



تکمیل بیمارستان گلوگاه شتاب گرفت



۴۵ بقعه متبرکه گلستان میزبان عزادارن حسینی است



پیشرفت فیزیکی ۸۵ درصدی عملیات لایروبی تالاب عینک رشت

فعالیت ۱۲۴ مرکز درمان اعتیاد در مازندران

مدیرکل غله و خدمات بازرگانی مازندران از تحویل و خرید ۸۲ هزار تن گندم از کشاورزان استان خبر داد و گفت: تاکنون ۳۵ درصد مطالبات آنان نیز پرداخت شده است.

به گزارش مهر، عباسعلی وفایی نژاد در گفت و گو با خبرنگاران اظهار کرد: با پیگیری‌های صورت گرفته، گندمکاران مازندرانی که تا ۱۳ تیرماه سال جاری گندم مازاد بر نیاز خود را تحویل مراکز خرید تضمینی اداره کل غله استان دادند ۳۵ درصد از مطالبات خود را دریافت کردند.

مدیرکل غله و خدمات بازرگانی استان مازندران با بیان اینکه از زمان آغاز خرید تضمینی گندم در استان حدود ۲۵ هزار سند مربوط به تحویل گندم کشاورزان استان در سامانه بانک پارگذاری شد اظهار داشت: با همت کارشناسان اداره کل غله حدود ۲۵ هزار سند ثبت شده در سامانه که مربوط به محموله‌های تحویلی حدود ۱۱ هزار کشاورز است در سریع‌ترین زمان ممکن و بدون وقفه پس از تحویل گندم توسط کشاورز به بانک ارسال شد.

وفایی نژاد تصریح کرد: تاکنون بیش از ۵ هزار میلیارد ریال وجه گندم از طریق بانک عامل به حساب کشاورزان استان واریز شد.

وی در خصوص باقیمانده مطالبات نیز ابراز امیدواری کرد با تخصیص منابع لازم به صورت متمرکز پرداخت خواهد شد.

یرکل غله مازندران همچنین به میزان خرید تضمینی گندم در استان اشاره کرد و گفت: تاکنون حدود ۸۲ هزار تن گندم از کشاورزان استان مازندران تحویل گرفته شد.

وفایی نژاد افزود: هم‌اکنون با پایان یافتن گندم در مزارع دشت استان و آغاز برداشت در مناطق میان بند و کوهستانی، مراکز خرید تضمینی گندم در این مناطق و مرکز سیلوی شهید میرزاپور نکا آمادگی لازم برای دریافت محصول گندم از کشاورزان استان را دارند.

بارش آتش بر تن پوش سبز مازندران



مرکز نظارت همگانی (۱۹۷)

پل ارتباطی مردم با مسئولان ناجا

برگزاری جلسات ارتباط مستقیم

۰۲۱-۲۱۸۶۴۴۴۴

۰۲۱-۲۱۸۶۴۴۴۶

۱۵۷۴۵-۱۵۴۳

مراجعه حضوری

۱۹۷

مشارکت و نظارت شما = امنیت پایدار

تلفن ۱۹۷

آماده دریافت

انتقاد، پیشنهاد، شکایت و تقدیر

از عملکرد پلیس



نشانی: خیابان انقلاب اسلامی، به طرف میدان فروسی،
بعد از خیابان خارک، نرسیده به تقاطع انقلاب اسلامی و حافظ (زیرپل کالج)

دفتر نظارت همگانی _ ۱۹۷ بازرسی فرماندهی انتظامی شهرستان سوادکوه شمالی



کلاه ایمنی

سلامت شما را تضمین می‌کند

راهنمایی و رانندگی سوادکوه شمالی

۴۷ دستگاه اجرایی

مازندران به سامانه

«شئون» متصل شدند



دبیر ستاد امر به معروف و نهی از منکر مازندران از اتصال ۴۷ دستگاه اجرایی استان به سامانه شئون خبر داد.

به گزارش مهر حجت الاسلام مرتضی احمدی در گفتگو با خبرنگاران از مردم خواست تا شکایت تخلفات خود را از دستگاه‌های اداری در سامانه این ستاد ثبت کنند، افزود: تاکنون ۴۷ دستگاه به پنل مدیریتی این ستاد با عنوان شئون متصل شدند و این تعداد تا پایان به ۱۵۰ دستگاه خواهد رسید.

وی نظارت مردم بر مردم را از دیگر مزیت‌های سامانه شئون ذکر کرد و گفت: مازندران در اتصال به سامانه شئون پیشگام است.

دبیر ستاد امر به معروف و نهی از منکر مازندران با بیان اینکه این ستاد طبق قانون عمل می‌کند، یادآور شد: طی سه ماه اخیر در زمینه نظارت مردم بر مردم ورود و با مدیران متخلف نیز برخورد کردیم. حجت الاسلام احمدی با اظهار اینکه دستگاه‌های مختلف عضو ستاد امر به معروف و نهی از منکر هستند یادآور شد: در زمینه برخورد با بدحجابی بسیج وظیفه تذکر لسانی دارد و در صورت قانون‌گریزی فراجا موظف به برخورد است.

دبیر ستاد امر به معروف و نهی از منکر مازندران با اشاره به اینکه این ستاد در زمینه ترک فعل رود پیدا می‌کند تصریح کرد اصل کار ستاد انتظامی نیست بلکه ما کار ستادی برنامه‌ریزی را انجام می‌دهیم. حجت الاسلام احمدی تاکید بر اینکه مدیران دستگاه‌های اجرایی باید با ناهنجاری‌های و برخورد کنند ادامه داد ستاد از گروه‌ها و تشکل‌های مطالبه‌گر قانونمند حمایت خواهد کرد.

وی از تشکیل تشکل‌های مبارزه با فساد اداری و غیر اداری در استان خبر داد و گفت: گروه‌ها و تشکل‌های مطالبه‌گر باید آموزش‌های لازم را فرا بگیرند. وی افزود: بنا داریم تشکل منحصر به فردی با نام تشکل اصحاب رسانه در ستاد امر به معروف و نهی از منکر اندازی کنیم و همه خبرنگاران و از خواب رسانه بتوانند مدیران استان را پاسخگو کنند و اگر مدیر پاسخگو نبود خبرنگار اقدام به نهی از منکر کند.

حجت الاسلام احمدی یادآور شد: ۱۹ دستگاه عضو ستاد امر به معروف و نهی از منکر هستند تصریح کرد.



افزایش بیماری هاری به علت گاز گرفتگی سگ در مازندران

مدیرکل پزشکی قانونی مازندران از افزایش ۴۰ درصدی مصدومین ناشی از سگ گرفتگی طی ۳ ماه امسال خبر داد.



قانونی مراجعه کردند که این رقم در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۴۰ درصد افزایش داشت.

به گزارش روابط عمومی اداره کل پزشکی قانونی استان مازندران ، علی عباسی با بیان اینکه که از این موارد ۲۸ نفر مرد و مابقی زن هستند، افزود:

بیشترین سن مصدومین ناشی از گاز گرفتگی سگ بین ۳۱ تا ۵۰ سال با

میزان گاز گرفتگی سگ افزایش یافته و مرگ و میر ناشی از آن به علت بیماری هاری نیز افزایش یافته است.

به طوریکه کارشناسان بهداشتی مازندران گفته‌اند، بعد از ۲۰ سال بیماری هاری را شاهد هستیم.

عباسی گفت: طی سه ماه امسال ۴۲ مصدوم ناشی از گاز گرفتگی سگ برای بررسی صدمات و جراحات به پزشکی

به شهرستان‌های نور ، بابلسر و میاندرد هر کدام با یک مورد گزارش شده است.

گفتنی است در سال گذشته (هزار و چهارصد و دو) ۱۲۳ مصدوم ناشی از گاز گرفتگی سگ برای بررسی صدمات و جراحات به پزشکی قانونی مراجعه کردند که ۸۷ نفر مرد و ما بقی زن هستند.

۹ نفر و کمترین سن ۱۱ تا ۲۰ سال با ۵ نفر گزارش شده است.

تنکابن بیشترین گاز گرفتگی سگ مدیرکل پزشکی قانونی استان تصریح کرد: بر اساس آمار ارجاعی از مراکز استان بیشترین آمار گاز گرفتگی سگ مربوط به شهرستان‌های تنکابن با ۱۲ ، قائمشهر با ۶، آمل و ساری هر کدام با ۵ مورد و کمترین آن مربوط

استاندار مازندران:

تکمیل بیمارستان گلوگاه شتاب گرفت



کرد: یکی از گره‌های اصلی در خصوص تکمیل این بیمارستان نبود مجوز ماده ۲۳ وی گفت: با هماهنگی‌های که معاونت عمرانی استانداری مازندران انجام داد در هفته جاری مجوز ماده ۲۳ برای این بیمارستان صادر خواهد شد.

استاندار مازندران با بیان این که تخصیص

هر گونه اعتبار دولتی برای ساخت این بیمارستان منوط به همین مجوز است، ادامه داد: بعد از صدور مجوز ماده ۲۳ روند تکمیل بیمارستان گلوگاه در شرق مازندران سرعت می‌گیرد.

نوری اضافه کرد: هماهنگی‌ها برای جذب اعتبار جهت تکمیل بیمارستان ثامن

الائمه انجام شد و مشکلی در این خصوص وجود ندارد.

این مقام مسؤول تصریح کرد: پیمانکار این طرح بر اساس برنامه زمانبندی طرح را تکمیل می‌کند و باید تا پایان سال نیمی از این بیمارستان تکمیل شود تا هر چه زودتر مردم منطقه بتوانند از خدمات این مرکز درمانی استفاده کنند.

بارش آتش بر تن پوش سبز مازندران



وضعیت امروز دریای خزر نیز همراه با موج کوتاه و باد ضعیف پیش‌بینی شده است.

سانتیگراد بالای صفر می‌رسد که این میزان در مقایسه با روز گذشته حدود ۲ درجه کاهش نشان می‌دهد.

پراکنده و وزش باد و در روز چهارشنبه نیز صاف تا قسمتی ابری و با افزایش نسبی دما همراه خواهد بود. شرایط جوی مازندران طی روزهای پنجشنبه و جمعه صاف تا نیمه ابری و در ساعات بعدازظهر در ارتفاعات با افزایش ابر و در ارتفاعات نیمه غربی با رگبار و رعد و برق پراکنده و وزش باد پیش‌بینی شده است. داده‌های دریافتی از ایستگاه‌های هواشناسی نشان می‌دهد که ساری مرکز مازندران با ثبت دمای ۳۵.۶ و آلاشت با ۲۵.۷ درجه سانتیگراد بالای صفر به ترتیب گرم‌ترین و خنک‌ترین مناطق مازندران در طی ۲۴ ساعت گذشته بودند. دمای هوای شهر ساری مرکز مازندران امروز در گرم‌ترین ساعت به ۳۴ درجه

چهارشنبه هفته جاری با تقویت جریانات گرم جنوبی دوباره شاهد گرم‌تر شدن هوا خواهیم بود جدول پیش‌بینی پنج روزه هواشناسی نشان می‌دهد که میانگین دمای هوا در مناطق مرکزی و شرقی از امروز تا روز سه‌شنبه هفته جاری بین ۳۳ تا ۳۵، مناطق غربی بین ۳۰ تا ۳۱ و در مناطق کوهستانی و ارتفاعات نیز بین ۲۴ تا ۲۹ درجه سانتیگراد بالای صفر در نوسان خواهد بود. براساس تجزیه و تحلیل آخرین نقشه های پیش یابی هواشناسی، وضعیت جوی مازندران از امروز یکشنبه تا روز سه‌شنبه صاف تا نیمه ابری و در ساعات بعدازظهر در ارتفاعات نیمه غربی با رگبار و رعد و برق

هواشناسی مازندران با اشاره به استقرار سامانه پایداری جوی، پیش‌بینی کرد که میانگین دمای هوای مازندران در چند روز آینده به ۳۵ درجه سانتیگراد بالای صفر برسد.

به گزارش خبرنگار ایرنا، طبق پیش‌بینی هواشناسی، مازندرانی از امروز یکشنبه تا روز سه‌شنبه در مناطق ساحلی و جلگه‌ای تداوم هوای گرم و شرجی را دوباره تجربه خواهند کرد و شرایط جوی استان در طی این مدت در ارتفاعات در ساعات بعدازظهر با افزایش ابر و وزش باد و در ارتفاعات نیمه غربی نیز با رگبار و رعد و برق همراه خواهد بود.

هواشناسی با اشاره به کاهش خفیف دمای هوا طی روزهای دوشنبه و سه‌شنبه هفته جاری، پیش‌بینی کرد که در روز

خبر

۴۵ بقعه متبر که گلستان میزبان عزاداران حسینی است



مدیرکل کل اوقاف و امور خیریه گلستان از برگزاری ویژه برنامه‌های محرم در ۴۵ امامزاده استان خبر داد.

حجت الاسلام حسین مهدیان در جمع خبرنگاران اظهار کرد: امسال ویژه برنامه‌های محرم با عنوان «سوگواره بصیرت عاشورایی» در بیش از ۴۵ بقعه شاخص گلستان اجرایی می‌شود.

وی با اشاره به اینکه بیش از ۷۰ درصد از موقوفات با نیت مذهبی و سوگواری حسینی به ثبت رسیده است، افزود: بخش عمده‌ای از این موقوفات در زمان معاصر و رژیم استبدادی بوده که بسیاری از مظاهر اسلامی از جمله حجاب و تعزیه‌خوانی مخالفت می‌کردند اما علمای زیادی مردم را تشویق می‌کردند که موقوفات خود را در زمینه تقویت کارهای معنوی و بصیرت افزایی در جهت نشر ارزش‌های عاشورایی وقف کنند. مدیر کل اوقاف گلستان گفت: برنامه‌های سوگواره بصیرت عاشورایی و شمیم حسینی در راستای اجرای نیت واقفین خیر اندیش با همکاری دستگاه‌های فرهنگی، تشکل‌های مردمی و جهادی، هیئت امنای و اصحاب وقف و بقاع متبرکه در ۴۵ بقعه متبرکه در استان اجرا خواهد شد.

مدیر کل اوقاف گلستان به برگزاری همایش احلی من العسل ویژه دانش‌آموزان و نوجوانان حسینی اشاره کرد و گفت: این برنامه در تأسی از نوجوانان عاشورایی و گرمیادداشت یاد و نام حضرت قاسم بن الحسن (ع) و با هدف آشنایی نوجوانان با فرهنگ عاشورا برگزار می‌شود.

مدیرکل اوقاف و امور خیریه گلستان گفت: همایش رهروان زنبی ویژه بانوان با هدف تبیین سیره و شخصیت حضرت زینب (س)، تشریح خطبه آن حضرت در کوفه از ویژه برنامه‌های تدوین شده دیگر است.

مهدیان همچنین به برگزاری همایش شیرخوارگان حسینی، اقامه نماز جماعت به ویژه در عاشورا و تاسوعا در بقاع متبرکه از دیگر برنامه‌های اجرای در ماه محرم با ظرفیت بقاع متبرکه و اماکن مذهبی برشمرد و گفت: بیش از ۶۰ مبلغ روحانی برای فعالیت‌های مذهبی و تبیین شعار دینی در ماه محرم امسال به نقاط مختلف شهری و روستایی این استان اعزام می‌شوند.

مدیر کل اوقاف و امور خیریه افزود: میزبانی از عزاداران و دستجات عزاداری، راه اندازی کاروان عزاداری و هیأت نوجوانان عاشورایی، سخنرانی و عزاداری با همکاری هیأت در بقاع متبرکه برای پی‌همه‌های معرفت با حضور مبلغین اعزامی و پخش آنلاین مراسم‌های شاخص از رسانه ملی، استانی و مجازی از دیگر برنامه‌های این طرح است.

خبر



تعمیر و راه‌اندازی یک دستگاه جرثقیل ریلی ساحلی منگان در مجتمع بندری انزلی

معاون فنی و مهندسی اداره کل بنادر و دریانوردی استان گیلان از تعمیر و راه‌اندازی یک دستگاه جرثقیل ریلی ساحلی ۱۵ تنی منگان در مجتمع بندری انزلی با بهره‌گیری از توان متخصصان و مهندسان داخل کشور خبر داد.

بهرام زراعت طلب در گفت‌وگو با ایسنا با اعلام این خبر، اظهار کرد: این جرثقیل به منظور افزایش توان عملیاتی و لجستیکی مجتمع بندری انزلی با اعتبار ۱۴ میلیارد ریال مورد تعمیرات اساسی قرار گرفت. وی افزود: اسکراب و رنگ‌آمیزی سازه، تغییر سیستم کنترل الکتریکیال، تعمیر و بازسازی تابلوهای برق، سرویس الکترو موتورها و گیرکس‌ها و همچنین تعمیر اتصالات بالانسر از جمله اقدامات انجام شده بر این جرثقیل بود.

معاون فنی و مهندسی اداره کل بنادر و دریانوردی استان گیلان با اشاره به مزایای استفاده از جرثقیل ریلی منگان، تصریح کرد: پایین بودن استهلاک و هزینه‌های تعمیر و نگهداری، جلوگیری از آلودگی محیط زیست به دلیل برقی بودن و همچنین استفاده حداکثری از توان تجهیزات موجود اداره کل از جمله مزایای استفاده از این جرثقیل است.

خبر



فرمانده سپاه قدس گیلان تأکید کرد:

لزوم تبیین و پیاده‌سازی اهداف مهم قیام عاشورا در جامعه

فرمانده سپاه قدس گیلان با تأکید بر لزوم تبیین و پیاده‌سازی اهداف مهم قیام عاشورا در جامعه گفت: شناخت مکتب عاشورا و هدف قیام امام حسین (ع) بسیار اهمیت دارد.

سردار حمید دامغانی در همایش تکریم از پیرغلامان حسینی در زورخانه امام علی (ع) رشت اظهار کرد: زورخانه پیونددهنده ورزش و فرهنگ دینی است و برگزاری این همایش در این مکان بسیار ارزشمند و قابل ستایش است.

فرمانده سپاه قدس گیلان با تأکید بر لزوم ترویج فرهنگ عاشورایی در ابعاد مختلف اضافه کرد: پیوند فرهنگ ورزش زورخانه‌ای با مکتب حسینی به ترویج شعار اسلامی کمک می‌کند.

سردار دامغانی با اشاره به اهمیت شور همراه با شعور حسینی بیان کرد: شناخت مکتب عاشورا و هدف قیام امام حسین علیه السلام بسیار اهمیت دارد.

به گفته وی، بازخوانی حادثه عاشورا باید با تبیین اهداف قیام امام حسین علیه السلام توأم باشد.



که در شورای سیاست‌گذاری قیمت به تصویب رسیده بود هر کیلو ۵ هزار تومان بود اما به دلیل آنکه قیمت تمام شده سیب زمینی برای کشاورزان بیشتر بود دولت سازمان تعاون را مجاب کرد سیب زمین کشاورزان را با قیمت حمایتی هر کیلو ۸ هزار تومان از کشاورزان خریداری کند.

وی توضیح داد: سیب زمینی که دولت با نرخ ۸ هزار تومان از کشاورزان خریداری می‌کند باید کیفیت و استانداردهای لازم را داشته باشد تا قابلیت ذخیره در سردخانه را داشته باشد به همین دلیل برخی کشاورزان که محصول با کیفیت نداشتند نتوانستند محصول خود را به سازمان تعاون روستایی تحویل دهند.

ایمانی تصریح کرد: زمان برداشت متعارف سیب زمینی ذر گلستان به پایان رسیده اما برخی از کشاورزان به امید افزایش قیمت بازار هنوز محصول خود را برداشت نکرده‌اند، افزود: این برداشت دیر هنگام کیفیت سیب زمینی آن‌ها را کاهش داده و باعث کاهش شدید قیمت در بازار شده و علاوه بر آن دولت نیز به دلیل کیفیت نامطلوب محصول آن‌ها را خریداری نمی‌کند.

وی به کشاورزان با اشاره به اینکه کشاورزان باید کشت سیب زمینی را مطابق با نیاز کشور و الگوی کشت انجام دهند تا با مشکل فروش محصول مواجه نشوند، افزود: دولت نیز باید به موقع وارد شده و در مواقعی که با مازاد تولید مواجه هستیم اقدام به صادرات محصول کند تا دست رنج کشاورزان به یغما نرود.

سیب زمینی محصولی با مصرف آب تقریباً بالا بوده و اگر قرار است در این شرایط بی‌آبی سیب زمینی تولید شده، خوراک دام شود، خیانت به کشاورزی کشور است و باید هرچه سریعتر جلوی تکرار آن گرفته شود.

سیب زمینی در استان داشتیم که با توجه به بیماری قارچی و برداشت زودهنگام شاهد کاهش برداشت این محصول نسبت به سال‌های گذشته بودیم.

رئیس انجمن سیب زمینی کاران گلستان گفت: پیشنهاد ما به مسئولان این بود که مجوز صادرات ۱۰ هزار تن سیب زمینی را در استان صادر کنند و این صادرات به صورت پلکانی دو هزار تنی باشد تا هم مشکل کشاورزان حل شود و هم تعادل قیمت در بازار داخل حفظ شود اما به این پیشنهاد ترتیب اثر داده نشد و شاهد ضرر و زیان کشاورزان بودیم.

با خرید تضمینی مخالف هستیم

مقصودلو با تأکید بر اینکه با خرید تضمینی مخالف هستیم و اگر دولت نیز وارد شود باید سیب زمینی با قیمت توافقی و حمایتی از کشاورزان خریداری شود، گفت: تنها راه حل مشکل سیب زمینی کاران استان، آزاد کردن صادرات است در غیر این صورت حاصل دسترنج سیب زمینی کاران هرساله به هدر خواهد رفت.

روند خرید سیب زمینی در گلستان کند است

وی با بیان اینکه دولت به منظور حمایت از کشاورزان گلستانی طرح خرید حمایتی از قرار هر کیلوگرم ۸ هزار تومان را در گلستان اجرا کرد اما روند خرید حمایتی سیب زمینی در گلستان بسیار کند است، افزود: هر ساله تا اوایل تیرماه سیب زمینی گلستان برداشت می‌شد اما روند خرید همچنان با کندی پیش می‌رود و پیش‌بینی می‌شود تا ۱۰ روز آینده ادامه داشته باشد. دبیر خانه کشاورز گلستان نیز در این خصوص به خبرنگار ایسنا گفت: کشاورزان گلستانی امسال الگوی کشت را رعایت نکرده و بیش از آن کشت کردند و علاوه برآن همزمان رسی سیب زمینی گلستان با استان‌های دیگر داشتیم که مزید بر علت شد، گفت: قیمت خریدتضمینی سیب زمینی

نبوده و باید از مدت‌ها قبل ثبت نام و در نوبت فروش منتظر می‌ماندیم، علاوه بر آن چون در مراکز خرید سیب زمینی را برای سردخانه خرید می‌کردند باید استانداردها و کیفیت لازم را داشت و هر محصولی را خرید نمی‌کردند.

رئیس انجمن سیب زمینی کاران گلستان در گفت‌وگو با خبرنگار ایسنا گفت: به دلیل همزمانی برداشت سیب زمینی در استان گلستان با چهار استان دیگر قیمت سیب زمینی در افت شدیدی داشت در همین مقطع، وزارت کشاورزی اقدام به جلوگیری از صادرات سیب زمینی کرد که همین مسأله باعث افت بیشتر قیمت سیب زمینی شد تا جایی که قیمت سیب زمینی در بازار از قیمت تمام شده آن برای کشاورز هم پایین‌تر آمد.

وی با تأکید بر اینکه مطابق قانون مسئولان موظف هستند ۶ ماه پیش از آنکه جلوی صادرات یک محصول را بگیرند، به تولیدکنندگان اطلاع دهند، افزود: در مورد سیب زمینی در یک اقدام دور از انتظار در تاریخ یازدهم اردیبهشت دستور منع صادرات سیب زمینی (قرار دادن تعرفه ۶۰ درصدی بر روی این محصول) به گمرکات ابلاغ شده بود که با اعتراض ما لغو شد.

جلوگیری از صادرات سیب‌زمینی بزرگ‌ترین عامل ضرر رو زیان کشاورزان

مقصودلو ادامه داد: اما مجدداً معاونت امور استان‌ها از وزارت خانه جهاد کشاورزی با ارسال نامه‌ای به رؤسای جهاد کشاورزی استان‌ها خواست تا از صدور گواهی مبدا و گواهی قرنینه‌به برای صادرات سیب زمینی خودداری کنند که در نتیجه آن از تاریخ یازدهم اردیبهشت تا امروز هیچ گونه صادرات سیب زمینی نداشتیم.

وی با بیان اینکه امسال حدود پنج هزار هکتار سیب زمینی در گلستان کشت شده، تصریح کرد: حدود ۱۰۰ هزار تن برداشت

محمد قربانی کشاورز روستای نووده ملک گرگان درگفت‌وگو با خبرنگار ایسنا با اشاره به اینکه تولید هر کیلو سیب زمینی برای کشاورز ۱۰ هزار تومان هزینه دارد، گفت: من امسال حدود یک هکتار سیب‌زمینی کشت کردم و در تاریخ ۱۵ خرداد محصول زمینم را برداشت و با قیمت هر کیلو سه هزار تومان در بازار فروختم.

وی تصریح کرد: گرمای هوا و بروز آفت راندمان تولید محصول سیب زمینی را نسبت به سال‌های قبل کاهش داده بود که این مسأله باعث زیان دوچندانی من شد.

سیب زمینی کشاورزان گلستانی خوراک دام شد

این کشاورز گلستانی ادامه داد: من زمین و ادوات کشاورزی داشتم با این حال تنها بخش کوچکی از هزینه کشت را گرفتم و ضرر و زیان زیادی دیدم اما برخی از کشاورزان هستند که در زمین‌های اجاره‌ای این محصول را می‌کارند و به دلیل نداشتن ادوات کشاورزی هزینه زیادی بابت اجاره، کاشت و برداشت متحمل می‌شوند، بسیاری از این کشاورزان امسال نتوانستند حتی هزینه برداشت محصول خود را تأمین کنند و سیب زمینی را در اراضی خود رها کردند تا خوراک دام شود.

قربانی افزود: در یک اتفاق عجیب‌تر امسال کشاورزی که در مجاورت اراضی من سیب‌زمینی کشت کرده بود علی‌رغم پرداخت هزینه بالای برداشت محصول هیچ مشتری برای فروش محصول خود پیدا نکرد و در نهایت سیب زمینی‌های برداشت شده را رایگان بین کشاورزان و مردم توزیع کرد. خرید حمایتی سیب زمینی تنها برای محصولات با کیفیت است

کشاورز گلستانی در پاسخ به سؤال خبرنگار ایسنا مبنی بر اینکه چرا محصول خود را به مراکز خرید حمایتی سیب زمینی کهه هرکیلو ۸ هزار تومان بود تحویل ندادند، گفت: به همین سادگی که اعلام کردند

سیب‌زمینی از محصولاتی است که اگر کاشت آن به صورت مدیریت شده باشد، می‌تواند سود خوبی را را عاید کشاورزان کرده و نیاز بازار را هم مرتفع کند.

سیب‌زمینی اما در گلستان ماجرای عجیبی دارد، یکسال آنقدر قیمت سیب زمینی پایین است که حتی جوابگوی هزینه برداشت محصول را هم نمی‌دهد و کشاورزان مجبور می‌شوند دسترنج خود را در زمین رها کرده یا خوراک دام کنند و سال دیگر کشاورزان از کشت آن واهمه می‌کنند و آنقدر محصول کم شده و قیمت‌ها بالا می‌رود که مردم توان خرید سیب زمینی را ندارند.

کشاورزان گلستانی معتقد هستند کشت

سیب زمینی ریسک بسیار دارد، یا تو را ثروتمند می‌کند و یا چنان ضرر و زبانی به شما می‌رساند که تمام سرمایه زندگی را هم از دست می‌دهید.

استان گلستان حدود یک ماه سیب‌زمینی تازه خوری مورد نیاز کشور را تأمین می‌کند. برداشت سیب‌زمینی در این استان اوایل خردادماه آغاز شده و به مدت یک ماه ادامه دارد.

طبق الگوی کشت ارائه شده از سوی جهاد کشاورزی استان، کشاورزان گلستانی می‌توانند تا سقف پنج هزار هکتار سیب‌زمینی کشت کنند و این سطح از کشت جوابگوی بازار خواهد بود ولی اگر بیش از این مقدار کشت کنند بیش از نیاز بازار بوده و موجب کاهش قیمت این محصول خواهد شد.

طبق اعلام کارشناسان جهاد کشاورزی، کشاورزان گلستانی امسال حدود ۵ هزار هکتار از اراضی خود را به کشت سیب زمینی اختصاص دادند، این به معنی آن است که الگوی کشت را رعایت کردند، علاوه برآن بخشی از سیب زمینی استان دچار آفت فوزاریوم شده و تولید را کاهش داد اما باز هم داستان غم‌انگیز ضرر و زیان کشاورزان گلستانی تکرار شد.

تراژدی نگهداری از سالمندان و مشغله روزانه فرزندان

والدین همیشه از فرزندانشان با دقت و حوصله فراوان مراقبت می‌کنند، اما زمانی که والدین در سنین مسن سالی و نیازمندی قرار می‌گیرند، زمان جبران کردن فرا می‌رسد. ترازوی زمانی آغاز می‌شود که فرزندانشان انقدر درگیر کار و مشغله و زندگی روزانه خود می‌شوند که دیگر زمانی برای رسیدگی به والدین‌شان را ندارند.

به گزارش ایسنا، برخلاف تصور عموم، نگهداری از سالمند سخت نیست؛ بلکه برای نگهداری از سالمندان باید با نیازهای آن‌ها آشنایی داشت. آن‌ها یک سری فعالیت‌های روزانه و حیاتی دارند و علاوه بر فعالیت‌های روزانه، یک سری فعالیت‌های خاص باید برای هر کدام از سالمندان صورت گیرد.

غذا خوردن، حرکات عملیاتی (حرکاتی که حین انجام آن، یک سری عمل مانند بلند شدن و خوابیدن در تخت، نشستن و بلند شدن از صندلی و... انجام می‌شود)، لباس پوشیدن، استحمام، بهداشت شخصی (شامل شانه کردن مو، اصلاح و...)، رعایت بهداشت در استفاده از سرویس بهداشتی، مصرف دارو و درمان بر اساس نیاز سالمند، پختن و آماده کردن وعده‌های غذایی، تمیز کردن و نظافت منزل، خرید وسایل ضروری، مدیریت مباحث مالی، پول و پرداخت قبوض، برقراری ارتباط کلامی و ایجاد ارتباط از طریق تلفن و دیگر وسایل ارتباطی، تهیه نسخه داروها و... از فعالیت‌های روزانه در نگهداری از سالمند است.

براساس مقاله موسسه خیریه کهریزک، به طور کلی برای نگهداری از سالمند باید آمادگی ذهنی داشت؛ زیرا این امر بیشتر یک تمایل است تا اجبار، فردی که برای نگهداری از سالمند داوطلب می‌شود، باید بداند که مسئولیت مهمی بر عهده دارد و رفتارش تاثیر مستقیم بر حالت روحی فرد سالمند خواهد داشت. نگهداری از سالمند در حقیقت مسئولیتی بزرگ است در ابتدا باید بدانید سالمند شما چه نیازهای ویژه‌ای دارد و روش نگهداری چیست؟.

شرایط جسمی و روحی سالمندان یکسان نیست و از همین رو بیماری‌ها و مشکلات آنان هم یکسان نخواهد بود. شرایط نگهداری از یک سالمند معلول بسیار متفاوت از شرایطی است که یک سالمند سالم می‌تواند تمام کارهای روزانه خود را در صحت و سلامت کامل انجام دهد و تنها مسئله‌ای که او را آزار می‌دهد، کم توان شدن عملکرد بدن در اثر کمولت سن است.

پیش از هرگونه تصمیم‌گیری مربوط به آنان، باید با خودشان مشورت کرده و آن‌ها را در مورد هرگونه تصمیم‌گیری آگاه سازید. برای تغییر شرایط نگهداری یا محل سکونت و یا تغییر دکتر و بیمارستان، نحوه درمان بیماری‌ها، تغییر دادن پرستار، تصمیم‌گیری در خصوص دارایی‌ها و... باید با آن‌ها مشورت کرده و آنان را در جریان امور مسائل قرار داد. در امر نگهداری از سالمند همچنین لازم است محل سکونت آنان بر اساس نیاز به وسایل مختلف زندگی ایمن و پزشکی تجهیز شود.

به آن‌ها تا حد امکان، اجازه مشارکت در کارهای منزل را بدهید. تمام فضای منزل را با ایمنی بالا، در اختیار آن‌ها قرار دهید تا احساس ناتوان بودن به آن‌ها دست ندهد. گاهی برخی فرزندان برای جلوگیری از ایجاد آسیب برای مادر مسن خود که دچار کمر درد و زانو درد هستند، از وارد شدن او به آشپزخانه جلوگیری می‌کنند و این حس را دارند که در حال کمک و نگهداری از او هستند. ولی حقیقت این است که این مانعت فقط باعث ایجاد حس ناتوانی در او شده و علاوه بر بیماری‌های جسمی، باعث تشدید بیماری‌های روحی نظیر افسردگی در وی خواهد شد.

حمایت عاطفی از مسائل بسیار مهم در زمینه نگهداری از سالمند محسوب می‌شود. سالمندان به لحاظ افزایش سن و قرار گرفتن در شرایط ناتوانی، بسیار حساس و شکننده هستند. کسی که وظیفه مراقبت را بر عهده دارد، نیاز است تا با صبر و حوصله، فضا را به دور از هرگونه تنش و توهین نگاه دارد. باید افراد سالمند را دوست داشت و به آن‌ها اجازه داد از حس دوست داشته شدن آگاه باشند و لذت ببرند. ایجاد محیط تنش‌زا نه تنها فرد مراقب را عصبی می‌کند، بلکه فرد سالمند را نیز افسرده و ناراحت می‌کند. افسردگی نیز می‌تواند فشار دیگر بیماری‌ها را در سالمندان تشدید کند.

دنیای خبر



محدود نیست. به عنوان مثال؛ در سیلاب‌های اخیر نیز از تجهیزات شرکت‌های بزرگ صنعتی مانند کارخانه‌هایی فولاد خوزستان، نیشکر هفت تپه استفاده شد؛ بخش دیگر تجهیزات نیروهای مسلح مانند ارتش، سپاه و فراجا است که ظرفیت خوبی دارند و بیشتر نیز در مناطقی از کمک این نهادها بهره می‌گیرم که صعب العبور هستند.

ظفری با اشاره به اینکه سازمان مدیریت بحران نیز در تقسیم بندی قراردادگاه ده‌گانه کشور تجهیزات مورد نیاز برای بحران‌های سراسر کشور را شناسایی کرده است، افزود: امکان‌ات هر منطقه با توجه به نوع بحران و منطقه تجهیزات خاصی مورد نیاز است و متناسب با این نیازها از شرکت‌های دولت و خصوصی و نهادهای نظامی خواستیم تجهیزاتشان را در هنگام حوادث و بحران به میدان بیاورند. به عنوان مثال برای شمال غرب کشور نیاز به تجهیزاتی برای عبور از برف داریم؛ در حالی برای مناطق جنوبی کشور نیازمند وسایل دیگر هستیم.

تجهیزات امدادی با تاخیر به محل حادثه می‌آیند گفت: تجهیزات این نهادها هنگام بروز بحران امکان بهره‌برداری را دارد و کفاف کار را می‌دهد اما ایرادی که وجود دارد این است که این تجهیزات هنگام بروز بحران با تاخیر به محل حادثه می‌رسند و کار را با مشکل مواجه می‌کند. برای رفع این مشکل، برآورد مالی به منظور خرید تجهیزات مورد نیاز کشور

در قرارداد ده‌گانه را مورد بررسی قرار دادیم و به سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی ارائه کردیم که در صورت تامین اعتبارات و تهیه این تجهیزات می‌توان سال‌ها هنگام بروز بحران و حوادث از این تجهیزات استفاده کرد.

سخنگوی سازمان مدیریت بحران با اشاره به وقوع آتش‌سوزی‌ها در سه سال گذشته گفت: در سال ۱۴۰۰، تعداد هزار و ۹۸۱ مورد آتش‌سوزی، در سال ۱۴۰۱ تعداد ۹۳۶ مورد آتش‌سوزی و در سال ۱۴۰۲ هم هزار و ۵۸۶ مورد آتش‌سوزی در کشور رخ داده است. ظفری خاطرنشان کرد: به طور معمول در بهار و تابستان شاهد بارش باران و سیلاب هستیم و در تابستان وقوع آتش‌سوزی فضای کشور را متاثر می‌کند؛ به طوری که دستگاه امدادی متناسب با این اتفاقات، فعالیت‌های خود را سامان می‌دهند.

وی با اشاره به وضعیت مطلوب بارندگی در سال جاری، گفت: امسال با توجه به بارش خوب همچنین تنلوب بارش‌ها شاهد رشد علوفه، مراتع و فضای سبز در کشور هستیم و البته در فصل گرما امکان وقوع آتش‌سوزی در این مناطق بیشتر می‌شود؛ بنابراین حدود یک ماه و نیم پیش نهادهای مختلف را نسبت به این موضوع آگاه و هشدارهای لازم را اعلام کردیم که با توجه به فصل گرما و خشک شدن مراتع، علوفه‌ها مستعد آتش‌سوزی است.

ظفری افزود: در این رابطه، مناطق کوهستانی و مناطقی که دارای مراتع هستند در استان‌ها دسته‌بندی و اولویت‌بندی شدند و با مسئولان استان‌های غربی و شمالی که مستعد آتش‌سوزی هستند، نام‌نگاری‌ها و مکاتبات انجام گرفت و هشدارهای لازم برای مواجهه با آتش‌سوزی انجام شد.

سخنگوی سازمان مدیریت بحران کشور با اشاره به اینکه در قانون مدیریت بحران کشور و اسناد مجموعه آن، آتش‌سوزی به عنوان موضوعی دارای اولویت شناسایی تعیین شده است، گفت: بر اساس اسناد بالادستی، استان‌ها باید برنامه کاهش خطر در این زمینه را داشته باشند همچنین برنامه آمادگی و مقابله با این نوع بحران را در استان خود تدوین کنند. در اسناد سازمان مدیریت بحران کشور، آتش‌سوزی موضوع دارای اولویت و راهکار

مواجهه با آن مشخص و تنظیم شده است. مقابله با آتش‌سوزی در اسناد بالادستی دارای الویت است ظفری اضافه کرد: به عنوان مثال در استانی مانند کرمانشاه متناسب با بوم آن منطقه، راهکارها و تقسیم کار در برنامه کاهش خطر و مقابله با آن تدوین و استاندارد آن را تصویب و شورای ستاد مدیریت ملی مدیریت بحران آنها را ابلاغ و مشخص کرده است.

سخنگوی سازمان مدیریت بحران کشور افزود: در نامه ارسال شده به استان‌های غربی و شمال غربی درباره آتش‌سوزی در فصل گرما، کاملاً مشخص شده است که در هر استان باید کدام تجهیزات در حال آماده باش تدارک دیده شود.

وی با اشاره به استفاده از تجهیزات نهادهای مختلف هنگام وقوع آتش‌سوزی، خاطرنشان کرد: این تجهیزات برای اطفای حریق کفایت می‌کند اما به تاخیر در اختیار ما قرار می‌گیرد.

لزوم شناسایی نقاط پرخطر وی با اشاره به لزوم شناسایی نقاط پر تکرار آتش سوزی در استان ها اظهار داشت: تعیین و شناسایی این نقاط پر تکرار از جمله برنامه‌های تکلیفی برای استان‌ها است. از استان‌ها خواسته شده تجهیزات و لجستیک خود را برای اینگونه موارد بحرانی بررسی و در صورت کمبود، تجهیزات مور نیاز را به سازمان مدیریت بحران کشور اعلام کنند.

ظفری در ادامه از مکاتبات با نیروهای مسلح که دارای تجهیزات اطفای حریق در این خصوص هستند، خبر داد و گفت: در قانون، اطفای حریق برعهده وزارت دفاع است اما در مورد دیگر نهاده‌ها مانند نیروی هوا فضای سپاه، ارتش و جمعیت هلال احمر نیز مکاتباتی انجام گرفته است.

وی اضافه کرد: مسئولان سازمان مدیریت بحران کشور با تمام متولیان دستگاه‌ها و نهادهایی که امکان اطفای حریق دارند، جلساتی برگزار کردند و از آنها خواسته شد تا در حریق‌هایی که امکان ورود زمینی وجود ندارد، کمک کنند. به عنوان مثال با همکاری صورت گرفته اکنون از هواپیماهای ایلوشین که در اختیار سپاه پاسداران قرار دارد، برای خاموش کردن آتش

بهره‌برداری می‌شود.

هواپیماهای ایلوشین یک هواپیماي جت چهار موتوره تراپری است که برای شرایط سخت طراحی شده است و توانایی خیز و فرود را در فاصله کوتاه و زمین‌های ناهموار در هر گونه شرایط نامساعد جوی دارد و مدل‌هایی از این نوع هواپیما برای سوخت‌رسانی هوایی، هشدار پیش‌هنگام هوابرد (آواکس) همچنین عملیات آتش‌نشانی هوایی به‌کار می‌رود.

سخنگوی سازمان مدیریت بحران کشور یادآور شد: به عنوان نمونه؛ در حدود چهار روز در منطقه صعب العبور پناه در استان کرمانشاه شاهد حریق بودیم که بخش محدودی درخت داشت و با کمک سازمان‌های دولتی و کمک‌های مردمی توانستیم آتش را خاموش کنیم و این آتش‌سوزی ۷۰۰ نفر روز در ۵۰۰ هکتار را خاموش شد همچنین در دیگر استان‌ها مانند لرستان و ایلام آتش سوزی‌های مختلفی داشتیم که اطفاء شد.

بیشتر آتش‌سوزی‌ها منشأ سهوی دارد ظفری با اشاره به اینکه بخش عمده‌ای از آتش سوزه‌ها منشأ انسانی و سهوی دارد، افزود: عمده آتش سوزی‌ها به دلیل عدم توجه به خاموش کردن آتش در جنگل‌ها و مراتع از سوی انسان‌ها اتفاق می‌افتد و در این بخش نیز نامه‌ای به استان‌ها زدیم و از آنها خواستیم به کمک دستگاه‌های نظارتی و اطلاعاتی بررسی کنند که چه میزان از آتش‌سوزی‌ها منشأ انسانی دارد؟ البته در مواردی مشاهده می‌شود برخی برای تصاحب زمین اقدام به آتش سوزی برای تغییر کاربری زمین می‌کنند که این آمار کمتر از ۲ درصد است.

سخنگوی سازمان مدیریت بحران کشور میزان آمادگی کشور در مقابله با حریق را در مجموع قابل قبول ارزیابی کرد و گفت: البته تا سطح مطلوب فاصله داریم و نیاز است در حوزه فرهنگ و آگاهی عمومی بیشتر کار شود. استان‌هایی که عمدتاً آتش‌سوزی دارند آمادگی لازم را طی سال‌های گذشته کسب کرده‌اند و در رابطه با آتش‌سوزی بیش از هر چیز نیازمند آگاهی عمومی هستیم.

بیمه اجتماعی زنان روستایی برای اولین بار انجام شد



بیمه کودکان تا قبل از ۷ سالگی، و سبدهای غذایی که برای دهک‌های پایین در نظر گرفته شد.

هستند و توانمند سازی بانوان در مشاغل و کارآفرینی، بیمه ناباروری برای زوجین، بیمه زنان باردار تا زمان پایان شیردهی،

بانوان در استان‌ها وارد مرحله عملیاتی شوند و بسیاری از طرح‌ها را به اجرا بگذارند و مطالبه گر باشند.

معاون رئیس‌جمهور افزود: کارهای دیگری که برای اولین بار برای زنان انجام شد، بیمه اجتماعی زنان روستایی بود، با توجه به امکاناتی که برای زنان در روستا در نظر گرفته شد باعث شد برخی بانوان از شهرها به روستا مهاجرت کنند، مانند تسهیلات کارآفرینی خانگی به صورت ویژه تسهیلات و دادن مجوز در سال گذشته از دو میلیون ششصد شغلی که ایجاد شده در دولت شهید رئیسی ۴۱ درصد متعلق به بانوان است.

وی ادامه داد: همچنین در سفرهای استانی برای اولین بار ما مصوبات زن و خانواده را داشتیم برای آموزش زنان برای ارتقای وضعیت زنان در محیط‌های مختلفی که

گرفت، در دولت مردمی در سند تحول یکی از چهار محور اصلی را خانواده قرار داد و در خیلی از قوانین تاکید بر این بود که حتماً مسأله خانواده و زنان مورد توجه قرار گیر د.

خزعلی ادامه داد: در اولین ماه‌های دولت مسئله ارتقای پست مشاوران و هم ترازوی با معاون وزیر یا وابستگی به دستگاه، این مسئله به رسمیت شناخته شد و همچنین مصوب شد که حتماً این مشاورین در شوراهای اصلی شرکت داده شوند، لذا ما گزارش از دستگاه‌ها می‌خواستیم، بجمدالله در بسیاری از دستگاه‌ها این مسئله اتفاق افتاد.

وی افزود: یک درصدی که مصوب شد، یک درصد از بودجه دستگاه‌ها به صورت تکلیفی، و این مسئله راه را باز کرد برای آنکه بتوانند هم مشاورین هم مدیر کل

معاون رئیس‌جمهور درامور زنان و خانواده گفت: در دوره گذشته با وجود کوتاهی مدت، حرکت‌های خوبی برای بانوان انجام گرفت که یکی از آنها بیمه اجتماعی زنان روستایی برای اولین بار انجام شد.

به گزارش خبرگزاری مهر، انسیه خزعلی ضمن عرض تبریک به ملت شریف ایران به مناسبت شرکت پر شور در انتخابات ریاست جمهوری و تبریک به رئیس‌جمهور جدید و منتخب بیان کرد: امیدواریم مسیر سازندگی و بالندگی کشور روز به روز به دست رئیس‌جمهورهایی که منتخب مردم هستند بیش از پیش انجام گیرد و برای زنان و نگاه پشتیبان وجود داشته حمایت‌گرا نه و نگاه پشتیبان وجود داشته باشد.

وی افزود: در دوره گذشته با وجود کوتاهی مدت، حرکت‌های خوبی برای بانوان انجام

فرهنگ و گردشگری



پرچم نطلبیده مراد است!

هرچند یک روز خاص در تقویم نشان دهنده آغاز سال جدید قمری و فرارسیدن ماه محرم است، اما در ایران محرم برای ما از همان فرای عید غدیر شروع می‌شود که هیئت‌های کوچک خانگی یا حسینیه‌های بزرگ محل، با نصب پرچم‌ها و بیرق‌های مخصوص به یادمان می‌آورند که محرم و به‌ویژه عزاداری‌های دهه اول آن نزدیک است. پرچم‌هایی که معروف‌ترین مکان برای تهیه آنها در پایتخت راسته «بیرق فروش‌ها» در قلب تاریخی تهران و خیابان ناصرخسرو است.

طین سدايِ زنگِ بی‌رمقِ ساعت شمس‌العماره می‌گوید دو ساعتی به ظهر مانده. از سمت میدان امام خمینی (ره) وارد خیابان می‌شوم و مسافت قابل توجهی را طی می‌کنم تا بالاخره مغازه‌های یک سمت خیابان ناصرخسرو با پرچم‌های مختلفی که از سردهای خود آویزان کرده‌اند، مزده می‌دهند که بالاخره راسته «بیرق فروش‌ها» آغاز شده است. هرچه به مغازه‌ها نزدیک‌تر می‌شوم تعداد خریداران پرچم هم بیشتر می‌شود تا جایی که سه مغازه اول درخواست مصاحبه‌ام را به خاطر حضور مشتری‌ها رد می‌کنند و می‌گویند: «خانم از کل سال همین دو هفته محرم کاسی خوبه، بذار به کارمون برسیم.» و تنها اجازه می‌دهند از فضای مغازه عکس بگیرم.

یک گفت‌وگوی بَزَک نشده!

شرایط اما در مغازه چهارم متفاوت است. همان جلوی در تا به چرخ‌کار سلام می‌کنم انتهای مغازه را نشان می‌دهد و می‌گوید: «با خود حاج عباس صحبت کنید.» حاج عباس که متوجه گفت‌وگوی ما نشده پشت میز کارش در میان پرچم‌ها نشسته، دستش را زیر چانه گذاشته و به نقطه نامعلومی خیره شده است. سلام می‌کنم و بلافاصله می‌گویم خبرنگارم تا اگر او هم مثل بقیه تمایلی به صحبت کردن ندارد مزاحمش نباشم؛ او هم به صراحت شرط می‌کند که اگر قرار نیست «بَزَک شده» حرف بزнім مشکلی برای گفت‌وگو ندارد. شرطی که البته من بیشتر از او مشتاق پذیرش آن هستم. یک معاشرت بدون تعارف با یکی از بازاری‌های اصیل تهران!

سوالاتم را از علت انتخاب شغل «بیرق فروشی» شروع می‌کنم که می‌گوید: «پرچم فروشی شغل آبا و اجدادی ما محسوب میشه. تقریبا از سال ۱۳۲۰ پدربزرگ و پدرم تو همین مغازه کار می‌کردن و منم از بچگی رفت و آمد داشتم تا اینکه دیگه خودمم مشغول شدم. الاثم که شده ۷۳ سالم با اینکه شرایط کار و فروش مثل قبل نیست اما دیگه نمی‌تونم سراغ کار دیگه‌ای برم. اصلا به خاطر همین کسادی کار هم بود که بین پسرهام فقط یکثون اینجا رفت‌وآمد داره. مابقی رفتن سر کاری دیگه.»

کمی مکث می‌کند و انگار خودش سوالم را

متوجه شده باشد، ادامه می‌دهد: «البته دروغه اگه بگم فقط ماه محرم کاسی داریم؛ بالاخره نیمه شعبان و فاطمیه هم مردم میان خرید می‌کنن، اما فروش مثل قبل نیست البته پرچم کالای مصرفی نیست که مردم هرسال بخوان بخرن؛ اگر درست نگهداری کنن چندسال هم می‌تونن ازش استفاده کنن.» نگاهم می‌کند تا سوال بعدی را ببرسم، اما قبل از اینکه چیزی بگویم خودش می‌گوید: « یک چیزی می‌گم حتما تو گزارش بنویس؛ الان از راسته بیرق فروش‌ها من موندم و چندتا مغازه دیگه، مابقی نزدیک محرم که میشه میان یک چند روزی پرچم می‌فروشن و بقیه ایام سال کارای دیگه می‌کنن. اما ما پای شغل خانوادگیمون موندیم.»

بین صحبت چند مشتری قدیمی می‌آیند و چند دقیقه‌ای وقفه بین صحبت‌ها می‌افتد تا عباس آقا کارشان را راه بی‌اندازد.

از بین رفتن اصالتِ پرچم‌ها دوباره می‌نشیند و می‌گوید: «قبلا پرچم مچمل کاشان مشتری داشت اما الان بازار پرچم رو هم چین قبضه کرده. از یک طرف تنوع کارا بیشتر شده اما از یک طرف دیگه پرچم‌ها اصالت قدیم رو ندارن. ما قبلا فقط پرچم دوخت سنتی داشتیم اما الان پرچم چاپی خیلی زیاد شده، چون هم ارزون‌تره هم نگهداری راحت‌تری داره.»

به یکی از پرچم‌های دوخته شده که طرح

مشتربک با پرچم چاپی دارد اشاره می‌کند و ادامه می‌دهد: «این دوتا شبیه هم هستن اما پرچم دوخت یک میلیون و ۷۰۰ هزار تومان و پرچم چاپی ۶۰۰ هزارتومان؛ خب معلومه با این تفاوت قیمت مشتری کدوم رو می‌خره. این وسط از پرچم‌های سنتی هم دورتر میشیم، البته هنوز هم هیئت‌های بزرگ مشتری پرچم‌های دوخته شده و سفارشی هستن که گاهی ممکنه بسته به سفارشی که می‌دن مثل اینکه قید می‌کنن با نخ ابریشم گلدوزی کنیم، سایز بزرگ بدوزیم... پرچم تا ۳۰ میلیون تومان هم بدوزیم.»

از او درباره مشتری‌اش می‌پرسم که آیا از یک قشر خاص یا مذهبی هستند یا خیر؟ که می‌گوید: «من این چند سال فهمیدم دین به ظاهر نیست. وقتی یک پدر، دست بچه ۵ ساله‌شو میگیره میاره برای عزای امام حسین (ع) پرچم می‌خره، این تو ذهن و حافظه بچه می‌ونه و با این عشق بزرگ میشه، حالا هر ظاهری هم که داشته باشه هم ماه محرم رو دوست داره هم آقا امام حسین (ع). رو، یک عده غذاهای لذیذ محرم در شهرهای مختلف حتی میان و میگن که تو خواب طرح پرچم دیدن و می‌خوان دقیقا شبیه همون رو براشون بدوزیم.»

باز این چه شورش است که در خلق عالم

است
حاج عباس درباره بیشترین اسم و یا شعری که در میان پرچم‌ها مشتری دارد، شعر باز این



نگاهم می‌کند تا سوال بعدی

را ببرسم، اما قبل از اینکه چیزی

بگویم خودش می‌گوید: « یک

چیزی می‌گم حتما تو گزارش

بنویس؛ الان از راسته بیرق

فروش‌ها من موندم و چندتا مغازه

دیگه، مابقی نزدیک محرم که

میشه میان یک چند روزی پرچم

می‌فروشن و بقیه ایام سال کارای

دیگه می‌کنن. اما ما پای شغل

خانوادگیمون موندیم.»

چه شورش است که در خلق عالم است / باز این چه نوحه و چه عزا و چه ماتم است را می‌خواند و می‌گوید: «هنوز بعد از این همه سال «کتیبه محتشم» مشتری داره. اسامی حسین، ابوالفضل، زینب و فاطمه رو هم برای دوخت پرچم زیاد سفارش می‌دن.»

سوالاتم را که از حاج عباس می‌پرسم مرا به سَید که چرخ‌کار مغازه است معرفی می‌کند. او هم ۲۵ سال است که مشغول دوخت پرچم است. رشته دانشگاهی‌اش گرافیک بوده و به گفته خودش با رضا شفیعی‌جم، ارژنگ امیرفضلی و... هم دانشگاهی بوده اما تصمیم گرفته وارد این حرفه شود.

سید خیلی اهل حرف زدن به نظر نمی‌رسد فقط می‌گوید: «هیچ وقت نشده بدون وضو بشینم پای چرخ خطایی. مزد رو هم همیشه از آقا می‌گیرم. به خاطر همین هم شد که لیاقت پیدا کردم برای گنبد امام حسین(ع) پرچم بدوزم.»

همینطور که این حرف‌ها را می‌زند پارچه‌ای سبز رنگ از جنس ماهوت برمیدارد و به شکل مثلث برش می‌زند و شروع به دوختن می‌کند. نام امام حسین (ع) بر پارچه نقش می‌یند. کار پرچم در کمتر از ۵ دقیقه تمام می‌شود و به سمت من می‌گیرد و می‌گوید: «برای شما دوختم، پرچم نطلبیده مراد است!»

رئیس سازمان سینمایی با بیان اینکه موضوع عدالت فرهنگی و توجه به مناطق محروم و کم‌برخوردار جزو راهبردها و دستور کار دولت سیزدهم بوده است و امیدواریم که دولت بعدی نیز این مسیر را با جدیت ادامه دهد.

وی در جمع شورای معاونین تاکید کرد: نباید هیچ تعللی در روند کار سازمان و موسسات سینمایی رخ دهد. این درحالی است که روند عادی کار ادامه داشته و امور مربوط به هنرمندان و فیلمسازان چه در سطح ستادی و چه در سطوح موسسات نباید متوقف شوند. وی تصریح کرد: تا آخرین ساعاتی که در سازمان سینمایی مستقر هستیم ضروری است تا پاسخگوی مراجعه‌کنندگان باشیم و تا جایی که مقدور است برای رفع مشکلات آنها بکوشیم چراکه این الگو و رویکرد دولت شهید آیت الله رئیسی است که شبانه‌روز، مجاهده و تلاش کرده و جان خود را در مسیر خدمت فدا کرده است. بنابراین، وظیفه ماست تا آخرین ساعات حضور در محل کار و تا زمان تحویل مسئولیت، نسبت به انجام وظیفه، قصور نکنیم.

معاون توسعه و مدیریت منابع، معاون توسعه فناوری و مطالعات سینمایی، معاون نظارت و ارزشیابی و مدیران کل روابط عمومی، دفتر امور جشنواره‌ها و بین‌الملل و حراست نیز در این جلسه حضور داشتند.

خبر

ادامه فعالیت‌های سازمان سینمایی تا استقرار دولت جدید بدون وقفه

رئیس سازمان سینمایی بر ادامه روند فعالیت‌های سازمان سینمایی تا استقرار دولت جدید بدون هر گونه تعلل و وقفه تاکید کرد.

نشست شورای معاونین سازمان با حضور رئیس سازمان سینمایی در محل این سازمان برگزار شد.

محمد خزاعی در این نشست ضمن اشاره به حضور حماسی و پرشور ملت شریف ایران اسلامی در لبیک به ندای رهبر معظم انقلاب، تحقق انتخاباتی پرشکوه و امیدآفرین را تبریک گفت و افزود: در شکل‌گیری این حماسه همه اقشار و گروه های اجتماعی از جمله اصحاب فرهنگ و هنر نقش داشته‌اند و جا دارد از مشارکت گسترده جامعه سینمایی کشور با همه تنوع سلاقی و نگاه‌های مختلف تشکر و قدردانی نمایم.

وی ادامه داد: دولت سیزدهم با افق تحول‌در سینما در زمینه های مختلف همانند: توسعه زیرساخت و فناوری نوین، ارتقاء و استانداردسازی تولیدات، رونق بخشی‌اجتماعی اقتصاد سینمای پس از پیامدهای کرونا و ناآرامی‌ها، توجه به ظرفیت‌های سینمایی استان‌ها، با رویکرد عدالت فرهنگی کارنامه درخشانی را رقم زد و دستاوردهای بسیاری در سه ساله اخیر به ثمر نشاند. امیدواریم دولت

چهاردهم هم مانند دوره رئیس جمهور شهید، منشا تحول و کارآمدی و بروز و ظهور اتفاقاتی ارزشمند برای همه اهالی سینما و اصحاب فرهنگ و هنر باشد.

رئیس سازمان سینمایی افزود: اواخر هفته گذشته «سینما وحدت» تربت جام در منطقه مرزی شرق کشور بعد از سه دهه و نیز ۵ سالن سینمایی در منطقه کم‌برخوردار حاشیه شهر مشهد به بهره‌برداری رسید.

خزاعی ادامه داد: این اقدامات در راستای تحقق شعار عدالت فرهنگی صورت گرفت، گفتمانی جدی که دولت سیزدهم از ابتدا مطرح کرده بود. به گفته وی، سازمان سینمایی در ادامه مسیر نیز برای رفع محرومیت‌زدایی فرهنگی و سینمایی در مناطق مختلف کشور با همین رویکرد کار خود را ادامه می‌دهد و مطابق چشم‌انداز ترسیم شده و روند آماده سازی سینماها در شهرهای مختلف، آمار سالن‌های سینما به ۹۰۰ سالن تا ابتدای دولت چهاردهم خواهد رسید. خزاعی همچنین خبر داد: در آینده‌ای نزدیک تعدادی از سالن‌های سینما در استان سیستان و بلوچستان و استان هرمزگان افتتاح خواهد شد.

رئیس سازمان سینمایی با بیان اینکه موضوع عدالت فرهنگی و توجه به مناطق محروم و کم‌برخوردار جزو راهبردها و دستور کار دولت سیزدهم بوده است و امیدواریم که دولت بعدی نیز این مسیر را با جدیت ادامه دهد. وی در جمع شورای معاونین تاکید کرد: نباید هیچ تعللی در روند کار سازمان و موسسات سینمایی رخ دهد. این درحالی است که روند عادی کار ادامه داشته و امور مربوط به هنرمندان و فیلمسازان چه در سطح ستادی و چه در سطوح موسسات نباید متوقف شوند. وی تصریح کرد: تا آخرین ساعاتی که در سازمان سینمایی مستقر هستیم ضروری است تا پاسخگوی مراجعه‌کنندگان باشیم و تا جایی که مقدور است برای رفع مشکلات آنها بکوشیم چراکه این الگو و رویکرد دولت شهید آیت الله رئیسی است که شبانه‌روز، مجاهده و تلاش کرده و جان خود را در مسیر خدمت فدا کرده است. بنابراین، وظیفه ماست تا آخرین ساعات حضور در محل کار و تا زمان تحویل مسئولیت، نسبت به انجام وظیفه، قصور نکنیم.

معاون توسعه و مدیریت منابع، معاون توسعه فناوری و مطالعات سینمایی، معاون نظارت و ارزشیابی و مدیران کل روابط عمومی، دفتر امور جشنواره‌ها و بین‌الملل و حراست نیز در این جلسه حضور داشتند.

میراث فرهنگی جزء اعتبارات ملی گرایي انسان‌ها است



در لغت‌نامه دهخدا مقابل معنی واژه «نذر» آمده است: «آنچه واجب گرداند بر خود یا آنچه واجب کنند بر خود به شرط چیزی. مثل آنکه بگویند اگر از مرض خود شفا یابم، ۱۰ تومان در راه خدا بدهم.» تعریفی ساده از کاری که به مرور به بخشی از فرهنگ جامعه تبدیل شده است.

نذر در موقعیت‌های زمانی همچون ماه محرم و صفر با نمودهایی مانند پخت غذای نذری به اوج خود می‌رسد، آنچنان که می‌تواند یک خورش را به حدی معروف کند که حتی با ذکر یک نام، طعم و عطری غذا در ذهنمان پررنگ شود؛ مثلا وقتی می‌شنویم قرار است برای ناهار یا شام «قیمه نذری» بخوریم دقیقا می‌دانیم چه طعم و عطری در انتظارمان است! در طول تاریخ ایران و به‌ویژه از دوره قاجار به بعد که اسناد و مدارک نوشتاری و دیداری از آن موجود است، نذری دادن در ماه محرم و به‌ویژه دهه نخست آن با مشارکت، شور و هیجان

عامه مردم روبرو بود؛ بنابراین آنها نذورات خود را به شکل‌های متفاوتی ادا می‌کردند تا از این طریق به نوعی سپاسگزار لطفی باشند که خداوند در تنگنایی مشخص، شامل حال آنها کرده است. از طرفی با وجود اینکه نذر می‌تواند ابعاد گوناگونی داشته باشد، اما نذر غذا یکی از ملموس‌ترین نذرهایی است که افراد انجام می‌دهند.

قول و قرار روزهای سخت... «به خاطر یک بیماری سخت همه دکترها شوهرم رو جواب کرده بودن، اما با نذری که کردم خدا دوباره اونو بهم داد و تصمیم گرفتم دهه اول محرم به ایتم شام بدم.» «نذر کردم اگر دیگه بچه سومم پسر بشه دهه دوم محرم به خاطر آقا امام حسین (ع) شیر داغ پخش کنم»، «یک مشکل مالی داشت زندگیمون رو به هم می‌ریخت، نذر کردم اگر درست بشه هر سال ظهر تاسوعا ناهار بدم.» و... تنها بخشی از دلایلی است که افراد برای نذر غذایی که کرده‌اند، بیان می‌کنند. در واقع شاید در شرایط استیصال حتی به این فکر نکنند که آیا نذری که کرده‌اند طبق قواعد فقهی بوده است یا خیر، اما می‌دانند قراری بین خود و خدا گذاشته‌اند که به شرط حاجت‌روایی باید طبق وعده عمل کنند.

در این میان از آنجایی که از گذشته عزاداری‌های ماه محرم بیش از عزاداری برای

شهادت سایر ائمه جدی گرفته می‌شد، بخش

قابل توجهی از این نذورات، مخصوص این ماه و به شکل خاص‌تر برای دو روز عاشورا و تاسوعا درنظر گرفته می‌شدند و همین موضوع باعث شد تا چیزهایی مثل شیر داغ، شیر کاکائو، قیقه‌نذری و... یادآور نذری‌های این ایام باشند و به نوعی تبدیل به عرف و فرهنگ شوند؛ چنانچه احتمالا به نظراتان عجیب باشد که مثلا کسی «خورش کنگر» نذر کند!

ایجاد پایگاه اجتماعی به بهانه «نذر» پخت غذای نذری ترویج یک کار خیر است و همین موضوع باعث اشتیاق افراد بیشتری برای کمک در این کار می‌شود؛ اتفاقی که رفتارفته باعث گسترده شدن یک نذری می‌شود به شکلی که گاهی از چند روز قبل دوستان و

آشنایان را دور هم جمع می‌کند تا برای پخت نذری کمک کنند و همین دوره‌می گاهی باعث می‌شود تا برای تجربه دوباره فضای صمیمی، افراد مشتاق ادای نذر و حتی گسترش آن باشند.

نوع نذری‌هایی که در این ایام در شهرهای مختلف کشور پخته و پخش می‌شود از گذشته بسته به محصولات کشاورزی که در هر منطقه وفور بیشتری داشتند متفاوت است. تفاوتی که هنوز هم با وجود اینکه تقریبا تمام محصولات در اکثر نقاط یافت می‌شوند، اما باقی مانده و نشان دهنده تنوع فرهنگ غذایی در نذری است

که در ادامه به برخی از آنها اشاره می‌کنیم.

در گذشته نذری‌های ماه محرم معمولا از همان شب اول پخته و میان عزاداران حسینی توزیع می‌شدند، اما چند سالی می‌شود که هرچه به تاسوعا و عاشورا نزدیک می‌شویم پخت غذای نذری قوت بیشتری می‌گیرد.

غذاهای نذری محرم در شهرهای مختلف مردم کرمان در دهه اول محرم نوعی آش نذری به نام «عاشوری» با انواع حبوبات می‌پزند. پیشینه پخت این آش به دوره صفوی باز می‌گردد. این آش نذری در یزد هم پخته می‌شود که با نام آش امام حسین (ع) شناخته می‌شود.

در بخش‌هایی از استان مازندران غذاهای نذری برای این روزها را به نام «هال امام» می‌شناسند. در تنکابن نیز برای برآورده‌شدن حاجات، مراسمی به نام «شیلان» با پخش گوشت قربانی انجام می‌شود.

در نقاطی از استان فارس به مراسم پذیرایی روز عاشورا «دیگ‌جوش» می‌گویند. رسم است که مردم نذری‌های خود را به امامزاده محل ببرند و در آنجا با همکاری یکدیگر بپزند. در نقاطی دیگر از این استان در گذشته از عزاداران روز عاشورا با پلو و خورش قیقه، کدو، سبزی، بادمجان و سیب‌زمینی پذیرایی می‌شد اما این روزها خرما، ماست و دوغ هم به نذری و متعلقات آن اضافه شده است. همچنین نذر

● سلامت**پاسخ افراد به مواد مغذی محرک انسولین متفاوت است**

نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که چگونه مواد مغذی محرک انسولین از فردی به فرد دیگر متفاوت است و پیامدهایی برای تغذیه فرد محور دارد. به گزارش مدیکال اکسپرس، وقتی صحبت از کنترل سطح قند خون می‌شود، بیشتر مردم به کربوهیدرات فکر می‌کنند اما نتایج تحقیقات جدید دانشگاه بریتیش کلمبیای کانادا نشان می‌دهد که برای برخی ممکن است به همان اندازه توجه به پروتئین‌ها و چربی‌ها در رژیم غذایی‌شان مهم باشد.

این تحقیق اولین مقایسه در مقیاس بزرگ است که نشان می‌دهد چگونه افراد مختلف در پاسخ به هر یک از سه درشت مغذی‌ها یعنی کربوهیدرات‌ها (گلوکز)، پروتئین‌ها (اسیدهای آمینه) و چربی‌ها (اسیدهای چرب) انسولین تولید می‌کنند. یافته‌ها نشان می‌دهد که تولید هورمون تنظیم‌کننده قند خون انسولین بسیار پویاتر و فردی‌تر از آن چیزی است که پیش از این تصور می‌شد، در حالی که برای اولین بار زیرمجموعه‌ای از جمعیت را نشان می‌دهد که بیش از حد به غذاهای چرب واکنش نشان می‌دهند.

دکتر جیمز جانسون، محقق ارشد، استاد علوم سلولی و فیزیولوژیکی در دانشگاه گفت: «گلوکز محرک شناخته‌شده انسولین است، اما ما از دیدن چنین تنوع بالایی شگفت‌زده شدیم، به‌طوری‌که برخی افراد واکنش قوی به پروتئین‌ها و برخی دیگر به چربی‌ها نشان می‌دهند که پیش از این هرگز مشخص نشده بود. انسولین نقش مهمی در سلامت انسان ایفا می‌کند، نقش انسولین در همه چیز، از دیابت گرفته که در آن بسیار کم است تا چاقی، افزایش وزن و حتی برخی از انواع سرطان که در آن بسیار زیاد است.

این یافته‌ها پایه‌ای برای تغذیه فرده‌محور شده است که می‌تواند نحوه درمان و کنترل طیف وسیعی از بیماری‌ها را تغییر دهد.

برای این تحقیق، محققان آزمایش‌هایی را روی جزایر پانکراس از ۱۴۰ اهداکننده مرد و زن در دامنه سنی وسیعی انجام دادند. این جزایر در معرض هر یک از سه درشت مغذی قرار گرفتند، در حالی که محققان پاسخ انسولین را در کنار ۸۰۰ پروتئین دیگر اندازه‌گیری کردند.

اگرچه بیشتر سلول‌های جزایر اهداکننده قوی‌ترین پاسخ انسولین را به کربوهیدرات‌ها داشتند، حدود ۹ درصد به پروتئین‌ها به‌شدت پاسخ دادند، در حالی که ۸درصد دیگر سلول‌های اهداکننده بیش از هر ماده مغذی دیگری، حتی گلوکز، به چربی‌ها واکنش نشان دادند.

دکتر ژان کولیک، یکی از همکاران تحقیقاتی در آزمایشگاه جانسون در دانشگاه بریتیش کلمبیا ابراز کرد: این تحقیق باور قدیمی را که چربی‌ها اثرات ناچیزی بر ترشح انسولین در همه افراد دارند، به چالش می‌کشد. به درک بهتر از محرک‌های تولید انسولین یک قدم، ما به‌طور بالقوه می‌توانیم راهنمایی‌های غذایی متناسبی ارائه کنیم که به افراد کمک می‌کند سطح قند خون و انسولین خود را بهتر کنترل کنند.

گروه تحقیقاتی همچنین زیرمجموعه‌ای از سلول‌های جزایر اهداکنندگانی را که دیابت نوع ۲ داشتند، بررسی کردند. همان‌طور که انتظار می‌رفت، این سلول‌ها پاسخ انسولین پایینی به گلوکز داشتند. با این حال، محققان از مشاهده اینکه پاسخ انسولین آنها به پروتئین‌ها تا حد زیادی دست نخورده باقی مانده است، شگفت‌زده شدند.

دکتر کولیک توضیح داد: یافته ما به‌اراستی این قضیه را تقویت می‌کند که رژیم‌های غذایی غنی از پروتئین می‌توانند مزایای درمانی برای بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ داشته باشند و نیاز به تحقیقات بیشتر در مورد ترشح انسولین تحریک‌شده به پروتئین‌ها را برجسته می‌کند.

وزن کردن را به رفتاری وسواسی تبدیل نکنید

«**برخی از متخصصان از وزن کردن روزانه خود برای ارتقای مسئولیت‌پذیری در مورد مدیریت وزن حمایت می‌کنند به ویژه زمانی که از رژیم غذایی و برنامه ورزشی برای کاهش وزن پیروی می‌کنیم.**

در همین حال برخی دیگر پیشنهاد می‌کنند که خودسنجی را به کلی کنار بگذاریم و استدلال می‌کنند که وقتی عددی را که روی ترازو می‌بینیم دوست نداریم یا درک نمی‌کنیم، می‌تواند باعث واکنش‌های روان‌شناختی منفی و رفتارهای ناسالم شود.

بسیاری از افراد هم استفاده از ترازو را برای وزن کردن خود به صورت هفتگی توصیه می‌کنند، حتی زمانی که قصد کاهش وزن نداریم. در ادامه به چند دلیل این موضوع خواهیم پرداخت.

۱. وزن کردن هفتگی به شما کمک می‌کند وزن خود را مدیریت کنید تحقیقات تأیید می‌کند که خود وزن کردن منظم یک استراتژی برای کاهش وزن و مدیریت موثر است، در درجه اول به این دلیل که به افزایش آگاهی از وزن فعلی و هرگونه تغییر کمک می‌کند.

یک بررسی سیستماتیک از ۱۲ مطالعه نشان داد، شرکت‌کنندگانی که خود را به‌صورت هفتگی یا روزانه طی چند ماه وزن می‌کردند، نسبت به شرکت‌کنندگانی که مرتباً خود را وزن نمی‌کردند یک تا سه واحد BMI (شاخص توده بدنی) از دست دادند.

وزن کردن خود ایزاری ضروری برای مدیریت وزن با افزایش سن است. بزرگسالان تا میانسالی به تدریج وزن اضافه می‌کنند. در حالی که میانگین افزایش وزن معمولاً بین ۵۰ تا یک کیلوگرم در سال است، این تجمع متوسط وزن می‌تواند در طول زمان منجر به چاقی شود. وزن کردن هفتگی و پیگیری نتایج به جلوگیری

از افزایش وزن غیر ضروری کمک می‌کند. ردیابی وزن همچنین می‌تواند به شناسایی زودهنگام مشکلات پزشکی کمک کند. تغییرات چشمگیر وزن می‌تواند نشانه اولیه برخی از بیماری‌ها از جمله مشکلات تیروئید، گوارش و دیابت باشد. ۲. وزن کردن هفتگی نوسانات عادی را محاسبه می‌کند وزن بدن ما می‌تواند طی یک روز و در طول روزهای هفته تغییر کند. مطالعات نشان می‌دهد که وزن بدن در طول هفته ۰.۳۵ درصد در نوسان است و معمولاً بعد از آخر هفته بیشتر می‌شود. نوسانات روزانه وزن بدن دلایل مختلفی دارد که بسیاری از آنها به محتوای آب بدن ما مرتبط است. علل شایع‌تر عبارتند از: نوع غذایی که مصرف کرده‌ایم وقتی شامی پر کربوهیدرات خورده باشیم، روز بعد وزن بیشتری خواهیم داشت. این تغییر نتیجه این است که بدن ما به طور موقت آب بیشتری را حمل می‌کند. ما به ازای هر گرم کربوهیدرات مصرفی سه تا چهار گرم آب برای ذخیره انرژی که از کربوهیدرات‌ها می‌گیریم، حفظ می‌کنیم.

همچنین زمانی که مواد غذایی حاوی نمک بیشتری مصرف می‌کنیم، محتوای آب بدن ما افزایش می‌یابد. بدن ما سعی می‌کند تعادل سدیم و آب را حفظ کند. هنگامی که غلظت نمک در جریان خون ما افزایش می‌یابد، مکانیسمی برای بازگرداندن تعادل با حفظ آب برای رقیق کردن نمک اضافی ایجاد

می‌شود. مصرف غذا چه ۲۰ گرم آجیل و چه ۶۵ گرم گوشت بدون چربی، هر چیزی که می‌خوریم و می‌نوشیم دارای وزن است که وزن بدن ما را به طور موقت افزایش می‌دهد در حالی که ما آنچه را مصرف کرده ایم هضم و متابولیزه می‌کنیم، همچنین وزن ما در اول صبح پس از محدود شدن مصرف غذا در طول شب کاهش می‌یابد و بعد از مصرف روزانه غذا و نوشیدنی در عصر بیشتر می‌شود.

اگر بعد از تمرین خود را در باشگاه وزن کنیم، به دلیل از دست دادن مایعات ناشی از عرق، احتمال کاهش وزن وجود دارد. مقدار آب از دست رفته بسته به مواردی مانند شدت و مدت تمرین، دما و رطوبت، میزان تعریق و سطح هیدراتاسیون ما متفاوت است. به طور متوسط در طول یک ساعت ورزش با شدت متوسط یک لیتر عرق می‌کنیم.

تغییرات هورمونی نوسانات هورمونی در چرخه قاعدگی نیز می‌توانند بر تعادل مایعات تأثیر بگذارد. زنان ممکن است احتباس مایعات را تجربه کنند و به طور موقت ۵۰ تا دو کیلوگرم وزن اضافه کنند.

حرکات روده اجابت مزاج می‌تواند منجر به کاهش وزن اندک اما فوری شود زیرا مواد زائد از بدن دفع می‌شوند. در حالی که مقدار از دست رفته وزن متفاوت خواهد بود، ما به طور کلی



انرژی از دست رفته هنگام دویدن تصور کنید در حال تماشای کسی هستید که در حال دویدن است. اکنون به حرکت عمودی (بالا و پایین) لگن و سر او دقت کنید زمانی که می‌دویم، فاصله‌ای که بدن ما به سمت بالا و پایین حرکت می‌کند بیشتر از زمانی است که راه می‌رویم. برای ایجاد این حرکت عمودی، عضلات اندام تحتانی باید نیروی بیشتری تولید کنند و انرژی بیشتری مصرف می‌کنند، اما ما را به مقصد نزدیک‌تر نمی‌کنند. بنابراین هنگام دویدن، بخشی از انرژی صرف‌شده برای حرکت بدن ما به سمت بالا و نه به

انرژی از دست رفته هنگام دویدن تصور کنید در حال تماشای کسی هستید که در حال دویدن است. اکنون به حرکت عمودی (بالا و پایین) لگن و سر او دقت کنید زمانی که می‌دویم، فاصله‌ای که بدن ما به سمت بالا و پایین حرکت می‌کند بیشتر از زمانی است که راه می‌رویم. برای ایجاد این حرکت عمودی، عضلات اندام تحتانی باید نیروی بیشتری تولید کنند و انرژی بیشتری مصرف می‌کنند، اما ما را به مقصد نزدیک‌تر نمی‌کنند. بنابراین هنگام دویدن، بخشی از انرژی صرف‌شده برای حرکت بدن ما به سمت بالا و نه به

بیماری پارکینسون با علائم فیزیکی مختلفی مانند خشکی و کند شدن حرکت، لرزش، سفتی و اختلال تعادل شناسایی می‌شود. این علائم مانع از تحرک و انجام فعالیت‌های روزانه فرد مبتلا می‌شود. فراوانی این بیماری بین جمعیت‌های مختلف متفاوت است. با این حال، مشاهده می‌شود که این بیماری ۱ الی ۲ درصد از افراد ۵۵ سال و بیشتر از آن را را تحت تأثیر قرار دهد.

در پژوهشی که به تازگی انجام شده است، محققان پی بردند که کاهش ژن‌های باکتری روده که مسئول سنتز ویتامین‌های گروه B مانند B۷ و B۷ هستند، در ابتلا به پارکینسون نقش مهمی دارند. علاوه بر این، آن‌ها ارتباطی میان کمبود این ژن‌ها و کاهش سطوح عوامل

حدود ۱۰۰ گرم وزن را از طریق حرکت روده روزانه از دست می‌دهیم. همه این نوسانات طبیعی هستند و نشان دهنده تغییرات قابل توجهی در چربی بدن یا توده عضلانی ما نیستند. با این حال، دیدن این نوسانات می‌تواند منجر به استرس غیر ضروری و تثبیت وزن ما شود. ۳. وزن کردن هفتگی از وسواس در کاهش وزن جلوگیری می‌کند وزن کردن بیش از حد می‌تواند باعث ایجاد وسواس نسبت به عدد روی ترازو شود و بیشتر از اینکه فایده داشته باشد ضرر دارد.

اغلب، واکنش ما وقتی می‌بینیم که این عدد در چپتی که می‌خواهیم یا انتظار داریم حرکت نمی‌کند، این است که مصرف غذای خود را بیشتر محدود کنیم یا رژیم‌های معمولی را شروع کنیم. علاوه بر لذت‌بخش یا پایدار نبودن رژیم‌های غذایی مد روز در نهایت افزایش وزن ما را به جای معکوس کردن، افزایش می‌دهند.

چه کاری باید انجام داد؟ به گزارش نشریه تخصصی «مدیکال اکسپرس»، وزن کردن هفتگی خدیمان، اندازه‌گیری دقیق تری از روند وزن ما در طول زمان می‌دهد.

سعی کنید هر هفته در یک روز، در یک زمان و در یک محیط یکسان وزن خود را اندازه‌گیری کنید. برای مثال، اول صبح که برای دوش گرفتن آماده می‌شوید، بعد از رفتن به دستشویی اما قبل از اینکه چیزی بنوشید یا بخورید.

از ترازوهای با کیفیت بالا استفاده کنید، باتری

می‌شود. با در نظر گرفتن این موضوع، بار دیگر دویدن است که انرژی بیشتری نسبت به راه رفتن مصرف می‌کند. بلافاصله پس از دویدن ۳کیلوستر، افزایش مصرف انرژی در مقایسه با استراحت برای چند دقیقه طول می‌کشد که عمدتاً به دلیل افزایش دمای بدن و دوباره پر شدن ذخایر انرژی است. این هزینه اضافی پس از دویدن به دلیل تفاوت در شدت بین ۲ تمرین، بیش از ۲ برابر پس از پیاده‌روی است.

همه چیز به سرعت بستگی دارد بنابراین، دویدن نسبت به پیاده‌روی در همان مسافت طی شده، کالری بیشتری مصرف می‌کند اما این به شرطی است که سرعت پیاده‌روی در نظر گرفته شده عادی باشد (حدود ۵کیلوستر در ساعت). بنابراین، اگر خیلی آهسته راه برویم، آنقدر طول می‌کشد تا ۳کیلوستر را طی کنیم که در نهایت کالری مصرفی بیشتر می‌شود و به این دلیل است که بدن بدون توجه به فعالیت انجام شده، مقدار مشخصی انرژی را در واحد زمان صرف می‌کند.

اگر سرعت راه رفتن بسیار سریع باشد (بیش از ۸کیلوستر در ساعت) همین امر صدق می‌کند؛ دویدن از نظر انرژی کارآمدتر است. در اینجا، هماهنگی لازم برای راه رفتن با چنین سرعتی به این معنی است که ما باید عضلات خود را بیشتر فعال کنیم، بدون اینکه بتوانیم

جریان خون جلوگیری کند. سموم موجود در خون می‌توانند به مغز، جایی که باعث التهاب می‌شوند، منتقل شوند و فرآیندهای انتقال عصبی را که برای حفظ سلامت روان حیاتی هستند، تحت تأثیر قرار دهند. کمبود ویتامین‌های گروه B و ابتلا به پارکینسون

ویتامین‌های B نقش مهمی را در فرآیندهای متابولیک ایفا می‌کنند. این ویتامین‌ها بر تولید و عملکرد اسیدهای چرب زنجیره کوتاه (SCFAs) و پلی آمین‌ها، دو عاملی که به حفظ یکپارچگی سد روده کمک می‌کنند و از ورود سموم به جریان خون جلوگیری می‌کنند، تأثیر می‌گذارند. کمبود پلی آمین‌ها و SCFA ها می‌تواند



های آن‌ها را هم مرتباً عوض کنید. به یاد داشته باشید، عدد روی ترازو تنها

بخشی از مدیریت سلامت و وزن است. تمرکز صرف بر روی آن می‌تواند سایر شاخص‌ها را تحت الشعاع قرار دهد. همچنین ضروری است که به احساسات خود از نظر جسمی و عاطفی به یک اندازه توجه کنیم.

وزن کردن خود را در هر زمانی که این کار باعث ایجاد استرس و اضطراب در شما می‌شود، متوقف کنید و با یک متخصص مشورت کنید.

هشت توصیه اصلی و مهم برای داشتن یک رژیم غذایی متعادل به منظور حفظ سلامت جسم و روان یادآوری شده است:

● غذاهای حاوی کربوهیدرات‌های نشاسته‌ای

با فیبر بالاتر مصرف کنید

● میوه و سبزی بیشتر بخورید

● بیشتر ماهی مصرف کنید

● مصرف چربی اشباع شده و شکر را کاهش

دهید

● کمتر نمک بخورید: بزرگسالان نباید بیش از

شش گرم در روز نمک مصرف کنند

● فعالیت بدنی داشته باشید و وزن مناسب

خود را حفظ کنید

● نشسته نشوید و مقدار کافی آب در روز مصرف

کنید

● صبحانه را از وعده‌های غذایی خود حذف

نکنید

مانند دویدن از خاصیت ارتجاعی تاندون‌های خود استفاده کنیم.

علاوه بر این، ما درک شهودی بسیار دقیق از کارایی انرژی یک سبک حرکت خاص داریم. اگر روی تردمیلی هستیم که سرعت آن به تدریج افزایش می‌یابد، نقطه‌ای که به‌طور خود به خود از پیاده‌روی به دویدن تغییر می‌دهیم، همزمان با لحظه‌ای است که راه رفتن انرژی بیشتری نسبت به دویدن دارد. مدل‌سازی هزینه متابولیک (کیلو کالری مصرف شده به ازای هر کیلوگرم در هر کیلوستر مسافت طی شده) به‌عنوان تابعی از سرعت (کیلوستر در ساعت) برای پیاده‌روی و دویدن است. منحنی‌ها با سرعت معینی عبور می‌کنند (خط بنفش، حدود ۸کیلوستر در ساعت) به این معنی که بالاتر از این سرعت، راه رفتن از دویدن بیشتر انرژی مصرف می‌کند. در حدود این سرعت آستانه است که افراد به‌طور خود به خود از راه رفتن به دویدن تغییر می‌کنند.

در نتیجه، به دلیل نوسان بیشتر مرکز جرم و افزایش مصرف انرژی پس از ورزش، دویدن به سمت محل کار انرژی‌تر از طی کردن مسافت مشابه با پیاده‌روی است. اما به یاد داشته باشید، چه پیاده‌روی را انتخاب کنید یا بدوید، مهمترین چیز این است که در این زمان در مصرف انرژی صرفه‌جویی کرده‌اید!

منجر به نازک شدن لایه مخاط روده و افزایش نفوذپذیری روده (IP) شود که این دو نشانه در بیماران مبتلا به پارکینسون مشاهده شده است. چرا که افزایش نفوذپذیری روده، علاوه بر اینکه اعصاب را در معرض سموم قرار می‌دهد، به تجمع غیرطبیعی الفا سینوکلئین کمک می‌کند، سلول‌های ایمنی در مغز را فعال می‌کند و در نهایت منجر به التهاب طولانی مدت می‌شود.

از این‌رو، درمان مکمل با هدف قرار دادن ریوفلاوین (ویتامین B۲) و بیوتین به عنوان یک راه درمانی بالقوه می‌تواند راه حلی موثر برای کاهش علائم پارکینسون و کند کردن پیشرفت این بیماری باشد.

خبر

کارخانه:

برادران مجیدی را تشویق کردم فوتبالیست شوند



مصطفی کارخانه که بیشتر به عنوان چهره‌ای والیبالی شناخته می‌شود در مورد حضورش در هیات مدیره استقلال گفت: نمی‌خواهم که برای استقلال مربیگری کنم بلکه تجربیاتی در ورزش دارم که مثل یک سرباز و با تمام وجودم در خدمت باشگاه استقلال هستم.

به گزارش ایسنا، مصطفی کارخانه مشاور عالی فنی رئیس و دبیر کمیته فنی فدراسیون والیبال به تازگی به عنوان عضو هیات مدیره استقلال معرفی شده است.

کارخانه که بیشتر چهره‌ای والیبالی دارد در مورد حضورش در استقلال به ایسنا گفت: قبل از اینکه والیبالیست باشم، سال‌های سال فوتبالیست بودم و در سطح تیم ملی منتخب نیروهای مسلح فعالیت داشتم. با مربیان بزرگی چون علی جباری، پرویز مظلومی، غلام فتح‌آبادی، محمدباقر رحیمی کار کردم. در مسابقات نیروهای مسلح با بازیکنان بزرگی چون حسین فرکی و غفور جهانی فوتبال بازی کردم. از طرفی دو سال مدیرعامل باشگاه پیکان و پنج سال عضو هیات مدیره باشگاه صبا باتری بودم. اتفاقات خودم را فوتبالی می‌دانم.

او با بیان اینکه به هر حال مسایرش والیبالی شد، افزود: آقایان فرزاد و فرهاد مجیدی پیش من والیبال تمرین می‌کردند که خودم تشویق‌شان کردم فوتبال‌تان بهتر است و به فوتبال رو آوردند. با فوتبال غریب نیستم و چند رشته‌ای هستم. نمی‌خواهم که برای استقلال مربیگری کنم بلکه تجربیاتی در ورزش دارم که مثل یک سرباز و با تمام وجودم در خدمت باشگاه استقلال هستم و آمده‌ام تا هر آنچه تجربه کرده‌ام به باشگاه استقلال و هلدینگ خلیج فارس کمک کنم.

کارخانه در مورد اینکه استقلال قصد دارد تیم والیبال خود را تشکیل بدهد، بیان کرد: امسال چنین برنامه‌ای وجود ندارد. چند جا از قول من چنین حرفی زده‌اند که تذکب می‌کنم. به هیچ عنوان نلگتم که امسال استقلال تیم والیبال می‌دهد. اصلا تیمی ندارد که بدهد. برای سال‌های بعد هیات مدیره باشگاه باید مصوب کند و دست من به تهایی نیست. باید ببینیم در سال‌های بعد به چه صورت می‌شود.

او در واکنش به اینکه پیش از این گفته بود پرسپولیسی است اما الان می‌گوید طرفدار استقلال است، بیان کرد: در یک جمعی بودم که اکثرا پرسپولیسی بودند، از من سوال کردند که برای اینکه آن‌ها خوششان بیاید بعد از یک فصل به استقلال بازگشت مجیدی در رفت. فرمانی‌های او با استقلال از فصل ۸۷-۸۶ آغاز شد و همان سال توانست قهرمان جام حذفی و در فصل ۸۸-۸۷ فاتح لیگ برتر شود. مجیدی که در سال ۸۹ مرد سال فوتبال ایران شد برای استقلال ۱۳۸ بار به میدان رفت و ۴۶ گل به ثمر رساند و سپس به العرافه رفت. پس از ۴ ماه به بازگشتش به ایران با پیشنهادهای پرسپولیس، راه آهن، مس کرمان و – روبرو شد اما او مشتاق بود که در استقلال از دنیای فوتبالی خداحافظی کند و ۷ آبان ۱۳۹۲ در بازی مقابل مس کرمان پس از تعویض با نیکبخت واحدی از دنیای فوتبال کنار رفت و فعالیتش را در عرصه مربیگری شروع کرد.



چند روایت از رفت و برگشت ستاره‌ها به استقلال و پرسپولیس

● در طول بیست و سه فصل بر گزار شده از لیگ بر تر فوتبال، بازیکنان متعددی بودند که از استقلال و پرسپولیس رفتند و چندی بعد باز گشتند. امسال هم زمزمه‌های بازگشت برخی از ستاره‌های پیشین دو تیم به گوش می‌رسد.

با اغنا فصل نقل و انتقالات لیگ برتر فوتبال، بار دیگر بازار اخبار و شایعه‌ها داغ شده است. در این میان، خبر بازگشت برخی بازیکنان سرخابی به تیم خود بیش از سایر اخبار مورد توجه هواداران قرار گرفته است. برخی از هواداران پرسپولیس این روزها منتظر بازگشت علی علیپور و فرشاد احمدزاده به جمع سرخوشان هستند و خبرهای جسته و گریخته‌ای هم از بازگشت امیر علیدزاده حکایت می‌کنند. در سوی دیگر احتمال بازگشت داریوش شجاعیان، فرشید باقری و فرشید اسماعیلی به استقلال به بازگرداندن مهدی قایدی منتشر شد اما رقم درخواستی باشگاه الاهلی امارات آنقدر بالا بود که عملا این اتفاق منتفی است.

به این بهانه به بررسی برخی از رفت و برگشت‌های ستاره‌ها و بازیکنان شاخص استقلال و پرسپولیس پرداخته‌ایم که در ادامه می‌خوانید:

● افت شدید یکی از سه تنگنار پرسپولیس

فرشاد احمدزاده هافبک ارمیه‌ای سابق پرسپولیس که در تیم‌های پایه این باشگاه قرار داشت، با درخواست جیی گل‌محمدی به تیم بزرگسالان آمد و اولین بازی خود با پیراهن قرمز را در رقابت‌های جام حذفی مقابل ملوان انجام داد و برای خدمت سربازی به صورت قرضی به جمع تی‌تی‌های تبریز پیوست. او در فصل ۹۲-۹۳ برابر ذوب آهن برای اولین بار در ترکیب اصلی تراکتور حاضر شد که موفق شد به همراه این تیم ۴ بر ۲ پیروز شد. او اولین گل خود را در لیگ سیزدهم در هفته هشتم مقابل صباا قم به ثمر رساند. هافبک پیشین پرسپولیس ۵۴ بار برای تیم تبریزی به میدان رفت که توانست ۶ گل به ثمر برساند. احمدزاده روند رو به جلویی را در پیش گرفته بود و پس از اتمام سربازی خود شاگرد برانکو ایوانکوویچ شد و در بیشتر بازی‌ها در ترکیب اصلی تیم حضور داشت و او پس از ۷۵ بازی و ۱۱ گل زده برای سرخ‌ها و کسب قهرمانی‌های فراوان مورد توجه شلاسک و ورتسواف لهستان قرار گرفت و ۱۳ تیر ۹۷ به این پیوست. احمدزاده در لهستان به دور از انتظارات بود و افت شدیدی در ترکیب تیم لهستانی داشت. او تنها ۲۵ بازی برای شلاسک ورتسواف انجام داد که تنها یک گل زده داشت و وادار به ترک این باشگاه شد. یک سالی که احمدزاده لژیونر بود از بدترین فصل‌های او بود و امار ضعیفی از خود به جای گذاشت.

احمدزاده برای بار دیگر در سال ۱۳۹۸ به پرسپولیس بازگشت تا دوباره به روزهای اوج خود بازگردد که این اتفاق مورد انتقاد هواداران قرار گرفت و همین باعث شد که در ۸ بازی برای پرسپولیس نتواند گلی به ثمر برساند و برای تیم موثر باشد. احمدزاده برای بهتر شدن وضعیتش مجبور به ترک پرسپولیس شد و به فولاد پیوست و پس از آن اسپانیایی شد. او پس از قهرمانی پرسپولیس چراغ سبز خود را به این تیم نشان داد تا این باشگاه بار دیگر در فکر جذب او باشد.

● احسلی خطر امیری و باژگشت به اوج

وحید امیری یکی دیگر از بازیکنانی بود که در فکر لژیونر شدن بود اما موفق نشد. امیری قبل از پیوستن به پرسپولیس حواشی فراوانی ایجاد کرد و گفته می‌شد علیرضا منصوریان قصد داشت او را به استقلال بفرستد. هافبک کنونی تیم فوتبال پرسپولیس در بهترین زمان به این تیم آمد و شاگرد برانکو شد و با این تیم توانست به قهرمانی در ادوار مختلف برسد و دوران طلایی سرخ‌ها را رقم بزند. امیری در آن زمان ۵۱ بازی انجام داد که ۸ بار توانست دروازه رقیب را باز کند. او پس از قهرمانی با پرسپولیس به چیزی که می‌خواست رسید و از طرف باشگاه تراژونر اسپور به پیشنهاد امضا قرارداد

شد و امیری با این موضوع موافقت کرد و به ترکیه رفت. ترکیه جای مناسبی برای کاپیتان پرسپولیس نبود و همانند دیگر بازیکنان او هم نتوانست در خارج از ایران موفق شود و در ۲۶ بازی ۳ گل به ثمر رساند که این موضوع نشان دهنده افت او در زمان کم بود. وی از سال ۲۰۱۵ که در پرسپولیس بود به تیم ملی دعوت شد و برای آنکه جایگاه خود را در تیم ملی از دست ندهد در کمترین زمان به تیم سابقش بازگشت. وی پس از بازگشت بار دیگر در ترکیب پرسپولیس حاضر شد و به تالوی افتخارات خود اضافه کرد و گویا دیگر در فکر خروج از پرسپولیس نخواهد بود.

● یک سال انتظار برای بهترین پاسور لیگ شدن

یکی دیگر از شاگردان برانکو که پستی و بلندی زیادی را تجربه کرد، محسن مسلمان بود. وی که ابتدا در ذوب آهن حضور داشت پس از اتمام دوران سربازی‌اش در ملوان به صورت قرضی به پرسپولیس آمد. او ۱۲ بازی ۲ گل و ۲ پاس گل به کار خود پایان داد و نایب قهرمان لیگ برتر شد و لقب مهندس را گرفت. محسن مسلمان که اخباری مبنی بر پیوستنش به اسقلال یش شد، ناگهان به فولاد خوزستان رفت. او بسیار علاقه به بازگشت در پرسپولیس داشت اما او مجبور بود که یک سال انتظار بکشد. او در ۱۳ بازی برای فولاد به میدان رفت که چندان تاثیرگذار هم نبود و عملکرد متوسطی داشت و سپس پرسپولیس مسلمان را با پرداخت مبلغ ۳ میلیارد تومان از ذوب‌آهن به خدمت گرفت. مهندس پرسپولیسی‌ها جزو بازیکنانی بود که مدام در حال پیشرفت بود، البته که او در بهترین شرایط به پرسپولیس پیوست و اولین گل خود را در داری با پاس گل مهدی طارمی به ثمر رساند. مسلمان در آسیا کاری از پیش نبرد و تنها نکته مثبت گلزنی او مقابل الهلال بود که در نهایت توانست با پرسپولیس به فینال آسیا برسد. مهندس پرسپولیس که با این تیم یک قهرمانی و دو نایب قهرمانی در لیگ را به دست آورد و در مقطعی با برانکو به مشکل برخورد و در پایان فصل ۹۷-۱۳۹۶ به ذوب‌آهن رفت. او پس از ذوب آهن به سپاهان و سایپا رفت اما موفق نبود.

● یافی

محمدحسین کنعانی‌زادگان که در تیم زیر ۲۱ پرسپولیس حضور داشت تنها در یک بازی برای این تیم مقابل فولاد به میدان رفت. مدافع پرسپولیس پس از این بازی به پرتغال رفت تا خیلی سریع لژیونر شود و به صورت قرضی به بیرامار رفت. آنجا مقصد مناسبی برای او نبود و بدون شرکت در حتی یک بازی برای خدمت سربازی‌اش به ملوان رفت و ۲۹ بازی برای آنها انجام داد وی پس از اتمام سربازی‌اش در حالی که همه فکر می‌کردند به پرسپولیس بازمی‌گردد با استقلال قرارداد بست و در مصاحبه خود اعلام کرد که از کودکی استقلالی بوده که این موضوع حواشی زیادی به همراه داشت. کنعانی‌زادگان در استقلال روزهای خوشی را سپری نکرد و پس از دو بازی از ناحیه رباط صلیبی دچار مصدومیت شد و فصل را از دست داد تا در انتهای فصل از این تیم جدا شود.

او پس از استقلال به سایپا رفت و پس از آن راهی تبریز شد و در نهایت بار دیگر به پرسپولیس بازگشت. او پس امضای قرارداد با پرسپولیس در مصاحبه‌ای گفت: من همیشه پرسپولیسی بودم و زمانی که به استقلال رفتم من را مجبور کردند که بگویم استقلال‌ی هستم. مدافع تیم فوتبال پرسپولیس پس از کسب قهرمانی به تیم ملی دعوت شد و در مرحله مقدماتی با همراه شجاع خلیل‌زاده از ارکان اصلی تیم ملی زمان مربیری اسکوچیچ بودند. کنعانی پیش از آغاز جام جهانی

۲۰۲۲ به الاهلی قطر رفت تا بار دیگر با شجاع خلیل‌زاده هم‌تیمی شود اما امار این دو بازیکن به قدری ضعیف بود که در جام جهانی هر دو روی نیمکت بودند. این دویازیکن در تیم الاهلی در ۱۷ بازی ۳۴ گل خورده‌اند.کنعانی‌زادگان توانست در قطر رکورد جالبی ثبت کند و با ۶ گل زده جزو بهترین مدافعان گلزن قطر شد و برای بازیس‌گیری جای خود در تیم ملی ۱۷ تیر ۱۴۰۲ به پرسپولیس بازگشت و فاتح لیگ برتر شد.

● دروازه‌بان شماره یک تیم ملی در گیر حواشی

علیرضا بیرانوند که دوران حرفه‌ای خود را از تیم نفت تهران با علیرضا منصوریان آغاز کرد در فصل اول حضورش توانست با این تیم به رده سوم لیگ برسد و به لیگ قهرمانان آسیا صعود کند. او پس از درخشش در نفت شاگرد برانکو ایوانکوچ در خور را برای این تیم مقابل تاتنهام در اروپا انجام فروانی کسب کند. از جمله افتخارات او می‌توان به بهترین دروازه‌بان لیگ برتر، عضویت در تیم منتخب لیگ برتر، بهترین دروازه‌بان لیگ قهرمانان آسیا در سال ۲۰۱۸ و نامزد جایزه بازیکن فوتبال سال آسیا نام برد. او پس از کسب تجارب در ایران با رومال آنتورپ قرارداد بست و به بلژیک رفت و اولین بازی خود را در این تیم مقابل تاتنهام در اروپا انجام داد که عملکرد فوق العاده‌ای داشت و ایوان لکو را متقاعد کرد که به او فرصت بازی دهد و در دومین دیدار خود مقابل کلوب بروژ به میدان رفت که در آن بازی آنتورپ با نتیجه ۲ بر صفر بازی را واگذار کرد و بار دیگر نیمکت نشین شد.

علیرضا بیرانوند قبل از بازگشت به پرسپولیس به بوادیشتای پرتغال رفت که چندان موفقیت‌بازی به دست نیاورد و به پرسپولیس بازگشت و توانست با این تیم قهرمان لیگ شود. در اواسط لیگ بیست و سوم اخباری مبنی بر پیشنهاد ۱۲۰ میلیاردی استقلال به او سر و صدای زیادی کرد که او را مورد انتقاد قرار دادند. او در نهایت در پرسپولیس ماندنی شد. در پایان فصل بیست و سوم هم تراکتور برای جذب او راضی به پرداخت ۶۰ میلیارد شد است.

● درخشش با فجرپاسایی و بازگشت به پرسپولیس برای ماندن در اوج

سروش رفیعی هافبک هجومی پرسپولیس دوران حرفه‌ای خود را در فجرپاسایی آغاز کرد و توانست با این تیم قهرمان لیگ آزادگان شود و در ۴۰ باز ۱۰ گل برای زردپوشان شیراز زد. وی پس از فولاد در ۱۰ ژانویه ۲۰۱۷ به پرسپولیس آمد و قرارداد ۶ ماهه به باشگاه امضا کرد. وی ۱۴ بار برای پرسپولیس انجام داد تا در تیر رس باشگاه قطری قرار بگیرد و رفعی هم مانند باقی بازیکنان به خاطر لژیونر شدن به قطر رفت که البته در لیگ ستارگان قطر موفق بود و علی‌رغم بازی خوب او باشگاه قطری در یک بازی دیگر در پست او جذب کرد و دیگر قادر به ادامه همکاری با رفیعی نشد و او به پرسپولیس بازگشت اما شرایط طوری که خواست پیش رفت و با توافق با باشگاه قرار بر این شد که به دلیل محرومیت انتقالاتی باشگاه او از نیم فصل دوم لیگ مجدهم برای پرسپولیس به میدان برود.

● از درخشش در استقلال تا امضای قرارداد نمایش روزبه چشمی در باشگاه صباا قم به لیگ ایران معرفی شد و سال ۱۳۹۴ به استقلال پیوست. او در این تیم عملکرد فوق العاده‌ای از خود نشان داد تا نظر کارلوس کیروش سرمربی تیم ملی ایران

را جلب کند و در بازی‌های مقدماتی جام جهانی در سال ۱۳۹۶ یک از نمایندگان استقلال در ایران باشد. وی یک از بازیکنان کلیدی استقلال بود که به دلیل مصدومیت از فهرست این تیم اخراج شد و به دلیل ممنوعیت باشگاه در نقل و انتقالات نتوانست با آبی‌ها قرارداد ببندد.

یکی از عجیب‌ترین اتفاقاتی که برای روزبه به وجود آمد امضای قرارداد با ام صلال قطر بود. در حالی که چشمی با استقلال در حال جنگیدن در لیگ قهرمانان آسیا بود، عنوان شد که او با تیم قطری به توافق رسیده است. چشمی آن زمان گفت: «من بازیکن استقلال هستم و مسئول نقل و حرکت تیم حضور دارم که شرایط سخت و سخت این‌گونه هم حاکم است. هیچ قراردادی با هیچ تیمی جز استقلال امضا نکرده‌ام و این مساله شایعه است. ما در لیگ قهرمانان هستیم و همه تمرکزم موفقیت استقلال در این مسابقات است.»

اما روزبه چشمی یک سورپرایز برای استقلایی‌ها داشت و پس از حذف تیم از آسیا با تیم به تهران نیامد و در قطر ماند تا خبر توافق او با ام صلال تأیید شود. او با مبلغ سالیانه ۹۰۰ هزار دلار عضو تیم قطری شد. مدافع ملی‌پوش استقلال پیش از امضای قرارداد با استقلال این پیشنهاد را دریافت کرده بود و این موضوع را با احمد سعادتمند در میان گذاشت. او از چشمی درخواست کرد که برای کلان بردن روحیه بازیکنان یک قرارداد نمایشی امضا کند. حضور کاپیتان آبی‌ها در قطر موفقیت آمیز نبود. او تنها با استقلال توانسته جام قهرمانی را بالای سر ببرد.

● بالا بودن مبلغ درخواستی آندو او را به استقلال برگرداند

آندرانیک تیموریان هافبک ارمنی سابق تیم آمد در ۲۰ بازی که برای آبی‌ها انجام داد توانست یک گل به ثمر برساند و در سال ۹۱-۱۳۹۰ با این تیم به قهرمانی جام حذفی رسید. او با پیشنهاد وسوسه انگیز الخریطیات قطر مواجه شد. او از باشگاه استقلال پیشنهاد تمدید قرارداد داشت و پس از روبرو شدن با رقم قرارداد ۳ میلیارد و ۶۰۰ میلیون تومانی قطری‌ها به باشگاه استقلال جواب رد داد و به الخریطیات رفت. او پس از توافق با تیم جدیدش به باشگاه آمد و ضمن تشکر از فتح‌الله‌مدیرعامل وقت باشگاه استقلال به او در مورد رقم قراردادش گفت. مدیرعامل استقلال پس از شنیدن رقم تیم جدیدش به او تبریک گفت و از او حمایت کرد.

آندرانیک به ایران آمد تا بار دیگر در جمع آبی‌ها سید مهدی رحمتی دروازه‌بان تیم فوتبال استقلال اولین سال حضورش در استقلال را سال ۱۳۸۴ تجربه کرد. وی دو فصل درون چهارچوب استقلال ایستاد و در ۲۴ بازی به میدان رفت و ۱۱ گلین شیت به نام خود ثبت کرد. او پس از درخشش در استقلال به مدت دو فصل برای مس کرمان به میدان رفت و در لیگ نهم به سپاهان رفت. رحمتی هر چه بیشتر تیم عوض می‌کرد تعداد گلین‌شیت‌های بیشتری ثبت می‌کرد. او در مس ۲۰ گلین‌شیت در ۶۷ بازی و در سپاهان ۲۱ گلین شیت در ۸۰ بازی ثبت کرد تا با آمادگی بالا به استقلال برگردد. وی از سال ۱۳۹۰ بار دیگر به استقلال رفت و در حساس‌ترین بازی لیگ که می‌توانست استقلال را پس از ۳ سال قهرمان کند پیراهن یادگاری ناصر حجازی را پوشید؛

لباسی که ناصر حجازی با آن لقب عقاب را گرفته بود.

رحمتی به مدت سه سال در استقلال ماند و در ۱۳۵ بازی ۶۹ بار دروازه خود را بسته نگه داشت. او برای تمدید قرارداد برای سال چهارم حضورش برای باشگاه استقلال شرط گذاشت. سیدمهدی رحمتی در جلسات حضوری و مکالمات تلفنی مختلف با علی نظری‌جویباری، معاون ورزشی و مسئول نقل و انتقالات وقت باشگاه استقلال سه شرط را درباره حضور مربی مورد علاقه خود و نبودن دو همکار امیر قلعه‌نویی در فصل آینده تعیین کرد که از نظر باشگاه استقلال و قوانین فوتبال حرفه‌ای پذیرش این شروط امکان‌پذیر و قانونی نبود. او با اختلافی که میان او و باشگاه رخ داد از این تیم جدا شد. رحمتی به پیکان ملحق شد که در آن تیم چندان موفق نبود و دوباره به استقلال آمد و بعد از چهار سال و ثبت گلین شیت‌های فراوان به پدیده رفت و از فوتبال خداحافظی کرد.

● شرایط نامتعادل مهاجم پیشین استقلال

سجاد شهیدزاده یکی از بهترین بازیکنان استقلال و آقای گل لیگ ایران در اوایل حضورش در استقلال بود. وی پس از درخشش در سایپا به استقلال آمد و هم‌طور که هواداران انتظار داشتند عملکرد ۶۲ بازی برای آنها ۲۴ گل به ثمر رساند. او پس از استقلال لژیونر شد و به تیم آلبینا اسپور رفت که چندان موفق نبود. شهیدزاده در حالی که فکر می‌کرد برای ادامه روند رو به رشد باید به ایران برگردد، به در بسته خورد و در بازگشتش به استقلال نتوانست برای آنها کاری کند و بار دیگر به قطر رفت و پس از ناکامی فراوان به سپاهان رفت. او با یک عملکرد فوق العاده در سپاهان در ۱۳۱ دیداری که برای سپاهان به میدان رفت ۴۲ بار موفق به گلزنی شد.

دوری سجاد شهیدزاده از استقلال به او ضرر زیادی وارد کرد و پس از آن دیگر در استقلال موفق نبود. او بار دیگر از سپاهان به استقلال رفت اما نتوانست مهاجم شش دانگ فصل اول حضورش در استقلال باشد که یکی از تلخ‌ترین اتفاقات فوتبالی وی بود.

● کاپیتان محبوب استقلال

فرهاد مجیدی، مهاجم پیشین تیم فوتبال استقلال در اولین فصل حضورش در جمع آبی‌ها توانست با این تیم قهرمان لیگ آزادگان شود و در فصل ۷۸-۱۳۷۷ به همراه این تیم نایب قهرمان آسیا شد. یکی از جنجالی‌ترین بازی‌های او دیدار مقابل فجرپاسایی بود که در نیمه دوم تعادلش در محوطه جریمه به هم خورد که جلال مرادی داور آن بازی صحنه را تمارض اعلام کرد و کارت زرد به او نشان داد اما در ادامه به دلیل اعتراض و تحریک هواداران در ورزشگاه حافظیه که باعث شد او را از بازی اخراج کرد و چند جلسه محروم شد. او پس از آن عضو باشگاه رایبد وین اتریش شد و بعد از یک فصل به استقلال بازگشت. مجیدی در ۶ بازی برای استقلال به میدان رفت و با پیشنهادهای الوصل، العین، الاهلی و النصر روبرو شد و به امارات رفت. فرمانی‌های او با استقلال از فصل ۸۷-۸۶ آغاز شد و همان سال توانست قهرمان جام حذفی و در فصل ۸۸-۸۷ فاتح لیگ برتر شود.

مجیدی که در سال ۸۹ مرد سال فوتبال ایران شد برای استقلال ۱۳۸ بار به میدان رفت و ۴۶ گل به ثمر رساند و سپس به العرافه رفت. پس از ۴ ماه به بازگشتش به ایران با پیشنهادهای پرسپولیس، راه آهن، مس کرمان و – روبرو شد اما او مشتاق بود که در استقلال از دنیای فوتبالی خداحافظی کند و ۷ آبان ۱۳۹۲ در بازی مقابل مس کرمان پس از تعویض با نیکبخت واحدی از دنیای فوتبال کنار رفت و فعالیتش را در عرصه مربیگری شروع کرد.

مدیرکل بهزیستی مازندران اعلام کرد:

آمادگی بهزیستی مازندران برای دریافت نذورات ماه محرم



مدیرکل بهزیستی مازندران از

آمادگی بهزیستی برای دریافت نذورات مردمی در ایام محرم و صفر خبر داد.

فریبا بریمانی در گفت و گو با خبرنگاران از آمادگی این نهاد برای جمع آوری نذورات مردمی و توزیع میان خانواده‌های تحت‌پوشش بهزیستی استان در ایام محرم و صفر خبر داد. وی گفت: مردم نوع‌دوست، عزاداران حسینی و خیران نیک اندیش می‌توانند در ایام محرم و صفر نذورات خود را به بهزیستی استان اهدا کنند و در اسرع وقت در اختیار نیازمندان قرار خواهد گرفت.

وی ضمن قدردانی از همدلی و همراهی هم استانی‌های نیکوکار در راستای توسعه خدمت رسانی به مددجویان بهزیستی، افزود: مردم خیر و نیکوکاران استان همواره در مناسبت‌های مذهبی یار و یاور بهزیستی استان بوده و نیازمندان و اقشار تحت حمایت بهزیستی استان را با نذورات خود یاری کردند.

بریمانی اظهارداشت: از شهروندانی که قصد قدم گذاشتن در این راه خیر را دارند، تقاضا دارم که نذورات و کمک‌های خود را به ادارات، مؤسسات و مراکز تحت نظارت بهزیستی در سراسر استان تحویل دهند.

مدیرکل بهزیستی استان با اشاره به شیوه‌های غیرحضوری جذب مشارکت‌های مردمی برای دریافت نذورات، خاطر نشان کرد: شماره حساب ۴۱۵۳۰۳۴۵۴۱۵۴۳۰۶۸: و شماره کارت ۰۱۰۴-۸۶۳۱-۹۵۷۰-۶۳۶۷-۶۳۶۷-۹۵۷۰ بنام مشارکت‌های مردمی بهزیستی مازندران، آماده دریافت نذورات هم استانی‌های عزیز است.



هفته‌نامه فرهنگی-اجتماعی
مدیر مسئول: حسن شیرزاد کبریا
صاحب امتیاز: ناهید شیرزاد
سر دبیر: امیر حسین طاهریان
گیلان-گلستان - مازندران
ساری-بلوار پاسداران-روبه‌روی بیمارستان بوعلی سینا-کوچه شهید رضایی-پلاک ۶۱
تلفکس:۰۱۱۳۳۴۴۰۷۹۷

نخنگان فردا

سال هشتم
شماره ۲۹۸
شنبه ۱۶ تیر ۱۴۰۳
۸ صفحه
۵۰۰۰ تومان
چاپ: چشمه توسعه

گروکشی از بیماران در بیمارستان‌های خصوصی مازندران

مراجعه کرد. او با این ذهنیت که بیمارستان موردنظر طرف قرارداد با شرکت بیمه تکمیلی طرف قراردادش است با خیالی آسوده به این مرکز درمانی مراجعه کرد. وی اظهار کرد:بیدام است که چند روز قبل از بستری در این بیمارستان با نماینده بیمه تکمیلی خود حرف زدم و درباره میزان هزینه بیمارستان و میزان پرداخت مبلغ حرف زدم و آنها اعلام کردند به غیر از هزینه اندک لباس جراحی و غذای بیمار و همراه بیمار مابقی هزینه ها توسط بیمه تکمیلی در زمان پذیرش صفر می شود. وی ادامه داد: با این ذهنیت که قرار نیست رقم زیادی برای بستری در این بیمارستان پرداخت کنم با رقم ۳۰۰ میلیون ریالی در کارت بانکیم به بیمارستان مراجعه کردم اما در هنگام پذیرش موضوع شکل دیگری رقم خورد. به گفته این بانوی مازندرانی در آن روز با وجود کسر مبالغ بیمه پایه تامین اجتماعی و بیمه تکمیلی، پذیرش بیمارستان رقم هزینه درمانی را فراتر از رقم معمول محاسبه کرد و فراتر از پیش بینی ها مبادرت به دریافت وجه کرد. وی گفت: کارکنان پذیرش این بیمارستان در پاسخ به این سوالم که چرا اینقدر هزینه زیادی دریافت کردید؟ گفتند که مابقی وجه در زمان ترخیص به شماره کارت بانکی که می‌دهید برگشت می کنند.

وی افزود: که البته هزینه ۲۰۰ میلیون ریالی جراحی‌با وجود کسر هزینه بیمه تامین اجتماعی و بیمه مکمل به میزان ۲۴۰ میلیون محاسبه شد و مجبور شدم در آن روز با قرض کردن از دوست و آشنا هزینه بستری را پرداخت کنم و البته سه روز بعد از ترخیص مبلغ اضافی دریافت شده به حسام برگشت داده شد.

بیمار دیگری که در نزدیکی باجه پذیرش یکی از بیمارستان های خصوصی با فرد دیگری حرف میرزد نیز به همین مشکل مواجه بود. او اعلام کرد:چند روز قبل مادرش برای انجام جراحی در این بیمارستان بستری شد و بعد از کسر هزینه بیمه های پایه و مکمل باز هم کادر پذیرش این بیمارستان مبلغ میلیونی دریافت کرده اند.

وی ادامه داد: با وجود اینکه جراحی مادرم انجام و مرخص شد بعد از چند روز سبری شدن ترخیص وی اما مابقی وجه به حساب برگشت نکرده و پیگیری برای این امر هنوز به نتیجه نرسیده است.

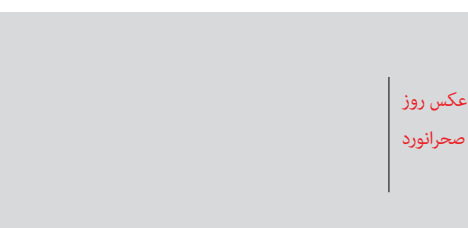
به گفته وی باوجود اینکه تمام هزینه های درمانی توسط بیمه های پایه و تکمیلی و بخشی از سوی خودم پرداخت شده است اما مبالغ مازاد دریافتی بعد از چند روز ترخیص هنوز به حساب برگشته است برای پیگیری این امر مجبورم مسافت چند شهر را طی کنم و به ساری بیایم. در این پیوند معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران در گفت و گو با خبرنگار ایرنا اعلام کرد که نظارت بر روند خدماتدهی و ارائه خدمات به بیماران در بیمارستان های خصوصی به عنوان یکی از زیرمجموعه ها و زیرساخت های درمانی استان بر عهده این معاونت است.

کاظم محمودی ادامه داد: در همین راستا علاوه بر شماره تماس ۱۹۰ که مردم می توانند به صورت مستقیم شکایات و مشکلات خود در بیمارستان های خصوصی را مطرح کنند واحد نظارت معاونت درمانی دانشگاه نیز با مراجعه حضوری به بیمارستان ها فعالیت های آنها را نظارت می کنند.

وی توضیح داد: تخلفاتی از سوی بیمارستان های خصوصی در مازندران از سوی مردم و با نظارت مجموعه علوم پزشکی گزارش شده است که عمده این تخلفات پذیرش نکردن بیماران و دریافت هزینه های بیشتر از قیمت های متعارف است.

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران گفت: موارد تخلف های صورت گرفته از سوی بیمارستان های خصوصی به تعزیرات حکومتی برای اعمال قانون معرفی می شوند.

وی ادامه داد: علاوه بر این راه ها صندوق های مخصوص بیمارستان های خصوصی مازندران تعبیه شده است که به عنوان «صندوق ارتباط مستقیم با دادستان مرکز» از این طریق می توانند شکایات و انتقادات خود را دراین خصوص به مسوولان امر گزارش بدهند.



مراسم عزاداری سنتی شاه‌حسین گویان با حضور عاشقان عزادار ابا عبدالله‌الحسین (ع) در شب اول ماه محرم در هیئت مکتب تشیع تهران برگزار شد. شاه‌حسین گویان نوعی مراسم مذهبی است که در ایام عزا در بیش‌تر نقاط آذربایجان و به‌طور گسترده در تبریز برگزار می‌شود. در زبان ترکی آذربایجانی، مردم به این مراسم «شاخِسی» می‌گویند که کوتاه شده واژه «شاه‌حسین» است.

داستان کوتاه

یک روز وقتی کارمندان به اداره رسیدند، اطلاعیه بزرگی را در تلویوی اعلانات دیدند که روی آن نوشته شده بود: دیروز فردی که مبالغ پیشرفت شما در این اداره بود در گذشت. شما را به شرکت در مراسم تشییع جنازه که ساعت ۱۰ در سالن اجتماعات برگزار می شود دعوت می کنیم. در ابتدا همه از دریافت خبر مرگ یکی از همکارانشان ناراحت می شدند اما پس از مدتی، کنجکاو می شدند که بداند کسی که مبالغ پیشرفت آن ها در اداره می شده که بوده است. این کنجکاو، تقریباً تمام کارمندان را ساعت ۱۰ به سالن اجتماعات کشاند. رفته رفته که جمعیت زیاد می شد هیجان هم بالا می رفت. همه پیش خود فکر می کردند این فرد چه کسی بود که مبالغ پیشرفت ما در اداره بود؟ به هر حال خوب شد که مردا کارمندان در صفی قرار گرفتند و یکی یکی نزدیک تالوت می رفتند و وقتی به درون تالوت نگاه می کردند ناگهان خشکشان می زد و زیانشان بند می آمد. آینه ای درون تالوت قرار داده شده بود و هر کس به درون تالوت نگاه می کرد، تصویر خود را می دید. نوشته ای نیز بدین مضمون در کنار آینه بود: تنها یک نفر وجود دارد که می تواند مبالغ رشد شما شود و او هم کسی نیست جزء خود شما. شما تنها کسی هستید که می توانید زندگیتان را متحول کنید. شما تنها کسی هستید که می توانید بر روی شادی هانصورت و موفقیت هایتان اثر گذار باشید. شما تنها کسی هستید که می توانید به خودتان کمک کنید.

گزارش



پیام قدردانی نماینده ولی فقیه و استاندار مازندران از حماسه

مشارکت مردم

نماینده ولی فقیه در استان و استاندار مازندران از حماسه مشارکت مردم در دور دوم چهاردهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری با انتشار پیامی قدردانی کردند.

چهاردهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری به یاوه سرایی‌ها و لغوگویی‌های بلندگو بدستان استعمار و استکبار جهانی پایان داد و نقش و تصویر سبز و درخشان صف آراییی ملتی سترگ و حماسه ساز را بر دیوارهای تخیل و توهّم دشمنان حک کرد.

ضمن اینجانبان؛
شهروندانی که قصد قدم گذاشتن در این راه خیر را دارند، تقاضا دارم که نذورات و کمک‌های خود را به ادارات، مؤسسات و مراکز تحت نظارت بهزیستی در سراسر استان تحویل دهند.
مدیرکل بهزیستی استان با اشاره به شیوه‌های غیرحضوری جذب مشارکت‌های مردمی برای دریافت نذورات، خاطر نشان کرد: شماره حساب ۴۱۵۳۰۳۴۵۴۱۵۴۳۰۶۸: و شماره کارت ۰۱۰۴-۸۶۳۱-۹۵۷۰-۶۳۶۷-۶۳۶۷-۹۵۷۰ بنام مشارکت‌های مردمی بهزیستی مازندران، آماده دریافت نذورات هم استانی‌های عزیز است.

“

در پیام مشترک آیت الله محمدباقر محمدی لائینی و یوسف نوری آمده است:
ملت ایران اسلامی که همواره پیروز واقعی و سربلند میدان های بزرگ وفاداری به آرمان های امام راحل (رضوان الله تعالی)، انقلاب اسلامی و شهیدان والامقام بوده اند؛ دیگربار، بالبیک به فرمان امین فکر و فرهنگ ایران اسلامی؛ فرمانده کل قوا حضرت امام خامنه ای (مدظله العالی)؛ حماسه حضور و مشارکت خود را در صحنه همیشه زرین تاریخ معاصر به ثبت رساندند و به سنگر نشینان چپبه کفر که سرمست شادخواری بی بهای خود بودند، اثبات کردند که ایرانی مسلمان و انقلابی فارغ از هرگونه تفکر و گرایش سیاسی؛ پیش و بیش از همه، دل در گرو انقلاب و اعتبار و اقتدار نظام مقدس جمهوری دارند و هرگز از راه و آموزه‌های شهیدان بزرگ و عزیز خود دست برنمی دارند.
مشارکت مردم در دور دوم