روزنامه نسیم
روزنامه صبح ایران
www.nasimnews.com
پنج شنبه۱۹ تیر ۱۴۰۴ -۱۴ محرم ۱۴۴۷ -۱۰جولای ۲۰۲۵
سیاسی ، اجتماعی ، فرهنگی و ورزشی شماره ۷۴۹۹- سال بیست‌وهشتم -تک شماره ۲۰۰۰۰تومان

پاسخ مقتدرانه ایران به آژانس؛ پایان بازی گروسی نزدیک است؟
در صفحه۸

محسن رضایی: شورای امنیت ملی در ۶ نقطه بمباران شد؛ حدود ۱۰ درصد از هدف اول آن ها محقق شد
در صفحه۸

تخریب پهنه های طبیعی در سایه جنگ و فساد اداری؛

"حراج خاک کشور" به نفع سرمایه داران

در صفحه۲

ارائه طرح انتقال آب از دریای سیاه به خزر؛ الگویی برای نجات دریاچه ارومیه؟

در صفحه۲

هزینه های سنگین اتباع افغان بر اقتصاد ایران؛
مهاجران افغان ۴۵۰ همت یارانه می گیرند

ص ۲

در صفحه۲

داروخانه ها ۴ همت چک برگشتی دارند
هشدار نسبت به هک اطلاعات بیماران در پلتفرم های فروش دارو

در صفحه۲

خواب زمستانی خودرو در بهار؛ تولید ۱۳/۷ درصد کاهش یافت

در صفحه۲

۵۰شهر درگیر تنش آبی؛ تهران صدرنشین مشکلات آب

در صفحه۲

رئیس شورای اطلاع رسانی دولت:
بنای حمله نداریم اما موشک جواب موشک است

سرمقاله

موانع و شکاف های مذاکرات دوحه؛
اصرار آمریکا و اسرائیل بر آوارگی مردم غزه

منابع آگاه از فضای مذاکرات دوحه درباره آتش بس غزه با اشاره به چند مانع و شکاف در این مذاکرات از جمله نقشه استقرار ارتش صهیونیستی در دوره آتش بس ۶۰روزه تأکید کردند که نشانه هایی از توطئه جدید آمریکا و اسرائیل برای آوارگی مردم غزه وجود دارد. مذاکرات غیرمستقیم میان حماس و رژیم صهیونیستی درباره آتش بس غزه در دوحه در حالی وارد چهارمین روز خود می شود که به گفته مقامات کشورهای میانجی، این دوره از مذاکرات از نظر طول و دقت، با دوره های قبلی متفاوت است.

به گفته منابع وابسته به میانجی ها، جزئیات باقیمانده درباره مذاکرات تنها ۲۰ درصد است؛ اما پیچیده ترین بخش آن محسوب می شود که مهمترین آنها موضوع ورود کمک های بشردوستانه به غزه در طول دوره آتش بس ۶۰روزه و تعیین محل استقرار نیروهای اشغالگر اسرائیلی در این مدت است.

کارشکنی دوباره صهیونیست ها در روند مذاکرات

با این حال، منابع آگاه از مذاکرات گزارش دادند که رژیم صهیونیستی با ذهنیت صرفاً امنیتی و طفره رفتن در مذاکرات حاضر شده است نه با قصد حرکت به سمت یک توافق جامع. تیم مذاکره کننده اسرائیلی با اصرار بر اجازه ورود تنها مقادیری کمک بشردوستانه به غزه و جلوگیری از بازگشت فلسطینی ها به مناطق خود، به دنبال ایجاد بحران های جدید به ویژه در مورد سازوکار بازگشایی گذرگاه رفح است.

بر اساس این گزارش، طرف صهیونیستی همچنین با رویکردی کاملاً گزینشی در مورد مسئله تبادل اسرا برخورد می کند و از آزادی چهره های برجسته فلسطینی مانند مروان برغوثی و احمد سعدات خودداری می کند. صهیونیست ها همچنین به معادلات قدیمی که با واقعیت های جدید مطابقت ندارند چسبیده اند و برخی از اسرای فلسطینی را با برچسب "جنایتکار" حائز شرایط آزادی نمی دانند،

در این میان اقدامات آمریکا در مورد خط آتش بس غزه شتاب جدیدی به خود گرفته است و انتظار می رود که سفر استیو ویتکاف، فرستاده ویژه دولت دونالد ترامپ، رئیس جمهور آمریکا به دوحه که به عنوان آخرین تلاش برای پر کردن شکاف های باقیمانده و نهایی کردن توافق توصیف شده است، چند روز دیگر انجام بگیرد. منابع آگاه می گویند اهمیت این سفر از آن جایی است که ویتکاف در ژانویه گذشته کسی بود که توافق آتش بس غزه را پیش برد.

میانجی های منطقه ای بار دیگر علی رغم سکوت رسمی طرف صهیونیستی روی سفر ویتکاف به دوحه حساب کرده اند، اما در عین حال رسانه های عبری گزارش هایی منتشر می کنند مبنی بر اینکه؛ "به یک توافق تضمین نشده نزدیکیم."؛ موضوعی که میانجی های عرب را نگران کرده است.

توطئه جدید آمریکا و رژیم صهیونیستی برای آوارگی مردم غزه

در مقابل این تحولات، یک تهدید جدی در حال ظهور است که فضای مذاکرات را تیره و تار می کند؛ یعنی مطرح شدن مجدد مسئله آوارگی ساکنان غزه، چه به بهانه های بشردوستانه و چه به بهانه ایجاد مناطق امن که حماس در آنجا نباشد.

به گفته منابع دیپلماتیک مصری که با روزنامه الاخبار لبنان گفتگو کردند، اظهارات ترامپ و بنیامین نتانیاهو، نخست وزیر رژیم اشغالگر در مورد همکاری با کشورهای همسایه جهت یافتن راهکارهایی برای فلسطینی ها همراه با طرح افشاشده آمریکا در زمینه اختصاص دو میلیارد دلار جهت ایجاد اردوگاه ها، نشان دهنده نیات خطرناک طرف صهیونیستی و آمریکایی علیه مردم غزه است.

منابع آگاه گزارش می دهند که مطرح کردن این پرونده در سایه مذاکرات آتش بس به عنوان یک حرکت دوگانه تلقی می شود؛ به طوری که از یک سو ابزاری برای فشار و ایجاد اختلال در مذاکرات است تا نتانیاهو از آن برای آرام کردن وزرا و احزاب راست افراطی اسرائیل که مخالف آتش بس هستند استفاده کند، اما از سوی دیگر اگر آتش بس ۶۰روزه به مقدمه‌ای برای مهندسی جمعیتی جدید در نوار غزه تبدیل شود، این موضوع یک آزمون واقعی برای اعتبار به اصطلاح میانجی گری آمریکا و موضع طرف های عربی خواهد بود.

منابع آگاه از فضای مذاکرات تأکید می کنند: اظهارات نتانیاهو از واشنگتن رویکردی را نسبت به مرحله بعدی ارائه داد. نخست وزیر رژیم اشغالگر که از تریبون کنگره حرف می زد گفت که امیدوار است بر موانع غلبه کند و به توافق برسد؛ توافقی که منجر به ماندن حماس در غزه نخواهد شد. نتانیاهو در دیدار با ترامپ هم گفت که کابینه او پیشنهاد ویتکاف را پذیرفته و به توافق نزدیک است، شکاف های باقیمانده کوچک هستند اما برای پر شدن نیاز به زمان دارند.

طبق گزارش رسانه های عبری، منابع ارشد اسرائیلی اعلام کردند که حتی اگر توافقی هم حاصل شود، ارتش اسرائیل از محور فیلادلفیا عقب نشینی نخواهد کرد و همچنین محور موراگ و منطقه رفح نیز خطوط قرمزی هستند که اسرائیل اصرار دارد در طول دوره آتش بس در آنجا بماند، این امر در را به روی جنجال گسترده‌ای بر سر نقشه استقرار مجدد ارتش اسرائیل در غزه باز می کند که در زمان حاضر بزرگترین مانع مذاکرات است.

موانع و شکاف های مذاکرات آتش بس غزه

اختلافات اصلی در مذاکرات دوحه درباره آتش بس غزه، اکنون حول چهار موضوع می چرخد:

.امتناع حماس از مرتبط کردن کمک های بشردوستانه با مراکز آمریکایی .صهیونیستی موسوم به بنیاد بشردوستانه غزه و تأکید بر لزوم اجرای سازوکار سازمان ملل برای ورود و توزیع کمک ها.

.عدم توافق بر سر نقشه های استقرار مجدد ارتش اسرائیل در غزه در طول دوره آتش بس ۶۰روزه.

.شرط رژیم صهیونیستی برای دریافت اسامی ۱۰ اسیر اسرائیلی که باید آزاد شوند، حماس تأکید کرده است که قبل از دریافت لیست مربوطه اسرای فلسطینی و نهایی شدن نقشه استقرار ارتش اسرائیل، از ارائه هرگونه لیستی درباره اسرای صهیونیستی خودداری می کند.

.عدم تضمین های آمریکا مبنی بر عدم ازسرگیری جنگ بعد از پایان آتش بس ۶۰روزه و ارائه وعده های مبهم از سوی واشنگتن مبنی بر اینکه ترامپ بدون هیچ تعهد رسمی برای توقف جنگ تلاش خواهد کرد.

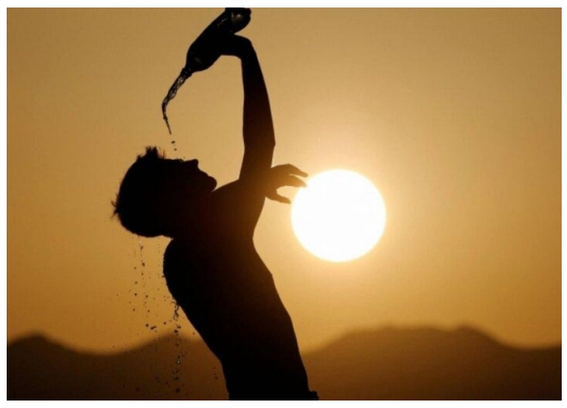
در این زمینه فرستاده آمریکا ادعا کرد که موارد اختلاف از چهار مورد به یک مورد کاهش یافته است و امیدوار است تا پایان هفته توافق حاصل شود. طبق گزارش منابع آمریکایی ویتکاف تا زمانی که توافق کامل میان حماس و اسرائیل حاصل نگردد، به دوحه سفر نخواهد کرد و احتمال دارد مذاکرات ظرف چند روز آینده به نتیجه برسد.

شبکه ۱۲ تلویزیون رژیم صهیونیستی گزارش داد که موضوع مورد اختلاف باقیمانده مربوط به محل حضور ارتش اسرائیل در طول آتش بس و همچنین سازوکار ورود و توزیع کمک هاست. شبکه ۱۵ تلویزیون رژیم اشغالگر هم گزارش داد که تنها مانع اعلام توافق، نقشه استقرار ارتش اسرائیل است.

با این حال، گزارش ها و اخبار مبهم در مورد فضای مذاکرات همچنان ادامه دارد و باید منتظر تحولات نهایی و واکنش های رسمی طرف های مربوطه باشیم.

گزارش

یک پنجم سال زیر تیغ فرابنفش؛ "ازون" از ما محافظت می کند ولی نه همیشه



عضو هیئت علمی مؤسسه ژئوفیزیک با بیان این که شهر تهران حدود ۲۱ درصد از روزهای سال در رده پرتوگیری فوق‌العاده زیاد قرار دارد، نسبت به آلایندگی ازون در حضور پرتوی فرابنفش هشدار داد.

در فصول گرم سال شامل اواخر بهار و تابستان ما شاهد افزایش تابش خورشید در مناطقی مثل تهران هستیم. به دنبال گرمای هوا و افزایش تابش خورشید، "شاخص فرابنفش (UV Index)" نیز افزایش می یابد. این شاخص برای مشخص کردن میزان پرتو فرابنفش در ساعات مختلف روز طراحی شده است و در مقیاس ۱ تا ۱۱+ اندازه‌گیری می شود. شاخص فرابنفش به افراد کمک می کند تا از خطرات قرار گرفتن در معرض فرابنفش آگاه شوند و اقداماتی برای حفاظت از خود انجام دهند.

با شروع فصل تابستان در برخی شهرها مانند تهران شاخص پرتوی فرابنفش در حدود بسیار بالا قرار گرفته و هشدارهایی در این زمینه اعلام شده است.

دکتر عباسعلی علی اکبری بیدختی؛ رئیس بخش پژوهشی ازون و آلودگی هوا در مؤسسه ژئوفیزیک دانشگاه تهران با اشاره به گرمای هوا در سال جاری گفت: امسال گرمایش و خشکسالی مضاعف (و کم آبی حاد) ساکنین منطقه خاورمیانه به خصوص ایران را غافلگیر کرده است. به‌طوری که دما در آخرین روزهای اردیبهشت نیز رکورد زد و در تهران به نزدیک ۴۰ درجه سانتیگراد نیز نزدیک شد. تغییر اقلیم متأسفانه به دلیل گرمایش بیشتر مناطقی همچون خاورمیانه باعث افزایش دما و کاهش ابرناکی و در نتیجه افزایش تابش خورشیدی شده است.

وی در مورد ارتباط پرتوهای فرابنفش و ازون توضیح داد: تابش خورشیدی شامل پرتوهای ماوراءبنفش یا فرابنفش (UV) در باندهای A، B و C است که جو زمین و لایه ازون جو تمام قسمت تابش فرابنفش خیلی کوتاه آن یعنی C و بخشی از باندB د را جذب می کند ولی بخشی از باندB د و بخش عمده باند A د (کم‌ضررترین بخش تابش فرابنفش) به سطح زمین می رسد.

عضو هیئت علمی مؤسسه ژئوفیزیک با اشاره به آسیب لایه ازون خاطر نشان کرد: لایه ازون در دهه‌های گذشته در اثر استفاده بشر از گازهای CFC (کلروفلوئوروکربن) آسیب دیده بود ولی امروزه پس از جایگزینی و ممنوعیت استفاده از این گازها، لایه ازون کمی در حال ترمیم است. این لایه در محدوده حدود ۲۰ تا ۳۰ کیلومتری سطح زمین با جذب بخش عمده فرابنفش تابش خورشیدی نقش حفاظتی در مقابل تابش های مضر خورشیدی را برای موجودات زنده زمین دارد و بنابراین نقشی حیاتی دارد.

خرداد و مرداد بیشترین میزان فرابنفش در تهران

وی درباره مطالعات انجام شده در بخش پژوهشی ازون و آلودگی هوای مؤسسه ژئوفیزیک توضیح داد: بررسی اخیر ما (دکتر علی اکبری بیدختی و خانم مهندس شرعی‌پور) در بخش پژوهشی ازون و آلودگی هوای تهران در مؤسسه ژئوفیزیک دانشگاه تهران نشان داده است که شهر تهران بیشترین میزان پرتوی فرابنفش را در ماه‌های "خرداد" و "مرداد" دریافت می کند.

علی اکبری بیدختی توصیه کرد که افراد شاغل در محیط باز به‌خصوص در این ماه‌ها از وسایل حفاظتی در برابر تابش خورشید استفاده کنند و عموم مردم نیز باید زمان قرار گرفتن درمعرض نور مستقیم آفتاب را محدود کنند.

تهرانی ها حدود یک پنجم سال در معرض پرتوهای فرابنفش بسیار زیاد هستند

این استاد دانشگاه خاطر نشان کرد: براساس نتایج تحقیق بلندمدت بخش ازون و آلودگی هوای مؤسسه ژئوفیزیک دانشگاه تهران که روزانه پایش "ازون کلی جو زمین" را انجام می دهد در حدود ۲۱ درصد از روزهای سال، شهر تهران در رده پرتوگیری فوق‌العاده زیاد قرار دارد. در این روزها شاخص استانداردUV بزرگ‌تر از ۱۱ است (این شاخص از یک تا ۱۲ تعریف می‌شود که عدد یک کمترین و ۱۲ بیشترین اثرگذاری پرتوUV را به ویژه در بانB د نشان می‌دهد.)

وی تاکید کرد: در این روزها نیاز به محافظت اضافی بدن به ویژه چشم‌ها، در برابر تابش خورشید است؛ چرا که پرتوگیری بیش از حد فرابنفش می تواند آفتاب سوختگی، پیری پوست، بیماری‌های پوستی و چشمی مانند آب مروارید، آسیب به زنجیره DNA و مشکلات ایمنی بدن را به دنبال داشته باشند.

وقتی که ازون خطرناک می شود

علی‌اکبری بیدختی به جنبه نگران‌کننده‌تر تابش فرابنفش اشاره کرد و گفت: از طرف دیگر تابش B-UV رسیده به سطح زمین در فصول گرم و در مناطق شهری باعث تولید ازون سطح زمین می‌شود که یک آلاینده ثانویه خطرناک است. تابش B-UV با حضور اکسیدهای ازت که عمدتاً آلاینده‌های وسایل نقلیه دارای احتراق داخلی مانند ماشین‌ها، موتورسیکلت‌ها و ... هستند و مواد آلی فرار همچون بنزن در اثر واکنش‌های فتوشیمیایی باعث تولید ازون سطحی زمین می‌شود.

وی افزود: ازون سطحی به همراه یک آلاینده ثانویه دیگر که یک ترکیب آلی معروف به PAN است، بخش عمده "فتومه‌دود (Photochemical smog)" مناطق شهری را تشکیل می‌دهند.

افزایش سالانه روزهای با ازون زیاد در تهران

این پژوهشگر هشدار داد: ما متأسفانه هر سال در فصول گرم شاهد تعدد هرچه بیشتر روزهایی که آلاینده ازون در محیط شهر تهران بیش از حد مجاز است، هستیم. این آلاینده‌های ثانوی علاوه بر مضر بودن برای انسان برای سایر موجودات و گیاهان نیز بسیار مضر هستند.

به گفته عضو هیئت‌علمی مؤسسه ژئوفیزیک؛ ازون سطحی یک آلاینده خطرناک است و به‌ویژه برای بیماران تنفسی تهدید جدی محسوب می‌شود. چرا که ازون یک ماده اکسیدکننده قوی است که می‌تواند باعث التهاب و تخریب جداره‌های مجاری تنفسی شود و سوزش چشم‌ها را به همراه داشته باشد. بنابراین در فصول گرم نیز زمان بیرون ماندن ساکنان شهرهایی همچون تهران نیز باید محدود باشد.

وی با اشاره به ضرورت محدودسازی چشمه‌های آلاینده تاکید کرد: برای کاهش آلاینده‌های شهری و تاب‌آوری شهرها در مقابل تغییر اقلیم و افزایش روزافزون جمعیت شهری، بهتر است چشمه‌های آلاینده‌ها محدود شوند. در این راستا استفاده از انرژی‌های تجدیدپذیر، ساخت و سازهای مناسب، استفاده از وسایل نقلیه برقی، گسترش هرچه بیشتر شبکه مترو در بیشتر محیط‌های شهری به عنوان راهکارهای مناسب توصیه و اعمال می‌شود.

مواجهه با ازون چه مشکلاتی را به دنبال دارد؟

به گزارش مهر، در یک مطالعه مروری که اوایل سال ۲۰۲۵ میلادی منتشر شده، شواهد موجود در مورد اثرات آلودگی هوا به‌ویژه ازون تروپوسفری یا ازون سطح زمین بر سلامت انسان مورد بررسی قرار گرفته است.

آلودگی هوا، به ویژه ازون می تواند علائم تنفسی را حتی در افراد سالم و به‌ویژه در بیمارانی که از قبل دارای مشکلات ریوی مانند آسم و بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD) هستند، تشدید کند. حتی قرار گرفتن کوتاه‌مدت در معرض سطوح بالای این آلاینده‌ها می‌تواند التهاب و آسیب ریه را به دنبال داشته باشد.

ازون می تواند باعث سرفه، گلودرد، خشکی گلو، تحریک چشم و بینی و تنگی نفس شود. برای بیماران دچار آسم، قرار گرفتن در معرض ازون، خطر ابتلاء و تشدید حملات آسم را افزایش می‌دهد. تخمین زده شده که ۹ تا ۲۳ میلیون مراجعه سالانه به اورژانس بیمارستان‌ها در سال ۲۰۱۵ به دلیل آسم، ممکن است به خاطر ازون تروپوسفری یا ازون سطح زمین باشد که این میزان ۸ تا ۲۰ درصد از کل مراجعات جهانی به بیمارستان است.

مواجهه طولانی‌مدت با ازون نیز با کاهش عملکرد ریه و اختلال در رشد طبیعی ریه در کودکان مرتبط است. همچنین، ارتباط قابل توجهی بین قرار گرفتن طولانی‌مدت در معرض سطوح بالای ازن و دی‌اکسید نیتروژن (NO۲) و افزایش خطر تشدید حاد در بیماران مبتلا به فیبروز ریوی ایدیوپاتیک مشاهده شده است.

چه افرادی بیشتر در معرض خطر هستند؟

سازمان جهانی بهداشت و آژانس حفاظت از محیط زیست ایالات متحده آمریکا، جمعیت‌های آسیب‌پذیرتر در برابر ازون را اعلام کرده‌اند. بر این اساس سالمندان، کودکان، ورزشکاران و افرادی که به‌طور عمومی در فضای باز کار می‌کنند (مانند کارگران ساختمانی و آتش‌نشانان)، بیشترین تأثیرات منفی ازون تروپوسفری را تجربه می‌کنند. زنان نیز با تأثیر منفی قابل توجه بر سلامتشان و آسیب احتمالی به جنین در حال رشد مواجه هستند. همچنین، افراد مبتلا به چاقی، دیابت، ذات‌الریه، فیبروز کیستیک و بیماری‌های قلبی-تنفسی نیز در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

در مناطق شهری آلاینده‌های بیشتری نظیر ازن، ذرات معلق، ذرات اگزوز دیزل، NO۲، دی‌اکسید گوگرد (SO۲) و کربن سیاه معمولاً به‌صورت ترکیبی یافت می‌شوند. تعاملات هم‌افزایی بین ازن و سایر آلاینده‌های هوا می‌تواند التهاب و آسیب ریه را به طور قابل توجهی افزایش دهد، که منجر به تشدید بیماری‌های مزمن ریوی می‌شود و خطر بیشتری برای سلامت تنفسی نسبت به آلاینده‌های منفرد ایجاد می‌کند.

با توجه به پیش‌بینی افزایش غلظت ازون در سال‌های آینده، به‌ویژه در مناطق شهری، کاهش مواجهه با ازون و سایر آلاینده‌های ناشی از فعالیت‌های انسانی از اهمیت بالایی برخوردار است تا از سلامت عمومی و پایداری اقتصادی محافظت شود.

اقدامات لازم برای کاهش آلودگی ازون

برای کاهش آلودگی ازون، باید مجموعه‌ای از اقدامات کلیدی را در پیش گرفت. مهم‌ترین آن‌ها شامل کاهش انتشار آلاینده‌های پیش‌ساز مانند ترکیبات آلی فرار (VOCs) و اکسیدهای نیتروژن (NOx) است که عمدتاً از احتراق سوخت‌های فسیلی و اگزوز وسایل نقلیه منتشر می‌شوند. این امر مستلزم کاهش شدید مصرف سوخت‌های فسیلی و توسعه حمل‌ونقل عمومی و استفاده از وسایل نقلیه پاک مانند خودروهای الکتریکی است. همچنین، تدوین و اجرای سیاست‌ها و مقررات مؤثر زیست‌محیطی و سرمایه‌گذاری در انرژی‌های تجدیدپذیر ضروری است. افزایش آگاهی عمومی شهروندان و همکاری‌های بین‌المللی نیز در این زمینه نقش مهمی دارند. در ساعات اوج آلودگی ازن، به افراد توصیه می‌شود از فعالیت‌های خارج از منزل پرهیز کنند.

۷۰۰زندانی غیرعمد با بدهی کمتر از ۱۰۰میلیون تومان چه کسانی هستند؟

از مجموع کل زندانیان غیرعمد، بیش از ۲هزار نفر با شکایت مرتبط با مهریه در زندان هستند که از این تعداد هم ۷۰۰ نفر دارای بدهی کمتر از یکصد میلیون تومان هستند.

مناسبت‌های مختلف ملی و مذهبی در ایران، فرصتی است برای همت مضاعف مردم و خیّرین تا دستان زندانیان نیازمند را دوباره در دستان اعضای خانواده خود قرار دهند.

فقط در کمتر از یک ماه گذشته، به‌واسطه مناسبت‌هایی مانند عید غدیر، هفته قوه قضائیه و آغاز ماه محرم، از موافقت رهبر معظم انقلاب اسلامی با عفو و تخفیف ۱۷۰۰ زندانی تا پویش‌هایی مثل پویش "آزادی برای حسین" که توسط ستاد دیه کشور آغاز شده است و تا پایان ماه صفر ادامه دارد، تاکنون هزاران زندانی از زندان آزاد شده و به کانون خانواده بازگشته‌اند.

اما در پس زمینه همه این اخبار مثبت، یک واقعیت تلخ همچنان به‌جا مانده است؛ تعداد کل زندانیان غیرعمد در کشور امروز از مرز ۱۷هزار نفر عبور کرده است و روندی صعودی با شیبی کم را نشان می‌دهد. بخش قابل توجهی از این تعداد زندانی را "افراد بدهکار مهریه فاقد شغل" تشکیل می‌دهند؛ افرادی که با وجود علم و آگاهی نسبت به لزوم پرداخت دیه و هشدارهای بسیار در نهی از تقبل مهریه خارج از توان پرداخت، در کمال صحت عقل باز هم خود را زیر بار دِینی برده‌اند که نهایتاً آنها را روانه زندان کرده است.

در زمان حاضر از مجموع کل زندانیان غیرعمد، بیش از ۲هزار نفر با شکایت مرتبط با مهریه در زندان هستند که از این تعداد هم ۷۰۰ نفر دارای بدهی کمتر از یکصد میلیون تومان هستند. غالب این افراد، بدهکاران مهریه هستند که به‌علت عدم توانایی مالی واقعی و البته نداشتن حمایت اجتماعی و شغلی، روانه زندان شده‌اند. اگرچه این ۷۰۰ نفر زندانی در زمان حاضر برای پرداخت مبالغ کمتر از ۱۰۰میلیون تومان در زندان هستند اما نکته مهم در این میان این است که اصل بدهی تعداد زیادی از آنها ارقامی بالاتر از ۱۰۰میلیون تومان بوده است و در جریان پذیرش اعسار آنها و موافقت با تقسیط بدهی، رقمی کمتر از یکصد میلیون تومان به‌عنوان پیش‌قسط بدهی تعیین شده است که این افراد در پرداخت آن هم ناتوان بوده‌اند. ناتوانی این افراد در پرداخت بدهی کمتر از ۱۰۰ میلیون برای خروج از زندان، جدای از اینکه گزافه‌گویی و وعده‌های پوچ آنها هنگام تقبل و تعهد مهریه‌های سنگین را نشان می‌دهد، هزینه سنگینی را هم که به بودجه عمومی کشور و بیت‌المال می‌زند نمایان می‌کند و شاید به‌دلیل اینکه چه خود این افراد و چه جامعه به‌صورت مستقیم و ملموس با این هزینه‌ها درگیر نیستند، متوجه اصل این هزینه‌ها نیستند؛ هزینه‌ای که شاید در طول سال رقمی حدود همان ۱۰۰ میلیون تومان به‌ازای هر زندانی شود.

سیاست اجرایی ستاد دیه در عملی کردن حمایت از زندانیان برای آزادی آنها، جلوگیری حداکثری از تجری و بازتکرار جرایم مالی است؛ به همین دلیل منطقی هم است که افرادی که علی‌رغم هشدارهای گسترده چندساله توسط مسئولان مرتبط و رسانه‌ها از یک‌سو و مشاهده زندانی‌شدن افراد متعدد به‌خاطر نپرداختن مهریه، باز هم زیر بار تعهد مهریه‌های سنگین و غیرمعقول رفته‌اند، در اولویت‌های اصلی ستاد دیه برای انجام مساعدت‌ها قرار ندارند.

اگرچه با وجود اینکه از یک سو، ستاد دیه با لحاظ این سیاست که صرفاً یک اقدام سلیقه‌ای صرف نیست بلکه نگاهی پیشگیرانه با پشتوانه‌ای از دغدغه‌های ناشی از آسیب‌های اجتماعی مرتبط است، نهایتاً پرونده‌های مهریه را هم در دستور کار قرار می‌دهد و از سوی دیگر با توجه به ظرفیت‌های استانی شعب ستاد دیه و کمک خیّرین، امورات مربوط به این بخش از زندانیان هم در دستور کار قرار می‌گیرد اما نهایتاً تکرار حضور زندانیانی با چنین پرونده‌هایی از یک‌سو بار سنگینی بر دوش سازمان زندان‌ها و قوه قضائیه در تأمین هزینه‌های آنها (از هزینه‌های مستقیم و غیرمستقیم دادرسی گرفته تا هزینه نگهداری در زندان) ایجاد می‌کند و از سوی دیگر بخشی از ظرفیت حمایت مالی ستاد دیه و خیّران را به‌سوی خود جذب می‌کند در حالی که اگر واقعاً با آگاهی و تعقل بیشتر از سوی زوجین، تعیین مهریه به‌صورت واقعی‌تر صورت گیرد، هم از اختلافات بین زوجین، هم از اتلاف بودجه کشور جلوگیری می‌شود و هم ظرفیت مادی و غیرمادی نهادهایی مثل ستاد دیه و خیّران در پرونده‌هایی با اولویت و ضرورت بالاتر مانند بدهی‌های مالی غیرعمد و ناخواسته ازجمله تصادفات منجر به پرداخت دیه، ضمانت وام، بدهی‌های تجاری غیرکلاهبردارانه و... صرف می‌شود.

سفارت چین: به ایران موشک نداده ایم

سفارت چین در سرزمین‌های اشغالی اعلام کرد که گزارش‌ها درباره تحویل سامانه‌های دفاع هوایی یا تجهیزات ساخت موشک به ایران صحت ندارد. سفارت چین به نشریه صهیونیستی اسرائیل هیوم گفت: سفارت محتوای این گزارش را نادرست می‌داند. چین اساسا با اشاعه تسلیحات کشتار جمعی و تحویل سامانه‌های پرتاب آن‌ها مخالف بوده و مدام در حال تقویت توانمندی‌های اجرایی خود در زمینه منع اشاعه است. این سفارتخانه در ادامه تاکید کرد که «چین هرگز به کشورهای درگیر جنگ سلاح صادر نمی‌کند و کنترل سختگیرانه‌ای بر صادرات کالاهای دو منظوره خود اعمال می‌کند.

سخنگوی ارتش پاکستان: احدی جرأت هدف قرار دادن برنامه هسته‌ای ما را ندارد

سخنگوی ارتش پاکستان تاکید کرد که احدی جرات هدف قرار دادن برنامه هسته‌ای این کشور را ندارد. «احمد شریف چودری»، سخنگوی رسمی ارتش پاکستان پاکستان توضیح داد که اصطلاح «خوارج» که اخیرا به طور گسترده در گفتمان نظامی و رسانه‌ای این کشور برای توصیف گروه‌های مسلحی که به دولت و ارتش حمله می‌کنند، استفاده می‌شود، معمولا به طالبان پاکستان اشاره دارد.این مقام پاکستانی در عین حال تاکید کرد که برنامه هسته‌ای پاکستان کاملا امن است و هیچ طرفی از جمله اسرائیل نمی‌تواند آن را هدف قرار دهد .

نتانیاهو: دیدار با ترامپ بر آزادسازی اسرا متمرکز بود

نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی گفت که دیدار با رئیس‌جمهور آمریکا بر تلاش‌ها برای آزادسازی اسرا متمرکز بود. «بنیامین نتانیاهو» نخست‌وزیر رژیم‌صهیونیستی گفت که دیدار وی با «دونالد ترامپ» رئیس‌جمهور آمریکا بر تلاش‌ها برای آزادسازی اسرای اسرائیلی در غزه متمرکز بود.وی همچنین بار دیگر مدعی شد که مصمم است تا توانایی‌های نظامی و حکومتی حماس را نابود کند.نخست‌وزیر رژیم‌صهیونیستی همچنین اعلام کرد که با ترامپ درباره پیامدها و احتمالات درباره حمله جنایتکارانه به ایران نیز گفت‌وگو کرده است.

لفاظی‌های ضدایرانی وزیر خارجه انگلیس

وزیر خارجه انگلیس با تکرار برخی ادعاهای بی‌اساس درباره برنامه هسته‌ای ایران، گفت که چنانچه تهران «جاه‌طلبی‌های هسته‌ای» خود را متوقف نکند، ترئیکای اروپا ممکن است نسبت به به فعال کردن مکانیسم ماشه در چارچوب برجام، اقدام کند. «دیوید لمی» گفت که چنانچه تهران «جاه‌طلبی‌های هسته‌ای» خود را متوقف نکند، ترئیکای اروپا ممکن است نسبت به به فعال کردن مکانیسم ماشه در چارچوب برجام، اقدام کند. وی مدعی شد که در هفته‌های آینده فشارها بر ایران بیشتر می‌شود چرا که ترئیکای اروپایی می‌تواند تحریم‌ها را بازگرداند.وی گفت که مقام‌های ایران باید تصمیم بگیرند.

زاخاروا: تسلیحات غربی اوکراین برای کشتار کودکان استفاده می‌شود

سخنگوی وزارت خارجه روسیه تاکید کرد که تسلیحات اهدائی غرب به اوکراین برای کشتار کودکان به کار گرفته می‌شوند. «ماریا زاخاروا»، سخنگوی وزارت خارجه روسیه با اشاره به حملات اوکراین به یک ساحل در کورسک تاکید کرد کسانی که برای دولت کی‌یف سلاح ارسال می‌کنند می‌دانند که این تسلیحات برای کشتار کودکان به کار گرفته می‌شوند. زاخاروا در کانال تلگرامی خود نوشت: «کسانی که برای اوکراین سلاح تامین می‌کنند، یعنی دولت‌های غربی می‌دانند که این تسلیحات در کجا و علیه چه کسانی استفاده می‌شوند؛ آنها را برای کشتار کودکان استفاده می‌کنند».

«اوجالان» رسما پایان اقدامات مسلحانه «پ.ک.ک» را اعلام کرد

رئیس حزب منحله پ.ک.ک به صورت رسمی پایان اقدامات مسلحانه این گروه را اعلام کرد.عبدالله اوجالان رئیس حزب منحله کارگران کردستان ترکیه (پ.ک.ک) با انتشار یک پیام ویدئویی تاکید کرد: کنار گذاشتن سلاح توسط این حزب به سرعت صورت می‌گیرد. مبارزات مسلحانه ما به صورت داوطلبانه به پایان رسید.ا

وجالان تاکید کرد: تشکیل یک کمیسیون داخل پارلمان ترکیه برای بررسی خلع سلاح داوطلبانه و قانونی مسأله بسیار مهمی به شمار می‌رود.

موافقت «نتانیاهو» با نقشه ضد انسانی «کاتز» برای ساکنان غزه

یک منبع عبری اعلام کرد که بنیامین نتانیاهو نخست وزیر رژیم صهیونیستی با طرح اسرائیل کاتز وزیر جنگ این رژیم مبنی بر انتقال تمام جمعیت ۲ میلیون نفری غزه به ویرانه‌های رفح موافقت کرده است.این منبع اضافه کرد که تل آویو در کنار دیگر طرف‌ها منطقه مذکور را مدیریت خواهد کرد.روزنامه گاردین طرح کاتز را یک طرح جنایتکارانه و ضد بشری توصیف کرد. بر اساس این طرح فلسطینی‌ها قبل از ورود به این منطقه ویران شده در رفح بازرسی امنیتی می‌شوند و دیگر هرگز نمی‌توانند این منطقه را ترک کنند.

لاپید: باید از غزه عقب نشینی کنیم

رهبر اپوزیسیون رژیم صهیونیستی تأکید کرد این رژیم باید از غزه عقب نشینی کند. «یائیر لاپید» رهبر اپوزیسیون رژیم صهیونیستی گفت: بنیامین نتانیاهو، نخست وزیر اسرائیل در مقابل توافق مانع تراشی می‌کند. نتانیاهو حضور ما در محور موراگ را سنگ بنای ابقای اسرائیل می‌داند هرچند که این مسئله یک گام عملیاتی میدانی بود.وی گفت: امیدوارم دیدار نتانیاهو و دونالد ترامپ، رئیس جمهور آمریکا به انجام معامله تبادل اسرا منجر شود زیرا دولت آمریکا به دنبال این معامله است.

حماس: اظهارات نتانیاهو توهم است

عزت الرشق، از اعضای دفتر سیاسی حماس، ادعاهای نتانیاهو درباره تحقق اهداف جنگی اسرائیل در غزه را ناشی از شکست روانی او دانسته تأکید کرد: غزه هرگز تسلیم نمی‌شود و این مقاومت است که شروط خود را تحمیل خواهد کرد. عزت الرشق افزود: بعد از آنکه فرماندهان ارتش اشغالگر به شکست مفتضحانه خود در آزادی اسرای صهیونیستی از طریق عملیات نظامی اعتراف کردند، اکنون کاملاً روشن شده است که تنها راه آزادی این اسرا انجام یک توافق جدی با مقاومت است.وی تأکید کرد: غزه هرگز تسلیم نمی‌شود .

آمادگی روسیه برای رویارویی نظامی با ناتو و اتحادیه اروپا

معاون وزیر امور خارجه روسیه با اشاره به تجربه این کشور برای مقابله با تحریم‌های اروپایی، تاکید کرد که روسیه به دلیل برنامه‌های ناتو برای افزایش هزینه‌های دفاعی، خود برای بدترین شرایط و حتی رویارویی نظامی با غرب آماده کرده است. الکساندر گروشکو، معاون وزیر امور خارجه فدراسیون روسیه اعلام کرد که مسکو به دلیل برنامه‌های ناتو برای افزایش هزینه‌های دفاعی، برای بدترین شرایط آماده خواهد شد. به گفته وی، روسیه همچنین به تضمین توانایی دفاعی خود ادامه خواهد داد.

لاوروف جمعه به کره شمالی می‌رود

خبرگزاری مرکزی کره شمالی اعلام کرد که وزیر خارجه روسیه روز جمعه در سفری رسمی راهی پیونگ‌یانگ خواهد شد.لاوروف به دعوت همتای وی در کره شمالی راهی این کشور خواهد شد اما جزئیات بیشتری از جمله احتمال دیدار دیپلمات ارشد روس با کیم جونگ اون، رهبر کره شمالی منتشر نشده است.

سفر لاوروف در ادامه سفر ماه ژوئن سرگئی شویگو، مقام ارشد امنیتی روسیه به کره شمالی صورت خواهد گرفت.

تخریب پهنه‌های طبیعی در سایه جنگ و فساد اداری ؛«حراج خاک کشور» به نفع سرمایه‌داران

یک فعال محیط زیستی می‌گوید: «جنگ، با اولویت دادن به حفظ جان و معیشت، توجه عمومی را از مسائل زیست‌محیطی منحرف می‌کند، در حالی که محیط‌زیست بستر اصلی حیات و دفاع از میهن است. این انحراف، فضا را برای سوءاستفاده دولت‌های ناکارآمد و افراد فرصت‌طلب باز می‌کند تا با توجیه شرایط جنگی، تخریب طبیعت و برداشت‌های بی‌رویه را کم‌رنگ جلوه دهند.»

در پی حملات اخیر به ایران، نگرانی‌ها درباره پیامدهای جنگ بر محیط‌زیست کشور از سوی کنشگران و دوستداران محیط‌زیست بیش از پیش افزایش یافته است. جنگ با منحرف کردن توجه عمومی و تضعیف نظارت‌ها، زمینه‌ساز تخریب گسترده طبیعت و سوءاستفاده فرصت‌طلبان می‌شود.

عباس محمدی، کنشگر محیط‌زیست و مدیر انجمن دیده‌بان کوهستان، در گفت‌وگو با خبرآنلاین به بررسی این بحران و تأثیرات آن بر محیط‌زیست ایران پرداخته و با اشاره به نمونه‌هایی مانند معدن کرومیت کهنوج، هشدار می‌دهد که جنگ می‌تواند به اعتماد عمومی و پایداری زیست‌محیطی کشور آسیب جدی وارد کند.

انحراف اذهان از محیط زیست در سایه جنگ

جنگ، با ایجاد شرایط بحرانی، اولویت‌های مردم را به حفظ جان و معیشت محدود می‌کند. محمدی با استناد به هرم نیازهای مازلو توضیح می‌دهد: «نیازهای اولیه مانند بقا و امنیت، در رأس دغدغه‌های انسانی قرار دارند و مسائلی مانند محیط‌زیست، فرهنگ و اجتماع به رده‌های بعدی رانده می‌شوند. وقتی مردم درگیر حفظ جان و گذران زندگی باشند، توجه به حفاظت از محیط‌زیست به شدت کاهش می‌یابد. این انحراف اذهان، محیط‌زیست را که بستر حیات و پایداری هر جامعه‌ای است، به حاشیه می‌راند.»

او تأکید می‌کند: «اگر فضای زیستی ما تخریب شود، دفاع از میهن و کیان کشور نیز معنایی نخواهد داشت. این انحراف توجه، نه‌تنها نظارت مردمی، آموزش‌های داوطلبانه و اعتراضات مدنی را کاهش می‌دهد، بلکه فرصت را برای دولت‌های ناکارآمد و افراد فرصت‌طلب فراهم می‌کند تا با توجیه شرایط جنگی، به برداشت بی‌رویه منابع طبیعی و آلوده‌سازی محیط‌زیست بپردازند.»

سوءاستفاده از شرایط جنگی و تشدید فساد

در شرایط جنگی، نظارت بر فساد اداری کاهش می‌یابد و این امر به دستگاه‌های دولتی و افراد سودجو امکان می‌دهد تا با توجیه شرایط اضطراری، مشغول برداشت بی‌رویه منابع طبیعی و آلوده‌سازی محیط‌زیست شوند.

طبق گفته محمدی، این وضعیت منجر به صدور مجوزهای غیرمسئولانه برای فعالیت‌هایی مانند معدن‌کاری می‌شود که تخریب گسترده‌ای به دنبال دارد و این روند نه‌تنها به محیط‌زیست آسیب می‌زند، بلکه اعتماد عمومی به نهادهای حکومتی را نیز تضعیف می‌کند؛ امری که در شرایط کنونی برای کشور خطرناک است.

او به نمونه‌هایی هم در سطح جهانی اشاره می‌کند: «اسرائیل بیش از یک سال و نیم است که باریکه غزه را با بمباران زیر و رو کرده و انباشت زباله‌ها، مواد شیمیایی و گازهای خطرناک، این منطقه را به محیطی غیرقابل زیست تبدیل کرده است.»

مدیر انجمن دیده‌بان کوهستان معتقد است که در ایران نیز گروه‌های سودجو از فضای جنگی برای کم‌رنگ جلوه دادن تخریب محیط‌زیست استفاده می‌کنند، که این امر به ضرر کشاورزان، باغداران و دامپروران تمام می‌شود و محیط‌زیست را به‌صورت جبران‌ناپذیری تخریب می‌کند.

سهم معادن در تولید ناخالص داخلی ایران تنها یک درصد است، اما دست‌کم ۵ درصد از خاک کشور را به شدت تخریب کرده است.

محمدی توضیح می‌دهد: «غبار ناشی از معدن، حاوی هگزاوالان کرومیت – ماده‌ای سرطان‌زا، سلامت ساکنان را تهدید می‌کند و تحقیقات کارشناسان رسمی دادگستری نیز بیماری‌های ریوی و خشک شدن باغ‌های میوه منطقه را تأیید کرده است. مردم کهنوج بارها با بستن جاده‌ها به فعالیت این معدن اعتراض کرده‌اند، اما چندی پیش، پس از صدور مجوز جدید برای ازسرگیری فعالیت معدن [که دو سه سال تعطیل بود]، با اعتراضات برخورد شد و چند نفر بازداشت شدند.

هم‌چنین ساکنان بارها به خشک شدن درختان میوه، آلودگی زمین‌های کشاورزی و بیماری‌های ریوی ناشی از غبار معدن اعتراض کرده‌اند، اما پاسخ آن‌ها فقط سرکوب بوده است.»

او هشدار می‌دهد: «این برخورد در منطقه‌ای محروم، اعتماد عمومی به دستگاه‌های حکومتی را تضعیف می‌کند و در شرایط حساس کنونی، می‌تواند به کاهش همبستگی ملی منجر شود.»

حراج خاک کشور» به نفع سرمایه‌داران

به گفته محمدی، معدن‌کاری در ایران، به‌ویژه معادن روباز، به «حراج خاک کشور» تبدیل شده است. او با استناد به آمارها تأکید می‌کند: «سهم معادن در تولید ناخالص داخلی ایران تنها یک درصد است، اما دست‌کم ۵ درصد از خاک کشور را به شدت تخریب کرده و با احتساب کاوش‌های معدنی، این رقم ممکن است به ۳۰ درصد برسد. این تخریب شامل نابودی پوشش گیاهی، منابع آب و خاک و ایجاد بیابان‌هایی غیرقابل احیاست که حتی پس از قرن‌ها بازسازی نمی‌شوند.»

لزوم توقف فعالیت‌های مخرب محیط زیستی

به باور این کنشگر محیط‌زیست، دولت و دستگاه‌های قضایی باید با توقف فعالیت‌هایی، مانند معدن کهنوج، که نارضایتی عمیق مردمی را به دنبال دارد، به حفظ منابع طبیعی و جلب رضایت مردم اولویت دهند.

او تأکید می‌کند: «در کشورهای پیشرفته، پروژه‌های صنعتی مانند پالایشگاه‌ها یا نیروگاه‌ها تنها با رضایت اکثریت مردم منطقه اجرا می‌شوند و پیوست اجتماعی برای آن‌ها الزامی است. در مقابل، در ایران، فقدان این پیوست‌ها و برخورد با اعتراضات، نارضایتی‌های گسترده‌ای ایجاد کرده است. در شرایطی که کشور با درگیری‌های نظامی روبه‌روست، رضایت مردم و ایجاد ثروت پایدار، پشتوانه اصلی ثبات کشور است. برخورد با مردم محروم کهنوج و نادیده گرفتن سلامت و معیشت آن‌ها، پیامدهای خطرناکی برای اعتماد عمومی خواهد داشت.»

عباس محمدی خاطرنشان می‌کند که فعالیت معادنی مانند کهنوج، که درآمد ناپایداری برای چند دهه تولید می‌کنند اما منابع طبیعی و معیشت پایدار مردم را برای همیشه از بین می‌برند، نه‌تنها توجیه اقتصادی ندارد، بلکه از نظر اجتماعی نیز زیان‌بار است. توقف این‌گونه پروژه‌ها و توجه به خواست مردم، به‌ویژه در مناطق محروم مانند کهنوج، می‌تواند به بازسازی اعتماد عمومی و تقویت همبستگی ملی کمک کند، زیرا مردم احساس می‌کنند که حاکمیت در کنار آن‌هاست، نه در مقابلشان.

ارائه طرح انتقال آب از دریای سیاه به خزر؛ الگویی برای نجات دریاچه ارومیه؟

همزمان با تشدید بحران کاهش تراز آب دریای خزر، کارشناسان روس بر لزوم همکاری فوری پنج کشور ساحلی بر اساس «کنوانسیون تهران» تأکید می‌کنند، در این میان، یک شرکت آذربایجانی طرحی برای انتقال آب از دریای سیاه به خزر ارائه کرده است.

«رشید اسماعیلوف» رئیس انجمن محیط زیست روسیه، در گفتگو با خبرنگاران بر لزوم همکاری پایدار میان کشورهای حاشیه خزر برای حل مشکلات این دریا تأکید کرد و با اشاره به وجود زیربنای حقوقی لازم برای این امر، خواستار یک اقدام بزرگ مشترک برای نجات دریای خزر شد.

به‌گفته این کارشناس برجسته روس، مشکل کم‌عمق شدن دریای خزر باید نه‌تنها توسط هر پنج کشور ساحلی، بلکه توسط کل جامعه جهانی به‌صورت مشترک حل شود.

این اظهارات در حالی بیان می‌شود که ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهور روسیه، پیش‌تر در تاریخ ۱۹ ژوئن در مجمع بین‌المللی اقتصادی سن‌پترزبورگ، به مشکل کم‌عمق شدن خزر اشاره و بر همکاری با آذربایجان برای حل این چالش بزرگ زیست‌محیطی تأکید کرده بود.پوتین در آن زمان خواستار تلاش بیشتر هم برای شناسایی علل کاهش سطح آب و هم برای اصلاح وضعیت شده و گفته بود: «این مشکل بدون شک ابعاد بسیار بزرگی دارد، اگر نگوییم جهانی است. در اینجا باید به‌موقع اقدامات هماهنگ انجام داد. من می‌دانم که دولت فدراسیون روسیه همراه با دولت آذربایجان در این زمینه در حال کار و یافتن راه‌حل هستند.»

تهدیدی برای تنوع زیستی و کریدورهای راهبردی

رشید اسماعیلوف با اشاره به خطرات زیست‌محیطی و اقتصادی ناشی از کاهش سطح آب دریای خزر گفت: «این وضعیت در وهله اول تهدیدی برای حفظ تنوع زیستی دریا است، همچنین، ریسک‌های قابل‌توجهی برای فعالیت‌های اقتصادی مانند ماهیگیری، کشتیرانی و زیرساخت‌های بندری در حال افزایش است. کم‌عمق شدن خزر می‌تواند بر شکل‌گیری پروژه‌ای مانند کریدور حمل‌ونقل شمال ـ جنوب تأثیر منفی بگذارد.»

لازم به ذکر است که در زمان حاضر، کاهش سطح آب خزر ـ حدود ۲ متر در ۲۰ سال ـ مشکلاتی جدی برای حمل‌ونقل کالا در این دریا ایجاد کرده است.

در بندر آکتائو قزاقستان، دیگر امکان بارگیری کامل تانکرها و کشتی‌های باری وجود ندارد، زیرا در صورت بارگیری، در

لجن‌های ساحلی گیر می‌کنند. این روند در صورت تداوم، حمل‌ونقل دریایی در خزر را از صرفه اقتصادی خواهد انداخت.

نجات خزر؛ مسئولیت مشترک دولت‌ها و غول‌های نفتی

اسماعیلوف با تأکید بر لزوم اقدام فوری و مشترک گفت: «کشورهای منطقه خزر باید بر همکاری مشترک برای پیش‌بینی تغییرات اقلیمی و سایر پدیده‌های طبیعی و سازگاری با آن‌ها تمرکز کنند، این مسئله به منابعی نیاز دارد که امروز به‌وضوح کافی نیست.»وی افزود: برای تأمین این منابع می‌توان به جامعه جهانی و در وهله اول به کشورهایی که علاقه‌مند به فعالیت اقتصادی در خزر هستند، مراجعه کرد.رئیس انجمن محیط زیست روسیه تصریح کرد: «برای رعایت انصاف باید گفت که وظیفه حفاظت از خزر تنها در سطح دولتی نیست. من معتقدم شرکت‌هایی که در خزر به استخراج هیدروکربن‌ها مشغولند و همچنین شرکت‌های فعال در مناطق ساحلی آن، باید منابع مالی خود را صرف تحقیقات علمی برای مطالعه طبیعت دریای خزر کنند. امروز کسب‌وکارها موظفند که از نظر زیست‌محیطی مسئولیت‌پذیر باشند.»

طرح انتقال آب از دریای سیاه به خزر؛ راه‌حلی برای نجات ارومیه؟

در همین راستا، اخیراً یک شرکت تجاری آذربایجانی به‌نام ADOG به‌همراه بندر بین‌المللی «زیرا»، طرحی ابتکاری برای نجات دریای خزر ارائه کرده‌اند که شامل انتقال آب از دریای سیاه به خزر است.

این پروژه، ساخت یک تونل هیدرولیکی زیرزمینی به‌قطر ۱۰ متر از زیر خاک آذربایجان و روسیه یا گرجستان را پیشنهاد می‌کند که آب به‌دلیل اختلاف ارتفاع (خزر ۲۶٫۵ متر پایین‌تر است) به‌طور طبیعی از یک دریا به دریای دیگر جریان خواهد یافت.

این شرکت توضیح داده است که کم‌عمق شدن خزر نشانه‌های یک فاجعه زیست‌محیطی انسان‌ساز را دارد و به همین دلیل، کشورهای ساحلی دیگر نمی‌توانند به چرخه طبیعی نوسانات سطح آب تکیه کنند و باید خودشان برای مقابله با این وضعیت اقدام کنند.

علاوه بر این، ADOG پیشنهاد کرده است که با نصب چندین توربین آبی در این تونل، سالانه حدود ۱۷۰ مگاوات انرژی تولید شود که پروژه را به خودکفایی می‌رساند. در چشم‌انداز آینده، تجربه ساخت چنین تونلی می‌تواند برای احیای دریای آرال و دریاچه ارومیه نیز به‌کار گرفته شود.

کنوانسیون تهران؛ مبنای حقوقی برای «دیپلماسی سبز»

رشید اسماعیلوف در پایان با اشاره به وجود زیرساخت‌های حقوقی برای همکاری گفت: «مکانیسم‌های قانونی برای مراقبت مشترک از طبیعت خزر ایجاد شده است و آن کنوانسیون تهران است. در اینجا دیپلماسی سبز نیز به کمک ما می‌آید. باید درک کنیم که محیط زیست مرز نمی‌شناسد؛ نه اداری، نه جغرافیایی و نه ملی. بخش غیردولتی نیز باید برای حفظ این مروارید جهانی، یعنی خزر مشترک ما، پیش‌قدم شود.»

هزینه‌های سنگین اتباع افغان بر اقتصاد ایران؛ مهاجران افغان ۴۵۰ همت یارانه می‌گیرند

افزایش حضور اتباع افغان غیرمجاز در سال‌های اخیر، پیامدهای اقتصادی، اجتماعی و امنیتی گسترده‌ای برای کشور به همراه داشته است؛ از فشار بر بازار مسکن و مصرف گسترده یارانه‌ها گرفته تا نفوذ اطلاعاتی– امنیتی دشمن که در جنگ اخیر نمایان شد. حال با تشدید روند بازگرداندن این اتباع، فرصتی تاریخی برای قانونمند کردن سیاست مهاجرت در ایران و اصلاحات اقتصادی فراهم شده است.

در سال‌های گذشته، ایران پذیرای میلیون‌ها مهاجر افغان بوده که بخش قابل‌توجهی از آنان بدون مجوز رسمی اقامت در کشور ساکن شده‌اند. این حضور بی‌ضابطه اکنون با هزینه‌ای سنگین برای اقتصاد ملی همراه است. طبق اعلام رسمی وزارت کشور، بیش از ۶ میلیون تبعه افغان در ایران حضور دارند که حدود ۲ میلیون نفر از آنان غیرمجاز هستند. همین گروه روزانه یارانه گسترده‌ای از منابع کشور دریافت می‌کنند؛ یارانه‌ای که می‌توانست مستقیماً صرف بهبود رفاه ایرانیان شود.

یارانه ۶۵ همتی نان به اتباع افغان

با توجه به اعلام وزارت امور اقتصادی و دارایی، قیمت یارانه‌ای نان، یک هفتم قیمت تمام شده آن است. این بدان معناست که دولت به ازای هر قرص نان سنگک، نزدیک به ۳۰ هزار تومان یارانه پرداخت می‌کند. حال اگر فرض کنیم که هر تبعه افغان مقیم ایران، تنها روزانه یک عدد نان سنگک مصرف کند، که در واقعیت معمولاً بیش از این مقدار مصرف می‌شود، در مجموع روزانه ۱۸۰ میلیارد تومان یارانه نان تنها به این گروه جمعیتی تعلق می‌گیرد. با در نظر گرفتن جمعیت حدوداً ۶ میلیون نفری اتباع افغان در ایران، رقم پرداختی یارانه نان در سال به عدد خیره‌کننده ۶۵.۷ هزار میلیارد تومان می‌رسد. این در حالی است که بخش قابل‌توجهی از این جمعیت به‌صورت غیرقانونی در کشور حضور دارند و هیچ‌گونه مالیات یا حق بیمه‌ای به دولت نمی‌پردازند.

۴۵۰ همت یارانه به ۶ میلیون نفر افغانی

علاوه بر یارانه نان، در صورتی که یارانه‌های پنهان گاز، بنزین و گازوئیل را هم محاسبه کنیم، ماجرا متفاوت می‌شود. اگرچه اعداد متفاوتی برای مجموع یارانه‌های پنهان در ایران بیان می‌شود، اما محاسبات ما نشان می‌دهد یارانه پنهان ۳ حامل اصلی انرژی، یعنی گاز، بنزین و گازوئیل به ترتیب برابر با ۲۷.۲۶ و ۱۲ میلیارد دلار است. با فرض دلار ۹۰ هزار تومانی و تقسیم این یارانه بر جمعیت ۹۲ میلیون نفری ساکن ایران، شامل ۸۶ میلیون نفر ایرانی و ۶ میلیون تبعه افغانستان، سهم هر فرد، ۵ میلیون و ۲۰۰ هزار تومان می‌شود. در نهایت با توجه به این موارد، یارانه پنهان دریافتی توسط ۶ میلیون تبعه افغان ساکن ایران، سالیانه ۳۸۲ هزار میلیارد تومان خواهد بود. این میزان یارانه پنهان به علاوه یارانه ۶۵.۷ هزار میلیارد تومانی نان، بیانگر آن است که در مجموع سالیانه ۴۴۷ هزار میلیارد تومان به اتباع افغانی ساکن ایران، یارانه اختصاص داده می‌شود.

به بیان دیگر، اتباع افغان در ایران سهمی از منابع عمومی دارند که به‌هیچ‌وجه با توان و ظرفیت اقتصادی کشور هم‌خوانی ندارد. در شرایطی که دولت برای تأمین بودجه عمومی با کسری زیاد و مزمن مواجه است، این میزان یارانه یک فشار بی‌سابقه بر منابع کشور وارد می‌کند.

در بسیاری از کشورهای دنیا، ورود اتباع خارجی تنها با تأیید نیاز کشور به نیروی کار و پذیرش مسئولیت توسط کارفرما انجام می‌شود؛ اما در ایران این فرآیند سال‌ها به‌صورت رها شده و بی‌قانون پیش رفته است.

حتی با فرض حضور قانونی اتباع افغانستانی در ایران، باز هم سیاست‌های دخالت در قیمت و پرداخت یارانه‌های پنهان بی‌هدف، منجر به واریز ثروت نفت و گاز مردم ایران به جیب تبعه سایر کشورها می‌شود. لذا بازنگری در سیاست‌های یارانه‌ای و اصلاح قیمت انرژی و نان به قید فوریت باید در دستور کار دولت قرار گیرد تا از هدر رفت منابع متعلق به مردم ایران، جلوگیری شود.

خبر

داروخانه‌ها ٤ همت چک برگشتی دارند

هشدار نسبت به هک اطلاعات بیماران در پلتفرم‌های فروش دارو

عضو هیئت مدیره انجمن داروسازان ایران گفت: از شهریور سال گذشته تا خردادماه امسال، رقمی بالغ بر چهار همت چک داروخانه‌ها نزد شرکت‌های توزیع‌کننده برگشت خورده است. «هادی احمدی» عضو هیئت مدیره انجمن داروسازان ایران در گفت‌وگو با خبرنگار ایلنا درباره آخرین وضعیت پرداخت مطالبات داروخانه‌ها از سازمان‌های بیمه‌گر توضیح داد: سازمان‌های بیمه‌گر از جمله تامین اجتماعی و بیمه سلامت مطالبات داروخانه‌ها را از حدود اسفندماه سال گذشته، تسویه کردند. ولیکن سهم ارزی دارو از اسفندماه همچنان پرداخت نشده است. در حال حاضر حدود چهار ماه است که سازمان‌های بیمه‌گر نسبت به سهم ارزی خود به داروخانه‌ها بدهکار هستند و سازمان نیروهای مسلح نیز حدود یک تا دو ماه از این سازمان‌ها عقب‌تر است. وی افزود: در کل حدود چهار ماه است که مطالبات داروخانه‌ها عملاً پرداخت نشده است و این مسئله چرخه تأمین دارو را دچار مشکل می‌کند. این موضوع یک هشدار جدی است که ما به مسئولان اعلام می‌کنیم. اگر مطالبات داروخانه‌ها به موقع پرداخت نشود، داروخانه‌ها با کمبود نقدینگی مواجه خواهند شد، در نتیجه قادر به خرید دارو نخواهند بود و این موضوع منجر به ایجاد یک کمبود کاذب در بازار دارویی خواهد شد. دارو وجود دارد، اما قدرت خرید داروخانه‌ها کاهش می‌یابد و در این وضعیت، آنچه که آسیب می‌بیند، مردم هستند. او تاکید کرد: بنابراین، ما توصیه می‌کنیم که هم سازمان هدفمندی یارانه‌ها و هم سازمان‌های بیمه‌گر، مطالبات داروخانه‌ها را مطابق قانون و به‌موقع پرداخت کنند. این تأخیر بیش از حد، باعث می‌شود که داروخانه‌ها نتوانند خدمات خود را ادامه دهند و چرخه تأمین دارو با مشکل مواجه می‌شود. احمدی با اشاره به مبلغ چک‌های برگشتی داروخانه‌ها گفت: از شهریور سال گذشته تا خردادماه امسال، رقمی بالغ بر چهار همت، معادل چهار هزار میلیارد تومان چک داروخانه‌ها نزد شرکت‌های توزیع‌کننده برگشت خورده است. به دنبال آن چک شرکت‌های توزیع‌کننده دارو نیز نزد تأمین‌کنندگان برگشت می‌خورد و در نتیجه چرخه تأمین دارو دچار اشکال می‌شود.

رئیس شورای اطلاع رسانی دولت:

بنای حمله نداریم اما موشک جواب موشک است

رئیس شورای اطلاع رسانی دولت گفت: مهم ترین عامل پیروزی ما در ایام جنگ ۱۲ روزه این بود که ملت به صحنه آمدند و پای عهد و پیمان خود ماندند. دیدیم که ملت همبستگی خود را در سطح عالی به تصویر کشیدند. اینکه چطور باید این همبستگی را حفظ کرد مهم است. الیاس حضرتی در جلسه شورای هماهنگی روابط عمومی‌های دستگاه‌های اجرایی کشور، با بیان اینکه فصل بسیار فشرده‌ای را در تاریخ پشت سر گذاشتیم، اظهار کرد: ما هشت سال جنگیدیم که زمان طولانی بود اما این ۱۲ روز جنگ تحمیلی با رژیم صهیونیستی نکته‌هایی به اندازه همان هشت سال داشت.وی درباره برخی نکات ارزشمند حاصل از ۱۲ روز جنگ تحمیلی با رژیم صهیونیستی توضیح داد: نخستین نکته، نقش بی‌بدیل مردم بود. از روزی که تجاوز رخ داد از علائم تجاوز این تحلیل برمی‌آمد که این تجاوز برای براندازی طراحی شده بود و اکنون با اعترافات مقامات رژیم صهیونیستی این تحلیل پررنگ تر می‌شود. بنابراین براندازی ۱۰۰ درصد طراحی و جوانب آن در نظر گرفته شده بود. به طوری که شخصیت های سیاسی و نظامی را ترورکنند، مردم را تشویق به حضور در خیابان کنند و شورش داخلی رخ بدهد و نهایتا جنگ روانی و رسانه ای برپاکنند.وی ادامه داد: ما بنای حمله نداریم اما موشک جواب موشک است و اگر آنها حمله کنند ما جواب می‌دهیم. وی افزود: مهم ترین عامل پیروزی ما در ایام جنگ ۱۲ روزه این بود که ملت به صحنه آمدند و پای عهد و پیمان خود ماندند. دیدیم که ملت همبستگی خود را در سطح عالی به تصویر کشیدند. اینکه چطور باید این همبستگی را حفظ کرد مهم است.حضرتی با اشاره به ضرورت همبستگی ایجادشده، خاطر نشان کرد: باید مشکلات مردم را رفع و رجوع کنیم و توجه داشته باشیم که سخت گیری های اجتماعی و برخورد و بی احترامی اجتماعی را شروع نکنیم. باید به این امر توجه کنیم که برای موج آمدن نخبگان به ایران چه کار باید کرد؟

۵۰ شهر درگیر تنش آبی؛ تهران صدرنشین مشکلات آب

سخنگوی صنعت آب کشور گفت: با توجه به کم‌بارشی که در سال جاری در ۵۰ شهر و ۲۴ استان وجود دارد؛ تهران و مشهد در صدر شهرهایی هستند که بیشترین تنش آبی را دارند.عیسی بزرگ‌زاده با اشاره به کم‌بارشی در سال جاری گفت: در سال جاری در ۵۰ شهر و ۲۴ استان تنش آبی وجود دارد که برای رفع آن ۱۶۹ پروژه در حال اجرا با قدرت در حال پیشروی است.

وی ادامه داد: اصلی‌ترین اقدام ما برای مدیریت تنش آبی خواهش از شهروندان برای کاهش مصرف، مدیریت مصرف و مدیریت تقاضای آب است؛ در گام بعد سعی می‌کنیم پروژه‌های بلندمدت که در دستور کار قرار دارند، تسریع شوند و به اهداف برسانیم.بزرگ زاده خاطر نشان کرد: ایجاد انعطاف پذیری در شبکه‌های درون شهری نظیر ایجاد رینگ، ایجاد مخازن شهری و یا اتصالات بیشتر بین منابع مختلف به گونه‌ای که تبادل آب بین منابع آبی مختلف فراهم شود از جمله اقدامات در حال انجام است؛ اعم از منابع آب سطحی در تهران و اتصال منابع آب سطحی از شرق به غرب و حتی منابع آب زیرزمینی در جنوب تهران؛ آب حاصل از دریا باید امکان انعطاف پذیری بیشتری داشته باشد.

وی ادامه داد: در آخرین گام به سراغ اضافه برداشت از آب زیر زمینی خواهیم رفت که متأسفانه باید تلاش کنیم که با مدیریت مصرف و مدیریت تقاضا این اتفاق نیفتد.

گیلان

دستگیری سارقان پلاک خودروهای ترانزیتی خارجی در گیلان

فرمانده انتظامی گیلان از شناسایی و دستگیری سارقان غیربومی که اقدام به سرقت پلاک خودروهای ترانزیتی خارجی در شهر مرزی آستارا می کردند، خبر داد.
سردار حسین حسن‌پور اعلام کرد: این ۲ سارق که اغلب در ساعت اولیه بامداد در مکان‌هایی با روشنایی کم و یا فاقد نگهبان دست به سرقت می‌زدند، در مجموع مرتکب ۱۰ فقره سرقت پلاک از خودروهای ترانزیتی شده‌اند.
وی با اشاره به اینکه این سرقت‌ها در شرایطی انجام می شد که خودروهای ترانزیتی در مکان‌های بدون نظارت کافی و در تاریکی شب متوقف بودند، افزود: با انجام اقدامات اطلاعاتی و عملیاتی دقیق، ماموران پلیس موفق شدند هویت و محل اختفای این افراد را شناسایی و آنان را در یک عملیات غافلگیرانه دستگیر کنند.
این مقام انتظامی در ادامه بیان کرد: ساماندهی بهتر رانندگان ترانزیت و هدایت آنان به سمت پارکینگ‌ها و مکان‌هایی دارای روشنایی کافی و نگهبان، نقش مؤثری در پیشگیری از وقوع چنین جرائمی دارد و در این راستا از رانندگان انتظار است در توقف‌های شبانه و برای استراحت به نکات ایمنی توجه ویژه کرده و هرگونه موارد مشکوک را به پلیس گزارش دهند.
سردار حسن پور افزود: سارقان جهت بررسی زوایا و علت ارتکاب این سرقت ها در اختیار مراجع قضائی قرارگرفتند.

کشف ۱۰ دستگاه ماینر غیرمجاز در شهر رشت

به گزارش دیگری از این پایگاه خبری، رئیس پلیس امنیت اقتصادی استان گیلان از کشف ۱۰ دستگاه ماینر غیرمجاز به ارزش ۱۵ میلیارد ریال در سطح شهرستان رشت خبر داد.
سرهنگ محمد خوش خلقت در تشریح جزئیات این خبر اظهار کرد : برابر اخبار واصله مبنی بر نگهداری تعدادی دستگاه غیرمجاز تولید ارز دیجیتال در شهر رشت بلافاصله تیمی از کارکنان پلیس امنیت اقتصادی گیلان به همراه مامورین شرکت توزیع برق با هماهنگی سازمان تعزیرات حکومتی استان به آدرس گزارش شده عزیمت و در بازدید به عمل آمده، ۱۰ دستگاه ماینر غیرمجاز و چهار دستگاه متعلقات ماینر را کشف و ضبط کردند.
وی افزود: طبق نظر کارشناسان ارزش ریالی ماینرهای مکشوفه ۱۵ میلیارد ریال برآورد شده و در این خصوص ۲ متهم ۳۹ و ۴۶ ساله به مرجع قضایی معرفی شدند.
رئیس پلیس امنیت اقتصادی استان گیلان از شهروندان خواست: هرگونه اطلاعات و اخبار در زمینه استخراج ارز دیجیتال را بلافاصله به سامانه خبری پلیس امنیت اقتصادی به شماره ۰۹۶۳۰۰ اطلاع رسانی کنند.

مهرحسینی در گیلان با اهدای ۲ هزار و ۹۰۴ واحد خون

مدیر پزشکی انتقال خون گیلان گفت: مردم نوعدوست استان دهه نخست ماه محرم با پیوستن به پویش اهدای خون با عنوان «مِهر حسینی، برای ایران» ۲ هزار و ۹۰۴ واحد خون اهدا کردند. دکتر گیتی ایزدی پور در گفت و گو با ایرنا اظهار کرد: هزار و ۷۵۶ نفر از مشارکت‌کنندگان در پویش اهدای خون با عنوان «مِهر حسینی، برای ایران» اهداکنندگان مستمر هستند، ۲۸۴ نفر نیز برای نخستین بار در این کار نوعدوستانه مشارکت کردند و بقیه اهداکنندگان باسابقه را شامل می‌شوند.وی بیان کرد: ۴۶۶ نفر از اهداکنندگان خون در گیلان روز تاسوعای حسینی و ۵۵۴ نفر نیز روز عاشورا با پیوستن به پویش اهدای خون با عنوان «مِهر حسینی، برای ایران» خون اهدا کردند.مدیر پزشکی انتقال خون گیلان اضافه کرد: پویش اهدای خون با عنوان (مِهر حسینی، برای ایران) همزمان با ماه محرم در استان آغاز شده و تا پایان ماه صفر ادامه دارد.با اهدای یک واحد خون می‌توان جان سه نفر را نجات داد، از یک واحد خون، گلبول خون فشرده گرفته می‌شود که در جراحی‌ها کاربرد دارد؛ پس از آن پلاکت گرفته می‌شود که به مصرف بیماران سرطانی می‌رسد، پلاسمای خون نیز در بیماران کبدی و سوختگی استفاده می‌شود.استان گیلان به علت گردشگرپذیربودن و آمار بالای تصادفات، جراحی‌های قلب و عروق، تعداد زیاد بیماران هموفیلی، تالاسمی و فاویسمی جزو استان‌های نخست کشور به لحاظ مصرف فرآورده‌های خونی است.
پایگاه های انتقال خون گیلان در رشت میدان فرهنگ، خیابان آزادگان، کوچه اهدای خون در لاهیجان نیز در خیابان امام خمینی (ره) جنب بیمارستان ۲۲ آبان، شهرستان رودسر در خیابان انقلاب، جنب بیمارستان شهدا، شهر فومن در خیابان شهید بهشتی جنب اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی، بندرانزلی در خیابان ۳۰ متری جنب دانشگاه بین‌الملل علوم پزشکی، آستارا در خیابان حکیم نظامی جنب بیمارستان شهید بهشتی سابق، شهر تالش هم در خیابان شهید بهشتی جنب اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی و انتقال خون لنگرود در خیابان شریعتی جنب مرکز بهداشت فعال هستند.

استاندار گیلان :

دولت از واحدهای صنعتی آسیب دیده در حمله رژیم صهیونیستی حمایت می کند

استاندار گیلان از اجرای بسته‌های حمایتی شامل تسهیلات بانکی کم‌بهره، معافیت‌های مالیاتی و مشوق‌های بیمه‌ای برای جبران خسارات وارده به کارخانه‌های تخریب‌شده در پی حملات اخیر رژیم صهیونیستی خبر داد و تأکید کرد: دولت از تمام ظرفیت‌های قانونی برای بازگرداندن واحدهای صنعتی آسیب‌دیده به چرخه تولید استفاده می‌کند.
هادی حق‌شناس در جلسه بررسی آخرین وضعیت واحدهای تولیدی آسیب‌دیده شهرک صنعتی سفیدرود رشت، با اشاره به تجاوز ناجوانمردانه رژیم صهیونیستی به زیرساخت‌های غیرنظامی جمهوری اسلامی ایران، این اقدام را نشانه‌ای از چهره واقعی و ضدبشری رژیم جعلی اسرائیل دانست و اظهار کرد: همان‌گونه که در واقعه کربلا دشمن به هیچ قاعده انسانی‌ای پایبند نبود، رژیم صهیونیستی نیز با بی‌رحمی تمام، زیرساخت‌های صنعتی، درمانی و حتی بخش تولید اکسیژن را هدف قرار داد.
وی با بیان اینکه چنین حملاتی به‌وضوح نقض همه معاهدات بین‌المللی است، گفت: رژیم جعلی اسرائیل بارها و بارها با سلاح‌های نامتعارف، برخلاف همه اصول حقوقی بین‌المللی عمل کرده و هیچ‌گاه به هیچ توافقی پایبند نبوده است. بیش از ۵۰ قطعنامه شورای امنیت علیه این رژیم با وتوی آمریکا بی‌اثر شده و این به‌معنای واقعی، نشان‌دهنده حاکمیت قانون جنگل در مناسبات جهانی است.استاندار گیلان با بیان اینکه در دوران جنگ تحمیلی نیز جمهوری اسلامی ایران همواره تلاش کرده به اصول انسانی و اخلاقی پایبند بماند، افزود: استفاده دشمن از سلاح‌های شیمیایی و سکوت مجامع جهانی، تجربه‌ای تلخ اما عبرت‌آموز بود؛ امروز نیز حمله به تأسیسات صنعتی گیلان، بخشی از همان منطق ناعادلانه و جنایت‌محور است.
حق‌شناس با اشاره به حجم خسارات وارد شده به برخی واحدهای تولیدی تصریح کرد: بسیاری از این کارخانه‌ها حاصل تلاش شبانه‌روزی کارآفرینانی هستند که بدون بهره‌گیری از رانت یا امکانات خاص، با زحمت و سرمایه شخصی به این مرحله رسیده‌اند؛ برخی از این واحدها کاملاً تخریب شده‌اند اما خوشبختانه در جریان این حادثه هیچ‌گونه تلفات انسانی نداشتیم.
وی با اشاره به هوشیاری نهادهای تأمین‌کننده خدمات در استان بیان کرد: با وجود شرایط خاص و ورود یک‌ونیم میلیون مسافر در تعطیلات اخیر به گیلان، توزیع سوخت

و نان بدون اختلال جدی ادامه یافت و کمترین میزان نارضایتی عمومی ثبت شد.
استاندار گیلان ضمن گرامیداشت یاد شهدای حادثه اخیر در مناطق مختلف کشور و با اشاره به حضور خود در جمع خانواده‌های این شهدا گفت: ملت ایران ثابت کرده‌اند که در برابر هرگونه تجاوز، با وحدت و روحیه‌ای عاشورایی ایستادگی می‌کنند و این سرمایه اجتماعی، مهم‌ترین پشتوانه امنیت و اقتدار ملی است.
حق‌شناس با اشاره به بازدیدهای میدانی خود از واحدهای آسیب‌دیده در شهرک صنعتی سفیدرود و حضور در میان کارگران و فعالان تولید افزود: مردم ما با تمام وجود درک می‌کنند که در برابر یک رژیم متجاوز و جنایتکار قرار دارند که بدون مجوز و بدون پایبندی به هیچ قاعده بین‌المللی، زیرساخت‌های یک کشور مستقل را هدف قرار داده است.
وی با بیان اینکه مردم گیلان همان‌گونه که در دوران جنگ تحمیلی همراهی کردند، امروز نیز با بصیرت مثال‌زدنی، از تولید و امنیت ملی حمایت می‌کنند، خاطرنشان کرد: در روزهای پس از حمله، به‌ویژه در ایام تعطیلات و با وجود ترافیک سنگین و ازدحام جمعیت، شاهد هیچ ناهماهنگی خاصی در توزیع اقلام اساسی نبودیم و این نشان‌دهنده انسجام مدیریتی و همراهی مردم با مسئولان است.
استاندار گیلان با اشاره به اینکه پیگیری‌های لازم در سطح ملی برای جبران خسارات و بازگشت سریع واحدهای صنعتی به چرخه تولید در حال انجام است، گفت: دیروز در تماس با معاون اول رئیس‌جمهور، موضوع به‌صورت فوری بررسی شد و شخص رئیس‌جمهور نیز با حساسیت کامل در جریان جزئیات قرار دارد.
حق‌شناس با بیان اینکه هر اقدامی که در چارچوب اختیارات ما یا دولت باشد، بدون تعلل انجام خواهد شد، تأکید کرد: از همه ظرفیت‌های قانونی استان، از جمله اختیارات استانداری، اداره‌کل مالیاتی، تأمین اجتماعی و سایر دستگاه‌ها، برای تسریع در روند بازسازی و احیاء واحدهای صنعتی استفاده خواهیم کرد.
وی با اشاره به بازه‌های زمانی مورد نیاز برای معافیت‌های مالیاتی و ارائه تسهیلات جبرانی تصریح کرد: این موضوعات را به‌طور مشخص در سطوح یک‌ماهه، سه‌ماهه و حتی تا شش‌ماهه بررسی و تدوین می‌کنیم و بخشی از خسارات، به‌ویژه در واحدهایی که آسیب جدی دیده‌اند، به‌صورت کمک‌های بلاعوض یا تسهیلات کم‌بهره جبران می‌شود.
استاندار گیلان گفت: تعداد واحدهایی که در گیلان در پی تجاوز رژیم صهیونیستی آسیب دیدند، قابل توجه است، ۱۰ واحد نیاز به توجه ویژه‌تری دارند زیرا هم ساختمان و هم خط تولیدشان آسیب دیده؛ گروهی متشکل از کارشناسان همچنان مشغول بررسی و ارزیابی دقیق هستند.

به دنبال افزایش هزینه ها

افزایش قیمت نان در گیلان از روز جمعه

با تدبیر مسئولان اقتصادی گیلان و همکاری ملی، بحران بانکی نانوایان بدون اختلال در تأمین نان پشت سر گذاشته شد و حالا با اصلاح قیمت نان از جمعه، زنجیره تولید نان بار دیگر به تعادل بازمی‌گردد.
مهم‌ترین کالای اساسی و عنصر اصلی سفره مردم است؛ کوچک‌ترین اختلال در تأمین آن می‌تواند به نارضایتی عمومی منجر شود.درروزهایی که برخی نانوایان گیلان به دلیل اختلال در سامانه‌های بانکی امکان برداشت وجه و خرید آرد نداشتند، زنجیره تأمین نان با خطر جدی مواجه شد اما تجربه مدیریتی استان و اقدام فوری در تأمین آرد و گندم به‌صورت امانی باعث شد تا گیلان از یک بحران بالقوه، سربلند بیرون بیاید.
به نوشته فارس، در ادامه این مسیر، حالا نوبت اصلاح قیمت نان فرا رسیده است؛ اقدامی که به گفته مسئولان، برای تداوم فعالیت نانوایان و جبران هزینه‌های سنگین کارگری و بیمه‌ای ضروری است.

یک بحران نامرئی؛ وقتی نانوا نتواند پولش را بردارد

اختلال ۱۲روزه در دسترسی نانوایان به حساب‌های بانکی خود، امکان برداشت وجه برای خرید آرد را از آنان سلب کرده بود و به گفته الهیار مصباحی‌مقدم، معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری گیلان، این اختلال اگرچه موجب از کار افتادن سیستم برداشت شده بود، اما اطلاعات حساب‌ها محفوظ باقی ماند.
به گفته وی، با اینکه حساب‌ها قابل بازیابی بود، اما نانوایان نمی‌توانستند پول آرد را پرداخت کنند و اگر این چرخه متوقف می‌شد، نان مردم قطع می‌شد؛ بنابراین ما تصمیم گرفتیم آرد را بدون دریافت پول و به‌صورت امانی در اختیار نانوایان قرار دهیم.

ورود کارخانه‌ها و شرکت GTC به مدل امانی

پس از آن‌که نانوایان نتوانستند آرد بخرند، مسئولان استانی با هماهنگی کارخانه‌های آرد، آنان را ملزم کردند آرد را به‌صورت امانی و بدون دریافت هزینه به نانوایی‌ها تحویل دهند اما زنجیره تولید آرد به گندم وابسته بود و کارخانه‌ها

خود نیاز به تأمین داشتند
.به‌همین دلیل، با مجوز ملی، شرکت بازرگانی دولتی ایران (GTC) نیز وارد عمل شد و گندم را امانی در اختیار کارخانه‌ها گذاشت؛ این مدل کم‌سابقه موجب شد گیلان بدون اختلال، نان مردم را تأمین کند.
مصباحی مقدم میگوید: کارخانه آرد بدون گندم از کار می‌افتد و ما با دریافت مجوز از کشور، گندم را هم امانی کردیم؛ یعنی زنجیره‌ای از اعتماد شکل گرفت؛ GTC به کارخانه، کارخانه به نانوا و نانوا به مردم.

نانوا: حمایت واقعی را لمس کردیم

حسین باقری، نانوایی در رشت، میگوید: «روزهای اول ترسیده بودیم و حساب‌ها قفل بود، پولی برای آرد نداشتیم و فکر کردیم مجبوریم تعطیل کنیم اما وقتی دیدیم استان آرد رو امانی بهمون داد، واقعاً آرامش گرفتیم.»

نان باید کیفیت داشته باشد

روشن احمدزاده، یکی از ساکنین محله حمیدیان رشت درباره اصلاح قیمت نان می‌گوید: «اگه نان خوب و تازه باشه، مقداری گرون هم بشه میصرفه اما مشکل اینجاست که نان ما کیفیت نداررد و اگر هم داشته باشد همان اوایل است.»

آرد فوق‌العاده برای جمعیت فوق‌برنامه

در کنار مدیریت بحران بانکی، گیلان با رشد شدید جمعیت مهمان روبه‌رو است.
معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار گفته است: «حدود پنج هزار تُن آرد فوق‌العاده برای روزهایی که مسافر زیاد شده بود به استان اختصاص دادیم تا نانوایی‌ها با کمبود مواجه نشوند و خوشبختانه هیچ گزارشی از صف نان یا تعطیلی نانوایی در آن روزها نداشتیم.»

اصلاح قیمت نان؛ تصمیم ملی برای ادامه پایداری

یکی از مهم‌ترین گام‌ها، اصلاح قیمت نان است که طبق اعلام ستاد تنظیم بازار ، از روز جمعه در سامانه هوشمند فروش نان اعمال خواهد شد؛ این تصمیم پس از بررسی پیشنهادات استان گیلان و براساس واقعیات اقتصادی نانوایان گرفته شده است.
معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار گیلان گفته است: «ما گزارش دادیم که هزینه‌های نانواها زیاد شده از جمله کارگر، بیمه، مالیات.
وقتی قیمت نان ثابت بماند، نانوایی تعطیل میشود از اینرو تصمیم گرفته شد تا از روز جمعه، قیمت جدید اعمال شود تا نانواها بتوانند روی پای خود بایستند.»

نماینده مردم آستارا در مجلس مطرح کرد

ایجاد اولین منطقه آزاد بین‌المللی کشور با مشارکت آذربایجان در آستارا

نماینده مردم آستارا در مجلس از موافقت رئیس جمهور با ایجاد اولین منطقه آزاد بین المللی کشور با مشارکت جمهوری آذربایجان در آستارا خبر داد.
ولی داداشی با اشاره به سفر رئیس جمهور اسلامی ایران به این شهرستان، اظهار کرد: این سفر به دعوت قبلی ما و با هدف بررسی ظرفیت‌ها و چالش‌های منطقه و همچنین بازدید از پروژه‌های ملی و بین‌المللی شهرستان آستارا صورت گرفت.وی با اشاره به مورد بررسی قرار گرفتن موضوعات مهم و مختلف در نشست با رئیس جمهور گفت: پروژه بین‌المللی راه‌آهن آستارا – آستارا و بارانداز راه‌آهن که مورد توجه جدی همه دولت‌ها بعد از آغاز آن بوده از موضوعات مطرح شده در نشست با رئیس جمهور بود که رئیس جمهور دستورات لازم برای تسریع در اتمام این پروژه را صادر کردند.

تکمیل کریدور شمال به جنوب با اتصال راه آهن آستارا به رشت

نماینده مردم آستارا در مجلس اسلامی، تکمیل کریدور شمال به جنوب را از موارد مهم مطرح شده در این نشست عنوان و تصریح‌کرد: این کریدور با اتصال راه‌آهن آستارا به رشت در حال نهایی شدن است که رئیس جمهور به منظور تسریع در این پروژه دستورات لازم را صادر کردند که نهایی شدن آن به نفع اقتصاد کشور و کشورهای همسایه است.تسریع در آماده‌سازی بندر آستارا با دستور رئیس جمهورداداشی به بازدید میدانی رئیس‌جمهور از مجتمع بندری و منطقه ویژه اقتصادی این شهرستان اشاره کرد و افزود: تعطیلی بیش از یک‌ساله بندر آستارا متأسفانه باعث خسارت به تجار، بازرگانان و افرادی که در این حوزه فعالیت دارند شده است که در این خصوص مطالباتی را از رئیس جمهور داشتیم که رئیس جمهور برای خارج شدن بندر از وضعیت فعلی، هم به صورت تلفنی و هم مکتوب دستوراتی را دادند.
وی ایجاد منطقه آزاد بین‌المللی آستارا را یکی دیگر از

مطالبات مردم آستارا در نشست با رئیس جمهور عنوان کرد و گفت: آستارا با توجه به دارا بودن همه ناوگان‌های حمل‌ونقل، قابلیت ایجاد منطقه آزاد بین المللی را دارد که این طرح مورد موافقت رئیس جمهور قرار گرفت و رئیس‌جمهور به وزیر اقتصاد، دبیرخانه شورای عالی مناطق آزاد و استاندار گیلان دستور پیگیری فوری و اجرایی شدن این پیشنهاد را صادر کردند که ایجاد این منطقه در کشور برای اولین بار و با مشارکت کشور آذربایجان صورت می‌گیرد.

دستور رئیس جمهور برای تأمین اعتبار طرح فاضلاب و سد لاستیکی ملاهادی

سخنگوی کمیسیون اقتصادی مجلس شورای اسلامی، فاضلاب آستارا را یکی دیگر از موضوعات مهم مطرح‌شده در نشست با رئیس جمهور عنوان کرد و گفت: برای این طرح، حدود ۲.۵۰۰ میلیارد تومان اعتبار نیاز است و رئیس‌جمهور با بررسی اسناد و اطلاعات، دستور تأمین باقی‌مانده اعتبار را صادر کردند.
وی همچنین به تکمیل سد لاستیکی رودخانه ملاهادی خانه‌های آسیاب به عنوان یکی دیگر از موضوعات مطرح شده در دیدار با رئیس جمهور اشاره کرد و گفت: رئیس جمهور دستورات لازم برای اتمام هر چه سریع‌تر این پروژه را صادر کردند.

مرز زمینی آستارا بازگشایی می‌شود

نماینده مردم آستارا در مجلس به دیدار اخیر رئیس‌جمهور ایران با الهام علی‌اف، رئیس‌جمهور آذربایجان، اشاره کرد و گفت: بازگشایی مرز زمینی با جمهوری آذربایجان یکی از مطالبات اصلی مردم آستارا است که دکتر پزشکیان در دیدار با رئیس‌جمهور جمهوری آذربایجان پیگیر این موضوع بوده و در سفر امروز به آستارا نیز قول دادند که این مسیر به‌زودی بازگشایی می‌شود.وی همچنین با اشاره به پروژه کمربندی آستارا، افزود: این پروژه در مجلس دهم حدود ۵۰ درصد پیشرفت داشت اما نیمه‌تمام رها شده بود و با توجه به اینکه آستارا هاب تجاری ایران با قفقاز، چین و کشورهای CIS است، رئیس‌جمهور بر لزوم تکمیل فوری آن تأکید ویژه داشتند.

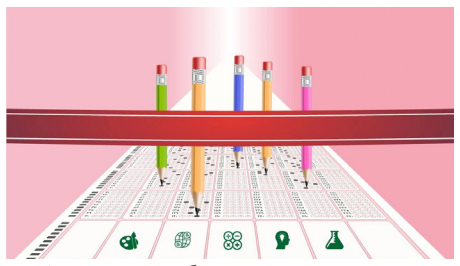
گیلان

فرمانده سپاه قدس گیلان:

انسجام ملی سد محکمی در برابر طراحی های پیچیده صهیونیسم است

فرمانده سپاه قدس گیلان با اشاره به نقش بی‌بدیل مردم در مقاومت و ایستادگی مقابل حملات سخت و نرم دشمن گفت: انسجام ملی سد محکمی برابر طراحی‌های پیچیده صهیونیسم است.
سردار حمید دامغانی با حضور در آستانه اشرفیه ضمن تسلیت شهادت جمعی از فرماندهان ارشد نظامی، دانشمندان هسته‌ای و مردم مظلوم و شهادت ابا عبدالله الحسین و یاران شهیدش، با بیان اینکه شهر آستانه‌اشرفیه امروز به نگینی مقدس در گیلان تبدیل شده است، اظهار کرد: آستانه اشرفیه شهری که با وجود نداشتن سابقه پایگاه نظامی، شهدایی با مظلومیت و عظمت تاریخی تقدیم کرده است.
فرمانده سپاه قدس گیلان با اشاره به نقش والای مردم در مقاومت، افزود: هیچ نقطه‌ای در ایران در این ایام، با این حجم و شدت از شهادت و قساوت دشمن مواجه نبوده است این ایثار، جایگاه این شهر را خاص و الهام‌بخش کرده است.
وی با اشاره به دوران اسارت حضرت زینب (س) از الهام حضرت از قیام عاشورا و نقش پیام‌رسان آن دوران گفت و تصریح کرد: حضرت زینب (س) هم زمانِ تیمارداری بود و هم زمانِ پیام‌رسانی قیام؛ همان‌گونه که حضرت زینب (س) تاریخ را با قدرت تبیین کرد، امروز نیز ملت ایران باید همان رسالت را در برابر جنگ شناختی دشمن ایفا کند.
فرمانده سپاه قدس گیلان با اشاره به جنگ تحمیلی ۱۲ روزه گفت: درس‌های این جنگ باید در حافظه راهبردی کشور ثبت شود؛ دشمن در روز نخست با غافل‌گیری عمل کرد اما طراحی‌هایش در حوزه نظامی، اجتماعی و شناختی با درایت رهبری و مقاومت ملت ناکام ماند.
وی افزود: رژیم صهیونیستی به دنبال ایجاد تفرقه بود، در حوزه سخت شکست خورد و در حوزه نرم به جنگ رسانه‌ای، فرهنگی و سایبری روی آورد. اما انسجام مردم، همراهی با رهبری، و ایمان عمیق، مانع تحقق اهداف دشمن شد.
سردار دامغانی با اشاره به خطرات حملات نرم دشمن گفت: سطح تخریب در جنگ شناختی به مراتب عمیق‌تر است چرا که حمله به باور و اعتقاد مردم، خسارتی است که جبرانش ممکن نیست.
وی تصریح کرد: دشمن وقتی پیش از رسیدن به اهدافش تقاضای آتش‌بس کند، معنایش شکست مطلق است؛ همان‌گونه که در این جنگ اتفاق افتاد.
فرمانده سپاه قدس گیلان عامل این پیروزی را نه تنها کنش‌های نظامی و موشکی، بلکه حضور روحی‌روانی ملت، سرمایه اجتماعی، و اعتماد عمومی به رهبری بیان کرد.
وی با اشاره به جایگاه کلیدی رهبری در مقابله با طراحی‌های پیچیده دشمن گفت: نظام ولایت فقیه، نظامی مترقی است؛ اگر امروز ملت امید دارد، به خاطر تدبیر رهبر و پیوند حقیقی مردم با ولایت است.
فرمانده سپاه قدس گیلان حضور مستمر و تقویت انسجام ملی را وظیفه امروز همه بیان کرد و گفت: جنگ نظامی متوقف شده، اما جنگ شناختی، رسانه‌ای و فرهنگی دشمن چند برابر شدت گرفته است.

ثبت نام ۱۰ هزار دانش‌آموز برای ورود به مدارس سمپاد و نمونه دولتی گیلان



رئیس اداره استعدادهای درخشان آموزش و پرورش گیلان گفت: ۱۰ هزار و ۶۸۰ دانش‌آموز در استان برای ورود به مدارس سمپاد و نمونه دولتی ثبت‌نام کرده‌اند.
اسماعیل نوغانچی اظهار کرد: چهار هزار و ۶۱۹ دانش‌آموز پایه ششم در گیلان برای رقابت در آزمون ورودی پایه هفتم مدارس استعدادهای درخشان نام‌نویسی کرده اند که از این تعداد ۲ هزار و ۲۹۵ نفر دختر و ۲ هزار و ۳۲۴ نفر پسر هستند.وی گفت: از این تعداد متقاضی در نهایت ۴۱۶ نفر شامل؛ ۲۰۰ دانش‌آموز دختر و ۲۱۶ محصل پسر برای تحصیل در مدارس سمپاد استان پذیرفته می‌شوند.
وی بیان کرد: همچنین ۶ هزار و ۶۱ نفر از دانش‌آموزان پایه نهم گیلان در آزمون ورودی دهم مدارس استعدادهای درخشان و نمونه دولتی نام‌نویسی کرده اند که ۱۳۸ دانش‌آموز در رشته علوم انسانی، ۱۳۲ نفر در علوم تجربی و ۱۲۳ دانش‌آموز در رشته ریاضی فیزیک پذیرفته می‌شوند.
رئیس اداره استعدادهای درخشان آموزش و پرورش گیلان اظهار کرد: آزمون ورودی پایه دهم مدارس پرورش استعدادهای درخشان و مدارس نمونه دولتی در قالب یک آزمون برگزار می‌شود.وی بیان کرد: هم‌اینک ۱۷ مدرسه استعدادهای درخشان در شهرستان‌های تالش، لاهیجان، لنگرود و ناحیه یک و ۲ رشت فعال است و سه هزار و ۳۴۳ دانش‌آموز دوره اول و دوم متوسطه در این واحدهای آموزشی مشغول به تحصیل هستند.

سلامت

بهترین زمان خوردن موز برای سلامت دستگاه گوارش

موز یکی از میوه‌های محبوب و مغذی است که مصرف منظم آن می‌تواند نیاز بدن به ویتامین‌ها و مواد معدنی حیاتی را تأمین کند.

موز یکی از میوه‌های محبوب و مغذی است که مصرف منظم آن می‌تواند نیاز بدن به ویتامین‌ها و مواد معدنی حیاتی را تأمین کند. زمان مناسب برای خوردن موز به هدف شما از مصرف آن بستگی دارد؛ از جمله بهبود سلامت گوارش، انرژی بیشتر، خواب بهتر یا تنظیم قند خون.

هیچ زمان مشخصی از روز به‌عنوان بهترین زمان برای مصرف موز جهت بهبود گوارش وجود ندارد. در عوض، بهتر است موز را به‌طور منظم در رژیم غذایی خود بگنجانید.

فواید موز برای گوارش

فیبر بالا: موزهای سبز فیبر بیشتری نسبت به موزهای خیلی رسیده دارند. فیبر باعث افزایش حجم مدفوع، بهبود حرکات روده و احساس سیری می‌شود.

یک موز خیلی رسیده حدود ۲ گرم فیبر و یک موز نیم‌رس حدود ۴.۵ گرم فیبر دارد.

منبع پری‌بیوتیک: ترکیباتی هستند که باکتری‌های مفید روده را تغذیه می‌کنند و باعث تنظیم قند خون، جذب بهتر مواد معدنی و حرکات منظم روده می‌شوند. مصرف روزانه ۵ گرم پری‌بیوتیک می‌تواند سلامت روده را بهبود بخشد.

مناسب برای رژیم BRAT: این رژیم شامل موز، برنج، سس سیب و نان تست است و برای آرام کردن معده در شرایط ناراحتی گوارشی پیشنهاد می‌شود. موز با تولید لایه محافظتی روی دیواره معده، از ناراحتی‌هایی مانند حالت تهوع و رفلاکس جلوگیری می‌کند.

منبع نشاسته مقاوم: موزهای سبز حاوی مقدار زیادی نشاسته مقاوم هستند که در روده کوچک هضم نمی‌شود و در روده بزرگ تخمیر می‌شود، در نتیجه باعث تغذیه باکتری‌های مفید و کاهش خطر سرطان‌های گوارشی می‌شود.

بهترین زمان برای خوردن موز جهت سلامتی کلی

گرچه زمان مشخصی از روز برای مصرف موز توصیه نمی‌شود، اما بسته به هدف شما، می‌توان زمان مناسب‌تری را انتخاب کرد:

قبل از ورزش: موز با داشتن کربوهیدرات‌های سریع‌الهضم، منبع عالی انرژی سریع است.

بعد از ورزش: موز با تأمین پتاسیم و منیزیم، به بازسازی انرژی و ترمیم عضلات کمک می‌کند.

قبل از خواب: مطالعه‌ای نشان داده که مصرف دو عدد موز در روز باعث افزایش ۵۰۰ درصدی سطح ملاتونین در بدن شده و به بهبود خواب کمک می‌کند.همچنین وجود تریپتوفان، پتاسیم و منیزیم در موز ممکن است خواب راحت‌تری را فراهم کند.

بهترین زمان برای خوردن موز از نظر میزان رسیدگی

میزان رسیده بودن موز، بر میزان مواد مغذی و تأثیر آن روی سلامتی تأثیر دارد:

موز سبز و کم‌رس: بافت سفت‌تری دارد، حاوی نشاسته مقاوم بیشتر و قند کمتر است؛ مناسب برای افراد دیابتی یا کسانی که مراقب قند خون خود هستند.

یک موز نارس حدود ۲۱ گرم نشاسته مقاوم دارد.

موز رسیده و قهوه‌ای: نرم‌تر، شیرین‌تر و حاوی قند بیشتر و نشاسته کمتر است.

موز رسیده فقط حدود ۱ گرم نشاسته مقاوم دارد.

نکاتی برای مصرف بهتر موز

موز میوه‌ای بسیار متنوع و قابل استفاده در وعده‌های مختلف است:

به‌صورت حلقه‌ای همراه با کره بادام‌زمینی یا دیگر کره‌های گیاهی

به‌عنوان جایگزین تخم‌مرغ در شیرینی‌پزی (۴/۱ فنجان موز له‌شده = ۱ تخم‌مرغ)

در اسموتی‌ها

منجمد و آغشته به شکلات تلخ

مخلوط با جو دوسر یا غلات صبحانه

تهیه چیپس موز با برش‌های نازک و برشته‌کردن

در کیک‌ها، نان موزی یا مافین‌ها

چه کسانی باید در مصرف موز احتیاط کنند؟

افراد مبتلا به سندرم روده تحریک‌پذیر (IBS): موز رسیده دارای ترکیباتی به نام الیگوفرکتان است که ممکن است باعث نفخ و ناراحتی شود. بهتر است موز کمتر رسیده مصرف شود. افراد مبتلا به نارسایی قلبی: این افراد معمولاً داروهایی مصرف می‌کنند که سطح پتاسیم را افزایش می‌دهد؛ موز می‌تواند خطر هیپرکالمی (پتاسیم بالا) را افزایش دهد.

بیماران کلیوی (مرحله پایانی): کلیه‌ها توانایی تنظیم پتاسیم را از دست داده‌اند، بنابراین باید مصرف غذاهای پرپتاسیم مانند موز را محدود کنند.

دردهای ناشی از استرس را بشناسیم

دبیر انجمن بررسی و مطالعه درد گفت: استرس به طور مستقیم یا غیرمستقیم باعث بروز یا تشدید درد می‌شود که بیشترین تأثیر آن را در سردردهای تنشی و میگرن شاهد هستیم.

محمدحسین دلشاد فلوشیپ درد و دبیر انجمن بررسی و مطالعه درد در ایران با این توضیح که استرس بر سیستم عصبی، افزایش التهاب و کاهش آستانه درد تأثیر دارد، اظهار داشت: طبق تحقیقات صورت گرفته استرس می‌تواند درد را تشدید کند که این ارتباط از طریق مکانیسم‌های فیزیولوژیکی و روان‌شناختی مثل افزایش التهاب، کاهش آستانه درد و حساسیت عصبی اتفاق می‌افتد و باعث می‌شود بسیاری از افراد هنگام شرایط استرس‌زا (همچون جنگ) و تحت تأثیر از استرس، علائم فیزیکی مثل سردرد، درد عضلانی یا درد مزمن خود را بیشتر احساس کنند.

وی با این بیان که دردهای ناشی از استرس بسیار شایع هستند، گفت: استرس باعث فعال شدن سیستم عصبی سمپاتیک و آزاد شدن هورمون‌هایی مانند آدرنالین و کورتیزول می‌شود که این فرآیند می‌تواند حساسیت اعصاب نسبت به درد را افزایش دهد و پیام‌های درد را قوی‌تر به مغز ارسال کند.

خانواده در خط مقدم جنگ تمدنی؛ چرا دشمن از خانه‌ها شروع می‌کند؟

در منظومه فکری اسلام، خانواده فقط یک نهاد اجتماعی نیست بلکه سلول سازنده جامعه الهی و نقطه آغاز امت‌سازی است.

در جهان پرآشوب امروز، که هویت انسانی در میان امواج رسانه‌ای و ارزش‌های بی‌ریشه سرمایه‌داری گم شده، بازگشت به مفاهیم بنیادینی همچون خانواده، نه فقط یک انتخاب فرهنگی، بلکه ضرورتی تمدنی است. در منظومه فکری اسلام، خانواده صرفاً یک ساختار زیستی یا اجتماعی نیست، بلکه هسته مرکزی جهان‌بینی توحیدی، و نخستین قدم در مسیر تحقق جامعه‌ای الهی است. قرآن و سنت، خانواده را خاستگاه ایمان، مدرسه انسان‌سازی و زمینه‌ساز شکل‌گیری «امت واحده» می‌دانند.

این نوشتار بر اساس نگاه انسیه برومندپور پژوهشگر تفسیر قرآن و فعال حوزه زنان با بازخوانی جایگاه خانواده در آیات قرآن، سیره انبیا و سنت اهل‌بیت (ع)، می‌کوشد نشان دهد که تمدن اسلامی نه از دل بازار، سیاست یا حتی صرفاً مسجد، بلکه از دل خانه‌هایی شکل می‌گیرد که در آن‌ها محبت، ولایت، تربیت و ایثار جریان دارد. خانه‌هایی که فرزندان‌شان، نه صرفاً شهروندان آینده، بلکه یاران ولی خدا در عصر ظهور خواهند بود. در ادامه در گفتگویی با انسیه برومندپور به بررسی ابعاد این موضوع می‌پردازیم:

نگاه قرآن به خداوند چگونه است و این کتاب الهی چه طرحی برای زندگی بشر دارد؟

بر اساس آیات و روایات، خانواده در منظومه فکری اسلام، صرفاً یک ساختار اجتماعی نیست، بلکه نهاد اصلی در نظام آفرینش و پل ارتباطی انسان با هستی است. خداوند، هیچ بنایی را در اسلام محبوب‌تر از خانواده قرار نداده است. چنان‌که پیامبر اعظم (ص) فرمودند: «اَلنِّکَاحُ سُنَّتِی فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنَّتِی فَلَیْسَ مِنِّی» (ازدواج سنت من است و کسی که از آن روی‌گردان شود، از من نیست).

خانواده در منظومه فکری اسلام، صرفاً یک ساختار اجتماعی نیست، بلکه نهاد اصلی در نظام آفرینش و پل ارتباطی انسان با هستی است

جایگاه بلند خانواده در فرهنگ اسلامی و زندگی ایرانی، موجب شده که دشمنان اسلام در جنگ نرم، هدف اصلی خود را تضعیف، تحریف و بی‌ارزش جلوه دادن این نهاد قرار دهند. به‌ویژه تلاش کرده‌اند نقش‌های پدر و مادر را بی‌ارزش یا کمرنگ جلوه دهند. این مسئله به ما گوشزد می‌کند که خانواده نه‌تنها مهم است، بلکه کانونی‌ترین نقطه در مواجهه تمدنی ما با دشمن است.

لذا برای فهم دقیق جایگاه خانواده، باید به سراغ قرآن رفت. در سوره هود، آیه ۱۱۸ و ۱۱۹، خداوند از طرحی سخن می‌گوید که هدف آن، رسیدن به «رحمت تامه» الهی است. «وَلَوْ شَاءَ رَبُّکَ لَجَعَلَ النَّاسَ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَا یَزَالُونَ مُخْتَلِفِینَ، إِلَّا مَنْ رَحِمَ رَبُّکَ وَلِذَلِکَ خَلَقَهُمْ وَتَمَّتْ کَلِمَةُ رَبِّکَ» لازمه تحقق این رحمت، تشکیل «امت واحده» است. اما خداوند این امت را نه بر اساس تکوین و جبر، چنان‌که آسمان و زمین را بی‌اختیار و بر مدار قانون آفریده، بلکه بر اساس آگاهی، اختیار و اراده انسان‌ها می‌خواهد. به همین دلیل، انبیا را برای هدایت و آموزش سبک زندگی مبتنی بر وحی فرستاده است.

تشکیل امت واحده‌ای که مدنظر قرآن است چگونه ممکن می‌شود؟

برای پیوستن به امت واحده و برخورداری از رحمت خاص الهی، مسیری وجود دارد که در آیه اول سوره نساء به آن اشاره شده است: تشکیل خانواده. خداوند انسان را از نفس واحده آفرید و از او همسرش را خلق کرد. اولین زن و مرد تاریخ، نخستین خانواده را بنیان نهادند و فرزندان آن‌ها پایه‌گذار جامعه بشری شدند. این پیوند از آغاز خلقت تاکنون، همواره محفوظ مانده است.

بر اساس آموزه‌های قرآنی و تجربه تاریخی، خانواده سلول بنیادین جامعه است و هسته اصلی تشکیل امت واحد. اگر کسی بخواهد از رحمت‌های خاص الهی بهره‌مند شود، باید خانواده‌ای توحیدی، اخلاق‌مدار، با محبت و مسئولیت‌پذیر تشکیل دهد. اصل دهم قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران نیز همین حقیقت را بازتاب داده و خانواده را سلول بنیادی جامعه معرفی کرده است. همچنین در سیاست‌های کلی خانواده که توسط رهبر انقلاب ابلاغ شده است، این اصل محوری تکرار و تقویت شده است.

تمدن‌سازی با خانواده‌سازی

نقش نهاد خانواده در شکل‌گیری یک جامعه متعالی و الهی چیست و چرا مورد توجه ویژه در آموزه‌های دینی قرار

گرفته است؟

اگر بخواهیم جامعه‌ای الهی، رشدیافته و برخوردار از رحمت خاص خداوند بسازیم، باید خانواده را جدی بگیریم. خانواده، نقطه آغاز تمدن توحیدی و مجرای تحقق امت واحده است. تمامی احکام مرتبط با ازدواج، تربیت فرزند، روابط زن و شوهر و حقوق خانواده، برای شکل‌دهی این سلول مقدس طراحی شده‌اند. اکنون زمان آن رسیده است که با آگاهی، تعهد و نیت خالص، نقش خود را در خانواده بازخوانی کرده و بر اساس الگوی الهی، این نهاد را به شکلی فعال و پربرکت احیا کنیم.

خداوند متعال ازدواج را طرحی قرار داده برای آنکه مرد و زن به یکدیگر نزدیک شوند و با پیوندی از جنس محبت و مودت، خانواده‌ای را شکل دهند. رابطه‌ای که بر اساس محبت بنا شود، اگرچه دارای حقوق و تکالیفی است، اما این حقوق برای اداره رابطه‌اند، نه برای سرکوب کردن طرف مقابل.

قوانین خانواده در اسلام، در دل همان طرح پرمحبت خداوند قرار دارند. اگر کسی این حقوق را به‌صورت چماق علیه دیگری استفاده کند، یعنی آن طرح را نفهمیده. هر جا مرد یا زن به اسم حق شرعی، باعث فروپاشی یا سردی خانواده شوند، باید به فهم خود شک کنند، نه به حکم خدا.

خانواده در خط مقدم جنگ تمدنی؛ چرا دشمن از خانه‌ها شروع می‌کند؟

خانواده؛ سلول سازنده جامعه اسلامی

در نگاه قرآن، خانواده تنها یک ساختار اجتماعی کوچک نیست، بلکه سلول سازنده جامعه‌ای الهی به نام «امت واحده» است. جالب است که در قرآن، تنها دو مکان محل نزول «رحمت خاص الهی» معرفی شده‌اند:

۱. خانواده/۲. امت واحده

یعنی اگر خانواده درست شکل بگیرد، امت درست می‌شود. اگر هر فردی در یک خانواده درست و قرآنی تربیت شود، تبدیل به انسانی خواهد شد که در سطح جامعه هم محبت، گذشت، ایثار و کرامت انسانی را رواج می‌دهد. اگر امت واحده نمی‌سازیم، دلیل آن این است که خانواده‌هایمان را درست نساخته‌ایم.

چرا نظام سرمایه‌داری با خانواده دشمن است؟

نظام سرمایه‌داری با نهاد خانواده دشمنی دارد، چون خانواده تنها جایی است که در آن انسان، عمیق‌ترین محبت‌ها را بی‌قید و شرط خرج می‌کند؛ آن هم نه به خاطر سود شخصی، بلکه برای حفظ دیگری.

در خانواده؛ انسان برای خانواده‌اش هزینه می‌دهد، بی آن‌که منّت بگذارد، اگر لازم باشد برایش می‌جنگد، اما از سر عشق، نه زور و اجبار و در خانواده حتی اگر خطایی ببیند، باز می‌پوشاند.این مدل رفتاری برای انسانِ تربیت‌شده در منطق سرمایه‌داری که فقط به منفعت فردیِ فکر می‌کند، قابل‌فهم نیست. پس طبیعی است که این نظام، با خانواده قرآنی سر سازگاری نداشته باشد.

نگاه و سیره انبیای الهی در خصوص خانواده به چه شکل بوده است؟

وقتی به زندگی انبیا نگاه می‌کنیم، می‌بینیم دغدغه خانواده در مرکز دعوت آنان قرار داشته است. حضرت نوح نگران فرزند گمراهش است، حتی تا لحظه طوفان. حضرت ابراهیم پدرش را با احترام و صبر به راه دعوت می‌کند. حضرت لوط حاضر است برای حفظ حریم خانواده‌اش، هزینه بدهد. حضرت مریم و حضرت عیسی در بستر خانواده‌ای نورانی متولد شده‌اند.

در سیره پیامبر اسلام (ص)، خانواده به اوج می‌رسد. مفهومی به نام «بیوت نورانی» مطرح می‌شود؛ خانه‌هایی که مردان الهی از دل آن‌ها بیرون می‌آیند، چون در آن خانه‌ها «ذِکر» جاری است و خدا یاد می‌شود.

خانواده جایی است برای تربیت انسان‌هایی که: به ولی خدا دل می‌بندند، در مسیر خدا گام برمی‌دارند

قرآن دو بار واژه «اهل‌بیت» را به‌کار می‌برد؛ یکی درباره خانواده حضرت ابراهیم، دیگری درباره خانواده پیامبر اکرم (ص). این دو، نمونه‌هایی از خانواده‌هایی هستند که نقش تمدنی دارند. یعنی این خانواده‌ها صرفاً محل آرامش اعضا نیستند، بلکه بستری برای تربیت انسان‌هایی‌اند که دنیا را متحول می‌کنند.

هدف نهایی از تشکیل خانواده در نگاه قرآن، رسیدن به سکونت یا تولید نسل صرف نیست. بلکه خانواده جایی است برای تربیت انسان‌هایی که: به ولی خدا دل می‌بندند، در مسیر خدا گام برمی‌دارند و هزینه می‌دهند، نه اینکه فقط بهره‌برداری کنند.

در این خانواده‌ها، همسر برای خودخواهی انتخاب نمی‌شود، بلکه برای تعالی انتخاب می‌شود. بچه برای مدرک و موقعیت اجتماعی به دنیا نمی‌آید، بلکه برای انسان‌سازی، برای رساندن او به مقام «خلیفةُاللهی» متولد می‌شود.

بر اساس نگاه قرآن نقش مادر و پدر در تحقق این اهداف دقیقاً چیست؟

قرآن درباره مادر دو واژه به‌کار برده است، یک واژه «والده» یعنی مادری که فرزند به دنیا می‌آورد و دیگری واژه «اُم» یعنی مادری که فرزند را به گونه‌ای تربیت می‌کند که به امت الهی بپیوندد. پس هر والده‌ای، اُم نیست. مادر قرآنی کسی است که بچه‌ای را تربیت می‌کند که بعداً در رکَاب ولی خدا بایستد، اهل محبت و ایثار باشد، نه فقط از نظر اجتماعی موفق باشد.در نگاه قرآن، پدر بودن فقط به نان‌آوردن نیست. پدر باید «قوّام» باشد؛ یعنی کسی که ستون خانه است، مسئولیت عاطفی و معنوی خانه را می‌پذیرد و مراقب رشد انسان‌ها در خانه است. قوام بودن به معنای کنترل‌گری و خشونت نیست. بلکه به معنای پشتیبانی، تدبیر، ایجاد امنیت، و نگهبانی از ارزش‌های خانواده است.اگر پدر یا مادر، با زور و فریاد و تحقیر بچه را تربیت کنند، قطعاً راه را اشتباه رفته‌اند؛ چون خدا حتی به حضرت موسی گفت که با فرعون با نرمی صحبت کند.در قرآن، مؤمنان نسبت به یکدیگر «برادر» و «خواهر» خطاب شده‌اند. این تعبیر تصادفی نیست. چون برادر، عیب برادرش را می‌پوشاند، او را تنها نمی‌گذارد و حتی اگر دعوا کنند، باز هم پشت هم هستند. اگر خانه‌ای بر اساس این منطق ساخته شود، در جامعه نیز روح برادری و خواهرانه جریان می‌یابد. اما اگر در خانه، خواهر و برادر همدیگر را می‌درند، در جامعه هم مردم به جان هم می‌افتند.

هدف نهایی در چنین خانواده چیست؟

خانواده قرآنی، هدف نهایی‌اش «تربیت یاران ولی خدا» است. یعنی پدر و مادر باید بچه‌ای تربیت کنند که اگر امام زمانش ظهور کرد، بایستد، فداکاری کند، هزینه بدهد، ولی جا نزند. در این نگاه، پدر بودن یعنی مثل حضرت علی (ع) پدر یارانی برای اسلام بودن، مادر بودن یعنی مثل حضرت زهرا (س) فرزندانی مانند حسن و حسین (ع) تربیت کردن. بچه‌ای که از دل چنین خانه‌ای بیرون بیاید، اهل جهاد و محبت و فهم است؛ نه فقط اهل مدرک و مسابقه‌های کنکور و کسب درآمد. اگر می‌خواهیم امت اسلامی تشکیل شود، باید از خانواده شروع کنیم.

یخ یا گرما؛ کدام‌یک برای تسکین درد آرتریت بهتر است؟

در انتخاب بین گرما و یخ، بسته به شرایط و علائمتان تصمیم بگیرید. ممکن است یکی از آن‌ها برای شما بهتر عمل کند، یا ترکیبی از هر دو روش مؤثرتر باشد.اگر مطمئن نیستید کدام گزینه مناسب شماست، با پزشک مشورت کنید تا راهنمایی‌های لازم را دریافت نمایید.

یخ یا گرما: کدام‌یک برای تسکین درد آرتریت بهتر است؟

هر دو روش درمانی اثرات متفاوتی دارند، اما هر دو می‌توانند علائم آرتریت را کاهش دهند — به‌ویژه زمانی که به صورت متناوب استفاده شوند.

اگر دچار آرتریت هستید، احتمالاً با درد، خشکی و التهاب مفاصل خود دست‌وپنجه نرم می‌کنید. ممکن است بخواهید برای تسکین درد، به پد حرارتی یا کیسه یخ متوسل شوید. اما سؤال اینجاست: گرما بهتر است یا سرما؟ در حقیقت، هر دو گزینه می‌توانند مفید باشند. گرما درمانی برای مفاصل خشک مفید است و سرما درمانی درد را کاهش می‌دهد. بسیاری از افراد بهترین نتیجه را با ترکیب هر دو روش به‌دست می‌آورند.

دکتر راشل روزیان، روماتولوژیست، توضیح می‌دهد که چه زمانی از گرما یا یخ برای آرتریت استفاده کنید:

گرما و سرما هر دو روش‌هایی ساده و کم‌هزینه برای کاهش درد ناشی از آرتریت هستند. انواع شایع آرتریت شامل آرتروز (استئوآرتریت)، آرتریت روماتوئید، نقرس و آرتریت پسوریاتیک می‌شود.

دکتر روزیان توضیح می‌دهد:»سرما باعث کاهش تورم و بی‌حس شدن ناحیه می‌شود، در حالی که گرما عضلات را شل کرده، انعطاف‌پذیری را افزایش داده و گردش خون را بهبود می‌بخشد.»

درمان با یخ، رگ‌های خونی را منقبض کرده و جریان خون به مفاصل و عضلات را کاهش می‌دهد. اما گرما، رگ‌ها را گشاد کرده و گردش خون را افزایش می‌دهد.

آیا گرما برای درد آرتریت مفید است؟

بله. برای استفاده ایمن از گرما، دکتر روزیان پیشنهاد می‌دهد حدود ۲۰ دقیقه در وان آب گرم، جکوزی یا دوش گرم بمانید. بعد از آن، لباس گرم بپوشید تا تأثیر گرما طولانی‌تر شود. استفاده از پد حرارتی نیز گزینه‌ای مناسب است.

او توصیه می‌کند:»می‌توانید از پدهای گرمای مرطوب استفاده کنید یا یک دستمال مرطوب را حدود ۲۰ ثانیه در مایکروویو گرم کرده، آن را در یک حوله خشک بپیچید و روی ناحیه دردناک بگذارید.»

مزایای استفاده از گرما برای درد آرتریت:

شل شدن عضلات

کاهش اسپاسم عضلانی

نرم شدن مفاصل

کاهش خشکی عضلات و مفاصل

افزایش انعطاف‌پذیری

بهبود گردش خون

معایب استفاده از گرما:

اگر دمای گرما بیش‌ازحد بالا باشد، ممکن است باعث سوختگی پوست شود.

در صورت وجود التهاب یا آسیب، گرما می‌تواند باعث افزایش تورم شود.

نکته: دمای مناسب دوش بین ۳۳ تا ۳۷ درجه سانتی‌گراد است.

استفاده از یخ برای درد آرتریت

ساده‌ترین راه استفاده از سرما، استفاده از کیسه یخ است. آن را به مدت ۲۰ دقیقه روی ناحیه دردناک قرار دهید. پک‌های ژلی سرد در اندازه‌ها و اشکال مختلف در دسترس هستند.

دکتر روزیان می‌گوید:»چند عدد از آن‌ها را در فریزر نگه دارید. همچنین می‌توانید از نخود فرنگی یخ‌زده یا قالب‌های یخ در یک کیسه پلاستیکی استفاده کنید.»

مزایای استفاده از یخ برای درد آرتریت:

کاهش التهاب و ورم

کاهش درد

معایب استفاده از یخ:

حتماً باید یخ را درون حوله یا پارچه بپیچید تا از آسیب‌های پوستی یا سرمازدگی جلوگیری شود.

آیا می‌توان از هر دو استفاده کرد؟

بله. بسته به علائمی که تجربه می‌کنید، می‌توانید هر دو روش را امتحان کنید و ببینید کدام‌یک برایتان بهتر است. مثلاً صبح از گرما استفاده کنید و عصر از یخ.

برای آسیب‌های حاد، مانند کشیدگی عضله یا تاندون، بهتر است ابتدا از یخ برای کاهش التهاب استفاده کنید. بعد از فروکش کردن التهاب، می‌توان از گرما برای کاهش خشکی و سفتی کمک گرفت.

برای دردهای مزمن مانند آرتروز، گرما معمولاً مؤثرتر است، ولی برخی افراد سرما را نیز مفید می‌دانند.

دکتر روزیان یادآوری می‌کند:»ورزش بخش مهمی از درمان آرتریت است. استفاده از گرما و سرما می‌تواند ورزش کردن را آسان‌تر کند. گرما قبل از ورزش باعث گرم شدن عضلات و سرما بعد از ورزش موجب کاهش درد و سفتی می‌شود.»

سلامت

چرا نباید سریع غذا بخوریم؟

خوردن سریع غذا می‌تواند باعث پرخوری، افزایش وزن ناخواسته و افزایش خطر ابتلا به برخی بیماری‌ها شود.

خوردن سریع غذا می‌تواند باعث پرخوری، افزایش وزن ناخواسته و افزایش خطر ابتلا به برخی بیماری‌ها شود.

خوردن سریع یعنی تمام کردن وعده غذایی در کمتر از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه، معمولاً بدون جویدن کامل غذا یا توجه به علائم سیری بدن. این کار ممکن است منجر به پرخوری، ناراحتی گوارشی و اضافه وزن شود و در طول زمان، خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ و سندرم متابولیک را افزایش دهد.

۱. از دست دادن علائم سیری

وقتی خیلی سریع غذا می‌خورید، مغز شما فرصت کافی برای دریافت پیام سیری از معده ندارد. معده حدود ۲۰ دقیقه زمان نیاز دارد تا به مغز بگوید که سیر شده‌اید. اگر سریع غذا بخورید، احتمال اینکه بیش از نیاز بدن غذا مصرف کنید، زیاد است.

همچنین، نجویدن کامل غذا می‌تواند باعث کاهش ترشح هورمون‌های تنظیم‌کننده اشتها مانند گرلین (هورمون گرسنگی) و لپتین (هورمون سیری) شود. مطالعه‌ای نشان داد افرادی که هر لقمه را ۴۰ بار می‌جوند، سطح بالاتری از هورمون GLP-۱ (هورمون سیری) و سطح کمتری از گرلین دارند.

۲. مشکلات گوارشی

جویدن ناکافی باعث می‌شود معده برای هضم غذا سخت‌تر کار کند و هوای بیشتری بلعیده شود که این می‌تواند منجر به نفخ، سوزش معده، گاز، یا دل‌درد شود.

همچنین، خوردن سریع در بلندمدت ممکن است مخاط معده را تحریک کرده و منجر به گاستریت (التهاب معده) شود.

۳. افزایش وزن

خوردن سریع معمولاً منجر به مصرف کالری بیشتر و پرخوری می‌شود. افرادی که سریع غذا می‌خورند، معمولاً حجم وعده‌های بزرگ‌تری دارند و بیشتر میان‌وعده می‌خورند. این رفتارها به مرور می‌توانند باعث چاقی شوند.

۴. افزایش خطر دیابت نوع ۲

افرادی که وعده‌های غذایی را در کمتر از ۲۰ دقیقه تمام می‌کنند، بیشتر در معرض ابتلا به دیابت نوع ۲ هستند. این نوع دیابت زمانی رخ می‌دهد که بدن نتواند به درستی از انسولین استفاده کند و سطح قند خون بالا می‌ماند.

۵. افزایش خطر ابتلا به سندرم متابولیک

سندرم متابولیک شامل مجموعه‌ای از مشکلات سلامتی مانند فشار خون بالا، چربی دور شکم، و کلسترول بالا است که خطر بیماری قلبی، سکته و دیابت را افزایش می‌دهد. افراد سریع‌خور ۲ تا ۵ برابر بیشتر از دیگران در معرض این وضعیت هستند.

۶. کاهش جذب مواد مغذی

فرآیند گوارش از دهان آغاز می‌شود؛ جایی که غذا باید خوب جویده و با بزاق ترکیب شود. اگر غذا را خوب نجوید، بدن به‌سختی می‌تواند ویتامین‌ها، مواد معدنی و دیگر مواد مغذی را جذب کند.

۷. افزایش خطر خفگی

خوردن سریع، به‌ویژه هنگام صحبت یا گرفتن لقمه‌های بزرگ، خطر خفگی را بالا می‌برد. این موضوع برای کودکان و سالمندان که ممکن است مشکلات بلع داشته باشند، خطرناک‌تر است.

فواید آهسته غذا خوردن

مزایای کلیدی آهسته غذا خوردن:

گوارش بهتر: کاهش نفخ، گاز معده، سوزش سر دل و گاستریت

تعادل بهتر هورمون‌های اشتها: افزایش هورمون سیری (GLP-۱) و کاهش هورمون گرسنگی (گرلین)

کنترل بهتر قند خون: کاهش خطر مقاومت به انسولین

کاهش میل به ریزه‌خواری: احساس سیری تا ۳ ساعت و کاهش مصرف میان‌وعده تا ۲۵ درصد

کاهش خطر افزایش وزن: مصرف کالری کمتر

لذت بیشتر از غذا: افزایش توجه به طعم، بافت و عطر غذا

کاهش خطر خفگی: با جویدن بهتر و لقمه‌های کوچک‌تر

تقویت درک سیری: مغز حدود ۲۰ دقیقه زمان نیاز دارد تا احساس سیری را درک کند

چگونه آهسته‌تر غذا بخوریم؟

راهکارهایی برای کاهش سرعت غذا خوردن:

بیشتر بجوید: هر لقمه را ۱۵ تا ۳۰ بار بجوید

کاهش حواس‌پرتی: از تلویزیون و گوشی هنگام غذا خوردن دوری کنید

توجه به علائم گرسنگی و سیری: قبل و حین غذا، میزان گرسنگی خود را ارزیابی کنید

استفاده از قاشق و چنگال کوچک: این کار به شما کمک می‌کند لقمه‌های کوچک‌تری بگیرید

وقفه بین لقمه‌ها: قاشق و چنگال را بین لقمه‌ها زمین بگذارید

تمرکز بر غذا: به طعم، بو، رنگ و بافت غذا توجه کنید

استفاده از تایمر: سعی کنید حداقل ۲۰ دقیقه برای هر وعده وقت بگذارید

چگونه قاشق و چنگال کوچک‌تر به کاهش سرعت کمک می‌کند؟

در یک مطالعه، افرادی که از قاشق‌های کوچک‌تر استفاده کردند: حدود ۸ درصد غذای کمتری خوردند

اندازه لقمه‌هایشان ۲۳ درصد کوچک‌تر بود

۱۵ درصد آهسته‌تر غذا خوردند

و هیچ احساس گرسنگی بیشتری نداشتند.خوردن سریع غذا می‌تواند مشکلات گوارشی، افزایش وزن، دیابت نوع ۲ و سندرم متابولیک را به همراه داشته باشد. آهسته غذا خوردن، نه‌تنها به هضم بهتر و جذب مواد مغذی کمک می‌کند، بلکه باعث می‌شود احساس سیری بیشتری داشته باشید و از وعده‌های غذایی‌تان لذت ببرید.

اقتصادی

بازار سهام همچنان چشم‌انتظار سیاست‌های شفاف است

با تداوم نوسانات و کندی بازگشت سرمایه به بازار سرمایه پس از بحران اخیر، پرسش اصلی این است که چه سیاست‌هایی می‌تواند به ثبات و رونق مجدد بورس منجر شود.
مینا رضایی گفت: بازار سرمایه در ماه‌های اخیر نشانه‌هایی از سردرگمی و تردید جدی سرمایه‌گذاران حقیقی را بروز داده است و همین امر عملکرد بازار را با نوسانات غیرمنتظره همراه کرده است. به اعتقاد او، اگرچه عوامل بیرونی نظیر جنگ و تحولات منطقه‌ای مؤثر بوده است، اما نبود سیاست‌های پایدار و رویکردهای غیرقابل پیش‌بینی دولت نقش تعیین‌کننده‌تری داشته است.
وی افزود در چنین شرایطی حتی خبرهای مثبت درباره رشد سود شرکت‌های صادرات‌محور یا تثبیت نسبی نرخ ارز نیز نتوانسته انتظارات سرمایه‌گذاران را از آینده تغییر دهد. زیرا فعلاً پیامی مبنی‌بر استمرار شفافیت و تضمین حمایت منطقی از طرف سیاست‌گذار به بازار مخابره نشده است.
این استاد دانشگاه تصریح کرد تجربه ماه‌های اخیر نشان داد که هر زمان سیاست‌گذار پیام روشن و هماهنگی به بازار داده است، حتی در کوتاه‌مدت هم شاهد بازگشت نسبی اعتماد و ورود نقدینگی تازه بوده‌ایم. بنابراین کلید اصلی در عبور از این دور باطل رکود، اول اعتمادسازی و سپس حمایت هدفمند خواهد بود.
رضایی همچنین خاطرنشان کرد ابزارهایی مانند صندوق‌های تثبیت بازار و الزام شفافیت در افشای اطلاعات شرکت‌ها از جمله مواردی است که می‌تواند برای کاهش ترس و هیجان‌های لحظه‌ای مفید واقع شود. وی تاکید کرد باید زیرساخت‌های اطلاعاتی بازار تقویت شود و گزارش‌های دوره‌ای شرکت‌ها شفاف و به‌موقع منتشر گردد تا سرمایه‌گذاران بتوانند با اطمینان بیشتری تصمیم بگیرند.وی ادامه داد دخالت‌های مقطعی یا وعده‌های کوتاه‌مدت بدون پشتوانه عملی، در بلندمدت به بی‌اعتمادی دامن می‌زند. برای موفقیت سیاست‌های حمایت از بازار سرمایه، لازم است دولت فهرست اقداماتی که اجرا و تداوم خواهد داشت را هر چه شفاف‌تر اعلام کند.در پایان، رضایی به سهامدارانی که در تردید هستند توصیه کرد معیار اصلی باید تحلیل ساختاری و بنیادی شرکت‌ها باشد، نه فضای هیجانی یا شایعات. بازارسرمایه در هر بحران علاوه بر خطرات، فرصت‌هایی هم ایجاد می‌کند اما این فرصت‌ها فقط نصیب کسانی می‌شود که با دانش و صبر حرکت می‌کنند.

حمایت بانکی از کسب وکارهای کوچک با هدف توسعه صادرات بیشتر شد

یکی از مهمترین اقدامات شبکه بانکی در سال حمایت از تولید، توسعه صادرات با حمایت نظام بانکی از کسب وکارهای کوچک و متوسط است که سبب شده سهم این بخش از اعتبارات دریافتی افزایش یابد. شرکت‌های کوچک و متوسط (SME) یکی از ارکان اصلی رشد اقتصادی، توسعه صنعتی و نوآوری در کشورها به شمار می‌آیند که به دلیل ساختار چابک، انعطاف‌پذیری بالا و قدرت تطبیق سریع با تحولات بازار، نقش قابل توجهی در اشتغال‌زایی، تولید ناخالص داخلی و توسعه فناوری دارند. در اغلب کشورها، بیش از ۹۰ درصد بنگاه‌های اقتصادی را (SME) تشکیل می‌دهند و ستون فقرات اقتصاد به‌ویژه در بخش‌های مولد به حساب می‌آیند.در حوزه صادرات نیز این گروه از شرکت های صنعتی با بهره‌گیری از توانمندی‌های بومی، محصولات تخصصی و نوآورانه خود را به بازارهای جهانی عرضه کرده‌اند. این شرکت‌ها در صنایع مختلفی چون غذا، دارو، فناوری اطلاعات، نساجی و صنایع‌دستی، نقش برجسته‌ای در افزایش صادرات غیرنفتی کشور ایفا می‌کنند. حمایت هدفمند از این بنگاه‌ها در زمینه تأمین مالی، آموزش، بازاریابی بین‌المللی و توسعه زیرساخت‌های تجاری، نقشی کلیدی در تحقق صادرات پایدار دارد.
از این رو، حمایت از شرکت های کوچک و متوسط در حوزه صادرات غیرنفتی یکی از رویکردهای بانک توسعه صادرات ایران در بیش از سه دهه گذشته بوده به طوری که اقدام به پرداخت تسهیلات برای تأمین مالی صنایع بالادستی و صادرات‌محور نظیر پتروشیمی، فولاد، صنایع معدنی، خودروسازی و قطعه‌سازی، صنایع پیشرفته دارویی و بیوتکنولوژی، صنعت برق، تجهیزات نیروگاهی و فناوری‌های نوین کرده است.بر این اساس طی سال های ۱۴۰۲ و ۱۴۰۳ این بانک در مجموع ۸۳ هزار میلیارد تومان تسهیلات به شرکت های کوچک و متوسط پرداخت کرده است که بیش از دو برابر مجموع تسهیلات پرداختی در ۳۲ سال گذشته (۷۷ هزار میلیارد تومان) بوده است و رشد ۱۱۴ درصدی نشان می دهد.در دو سال اخیر، با تمرکز بر توسعه زنجیره ارزش صادراتی و استفاده از ظرفیت دیپلماسی اقتصادی، تمرکز بانک بر حمایت از صنایعی با مزیت رقابتی جهانی تقویت شده است. از مجموع تسهیلات پرداختی بانک در سال گذشته ۵۶ درصد به بخش صنعت، ۲۸ درصد به کشاورزی و صنایع تبدیلی و ۱۴ درصد به پتروشیمی اختصاص یافته است.همچنین مانده تسهیلات بانک تا پایان سال ۱۴۰۳ به تفکیک حوزه‌های اقتصادی شامل پتروشیمی ۵۲ درصد (۱۳۵ هزار میلیارد تومان)، خدمات فنی و مهندسی و سرمایه‌گذاری ۲۱ درصد (۵۳ هزار میلیارد تومان)، صنعت و معدن ۱۹ درصد (۵۰ هزار میلیارد تومان) و کشاورزی ۷ درصد (۱۹ هزار میلیارد تومان) بوده است.

خواب زمستانی خودرو در بهار؛ تولید ۱۳.۷ درصد کاهش یافت

تولید خودرو در سه ماهه ابتدایی امسال، کاهش ۱۳.۷ درصدی معادل ۲۸ هزار و ۴۹۹ دستگاه را نسبت به بهار پارسال تجربه کرده است.
، بررسی آمار تولید سه خودروساز اصلی کشور در فصل بهار ۱۴۰۴ نشان می‌دهد که مجموع تولید خودروهای سواری نسبت به مدت مشابه سال قبل، با افت قابل توجهی همراه شده است. بر اساس اطلاعات ارائه‌شده در سامانه کدال، ایران‌خودرو، سایپا و پارس‌خودرو طی سه‌ماهه نخست امسال در مجموع ۱۷۹ هزار و ۹۳۰ دستگاه خودروی سواری تولید کرده‌اند، در حالی که این رقم در مدت مشابه سال گذشته ۲۰۸ هزار و ۴۲۹ دستگاه بود. به این ترتیب، صنعت خودرو کشور در این بازه زمانی کاهش ۱۳.۷ درصدی معادل ۲۸ هزار و ۴۹۹ دستگاه را تجربه کرده است.
به اعتقاد کارشناسان عواملی چون بلاتکلیفی در واگذاری، قطعی برق و انتظار خودروسازان برای دریافت مجوز افزایش قیمت محصولات در کاهش تیراژ تولید مؤثر بوده است.
تولید نوسانی ایران خودرو
بر این اساس، ایران‌خودرو با تولید ۱۱۷ هزار و ۹۵۴ دستگاه خودرو در سه‌ماهه ابتدایی سال، سهم اصلی تولید را در میان خودروسازان حفظ کرده است. این شرکت در مدت مشابه سال گذشته ۱۱۸ هزار و ۱۲۸ دستگاه تولید کرده بود که نشان‌دهنده کاهش ناچیز ۰.۱ درصدی معادل ۱۷۴ دستگاه است؛ بنابراین تولید کلی این خودروساز تقریباً ثابت مانده است.
در این میان، بیشترین حجم تولید ایران‌خودرو به خانواده پژو اختصاص دارد که البته تنها مدل فعال از این گروه در حال حاضر پژو ۲۰۷ است. تولید این خانواده در بهار امسال ۳۶ هزار و ۸۸۰ دستگاه بوده که در مقایسه با ۵۲ هزار و ۹۸۹ دستگاهی که در سال گذشته به تولید رسیده، کاهش ۳۰ درصدی را نشان می‌دهد.
در مقابل، تولید گروه سورن با رشد قابل توجهی مواجه شده است. ایران‌خودرو موفق شده در سه‌ماهه نخست امسال ۳۳ هزار و ۴۶ دستگاه سورن تولید کند که نسبت به ۱۹ هزار و ۷۳ دستگاه سال گذشته، افزایشی معادل ۷۳.۲ درصد دارد.
تولید دنا نیز با اندکی کاهش همراه بوده و از ۱۸ هزار و ۹۴۸ دستگاه در سال گذشته به ۱۸ هزار و ۵۶۲ دستگاه در سال جاری رسیده است. این میزان کاهش معادل ۲ درصد بوده و در مجموع، تولید این خودرو نیز تقریباً ثابت مانده است.
اما رانا با افتی محسوس مواجه شده و تولید آن از ۴ هزار و ۴۹۰ دستگاه به هزار و ۸۷۰ دستگاه کاهش یافته است که افتی ۵۸.۳ درصدی را نشان می‌دهد.
در بخش خودروهای مونتاژی، هایما رشد تولید ۳۶.۸ درصدی را تجربه کرده و از سه هزار و ۳۶۵ دستگاه در بهار سال گذشته به چهار هزار و ۶۰۳ دستگاه در امسال رسیده است. همچنین تولید تارا از ۱۴ هزار و ۶۳۲ دستگاه به ۱۸ هزار و ۵۲۶ دستگاه رسیده که رشد ۲۶.۶ درصدی را نشان می‌دهد.
در گزارش کدال همچنین به تولید ۵۷۸ دستگاه خودروی ناقص اشاره شده که تحت عنوان «خودروهای تولیدی تجاری‌نشده سایت‌ها» ثبت شده است. ایران‌خودرو همچنین در بخش «دیگر محصولات» چهار هزار و ۴۶۷ دستگاه تولید داشته است.

افت ۳۳ درصدی تیراژ تولید سایپا

سایپا به‌عنوان دومین خودروساز بزرگ کشور، در فصل بهار امسال ۴۴ هزار و ۱۱۳ دستگاه خودروی سواری تولید کرده، در حالی‌که در مدت مشابه سال گذشته این رقم ۶۵ هزار و ۵۹۸ دستگاه بوده است. بنابراین نارنجی‌پوشان جاده مخصوص کاهش ۳۳ درصدی معادل ۲۱ هزار و ۴۸۵ دستگاه را تجربه کرده‌اند.
بیشترین سهم تولید سایپا به خانواده X۲۰۰ شامل تیبا، ساینا و کوییک اختصاص داشته است. تولید این گروه در سه‌ماهه امسال ۳۵ هزار و ۲۳۲ دستگاه بوده، در حالی که سال گذشته ۵۱ هزار و ۴۲۷ دستگاه از این گروه تولید شده بود. بنابراین کاهش تیراژ این گروه به ۳۱.۵ درصد می‌رسد.

خواب زمستانی خودرو در بهار؛ تولید ۱۳.۷ درصد کاهش یافت

خانواده شاهین نیز کاهش چشمگیر بیش از ۳۷ درصدی را تجربه کرده است. تیراژ شاهین از ۱۴ هزار و ۱۷۱ دستگاه در بهار ۱۴۰۳ به ۸ هزار و ۸۸۱ دستگاه در سال جاری رسیده است. به‌طور کلی سایپا در بهار امسال تنها همین دو گروه خودرویی را به تولید رسانده است.

کاهش ۲۷.۷ درصدی تولید پارس‌خودرو

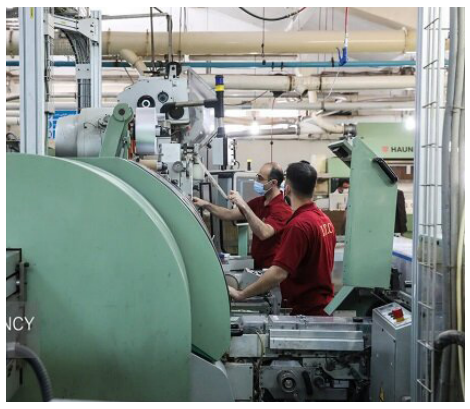
پارس‌خودرو در فصل بهار ۱۴۰۴ تعداد ۱۷ هزار و ۸۶۳ دستگاه خودرو به تولید رسانده که در مقایسه با تیراژ ۲۴ هزار و ۷۰۳ دستگاهی سال گذشته، کاهش ۲۷.۷ درصدی معادل ۶ هزار و ۸۴۰ دستگاه داشته است.
این خودروساز در بهار امسال تنها دو محصول شامل سهند و گروه Q۲۰۰ را تولید کرده است. تولید گروه Q۲۰۰ از ۲۰ هزار و ۵۴۸ دستگاه در سال گذشته به ۱۵ هزار و ۱۲۹ دستگاه کاهش یافته که افتی ۲۶.۴ درصدی محسوب می‌شود. تولید سهند نیز از ۳۳۹ دستگاه در سال گذشته به ۲ هزار و ۷۳۴ دستگاه افزایش یافته و رشد چشمگیر بیش از ۷۰۰ درصدی را نشان می‌دهد.
لازم به ذکر است پارس‌خودرو در بهار گذشته همچنین هزار و ۲۳۰ دستگاه کوییک معمولی و دو هزار و ۵۸۶ دستگاه ساینا S تولید کرده بود، اما در سال جاری تولید این دو خودرو به صفر رسیده است.

افت شدید تولید در خرداد

بررسی تولید ماهانه خودرو نشان می‌دهد که خردادماه ۱۴۰۴ بدترین ماه تولیدی در یک سال گذشته (غیرفروردین) بوده است. خودروسازان کشور در خردادماه تنها ۵۱ هزار و ۷۲۵ دستگاه خودروی سواری تولید کرده‌اند، در حالی که این رقم در اردیبهشت‌ماه به ۸۳ هزار و ۶۴۰ دستگاه می‌رسید. کاهش تولید نسبت به ماه قبل معادل ۳۱ هزار و ۹۱۵ دستگاه و افت ۳۸.۱ درصدی است.یران‌خودرو در اردیبهشت‌ماه ۵۳ هزار و ۵۰۴ دستگاه خودرو تولید کرده بود که این میزان در خرداد به ۳۵ هزار و ۳۴۳ دستگاه کاهش یافته است. این افت معادل ۱۸ هزار و ۱۶۱ دستگاه و کاهش ۳۴ درصدی است.
سایپا نیز از ۲۱ هزار و ۲۹۰ دستگاه تولیدی در اردیبهشت، به ۱۱ هزار و ۷۸۵ دستگاه در خرداد رسیده و کاهش ۴۴.۶ درصدی معادل ۹ هزار و ۵۰۵ دستگاه را تجربه کرده است.
پارس‌خودرو نیز تولید خود را از ۸ هزار و ۸۴۶ دستگاه در اردیبهشت به ۴ هزار و ۵۹۷ دستگاه در خرداد کاهش داده و افتی ۴۸ درصدی معادل ۴ هزار و ۲۴۹ دستگاه داشته است.
به گزارش مهر، روند نزولی تولید خودرو در بهار ۱۴۰۴، به‌ویژه افت بی‌سابقه در خردادماه، می‌تواند زنگ هشداری برای ادامه سال باشد. عواملی همچون کاهش تقاضا، ناپایداری در تأمین قطعات و عدم تعیین تکلیف سیاست‌های حمایتی دولت می‌تواند بر آینده این صنعت سایه بیفکند.
در صورتی که روند فعلی در فصل تابستان نیز تکرار شود، تحقق اهداف تولید سالانه خودروسازان با چالش جدی مواجه خواهد شد.

تسهیلات بانکی و ارزی در خدمت تاب‌آوری تولید

بسته حمایتی دولت در پنج محور مالی، ارزی، زیرساختی، بانکی و بازرگانی، با هدف کاهش شوک‌های وارده و حفظ پایداری تولید، ابلاغ شده است.
پس از وقوع جنگ تحمیلی ۱۲ روزه، دولت با همکاری وزارت صنعت، معدن و تجارت و مشارکت نهادهای زیربنایی، بسته‌ای پنج‌محوری برای حمایت فوری از تولید و پایداری کسب‌وکارها ابلاغ کرده است؛ بسته‌ای که به‌زعم مسئولان، هدف آن جلوگیری از توقف چرخه تولید، کنترل تبعات ارزی و مالی و صیانت از معیشت مردم است.
سیدمحمد اتابک، وزیر صنعت، معدن و تجارت، در تشریح این بسته از تدوین آن در قالب ۵ محور اصلی شامل مسائل مالیاتی و تأمین اجتماعی، تسهیلات و دیون بانکی، ارزی، زیرساختی و بازرگانی خبر داده و گفته است که «این برنامه با محوریت حمایت از صنایع معیشت‌محور، پایداری زیرساخت‌های تولید و رفع موانع مالی و ارزی، به تصویب رسیده و ابلاغ آن با فوریت صورت گرفته است.»
۱. حمایت‌های مالیاتی و تأمین اجتماعی
در حوزه مالی، دولت رویکردی انبساطی در پیش گرفته که شامل تمدید مصوبات اعتباری، اعمال تنفس در بازپرداخت تسهیلات و رفع موقت اثر چک‌های برگشتی است. در عین حال، طبقه‌بندی بدهی‌های ناشی از اعتبارات اسنادی و ضمانت‌نامه‌ها در سرفصل مطالبات مشکوک‌الوصول، حداکثر تا سه ماه پس از سررسید، از دیگر گام‌ها برای کاهش فشار بر واحدهای تولیدی است.
۲. تسهیلات بانکی و رفع موانع تأمین مالی
به نظر می‌رسد محور تأمین مالی، هسته اصلی بسته را شکل می‌دهد؛ چراکه رکود نقدینگی در بنگاه‌ها یکی از فوری‌ترین تبعات هر تلاطم اقتصادی است. تسهیلات جدید، مهلت بازپرداخت بدهی‌ها و نیز تمهیدات موقت برای نهادهای مالی، هدفی جز تزریق سریع نقدینگی به واحدهای در معرض توقف ندارند.۳. حمایت‌های ارزی؛ تنفس به صادرکنندگان و واردکنندگان
در حوزه ارزی، تمدید یک‌ماهه مهلت رفع تعهد ارزی و تعلیق سه‌ماهه برخی محدودیت‌های بانکی، واکنشی مستقیم به اختلالات بازار ارز در پی اتفاقات اخیر است. این تصمیم‌ها به‌ویژه برای صادرکنندگان کوچک و متوسط که با نوسانات نرخ ارز دچار مشکل در ایفای تعهدات شده‌اند،



اهمیت دارد.۴. زیرساخت و تأمین انرژی؛ پایداری تولید در گرو انرژی پایدار
وزارتخانه‌های نفت و نیرو، موظف شده‌اند تأمین برق، سوخت، گاز و فرآورده‌های نفتی را با اولویت واحدهای تولیدی، به‌ویژه آنهایی که در چارچوب حفظ پایداری شبکه قابل تأمین هستند، در دستور کار قرار دهند. این محور، واکنشی جدی به بحران‌های متوالی انرژی در سال‌های اخیر است که موجب توقف تولید یا کاهش ظرفیت عملیاتی بسیاری از کارخانه‌ها شده بود.
۵. تسهیلات بازرگانی؛ گشایش گمرکی و ثبت سفارش
آسان‌ترتسهیلات گمرکی از جمله ترخیص صددرصدی کالاهای موجود در گمرک و اجازه ثبت سفارش بدون انتقال ارز برای کالاهای اولویت‌دار، نشانه‌ای از تعدیل موقت سیاست‌های سخت‌گیرانه در واردات است. در شرایط فعلی، این تصمیم می‌تواند زنجیره تأمین بسیاری از واحدها را از خطر گسست نجات دهد.

گامی اضطراری با چشم‌انداز موقتی یا اصلاحی؟

اگرچه بسته فعلی با فوریت و دقت طراحی شده و تمامی نهادهای کلیدی اقتصادی کشور در تدوین آن مشارکت داشته‌اند، اما چند نکته در تحلیل اثربخشی آن قابل توجه است.نخست آنکه بسته در سطح اقدامات جبرانی طراحی شده و هنوز ساختارهای بلندمدت تولید از جمله سرمایه‌گذاری، فناوری و بهره‌وری را هدف نگرفته است. از این نظر، این بسته را باید «آتش‌نشانی موقت» برای جلوگیری از سرایت تلاطم به صنایع دانست، نه یک راهکار اصلاح‌گرایانه عمیق.
دوم، بسیاری از بندهای این بسته، نیازمند هماهنگی مستمر میان بانک مرکزی، وزارت اقتصاد، گمرک و شبکه بانکی است که تجربه گذشته نشان داده تحقق عملی آنها با تأخیر و اصطکاک همراه می‌شود. چالش اصلی، اجرای دقیق و فوری است، نه فقط ابلاغ مصوبات. بنابراین لازم است که دستگاه‌های مربوطه در اجرای سریع و صحیح این ابلاغیه همکاری‌های لازم را با یکدیگر داشته باشند.
سوم، حمایت‌های ارزی و گمرکی اگرچه گامی مثبت است، اما در فقدان ثبات نرخ ارز و پیش‌بینی‌پذیری اقتصادی، اثرگذاری آن‌ها محدود خواهد بود. تمدید تعهدات ارزی، زمانی کارآمد است که تلاطم بازار ارز کنترل شود و چشم‌انداز بازگشت ارز روشن باشد.
به گزارش مهر، بسته حمایتی پنج‌گانه دولت از تولید، اگرچه یک واکنش به‌موقع به تلاطم جدید تلقی می‌شود، اما یادآور این نکته کلیدی است که زیرساخت‌های پشتیبان تولید در کشور بیش از پیش نیاز به اصلاح و مقاوم شدن، دارند.
اگر این اقدامات به یک روند پایدار سیاست‌گذاری و بازنگری اساسی در ساختارهای مالیاتی، بانکی، ارزی و زیرساختی منجر شود، می‌توان آن را گامی در مسیر اصلاح دانست. در غیر این صورت، این بسته نیز همچون بسیاری از مداخلات موقتی گذشته، صرفاً مسکنی خواهد بود که درد را به تأخیر می‌اندازد، نه آنکه درمان کند.

مسدودسازی حساب‌های اجاره‌ای ریسک‌های امنیتی را کاهش داد

یک کارشناس اقتصادی گفت:اقدام وزیر اقتصاد مبنی بر مسدودسازی حساب اجاره‌ای توانست بخش مهمی از ریسک‌های امنیتی و مالی بازار را کنترل کرده و پایه‌گذار شفافیت گسترده‌تر در ساختار پولی کشور شود.
شهاب صانعی، اقتصاددان و پژوهشگر ارشد بازارهای مالی، در گفت‌وگو با خبرنگار مهر با تاکید بر ابعاد چندگانه تصمیم وزارت اقتصاد مبنی بر مسدودسازی حساب‌های اجاره‌ای گفت: همواره یکی از آسیب‌پذیرترین نقاط نظام بانکی کشور، وجود حساب‌های اجاره‌ای است که نه‌تنها مسیر خلاف و سوءاستفاده را باز می‌گذارد، بلکه اثرات مخرب آن در مقاطع بحرانی مانند جنگ یا تحریم چند برابر می‌شود. با جنگ اخیر ایران و اسرائیل، نگرانی‌ها بیش از همیشه تشدید شد و ورود وزارت اقتصاد بسیار به‌موقع بود.وی افزود: پرداختن جدی به معضل حساب‌های اجاره‌ای، از نخستین گام‌های بازدارندگی اقتصادی است. این سیاست جلوی جابه‌جایی پول‌های مشکوک، استخوان‌بندی فساد مالی و حتی آشفتگی بازارهای ارز و طلا را گرفت. بسیاری از دلال‌ها و اخلالگران اقتصادی با اتکا به همین حساب‌ها سعی دارند در شرایط بحرانی ثبات بازارها را هدف بگیرند. دستور قاطع وزیر اقتصاد عملاً نقشه آنان را بر هم زد.
دکتر صانعی تصریح کرد: درگاه‌های پولی جامعه با حذف امکان سوءاستفاده، کارکرد شفاف و موثرتری پیدا می‌کنند و بانک‌ها نقشی فعال‌تر در کنترل نقدینگی و شناسایی منابع و مصارف پولی ایفا خواهند کرد.
این امر مستقیماً به اصلاح فرهنگ اقتصادی و کاهش زمینه‌های پولشویی و فرار مالیاتی نیز منجر می‌شود.وی ادامه داد: از منظر بین‌المللی نیز، سخت‌گیری درباره حساب‌های نامعلوم و اجاره‌ای از الزامات بانکداری روز دنیاست و جامعه جهانی انتظار دارد ایران هم استانداردهای FATF و مبارزه با تأمین مالی تروریسم را به رسمیت بشناسد. برخورد با این حساب‌ها، جایگاه اعتباری ایران را تقویت می‌کند و پیام روشنی به شرکای خارجی و فعالان اقتصادی داخل می‌دهد که اصلاحات ساختاری در دستور کار دولت است.این اقتصاددان با اشاره به آثار روانی و معیشتی دستور مسدودسازی گفت: در روزهای سخت جنگ، مهم‌ترین سرمایه عمومی، اعتماد اجتماعی بود. چنین تصمیمانی باعث شد حتی اقشار آسیب‌پذیر، کسب‌وکارها و شرکت‌های کوچک با آرامش بیشتری به تداوم فعالیت امیدوار شوند و خطر اخلال و شوک مالی کاهش یابد. این آثار، سرمایه‌ای معنوی و اقتصادی برای کشور است که ارزش آن شاید در عدد و رقم‌ها نگنجد.

اجتماعی

امنیت در دنیای مجازی؛ از تهدید تا پیشگیری

در دنیای دیجیتال امروز، حفاظت از هویت افراد در فضای اینترنت اهمیت زیادی دارد زیرا با افزایش تهدیدات سایبری ازجمله کلاهبرداری‌ها و سوءاستفاده‌های افراد ناشناس، نیاز به مراقبت از اطلاعات شخصی بیشتر از همیشه حس می‌شود. اگر در این زمینه بی‌احتیاطی شود ممکن است اطلاعات کاربران به دست سودجویان بیفتد؛ بنابراین آگاهی از روش‌های محافظت از هویت و استفاده از ابزارهای امنیتی ضروری است.
اقدامات مرتبط با محافظت از هویت و استفاده از ابزارهای امنیتی می‌تواند شامل استفاده از رمزهای عبور قوی، فعال‌سازی احراز هویت دومرحله‌ای و اجتناب از اشتراک‌گذاری اطلاعات حساس در شبکه‌های اجتماعی باشند. درنهایت، حفظ حریم خصوصی آنلاین نه‌تنها به امنیت فردی کمک می‌کند، بلکه به ایجاد یک فضای اینترنتی امن‌تر برای همه نیز می‌انجامد.
اولین راهکار برای حفظ امنیت آنلاین این است که از حساب‌های کاربری قدیمی که نام آن‌ها تغییریافته است، استفاده نکنید. به‌عنوان مثال، اگر قبلاً در پلتفرم‌هایی مانند واتس آپ با نام واقعی خود حساب کاربری ایجاد کرده‌اید و سپس نام آن را تغییر داده‌اید، بهتر است از این حساب برای فعالیت‌های خود استفاده نکنید. دلیل این امر این است که ممکن است اطلاعات قدیمی شما هنوز قابل بازیابی باشد و این موضوع می‌تواند منجر به افشای هویت شما شود.
برای حفظ امنیت آنلاین، هرگز حساب کاربری ناشناس خود را به حساب‌های دیگر متصل نکنید. به طور مثال اگر در شبکه واتس‌اپ با یک حساب ناشناس فعالیت می‌کنید، آن را به حساب‌هایی مانند اینستاگرام که هویت واقعی شما در آن مشخص است، وصل نکنید. اتصال حساب‌های مختلف به همدیگر می‌تواند به افراد ناشناس و سودجو کمک کند تا از طریق لینک‌ها یا تصاویر مرتبط، رد شما را پیداکرده و به اطلاعات واقعی شما دست یابند. اتصال حساب‌های ناشناس به حساب‌های شناخته‌شده، خطر افشای هویت و اطلاعات شخصی را افزایش می‌دهد.
برای ایجاد حساب‌های کاربری ناشناس، استفاده از یک ایمیل و شماره تلفن جدید ضروری است این کار کمک می‌کند تا هویت اصلی‌تان را از دید دیگران پنهان نگه‌دارید. انتخاب نام کاربری از قرار دادن اطلاعات واقعی مانند نام و فامیل خود پرهیز کنید. این اطلاعات می‌توانند به‌راحتی برای شناسایی شما استفاده شوند و امنیت شمارا به خطر بیندازند. به‌جای آن، از یک نام کاربری خلاقانه و غیرقابل حدس استفاده کنید که هویت شمارا مخفی نگه دارد. انتخاب نام‌های تصادفی یا ترکیبی از کلمات می‌تواند به افزایش حریم خصوصی شما کمک کند. با این کار، احتمال شناسایی شما در فضای آنلاین به حداقل می‌رسد و امنیت حساب کاربری‌تان بیشتر می‌شود.
علی‌اصغر زارعی – مدرس دانشگاه و کارشناس ارشد مدیریت سیستم‌های اطلاعاتی و مهندسی فناوری اطلاعات در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه خاموش کردن موقعیت مکانی یا لوکیشن در دستگاه‌ها و حساب‌های کاربری یکی از مراحل مهم حفظ حریم خصوصی است. اظهار کرد: با فعال بودن این گزینه، اطلاعات مربوط به محل زندگی یا فعالیت‌های روزانه شما می‌تواند به‌راحتی در دسترس دیگران قرار گیرد. بنابراین، برای جلوگیری از شناسایی مکان شما، لازم است این گزینه را خاموش‌کنید.
وی افزود: برای اینکار ابتدا به تنظیمات دستگاه خود بروید و بخش مربوط به حریم خصوصی یا موقعیت مکانی را پیدا کنید. سپس اطمینان حاصل کنید که گزینه مربوط به اشتراک‌گذاری موقعیت مکانی خاموش باشد. همچنین، در تنظیمات حساب‌های کاربری مختلف مانند شبکه‌های اجتماعی یا اپلیکیشن‌های پیام‌رسان، این گزینه را بررسی کنید.
زارعی گفت: حتی اگر به‌طور پیش‌فرض خاموش باشد، بهتر است دوباره آن را چک کنید تا مطمئن شوید به‌طور ناخواسته روشن نشده است. با خاموش کردن این گزینه، شما کنترل بیشتری بر روی اطلاعات شخصی خود خواهید داشت و می‌توانید از خطرات احتمالی ناشی از افشای موقعیت مکانی جلوگیری کنید.
عضو کمیسیون کسب‌و کارهای مجازی و اقتصاد دیجیتال نصر کشور با تأکید براینکه برای ایجاد حساب‌های کاربری ناشناس، استفاده از یک ایمیل و شماره تلفن جدید ضروری است؛ ادامه داد: این کار به شما کمک می‌کند تا هویت اصلی‌تان را از دید دیگران پنهان نگه‌دارید. هرگز نباید شماره یا ایمیل اصلی خود را به این حساب‌ها متصل کنید، زیرا این کار می‌تواند منجر به افشای اطلاعات شخصی‌تان شود. همچنین، استفاده از سرویس‌های ایمیل موقت ویا شماره‌گیری موقت می‌تواند به افزایش امنیت شما کمک کند.
همچنین در فضای مجازی، حفظ حریم خصوصی و امنیت اطلاعات شخصی از اهمیت بالایی برخوردار است. هرگز نباید اطلاعات حساسی مانند آدرس، مکان یا جزئیات مالی خود را به اشتراک بگذارید، چون این اطلاعات می‌توانند به‌راحتی توسط افراد نادرست مورد سوءاستفاده قرار گیرند. حتی ارسال عکس‌ها یا ویدیوهایی که ممکن است نشانه‌هایی از هویت یا موقعیت شما داشته باشند، خطرناک است.
به گفته وی دوستان مجازی نیز همیشه قابل‌اعتماد نیستند و ممکن است اطلاعات شمارا به‌اشتباه یا به‌عمد منتشر کنند بنابراین باید با احتیاط رفتار کنید و از به اشتراک‌گذاری هرگونه اطلاعات شخصی خودداری کرد.
بررسی‌ها حاکی از آن است در فضای مجازی، لینک‌ها ممکن است منبع خطر باشند، حتی اگر از سوی دوستان مجازی ارسال‌شده باشند. برخی از این لینک‌ها می‌توانند حاوی بدافزار یا نرم‌افزارهای مخرب باشند که به هدف سرقت اطلاعات شخصی شما طراحی‌شده‌اند. بنابراین، همیشه باید نسبت به لینک‌هایی که دریافت می‌کنید، محتاط باشید و از باز کردن آن‌ها خودداری کنید، به‌ویژه اگر ناشناس یا مشکوک به نظر برسند.
پاک‌سازی ردپاهای دیجیتال به معنای حذف اطلاعات و محتواهایی است که ممکن است هویت شما را در فضای مجازی شناسایی کند. این اطلاعات شامل پست‌ها، کامنت‌ها، عکس‌ها و هر نوع محتوای دیگری است که در شبکه‌های اجتماعی یا وب‌سایت‌ها به اشتراک گذاشته‌اید.
همچنین، لینک‌هایی که وعده خدمات رایگان مانند فیلترشکن یا اپلیکیشن‌های عجیب‌وغریب را می‌دهند، ممکن است به‌منظور نفوذ به دستگاه شما طراحی‌شده باشند. درنهایت، بهتر است تنها از منابع معتبر و شناخته‌شده لینک‌ها را بازکنید و همیشه امنیت اطلاعات خود را در اولویت قرار دهید.
علاوه بر موارد گفته شده اعتماد نکردن به ربات‌ها و ابزارهای ناشناس یکی از نکات مهم در حفظ امنیت اطلاعات شخصی است. بسیاری از این ابزارها ادعا می‌کنند که می‌توانند امنیت یا ناشناس بودن کاربر را تضمین کنند، اما درواقع ممکن است اطلاعات شمارا جمع‌آوری کرده و با خطر مواجه شوند.این ربات‌ها ممکن است به‌سادگی ترفندهایی برای فریب کاربران باشند و اطلاعات حساس را از آن‌ها سرقت کنند. به همین دلیل، بهتر است از ارائه هرگونه اطلاعات شخصی به این ابزارها خودداری کنید. قبل از استفاده از هر ربات یا ابزاری، تحقیق کنید و از اعتبار آن اطمینان حاصل کنید.

استان ها

ثبت ملی پنج اثر تاریخی استان اردبیل

رئیس گروه باستان‌شناسی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان اردبیل از تهیه پرونده پنج اثر تاریخی منقول برای ثبت در فهرست آثار ملی در استمرار ساماندهی میراث باستانی این استان خبر داد.
، سید روح‌الله محمدی روز چهارشنبه اظهار کرد: این آثار شامل جام نقره‌ای شال، جام شیشه‌ای اولتان، دار قالی قلعه آلاجوق، کلاه خود مفرقی شال و سکه مسی جلال‌الدین خوارزم شاه مکشوفه از قلعه آلاجوق است.
او اضافه کرد: قدمت این آثار از هزاره اول قبل از میلاد تا دوره خوارزمشاهی است و در کاوش‌های علمی باستان‌شناسی در استان توسط باستان‌شناسان به دست آمده‌اند.
محمدی ادامه داد: جام نقره‌ای و کلاه خود مفرقی شال طی کاوش‌های باستان‌شناسی سال ۱۳۹۸ در گورستان چالادم روستای شال در بخش شاهرود خلخال، جام شیشه‌ای اولتان در کاوش‌های سال ۱۴۰۱ و آثار مربوط به قلعه آلاجوق در کاوش‌های سال ۱۳۹۷ کشف شده است.
طبق اعلام اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان اردبیل، ۲ اثر مجموعه شیخ صفی‌الدین اردبیلی و کاروانسرای سنگی صائین از این استان در فهرست میراث جهانی یونسکو قرار دارد و ۹۰۵ اثر غیرمنقول شامل ۱۱۳ بنای تاریخی و ۷۹۲ محوطه تاریخی، ۷۸ اثر منقول تاریخی فرهنگی، ۷۲ اثر ناملموس فرهنگی و ۲۸ اثر طبیعی از استان اردبیل در فهرست آثار ملی به ثبت رسیده است.
استان اردبیل با آثار تاریخی قابل تامل در ۱۲ شهرستان در شمال غرب ایران واقع شده است و به لحاظ جاذبه‌های میراث فرهنگی، جزو مقاصد اصلی گردشگران داخلی و حتی خارجی محسوب می‌شود.

مرز مهران همچنان پرترددترین گذرگاه زائران حسینی؛ تردد ۱۸۶ هزار نفر

مرز بین‌المللی مهران همچنان جایگاه خود را به عنوان پرترددترین و اصلی‌ترین گذرگاه زمینی کشور برای زائران عتبات عالیات حفظ کرده است؛ گذرگاهی که این روزها در ماه محرم و شور آیین‌های حسینی، شاهد حضور و تردد گسترده زائران ایرانی و خارجی است.
فرماندار مهران اظهار کرد: مرز مهران به واسطه نزدیکی جغرافیایی با عتبات عالیات، امکانات مناسب و امنیت مطلوب، سالانه مقصد میلیون‌ها زائر ایرانی و غیرایرانی است و نقش به سزایی در تسهیل و ساماندهی سفرهای زیارتی ایفا می‌کند.
حیدر نعمتی تصریح کرد که از ابتدای ماه محرم تاکنون، در مجموع ۱۸۶ هزار زائر ایرانی و غیرایرانی از مرز بین‌المللی مهران تردد کردند که از این تعداد ۱۷۱ هزار نفر زائر ایرانی بوده است.
وی با اشاره به تردد ۱۵ هزار نفر اتباع غیرایرانی از مرز بین‌المللی مهران، یادآور شد که تعداد زیادی از این زائران پس از زیارت عتبات عالیات و شرکت در آیین‌های تاسوعا و عاشورای حسینی از طریق مرز مهران وارد کشور شده‌اند.
فرماندار مهران همچنین گفت: در بازه زمانی ابتدای ماه محرم تا ساعت ۲۴ دیشب (سه‌شنبه)، ۸۹ هزار نفر زائر ایرانی از مرز مهران خارج و در همین مدت ۸۲ هزار نفر نیز پس از حضور در مراسم عزاداری و زیارت، از عراق به کشور بازگشته‌اند.
نعمتی با اشاره به موج اصلی بازگشت زائران با پایان روزهای تاسوعا و عاشورا، گفت: هم‌اکنون بازگشت سایر زائران باقی‌مانده در عراق نیز به تدریج ادامه دارد و دستگاه‌های امدادی و خدماتی برای ارائه خدمات و تسهیل فرآیند تردد در مرز مستقر هستند.
وی خاطرنشان کرد: توزیع آب خنک و تغذیه خشک مانند کیک و بیسکویت بین زائران انجام می‌شود و همه تیم‌های امدادی، خدماتی و امنیتی در مرز مهران در آماده‌باش کامل هستند.
مرز بین‌المللی مهران به دلیل نزدیکی جغرافیایی به شهرهای زیارتی عراق و امنیت مسیر عبور در خاک عراق، مهم‌ترین و پرترددترین مرز زمینی کشور برای سفر زائران عتبات عالیات محسوب می‌شود.
همچنین بر پایه آمار ارائه‌شده بیش از ۶۱ هزار نفر حجاج بیت‌الله الحرام از طریق مرز مهران به کشور بازگشته‌اند.
سالانه بیش از هشت میلیون زائر و مسافر از طریق این مرز تردد می‌کنند و سهم مرز مهران در ایام اربعین، به تنهایی بیش از ۶۰ درصد کل تردد زائران عتبات عالیات کشور است.

در سال ۱۴۰۴ محقق شد؛

رشد ۳۸ درصدی اعتبارات عمرانی شهرستان چابهار

فرماندار چابهار از تخصیص ۴۰۰ میلیارد تومان اعتبار عمرانی برای این شهرستان در سال ۱۴۰۴ خبر داد و گفت: این میزان اعتبار نسبت به سال گذشته ۳۸ درصد افزایش یافته است.علیرضا نورا اضافه کرد: این اعتبارات عمرانی در قالب ۹۰ پروژه عمرانی در مناطق مختلف شهرستان چابهار هزینه خواهد شد.وی اظهار کرد: اعتبارات عمرانی در چارچوب سند توسعه شهرستان و با رویکرد شاخص‌محور تنظیم شده است و به بخش‌های اولویت‌دار تخصیص می یابد.نورا با اشاره به تلاش‌های صورت‌گرفته برای جذب و افزایش اعتبارات شهرستان، افزود: توزیع این اعتبارات براساس نیازهای واقعی مردم، برنامه هفتم توسعه و هماهنگی میان دستگاه‌های اجرایی انجام می‌شود.
فرماندار چابهار با تأکید بر تمرکز مدیریت اجرایی شهرستان بر پروژه‌های اساسی در حوزه‌های آب، برق، بهداشت و آموزش، تصریح کرد: هیچ‌گونه کم‌کاری یا تأخیر در اجرای این پروژه‌ها پذیرفتنی نیست و همه طرح‌ها باید با برنامه‌ریزی دقیق، زمان‌بندی مشخص و نظارت مستمر به مرحله اجرا درآید.

افسانه هیرکانی؛ گنجینه عصر دایناسورها در گلستان

جنگل‌های هیرکانی با قدمتی بیش از ۴۰ میلیون سال، نه‌تنها فسیل‌هایی زنده از دوران سوم زمین‌شناسی‌اند، بلکه به‌عنوان میراثی جهانی، هویت طبیعی و فرهنگی ایران را به رخ جهانیان می‌کشند که ثبت جهانی این جنگل‌ها در تیرماه سال ۱۳۹۸ به‌عنوان میراث طبیعی یونسکو، مهر تأییدی بر ارزش اکولوژیکی و تاریخی آن‌هاست.
در استان گلستان، این جنگل‌ها با وسعت ۴۲۱ هزار هکتار، ۲۱ درصد از کل مساحت جنگل‌های هیرکانی ایران را در بر می‌گیرند و با تنوع زیستی بی‌نظیر، جاذبه‌های طبیعی خیره‌کننده و ظرفیت‌های اقتصادی و فرهنگی، گنجینه‌ای بی‌همتا برای ایران و جهان به شمار می‌روند.
جنگل‌های هیرکانی گلستان، بازمانده‌ای از دوران پیش از یخبندان‌های عظیم زمین، به دلیل موقعیت جغرافیایی منحصربه‌فرد دریای خزر از یخبندان‌های دوره چهارم زمین‌شناسی مصون مانده‌اند.
جهانبخش صادقیان، معاون امور جنگل اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری گلستان، این جنگل‌ها را «مادر جنگل‌های اروپا» دانست و گفت: این اکوسیستم باستانی، ذخیره ژنتیکی ارزشمندی است که گونه‌هایی منحصربه‌فرد را در خود جای داده و در هیچ کجای خاورمیانه نظیر ندارد.
این جنگل‌ها میزبان بیش از ۸۰ گونه درختی پهن‌برگ و ۵۰ گونه درختچه‌ای، از جمله راش، ممرز، بلوط، سرخدار و افرا هستند.
تنوع زیستی این منطقه با ۲۹۶ گونه پرنده و ۹۸ گونه پستاندار، از جمله پلنگ ایرانی، خرس قهوه‌ای، روباه دم‌سیاه و اسبچه خزری، آن را به بهشتی برای زیست‌شناسان و طبیعت‌دوستان تبدیل کرده است.
صادقیان ادامه داد: در یک محدوده کوچک از این جنگل‌ها، می‌توان چهار تا پنج گونه درختی را مشاهده کرد که این تنوع در جهان بی‌نظیر است. این جنگل‌ها به دلیل تکامل میلیون‌ساله، شاهد تحولات زیستی و جابجایی گونه‌ها بوده‌اند که مطالعه آن‌ها برای دیرینه‌شناسی و فسیل‌شناسی حیاتی است.
افسانه هیرکانی؛ گنجینه عصر دایناسورها در گلستان

جاذبه‌های افسونگر هیرکانی

جنگل‌های هیرکانی گلستان مقاصدی بی‌نظیر برای طبیعت‌گردی و ماجراجویی ارائه می‌دهند. پارک ملی گلستان، با آبشارهای خروشان، رودخانه‌های زلال و گونه‌های کمیاب جانوری، مقصدی رویایی برای عکاسان و طبیعت‌دوستان است.
جنگل ابر، جایی که ابرها در آغوش درختان راش آرام گرفته و مناظری افسانه‌ای خلق می‌کنند و منطقه حفاظت‌شده جهان‌نما، با مراتع ییلاقی و چشم‌اندازهای کوهستانی که به «بام گلستان» شهرت دارد، تجربه‌ای بی‌مانند از پیاده‌روی و آرامش در دل طبیعت را به ارمغان می‌آورند.
به گفته علی‌اصغر نیکویی، مدیرکل منابع طبیعی گلستان، این جنگل‌ها نه‌تنها از منظر زیبایی و تولید اکسیژن ارزشمندند، بلکه با جذب کربن، حفظ منابع آب زیرزمینی و تولید فرآورده‌های چوبی، نقشی چندجانبه در اکوسیستم و اقتصاد منطقه ایفا می‌کنند.
ظرفیت‌های اقتصادی و فرهنگی؛ پلی به سوی توسعه پایدار
ثبت جهانی جنگل‌های هیرکانی، دریچه‌ای به سوی توسعه گردشگری پایدار در گلستان گشوده است.
گرگان، به‌عنوان یکی از پایگاه‌های اصلی دسترسی به این جنگل‌ها، با جاذبه‌هایی نظیر بافت تاریخی، بازار نعلبندان و جنگل ناهارخوران، ظرفیت تبدیل شدن به مقصدی بین‌المللی را دارد. زیرساخت‌هایی مانند فرودگاه بین‌المللی گرگان، راه‌های دسترسی مناسب و امکان سفرهای یک‌روزه به مناطقی چون بندرترکمن، گنبدکاووس و آبشار کبودوال، این ظرفیت را دوچندان می‌کند.
نیکویی بیان کرد: توسعه اکوتوریسم، پرورش گیاهان دارویی و ایجاد فرصت‌های شغلی برای جوامع محلی می‌تواند وابستگی به جنگل‌ها را کاهش دهد و از مهاجرت به شهرها جلوگیری کند.
این جنگل‌ها همچنین بستری برای تحقیقات علمی، آموزش زیست‌محیطی و توسعه صنایع دستی فراهم می‌کنند. تنوع اقلیمی و فرهنگی گلستان، از ترکمن‌صحرا تا روستاهای ییلاقی جهان‌نما، زمینه را برای عرضه محصولات محلی، مانند زعفران و صنایع دستی ترکمنی، مهیا کرده و می‌تواند اقتصاد منطقه را متحول کند.
صادقیان تاکید کرد: این جنگل‌ها ظرفیت جذب سرمایه‌گذاری‌های داخلی و خارجی را دارند. ایجاد مسیرهای گردشگری مشخص، اقامتگاه‌های بوم‌گردی و برنامه‌های آموزشی برای گردشگران می‌تواند به توسعه پایدار منجر شود.

چالش‌های پیش رو؛ تهدیدی برای فسیل زنده

با وجود این ظرفیت‌ها، جنگل‌های هیرکانی گلستان با تهدیدات جدی مواجه‌اند. بیش از ۵۱ درصد از مساحت اولیه این جنگل‌ها به دلیل توسعه ناپایدار، قطع درختان، چرای بیش از حد دام و گسترش زمین‌های کشاورزی از بین رفته و مساحت آن‌ها از سه میلیون هکتار به کمتر از ۲ میلیون هکتار کاهش یافته است.
صادقیان هشدار داد: قاچاق چوب، حضور بیش از ۳۰ هزار واحد دامی و ویلاسازی غیرمجاز، به تخریب پوشش گیاهی و فرسایش خاک منجر شده و در برخی نقاط، جنگل‌ها به حالت کچلی دچار شده‌اند.آفات و بیماری‌هایی مانند زغالی بلوط و شب‌پره شمشاد، همراه با تغییرات اقلیمی، کاهش رطوبت خاک و آتش‌سوزی‌های گاه‌وبیگاه، حیات این اکوسیستم را به خطر انداخته‌اند.نیکویی به کمبود بودجه و نیروی انسانی اشاره می‌کند: با ۵۰۰ نیرو برای حفاظت از ۵۰۰ هزار هکتار جنگل سخت‌گذر، نظارت کافی ممکن نیست. آتش‌سوزی‌های عمدی، تصرف زمین‌ها و کمبود تجهیزات نیز چالش‌های بزرگی هستند.
جاده‌سازی غیراصولی در جنگل‌ها نیز به فرسایش خاک و لغزش زمین دامن زده است. صادقیان گفت: جاده‌هایی که بدون رعایت اصول فنی احداث شده‌اند، در زمان بارندگی و سیل، به تخریب جنگل‌ها منجر می‌شوند و کمبود آگاهی عمومی و فقدان برنامه‌های آموزشی برای جوامع محلی نیز این تهدیدات را تشدید کرده است.
صادقیان گفت: جنگل‌های هیرکانی گلستان در معرض خطر جدی قرار دارند و آتش‌سوزی‌های ناشی از سوزاندن بقایای محصولات کشاورزی (کاه و کلش) در اراضی مجاور، نه‌تنها به اکوسیستم ارزشمند جنگل‌ها آسیب می‌رساند، بلکه انرژی و منابع نیروهای حفاظتی را به شدت تحت فشار قرار داده است.وی بیان کرد: آتش‌های ناشی از سوزاندن کاه و کلش به‌سرعت به جنگل‌های لبه‌ای سرایت می‌کند و گونه‌های گیاهی و جانوری منحصربه‌فرد هیرکانی را نابود می‌سازد.
به گفته وی: خاموش کردن این آتش‌سوزی‌ها ساعت‌ها تلاش نیروهای حفاظتی جنگل را به خود اختصاص می‌دهد و توان آن‌ها را برای حفاظت از دیگر مناطق کاهش می‌دهد.
معاون منابع طبیعی گلستان اعلام کرد: برای مقابله با این تهدید، منابع طبیعی اقدام به احداث کیلومترها آتش‌بر در حاشیه اراضی کشاورزی کرده است. این آتش‌برها با استفاده از تجهیزات تخصصی ایجاد شده‌اند تا از سرایت حریق به جنگل‌ها جلوگیری کنند.
صادقیان تأکید کرد: مقابله با این معضل نیازمند ورود جدی‌تر دستگاه‌های متولی مانند سازمان محیط زیست و جهاد کشاورزی بوده و تشدید اقدامات بازدارنده، از جمله جریمه‌های سنگین و آموزش کشاورزان برای مدیریت صحیح بقایای کشاورزی، ضروری است.
افسانه هیرکانی؛ گنجینه عصر دایناسورها در گلستان
ویلاسازی غیرقانونی در دل جنگل‌های هیرکانی
استان گلستان در سال‌های اخیر اقدامات متعددی برای حفاظت از جنگل‌های هیرکانی انجام داده است.
از سال ۱۳۸۰، طرح‌هایی مانند ساماندهی جنگل‌نشینان، خروج ۵۰ درصد دام‌های مجاز، خرید چهار هزار هکتار زمین از دامداران و جنگل‌کاری ۸۰ هزار هکتار اجرا شده است.
صادقیان بیان کرد: این اقدامات، همراه با تجدید حیات طبیعی جنگل، مناطق تخریب‌شده را احیا کرده و فضاهای خالی را با نهال‌کاری پر کرده است.
طرح تنفس جنگل که از سال ۱۳۹۶ اجرا شد، بهره‌برداری غیراصولی از جنگل‌ها را متوقف کرد و بر حفاظت، احیا و بهره‌برداری پایدار تمرکز دارد.
نیکیی توضیح داد: این طرح به جوامع محلی امکان می‌دهد از ظرفیت‌هایی مانند پرورش گیاهان دارویی، ماهی‌گیری در رودخانه‌ها و تولید صنایع دستی بهره‌مند شوند تا وابستگی‌شان به جنگل کاهش یابد.
برای مقابله با آفات و بیماری‌ها، همکاری با دانشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی در جریان است.
صادقیان افزود: اقداماتی برای کنترل آفاتی مانند شب‌پره شمشاد انجام شده، اما به دلیل پیچیدگی اکوسیستم جنگلی، استفاده از سموم کشاورزی محدود است و نیاز به روش‌های تخصصی داریم.

راهکارهای آینده؛ حفاظت با مشارکت همگانی

برای حفظ این میراث جهانی، اقدامات فوری و هماهنگ در سطوح محلی، ملی و بین‌المللی ضروری است.
نیکویی خواستار افزایش سه‌برابری بودجه حفاظتی و تقویت زیرساخت‌های نظارتی، از جمله استفاده از فناوری‌های نوین مانند نقشه‌برداری آنلاین و نظارت ماهواره‌ای، شده است.
وی گفت: آموزش جوامع محلی و گردشگران برای افزایش آگاهی درباره اهمیت حفاظت از جنگل‌ها حیاتی است.
توسعه گردشگری پایدار، با تأکید بر اکوتوریسم و ایجاد مسیرهای مشخص برای بازدید، می‌تواند جایگزینی برای فعالیت‌های مخرب مانند قطع درختان و چرای دام باشد.
همکاری بین سازمان‌های حفاظت محیط زیست، منابع طبیعی و میراث فرهنگی، همراه با مشارکت جوامع محلی، کلید مدیریت بهتر این اکوسیستم است.
صادقیان تأکید کرد تشویق به کاشت گونه‌های پهن‌برگ به جای سوزنی‌برگ و احیای طبیعی جنگل‌ها می‌تواند به پایداری این اکوسیستم کمک کند.
حمایت بین‌المللی از طریق یونسکو و جذب سرمایه‌گذاری برای پروژه‌های حفاظتی نیز گامی بزرگ در راستای حفظ این میراث برای نسل‌های آینده خواهد بود.
نیکویی گفت: مردم باید بدانند این جنگل‌ها سرمایه ملی و خدادادی آن‌هاست و با مشارکت و حمایت آن‌ها، می‌توانیم این گنجینه را حفظ کنیم.

آینده‌ای سبز برای گلستان و جهان

جنگل‌های هیرکانی گلستان، فراتر از یک جاذبه طبیعی، نمادی از تاریخ، فرهنگ و هویت ایران هستند. این فسیل‌های زنده، با تنوع زیستی بی‌نظیر، مناظر خیره‌کننده و ظرفیت‌های اقتصادی و فرهنگی، می‌توانند به الگویی برای توسعه پایدار تبدیل شوند. حفاظت از این میراث، وظیفه‌ای همگانی است که نیازمند مشارکت مردم، برنامه‌ریزی اصولی و حمایت بین‌المللی است.
سفر به این جنگل‌ها، تجربه‌ای فراموش‌نشدنی برای گردشگران و یادآوری مسئولیت ما در برابر طبیعت است. همان‌طور که نیکویی می‌گوید: این جنگل‌ها مال مردم هستند و با حمایت آن‌ها، می‌توانیم نشان دهیم که ایران چگونه گنجینه‌های طبیعی خود را برای آیندگان حفظ می‌کند.
با اتخاذ راهکارهای مناسب، جنگل‌های هیرکانی گلستان نه‌تنها از خطر نابودی نجات خواهند یافت، بلکه به نمادی جهانی از همزیستی انسان و طبیعت تبدیل خواهند شد.

خطر مرگ در خزر را به جان نخریم

خزر با امواج شکافنده اش به عنوان دریای خطرناک و وحشی قلمداد می شود اما بسیاری بدون درنظر گرفتن ویژگی هایش به آب می زنند و گرفتار امواج سهمگین آن می شوند؛ نجات ۱۳۳ نفر از مرگ حتمی و همچنین فوت سه نفر در مدت یک ماه اخیر در دریا بیانگر وجود خطرات ناشی از این اقدام خطرناک است.
سواحل دریای خزر فضای جذاب و چشم نوازش برای هر کسی که به این خطه از شمال کشور می آید وسوسه شنا در دریا را ایجاد می کند تا در مدت حضورش در این منطقه به قول معروف تنی به آب بزند و شنا کند.
اما خزر همواره آبستن بروز حوادث پیش بینی نشده برای آنهایی است که احساس می کنند شناگر هستند و می توانند در این نقطه همچون استخر شنا کنند اما غافل از اینکه «جریان شکافنده» و نقاط دنج سواحل این دریا مستعد و عامل بروز حوادثی نظیر غرق شدن در دریا است.
جریان شکافنده را می توان با قرار گرفتن در ارتفاع با چشم مشاهده کرد. چنان چه اگر روی برآمدگی ماسه ای پایتان را بگذارید تصور می کنید که عمق آب کم است، ولی با کمی جا به جایی ناگهان عمق آب افزایش می یابد، بنا بر این باید مواظب تغییر ناگهانی عمق آب باشید تا دچار مشکل نشوید.

جریان شکافنده چیست؟

امواج دریا با حرکت به سمت ساحل همواره حجم زیادی از آب را به طرف خشکی منتقل می کنند. این حجم وسیع از آب می‌باید دوباره به داخل دریا برگردد و برای این منظور در نقاطی از ساحل، به صورت تقریباً غیر قابل پیش بینی، درون آب دریا آب راهه هایی به طرف دریا ایجاد می شود که در آن آب با سرعت زیادی بر خلاف جهت امواج (یعنی از سمت ساحل به سمت دریا) جریان می یابد.
این جریان ها کاملاً از امواج آب متفاوت بوده و به آن‌ها جریان های ساحلی، جریان های شکافنده (Rip Currents)، یا جریان های مرگبار گفته می شود که در بسیاری از نقاط جهان به ویژه سواحل دریای خزر، تلفات جانی فراوانی را به بار می‌آورند.
جریان شکافنده از بالا شبیه یک بادبزن دستی عمل می‌کند که دسته آن به سمت ساحل، و دهانه آن به سمت دریا است. دسته این بادبزن بیشترین قدرت را دارد و صرف نظر از اینکه شناگر چقدر شنا بلد است یا چقدر توان جسمی دارد، در عملا برگشت وی به سمت ساحل را غیر ممکن می کند و او را سریع با خود به داخل دریا می‌کشاند.

نگاهی به آمار فوت غریق در مازندران

در این وادی طبق آمار رسمی پزشکی قانونی استان در خرداد ماه سالهای ۱۳۹۸ تا ۱۴۰۲ غرق شدگی را شاهد بودیم به طوری که در سال ۱۳۹۸، ۱۲ نفر، سال ۱۳۹۹، ۲۴ نفر، سال ۱۴۰۰، ۲۷ نفر و در سال ۱۴۰۱ نیز ۱۸ نفر از هموطنان جانشان را در دریا از دست دادند.
بر اساس آمار اداره کل پزشکی قانونی مازندران از سال‌های ۱۳۹۸ تا ۱۴۰۱ به ترتیب ۱۰۹، ۹۹، ۱۴۷، و سال ۱۴۰۱ به ۱۶۱ نفر در دریای خزر غرق شدند.
سواحل و دریای خزر در مجاورت مازندران همواره یکی از حادثه خیزترین آب‌های کشور محسوب می‌شود که هر ساله صدها مسافر و بومی را به کام مرگ می‌کشاند. عمق متغیر، وجود گرداب‌های زیرسطحی، ساخت و سازهای چندین دهه پیش در زمان پسروی دریا، ورود رودخانه‌ها و ایجاد جریانات کششی هرکدام باعث شده تا سواحل مازندران میزبان غرقی های بیشماری باشد که اغلب بی توجه به هشدارها هستند.مازندران دارای ۱۵ شهرستان ساحلی است که در این میان شهرستان‌های محمود آباد با ۳۰ کیلومتر ساحل آزاد و بیش از ۱۲۰ راه دسترسی دارای ۱۶ طرح، بابلسر با ۲۷ کیلومتر نوار ساحلی و ۱۳ کیلومتر نوار ساحلی قابل شنا، از شاخص‌ترین شهرستان های مرکزی استان در اجرای این طرح محسوب می شوند.

نجات ۱۳۳ نفر از مرگ حتمی

رییس هیات نجات غریق و غواصی استان مازندران با اشاره به اینکه امواج شکافنده همواره شناگران در دریای خزر را تهدید می کند، گفت که از ابتدای اجرای طرح دریا تاکنون ۱۳۳ نفر توسط ناجیان غریق مستقر در سواحل نجات یافتند و از مرگ حتمی رهایی یافتند.
نقی کریمیان افزود: بخش عمده ای از این افراد را آقایان تشکیل می دهند که ۱۰۷ نفر از این تعداد هستند و ۲۶ نفر از بانوان هستند.وی ادامه داد: بیشترین عملیات نجات غریق در سواحل شهرستان های بابلسر، رامسر و محمودآباد انجام شد و بیشترین غریق در این مناطق از آب بیرون کشیده شدند.

استان ها

ظرفیت‌های فارس در انتظار سرمایه‌گذاران

ارتقای کیفیت زندگی مردم

استان فارس دارای ظرفیت‌های فراوانی در حوزه‌های مختلف اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی است که می‌تواند زمینه‌ساز توسعه سرمایه‌گذاری پایدار و فراگیر باشد؛ شناسایی دقیق این ظرفیت‌ها و بهره‌برداری هوشمندانه از آن‌ها، کلید اصلی تحقق توسعه اقتصادی استان و ارتقای کیفیت زندگی مردم است.
سرمایه‌گذاری در استان فارس با توجه به ظرفیت‌های متنوع این استان در بخش‌های مختلف می‌تواند فرصت‌های مناسبی را برای سرمایه‌گذاران فراهم کند.
موقعیت جغرافیایی استراتژیک، منابع طبیعی متنوع، نیروی کار ماهر و جوان و وجود زیرساخت‌های نسبتا توسعه‌یافته از مهمترین ظرفیت‌های فارس برای توسعه سرمایه‌گذاری به شمار می‌رود.
این استان با برخورداری از کشاورزی گسترده، صنایع تبدیلی، گردشگری تاریخی و طبیعی و همچنین صنایع پتروشیمی و معدنی، زمینه مناسبی برای جذب سرمایه‌گذاران داخلی و خارجی فراهم کرده است.
متولیان اقتصادی معتقدند برای به‌کارگیری این ظرفیت‌ها، لازم است فرآیند شناسایی به‌صورت علمی و نظام‌مند انجام شود.
همچنین تدوین بانک اطلاعاتی جامع از فرصت‌های سرمایه‌گذاری، تحلیل بازارهای هدف، ارزیابی نقاط قوت و ضعف استان و توجه به نیازهای سرمایه‌گذاران، می‌تواند موجبات افزایش جذابیت استان برای سرمایه‌گذاری را فراهم کند.
افزون بر این، ایجاد تسهیلات مالی، حمایت‌های قانونی، ارائه مشوق‌های مالیاتی و تسهیل فرآیندهای اداری، نقش مهمی در جذب سرمایه‌گذاران دارد.
استاندار فارس جذب سرمایه‌گذاری را اولویت استان می‌داند و معتقد است این استان از محرومیت‌های پنهان رنج می‌برد و مطالعه شاخص‌ها در فارس محدودیت‌ها را به شکلی واضح نشان می‌دهد.
حسینعلی امیری تأکید بسیاری بر ضرورت تغییر نگاه به سرمایه‌گذاران و حمایت‌های مؤثر از آن‌ها در مسیر تولید دارد و اهتمام ویژه همه مدیران و دستگاه‌های مسئول در جهت جذب سرمایه‌گذار را ضروری می‌داند.
او می‌گوید در فارس دستیابی به هدف کاهش فقر از مسیر جذب سرمایه‌گذاری و ایجاد اشتغال تعریف شده و در مسیر جذب سرمایه‌گذاری در استان به عنوان یک اولویت، هیچ قصوری از هیچ مدیر و دستگاهی پذیرفتنی نیست.
او با تأکید بر نگاه واقع گرایانه به مسائل گفت: به دنبال کارهای اجرایی و آنچه که در میدان عمل محقق شود هستیم و از شعار دادن و حرف‌های غیرواقعی در حوزه اقتصادی اجتناب می‌کنیم.
معاون امور هماهنگی و اقتصادی استاندار فارس هم اخیراً از شناسایی ظرفیت‌های سرمایه‌گذاری در استان در بخش‌های مختلف خبر داده و اعلام کرده که این ظرفیت‌ها در پنج محور گردشگری، معدن، صنایع تبدیلی و صنایع الکترونیک و کشاورزی شناسایی و بسته‌هایی نیز آماده شده است.
مسعود گودرزی در این باره افزود: به عنوان نمونه در حوزه انرژی یک بسته خوب با پنج میلیارد دلار سرمایه و ایجاد اشتغال آماده شد که متأسفانه با توجه به شرایط امروز، فعلا امکان عملیاتی شدن ندارد؛ در بخش معدن هم ظرفیت‌های بالایی داریم که آماده سرمایه‌گذاری کلان است.
معاون استاندار گفت: امروز در بخش کشاورزی پروژه‌های توسعه‌ای با توجه به ظرفیت‌های استان دنبال و یا تقویت گلخانه ها به جد پیگیری شده است.
او اضافه کرد: باید اعتراف کنیم که به دلیل سیاست های اشتباه دچار افت هایی در تولید ناخالص ملی شده ایم که باید با این ظرفیت هایی که اشاره شد، جبران شود.
معاون استاندار تاکید کرد: سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی باید با داده‌ها و آمارهای دقیق، برنامه‌ریزی‌های خود را پیش ببرد و بدون اطلاعات متقن، امکان برنامه‌ریزی صحیح وجود ندارد.
به اعتقاد گودرزی سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی قوه عاقله کشور است و استفاده از ظرفیت بخش خصوصی جهت جذب سرمایه‌گذاران یک اصل مهم و هوشمندانه خواهد بود.
بدون شک توسعه سرمایه‌گذاری در فارس نه تنها به رشد اقتصادی کمک می‌کند، بلکه موجب ایجاد فرصت‌های شغلی، ارتقاء فناوری و بهبود زیرساخت‌های استان خواهد شد و این استان را به الگویی موفق در توسعه منطقه‌ای تبدیل خواهد کرد.

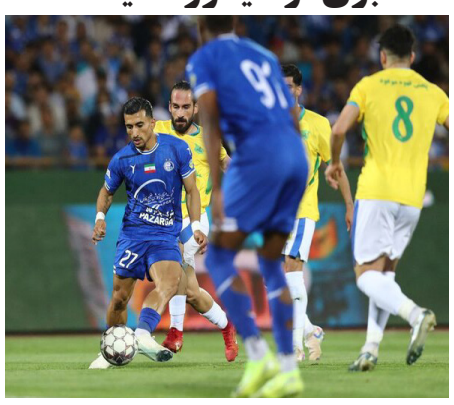
افزایش ۱۷۲۰ هکتاری نواحی صنعتی؛ خراسان شمالی آماده میزبانی از سرمایه‌گذاران

سرپرست شرکت شهرک‌های صنعتی خراسان شمالی گفت: در حالی که وسعت شهرک‌ها و نواحی صنعتی استان به یک‌هزار و ۷۲۰ هکتار رسیده در برخی مناطق با کمبود زمین صنعتی برای واگذاری مواجه هستیم و این موضوع مانعی در مسیر توسعه صنایع است.
مهدی توانا در نشست با معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار خراسان شمالی اظهار کرد: کمبود نقدینگی و نبود تسهیلات مالی از دیگر چالش‌های اساسی صنایع مستقر در شهرک‌های صنعتی استان است که در صورت تأمین اعتبار، می‌توان شاهد فعال‌سازی واحدهای راکد و ارتقای ظرفیت تولید در واحدهای نیمه‌فعال بود.وی با بیان اینکه گسترش زیرساخت‌ها در شهرک‌های صنعتی استان در دستور کار قرار دارد، افزود: اختصاص هدفمند اعتبارات برای توسعه زیرساخت‌ها و ایجاد واحدهای جدید، نقش مهمی در رونق تولید خواهد داشت.توانا همچنین با تاکید بر ضرورت اجرای اهلیت‌سنجی دقیق در روند واگذاری زمین صنعتی تصریح کرد: این فرآیند باید به شکلی انجام شود که منجر به بهره‌وری اقتصادی و استفاده بهینه از منابع شود، برای این منظور نیز هماهنگی میان دستگاه‌های صادرکننده مجوزهای صنعتی ضروری است.

ورزش

یک کارشناس؛

استقلال در چه پست‌هایی به بازیکن نیاز دارد؛ چرا خبری از سیدورف نیست؟



کارشناس فوتبال با بیان اینکه ساپینتو برنامه ریزی دقیقی برای موفقیت در استقلال دارد، گفت: در حالی که قرار بود مشاور هلندی مدیرعامل نقش پررنگی در نقل و انتقالات داشته باشد خبری از او نیست!

فرشاد فلاحت زاده در خصوص انتخاب ساپینتو به عنوان سرمربی جدید آبی‌پوشان گفت: فصل گذشته استقلال صاحب یک رکورد بی نظیر در تغییر سرمربی بود و از ابتدا تا انتهای فصل ۷ بار سرمربی خود را تغییر داد که فکر می‌کنم در فوتبال دنیا چنین اتفاقی تا به حال رخ نداده باشد.

وی تاکید کرد: مدیران استقلال پس از اعلام کردن اسامی مختلف داخلی و خارجی با ساپینتو پرتغالی به توافق رسیدند تا او برای دومین بار هدایت استقلال را برعهده بگیرد. با توجه به شناخت ساپینتو از مجموعه استقلال اعتقاد دارم او بهترین انتخاب است البته یک کادر فنی زمانی می‌تواند موفق باشد که تمام امکانات لازم را در اختیار داشته باشد.

مدافع سابق فوتبال ایران ادامه داد: ساپینتو مربی کار بلدی است به شرط آنکه بازیکنان خوب در پست‌های مختلف داشته باشد.

ساپینتو که هیچ شما حتی اگر بزرگترین مربی دنیا را هم به خدمت بگیری بدون ابزار لازم موفق نخواهید بود.

ساپینتو مربی پرتلاش و جنگنده‌ای است و دوست ندارد هیچ وقت بازنده باشد ولی باید بر اعصاب خود مسلط باشد و بر هیجانات خود غلبه کند.

این پیشکسوت افزود: محرومیتش به خاطر عصبانیت‌های شدید او کنار زمین بود و حالا که آمده نباید رفتاری از خود نشان دهد که موجب محرومیت او شود.

برخی‌ها کنار زمین منتظر خواهند بود که به هر شکلی او را تحریک و عصبی کنند بنابراین لازم است حالا که سنش بالاتر رفته خونسردی خود را حفظ کند و کنار خط آرامش داشته باشد تا بتواند به خوبی تیم را هدایت کرده تا به نتیجه دلخواه دست پیدا کند.

باید خریدهای منطقی داشته باشیم

وی در مورد عملکرد مدیران استقلال در فصل نقل و انتقالات گفت: متأسفانه مسئولان استقلال در فصل نقل و انتقالات عملکرد فوق‌العاده‌ای نداشتند و نتوانستند چند بازیکن را که به استقلال هم علاقه داشتند جذب کنند. وعده‌های همیشگی مسئولان استقلال با تأخیر زیاد در حال شکل گرفتن است و باید بپذیریم چند بازیکن خوب را به راحتی از دست دادیم.

البته خرید بازیکن باید منطقی و بر اساس نیاز باشد نه به خاطر رقابت کورکورانه با دیگر تیم‌ها.

مدیران استقلال دیر شروع کردند اما امیدوارم بازیکنانی را به خدمت بگیرند که کمک حال استقلال باشند نه اینکه یا نیمکت نشین محض شوند یا بعد از مدتی نیمکت نشینی از استقلال شکایت کنند.

به هافبک و مهاجم نیاز داریم

فلاحت زاده در خصوص نیازهای فنی استقلال گفت: در حال حاضر در خط هافبک و حمله نیاز بیشتری به چشم می‌خورد البته در خط دفاع هم به بازیکنانی با تخصص دفاعی نیاز داریم و یک گلر آماده هم به جز حسینی می‌خواهیم تا رقابت خوبی بین آنها برای حضور در دروازه شکل بگیرد تا از بابت دروازه خیال همه راحت باشد.

با توجه به علاقه ساپینتو به بازی هجومی نیاز به بازیکن مهاجم شش‌دانگ کاملاً به چشم می‌آید و در خط هافبک هم به یک بازی ساز خلاق و طراح نیاز داریم تا بتواند کنترل میانه میدان را در اختیار استقلال قرار دهد.

عملکرد سیدورف در استقلال مشخص نیست

کارشناس فوتبال در خصوص عملکرد سیدورف و حضورش در استقلال گفت: سیدورف در دوران بازیگری از بهترین‌ها بود و وقتی به استقلال آمد این حس را به وجود آورد که نقش پررنگ و مفیدی در استقلال خواهد داشت ولی مدتهاست که از او خبری نیست و او را بیشتر در مسابقات تنیس و فوتبال می‌بینیم.

قرار بود او به استقلال کمک کند و در امر جذب بازیکن مدیران استقلال را یاری کند اما خیلی وقت است که خبری از سیدورف نیست و لازم است تا مسئولان استقلال در این خصوص جوابگو باشند.

امیدوارم که او با مدیران استقلال در ارتباط باشد و به استقلال کمک کند تا این ابهامات از بین برود.

هواداران استقلال را تنها نگذارند

وی در پایان و در خصوص نگرانی هواداران استقلال از وضعیت تیم گفت: دلسوزتر و نگران‌تر از هواداران استقلال در خصوص وضعیت تیم کسی را پیدا نخواهید کرد.

آنها فصل گذشته عذاب زیادی کشیدند و روزهای سختی را سپری کردند و تنها قهرمانی در جام حذفی تا حدودی مرحم زخم آنها شد بنابراین امیدوارم مسئولان استقلال ناراحتی‌های هواداران را فراموش نکنند و با تمام وجود برای بستن تیمی قدرتمند تلاش کنند و از هواداران هم می‌خواهم مثل همیشه تیمشان را تنها نگذاشته و از مجموع تیم محبوبشان حمایت کنند.

بانوان فوتبال ایران در خط «آتش» صعود؛ امید به رقم خوردن اتفاق بزرگ

تیم ملی فوتبال بانوان ایران که نسبت به دوره گذشته تغییراتی داشته است، مرحله انتخابی جام ملت های آسیا را در شرایطی آغاز خواهد کرد که بسیار امیدوار به صعود از این گروه سخت است.

شمارش معکوس برای تیم ملی فوتبال زنان ایران در مسیر رسیدن به جام ملت‌های آسیا ۲۰۲۶ از روز پنج‌شنبه ۱۹ تیر آغاز می‌شود. رقابت‌هایی که در شهر امان اردن برگزار می‌شود نه‌تنها میدان آزمون فنی برای شاگردان مرضیه جعفری است بلکه می‌تواند نشانه‌ای از بلوغ نسل تازه‌ای از ستاره‌های فوتبال زنان ایران هم باشد.

نسلی که با اتکا به خط حمله‌ای چند وجهی و خوش‌آتیه پا به میدان می‌گذارد.

ایران در گروه اول این رقابت‌ها با تیم‌های سنگاپور، لبنان، بوتان و اردن هم‌گروه است؛ گروهی که در نگاه اول آسان به نظر می‌رسد اما فقط یک تیم از آن به مرحله نهایی صعود می‌کند و این یعنی فرصت‌های محدود برای جلوگیری از هرگونه اشتباهاتی که جبران‌ناپذیر خواهند بود.

چهره‌های هجومی ایران؛ ترکیبی از تجربه و جوانی

تیم ملی فوتبال زنان ایران در آستانه این تورنمنت خط حمله‌ای را در اختیار دارد که شاید بتوان آن را متنوع‌ترین و آماده‌ترین ترکیب هجومی سال‌های اخیر فوتبال زنان دانست. ترکیبی که از مهاجمان باتجربه گرفته تا پدیده‌های نوظهور را در خود جای داده است.در مرکز این حمله نامی آشنا و پرافتخار قرار دارد. زهرا قنبری کاپیتان تیم ملی و یکی از مهم‌ترین چهره‌های تاریخ فوتبال زنان در ایران؛ قنبری با سال‌ها تجربه در لیگ برتر و تیم ملی نه‌تنها یک گلزن تمام‌عیار است بلکه در این دوره بیشتر در نقش مغز متفکر خط حمله به میدان خواهد رفت. پیش‌بینی می‌شود او در پست هافبک هجومی و بازی‌ساز نقش‌آفرینی کند و با ضربات ایستگاهی دقیق و پاس‌های عمقی حساب‌شده و توانایی هدایت بازی سکان هدایت تیم را در دست داشته باشد.

«نگین زندی» ستاره‌ای که از کناره‌ها می‌درخشد

در سمت دیگر این پازل هجومی نامی به چشم می‌خورد که برای علاقه‌مندان فوتبال زنان ایران نماد سرعت و تکنیک است.

نگین زندی او که در سال‌های اخیر هم در رقابت‌های داخلی و هم در سطح قاره‌ای خود را به‌عنوان یک وینگر

مدرن و تأثیرگذار مطرح کرده حالا در شرایطی عالی به این رقابت‌ها آمده است. زندی با توان بالای عبور از مدافع مستقیم ارسال‌های دقیق از کناره‌ها و البته شوت‌های خطرناک از زوایای بسته وزنه‌ای حیاتی برای موفقیت ایران در فاز هجومی به‌شمار می‌رود.

اگر برنامه‌های مرضیه جعفری به درستی اجرا شوند زندی یکی از مهره‌های کلیدی در باز کردن دفاع تیم‌های بسته و فشرده خواهد بود.

افسانه چترنور و امید اول گلزنی

وقتی صحبت از گلزنی در میان باشد نام افسانه چترنور به سرعت بر سر زبان‌ها می‌افتد.

مهاجم هدف تیم ملی که در لیگ برتر ایران نیز سابقه خانم‌گلی دارد. او از سوی کادر فنی به‌عنوان گزینه نخست در نوک خط حمله انتخاب شده است. چترنور تلفیقی از شم گلزنی، قدرت بدنی و هوش فضایی بالاست او می‌داند کی و کجا ظاهر شود تا کار را تمام کند. وظیفه سنگین تبدیل موقعیت‌ها به گل روی شانه‌های اوست و بی‌تردید عملکردش می‌تواند سرنوشت ایران را در این مرحله رقم بزند.

او نه‌تنها یک گلزن صرف بلکه مهاجمی است که در بازی‌سازی و حفظ توپ هم نقش فعالی دارد.

سارا دیدار؛ پدیده‌ای در سایه

در میان همه نام‌های مطرح سارا دیدار یکی از چهره‌هایی است که شاید کمتر از دیگران دیده شده اما پتانسیل آن را دارد که به یکی از ستاره‌های تیم ملی در این رقابت‌ها تبدیل شود.

مهاجم جوان، چابک و پرانرژی که می‌تواند در لحظات حساس روند مسابقه را به سود ایران تغییر دهد.

هرچند احتمال فیکس بازی کردن او پایین به نظر می‌رسد اما نگاه کادر فنی به دیدار به عنوان مهره‌ای تعویضی که توان ایجاد شوک دارد بسیار جدی است. اگر فرصتی برای او فراهم شود بدون شک این تورنمنت می‌تواند آغازی برای شهرت آسیایی‌اش باشد.

«خط حمله» برگ برنده ایران

در شرایطی که فقط یک تیم از این گروه پنج‌تیمی راهی مرحله نهایی جام ملت‌های آسیا ۲۰۲۶ خواهد شد ایران بیش از هر چیز به گل نیاز دارد.

برخلاف سال‌های گذشته که گلزنی پاشنه‌آشیل تیم بود امروز ایران با خط حمله‌ای چندلایه، خلاق و هماهنگ وارد رقابت‌ها می‌شود.

ترکیبی از تجربه‌ی زهرا قنبری، سرعت نگین زندی، قدرت تمام‌کنندگی افسانه چترنور و انگیزه‌ی جوانی سارا دیدار نویدبخش آینده‌ای روشن برای فوتبال زنان است.

یک کارشناس با مهر مطرح کرد؛

چالش خطرناک پیش روی تیم ملی والیبال

بازیکنان با پیاتزا هماهنگ شده‌اند

مربی والیبال با ابراز رضایت از پیشرفت تیم ملی ایران،گفت: وقتی ترکیب تیم بدون تغییر می‌ماند، آنالیز برای رقبا آسان‌تر می‌شود و این مسئله می‌تواند روند فنی تیم ما را با چالش جدی مواجه کند.

کامبیز یعقوبی درباره ارزیابی عملکرد تیم ملی والیبال ایران در دو هفته ابتدایی لیگ ملت‌های ۲۰۲۵ گفت: ما دو هفته بسیار متفاوت را پشت سر گذاشتیم و این تفاوت نیز دلایل روشنی دارد. من از آن‌جا که در کنار پیاتزا و در تمرینات تیم ملی حضور داشتم، می‌توانم به روشنی بگویم که او زمان کافی برای انتقال افکار و دیدگاه‌های فنی خود به بازیکنان در اختیار نداشت. همین موضوع باعث شد نتوانیم در هفته نخست نتایج خوبی کسب کنیم و این امر تا حد زیادی قابل پیش‌بینی بود.

وی افزود: واقعیت این است که تیم ایران معمولاً در شروع مسابقات، چه در لیگ ملت‌ها و چه در سایر رویدادها، آغاز موفقی ندارد. به همین دلیل در هفته اول نیز نتوانستیم عملکرد قابل قبولی ارائه دهیم. دیدار نخست برابر تیم قدرتمند برزیل که بازی دشواری بود و شاید اگر با تیمی ضعیف‌تر روبه‌رو می‌شدیم، بازیکنان می‌توانستند عملکرد روان‌تر و بهتری از خود نشان دهند. اما چون نتوانستند در دیدار اول بازی مطلوبی ارائه دهند، دچار استرس شدند و این استرس در دیدارهای بعدی هم دیده شد.

بهبود تدریجی با شناخت بهتر سرمربی

یعقوبی خاطرنشان کرد: هر چه در طول رقابت‌ها پیش رفتیم، سرمربی شناخت بهتری از بازیکنان در جریان مسابقات پیدا کرد. اینکه مربی بداند کدام بازیکن در لحظات حساس و در کدام بازه زمانی می‌تواند به تیم کمک کند، موضوع بسیار مهمی است. اکنون تغییرات زیادی را در ترکیب تیم شاهد هستیم؛ پاسور و لیبروی ثابت نداریم و شاید فقط دریافت‌کننده‌ها بیش از سایرین بازی کرده‌اند. در پست پشت خطزن نیز از دو بازیکن به صورت چرخشی استفاده می‌شود.

وی ادامه داد: این شرایط را می‌توان به دو دیدگاه نسبت داد؛ یکی اینکه پیاتزا در حال ارزیابی و تست بازیکنان است و دیگر اینکه او تلاش دارد فشار روانی را از روی دوش بازیکنان بردارد. به همین دلیل فضای رقابتی سالمی در تیم ایجاد شده است.

البته این شرایط پیش‌تر نیز وجود داشت، اما اکنون به دلیل جوان بودن اکثر بازیکنان، از جمله بازیکنانی مانند عیسی ناصری یا پاسور تیم، عرشیا به‌نژاد که به تازگی به تیم ملی دعوت شده‌اند، انگیزه و جنگندگی بیشتری در بازیکنان دیده می‌شود.

بازیکنان با گذشت زمان با پیاتزا هماهنگ شدند

مربی تیم ملی تاکید کرد: هدف اصلی تیم ملی ایران از روز اول حضور پیاتزا، رقابت‌های المپیک ۲۰۲۸ لس‌آنجلس بوده و بازیکنان نیز با اشتیاق فراوان به دنبال حضور در این رویداد مهم هستند. همین موضوع باعث شده رقابت

شدیدی در اردوها شکل بگیرد و همه تلاش کنند نظر سرمربی را جلب کنند. تغییراتی که در تیم ایجاد شده از تمرینات آغاز شد. برخی از بازیکنان با این شیوه تمرینی و تفکر آشنا نبودند، اما هرچه زمان می‌گذرد، بیشتر با خواسته‌های سرمربی هماهنگ شدند و اجرای این خواسته‌ها به مرور بهتر خواهد شد. این روند، جنبه‌های مثبتی برای پیشرفت تیم داشته است.

کار ایران در هفته سوم سخت‌تر خواهد بود

وی در خصوص دیدارهای هفته سوم لیگ ملت‌ها گفت: در هفته سوم، نخستین دیدار ما با تیم ملی لهستان خواهد بود. ما در سه هفته ابتدایی، بازی‌های خود را با میزبان‌ها آغاز کرده‌ایم. تیم‌هایی که در رنکینگ جهانی جایگاه بالایی دارند، معمولاً در هفته‌های اول و دوم از بازیکنان اصلی خود استفاده نمی‌کنند و ترکیب اصلی‌شان را برای هفته سوم نگه می‌دارند. احتمال می‌دهم لهستان نیز در هفته سوم از ستارگان و بازیکنان باتجربه خود استفاده کند، به همین دلیل کار ما نسبت به دو هفته گذشته سخت‌تر خواهد بود.

ثبات ترکیب ایران، برگ برنده حریفان

یعقوبی تصریح کرد: ما به دلایل مختلف نتوانستیم بازیکنی را در طول رقابت‌ها جابجا کنیم و همین موضوع باعث شده دستمان برای حریفان رو شود. ما با ترکیب مشخصی تا اینجا پیش رفته‌ایم و همچنان با همین بازیکنان ادامه می‌دهیم. اگر می‌توانستیم دو بازیکن جدید، مثلاً یک پاسور یا پشت‌خطزن، به تیم اضافه کنیم، هم دست‌مان برای حریفان بسته‌تر بود و هم امکان تاکتیک‌های تازه‌تری داشتیم. اکنون تیم‌های مقابل راحت‌تر می‌توانند ترکیب ما را آنالیز و مهار کنند.

اهمیت دیدارهای دوستانه با لهستان

وی ادامه داد: با این حال، پیاتزا تصمیم هوشمندانه‌ای گرفت و دو دیدار دوستانه با لهستان را در برنامه قرار داد. به نظر من، این دیدارها بیش از آنکه به نفع تیم لهستان باشد، برای تیم ما مفید بود. چرا که قدرت لهستان از ما بالاتر است و بازی با آن‌ها باعث می‌شود شناخت بهتری از ترکیب جدیدشان پیدا کنیم. حتی اگر ترکیب نهایی‌شان مشخص نباشد، بازی با هر ترکیبی از لهستان کمک بزرگی برای آمادگی ما در دیدار رسمی خواهد بود.

امید به نتایج بهتر در ادامه مسابقات

مربی تیم ملی خاطرنشان کرد: کار ما در هفته سوم سخت‌تر است؛ ترکیب تیم ایران ثابت مانده و این موضوع می‌تواند یک نقطه ضعف تلقی شود. اما در عین حال، بازیکنان تیم ما بسیار باانگیزه هستند و نباید از انگیزه آن‌ها غافل شویم. امیدوارم در دیدارهای مقابل فرانسه، لهستان، بلغارستان و چین بتوانیم نتایج خوبی بگیریم.

تفاوت دیدگاه کادر فنی و منتقدان

وی در پایان گفت: من معتقدم که اگر دیدگاه ما کمی متفاوت بود، شاید شانس صعودمان هم بیشتر می‌شد. تفاوت دیدگاه میان ما و سرمربی قابل درک است؛ پیاتزا در پی شناخت بهتر بازیکنان، بازسازی روحیه تیم و پیاده‌سازی تاکتیک‌های مورد نظر خود است. در حالی که ما به عنوان مربیان داخلی، کارشناسان رسانه‌ای و علاقه‌مندان والیبال بیشتر به دنبال آن هستیم که تیم ملی پس از سال‌ها، به مرحله نهایی صعود کند. این تفاوت دیدگاه‌ها ممکن است باعث ایجاد انتقادهایی نسبت به کادر فنی شود، اما باید پذیرفت که اولویت سرمربی، شناخت تیم و بازسازی ساختار ذهنی و فنی آن است. اگر این فرآیند به‌درستی طی شود، قطعاً موفقیت نیز در ادامه حاصل خواهد شد.

پزمان درستکار مطرح کرد:

یزدانی در وزن ۹۷ کشتی می‌گیرد

غیبت معصومی باعث حذفش می‌شود

سرمربی تیم ملی کشتی آزاد از تغییر وزن حسن یزدانی و حضور در وزن ۹۷ کیلوگرم بعد از مسابقات جهانی خبر داد.

پژمان درستکار سرمربی تیم ملی کشتی آزاد درباره آخرین شرایط تیم ملی کشتی آزاد برای حضور در مسابقات جهانی گفت: تیم ما رفته‌رفته تکمیل می‌شود. تاکنون ملی‌پوشان ما در هشت وزن مشخص شده‌اند. در اوزان ۷۰ و ۷۹ کیلوگرم نیز نفرات منتخب به مسابقات رنکینگ مجارستان خواهند رفت تا در ادامه چرخه انتخابی تیم ملی، ملی‌پوشان این دو وزن نیز مشخص شوند. برنامه‌ریزی ما به گونه‌ای بوده که در هر اردو هدف خاصی را دنبال کنیم. ان‌شاالله در آستانه مسابقات جهانی همه بچه‌های ما به آن سطح آمادگی مد نظر می‌رسند.

وی در پاسخ به این سوال که آیا کشتی‌گیری مصدومیت دارد یا خیر، گفت: کشتی گرفتن در مسابقات قهرمانی جهان واقعاً سخت است؛ دو تیم آمریکا و روسیه در طی سال‌های گذشته از ما بالاتر بودند. نبرد تیمی با این دو تیم سخت است و روسیه هم خیلی خوب خودش را احیا کرده است. ضمن اینکه تیم ژاپن و تیم گرجستان و آذربایجان به لحاظ تیمی قدرتمند هستند. تک ستاره‌ها در تیم‌هایی مثل بحرین، هند، مجارستان، اسلواکی برای ما خطرناک هستند اما تیم ما خوب و یک دست است و بیشتر به توانایی خودمان فکر می‌کنیم و در راستای آن تلاش می‌کنیم تا رقبا را پشت سر بگذاریم.

امیدوارم روند تمرینات به خوبی پیش برود. ضرب خوردگی جدی نداریم و فقط امیرعلی آذرپیرا و محمد نخودی جراحی سنگین داشتند. البته امیرعلی رسید و مسابقه هم داد، نخودی هم به تمرینات ما ملحق شده و امیدوارم آسیب دیدگی جدی

به وجود نیاید.سرمربی تیم ملی کشتی آزاد در مورد دو وزن ۷۰ و ۷۹ کیلوگرم که نتوانستند انتظارات را برآورده کنند، گفت: بابت این دو وزن نگرانی ندارم چون برنامه‌ریزی‌های فدراسیون و کادر فنی در سال‌های گذشته به گونه‌ای بوده که دستمان پر است. در وزن ۷۹ کیلوگرم محمد نخودی با توجه به مدال جهانی مسابقات آلبانی و آسیب دیدگی که داشت باید یک فرصت به او می‌دادیم. هر وقت به آمادگی برسد وارد چرخه می‌شود. در وزن ۷۰ کیلوگرم نیز گزینه‌های خوبی داریم که در حال رقابت هستند.درستکار در مورد وضعیت حسن یزدانی عنوان کرد: خوشبختانه حسن یزدانی با من و دبیر مرتب در تماس است و پیگیر روند او هستیم. حسن بدون حاشیه تمرینات خود را پیگیری می‌کند و از یکی دو ماه آینده روی تشک می‌آید. با توجه به شرایط وزنی و دو بار جراحی کتف اصلاً به صلاح نیست وزن کم کند و به همین خاطر او به احتمال زیاد بعد از مسابقات جهانی در وزن ۹۷ کیلوگرم کشتی خواهد گرفت.

وی در مورد خط خوردن امیررضا معصومی از اردوی تیم ملی امید در صورت عدم حضورش گفت: در تیم ملی حرف اول را نظم و انضباط می‌زند و فرقی هم نمی‌کند کشتی‌گیر در چه جایگاهی باشد. اگر قرار باشد هر کسی نظم اردو را به هم بزند و با برنامه‌های اردویی همراه نباشد قطعاً باید تنبیه شود. امیررضا معصومی روز اول اردوی قبل در تمرینات حاضر نشد و پدرش (فردین معصومی) نامه زد که درگیری تحصیلی دارد و نمی‌تواند به اردو بیاید، ولی از اردوی دوم و این اردو خبری از او نشده است. اگر شرایط به همین منوال باشد و توضیحات او در مورد چرایی غیبتش قانع کننده نباشد قطعاً از چرخه انتخابی تیم ملی کنار گذاشته می‌شود.

ورزش

ساپینتو نیامده به چالش خورد؛

مانع بزرگ برای گرفتن اولین جام

نه بازیکن باکیفیت گرفتند نه زمان دارند

سرمربی جدید تیم فوتبال استقلال تهران برای آماده سازی آبی پوشان جهت دیدار سوپرجام زمان کمی را پیش رو دارد.

ریکاردو ساپینتو سرمربی پرتغالی تیم فوتبال استقلال تهران در شرایطی سکان هدایت این تیم پرهوادار را برعهده گرفته است که با مجموعه‌ای از چالش‌های حیاتی و فوری مواجه است. او باید در مدت زمانی محدود، تیمی منسجم، آماده و قدرتمند بسازد تا استقلال بتواند در رقابت‌های مهم پیش رو از جمله سوپرجام و فصل بیست و پنجم لیگ برتر، عملکرد قابل قبولی ارائه دهد.

یکی از بزرگ‌ترین دغدغه‌های ساپینتو، ایجاد تعادل میان بازیکنان باتجربه و جوان است. استقلال تیمی است که علاوه بر بازیکنان مطرح و باتجربه‌ای مانند روزبه چشمی، سید حسین حسینی و رامین رضائیان شاهد حضور استعدادهای جوان و نوظهوری مانند امیرمحمد رزاقی نیا، اسماعیل قلی زاده و دیگر بازیکنان جوان است. مدیریت این ترکیب چندنسلی و رسیدن به یک هماهنگی تاکتیکی و روانی، یکی از کلیدی‌ترین چالش‌های سرمربی جدید به شمار می‌رود.

یکی از مهلک‌ترین چالش‌ها، محدودیت زمانی است. تیم استقلال باید تا ۲۰ مرداد خود را برای دیدار سوپرجام مقابل تراکتور آماده کند؛ دیداری که می‌تواند معیار مهمی برای ارزیابی عملکرد اولیه ساپینتو باشد. انتقال سریع ایده‌ها و فلسفه بازی سرمربی پرتغالی به بازیکنان، شکل‌دهی ترکیب ایده‌آل و ایجاد انسجام تاکتیکی، از ضروریات این مقطع زمانی است.

از سوی دیگر، پروسه جذب بازیکنان جدید و آماده‌سازی آن‌ها نیز یکی از مسائل مهم این روزهای باشگاه استقلال است. بازیکنان تازه‌وارد نیازمند زمان برای هماهنگی با سبک بازی تیم و سایر نفرات هستند و سرمربی باید برنامه‌ای مدون برای آماده‌سازی فنی و بدنی آن‌ها داشته باشد تا این مهره‌ها بتوانند به سرعت در ترکیب تیم جایگاه خود را پیدا کنند.

شروع فصل بیست‌وپنجم لیگ برتر نیز در ۲۷ مرداد، مرحله بعدی و فشرده‌ای است که استقلال باید با آمادگی کامل و بدون وقفه به آن وارد شود. فاصله کوتاه میان مسابقه سوپرجام و آغاز لیگ، نیازمند برنامه‌ریزی دقیق کادر فنی برای حفظ آمادگی جسمانی، کاهش خطر مصدومیت و حفظ انگیزه بازیکنان است.

علاوه بر این، فشارهای روانی و انتظارات گسترده هواداران میلیونی استقلال نیز چالشی است که سرمربی پرتغالی باید آن را مدیریت کند. رسانه‌ها و هواداران از تیم محبوب خود انتظار دارند که در ابتدای فصل روند موفقیت‌آمیزی را آغاز کند و ساپینتو باید با مدیریت صحیح فنی و ارتباط مؤثر با بازیکنان و کادر فنی، ثبات لازم را در تیم ایجاد کند.

در نهایت، موفقیت ساپینتو به نحوه مواجهه او با این چالش‌ها بستگی دارد. اگر بتواند در کوتاه‌مدت انسجام تاکتیکی و هماهنگی تیمی را برقرار کند، بازیکنان را با فلسفه خود هماهنگ سازد و فشارهای روانی را کنترل کند، استقلال می‌تواند فصل جدید را با قدرت آغاز کند و بار دیگر مدعی قهرمانی در لیگ برتر باشد.

زارع:

هنوز حسرت فینال المپیک را می‌خورم

در جهانی جبران می‌کنم

سنگین‌وزن پرافتخار تیم ملی کشتی آزاد با بیان اینکه اشتباهاتش در فینال المپیک پاریس را دیگر تکرار نخواهد کرد، گفت: برای کسب سومین طلای جهان به زاگرب می‌روم.

امیرحسین زارع درباره وضعیت تیم ملی کشتی آزاد گفت: تمریناتی که پشت سر می‌گذاریم سومین اردو پس از مسابقات جام تختی است. به خاطر شرایط جنگی که بر کشور حاکم بود، مجبور شدیم یکی از اردوها را در استان‌های شمالی کشور برگزار کنیم که بسیار اردوی خوبی بود. بچه‌های ما نشان دادند که همیشه و در هر شرایط هدفشان بالا بردن پرچم ایران است. کادر فنی تمام قد و همه اعضا پای تیم ایستادند تا تمرینات خوبی را با برنامه ریزی پشت سر بگذاریم.

وی گفت: به امید خدا تمرینات خوب پیش می‌رود و امیدوارم بتوانیم امسال در مسابقات کرواسی نتایج خوبی را برای ملت شریف ایران که سختی‌ها و نگرانی‌های زیادی را در این مدت کشیده اند، به ارمغان بیاوریم. کادر فنی صلاح دید من از مسابقات جام تختی به چرخه انتخابی وارد شوم و شکر خدا رقبای خوبی هم داشتم. در فینال با امیررضا معصومی عزیز که کشتی گیر خوبی است و در هر تورنمنتی رفته با دست پر رفته مبارزه کردم و روی تشک توانستم او را ببرم صاحب دوبنده تیم ملی در مسابقات جهانی کرواسی شدم.زارع تأکید کرد: من اشتباهاتی در المپیک مرتکب شدم و دیگر نمی‌خواهم آن‌ها را تکرار نکنم. قطعاً می‌توانستم طلای المپیک بگیرم و قسمتم نشد، می‌سپارم به حکمت خدا و امیدوارم در سال‌های آینده بتوانم جبران کنم. هدفم رسیدن به یک مدال طلای خوشرنگ است. آرزوی قلبی من این است که تیم ملی ایران که مستحق قهرمانی است، در مسابقات جهانی به عنوان قهرمانی برسد. از همه مردم عزیز ایران که همیشه از ما حمایت کردند و انرژی دادند و از همه اصحاب رسانه تشکر می‌کنم و از تمامی مردم التماس دعا دارم.

وی بااشاره به حملات رژیم غاصب صهیونیست به خاک ایران گفت: بار دیگر به ایرانی بودن خودم افتخار می‌کنم، به ایستادگی، مقاومت و ایمان قوی مردم ایران افتخار می‌کنم، مردم ایران در هر قشری متحد شدند و در کنار هم از نیروهای مسلح حمایت کردند. علیرغم اینکه دشمن ما تکنولوژی قوی داشت، خدا را شکر مردم با همدلی و حمایت از همدیگر ایستادگی کردند و یک وجب از خاک را از دست ندادیم.دارنده مدال‌های نقره و برنز المپیک عنوان کرد: با افتخار شهدایی را از دست دادیم که شهید شدنشان علاوه بر تسلیت تبریک هم دارد به مردم شریف ایران و ما ورزشکاران باید از شهدا الگوبرداری کنیم که برای خاک و پرچم کشورمان بجنگیم

روزنامه نسیم
www.nasimnews.com

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: ابراهیم بهمنی جلالی
لیتوگرافی و چاپ شاخه سبز قم
تلفن تماس: ۳۳۸۵۵۰۰۳ - تلفکس: ۳۳۸۵۵۰۰۲
آدرس: خیابان شهدا- نبش خیابان پاستور

سیاسی ، اجتماعی ، فرهنگی و ورزشی

پنج شنبه ۱۹ تیر ۱۴۰۴ - ۱۴ محرم ۱۴۴۷ - ۱۰ جولای ۲۰۲۵ - شماره ۷۴۹۹

nasimgilan۷۶@yahoo.com

آفتابی

پنج شنبه ۱۹ تیر ۱۴۰۴
اذان صبح : ۰۳:۰۴
طلوع آفتاب : ۰۴:۵۱
اذان ظهر : ۱۲:۰۸
غروب آفتاب : ۱۹:۲۴
اذان مغرب : ۱۹:۴۵
نیمه شب : ۲۳:۱۵

پاسخ مقتدرانه ایران به آژانس؛ پایان بازی گروسی نزدیک است؟

ایران در پی گزارش‌های مغرضانه و نیز سکوت آژانس مقابل تجاوز به تأسیسات هسته‌ای خود، با پاسخی هدفمند و بازدارنده، بازی رسانه‌ای غرب را بر هم زد و مسیر گروسی را به چالش کشید.
در حالی‌که آژانس بین‌المللی انرژی اتمی رسماً وظیفه‌ای فنی، بی‌طرفانه و نظارتی در حوزه برنامه‌های صلح‌آمیز هسته‌ای دارد، تحولات چند هفته اخیر بار دیگر نشان داد که این نهاد تحت مدیریت رافائل گروسی، به جای حرکت در مسیر شفاف‌سازی علمی به ابزار سیاسی برای تشدید فشار بر ایران بدل شده است.
رفتارهای دوگانه، گزارش‌های متناقض، اتکای گزینشی به منابع نامعتبر و در نهایت زمینه‌سازی رسانه‌ای برای اقدامات خصمانه آمریکا و رژیم صهیونیستی، کارنامه گروسی را به‌شدت زیر سوال برده است.ایران در این شرایط نظاره‌گر نبوده است و با ابزارهای حقوقی، دیپلماتیک و فنی، پاسخ‌هایی متناسب و هوشمندانه به این بازی سیاسی داده است.

پاسخ‌های ایران؛ مشروع، دقیق و بازدارنده

در پی گزارش‌های تحریک‌آمیز و متعاقب آن، سکوت پرسش‌برانگیز آژانس بین‌المللی انرژی اتمی در برابر حملات مستقیم نظامی به تأسیسات صلح‌آمیز هسته‌ای ایران در نطنز، فردو و اصفهان، مجلس شورای اسلامی با تصویب قانونی راهبردی و مبتنی بر اصول حقوق بین‌الملل، سطح همکاری‌های داوطلبانه ایران با آژانس را به‌طور رسمی تعلیق کرد.این اقدام که در قالب «قانون توقف اقدامات فراتر از تعهدات پادمانی» به اجرا درآمد، به‌روشنی پاسخی بود به انفعال آژانس در دفاع از اصول منشور خود و بی‌عملی آن در محکوم‌کردن اقداماتی که نقض آشکار حاکمیت یک کشور عضو محسوب می‌شد. این تصمیم با استناد به بندهای صریح مندرج در ماده ۳۶ برجام و ماده ۱۹ معاهده «ان‌پی‌تی» اتخاذ شد و از منظر فنی و حقوقی، کاملاً مشروع و قابل دفاع است؛ چرا که هر عضو، در صورت نقض تعهدات از سوی طرف مقابل، حق دارد اجرای داوطلبانه برخی تعهدات خود را متوقف کند.در ادامه، بررسی نقش شخص رافائل گروسی به‌عنوان مدیرکل آژانس و مواضع جانبدارانه‌اش علیه ایران، باعث شد زمزمه‌هایی در خصوص ممنوعیت ورود گروسی به کشور مطرح شود. عملکرد شخصی او نه‌تنها فاقد بی‌طرفی بود، بلکه در برخی موارد حتی پیش از صدور رسمی گزارش‌ها، محتوای آن‌ها به رسانه‌های غربی و صهیونیستی درز می‌کرد؛ این نشانگر آن بود که گروسی عملاً خود را به عنوان یک مهره رسانه‌ای در سناریوی فشار بین‌المللی علیه ایران تعریف کرده، نه یک مقام فنی بی‌طرف. ممنوع‌کردن ورود فردی که مستقیماً در تشدید فضای امنیتی علیه یک کشور عضو نقش داشته، اقدامی است که در حقوق دیپلماتیک بین‌الملل سابقه دارد و ایران نیز به‌درستی از این ابزار بازدارنده بهره برده است.
از دیگر اقدامات کلیدی ایران در پاسخ به ریاکاری آشکار آژانس، افشاگری درباره نشت هدفمند اسناد محرمانه هسته‌ای بود. طبق شواهد متعدد از جمله انتشار زودهنگام محتوای گزارش‌های فنی ایران در رسانه‌های رژیم صهیونیستی، تهران با جدیت موضوع دسترسی غیرقانونی به اسناد پادمانی را پیگیری کرد.
این افشاگری‌ها حاکی از آن بود که اطلاعات سری ایران در اختیار بازیگران خارجی قرار گرفته و سپس به عنوان بهانه‌ای برای فضاسازی رسانه‌ای و اقدامات نظامی علیه کشور مورد سوءاستفاده قرار گرفته است. چنین رفتاری نقض مستقیم مقررات حفاظتی آژانس و مصداق سوءمدیریت اطلاعات محرمانه است که مشروعیت این نهاد ناظر بین‌المللی را به کلی زیر سوال برده است.
در نهایت، ایران با در نظر گرفتن شرایط امنیتی، شواهد نشت اطلاعات و اقدامات تنش‌زای آژانس، دسترسی برخی بازرسان خاص را محدود یا تعلیق کرد. برخلاف آنچه در برخی رسانه‌ها به‌عنوان اخراج تعبیر شد، این تصمیم بر پایه حق حاکمیتی هر کشور برای بررسی و تأیید صلاحیت فنی و امنیتی بازرسان اتخاذ شده است.در مواردی، برخی از این بازرسان یا سابقه همکاری با نهادهای اطلاعاتی غربی داشته‌اند یا به افشای اطلاعات متهم بوده‌اند؛ بنابراین، محدودسازی دسترسی‌شان اقدامی احتیاطی و مشروع در جهت صیانت از اسرار فنی و امنیتی کشور تلقی می‌شود. این تصمیم نیز در چهارچوب مفاد پادمان و ماده ۹ اساسنامه آژانس، به‌ویژه در بخش مربوط به تأیید هویت بازرسان، قابل دفاع است.

آژانس چگونه اعتبار خود را در ایران از دست داد؟

موارد آشکاری وجود دارد که نشان می‌دهد چگونه آژانس بین‌المللی انرژی اتمی و مدیریت رافائل گروسی، از مأموریت فنی فاصله گرفته و عملاً در راستای منافع سیاسی و امنیتی غرب و رژیم صهیونیستی عمل کرده و اعتبار خود را در ایران از دست داده‌است؛

۱. انتشار گزارش‌های سیاسی به‌جای ارزیابی فنی

یکی از اصلی‌ترین نشانه‌های انحراف آژانس از مسیر فنی، انتشار مکرر گزارش‌هایی بود که نه تنها بر پایه معیارهای علمی و پادمانی نوشته نشده بودند بلکه به‌طور واضح از منابع اطلاعاتی ناموثق و بی‌طرفی خارج به‌ویژه از سوی رژیم صهیونیستی تغذیه می‌شدند. برای نمونه، گزارش‌هایی که در آن‌ها از وجود ذرات اورانیوم در مکان‌هایی چون مریوان یا تورقوزآباد نام برده شده بود، کاملاً مبتنی بر ادعاهایی بود که نخستین‌بار توسط نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی در یک شوی رسانه‌ای ارائه شد و بعداً بدون بررسی دقیق میدانی، مستقیماً در گزارش‌های آژانس گنجانده شد.این گزارش‌ها اغلب فاقد شواهد قابل اثبات در زمینه زمان، منبع آلودگی یا ارتباط آن با فعالیت‌های هسته‌ای واقعی ایران بودند و بیشتر در نقش ابزار سیاسی برای تشدید فشار و اجماع‌سازی بین‌المللی علیه ایران ظاهر شدند. درحالی‌که آژانس باید مرجع داوری فنی و بی‌طرف باشد، اتکای صرف به منابع سیاسی و تحلیل‌های اطلاعاتی خارج از مسیر رسمی، این نهاد را به نهاد سیاسی بدل کرده است.

۲. فضاسازی برای حمله نظامی

نحوه تنظیم گزارش‌های آژانس و لحن اظهارات گروسی در هفته‌های منتهی به حمله نظامی آمریکا و رژیم صهیونیستی به سایت‌های هسته‌ای ایران به روشنی نشان داد که این نهاد نه تنها به‌عنوان ناظر فنی بلکه به‌مثابه مقدمه‌چین عملیات نظامی عمل کرده است.
گزارش‌هایی که به شکلی ناگهانی و با آب و تاب فراوان از «پیشرفت نگران‌کننده برنامه غنی‌سازی» سخن می‌گفتند، همزمان با تشدید تحرکات سیاسی و امنیتی علیه ایران منتشر و به‌سرعت به خوراک رسانه‌ای و تبلیغاتی برای توجیه حملات بدل شدند.
در شرایطی که وظیفه آژانس، ایجاد اطمینان از صلح‌آمیز بودن فعالیت‌هاست، گروسی با استفاده هدفمند از واژگانی چون «زمان گریز هسته‌ای» یا «شکاف نظارتی خطرناک»، عملاً وارد فضایی امنیتی شد و زمینه را برای فشار فزاینده و اقدامات خصمانه بین‌المللی علیه ایران هموار کرد. این رویکرد بی‌تردید با رسالت فنی و غیرسیاسی آژانس در تضاد کامل است و مشروعیت آن را در سطح افکار عمومی و در میان اعضای غیرمتعهد تضعیف کرده است.

۳. رفتارهای دوگانه و نادیده‌گرفتن حملات متجاوزانه علیه ایران

یکی دیگر از جلوه‌های بارز سیاسی‌کاری آژانس، سکوت مطلق در برابر تجاوز نظامی آشکار به تأسیسات صلح‌آمیز هسته‌ای ایران است. پس از حملات پهپادی و موشکی به تأسیسات نطنز، فردو و اصفهان، انتظار می‌رفت آژانس به‌عنوان مرجع بی‌طرف، این اقدامات را که ناقض اصل اساسی منشور آژانس مبنی بر عدم تهدید امنیت هسته‌ای کشورهای عضو است، قویاً محکوم کند.
گروسی اما نه‌تنها هیچ بیانیه‌ای در محکومیت این تجاوزات صادر نکرد بلکه در برخی اظهارات با استفاده از واژه‌هایی چون «خطرناک بودن برنامه ایران» یا «لزوم همکاری فوری»، تلویحاً به مشروع‌نمایی رفتارهای متجاوزانه طرف‌های غربی پرداخت.
این در حالی است که طبق بند ۴ ماده دوم اساسنامه آژانس، این نهاد موظف است در برابر تهدیدهای بالقوه یا بالفعل علیه تأسیسات صلح‌آمیز اعضا، موضعی قاطع اتخاذ کند. رفتار دوگانه گروسی در برابر ایران و در مقابل، حمایت‌های مکرر وی از برنامه‌های هسته‌ای رژیم صهیونیستی که عضو ان‌پی‌تی نیست، نشان می‌دهد که آژانس عملاً توازن بی‌طرفی را از دست داده و خود را در صف نیروهای فشارگر قرار داده است.

بازی به پایان خود نزدیک می‌شود؟

با گذشت پنج سال و هفت ماه از آغاز مدیریت رافائل گروسی، آژانس بین‌المللی انرژی اتمی بیش از هر زمان دیگری با بحران اعتبار، مشروعیت و بی‌طرفی مواجه شده است. این نهاد که قرار بود مرجع علمی و فنی نظارت بر برنامه‌های صلح‌آمیز هسته‌ای کشورها باشد، اکنون از سوی بخش قابل توجهی از جهان به‌ویژه کشورهای عضو جنبش عدم تعهد به‌عنوان یک ابزار سیاسی در اختیار غرب و رژیم صهیونیستی تلقی می‌شود.
گزارش‌های غیرمستند، افشای اطلاعات محرمانه، جانبداری آشکار در برابر حملات نظامی و اظهارات تهدیدآمیز، مجموعه‌ای از رفتارهایی است که وجهه حرفه‌ای این نهاد را به‌شدت تضعیف کرده است. همچنین تزلزل در انسجام حقوقی، ضعف در برخورد با تجاوزهای آشکار به تأسیسات صلح‌آمیز و ناتوانی در حفظ استقلال کارشناسی، آژانس را از جایگاه بی‌طرفانه و مرجع جهانی خود به جایگاهی تنزل داده که در آن به‌عنوان بخشی از «شبکه فشار سیاسی» علیه کشورهای مستقل شناخته می‌شود.
در این فضا، ایران نه‌تنها با اتکا به قوانین بین‌المللی و حقوق عضویت در معاهده ان‌پی‌تی اقدامات مشروعی چون تعلیق همکاری داوطلبانه، محدودسازی بازرسان و افشای درز اطلاعات محرمانه را انجام داد، بلکه موفق شد افکار عمومی بین‌المللی را نیز نسبت به عملکرد جانبدارانه و سیاسی آژانس حساس کند. واکنش‌های داخلی و منطقه‌ای نسبت به سکوت آژانس در برابر تجاوزات رژیم صهیونیستی و آمریکا و در مقابل، صدور بیانیه‌های مکرر علیه فعالیت‌های صلح‌آمیز ایران، نشانه‌ای روشن از ریزش اعتماد بین‌المللی به این نهاد است. اکنون آژانس در موقعیتی قرار گرفته که بازسازی اعتبار آن، مستلزم تغییرات ساختاری، اصلاح رویه‌ها و بازنگری جدی در رهبری آن است.به نظر می‌رسد بازی گروسی با کارت ایران، به پایان خود نزدیک می‌شود. اعتماد از دست رفته، بی‌عملی در قبال تجاوزات و تبدیل شدن به پلتفرم هماهنگ‌کننده فشار غرب، باعث شده است که آژانس نه‌تنها در تهران بلکه در بخش زیادی از جهان، دیگر به‌عنوان یک نهاد مستقل و شایسته برای داوری فنی شناخته نشود.
در صورت تداوم این مسیر، کشورهای هدف فشار، نه‌تنها سطح همکاری‌های خود را کاهش خواهند داد بلکه عملاً نهاد آژانس را از جایگاه ناظر جهانی خارج کرده و آن را به یک بازیگر ناکارآمد سیاسی تقلیل خواهند داد. بنابراین، ایران با اقدامات اخیر خود، نه‌تنها از منافع ملی دفاع کرده است بلکه به ساختار حاکم بر نظم بین‌الملل مبنی بر اهمیت و پیامدهای از دست رفتن اعتماد، هشدار داده است.

افشای فایل صوتی ترامپ؛ مسکو و پکن را بمباران می‌کنم!

رسانه آمریکایی گزارش داد ترامپ سال گذشته در یک گردهمایی خصوصی از اهداکنندگان مالی گفته بود زمانی سعی داشته با تهدید به «بمباران مسکو» در اقدامی تلافی‌جویانه، پوتین را از حمله به اوکراین منصرف کند.
طبق فایل صوتی که در اختیار رسانه آمریکایی قرار گرفته، «دونالد ترامپ» رئیس‌جمهور آمریکا در یک مراسم جمع‌آوری کمک‌های مالی برای سال ۲۰۲۴، روسیه و چین را تهدید به بمباران کرده است.
در این فایل صوتی که سی‌ان‌ان آن را منتشر کرده، ترامپ گفته است: «به (ولادیمیر) پوتین (رئیس‌جمهور روسیه) گفتم اگر وارد اوکراین شوی، مسکو را بمباران می‌کنم. به تو می‌گویم چاره‌ای ندارم. بعد پوتین گفت: «حرفت را باور نمی‌کنم.» اما او ۱۰ درصد حرف مرا باور کرد!»
ترامپ بعداً ادعا کرد که هشدار مشابهی را به «شی جین‌پینگ» رئیس‌جمهور چین، در مورد حمله احتمالی به تایوان منتقل کرده و به او گفته که ایالات متحده در پاسخ پکن را بمباران خواهد کرد. ترامپ در مورد شی گفت: «او فکر می‌کرد من دیوانه هستم.» و سپس تاکید کرد که «ما هرگز مشکلی نداشتیم.»
این اظهارات، که همزمان با دفاع ترامپ از دور دوم ریاست جمهوری‌اش مطرح شد، از جمله مواردی بود که در مجموعه‌ای از نوارهای صوتی از مراسم جمع‌آوری کمک‌های مالی ۲۰۲۴ در نیویورک و فلوریدا ضبط شده بود و بعداً توسط جاش داوسی، تایلر پیجر و ایزاک آرنسدورف به دست آمد. آن‌ها برخی از این مکالمات را در کتاب جدید خود با عنوان «۲۰۲۴» شرح داده‌اند.
سی‌ان ان با اشاره به اینکه «این فایل صوتی قبلاً پخش نشده است»، گزارش داد: ستاد انتخاباتی ترامپ از اظهارنظر در مورد محتوای این نوارها خودداری کرده است. این فایل صوتی، جنبه افسارگسیخته‌تری از ترامپ را نشان می‌دهد که او حاضر بود برای جلب‌نظر اهداکنندگان ثروتمند، مطالبی را در پشت درهای بسته فاش کند؛ آن‌هم در زمانی که او نه تنها در مورد استراتژی سیاست خارجی تهاجمی خود، بلکه در مورد اخراج معترضان دانشجویی و نظرش مبنی بر اینکه «مردم مرفه» همیشه به دموکرات‌ها رأی خواهند داد، صحبت کرده است.
ترامپ در حالی که استدلال می‌کرد اگر به «جای جو بایدن» رئیس جمهور بود، از درگیری‌ها در اوکراین و غزه جلوگیری می‌کرد، به گفتگوهایش با پوتین و شی جین‌پینگ اشاره کرده است - ادعایی که اکنون در تلاش برای پایان دادن به هر دو جنگ همچنان تکرار می‌کند.

عراقچی در دیدار با وزیر دفاع عربستان:

حمله به تاسیسات هسته‌ای صلح‌آمیز ایران جنایتی نابخشودنی است

وزیر خارجه ایران در دیدار با وزیر دفاع عربستان، تجاوز نظامی رژیم صهیونیستی علیه ایران و حمله به تاسیسات هسته‌ای صلح‌آمیز کشورمان را جنایتی نابخشودنی و تعرضی بی‌سابقه علیه صلح و امنیت منطقه و جهان دانست.
«سید عباس عراقچی» وزیر امور خارجه جمهوری اسلامی ایران با امیر خالد بن سلمان وزیر دفاع عربستان سعودی دیدار کرد.
در این دیدار، ضمن بررسی روند رو به رشد روابط دوجانبه، در مورد آخرین وضعیت امنیت منطقه متعاقب تجاوز نظامی رژیم صهیونیستی و آمریکا علیه ایران بحث و تبادل نظر شد.
وزیر امور خارجه با ابراز خوشوقتی از استمرار رایزنی‌های مفید دو کشور در حوزه‌های امنیتی و دفاعی، سفر اخیر امیر خالد به تهران را در پیشبرد همکاری‌های دو کشور در راستای تقویت امنیت و ثبات در منطقه بسیار مهم و موثر دانست.
وزیر امور خارجه کشورمان، تجاوز نظامی رژیم صهیونیستی علیه ایران و حمله به تاسیسات هسته‌ای صلح‌آمیز کشورمان را جنایتی نابخشودنی و تعرضی بی‌سابقه علیه صلح و امنیت منطقه و جهان دانست و از موضع مسئولانه و قاطع عربستان در محکوم‌کردن این تجاوز تشکر کرد.
وزیر امور خارجه حملات رژیم صهیونیستی علیه ایران را نتیجه بی‌کیفرمانی رژیم اشغالگر در جنایات ارتکابی علیه مردم فلسطین و تجاوزهای مستمر آن علیه دیگر کشورهای منطقه دانست و تاکید کرد کشورهای منطقه باید با در نظر داشتن تبعات بسیار خطرناک ناشی از توسعه‌طلبی و سیطره‌جویی رژیم صهیونیستی، تلاش مضاعفی برای تقویت سازوکارهای امنیت درون‌زا در سطح منطقه به کار گیرند.
وزیر دفاع عربستان با تاکید بر موضع این کشور در نفی و محکوم‌کردن تجاوز نظامی رژیم صهیونیستی علیه ایران، شهادت جمعی از شخصیت‌های نظامی و مردم ایران در جریان این حملات تجاوزکارانه را تسلیت گفت.
وزیر دفاع عربستان همچنین با اشاره به آثار و تبعات خطرناک قانون‌شکنی اخیر رژیم صهیونیستی بر صلح و امنیت منطقه، بر ضرورت همکاری بیش از پیش کشورهای منطقه برای مواجهه موثر با عوامل ناامن‌ساز و ثبات‌زدا تاکید کرد.

محسن رضایی:

شورای امنیت ملی در ۶ نقطه بمباران شد؛ حدود ۱۰ درصد از هدف اول آن‌ها محقق شد

فرمانده سپاه پاسداران در دوران جنگ تحمیلی با تاکید بر اینکه بعید نیست دشمن در اظهارات اخیر به دنبال یک فریب هم باشد، گفت: ما نباید دچار غفلت شویم. سرلشکر پاسدار محسن رضایی، فرمانده سپاه در دوران دفاع مقدس، در گفت‌وگوی ویژه خبری به تشریح ابعاد مختلف جنگ دوازده‌روزه اخیر و ادعاهای رسانه‌ای آمریکا و رژیم صهیونیستی پرداخت.فرمانده سپاه در دوران دفاع مقدس سپس به تحلیل فضای رسانه‌ای پس از جنگ اشاره کرد و گفت: «قبل از اینکه ارزیابی از جنگ ۱۲ روزه داشته باشیم، باید بگویم که تبلیغاتی که این‌ها انجام دادند به دلیل فشار افکار عمومی بود؛ هم در سرزمین‌های اشغالی، هم در جامعه آمریکا و هم در سطح بین‌الملل. اسرائیل و آمریکا شکست خوردند. فشارها تا جایی پیش رفت که ترامپ به برخی رسانه‌های بین‌المللی مانند سی‌ان‌ان پرخاش کرد و گفت شما دارید دروغ می‌گویید و ما پیروز شدیم.»رضایی ادامه داد: «این تبلیغات چند هدف دارد: اول اینکه افکار عمومی را به تردید بیندازند و داستان‌سرایی کنند تا پیروزی ایران را زیر سؤال ببرند. دوم، به نظر می‌رسد آنجا که ترامپ گفت موضوعات هسته‌ای تمام شده، هدف فریب دادن ایران باشد؛ مانند همان رویکردی که در مذاکرات پیش گرفتند.»وی افزود: «اکنون باید دید که آیا واقعاً این‌ها پیروز شدند یا نه. از چند بعد می‌توان دستاوردها و هزینه‌های اسرائیل را بررسی کرد. بنا بر گزارش وزارت دارایی اسرائیل، در این ۱۲ روز حدود ۲۰ میلیارد دلار هزینه جنگ بوده است. به‌اندازه تولید دو سال موشک‌های تاد آمریکایی در این ۱۲ روز مصرف شده است. هر موشک هم قیمت بسیار بالایی دارد. یعنی دو سال تولید را ظرف ۱۲ روز به آسمان شلیک کردند.»سردار رضایی در ادامه به دستاوردهای نظامی ایران اشاره کرد و گفت: «ما حدود ۸۰ پهپاد را زدیم که جنازه ۳۲ پهپاد اکنون در دست ماست. از جمله پهپادهای هرمس و هرمون که بسیار پیشرفته بودند. رادارهای ما ۸۰ اصابت را ثبت کرده‌اند. همچنین تلفات انسانی و تخریب مراکز امنیتی و اقتصادی اسرائیل بسیار زیاد است. باید دید که آنها در قبال این هزینه‌های سنگین چه چیزی به دست آورده‌اند.»وی سپس به ریشه‌های امنیتی رژیم صهیونیستی اشاره کرد و گفت: «اساس موجودیت اسرائیل بر واژه‌ای به‌نام "امنیت مطلق" است. مردمانی را از سراسر دنیا جمع کردند و به آنها گفتند اینجا هیچ خطری شما را تهدید نمی‌کند. همچنین نفع اقتصادی مطرح بوده است که آن هم وابسته به امنیت است. اما این‌بار امنیت اسرائیل دچار فروپاشی شده است. سوراخ سوراخ شده و این برای موجودیت اسرائیل نگرانی جدی ایجاد کرده است.»رضایی تأکید کرد: «موجودیت اسرائیل مثل چیزی بود که در یک شیشه شفاف نگهداری شده باشد. حالا این شیشه لرزش برداشته است. این اولین‌بار است که چنین فروپاشی امنیتی اتفاق افتاده و این پیام بسیار مهمی دارد.»وی به پیامدهای منطقه‌ای این اتفاق اشاره کرد و افزود: «اولاً کشورهای عربی که نگران بودند اسرائیل به آن‌ها نیز حمله کند، حالا با واکنش ایران متوجه شدند که قدرتی وجود دارد که می‌تواند این فضای ناموازن را بر هم زند. ثانیاً، سکوت کشورهای عربی و بسیاری از کشورهای

منطقه شکست و پشت سر هم در دفاع از ایران بیانیه صادر کردند. اسرائیل به‌دنبال صلح ابراهیم بود، اما حالا اتحادیه عرب و کشورهای دیگر به محکومیت اسرائیل پرداختند. این نیز یکی دیگر از پیامدهای مهم شکست اسرائیل در این ماجراست.»فرمانده سپاه در دوران دفاع مقدس، در ادامه گفت‌وگوی ویژه خبری خود به تشریح اهداف واقعی رژیم صهیونیستی و آمریکا از حمله اخیر علیه جمهوری اسلامی ایران پرداخت و تأکید کرد که دشمن طرحی هفت‌مرحله‌ای برای ضربه زدن به موجودیت کشور آماده کرده بود. رضایی با اشاره به ماهیت این طرح گفت: «اسرائیل با هماهنگی آمریکا طرح بسیار خطرناکی را تنظیم کرده بود که بیش از یک سال بر روی آن کار کرده بودند و حتی در برخی نقاط مانند یونان و دریای مدیترانه تمرین کرده بودند. این طرح هفت مرحله‌ای بود که هدف نهایی آن تسلط کامل بر غرب آسیا تا مرز چین بود.»وی در ادامه افزود: «مرحله اول این طرح، زدن سر نظام جمهوری اسلامی بود؛ یعنی هدف قرار دادن رهبری، شورای عالی امنیت ملی و فرماندهان ارشد سپاه. مرحله دوم، ایجاد هرج‌ومرج و القای ناتوانی نظام پس از قطع سر آن بود. مرحله سوم ورود ضدانقلاب از مناطق مرزی مانند کردستان و همچنین نفوذ منافقین به داخل تهران بود. هدف چهارم تجزیه ایران به چند منطقه و پنجم، بمباران زیرساخت‌های نظامی و اقتصادی ایران به سبک آنچه در سوریه اجرا شد. در مرحله ششم، خلع سلاح مناطق تجزیه‌شده و تبدیل آن‌ها به مناطق پلیسی با سلاح سبک در دستور کار بود و در نهایت مرحله هفتم تسلط بر آسمان منطقه و عبور آسان از مدیترانه تا چین.»سردار رضایی خاطرنشان کرد: «برخی از این اهداف را خودشان نیز به‌صراحت بیان کردند. مثلاً گفتند می‌خواهیم نظام جمهوری اسلامی را سرنگون کنیم، در حالی که هدف فقط نظام نبود، بلکه کل ایران هدف قرار گرفته بود.»وی درباره میزان موفقیت دشمن در این طرح گفت: «در هدف اول یعنی زدن سر نظام که موفق نبودند. همچنین شورای امنیت ملی در ۶ نقطه بمباران شد اما کوچک‌ترین آسیبی به هیچ‌کدام از اعضا وارد نشد، زیرا جلسات به‌صورت حساب‌شده برگزار شده بود. همچنین تعدادی از فرماندهان عزیز ما به شهادت رسیدند. در مجموع می‌توان گفت تنها حدود ۱۰ درصد از هدف اول آن‌ها محقق شد.»او ادامه داد: «در مرحله دوم، هیچ‌گونه هرج‌ومرجی در کشور ایجاد نشد. در مرحله سوم، تحرکاتی در مناطق مرزی کردستان مشاهده شد و عناصر ضدانقلاب نیز در تهران آماده بودند اما به هیچ‌وجه وارد نشدند. اکنون بین این گروه‌ها و اسرائیل اختلاف افتاده است، زیرا اسرائیل مدعی است که وظیفه خود را انجام داده اما ضدانقلاب کاری نکرده است. حتی از این عملیات به‌عنوان پروژه‌ای با سه پیمانکار یاد می‌کنند: پیمانکار اول اسرائیل، و پیمانکارهای بعدی گروه‌های ضدانقلاب که ورود نکردند.»رضایی در بخش دیگری از سخنان خود افزود: «تجزیه ایران صورت نگرفت، خلع سلاح مناطق مورد هدف عملی نشد، و تصرف آسمان ایران نیز تحقق پیدا نکرد. آنچه این‌ها به‌عنوان ایجاد کریدور مطرح می‌کنند، صرفاً یک ادعای بی‌اساس است. در مجموع می‌توان گفت که این طرح بزرگ فقط حدود ۳۰ درصد موفقیت داشته است و آن‌هم در سطوح فرعی و نه اهداف کلان.»سرلشکر پاسدار محسن رضایی، فرمانده کل سپاه در دوران دفاع مقدس، در ادامه گفت‌وگوی ویژه خبری خود، ضمن تشریح دقیق ابعاد عملیات مشترک اسرائیل و آمریکا علیه ایران، به فرمول‌بندی نظامی این عملیات و بررسی میزان ناکامی دشمن و همچنین پیروزی‌های ملت ایران پرداخت. رضایی با اشاره به ارزیابی دقیق خود از عملکرد دشمن گفت: «من همه این‌ها را بر اساس یک معادله نظامی فرمول‌بندی کردم. ناکامی‌های اسرائیل در بُعد سیاسی و اجتماعی حدود ۸۰ درصد بوده و در بُعد نظامی نیز ۶۵ درصد ناکام بودند. بنابراین با توجه به هزینه‌های عظیمی که پرداخت کردند، آیا اسرائیل دستاوردی داشته است؟ اسرائیل این ناکامی بزرگ را با هزینه‌ای سنگین پذیرفته است و طبیعی است که برای پوشاندن این شکست، شوی تبلیغاتی راه بیندازند. همه دنیا این‌ها را می‌شناسد؛ بنابراین، اسرائیل شکست بزرگی خورد، آن‌هم به‌شکلی مفتضحانه.»

حجت‌الاسلام پورمحمدی :

تهدیدات ادامه خواهد داشت

وزیر پیشین کشور گفت: انسجام ملی ایرانیان فوق‌العاده و چشمگیر است و قضاوت‌های جهانی گواهی می‌دهند که ملت ایران خوب درخشید. برای حفظ این انسجام باید با آگاهی و اعتماد به یکدیگر، هدف‌های روشن آینده را تعقیب کرد و هدف‌های کوچک نباید برجسته شوند. حجت الاسلام مصطفی پورمحمدی دبیرکل جامعه روحانیت مبارز و وزیر پیشین کشور در گفت‌وگو با خبرنگار ایلنا، در رابطه با ارزیابی خود از استمرار آتش‌بس میان ایران و اسرائیل گفت: چه آتش‌بس ادامه داشته باشد، چه نداشته باشد، تهدیدات ادامه خواهد یافت.وی در خصوص لزوم به کارگیری ابزارهای دیپلماتیک در ادامه مسیر آتش‌بس اظهار کرد: ما باید از همه‌ی ابزارها استفاده کنیم. ایران در تمامی عرصه‌ها قدرتمند است و باید در همه‌ی عرصه‌ها از حق خود دفاع کند. مباحث جنگ و صلح، مباحثه، تلاش‌ها و پیشروی، تکنولوژی و جنگ‌افزارها، همه را با هم نیاز داریم.وزیر پیشین دادگستری درباره وحدت ملی حاصل از جنگ تحمیلی عنوان کرد: من فکر می‌کنم که این امر فوق‌العاده و چشمگیر است و قضاوت‌های جهانی گواهی می‌دهند که ملت ایران خوب درخشید.
رئیس مرکز اسناد انقلاب اسلامی در مورد چه کارهایی باید برای حفظ انسجام ملی انجام داد، خاطرنشان کرد: باید با آگاهی و اعتماد به یکدیگر و تعقیب کردن هدف‌های روشن آینده پیش برویم و هدف‌های کوچک نباید برجسته شوند.

سلیمی:

آسیب زدن به انسجام ملی خیانت است

عضو هیات رئیسه مجلس تاکید کرد: وظیفه شرعی، عقلی و میهنی همه، حفظ انسجام است لذا آسیب زدن به این انسجام خیانت است. علیرضا سلیمی با تاکید بر لزوم حفظ انسجام و وحدت ملی، گفت: وحدت و اتحاد شکل گرفته بین مردم، شبیه یک معجزه است. مردم ایران بار دیگر نشان دادند که در بزنگاه‌ها، در صحنه حضور دارند. مردم با هوشیاری مثال‌زدنی توطئه چندلایه علیه کشور را خنثی کردند.وی با اشاره به جنگ ۱۲ روزه، گفت: دشمنان فقط به دنبال حمله نظامی و غافلگیرانه نبودند بلکه آن‌ها عملیات ترکیبی و چندلایه علیه کشور طراحی کرده بودند؛ عملیاتی که دشمنان از سال‌ها پیش برای اجرای آن برنامه‌ریزی داشته و ماه‌ها برای حمله به برخی از مناطق ایران تمرین کرده بودند.نماینده تهران در مجلس توضیح داد: تصور دشمن این بود که با حمله به برخی از ارکان، می توانند اغتشاشات را در داخل کشور رقم زده و با دمیدن در آتش اغتشاشات، فعال‌سازی گروه‌های شبه‌نظامی آموزش‌دیده و ایجاد زنجیره‌ای از بمب‌گذاری‌ها، هرج و مرج رقم زده و با کشتار وسیع مردم، به اهداف خود برسند اما مردم با هوشیاری و دقت، مساله را کشف و مشت آن‌ها را باز کردند و اجازه خودنمایی به آن‌ها را ندادند.وی با بیان اینکه «دشمنان به دنبال تجزیه ایران بودند»، افزود: حضور پررنگ و یکپارچه مردم با همه سلیقه‌ها و دیدگاه‌ها، نشان داد که مردم ایران بسیار جلوتر از دیگران فکر می‌کنند.سلیمی با تاکید بر اینکه «باید انسجام ملی را حفظ کرد»، گفت: برخی از مسئولان مراقب باشند که مواضع آن‌ها باعث ناراحتی مردم نشود. در این چند روز عده‌ای خواستند که با مواضع‌شان، عده‌ای را در خارج از کشور راضی کنند اما باید مراقب بود که مردم در داخل کشور ناراحت نشوند.این عضو هیات رئیسه مجلس خاطرنشان کرد: باید تلاش مضاعفی برای رفع مشکلات مردم صورت گیرد؛ به مردم بها داده شده و آن‌ها به حاشیه نروند. باید با مردم صحبت کرد و آن‌ها را در جریان مسائل قرار داد. همچنین از طرح مسائلی که باعث رنجش مردم می‌شود، پرهیز کرد.