

قصه پرغصه انباشت زباله در عرصه‌های ملی مازندران

۲

چرا ایران کهن‌ترین
کشور جهان است؟

۵

نقش کلیدی زنان در بخش‌های
مختلف جامعه

۴

مدیریت بحران گیلان اینبار
غافلگیر نشد

۳

بومی‌سازی زیرساخت‌های نیروگاه برق،

ضرورتی برای توسعه کشور با عبور از تحریم‌ها



به علت تغییر اقلیم است که احتمال افزایش هم دارد در حالی که حدود ۵۰ درصد پستوری دریایی خزر به سرعت تبخیر آب در آن بر می گردد و در صورتی این روند با این سرعت ادامه یابد ۲۰ تا ۲۵ درصد مساحت خزر در بخش شمالی که سواحل روسیه را شامل می شود، کاهش خواهد داشت.

نتایج این مطالعات همچنین شان داده فقط در سال های ۱۳۹۳ تا ۱۴۰۰ سطح آب دریای خزر با کاهش حدود ۵۰ سانتیمتری مواجه بوده است که این رخداد به عقب نشینی دریا از ۲۰ متر تا ۱۵۰ متر در سواحل مختلف منجر شده است.

مطالعات و اندازه گیری دقیق زمینی که در ایستگاه های شاخص ساحلی دریای خزر انجام گرفته این مساله سبب افزایش قابل توجه محدوده ساحلی در طول بیش از ۸۵۰ کیلومتر سواحل شمالی کشور شد و کارشناسان معتقدند: با تشدید روند کاهش آب، شاهد پستوری بیشتر دریا و خروج بخش عمده ای از بستر دریا در آینده نه چندان دور باشیم. با توجه به این رخداد طبیعی به تاکید کارشناسان ضرورت دارد در گام نخست به اهمیت موضوع حفاظت از حریم و بستر دریا و گام بعدی ضرورت دارد مسوولان دست اندکار نسبت به پیاده های ناشی از این پدیده توجه جدی و برنامه ریزی اصولی و اساسی برای تامین زیرساخت های لازم این نیروگاه اهتمام جدی داشته باشند.

تحریم ۱۴ ساله صنعت برق

در این پیوند مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق نکا اظهار کرد: نیروگاه نکا از سال ۱۳۹۰ و با آغاز تحریم‌های ظالمانه علیه کشورمان، با اعتقاد و اعتماد بر توانمندی متخصصان شرکت‌ها و سازندگان متعهد و توانمند داخلی اقدامات ارزشمندی انجام داد.

نورالله ادبی فیروزجایی گفت: کارشناسان نیروگاه نکا در زمینه بومی سازی قطعات نیروگاهی تلاش کرده به خوشبختانه عمره این باورمندی و اعتماد با پیگیری‌های اداره ساخت داخل و نظارت کارشناسان این شرکت و به فعلیت رسیدن توان صنعتگران داخلی و شرکت‌های دانش بنیان در زمینه ساخت قطعات حساس و پیچیده نیروگاهی به ثمر نشست و به توفیقات مهمی در تامین قطعات و گام برداشتن در جهت خودکفایی دست یافتیم. مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق نکا گفت: در راستای خودکفایی و کاهش وابستگی به شرکت‌های خارجی و با تکیه بر دانش بومی، در ۱۴ سال گذشته حدود ۱۰۰ هزار قطعه مورد نیاز نیروگاه کشور با مدیریت و پیگیری اداره ساخت داخل و نظارت کارشناسان نیروگاه شهیدسلیمی نکا در مازندران بومی سازی شد.

همچنین مدیر امور تعمیرات سیکل ترکیبی نیروگاه برق نکا هم گفت که واحد ۲ گازی نیروگاه شهیدسلیمی نکا به ظرفیت ۱۳۷۶ مگاوات که به منظور انجام بازدید ۲ هزار ساعته و ارتقاء آمادگی جهت تولید پایدار انرژی از مدار خارج شده بود، به مدار تولید بازگشت. عبدالرضا محمودی افزود: این واحد که طبق برنامه به منظور انجام بازدید دوره ای ۲ هزار ساعته از مدار خارج شده بود، پس از ۶ روز کار فشرده تعمیراتی آماده بهره برداری شد.

وی تصریح کرد: در این بازدید دوره ای علاوه بر انجام فعالیت های معمول در بازدیدهای دوره ای ۲ هزار ساعته در بخشهای مکانیک، الکتریک و ابزار دقیق اقداماتی همچون تعویض نگهدارنده و سرامیکهای معیوب اتاق احتراق، ترمیم بدنه خروجی توربین، سیل های آب بندی دایورتر دمپر، رفع نشتی از سوپرهیت بویلر بازباب، رفع مشکل اسپید چنجر سیستم کنترل(کنترل دور توربین)، تست و چک حفاظت های ژنراتور و ترانس، رفع اشکال دودکش توربین گازی و تعمیر اساسی موتور شماره دو روغن کاری به مدار تولید برگشت.

کارشناسان صنعت برق بر این باورند که بومی سازی یکی از راهبردهای مهم برای خنثی سازی تحریم ها در حوزه انرژی و تامین قطعات نیروگاههای برق کشور در جهت تولید پایدار با همراهی نخبگان دانشگاهی محسوب می شود.

تحریم های ظالمانه برای مردم ایران که از اوایل دهه ۹۰ خورشیدی به بالاترین حد خود رسید و هرسال بر میزان و حجم آن افزوده شد زیرساخت های صنعت برق یکی از اهداف این تحریم ها بود. نیروگاه شهیدسلیمی نکا با ظرفیت تولید ۲۲۱۴ مگاوات به عنوان یکی از بزرگترین نیروگاههای کشور است که می‌تواند بیش از چهار درصد برق کشور را تامین کند.

نیروگاه شهید سلیمی نکا با چهار واحد بخار به ظرفیت هرکدام ۴۴۰ مگاوات، ۲ واحد گازی به ظرفیت هریک ۱۳۷۶ مگاوات و یک واحد بخار سیکل ترکیبی با ظرفیت ۱۶۰ مگاوات با تامین بیش از چهار درصد برق کشور نقش موثری در پایداری شبکه سراسری برق کشور دارد.

بلوک سیکل ترکیبی طرح توسعه نیروگاه شهید سلیمی نکا، مازندران به ظرفیت نامی ۴۸۴ مگاوات در داخل محوطه نیروگاه نکا قرار گرفته و شامل دو واحد گازی ۱۶۲ مگاواتی و یک واحد بخار ۱۶۰ مگاواتی است. نیروگاه شهید سلیمی نکا برای تولید برق پایدار نیازمند بروزرسانی های برخی از زیرساخت ها است که اعمال شدیدترین تحریم های ظالمانه و ممانعت از ورود تجهیزات این صنعت به کشور کارشناسان داخلی را به سمتی سوق داد تا با بهره گیری از دانش نخبگان داخلیدر تامین این زیرساخت ها عملکردی موفق داشته باشند.

کارشناسان داخلی صنعت برق توانستنددر راستای خودکفایی و کاهش وابستگی به شرکت‌های خارجی و با تکیه بر دانش بومی، در ۱۴ سال گذشته حدود ۱۰۰ هزار قطعه مورد نیاز نیروگاه کشور با مدیریت و پیگیری اداره ساخت داخل و نظارت کارشناسان نیروگاه شهیدسلیمی نکا در مازندران بومی سازی شد.

صاحب‌نظران صنعت برق بر این باورند با توجه به تداوم پستوری های آب دریای خزر نیروگاه شهید سلیمی نکا نیازمند قطعات و زیرساخت های است تا بتواند این چالش را پشت سر گذاشته تا در فرایند تولید برق در این نیروگاه مهم اخلاقی ایجاد نشود.

بر اساس مطالعه صورت گرفته در سال ۲۰۱۷ مشخص شد که آب خزر تا سال ۲۰۵۰ پستوری خواهد داشت و این پستوری بنا به گفته کارشناسان

مرکز نظارت همگانی (۱۹۷)

پل ارتباطی مردم با مسئولان ناجا

برگزاری جلسات ارتباط مستقیم

۰۲۱-۲۱۸۶۴۴۴۴

۰۲۱-۲۱۸۶۴۶۶۶

۱۵۷۴۵-۱۵۴۳

مراجعه حضوری

۱۹۷

تلفن ۱۹۷

آماده دریافت

انتقاد، پیشنهاد، شکایت و تقدیر

از عملکرد پلیس



بازرسی کل ناجا

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

دفتر نظارت همگانی - ۱۹۷ بازرسی فرماندهی انتظامی سوادکوه

مسئول بسیج رسانه مازندران:

رسانه ها دستاوردهای بزرگ نظام اسلامی را منعکس کنند



مسئول بسیج رسانه مازندران با اشاره به دستاوردهای علمی و فناوری ایران اسلامی گفت: رسانه ها دستاورهای بزرگ جمهوری اسلامی را منعکس کنند. به گزارش جویبار، عبدالمهدی حق شناس در گفتگو با خبرنگاران به بررسی مقایسه‌ای میان دستاوردهای انقلاب در مقایسه با حکومت پهلوی پرداخت و اظهار کرد: باید توجه داشته باشیم که ما در تبیین دستاوردهای جمهوری اسلامی نیاز به یک مقایسه دقیق و منصفانه داریم.

وی با اشاره به اینکه در دوران رژیم شاه، ایران بیشترین فروش نفت را در اختیار داشت و هیچ تحریمی نیز بر کشور تحمیل نشده بود و در آن زمان، ایران به‌رغم درآمدهای نفتی زیاد، نتوانسته بود هیچ‌گونه تحولی اساسی در بخش‌های مختلف ایجاد کند، بیان کرد: در حقیقت، بسیاری از زیرساخت‌ها، صنایع و خدمات کشور از جمله پزشکی، آموزش، و صنعت به‌شدت وابسته به دیگر کشورهای جهان بودند.

مسئول سازمان بسیج رسانه مازندران ادامه داد: در ۴۶ سال جمهوری اسلامی ایران، علیرغم تمامی تحریم‌ها، تهدیدات و فشارهای خارجی، شاهد پیشرفت‌های قابل‌توجهی در دهها حوزه مختلف از جمله در حوزه‌های هوافضا، صنایع موشکی، فناوری هسته‌ای، پزشکی، نانو تکنولوژی، پتروشیمی و صنعت گاز بوده‌ایم.

حق شناس با اعلام اینکه این پیشرفت‌ها نه تنها در منطقه بلکه در سطح جهانی نیز به‌شدت مورد توجه قرار گرفته است، تصریح کرد: به‌عنوان مثال، ایران اکنون دارای بزرگ‌ترین شبکه لوله‌کشی گاز در جهان است که یکی از بزرگ‌ترین دستاوردهای کشور در بخش زیرساخت‌ها به شمار می‌رود. وی تأکید کرد: در دوره پهلوی، ایران با جمعیت ۲۶ میلیون نفر، با وجود بالاترین سطح فروش نفت، نه تنها هیچ پروژه بزرگ صنعتی و زیرساختی برای مردم خود اجرا نکرد بلکه به دلیل وابستگی به کشورهای خارجی، حتی در بخش‌هایی مانند پزشکی، نیاز به واردات پزشک از کشورهای دیگر مانند هند و پاکستان داشت.

مسئول سازمان بسیج رسانه مازندران گفت: در حالی که امروز در جمهوری اسلامی ایران، تنها در مناطق روستایی و دورافتاده کشور، چندین پزشک مستقر هستند و سرانه پزشک و خدمات درمانی در کشور به یکی از بالاترین استانداردهای جهانی رسیده است.

حق شناس به دستاوردهای جمهوری اسلامی در حوزه فناوری پزشکی اشاره کرد و افزود: در زمینه درمان بیماری‌های سرطانی و دارو، جمهوری اسلامی ایران توانسته است در بسیاری از زمینه‌ها خودکفا شود.

وی با اعلام اینکه خدمات پزشکی برای کودکان زیر ۶ سال به‌صورت رایگان ارائه می‌شود و در بسیاری از موارد، درمان‌های پیچیده و تخصصی که در گذشته تنها در کشورهای پیشرفته قابل دسترسی بود، اکنون در ایران در دسترس است، ادامه داد: این پیشرفت‌ها در حالی است که در دوران شاه، سیستم بهداشت و درمان به‌شدت ضعیف و وابسته به خارج از کشور بود.

مسئول سازمان بسیج رسانه مازندران به دیگر پیشرفت‌های علمی و فناوری جمهوری اسلامی نیز اشاره کرد و گفت: در زمینه صنعت هسته‌ای، ایران به یکی از کشورهای پیشرفته در زمینه تولید انرژی هسته‌ای و فناوری‌های مرتبط با آن تبدیل شده است.

حق شناس با اعلام اینکه در حوزه نانو تکنولوژی و صنایع موشکی نیز ایران توانسته است به موفقیت‌های بزرگی دست یابد، خاطرنشان کرد: حتی در صنایع موشکی، ایران جزو کشورهای پیشرو در تولید موشک‌های دوربرد و موشک‌های با قابلیت استفاده در صنایع دفاعی و هوافضا است. وی با تشکر از رسانه‌ها و خبرنگاران کشور و استان مازندران گفت: امیدوارم با حمایت‌های رسانه‌ای بیشتر، مردم ایران بتوانند به‌طور کامل از دستاوردهای بزرگ جمهوری اسلامی آگاه شوند و دشمنان نتوانند با جنگ رسانه‌ای خود، حقیقت را مخفی کنند.

گزارش



قصه پرغصه انباشت زباله در عرصه‌های ملی مازندران

انباشت و رهاسازی هزاران تن زباله در طبیعت و عرصه‌های ملی چالش چندین ساله ای بوده که نقاط مختلف مازندران با آن درگیر است و تاکنون اقدام اصولی هم برای رفع این چالش از سوی مسوولان امر صورت نگرفت.

● به گزارش **جویبار**، انباشت زباله‌ها و آلوده شدن خاک محیط تنها چالش ناشی از این روش دفع پسماند نیستند بلکه نفوذ شیرابه‌ها به عمق زمین و آب‌های زیرزمینی تهدید بزرگی است که بر سلامت ساکنان اطراف این سایت‌های دیپوی زباله تأثیر مستقیم می‌گذارد.

زباله‌دان‌های تحمیل شده به طبیعت مازندران بسیاری از زمین‌های باغی، شالیزاری و مراتع استان را به درجه‌ای از آلودگی رساندند که در سلامت محصولات تولیدی در این عرصه‌ها ایهام وجود دارد.

شهرهای مازندران به گونه‌ای گسترده شده که جنگل، کوه، دشت و مرتع بخشی از شهرها و روستاهای این استان را تشکیل می‌دهند و همه این اراضی هم در معرض تهدید زباله‌ها قرار دارند.

معضل پسماند سال‌های طولانی است که گریبان مازندران سرسبز را گرفته و در برهه‌های مختلف سه دهه گذشته در برخی مناطق تبدیل به بحران چندوجهی شد. در این فرایند بیشترین آسیب به جنگل‌های مازندران وارد شد. محل دیپوی زباله‌ها در قائمشهر، آمل، بابل، بابلسر، نوشهر، نور و بسیاری از شهرهای این استان از گل‌گاه تا رامسر تهدیدی جدی برای عرصه‌های طبیعی محسوب می‌شوند. از جمله نقاط آسیب دیده از ورود و انباشت زباله یکی از روستاهای قائمشهر است که بنا به گفته مردم و مسوولان تا پیش از ورود زباله

منطقه ای سرسبز به شمار می رفت.

در نزدیکی روستای «دیوکلا ی سفلی» در قائمشهر در دل طبیعتی که روزگاری به سرسبزی و زیبایی معروف بود قصه تلیمار شدن زباله و سر برآوردن تل ۶۰ ساله پسماند به درد جانکاه محیط زیستی مازندران مبدل شده است.

انباشت زباله در مدت طولانی روایت وضعیت محل فعلی دفن زباله قائمشهر که هر روز مامن هزار تن پسماند است و به تدریج به کوه ای از زباله تبدیل شد و بوی ناخوشایند، شیرابه های سمی و آسیب به محیط زیست زنگ خطری برای مردم منطقه و مسوولان به شمار می رود.

محل انباشت زباله قائمشهر با سالها قدمت در حاشیه جاده قائمشهر به کیاکلا و در نزدیکی روستای دیوکلا سفلی واقع شده است و آنچه از آمارها و داده های رسمی بر می آید روزانه ۲۳۰ تن زباله از قائمشهر جمع آوری و در محل دفن زباله روستای دیوکلا سفلی انباشته می شود.

روستایی که بنا به اظهار اهالی منطقه روزگاری سرسبز و خوش آب و هوا و زمین های کشاورزی اطراف روستا پر بار از تولید محصولاتی نظیر برنج بود. اما سیاهی زباله باعث شد تا چهره محیط زیست منطقه مخدوش و غبار آلود شود.

البته طی سال ها و در دولت های مختلف برای حل این چالش زیست محیطی اقدامات صورت گرفته است اما مساله همچنان باقی

است.

معاون خدمات شهری شهرداری قائمشهر در خصوص اقدامات انجام شده در سایت زباله این شهر گفت: راهاندازی ۲ خط پردازش ۲۵۰ تنی زباله و بی‌ظنیر بودن خط پردازش زباله قائمشهر به خاطر مجهز بودن به دستگاه مدرن از جمله این اقدامات است.

حسن رجیبی با اشاره به اینکه اینبه تصفیه‌خانه شیرابه زباله به پایان رسید، ادامه داد: ۲ سال پیش مراسم رسمی افتتاحیه این تصفیه‌خانه را برگزار کرده بودند دستگاه‌های پمپاژ هنوز نصب نشد.

وی افزود: دستگاه‌های پمپاژ وارداتی هستند و می‌توانند با ظرفیت ۱۰۰ مترمکعب در روز شیرابه‌های زباله را تصفیه کرده و آن را برای مصارف کشاورزی و صنعتی آماده کنند. در مبحث سپتاژ هم شهرداری، زمین مورد نیاز را به سرمایه‌گذار داده و پروژه اجرا شده که به زودی به بهره‌برداری می‌رسد.

معاون خدمات شهری شهرداری قائمشهر به مساله زباله‌های دورریز هم اشاره کرد و گفت: زباله‌های آلی در سالن تخمیر به خاک پوششی تبدیل می‌شود و به سکوی شماره ۳ انتقال می‌یابد.

وی توضیح داد: زباله‌های دورریز هم در سکوی شماره یک ساماندهی می‌شود و طبق قراردادی که با شرکت سیمان فیروزکوه منعقد شد روزانه ۱۰۰ تن زباله دورریز به این کارخانه تحویل داده خواهد شد.

معاون شهرداری قائمشهر ادامه داد: مهم‌ترین

دغدغه ما سکوی منتهی به رودخانه است که به صورت مرتب روی این سکو خاک پوششی ریخته می شود و از نیروهای آتش‌نشانی هم برای اطفاء حریق و جلوگیری از خروج گاز متان کمک می‌گیریم.

وی ادامه داد: در نظر داریم با احداث یک دیواره بتنی و کانال‌های زهکشی از نفوذ شیرابه به رودخانه جلوگیری کنیم. عبدالرضا دادبود سرپرست معاونت هماهنگی امور عمرانی استانداری مازندران درباره آخرین وضعیت مدیریت پسماند در استان، اظهار کرد: سه هزار میلیارد تومان برای مدیریت پسماند استان اعتبار نیاز است.

وی با بیان این که، ۱۴ گروه سرمایه‌گذار توانمند در راستای اجرای صفر تا ۱۰۰ کارخانه کمپوست و زباله اعلام آمادگی کردند، گفت: باید با بهره‌گیری از طرح‌های نو به سمت باز یافت پسماند حرکت کنیم.

دادبود با تأکید بر اینکه رفع معضل پسماند یک چالش استانی است و شهرستانی نیست، تصریح کرد: طرح پسماند باید منطقه‌ای اجرا شود، محدودیت زمین، منابع مالی، زیست‌محیطی، مانع از طرح هر شهر یک پسماند می‌شود.

وی گفت: بر اساس دستورالعمل جدید تخصیص اعتبارات ملی در جهت هزینه انتقال خروج زباله از استان صورت نمی‌گیرد و هزینه انتقال را شهرداری‌ها از منابع داخلی متقبل می‌شوند.

حفاظت محیط زیست برای حضور در این روز دعوت شده‌اند.

محمدی ادامه داد: در روز دیگر محور «گردشگری دریایی و ساحلی» با موضوع اقتصاد دریامحور مورد توجه قرار گرفته است که مدیران اداره کل بنادر و دریانوردی، امور اقتصادی استانداری و ادارات کل منابع طبیعی استان قرار است در این روز حضور یابند.

وی افزود: برای روز سوم نمایشگاه هم در میز تخصصی خدمات سرمایه‌گذاری گردشگری مازندران به موضوع تسهیل صدور مجوز کسب و کار پرداخته می‌شود که از اداره کل امور اقتصادی و دارایی، دفتر جذب و حمایت از سرمایه‌گذاری استانداری، اداره امور اراضی و سازمان جهاد کشاورزی دعوت شد تا در این روز در غرفه سرمایه‌گذاری گردشگری مازندران حضور یابند.

این مسئول با اشاره به وجود ۱۶۰ طرح نیمه‌مام گردشگری در مازندران اظهار کرد: یکی از مهم‌ترین مسائل مورد نظر ما شناسایی طرح‌های نیمه‌تمامی است که برای تکمیل به سرمایه‌گذاری نیاز دارند. در مازندران حدود ۱۶۰ طرح نیمه‌تمام داریم که بالغ بر ۵۹۰ هزار میلیارد ریال حجم سرمایه‌گذاری این طرح‌ها است.

یکی از حوزه‌های سرمایه‌گذاری گردشگری استان به صورت تخصصی پرداخته شود که برای هر روز نیز تعدادی از مدیران دستگاه‌های اجرایی مرتبط و کارشناسان این دستگاه‌ها برای آسان‌سازی فرایند جذب سرمایه‌گذار دعوت شده‌اند تا در نمایشگاه و میز تخصصی خدمات سرمایه‌گذاری گردشگری استان حضور یابند.

این مقام مسئول با اشاره به در نظر گرفتنحوریت اقتصاد دریامحور برای برنامه‌های مازندران در هجدهمین نمایشگاه بین‌المللی گردشگری تهران، خاطرنشان کرد: امسال با توجه به سیاست‌های برنامه هفتم توسعه و فرمایشات مقام معظم رهبری اقتصاد دریامحور و سرمایه‌گذاری را در نمایشگاه مورد توجه قرار دادیم.

معاون سرمایه‌گذاری اداره کل میراث فرهنگی مازندران گفت: میز تخصصی خدمات سرمایه‌گذاری قرار است در هر روز با یک موضوع مشخص به پیگیری امور سرمایه‌گذاران متقاضی فعالیت در حوزه گردشگری مازندران بپردازد. یک روز از چهار روز برپایی نمایشگاه به «گردشگری آبی» اختصاص یافته که مدیران شرکت آب منطقه‌ای مازندران، امور اقتصادی و دارایی، اداره کل امور اقتصادی استانداری و اداره کل



سرمایه‌گذاری گردشگری مازندران در هجدهمین نمایشگاه بین‌المللی گردشگری تهران، برپایی میز خدمات سرمایه‌گذاری گردشگری با حضور مدیران ارشد دستگاه‌های اجرایی مرتبط با حوزه گردشگری استان در تهران برپا می‌شود.

احسان محمدی اظهار کرد: با توجه به اولویت‌گذاری برای معرفی ظرفیت‌های

معاون سرمایه‌گذاری اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی مازندران گفت: میز تخصصی خدمات سرمایه‌گذاری گردشگری مازندران امسال با حضور مدیران ارشد دستگاه‌های اجرایی مرتبط با حوزه گردشگری استان در تهران برپا می‌شود.

احسان محمدی اظهار کرد: با توجه به اولویت‌گذاری برای معرفی ظرفیت‌های



معضل پسماند

سال‌های طولانی

است که گریبان

مازندران سرسبز

را گرفته و در

برهه‌های مختلف

سه دهه گذشته

در برخی مناطق

تبدیل به بحران

چندوجهی شد.

در این فرایند

بیشترین آسیب

به جنگل‌های

مازندران وارد شد.

محل دیپوی زباله‌ها

در قائمشهر، آمل،

بابل، بابلسر،

نوشهر، نور و

بسیاری از شهرهای

این استان از

گل‌گاه تا رامسر

تهدیدی جدی

برای عرصه‌های

طبیعی محسوب

می‌شوند.

مدیریت بحران گیلان اینبار

غافلگیر نشد

اینجا را به باران های بسیار و پرچم می شناسند آنگونه که رشت به شهر باران های نقره ای شهره است و نزدیکترین سند و گواه هم آن است که در ۷۲ ساعت اخیر؛ گیلان و رشت حجم گسترده ای از برف و باران را به خود دید.

چنانکه در این مدت میزان بارش برف در مناطق کوهستانی و ارتفاعات این استان به بیش از ۲ متر رسید و رشت همچنان عنوان زیبای خود را با رکورد ۲۲۰ میلیمتر باران در کمتر از ۷۲ ساعت حفظ کرد.

هر چند این بارش ها که در زمان اندکی بارید با وجود اسفنجی بودن زمین و برنامه ریزی مسئولان باز هم مشکلاتی را موجب شد و برخی مناطق استان با همه تدابیر اندیشیده شده دچار آبگرفتگی شدند اما مدیریت بحران استان اینبار غافلگیر نشد و از قبل شرایط را بر اساس پیش بینی های هواشناسی و حساسیت ها مدیریت کرد.

در مناطقی چون شهر پیربازار از توابع شهرستان رشت به دلیل سرریز شدن آب رودخانه های زرجوب و گوهررود که در این منطقه بهم می پیوندند، سیل بخشی از مناطق را زیر آب برد و نیمی از شهر جولانگاه سیلاب شد آنگونه که

طی حدود ۳ روز گذشته تردد در این بخش شهر با قایق انجام می شود و حدود یک هزار خانوار در این مناطق متاثر از سیلاب شده و خانه هایشان آسیب دید اما همین شرایط بحرانی هم مدیریت شد.

در واقع در همان روز نخست بارش ها رکورد بارندگی رشت که ظرف ۱۲ ساعت اولیه (سامانه سرد و بارشی اخیر) ۱۰۸ میلیمتر باران بارید، موجب شد تا حجم آب شهر و مناطق اطراف در رودخانه سرریز شده و موجب بالا آمدن آن در مسیر به سمت تالاب شده و سیل

البته استاندار گیلان روز گذشته (شنبه) در حاشیه ستاد مدیریت بحران استان اعلام کرد: براساس برآورد اولیه، سیل به ۲ هزار خانوار در استان خسارت وارد کرد که حدود ۷۰۰ تا ۸۰۰

خانوار ساکنان شهر پیربازار از توابع شهرستان رشت هستند.

علاوه بر شهر پیربازار دایره آبگرفتگی های به دلیل شدت بارندگی ها در زمانی محدوده؛ گسترده تر بود و در خود شهر رشت منازل مردم در چند منطقه از جمله شهید دیتانی، سیاه اسطخ و مسکن مهر و حتی نقاطی از شمال شهر مثل گلسار دچار آبگرفتگی شد در برخی شهرستانها از لاهیجان تا آستارا هم سیل در مواردی خودی نشان داد که به سرعت با آمادگی و حضور دستگاه های مربوطه مدیریت و برطرف شد.

استاندار گیلان که مدیریت شرایط را از یک هفته قبل با مدیران استان برنامه ریزی کرده بود به مدیران دستور داد در میدان حاضر باشند و با آغاز بارش ها از پنجشنبه شب در استان خود پیش از همه در عرصه حضور یافت و قبل از ظهر جمعه از مناطق مختلف رشت و وضعیت آبگرفتگی ها بازدید کرد و در منطقه پیربازار با توجه به بالاآمدن سطح آب رودخانه دستور تخلیه منازل چندین کوچه و خیابان های حاشیه رود را به مناطق امن داد.

پیرو آن همه دستگاه های خدماتی از هلال احمر و شهرداری تا سپاه و نیروی دریایی ارتش وارد عمل شدند و مردم را به مکان های امن و تدارک شده منتقل کردند.

غروب آن روز استاندارد دوباره در پیربازار و در میان بخشی از مردم که برای تخلیه منازل خود مقاومت می کردند حضور یافت و تاکید کرد خسارت ها بعد از فروکش کردن آب پیگیری می شود اولویت نجات جان افراد است و باید محل را تخلیه کنند.

در نهایت تاشب مردم به محل های امن منتقل شدند.

۴۰۳ نفر از سیل زدگان رشت خدمات رسانی شدند

بر اساس آخرین اعلام هلال احمر استان ۴۰۳ نفر از افراد متاثر از سیل در شهر پیربازار و چند منطقه دیگر رشت به مکان امن انتقال یافته اند و خدمات لازم اعم از غذای گرم و آب و نیز بسته های مواد غذایی و غیره با کمک سایر دستگاه ها و چند موبک در اختیارشان گذاشته و بخش زیادی نیز به منازل اقوام خویش رفته اند.

هماهنگی ها و تعامل بخش های مختلف در جریان بارش های اخیر و خدمات رسانی در استان نمود محسوسی داشت.

حتی معاون اول رئیس‌جمهور هم روز جمعه در تماس تلفنی با استاندار در جریان آخرین اقدامات انجام شده و روند امدادرسانی به مردم

آسپدیده‌قرار گرفت و ضمن تاکید بر بسیج تمامی امکانات برای حل مشکلات مردم، دستورات لازم را برای تسریع در روند امدادرسانی و بازگشایی راه‌ها صادر کرد.

پیرو این امر روسای سازمان مدیریت بحران کشور، سازمان راهداری و حمل و نقل جاده ای و نیز معاون سازمان امداد و نجات کشور به استان سفر کردند و ضمن بازدید و بررسی وضعیت برای کمک به مدیریت بهتر تدابیری اندیشیدند.

از جمله حضور تیم‌هایی از استان های زنجان، اردبیل، قزوین، البرز و تهران از روز گذشته (شنبه) به منظور افزایش سرعت عملیات و ارائه خدمات امدادی در کنار نیروهای امدادی و خدماتی و غیره و نیز انتقال تجهیزات و امکانات به گیلان بود.

تیم‌هایی از استان های زنجان، اردبیل، قزوین، البرز و تهران از روز گذشته (شنبه) به منظور افزایش سرعت عملیات و ارائه خدمات امدادی در کنار نیروهای امدادی و خدماتی در گیلان حضور یافتنداما موضوع تخلیه منازل و شهر پیربازار از آب به دلیل تداوم و پیوستگی بارندگی‌ها تا صبح امروز با کندی و سختی پیش می رفت تا آنکه از صبح یکشنبه با تبدیل باران به برف عملا آرام، آرام زمینه برای فروکش کردن آب رودخانه های زرجوب و گوهررود و نیز تسریع در روند عملیات تخلیه شهر از سیلاب فراهم شده است.

در واقع طی سه روز گذشته باران پیوسته و مستمر با شدت کم و زیاد تداوم داشته است. به گفته مدیرکل مدیریت بحران گیلان، هم اکنون آب رودخانه زرجوب و گوهررود در محدوده پیربازار در حال فروکش کردن است و ۱۰۰ تیم امداد و نجات با مسئولیت جمعیت هلال احمر استان در سطح شهر با استفاده از پمپ‌های تخلیه، آب را از منازل خارج می‌کنند.

محمد علی ویشکایی عنوان کرد که با دستور رئیس سازمان امداد و نجات کشور چند دستگاه خودرو ویژه و ۱۵۰ دستگاه پمپ آب و امکانات مشابه برای انجام این ماموریت در اختیار استان گیلان قرار گرفته و هم اینک خدمات رسانی در این مناطق ادامه دارد.

استاندار گیلان هم با حساسیت وضعیت خدمات رسانی به این مناطق را رصد کرده و شب گذشته نیز برای چندمین بار در این مناطق حضور یافت و از نزدیک شرایط را

بررسی و رصد کرد. هادی حق شناس امروز هم در این رابطه اعلام کرد: آب در حال فروکش کردن است و کمی زمان می برد تا آب شهر و منازل کامل تخلیه شود و در این رابطه همه امکانات دستگاه ها از هلال احمر و بنیاد مسکن و غیره در منطقه حضور دارد تا مشکل حل شده و وضعیت به حالت عادی بازگردد.

۱۰۰ تیم امداد و نجات با مسئولیت جمعیت هلال احمر استان در سطح شهر با استفاده از پمپ‌های تخلیه، آب را از منازل خارج می‌کنند، وی تصریح کرد: بعد از تخلیه منازل و شهر از سیلاب ارزیابی خسارت ها آغاز می شود.

سیل زده ها بعد از ارزیابی ها می توانند به خانه هایشان بازگردند

مدیرکل مدیریت بحران گیلان هم ساعتی قبل اعلام کرد: تیم‌های ارزیابی برآورد خسارت کشور از ظهر امروز در استان مستقر شده اند تا آسیب های وارد شده به مردم مناطق سیل زده را ارزیابی کنند.

ویشکائی افزود: مردم سیل‌زده و آسیب دیده دهستان و شهر پیربازار بعد از انجام ارزیابی‌های تیم‌های برآورد خسارت می‌توانند به منازل مسکونی خود بازگردند.

اما اقدامات و تدابیر دستگاه‌های استان با توجه به گستردگی بارش ها حوزه های مختلف را در بر می گرفت و از قبل در بخش های مختلف از مدیریت برق و گازو نیز انرژی صنایع و بخش خانگی تا بازنگه داشتن راه‌ها و تامین مایحتاج و نان مردم و غیره را در می گرفت.

در واقع با تدابیری که از قبل در استان اندیشیده شد مشکلات به حداقل رسید و بر خلاف موارد مشابه قبل درسایه تدبیر صحیح و حضور مسئولان استان و بیش از همه استاندار در میدان و نظارت و رصد امور هر مساله و مشکل خود تبدیل به بحرانی جدید و گسترده تر نشد.

مردم سیل‌زده و آسیب دیده دهستان و شهر پیربازار بعد از انجام ارزیابی‌های تیم‌های برآورد خسارت می‌توانند به منازل مسکونی خود بازگردنداما یکی از اقداماتی که موجب شد تا مشکلات موجود استان تشدید نشود

ممنوعیت ورود خودروهای غیر بومی و در واقع مسافران از محور آزادراه قزوین – رشت و محور قدیم قزوین – رشت هر دو از مسیر جنوب به شمال بود ضمن آنکه استاندار گیلان از چند روز قبل از بارش‌ها از هموطنان خواست که از سفر به گیلان در این سه روز خودداری کنند.

آمارها هم نشان دهنده این امر بود چنانکه کاهش ۵۰ درصدی ورود خودروها به استان از



در ارایه خدمات در جایگاه‌های سوخت استان گیلان وجود ندارد و این جایگاه‌ها روال عادی خود را طی می کنند و سوخت به میزان کافی در انبارها وجود دارد.

برای آنکه در تولید صنایع و فعالیت آنها هم وقفه ایجاد نشود یکمیلیون لیتر گازوئیل مورد نیاز ژئراتورهای واحدهای تولیدی – صنعتی استان به صورت اضطراری تامین شد.تامین یک میلیون لیتر گازوئیل برای صنایع

در این شرایط برای آنکه در تولید صنایع و فعالیت آنها هم وقفه ایجاد نشود یکمیلیون لیتر گازوئیل مورد نیاز ژئراتورهای واحدهای تولیدی – صنعتی استان به صورت اضطراری تامین شد.

مدیرکل صنعت معدن و تجارت گیلان هم عنوان کرد: با توجه بارش‌های اخیر، برودت هوا و افزایش مصرف انرژی برق و گاز در بخش

مسکونی، این اداره کل با پیگیری‌های لازم گازوئیل مورد نیاز برای واحدهای صنعتی دارای ژئراتور برق را تامین کرد تا بتوانند به تولید و فعالیت ادامه دهند.

اما در موضوع نان هم سابقه نه چندان شکسته شدن رکورد مصرف گاز در گیلان . اما شرکت گاز هم که فشار بار در زمان سرما و برودت هوا بر آن مضاعف می شود با توجه به آمادگی ها مشکل چندانی نداشت و در سایه همراهی دستگاه های مربوطه اعم صمت و صنایع و شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی استان تا کنون شرایط را مدیریت کرده اند تا هم نیاز خانوارها و هم مصارف بخشی از صنایع مهم را تامین کنند.

مدیرعامل شرکت گاز گیلان روز یکشنبه اعلام کرد که طی شبانه روز گذشته با ثبت میزان ۲۶میلیون مترمکعب رکورد مصرف گاز در گیلان شکسته شد.

به گفته مسعود برداران نصیری، این میزان به گفته مسعود برداران نصیری، این میزان حدود ۲۰ میلیون مترمکعب مربوط به مصارف خانگی بود که این رقم نیز بیشترین میزان مصرف گاز طی سال جاری در این بخش است که نسبت به روز گذشته ۱۰ درصد رشد دارد و در عین حفظ شرایط نیازمند همراهی مضاعف مردم برای روزهای آتی و شرایط یخبندان در استان هستیم.

در این میان در زمینه سوخت مورد نیاز خانوارهای روستایی و ساکنان مناطق صعب العبور هم پیش بینی و اقدام شد چنانکه مدیر شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی گیلان گفت: با توجه به پیش‌بینی‌ها مبنی افزایش سرما و بارش‌ها در استان، از ابتدای بهمن ماه ۲۱۰ لیتر سهمیه نفت سفید خانوارهای گیلانی ساکن در مناطق صعب العبور که فاقد گاز طبیعی هستند، افزوده و تامین شد.

مجتبی شکوری افزود: بر این اساس کار

سوخت‌رسانی به مردم ساکن مناطق فاقد گاز طبیعی و همچنین به انبارها و جایگاه های سوخت در گیلان پیش از بروز سرما و بارش دست از میان برداشته و به بیان مردم و مسئولان در

وی در مورد جایگاه های سوخت هم گفت که با پیش بینی های انجام شده هیچ مشکلی

● خبر

سرپرست شرکت گاز استان خبر داد:

پایداری جریان گاز در گیلان



سرپرست شرکت گاز گیلان با اشاره به آمادگی ۴۰۰ گروه عملیاتی برای مواجهه با هرگونه بحران احتمالی در استان، گفت: مشترکین خانگی با مصرف بهینه و رعایت دمای آسایش، به پایداری جریان گاز در استان و کشور کمک می‌کنند.

مسعود برداران نصیری در گفت‌وگو با خبرنگار ایسنا با بیان اینکه امروز ۲۷ میلیون و ۲۰۰ هزار مترمکعب گاز در استان مصرف شده، اظهار کرد: ۲۱ میلیون و ۳۰۰ هزار مترمکعب از مصرف امروز مربوط به بخش خانگی بوده و در مقایسه با روز گذشته یک میلیون و ۳۰۰ هزار مترمکعب رشد داشته است.

وی افزود: پرسنل شرکت گاز استان پس از شرکت در راهپیمایی باشکوه ۲۲ بهمن، در اداره حضور یافتند و ضمن پایش مصرف گاز استان درصدد هستند تا گاز همه مشترکین در این روزهای سرد پایدار بماند.

سرپرست شرکت گاز گیلان با اشاره به پایداری جریان گاز در تمام نقاط استان گفت: طی هماهنگی با سایر

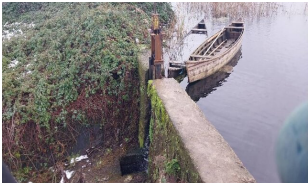
ادارات شهرستان‌ها دستورات مقتضی

هموا صادر شد.

بردران نصیری تصریح کرد: در تمام شهرها و روستاهای استان اکیپ‌های امدادی استان پای کار هستند تا گاز قطع نشود و با اقدامات به موقع خود موجب پایداری جریان گاز می‌شوند، وی با بیان اینکه با کاهش دو درجه‌ای دما، ۱۲ درصد در مصرف صرفه جویی می‌شود، تاکید کرد: مشارکت همگانی در پوشش «دو درجه کمتر»، ضمن صرفه‌جویی در مصرف انرژی در روزهای سرد به پایداری شبکه کمک می‌کند و از بروز محدودیت انرژی گاز در استان‌های سردسیر و ایجاد مضایق احتمالی برای دیگر هموطنانمان خودداری می‌نماید.

اقدامات ایمنی برای رفع شکستگی

دریچه آب‌بندان روستای کرگان در حال انجام است



فرماندار بندرانزلی در خصوص شکستگی دریچه خروجی آب‌بندان روستای کرگان این شهرستان گفت: اقدامات ایمنی از شامگاه گذشته آغاز شده و محل خروجی با حضور کارشناسان فن در حال ایمن‌سازی است.

محمداصل ضیایی، در حاشیه بازدید مجدد از آب‌بندان مرغوب روستای کرگان در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: در پی بارندگی‌های اخیر و افزایش حجم آب ورودی، دریچه خروجی این آب‌بندان دچار شکستگی شد.

وی با اشاره به اینکه درصورت شکستن کامل دریچه، جریان آب به سمت چندین روستای پایین‌دست هدایت می‌شد و ممکن بود خسارتی به اماکن مسکونی و مسیرهای فرعی و اصلی وارد شود، افزود: طی بازدیدی که شامگاه گذشته انجام شد اعضای ستاد بحران شهرستان همچنین کارشناسان آب منطقه‌ای استان گیلان به عنوان متولی اصلی آب‌بندان‌ها وارد عمل شدند.

ضیایی در خصوص این اقدامات جهت تامین امنیت این آب‌بندان تصریح کرد:از دیشب ورودی آب‌بندان با هدف جلوگیری از فشار بار مضاعف بسته و جریان آب ورودی با استفاده از بیل مکانیکی به‌منظور کاهش فشار بر خروجی آب‌بندان منحرف شد.

وی افزود: طبق بررسی کارشناسی انجام شده از سوی آب منطقه‌ای استان برای حفظ دریچه، ایجاد پایه خاکی و بتونی مورد نیاز است که مقرر شد ضمن اجرای طرح تقویت، ایمن‌سازی اولیه توسط آب منطقه‌ای اجرا شود.

▼ خبر



سخنگوی وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح با اشاره به قابلیت‌های کشور در بخش‌های مختلف گفت: خوداتکایی و توجه

در حوزه دفاعی و نظامی وابسته بود، گفت: ایران پس از انقلاب اسلامی در حوزه نظامی و دفاعی به خودکفایی ۹۰ درصدی رسیدیم، طلایی‌نیک با اشاره به دستاوردهای انقلاب اسلامی در حوزه‌های مختلف اضافه کرد: روحیه خوداتکایی در حوزه‌های علمی، دفاعی و اقتصادی در کشور متبلور شده است. وی با اشاره به رشد چند برابری علمی ایران پس از انقلاب اسلامی افزود: ایران قبل از انقلاب، در حوزه علمی در رتبه ۵۵ جهان قرار داشت، اما امروز به رتبه ۱۶ رسیده است.

سخنگوی وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای

و مایود شد. طلایی‌نیک، شهدا ره مظهر قدرت شکست‌ناپذیر ملت ایران دانست و تصریح کرد: مردم ولایت‌مدار و آگاه گیلان و لنگرود امروز نشان دادند که در سخت‌ترین شرایط دست از مبارزه و مقاومت بر نمی‌دارند. وی با اشاره به فراز و فرودهای انقلاب اسلامی در طول این چهل و اندی سال افزود: ملت ایران با هوشمندی و بصیرت مثال زدنِ یکی پس از دیگری بحران‌ها را خنثی کردند.

سخنگوی وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح با بیان اینکه ایران قبل از انقلاب

به توان داخلی برگ برنده پیشرفت کشور است.

به گزارش خبرنگار مهر، سردار رضا طلایی‌نیک ظهر دوشنبه در جمع راهپیمایان ۲۲ بهمن مردم لنگرود در میدان انقلاب

این شهر اظهار کرد: توسعه و تعالی انقلاب اسلامی با استحکام و پیوند حلقه‌های مردم و رهبری رقم می‌خورد.

سخنگوی وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح با بیان اینکه مردم رهرو واقعی امامین

انقلاب هستند، گفت: ستون‌های استیکار جهانی با انقلاب اسلامی در ایران فرو ریخت

● خبر

کابوس‌های شبانه در کودکان

کابوس‌های مداوم و پیاپی ممکن است نشان‌دهنده استرس و نگرانی‌های کودک از مسائلی مانند رفتن به مدرسه یا مشکلاتی مثل دستشویی رفتن‌شان باشد. این گزارش به شما والدین کمک می‌کند تا کابوس کودکان را بشناسید و با راهکارهایی این مشکل را حل کنید. تصور کنید که کودک شما با فریاد و جیغ و گاهی لرز از خواب بیدار می‌شود و می‌گوید که کابوس و خواب بد دیده در این زمان ممکن است احساس کند که هیچ چیز اطرافش امن نیست و ترس‌هایی مانند هیولاهای زیر تخت یا موجودات عجیب و غریب ذهنش را پر کرده باشد. اینها باعث می‌شود که کودک احساس تنهایی و اضطراب بیشتری کند و با خوابیدن به موجودات ناشناخته در خواب

سلامی دوباره بدهدا

نیمی از کودکان ۳ تا ۶ سال کابوس می‌بینند

کابوس‌ها ممکن است در هر سنی رخ دهند، اما مطالعات نشان می‌دهند که این اختلال در کودکان بسیار شایع است. تقریباً نیمی از کودکان بین ۳ تا ۶ سال به طور مکرر کابوس می‌بینند. این مسأله برای ۲۰ درصد از کودکان ۶ تا ۱۲ ساله نیز صادق است. تا سن ۱۲ سالگی کابوس به طور مساوی بر هر دو جنس تاثیر می‌گذازند، اما برخی مطالعات نشان می‌دهند که کابوس‌ها از سن ۱۳ سالگی برای دختران بیشتر است. «ترس‌های شبانه» که نوعی حملات ترس و وحشت هستند و می‌توانند چند دقیقه طول بکشند، نیز در کودکان بیشتر از بزرگسالان مشاهده می‌شوند.

تقریباً نیمی از کودکان بین ۳ تا ۶ سال به طور مکرر کابوس می‌بینند. این مسأله برای ۲۰ درصد از کودکان ۶ تا ۱۲ ساله نیز صادق است

کابوس‌ها چگونه بر کودکان تاثیر می‌گذارند؟

کابوس‌ها معمولاً در آخرین مرحله از چرخه خواب طبیعی انسان یعنی (REM) که در اواسط شب یا صبح زود است، اتفاق می‌افتد. کابوس‌ها می‌توانند برای هر کودک اشکال مختلفی داشته باشد، اما اغلب آنها شامل عناصری ترسناک مانند هیولاه‌ها، ارواح، حیوانات تهاجمی یا افرادی که تهدیدی برای امنیت آن‌ها به شمار می‌روند، هستند.

علامت کودکان بعد از کابوس

بیشتر کودکان بعد از بیدار شدن از یک کابوس، علی‌رغم بزرگسالان نسبت به محیط اطراف خود واکنشی نشان نمی‌دهند. برای همین صداها، حرکات و علائمی مثل سریع نفس کشیدن، تعریق یا گشاد شدن مردمک‌ها در کودکان بسیار کم اتفاق می‌افتد. کودکان معمولاً بعد از کابوس احساس بی‌کفایتی یا اضطراب می‌کنند که ممکن است باعث شدید شدن ضربان قلب آن‌ها شود. در طول زمان، کودکانی که به طور مکرر کابوس می‌بینند ممکن است علائم بی‌خوابی را تجربه کنند چرا که از خوابیدن و دوباره دیدن آن موجودات وحشت دارند.

تفاوت کابوس‌ها و ترس‌های شبانه

کابوس‌ها و ترس‌های شبانه دو حالت مختلف خواب هستند که ممکن است باعث نگرانی والدین شود. در اینجا توضیح می‌دهیم که این دو با هم چه تفاوت‌هایی دارند.

کابوس‌ها معمولاً در خواب عمیق (REM) اتفاق می‌افتند. کودک یا بزرگسال از خواب می‌پرد و بلافاصله از ترس بیدار می‌شود. این نوع خواب‌ها معمولاً با احساس ترس و اضطراب همراه هستند و کودک به راحتی آن چیزی که در خواب دیده است را به یاد می‌آورد. ترس‌های شبانه بیشتر در کودکان ۳ تا ۷ سال شایع هستند و معمولاً بعد از ۱۰ سالگی کمتر می‌شوند و ممکن است با مشکلاتی مثل خواب‌گردی همراه باشد.

نقش کلیدی زنان در

بخش‌های مختلف جامعه

● پیروزی انقلاب اسلامی، تغییراتی در ساختار اجتماعی و حقوقی کشور به وجود آورد که بر وضعیت زنان تأثیر بسیاری گذاشت؛ به طوری که توانستند نقش‌های جدیدی را بپذیرند. تجربه نشان داده است که در این نقش‌ها نیز در کنار نقش همسری و مادری موفق بودند.

دهه فجر زمان مناسبی است برای پرداختن به وضعیت بانوان در دوران انقلاب اسلامی، انقلابی که با تمام فراز و فرودهایی که در داخل و خارج از کشور برای آن ایجاد شده اما چهل و ششمین بهار خود را می‌گذرانده؛ وضعیت بانوان در دوران انقلاب اسلامی تغییرات چشمگیری را تجربه کرده است. در دوران مبارزات انقلابی، زنان نقش‌های مختلفی ایفا کردند و به عنوان یکی از گروه‌های مؤثر در مبارزات علیه رژیم پهلوی حضور داشتند، در تمام سختی های قبل از انقلاب دوشادوش مردان حضور مؤثر داشتند، بسیاری از آنان شهید و برخی نیز زندانی شدند.

زنان در بسیاری از فعالیت‌های سیاسی که بیشتر به شکل مخفیانه انجام می شد، فعال بودند و به مبارزه علیه ظلم، استبداد و دستپایی به حقوق خود پرداختند؛ با پیروزی انقلاب، تغییراتی در ساختار اجتماعی و حقوقی کشور به وجود آمد که این تغییرات بر وضعیت زنان تأثیر گذاشت، زنان در دوران پس از انقلاب به تدریج در برخی حوزه‌ها مانند آموزش و پرورش و بهداشت مشغول به کار شدند تا جاییکه با گذشت ۴۶ سال از پیروزی انقلاب اسلامی ۱۱۴ پست کلیدی در کشور در اختیار بانوان قرار دارد.

افزایش مشارکت سیاسی بانوان، دستیابی به حقوق اجتماعی و اقتصادی، حضور در عرصه های علمی، آموزشی، فرهنگی و ورزشی از جمله دستاوردهایی است که با پیروزی انقلاب اسلامی به زنان تعلق گرفته است؛ نرخ مشارکت اقتصادی و فرصت‌های شغلی برای زنان در سال های پس از انقلاب با دوران قبل از آن قابل مقایسه نیست و فقط در امسال ۴۱ درصد از ۲ میلیون و ۶۰۰ هزار شغل ایجاد شده به زنان اختصاص داشته است.

همچنین اختصاص ۷۷۹ هزار و ۴۰۷ پروانه کسب فعال برای زنان در کشور، اختصاص ۳۰

درصد از مجوزهای تمامی مشاغل، ۸۰ درصد از مجوزهای مشاغل خانگی به زنان و خودکفایی بیش از ۱۲۶ هزار زن ایرانی سرپرست خانوار، رشد ۲۲ درصدی تعاونی‌های زنان در سه سال گذشته و تشکیل هزار و ۲۲۳ شرکت تعاونی زنان با ۱۲ هزار و ۱۹۶ عضو و ۱۸ هزار و ۹۰۰ فرصت شغلی از جمله این دستاوردها فقط در سال ۱۴۰۳ بوده است.

بر اساس آمار در حوزه بهداشت و سلامت زنان نیز ایجاد ۸۷ مرکز درمان ناباروری در کشور، مراجعه ۳۷ هزار و ۴۹۲ نفر برای درمان ناباروری و ۳۰ درصدی در درمان آنان، افزایش مراکز درمان ناباروری سطح ۳ به ۱۲۶ مرکز و ارائه خدمات به یک میلیون و ۱۱۲ هزار و ۶۸۳ زوج نابارور، انجام بیش از ۳۰۰ هزار زایمان در مراکز دولتی به صورت رایگان، برگزاری بیش از ۲۷۰ هزار کلاس آموزشی برای مادران باردار و ارائه بسته غذایی و بهداشتی به مادران باردار و شیرده در سه دهک نخست جامعه از جمله خدماتی است که بعد از انقلاب اسلامی ارائه شده است.

رشد نرخ سوادآموزی زنان و کودکان بعد از انقلاب اسلامی نیز دستاورد قابل تاملی است؛ در سواد آموزی همگانی تعداد سوادآموزان از سال ۹۹ تا ۱۴۰۲ تعداد یک میلیون و ۱۴۶ هزار و ۵۲۹ نفر بوده و نسبت دانش آموزان دختر به پسر نیز در سال تحصیلی جاری، ۴۹ درصد بوده است، همچنین بیش از ۳۱ هزار کودکستان در کشور فعالیت دارد.

افزایش چشمگیر سطح تحصیلات بانوان از موضوعاتی است که در حوزه دستاوردهای انقلاب اسلامی می توان به آن پرداخت. میزان باسوادی ۹۵ درصد از جمعیت زنان ایران و میزان زنان فارغ التحصیل دانشگاهی بیش از ۵۰ درصد از جمعیت دانشجویان از دیگر دستاوردهای آموزشی برای بانوان پس از انقلاب اسلامی بوده است

کسب ۸۰۰ مدال ورزشی در رویدادهای بین المللی توسط بانوان

در حوزه ورزش نیز شاهد دستاوردهایی برای بانوان بوده ایم؛ در حال حاضر تعداد ۳۵ هزار مربی ورزشی زن در کشور فعال هستند و تعداد ۱۶ هزار داور ورزشی زن مسابقات را داوری می کنند؛ همچنین بیش از ۸۰۰ مدال کسب شده در رویدادهای بین المللی توسط بانوان از ابتدای انقلاب اسلامی ثمره تلاشهای مستمر در این حوزه بوده است.

بر اساس آمار منتشر شده، تعداد زنان بالای ۱۵ سال دارای مشارکت اقتصادی در سال ۱۴۰۳، ۴ میلیون و ۷۷۳ هزار و ۵۶ نفر بوده و ۵۲۱ هزار و ۶۸۱ زن نیز در بخش کشاورزی شاغل هستند؛ تعداد زنان شاغل در بخش صنعت یک میلیون و ۲۷ هزار و ۹۴۲ نفر و تعداد زنان شاغل در بخش خدمات ۲ میلیون و ۵۴۵ هزار و ۸۷۶ نفر است.

زنان در دوران انقلاب اسلامی با ایجاد تشکلهای مختلف توانستند بخشی از مسئولیت ها را بر عهده بگیرند و زمینه فعالیت هدفمند بانوان را فراهم کنند؛ تعداد تشکلهای فعال در حوزه زنان به بیش از ۳ هزار و ۲۷۰ تشکل در عرصه‌های مختلف علمی، محیط زیست، کارآفرینی، معیشتی، خدمات فرهنگی و مذهبی، خانواده محور و سلامت محور رسیده است. همچنین زنان که در دوران قبل از انقلاب اسلامی در مجلس شورای ملی کرسی نداشتند، در مجلس شورای اسلامی توانستند حضور موثری را تجربه کنند، به طوری که در دوره اول تا سوم مجلس، چهار نماینده دوره چهارم ۹ ، دوره پنجم ۱۴ ، دوره ششم ۱۳ ، دوره هفتم ۱۳ ، دوره هشتم ۸، دوره نهم ۹، دوره دهم ۱۷ ، دوره یازدهم ۱۶ و دوره دوازدهم ۱۴ نماینده از شهرهای مختلف کشور و با رای مردم، بر کرسی‌های نمایندگی مردم در مجلس شورای اسلامی تکیه زدند.

انقلاب به بانوان اعتماد به نفس و جایگاه اجتماعی داد

عضو هیات مدیره مجمع کارآفرینی زنان ارزش‌آفرین و معاون امور بانوان مرکز ایرانیان خارج از کشور در گفت و گو با خبرنگار ایرنا درباره وضعیت بانوان بعد از پیروزی انقلاب اسلامی اظهار داشت: جایگاه و اعتماد به نفسی که بعد از انقلاب به زنان داده شد موجب شد که جامعه زنان رشد اجتماعی، اقتصادی و سیاسی مناسبی داشته باشند تا جاییکه زنان به عنوان نماینده مجلس در عرصه های سیاست وارد شدند.

اعظم خضری با اشاره به نگاه امام خمینی (ره) به زنان که از اسلام نشأت گرفته بود، اظهار داشت: حضرت امام حتی زمانیکه ایران نبودند و در تبعید به سر می بردند، در سخنرانی‌هایی که به دست مردم می رسید، بر حضور زنان در عرصه‌های مختلف تاکید داشتند و بعد از انقلاب نیز این نگاه مرقفی با در نظر گرفتن تمام شئونات، ادامه پیدا کرد و هنوز نیز ادامه دارد.

وی افزود: امام موضوع حضور زنان را در تمامی عرصه ها مطرح می‌کردند و از همان ابتدای پیروزی انقلاب اسلامی، نگاه انقلاب اسلامی به زنان گاهی مثبت بوده است. خضری ادامه داد: همواره امام راحل مشوق بانوان بودند تا آنان بتوانند در عرصه‌های مختلف تاثیرگذار باشند و زنان ایران اسلامی نیز در ابعاد سیاسی، علمی، اقتصادی و سایر عرصه ها رشد یافتند و توانستند به اعتمادی که انقلاب اسلامی به آنها داشت، پاسخ شایسته بدهند. معاون امور بانوان مرکز ایرانیان خارج از کشور با اشاره به نقش بانوان در دوران دفاع مقدس که کمتر از نقش مردان نبوده است، تاکید کرد: در دوران جنگ تحمیلی نیز حضور زنان در دفاع مقدس و ازربخشی آنان در سطوح مختلف به ویژه در حمایت از سربازان و رزمندگان و



ایجاد انگیزه برای دفاع از کشور، نقش‌های مهمی بود که آن هم از سوی انقلاب اسلامی به زنان ارائه شده بود.

به گفته وی، شجاعتی که زنان در دوران دفاع مقدس داشتند و فرزندان و همسران خود را تقدیم انقلاب می کردند، شجاعتی بی مانند بود که در سایه انقلاب اسلامی و در سایه تعلیمات اسلام شکل گرفت.

انقلاب اسلامی فرصتی برای زنان

همچنین مدیر عامل موسسه صیانت از حقوق زنان در گفت و گو با خبرنگار اجتماعی ایرنا با اشاره به چهل و ششمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی ایران و وضعیت زنان در دوران انقلاب اسلامی اظهار داشت: زنان پس از پیروزی انقلاب اسلامی به عنوان نیمی از جمعیت کشور همواره نقشی کلیدی و تعیین کننده در تحولات اجتماعی، فرهنگی و سیاسی ایفا کرده‌اند.

عطیه قشونی تاکید کرد: از دیرباز، زنان که نیمی از جامعه را تشکیل می دهند با روحیه‌ای سرشار از امید و اراده با تلاش‌های بی‌وقفه خود، نه تنها به پیشرفت خانواده‌ها بلکه به ارتقای سطح جامعه نیز کمک شایانی کرد و انقلاب اسلامی ایران در سال ۱۳۵۷ نقطه عطفی بود که زنان را به صحنه‌های مختلف اجتماعی فراخواند و فرصتی بی‌نظیر برای بروز استعدادها و توانمندی‌های آنان فراهم آورد.

مدیرعامل موسسه صیانت از حقوق زنان با بیان اینکه مشارکت زنان بعد از انقلاب شوکهمند اسلامی ایران دستخوش تحولات بسیاری شده است، خاطرنشان کرد: بر اساس شواهد تعداد زنان شاغل و تحصیل کرده در حوزه‌های مختلف افزایش چشمگیری داشته و این نشان می‌دهد، ظرفیت بانوان در عرصه‌های علمی، ورزشی، فرهنگی، کسب و کار، مدیریتی و دیگر حوزه‌ها رشد بسزایی داشته است.

می کند.

البته غذا دادن دستی یک مبحث علمی است، علم روز دنیا می گوید حیوانات حیات وحش چرخه های طبیعی خود را دارند مگر اینکه یک اتفاقی مثلاً مانند خشکسالی رخ دهد و حیوانات برای تهیه غذا تحت فشار قرار گیرند که در آن زمان هم باید مطالعه شود که غذا دهی دستی چگونه صورت بگیرد و پراکندگی آن چقدر باشد یعنی باید شبیه پراکندگی طبیعی غذا در طبیعت باشد نه اینکه مثلاً یک حجم زیاد یونجه یا دانه را در یک جا بریزیم و همه حیوانات مجبور شوند یکجا جمع شوند.

با تمام اینها برخی انسان ها دوست دارند که دست مهربانی خود را بر سر حیوانات بکشند و به آنها غذا و پناه بدهند اما این کار باعث می شود تا چرخه طبیعی حیات وحش دچار اشکال شود و انواع حیوانات برای دسترسی به غذا به مناطق مسکونی نزدیک شوند و همین خطر بزرگی برای آنها خواهد بود، البته نزدیک شدن حیوانات وحشی به مناطق مسکونی برای انسان ها هم خطرناک است چون موجب تعارض میان انسان و حیوان می شود، بنابراین بهتر است در صورت مشاهده گونه های حیات وحش اطراف مناطق مسکونی به محیط زیست منطقه خود اطلاع دهیم و خودسر وارد عمل نشویم. حتی گاهی شاهد این هستیم که عده ای از افراد از روی دلسوزی اقدام به اعلام شماره کارت با هدف تهیه علوفه برای حیات وحش می کنند که در این میان هم عده ای سودجو پیدا می شوند و پول مردم از بین می رود در حالیکه سازمان حفاظت محیط زیست هیچ مسئولیتی در قبال این حرکت ندارد. فرمانده یگان حفاظت محیط زیست گفت: جمع می کنند؛ همچنین یک سری فیلم و

محیط زیست و حیات وحش دارند اما از همه آنها درخواست می کنم که بدون هماهنگی با محیط زیست و محیط بانان اقدام به علوفه دهی دستی به حیات وحش نکنند. سرهنگ جمشید محبت خانی افزود: همه ساله با برودت هوا و بارش برف شاهد این هستیم که حیات وحش برای عبور از سرما و تهیه غذا از زیستگاه های خود خارج و به پایین دست و حواشی شهر و روستا می آیند و برخی از مردم به صورتی دستی در محل های مختلف اقدام به علوفه دهی می کنند، قطعاً آنها از روی دلسوزی و نیت پاک این کار را انجام می دهند اما باعث می شود تا حیات وحش عادت کنند و مدام به آن مناطق نزدیک شوند که در این شرایط یک سری افراد سودجو سوء استفاده می کنند و بحث شکار غیر مجاز پیش می آید. وی اظهار داشت: اگر می خواهیم کمکی کنیم بهتر است با نزدیک ترین پاسگاه های محیط بان ی محل زندگی خود هماهنگ شویم، در برخی جاها که نیاز به علوفه دهی باشد سازمان محیط زیست ورود می کند اگر هم لازم باشد با مردم هماهنگ می شویم چون برخی هستند که در قالب نذرهای محیط زیستی اقدام به تهیه علوفه می کنند که با آنها در قالب قانون همکاری خواهیم کرد، تمام این فرایند باید تحت نظارت محیط بانی و محیط بانان انجام شود تا شکارچیان غیر مجاز مجال نزدیک شدن به محل را نداشته با شند.

سرهنگ محبت خانی تاکید کرد: گاهی هم در چنین روزهایی شاهد این هستیم که افرادی حساب بانکی شخصی خود را با هدف تهیه علوفه برای حیات وحش اعلام می کنند و از این طریق مبلغ زیادی از مردم پول جمع می کنند؛ همچنین یک سری فیلم و

تصاویر جعلی درست می کنند و پول مردم را بالا می کشند، در این مواقع مردم حواسشان باشد قریب این افراد را نخورند اگر موضوعی است از طریق محیط زیست و صندوق ملی محیط زیست دنبال کنند، اینکه توسط افراد عادی این کار انجام شود سازمان حفاظت محیط زیست تایید نمی کند. وی تصریح کرد: ضمن اینکه سازمان و یگان حفاظت محیط زیست تلاش می کنند تا غذا دهی در مناطق انجام شود حتی محیط بانان در برف های یک تا ۲ متری مواد غذایی را در دل مناطق و زیستگاه ها رها می کنند تا دیگر لازم نباشد حیات وحش به پایین دست بیاید، جاهایی هم که صعب العبور باشد باید اقدام به علوفه دهی می کنیم، ۲ سال گذشته در چهار محال و بختیاری به حدی ارتفاع برف زیاد شد که حیات وحش حتی قادر به پایین آمدن از مناطق نبود و با بالگرد علوفه رسانی کردیم امسال هم اگر استانی اعلام کند آمادگی داریم، اما تاکنون گزارشی در این زمینه به ما نرسیده است. فرمانده یگان حفاظت محیط زیست با تاکید بر اینکه مردم در این فرایند با محیط بانان هماهنگ باشند گفت: البته سازمان حفاظت محیط زیست از یک ماه گذشته علوفه رسانی به مناطق را آغاز کرده است، در واقع علوفه را با تارکترها و یا خودروهای کمک دار به دل مناطق بردیم تا غذای مورد نیاز حیات وحش در صورت سرما و برودت هوا تامین باشد.

وی گفت: از شهروندان انتظار داریم در صورت مشاهده حیوانات وحشی، خونسردی خود را حفظ کرده، از تحریک، تغذیه یا نزدیک شدن به آنها پرهیز کنند و هر گونه مورد مشکوک را به سامانه ۱۵۴۰ گزارش دهند.



رحم در امان بمانند و هم اینکه غذایی برای خود و احیاناً بچه هایشان تهیه کنند.

در این شرایط بدون اینکه بدانند ممکن است چه خطری آنها را تهدید کند به پایین دست می آیند، کم کم به مناطق مسکونی نزدیک و نزدیک تر می شوند، غافل از اینکه چشم هایی پشت دوربین و دستانی بر روی ماشه

انتظارشان را می کشند، حتی عده ای هم شال و کلاه کرده ردپاهای روی برف را دنبال می کنند تا حیواناتی را که به امید نجات از سرما و یافتن غذا به دامن انسان پناه آورده اند را مهمان سرب داغ تفتنگ هایشان کنند، البته در کنار این افراد هستند کسانی که با مهر و محبت پذیری این مهمانان ناخوانده هستند حتی برایشان غذا فراهم می کنند. مسأله غذا دادن یا ندادن دستی به حیوانات است، در این درباره اظهار نظرهای مختلفی وجود دارد، برخی معتقدند با تغذیه دستی به حیات وحش طبیعتاً به نوعی در نظام طبیعی دست می بریم، باید ببینیم که آیا این کار لازم است یا اساساً از سر دلسوزی و کمک انجام می دهیم اما بیشتر متخصصان معتقدند که غذا دادن دستی حیوانات را آسیب پذیر

● خبر

۳ عامل خطرناک برای قلب

داده‌های یک مطالعه از دانشکده بهداشت عمومی هاروارد نشان داده است نوشیدنی‌های شیرین‌شده با قند، صرف‌نظر از میزان ورزشی که می‌کنید، خطر بیماری قلبی را افزایش می‌دهند. به گزارش ایسنا، همچنین سیگاری‌ها تقریباً دو برابر بیشتر از غیرسیگاری‌ها در معرض حمله قلبی هستند زیرا سیگار کشیدن به عروق خونی آسیب می‌زند، فشار خون را بالا می‌برد و میزان اکسیژن خون را کاهش می‌دهد. عصبانیت نیز از دیگر عوامل خطر است و تحقیقات نشان داده‌اند که خشم می‌تواند احتمال حمله قلبی یا سکته مغزی را افزایش دهد.

متخصصان بر اهمیت شناسایی بیماران در معرض خطر ایسکمی میوکارد خاموش و اتخاذ سبک زندگی سالم تأکید دارند. به گفته آنها، رعایت سبک زندگی سالم و ارزیابی‌های دوره‌ای خطرات قلبی-عروقی در جلوگیری از بروز بیماری‌های قلبی بسیار مؤثر است. علاوه بر این، آگاهی از برخی علائم و نشانه‌های بیماری عروق کرونر می‌تواند به بیماران کمک کند تا زودتر به دنبال درمان باشند و با این بیماری مرگبار مقابله کنند.

ورزش یکی از مولفه‌های کلیدی در این مسیر است زیرا باعث تقویت عضله قلب، افزایش کارایی آن در پمپاژ خون، کاهش کلسترول و کنترل وزن می‌شود. طبق دستورالعمل‌های فعالیت بدنی برای آمریکایی‌ها، بزرگسالان باید ۱۵۰ دقیقه در هفته فعالیت بدنی با شدت متوسط داشته باشند و دو روز را هم به تمرین‌های مقاومتی اختصاص دهند.

به گزارش ایندپندنت، حملات قلبی در زمستان افزایش می‌یابند زیرا قلب برای گرم نگه داشتن بدن سخت‌تر کار می‌کند و فعالیت‌هایی مانند برف‌رویی هم فشار مضاعفی به قلب وارد می‌کند. از طرفی هوای سرد، خون را غلیظ‌تر می‌کند که به نوبه خود خطر لخته شدن خون را افزایش می‌دهد. شایع‌ترین علامتی که بیماران قبل از حمله قلبی گزارش کرده‌اند، درد یا احساس فشار در سمت چپ قفسه سینه است که ممکن است به بازوی چپ هم بزند. همچنین ممکن است به‌صورت فشاری در مرکز قفسه سینه ظاهر شود که شبیه به احساس یک وزنه سنگین روی سینه است. با این حال به گفته متخصصان، بسیاری از بیماران به‌ویژه زنان و افراد مبتلا به دیابت، بیشتر در معرض علائم غیرمعمول حمله قلبی قرار دارند. در حالی که بیشتر مردم درد در قفسه سینه یا بازوی چپ را نشانه‌های احتمالی حمله قلبی می‌دانند، برخی نشانه‌های کمتر شناخته‌شده هم وجود دارند که ممکن است نیازمند مراجعه فوری به اورژانس باشند.

درد دندان در حالی که درد قفسه سینه یکی از نشانه‌های رایج مشکلات قلبی است، متخصصان توضیح می‌دهند که این هشدار می‌تواند به‌صورت درد دندان نیز ظاهر شود. زیرا عصب‌هایی که به دندان‌ها، قلب و می‌رسند، مسیرهای مشترکی دارند و گاهی بیماران بدون احساس درد در قفسه سینه از ناراحتی در پشت یا دندان‌درد شکایت می‌کنند. هنگامی که جریان خون به قلب محدود می‌شود، پیام‌های درد ممکن است به دندان‌ها منتقل شوند. درد همچنین ممکن است در بازوها، پشت، فک و شکم ظاهر شود. این درد معمولاً با فعالیت بدنی تشدید می‌شود و با استراحت کاهش می‌یابد.

درد معده و حالت تهوع برخی «علائم نادر یا غیرمعمول» به شکل سوزش معده یا حالت تهوع آشکار می‌شوند. افراد اغلب این موارد را سوزش سر دل یا ناراحتی معده عادی تلقی می‌کنند در حالی که ممکن است نشانه موضوعی جدی‌تر باشد.

عرق کردن و خستگی تفریق شدید بدون دلیل مشخصی مانند گرما یا ورزش و نیز عرق سرد کردن هم می‌توانند هشداری از سوی قلب باشند. احساس خستگی غیرمعمول پس از کمترین فعالیت یا حتی در حالت استراحت هم به‌ویژه در زنان، می‌تواند یکی از نشانه‌های اولیه بیماری قلبی باشد. در حالی که این مجموعه علائم نگران‌کننده هستند، متخصصان می‌گویند که کشنده‌ترین علامت، نداشتن هیچ علامتی است. در بسیاری از موارد، بیماران هیچ علامتی ندارند و دچار حمله قلبی خاموش می‌شوند. ایسکمی میوکارد خاموش یا حمله قلبی خاموش به وضعیتی گفته می‌شود که شواهد عینی از آسیب به قلب وجود دارد اما هیچ علامتی احساس نمی‌شود.

ایسکمی میوکارد خاموش تنها از طریق آزمایش‌هایی مانند نوار قلب (ECG)، تست استرس یا اکوکاردیوگرافی قابل تشخیص است که اهمیت انجام دادن غربالگری‌های منظم را برجسته می‌کند.

کبد چرب؛ قاتل خاموشی که با کاهش وزن مهار می‌شود

«متخصص تغذیه گفت: کاهش وزن و اصلاح رژیم غذایی، بهترین راهکار برای مهار کبد چرب و پیشگیری از عوارض آن است.

آریتا حکمت دوست متخصص تغذیه، استاد گروه تغذیه بالینی و استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در گفتگو با خبرنگار خبرگزاری مهر گفت: کبد چرب در اثر تجمع چربی در سلول‌های کبدی رخ می‌دهد. این وضعیت معمولاً به دلیل دریافت بیش از حد کالری ایجاد می‌شود، به‌طوری‌که کالری اضافه به تری‌گلیسرید تبدیل شده و در کبد ذخیره می‌شود. در مراحل اولیه (گرید ۱)، معمولاً فرد هیچ علامتی ندارد و ممکن است تنها از طریق سونوگرافی متوجه بیماری خود شود.

وی افزود: با ادامه تجمع چربی، بیماری

پیشرفت کرده و ممکن است سلول‌های کبدی تحت استرس دچار تخریب شوند، که در نتیجه آنزیم‌های کبدی وارد جریان خون می‌شوند. در این مرحله نیز بسیاری از بیماران علامتی ندارند، اما در آزمایش‌های خون ممکن است افزایش آنزیم‌های کبدی مشاهده شود. برخی افراد علائم غیر اختصاصی مانند خستگی یا درد در ناحیه فوقانی شکم را تجربه می‌کنند.

ارتباط کبد چرب با سندرم متابولیک حکمت دوست ادامه داد: کبد چرب معمولاً با سندرم متابولیک مرتبط است. اغلب افراد مبتلا، چاقی شکمی، قند خون بالا، چربی

خون بالا (به‌ویژه تری‌گلیسرید)، فشار خون بالا و اضافه‌وزن دارند، وجود سه مورد از این پنج عامل، احتمال ابتلاء به کبد چرب را افزایش می‌دهد.

وی افزود: در صورت عدم کنترل، تجمع چربی منجر به تخریب سلولی و جایگزینی سلول‌های سالم با بافت فیبروتیک می‌شود که به مرحله فیروز یا سیروز کبدی می‌رسد، اگر چه کبد چرب حتی در گرید ۳ نیز با کاهش وزن قابل بازگشت است، اما در مواردی که بافت کبدی به‌طور کامل فیبروتیک شود، پیوند کبد تنها راه درمان خواهد بود.

درمان کبد چرب چیست؟ حکمت دوست گفت: تنها راهکار مورد تأیید تمامی تحقیقات علمی برای درمان کبد چرب، کاهش وزن است. میزان کاهش وزن توصیه‌شده بسته به شرایط فرد متفاوت است، در افراد با وزن نرمال حداقل ۵٪ کاهش وزن، در افراد دارای اضافه‌وزن یا چاقی گرید ۱ نیز حداقل ۱۰٪ کاهش وزن و در افراد با چاقی گرید ۲ و ۳، نیاز به کاهش وزن بیشتر، که در برخی موارد به دارو یا جراحی چاقی نیاز خواهد بود.

اهمیت تغییر سبک زندگی در بهبود روند کبد چر

اکالیپتوس؛ درختی با خواص درمانی شگفت‌انگیز

آب باشد را روی حرارت قرار دهید، و بعد برگ‌ها را به آب در حال جوش اضافه کنید. باید زمان دهید تا رنگ برگ‌ها قهوه‌ای شود، حالا باید ظرف را از روی حرارت بردارید و صورت خود را به ظرف نزدیک کنید. باید مواظب باشید حرارت به پوست شما آسیب وارد نکند، حالا یک حوله نسبتاً بزرگ را روی سر خود بکشید چند دقیقه زمان بگذارید تا بخور به تمام مجاری تنفسی شما وارد شود. دو بار در هفته انجام این کار مجاری تنفسی شما را کاملاً باز می‌کند، به بهبود وضعیت سرما خوردگی بسیار کمک می‌کند. همچنین بخار کردن اکالیپتوس در فضای خانه از انتقال ویروس ها به دیگران جلوگیری می‌کند.

مسمومیت به وسیله ورود بخار اکالیپتوس به دهان

توصیه اکید می‌شود که در هنگام بخور و استفاده‌های دیگر از اکالیپتوس، از خوردن و بلعیدن گیاه، روغن آن، عصاره، آب حاصل از بخور و... خود داری کنید. خوردن ناگهانی آن معضلاتی چون ورود محتویات حلق به ریه و افت سطح هوشیاری، بزرگ‌ترین خطر پیش روی فرد مسموم می‌باشد، کاهش سطح هوشیاری، تشنج و خواب آلودگی، حالت تهوع، استفراغ، درد ناحیه بالای شکم، اسهال، علائم تنفسی شامل تنگی نفس، وقفه تنفسی، کبودی چهره و اعضای بدن، اسپاسم مجاری تنفسی، ورم ریوی، تنفس سریع و نامنظم و سطحی برای فرد ایجاد کند.

اکالیپتوس نقش مؤثری در بهبود بیماری‌های عفونی و سرماخوردگی ایفا می‌کند، همچنین اکالیپتوس ممکن است با برخی داروها تداخل داشته باشد و مصرف همزمان اکالیپتوس با برخی داروها باعث تداخل دارویی می‌شود. این تداخل می‌تواند باعث تغییر در عملکرد داروها شده و عوارض جانبی را تشدید کند. بنابراین توصیه می‌شود قبل از مصرف اکالیپتوس با پزشک مشورت شود.

هستند که بعضی از آنها نیش‌های خطرناکی دارند که می‌توانند انتقال دهنده میکروب به بدن انسان باشند. جهت دفع آنها می‌توانید از روغن اکالیپتوس که در داروخانه‌ها بفروش می‌رسند استفاده کنید.

برگ‌های اکالیپتوس حاوی اکالیپتول بوده که برای سلامت دندان‌ها مفید است. برگ‌های اکالپتوس سرشار از اتانول و ماکروکارپال C (نوعی پلی فنول) هستند که با کاهش باکتری‌های عامل حفره و بیماری‌های لثه به سلامت دهان و دندان کمک می‌کنند، عصاره برگ اکالیپتوس می‌تواند در کاهش تجمع پلاک دندان، خونریزی لثه و التهاب لثه نقش مؤثری داشته باشد و از همین رو از عصاره اکالیپتوس در تهیه دهان‌شویه‌ها استفاده می‌کنند.

خواص دم‌نوش اکالیپتوس اکالیپتوس خواص فراوانی برای سیستم تنفسی دارد و اکالیپتوس برای درمان التهاب سینه، ریه‌ها، بینی و گلو مؤثر و مفید است و می‌تواند برخی از باکتری‌ها و قارچ‌ها را از بین ببرد. اکالیپتوس می‌تواند زکام (التهاب مخاط بینی) وبروسی را تسکین داده و باعث روان شدن ترشحات می‌شود.

طرز تهیه دم‌نوش اکالیپتوس برای تهیه دم‌نوش لاغری اکالیپتوس باید یک قاشق چای خوری از برگ‌های خرد شده گیاه اکالیپتوس را با ۱۵۰ سی سی آب جوش مخلوط کرده و اجازه دهید برای مدت زمان ۱۵ دقیقه بماند تا دم بکشد. بعد از این مدت زمان دم‌نوش تهیه شده از برگ‌های اکالیپتوس را صاف کنید و روزانه ۴-۲ فنجان از دم‌نوش اکالیپتوس را بعد از غذا میل کنید.

نحوه استفاده از بخار اکالیپتوس برگ‌های اکالیپتوس به صورت نازک و کشیده هستند و سبز رنگ، که شما می‌توانید از عطاری خریداری کنید. همچنین می‌توانید روغن و یا عصاره اکالیپتوس را از مراکز بهداشتی و داروخانه‌ها بخرید. ظرفی که حاوی مقداری



خواص ضد میکروبی قوی است، از همین رو می‌تواند موجب درمان شوره سر شود. روغن اکالیپتوس می‌تواند حشرات را دفع کرده و از همین طریق موجب درمان شپش می‌شود.

بخور اکالیپتوس برای ضد عفونی کردن مجاری تنفسی، درمان التهاب غشاء مخاطی و ضدعفونی کردن مجاری تنفسی مفید و مؤثر است. این گیاه باز کننده‌ی مجاری بینی است و برای افرادی که مبتلا به سینوزیت هستند می‌تواند مؤثر و مفید باشد. توجه کنید که اکالیپتوس، ماده‌ی درمان کننده‌ی سینوزیت نیست و تنها شیرین مخلوط کرده و ترکیب حاصل را روی صورت مالیده و ماساژ دهید و بعد صورت خود را با آب ولرم بشوید. اکالیپتوس با داشتن خواص ضدویروسی و ضدالتهابی قوی که دارد، می‌تواند به درمان زگیل و راش‌های پوستی کمک کند.

یکی دیگر از خواص اکالیپتوس این است که موجب بهبود گردش خون در بدن شده و به همین دلیل رشد موها را تقویت می‌کند. همچنین گفتیم که روغن اکالیپتوس دارای خواص ضد میکروبی قوی است، از همین رو می‌تواند موجب درمان شپش می‌شود.

۱۸ به بقیه جهان معرفی نشد و در قرن ۱۹ در مقیاس وسیع در سراسر اروپا و آسیا کاشته شد.

خواص درمانی اکالیپتوس روغن اکالیپتوس دارای خواص ضدالتهابی و ضدعفونی کننده است، از این طریق موجب رفع آکنه، جوش و جای جوش نیز می‌شود.

از دیگر خواص اکالیپتوس این است که موجب پاکسازی پوست صورت شده و به همین منظور پنج قطره روغن اکالیپتوس را با یک قاشق غذاخوری روغن نارگیل و یا روغن بادام شیرین مخلوط کرده و ترکیب حاصل را روی صورت مالیده و ماساژ دهید و بعد صورت خود را با آب ولرم بشوید. اکالیپتوس با داشتن خواص ضدویروسی و ضدالتهابی قوی که دارد، می‌تواند به درمان زگیل و راش‌های پوستی کمک کند.

یکی دیگر از خواص اکالیپتوس این است که موجب بهبود گردش خون در بدن شده و به همین دلیل رشد موها را تقویت می‌کند. همچنین گفتیم که روغن اکالیپتوس دارای

لزوم ممنوع شدن مصرف روغن‌های نیمه‌جامد هیدروژنه

دریافتی ایرانیان به دلیل پروفایل اسیدهای چرب ترانس از محل روغن‌های مصرفی تالمین می‌شد. پس از تغییر پروفایل اسیدهای چرب ترانس روغن‌های خوراکی، میزان مصرف اسیدهای چرب ترانس در کشور کاهش یافته اما با شرایط ایده‌آل فاصله داریم.

اهداف سازمان جهانی بهداشت برای کاهش اسیدهای چرب ترانس مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت درباره اهداف سازمان جهانی بهداشت در ارتباط با مصرف اسیدهای چرب ترانس توضیح داد: براساس ابلاغ سازمان جهانی بهداشت، میزان مصرف اسیدهای چرب ترانس در صنایع غذایی می‌بایست صفر درصد باشد اما در این زمینه موفق نبوده‌ایم. دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با برنامه‌های خود در نظر دارد در مسیر هدف سازمان جهانی بهداشت یعنی به صفر رساندن میزان مصرف اسیدهای چرب ترانس اقدامات لازم را انجام دهد.

وی دربارۀ میزان مصرف اسیدهای چرب ترانس گفت: پیش از این، بیش از ۴ درصد کل کالری

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت درباره سرانه مصرف اسیدهای چرب ترانس و برنامه‌ها برای کاهش مصرف آن در کشور توضیح داد و گفت: اگر طرح ممنوع‌بودن استفاده از روغن‌های هیدروژنه در صنایع غذایی عملیاتی شود، می‌توانیم ادعا کنیم که به هدف سازمان جهانی بهداشت یعنی اجتناب از مصرف روغن‌های هیدروژنه در صنایع غذایی دست یافته‌ایم.

دکتر احمد اسماعیل‌زاده در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه میزان مصرف اسیدهای چرب ترانس در کشور نسبت به سال‌های گذشته کاهش چشمگیری داشته، اظهار کرد: سیاست‌های تغییر پروفایل اسیدهای چرب ترانس موجود در روغن‌ها در دهه‌های گذشته عملیاتی شده و به همین دلیل میزان اسیدهای چرب ترانس دریافتی نسبت به سال‌های گذشته بهبود یافته است.

وی درباره میزان مصرف اسیدهای چرب ترانس گفت: پیش از این، بیش از ۴ درصد کل کالری



به گفته وی؛ کاهش وزن باید از طریق رژیم غذایی سالم و ورزش صورت گیرد. افراد مبتلا به کبد چرب، بیش از اینکه از سیروز کبدی در معرض خطر باشند، در معرض بیماری‌های قلبی-عروقی هستند. بنابراین، اصلاح سبک زندگی نه‌تنها از پیشرفت کبد چرب جلوگیری می‌کند، بلکه خطر ابتلاء به دیابت، فشار خون بالا و بیماری‌های قلبی را نیز کاهش می‌دهد.

حکمت دوست در پایان خاطرنشان کرد: داروها ممکن است در کاهش وزن نقش کمکی داشته باشند، اما درمان اصلی همچنان اصلاح رژیم غذایی و افزایش فعالیت بدنی است.

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت ادامه داد: اگر میزان اسیدهای چرب ترانس روغن‌های مصرفی صنایع و صنوف غذایی کاهش یابد، میزان مصرف اسیدهای چرب ترانس در کشور کاهش می‌یابد.

لزوم ممنوع شدن مصرف روغن‌های نیمه‌جامد هیدروژنه

این متخصص تغذیه و رژیم درمانی گفت: وزارت بهداشت با همکاری سازمان غذا و دارو در نظر دارد که مصرف روغن‌های هیدروژنه نیمه‌جامد در صنایع غذایی ممنوع شود. مشکلاتی از نظر اجرایی در ارتباط با ممنوعیت مصرف روغن‌های هیدروژنه نیمه‌جامد در کارخانه‌ها وجود دارد. اگر طرح ممنوع‌بودن استفاده از روغن‌های هیدروژنه در صنایع غذایی عملیاتی شود، می‌توانیم ادعا کنیم که به هدف سازمان جهانی بهداشت یعنی اجتناب از مصرف روغن‌های هیدروژنه در صنایع غذایی دست یافته‌ایم.



در صنایع و صنوف غذایی را کاهش دهیم و به همین منظور با سازمان استاندارد جلساتی برگزار کرده‌ایم. براساس آخرین دستورالعمل استاندارد، میزان چربی ترانس روغن‌های مصرفی در صنایع و صنوف غذایی می‌بایست کمتر از ۵ درصد باشد. وزارت بهداشت، متقاضی کاهش ۳ درصدی اسیدهای چرب ترانس موجود در روغن‌های مصرفی صنایع غذایی است و این میزان می‌بایست به کمتر ۲ درصد برسد.

تلاش برای تحقق اهداف سازمان جهانی بهداشت

خبر

داوری خبر داد:

کلنگ ساخت کمپ تیم‌های ملی بسکتبال زده می‌شود



نئیس فدراسیون بسکتبال ایران گفت:
سه مناسب دهه فجر، در چند روز
پایانده پروژه ساخت کمپ تیم‌های
ملی بسکتبال سه نفره را کلنگ زنی
می‌کنیم.

سه گزارش ایستاد امروز (دوشنبه ۲۲ بهمن ۱۴۰۳) جواد داوری رئیس اندرانیون به سبکبال ایران در چهل و ششمین سالگرد پیروزی انقلاب جمهوری اسلامی ایران، به عنوان یکی از اعضای خانواده ورزش را به هیامیای ۲۲ بهمن شرکت کرد. داوری در این رابطه گفت: سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی را به مردم می‌بخشیم. ایران تبریک عرض می‌کنم و امیدوارم با همدلی مردم و مسئولان، شاهد پیشرفت بیشتر ایران اسلامی در تمامی عرصه‌ها و خصوصاً ورزش باشیم.

و همچنین گفت: ورزش همواره می‌تواند باعث پویایی و نشاط اجتماعی شود. امیدوارم ورزشکاران ما در همه رشته‌های ورزشی با عملکردی درخشان باعث شادی هر چه بیشتر مردم ایران عزیز شوند. تیم فدراسیون بسکتبال درباره خریدن برندهای تیم ملی مردان نیز گفت: تیم ملی در پنجره سوم مسابقات انتخابی کاپ آسیا ۲۰۲۵، هوسبانتان شرکت خواهد کرد و ما خانواده بسکتبال نیز همه تلاش خود را به کار خواهیم گرفت تا با صعود تیم ملی به این رقابت‌ها، شادی برای مردم عادی ایران به ارمغان آوریم.

و در پایان صحبت‌های خود نیز اظهار کرد: به مناسبت دهه فجر و توسعه زیرساخت‌های ورزش کشور، مسابقات مسکبتبال، ماقدمات لازم برای آغاز دو پروژه بزرگ ساخت کمپ تیم‌های حدوداً ۱۴ هزار متر مربع و همچنین کمپ تیم‌های کلی سه نفره به مساحتی ۲۰۰ متر مربع را نیز انجام دادیم و در چند روز آینده، مراسم کلنگ زنی کمپ تیم‌های مسکبتبال سه نفره را برگزار خواهیم کرد.

خبر خوب برای پرسپولیس

روزنامه الرياضیه عربستان نوشت که لنصر در دیدار برابر پرسپولیس در پیگ نخبگان آسیا به بازیکنان اصلی سترات خواهد داد.

به گزارش ایسنا، پرسپولیس در آخرین بازی خود در لیگ نخبگان آسیا دوشنبه هفته آینده به مصاف النصر عربستان خواهد رفت.

روزنامه الرياضيه عربستان اعلام کرد که با توجه به صعود قطعی النصر به رده بعدی، پولیو سموری (ایتالیایی این تیم قصد دارد از بازیکنان نیمکت نشین در دیدار برابر پرسپولیس استفاده کند. در الرياضيه نوشت: ما از منابع مطلع و نزدیک به باشگاه النصر متوجه شدیم که استثنای پولیو سموری النصر می‌خواهد در دیدار برابر پرسپولیس بازیکنان ذخیره و نیمکت نشین استفاده کند. او با توجه به صعود قطعی النصر تمییز می‌شود دوست دارد به بازی در ترکیب اصلی را داشته‌اند. خبر بسیار خوبی برای پرسپولیس است که سخت به امتیاز این بازی نیاز دارد.

این دیدار در حالی به میزبانی پرسپولیس و در ورزشگاه آزادی برگزار می‌شود که النصر با ۱۶ امتیاز در رده سوم قرار دارد و صعودش به دور بعد قطعی است ولی پرسپولیس با ۸ امتیاز در رده نهم جای دارد و برای صعود به سه امتیاز این بازی نیاز دارد.

نصرت پانچشنبه در هفته بیستم لیگ عربستان به مصاف الاهلی خواهد رفت و طبق اعلام الریاضیه پیولی در این بازی از همه بازیکنان اصلی و کلیدی خود استفاده خواهد کرد. برسیپولیس هم قبل از دیدار حساس با النصرت، چهارشنبه در جام حذفی به مصاف سپاهان می‌رود.



اعتراض پرسپولیس و تراکتور به رای کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال

- باشگاه‌های پرسپولیس و تراکتور به دنبال صدور رای اتفاقات دیدار دو تیم از سوی کمیته انضباطی، با انتشار اطلاعیه نسبت به رای صادر شده اعتراض کردند.

جدی‌تری اتخاذ می‌نمود، لذا معتقدیم در مرحله استیناف، رأی صادره اقتضای بازنگری و توجه به موارد فوق را دارد تا بساط توهین‌های نژادی برای همیشه از ورزشگاه‌ها برچیده شود.

به این دست دستگاه قضایی با ورود به موقع به این پرونده با خاطیان قسمت بانوان برخورد‌های قانونی را انجام داده ولی به لحاظ اینکه براساس مستندات، شعارهای توهین آمیز از همین بخش نیز توسط هواداران تیم مقابل سر داده شد، انتظار داشتیم که کمیته انضباطی با نگاه منطقی و مبتنی بر واقعیات اتفاقات زندگی، برخوردی قاطع‌تر با خاطیان داشت تا ضمن جلوگیری از تفسری به سایر ورزشگاه‌ها، شاهد حرکت به سمت برگزاری بازی در فضایی پاک و به دور از فحاشی و توهین باشیم.

باشگاه تراکتور بار دیگر تأکید می‌کند که تخلفات رخ داده در ورزشگاه آزادی صرفاً در فحاشی، پرتاب اشیاء و توهین به تماشاگران مستقبی به تیم میزبان اخلال می‌نماید. مسئولان برگزاری بازی و تیم داوری نیز با عدم اجرا و رعایت قوانین، موجبات به بار آمدن اتفاقات تلخ شدند. ناظر بازی در خالی کردن سکوی پشت نیمکت تراکتور و سکوی ورودی تونل مرکب قصور و تقصیر شده و داوری بازی نیز به تکالیف خود در مواجهه با تخلف پرتاب اشیاء و اداختن لیزر و همچنین شعارهای قومیتی عمل نکرده است!

قوانین و مجازات پیش بینی شده در آیین امامیه، چندان تناسبی ندارد.

توهین‌ها و رفتارهای مورد اشاره در اوایل دهه ۹۰، از همان ورزشگاه آزادی استارت زده است و امروز با شدت بیشتری در جریان است. سال‌هاست چنین توهین‌هایی را از طرفداران منتسب به تیم مذکور می‌شنویم و هر بار مسئولان با همان فرمول حذف صدای ورزشگاه در پخش زنده و بی‌اعتنایی، روی این تخلفات آشکار سروپوش می‌گذارند. تکرار یک نوع تخلف و حتی تشدید آن، مهر تأییدی بر عدم بازدارندگی و ناکارآمدی ابزارهای تنبیهی کمیته انضباطی است.

هرچه تذکر تکلیف به داور بازی‌ها جهت توقف کامل بازی در صورت مشاهده شعارها و رفتارهای نژادی و منع حضور تماشاگر در تمامی بازی‌های خانگی تا ساماندهی وضعیت کانون هواداران، اقدامی مثبت برای آینده ارزیابی می‌گردد با این وجود، تسامح در نحوه برخورد قضایی با تخلفات محقق شده، امرداری به توقف توهین‌های نژادی را نیز کمربند می‌کند و باید با ابزاری کارآمدتر داور و مسئولان برگزاری بازی را نسبت به مناعت از تکرار انقضای مجاب کرد و اجرای این امر به آنان تکلیف شود.

عترض دانسته و دادنامه صادره را شایسته
قض می‌داند.

پرسپولیوس به اعلی درجه انتساب ارتکاب به برخی از تخلفات منتسب از جمله اتهام ابراز شعارهای نژادپرستانه را به طور کلی مردود و غیر قابل استناد دانسته و ملاحظه می کند که اتهام آسیب جسمی سخت به هواداران حتی در زمره ۹ فقره ارتکاب تخلفات انتسابی مهمان وجود ندارد.

پرسپولیوس یقین دارد که در صورت رعایت نظامات برگزاری مسابقه از جمله رعایت سقف مجاز حضور هواداران مهمان در ورزشگاه و ایفای سایر وظایف توسط کمیته ها و ارکان ذی ربط، امروز شاهد صدور این گونه اقدامات زاین گونه آرا نبودیم. بنابراین پرسپولیوس طرف مدت بسیار کوتاه مراتب اعتراض خود را درخواست رعایت حقوق هواداران واقعی و توبال را تنظیم و به کمیته محترم استیناف تقدیم خواهد کرد.

در اطلاعیه باشگاه تراکتور نیز اینگونه نوشته شده است: کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال پس از رسیدگی به پرونده اتفاقات پیدار «پرسپولیس - تراکتور» از هفته هفدهم مسابقات، حکمی در رابطه با این پرونده صادر کرد که اگرچه در قسمت‌هایی از آن صادره تغییر در رویکرد قضایی در قبال شعاعی‌ها و نادپرستانه به سواچ می‌شود، به این وجود با نظر گرفتن شرایط امر و تکرار چندباره تخلف، آثار تنبیهی مرتب بر آن با

به گزارش ایسنا، کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال رای خود را درباره اتفاقات ناگوار رخ داده درد دیدار پرسپولیس و تراکتور در ورزشگاه آزادی صادر کرد. این رای اما به مذاق هیچ کدام از تو باشگاه خوش نیامد و هریک به طور جداگانه اعتراض خود را نسبت به رای صادر شده اعلام کردند.

در اطلاعیه باشگاه پرسپولیس آمده است: در خصوص دادنامه صادره مربوط به مسابقه پرسپولیس - تراکتور صادره از سوی کمیته نضباطی فدراسیون فوتبال، با مطالعه چندباره دادنامه و با امید دریافت مفهوم و منطوق صحیح از آن، باشگاه پرسپولیس دادنامه صادره را غیر مستند و بدون توجه به وقایع واقعی روزشگاه، حقوق هواداران خصوصا ۳۲ هوادار مظلوم و آسیب دیده پرسپولیس می‌داند و نهایت اعتراض خود از عدم ذکر حتی یک عبارت از واقعه آسیب به هواداران در دادنامه به‌ر باز می‌دارد و به رغم تمکین در مقابل قانون و بیان عدم دفاع از هرگونه نقض یا اشتباه دادنامه را به لحاظ عدم توازن در میزان مجازات، عدم تناسب در میزان مجازات از جهت تعداد تخلفات انتسابی، عدم عنایت به برخی اصول حقوقی، ابهام در میزان مجازات، غیر قابل اجرا بودن برخی از تصمیمات متخذ، نادیده گرفتن خواسته، عدم توجه به ترک فعل یا نقص رفتار سایر افراد و برخی مسئولان محترم برگزارکننده مسابقه یا درخواست هواداران واقعی پرسپولیس قابل

سپاهان باید طوفانی شروع کند



اشاره به وضعیت لیگ برتر ایران اظهار کرد: خوشبختانه شرایط در لیگ برتر به گونهای شده که واقعا پیش‌بینی نتایج و اتفاقات کار بسیار دشواری است. زمانی بود که وقتی تیم‌هایی مثل سپاهان، پرسپولیس، استقلال و تراکتور در برابر تیمی قرار می‌گرفتند، نتیجه تا حدودی قابل پیش‌بینی بود اما امروز

بازیکن پیشین تیم فوتبال سپاهان در
مسابقه پیش روی این تیم در برابر پرسپولیس
گفت: هر دو تیم سپاهان و پرسپولیس مدعی
هستند و بازی‌های جام حذفی هم اص
قابل پیش‌بینی نیست اما سپاهان اگر باز
را طوفانی شروع کند می‌تواند موفق باش
حسین چرخابی در گفت‌وگو با ایسنا ب

همه تیم‌ها در حد و اندازه خودشان مدعی هستند و می‌توانند برای مدعیان در دسر درست کنند.

کسب امتیاز از ملوان کار ساده‌ای نبود
وی ادامه داد: به عنوان مثال تیم سپاهان در
سه بازی اخیر خود اوقعا کار سختی داشته
و در هر سه بازی شرایطی ممکن بود بازنده
مسابقه باشد. همین شرایط برای پرسپولیس
و تراکتور هم حاکم بوده است. بنابراین
هواداران سپاهان نباید تصور کنند کسب یک
امتیاز از تیمی مثل ملوان در چنان شرایط آب
و هوایی و آن وضعیت زمین کار ساده‌ای بوده و
سپاهان ضعیف عمل کرده است.

مربی و بازیکن پیشین سپاهان درباره مسابقه دو تیم سپاهان و پرسپولیس در جام حذفی و پیش‌بینی این دیدار تصریح کرد: سپاهان اگرچه بازی‌های فراوانی داشته و انرژی و دست‌بازی و باید با ریزکاری لازم به مصاف پرسپولیس برود اما بازی‌های پرسپولیس مرگبارتر بوده است.

وی افزود: پرسپولیس بعد از یک باخت ۴ بر ۱ برای الهلال به مصاف گل‌گهر رفت و در نیمه اول بسیار ضعیف ظاهر شد چنان‌که اگر بدقتی بازیکنان گل‌گهر نبود ممکن

بود بازنده مسابقه باشد.
پرسپولیس برای دیدار با سپاهان در حد یک
مدعی ظاهر می‌شود

سرمربی پیشین سپاهان با اشاره به خستگی پرسپولیس برای دیدار با سپاهان تصریح کرد: پرسپولیس خیلی از سپاهان خسته‌تر است و از آنجا که مسابقه در اصفهان برگزار می‌شود پیش‌بینی می‌کنم که پرسپولیس توبه را در اختیار سپاهان بگذارد و چشم امید به ضحمله‌ها داشته باشد.

روی با بیان اینکه پرسپولیس اصلاً تیم ضعیفی نیست افزود: پرسپولیس یکی از مدعیان اصلی قهرمانی است و این حسنگی پرسپولیس اصلاً به این معنی نیست که سپاهان کار راحتی برابر پرسپولیس خواهد داشت؛ به ویژه در جام حذفی که جام اتفاقات است و اصلاً قابل پیش بینی نیست.

ثبات سپاهان باید همچنان حفظ شود
چرخایی درباره اوضاع مدیریتی و فنی سپاهان
بیان کرد: سپاهان پس از مدت‌ها شاهد
یک ثبات مدیریتی و فنی است که این
تک ثبات باید حفظ شود تا سپاهان به موفقیت
برسد. آغاز این ثبات را باید از زمان مدیریت
آقای یوسفزاده دانست. یوسفزاده یک مدیر

قطع گاز جایگاه های CNG در مازندران موقتی است

جایگزین استفاده کنند.

مدیرعامل شرکت گاز مازندران با بیان اینکه افزایش برودت هوا و سرمای بی سابقه در کشور موجب شده مصرف گاز در بخش خانگی بسیار صعودی باشد، گفت: با وجود تأکیدات شرکت ملی گاز ایران همچنان شعله‌های بخاری‌ها بالا است. جوادى خاطرنشان کرد: لازم است همه در راستای رعایت و مدیریت مصرف اهتمام کنند؛ چرا که پایداری شبکه، مستلزم همراهی همه مردم است تا مشکلی به وجود نیاید. استان مازندران ۱۲۶ جایگاه CNG دارد.

مدیرعامل شرکت گاز استان مازندران گفت: قطع گاز جایگاه‌های CNG موقتی و در راستای پایداری شبکه گاز است. هژبر جوادى با بیان اینکه مصرف گاز استان به ۴۲ میلیون متر مکعب رسید، افزود: شرکت گاز با هماهنگی مدیریت سوخت استان مازندران اقدام به قطع موقتی گاز برخی جایگاه‌ها کرده است.

وی تصریح کرد: بنابر ابلاغ و دستورالعمل ستاد ملی گاز ایران محدودیت‌هایی برای صنایع و واحدهای تولیدی و همچنین جایگاه‌های CNG ابلاغ شده و این واحدها باید از سوخت دوم و

زوربا هر روز همه چیز را انگار بار اول است که می‌بیند.

(زوربای یونانی - صفحه ۸۴)

زوربای یونانی
نیکوس گازانتزاکیس

بارش برف در سوادکوه

سوادکوه به عنوان یکی از شهرستان‌های کوهستانی و جنگلی استان مازندران است، به گفته مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای مازندران، محورهای مواصلاتی سوادکوه، هراز باز هستند. رانندگان برای تردد در محورهای کوهستانی از تجهیزات زمستانی و زنجیر چرخ استفاده کنند.



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour



ISNA PHOTO

Hasan Isapour