

جبهه به معنی جوی بزرگی است  
که از اتصال جوی های کوچک تشکیل می شود

# جبهه

روزنامه

مازندران - گیلان - گلستان

سه شنبه ۲۸ فروردین ماه ۱۴۰۳



احداث ۱۱۰۰ مسکن شهری  
در دولت سیزدهم توسط بنیاد  
مسکن انقلاب اسلامی



ایران جنگ پیچیده و مدرن را در  
قبال گستاخی رژیم صهیونیستی  
عملیاتی کرد

سال بیست و هشتم - شماره ۲۷۲۹ - ۸ صفحه - ۲۰۰۰ تومان

## مازندران غرق در شادی و سرور - اوضاع بازار عادی است



### گیلان ماهی سفید پرورشی را در محیط اسارت تکثیر کرد

رئیس مرکز بازسازی و حفاظت از ذخایر ژنتیکی ماهیان استخوانی شهید انصاری رشت اعلام کرد: برای نخستین بار در کشور ماهی سفید پرورشی در محیط اسارت در این مرکز تکثیر شد و باتوجه به درصد لقاح بالای ۹۵ درصد طی چهار روز آینده لاروها پوسته گشایی کرده و هج (بارور) می شوند.

۳

### دهه شصتی ها؛ اولین مخاطب مراکز همسرگزینی

براساس برآورد آمارهای جمعیتی، در حال حاضر یک میلیون و ۲۰۰ هزار نفر از مردان و حدود ۵۵۰ هزار نفر از زنان دهه شصتی هستند که البته از آنجا که مردان متولد این دهه الزاماً با خانمهای دهه شصتی ازدواج نمی کنند، اکثریت آنها تا مرز ۵۰ سالگی ازدواج خواهند کرد و در این میان دایره همسرگزینی برای خانمهای دهه شصتی محدودتر است؛ اما در مجموع طبق گزارش مرکز پژوهش های مجلس، هم اکنون غالب مخاطبان نهادهای واسطه گری ازدواج، متولدان دهه ۶۰ هستند.

۴

### قبرستان خالد نبی کجاست؟

مجموعه گورستان و زیارتگاه خالد نبی جزو جاهای دیدنی کالاه محسوب می شود و از چند مکان زیارتی و همچنین یک قبرستان تاریخی تشکیل شده است. این مجموعه که در ارتفاعات و مناطق کوهستانی استان گلستان موسوم به کوه «تنگری داغ» در ارتفاع ۷۰۰ متری قرار دارد، محل تدفین خالد نبی و همچنین میزبان تندیس های سنگی متعدد و بزرگی است.

۵

### جایی که کلسترول خوب را افزایش می دهد



۶

مدیرکل منابع طبیعی مازندران - نوشهر:

## محموله چوب قاچاق جنگلی در نشتارود توقیف شد

استان و شهرستان و با هماهنگی با دادستانو نیروی انتظامی و پلیس آگاهی شهرستان محموله ضبط شد و فرد متخلف پس از تکمیل پرونده جهت اعمال مجازات های قانونی به مراجع قضائی روانه زندان شد.

این مقام مسئول ضمن هشدار به متجاوزین عرصه ملی و منابع طبیعی گفت: نیروهای یگان حفاظت منابع طبیعی استان و شهرستان ها به صورت شبانه روزی در عرصه های ملی استان حضور داشته و با همکاری دستگاه قضائی استان و شهرستان ها و نیروی انتظامی با متجاوزین عرصه های ملی استان برخورد قاطع خواهند کرد.

مدیر کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان مازندران نوشهر از مردم و دوستداران طبیعت خواست در صورت مشاهده تخریب منابع طبیعی و قاچاق هر گونه فرآورده های جنگلی و مرتعی توسط افراد سودجو و فرصت طلب مراتب را به شماره تلفن رایگان ۱۵۰۴ و ۱۳۹ مرکز فرماندهی یگان حفاظت منابع طبیعی استان اطلاع دهند

شایان ذکر است این چندمین محموله قاچاق چوب بوده که در راستای برخورد با قاچاقچیان و اخلاص گران امنیت زیستی و اقتصادی و پیگیری های شورای تأمین استان و دستورات ویژه کارگروه مبارزه با فساد که با دستور ریاست محترم سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری کشور تشکیل گردید صورت پذیرفته است



مهرداد خزایی اظهار کرد: محموله چوب قاچاق در محله شب خسب میدان نشتارود در مخفیگاه قاچاقچیان چوب جنگلی توسط مأموران یگان حفاظت منابع طبیعی استان و شهرستان عباس آباد شناسایی و توقیف شد.

وی اظهار کرد: در اجرای طرح مبارزه با قاچاق چوب و فرآورده های جنگلی با تلاش مأموران یگان حفاظت منابع طبیعی استان و شهرستان با اجرای طرح های مراقبتی موفق به توقیف یک دستگاه کامیون حامل ۵۲ اصله الوار، ۲۰/۲ متر مکعب از چوب آلات قاچاق جنگلی در مخفیگاه قاچاقچیان چوب در نشتارود شده و محموله قاچاق به نفع دولت ضبط شد.

وی با اشاره به دستگیری یک متخلف در این رابطه افزود: این تعداد چوب آلات قاچاق جنگلی توسط فرد سودجو و فرصت طلب در حوزه استحفاظی نشتارود حمل و بارگیری می شد که با هوشیاری و اقدام به موقع مأموران یگان حفاظت منابع طبیعی

## ضرورت ورود سرمایه گذار بخش خصوصی به صنعت نوغانداری بابل

گذار به دنبال تضمین بانکی برای تحقق این امر است که در حال حاضر مذاکرات ما به بن بست خورده است.

وی ادامه داد: اگر فرماندار بابل و استانداری مازندران در این حوزه به ما کمک کنند و رایزنی لازم انجام شود؛ ما نیز قول آماده کردن این میزان پیله را خواهیم داد.

نصراهی گفت: این سرمایه گذار که خود در صنعت فرش فعالیت داشته و از فرزندان این منطقه است عنوان کرده که آمادگی دارد در صورت قبول تضمین بانکی چندین میلیارد تومان هزینه کرده و کارخانه را به دستگاه خشک کن و نخ رسی بدون درخواست رالی از دولت تجهیز کند منتهی این اقدام وی به تدریج و در چند مرحله انجام می شود.

وی تصریح کرد: اگر این صنایع تبدیلی در همین استان و این منطقه فعال شود؛ می تواند از کل مازندران و گیلان و گلستان آورده داشته و پرورش دهندگان دیگر مجبور نمی شوند پیله را با قیمت کمتر به واسطه ها بفروشند.

وی تصریح کرد: با توجه به سابقه تاریخی که منطقه بابلکنار در این صنعت دارد اگر چنین ظرفیتی باشد مردم به این صنعت دوباره رجوع می کنند. اگر اقتصاد خوب باشد این حوزه کمک درآمد خانوار خواهد شد؛ امروزه چون امکانات و حمایت مناسب نیست؛ استقبال کم است.

وی خاطرنشان کرد: مصوب دولت برای قیمت گذاری پیله ۲۲۰ تومان است درحالی که قیمت نرمال آن که به صرفه باشد بیش از ۴۰۰ هزار تومان است.

وی با اشاره به چالش های این حوزه یادآور شد: در حوزه نوغان داری باید با کشورهایی از جمله چین رقابت کنیم، درصورتی که کیفیت تخم نوغان افزایش باید تقاضا نیز افزایش یافته و صنعت این حوزه تقویت می شود.

وی نبود برگ و درخت توت را یکی دیگر از مشکلات برشمرد و گفت: منابع طبیعی از کاشت درخت توت مانع می کند و بالادستی ها برای پرورش نوغانداری و افزایش تولید به برگ توت نیاز دارند امیدواریم در مناطقی که امکان کاشت نهال توت است در قالب نهالستان توت اقدام شود.

وی نبود رقابت لازم در این حوزه را از دیگر مشکلات برشمرد و تصریح کرد: در این منطقه تنها دو تاجر انحصاری داریم که برای خرید با هم رقابت دارند و پیله می خردند اگر بتوان بازار رقابتی را در این منطقه ایجاد کرد و تجار مختلفی وارد عرصه شوند حتما شاهد افزایش قیمت خواهیم بود.

وی یادآور شد: نبود صنایع تبدیلی در این حوزه از چالش های مهم تولیدکنندگان این صنعت است که به همین علت تولیدکننده خام فروشی کرده و سود چندانی نداشته و واسطه ها سودجویان واقعی هستند در حالی که اگر صنایع تبدیلی باشد تولید افزایش یافته و استقبال بیشتری خواهد شد.



بخشدار بابلکنار با اشاره به اینکه صنعت نوغانداری با مشکلات عدیده مواجه است، گفت: ورود تکنولوژی به این صنعت نیازمند جذب سرمایه گذاران بخش خصوصی است.

به گزارش جویبار ، عیسی نصراهی اظهار کرد: ۲۸ روستا از ۴۲ روستای بخش بابلکنار در صنعت نوغانداری فعالیت دارند که بیشتر شامل روستاهای بالادست منطقه می شود.

وی با اشاره به برگزاری بیش از ۱۲ دوره آموزشی در سطح بخش بابلکنار افزود: به منظور رونق و بهبود کیفیت تولید پیله ابریشم جهاد کشاورزی در حوزه قلمه زنی نهال توت، کلیات پرورش نوغان و نخ رسی پیله ها با ما در برگزاری کلاس آموزشی همکاری داشتند.

وی از حمایت مالی ۱۰۵ پروژه احداث و تجهیز تلبار نوغانداری و کارگاه تولید نخ ابریشم خانگی با جذب اعتبار بیش از ۶۷ هزار میلیون ریال با همکاری صندوق کارآفرینی امید، بنیاد برکت و بنیاد مسکن انقلاب اسلامی طی چند سال اخیر در این حوزه خبر داد.

وی از توزیع ۷۰۰ جعبه بین پرورش دهندگان منطقه بابلکنار در سال ۱۴۰۲ خبر داد و افزود: ۲۰ تن پیله در این طرح جمع آوری شد.

وی یکی از مشکلات تولیدکنندگان را عدم توزیع نهال به موقع برای کاشت برشمرد و گفت: توزیع نهال بی کیفیت و بی هنگام سبب خشک شدن این نهال ها شده و یا بازدهی لازم را ندارد. بخشدار بابلکنار با اشاره به اینکه درصدد رایزنی برای جذب سرمایه گذار برای احداث کارخانه جهت اجرای مراحل خشک کردن پیله و نخ رسی هستیم، گفت: برای این مهم قول مساعد برای همکاری جهت مهیا کردن سوله سه هزار متری مناسب برای این امر هم داده شد.

وی افزود: سرمایه گذار عنوان کرده برای احداث چنین کارخانه ای نیازمند ۱۰۰ تن پیله در سال است که با این امر نیز موافقت شد زیرا این ظرفیت وجود دارد از بخش لفور، بابلکنار و بندپی شرق و غرب این میزان را فراهم کنیم منتهی سرمایه

## ۲۱۵ هزار هکتار از اراضی مازندران به زیر کشت شالی می رود



رعیت پناه با بیان اینکه ۱۷۸ بانک نشا برنج در استان در حال فعالیت هستند، درباره ذخیره سازی آب سدها و آبنندان های استان، اظهار کرد: در حال حاضر میزان ذخیره آب سدهای استان ۲۳۷ میلیون متر مکعب و آبنندان ها ۲۷۹ میلیون متر مکعب است.

مسئول معاونت تولیدات گیاهی جهاد کشاورزی مازندران با بیان اینکه تاکنون ۱۳۱ نمونه آزمون خاک انجام شد، گفت: سطح ابرلاغی برنج استان در سال زراعی امسال ۲۱۵ هزار هکتار است.

به گزارش جویبار غلامرضا رعیت پناه، درباره وضعیت برنجکاری استان مازندران، گفت: تاکنون ۱۶۳ هزار و ۱۵۰ هکتار از اراضی شالیزاری مازندران شخم و شیار و ۱۴۰ هزار هکتار خزانه گیری شد.

مسئول تولیدات گیاهی سازمان جهاد کشاورزی مازندران با اشاره به اینکه تاکنون بیمه زراعت برنج در ۸۰۵ هکتار از اراضی شالیزاری استان انجام شد، افزود: در حال حاضر ۲۶۵ تن بذر برنج پر محصول و اصلاح شده محلی به کشاورزان شالیکار استان توزیع و مصرف شد.

گزارش

خبر

مدیرکل کتابخانه های مازندران:

### جشنواره «روستای دوستدار کتاب» در مازندران برگزار می شود



دیرکل کتابخانه های عمومی مازندران از برپایی جشنواره «روستای دوستدار کتاب» در استان خبر داد و گفت: تفاهمنامه این جشنواره منعقد شده است. به گزارش جویبار، سکینه مهدیان پور در گفت وگو با خبرنگاران با تأکید بر اهمیت ایجاد تفاهمنامه‌ی همکاری ادارات کل کتابخانه‌های عمومی و فرهنگ و ارشاد اسلامی استان تصریح کرد: وجود این تفاهمنامه به‌همراه ظرفیت‌های مختلف دو اداره‌کل، موجب هم‌افزایی و همکاری مضاعف و در نتیجه سبب اجرای بهتر و بیشتر برنامه‌های باکیفیت و تأثیرگذار خواهد شد. این اتفاق منشأ خیر و برکات فرهنگی است، به طوری‌که نفع آن به اهالی استان خواهد رسید. مهدیان‌پور ادامه داد: جشنواره «روستای دوستدار کتاب»، یکی از بندهای این تفاهمنامه است که نیاز به حمایت ویژه و برگزاری جلسات مشترک با همکاران وزارتخانه‌های دارد.

احسان آهنگر مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی مازندران نیز ضمن تقدیر از تلاش مدیرکل کتابخانه‌های عمومی استان برای ایجاد تفاهمنامه‌ی همکاری اذعان داشت: امضای تفاهمنامه، اقدام بسیار بسزایی است که موجب همیاری و هماهنگی مؤثر برای تحقق اهداف مشترک دو دستگاه فرهنگی است.

وی افزود: ما اولین جلسه مشترک را با اداره‌کل کتابخانه‌های استان داشتیم و این جریان را با سایر دستگاه‌ها نیز خواهیم داشت چراکه اگر قرار است در فضای پیچیده امروز، فعالیت درست و اصولی داشته باشیم و کارمان به نتیجه‌ی خوبی برسد، می‌بایست همراه و کنار هم باشیم و به‌تنهایی، اعمالمان تأثیرگذار نخواهند بود.

آهنگر بر لزوم تعامل و همکاری متقابل دستگاه‌های مختلف فرهنگی تأکید کرد و ادامه داد: در جلسات متعددی با استاندار گفتیم که طی ۴۵ سال انقلاب اسلامی، هماهنگی و تفاهم دستگاه‌ها گسترش یافته است و باید قدردان این نعمت‌ها باشیم و فرصت‌ها را دریابیم.

این مسئول در پایان خاطر‌نشان کرد: ما دامنه و گستره‌ی برنامه‌های مشترک مختلفی هستیم و می‌بایست باهم برای توسعه‌ی فرهنگ کتابخوانی و مطالعه، تلاش مؤثری داشته باشیم.

### ۲۵۸ مورد تغییر کاربری غیرمجاز در

#### تنکابن رفع تصرف شد



مدیر جهاد کشاورزی تنکابن گفت: در ۱۲ ماه سال گذشته ۲۵۳ مورد تغییر کاربری غیرمجاز اراضی کشاورزی شهرستان تنکابن رفع تصرف شد.

به گزارش جویبار، عبدالله غلامپور گفت: برای اجرای تبصره ۲ ماده ۱۰ قانون حفظ کاربری اراضی زراعی و باغی با هماهنگی و همکاری دادستان و دبیر حفظ حقوق بیت المال، ۲۵۸ مورد تغییر کاربری غیرمجاز در اراضی کشاورزی شهرستان تنکابن در مدت ۱۲ماه سال گذشته قلع و قمع شد.

مدیر جهاد کشاورزی شهرستان تنکابن افزود: با اجرای این قلع و قمع ها ۱۰۹ هزار و ۳۵۰ مترمربع اراضی کشاورزی این شهرستان به چرخه تولید بازگشت.

وی با بیان اینکه این تغییر کاربری های غیرمجاز شامل تفکیک، دیوار کشی، فنس کشی، فونداسیون، شن ریزی و پی کنی، بنای نیمه کاره، دیوارچینی برای احداث بنا و دپوی خاک و مصالح بود، از تمامی مالکین اراضی زراعی و باغی خواست قبل از هرگونه تغییر کاربری اراضی خود به این مدیریت و مراکز جهاد کشاورزی حوزه مربوطه مراجعه کنند .

وی در پایان با بیان اینکه هرگونه تغییر کاربری اراضی زراعی و باغی مغایر قانون است، خاطر نشان کرد: در سال ۱۴۰۱ هم ۱۵۸ مورد قلع و قمع به مساحت ۱۴۸ هزارو ۹۵۰ متر مربع در شهرستان تنکابن انجام شده است.

حمایت مردم مازندران از اقدام انقلابی سپاه در انجام عملیات حمله موشکی و تنبیه متجاوز همچنان ادامه دارد و این استان غرق در شور و شادی است. به گزارش جویبار ، مازندران ۲۴ ساعت پس از حمله موشکی سپاه به اهداف نظامی رژیم غاصب و کودکش اسرائیل همچنان غرق در سرور و شادی است و جشن‌ها و اجتماعات مردمی در حمایت از این اقدام انقلابی سربازان وطن برپا شده است.

به تاکید مردم ولایت مدار مازندران حمله موشکی سپاه پاسداران به اهداف نظامی رژیم کودک کش اسرائیل توانست غمی از دل مردم مؤمن و ستمدیده بزدايد و ليخند رضایت بر لبان آنان بنشاند. طی ۲۴ ساعت گذشته تجمع‌های مردمی به صورت خودجوش در میادین و محلات و شن شکرانه پیروزی در مساجد و حسینیه‌های مازندران برگزار شد و مردم ولایت مدار استان در این مراسم‌ها از اقدام انقلابی سپاه پاسداران حمایت قاطع کردند.

یک کشاورز مازندرانی با اعلام حمایت از دلاورمزدان سپاه پاسداران گفت: اسرائیل بداند که به فرموده مقام معظم رهبری این اولین سیلی بوده است و اگر اقدامات خصمانه خود را تکرار کند سدی‌های بعدی نیز تکرار خواهد شد. جعفر عمومی در گفت وگو با خبرنگار مهر با بیان اینکه ملت ایران از دشمنان

به ویژه رژیم غاصب اسرائیل هراسی ندارد ادامه داد: دشمنان باید حواس خود را جمع کنند و مرتکب خطا نشوند. علی اسلامی راننده تراکتور که این روزها مشغول کار کشاورزی است نیز می‌گوید: ما کشاورزان از اینکه ایران اسلامی با پهباد رژیم اسرائیل را مورد هدف قرار داد خوشحال هستیم و از اینکه جواب دندان شکنی به کارهای خصمانه آنان داده شد از سپاهیان و دلاورمردان ایران اسلامی تشکر می‌کنیم.

وی که خود را محمدی معرفی تصریح کرد: اسرائیل تهدیدی برای بشریت در خاورمیانه و جهان است و امیدواریم بتوانیم این رژیم غاصب را از صحنه تاریخ محول کنیم.

یک شالیکار مازندرانی ضمن تقدیر از نیروهای مسلح در حمله به مواضع رژیم غاصب اسرائیل گفت: ملت ایران از مدت‌ها قبل منتظر این اقدام و سیلی به دشمن متجاوز بود و طبق فرمایش مقام معظم رهبری دشمن متجاوز باید تنبیه می‌شد.

وی با بیان اینکه حمله موشکی سپاه پاسداران به اسرائیل سبب شادی دل ملت ایران خانوادہ‌های شهیدان و ملت مظلوم و ستم دیده غزه شده است برای نابودی رژیم غاصب اسرائیل لحظه شماری می‌کنیم. وی در عین حال با تاکید بر اینکه ملت ایران آماده شهادت است یدادور

اسلام نمایان تر کرده است.

استاندار مازندران با تاکید بر این که حمله موشکی و پیچیده ایران، کابوسی را برای رژیم صهیونیستی اسرائیل و همه کشورهای متخاصم تداعی کرده است، گفت:امروز تمام دوربین های رسانه های دنیا سقوط و از بین رفتن رژیم صهیونیستی را به تصویر می کشد. حسینی پور در بخش دیگری ضمن قدر دانی از خدمات پنج ساله حجت الاسلام والمسلمین اکبری به عنوان رییس کل دادگستری مازندران، گفت:

شد هرچا که دین و اسلام در خطر باشد آماده هستیم و ما کشاورزان در این زمینه پیشگام و پیشرو خواهیم بود. محمدعلی باقری رئیس هیئات شورای مذهبی مازندران نیزاظہار کرد: هیئات مذهبی برای تشکر از عنایات حضرت حق، در بمباران رژیم غاصب صهیونیستی توسط سپاه مقتدر در خیابان‌ها، پارک‌ها، مساجد، هیات‌ها و مراکز مختلف فرهنگی و اجتماعی به شکر گزاری پرداختند.

وی افزود: تشکل‌های دینی و هیئات مذهبی از شروع حمله پهپادهای نیروهای مسلح ایران، سپاه قهرمان با ابراز خوشحالی و نشر نشاط و امید در جامعه به این اقدام شجاعانه واکنش نشان داده و حمایت خود را اعلام کردند.

باقری ادامه داد: هیأت‌ها مانند همیشه بر اساس منویات ولی فقیه زمان مقام معظم رهبری در، وسط میدان کنار مردم بوده و از دستاوردهای نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران دفاع خواهند کرد.

حال و روز بازار و فروشگاه‌های مناطق مختلف مازندران یک روز پس از حمله ایران اسلامی به اسرائیل آرام و عادی بوده است و به رغم تبلیغات و حجمه دشمنان، کسب و کارها و خدمات رسانی در حالت عادی جریان دارد.

فروشنده یک فروشگاه مرکزی در ساری با اظهار اینکه طی شبانه روز گذشته

استاندار مازندران:

## ایران جنگ پیچیده و مدرن را در قبال گستاخی رژیم صهیونیستی عملیاتی کرد

گلستان و حاکم شرع در سازمان اموال تملیکی کشور را داشته به عنوان رییس کل دادگستری مازندران معرفی شد. پیش از این حجت الاسلام والمسلمین محمد صادق اکبری از اردیبهشت ۱۳۹۸ رییس کل دادگستری مازندران بود که در دوران مسوولیتی او برنامه‌های فراوانی در حوزه حفظ حقوق بیت‌المال، پیشگیری از بروز فساد و برخورد با مفسدین اقتصادی اجرایی شد.



از جمله رییس کل محاکم عمومی و

انقلاب تهران، دادستان مرکز استان

امروز مردم استان از اجرای احکام قضایی حقوق عامه راضی هستند و دولت نسبت به اجرای همه احکام قضایی در استان اهتمام ویژه‌ای دارد. نماینده عالی دولت در مازندران از حضور رییس کل جدید دادگستری مازندران قدر دانی کرد و بیان داشت: همکاری همه مسوولان سه قوه در استان برای ارایه خدمات به مردم استان ضروری است.

در این مراسم عباس پوریانی که در دستگاه قضایی کشور مسوولیت‌هایی

مدیرکل بنیاد مسکن مازندران اعلام کرد

## احداث ۱۱۰۰ مسکن شهری در دولت سیزدهم توسط بنیاد مسکن انقلاب اسلامی

از ۲ هزار و ۴۵۸ روستا ۵۰ درصد طرح هادی اجرایی شد.

این مسئول اظهار کرد: ۵۰ درصد جمعیت استان در پهنه جغرافیایی ۳۶۰۰ روستا استان ساکن هستند که همه روستاها مطالباتی پیرامون اجرای طرح هادی و عمران روستایی دارند.

وی تأکید کرد: ساخت ۴۰۰ واحد مسکونی در قالب تفاهمنامه ۳ جانبه با کمیته امداد و بسیج سازندگی در دستور کار قرار دارد که بخشی از این ۴۰۰ واحد زحمت بسیج سازندگی و کمیته امداد است.

با حضور استاندار مازندران افتتاح شده است.

علی اصغر احمدی تصریح کرد: ۲۷۵ هزار سند مالکیت در شهرها و روستاها زیر ۲۵ هزار جمعیت با همکاری اداره کل ثبت و اسناد، بنیاد مسکن صادر شد که در دولت سیزدهم شاهد صدور ۲۵هزار جلد سند هستیم.

به گفته مدیرکل بنیاد مسکن انقلاب اسلامی، در زمینه عمران روستایی ۲ هزار ۴۵۸ روستا استان مازندران که بالای ۲۰ خانوار جمعیت دارند طرح هادی تهیه شد. همچنین در دولت سیزدهم ۵۸۶ روستا دارای طرح هادی شدند و

هادی و صدور سند مالکیت در روستاها و شهرهای جمعیت زیر ۲۵ هزار نفر، ساخت مسکن شهری، اجرای طرح مسکن ملی از جمله برنامه‌های راهبردی بنیاد مسکن در دولت سیزدهم است.

احمدی افزود: در نهضت ملی مسکن، مسکن روستایی و سند مالکیت افتتاح پروژه خواهیم داشت که ۳ شهرستان بصورت برخط حضور خواهند داشت و کلید ۲ مسکن به افراد منتظر تحویل داده خواهد شد و ۲ نفر از روستاییان هم سند مالکیت را تحویل می‌گیرند.

وی بیان کرد: در دولت سیزدهم ۱۱ هزارومین واحد مسکن روستایی امروز



بنا نهندند، افزود: این نهاد انقلابی برای محرومیت زدایی در زمینه ساخت مسکن اقدامات قابل توجهی داشته است.

اصغری انویسی تصریح کرد: اجرای طرح

کشتار حدود ۳۴ هزار دام در کشتارگاه‌ها اشاره کرد که حاصل آن ۱ میلیون ۳۱۵ هزار کیلو گرم گوشت استحصال شد که سه هزار و ۷۰۰ کیلوگرم گوشت به دلیل نظارت‌های پس از کشتار از چرخه مصرف انسانی خارج و معدوم گردید.

وی با تاکید بر ادامه نظارت‌های بهداشتی دامپزشکی از مراکز تولید، نگهداری و عرضه فرآورده‌های خام دامی در طول سال از هم استانها و مسافران عزیز خواست در صورت مشاهده هرگونه موارد غیر بهداشتی مراتب را از طریق سامانه رایگان ۱۵۱۲ و در شهرستانها به ادارات دامپزشکی اطلاع رسانی نمایند تا بازرسان اداره دامپزشکی در اسرع وقت در محل حاضر و به موضوع رسیدگی نمایند.

از ۳ هزار کیلوگرم از انواع فرآورده‌های خام دامی که به دلایل مختلف ازجمله تاریخ مصرف منقضی و کشتار غیرمجاز، نبود لیبل و هویت محصول، تاریخ منقضی شده و... ضبط و بیش از ۲ هزار ۷۰۰ کیلوگرم آن با دستور مقام قضائی و یا با اعلام رضایت عرضه کننده معدوم گردید.

وی همچنین در خصوص نظارت کارشناسان این اداره کل بر فرآیند کشتار دام و طیور در استان گفت: با حضور شبانه روزی کارشناسان نظارت اداره کل دامپزشکی مازندران در کشتارگاه‌های سراسر استان در این مدت بر فرآیند کشتار بیش از ۱۱ میلیون ۱۴۰ هزار قطعه مرغ نظارت شد که طی آن بیش از ۱۵۵ هزار کیلو گرم معدوم گردید.

آقایور کاظمی همچنین به نظارت بر



به صورت بهداشتی نظارت داشته و با متخلفین بهداشتی برخورد قانونی کردند. مدیر کل دامپزشکی مازندران با صدور اظهار پشداشتی برای ۳۷۱ مرکز عرضه خیر داد و افزود: طی این بازندها بیش

شهرستانی به صورت روزانه در اجرای این طرح شرکت کردند گفت: در این بین ۴۲ اکیپ به صورت ثابت و ۴۲ اکیپ به صورت سیار با انجام ۹۲۰ بازدیدهای سرزده از این مراکز بر نحوه عرضه آنان

#### خبر

مدیرعامل برق منطقه‌ای گیلان:

### پست فوق توزیع سنگر، برق‌دار می‌شود

مدیرعامل برق منطقه‌ای گیلان از اتمام عملیات اجرایی و آماده برق‌دار شدن پست فوق توزیع برق بخش سنگر شهرستان رشت خبر داد و گفت: با بهره‌برداری از این پست، شاهد افزایش پایداری و کیفیت برق مشترکان در شهر سنگر خواهیم بود.

محمود دشت بزرگ در گفت‌وگو با خبرنگاران، از اتمام عملیات اجرایی و آماده برق دار شدن پست فوق توزیع برق شهر سنگر از توابع شهرستان رشت خبر داد و عنوان کرد: پست فوق توزیع برق سنگر از پروژه‌های حیاتی و جزو ۱۸۰ اقدام عملیاتی تدوین شده وزارت نیرو برای عبور موفق از اوج بار سال جاری است.

وی افزود: خوشبختانه با رایزنی‌های مختلف و همکاری بسیار خوب مقامات و مسئولان محلی شهرستان رشت و سنگر، عملیات اجرایی این پروژه پایان یافت و این پست آماده در مدار قرار گرفتن است.

این مقام مسئول، سرویس‌دهی مطلوب به مشترکان، رفع مشکل اُفت و‌لُشاز، تداوم تقویت و پایداری شبکه فوق توزیع، افزایش قابلیت اطمینان در سطح فوق توزیع و اشتغالزایی جوانان منطقه را از جمله اهداف این پروژه دانست.

مدیرعامل شرکت برق منطقه‌ای گیلان در مورد مشخصات فنی پروژه نیز یادآور شد: پست سیار ۶۳.۲۰ کیلوولت ۱۵ مگاولت آمپر سنگر شامل یک فیدر ورودی و چهار فیدر خروجی ۲۰ کیلوولت است و لذا با بهره‌برداری از این پست، شاهد افزایش پایداری و کیفیت برق مشترکان در شهر سنگر خواهیم بود.

دشت بزرگ با اشاره به سرمایه‌گذاری ۶۰۰ میلیارد ریالی برای اجرای این پروژه، خاطرنشان کرد: احداث این پست برای ۹ نفر به طور مستقیم و برای ۲۰ نفر به طور غیرمستقیم اشتغالزایی ایجاد کرده است.

مدیرکل صمت گیلان:

### رعایت حجاب در مراکز خرید و فروشگاه‌ها بر عهده متصدی واحد صنفی است

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت گیلان با اشاره به آغاز نظارت بر اتحادیه‌ها و صاحبان واحدهای صنفی گفت: رعایت حجاب در مراکز خرید و فروشگاه‌ها بر عهده متصدی واحد صنفی است.

به گزارش مهر، تیمور پورحیدری در حاشیه بازدید از فروشگاه‌های بزرگ اجرای دقیق «طرح نور با موضوع رعایت عفاف و حجاب» را ضروری دانست و اظهار کرد: رعایت حجاب و عفت عمومی در مراکز خرید و فروشگاه‌ها بر عهده متصدی واحد صنفی است.

وی با تأکید بر رعایت قوانین صنفی در محل کسب و کار برای واحدهای صنفی که تحت نظارت اماکن عمومی قرار دارند هشدار داد: برخورد تعزیری برای عفت اصناف زینده نیست لذا هر واحد صنفی که در سطح شهر مشغول فعالیت است، برای دریافت جواز کسب، تعهداتی داده است که ملزم به رعایت آنها هستند و در غیر این صورت به نیروی انتظامی جهت اعمال قانون معرفی خواهد شد.

مدیرکل صمت گیلان با بیان اینکه که رعایت حجاب قانون است و سرپیچی از قانون جرم بوده و کسی که قانون را رعایت نمی‌کند، مرتکب جرم شده است، گفت: کشف حجاب مساوی با قانون شکنی است و پلیس بر اساس قانون با قانون شکنان برخورد خواهد کرد البته امیدوارم که شاهد قانون شکنی در حوزه اصناف و بازاریان سختکوش گیلان نباشیم.

### آسفالت و روکش ۲۴۴ کیلومتر از راه‌های روستایی گیلان

مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای گیلان، از آسفالت ۸۵.۵ کیلومتری و روکش آسفالت ۱۵۸.۷ کیلومتری راه های روستایی استان در سال ۱۴۰۲ خبر داد و گفت: شاهد رشد ۳۳ درصدی آسفالت و روکش آسفالت راه‌های روستایی و فرعی بودیم.

غلامعلی نیک فهم، در گفت‌وگو با خبرنگاران، از آسفالت ۸۵.۵ کیلومتر از راه‌های روستایی استان گیلان در سال ۱۴۰۲ خبر داد و اظهار کرد: همچنین روکش آسفالت ۱۵۸.۷ کیلومتر از راه‌های روستایی استان در این مدت انجام شد. وی با بیان اینکه گیلان با موابهت خدادادی و چشم‌انداز زیبا یکی از قطب‌های مهم سیاحتی در کشور محسوب می‌شود، تصریح کرد: ساخت پروژه‌های عمرانی در سطح استان، راه‌های روستایی را تبدیل به یک شریان مهم در گیلان کرده است.مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای گیلان توجه به راه‌های روستایی را حائز اهمیت دانست و تصریح کرد: امیدواریم در سال جدید نیز، طول بیشتری از راه‌ها برای تردد کاربران، آسفالت و آماده بهره‌برداری شود. نیک فهم همچنین از روکش ۶۵.۳ کیلومتر راه فرعی غیر شریانی در گیلان خبر داد و متذکر شد: در حوزه نگهداری راه‌های روستایی، هرچه آسفالت مناسب‌تر باشد، کاربران جاده تردد امن‌تری خواهند داشت.وی خاطرنشان کرد: میزان رشد عملکرد آسفالت و روکش انجام گرفته در حوزه راه‌های روستایی و فرعی در سال ۱۴۰۲ نسبت به سال گذشته، ۳۳ درصد بوده که از رشد قابل توجهی برخوردار است.



با استقبال از غذای دستی و غذایی که فرموله خواهد شد ضریب رشد مناسب تری داشته باشند تا به بازار پسندی این ماهیان کمک کند.

ماهی سفید یکی از گونه های منحصریفرده بسیار بازارپسند و مورد علاقه مصرف کنندگان در کشور بوده و از ارزش اقتصادی بالایی برخوردار است و تنها در حوزه جنوبی دریای کاسپین یعنی سواحل ایرانی این دریا زیست نموده و در هیچ جای دیگر دنیا وجود ندارد.

شوند گام بسیار مهمی در پرورش ماهی سفید و معرفی آن به صنعت آبزی پروری کشور برداشته می شود که با برنامه ریزی منظم همراه با غذا دهی مناسب به طور قطع نتیجه بهتری حاصل می شود.

وی یکی از دغدغه های مزارع بخش خصوصی را دیر رشد بودن

این ماهی دانست و اظهار کرد: رژیم اصلی این‌ماهی در پهنه آبی دریای خزر صدف‌های دو کف‌های است که امیدواریم ماهیان نسل های دوم و سوم که در محیط اسارت پرورش می یابند

نماینده ولی فقیه در گیلان و استاندار در پیامی مشترک:

## عملیات وعده صادق، گوشه‌ای از اقتدار جمهوری اسلامی در مقابل زور گویان بود

سرزمینی و منافع ملی خود در برابر هرگونه استفاده غیرقانونی از زور و تجاوز تأکید می‌کند.

نماینده ولی فقیه در گیلان و استاندار این خطه در ادامه ضمن قدردانی از اقدام شجاعانه و تحسین‌برانگیز سبزقامتان سپاه اسلام، تأکید کردند: بار دیگر جنایت‌های رژیم نامشروع و غاصب صهیونیستی علیه ملت مظلوم فلسطین و غزه و جنایت اخیر در حمله به کنسولگری ایران در سوریه که منجر به شهادت جمعی از مستشاران نظامی کشورمان شد را محکوم کرده و از خادوند قادر متعال برای همه سربازان راه مقاومت و آزادگی، عزت، سربلندی و سرفرازی بیش از پیش مسالت می‌نماییم.



مجدد بر پای‌بندی خود نسبت به اصول و اهداف منشور ملل متحد و حقوق بین‌الملل بر عزم خویش برای دفاع قاطع از حاکمیت، تمامیت

گرفتن استکبار جهانی و عیادی آن از تنبیه توسط ایران اسلامی بود. در ادامه آمده است: در عین حال جمهوری اسلامی ایران ضمن تأکید

نماینده مردم گرگان و آق‌قلا در مجلس:

## دوران مظلوم‌کشی و بزن دررو به پایان رسیده است

این مرز و بوم داشته باشد. جامعه جهانی از جنایت رژیم کودک کش اسرائیل دارد. سنگدوینی با بیان اینکه نیروهای سپاه بسیج و مردم غیور ایران در طول ۴۵ سالی که از پیروزی انقلاب اسلامی می‌گذرد، امروز هم به لحاظ سخت‌افزاری و هم به لحاظ نرم‌افزاری یک ابرقدرت در منطقه است و به آمریکا و اسرائیل نشان داد دیگر نمی‌توانند به راحتی به خاک دیگر کشورها تعرض کرده و مظلوم کشی کنند .

که نشان از مشروعیت این اقدام و ان‌جزار جامعه جهانی از جنایت رژیم کودک کش اسرائیل دارد. گفت: رهبر معظم انقلاب پیش از این در سخنرانی‌های خود به آمریکا و اسرائیل هشدار داده بود که اگر دست از پا خطا کنید تالابو و حیفا را با خاک یکسان خواهیم‌کرد و ما شاهد وعده صادق بودیم. نماینده مردم شهرستان‌های گرگان و آق قلا در مجلس شورای اسلامی ادامه داد: پاسخ تنبیهی سپاه غیور ایران به رژیم جعلی موجهی از شادی را در کشور ما و در جای جای دنیا به همراه داشت

خیابان آمده و حمایت خود را از این اقدام شجاعانه سپاه پاسداران اعلام کردند، رضاعلی سنگدوینی در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: حمله اسرائیل غاصب به کنسولگری ایران در دمشق و به شهادت رساندن تعدادی از مستشاران کشورمان حکم حمله به خاک کشور ما را داشت و ما باید در اولین فرصت پاسخ این اقدام هتاکانه را می‌دادیم که به لطف الهی این امر مهم توسط دلاورمردان سپاه کشور اتفاق افتاد. وی با تشکر از مردم ولایتمدار گرگان که در همان ساعات اولیه نیمه شب به

سپاه نشان دادند دوران مظلوم‌کشی به پایان رسیده است.

سنگدوینی در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: حمله اسرائیل غاصب به کنسولگری ایران در دمشق و به شهادت رساندن تعدادی از مستشاران کشورمان حکم حمله به خاک کشور ما را داشت و ما باید در اولین فرصت پاسخ این اقدام هتاکانه را می‌دادیم که به لطف الهی این امر مهم توسط دلاورمردان سپاه کشور اتفاق افتاد. وی با تشکر از مردم ولایتمدار گرگان که در همان ساعات اولیه نیمه شب به



نماینده مردم گرگان و آق‌قلا در مجلس شورای اسلامی اقدام تنهیی سپاه بر علیه رژیم جعلی را دفاع مشروع و حق مسلم ایران دانست و گفت: دلاورمردان

## گیلان ماهی سفید پرورشی را در محیط اسارت تکثیر کرد

در استخرهای خاکی و مولدسازی آن به منظور تولید انبوه بچه ماهیان اهلی نسل اول، زمینه معرفی ماهی سفید به عنوان نخستین‌گونه بومی ماهیان استخوانی دریای کاسپین به صنعت آبزی پروری در کشور فراهم می‌شود. وی اضافه کرد: در راستای تحقق اهداف برنامه مشترک موسسه تحقیقات علوم شیلاتی کشور و سازمان شیلات ایران در زمینه معرفی ماهی سفید به عنوان یکی از مهمترین گونه‌های بومی دریای کاسپین به صنعت آبزی پروری کشور، پروژه «بررسی امکان سنجی پرورش ماهی سفید در استخرهای خاکی تا اندازه بازار پسند» از سال ۱۳۹۸ در این مرکز آغاز شد و با پرورش انبوه لارو این ماهی مراحل مختلف پرورش بچه ماهی، ماهیان پیش پروراری و پروراری انجام شد. گروهی افزود: در این تکثیر از مولدان ماهیان پرورشی مرکز شهید انصاری که به بلوغ جنسی رسیده‌اند (برای

رئیس مرکز بازسازی و حفاظت از ذخایر ژنتیکی ماهیان استخوانی شهید انصاری رشت اعلام کرد: برای نخستین بار در کشور ماهی سفید پرورشی در محیط اسارت در این مرکز تکثیر شد و باتوجه به درصد لقاح بالای ۹۵ درصد طی چهار روز آینده لاروها پسته‌گشایی کرده و هج (بارور) می‌شوند. دانیال گروهی در گفت‌وگو با ایرنا اظهار کرد: در نتیجه همراهی، همکاری و برنامه‌ریزی محققان پژوهشکده آبزی پروری آبهای داخلی، کارشناسان مرکز بازسازی و حفاظت از ذخایر ماهیان شهید انصاری رشت و اداره کل شیلات گیلان، مولدین پرورشی ماهی سفید اعم از نر و ماده تولید و تکثیر مصنوعی آن انجام شد که این امر برای نخستین بار در فروردین ماه امسال در کشور رقم خورد. وی ضمن تبریک این موفقیت به جامعه شیلاتی کشور تصریح کرد: امسال با معرفی زیرن پرورش ماهی سفید

خبر

## اصلاح نظام ارزشیابی درس تربیت بدنی

معاون تربیت بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش گفت: مهم‌ترین برنامه ما برای دانش آموزان مهارت آموزی آنان چه در حوزه ورزش و چه در بحث امداد و نجات است. می‌خواهیم در هر مدرسه یک تیم امدادی ماهر ایجاد شود. همچنین اصلاح نظام ارزشیابی در درس تربیت بدنی و ایجاد نظام ارزشیابی حوزه سلامت و بهداشت که در حال حاضر چنین نظام ارزشیابی در موضوع بهداشت را نداریم؛ به جد پیگیری خواهیم کرد.

به گزارش ایسنا، در جلسه‌ای با حضور وزیر آموزش و پرورش و اعضای شورای معاونان، دستاوردهای وزارت آموزش و پرورش در سال قبل و برنامه‌های پیش رو تشریح شد که در این جلسه صادق ستاری‌فرد معاون تربیت بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش گفت: سال ۱۴۰۲ ذیل سه محور فعالیت‌هایی داشتیم اول مدیریت منابع انسانی و منابع مالی تلاش کردیم اقداماتی داشته باشیم. محور دوم برنامه‌هایی معطوف به دانش آموز و معلمان بوده است و محور سوم موضوع سیاست‌های است که دایره حقوقی سلامت دانش آموزان را فراهم و گسترده‌تر کند. ستاری فرد با اشاره به اینکه در بخش اول مدیریت منابع و زیرساخت‌ها سه رویکرد داشتیم؛ گفت: دسترسی، بهره‌وری و بهرمندی ۳ موضوع مورد توجه ما در بخش مدیریت منابع بوده است. در دسترسی دانش آموزان به فضاهای ورزشی مورد نیاز و زیرساخت‌های سلامت محور افزایش بهرمندی دانش آموزان و خانواده‌های آنان از این زیرساخت‌ها و افزایش بهره‌وری فضاها در این زمینه مورد توجه ما بوده است. در خصوص بهرمندی هنوز به نتایج ملموسی نرسیده‌ایم اما جز برنامه‌های اصلی ما در سال جدید خواهد بود.

وی در خصوص محور دوم برنامه‌های خود یعنی مدیریت نیروی انسانی اظهار کرد: در حوزه نیروی انسانی چه در بخش سلاّت و چه در حوزه تربیت بدنی، مهم‌ترین دستاورد این بوده است که توانستیم از ظرفیت سایر دانشگاه‌های کشور استفاده کنیم. دانشگاه علوم پزشکی برای تربیت مراقب سلامت و بهداشت بعد از یک مطالعه‌گری ۲۶ ساله در حال همکاری با ما هستند. در سال اول ۸ دانشگاه این رشته را جز رشته‌های خود قرار داده و اقدام به جذب دانشجو کردند و در سال دوم ۱۶ دانشگاه علوم پزشکی در حال تربیت نیروی انسانی این حوزه بهداشت و سلامت دانش آموزان آموزش و پرورش هستند.

ستاری فرد در خصوص حوزه مدیریت منابع مالی هم گفت: در ردیف‌های پنجگانه غیر پرسنلی حوزه تربیت بدنی توانسته است ۱۰۰ منابع تخصیصی خود را دریافت کند که الحمدلله این موضوع به اتفاقات خوبی منجر شد که یکی از نمودهای مهم آن اجرای طرح شهید سلیمانی بوده است. در اجرای این طرح ۵۰ درصد به تعداد فضاهای ورزشی آموزش و پرورش اضافه شده است. ۲۸۰۰ فضای ورزشی درون مدرسه‌ای ایجاد شده است و این امر موجب شد تا سرانه ورزشی ۲۳ درصد افزایش یابد تا در سرانه از سه دهم مترمربع به چهاردهم متر مربع دست یابیم.

معاون تربیت بدنی و و سلامت وزارت آموزش و پرورش گفت: برنامه‌های مدرسه محور ما در اجرا با موفقیت ۱۰۰ درصدی مواجه شدند که طی آن ۸ میلیون دانش آموز به صورت روزانه در مسابقات ورزشی درون مدرسه‌ای فعالیت کردند. همچنین هدف دیگر ما هر مدرسه یک تیم امدادی بوده است. همچنین توجه دیگر ما خانواده محور شدن فعالیت‌های آخر هفته مدارس بوده است تا پنجشنبه‌ها و جمعه‌ها ورزش پدر پرسی و مادر دختر را در مدارس شاهد باشیم. خوشبختانه در این فعالیت‌های آخر هفته در مدارس امروزه تبدیل به یک گفت‌وتمان شده است.

ستاری فرد با اشاره به اینکه در طرح شهید روحانی ۴ هزار مدرسه ما فعال شدند؛ گفت: همچنین طرح پاک پایش آمادگی کودکان انجام شد که باید از عزیزی که کمک کردند تا سنجش بدو ورود دانش آموزان و مسئله پایش حرکتی دانش آموزان به خوبی انجام شود تشکر کنیم. این پایش‌ها در طول سال دنبال شده و مسئله آمادگی حرکتی دانش‌آموزان در گذر تحصیل مورد توجه قرار گرفت. در سال اول این طرح ۷۰۰ هزار دانش آموز مورد سنجش قرار گرفتند که حتی مورد تقدیر سازمان اداری استخدامی قرار گرفت. برای برنامه هفتم توسعه در همه حوزه‌ها اقدامات خیلی خوبی صورت گرفته است؛ اما به صورت خاص در خصوص موضوع تربیت بدنی و سلامت اقدام توزیع شیر رایگان در مدارس و اقدامات زیرساختی در ذیل قانون برنامه هفتم توسعه دنبال شده است. وی با بیان اینکه از ظرفیت شورای عالی انقلاب فرهنگی هم در سیاست‌گذاری‌ها و هم برنامه‌ریزی‌ها استفاده شد گفت: در سال ۱۴۰۳ تلاش ما این است که نقشه راه دنبال شود یعنی محور اقدامات و برنامه‌های ما باید این نقشه راه سند تحول باشد.

معاون وزیر آموزش و پرورش مدرسه، معلم، محصل، نظام ارزشیابی و نظام راهبری را ۵ مولفه اصلی برنامه‌های خود در سال ۱۴۰۳ برشمرد و گفت: برای مدرسه به فضای سبز، فضای ورزشی و فضای بهداشتی آن توجه خواهیم داشت هر سه فضا مورد تصریح و تاکید سند تحول بنیادین است. برای معلم موضوع جذب نیروی انسانی در آزمون مورد توجه قرار خواهد گرفت و می‌خواهیم جذب نیروهای با کیفیتی را دنبال کنیم و در ادامه در بحث توانمندسازی و مهارت افزایی آنان برنامه‌هایی را داشته باشیم.

معاون تربیت بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش گفت: مهم‌ترین برنامه ما برای دانش آموزان مهارت آموزی آنان چه در حوزه ورزش و چه در بحث امداد و نجات است. می‌خواهیم در هر مدرسه یک تیم امدادی ماهر ایجاد شود. ذیل نظام ارزشیابی و راهبری به دنبال پایش سلامت دانش آموزان با همکاری وزارت بهداشت هستیم. اصلاح نظام ارزشیابی در درس تربیت بدنی و ایجاد نظام ارزشیابی حوزه سلامت و بهداشت که در حال حاضر چنین نظام ارزشیابی در موضوع بهداشت را نداریم؛ به جد پیگیری خواهیم کرد.

ستاری فرد خاطر نشان کرد: توسعه درس آمادگی دفاعی در دوره ابتدایی که محل توجه و تاکید قانون بوده و مسأله‌ای بر زمین مانده است؛ با اصلاح عنوان به آمادگی جسمانی و آمادگی دفاعی مورد توجه قرار خواهد گرفت.

براساس برآورد آمارهای جمعیتی، در حال حاضر یک میلیون و ۲۰۰ هزار نفر از مردان و حدود ۵۵۰ هزار نفر از زنان دهه شصتی مجردند که البته از آنجا که مردان متولد این دهه الزاماً با خانم‌های دهه شصتی ازدواج نمی‌کنند، اکثریت آنها تا مرز ۵۰ سالگی ازدواج خواهند کرد و در این میان دایره همسرگزینی برای خانم‌های دهه شصتی محدودتر است؛ اما در مجموع طبق گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس، هم‌اکنون غالب مخاطبان نهادهای واسطه‌گری ازدواج، متولدان دهه ۶۰ هستند.

به گزارش ایسنا، قانونگذار در ماده ۳۷ قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت، اهمیت امر تسهیلگری در ازدواج جوانان با محوریت انتخاب همسر را به جهت تشکیل خانواده پایدار براساس موازین قانونی و شرعی از طریق مؤسسات فرهنگی، مساجد و روحانیون و دیگر ظرفیت‌های مردمی و با تأکید بر محوریت و مشارکت خانواده‌ها مورد توجه قرار داده است. این مداخله در راستای کمک به نهاد خانواده و ایفای رسالت ذاتی آن و نیز کمک به جوانی جمعیت از طریق تسهیل و تسریع ازدواج جوانان است.

آیین‌نامه‌ها و دستورالعمل‌های اجرایی ماده فوق و همچنین فرآیندهای اجرای تکلیف قانونی حدود ۷ ماه پس از تصویب قانون به تصویب رسیده، اما با توجه به نبود سابقه اجرایی در این زمینه و جنس مردمی تکلیف تعیین شده، دستورالعمل اجرایی این ماده در طول فرایند اجرا مورد بازبینی قرار گرفته و اصلاحات و تغییراتی را به همراه داشته است. بررسی سازوکارهای تعریف شده در اجرای قانون و فرایند اجرایی مراکز انتخاب همسر نشان می‌دهد، عدم اتصال مراکز همسرگزینی به سازمان ثبت احوال به جهت استعلام وضعیت تأهل و مجرد افراد، تعدد مراجع صدور مجوز مراکز همسرگزینی، صدور مجوز مراکز همسرگزینی ذیل درگاه ملی مجوزهای کسب و کار به عنوان یک ردیف کسب و کار، عدم توجه مراکز دارای مجوز و دستگاه‌نظارتی به ابعاد فرهنگی مسئله ازدواج و تغییرات الگوهای همسرگزینی در جامعه، ضعف شرایط عمومی و تخصصی در نظر گرفته شده برای فرد متقاضی مجوز از حیث تحصیلات و تجربه کاری در این حوزه، عدم هوافزایی دستگاه‌های مکلف در قانون مذکور در راستای فرهنگ‌سازی تسهیل ازدواج جوانان از

وضعیت تأهل و مجرد افراد، تعدد مراجع صدور مجوز مراکز همسرگزینی، صدور مجوز مراکز همسرگزینی ذیل درگاه ملی مجوزهای کسب و کار به عنوان یک ردیف کسب و کار، عدم توجه مراکز دارای مجوز و دستگاه‌نظارتی به ابعاد فرهنگی مسئله ازدواج و تغییرات الگوهای همسرگزینی در جامعه، ضعف شرایط عمومی و تخصصی در نظر گرفته شده برای فرد متقاضی مجوز از حیث تحصیلات و تجربه کاری در این حوزه، عدم هوافزایی دستگاه‌های مکلف در قانون مذکور در راستای فرهنگ‌سازی تسهیل ازدواج جوانان از

وضعیت تأهل و مجرد افراد، تعدد مراجع صدور مجوز مراکز همسرگزینی، صدور مجوز مراکز همسرگزینی ذیل درگاه ملی مجوزهای کسب و کار به عنوان یک ردیف کسب و کار، عدم توجه مراکز دارای مجوز و دستگاه‌نظارتی به ابعاد فرهنگی مسئله ازدواج و تغییرات الگوهای همسرگزینی در جامعه، ضعف شرایط عمومی و تخصصی در نظر گرفته شده برای فرد متقاضی مجوز از حیث تحصیلات و تجربه کاری در این حوزه، عدم هوافزایی دستگاه‌های مکلف در قانون مذکور در راستای فرهنگ‌سازی تسهیل ازدواج جوانان از

وضعیت تأهل و مجرد افراد، تعدد مراجع صدور مجوز مراکز همسرگزینی، صدور مجوز مراکز همسرگزینی ذیل درگاه ملی مجوزهای کسب و کار به عنوان یک ردیف کسب و کار، عدم توجه مراکز دارای مجوز و دستگاه‌نظارتی به ابعاد فرهنگی مسئله ازدواج و تغییرات الگوهای همسرگزینی در جامعه، ضعف شرایط عمومی و تخصصی در نظر گرفته شده برای فرد متقاضی مجوز از حیث تحصیلات و تجربه کاری در این حوزه، عدم هوافزایی دستگاه‌های مکلف در قانون مذکور در راستای فرهنگ‌سازی تسهیل ازدواج جوانان از

آمارهای ازدواج و طلاق در سال‌های اخیر نشان از افزایش طلاق و اختلاف‌های خانوادگی در بین خانواده‌ها و زوج‌های جوان دارد؛ موضوعی که همیشه از نظر کارشناسان قابل پیگیری بوده اما همچنان شاهد افزایش این آمار هستیم.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه شرق، حتی رئیس دیوان عالی کشور در اردیبهشت سال قبل اعلام کرده بود: آمار ورودی پرونده‌های مرتبط با مشکلات خانواده به دیوان عالی در سال ۱۴۰۱ به بیش از ۱۷ هزار پرونده رسید که شایسته جامعه ما نیست. متأسفانه آمار ورودی پرونده‌های مرتبط به امور خانوادگی به دیوان عالی کشور در سال ۱۴۰۱ به بیش از ۱۷ هزار پرونده رسید که از این تعداد به ۱۳ هزارو ۷۲۴ پرونده رسیدگی شد.

مهم‌ترین چالش‌های اجرای ماده است. بازنگری در دستورالعمل اجرایی ماده مذکور مبنی بر غیر تجاری بودن مراکز انتخاب همسر، مکلف کردن سازمان ثبت و احوال کشور مبنی بر همکاری با سازمان تبلیغات اسلامی در پاسخگویی به درخواست استعلام از وضعیت تأهل افراد، رصد مستمر وضعیت ازدواج و الگوهای همسرگزینی و در دستور کار مراکز قرار دادن نتایج پژوهش‌ها، تدوین ضوابط رتبه‌بندی مراکز در راستای دسته‌بندی انواع حمایت‌های معنوی و مادی از مراکز در نظر گرفتن تخفیف‌های مالیاتی متناسب با کمیت و کیفیت فعالیت مراکز، تعریف شاخص‌های رصد عملکرد مراکز از جمله تعداد ازدواج‌ها نسبت به متقاضیان، فراوانی طلاق مردزوجهین معرفی شده از سوی مراکز در پنج سال اول زندگی، میزان موفقیت مراکز در تزویج گروه‌های خاص از جمله افرادی که متقاضی پیدا کردن همسر مناسب در سنین بالا هستند و...از جمله پیشنهادهای اصلاحی در راستای اصلاح فرایند اجرایی و افزایش کارآمدی ماده قانونی است.

اما به طور کلی و براساس گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس، بررسی عوامل افزایش سن ازدواج جوانان نشان می‌دهد، مهم‌ترین عامل فرهنگی در تأخیر در ازدواج جوانان، پیدا نکردن همسر مناسب است. از سوی دیگر بررسی تحولات اجتماعی نیز در تغییر کارکرد خانواده نیز نشان می‌دهد، نقش فرد در انتخاب همسر افزایش پیدا کرده و جایگاه خانواده از نقش محوری در این موضوع به نقش مشورتی تبدیل شده است. از سوی دیگر گسترش نا اطمینانی جوانان در حوزه‌های مختلف و تغییر ملاک‌های ازدواج منجر به سخت شدن فرایند انتخاب همسر شده است.

لذا کمک به خانواده و فرد در انتخاب وضعیت تأهل و مجرد افراد، تعدد مراجع صدور مجوز مراکز همسرگزینی، صدور مجوز مراکز همسرگزینی ذیل درگاه ملی مجوزهای کسب و کار به عنوان یک ردیف کسب و کار، عدم توجه مراکز دارای مجوز و دستگاه‌نظارتی به ابعاد فرهنگی مسئله ازدواج و تغییرات الگوهای همسرگزینی در جامعه، ضعف شرایط عمومی و تخصصی در نظر گرفته شده برای فرد متقاضی مجوز از حیث تحصیلات و تجربه کاری در این حوزه، عدم هوافزایی دستگاه‌های مکلف در قانون مذکور در راستای فرهنگ‌سازی تسهیل ازدواج جوانان از

وضعیت تأهل و مجرد افراد، تعدد مراجع صدور مجوز مراکز همسرگزینی، صدور مجوز مراکز همسرگزینی ذیل درگاه ملی مجوزهای کسب و کار به عنوان یک ردیف کسب و کار، عدم توجه مراکز دارای مجوز و دستگاه‌نظارتی به ابعاد فرهنگی مسئله ازدواج و تغییرات الگوهای همسرگزینی در جامعه، ضعف شرایط عمومی و تخصصی در نظر گرفته شده برای فرد متقاضی مجوز از حیث تحصیلات و تجربه کاری در این حوزه، عدم هوافزایی دستگاه‌های مکلف در قانون مذکور در راستای فرهنگ‌سازی تسهیل ازدواج جوانان از

وضعیت تأهل و مجرد افراد، تعدد مراجع صدور مجوز مراکز همسرگزینی، صدور مجوز مراکز همسرگزینی ذیل درگاه ملی مجوزهای کسب و کار به عنوان یک ردیف کسب و کار، عدم توجه مراکز دارای مجوز و دستگاه‌نظارتی به ابعاد فرهنگی مسئله ازدواج و تغییرات الگوهای همسرگزینی در جامعه، ضعف شرایط عمومی و تخصصی در نظر گرفته شده برای فرد متقاضی مجوز از حیث تحصیلات و تجربه کاری در این حوزه، عدم هوافزایی دستگاه‌های مکلف در قانون مذکور در راستای فرهنگ‌سازی تسهیل ازدواج جوانان از

آگرچه موضوع همه این نوع پرونده‌ها طلاق نبوده اما این حجم از ورودی پرونده با موضوع اختلافات خانوادگی، شایسته جامعه ما نیست.

همچنین روزنامه اعتماد در دی‌ماه سال قبل هم اعلام کرده بود: سازمان ثبت احوال کشور اخیراً آمار ازدواج و طلاق را در چهارماه نخست امسال در سایت خود منتشر کرده که حاوی اطلاعات جالبی است. این آمار نشان می‌دهد در این مدت، ۱۹۹هزارو ۷۲۴ ازدواج و در مقابل ۶۵هزارو ۳۵۴ طلاق روی داده است. بر این اساس می‌توان گفت نسبت طلاق به ازدواج حدوداً یک‌سوم است. یعنی از هر سه ازدواج یک مورد به طلاق منتهی شده؛ به عبارت دیگر در مقابل هر صد ازدواج، حدود ۳۲ مورد طلاق اتفاق افتاده است. این آمار به تفکیک استان‌ها



## دهه شصتی‌ها؛ اولین مخاطب مراکز همسرگزینی

کسب و کار گونه به امر تسهیل در انتخاب همسر می‌دهد. شرایط اختصاصی مراکز نسبت با کیفیت و کمیت خدمات ارائه شده به مراجعه‌کنندگان به درستی تعریف نشده است. به عبارتی می‌توان گفت در دستورالعمل تعریف شده باید تعداد پرسنل هر مرکز نسبت با تعداد متقاضیان دریافت خدمت بیان شود و صرف الزام به داشتن حداقل سه پرسنل (مؤسس، مشاور و کنشگر در امر واسطه‌گری) کفایت‌کننده نیست.

در متن دستورالعمل‌ها توجه به جهت‌گیری و ساماندهی فعالیت مراکز مذکور در راستای اصلاح الگوی همسرگزینی در جامعه دیده نمی‌شود و ابتدای فعالیت مراکز بر مطلوبیت‌های افراد محوریت دارد.

با توجه به اینکه مراکز همسرگزینی ذیل عناوین دیگر از جمله سازمان‌های مردم نهاد درخواست مجوز کرده یا در کنار دیگر فعالیت‌ها در این عرصه نیز فعالیت می‌کنند، از ظرفیت مجوزدهی سایر دستگاه‌ها نیز استفاده می‌کنند که به دلیل تفاوت در فرایند صدور مجوز و نظارت بر عملکرد آنها یکپارچگی و انسجام مختل می‌شود. ضعف توجه به مساجد و خانواده‌ها در دستورالعمل و آیین‌نامه‌های اجرایی تدوین شده، به رغم تأکید قانون بر این دو نهاد مهم به چشم می‌خورد.

حل تعارض مردمی بودن و سازوکار سازمانی تعریف شده می‌تواند از طریق سازوکار خود نظارتی مراکز تا حد قابل توجهی مرتفع شود. به عبارتی سازوکار و شاخص‌های نظارتی باید به گونه‌ای تعریف شوند که هر مرکز نهاد نظارتی مراکز دیگر به شمار آید. از سوی دیگر تعریف شاخص‌های نظارت بر عملکرد مراکز، رتبه‌بندی مراکز با توجه به کیفیت ارائه خدمات، فراوانی مراجعان و تعریف ضوابط متفاوت برای هر کدام از سطوح تعریف شده، تعریف انواع حمایت‌ها به تناسب سطوح مختلف مراکز، در نظر گرفتن تخفیف مالیاتی به سازوکار لازم به جهت تسریع در دریافت پاسخخ استعلام از سازمان ثبت احوال کشور از جمله پیشنهادهای مطرح شده به شمار می‌رود.

کاظمی‌پور در ادامه به علت افزایش سن ازدواج و پیدا نکردن همسر مناسب اشاره و تأکید می‌کند: به طور کلی زمانی که افراد دیر ازدواج می‌کنند میانگین سن ازدواج برای کل جامعه بالا می‌رود و به تبع افراد دیرتر ازدواج می‌کنند و این موضوع به ضرر خانم‌هاست چراکه مردان جوان‌طلب هستند و با زنان کوچکتر ازدواج می‌کنند؛ بنابراین خانم‌هایی با سنین‌های بالاتر، شانس کمتری برای ازدواج دارند. در این میان مطالعات انجام شده نشان می‌دهد که یکی از عوامل تأخیر در ازدواج جوانان «انتخاب همسر مناسب» است؛ این درحالیست که در گذشته واسطه‌گری در ازدواج رخ می‌داد و قوم و خویشان جوانان را به یکدیگر معرفی می‌کردند، جامعه کوچکتر، روابط چهره به چهره و گسترده بود، اما با بزرگ شدن شهرها روابط کاهش یافته و شناخت افراد از یکدیگر کم شده است.

وی با بیان اینکه مراکز همسان‌گزینی جایگزین «واسطه‌گری در ازدواج» هستند، تصریح می‌کند: اگرچه مراکز همسان‌گزینی می‌توانند جایگزین مناسبی برای «واسطه‌گری در ازدواج» باشند، اما در عین حال تعدد مراکز موجب خطا و افزایش نفوذ افراد غیر متعارف برای فعالیت این مراکز شده است، بنابراین اگر مراکز رسمی برای انتخاب جوانان مناسب یکدیگر وجود داشته باشد به مرور زمان اطمینان در جوانان برای مراجعه به این مراکز بیشتر خواهد شد.

یکی از موضوعات مهم در محقق شدن هدف این ماده قانون، فرهنگ‌سازی در راستای ازدواج جوانان و همچنین استفاده از ظرفیت مؤسسات و مراکز مردمنهاد در این حوزه است که البته این مهم نیز در مواد دیگر قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت عنوان شده، اما عدم هماهنگی دستگاه‌ها در تکالیف محول شده امکان بهرمندی سازمان تبلیغات و مراکز انتخاب همسر از ظرفیت فرهنگ‌سازی دستگاه‌های دیگر را بسیار کاهش داده است.

طراحی سازوکار سازمانی با ویژگی مردمی بودن ظرفیت واسطه‌گری ازدواج تعارض دارد لذا باز طراحی حکمرانی مردم ضروری است. یکی از چالش‌های دیگر دریافت مجوز در بستر درگاه ملی مجوزهای کسب و کار است که رویکرد،

وضعیت تأهل و مجرد افراد، تعدد مراجع صدور مجوز مراکز همسرگزینی، صدور مجوز مراکز همسرگزینی ذیل درگاه ملی مجوزهای کسب و کار به عنوان یک ردیف کسب و کار، عدم توجه مراکز دارای مجوز و دستگاه‌نظارتی به ابعاد فرهنگی مسئله ازدواج و تغییرات الگوهای همسرگزینی در جامعه، ضعف شرایط عمومی و تخصصی در نظر گرفته شده برای فرد متقاضی مجوز از حیث تحصیلات و تجربه کاری در این حوزه، عدم هوافزایی دستگاه‌های مکلف در قانون مذکور در راستای فرهنگ‌سازی تسهیل ازدواج جوانان از

در خراسان رضوی که مشهد به‌عنوان دومین کلان‌شهر کشور را در خود جای داده، ۴۰ درصد است. این آمار و دیگر یافته‌های آماری نشان می‌دهد در دهه‌های اخیر روند ازدواج کاهش و در مقابل روند طلاق افزایش داشته و در این میان روند کاهش ازدواج بیش از روند افزایش طلاق بوده است. به‌گونه‌ای که در بازه زمانی ۱۳۹۰ تا ۱۳۹۹، ازدواج ۳۶ درصد کاهش پیدا کرده، درحالی‌که طلاق ۲۸ درصد افزایش داشته است. نکته درخور توجه دیگر در ارقام فوق در مقایسه استان‌ها نشان می‌دهد که در استان‌های نسبتاً توسعه‌یافته‌تر مانند تهران و مشهد، مازندران و گیلان درصد بیشتری طلاق رخ داده است. این نسبت در استان‌های محروم مانند سیستان‌وبلوچستان و کهگیلویه‌وبویراحمد کمترین بوده است.

در تحلیل این موضوع می‌توان به روند فردگرایی، شهرنشینی، افزایش آموزش و تحصیلات و تضعیف ساختارهای سنتی جوامع که به‌عنوان مانعی برای طلاق عمل می‌کردند، اشاره کرد.

رئیس سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره ایران، ۱۰ استان کشور را که از نظر افزایش طلاق و کاهش ازدواج وضعیت بحرانی دارند، اعلام کرده بود. به گفته او این ۱۰ استان عبارت‌اند از خراسان رضوی، تهران، البرز، مازندران، گیلان، فارس، اصفهان، قم، کرمانشاه و مرکزی. بنا بر داده‌هایی که سازمان ثبت احوال کشور منتشر کرده است، در چهارماه ابتدایی سال جاری، ۱۹۹هزارو ۷۲۴ ازدواج ثبت شد. در مقابل نیز ۶۵هزارو ۳۵۴ مورد طلاق ثبت شد.

## قبرستان خالد نبی کجاست؟



مجموعه گورستان و زیارتگاه خالد نبی جزو جاهای دیدنی کلاله محسوب می‌شود و از چند مکان زیارتی و همچنین یک قبرستان تاریخی تشکیل شده است. این مجموعه که در ارتفاعات و مناطق کوهستانی استان گلستان موسوم به کوه «تانگری داغ» در ارتفاع ۷۰۰ متری قرار دارد، محل تدفین خالد نبی و همچنین میزبان تندیس‌های سنگی متعدد و کوچک و بزرگی است. آدرس مجموعه خالد نبی: استان گلستان، شهر کلاله، ۶۰ کیلومتری شمال کلاله (مشاهده روی نقشه)

به‌دلیل واقع شدن این محوطه ۱۲ هکتاری در ارتفاعات دورافتاده، مسیر دسترسی به گورستان و زیارتگاه خالد نبی تنها از گنبد، مراوه تپه و کلاله امکان‌پذیر است. بنابراین، برای بازدید از مجموعه خالد نبی ابتدا باید به گرگان رفته و سپس وارد جاده گرگان-لجنجورد شد. پس از عبور از آزادشهر و مینو دشت به گالیکش می‌رسید. پس از طی مسافتی کوتاه کیلومتر وارد دوراهی سمت چپ شده و از جاده گرگان – لجنجورد خارج شوید و مسیر را ادامه دهید تا به کلاله، آخرین شهر مسیر برسید.

از کلاله باید مسیر مراوه تپه را در پیش بگیرید؛ اما در میانه راه، همان‌جا که در ابتدای یک جاده فرعی تابلوی راهنمایی ادامه مسیر را تا مقصد نشان می‌دهد، وارد جاده فرعی شوید. حالا

گفته شده دختر خالد نبی در دوران پی‌ری به خدمت پیامبر اسلام (ص) می‌رسد و در حضور پیامبر ایمان می‌آورد.

گورستان خالد ننیگورستان خالد نیبیسنگ مزارهای گورستان خالد نیبیسنگ گورستان خالد نبی راز قبرستان خالد نبی کمی دورتر از زیارتگاه خالد نبی، روی یکی دیگر از تپه‌های این منطقه، تندیس‌های سنگی متعددی در کنار یکدیگر و به‌طور پراکنده، مانند یک گورستان، از زمین قد برافراشته‌اند. بر اساس مستندات و شواهد، قدمت این گورستان تاریخی به هزاران سال پیش مربوط می‌شود. همچنین به نظر می‌رسد که تعداد این سنگ‌ها در ابتدا حدود ۶۰۰ عدد بوده است. امروزه گورستان خالد نبی را از عجایب ایران برمی‌شمارند.

با مطالعاتی که در این منطقه صورت گرفته، نظریه‌های متفاوتی برای شکل خاص این سنگ‌ها مطرح است. برخی بر این باورند که تندیس‌های بزرگ نشانگر مردانی هستند که کلاه بر سر و شال بر کمر دارند و همچنین تندیس‌های کوچک به‌شکل زنان هستند. عده‌ای نیز برخی از این سنگ‌ها را به صلیب تشبیه کرده‌اند. در نظریه دیگری این تندیس‌های بزرگ و کوچک به اندام‌های مردان و زنان نسبت داده شده‌اند. با تمامی این اوصاف، تقریباً در یک موضوع همه این نظریه‌ها به اتفاق نظر رسیده‌اند و آن بیانگر این است که این تندیس‌های سنگی، حکم سنگ‌مزار قبرها را برای ساکنان این منطقه داشته است.

به هر حال شکل و شمایل این سنگ‌ها و در پی آن نظریه‌های ارائه شده، بر اساس اعتقادات و آیین‌های مخصوص این منطقه در برهه‌ای از تاریخ است که چنین حاصلی را در پی داشته است. تنها موضوعی که اکنون مهم است، جایگاه ویژه این منطقه در بین جاذبه‌های گردشگری شمال ایران است که متأسفانه با بی‌مهری و کم‌لطفی در سالیان اخیر مورد گزند، آسیب و تخریب قرار گرفته است. آتش‌سوزی در قبرستان خالد نبی اگرچه این منطقه در مکانی نسبتاً

دورافتاده واقع شده، مورد توجه تعداد زیادی از علاقه‌مندان قرار گرفته است. با شهرت روزافزون گورستان و زیارتگاه خالد نبی، این مکان به‌خودی‌خود به جاذبه‌ای مستقل تبدیل شده است؛ تا جایی‌که سالانه بیش از ۱۰۰ هزار گردشگر ایرانی و خارجی از این گورستان باستانی، مناظر و چشم‌اندازهای اطراف آن دیدن می‌کنند.

متأسفانه با تملی این اوصاف، این مکان در مقاطع گوناگون مورد تخریب قرار گرفته است. تخریب‌هایی مانند شکستن سنگ‌ها که در پی کم‌توجهی به گورستان خالد نبی، به‌عنوان یک اثر ملی، بخش‌های بسیاری از آن را شامل شده است. آخرین مورد نیز مربوط به رخ دادن آتش‌سوزی در محوطه این قبرستان است.

این آتش‌سوزی که در ۱۶ شهریور ۱۳۹۶ اتفاق افتاد، در حدود سه هکتار از مساحت این منطقه را سوزاند. در پی این آتش‌سوزی تعدادی از تندیس‌های سنگی نیز به کام آتش کشیده شدند و در نتیجه، چهره تلخی از این مکان زیبا برجای ماند. گزارش‌ها حاکی از آن است که کارکنان مجموعه به‌همراه ساکنان محلی توانستند آتش را مهار کنند. طبق معمول نیز خبرهای ضد و نقیضی در این رابطه دست‌به‌دست شده و علت و عوامل مشخصی برای وقوع چنین فاجعه‌ای بیان نشده است.

به هر حال موضوعی که مهم است، حفظ و نگهداری هرچه بهتر از آثار ملی کشور است تا به‌راحتی هرچه تمام‌تر در شرف نابودی قرار نگیرند. امیدواریم اقدامات و تمهیدات لازم برای این امر در اولویت و دستور کار مسئولان مربوطه قرار گیرد و به‌طور دائم و نه مقطعی، شاهد رسیدگی به آثار تاریخی و فرهنگی کشورمان باشیم.

خالد نبی جاده‌ای بسیار خوش‌منظره و زیبایی به طول ۶ کیلومتر دارد که به‌دلیل وجود شیب تند و راه خاکی در ۴۰ کیلومتر انتهایی، رانندگی در آن در تمام شرایط آب‌وهوایی مقدور نیست. جاهای دیدنی خالد نبی همان‌طور که اشاره شد مجموعه خالد نبی متشکل از زیارتگاه و گورستانی است که قدمت آن طبق اسناد تاریخی به ۱۵۰۰ سال قبل می‌رسد.

این زیارتگاه یک درب ورودی هلالی شکل و دو پنجره در دو طرف بنا دارد. پنجره‌ها و در ورودی فلزی ساده هستند و هیچ تزیینات یا نوشته خاصی ندارند. به نظر می‌رسد پنجره‌های بنا در دوره‌های اخیر به‌جای پنجره‌های پیشین جایگزین شده‌اند. سقف آرامگاه به‌صورت گنبدی مدور و به رنگ سبز است. داخل بقعه آرامگاه، قبری ساده قرار دارد که هیچ کتیبه و نوشته تاریخی که نشانی از قبر داشته باشد، در آن دیده نمی‌شود. دقت در معماری بنا، آن را به‌شکل چهارطاقی‌های دوره ساسانی به چشم می‌آورد.

در اطراف زیارتگاه خالد نبی یک گورستان تاریخی و دو بقعه دیگر قرار دارد که مربوط به اطرافیان خالد نبی است. گورستان و قبرهای موجود در آن به نظر اسرارآمیز می‌رسند؛ زیرا دارای سنگ مزارهای افراشته است که از جنس سنگ آهکی و توپر ساخته شده و از نظر فرم بی‌نظیر و منحصر‌به‌فرد هستند.

همچنین اگر در کنار زیارتگاه خالد نبی بایستید، چشم‌اندازی مسحورکننده را مشاهده خواهید کرد. این صحنه زیبا از تپه ماهورهای اطراف زیارتگاه شکل می‌دهند که چون فرش در پیش پای شما گسترده شده‌اند. از تپه ماهورهای نزدیک به زیارتگاه تا دشت‌های سرسبز اطراف آن و لاله‌زارهایی که در کنار مزارع گندم موجود هستند و در طول مسیر قرار گرفته‌اند، گستره وسیع و زیبایی را در مقابل چشم هر بیننده‌ای به نمایش می‌گذارند.

بهترین زمان سفر به خالد نبی زیارتگاه خالد نبی به‌دلیل دوری راه و فقدان وسیله نقلیه، کمبود تسهیلات رفاهی و محل و گرمای شدید تابستان و سرمای زمستان مناسب نیست. بنابراین بهترین زمان برای انجام فرایض دینی و زیارت و سیاحت در این منطقه، ماه‌های فروردین و اردیبهشت در فصل بهار است. اقامت در خالد نبی از آنجایی که خالد نبی از شخصیت‌های محبوب و مورد احترام ترکمن‌ها است، در کنار این زیارتگاه تعدادی اتاق و زائرسرا برای اقامت و استراحت زائران و همچنین یک مسجد ساخته شده است که پذیرای علاقه‌مندان است.

تکلیف سازمان برنامه و بودجه در ماده ۶ قانون حمایت مبنی بر «سازمان برنامه و بودجه کشور مکلف است با همکاری سازمان، وزارت راه و شهرسازی و بنیاد مسکن انقلاب اسلامی طرف مدت یک سال پس از تصویب این قانون نسبت به تهیه نظام فنی و اجرایی اختصاصی مربوط به بناها و بافتهای تاریخی فرهنگی اقدام کرده و به تصویب هیأت وزیران برساند.» پیش نویس این آئین نامه تهیه و برای سازمان برنامه ارسال و در جلسات کارشناسی مورد بررسی قرار گرفت .

انجام بالغ بر ۳۰۰ پروژه حفاظت و مرمت در بناها و محوطه‌های تاریخی، آغاز تدوین ۱۰ ضابطه اختصاصی بافت‌های تاریخی و بررسی ۲۴ ضابطه اختصاصی در حال تهیه برای بافت‌های تاریخی کشور، پیگیری تشکیل شهرداری بافت‌های تاریخی با مکاتبه و درخواست وزیر میراث فرهنگی از وزیر کشور و رئیس سازمان امور اداری و استخدامی؛ بررسی و اعلام نظر بر خصوص ۱۱۶ طرح و برنامه برای ۲۴ جلسه شورای عالی معماری و شهرسازی از طریق شرکت در کمیته‌های فنی و ارائه نظرات پشتیبان در شورای عالی معماری و شهر سازی از جمله اقدامات دیگر است.

همچنین در سال گذشته در قالب مشارکت با مردم برای مرمت بناهای تاریخی دارای مالکیت خصوصی از محل منابع دولتی در سال گذشته ۳۵ پروژه مشارکت انجام پذیرفت، رویکرد اداره کل در سال گذشته مشارکت برای حفظ سکونت در خانه‌های تاریخی موجود در بافت‌های تاریخی به عنوان پیشران احیا بافت‌های تاریخی بود و به تمرکز بر حمایت از خانه‌های تاریخ موجود در ماسوله، شیراز و همدان انجام شد.

سه شنبه ۲۸ فروردین ۱۴۰۳  
سال بیست و هشتم  
شماره ۲۷۲۹

##### خبر

### بهره‌مندی از ظرفیت‌های سازمان ملی استاندارد در صنعت گردشگری



مدیرکل ارزیابی خدمات گردشگری گفت: تفاهم‌نامه همکاری مشترک بین وزارت میراث‌فرهنگی و سازمان ملی استاندارد با هدف بهره‌مندی از ظرفیت‌های موجود در فرآیندهای استانداردسازی صنعت گردشگری امضا شد.

به گزارش خبرگزاری مهر، یحیی نقی‌زاده محجوب گفت: به منظور استفاده از ظرفیت‌های قانونی، مدیریتی، اجرایی و کارشناسی در امر توسعه صنعت گردشگری کشور و هم‌افزایی و تقویت تعاملات فی‌مابین دستگاه‌های متولی امر نظارت و ارزیابی کیفیت خدمات تأسیسات گردشگری و ضرورت هماهنگی در امر استانداردسازی و ارزیابی خدمات مذکور، بعد از نشست‌های مشترکی که در سطوح کارشناسی و مدیریتی فی مابین وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی و سازمان ملی استاندارد ایران و تشکل‌های حرفه‌ای گردشگری انجام شد، در نهایت در روزهای اخیر تفاهم‌نامه همکاری به امضا بالاترین مقامات دو دستگاه رسیده و از طریق معاونت گردشگری وزارت متبوع و معاونت ارزیابی کیفیت سازمان جهت اجرا به ادارات استانی و دوائر زیر مجموعه ابلاغ شده است.

وی اهم موضوعات مورد تفاهم که با محوریت ارائه خدمات کیفی به گردشگران و دفاع از حقوق سرمایه‌گذاران و فعالین حوزه گردشگری تنظیم شده است، اشاره کرد و افزود: تعریف مشترک فرآیند تدوین استانداردهای ملی و بین‌المللی و مقررات فنی حوزه گردشگری، همکاری متقابل در استانداردسازی و ارزیابی کیفی تأسیسات و خدمات و اجرای طرح تطبیق در حوزه گردشگری، تقویت تعامل در امر نظارت بر واحدهای گردشگری به صورت مشترک و با مشارکت نمایندگان تشکل‌های حرفه‌ای گردشگری، برگزاری فعالیت‌های آموزشی مرتبط با استاندارد و رویدادهای پژوهشی، علمی و تحقیقاتی مشترک، راه‌اندازی و اعطای جایزه کیفیت بخشی در حوزه گردشگری، انطباق برگه‌های فهرست بررسی یا چک لیست استانداردسازی و ارزیابی مصادیق تأسیسات گردشگری، اعلام فهرست مصادیق اجباری و اختیاری در استانداردسازی واحدهای اقامتی و تنظیم سازو کارهای اجرایی به منظور اجرای مفاد تعیین شده بخشی از تفاهم نامه مورد نظر به شمار می‌آیند.

نقی‌زاده یادآور شد: به دلیل وجود برخی ابهامات اجرایی، در مواردی نظارت بر نحوه ارائه خدمات در مراکز اقامتی استان‌ها موجبات اعتراض و ناراضی‌تی فعالان این بخش را فراهم کرده بود که این امر در مباحث مقدماتی تنظیم تفاهم‌نامه مطرح و نسبت به تبیین وظایف و مأموریت‌های تخصصی هر کدام از دستگاه‌ها و نحوه تعامل و همکاری آنها در اجرای این مأموریت‌ها اقدام شد.

مدیرکل نظارت و ارزیابی خدمات گردشگری ادامه داد: وظایفی از جمله تدوین استانداردها، اجرای طرح تطبیق و استانداردسازی تأسیسات گردشگری و نظارت عمومی و عالی بر فرآیند استانداردسازی تأسیسات گردشگری با رویکرد حذف اقدامات موازی و با محوریت معاونت گردشگری بعنوان دستگاه تخصصی مورد تاکید قرار گرفته است.

وی بیان کرد: بر این اساس مقرر شده است در کل فرایند از ظرفیت‌های قانونی، اجرایی و علمی سازمان ملی استاندارد ایران استفاده شود. ضمن اینکه ایجاد وحدت رویه و هماهنگی در حوزه‌های آموزش، صدور مجوز فعالیت عوامل و کارشناسان ارزیابی و تطبیق استاندارد، صدور گواهی نامه‌های کیفیت و اعطای نشان استاندارد تأسیسات نیز مورد تفاهم قرار گرفت. نقی زاده خاطر‌نشان کرد: امید می‌رود با اجرای مناسب این تفاهم‌نامه، ضمن رفع ابهامات اجرایی و دغدغه‌های موجود در میان فعالان گردشگری و کاستن از موازی‌کاری در فرآیندهای اجرایی، طرح تطبیق و استانداردسازی، روند ارتقا کیفیت خدمات در تأسیسات گردشگری سرعت یافته و موجب افزایش رضایتمندی گردشگران شود.

#### سلامت

## از کاشت نگین تا تغییر رنگ چشم؛ جراحی‌های لاکچری دستکاری چهره

افزایش تقاضای عمل‌های زیبایی حاکی از آن است که امروزه دیگر این اعمال چندان جنبه درمانی ندارند و برخی در سنین مختلف تحت تأثیر فماسازی و تبلیغات، به دنبال زیبایی بیشتر هستند و یکی از این اعمال، تغییر رنگ چشم و کاشت نگین در چشم است.

دکتر محمدرضا فلاح تفتی- فلوشیپ قرنیه و خارج چشمی و متخصص چشم- در گفت و گو با ایسنا، در این خصوص اظهار کرد: آنچه که ما به عنوان رنگ در ساختمان چشم می‌بینیم مربوط به عنبیه است که از پشت قرنیه شفاف آن را می‌بینیم و در هر فردی رنگ آن متفاوت است.

وی با بیان اینکه امکان تغییر رنگ چشم وجود دارد، درباره یکی از روش‌های مرسوم طی سالیان گذشته اظهار کرد: طی سالیان گذشته یک عنبیه مصنوعی از جنس پلاستیک به رنگ دلخواه فرد در چشم جایگذاری می‌شد اما پس از مدتی مشخص شد که این عمل عوارض زیادی به همراه دارد که بسیاری از افراد را نیز درگیر کرده است و به همین دلیل این شیوه منسوخ شد اما یکی از روش‌های متداول طی سالیان گذشته این بوده که در برخی مواقع یک فردی بخشی یا تمام قرنیه‌اش دچار مشکل و لکه دار شده بود و برای اینکه بتواند زیبایی چشم خود را به‌صورت کامل داشته باشد، یا از مرکبات به رنگ‌های مختلف روی قرنیه ریخته می‌شد و با سوزن زدن رنگ آن به قرنیه منتقل می‌شد و یا با تزریق رنگ روی قرنیه چشم این تغییر رنگ اعمال می‌شد که این روش یک پایداری نسبیی داشت و مدتی آن رنگ وجود داشت و اگر پس از مدتی نیز جذب و یا حذف رخ می‌داد، دوباره این کار را تکرار می‌شد.

این فلوشیپ قرنیه ادامه داد: از حدود ۵ تا ۱۰ سال گذشته روشی متدوال شد که بتوان تونلی روی قرنیه شفاف چشم به اندازه‌ای که می‌خواهیم چشم رنگی شود، ایجاد و سپس کریستال‌های رنگی به دلخواه آن فرد را در این تونل تزریق کنیم که این کریستال‌ها می‌تواند رنگی را در چشم فرد ایجاد کند و قرنیه به رنگ آن کریستال‌های تزریق شده دیده شود. وی درباره عوارض این عمل گفت: طی سالیان گذشته رنگ‌های تزریقی ناخالصی‌های بسیاری داشت اما اخیرا از این ناخالصی‌ها کاسته شده و واکنش بدن افراد نسبت به این رنگ‌ها به حداقل رسیده است اما به هرحال این یک ماده خارجی است که وارد بدن می‌شود و علاوه بر اینکه این رنگ‌ها می‌توانند به مرور زمان خاصیت خود را از دست داده و کمرنگ شوند، می‌توانند به فضای داخلی چشم نیز سرازیر شوند و عوارضی همچون التهاب چشم ایجاد کنند. ناپایدی در این عمل نیز ممکن است اما جزو عوارض بسیار نادر است. فلاح تفتی با تأکید بر اینکه این عمل تنها جنبه زیبایی ندارد و برای برخی افراد جنبه درمانی نیز دارد اظهار کرد:

برخی افراد به‌صورت مادرزادی عنبیه ندارند و به دلیل بزرگ بودن سوراخ ورودی نور به چشم، چشمانشان بسیار حساس است و آذیت می‌شوند یکی از راهکارها این است که درقرنیه این افراد تونلی ایجاد و رنگ را تزرق کنیم که گویا یک عنبیه ایجاد کرده‌ایم ویا با قرار دادن عنبیه مصنوعی شدت زیاد نوری که وارد چشم می‌شود را کاهش می‌دهیم.

وی افزود: برخی از افراد نیز به‌صورت مادرزادی، بخشی از مردمک یا عنبیه چشم‌شان شکل نگرفته است. به همین دلیل می‌توانیم روی قرنیه او، رنگی مشابه با رنگ عنبیه خودشان تزریق کنیم که در این روش، با استفاده از فمتولیزیک تونلی در چشم ایجاد می‌شود و که در این صورت ساختار چشم فرد طبیعی‌تر دیده می‌شود.

این متخصص چشم با تأکید بر اینکه عمل تغییر رنگ چشم یک عمل ظریف و میکروسکوپی است و باید تحت نظر یک فوق تخصص قرنیه انجام شود درباره هزینه‌های مورد نیاز آن گفت: در اعمال زیبایی، وقتی شیوه جدیدی متداول می‌شود به دلیل اینکه وزارت بهداشت آن را یک عمل درمانی تلقی نمی‌کند به مسئله هزینه و تعرفه‌گذاری نیز ورود نمی‌کند. در کشور اسپانیا که این روش‌های تحقیقاتی از آن‌جا برای اولین‌بار شروع شد، هزینه عمل هر چشم حدود ۲۵۰۰ تا ۳۰۰۰ یورو است. در ایران نیز این عمل از ۲۰۰۰ تا ۳۰۰ میلیون تومان برای فرد متقاضی هزینه دارد.

وی درباره چگونگی روند این عمل نیز اظهار کرد: عمل تغییر رنگ چشم نیز همچون لیزیک که تنها یک شکاف چند میلیمتری در چشم ایجاد می‌شود، سرپایی است و دوران پیگیری آن نیز کوتاه است. در این عمل، در عمق قرنیه تونلی ایجاد می‌شود که رنگ به محدوده مردمک نفوذ نکند چراکه در غیر این صورت در بینایی اختلال ایجاد می‌شود.

وی در ادامه همچنین درباره عمل کاشت نگین در چشم با بیان اینکه این عمل امروزه متقاضی زیادی ندارد اظهار کرد: در این عمل یک جسم خارجی از جنس تیتانیوم در چشم قرار می‌گیرد که بدن نسبت به آن واکنشی ندارد و این عمل تنها جنبه زیبایی که دارد که با تغییر جهت نگاه در چشم دیده می‌شود. اما این جسم خارجی برجستگی‌هایی دارد که در حاشیه آن اشک به خوبی پخش نمی‌شود که این خشکی‌ها موجب بروز زخم و عفونت می‌شود.

این فلوشیپ قرنیه تأکید کرد: هرگونه عمل زیبایی که صورت می‌گیرد، باید ابتدا توسط پزشک مربوطه معاینه شود تا عمل کمترین عارضه را برای فرد داشته باشد چراکه به هرحال جراحی‌ها با عارضه همراه است. همانطور که در راندگی ممکن است با وجود رعایت قوانین در اثر تأثیر عوامل دیگر، تصادفات رخ دهد، در اعمال جراحی نیز ممکن است عوارضی رخ دهد اما باید با آزمایش پیش از عمل میزان عوارض را به حداقل برسانیم.

فلاح تفتی در پایان با تأکید بر اینکه امروزه بسیاری از پزشک‌نماها در فضای مجازی با تبلیغات افراد را به خود جذب می‌کنند تصریح کرد: بسیاری از کسانی که به سمت و سوی عمل جراحی می‌روند حتی نام و مشخصات پزشک خود را نیز نمی‌دانند! اما باید قبل از عمل نظام پزشکی، مشخصات پزشک، نوع معاینه و ... عملکرد پزشک و نظرات مراجعین دیگر را بررسی کنند تا گرفتار پزشک‌نماها و با مشکل مواجه نشوند.

## استرس بخش جدایی‌ناپذیر زندگی انسان است و با وجود آنکه بشر امروزی پیشرفت‌های بسیاری جهت تسهیل سبک زندگی خود داشته اما مشکلاتش از بین نرفته و فقط شکل آنها تغییر کرده است. به دلیل وجود دغدغه‌های مختلف، مدیریت استرس برای اغلب افراد کار دشواری است و ناتوانی در مدیریت آن، سلامت روان انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

به گزارش ایسنا، هنگامی که با یک موقعیت تهدیدکننده مواجه می‌شوید، سیستم عصبی سمپاتیک - بخشی از سیستم عصبی مرکزی بدن که عملکردهایی مانند ضربان قلب، تنفس و فشار خون را تنظیم می‌کند - باعث تحریک واکنش «جنگ یا گریز» می‌شود. هورمون استرس موسوم به «کورتیزول» نیز بدن را هوشیار و آماده مقابله با خطر احتمالی می‌کند. استرس در عین حال باعث تغییرات فیزیولوژیکی مانند افزایش سطح هوشیاری، تنفس و ضربان قلب سریع‌تر، فشار خون بالا، افزایش کلسترول خون و افزایش تنش عضلانی می‌شود.

وقتی استرس پاسخ جنگ یا گریز را در سیستم عصبی مرکزی فعال می‌کند، می‌تواند بر سیستم گوارش تأثیر بگذارد؛ اسپاسم مری، افزایش اسید معده و سوءهاضمه، ایجاد حالت تهوع و اسهال یا یبوست از جمله این موارد هستند. در موارد جدی‌تر، استرس ممکن است باعث کاهش جریان خون و اکسیژن به معده شده و منجر به گرفتگی، التهاب یا عدم تعادل باکتری‌های روده شود.

همچنین می‌تواند اختلالات گوارشی جدی را تشدید کند از جمله سندرم روده تحریک‌پذیر (IBS)، بیماری التهابی روده (IBD)، زخم معده و بیماری رفاکس

نوشیدنی بی‌نظیری وجود دارد که می‌تواند کلسترول خوب شما را افزایش دهد.

ممکن است وقتی به سن خاصی رسیدید، متوجه شوید که در حال مبارزه با میزان کلسترول بالای خون خود هستید. حتی اگر سهم خود را برای کاهش کلسترول خون، بدون دارو و از طریق رژیم غذایی و ورزش انجام دهید، بدن شما در پاکسازی کلسترول ناسالم از بدن نسبت به دوران جوانی کمتر کارآمد خواهد بود.

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری ایالات‌متحده می‌گوید: ۱۷ درصد از بزرگسالان بین ۴۰ تا ۵۹ سال برای کمک به کاهش کلسترول خون خود، استاتین مصرف می‌کنند. استاتین‌ها به بدن کمک می‌کنند تا کلسترول اضافی را از خون دفع کند.

راه دیگر برای کاهش کلسترول کل، افزایش کلسترول خوب است که به‌عنوان لیپوپروتئین با چگالی بالا (HDL) شناخته می‌شود. کلسترول خوب به پاکسازی کلسترول انسداد شریان از خون شما با ارسال آن به کبد کمک می‌کند تا از بدن خارج شود.

ترک سیگار، انتخاب چربی‌های غیراشباع سالم برای قلب، کاهش وزن و فعال ماندن راهایی هستند که می‌توانید کلسترول خوب خون خود را افزایش دهید.

نوشیدن چای و افزایش کلسترول خوب

همچنین می‌توانید کلسترول خوب را با جایگزین کردن نوشیدنی‌های شیرین یا دیگر نوشیدنی‌ها افزایش دهید. این نوشیدنی، چای سیاه نیست، چای سبز نیز نیست اگرچه نوشیدن روزانه چای سبز می‌تواند کلسترول بد خون (LDL) شما را کاهش دهد. چای روبیوس که در درختچه آفریقای جنوبی تهیه می‌شود نیز می‌تواند متحد شما برای افزایش کلسترول خوب شما باشد.

اگر کلسترول خوب شما نیاز به تقویت دارد، باید مقدار زیادی چای روبیوس بنوشید. نتایج تحقیق

معده به مری (GERD).

بهتر است افراد در طول شبانه روز ساعاتی را برای استراحت کردن در نظر بگیرند تا از استرس دور باشند.

یادگیری نحوه مدیریت استرس نیاز به تمرین دارد اما در ادامه به نقل از «وب ام دی» به چند مورد از آنها

۱. ورزش کنید
ورزش منظم یکی از بهترین راه ها برای آرامش بدن و ذهن شماست. به علاوه، ورزش باعث بهبود خلق و خوی شما می شود. اما باید اغلب این کار را انجام دهید تا نتیجه بدهد.

هر هفته چقدر باید ورزش کرد؟

تا ۲ ساعت و ۳۰ دقیقه ورزش با شدت متوسط مانند پیاده روی سریع یا ۷۵ دقیقه ورزش شدیدتر مانند شنا، دویدن یا ورزش های دیگر انجام دهید.
روی تعیین اهداف تناسب اندام که می توانید به آنها برسید تمرکز کنید. بیشتر از همه به یاد داشته باشید که انجام هر تمرینی بهتر از انجام ندادن آن است.

۲. عضلات خود را آرام کنید
وقتی استرس دارید، ماهیچه هایتان منقبض می شوند. شما می توانید به خودی خود به شل شدن آنها و شاداب کردن بدن خود کمک کنید:

- کشش
- ماساژ گرفتن
- حمام کردن یا دوش آب گرم
- داشتن یک خواب خوب شبانه
۳. تنفس عمیق
چند نفس عمیق می تواند استرس را فوراً از شما دور کند. زمانی که در انجام تمرینات تنفسی ماهر شوید، شگفت زده خواهید شد که چقدر احساس بهتری دارید. فقط این ۵ مرحله را دنبال کنید:
- در موضعی راحت بنشینید و دستان خود را روی پاهای خود قرار دهید و به لاین آهسته بروید تا بتوانید از عجله کردن جلوگیری کنید.
- چشمانتان را ببندید.

- خود را در مکانی آرام تصور کنید. این می تواند ساحل، یک زمین چمن زیبا یا هر جایی که به شما احساس آرامش



می دهد باشد.
- به آرامی تنفس عمیق انجام دهید.
- این کار را هر بار ۵ تا ۱۰ دقیقه انجام دهید.
۴. خوب غذا بخورید
داشتن یک رژیم غذایی منظم و متعادل به شما کمک می کند تا به طور کلی احساس بهتری داشته باشید. همچنین ممکن است به کنترل خلق و خوی شما کمک کند. وعده های غذایی شما باید سرشار از سبزیجات، میوه، غلات کامل و پروتئین بدون چربی برای تامین انرژی باشد. همچنین هیچکدام را نادیده نگیرید زیرا می تواند شما را در خلق و خوی بد قرار دهد که به دنبال آن می تواند استرس را تشدید کند.

۵. سرعت زندگی خود را کاهش دهید
زندگی مدرن بسیار شلوغ است و گاهی اوقات ما فقط باید سرعت خود را کم کنیم و آرام باشیم. به زندگی خود نگاه کنید و راه های کوچکی برای انجام این کار پیدا کنید. مثلاً:
ساعت خود را ۵ تا ۱۰ دقیقه جلوتر تنظیم کنید. به این ترتیب کمی زود به مکان‌ها خواهید رسید و از استرس دیر رسیدن دوری خواهید کرد.
وقتی در بزرگراه رانندگی می کنید، به لاین آهسته بروید تا بتوانید از عجله کردن جلوگیری کنید.
کارهای بزرگ را به کارهای کوچکتر تقسیم کنید. برای مثال، اگر مجبور نیستید سعی نکنید به همه ۱۰۰ ایمیل دریافتی خود پاسخ دهید و فقط به

است:
- خواندن کتاب
- بافندگی
- انجام یک پروژه هنری
- تماشای یک فیلم
- انجام پازل
۸. در مورد مشکلات خود صحبت کنید
اگر موضوعاتی شما را آزار می دهند، صحبت در مورد آنها می تواند به کاهش

## ۱۰ نکته برای مدیریت استرس



تعدادی از آنها پاسخ دهید.
۶.استراحت کنید
باید برای زمان‌هایی برای استراحت برنامه ریزی کنید تا ذهن خود را از استرس دور کنید. اگر فردی هستید که دوست دارید هدف گذاری کنید، ممکن است استراحت کردن در ابتدا برای شما سخت باشد اما به آن پایبند باشید. کارهای آرامش‌بخشی که می‌توانید انجام دهید عبارتند از:

- مراقبه
- یوگا
- دعا
- گوش دادن به موسیقی مورد علاقه
- گذراندن زمان در طبیعت
۷. برای سرگرمی‌ها وقت بگذارید
باید زمانی را برای انجام کارهایی که از آنها لذت می برید اختصاص دهید. سعی کنید هر روز کاری انجام دهید که احساس خوبی به شما بدهد و این به کاهش استرس شما کمک می کند. لازم نیست زمان زیادی باشد - حتی ۱۵ تا ۲۰ دقیقه هم موثر است. سرگرمی های آرامش بخش شامل موارد زیر است:
- خواندن کتاب
- بافندگی
- انجام یک پروژه هنری
- تماشای یک فیلم
- انجام پازل
۸. در مورد مشکلات خود صحبت کنید
اگر موضوعاتی شما را آزار می دهند، صحبت در مورد آنها می تواند به کاهش

## چایی که کلسترول خوب را افزایش می‌دهد



متنشرشده در سال ۲۰۱۱ در مجله Ethnopharmacology از ۴۰ نفر خواسته بود که به مدت ۶ هفته هر روز ۶ فنجان چای روبیوس تخمیر شده (همان چای قرمزی که معمولاً یافت می‌شوند و دریافت آنها پس از نوشیدن روزانه چای روبیوس زیاد جای تعجب ندارد.

چایی که کلسترول خوب را افزایش می‌دهد
سایر فواید چای روبیوس
پلی‌فنول‌های موجود در چای روبیوس می‌توانند مزایای بالقوه دیگری برای سلامتی داشته باشند. بر اساس نتایج تحقیق سال ۲۰۱۵ منتشرشده در مجله Traditional and Complementary Medicine، چای روبیوس ممکن است به بدن در مبارزه با مولکول‌های مضر به نام گونه‌های اکسیژن فعال (ROS) کمک کند که در ابتدا به سرطان و دیابت کمک‌کننده هستند. اگرچه این

آسیب را در بدن کاهش و سطح پلی‌فنول‌ها را افزایش می‌دهد. پلی‌فنول‌ها معمولاً در میوه‌ها، سبزیجات و سایر غذاهای گیاهی یافت می‌شوند و دریافت آنها پس از نوشیدن روزانه چای روبیوس زیاد جای تعجب ندارد. چایی که کلسترول خوب را افزایش می‌دهد
سایر فواید چای روبیوس
پلی‌فنول‌های موجود در چای روبیوس می‌توانند مزایای بالقوه دیگری برای سلامتی داشته باشند. بر اساس نتایج تحقیق سال ۲۰۱۵ منتشرشده در مجله Traditional and Complementary Medicine، چای روبیوس ممکن است به بدن در مبارزه با مولکول‌های مضر به نام گونه‌های اکسیژن فعال (ROS) کمک کند که در ابتدا به سرطان و دیابت کمک‌کننده هستند. اگرچه این

استرس‌تان کمک کند. می‌توانید با اعضای خانواده، دوستان، پزشک یا یک درمانگر صحبت کنید.

همچنین می‌توانید با خودتان صحبت کنید. به این کار «خودگویی» یا «واگویی» می‌گویند و همه ما آن را انجام می‌دهیم. اما برای اینکه خودگویی به کاهش استرس کمک کند، باید مطمئن شوید که مثبت است و نه منفی.

بنابراین وقتی استرس دارید به آنچه فکر می‌کنید یا می‌گویید از نزدیک گوش کنید. اگر به خود پیامی منفی می‌دهید، آن را به پیام مثبت تغییر دهید. به عنوان مثال، به خود نگویید «من نمی‌توانم این کار را انجام دهم» در عوض به خود بگویید: «من می‌توانم این کار را انجام دهم» یا «من بهترین کاری را که می‌توانم انجام می‌دهم». ۹. سخت نگیرید

بپذیرید که هر چقدر هم تلاش کنید نمی‌توانید کارها را به طور کامل و عالی انجام دهید. شما همچنین نمی‌توانید همه چیز را در زندگی خود کنترل کنید. پس به خودتان لطفی کنید و فکر نکنید که می‌توانید کارهای زیادی انجام دهید. فراموش نکنید که حس شوخ طبعی خود را حفظ کنید. خنده به شما کمک می‌کند تا احساس آرامش کنید.

۱۰. محرک‌ها را از بین ببرید
دریابید که بزرگترین دلایل استرس در زندگی شما چیست. آیا شغل شما، رفت و آمد شما، تکالیف مدرسه و دانشگاه شماست؟ اگر می‌توانید تشخیص دهید که آنها چیست، ببینید آیا می‌توانید آنها را از زندگی خود حذف کنید یا دست‌کم آنها را کاهش دهید یا خیر. اگر نمی‌توانید دلایل اصلی استرس خود را شناسایی کنید، سعی کنید یک دفترچه استرس داشته باشید. زمانی که بیش از همه مضطرب می‌شوید، یادداشت کنید و ببینید آیا می‌توانید یک الگو را برای استرس خود تعیین کنید، سپس راه‌هایی برای حذف یا کاهش آن محرک‌ها پیدا کنید.

برسد، با این حال، لازم نیست نگران باشید، زیرا رویبوس بدون کافئین است. چای دارای تانن‌هایی است که می‌تواند میزبان جذب آهن بدن را محدود کند اما تانن چای رویبوس در مقایسه با سایر نوشیدنی‌ها بسیار کمتر است.

چایی که کلسترول خوب را افزایش می‌دهد

کاهش خطر ابتلا به سرطان
نتایج برخی از تحقیقات قدیمی‌تر در لوله‌های آزمایش اشاره می‌کند که آنتی‌اکسیدان‌های کوررستین و لوتولین که در چای رویبوس وجود دارند، می‌توانند سلول‌های سرطانی را از بین ببرند و از رشد تومور جلوگیری کنند با این حال، مشخص نیست که آیا رویبوس به اندازه کافی از این ۲ آنتی‌اکسیدان را دارد یا خیر و اینکه آیا آنها به اندازه کافی توسط بدن شما جذب می‌شوند تا فوایدی را به همراه داشته باشند یا خیر؛ بنابراین، تحقیقات انسانی بیشتر در مورد رویبوس و سرطان مورد نیاز است.

عوارض جانبی بالقوه

به‌طور کلی، رویبوس بسیار ایمن است و با عوارض جانبی جدی همراه نیست. اگرچه رویبوس برای مصرف بی‌خطر است اما عوارض جانبی نادری برای آن ثبت شده است.

برخی از مواد شیمیایی موجود در چای روبیوس می‌توانند اثرات استروژن را تقلید یا ممکن است سنتر استروژن را در بدن تقویت کنند. افراد مبتلا به سرطان حساس به استروژن مانند سرطان سینه باید از نوشیدن چای روبیوس خودداری کنند یا قبل از مصرف با پزشک مشورت کنند.

همچنین نتایج تحقیقی نشان داده است که نوشیدن منظم مقادیر زیاد چای روبیوس باعث افزایش آنزیم‌های کبدی می‌شود که ممکن است باعث اختلال در یافت کبد و عملکرد آن شود. اگرچه پزشکان در مورد ارتباط بین چای روبیوس و کبد مطمئن نیستند، اما بهتر است چای روبیوس را در حد اعتدال بنوشید و در صورت لزوم با پزشک مشورت کنید.

#### خبر

## تیم لیموندیس بازنده‌ای سربلند و شایسته در لیگ برتر بسکتبال بود



سرمری تیم بسکتبال لیموندیس با اشاره به شکست تیمش در مرحله پلی‌آف لیگ برتر و کنار رفتن از مسابقات گفت: حریفان مقابل ما با احترام بازی می‌کردند، لیموندیس بازنده‌ای سربلند در لیگ بود. به گزارش مهر، تیم بسکتبال لیموندیس که به عنوان تیم هشتم مرحله مقدماتی لیگ برتر وارد مرحله یک چهارم شد در سه دیدار نخست این مرحله برابر شهرداری گرگان متحمل شد. پلی آف لیگ برتر به صورت ۳ از ۵ برگزار می شود. بدین ترتیب لیموندیس با متحمل شدن سه شکست به عنوان اولین تیم از صعود بازماند و به کار خود در لیگ برتر بسکتبال پایان داد.

محمدرضا اسلامی که در نخستین سال حضور در تیم بسکتبال لیموندیس هدایت این تیم را بر عهده داشت، در گفت و گو با خبرنگار مهر گفت: پیش از آغاز پلی آف و در جریان دیدارهای مقدمات کمتر شانس برای لیموندیس و صعودش به پلی آف قائل می شدند اما با این حال وارد این مرحله شدیم.

وی ادامه داد: در مرحله رفت مقدماتی دیدارهای خوبی به خصوص برابر تیم های بزرگ داشتیم. در مرحله برگشت هم شرایط نتیجه گیری لیموندیس و سایر تیم ها به گونه ای بود که کمترین شانس را برای صعود به جمع هشت تیم برتر داشتیم. با این حال در بازی های آخر و به خصوص در دیدار با ذوب آهن عملکرد بازیکنان مان به گونه ای بود این صعود برای مان محقق شد.

سرمری تیم بسکتبال لیموندیس با تاکید بر سخت و سنگین بودن لیگ برتر به دیدارهای تیمش در مرحله پلی اف اشاره داشت و گفت:بازی اول در شرایطی برگزار شد که ما دور از مسابقات بودیم اما شهرداری گرگان تازه از سوپر لیگ غرب آسیا بازگشته بود. در این بازی خوب نبودیم به خصوص که بازی در گرگان برگزار شد و جو گرگان هم همیشه سنگین است. از طرفی بازیکنانی ما روی نیمکت داشتیم برای این دیدار و حساسیت های آن خیلی جوان بودند.

وی با بیان اینکه دیدار دوم برابر شهرداری گرگان عملکرد نزدیکی به حریف داشتیم اما بازمم بازنده شدیم، خاطرنشان کرد: دیدار سوم به میزبانی شیراز برگزار شد. در این بازی به مراتب بهتر کار کردیم و در خیلی از دقایق هم پیش بودیم اما مشکلات خود را داشتیم مثل اینکه بازیکن جایگزین برای مواقع لازم نداشتیم. این شد که بازمم باختیم اگرچه اعتقاد دارم لیوندیس بازنده سربلند و شایسته در لیگ بود. اسلامی تاکید کرد: در مجموع سه دیدار مقابل شهرداری گرگان و به خصوص دیدار دوم و سوم در تاکتیک دفاعی و حمله خوب کار کردیم. بر کل اما در بسیاری مواقع نفر کم می آوردیم. پیش از نیم فصل بازیکن خارجی خود را از دست دادیم و نتوانستیم جایگزین هم کنیم. کمبود بازیکن دست ما را بسته بود مخصوصا در همین پلی آف. شاید اگر شرایط جذب بازیکن را داشتیم، می توانستیم برنده شویم.

سرمری تیم لیموندیس تاکید کرد: در بسیاری دیدارها زیر سید با مشکل کمبود بازیکن مواجه بودیم. روی نیمکت هم بازیکنان ما جوان وکم تجربه بودند. با همه اینها حریفان مقابل ما با احترام بازی می کردند. آنها با تمام قوا برابر لیموندیس قرار می گرفتند و این نشان می داد که این تیم از پیش باخته نبود.

وی که هدایت تیم لیموندیس را در اولین سال حضور در لیگ برتر عهده دار شد در مورد ادامه همکاری با این تیم و احتمال حضور دوباره لیموندیس در لیگ برتر گفت: قرار داد من یک ساله بود و حالات تمام شده است. در مورد حضور دوباره در فصل جدید لیگ برتر هم مسئولان باید تصمیم بگیرند. فقط اینکه این تصمیم باید زودتر اتخاذ شود نه اینکه یکی دو ماه مانده به مسابقات؛ اینگونه تصمیم گیری شرایط را سخت می کنيد.

محمدرضا اسلامی تاکید کرد: لیموندیس برای رقابت با حریفان روزانه ۵ تا ۶ ساعت تمرین داشت. ما بازیکن جوانی داریم که حالا توسعه پیدا کرده اند. این بازیکنان نباید به حال خود رها شوند. امیدوارم مسئولان به این مهم توجه کنند.

قصد حضور در مسابقات گزینشی المپیک در قاره آسیا را دارد اما شنیده‌ها حاکیست غیبت مصلاّی پور در رقابت های قهرمانی آسیا به عنوان یکی از مراحل مهم گزینشی داوران المپیک، حتی می‌تواند به قیمت از دست رفتن شانس حضور او در المپیک پاریس تمام شود و جایگاه او در کمیسیون دآوری اتحادیه جهانی نیز احتمالا متزلزل خواهد شد.

از سوی دیگر با توجه به اهمیت جایگاه و تاثیرگذاری نماینده دآوری ایران در کمیسیون دآوری اتحادیه جهانی کشتی با هدف حمایت از حق کشتی ایران در رویدادهای بین المللی، احتمال معرفی گزینه جایگزین از سوی فدراسیون کشتی ایران به کمیسیون اتحادیه جهانی نیز وجود دارد.

با وجود حمایت فدراسیون کشتی از مصلاّی پور طی سال های گذشته برای کسب کرسی در کمیسیون دآوری اتحادیه جهانی کشتی و حضور در رویدادهای مختلف کشتی جهان، خودداری او از حضور در مسابقات قهرمانی آسیا می‌تواند جایگاه او به عنوان رییس کمیته داوران فدراسیون کشتی را نیز تحت الشعاع قرار دهد.

## پشت پرده غیبت مصلاّی‌پور در کشتی قهرمانی آسیا

های بلیط رفت و برگشت هواپیما و اسکان خود در هتل را پرداخت کرده‌اند و نیم دیگر هزینه‌ها را نیز فدراسیون کشتی بر عهده گرفته است اما مصلاّی پور که طی سال های اخیر همواره یا با هزینه اتحادیه جهانی کشتی و یا فدراسیون کشتی، به دفعات عازم رویدادهای مختلف بین المللی شده است، اینبار حاضر نشده نیمی از هزینه هتل اسکان خود در بیشکک را شخصا پرداخت کند.

فدراسیون کشتی علی رغم اینکه از ۴ داور المپیک دیگر نیمی از هزینه های اعزام را دریافت کرده است، به مصلاّی پور اعلام می‌کند کل هزینه بلیط ۵۵ میلیون تومانی رفت و برگشت هواپیما و نیمی از هزینه هتل که هر شب مبلغ ۲۱۰ یورو بوده را فدراسیون بر عهده می‌گیرد که در مجموع حدود ۶۵ تا ۷۰ درصد مبلغ کل می شود اما با این وجود رییس کمیته داوران خواستار پرداخت کل هزینه های اعزام از سوی فدراسیون می‌شود و فدراسیون نیز به دلیل رعایت حقوق دیگر داوران المپیک ایران، با این درخواست مخالفت می‌کند.

هر چند رییس کمیته داوران پس از غیبت در رقابت های قهرمانی آسیا،

رقابت‌های گزینشی المپیک در قاره آسیا نیز که از ۳۱ فروردین به مدت ۳ روز در قرقیزستان برگزار می شود، به قضاوت بپردازند.

در شرایطی که بر اساس قوانین اتحادیه جهانی کشتی، داوران المپیک کشورها برای داشتن شانس حضور در المپیک پاریس باید در رویدادهای مورد نظر اتحادیه جهانی از جمله قهرمانی آسیا و مسابقات گزینشی المپیک به قضاوت بپردازند، غیبت محمد مصلاّی پور رییس کمیته داوران فدراسیون کشتی و داور المپیک ایران که عضو کمیسیون داوران اتحادیه جهانی کشتی است، در رقابت های قهرمانی آسیا، می تواند به قیمت غیبت او در المپیک پاریس تمام شود و جایگاه او در کمیسیون دآوری اتحادیه جهانی کشتی نیز با چالش جدی روبرو گردد.

اما پیگیری های خبرنگار ایسنا درباره دلایل غیبت مصلاّی پور در مسابقات آسیایی حاکیست او به دلیل اینکه حاضر نشده بخشی از مبلغ سفر و اقامت در بیشکک را شخصا پرداخت کند، قید حضور در این رقابت ها را زده است. این اتفاق در حالی رخ داده که ۴ داور المپیک ایران که عازم این مسابقات شده اند، پنجاه درصد از مجموع هزینه

فرقیزستان در حال برگزاری است و ۴ داور المپیک ایران شامل سعید عباسی، کامران سلطان زاده، نیما صادقی و مهدی بشیرزاده نیز به نمایندگی از کشتی ایران در این رقابت ها به قضاوت پرداختند و قرار است در پایان این رقابت‌ها، نیما صادقی به ایران بازگردد اما عباسی، سلطان زاده و بشیرزاده در



رییس کمیته داوران فدراسیون کشتی و مدرس دآوری اتحادیه جهانی کشتی به دلیل غیبت در رقابت‌های قهرمانی آسیا، به احتمال فراوان نه تنها شانس زیادی برای قضاوت در المپیک ندارد، بلکه بحث انتخاب جانشین برای او در کمیسیون داوران اتحادیه جهانی نیز وجود دارد. به گزارش ایسنا، رقابت های کشتی

## شکستی که عربستان را متحول کرد

فوتسال در کشورشان بوده است. پایگاه خبری «اسپورت» عربستان در گزارشی که در سال ۲۰۱۷ منتشر کرد به ماجرای تعطیلی تیم فوتسال پرداخت و ایران را به عنوان یک الگوی فوتسالی معرفی کرد و

مواردی همچون وجود لیگ‌های منظم و پویا در سطوح مختلف، توانایی ساختار فوتسال ایران بر استعدادیابی و پرورش استعدادها، بهره گیری از روش‌های علمی و تاکتیک‌های روز فوتسال جهان، وجود کمیته‌های تخصصی فوتسال در فدراسیون فوتبال، انتخاب و بهره گیری از مربیان موفق، وجود پوشش رسانه‌ای برای فوتسال، وجود باشگاه‌های تخصصی فوتسال و فعال بودن فوتسال بانوان در ایران از جمله مواردی بود که در این گزارش برای توسعه فوتسال در عربستان با الگوبرداری از ایران ارائه شد.

تیم ملی فوتسال عربستان هرچند سابقه چندانى در فوتسال آسیا ندارد و نخستین حضور آنها در جام ملت‌های آسیا به سال ۲۰۱۶ بر می‌گردد اما سرمایه گذاری زیادی روی این رشته در چند سال اخیر انجام داده اند.

در سال ۲۰۱۶ عربستان سعودی نتوانست جواز حضور در مرحله نهایی جام ملت‌های آسیا را کسب کند اما به لطف تعلیق فدراسیون فوتبال کویت از سوی فیفا که به حذف تیم فوتسال این کشور از جام ملت‌ها انجامید کنفدراسیون فوتبال آسیا تصمیم گرفت عربستان را جایگزین کند تا این تیم برای نخستین بار در جمع ۱۶ تیم نهایی حاضر شود. این تیم در مرحله گروهی با ازبکستان، قرقیزستان و لبنان هم گروه بود و با یک تساوی برابر لبنان و دو شکست و کسب یک امتیاز به عنوان تیم چهارم از گردونه مسابقات حذف شد.

فوتبال عربستان پس از سال ۲۰۱۶ هم

تیم ملی فوتسال عربستان سعودی به واسطه سرمایه گذاری هایی که در سال های اخیر انجام داده امیدوار است نتیجه مطلوبی در جام ملت های ۲۰۲۴ آسیا کسب کند.

به گزارش مهر، رقابت‌های جام ملت‌های فوتسال آسیا از ۲۹ فروردین به میزبانی تایلند برگزار خواهد شد و ۱۶ تیم آسیایی برای کسب عنوان قهرمانی و همچنین کسب سهمیه جام جهانی با هم رقابت خواهند کرد. تیم ملی عربستان سعودی یکی از تیم‌هایی است که در این مرحله از مسابقات حاضر است و امیدهای زیادی برای خلق شگفتی دارد. تیم ملی فوتسال عربستان در سال ۱۹۸۹ نخستین دیدار تاریخ خود را انجام داد و برابر تیم اسپانیا با نتیجه ۸ بر ۲ شکست خورد. بهترین برد تاریخ فوتسال این کشور در سال ۲۰۱۱ و برابر فلسطین رقم خورد و با پیروزی ۱۶ بر یک این تیم همراه شد. اما ضعیف‌ترین نتیجه تاریخ فوتسال این کشور برابر تیم ملی ایران بود. تیم‌های ملی ایران و عربستان در رشته فوتسال در تمام رده‌های بزرگسالان، امید، بانوان و باشگاهی، تنها یک بار در مرحله گروهی المپیک داخل سالن آسیا ماکائو ۲۰۰۷ با یکدیگر رقابت کرده‌اند و در آن دیدار که تیم مردان زیر ۲۳ سال کشورمان به میدان رفته بود، موفق شد با نتیجه ۱۵ بر یک از سد حریف خود بگذرد و سنگین‌ترین شکست تاریخ عربستان را به این تیم تحمیل کند.

پس از این شکست تحقیرآمیز، فدراسیون فوتبال عربستان تصمیم گرفت تیم ملی فوتسال این کشور را تعطیل کند و به فکر راهی برای توسعه و پیشرفت فوتسال باشد. به نظر می‌رسد تیم ملی ایران یکی از الگوهای عربستانی‌ها برای توسعه

کاپیتان تیم ملی پدل معتقد است ایران در این رشته نوپا استعداد‌های خوبی دارد و در صورتی که کمبود مربی و زمین استاندارد برطرف شود می‌توانیم در آینده میزبان رویدادهای بین المللی باشیم.

فرساد شاهای در گفت و گو با مهر، در مورد آخرین وضعیت تیم ملی پدل ایران برای حضور در رقابت‌های مقدماتی مسابقات جام رمضان داشتیم امسال هم استارت آمادگی برای شرکت در رقابت های بیش رو را با حضور در همین جام زدیم. کیفیت مسابقات امارات مانند همیشه خوب بود. این دوره یک کشور اروپایی هم شرکت کرده بود که در مقایسه با تیم‌های آسیایی پر قدرت

مسئله نیز در روند آماده سازی و حتی رشد تیم ملی موثر بوده است.

کاپیتان تیم ملی پدل ایران در ادامه گفت: در حال حاضر ما بازیکن‌هایی داریم که در کشور سوئد و اسپانیا بازی می‌کنند، فاصله پدل ایران با تیم های اروپایی خیلی زیاد است اما همین مورد نشان می‌دهد که استعداد‌های خوبی داریم که می‌توانند به عنوان لژیونر در خارج از ایران بازی کنند. ولی اگر بخواهیم خودمان را با رقبای آسیایی مقایسه کنیم قطعاً در برابر آنها حرفی برای گفتن داریم و جزو ۳ تیم برتر آسیا به شمار می‌رویم.

شاهی در پاسخ به این پرسش که فکر می‌کنید این دوره بتوانیم سهمیه مسابقات جهانی را کسب کنیم؟ گفت:

بازی در مسابقات مقدماتی نخستین تجربه ما نیست؛ تیم ایران قبلاً هم در این مسابقات حضور داشته و جایگاه دوم و سوم را به دست آورده است بنابراین با تجربه در این رویداد حاضر خواهیم شد. پدل ایران در آسیا واقعاً شرایط خوبی دارد اما به هر شکل صعود به مسابقات جهانی هم آسان نیست و نخواهد بود. وی با بیان اینکه پدل ایران در صورت حمایت بیشتر می‌تواند در میداین جهانی هم بدرخشد؛ گفت: فدراسیون حامی ما است ولی این حجم از حمایت‌ها کافی نیست. هر چقدر اعزام های ما بیشتر شود و در اردوهای برون مرزی بیشتری شرکت کنیم این روند پیشرفت سریعتر طی خواهد شد. خوشبختانه ایران از نظر بازیکن استعداد‌های خوبی دارد و

نکته جالب این است که در طول چند سال گذشته واقعاً استقبال از این رشته بالا رفته است.

شاهی افزود: در حال حاضر ما هم کمبود زمین استاندارد داریم و هم کمبود مربی، اگر بتوانیم در این دو زمینه شرایط را بهبود ببخشیم به راحتی می‌توانیم میزبانی‌های بین المللی را هم به دست بیاوریم.

کاپیتان تیم ملی در پایان در واکنش به اینکه آیا تیم ملی برای کسب نتایج بهتر نیاز به مربی خارجی دارد؟ توضیح داد: قطعاً حضور مربی خارجی در کمک می‌کند در همین مسابقات جام رمضان هم آقای گل‌زار برای یک بازی مربی خارجی آورد که واقعاً کمک کننده بود.



