

۴۱ پروژه ورزشی نیمه کاره در  
مازندران وجود داردتخصیص ۱۲۴ میلیارد تومان اعتبار  
برای کردگوی

## حوزه زیر ساخت مهمترین حوزه توسعه ای در مازندران است



## تخصیص ۱۰۰۰ میلیارد تومان تسهیلات

## برای اشتغال مددجویان مازندران

مدیرکل کمیته امداد مازندران گفت: هزار میلیارد تومان تسهیلات برای اشتغال مددجویان تحت پوشش تخصیص داده شده است.

به گزارش مهر، میثم معافی در چهارمین همایش ملی قرض نیکو با محوریت الگوی مطلوب تجهیز منابع قرض الحسنه که به میزبانی فریدونکنار در مجتمع فرهنگی شهید رجایی برگزار شد، اظهار داشت: شبکه بزرگ من قرض الحسنه امشب در کنار هم جمع شده تا همانند گذشته کار خیر و بزرگ دیگری را رقم بزند.

وی افزود: ما خیرانی در استان مازندران داریم که بدون سو پیشینه گرفتن از زندانیان آن‌ها را حمایت می‌کنند و مشغول فعالیت می‌شوند، اکثر خیران مازندرانی کارآفرین و تولیدکننده هستند و این موضوع وجه مثبتی برای خانواده‌های بی‌بضاعت و مددجویان است.

مدیر کل کمیته امداد امام مازندران ادامه داد: ۳ هزار و ۲۰۰ میلیارد تومان گردش مالی در این استان داریم، تخصیص هزار میلیارد تومان برای وام اشتغال و تخصیص هزار میلیارد تومان برای خانواده‌های بی‌بضاعت پرداخت شده است.

معافی خاطرنشان کرد: صندوق قرض الحسنه مازندران در طی چند ماه اخیر رتبه اول در کشور را کسب کرد و در این همایش کانون حامیان صندوق شکل خواهد گرفت.

وی در پایان یادآور شد: ما باید به فرمان مقام معظم رهبری تولید شبکه داشته باشیم و فقر را به گفته امام علی (ع) باید کشت.

## تحقق یک رویا برای هیرکانی



کهن که امانتی برای ما است سرمایه گذاری می‌کنم.

وی با بیان این مطلب که همه درختانی که توسط مجموعه ما کاشته می‌شود شناسنامه دار هستند، اظهار کرد: پیگیری برای سرنوشت درختان غرس شده از جمله دغدغه‌های جدی ما محسوب می‌شود.

پریدار ادامه داد: تاکنون ۶۰۰ اصله نهال درختان نادر هیرکانی همانند بلوط، افرا، شیردار، انجیلی و درختان دیگر در این مجموعه تکثیر و توزیع شد.

وی با اشاره به این مطلب که تعدادی از این درختان در زمین‌های مجموعه گردشگری و اقامتگاهی «عاروس ویشه» غرس می‌شود، گفت: تعدادی دیگر از این درختان در روستاهای همجوار که اهالی علاقمند به کاشت این درختان هستند در اختیار آنها قرار می‌گیرد.

مدیر طرح گردشگری آمل افزود: زمانی اقامتگاه‌ها و طرح‌های گردشگری زنده خواهند بود که درختان هیرکانی حیات داشته باشند در غیر این صورت همه آنها باید جمع شوند.

هوشنگ پریدار تصریح کرد: اگر همه اقامتگاه‌ها و طرح‌های گردشگری بزرگ مازندران که در جنگلهای هیرکانی فعال هستند بخش اندکی از درآمد خود را برای توسعه و حفظ این میراث کهن سرمایه‌گذاری کنند برای ماندگاری و توسعه هیرکانی بسیار اثر بخش خواهد بود.

یک مجموعه گردشگری بدون این که کسی به وی تکلیف کند خود جوش بخشی از درآمد خود را به عنوان سهم هیرکانی برای حفظ آن سرمایه‌گذاری کرد و این امری بسیار پسندیده است.

روحی این را هم گفت که در شرایط فعلی خواسته همه شهروندان و فعالان محیط زیست آن است که این امر به یک قانون و تکلیف برای همه طرح‌های گردشگری کنسار جنگل تبدیل شود و بخشی از درآمد خود را برای حفظ هیرکانی سرمایه‌گذاری کنند.

وی با اشاره به این مطلب که کمبود زیرساخت‌ها در حوزه منابع طبیعی رنج آور است، ادامه داد: بخشی از درآمدهای طرح‌های گردشگری می‌تواند برای خرید تجهیزات سرمایه‌گذاری شود که در زمان آتش‌سوزی جنگل مورد استفاده قرار گیرد.

## ● عاشق هیرکانی

مدیر مجموعه طرح گردشگری «عاروس ویشه» در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا اظهار کرد: با توجه به این که پدران ما نسل‌ها ساکن جنگل بودند خودمان عاشق این جنگل هستیم و برای حفظ آن از هیچ تلاشی فروگذاری نخواهیم کرد.

امیر هوشنگ پریدار گفت: به خاطر علاقه‌ای که به جنگلهای هیرکانی داشتم بخشی از درآمد خود را هر چند اندک برای حفظ و توسعه این میراث

از بعد قدمت آن نیست، چرا که این جنگل‌ها علاوه بر تامین اکسیژن، در ذخیره مقادیر بسیار زیاد آب، حفاظت از بافت خاک و جلوگیری از جاری شدن سیل نقش بسیار مهمی دارند.

همچنین از بعد توسعه گردشگری و ایجاد درآمد برای ساکنین نواحی شمالی کشور نیز جنگل‌های هیرکانی بسیار موثر بوده‌اند. به طوری که نوار شمالی کشور از محبوب‌ترین سایت‌های گردشگری ایران به شمار می‌رود و ورود گردشگر به این خطه موجب درآمد پایدار از راه گردشگری برای اهالی سرزمین‌های شمالی کشورمان شده است.

## ● بازگشت امید به هیرکانی

یکی از فعالان محیط زیست و جنگلهای هیرکانی در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا اظهار کرد: دغدغه ارزشمند جوان‌آملی برای حفظ جنگلهای هیرکانی بسیار امیدآفرین و شادی‌بخش است و بعد از مدتها انتشار خبرهای ناخوش در این حوزه، امید به هیرکانی برگشت.

محمد زمان روحی گفت: این جوان آملی به این باور رسید که اگر نسل آخرین نظرات کارشناسان قدمت جنگل‌های هیرکانی بیش از ۴۰ میلیون سال برآورد شده و بازمانده دوره سوم زمین‌شناسی هستند. از همین جهت به فسیل‌های زنده شهرت دارند و در حوزه باستان‌شناسی و گیاه‌شناسی یک موزه طبیعی به شمار می‌روند.

در دنیایی که تاکنون هزاران گونه گیاهی و جانوری منقرض شده‌اند، مجموعه‌ای کهن با قدمتی این چنینی نه تنها یادگاری با ارزش از دل تاریخ است، بلکه منبع عظیمی از گونه‌های منحصر به فرد زنده است که باید حفظ شود.

این فعال محیط زیست آملی ادامه داد:



کهن‌برشمردند.

قدمت جنگل‌های هیرکانی به طور دقیق مشخص نیست، اما بر اساس آخرین نظرات کارشناسان قدمت جنگل‌های هیرکانی بیش از ۴۰ میلیون سال برآورد شده و بازمانده دوره سوم زمین‌شناسی هستند. از همین جهت به فسیل‌های زنده شهرت دارند و در حوزه باستان‌شناسی و گیاه‌شناسی یک موزه طبیعی به شمار می‌روند.

در دنیایی که تاکنون هزاران گونه گیاهی و جانوری منقرض شده‌اند، مجموعه‌ای کهن با قدمتی این چنینی نه تنها یادگاری با ارزش از دل تاریخ است، بلکه منبع عظیمی از گونه‌های منحصر به فرد زنده است که باید حفظ شود.

اما اهمیت جنگل‌های هیرکانی تنها



در اقدامی شوق‌آفرین و امیدبخش یک مجموعه گردشگری در آمل در کنار جنگلهای هیرکانی بخشی از درآمد خود را در جهت سرمایه‌گذاری برای حفظ و توسعه گونه‌های نادر درختان هیرکانی در اقامتگاه بوم‌گردی خود اختصاص داده و تا کنون ۶۰۰ اصله نهال از این گونه درختان را در این شهرستان کاشته است.

در ماه‌های اخیر خبرهای نگران‌کننده و شوک‌آوری در خصوص حمله‌های پی‌درپی سوداگران اراضی ملی و چوب درختان هیرکانی در مازندران شنیده شد که حال بسیاری از شهروندان و دوستداران این میراث کهن را ناخوش کرده بود.

شهروندان و فعالان محیط زیست نگران

مدیر کل ورزش و جوانان مازندران:

### ۴۱ پروژه ورزشی نیمه کاره در مازندران وجود دارد



مدیر کل ورزش و جوانان مازندران با اشاره به وجود ۴۱ پروژه ورزشی نیمه کاره در استان گفت: ۹۰ درصد پروژه‌ها در روستاها در دست ساخت است.

علی رجیبی در جلسه‌ی حسابان و مسئولان مالی دستگاه‌های اجرایی مازندران با ابراز خرسندی از میزبانی این نشست گفت: استان مازندران ظرفیت بالایی در ورزش دارد و با حمایت‌های که صورت می‌گیرد، المپیک آینده درخشان‌تر ظاهر خواهد شد.

وی با بیان اینکه ورزش موجب کاهش ناهنجاری‌ها و افزایش نشاط اجتماعی می‌شود، افزود: امروز به کمک، حمایت و نگاه ویژه همه مسئولان استان برای توسعه ورزش خصوصاً در زیرساخت نیازمندیم.

رجیبی در بخش دیگری از صحبت‌هایش گفت: در استان ۴۱ پروژه ورزشی نیمه تمام داریم که در ۲۱ پروژه بیش از ۵۰ درصد پیشرفت کاری وجود دارد و از این تعداد ۹۰ درصد پروژه‌ها در روستاهاست که به یاری خدا و همت مسئولان می‌توانیم بخش اعظمی از پروژه‌ها را بزودی به سرانجام برسانیم.

سرپرست اداره کل امور مالیاتی مازندران:

### اختیار بخشودگی جرائم مالیاتی بامدیران کل



سرپرست اداره کل امور مالیاتی استان مازندران گفت که اختیار بخشودگی جرایم مالیاتی تا روز ۲۵ شهریور به مدیران کل در استان‌ها تفویض شده و این مدیران می‌توانند در این زمینه تصمیم‌گیری کنند.

بهرام سلطانی در گفت‌و گو با خبرنگاران اظهار کرد: رئیس‌کل سازمان امور مالیاتی کشور در راستای تکریم مؤدیان مالیاتی با صدور بخشنامه‌ای اختیار بخشودگی جرائم مالیاتی قابل بخشش را به مدیران کل امور مالیاتی سراسر کشور تفویض کرد.

وی افزود: براساس این بخشنامه، اختیار بخشودگی جرائم قابل بخشش موضوع قانون مالیات‌های مستقیم و قانون مالیات بر ارزش افزوده برای اشخاص حقیقی تا سقف ۱۰ میلیارد ریال و برای اشخاص حقوقی تا سقف ۳۰ میلیارد ریال برای هر سال یا دوره حسب مورد در صورت پرداخت کل بدهی مالیاتی تا تاریخ ۲۵ شهریور سال جاری به مدیران کل امور مالیاتی تفویض شده است.

سرپرست اداره کل امور مالیاتی مازندران در خصوص ملازاد جرائم بر نصاب‌های مذکور گفت: در این خصوص نیز با هماهنگی معاونت درآمد‌های مالیاتی تا صد در صد بخشودگی ملازاد جرائم در مهلت مقرر به مدیران کل امور مالیاتی تفویض شد.

یوسف نوری، مقام عالی دولت در مازندران؛ در این جلسه، گفت: حوزه زیر ساخت مهمترین حوزه در مازندران است که باید به آن توجه ویژه‌ای صورت گیرد.

استاندار مازندران، که به منظور بررسی و پیگیری مصوبات سفر و رفع مشکلات ترافیک، کمبود بنزین، بهداشت و درمان و راه ، در جلسه شورای اداری تنکابن

حضور یافت و با بیان اینکه از ۸ شهریور تا ۱۱ شهریور حدود ۲۱ میلیون مسافر در مازندران تردد کرده است، یادآور شد: زیر ساخت‌های حوزه راه، گردشگری و بهداشت و درمان بویژه بیمارستان ها باید تقویت شود و مورد توجه ویژه قرار گیرد.

استاندار مازندران، که به منظور بررسی و پیگیری مصوبات سفر و رفع مشکلات

ترافیک، کمبود بنزین، بهداشت و درمان و راه ، در جلسه شورای اداری تنکابن حضور یافت و با بیان اینکه از ۸ شهریور تا ۱۱ شهریور حدود ۲۱ میلیون مسافر در مازندران تردد کرده است، یادآور شد: زیر ساخت‌های حوزه راه، گردشگری و بهداشت و درمان بویژه بیمارستان ها باید تقویت شود و مورد توجه ویژه قرار گیرد.

استاندار مازندران به منظور رفع مشکلات ترافیک، روند سرعت بخشی به تامین سوخت جایگاه ها و مسائل مرتبط با بهداشت و درمان در جمع مسئولان شهرستان های تنکابن و عباس‌آباد حضور یافت و گفت: حوزه زیر ساخت مهمترین حوزه توسعه ای در مازندران است.

وی، ساخت آزاد راه چالوس به رامسر

و محور تنکابن به قزوین را بسیار مهم دانست و تصریح کرد: راه اندازی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی غرب مازندران و تکمیل بیمارستان تخصصی امام خمینی (ره) تنکابن از اولویت‌هاست.

استاندار مازندران، تصریح کرد: تعامل خوبی با نمایندگان استان در مسیر توسعه و پیشرفت مازندران داریم.

نوری به ظرفیت های بی بدیل

## استقبال ضعیف از نوغان‌داری پاییزه در مازندران



توسعه نوغان‌داری مازندران امسال فقط ۱۲ جعبه تخم نوغان پاییزه در مازندران توزیع شده است.

حمیده سادات مطهری در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا با بیان این‌که دولت هر سال در حمایت از کشاورزان یارانه قابل توجهی پرداخت می‌کند، اظهار کرد: با وجود این‌که محدودیتی در توزیع جعبه‌های تخم نوغان نداریم، اما طبق بررسی‌های کارشناسان مراکز جهاد کشاورزی متقاضی برای دریافت پرورش پاییزه کرم ابریشم وجود ندارد.

وی افزود: امسال فقط ۱۰ جعبه تخم نوغان پاییزه در سوادکوه شمالی و ۲ جعبه در نور توزیع شد. در حالی که ۹۰ درصد پرورش کرم ابریشم مازندران در بابل انجام

می‌شود، اما امسال حتی یک متقاضی برای دریافت یک جعبه تخم نوغان در این شهرستان هم نداشتیم.

به گفته رئیس اداره توسعه نوغان‌داری مازندران تقاضای دریافت جعبه تخم نوغان بهاره نیز امسال در مازندران روندی کاهشی داشت. مطهری تصریح کرد: امسال در پرورش کرم ابریشم بهاره نیز روندی کاهشی داشتیم و ۲۲۷ جعبه کمتر از سال گذشته تخم نوغان در استان توزیع شد.

تعداد جعبه‌های تخم نوغان بهاره امسال سه هزار و ۲۷۸ جعبه بود که از این میزان ۱۱۸ تن پیله تر به دست آمد، اما پارسال سه هزار و ۵۰۵ جعبه تخم نوغان بهاره در مازندران توزیع شده بود.

مطهری مهم‌ترین دلیل بی‌ رغبتی و بی‌انگیزگی نوغان‌داران به توسعه این صنعت را کمبود برگ درخت توت، تغییر کاربری زمین‌های نوغان‌داری به مجموعه‌های گردشگری و بالا رفتن سن نوغان‌داران عنوان کرد.

این مسئول تصریح کرد: جوانان امروز به دنبال فعالیت بدنی کمتر با درآمد بیشتر هستند و با بی‌توجهی فرزندان نوغان‌داران، این صنعت در مازندران رو به فراموشی خواهد رفت.

رئیس اداره توسعه نوغان‌داری مازندران درباره قیمت خرید پیله تر از نوغان‌داران

در سال جاری گفت: قیمت پیله تر در هر کیلوگرم از ۲ هزار و ۲۰۰ تا ۲ هزار و ۵۰۰ ریال در سال گذشته به چهار هزار و ۲۰۰ ریال در سال جاری افزایش یافته است. اما این افزایش قیمت هم منجر به افزایش استقبال برای توسعه این صنعت نشد.

سوادکوه شمالی پیش‌تاز در پرورش پاییزه کرم ابریشم در مازندران

با توجه به این‌که امسال نوغان‌داران بابل هیچ استقبال و اقدامی برای پرورش پاییزه کرم ابریشم نداشتند، نوغان داران سوادکوه شمالی با دریافت ۱۰ جعبه تخم نوغان پیش‌تاز پرورش پاییزه کرم ابریشم در مازندران شدند. بنا به اظهارات مدیر جهاد کشاورزی شهرستان سوادکوه شمالی، هر ۱۰ جعبه تخم نوغان پاییزه توزیع شده در این شهرستان را نوغان‌دارانی از دهستان لغور تحویل گرفته‌اند.

علی نوری‌نژاد گفت: جهاد کشاورزی این شهرستان با توزیع نهال توت، بسترهای طبقاتی برای پرورش و برگ‌زاری کلاس‌های آموزشی ترویجی و نظارت در مراحل مختلف پرورش، برای احیا و توسعه نوغان‌داری و افزایش عملکرد پیله با مشارکت نوغان‌داران تلاش می‌کند.

وی پیش‌بینی کرد که امسال از این ۱۰ جعبه تخم نوغان بین ۳۵۰ تا ۴۰۰

## ۱۴۶ هزار متر مربع پروانه ساختمانی در محدوده بافت فرسوده ساری صادر شد

عوارض صدور پروانه اعمال شده است. معاون شهرسازی و معماری شهرداری ساری با بیان این‌که اجرای طرح‌های تشویقی برای نوسازی مسکن در بافت‌های فرسوده مشارکت شهروندان در بازآفرینی شهری را افزایش می‌دهد، خاطرنشان کرد: شهرداری در این زمینه از تمام توان خود استفاده کرده تا زمان صدور پروانه را به حداقل برساند. حتی در این میان قسمتی از مسیر را متقاضیان به‌صورت غیرحضور

سیاست‌ها و ضوابط تشویقی کالبدی از برنامه‌های اولویت‌دار نوسازی محله‌ای در بافت‌های فرسوده و ناکارآمد شهری برای مردمی‌سازی و نوسازی مسکن است، اظهار کرد: مزایا و تسهیلات خوبی از سوی شهرداری ساری برای متقاضیان بازآفرینی و نوسازی مسکن در بافت‌های فرسوده در نظر گرفته شد که در همین راستا نیز برای صدور این ۴۴۰ پروانه ساختمانی بالغ بر ۲۲۰ میلیارد ریال تخفیف در هزینه

معاون شهرسازی و معماری شهرداری ساری گفت: در ۶ سال اخیر -۱۳۹۶ تا پایان ۱۴۰۲- با به‌کارگیری طرح‌های تشویقی برای شهروندان ساکن بافت‌های ناکارآمد مرکز استان، ۴۴۰ پروانه ساخت با مساحت مجموع ۱۴۵ هزار و ۸۸۷ مترمربع در محدوده بافت فرسوده مناطق چهارگانه ساری صادر شد.

به گزارش مدیریت ارتباطات شهرداری ساری، جابر ملکی با بیان این‌که اجرای



فرمانده نیروی زمینی سپاه:

## امضای توافق امنیتی با دولت عراق بزرگترین پیروزی ایران بود



فرمانده نیروی زمینی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی گفت: امضای توافق امنیتی با دولت عراق بزرگترین پیروزی ایران بود.

به گزارش خبرنگار مهر، سردار محمد پاکپور در آئین تکریم و معارفه فرمانده جدید تیپ نیروی مخصوص میرزا کوچک خان با اشاره به تحولات اخیر در میدان‌های نبرد، به ویژه در اوکراین و منطقه قره باغ اظهار کرد: مدل جنگ نظیر نوع، تاکتیک، شکل و راهبردهای جنگ مشاهده می‌کن لذا ما باید خود را با این تغییرات وفق دهیم در دهه ۹۰، ما بیشتر بر روی عناصر تروریستی و ضد انقلاب تمرکز داشتیم، اما اکنون با پدیده‌های جدیدی روبرو هستیم که نیازمند آمادگی خاص است.

وی با اشاره به اتفاقات رخ داده طی ۲ سال اخیر در جنوب کشور ادامه داد: تاکتیک‌ها و ابزارهای جنگی که در گذشته استفاده می‌شدند، دیگر پاسخگوی نیازهای امروز نیستند ما باید به سمت استفاده از تجهیزات جدید مانند ریز پرنده‌ها و سیستم شناسایی‌های پیشرفته برویم.

سردار پاکپور با تأکید بر اهمیت آمادگی بالای نیروها تصریح کرد: اگر دشمن ببیند که ما در آمادگی کامل هستیم، قطعاً در نیت‌های خود تجدید نظر خواهد کرد اما اگر غیر از این باشد به طمع می‌آید و ممکن است دست به اقداماتی بزند.

وی همچنین از تلاش‌های مستمر نیروهای تیپ میرزا کوچک خان تقدیر کرد و گفت: نیروهای نیروی زمینی سپاه در تمامی مأموریت‌ها و عملیات‌ها حضوری فعال داشته و در میدان موفق عمل کرده‌اند و ما باید از تجربیات گذشته بهره‌برداری کنیم تا در آینده نیز با قدرت بیشتری عمل کنیم.

فرمانده نیروی زمینی سپاه با اشاره به اینکه در شمال غرب کشور در سال ۹۰ طی اتفاقاتی بخش وسیعی از منطقه شمال غرب کشور حضور ضد انقلاب ثابت و بخشی از خاک ایران در اشغال تروریست‌ها بود، گفت: از سال ۹۰ همه مناطق اشغالی را آزاد کردیم و مقرها و پایگاه‌های عناصر تروریستی در شمال عراق را مورد هدف قرار دادیم و عملیات‌های ۱۴۰۱ به شکلی انجام شد که همه تسلیم شدند.

وی ضمن قدردانی از فرمانده قدیم و آرزوی موفقیت برای فرمانده جدید تیپ میرزا کوچک خان تصریح کرد: تقویت روحیه جهاد و ایثار در خود سبب می‌شود تا به بهترین شکل ممکن از میهن عزیزمان دفاع کنیم.

گفتنی است، در این آئین از زحمات سرتیپ دوم پاسدار سبحان تاور تجلیل و سرهنگ پاسدار سید هادی موسوی به عنوان فرمانده جدید تیپ میرزا کوچک خان معارفه شد.

معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار گلستان:

## اختصاص ۱۱۸ میلیارد تومان اعتبار برای سایت پسماند آق قلا

● معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار گلستان از اختصاص ۱۱۸ میلیارد تومان اعتبار برای سایت پسماند آق قلا در دولت سیزدهم خبر داد. سید مهدی مهبیایی اظهار کرد: برای سایت پسماند آق قلا بالغ بر ۱۱۸ میلیارد تومان اعتبار اختصاص داده شد.

وی افزود: طی سه سال گذشته توانستیم جهت تقویت ناوگان حمل و نقل در استان ماشین آلاتی چون چهار دستگاه سیم تریلر به ارزش ۹ میلیارد تومان خریداری کنیم. معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار گلستان از خرید چهار دستگاه کشنده به ارزش ۲۴ میلیارد تومان و سه دستگاه نیسان وانت به ارزش یک میلیارد و ۸۰۰ میلیون تومان خبر داد و گفت: سایت پسماند آق قلا قبل از دولت سیزدهم تنها از یک دستگاه خط پردازش برخوردار بود که در دولت سیزدهم دو دستگاه خط پردازش به آن اضافه شد.

وی یادآور شد: یک دستگاه پردازش به مبلغ ۴۰ میلیارد تومان در بهمن ماه سال ۱۴۰۲ راهاندازی شد و کار سفارش ساخت دستگاه بعدی انجام و طی ماه‌های آینده نصب خواهد شد.

مهبیایی اظهار کرد: در این مدت چهار سازه بتنی جهت جمع‌آوری و بارگیری با اعتباری بالغ بر چهار و نیم میلیارد تومان احداث شد.

استاندار گلستان مطرح کرد:

## تخصیص ۱۲۴ میلیارد تومان اعتبار برای کردکوی

● استاندار گلستان از تخصیص ۱۲۴ میلیارد تومان اعتبار از محل تملک دارایی این استان برای شهرستان کردکوی خبر داد.

به گزارش خبرنگار مهر، علی محمد زنگانه در آئین افتتاح پروژه‌های عمرانی و اقتصادی شهرستان کردکوی اظهار کرد: از دهه فجر ۱۴۰۰ تا هفته دولت امسال مجموع افتتاحیه‌ها و آغاز عملیات اجرایی پروژه‌ها در شهرستان به بیش از سه هزار و ۸۰۰ میلیارد تومان رسیده است.

وی با اشاره به اینکه در این شهرستان همچون دیگر شهرستان‌ها شورای اداری مشترک استان و شهرستان را برگزار و نظام مسائل استان احصا شد، افزود: تا کنون برای این شهرستان ۶۶ مصوبه تصویب شد که ۵۰ درصد مصوبات اجرایی شده و باقی مصوبات در مسیر اجرا است. استاندار گلستان گفت: اجرای کامل این مصوبات رضایتمندی مردم را به دنبال خواهد داشت که از مدیران و نماینده مردم تقاضای مطالبه‌گری آن را داریم.

وی یادآور شد: از محل اعتبارات تملک دارایی استان در حوزه‌های مختلف ۱۲۴ میلیارد تومان به شهرستان کردکوی تخصیص یافته و صرف پروژه‌ها شده است و درصد قابل توجهی از این پروژه‌ها تکمیل شد.

# پوستین‌دوزی، هنر فراموش‌شده تر کمن‌های گلستان

شاهکوه، زیارت، سرکلاته و قزاق، سوزن دوزی شاهکوه، قزاق دوزی، حصیرباف نی بافی، زیورآلات ترکمن، ابریشم‌بافی، سفالگری، ابریشم بافی ترکمن (قیناچ)، نواربافی آلچیق، نمدمالی سیاه رودبار، لاک‌تراشی، سفال، نواربافی آلچیق و جاجیم پنبه‌ای زیارت تاکنون احیا شده است.

همچنین گلستان ۲ شهر ملی صنایع دستی شامل گنبدکاووس (فرش ترکمن) و علی آباد کتول (نواربافی کتول)، چهار روستای ملی صنایع دستی شامل زیارت (جاجیم بافی)، شاهکوه (سوزن دوزی شاهکوه)، سیاه رودبار (صنایع دستی) و تنگلی (سوزن دوزی ترکمن) و پنج مفاخر ثبت شده شامل غلام آق (زیورآلات ترکمن)، غفت مرادی‌زاده (ابریشم‌بافی)، غلامحسین محمودی (زین‌سازی)، محسن سادات مزنگی (حصیربافی) و ایم‌باچی دهقان (سوزن دوزی شاهکوه) دارد.

پیگیری احیای رشته‌های بومی صنایع دستی از جمله برنامه‌های محوری میراث فرهنگی گلستان است و طبق پیگیری‌های انجام شده امسال احیای رشته پوستین دوزی ترکمن در دستور کار قرار گرفت. کارشناسان صنایع دستی گلستان فعالیت خود برای شناسایی هنرمندان این رشته در مناطق ترکمن نشین از جمله روستاهای گنبدکاووس آغاز کردند و ارائه حمایت لازم برای توسعه کار این هنرمندان نوید بخش معرفی بهتر این هنر برای نسل امروز خواهد بود.

پوستین، جامه مورد استفاده چوپانان و صحرانشینان بود و در سال‌های گذشته میان دامداران قوم ترکمن ساکن گلستان رواج فراوانی داشت اما این روزها کمتر چوپانی از آن استفاده می‌کند و همه ترجیح می‌دهند از لباس آماده بازاری استفاده کنند.

به تبع کاهش شدید استفاده از اوچمک، حرفه پوستین دوزی ترکمن‌ها هم به انزوا رفت و هنرمندان این رشته هم تمایلی به ادامه فعالیت نداشته و به مشاغل دیگر روی آورده‌اند.

برخی صنایع دستی گلستان همچون پوستین دوزی با توسعه ناهمگون زندگی شهری آرام آرام رو به فراموشی کامل نهاد و این روزها از بسیاری آن هنرها و زیبایی‌ها به جز نامی و نشانی محو و اندک چیز دیگری باقی نمانده است.

گلستان به واسطه زندگی چند صد ساله اقوام، یکی از استان‌های با تنوع صنایع دستی محسوب می‌شود که نمونه این آثار می‌توان به فرش دستباف، نمذ، زیورآلات و سوزن دوزی ترکمن، جاجیم بافی روستای زیارت گرگان، ابریشم بافی قزلباش‌های رامیان و مینودشت، سوزن‌دوزی شاهکوه و قوم بلوچ و دوخت‌های سنتی پوشاک اشاره کرد که هر کدام نام و آوازه مخصوصی بین خریداران داخلی و خارجی دارد.

طبق اعلام کارشناسان، از مجموع ۸۴ رشته صنایع دستی موجود در گلستان ۳۴ رشته بومی است که ۲۰ رشته آن شامل کوب بافی، گلیم متکازین، بوریا، لباس محلی



ارزش تر مانند ببر و پلنگ را بر روی دوش خود می‌انداختند.

معاون اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گلستانی یادآور شد: صنعت پوستین دوزی نسل به نسل از نیاکان ما به مردان و زنان امروزی رسیده است و در مناطق ترکمن صحرا نشانه‌هایی از بازمانده‌ها و تولید این دسته از محصولات را می‌توان مشاهده کرد.

### ■ مراحل کار پوستین دوزی

پوست پس از جداسازی صحیح از حیوان به مدت ۲ شبانه روز در آب خیسانده می‌شود و بعد از این مرحله آن را شستشو می‌دهند تا چربی‌های اضافه بر روی پوست کاملاً از بین برود بعد با استفاده از آرد جو و نمک پشت پوست را می‌پوشانند و آنرا جمع می‌کنند.

وی با اشاره به فعالیت ۲۸ هزار و ۷۱۷ هنرمند در رشته‌های مختلف صنایع دستی گلستان، بیان کرد: ۹۵ درصد فعالیت در حوزه تولیدات صنایع دستی استان بر عهده بانوان است که ۷۰ درصد آنان در روستاها سکونت دارند.

بیش از ۴۲ هزار فقره مجوز تاکنون برای هنرمند صنایع دستی گلستان در ۸۴ رشته بومی و غیربومی از جمله فرش دستباف، ابریشم‌بافی، نمدمالی، البسه محلی اقوام، زیورآلات ترکمنی، حصیر بافی، سوزندوزی ترکمن و جاجیم‌بافی صادر شده است.

ارزش تر مانند ببر و پلنگ را بر روی دوش خود می‌انداختند.

معاون اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گلستانی یادآور شد: صنعت پوستین دوزی نسل به نسل از نیاکان ما به مردان و زنان امروزی رسیده است و در مناطق ترکمن صحرا نشانه‌هایی از بازمانده‌ها و تولید این دسته از محصولات را می‌توان مشاهده کرد.

### ■ تهیه مقدمات باز زنده‌سازی پوستین‌دوزی ترکمن

معاون صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گلستان به خبرنگار ایرنا گفت: هر ساله مجوز احیای ۱۰ رشته صنایع دستی به استان‌ها داده می‌شود که گلستان برای چهارمین سال متوالی مجوز احیای رشته‌های صنایع دستی را دریافت کرده است.

مریم حاجی‌ابراهیمی با تأکید بر احیای هنر دست زنان و مردان این سرزمین با هدف شناخت بیشتر نسل امروز نسبت به فرهنگ و تمدن کهن خود، اظهار کرد: با پیگیری کارشناسان میراث و شناسایی هنرمندان پیشکسوت، ۲۰ رشته صنایع دستی بومی استان احیا شد و به صورت دوره‌ای در حال آموزش به علاقمندان است و احیای رشته «پوستین دوزی ترکمن» هم از ابتدای امسال در برنامه قرار گرفت.

وی بیان کرد: پوستین یکی از قدیمی‌ترین اشکال لباس است که تمام یا قسمت عمده‌ای از آن به طور مستقیم از پوست حیوانات پشم‌دار ساخته شده باشد.

وی افزود: پوستین دوزی یکی از هنرهای قدیمی است و نشانه استفاده از پوست در نقاشی‌های روی دیوار نگاره‌های قدیمی یافت می‌شود به طوری که طبقات مختلف جامعه آن زمان با توجه به رتبه و درجه بندی اجتماعی خود از پوست استفاده می‌کردند و افراد متمول پوست حیوانات با

## رفع تصرف از بیش از ۶۰۰ هکتار عرصه ملی در گلستان

از این عرصه‌ها، اراضی جنگلی، بیش از ۴۹۸ هکتار مرتع و بیش از ۲۳ هکتار هم ساحل بوده است. آسیایی ادامه داد: برای دقت و تسریع در رسیدگی به پرونده‌های مربوط به اراضی ملی، دادگاه‌های ویژه‌ای در حوزه‌های



رئیس کل دادگستری گلستان از رفع تصرف از بیش از ششصد هکتار عرصه ملی در این استان از پارسال تا کنون خبر داد.

حیدر آسیایی در گفت‌وگو با خبرنگاران اظهار کرد: بیش از ۸۰ هکتار

**مطالبات سازمان تأمین اجتماعی**  
**از دارو و خانه‌ها بیش از رقم**  
**بدهی‌اشی است**



معاون درمان سازمان تأمین‌اجتماعی کل مطالبات رسیدگی شده داروخانه‌های طرف قرارداد این سازمان که مربوط به ماه‌های خرداد و تیر سال جاری است را مجموعاً ۵.۹ هزار میلیارد تومان اعلام کرد و گفت: از این رقم، سهم سازمان تنها ۲.۴ هزار میلیارد تومان بوده و ۳.۵ هزار میلیارد تومان نیز مربوط به سهم ارز ترجیحی و در تعهد سازمان برنامه و بودجه است. مطالبات بررسید شده شرکت‌های تولید و پخش داروی سازمان تأمین‌اجتماعی از مراکز دارویی دولتی (وابسته به دانشگاه‌های علوم پزشکی) تا امروز بالغ بر ۸ هزار میلیارد تومان و به مراتب بیش از رقم بدهی این سازمان به داروخانه‌ها است.

به گزارش ایسنا، دکتر مهدی اسلامی افزود: سازمان تأمین‌اجتماعی به‌عنوان اولین و بزرگ‌ترین خریدار خدمات سلامت در کشور، برای تأمین و ارائه خدمات درمانی، دارویی و پاراکلینیکی به بالغ بر ۴۷ میلیون نفر از جمعیت کشور، علاوه بر مراکز درمانی ملکی خود؛ از همکاری ارائه‌دهندگان این خدمات در بخش‌های خصوصی، دولتی و دانشگاهی بهره‌مند است و خدمات و همراهی ارزشمند ارائه‌دهندگان خدمات در تأمین و ارائه خدمات به بیمه‌شدگان و مستحرمی‌گیران این سازمان را راج می‌نهد.

اسلامی با تأکید بر این‌که داروسازان و داروخانه‌داران بخش خصوصی، شریک دیرینه سازمان تأمین‌اجتماعی در ارائه خدمات به بیمه‌شدگان این سازمان هستند، در پاسخ به اظهارات اخیر رئیس انجمن داروسازان ایران درباره انباشت بدهی سازمان تأمین‌اجتماعی به داروخانه‌ها گفت: مبلغ پرداختی سازمان تأمین‌اجتماعی به مراکز طرف قرارداد در سال ۱۴۰۲ با احتساب سهم ارزی مورد تعهد سازمان هدفمندی یارانه‌ها، در مجموع بیش از ۷۰ هزار میلیارد تومان بوده است که بالغ بر ۳۰ هزار میلیارد تومان از این مبلغ، سهم پرداختی به داروخانه‌ها بوده است.

وی ادامه داد: علاوه بر این؛ از ۳۰ هزار میلیارد تومان پرداختی به داروخانه‌ها ۱۳ هزار میلیارد تومان سهم سازمان تأمین‌اجتماعی و مابقی بابت تعهدات ارزی سازمان برنامه و بودجه بوده است که مبالغ سهم ارزی دولت از سوی سازمان تأمین‌اجتماعی و براساس اسناد دریافتی محاسبه و به سازمان هدفمندی یارانه‌ها اعلام می‌شود تا حسب مقررات و در قالب آخرین تصمیمات در زمینه نحوه اجرای طرح داروپار، از سوی سازمان هدفمندی یارانه‌ها به حساب داروخانه‌ها واریز شود.

معاون درمان سازمان تأمین‌اجتماعی با تأکید بر این‌که برخلاف برخی ادعاهای نادرست، ارقام سهم این سازمان در مورد داروخانه‌های طرف قرارداد مربوط به سال ۱۴۰۲ به شکل کامل پرداخت شده است، افزود: همچنین در روزهای اخیر و بابت مطالبات فروردین ماه داروخانه‌ها ۹۰۰ میلیارد تومان و بابت مطالبات داروخانه‌های سرپایی دانشگاهی و غیردانشگاهی مربوط به اسناد اردیبهشت ماه نیز ۱۳۰۰ میلیارد تومان به حساب داروخانه‌های طرف قرارداد این سازمان واریز شده است و با توجه به پرداخت‌های صورت‌گرفته، مطالبات داروخانه‌های طرف قرارداد سازمان تا پایان فروردین ۱۴۰۳ اعم از سهم سازمان و ارز دارو و نیز سهم سازمان از مطالبات اردیبهشت داروخانه‌های سرپایی پرداخت شده است و این سازمان در تلاش است الباقی مطالبات را نیز در اسرع وقت پرداخت کند.

# جوانی جمعیت؛ آشتی

## جوانان با ازدواج

## به‌هنگام

ازدواج بر سلامت جسمی و روانی، نشاط و کارایی فرد تأثیر چشمگیری دارد اما این روزها تمایل به ازدواج و فرزندآوری حتی بین جوانانی که شرایط اقتصادی خوبی هم دارند کمتر شده است.

یکی از موانع ازدواج به‌هنگام، به وجود آمدن حس عدم تمایل به ازدواج است که فرد نمی‌خواهد تشکیل زندگی مشترک دهد، روندی که قطعاً پیامدهای جسمی و روحی برای او خواهد داشت. برای او خواهد داشت. از طرف دیگر بسیاری از جوانانی که ازدواج می‌کنند به ویژه قشر تحصیل کرده و مرفه تمایلی به فرزندآوری ندارند یا به سمت تک فرزندی می‌روند که این مساله نیز آسیب‌های زیادی به خانواده و فرزندشان وارد می‌کند. چند سالی است که زنگ خطر کاهش جمعیت به صدا درآمده و باتوجه به تحقیقات صورت گرفته اگر رشد جمعیت به همین روال ادامه یابد، تا سال ۱۴۳۰ می‌تواند ترکیب سنی جمعیت را تغییر دهد و کشور را به سمت سالخوردگی یا «پیری جمعیت» ببرد. موضوعی که بدترین پیامد آن، دور شدن کشور از رشد و توسعه اقتصادی خواهد بود.

ساده گرفتن مراسمات ازدواج؛ گامی در جهت زندگی سالم فاطمه ۲۳ ساله که به تازگی زندگی مشترک را آغاز کرده است، می‌گوید: به نظر من تجمعات زندگی را دشوارتر می‌کند، من و همسرم مقدمات نامزدی تا عروسی را ساده گرفتیم، یعنی هر دو برای این مراسمات سادگی را ملاک قرار دادیم.

حتی قرار بود مراسم عروسی برگزار نکنیم و با یک سفر مشهد زندگی مشترک را آغاز کنیم که به اصرار خانواده‌ها مراسمی بسیار ساده همچون ولیمه دادن با کمترین هزینه برپا شد. به نظرم اگر جوانان بخواهند برای تشکیل زندگی و سپس بچه‌دار شدن سخت بگیرند زندگی دشوار می‌شود، البته توافق بین زن و شوهر و اینکه چه برنامه‌ای برای آینده داشته باشند بسیار مهم است.

۲۵ ساله که صاحب سه فرزند است، می‌گوید: من و همسرم در خانوادای پرجمعیت بزرگ شدیم، از زمان خواستگاری نیز اعتقادمان بر تعداد زیاد فرزند بود، اکنون خوشحالم که فرزندانم حداقل در آینده تنها نیستند، زیرا بسیاری از اطرافیان تنها دارای یک فرزند هستند که این خود می‌تواند معطل بزرگی برای کودک باشد.

به نظر من تک فرزندی مشکلاتی را برای خانواده و فرزند به دنبال دارد، شاید بحث اقتصادی در این میان مطرح باشد اما تنها نباید به یک جنبه آن نگاه شود و باید خانواده‌ها دید خود را تغییر دهند، زیرا جمعیت به سمت و سوی سالمندی پیش می‌رود.

اکرم ۲۷ ساله که دارای دو فرزند است، می‌گوید: از ابتدای زندگی تصمیم داشتیم که تنها یک فرزند داشته باشیم، اما وقتی تنها بدون فرزندنامان را می‌دیدیم بیشتر راغب به آمدن بچه دیگری در زندگی می‌کردیم، همیشه دخترم می‌گفت چرا من باید تنها بازی کنم، از اینکه در جمع فامیل قرار می‌گرفت و خواهر و برادرهای فامیل با هم بودند ناراحت می‌شد.

شاید در درجه اول تربیت صحیح یک فرزند مهم باشد اما احساس تنها بودن آن‌ها والدین را آزار می‌دهد. به نظر من اجحاف بزرگ در حق فرزندان این است که آن‌ها تنها بزرگ شوند و زمانی آرزوی خاله و عمه شدن یا دایی و عمو شدند را داشته باشند، باید ازدواج و فرزنددار شدن در سن خود اتفاق بیفتند، اگر ازدواج دیرهنگام انجام شود قطعاً فرزندآوری به تأخیر می‌افتد و این می‌تواند مشکلاتی را برای خانواده و جامعه به همراه داشته باشد.

به نظر من طعم شیرین مادر شدن آرزوی هر دختر جوانی است که باید با انتخاب آگاهانه اتفاق بیفتد، البته آنچه موردنظر جامعه است آگاهی و تغییر باور افراد به ازدواج از طریق رسانه‌ها و فضای مجازی است، در حقیقت ازدواج سالم و به دور از تجمعات موجب زندگی آرامش‌بخش در سایه فرزندان صالح می‌شود.

علی‌ضامن صالحی‌فرد، معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و رئیس مرکز بهداشت چهارمحال و بختیاری بیان کرد: با توجه به لزوم اجرایی‌سازی ماده‌های ۲۸ و ۳۵ قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت که کلیه دستگاه‌ها موظف به انجام آن هستند در قرارگاه جوانی جمعیت دانشگاه علوم پزشکی کمیته‌ای به عنوان کمیته تخصصی رسانه در نظر گرفته شده است که در راستای آگاهی‌بخشی نسبت به وجوه مثبت و ارزشمند ازدواج به‌هنگام و آسان، تعدد فرزندان در خانواده و تقویت و حمایت از نقش‌های مادری و همسری، صیانت از تحکیم خانواده و مقابله با محتوای مغایر



سیاست‌های کلی جمعیت و عوارض جانبی استفاده از روش‌های مختلف پیشگیری از بارداری و نیز عوارض خطرناک پزشکی، روانشناختی و فرهنگی و اجتماعی سقط جنین، اقدامات لازم از قبیل تهیه و تولید رسانه‌های آموزشی، تصویری و صوتی، فضا سازی محیط‌های کاری دانشگاه، برگزاری جشنواره‌های علمی، فرهنگی و هنری و جشنواره‌های بومی و محلی، برگزاری نمایشگاه‌های عکس را انجام می‌دهد.

به گفته وی، همچنین ضمن حذف محتوای آموزشی مخالف فرزندآوری، اقدامات و فعالیت‌های آموزشی، پژوهشی و فرهنگی ویژه دانشجویان و نیروی انسانی آموزشی و اداری را مبتنی بر دستورالعمل‌های ارسالی از وزارت متبوع تنظیم کرده است.

صالحی‌فرد در مورد وضعیت باروری در چهارمحال و بختیاری، تصریح کرد: در شهرستان‌های لردگان، فلارد و خانمیرزا این مساله مطلوب است و در شهرستان‌های شهرکرد، فرخشهر، سامان و کیار وضعیت بحرانی است.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و رئیس مرکز بهداشت چهارمحال و بختیاری با تأکید بر اینکه نرخ باروری در استان ۱.۷۴ بوده که در مقایسه با نرخ استاندارد آن که ۲.۱ گزارش شده، کمتر است، خاطرنشان کرد: آمارها نشان می‌دهد که چالش‌ها کجاست و مقابله با بی‌ازدواجی و طلاق، مقابله با بی‌فرزند، تک‌فرزندی، مقابله با سقط عمدی جنین، ناباروری و دلایل و راهکارها و ترویج زایمان طبیعی مسائلی است که باید دنبال شوند.

مردم از راهبردهای اصلی بنیاد علوی و بنیاد مستضعفان است، خاطرنشان کرد: موسسه توانمندسازی اقتصادی علوی، در سراسر کشور دارای یک شبکه ۵۰۰ نفره از بدنه مردم است که کلیه فعالیت‌های اجرایی این موسسه توسط این افراد به عنوان مجریان و تسهیلگران جهادی و مردمی انجام می‌شود.

او یکی از راهبردهای موسسه توانمندسازی اقتصادی علوی را استفاده از فناوری‌های نوین دانست و بیان کرد: تمام فعالیت‌های شبکه اجرایی موسسه، بنیاد علوی و بنیاد مستضعفان در زمینه محرومیت زدایی بر بستر فضای مجازی و سامانه‌های برخط انجام می‌شود.

پناهی گفت: برنامه اصلی موسسه توانمندسازی اقتصادی علوی، بنیاد علوی و بنیاد مستضعفان در سال ۱۴۰۳ استقرار، توسعه و پایدار سازی بیش از ۱۰۰ هزار اشتغال خرد و خانگی، کارگاهی و بنگاهی کوچک مقیاس در بیش از ۳۵۰ شهرستان و حدود ۲۵۰۰ روستا و مناطق حاشیه شهر است.

مدیرعامل موسسه توانمندسازی اقتصادی علوی، در پاسخ به این سوال مبنی بر اینکه افراد واجد شرایط چگونه می‌توانند برای دریافت حمایت‌های توسعه محور از خدمات شما استفاده کنند، گفت: یکی از گام‌های ۱۶ گانه

مدیرعامل موسسه توانمندسازی اقتصادی علوی با بیان اینکه این موسسه در سال ۱۴۰۳ در توسعه و ایجاد اشتغال با هدف محرومیت زدایی ۲۹ همت مشارکت خواهد داشت، گفت:

موسسه توانمندسازی اقتصادی به عنوان بازوی توسعه اشتغال بنیاد مستضعفان با اجرای طرح حیات تنها در سال ۱۴۰۳ در بیش از ۳۵۰ شهرستان و ۲۵۰۰ روستا و منطقه کم برخوردار بیش از ۱۰۰ هزار شغل پایدار ایجاد و توسعه خواهد داد.

به گزارش ایسنا، مسعود پناهی در رابطه با عملکرد موسسه توانمندسازی اقتصادی علوی در زمینه محرومیت زدایی از طریق ایجاد شغل در مناطق روستایی گفت: بنیاد علوی به عنوان بازوی محرومیت زدایی در مناطق روستایی و بنیاد علوی به عنوان بازوی محرومیت زدایی در مناطق روستایی و بنیاد علوی به عنوان بازوی محرومیت زدایی بنیاد مستضعفان در مناطق محروم دارای سه مسئولیت مهم ، رشد و پیشرفت اقتصادی، ارتقا عدالت آموزشی و توسعه و ارتقاء سلامت در مناطق روستایی و کمتر برخوردار هدف است.

وی با بیان اینکه بیش از ۴۰ هزار روستا در بیش از ۴۸۰ شهرستان در کشور وجود دارد، خاطرنشان کرد: در برنامه‌های تدوین شده بنیاد علوی، راهبردهایی در زمینه توسعه و ایجاد اشتغال مشخص شده که از این موارد می‌توان به ایجاد درآمد پایدار از طریق آموزش متقاضیان



و با توجه به ظرفیت مجموعه از زمان ثبت درخواست تا انجام فرآیند اهلیت سنجی این فرآیند نهایتاً یک ماه به طول می‌انجامد.

پناهی در برنامه‌ای رادیویی گفت: موسسه توانمندسازی اقتصادی علوی با توجه به برنامه ریزی بنیاد مستضعفان و تأمین بخشی از بودجه از طریق منابع تکلیفی بانکی و مشارکت خیرین و مردم، بنا دارد در سال جاری در رابطه با توسعه کسب و کار و ایجاد اشتغال در مناطق کمتر برخوردار مورد هدف بنیاد مستضعفان رقمی در حدود ۲۹ همت مداخله ریالی داشته باشد.

### ۸۰ برگ حسن یزدانی، ۳۵ هزار تومان!



دهمین دوره از نمایشگاه «ایران نوشت» امسال هم دایر شده است تا در روزهای منتهی به آغاز سال تحصیلی محلی برای ارائه نوشت‌افزار ایرانی به دانش‌آموزانی باشد که یا به دنبال طرح‌های متفاوت و جذابی از تصاویر شهدا بر نوشت‌افزار می‌گردند و یا مجذوب دفترهایی با نقش حسن یزدانی و «پسر دلفینی» می‌شوند. به گزارش ایسنا، نمایشگاه «ایران نوشت» امسال درحالی آغاز شد که افتتاحیه رسمی آن دو روز بعد از آغاز به کار این نمایشگاه با حضور حداقلی مسئولان مربوط به بخش فرهنگی این حوزه برگزار شد. نمایشگاهی که از دوره نخست با تأکید بر خودکفایی در تولید لوازم‌التحریر و نوشت‌افزار با هدف ترویج فرهنگ ایرانی – اسلامی آغاز به کار کرده است و به نظر می‌رسد یکی از حداقلی‌ترین موضوعات برای نشان دادن حمایت از این نمایشگاه، توجه بیشتر مسئولانی از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، طراحان شخصیت و… باشد. یکی از تفاوت‌های اصلی امسال نمایشگاه ایران نوشت جابه‌جایی مکان برگ‌زاری آن از مرکز کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در خیابان حجاب به مصلی امام خمینی (ره) تهران است. موضوعی که هرچند رضایت غرفه‌داران را در پی داشته است، اما به دلیل برخی ناهماهنگی‌ها برای ورود به محوطه مصلی باعث نارضایتی بازدیدکنندگان نمایشگاه شده است. در واقع آنهایی که تصمیم می‌گیرند با مترو خود را به نمایشگاه برسانند و در ایستگاه «مصلی» از مترو پیاده می‌شوند، امکان ورود به نمایشگاه از این درب را ندارند و باید تا درب شماره یک (درب شهید بهشتی) حدوداً ۱۰ دقیقه پیاده‌روی کنند؛ موضوعی که به دلیل گرمای هوا و مدت زمانی که هر خانواده برای بازدید از نمایشگاه درنظر گرفته است، باعث کلافه آنها می‌شود. با این وجود تقریباً به گفته اکثر غرفه‌داران، جابه‌جایی محل برگ‌زاری بر میزان استقبال از نمایشگاه ایران نوشت در مقایسه با سال‌های قبل افزوده است، به شکلی که برخی از غرفه‌داران با خوشحالی اعلام می‌کردند: «فکر نمی‌کردیم ظرف سه روز موجودی غرفه تا این اندازه فروش بره، باید مجدداً از انبار محصول بباریم.» هرچند نمی‌توان از این نکته غافل شد که دو روز نخست برگزاری نمایشگاه هم‌زمان با تعطیلات آخر هفته بود و همین امر نیز بر میزان استقبال از نمایشگاه تأثیرگذار بوده است.

نمایشگاه ایران نوشت در دو رواق روبروی هم در محل مصلی امام خمینی (ره) برگزار می‌شود. یک رواق مربوط به محصولات مانند دفتر، مداد، خودکار، ماژیک و … است و فروشندگان کوله‌بشتی، بازی‌های فکری، ماکت کره زمین و… نیز در رواق دوم حضور دارند. محصولاتی که در رواق دوم ارائه می‌شوند به دلیل نوع کاربردی که دارند، گران‌تر از محصولات رواق اول هستند و همین موضوع باعث شده است این بخش خلوت‌تر از بخش اول باشد.

طراحی شخصیت و بازارپردازی آن (چرخ‌های شامل تولید محتوا برای شخصیت خلق شده مانند ساخت انیمیشن، طراحی کتاب و…) یکی از موضوعات مهم در موفقیت فروش نوشت‌افزار است. درواقع کودک و یا نوجوان باید از قبل با یک شخصیت آشنایی داشته باشد تا جذب لوازم‌التحریری شود که تصویر شخصیت بر آن نقش بسته است. به عنوان مثال به گفته فروشندگان، به خاطر همین بازار پردازی صحیح، استقبال از طرح انیمیشن‌های ایرانی «پسر دلفینی» و «چه زنگ» بیش از سایر طرح‌ها بوده است.

غرفه‌های محدودی نیز دفترهایی با طرح و نقش قهرمانان ورزشی کشور همچون حسن یزدانی، محمدهادی ساروی، رحمان عموزاد و… می‌فروشند که به گفته فروشندگان بیشتر مورد استقبال پسرها قرار گرفته است. این دفترها ۸۰ برگ بوده و با قیمت ۳۵ هزار تومان به فروش می‌رسد.



# ربع قرن انتظار انجیلسی برای پاییز هزار رنگ

آزادی منطقه بکر انجیلسی بابل از چنگال روزانه ۳۰۰ تن زباله که به یک خواسته و مطالبه جدی اهالی این منطقه و دوستداران محیط زیست تبدیل شده بود بعد از ۲۵ سال محقق شد.

سایت زباله انجیلسی بابل که از چهار ماه گذشته تا کنون پاک از هر گونه زباله پرانی در این منطقه جنگلی است، بعد از ربع قرن میزبانی از زباله های هفت شهر اقماری شهرستان بابل دوباره شکوه حیرت انگیز پاییز هزار رنگ پیش رو در این منطقه در کنار کلبه های چوبی ساده داخل جنگل چشم هر بیننده و گردشگری را نوازش خواهد داد.

از چهار ماه گذشته تا کنون هیچ زباله ای از شهر بابل و شش شهر اقماری شهرستان برای تخلیه به این سایت منتقل نشد و انجیلسی توانست در این مدت کوتاه بر مدار طبیعی خود قرار گیرد.

از چهار ماه گذشته تا کنون هیچ زباله ای از شهر بابل و شش شهر اقماری شهرستان برای تخلیه به این سایت منتقل نشد و انجیلسی توانست در این مدت کوتاه بر مدار طبیعی خود قرار گیرد.

روستای انجیلسی یکی از روستاهای بالا دست بخش بابلکنار در جنوب بابل است که اهالی این روستا بعد از ۲۵ سال پیگیری موفق شدند حکم قطعی جابجایی این سایت را از طریق مراجع قضایی در تاریخ پنج بهمن ۱۴۰۰ از شعبه ۲۵ دادگاه تجدید نظر استان دریافت کنند.

نفوذ شیرابه ها در اراضی کشاورزی، مراتع چرای دام و شیوع بیماری ها مختلف سبب شد که اهالی منطقه دست از زادگاه خود بردارند و برای ادامه زندگی به مکان دیگری دست به کوچ اجباری بزنند. اهالی منطقه که در مدت ۲۵ سال گذشته تمام توان خود را برای حل این مشکل به کار بسته بودند موفق به حل مشکل نشدند، در نهایت با طرح شکایت در مراجع قضایی این خواسته را پیگیری کردند.

جوانه های سبزی که بر روی دپوهای زباله شروع به روییدن کرد سبب شد بخش قابل توجهی از کوه های زباله در این منطقه مملو از علف های جنگلی شود.

این اقدام طبیعی به گونه ای رقم خورد که تغذیه پرندگان گند خوار یا همان سارگپه ها که آسمان این منطقه را در تسخیر کامل خود داشتند به پایین تر حد خود برسد و بخش قابل توجهی از این پرندگان به ناچار آسمان انجیلسی را ترک کنند و این اقدام سبب شد انجیلسی با شتاب بیشتری ماهیت اصلی خود را که همان شکوه جنگلهای هیرکانی با گیاهان و نغمه های زیبای پرندگان است پیدا کند.

شهرداری بابل در چهار ماه گذشته بخش قابل توجهی از کوه های زباله در این سایت را که به شکل کامل محصور در قلب جنگل ایجاد شد یکسان سازی کرد که این امر در طبیعی سازی منطقه کمک کار بود.

در تابستان امسال پای مسافران و گردشگران هم به منطقه انجیلسی باز شد و چادرهای مسافران در کنار جاده در بالای تپه ها نشان از بازگشت شور و نشاط در این منطقه است.

برای رسیدن به منطقه انجیلسی باید

حدود ۵ کیلومتر از قلب جنگلهای هیرکانی عبور کنید تا به سایت زباله انجیلسی که به صورت کامل محصور درختان نادر هیرکانی است برسید.

جاده های پرپیچ و خم انجیلسی که هیچ شانه خاکی ندارد و همه جا مملو از درختان سر به فلک کشیده است در گذشته بسیاری از مسافران را برای دیدن شکوه پاییز هزار رنگ به این جاده می کشاند.

در ۲۵ سال گذشته که این منطقه

میزبان زباله بود مردم رغبتی برای عبور

از این جاده نداشتند اما پاییز پیش رو بعد

از یک وقفه طولانی دوباره این شکوه به

انجیلسی باز خواهد گشت.

در حال حاضر صاحبظران بر این باورند داستان غم انگیز سایت زباله انجیلسی که به خاطر جانمایی نامناسب در ربع قرن گذشته آسیب های فراوانی به اهالی روستاهای بابلکنار و محیط زیست وارد کرد باید درس عبرتی برای همگان باشد تا این اشتباه در هیچ یک از شهرهای شمالی کشور اتفاق نیوفتد.

#### ■ دقت در جانمایی

یکی از کارشناسان محیط زیست در گفت گو با خبرنگار ایرنا اظهار کرد: یکی از دغدغه های جدی فعالن محیط زیست دقت در مکان یابی برای اجرای طرح های پسماند است.

جواد صادقی بیان داشت: منطقه انجیلسی تحت هیچ شرایطی با توجه به حجم انبوه درختان هیرکانی و عبور رودخانه بزرگ بابلرود از حوالی این منطقه به همراه ارتفاع موجود در انجیلسی مکان مناسبی برای دفن زباله نبود.

وی گفت: در طول ۲۵ سال گذشته اهالی انجیلسی و روستاهای اطراف هر چه فریاد زدند صدای آنها به جایی نرسید تا در نهایت به دامن دستگاه قضایی پناه بردند و حکم قطعی ممنوعیت ورود زباله به این سایت را گرفتند.

صادقی با اشاره به این که یکی از مشکلات اساسی پسماند مازندران جانمایی های غیر کارشناسی بود که در قلب جنگلهای هیرکانی برای اجرای طرح های پسماند مشخص شد، گفت: همه ما امیدواریم داستان غم انگیز انجیلسی برای همه درس عبرت شود و در شهر دیگر تکرار نشود.

وی اظهار کرد: جنگل های هیرکانی در معرض جدی انقراض قرار دارند و دیگر هیچ فرصت آزمون و خطایی برای تخریب بیشتر آن وجود ندارد.

صادقی ادامه داد: هر چند منطقه انجیلسی در قلب جنگلهای هیرکانی در چهار ماه گذشته فرایند طبیعی خود را طی می کند و این مطلب خبر خوشی

برای همه دوستداران محیط زیست است، افزود: بخشی از آسیب های زباله این سایت شیرابه ها هستند که تا چند سال دیگر برای مناطق پایین دست مشکل آفرین هستند.

این کارشناس محیط زیست با اشاره به این مطلب که این واقعیت را باید پذیرفت که همه اراضی جنگلی و جلگه ای مازندران ارزشمند است و جانمایی درست کمی سخت است، گفت: حل مشکل پسماند مازندران با اجرای طرح های کلان تجمیعی باید در دستور کار قرار گیرد.

#### ■ تک روی نتیجه ندارد

این کارشناس محیط زیست اظهار کرد: اگر هر شهرستانی بخواهد جداگانه مشکل پسماند خود را حل کند نه تنها اراضی و جلگه ای زیادر در مازندران آسیب خواهد دید بلکه برای تکمیل آن طرح ها نیازمند اعتبار نوجومی است.

صادقی گفت: شهرداری های چند شهر مازندران با اقدام کارشناسی و درست یک مکان مناسب برای اجرای طرح های پسماند انتخاب و با سرمایه گذاری مشترک آن طرح را تکمیل کنند در غیر این صورت سرنوشت انجیلسی در انتظار شهرهای مختلف است.

وی با بیان این که در سالهای اخیر اعتبارهای خوبی در حوزه پسماند مازندران سرمایه گذاری شد، گفت: تعداد طرح های پسماند در این استان آنقدر زیاد است که این اعتبارها بعد از توزیع در شهرهای مختلف گره گشا نخواهد بود. این فعال محیط زیست افزود: در سالهای اخیر یکی از خبرهای شادی بخش برای همه فعالان زیست محیطی آزاد سازی انجیلسی از چنگال صدها تن زباله است. صادقی گفت: بازگشت بهار و پاییز زیبای هزار رنگ در جنگلهای انجیلسی یکی از آرزوهای ۲۵ ساله اهالی این منطقه و گردشگرانی بود که رقم خورد.

این فعال محیط زیست تصریح کرد:

تجربه تلخ جانمایی نامناسب دفن و دپوی

زباله در انجیلسی باید درس عبرتی مهم برای همه تصمیم سازان حوزه پسماند باشد و آزموده را دوباره آزمودن خطا ست. روستای انجیلسی یکی از روستاهای بالا دست بخش بابلکنار در جنوب بابل است که اهالی این روستا بعد از ۲۵ سال پیگیری موفق شدند حکم قطعی جابجایی این سایت را از طریق مراجع قضایی در تاریخ پنج بهمن ۱۴۰۰ از شعبه ۲۵ دادگاه تجدید نظر استان دریافت کنند.

بعد از قطعی شدن حکم سایت انجیلسی در جلسه شورای حفظ بیت المال شهرستان بابل که سال گذشته با حضور رییس کل وقت دادگستری مازندران تشکیل شد، تا ۱۵ اسفند سال ۱۴۰۲ برای حل این مشکل زمان تعیین شد، که بعد از گذشت نزدیک به ۲ ماه از این ضرب الاجل اهالی روستا خواستار اجرای حکم شدند.

نفوذ شیرابه ها در اراضی کشاورزی، مراتع چرای دام و شیوع بیماری ها مختلف سبب شد که اهالی منطقه دست از زادگاه خود بردارند و برای ادامه زندگی به مکان دیگری دست به کوچ اجباری بزنند. اهالی منطقه که در مدت ۲۵ سال گذشته تمام توان خود را برای حل این مشکل به کار بسته بودند موفق به حل مشکل نشدند، در نهایت با طرح شکایت در مراجع قضایی این خواسته را پیگیری کردند.

اهالی بخش بابلکنار بر این باورند که مشکل انجیلسی که قرار بود یک سال مردم منطقه تحمل کنند تا یک مکان مناسب برای زباله شهر بابل و ۶ شهر اقماری آن بیابند اما ۲۵ سال است که آسایش را از اهالی بخش بابل کنار ربوده و حتی با حکم قطعی مرجع قضایی هم این گره گشوده نشد.

با اجرای حکم مرجع قضایی از ۹ اردیبهشت سال جاری ورود زباله به سایت انجیلسی ممنوع شد.

## خبر

### ویژگی‌های کوله پشتی

### مناسب برای دانش‌آموزان

کیف یا کوله پشتی همراه همیشگی کودکان در طول سال تحصیلی است و تحقیقات نشان می‌دهند کوله پشتی اگر به صورت صحیح و مناسب انتخاب شود و مورد استفاده قرار گیرد، مناسب‌ترین وسیله برای حمل وسایل روزانه است؛ زیرا می‌تواند بارها را متقارن نگه دارد. به گزارش ایسنا، کوله پشتی معمول‌ترین وسیله حمل دفتر و کتاب و دیگر وسایل مورد نیاز به مدرسه است. استفاده از کوله‌پشتی نامناسب و غیر ارگونومیک نه تنها مفید نیست، بلکه می‌تواند صدمات جبران‌ناپذیری را به ستون فقرات کودکان و دانش‌آموزان تحمیل کند.

این صدمات به ویژه در دانش‌آموزان مقطع ابتدایی به دلیل رشد سریع‌تر جسمی، جدی‌تر هستند. وقتی کوله پشتی سنگین باشد، کودک بیش از حد پشت را قوس‌دار می‌کند و پا سر و تنه را به جلو خم می‌کند تا بتواند وزن آن را تحمل کند. به علاوه ممکن است پشت کودک بیش از حد به عقب کشیده شود و گردی کمر او زیاد شود، وضعیت بدنی او تغییر شکل می‌دهد و رو به جلو، با کمر پیچ خورده یا متمایل به یک سمت می‌شود. خصوصیات ظاهری یک کوله پشتی مناسب به شرح زیر است:

۱- کوله پشتی باید از سبک‌ترین جنس و با دوام و از نوع قابل شستشو انتخاب شود.

۲- اندازه کوله باید متناسب با سن و جثه دانش آموز باشد. به عنوان مثال باید پهنای کوله با عرض تنه کودک همخوانی داشته باشد.

۳- به خاطر داشته باشید که کوله بزرگ‌تر همیشه به معنی کوله بهتر نیست، به همین دلیل همواره باید کوله متناسب با نیازها تهیه شود و کوله کوچک‌تر را برای فرزندان خود انتخاب کنید.

۴- کوله حتما پدهایی در ناحیه شانه، پشت و سینه‌ها داشته باشد، زیرا شانه‌ها محل عبور عروق خونی و رشته‌های عصبی مهم هستند. ۵- کوله شامل کمربندهای اضافی (کمربند سینه‌ای و کمربند لگنی) باشد تا هم حمایت اضافی ایجاد کند و هم وزن را از شانه و کمر به لگن انتقال دهد. کوله‌هایی که دارای یک بند در قسمت قفسه سینه یا دور کمر هستند، مطمئن‌تر از سایر کوله‌ها هستند و سلامت سر، گردن و کمر فرد را تضمین می‌کنند.

۶- پهنای نوار کوله پشتی که روی شانه قرار می‌گیرد باید معادل پنج سانتی‌متر باشد. بندهای کم‌ری و سینه‌ای کوله پشتی باید بتواند ۵۰ تا ۷۰ درصد وزن را از شانه و ستون مهره‌ها به لگن انتقال دهد.

۷- کوله باید شامل جیب‌ها و فضاهایی متناسب با نوع استفاده باشد تا سبب تقسیم وزن اشیاء و نگهداری آنها در امن و دسترسی آسان به وسایل شود. ۸- بهتر است کوله دارای یک لایه زیرین پشتی در داخل باشد تا شانه‌ها و کمر را از فشار زیاد محافظت کند. ۹- کوله‌هایی که دارای بالشتک در محل قرارگیری بند روی شانه‌ها هستند، مناسب‌ترند؛ چراکه بندهای بدون بالشتک در زمان استفاده با فرو رفتن در شانه موجب اعمال فشار زیاد روی شانه‌ها و درد در آنها می‌شوند. در غیر این صورت کوله‌هایی را انتخاب کنید که بندهای پهن داشته باشند.

۱۰- بهتر است در کوله از مواد منعکس کننده نور (شیرینگ‌ها) استفاده شده باشد. این مواد باعث می‌شوند که کودکان در غروب و تاریکی توسط رانندگان دیده شوند.

۱۱- توصیه می‌شود جهت حمل راحت‌تر از کوله‌های چرخدار برای دانش‌آموزان استفاده شود. اما باید توجه داشت اگرچه این نوع کوله‌ها برای کسانی که بار زیاد و سنگینی در کیف می‌گازند مناسب است، اما اگر دانش‌آموز مجبور باشد کوله را از پله‌های منزل یا مدرسه بالا ببرد و یا حمل آن در شرایطی مثل روزهای برفی برای او مشکل باشد، استفاده از این نوع کوله‌ها توصیه نمی‌شود. به علاوه اگر فرد روش صحیح حمل آن و وضعیت ایستاده مناسب خود را رعایت نکند، در طولانی مدت منجر به ایجاد اختلالات در ستون فقرات و افزایش فشار وارده در ناحیه مچ و آرنج می‌شود.

۱۲- کوله را زمان خرید حتما امتحان کنید (چند کتاب داخل آن قرار دهید و دانش‌آموز در مسافتی آن را پوشیده و راه برود).

## سلامت

**به خواب رفتن با لنز ممکن است حتی برای حواس‌جمع‌ها نیز اتفاق بیفتد اما نباید بگذاریم این اتفاق تکرار شود چون اگر با لنز به خواب بروید چشمانتان ممکن است به‌دلیل شیوه‌ای که اکسیژن را جذب و نگهداری می‌کند در برابر خشکی، سوزش و برخی عفونت‌ها آسیب‌پذیر شود.**

«آلیسون بابیوچ»، چشم‌پزشک در نشریه «کلینیک کلیولند»، خطرات ناشی از به خواب رفتن با لنز را تشریح می‌کند و توضیح می‌دهد که اگر این اتفاق افتاد چه باید کرد.

#### آیا خوابیدن با لنز ایمن است؟

پاسخ کوتاه بدهم؟ خیر، ایمن نیست. حتی اگر به نظراتان خیلی مهم نباید، وقتی عادت

## پزشک



# آیا خوابیدن با لنز چشمی ایمن است؟

وجود دارد. دکتر بابیوچ می‌گوید: مهم است که بگذارید چشم‌ها استراحت کنند و قرنیه نفس بکشد، وقتی چشم و لنز شما بیش از حد خشک شده‌اند، زمانی که لنزها را برمی‌دارید، ممکن است به چشمتان آسیب وارد کنید.

#### چرا خوابیدن با لنز خطرناک است؟

اگر تاکنون بدون درآوردن لنز به خواب رفته‌اید، احتمالاً به محض اینکه از خواب بیدار شده‌اید اثر آن را احساس کرده‌اید. لنزها احتمالاً خشک و چسبناکند و به‌سختی برداشته می‌شوند.

سازمان غذا و داروی ایالات متحده (FDA) برخی از لنزها را برای استفاده در طول شب تایید کرده است اما نمی‌توان آنها را «لنزهای بلندمدت» دانست و هیچ تضمینی وجود ندارد که برای چشم همه بی‌ضرر باشند. دکتر بابیوچ می‌گوید: هنوز آنها را توصیه نمی‌کنم.

#### مسدود کردن اکسیژن

خوابیدن با لنزهای تماسی تأمین اکسیژن مورد نیاز چشم را ناممکن می‌کند. قرنیه چشم به اکسیژن درون هوا نیازمند است که در لایه اشکی که چشم را می‌پوشاند حل می‌شود. وقتی اکسیژن کافی وجود نداشته باشد سلول‌های قرنیه آسیب می‌بینند و این امر به بروز مشکلات و عوارض مختلفی منجر می‌شود.

هنگامی که خوابید بسته بودن چشم میزان اکسیژن موجود در سطح قرنیه را کاهش می‌دهد و اگر لنزهای تماسی تمام شب در چشم باقی بمانند مانع دیگری بر تأمین اکسیژن می‌افزایند.

#### آسیب‌پذیر شدن چشم‌ها در برابر عفونت

به گزارش ایندپندنت، بسیاری از باکتری‌ها و میکروارگانیسم‌ها با چشمان ما تماس پیدا می‌کنند. باقی ماندن لنز در چشم هنگام خواب یا برای مدت طولانی سبب جذب این باکتری‌ها و به عفونت منجر می‌شود.

#### خطر جابه‌جایی لنز را افزایش می‌دهد

اگر لنزهای تماسی را به‌درستی استفاده کنید آنها باید سر جای درست خود بمانند. اما این بدان معنا نیست که آنها جابه‌جا نمی‌شوند

یا گیر نمی‌کنند. هنگام خواب پلک‌ها حرکت می‌کنند و به سطح چشم فشار می‌آورند. این امر می‌تواند باعث شود که لنزها حرکت کنند.

هنگام خواب ممکن است پلک‌ها، لنزها را در موقعیت غیرعادی قرار دهند به‌خصوص اگر هنگام خواب چشمانتان را مالش دهید. این جابه‌جایی اگر با سوزش همراه باشد به ایجاد خراش یا آسیب‌های دیگر منجر می‌شود.

#### خشکی چشم

لنزهای تماسی رطوبت چشم شما را جذب می‌کنند و به خشکی چشم منجر می‌شوند. این وضعیت وقتی با لنز می‌خوابید وخیم‌تر هم شود، چراکه در طول خواب چشم به طور طبیعی اشک کمتری تولید می‌کند. خشکی چشم می‌تواند باعث تحریک، ناراحتی و آسیب احتمالی به سطح قرنیه شود.

عادت به خوابیدن با لنزهای تماسی به بروز چند بیماری خاص چشم منجر می‌شود از جمله کراتیت یا التهاب قرنیه چشم، زخم قرنیه و هیپوکسی یا کمبود اکسیژن قرنیه. حتی هنگام یک چرت کوتاه و استراحت دادن به چشم‌ها نیز باید لنزها را بیرون بیاورید. به خواب رفتن با لنزها، هرچند کوتاه، خطر تحریک یا عفونت را افزایش می‌دهد.

اگر به‌طور اتفاقی با لنز به خواب رفتید، وحشت نکنید و مراحل زیر را به‌ترتیب انجام دهید:

– لنزها را فوراً درنیاورید، زیرا ممکن است خشک و چسبیده باشند و باعث ناراحتی بیشتر شوند. در عوض، چشمانتان را ملایم ماساژ دهید تا رطوبت در سطح چشم پخش شود.

– سعی کنید لنز را به‌آرامی از چشمتان خارج کنید. آنها را نکشید چون با این کار چشمانتان بیشتر تحریک می‌شود.

– اگر در بیرون آوردن آنها مشکل دارید، چند قطره محلول لنز را در چشمتان بریزید و چند بار پلک بزنید.

– دوباره سعی کنید آنها را درنیاورید. رطوبت بیشتر به خارج شدن آنها کمک می‌کند.

پس از بیرون آوردن آنها، اگر ممکن بود، یک روز کامل لنز را کنار بگذارید و به چشمانتان استراحت بدهید. به علائم عفونت مانند قرمزی، آبریزش بیش از حد یا ترشحات چشمی توجه کنید. اگر متوجه این علائم یا هر تغییری در بینایی‌تان شدید بی‌درنگ به چشم پزشک مراجعه کنید.

### تغذیه

### آیا «فستینگ» بر ابتلا یا پیشگیری از سرطان تاثیر دارد؟

●مجموعه‌ای از مطالعات در طول سال‌ها نشان داده است نوعی رژیم غذایی که با عناوینی چون «فستینگ»، روزه‌داری متناوب یا روزه‌داری مقطعی شناخته می‌شود، می‌تواند سلامت ما را بهبود بخشد و احتمال ابتلا به سرطان را کاهش دهد.

با این حال برخی از مطالعات نتایج دیگری را در این زمینه نشان داده اند.

**فستینگ(Fasting) چیست؟**

فستینگ یا روزه متناوب به معنای جابه‌جایی بین زمان خوردن و نخوردن است. برخلاف رژیم‌های غذایی سنتی که بر روی آنچه باید بخوریم تمرکز می‌کنند، این رویکرد بر زمان خوردن تمرکز دارد. امروزه انواع بسیاری از برنامه‌های معمول فستینگ وجود دارد. برنامه ۸/۱۶ به این معنی است که شما فقط در یک بازه هشت ساعته غذا می‌خورید، سپس برای ۱۶ ساعت باقی مانده ناشتا هستید. یکی دیگر از گزینه های محبوب، رژیم غذایی ۵:۲ است که در آن شما به‌طور معمول به مدت پنج روز غذا می‌خورید و سپس دریافت کالری را برای ۲ روز محدود می‌کنید.

در استرالیا، رژیم غذایی نامناسب در ۷ درصد از کل موارد بیماری‌ها از جمله بیماری عروق کرونر قلب، سکته مغزی، دیابت نوع ۲ و سرطان های روده و ریه نقش دارد. در سطح جهانی، رژیم غذایی نامناسب با ۲۲ درصد مرگ و میر در بزرگسالان بالای ۲۵ سال مرتبط است.

رژیم فستینگ در سال های اخیر به دلیل فواید بالقوه آن برای سلامتی مورد توجه بسیاری قرار گرفته است. فستینگ بر متابولیسم تأثیر می‌گذارد و این وضعیت می‌تواند بر نحوه جذب مواد مغذی از غذا توسط بدن و سوزاندن انرژی از قند و چربی تأثیر بگذارد.

**مطالعه جدید چه چیزی را نشان داد؟**

مطالعه جدید که در Nature منتشر شده است، نشان می‌دهد که وقتی موش‌ها بعد از ناشتا بودن دوباره غذا می‌خورند، سلول‌های بنیادی روده آنها که به ترمیم روده کمک می‌کنند، فعال‌تر می‌شوند. سلول های بنیادی در مقایسه با موش هایی که کاملاً ناشتا بودند یا به‌طور معمول غذا می‌خوردند، در بازسازی بهتر عمل کردند.

این امر نشان می‌دهد که بدن ممکن است در هنگام غذا خوردن بعد از ناشتا بودن بهتر خود را التیام دهد.

رژیم فستینگ برای افراد سالم به‌طور کلی بی‌خطر در نظر گرفته می‌شود اما برای همه افراد مناسب نیست به ویژه آنهایی که شرایط پزشکی خاصی دارندبا این حال متخصصان می‌گویند این اثرگذاری می‌تواند یک جنبه منفی نیز داشته باشد. اگر در این شرایط جهش های ژنتیکی وجود داشته باشد، انفجار بازسازی سلول های بنیادی پس از خوردن دوباره ممکن است ابتلا به سرطان را آسان تر کند.

پلی آمین ها - مولکول های کوچک مهم برای رشد سلول - این بازسازی را پس از تغذیه بعد انجام می‌دهند. این پلی آمین ها می‌توانند توسط بدن، تحت تأثیر رژیم غذایی یا با باکتری های روده تولید شوند. در حالی که این موضوع در موش ها نشان داده شده است، ارتباط بین فستینگ و خطر ابتلا به سرطان در انسان پیچیده تر است و هنوز به‌طور کامل شناخته نشده است.



### پیشی گرفتن نرخ استهلاک از سرمایه‌گذاری در صنعت داروسازی

● رییس فدراسیون اقتصاد سلامت ضمن اشاره به چالش‌های صنعت داروسازی کشور، در عین حال بر لزوم بازسازی و نوسازی این صنعت طبق قانون برنامه هفتم توسعه تاکید کرد و گفت: همه ابزارهای اجرایی و قانونی فراهم است تا در سال آینده اعتبار ویژه‌ای را برای بازسازی و نوسازی صنعت داروسازی کشور داشته باشیم.

دکتر عباس کبریاپی‌زاده - عضو هیات مدیره سندیکای صاحبان صنایع داروهای انسانی در آستانه برگزاری نمایشگاه ایران فارما، در گفت‌وگو با ایسنا، با اشاره به برگزاری این نمایشگاه بین‌المللی به عنوان بزرگ‌ترین گردهمایی صنعت داروسازی ایران و فرصتی برای ارتقا صنعت و تبادل دانش، ضمن تاکید بر لزوم حمایت از نسل جوان داروسازی کشور، گفت: ایران فارما بیش از اینکه یک نمایشگاه باشد، در درجه اول یک رخداد آموزشی برای دانشجویان است و پس آن نیز فرصتی است برای صنعت و شرکتهای دارویی که قابلیت‌ها و توانمندی‌های خود را عرضه کنند و در کنار آن تبادلات دانش و همچنین تبادلات تجاری میان شرکته‌ها صورت گیرد.

**اهمیت نوآوری در صنعت داروسازی کشور**

دکتر کبریاپی‌زاده در ادامه صحبت‌هایش به اهمیت نوآوری در صنعت داروسازی تاکید کرد و گفت: با توجه به اهمیت این مبحث، در این دوره از نمایشگاه ایران فارما پنلی با همین موضوع در نظر گرفته شده و با حضور کارشناسان بحث خواهد شد که وضعیت فعلی نوآوری در صنعت داروسازی کشور چگونه است و چگونه می‌توان با مراعات شرایط اقتصادی و نیازهای درمانی و همچنین با رعایت توانمندی‌های رو به توسعه شرکتهای دانش بنیان، فهرست دارویی کشور را تنظیم کنیم.

**چالش‌های استقرار سیستم جامع کیفیت در صنعت داروسازی**

عضو هیات مدیره سندیکای صاحبان صنایع داروهای انسانی همچنین درباره استقرار سیستم جامع کیفیت در صنعت داروسازی و چالش‌های آن به ایسنا، گفت: در این زمینه نیز پنلی آموزشی در نمایشگاه در نظر گرفته شده است. به این ترتیب چالش‌هایی که در حوزه کیفیت، تأمین مواد تولید و دوره حضور محصول در بازار مصرف مطرح است، در این پنل آموزشی بررسی می‌شود.

**آسیب جدی به اشتیاق تولید**

دکتر کبریاپی‌زاده همچنین به چالش‌های قیمت‌گذاری دارو و فرآورده‌های سلامت محور اشاره کرد و گفت: نظام قیمت‌گذاری دارو در ایران در سال‌های اخیر بسیار مخرب و آسیب‌رسان به صنعت عمل کرده و به همین دلیل هم اشتیاق به سرمایه‌گذاری در بخش تولید به شدت آسیب دیده است. در مجموع در طی سال‌های اخیر روند سیاستگذاری دولت‌ها به نفع واردات و ترغیب شرکتهای وارد کننده به خصوص شرکتهای فراقاوتی و غیرقانونی فوریتی بوده و متأسفانه مجموعه این سیاستگذاری‌های اشتباه سبب توسعه این شرکته‌ها شده و در عین حال نیز آسیب جدی به اشتیاق به تولید وارد شده است. امیدواریم در دولت جدید اصلاح رویکرد به نفع تولید در کشور را شاهد باشیم.



### یک رژیم غذایی برای کاهش خطر مرگ در افراد مسن

● طبق مطالعه‌ای در دانشگاه «لوما لیندا» (Loma Linda University Health)، خوردن ماهی و سبزیجات شاید بهترین گزینه برای کاهش خطر مرگ به‌خصوص در میان افراد مسن باشد.

به گزارش ایسنا، متخصصان در این مطالعه جدید دریافتند افرادی که از رژیم غذایی مبتنی بر ماهی و سبزیجات معروف به «پسکو» (pesco-vegetarian) پیروی می‌کنند، ۱۸ درصد کمتر از کسانی که رژیم غذایی گیاهی ندارند با خطر مرگ مواجه‌اند.

به گفته متخصصان، با آنکه رژیم غذایی گیاه‌خواری سفت‌وسخت در میانسال‌ی برای سلامت مفید است، در دوران پیری خطر بیماری‌های عصبی مانند سکته مغزی، زوال عقل و پارکینسون را به همراه دارد. از این رو افزودن ماهی به رژیم غذایی گیاهی «مزیتی قابل توجه» دارد. برای پیروی از این نوع رژیم غذایی دریایی، می‌توان در ابتدا کنسرو ماهی را جایگزین گوشت‌های دیگر کرد. ماهی حاوی مواد مغذی بسیار مانند کلستریم است که از استخوان‌ها محافظت می‌کند و همچنین امگا ۳ موجود در آن برای عملکرد مغز عالی است. کنسرو ماهی را به راحتی می‌توانید در وعده‌های غذایی‌تان چه در انواع سالاد و چه در انواع اسپاگتی بگنجانید.

به گزارش ایندپندنت، یک مطالعه که در مجله آمریکایی تغذیه بالینی منتشر شده است، نشان داد که مرگ در میان گیاهخواران ۱۲ درصد کمتر از کسانی است که رژیم غذایی‌شان مبتنی بر گوشت و مواد غذایی دیگر است.

در این مطالعه داده‌های بیش از ۸۸ هزار نفر و ۱۲ هزار و ۵۰۰ مرگ بررسی و سپس در گروه‌های مختلف از غیرگیاه‌خواری تا رژیم دریایی با سبزیجات تقسیم‌بندی شد. نتایج نشان داد افرادی که رژیم غذایی مبتنی بر آبزیان و سبزیجات دارند ۱۸ درصد کمتر با خطر مرگ مواجه‌اند.

دهه‌ای مراقبت از پوست از جمله ژل کنترل کننده چربی صورت و شوینده صورت با نام تجاری NEUTROGENA را غیر مجاز معرفی کرد.

بنا بر اعلام روابط عمومی سازمان غذا و دارو، همچنین محصولات باالم مرطوب کننده و محافظ لب با نام تجاری BYPHASSE، سرم ضدآکنه با نام تجاری LINDA، سرم لیفت کننده پوست با نام تجاری BYPHASSE غیر مجاز می‌باشند.

روابط عمومی سازمان غذا و دارو با اعلام اینکه سطح عرضه در تیررس نظارت‌های همیشگی سازمان غذا و دارو است، از مردم خواست برای حفظ سلامت جامعه در صورت مواجهه با محصولات نامبرده موضوع را به معاونت‌های غذا و دارو دانشگاه‌های علوم پزشکی اطلاع دهند.

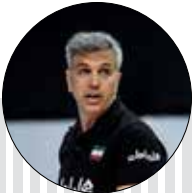


نصیرزاده:

### مسابقات قوی‌ترین مردان بیشترین تاثیر را در گسترش بدنسازی داشته است

رئیس فدراسیون پرورش اندام و بدنسازی ایران درباره کمیته قوی‌ترین مردان گفت: این رشته در همگانی کردن بدنسازی نقش بسیار مهمی داشته است.

به گزارش ایرنا، بدنسازی ایران یکی از پرمخاطب‌ترین ورزش‌های سال‌های اخیر بوده است که به جز اسطوره‌ها و چهره‌های سرشناس جهانی همچون رونی کلمن، مسابقات مردان آهنین نیز برای جذب ورزشکاران و علاقه‌مندان تاثیر فراوانی داشته است. مردان آهنین به عنوان یک از مسابقات نوستالژی در ورزش پرورش اندام، خاطرات زیادی را برای همه مردم ایران ساخته است و ورزشکاران زیادی را راهی باشگاه‌های بدنسازی کرد. این جذب مخاطب باعث شد رشته بدنسازی در کشور جان تازه‌ای بگیرد. عبدالمهدی نصیرزاده، رئیس فدراسیون بدنسازی در این خصوص به ایرنا گفت: کار سختی برای برگرداندن مردان آهنین در پیش داشتیم ولی افراد زیادی پس از این اتفاق، به دفتر من مراجعه می‌کنند و برای سرمایه‌گذاری در این رشته علاقه نشان می‌دهند.



مومنی‌مقدم:

### پیاتزا می‌تواند مثل ولاسکو تاثیرگذار باشد

سرمربی تیم ملی والیبال جوانان با تمجید از رئیس فدراسیون والیبال، حضور پیاتزا را در راس تیم ملی ایران تصمیمی درست قلمداد کرد. رضا مومنی‌مقدم در گفت‌وگو با ایرنا، در خصوص انتخاب روبرتو پیاتزا برای سرمربیگری تیم ملی والیبال اظهار داشت: تقوی با جذب پیاتزا کار بسیار بزرگی انجام داد؛ چرا که این مربی، بسیار سرشناس و بزرگتر از والیبال ایران است. وی ادامه داد: پیاتزا با بازیکنان بزرگ دنیا کار کرده و سابق و رزومه پررنگی دارد و می‌تواند تیم ملی والیبال را از وضعیت بحرانی خارج کند. نیاز داریم تغییراتی در ساختار نگرش بازیکنان و همپنطور سیستم تیم ملی انجام شود. به نظر من پیاتزا گزینه بسیار خوبی است و تنها چیزی که به آن نیاز داریم مدیریت درست تیم است. سرمربی تیم ملی جوانان که با این تیم قهرمان آسیا و جهان شد، افزود: خداراشکر اکثر بازیکنان تیم ملی لژیونر هستند و این مسئله می‌تواند شرایط را برای پیاتزا بهتر کند. چرا که بازیکنان لژیونر در فضای بین‌المللی والیبال کار کرده‌اند و می‌توانند با افکار پیاتزا خیلی زود آشنا شوند. اگر به پیاتزا فرصت داشته باشد او هم می‌تواند مثل ولاسکو تاثیرگذار باشد. والیبال ایران نیاز به همدلی دارد و باید همه با جان و دل و به دور از حاشیه کار کنند تا تیم ملی نتیجه خوبی کسب کند.ضمن اینکه حضور توتولو به عنوان دستیار اول هم پیاتزا تصمیم بسیار درستی بود؛ چرا که او هم با والیبال ایران آشنایی دارد و هم اینکه مربی باتجربه‌ای محسوب می‌شود.



### سمیعی مخالف سرمربی متوسط خارجی

نشست هیات مدیره باشگاه استقلال امشب در شرایطی برگزار شد که فرشید سمیعی با حضور مربیان متوسط خارجی مخالفت کرد تا جواد نکونام همچنان به عنوان سرمربی به فعالیت خود در استقلال ادامه دهد.

به گزارش ایرنا، نشست هیات مدیره باشگاه استقلال امشب برگزار شد.

در این جلسه پیرامون شرایط جواد نکونام بحث و تبادل نظر شد.

فرشید سمیعی مدیرعامل باشگاه استقلال مخالفت خود را با حضور مربیان متوسط خارجی اعلام کرد.

بر همین اساس جواد نکونام همچنان به فعالیت خود به عنوان سرمربی در استقلال ادامه و در بازی با الغرافه بر روی نیمکت استقلال خواهد نشست.

تیم فوتبال استقلال بیست‌وششم شهریور ماه در هفته نخست لیگ خلیگان آسیا به مصاف الغرافه قطر خواهد رفت.



# لژیونرها در حد نام خود در تیم ملی نیستند

● کارشناس فوتبال با بیان این که بازیکنان شاغل در خارج از کشور در حد نام خود برای تیم ملی ایران بازی نمی کنند، گفت: امارات در سال های اخیر پیشرفت خوبی داشته است و بازی مقابل این تیم سخت است.

تیم ملی فوتبال ایران در هفته دوم رقابت‌های مرحله سوم انتخابی جام جهانی رو در روی تیم ملی امارات قرار خواهد گرفت. این بازی برای هر دو تیم از اهمیت بالایی برخوردار است و با توجه به ۳ امتیازی بودن دو تیم، پیروزی در این دیدار می‌تواند هر کدام از این تیم‌ها را ۶ امتیازی کند. مسعود معینی پیشکسوت فوتبال در گفت‌وگو با خبرنگار مهر، در رابطه با عملکرد تیم ملی در بازی اول خود مقابل قرقیزستان و مصاف با امارات اظهار داشت: دیدار با قرقیزستان را به طور کامل مشاهده کردم، بازیکنان لژیونر استخوان بندی اصلی تیم ملی را تشکیل می‌دهند و در باشگاه‌هایی بازی می‌کنند که امکانات فوق‌العاده‌ای دارند، ما سه دوره است که به طور متوالی در جام جهانی حضور داریم و در سال ۲۰۱۸ تیم موفق‌ی در این مسابقات ظاهر شدیم.

■ **بازیکنان لژیونر کیفیت لازم را در تیم ملی ندارند**

او ادامه داد: امکانات سال ۲۰۱۸ اکنون در کشور ما وجود ندارد، یک ورزشگاه استاندارد (آزادی) را داشتیم که آن هم بنا به دلایلی نمی‌تواند در انتخابی جام جهانی به کمک تیم ملی بیاید. بازیکنان لژیونر هم آنطور که باید در تیم ملی ظاهر نمی‌شوند، من بازی مهدی طارمی را زیر نظر داشتیم اما او کیفیتى که در پورتو و اینتر از خود ارائه داده بود را در تیم ملی نداشت. با امکاناتی که در حال حاضر در اختیار داریم این اجازه را به بازیکن نمی‌دهد که عملکرد خوب خود را نشان دهد یا نگران شرایط بدنی خود هستند .

■ **تیم ملی افت و خیز زیادی دارد**

کارشناس فوتبال تصریح کرد: فوتبال ورزشی است که در گیری در آن زیاد است و زمین ناهموار هم باعث می‌شود تا بازیکن با مصدومیت مواجه شود. روی هم رفته افت و خیز زیادی در تیم ملی ایران دیده می‌شود و در مقابل تیم‌هایی که در سطح ۴ آسیا هستند، بازیکنان هیچ انگیزه‌ای ندارند. بازیکنان تیم ملی باید به یاد بیاورند که در مقابل تیم ملی مراکش در جام جهانی ۲۰۱۸ یا چه انگیزه‌ای بازی کردند و توانستند این تیم قدرتمند آفریقای را شکست دهند. یا در دیدار با اسپانیا و پرتغال هم در جام جهانی روسیه عملکرد بدی نداشتیم.

■ **امارات در فوتبال باشگاهی و ملی پیشرفت خوبی داشته است**

او افزود: به نظرم برای بازیکنان ما عادت شده که در مقابل تیم‌ها ضعیف و رده پایین انگیزه کافی ندارند اما هر طور شده نتیجه را به سود خود به پایان می‌رسانند. دیدار با تیم‌هایی مانند ازبکستان و امارات که پیشرفت چشمگیری داشته‌اند برای ما سخت خواهد بود به خصوص ازبکستان که واقعاً یکی از سرسخت‌ترین حریفان ایران به شمار می‌رود. امارات هم در رقابت‌های اخیر توانسته نتایج بسیار خوبی را کسب کند و بازی آسانی برابر این تیم در روز سه شنبه نخواهیم داشت.

او تصریح کرد: امارات در گذشته مانند قطر توجهی به فوتبال باشگاهی خود نمی‌کرد اما اکنون شاهد این هستیم که ۴۳ باشگاه اماراتی واقعاً از کیفیت بالایی برخوردار هستند و لیگ این کشور هم بسیار قدرتی است. این روند خوب در تیم‌های باشگاهی امارات به تیم ملی این کشور نیز نفوذ کرده است. در مجموع مقابل امارات بازی آسانی نداریم اما بعد

است که نتوانیم دست پُر از زمین خارج شویم.

■ **برنامه‌های قلعه نوبی اجرایی نمی‌شود**

او افزود: اگر به برنامه‌های تیم ملی نگاه کنیم متوجه خواهیم شد که قلعه نوبی گناهی ندارد و برنامه‌هایی که ارائه می‌دهد اجرایی نمی‌شود. یک تیم آماده یابستی که روی یک سیکل بسیار منظم و با برنامه‌ریزی شده حرکت کند و با برنامه جلو رود؛ با این حال به نظرم بازی راحتی مقابل امارات نخواهیم داشت.

■ **بازیکنان ایران در داخل زمین هماهنگ نیستند**

معینی تصریح کرد: نگرانی بیشتر من در هماهنگی بین بازیکنان است، نه در دفاع، خط میانی و خط حمله بازیکنان آنطور که باید هماهنگ نیستند. ما همان فوتبال ایرانی خودمان را در زمین ارائه می‌کنیم در صورتی که فوتبال در دنیای کنونی به یک فرمول تبدیل شده است. تیم‌هایی مانند ژاپن، کره جنوبی، عربستان، ازبکستان و حتی قطر همانند اروپایی‌ها بازی می‌کنند و به سبک و شیوه بازیکنان اروپایی توپ را در زمین به گردش در می‌آورند.

■ **در گردش و سرعت توپ در زمین بازی مشکل داریم**

او خاطر نشان کرد: تیم‌های اروپایی از ۱۰ موقعیتی که برای گلزنی به دست می‌آورند، ۷ توپ را به گل تبدیل می‌کنند اما هنوز در کنترل و پاس دادن توپ مانده‌ایم و نمی‌توانیم با سرعت بالا توپ را به گردش در بیاوریم.

پیشکسوت فوتبال گفت: با این حال من هیچ گلایه و انتقادی از تیم ملی ندارم. قلعه نوبی تلاش

حناکتی خود را با همراهی سایر اعضای کادر فنی می‌کند و امیدوارم که موفق هم شوند.

■ **قدرت رهبری بازیکنان در داخل زمین بسیار مهم است**

او در رابطه با عملکرد خطوط تیم ملی در مصاف با قرقیزستان گفت: اگر به تیم‌های مطرح دنیا نگاه کنیم متوجه خواهیم شد که در ترکیب خود همه نوع بازیکن دارند که این موضوع درست است و باعث همه نوع بازیکن برای یک تیم لازم است. قدرت

رهبری بازیکنان در داخل زمین دست سرمربی نیست به عنوان مثال در سال‌های گذشته وقتی که تیم ملی والیبال در مسابقات خوب ظاهر می‌شد، سعید معروف به عنوان کاپیتان تیم، بازیکنان را در داخل زمین مدیریت می‌کرد و باعث می‌شد که روند بازی تیم در طول مدت مسابقه یکسان باشد.

■ **روند یک بازی به خاطر هافبک تیم‌ها مربوط می‌شود**

او ادامه داد: برونلوند دروازه‌بان بسیار خوبی است و باید خود را از حاشیه دور نگه دارد. مهم‌ترین مساله در فوتبال دنیا خط هافبک است. روند بازی یک تیم در دست بازیکنانی است که در خط هافبک به کار گرفته می‌شوند. در دیدار اخیر تیم ملی آلمان که با مجارستان بازی داشت، خط هافبک آلمان روند بازی را در دست داشت. خط هافبک خطی است که در فوتبال یک سرمربی بازیکنان خود را به صورت چهار یا سه یا حتی بعضی مواقع ۵ نفر به کار می‌گیرد.

■ **در فاز هجومی و دفاعی با تمام نفرات باید حضور داشته باشیم**

معینی توضیح داد: ما باید بتوانیم در زمین بازی تعداد نفرات بیشتری را در فاز هجومی و دفاعی به کار گیریم، به نظرم در مواقع دفاعی ۷ بازیکن و در مواقع هجومی ۸ بازیکن باید به طور مداوم خود را در گیر روند بازی کنند. خط هافبک ما خط هماهنگ و خط خوبی نیست، ما وینگرهای خیلی خوبی در ترکیب تیم ملی داریم واقعاً خوب حرکت می‌کنند اما هماهنگی لازم بین هافبک‌های کناری دیده نمی‌شود.

او ادامه داد: در خط دفاع مرکزی ما اشتباهات فراوانی داریم امروز فوتبال دنیا به یک جایی رسیده به قول آلمانی‌ها که می‌گویند بدون اشتباه، بازیکن ۹۰ دقیقه در دفاع مرکزی بازی می‌کند بدون اینکه کوچک‌ترین اشتباهی را داشته باشد.

■ **امیدوارم قلعه‌نوبی و کادرش در تیم ملی موفق باشند**

او خاطر نشان کرد: من با حوادث ناگهانی و غیر قابل منتظره بازی کاری ندارم ولی اصول بازی می‌گویند که خط دفاع این قدر باید منسجم و هماهنگ باشند که هیچ اشتباهی نداشته باشد، در دیدار با قرقیزستان، بازیکنان حریف یکی، دو موقعیت فوق‌العاده خطرناک داشتند که اگر تبدیل به گل می‌شد باز کردن دروازه آنها کار بسیار دشواری بود. در هر صورت امیدوارم که امیر قلعه نوبی با کادر خود بتواند تیم ملی ایران را به جام جهانی ببرد و البته که این مرحله‌ای نیست که ما نگران آن باشیم مرحله بعدی یک مقدار سخت خواهد بود که باید عملکرد تیم ملی را در مرحله گروهی جام جهانی سنجید.

#### خبر

#### تیم ملی بدمینتون راهی

#### ترکیه می‌شود



رئیس فدراسیون بدمینتون گفت: قرار است تیم ملی به زودی عازم ترکیه شود و در مسابقات چلنج شرکت کند خوشبختانه تیم آماده‌ای برای حضور در این رقابت‌ها داریم.

محمدرضا پوریا رئیس فدراسیون بدمینتون در خصوص دلیل لغو مسابقات بین‌المللی جام خزر به میزبانی ایران اظهار کرد: این رقابت‌ها ابتدا قرار بود مهر ۱۴۰۳ در شهر ساری برگزار شود ولی با مکتباتی که با کنفدراسیون آسیا داشتیم مقرر شد برگزاری این رویداد به زمان دیگری موکول شود که این اتفاق هم افتاد و حالا در تاریخ جدید یعنی خرداد ۱۴۰۴ میزبان جام خزر در همان شهر ساری خواهیم بود. وی در واکنشش به لغو این رویداد و حتی بازی‌های داخل سالن آسیا که قرار بود پاییز امسال به میزبانی تایلند برگزار شود؛ گفت: نگرانی بابت مسابقات جام خزر نداریم چون این رویداد فقط به تعویق افتاده است و به امید خدا در خرداد سال جدید با کیفیت مناسبی که در رابطه با لغو بازی‌های داخل سالن آسیا هم ما کارهای لازم را انجام داده بودیم.

رئیس فدراسیون بدمینتون اضافه کرد: انتخابی تیم ملی را برگزار کردیم تا نفرات برتر را مشخص کنیم که در صورت نهایی شدن اعزام به بازی‌ها همه چیز مهیا باشد و تیم آماده‌ای داشته باشیم ولی متأسفانه کشور میزبان که تایلند بود به دلیل نداشتن آمادگی لازم برای برگزاری این رویداد آن را لغو کرد.

پوریا در پاسخ به این پرسش که اصولاً بدمینتون اعزام کمی در طول سال دارد آیا لغو این بازی‌ها انگیزه ملی‌پوشان را کاهش نداد؛ گفت: خیر؛ خوشبختانه بازیکنان ما همه آماده و با انگیزه هستند. البته ما هم تلاش کردیم مسابقات خوبی را جایگزین کنیم. قرار است تیم ملی به زودی عازم ترکیه شود و در مسابقات چلنج شرکت کند. رئیس فدراسیون بدمینتون در مورد نفرات اعزامی به مسابقات ترکیه عنوان کرد: این مسابقات از ۱۸ مهر و به مدت یک هفته در ترکیه برگزار خواهد شد. آنچه که تا این لحظه برای ما مشخص شده اعزام هشت ورزشکار به همراه دو مربی است. تیم ملی بزرگسالان مردان ایران با چهار ورزشکار و تیم ملی بزرگسالان بانوان هم با چهار ورزشکار راهی این رویداد خواهند شد. این روزها تیم‌های ملی ما درگیر تمرین هستند ولی قطعاً برای اعزام انتخابی خواهیم داشت و هنوز نفرات مشخص نشده‌اند. هدایت تیم مردان را در این مسابقات نیکزاد شیری و بانوان را سیمین مهدوی به عهده خواهند داشت.

وی در مورد برنامه‌های اخیر فدراسیون هم اینگونه توضیح داد: در حال حاضر مسابقات لیگ برتر ما در جریان است و همین امر هم باعث شده بازیکنان تیم ملی که اکثراً در این لیگ حضور دارند آمادگی خوبی داشته باشند. علاوه بر این چون مانند هر سال مسابقات جام فجر را در پیش رو داریم بیشتر تمرکز خودمان را گذاشتیم که به شکل هر ساله این رقابت‌ها را هم با کیفیت مطلوبی برگزار کنیم. دغدغه این روزهای ما آماده سازی تیم ملی برای حضور در مسابقات ترکیه و سپس میزبانی شایسته از جام فجر که است بهمن سال جاری برگزار خواهد شد.

پوریا در پایان در واکنش به انتخابیات کمیسیون ورزشکاران کمیته بین‌المللی المپیک و رأی نیاوردن ثریا آقایی گفت: انتخابیات کمیسیون ورزشکاران کمیته بین‌المللی المپیک در جریان این بازی‌ها در پاریس برگزار شد که از ایران هم ثریا آقایی از رشته بدمینتون کاندیدای عضویت در کمیسیون ورزشکاران کمیته بین‌المللی المپیک بود که موفق به کسب رأی نشد در مورد تبلیغات برای آقایی هم این موضوع را یادآور شوم که قانون کمیته بین‌المللی المپیک بود و ما باید آن را رعایت می‌کردیم. آقایی از بازیکنان با اخلاق و برجسته ماست که این روزها نیز هدایت تیم زیر ۱۵ و ۱۷ سال دختران ایران را به عهده دارد.

یک روز وقتی کارمندان به اداره رسیدند، اطلاعیه بزرگی را در تابلوی اعلانات دیدند که روی آن نوشته شده بود: دیروز فردی که مانع 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 بدانند کسی که مانع پیشرفت آن ها در اداره می شده که بوده است. این کنجکاو، تقریباً تمام کارمندان را ساعت ۱۰ به سالن اجتماعات کشاند. رفته رفته جمعیت زیاد می شد همچنان هم بالا می رفت. همه پیش خود فکر می کردند این فرد چه کسی بود که مانع پیشرفت ما در اداره بود؟ به هر حال خوب شد که مردا کارمندان در صحن 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 مانع 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 هانتورات و موفقیت هایتان اثر گذار باشید. شما تنها کسی هستید که می توانید به خودتان کمک کنید.

سال هشتم  
شماره ۳۰۷  
شنبه ۱۷ شهریور ۱۴۰۳  
۸ صفحه  
۵۰۰۰ تومان  
چاپ: چشمه توسعه

هفته نامه فرهنگی-اجتماعی  
مدیر مسئول: حسن شیرزاد کبریا  
صاحب امتیاز: ناهید شیرزاد  
سر دبیر: امیر حسین طاهریان  
گیلان-گلستان-مازندران

ساری-بلوار پاسداران-روبه روی بیمارستان بوعلی سینا-کوچه شهید رضایی-پلاک ۶۱  
تلفکس: ۰۱۱۳۳۴۴۰۷۹۷

گزارش تصویری

## باغ عباس آباد بهشهر در آخرین روزهای تابستان

مجموعه گردشگری خود انتخاب کرده و تاریخی عباس آباد بهشهر در آخرین روزهای فصل تابستان میزبان مسافران و گردشگرانی است که قبل از آغاز مدارس این منطقه زیبا را به عنوان مقصد گردشگری

