم. به نظر خودم شرایط خوبی داشتم و سر حال بودم. با کمترین اشتباه؛ فکر کنم فقط یک پاس اشتباه دادم به وحید امیری. برای گلر ها که بعد از مدت ها به ترکیب برمی گردند، وضع کمی سخت است و استرس دارند؛ اما به نظر من خوب بودم. از اول بازی شرایط خوبی داشتم و مسلط بودم. اما یک مقدار بدشانس هستم و همان اول بازی پناثی شد و در پناثی هم توپ به دستم خورد؛ اما خیلی گوشه بود و زاویه داشت. در این بازی فوق العاده هجومی بودیم و خیلی خوب بودیم و موقعیت داشتیم اما بدشانس بودیم و چندین بار توپ به تیرک حریف خورد.

■ تعویض در دقیقه ۱۱۸ و قبل از بنالتی ها چطور بود و چطور با این موضوع کنار آمدی؟

شرایطی که پیش آمد، به هر حال سمرمربی تیم است و یک سری نظر و اعتقاد دارد. شرایط بازی هم به شکلی بود که مقابل تیم دسته اولی بود و نظر داشت که علیرضا پیرانوند با توجه به این که گلر تیم ملی است و فشار روانی روی حریف می آورد، او را به میدان فرستاد. پناثی است و حالا شاید من هم بودم، یک کارهایی می توانستم بکنم. این که تعویض شدم، نظر سمرمربی بود و من تابع هستم و در این یک سال گذشته هم نایت کردم که بدون حاشیه کار را دنبال می کنم و به نظر سمرمربی تحت هر شرایطی احترام می گذارم. ناراحتی نداشتم؛ اما بعد از یک مدت بازی می کنی

انگیزه زیادی داری و به جای ناراحتی، باید بگویم کمی فسی شدم! شما به آن چه می گوید؟ (با خنده) در کل، به نظر من مهم این است که فوتبالیست ها به هم احترام

ایرنا | تیم های آلومینیوم

اراک و گل گهر سیرجان از ساعت ۱۵ امروز دوشنبه در تنها دیدار باقیمانده نیم فصل نخست رقابت های لیگ برتر در ورزشگاه امام خمینی به مصاف هم رفتند که در دقیقه ۲۰ اتفاق مهمی

سرمربی اسپانیایی تراکتور در تمرینات تیمش حضور پیدا کرده گزارش ایسنا | تمرینات تیم فوتبال تراکتور از امروز (دوشنبه) با بازگشت پاکو خمز به ایران از سر گرفته شد تا این تیم خودش را برای دیدار روز شنبه با گل گهر سیرجان در چارچوب هفته شانزدهم لیگ برتر فوتبال آماده کند. همچنین با اعلام اکبر ذوالعجیدیان، مدیر تیم تراکتور، ریکاردو آلوز که به دلیل چهار کارنه بودن از حضور در بازی با گل گهر محروم است، با هماهنگی سرمربی تیم از روز چهارشنبه به تمرینات اضافه می شود. محمد عباسزاده هم که دچار مصدومیت شده است، روند درمانی اش را از فردا در تبریز پیگیری خواهد کرد. مابقی بازیکنان در این جلسه تمرینی حاضر بودند. در روزهای گذشته رسانه های محلی اسپانیا از پیشنهاد اسپورتینگ خیخون به پاکو خمز برای قبول هدایت این تیم خبر داده بودند که حالا با حضور خمز در تمرین تراکتور، به نظر می رسد او قصدی برای جدایی ندارد. علاوه بر این مدیران تراکتور هم اعلام کرده بودند که اجازه جدایی به پاکو خمز نخواهند داد...



بازگشت پاکو خمز به تمرینات تراکتور

رخ داد. میثم مجیدی بازیکن بومی و ۳۶ ساله ایرانکو در این دقیقه از زمین مسابقه خارج شد و طی اعلام قبلی برای همیشه از دنیای فوتبال خداحافظی کرد. مجیدی به هنگام خروج از زمین با تونلی که بازیکنان ۲ تیم برایش به وجود آوردند مواجه شد و در میان تشویق حاضرین، زمین را ترک کرد.

او سپس چهار گوشه زمین را بوسید و با لباسی که روی آن نوشته شده بود «خداحافظ فو تبال»

کفش هایش را آویخت. مجیدی فوتبال خود را با تیم آلومینیوم شروع کرد. او سپس برای تیم های شن سبای ا ر ا ک ،

ایرنا | در ادامه رقابت های هاکی روی یخ کشورهای اسلامی، تیم ملی دختران کشورمان پس از کسب سه پیروزی مقابل بحرین، امارات عمان و یک شکست مقابل تاتارستان صبح امروز مقابل نماینده عربستان به میدان رفت و توانست با شکست این تیم به دیدار پانزده مسابقات راه یابد. ملی پوشان کشورمان تا به قوتی راسه بر سه و با نتیجه مساوی به پایان رساندند و سپس در ضربات پناثی با نتیجه سه بر یک به پیروزی رسیدند و راهی دیدار نهایی شدند. نمایندگان کشورمان فردا در دیدار نهایی مقابل تیم و نماینده کشور میزبان به میدان خواهند رفت. اعظم سنا، الهام مدیرهقان، صبا مظاهری، هانیة آقامحمدی، دیبا فرام نیا، دیبا فرام نیا، زهرا رضایی، نگار خرم، مهدیه نوروزی، شبنم عرب فاطمه شاهسون، زهره حسینی، زهرا قلسمی، عسل حیدری، حدیث خلج، آذین فاروقی، نگار ارجمند، فاطمه اسماعیلی، هلیا سهیلی ملی پوشان ایرانی هستند که در این دیدار به میدان رفتند.

خدا حافظی بازیکن اسبق استقلال در دقیقه ۳۰

آلومینیوم هر مژگان، استقلال خوزستان، استقلال تهران، صبا، قم، الشمال قطر، بادران تهران و آلومینیوم اراک بازی کرد و حالا تصمیم به خداحافظی گرفت. AFC. داوری که می خواهد در لیست آن کشور باشد، باید ۱۰ دیدار از بالاترین سطح مسابقات آن کشور را سوت بزند...



هاکی روی یخ کشورهای اسلامی؛ دختران ایران فینالیست شدند