

رستمی:

گیلان پیشتاز توسعه آماری است



رئیس سازمان برنامه و بودجه گیلان با بیان اینکه امنیت اطلاعات در نظام آماری بُنی مینا تضمین شده است، گفت:

گیلان پیشتاز توسعه آماری است. محمد رضا رستمی در همایش گرامیداشت «روز ملی آمار و برنامه‌ریزی» اظهار کرد: این مراسم با عنوان «روز آمار هوشمند و حکمرانی داده‌محور» و با هدف تبیین اهمیت داده‌های دقیق در تصمیم‌گیری‌های کلان و توسعه پایدار برگزار شد.

رستمی در این همایش با تأکید بر نقش حیاتی آمار در برنامه‌ریزی ملی گفت: اگر آمار نباشد برنامه‌ریزی امکان‌پذیر نیست و اگر برنامه‌ریزی بدون داده‌های صحیح انجام شود موفقیت آن بسیار محدود خواهد بود. وی با اشاره به حرکت کشور به سوی نظام آماری بُنی مینا افزود: در این سبک داده‌ها از منابع رسمی مانند ثبت احوال، بانک‌ها، علوم پزشکی و جهاد کشاورزی استخراج می‌شود که ضمن کاهش هزینه‌ها دقت و سرعت تصمیم‌گیری را افزایش می‌دهد.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی گیلان همچنین به امنیت و محرمانگی اطلاعات در این روش اشاره کرد و گفت: اطلاعات فردی به‌صورت محرمانه نگهداری می‌شود و تنها داده‌های عمومی و میانگین‌ها برای تحلیل‌های آماری مورد استفاده قرار می‌گیرند.

وی با اشاره به سرشماری نفوس و مسکن در سال ۱۴۰۵ از آمادگی استان برای اجرای این طرح خبر داد و گفت: در سال‌های اخیر با همکاری حدود ۸۰ نفر از دانشجویان رشته آمار طرح‌های متعددی از جمله سرشماری کشاورزی، نرخ تورم و سایر شاخص‌های اقتصادی به‌صورت میدانی و بُنی اجرا شده است.

رستمی با بیان اینکه گیلان در ارزیابی‌های مرکز آمار ایران جزو استان‌های برتر کشور معرفی شده است افزود: در جشنواره شهید رجایی نیز گیلان موفق به کسب رتبه اول در شاخص‌های توسعه آماری شد. شمار اقبال مرکز آمار ایران به مناسبت روز ملی آمار و برنامه‌ریزی راهبری نظام آماری بُنی مینا با پوشش جامع، دسترسی همگانی و داده با کیفیت اعلام شده است.

مدیر کل صمت گیلان خبر داد

آغاز طرح «احیای فرش گیلان» با محوریت آموزش و خلایق در مدارس و هنرستان‌ها

مدیر کل صنعت، معدن و تجارت گیلان گفت: طرح «احیای فرش گیلان» با هدف پیوند آموزش‌های نوین و سنت‌های اصیل بافندگی و با همکاری آموزش‌وپرورش و صمت استان، در هنرستان‌های گیلان آغاز شد.

«تیپور پورحیدری» مدیرکل صمت استان در مراسم «احیای فرش گیلان» که در هنرستان فرش و صنایع‌دستی ۱۵ خرداد رشت و با حضور دانش‌آموزان خلاق این هنرستان برگزار شد، اظهار داشت: هدف از اجرای این طرح، پیوند دوباره آموزش‌های مدرن با سنت‌های ارزشمند بافندگی گیلان توسط نسل جوان است.

وی ایجاد انگیزه و مهارت‌آموزی میان نوجوانان علاقه‌مند به هنر ایرانی را مؤثر دانست و افزود: با همکاری مطلوب اداره‌کل آموزش‌وپرورش و اداره‌کل صمت، هنرصنعت اصیل فرش گیلان در کنار فعالیت ۱۳ هزار بافنده پیشین، با خلایق و هوشمندی نسل جدید، جایگاه خود را در بازارهای جهانی بازپایی خواهد کرد.

پورحیدری با اهدای بسته‌های آموزشی تخصصی شامل ابزار طراحی نقشه فرش، نمونه رنگ، نخ و محتوای دیجیتال آموزشی به دانش‌آموزان رشته فرش و صنایع‌دستی تصریح کرد: این اقدام گامی مهم در مسیر آینده‌نگری اقتصادی و فرهنگی استان محسوب می‌شود و می‌تواند زمینه‌ساز اشتغال و تولید خلاقانه در بخش فرش باشد.

در پایان این مراسم با حضور اساتید برجسته فرش و صنایع‌دستی و معاون اداره‌کل آموزش‌وپرورش، از طرح‌های خلاقانه دانش‌آموزان برتر نیز تقدیر شد.

نصیریان :

۴۳ درصد تصادفات درون‌شهری گیلان مربوط به عابران پیاده است

رئیس پلیس راهور گیلان تصادفات شهری را نگران‌کننده دانست و گفت: ۴۳ درصد از تصادفات در معابر درون‌شهری استان مربوط به عابران پیاده است و این آمار بسیار بالاست. سرهنگ فتح‌الله نصیریان با انتقاد از وضعیت زیرساخت‌های عبور عابران پیاده در رشت افزود: در مرکز استان ۳۴ پل عابر داریم که تنها ۱۴ پل مکانیزه شده و از این میان فقط یک پل در حال حاضر فعال است؛ آن هم در محدوده پل جانپازان که بعد از ساعت ۱۹ بسته می‌شود؛ در نتیجه عابر ناچار است از سطح معبر عبور کند که بسیار حادثه‌خیز است.

رئیس پلیس راهور گیلان با اشاره به هماهنگی‌های انجام‌شده با دستگاه‌های مرتبط اظهار کرد: موضوع در شورای ترافیک استان با حضور استاندارد طرح شده و دستورات لازم صادر شده است؛ امیدواریم با تکمیل مکانیزه‌سازی پل‌ها و اصلاح معابر، زمینه کاهش تصادفات عابران فراهم شود. سرهنگ نصیریان در بخش دیگری از سخنان خود به پروژه‌های شهری اشاره کرد و گفت: تقاطع‌های غیرمسطح و اصلاح هندسی‌ها، اثر کوتاه‌مدت در روان‌سازی دارند؛ اما راهکار اصلی تکمیل رینگ کمربندی، توسعه حمل‌ونقل عمومی و اجرای طرح‌های ترکیبی مدیریت ترافیک است. رئیس پلیس راهور گیلان در پایان از شهروندان خواست ضمن رعایت قوانین و انضباط ترافیکی، در عبور از معابر به توصیه‌های ایمنی توجه جدی داشته باشند تا از بروز حوادث ناگوار جلوگیری شود. خبرنگار:سید عارف میر باقری

گردنه حیران؛ گذرگاه استراتژیک با چشم‌اندازی از ابر و مرز

گردنه کوهستانی حیران در آستارا، با چشم اندازی رویایی از جنگل‌های هیرکانی، دره‌های ابری و رود مرزی آستاراجای، به عنوان یکی از بی‌ظنیرترین مقاصد گردشگری کشور شناخته می‌شود، منطقه‌ای که مقامات محلی از آن به عنوان موهبتی الهی و بستری مستعد برای سرمایه‌گذاری در حوزه بوم‌گردی یاد می‌کنند. یکی از مهم‌ترین جاذبه‌های روستای گردشگر پذیر حیران در شمال غربی استان گیلان و شهرستان مرزی آستارا، گردنه و دهکده گردشگری حیران است که در مسیر پرتردد آستارا به اردبیل قرار گرفته است و از یک طرف به کوه‌های سرسبز هیرکانی خزری و از طرف دیگر به دره‌ای که رود مرزی آستاراجای از آن می‌گذرد، مشرف است.

ابرهای سفید که همچون دریایی متحرک، دره‌های سرسبز و کوه‌های هیرکانی را در می‌نوردند، منظره بی‌نظیر گردنه حیران در آستارا را خلق می‌کنند، گردنه‌ای که جدا از یک جاذبه گردشگری، راه ارتباطی حیاتی بین دو استان پرتردد کشور عزیزمان جمهوری اسلامی ایران به شمار می رود. وجود آرامش بخش مه و ابرهای نزدیک به زمین و سکوت طبیعت در اکثر روزهای سال باعث رویایی شدن این دهکده و دره‌ها و کوهپایه‌های آن می‌شود. بخشی از گردنه زیبای حیران به علت رطوبت دریای خزر همواره در سیطره مه قرار می‌گیرد و علاوه بر پیچ و خم‌های متعدد مسیر، مه نشسته بر جاده نیز بر زیبایی این گردنه می‌افزاید و در بیشتر فصول سال منطقه سرسبز حیران در زیر ابری از مه پنهان است.

گردنه حیران، تنها یک جاده کوهستانی نیست، یک پدیده طبیعی خیره‌کننده است که استان گیلان را به استان اردبیل و در مجموع به شمال غرب کشور پیوند می‌زند و همچون پلی، مرز ایران و جمهوری آذربایجان را در آغوش می‌گیرد. این گذرگاه استراتژیک و دیدنی، با ابرهای همیشگی و مناظر بکر، به یکی از مقاصد برتر گردشگری شمال کشور تبدیل شده است و محل تلاقی و مرز مشترک بین استان های گیلان و اردبیل و کشور همسایه جمهوری آذربایجان است و جنگل های هیرکانی این منطقه در نوار مرزی جمهوری اسلامی ایران با کشور آذربایجان زیبایی خاصی به گردنه حیران داده است و سرسبزی و زیبایی اعلا و جنگل های انبوه در کوه های

بلند و دره های ابری دهکده گردشگرپذیر حیران، هر نقاش و هنرمندی را در هنرنمایی خلاق هستی حیران می‌کند. فرماندار شهرستان مرزی بندر آستارا در این رابطه در گفت‌وگو با خبرنگار ایسنا با اشاره به زیبایی‌های گردنه کوهستانی حیران اظهار کرد: روستا و گردنه کوهستانی حیران شهرستان آستارا در استان گیلان بی‌شک از زیباترین مناطق سرسبز و کوهستانی کشور به شمار می‌رود و در این روستای گردشگرپذیر که با دو هزار و ۲۰۰ هکتار مساحت در ۳۰ کیلومتری آستارا قرار دارد، چشم‌اندازهای زیبای کوهستانی در آن خودنمایی می‌کند. علی درمانی افزود: منطقه نمونه گردشگری حیران از طرف شرق به دریای خزر و شهر مرزی آستارا، از طرف غرب و جنوب به



جنگل زیبای فندقلو و قله سیلان در استان اردبیل و از شمال نیز به شهرهای مرزی کشور جمهوری آذربایجان مشرف است. وی ادامه داد: گردنه حیران از نقاط دیدنی و پرچاذبه کشور است و مسافران و گردشگران داخلی و خارجی در بازدید از این منطقه، بی به عظمت بی کران الهی می‌برند.

درمانی وجود گردنه پریچ و خم، تله کابین، سورتمه ریلی و نیز داشتن آب و هوای مطبوع و پاک را از جمله دلایل رونق بیش از پیش گردشگری در منطقه حیران اعلام و اظهار کرد: آستارا با

توجه به موقعیت مرزی خود امن‌ترین شهر در جذب گردشگر محسوب می‌شود و ورود سالانه میلیون‌ها گردشگر گواه روشن این ادعاست. فرماندار آستارا با تأکید بر اینکه این شهرستان مستعد سرمایه‌گذاری در صنعت گردشگری است و مناطق نمونه گردشگری کمک موثری به پویایی اقتصاد این شهرستان مرزی می‌کنند، اظهار کرد: از سرمایه‌گذاران بخش خصوصی در زمینه طرح‌ها و اقامتگاه‌های بومگردی و با حفظ طبیعت در راستای ایجاد اشتغال در آستارا حمایت می‌شود.وی بر ضرورت حفظ طبیعت منطقه زیبا و منابع خدادادی روستای حیران تأکید کرد و افزود: شهرستان مرزی آستارا با داشتن جاذبه‌های ویژه تجارت مرزی و طبیعت زیبای ساحل دریای خزر و گردنه کوهستانی حیران، در تمام فصول سال به ویژه در تعطیلات سال نو و تابستان پذیرای گردشگران داخلی و خارجی است.درمانی تصریح کرد: در زمینه توسعه گردشگری منطقه حیران و با حفظ طبیعت منطقه، استفاده همزمان از ظرفیت‌های زیست محیطی در کنار درآمدزایی برای ساکنان این منطقه از جمله فوایدی است که در بحث بومگردی مورد توجه قرار گرفته و حمایت می‌شود.فرماندار آستارا گفت: جاذبه‌ها و موابط طبیعی منطقه، غذای سنتی محلی، تولیدات دامی و فرآورده‌های لبنی سالم و طبیعی، تولیدات صنایع دستی و گیاهان دارویی موجود در محیط زندگی منطقه روستایی حیران همگی می‌تواند زمینه ساز اشتغال و جذب گردشگر در قالب طرح‌های بومگردی باشد.

به گزارش ایسنا، شکی نیست که ظرفیت‌های گردشگری آستارا به موازات قابلیت‌های اقتصادی و تجارت مرزی، آوازه شهرت این شهرستان مرزنشین گیلان را مطرح کرده است اما باتوجه به قابلیت گردنه زیبا و پرتردد حیران برای سرمایه‌گذاری مضاعف در حوزه گردشگری آن، جایی که مه، کوه و مرز در هم می‌آمیزند تا یکی از به یاد ماندنی‌ترین چشم‌اندازهای ایران را خلق کنند، می‌توان باجذب سرمایه‌گذاران جدید در این منطقه کوهستانی و بویژه در حوزه بومگردی بر رونق گردشگری و گردشگری بیشتر مسافران برای شهر آستارا در شمال غربی استان گیلان اقدام کرد.

راهکارهای احیاء رودخانه زرجوب و گوهررود در غیاب شبکه عمومی جمع آوری فاضلاب

محل دفن زباله‌ها نیز از ورود مستقیم آلاینده‌ها به رودخانه جلوگیری می‌کنند.

وی درباره استفاده از ابزارهای زیستی و نوآورانه بیان کرد: کاشت گیاهان پالاینده در حاشیه رودخانه‌ها برای جذب مواد آلاینده همچون نیتروژن، فسفر و فلزات سنگین، افزودن میکروارگانیسم‌های تجزیه‌گر و استفاده از هواده‌های موضعی برای افزایش سطح اکسیژن آب از دیگر روش‌های نوآورانه‌ای است که می‌تواند کیفیت آب را بهبود بخشد.

پناننده با اشاره به نقش ابزارهای اجتماعی و فرهنگی گفت: به گفته کارشناسان، شبکه‌های مردمی مانند کمیته آب، کمپین‌های آموزشی برای آگاهی‌رسانی در مورد خطرات آلودگی رودخانه‌ها و ایجاد حرم سبز در حاشیه رودخانه‌ها می‌تواند به کاهش آلودگی کمک کند.

این پژوهشگر پژوهشکده محیط زیست جهاددانشگاهی درباره تجربه‌های موفق جهانی گفت: تجربیات موفق جهانی نشان می‌دهد که این روش‌ها می‌توانند در احیاء رودخانه‌ها موثر واقع شوند، در دهلی هند، تالاب‌های مصنوعی کوچک توانستند آلودگی فاضلاب روستایی را تا ۶۰ درصد کاهش دهند. همچنین در چین، استفاده از جزایر گیاهی شاوور در رودخانه‌ها علاوه بر بهبود کیفیت آب، ارزش گردشگری نیز ایجاد کرده، در ترکیه نیز حوضچه‌های رسوب‌گیر در ورودی رودخانه‌های شهری باعث کاهش چشمگیر آلودگی شده است.عضو هیئت علمی پژوهشکده محیط زیست جهاددانشگاهی با اشاره به چشم‌انداز پیش‌رو، گفت: اگرچه احیاء زرجوب و گوهررود بدون شبکه جمع‌آوری فاضلاب و تصفیه‌خانه‌های بزرگ ممکن است زمان‌بر و دشوار باشد، اما به نظر می‌رسد که استفاده از این روش‌های جایگزین، می‌تواند گام‌های مؤثری در کاهش آلودگی و بازگرداندن حیات به این رودخانه‌ها باشد. این روش‌ها نه‌تنها هزینه‌های کمتری دارند، بلکه با مشارکت مردم و بهره‌گیری از ظرفیت طبیعت، امکان بازگرداندن حیات به این رودخانه‌های تاریخی را فراهم می‌کنند. خبرنگار:علی بهمنی جلالی

کشف گورستان ۳۵۰۰ ساله در جلگه گیلان

هزار متر از سطح آب‌های آزاد کشف شده بودند. وی افزود: این کشف می‌تواند نقطه‌عطفی در مطالعات باستان‌شناسی شمال کشور باشد و چشم‌انداز تازه‌ای از نحوه شکل‌گیری محوطه‌های تدفینی و استقرار مردمان عصر آهن و برنز در مناطق جلگه‌ای گیلان و مازندران ترسیم کند. کوهی با اشاره به ثبت این گورستان در فهرست آثار ملی پس از انجام بررسی‌های اولیه و نمونه‌برداری‌های سطحی گفت: در مراحل بعدی، کاوش‌های علمی و مطالعات تخصصی انجام خواهد شد و نتایج نهایی به‌صورت رسمی اطلاع‌رسانی می‌شود. به گفته وی، موقعیت خاص این محوطه، امکان تبدیل آن به «سایت موزه‌ی باز» در یکی از شهرهای ساحلی غرب گیلان

مدیر کل کمیته امداد گیلان خبر داد

پیش بینی ایجاد ۹ هزار فرصت شغلی برای مددجویان گیلانی

شغلی و استعدادسنجی، آموزش و ارتقاء مهارت‌های شغلی، اعطاء تسهیلات قرض الحسنه، هدایت تا ایجاد فرصت شغلی، نظارت و پشتیبانی جهت پایداری طرح و ایجاد زمینه فروش محصولات تولیدی از جمله اقدامات این نهاد برای ایجاد اشتغال پایدار و توانمندسازی مددجویان است.مدیر کل کمیته امداد امام خمینی (ره) استان گیلان، توجه به راهبری شغلی و مزیت سنجی، ایجاد اشتغال را از کار ویژه‌های مهم کمیته امداد بر شمرد و ادامه داد: ایجاد شبکه‌ای از مشاغل بومی و پُردرآمد، تأکید بر تکمیل زنجیره صنایع و مهارت آموزی از جمله اقدامات کمیته امداد در راستای گسترش مقیاس فعالیت و احیاء صنایع بومی می‌باشد.جلالی‌پور با تأکید بر سوق دادن اشتغال به سمت دردمی کردن و برون سپاری توسط کمیته امداد، خاطرنشان کرد: در این راستا، از ظرفیت جهادگران، کانون‌های کارآفرینی، مراکز نیکوکاری تخصصی کارآفرینی

دوشنبه ۵ آبان ۱۴۰۴- ۲۷ اکتبر ۲۰۲۵ - ۵ جمادی الاولی ۱۴۴۷ - شماره ۷۵۸۸

۳

گیلان

مسئول طرح نفس استان خبر داد

نجات ۷۸۱ جنین از سقط در گیلان

مسئول طرح نفس گیلان، با بیان اینکه در مدت مذکور ۷۸۱ نوزاد متولد شده از طرح نفس داریم، گفت: سالانه بین ۱۲ تا ۱۵ هزار سقط جنین در استان اتفاق می‌افتد که با طرح نفس می‌توانیم منجر به تولد این نوزادان شویم. دکتر سیدعلی صدر در ستاد خانواده و جوانی جمعیت استان گیلان، با اشاره به اجرای طرح نفس (نجات فرزندان سقط) در سطح استان گیلان، اظهار کرد: این طرح در گیلان از اواخر سال ۱۴۰۱ آغاز شده و هم‌اکنون در اکثر شهرستان‌ها، کمیته طرح نفس را راه‌اندازی کرده‌ایم.

وی تالش و املش را جزء شهرستان‌های پیشرو در اجرای طرح نفس دانست و افزود: طرح نفس با محوریت ماماها و پرستاران دنبال می‌شود البته شاهد ورود مؤثر پزشکان و متخصصان حوزه زنان و زایمان به این طرح جهت ارائه کمک‌های مشاوره‌ای و پزشکی هستیم. مسئول طرح نفس گیلان با اشاره به ارائه مشاوره‌های حمایتی به مادران باردار، تصریح کرد: به مادرانی که تصمیم به سقط جنین دارند، مشاوره می‌دهیم و در کنار حمایت‌های روحی و روانی جهت کاهش اضطراب و نگرانی‌های اجتماعی و فرهنگی، حمایت‌های اقتصادی و معیشتی و حتی درمانی را دنبال می‌کنیم.

صدر، از تأمین بخشی از هزینه‌های پزشکی همچون آزمایش ژنتیک و سونوگرافی و بستری و واکسن و زایمان و… با همکاری استانداری و دانشگاه علوم پزشکی و بسیج سازندگی سپاه قدس استان و کمک خیرین خبر داد و اضافه کرد: ارائه مشاوره‌های تخصصی به مادران باردار که نگران فرآیند بارداری و زایمان هستند نیز در دستور کار دست اندرکاران طرح نفس قرار دارد.

وی ۶۰ درصد انگیزه سقط جنین را مالی دانست و خاطرنشان کرد: فرمانداران با خیرین شهرستان ارتباط برقرار کنند تا کمک‌ها به سمت حمایت از این خانواده‌ها هدایت شود. مسئول طرح نفس گیلان با اشاره به همکاری مستقیم ۳۴ نفر با مجموعه نفس استان ادامه داد: اقدامات همکاران با اقتاعی بوده و به دنبال منصرف کردن مادر از سقط هستیم.

صدر از راه‌اندازی مرکز پیشگیری از سقط جنین رشت خبر داد و بیان کرد: یک سوم جمعیت گیلان در شهرستان رشت ساکن هستند.

دادرس:

ایستگاه‌های هواشناسی لنگرود به روز رسانی و تکمیل می شوند

مدیرکل هواشناسی گیلان از تخصیص بیش از ۲.۵ میلیارد تومان اعتبار برای اجرای پروژه‌های هواشناسی در لنگرود خبر داد و گفت: ایستگاه‌های هواشناسی در این شهرستان به روزرسانی و تکمیل می‌شوند.

محمد دادرس با اشاره به پیگیری‌ها و حمایت‌های فرماندار لنگرود و نماینده مردم شهرستان در مجلس اظهار کرد: با همکاری و هماهنگی‌های انجام شده، اعتباری بالغ بر یک میلیارد تومان برای به‌روزرسانی و تکمیل ایستگاه‌های هواشناسی شهرستان لنگرود مصوب و به اداره کل هواشناسی استان ابلاغ شده است.

وی افزود: این اعتبارات صرف به‌روزرسانی ایستگاه اقلیم شناسی لنگرود و تکمیل ایستگاه تخصصی هواشناسی شهرستان خواهد شد.

دادرس ادامه داد: با توجه به درخواست اهالی مناطق کوهستانی و مسئولین شهرستان لنگرود، احداث یک ایستگاه اقلیم‌شناسی جدید در منطقه طاقور نیز در دستور کار قرار گرفته است.

وی افزود: برای اجرای این پروژه، اعتباری حدود ۱.۵ میلیارد تومان تخصیص یافته و این ایستگاه با پنج سنسور شامل دما، رطوبت، سمت و سرعت باد و میزان بارندگی راه‌اندازی خواهد شد.

مدیرکل هواشناسی گیلان با اشاره به برنامه‌های آینده این اداره کل گفت: در نظر داریم با حمایت مسئولان شهرستان، راه رد ایستگاه فعال لنگرود، سینچنده‌های دقیق‌تری ازجمله سنچنده برف نصب کنیم تا داده‌های جوی با کیفیت بالاتری تولید شود.

وی همچنین درباره طرح‌های مرتبط با بندر چمخاله بیان کرد: با توجه به اهمیت هواشناسی دریایی در مناطق بندری، ایجاد ایستگاه‌های هواشناسی دریایی در دستور کار قرار دارد. خبرنگار:پری پرده خرم

پیش‌بینی تولید ۲۳۰ هزار تنی مرکبات در گیلان

رئیس سازمان جهاد کشاورزی گیلان، از پیش‌بینی تولید ۲۳۰ هزار تنی مرکبات در استان خبر داد و افزود: از این میزان تولید، ۹۰ درصد مرکبات استان مربوط به محصول پرتقال بوده که بیشترین ارقام آن از نوع بومی(محلی)، خونی، تامسون و… است. صالح محمدی با اشاره به آغاز برداشت مرکبات استان گیلان با برداشت محصول نارنگی و نارنج، اظهار کرد: سطح زیر کشت مرکبات در استان، ۱۱ هزار و ۳۵۷ هکتار است.وی ادامه داد: حدود پنج درصد از محصول تولیدی، نارنگی و پنج درصد از سایر ارقام مرکبات شامل نارنج، لیمو، گریپ‌فروت، دارابی و بالنگ است.رئیس سازمان جهاد کشاورزی گیلان با اشاره به رتبه پنجم استان در تولید مرکبات، اضافه کرد: رودسر، املش و لنگرود عمده شهرستان‌های تولیدکننده مرکبات استان هستند و بالغ بر ۲۶ هزار و ۶۵ خاتوار بهره‌بردار داریم. محمدی زمان برداشت پرتقال استان را از اوایل آذر تا اوایل بهمن دانست و تأکید کرد: زمان برداشت نارنگی استان نیز از اواخر مهر آغاز می‌شود.وی سطح زیر کشت نارنگی را ۶۶۸ هکتار دانست و بیان کرد: پیش‌بینی می‌شو امسال هفت هزار و ۸۶۰ تن تولید به ارزش اقتصادی سه هزار و ۹۳۰ میلیارد ریال داشته باشیم.رئیس سازمان جهاد کشاورزی گیلان یادآور شد: گیلان دو واحد فرآوری مرکبات با ظرفیت ۵۸ هزار تن در شهرستان رودسر دارد که در تولید کنسراتره، اسانس و روغن مرکبات فعالیت می‌کنند.

اجتماعی

نسخه غلط طب سنتی
برای گرفتگی بینی

دکتر محمدرضا فیروزی‌فر متخصص گوش و حلق و بینی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران با بیان اینکه بیشتر مراجعه مردم به دلیل گرفتگی بینی است می‌گوید: «مشکلات بینی و سینوس، ترشحات بینی و پشت حلق بیشترین علت مراجعه به بیمارستان است. بسیاری از مردم به غلط تصور می‌کنند که سردرد یا خروپف منشأ بینی و سینوس دارد، اما بیشتر این موارد از جمله خروپف منشأ خندعلتی دارد».

عتاب و عنبرنسا را بسوزانید و دودش را راهی بینی کنید. فصل سرما که از راه برسد، این نسخه شفاپخش را برخی شبکه‌های اجتماعی در فضای مجازی برای گرفتگی بینی می‌پיچند. فصل سرماخوردگی، گرفتگی و آبریزش بینی از راه رسیده است و فضای مجازی مملو از توصیه‌های پزشکی نمایشانی است که سلامت مردم را به حراج گذاشته‌اند: از سوزاندن عتاب و عنبرنسا و توصیه به بخورهای مختلف تا فرستادن بادکنک به حلق بیمار! برای رفع گرفتگی‌های بینی و سینوس‌ها. متخصصان گوش و حلق و بینی معتقدند، تغییر سبک زندگی و آلودگی هوا بیشترین تأثیر را روی سلامت بینی و سینوس‌ها می‌گذارد. همین ضرورت توجه به سلامت بینی را گوشزد می‌کنند.

گردوغبار و ذرات معلق در هوا، بینی و راه‌های تنفسی انسان را تحریک می‌کند، آلرژی، حساسیت، سرماخوردگی و... همه عواملی هستند که باعث گرفتگی بینی می‌شوند. بجز توصیه‌های مختلف، به تازگی کلیپ‌هایی از افرادی بازشتر می‌شود که بادکنکی را از بینی بیمار وارد و آن را باد می‌کنند، بادکنک باد شده از دهان فرد خارج می‌شود، درمانگر با ترکاندن بادکنک مدعی درمان گرفتگی، خروپف و سایر مشکلات افراد می‌شود.

دکتر محمدرضا فیروزی‌فر متخصص گوش و حلق و بینی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران با بیان اینکه بیشتر مراجعه مردم به دلیل گرفتگی بینی است می‌گوید: «مشکلات بینی و سینوس، ترشحات بینی و پشت حلق بیشترین علت مراجعه به بیمارستان است. بسیاری از مردم به غلط تصور می‌کنند که سردرد یا خروپف منشأ بینی و سینوس دارد، اما بیشتر این موارد از جمله خروپف منشأ خندعلتی دارد».

او با بیان اینکه مردم با رفتن به سراغ درمان‌های مجازی به دنبال راه میان‌بر هستند، می‌گوید: «برخی می‌خواهند به سرعت مشکل پیچیده‌ای را حل کنند. چنین راهی وجود ندارد. کسانی که این مشکل را دارند باید تحت درمان با جراحی قرار بگیرند. تبلیغات به این شکل است که می‌گویند بالنی را بپندیم، بالن فضا را گشاد می‌کند و مشکل مریض به سرعت حل می‌شود. همین که برای همه بیماری‌ها یک نسخه می‌پیچند، اشتباه بزرگی است. هرچند در جراحی‌ها روشی به اسم «بالن سینوپلاستی» داریم که اگر نیاز باشد دهانه سینوس‌ها را باز می‌کنیم ولی آن هم روش دقیق و خوبی نیست. در نتیجه اینکه چیزی در بینی بگذاریم و آن را باز کنیم، نهایتا کف بینی را باز می‌کند و فقط برای مدت کوتاهی مؤثر است و این فضا را بیمار بافی نخواهد ماند. اما تبلیغات طوری نشان می‌دهد که انگار درمان قطعی است و بیمار خیلی سریع خوب می‌شود».

نسخه‌ای که برای همه می‌پيچند

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران با اشاره به اقداماتی که برای بیمار!ان انجام می‌شود، می‌گوید: «بررسی ساختار بینی، اینکه تنگی دارد یا نه از اولین اقدامات درمانی است. بعضی از تنگی‌ها به دلیل تورم مخاطی هستند، برخی از آنها هم به دلیل ساختار غضروفی بینی رخ می‌دهد. تورم مخاطی را با دارو درمان می‌کنیم و کسانی که تنگی غضروفی دارند جراحی می‌شوند. البته عفونت‌های مجاری بینی و سینوس درمان طبی هم دارند و اگر نیاز باشد جراحی می‌کنیم.»این متخصص با اشاره به اینکه درمان این مشکلات سخت و حساس است، می‌گوید: «بینی ساختار حساسی است، اعصاب چشم و مغز در آن قرار دارد عمل جراحی آن هم عمل ظریفی است و اگر به درستی انجام نشود، ممکن است عوارضی برای مریض ایجاد کند برای همین دانش و تجربه در این زمینه مهم است. این موضوع که دود یک ماده، در گرفتگی بینی تأثیرگذار است یا نیست را باید با کار تحقیقاتی به اثبات برسانند. متأسفانه پژوهشی در این مورد انجام نشده است. اما درمان‌هایی که در طب سنتی تبلیغ می‌کنند، چون توسط افرادی تجویز می‌شود که دانش خاصی ندارند این همه بیماری‌ها که درمان تجویز می‌شود و همین راه ممکن است برای برخی از افراد مناسب نباشد چون بدون بررسی علت گرفتگی بینی نمی‌توانیم به مریض توصیه‌ای داشته باشیم».

خشکی بینی یا مصرف خودسرانه داروهای کورتون‌دار
فیروزی‌فر تأکید می‌کند: «اگر مشکل، سرماخوردگی و آلرژی باشد راه‌های ساده‌تری مثل شست‌وشوی بینی با سرم نرماسالین وجود دارد که یک راه کم‌عارضه و بی‌خطر است می‌تواند به بیمار!ان کمک کند. وقتی درمان‌های ساده‌ای مثل آب و نمک داریم نیازی نیست سراغ درمان‌های عجیب و غریب برویم.» استفاده خودسرانه از اسپری‌ها و قطره‌های مختلف موضوع دیگری است که زیاد به چشم می‌خورد. بعضی‌ها به تصور اینکه مشکلی برایشان ایجاد نمی‌شود یک قطره را دائم از داروخانه تهیه و آن را برای رفع گرفتگی بینی استفاده می‌کنند، این متخصص گوش و حلق و بینی معتقد است: «استفاده خودسرانه از دارو اصلا توصیه نمی‌شود. هرچند پمپ‌های شست‌وشو چون دارای آب و نمک هستند عارضه خاصی ندارد اما استفاده طولانی‌مدت از آنها باعث خشکی بینی می‌شود. در مورد داروها مخصوصا داروهای دکورتیزنات که باعث باز شدن بینی می‌شوند حتما باید طبق دستور پزشک مصرف شوند. این داروها مکانیسمی دارند که بر سیستم خودکار عصبی تأثیر می‌گذارند و باعث جمع شدن شاخک‌ها می‌شوند. استفاده طولانی‌مدت از این داروها وضعیت بدی برای مخاط بیمار ایجاد می‌کنند و مخاط آنها مانند فرد معنای می‌شود که هر چقدر بیشتر از آن دارو استفاده کنند، بیشتر نیاز پیدا می‌کنند. بنابراین داروهای مثل «فیل‌افرین»، «اگسی نفازولین» و... اگر طولانی‌مدت استفاده شوند مضر هستند. توصیه من این است که حتی داروخواه‌ها هم این داروها را به راحتی در اختیار مردم عادی قرار ندهند. متأسفانه استفاده خودسرانه از این داروها به یک معضل تبدیل شده و بیمارانی داریم که اینقدر از این داروها استفاده کرده‌اند مخاطشان تغییر حالت پیدا کرده و دچار مشکلات جدی شده‌اند. در مورد اسپری‌هایی که کورتون دارند، آنها هم خشکی بینی ایجاد می‌کنند و مصرف آنها بدون دستور مصرف و معاینه اصلا توصیه نمی‌شود.»اطلاعات بسیاری در مورد مضرات مصرف دخانیات انجام شده است. به گفته دکتر فیروزی‌فر دخانیات باعث افزایش تورم در مخاط بینی می‌شود. «تاجک‌های ظریفی در بینی قرار دارند که ترشحات را به پشت حلق می‌برند، این تاجک‌ها در افرادی که دخانیات مصرف می‌کنند، فلج می‌شود. ترشحات این افراد هم بسیار غلیظ و چسبیده است و چنین شرایطی بینی بیشتر در معرض عفونت و التهاب قرار دارد. قطع مصرف دخانیات مهم‌ترین توصیه به این بیمار!ان است.» او با هشدار نسبت به مصرف قلیان در میان جوانان تأکید می‌کند: «متأسفانه قلیان از سیگار خیلی بدتر است و مصرف آن در بین جوانان زیاد است».

چالش‌های دارویی؛ کمبود و گرانی، بحران سلامت را تشدید می‌کند



در حالی که مردم برای تأمین داروهای ضروری با مشکلات عدیده‌ای مواجه هستند، کارشناسان معتقدند ریشه کمبود و گرانی دارو فراتر از مسائل اقتصادی ساده است و به عواملی چون تحریم‌ها، مدیریت ناکارآمد، نوسانات ارزی و عدم حمایت کافی از تولیدکنندگان داخلی باز می‌گردد. این مشکلات نه تنها سلامت بیمار!ان را تهدید می‌کند، بلکه فشارهای اقتصادی سنگینی به آنها وارد کرده و بر کیفیت زندگی‌شان تأثیر می‌گذارد.

در سال‌های اخیر، کمبود و گرانی دارو به یکی از دغدغه‌های اصلی بیمار!ان تبدیل شده است. بیمار!ان برای تهیه داروهای حیاتی خود با دشواری‌های فراوان مواجه هستند و تولیدکنندگان دارو نیز تحت فشارهای اقتصادی قرار دارند. از سوی دیگر، سیاست‌گذاران با چالش‌های ارزی و بیمه‌ای دست و پنجه نرم می‌کنند. اما آیا ریشه این بحران تنها به مشکلات اقتصادی برمی‌گردد؟ آیا فشارهای ناشی از تحریم‌ها و نوسانات ارزی می‌توانند تنها عامل کمبود دارو باشند؟ بررسی دقیق‌تر نشان می‌دهد که معضل کمبود و گرانی دارو، ترکیبی از مشکلات ساختاری، مدیریتی و اقتصادی است که باید به طور جامع و درازمدت حل شود.

هزینه‌های تولید و وابستگی به واردات مواد اولیه: بیش از نیمی از مواد اولیه دارویی که در ایران استفاده می‌شود، وارداتی است. نوسانات ارزی و تحریم‌ها به شدت هزینه‌های تولید دارو را افزایش داده‌اند. به طوری که بسیاری از کارخانه‌های داروسازی داخلی برای جبران هزینه‌های بالای تولید، مجبور به افزایش قیمت دارو می‌شوند. علاوه بر این، مشکلات در تأمین مواد اولیه از کشورهای خارجی، موجب شده تا بسیاری از داروهای حیاتی در بازار نایاب شوند.

نوسانات ارزی و تأثیر آن بر دارو:

نرخ ارز رابطه مستقیمی با قیمت دارو دارد. کاهش ارزش پول ملی موجب شده که شرکت‌های دارویی نتوانند به راحتی مواد اولیه مورد نیاز خود را خریداری کنند. حتی اگر دارویی در کشور تولید شود، به دلیل افزایش هزینه‌های تولید، قیمت آن به طرز چشمگیری بالا می‌رود و برای بسیاری از بیمار!ان دسترسی به آن دشوار می‌شود.

قاچاق دارو و بازار سیاه:

یکی دیگر از مشکلات اساسی، قاچاق دارو به کشورهای همسایه است. زمانی که دارو در ایران با قیمت پایین‌تری عرضه می‌شود، افراد سودجو آن را خریداری کرده و به خارج از کشور قاچاق می‌کنند. این اقدام موجب کمبود دارو در داخل و فشار بیشتر بر سیستم درمانی می‌شود.

دلایل اصلی عدم موفقیت در درمان اعتیاد

عباسی در ادامه همچنین از طراحی برنامه‌ای برای بازآموزی سالانه پزشکان، پرستاران، مددکاران، روانپزشکان و



روانشناسان برای دریافت تجارب و بروزرسانی اطلاعات پزشکان حوزه درمان اعتیاد خبر داد و گفت: هدف این برنامه، ارتقاء دانش و مهارت درمانگران و بهره‌گیری از تجربیات موفق و ناکام در حوزه درمان اعتیاد است.

مدیرکل درمان ستاد مبارزه با مواد مخدر در ادامه از رویکرد جدید ستاد در رابطه با پزشکان فعال در حوزه درمان خبر داد و گفت: در حال حاضر ستاد میان پزشکانی که با هدف درمان واقعی بیمار!ان کار می‌کنند و پزشکانی که به جنبه تجاری درمان اعتیاد می‌پردازند، در صدور پروانه طبابت و تمدید آن برای پزشکان تفاوت قائل است و بر اساس

سندروم گردن پیامکی؛ بیماری شایع قرن ۲۱ و تأثیرات آن بر سلامت

یک کودک پنج‌ساله روی آن نشسته است.» این فشار به طور مداوم می‌تواند منجر به مشکلات گردنی و حتی آسیب به نخاع شود.

این متخصص مغز و اعصاب همچنین بیان کرد که اگر فردی به طور متوسط روزی دو تا چهار ساعت با گوشی کار کند، در طول یک سال بیش از هزار ساعت فشار مداوم به گردن وارد می‌شود که این مدت زمان می‌تواند مشکلات جدی برای ستون فقرات ایجاد کند.

با وجود اینکه حذف استفاده از گوشی‌های همراه غیرممکن است، سپهوند توصیه‌هایی برای کاهش این آسیب‌ها ارائه کرد. او گفت: «در قدم اول، بهتر است گوشی خود را در ارتفاع بالاتری نگه دارید. به‌طوری‌که مقابل چشمانتان باشد، یا آن را روی پایه قرار دهید. همچنین روی پیشنهاد کرد که هر ۲۰ دقیقه یک بار، سر خود را بالا بیاورید و شانه‌ها را عقب کشیده و چند حرکت کششی ساده انجام دهید. این حرکات می‌توانند به کاهش فشار روی گردن کمک کنند.»

به‌سپاه سپهوند، متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران، نسبت به مشکلات جدی ناشی از خم شدن زیاد گردن هنگام استفاده از گوشی‌های موبایل هشدار داد. وی توضیح داد که اصطلاح «سندروم گردن پیامکی» از سال ۲۰۱۴ به عنوان یکی از مشکلات شایع قرن ۲۱ مطرح شده و امروزه بسیاری از افراد با آن دست و پنجه نرم می‌کنند.

سپهوند با اشاره به شیوع گسترده این آسیب در جامعه، به تشریح فیزیکی آسیب‌دیدگی ناشی از خم شدن گردن پرداخت. وی گفت: «زمانی که گردن به زاویه ۴۵ درجه خم می‌شود، فشار وارده به ستون فقرات به ۲۰ تا ۲۵ کیلوگرم می‌رسد که معادل فشار وارد شده به گردن زمانی است که

یک متخصص مغز و اعصاب هشدار داد که استفاده طولانی‌مدت از گوشی‌های هوشمند می‌تواند باعث فشار زیادی به گردن شود که معادل وزن یک کودک پنج‌ساله است.

«مها سپهوند، متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران، نسبت به مشکلات جدی ناشی از خم شدن زیاد گردن هنگام استفاده از گوشی‌های موبایل هشدار داد. وی توضیح داد که اصطلاح «سندروم گردن پیامکی» از سال ۲۰۱۴ به عنوان یکی از مشکلات شایع قرن ۲۱ مطرح شده و امروزه بسیاری از افراد با آن دست و پنجه نرم می‌کنند.

سپهوند با اشاره به شیوع گسترده این آسیب در جامعه، به تشریح فیزیکی آسیب‌دیدگی ناشی از خم شدن گردن پرداخت. وی گفت: «زمانی که گردن به زاویه ۴۵ درجه خم می‌شود، فشار وارده به ستون فقرات به ۲۰ تا ۲۵ کیلوگرم می‌رسد که معادل فشار وارد شده به گردن زمانی است که

افزایش نگران‌کننده کم‌ردرد در میان جوانان و میانسالان

دبیر انجمن بررسی و مطالعه درد در ایران با هشدار نسبت به افزایش چشمگیر کم‌ردرد در میان جوانان و میانسالان، این عارضه را یک اختلال جدی و مزمن توصیف کرد که می‌تواند زندگی شخصی و کاری افراد را به‌طور جدی تحت تأثیر قرار دهد. دکتر محمدحسین دلشاد، فلوشیپ درد و دبیر انجمن بررسی و مطالعه درد، به مناسبت ۲۵ مهر (۱۷ اکتبر)، روز جهانی کم‌ردرد، گفت: «بیش از ۸۰ درصد مردم در طول زندگی حداقل یک‌بار به کم‌ردرد دچار می‌شوند. این اختلال شایع‌ترین علت ناتوانی حرکتی در جهان است

دبیر انجمن بررسی و مطالعه درد در ایران با هشدار نسبت به افزایش چشمگیر کم‌ردرد در میان جوانان و میانسالان، این عارضه را یک اختلال جدی و مزمن توصیف کرد که می‌تواند زندگی شخصی و کاری افراد را به‌طور جدی تحت تأثیر قرار دهد. دکتر محمدحسین دلشاد، فلوشیپ درد و دبیر انجمن بررسی و مطالعه درد، به مناسبت ۲۵ مهر (۱۷ اکتبر)، روز جهانی کم‌ردرد، گفت: «بیش از ۸۰ درصد مردم در طول زندگی حداقل یک‌بار به کم‌ردرد دچار می‌شوند. این اختلال شایع‌ترین علت ناتوانی حرکتی در جهان است

اجتماعی

۱۰ علامت کم خونی در بارداری که هرگز نباید نادیده گرفته شوند



کم‌خونی یکی از مشکلات شایع دوران بارداری است که می‌تواند باعث خستگی، سرگیجه و تپش قلب شود و در صورت بی‌توجهی، سلامت مادر و جنین را تحت تأثیر قرار دهد. شناخت علائم و درمان به‌موقع، نقش مهمی در پیشگیری از عوارض دارد.

اگر نتیجه آزمایش شمارش کامل سلول‌های خونی (CBC) نشان دهد تعداد گلبول‌های قرمز یا میزان هموگلوبین خون شما کم است، ممکن است دچار کم‌خونی باشید. این وضعیت تقریباً ۴۰ درصد از بارداری‌ها را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد و می‌تواند باعث خستگی، رنک‌پریدگی و سرگیجه شود. مصرف غذاهای سرشار از آهن می‌تواند به بهبود وضعیت کمک کند، اما برخی علائم نیاز به بررسی پزشکی بیشتر دارند تا سلامت مادر و جنین حفظ شود.

۱. خستگی و ضعف

کم‌خونی زمانی رخ می‌دهد که بدن گلبول‌های قرمز کافی برای رساندن اکسیژن به بافت‌ها ندارد. هموگلوبین، پروتئین حاوی آهن در گلبول‌های قرمز، وظیفه انتقال اکسیژن به عضلات و اندام‌ها را دارد. در دوران بارداری نیاز بدن به آهن افزایش می‌یابد. کمبود آهن یا هموگلوبین باعث کاهش اکسیژن‌رسانی و ایجاد احساس خستگی شدید حتی با خواب کافی می‌شود.

۲. رنگ‌پریدگی پوست، لب‌ها و ناخن‌ها

کاهش تعداد گلبول‌های قرمز سطح هموگلوبین را پایین می‌آورد و موجب رنگ‌پریدگی غیرطبیعی پوست، لب‌ها و بستر ناخن‌ها می‌شود.

۳. تنگی نفس

در بارداری نیاز بدن به اکسیژن افزایش می‌یابد. در صورت کم‌خونی، قلب و ریه‌ها برای جبران کمبود اکسیژن سخت‌تر کار می‌کنند و همین موضوع باعث تنگی نفس هنگام فعالیت‌های معمول می‌شود.

۴. سرگیجه و سبکی سر

اکسیژن ناکافی در مغز می‌تواند باعث سرگیجه، احساس سبکی سر یا حتی غش کوتاه‌مدت، به‌خصوص هنگام ایستادن سریع شود.

۵. سردرد

کاهش اکسیژن‌رسانی مغز موجب گشاد شدن رگ‌ها و ایجاد سردردهای ضرباندار یا فشاری می‌شود. سردردهای مکرر نیازمند بررسی پزشکی هستند.

۶. سردی دست‌ها و پاها

گردش خون ضعیف ناشی از کم‌خونی می‌تواند باعث سردی مداوم اندام‌ها و گاهی بی‌حسی یا گزگز شود.

۷. زخم دهان و درد زبان

کمبود آهن تولید بزاق را کاهش داده و موجب خشکی دهان، التهاب زبان و افزایش احتمال آفت و زخم می‌شود.

۸. کاهش تمرکز

کمبود اکسیژن در مغز باعث افت حافظه، مشکل در تمرکز و مه‌آلودگی ذهن می‌شود.

۹. تپش قلب

قلب برای جبران کمبود اکسیژن مجبور است سریع‌تر تپید و خون پمپاژ کند که ممکن است باعث ضربان نامنظم یا تند شود. تداوم این علائم نیازمند مراجعه به پزشک است.

۱۰. پیکا (میل به خوردن مواد غیرخوراکی)

پیکا نوعی هوس غیرطبیعی برای خوردن موادی مانند یخ، خاک یا کاغذ است و معمولاً با کمبود آهن ارتباط دارد. برخی تحقیقات نشان می‌دهند تغییرات دوپامین در مغز ممکن است عامل آن باشد.

انواع کم‌خونی در بارداری

کم‌خونی رقیق‌شدگی: افزایش پلاسما در بارداری باعث رقیق شدن خون می‌شود. کم‌خونی ناشی از کمبود آهن: شایع‌ترین نوع، از هر ۵ باردار یک نفر مبتلا است.

سایر انواع: کمبود ویتامین B۱۲، اسیدفولیک، بیماری‌های مزمن یا اختلالات ارثی مانند کم‌خونی داسی‌شکل. پزشک با آزمایش CBC شدت و نوع کم‌خونی را تعیین می‌کند و ممکن است سطح آهن، ویتامین‌ها یا اسامیر خون محیطی را درخواست کند.

شدت کم‌خونی بر اساس هموگلوبین خفیف: ۱۰ تا ۱۰.۹ گرم/دسی‌لیتر متوسط: ۷ تا ۹.۹ گرم/دسی‌لیتر شدید: کمتر از ۷ گرم/دسی‌لیتر

تأثیر کم‌خونی بر جنین

در موارد شدید، احتمال زایمان زودرس، وزن کم نوزاد یا کمبود آهن در او وجود دارد که می‌تواند رشد مغز و یادگیری را تحت تأثیر قرار دهد.

تغییرات تغذیه‌ای مفید

منابع مفید عبارتند از:

آهن حیوانی (جذب بهتر): گوشت قرمز کم‌چرب، جگر، مرغ، تخم‌مرغ آهن گیاهی (جذب کمتر): لوبیا، توفو، اسفناج، کینوا

عصر، ویتامین C همراه آهن جذب را افزایش می‌دهد (مانند مرکبات، لفل، دلمه‌ای، توت‌فرنگی).

نوشیدنی‌های حاوی کافئین، لبنیات و چای را با فاصله ۲-۱ ساعت از آهن مصرف کنید.

در کم‌خونی شدید، ممکن است تزریق آهن یا انتقال خون لازم شود.

چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟

بروز علائم کم‌خونی

عدم بهبود پس از چند روز درمان

بدتر شدن علائم

پزشکان معمولاً در سه نوبت دوران بارداری آزمایش خون انجام می‌دهند.

کم‌خونی در دوران بارداری شایع است و می‌تواند باعث خستگی، سرگیجه و تپش قلب شود. اصلاح رژیم غذایی، مصرف مکمل آهن و پیگیری پزشکی به‌موقع، بهترین راه‌های پیشگیری از عوارض برای مادر و جنین هستند.

استان ها

سهم ۵/۷۳ در صدی شورای ششم

در تملکات کنار گذر شمالی



شورای ششم شهر کرج با هزینه ۱۳۰۰ میلیارد تومان، تملکات پروژه شاهرگ حیاتی کنارگذر شهید سلیمانی را در دوره فعالیت خود به سرانجام رساند.

علیرضا رحیمی رئیس کمیسیون عمران و حمل و نقل شورای اسلامی شهر کرج در حاشیه بازدید و بررسی روند پروژه کنارگذر شهید سلیمانی(شمالی)به اتفاق استاندار البرز صورت گرفت در باب تملکات این پروژه اظهار داشت: تملکات زیربنایی یکی از بزرگترین پروژه‌های عمرانی شهر کرج، واقع در مسیر گذر شهری به طول تقریبی ۲۰ کیلومتر، با تملک بیش از ۳۵۰ هزار مترمربع زمین صورت گرفته که یک دستاورد بزرگ عمرانی در شهر کرج محسوب می شود که ۵/۷۳ درصد مساحت سهم تملکات در دوره شورای اسلامی ششم نقش بسزایی دارد.رئیس کمیسیون عمران و حمل و نقل شورای اسلامی شهر کرج گفت: پروژه کنارگذر شهید سلیمانی در راستای تسریع در عبور و مرور شهری و کاهش بار ترافیک اتوبان تهران - کرج - قزوین از سال ۱۳۹۵ عملیات اجرایی آن آغاز شده که تا به امروز مجموعاً ۳۵۰هزار و ۷۴۳ متر مربع زمین تملک شده که سهم عمده ۷۳.۵ درصدی در دوره فعالیت شورای ششم با اعتباری بالغ بر یک هزار ۳۰۰ میلیارد تومان هزینه شده است.

علیرضا رحیمی، اهمیت تصمیم‌گیری سریع و قاطعیت در اجرای این پروژه با توجه به نوسانات اقتصادی مهم دانست و یادآور شد: کنارگذر شهید سلیمانی به عنوان شاهرگ جدید و محور مواصلاتی ۱۴ استان کشور است که علاوه بر تسهیل جابه‌جایی کالا و خدمات و کاهش زمان سفر برای ناوگان حمل و نقل عمومی، صرفه جویی روزانه ۹۰ میلیارد تومان در بخش سوخت، نقش حیاتی در بهبود جریان ترافیک شهری محسوب می شود که به طور مستقیم بر کیفیت زندگی شهروندان کرجی تأثیر می‌گذارد.

خبرنگار البرز

طرح مجلس و دولت برای بهبود وضعیت معیشت مردم



قزوین – خبر نگار نسیم: رییس مجمع نمایندگان استان قزوین از آماده سازی طرح مجلس و دولت برای بهبود معیشت مردم و مقابله با گرانی ها خبر داد .
مسالار ولایتمدار در نشست هم اندیشی با اصحاب رسانه استان قزوین با بیان این نکته که شرایط منطقه ای و بین المللی در وضعیت گرانی ها تاثیر گذاشته است افزود: گرانی های امروز از اهداف برنامه‌ریزی شده دشمنان برای تضعیف نظام جمهوری اسلامی و تضعیف روحیه مردم ایران است.

وی با اشاره به تعیین ۲۳ قلم کالای اساسی و ضروری زندگی و رفاه جامعه یاد آور شد : دولت و مجلس شورای اسلامی برای بهبود وضعیت معیشت مردم و مقابله با گرانی ها طرحی را در قالب کالابرج و مساعدت های دیگر آماده سازی کرده اند .

وی اعلام کرد: طرح فوق تا اواخر آبان ماه اجرایی می شود و امیدوار هستیم رضایتمندی مردم را به همراه داشته باشد .

نماینده مردم قزوین ، البرز و آبیک در مجلس شورای اسلامی درباره گمانه‌زنی‌ها پیرامون مذاکره با آمریکا گفت : عامل ما با دنیا بر اساس سیاست‌های کلان نظام و حفظ عزت ملی است. از همه ظرفیت‌های بین‌المللی برای منافع ملت استفاده می‌کنیم. اما مذاکره مستقیم با آمریکا در دستور کار نیست.

ولایتمدار در زمینه مبارزه با فساد افزود: در استان قزوین جلسات هفتگی با حضور نمایندگان مجلس، دیوان محاسبات و مسئولان قضایی برگزار می‌شود و با هر مدیر متخلف قاطعانه برخورد خواهد شد و در سطح ملی نیز مجلس پیگیری دقیق چند بانک و شرکت بزرگ را آغاز کرده است.

وی در مورد برنامه‌های قابل پیگیری در زمینه توسعه استان قزوین هم اظهار داشت: در جمع بندی مسائل اساسی استان قزوین بالغ بر ۴۰ موضوع شامل بهداشت و درمان ، پیگیری احداث ۸۰۰ کیلومتر راه روستایی و راه اصلی ، انتقال آب ، اینترنت ، تغییرات و اصلاحات تقسیمات کشوری در استان قزوین و... در دستور کار است .

وی اعلام کرد : به زودی موضوع تقسیمات کشوری در استان قزوین مربوط به شهر های محمدیه ، اقبایله ، مهرگان ، نصرت آباد ، شال ، اسفروین و طارم نهایی و اعلام می شود .

مشارکت خیرین در احداث فضاهای آموزشی، جلوه‌ای ارزشمند از همراهی مردم در مسیر توسعه عدالت آموزشی است و نقش مهمی در تأمین نیازهای آموزشی مناطق مرزی استان سیستان و بلوچستان دارد. همراهی خیرین در ساخت و تجهیز مدارس در مناطق مرزی همچنین نقش بسزایی در کاهش محرومیت آموزشی و افزایش امید در بین دانش‌آموزان دارد به گونه ای که ساخت هر مدرسه، دروازه‌ای به سوی آینده روشن فرزندان این سرزمین است. در این بین حضور بانوان خیر در عرصه مدرسه‌سازی نماد درخشان مسئولیت‌پذیری اجتماعی و عشق به تعلیم و تربیت است. امروز هر کلاس درس در روستاهای دورافتاده سیستان و بلوچستان نشانگر امید و آینده‌ای روشن برای فرزندان این سرزمین است که خوشبختانه در سال‌های اخیر با همراهی خیرین مدرسه‌ساز و نگاه ویژه دولت به مناطق جنوبی استان، شاهد شتاب چشمگیری در نوسازی فضاهای آموزشی در سطح استان هستیم. در همین راستا طی هفته های گذشته ۶ واحد آموزشی برخوردار از ۳۶ کلاس درس با مشارکت خیرین نیک اندیش در شهرستان ها و روستاهای استان سیستان و بلوچستان به شرح زیرافتتاح و به بهره برداری رسیده است.

افتتاح مدرسه ۶ کلاسه الزهرا(س) در روستای زیارت سروان

به همت خیر نیک‌اندیش خانم پرویش هاشمی، مدرسه ۶ کلاسه الزهرا(س) در روستای زیارت (هیتوک) شهرستان سروان به بهره برداری رسید. این واحد آموزشی با زیربنای ۴۰۰ مترمربع و با اعتباری بالغ بر ۷ میلیارد تومان و با ظرفیت پذیرش ۴۰۰ دانش‌آموز ابتدایی در دو شیفت صبح و عصر فعالیت خود را آغاز کرده است.

بهره برداری از مدرسه ۶ کلاسه مسکن مهر در شهرستان مرزی میرجاوه

با مشارکت خیر نیک‌اندیش خانم زهرا لشکری‌نژاد، مدرسه ۶ کلاسه مسکن مهر شهرستان میرجاوه با زیربنای ۴۷۵ مترمربع و با اعتباری بالغ بر ۱۰ میلیارد ریال به‌صورت مشارکتی با ااده کل نوسازی مدارس استان احداث و به بهره‌برداری رسید. این واحد آموزشی با امکانات استاندارد به‌عنوان گامی مؤثر درارتقای کیفیت آموزشی این منطقه به بهره‌برداری رسیده و آماده خدمت‌رسانی به دانش‌آموزان است.

افتتاح مدرسه ۴ کلاسه روستای پشت‌ریگ میرجاوه
مدرسه ۴ کلاسه روستای پشت‌ریگ از توابع شهرستان میرجاوه نیز با زیربنای ۲۱۵ مترمربع و اعتباری بالغ بر ۳ میلیارد تومان با مشارکت خیر نیک اندیش آقای عباسلو افتتاح شد.

این پروژه در راستای توسعه زیرساخت‌های آموزشی مناطق کم‌برخوردار استان و با هدف ایجاد فرصت‌های برابر آموزشی برای دانش‌آموزان اجرا شده است. با افتتاح این واحد آموزشی، بخشی از نیاز آموزشی منطقه پشت‌ریگ برطرف شده و دانش‌آموزان این روستا در محیطی ایمن، استاندارد و مجهز تحصیل خواهند کرد.

بهره برداری از مدرسه ۸ کلاسه «سیادک» نصرت‌آباد زاهدان با مشارکت خیر نیک‌اندیش خانم فروزان‌گهر مدرسه ۸ کلاسه سیادک در شهر نصرت‌آباد زاهدان به بهره برداری

با مشارکت خیرین نیک اندیش صورت گرفت:

افتتاح ۶ واحد آموزشی با ۳۶ کلاس درس در سراسر استان سیستان و بلوچستان



رسید. این آموزشگاه با زیربنا ۵۸۰ مترمربع و اعتباری بالغ بر ۱۰ میلیارد تومان اکنون آماده پذیرش دانش‌آموزان در سال تحصیلی جدید است و به‌عنوان یکی از مدارس ایمن، زیبا و مجهز منطقه نصرت‌آباد به بهره‌برداری رسیده است .

مدرسه ۶ کلاسه روستای رودگلندام در نیکشهر افتتاح شد بهره‌برداری ازمدرسه ۶ کلاسه در روستای رودگلندام از توابع بخش بنت شهرستان نیکشهرهم آغاز شد. این پروژه با مشارکت مؤثرمؤسسه خیریه موج مهربانی به بهره‌برداری رسیده است.افتتاح این فضای آموزشی گامی ارزشمند در جهت تحقق عدالت آموزشی در مناطق کم‌برخوردار است که با زیربنای ۴۷۶ مترمربع و اعتباری بیش از ۱۰ میلیارد تومان تأمین شده است.

بهره برداری از مدرسه ۶ کلاسه در روستای گارکندی چابهار توسعه عدالت آموزشی در مناطق کمتر برخوردار به‌ویژه در نوار ساحلی مکران از اولویت‌های اصلی دولت و وزارت آموزش و پرورش است و مدرسه ۶ کلاسه زنده‌یاد بانو بهناز نژند نمونه‌ای ارزشمند از همکاری دولت و خیرین نیک‌اندیش در مسیر ارتقای زیرساخت‌های آموزشی استان به شمار می‌رود.این آموزشگاه با زیربنای ۴۷۶ متر مربع و با اعتباری بالغ بر ۱۵ میلیارد تومان از محل مشارکت انجمن حامی احداث شده و آماده بهره‌برداری در سال تحصیلی جدید است.

افتتاح این مدارس نمونه‌ای درخشان از مشارکت خیرین در توسعه فضاهای آموزشی استان است و حضورآنان، نماد عشق به علم و آینده‌سازی برای نسل‌های فرداست که بدون تردید نام این بزرگواران در تاریخ آموزش و پرورش سیستان و بلوچستان ماندگار خواهد شد.
مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان سیستان و بلوچستان در گفتگویی اختصاصی پیرامون بهره برداری از این پروژه های آموزشی اعلام کرد: احداث مدارس در مناطق روستایی و مرزی از اولویت‌های اصلی این اداره کل است و تلاش داریم با همکاری خیرین گرانقدر و حمایت دولت هیچ دانش‌آموزی به دلیل نبود فضای آموزشی از تحصیل

کسب جایزه جهانی تعالی پایداری توسط فولاد مبارکه؛ اسکار صنعت فولاد به ایران رسید

رقابت جهانی از «تناژ تولید» به سمت «تولید پاک، هوشمند و مسئولانه» تغییر مسیر داده است.

دستاورد فولادمبارکه: درخشش در «تعالی در پایداری»
در سال ۲۰۲۵، گروه فولاد مبارکه موفق شد در یکی از رقابتی‌ترین و مهم‌ترین دسته‌بندی‌ها، یعنی تعالی در پایداری، در لیست کوتاه نامزدها قرار گیرد. این موفقیت به واسطه پروژه نوآورانه «تبدیل لجن صنعتی به ارزش استراتژیک:



نوآوری مبتنی بر پایداری در فولادسازی» به دست آمد. اسکار صنعت فولاد به ایران رسید

شناسایی چالش

فولاد مبارکه در راستای همسویی با پارادایم جهانی اقتصاد چرخشی، ارزیابی جامعی از جریان‌های پسماند خود انجام داد و این ارزیابی دو جریان پسماند با اولویت بالا را شناسایی کرد:لجن نورد گرم: ۹۰۰،۰۰۰ تن لجن روغنی ناشسته شده طی سالیان که فضای عملیاتی ارزشمندی را اشغال کرده و نگرانی‌های زیست‌محیطی جدی مانند نشت شیرابه روغنی، بوی نامطبوع و آلودگی منابع آب زیرزمینی ایجاد می‌کرد.
پودر اکسیدی اسیدشویی: ۹،۶۰۰ تن پسماند که حاوی ۱۰ درصد کلرید بود. این میزان بالای کلرید، استفاده مجدد از آن در تولیدهای کندل‌سازی را غیرممکن می‌ساخت و خطرناک جدی برای یکپارچگی تجهیزات و سلامت کارکنان (به دلیل انتشار ذرات کلرید در هوا) ایجاد می‌کرد.

ارائه راه‌حل

فولاد مبارکه در همکاری با یک شرکت دانش‌بنیان ایرانی، یک

بازنمادند.میشم لک‌زایی با اشاره به اهمیت توسعه عدالت آموزشی در مناطق محروم گفت:در راستای سیاست‌های دولت مردمی و وزارت آموزش و پرورش تلاش کرده‌ایم با اتکا به ظرفیت خیران و اعتبارات دولتی روند ساخت فضاهای آموزشی استاندارد را در سراسر استان تسریع کنیم. مدیرکل نوسازی مدارس استان تأکید کرد: هیچ دانش‌آموزی در سیستان و بلوچستان نباید به دلیل نبود فضای آموزشی از تحصیل بازبماند و تمام تلاش ما بر این است که با همراهی خیرین و حمایت دولت چهاردهم، عدالت آموزشی در دورترین نقاط استان محقق شود.

وی همچنین از امضای تفاهم‌نامه ساخت یک واحد آموزشی ۶ کلاسه با عنوان «مدرسه سپاس۲» در شهرستان مهرستان خبر داد و گفت: این پروژه با مشارکت بنیاد همدلان آینده‌نگر ایران (هاسب) و گروه خیریه سپاس در مناطق کمتربرخوردار استان اجرا می‌شود.وی افزود: عملیات اجرایی این طرح به‌زودی آغاز می‌شود و بر اساس نقشه‌های مصوب و استاندارد ملی مدارس، اجرا خواهد شد.لک زایی با قدردانی از اقدام ارزشمند بنیاد هاسب و خیرین گروه سپاس گفت: این دومین مدرسه‌ای است که گروه خیریه سپاس در همکاری با بنیاد هاسب در مناطق کمتربرخوردار استان احداث می‌کند و چنین مشارکت‌هایی جلوه‌ای از عشق به دانایی و سرمایه‌گذاری برای آینده فرزندان این مرز و بوم است.وی در تشریح جزئیات طرح افزود:فضای آموزشی، کتابخانه، محوطه‌سازی، دیوارکشی، فضاهای ورزشی و سرویس‌های بهداشتی از جمله بخش‌های این پروژه است که پس از تکمیل، به یکی از مدارس مجهز منطقه تبدیل خواهد شد.

لک‌زایی در پایان خاطرنشان کرد: همت خیرین و نهادهای مردم‌نهاد همچون بنیاد هاسب، نشانه‌ای روشن از فرهنگ مشارکت اجتماعی و مسئولیت‌پذیری در مسیر توسعه آموزش و تربیت است، یقین دارم با تداوم این مسیر فردایی روشن‌تر برای فرزندان سیستان و بلوچستان رقم خواهیم زد.

خبرنگاروروزنامه نسیم – زاهدان

راه‌حل فناوریانه را اجرا کرد. نکته کلیدی این پروژه، استفاده از فناوری‌های پیشرفته و اصلاح‌کننده‌های نانومواد، بدون استفاده از آب شیرین و بر پایه اصول کامل اقتصاد چرخشی بود.
خلق ارزش استراتژیک
این فرآیند تصفیه علمی، پسماندهای خطرناک و پرهزینه را به سه دسته محصول با ارزش اقتصادی تبدیل کرد:
۶۹ درصد کسناترزه آهن (بازگشت مستقیم به چرخه تولید)
پودر اکسید آهن بدون کلرید (ایجاد یک جریان درآمدی جدید برای استفاده در صنایع سرامیک، رنگدانه و قطعات منطاقیسی)محصولات جانبی ارزشمند ساختمانی (مانند آجر، بلوک و رنگدانه)اسکار صنعت فولاد به ایران رسید

خلق ثروت از پسماند

نامزدی فولاد مبارکه برای جایزه Steelie یک دستاورد صرفاً نمادین یا زیست‌محیطی نیست؛ این یک پیروزی استراتژیک است. از منظر رقابتی، این پروژه به طور همزمان به دو هدف کلیدی رهبری هزینه و ایجاد تمایز استراتژیک دست یافته است. این شرکت موفق شده یک مرکز هزینه بزرگ و بدهی قابل توجه به محیط زیست (تولید پسماند، اشغال فضا و ایجاد ریسک‌های آلودگی) را به یک دارایی با جریان درآمدی مستمر تبدیل کند. علاوه بر این، تثبیت برند فولاد مبارکه به عنوان یک «تولیدکننده فولاد سبز» و مسئول در بازاری که به زودی با موانع و مالیات‌های کربنی (مانند CBAM اروپا) مواجه خواهد شد، این نوع پروژه‌ها را دیگر یک انتخاب لوکس نیستند، بلکه یک ضرورت استراتژیک برای بقا و حفظ بازارهای صادراتی هستند.

این اقدام، فولاد مبارکه را دقیقاً در مسیر رهبران جهانی فولاد مانند پوسکو یا آرسلور میتال قرار می‌دهد که سال‌هاست از مدیریت پسماند عبور کرده و بر خلق ارزش از پسماند تمرکز کرده‌اند. این جایزه تأییدی رسمی از سوی معتبرترین نهاد جهانی صنعت فولاد بر این واقعیت است که فولاد مبارکه در حال تعریف «بهترین عملکرد جهانی» است و از یک دنباله‌رو، به یک الگوی الهام‌بخش در حوزه اقتصاد چرخشی تبدیل شده است.

کشف ۳۷ قبضه سلاح جنگی و شکاری در کردستان

خواهد کرد.وی اظهارکرد: طرح‌های مقابله با سلاح و مهمات غیرمجاز به صورت مستمر در سطح استان ادامه خواهد داشت و پلیس از تمام ظرفیت‌های اطلاعاتی و عملیاتی خود برای ریشه‌کنی این پدیده استفاده خواهد کرد.
فرمانده انتظامی استان کردستان با قدردانی از همکاری مردم با پلیس در اجرای این گونه طرح‌ها، از شهروندان خواست در صورت مشاهده یا اطلاع از هرگونه فعالیت مشکوک مرتبط با خرید، فروش یا نگهداری سلاح و مهمات غیرمجاز، موضوع را از طریق مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ اطلاع دهند.
وی افزود: همکاری مردم با پلیس، نقش بسزایی در ارتقا امنیت اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرایم خشن خواهد داشت.
سندج /خبرنگار نسیم

سیاسی ، فرهنگی ، اجتماعی و ورزشی

استان ها

اخلاق، اساس ورزش ایران است

معاون ورزش قهرمانی وزارت ورزش و جوانان گفت فلسفه اصلی ورزش اخلاق و رعایت حسن خلق است و امروز نیز این موضوع اساس ورزش ایران محسوب می شود.

سید محمدشروین اسبقیان در نشست روسای هیئت های ورزشی اردبیل افزود اساس ورزش رعایت اصول اخلاقی و مبانی معرفتی همراه با احترام به پیشکسوتان است چرا که ورزشکار قهرمان و پهلوان ما باید در وهله اول این اصول را رعایت کرده تا در کنار آن قهرمانی او ارزش و اهمیت پیدا کند.

وی تصریح کرد فلسفه زندگی مبنای اخلاق محوری و رعایت حسن خلق دارد و در ورزش نیز اساس کار اخلاق مداری است چرا که ورزشکاران ما در مکتب تختی و پوریای ولی احترام و رخصت از پیشکسوتان را آموخته اند. اسبقیان با اشاره به عقبه فعالیت خود در اردبیل گفت بنده یک شبه مراحل کار را سیری نکردم بلکه از چمن تختی اردبیل فعالیت های ورزشی خود را آغاز کرده و در کنار آن در عرصه های مختلف مدیریت ورزشی را انجام داده ولی هیچ وقت از اصل اخلاق مداری غفلت نکرده ایم.

وی در ادامه به وضعیت ورزش اردبیل اشاره کرد و گفت ورزش اردبیل حال و روز خوبی ندارد و در المپiad اخیر نیز رتبه ۲۹ را کسب کرده است.

معاون وزیر ورزش و جوانان اظهار کرد باید در یک برنامه چهار ساله راهبردی افق روشن برای توسعه ورزش اردبیل در نظر گرفته شود و در کنار آن احداث سالن ها و مجموعه های ورزشی نیز مورد توجه قرار گیرد.

وی از بازدید از مجموعه ورزشی علی دایی خبر داد و گفت به سرعت این مجموعه ورزشی که ضرورت توسعه ورزش قهرمانی اردبیل است ترمیم و بازسازی خواهد شد. اسبقیان در پایان از روسای هیئت ها و مربیان خواست در این شرایط سخت اعتباری از روند کار خسته و ناامید نشوند و با امیدواری و مصمم بودن به پیشرفت کار اقدامات را رو به جلو حرکت دهند.

مدیرکل ورزش و جوانان استان اردبیل نیز در این نشست از اختصاص ۳۳۵ میلیارد تومان اعتبار برای تکمیل پروژه‌های نیمه‌تمام ورزشی از محل مولدسازی در سال جاری خبر داد.وگفت این اداره کل در قالب ۵۲ هیئت و ۱۱ اداره در شهرستان‌ها با ۱۷۵ پرسنل فعالیت می‌کند.

وی با اشاره به دستاوردهای ورزشی استان افزود: در حوزه ورزش قهرمانی ۴۵ هزار نفر سازماندهی شده و ۱۲۲ مسابقه انتخابی استانی برگزار شد. همچنین ۱۷۵ ورزشی به مسابقات کشوری اعزام شدند که موجب کسب ۶۰ عنوان انفرادی و ۱۸ عنوان تیمی در سطح ملی و بین‌المللی شد. عوض نخست آمار مدال‌آوری ورزشکاراناستان را ۲۰۰ نفر در مسابقات جهانی ۱۵۰ نفر در مسابقات آسیایی۴۰ نفر در المپiad ناشوایان: بیش از ۳۰۰ نفر در مسابقات ملی عنوان کرد.افزود: ورزشکاران استان در شش ماهه اول امسال ۱۱ مدال جهانی، ۸ مدال بین‌المللی و ۵ مدال آسیایی کسب کردند.

مدیرکل ورزش و جوانان استان اردبیل با اشاره به توسعه ورزش همگانی گفت: امسال ۱۹۶ همایش پیاده‌روی و ۱۵۰۰ برنامه ورزشی صبحگاهی در سطح استان برگزار شده است.

نخست در بخش درآمدزایی خاطرنشان کرد: ۱۳۵ فضای ورزشی در اختیار بخش خصوصی قرار گرفته که ۱۲ میلیارد تومان درآمد داشته است. همچنین ۲۰ مورد واگذاری امکان ورزشی با بخش خصوصی به امضا رسیده است.
وی در پایان پروژه‌های در دست تکمیل را سالن طبقاتی تختی، پیست اسکیت و خانه جوان به همراه دفتر مشترک هیئت‌های ورزشی اعلام کرد و گفت: ساختمان هیئت فوتبال استان از ردیف مولدسازی خارج شده است.

صدور گواهینامه های استاندارهای مدیریتی در شرکت گاز مازندران / گامی مهم در مسیر ارتقای کیفیت و سر آمدی سازمان



شرکت گاز استان مازندران در پی ارزیابی و ممیزی تیم بین المللی TUV InterCert، موفق به تمدید گواهینامه‌های استاندارد مدیریتی خود شد.

در پی برگزاری ممیزی خارجی توسط تیم ممیزی شرکت TUV InterCert، این شرکت موفق به تمدید گواهینامه استانداردهای مدیریتی گردید. موفقیتی که حاصل تلاش جمعی مدیران، روسا و کارکنان این شرکت در مسیر ارتقاء کیفیت، بهبود مستمر و انطباق با استانداردهای بین‌المللی است.

هژبر جوادی، مدیرعامل شرکت گاز استان در مراسم اختتامیه ممیزی خارجی، با قدردانی از تلاش مستمر همکاران در حوزه‌های مختلف افزود: این موفقیت نتیجه برنامه‌ریزی دقیق، همکاری مؤثر و تعهد جمعی کارکنان در جهت استقرار نظام‌های مدیریتی کارآمد و ارتقاء سطح خدمات به مشتریان است.

جوادی با تأکید بر اهمیت حفظ و به‌روزرسانی استانداردهای مدیریتی گفت: رعایت اصول کیفیت، ایمنی، بهداشت، محیط‌زیست و انرژی از ارکان اصلی حرکت شرکت گاز استان مازندران به‌سوی توسعه پایدار و تحقق اهداف کلان صنعت گاز کشور است.

مدیرعامل شرکت گاز استان مازندران در پایان خاطر نشان کرد: موفقیت در ممیزی اخیر نشان‌دهنده پویایی، انسجام و آمادگی واحدهای مختلف شرکت است و مجموعه گاز استان مازندران همچنان با رویکردی حرفه‌ای و هدفمند مسیر سرآمدی و خدمت‌رسانی مطلوب به مردم شریف استان را ادامه خواهد داد.

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: ابراهیم بهمنی جلالی
لیتوگرافی و چاپ شاخه سبز قم
تلفن تماس: ۰۳۳۸۵۵۰۳ – تلفکس: ۰۲۳۳۸۵۵۰۳
آدرس: خیابان شهدا- نبش خیابان پاستور

دوشنبه ۵ آبان ۱۴۰۴
اذان صبح : ۰۴:۳۴-
طلوع آفتاب : ۰۵:۵۸-
اذان ظهر : ۱۱:۵۵-
غروب آفتاب: ۱۷:۵۱-
اذان مغرب: ۱۸:۰۹-
نیمه شب: ۲۳:۳۲

ایری

nasimgilan۷۶@yahoo.com

دوشنبه ۵ آبان ۱۴۰۴ - ۵ جمادی الاولی ۱۴۴۷ - ۲۷ اکتبر ۲۰۲۵ - شماره ۷۵۸۸

انتقاد قالیباف از روحانی و ظریف/ عزت و سربلندی ایران در اتحاد همه است

رئیس مجلس شورای اسلامی گفت: عزت و سربلندی ایران در اتحاد و ایستادگی همه است؛ ایستادگی که امروز با حمایت شرکای جهانی به ثمر نرسشته است. وظیفه شرعی و میهنی ماست که تحت هر شرایط، امر ملی را بر امر جناحی مقدم بداریم و به تحکیم دستاوردهای امروز کشور کمک کنیم.

محمداقبر قالیباف رئیس مجلس شورای اسلامی در جلسه علنی دیروز در نطق پیش از دستور خود با تبریک ولادت حضرت زینب (س) گفت: این عید فرخنده به عنوان روز پرستار نامگذاری شده است که فرا رسیدن این روز را به همه پرستاران پر تلاش و خستگی ناپذیر تبریک می‌گویم. از یادگیری تلاش‌های انسان‌دوستانه و ایثارگرانه آنها به ویژه در دوران دفاع مقدس و دوران شهدای مدافع سلامت به طور ویژه قدردانی می‌کنم.

وی ادامه داد: امروز، فرصتی است تا از گام‌های استوار دیپلماتیک جمهوری اسلامی ایران سخن بگوییم. در روزهای اخیر، شاهد یکی از دستاوردهای مهم و تاثیرگذار در عرصه سیاست خارجی جمهوری اسلامی بودیم که در نتیجه سالها مقاومت و پیشرفت مردم ایران در قبال فشارها و تحریم‌های ظالمانه صورت گرفت.

نامه چین، روسیه و ایران نماد همبستگی استراتژیک سه قدرت بزرگ است

رئیس مجلس توضیح داد: نامه وزرای خارجه جمهوری اسلامی ایران، فدراسیون روسیه و جمهوری خلق چین به دبیرکل سازمان ملل و رئیس شورای امنیت نمادی از همبستگی استراتژیک این سه قدرت بزرگ است که با صراحت اعلام کردند تلاش‌های سه کشور اروپایی برای فعال‌سازی مکانیسم موسوم به اسنپ‌بک، از اساس فاقد اعتبار حقوقی است.

قالیباف اضافه کرد: براساس بند ۸ قطعنامه ۲۲۳۱، تمام محدودیت‌ها و الزامات این قطعنامه خاتمه یافته، لغو همه قطعنامه‌های پیشین متداوم می‌یابد و با پذیرش رسمی حق غنی‌سازی، پرونده هسته‌ای ایران از دستور کار شورای امنیت خارج شده است.

وی گفت: در تداوم این رویکرد هوشمندانه، سفرا و نمایندگان دائم سه کشور نزد آژانس بین‌المللی انرژی اتمی، نامه‌ای مشترک در غیرقانونی بودن فعال سازی اسنپ یک به دبیرکل آژانس ارسال و تصریح کردند که با انقضای قطعنامه ۲۲۳۱ مأموریت گزارش‌دهی مدیرکل آژانس در خصوص راستی‌آزمایی و نظارت بر اجرای برجام و فعالیت‌های هسته‌ای ایران به پایان رسیده است.

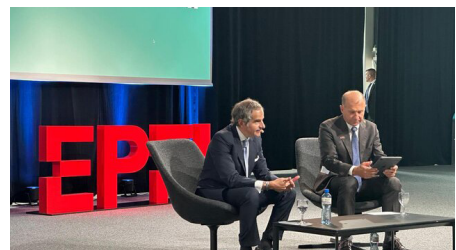
آژانس به قطعنامه‌ی هیئت حکام در دسامبر ۲۰۱۵ پایبند بماند

قالیباف ادامه داد: بر این اساس آژانس موظف است به جای پیروی از تفسیرهای یک‌جانبه غربی‌ها، به قطعنامه‌ی هیئت حکام در دسامبر ۲۰۱۵ پایبند بماند. این دو نامه مشترک، نه تنها یک پیروزی حقوقی برای ایران است، بلکه همکاری بر تغییر موازن قدرت جهانی است و نظام جهانی در اجرای

مدیر کل آژانس بین‌المللی انرژی اتمی:

به صراحت گفته‌ام ایران سلاح هسته‌ای ندارد/ آژانس نمی‌تواند به اسرائیل برود!

(ان‌بی‌تی) شکل گرفته است. وقتی من در سال ۱۹۶۱ به دنیا آمدم، هنوز این معاهده وجود نداشت. در آن زمان، جان اف. کندی (رئیس‌جمهور پیشین آمریکا) هشدار داده بود که اگر اوضاع به همین شکل پیش برود، ممکن است ۲۵ تا ۲۵ کشور به تسلیحات هسته‌ای دست پیدا کنند. تصور کنید جهانی با این تعداد کشور مسلح به سلاح هسته‌ای چه وضعیتی داشت. به همین دلیل، در آن زمان، اتحاد جماهیر شوروی، ایالات متحده و دیگر کشورهای کلیدی تصمیم گرفتند که باید این روند را کنترل کنند، چون بیش از حد خطرناک بود. این



تصمیم منجر به ایجاد معاهده منع گسترش تسلیحات هسته‌ای شد. طبق این معاهده، پنج کشور عضو دائم شورای امنیت سازمان ملل (که در آن زمان سلاح هسته‌ای داشتند) به عنوان قدرت‌های هسته‌ای شناخته شدند و دیگر کشورها به طور داوطلبانه متعهد شدند که سلاح هسته‌ای تولید نکنند. در ازای این تعهد، آنها به فناوری هسته‌ای صلح‌آمیز دسترسی پیدا می‌کردند و تحت بازرسی‌های آژانس بین‌المللی انرژی اتمی قرار می‌گرفتند.

اسرائیل می‌گوید به دلیل تهدیدات وجودی نمی‌تواند از ابهام هسته‌ای دست بکشدگروسی با طرح این پرسش که «نظر شخصی من چیست؟»، در نقش سخنگوی رژیم صهیونیستی ظاهر شد و گفت: من معتقد به جهانی بدون تسلیحات هسته‌ای هستم و فکر می‌کنم همه کشورها باید معاهده ان‌بی‌تی را امضا کنند. اما در عین حال، در دنیای واقعی زندگی می‌کنیم. اسرائیل می‌گوید به دلیل تهدیدات وجودی که با آن مواجه است، نمی‌تواند از این سیاست دست بکشد. توضیح این موضوع بر عهده خودشان است، نه من. اما وقتی کشوری وارد سیستم ان‌بی‌تی می‌شود، نباید از برنامه غیرنظامی به عنوان پوششی برای توسعه سلاح هسته‌ای استفاده کند. این دقیقاً کاری است که صدام حسین در عراق انجام داد. او ادعا می‌کرد برنامه‌اش غیرنظامی است، اما در خفا سلاح هسته‌ای توسعه می‌داد. در آن زمان، قبل از پروتکل الحاقی و سیستم‌های پیشرفته‌تر بازرسی، بازرسان آژانس فقط آزمایشگاه‌هایی را می‌دیدند که ظاهراً فعالیتی در آنها نبود، در حالی که با اتاق پبلی، برنامه تسلیحاتی پیش می‌رفت. این یک فریبکاری کامل بود. به همین دلیل، سیستم بازرسی‌های بین‌المللی تقویت شد.

او با بیان اینکه «این سؤال پیچیده‌ای است که مسائل عدالت

نظارت بانک مرکزی اتخاذ شده، بخشی از برنامه جامع رئیس مجلس خاطرنشان کرد: جایی که چین و روسیه، به عنوان دو عضو دائم شورای امنیت، با قاطعیت در کنار ایران ایستاده‌اند و نشان می‌دهند که عصر یک‌جانبه‌گرایی آمریکا و متحدانش به سر آمده است. ساختار نظام بین الملل نشانه‌هایی از یک دوران جدید را بروز می دهد و چین، روسیه

آینده که لطمه جدی به اقتصاد کشور می زد، آن را غیرقابل اصلاح تشخیص داد و تصمیم به ورود آن به فرآیند گزیر گرفت. سران قوا نیز با کارشناسی دقیق، تدابیر لازم را اخذ کرده و اختیارات کافی را به مسئولین امر دادند تا این فرایند در آرامش کامل اجرایی شود و نه مردم دچار ضرر و زیان شوند و نه به منافع بیت المال آسیبی برسد.

ورود بانک آینده به فرآیند گزیر یک موفقیت بزرگ برای نظام تصمیم‌گیری و حکمرانی کشور بود

وی افزود: خوشبختانه مجلس یازدهم در هماهنگی با دولت شهید رئیسی، با تصویب قانون جدید بانک مرکزی که از وعده های مهم ما به مردم بود و در برنامه هفتم پیشرفت کشور، ابزارهای لازم برای جلوگیری از تکرار چنین بحران‌هایی را فراهم کرده است و امکان اصلاح و در صورت نیاز انحلال بانک های ناتراز از جمله بانک آینده را ایجاد کرده است و دولت نیز با پیگیری خود و اهتمام ویژه آقای

پژشکیان رئیس‌جمهور تحقق این امر را ممکن ساختند. قالیباف گفت: ورود بانک آینده به فرآیند گزیر یک موفقیت بزرگ برای نظام تصمیم‌گیری و حکمرانی کشور بود که باعث ایجاد اعتماد مردم به دیگر تصمیم های کشور می‌شود. این نوع تصمیمات که پیش از این از آنها با عنوان لزوم اتخاذ تصمیمات سخت برای حل مسائل جاری کشور یاد کرده بودم، با همراهی سه قوه ادامه دار خواهد بود.

رئیس مجلس تاکید کرد: وفاق به معنی لاپوشانی اشتباهات و ضعفها نیست، خروجی واقعی و قابل دفاع وفاق میان قوا، همین است که این تصمیمات مهم با کمترین هزینه اجتماعی و اقتصادی، بدون مانع تراشی قوا برای یکدیگر و بدون سبقت گیری از هم برای تصاحب این نوع تصمیم گیری‌ها صورت می گیرد تا در واقعیت، نفع ملی محقق شود.

پرونده هسته‌ای ایران از دستور کار شورای امنیت خارج شده است

رئیس مجلس گفت: براساس بند ۸ قطعنامه ۲۲۳۱، تمام محدودیت‌ها و الزامات این قطعنامه خاتمه یافته، لغو همه قطعنامه‌های پیشین متداوم می‌یابد و با پذیرش رسمی حق غنی‌سازی، پرونده هسته‌ای ایران از دستور کار شورای امنیت خارج شده است.

وی گفت: در تداوم این رویکرد هوشمندانه، سفرا و نمایندگان دائم سه کشور نزد آژانس بین‌المللی انرژی اتمی، نامه‌ای مشترک در غیرقانونی بودن فعال سازی اسنپ یک به دبیرکل آژانس ارسال و تصریح کردند که با انقضای قطعنامه ۲۲۳۱ مأموریت گزارش‌دهی مدیرکل آژانس در خصوص راستی‌آزمایی و نظارت بر اجرای برجام و فعالیت‌های هسته‌ای ایران به پایان رسیده است.

و تعادل ژئوپلیتیکی را مطرح می‌کنند، گفت: اما ما در جهانی زندگی می‌کنیم که عادلانه نیست. کاری که می‌توانیم انجام دهیم، کاهش خطرات، مدیریت درگیری‌ها و حرکت به سمت ثبات بیشتر است. این رویکردی است که ما امروز دنبال می‌کنیم.

به‌صراحت گفته‌ام ایران سلاح هسته‌ای ندارد

در بخش دیگری از این نشست و در پاسخ به سؤالی درباره نقش آژانس در حملات اخیر آمریکا به ایران، گروسی مدعی شد: ما یک سازمان صلح‌طلب هستیم. از لحظه‌ای که تصمیم به بمباران گرفته می‌شود، نقش ما به عنوان یک نهاد متعهد به صلح برجسته می‌شود. برخی ادعا می‌کنند که آژانس تا حدی مسئول این حملات است، زیرا ما گزارش‌هایی درباره برنامه هسته‌ای ایران منتشر کردیم. اما این بخشی از مأموریت ماست؛ ما موظف بودیم این گزارش‌ها را تهیه کنیم.گروسی در ادامه گفت: می‌خواهم نکته‌ای را روشن کنم. درباره آخرین گزارش‌ی که کمی قبل از حملات منتشر کردم، حرف و حدیث‌های زیادی وجود داشت؛ گویی که این گزارش‌ها آخرین میخ به تابوت و یا جرقه‌ای برای شروع درگیری بودند. اما مثل همیشه، کسانی که این ادعاها را مطرح می‌کنند، معمولاً گزارش‌ها را نخوانده‌اند یا درک درستی از آنها ندارند. اگر این افراد زحمت مطالعه گزارش‌ها را به خودشان داده بودند، می‌دیدند که من در آن گزارش صراحتاً گفتیم ایران سلاح هسته‌ای ندارد و برنامه‌ای اختصاصی برای ساخت سلاح هسته‌ای هم ندارد. البته، سؤالاتی هم درباره شفافیت برنامه ایران مطرح کردم و به کمبودهایی اشاره کردم.او با ادعای اینکه «نقش ما در این موقعیت، پیشگیری و بازسازی اعتماد است»، افزود: من این را فقط اینجا در دانشگاه نمی‌گویم؛ این را در واشنگتن و هر جای دیگری که لازم بوده، گفته‌ام. تنها راه‌حل پایدار، یک راه‌حل دیپلماتیک است. آنچه اتفاق افتاده، اتفاق افتاده و نمی‌توان تاریخ را بازنویسی کرد. اما کاملاً واضح است که گزارش ظرفیت‌های هسته‌ای دارد و این ظرفیت‌ها همچنان وجود دارند، هرچند زیرساخت‌هایی در حملات تخریب شده‌اند. اما همان‌طور که شما بهتر از من می‌دانید، توافق عملی را نمی‌توان نابود کرد.تلاش می‌کنیم عناصر یک توافق جدید را کنار هم بگذاریم

مدیرکل آژانس در پایان تصریح کرد: اگر ایران تصمیم بگیرد ظرفیت‌های غنی‌سازی اورانیوم یا دیگر فعالیت‌های هسته‌ای خود را بازسازی کند، این کار برای کشوری با عزم جدی مثل ایران غیرممکن نیست. ما حتی ممکن است ایران مسیری شبیه کره شمالی را انتخاب کند و بگوید «ما دیگر با مسیری منع گسترش تسلیحات هسته‌ای و آژانس کاری نداریم.» به همین دلیل، مهم است که ما تلاش کنیم اعتماد را بازسازی کنیم. خوشبختانه، می‌بینم که در ایالات متحده هم اراده‌ای برای این کار وجود دارد. ما با آقای پبلی، دیگران همکاری زیادی داریم تا عناصر یک توافق جدید را کنار هم بگذاریم و اوضاع را کمی تثبیت کنیم. این نقشی است که ما تا به حال داشته‌ایم و امیدوارم در آینده هم بتوانیم آن را ادامه دهیم.

یک کارشناس حوزه انرژی گفت: در صورت تداوم تحریم‌های روسیه اگر ایران بخواهد وارد بازارهای جدید شود نیاز به سرمایه‌گذاری کلان در بخش گاز برای بهره‌برداری از فرصت‌ها و همچنین تنوع بخشیدن به سبد صادرات انرژی و کاهش وابستگی به درآمدهای نفتی دارد.

محمود خاقانی در ارزیابی تشدید تحریم‌ها علیه نفت و گاز روسیه و تاثیر آن بر بازار انرژی ایران اظهار داشت: شمار دولت اول ترامپ این بود که آمریکا بر تمام نفت و گاز جهان اولویت و ارجحیت دارد و این ایالات متحده است که قیمت نفت را تعیین خواهد کرد. در همین راستا، نیروهای نظامی خود را در خلیج فارس، آسیای میانه، عراق و قفقاز متمرکز کرد. به طوری که نفت عراق که بهترین نفت برای پالایشگاه‌های آمریکا است را دریافت و نفت خود را صادر می‌کند و به همین ترتیب در دیگر نقاط نفتخیز نیز منافع این‌چینی برای خود تعریف کرده است. به طوری که، اکنون عراق، عربستان، کویت، امارات، شرق مدیترانه و شمال افریقا مورد توجه ترامپ است چراکه از این مسیر هم پندبال ایجاد پشتوانه برای دلار و هم بازگرداندن عظمت به آمریکا است.

وی افزود: یک میلیارد و ۲۰۰ میلیون بشکه نفت در کشتی‌ها سرگردان بوده‌اند و قیمت‌ها به سمت ۵۰ دلار نزدیک می‌شد و این چین بود که از این فرصت استفاده می‌کرد و نفت ارزان را در ذخایر راهبردی انبار می‌کرد، هند هم از این شرایط منتفع می‌شد اما قطعاً پایین آمدن نفت خام در بازار تولید نفت و گاز شیل در آمریکا به مخاطره انداخته ؛ بنابراین ترامپ از تحریم کشورها بخصوص روسیه بعنوان یک صادرکننده بزرگ و بحران‌آفرینی به عنوان سلاح استفاده کرد تا قیمت نفت را به نفع تولیدات خود بالا ببرد.

این کارشناس حوزه انرژی با بیان اینکه تحریم‌های نفت و گاز روسیه پس از جنگ اوکراین، تغییرات ساختاری در بازار جهانی انرژی ایجاد کرده است، تصریح کرد: اکنون بسیاری از کشورهای اروپایی و آسیایی به دنبال منابع جایگزین برای نفت و گاز روسیه هستند. به طوری که مسریهای جدید صادراتی و خریداران غیرستنی در حال شکل‌گیری است و قیمت نفت خام در دو سال گذشته شاهد نوسانات قابل توجهی بوده است که در این بین ایران به عنوان دارنده ذخایر بزرگ نفت و گاز می‌تواند از فرصت استفاده کند.

وی افزایش سهم بازار نفت و رشد صادرات به چین و هند بعنوان دو اقتصاد بزرگ آسیایی را از جمله فرصت‌های ایران در شرایط کنونی برشمرد و گفت: اکنون چین و

سخنگوی کمیسیون امنیت ملی:

کشور وارد مرحله‌ای نو در صنعت دفاعی شده است



دو شرط نهایی آنها از سوی جمهوری اسلامی قاطعانه رد شد.رئیس مجمع نمایندگان استان بوشهر در مجلس شورای اسلامی، در توضیح فشارهای آمریکا اظهار کرد: پیام ویتکاف، نماینده آمریکایی، در آستانه سفر رئیس‌جمهور به نیویورک دریافت شد که طی آن واشنگتن خواستار رساندن سطح غنی‌سازی ایران به صفر درصد بود، اما این پیشنهاد با مخالفت قاطع و استوار ایران روبه‌رو شد.

به گفته سخنگوی کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس، این موضع نشانه‌ای از استقلال و اقتدار دیپلماسی جمهوری اسلامی است.رئیس مجمع نمایندگان استان بوشهر با اشاره به پیشرفت‌های خیره‌کننده دفاعی ایران تصریح کرد: امروز کشور وارد مرحله‌ای نو در صنعت دفاعی شده است و پیشرفت مستمر در حوزه فناوری نظامی به سود ملت ایران تمام خواهد شد.

نماینده دشتستان در مجلس شورای اسلامی همچنین هشدار داد: نباید اجازه دهیم مردم نسبت به آینده ناامید شوند؛ اگر رژیم صهیونیستی توانایی ضربه زدن به نظام را داشت، لحظه‌ای درنگ نمی‌کرد.

قادری:

قانون مبارزه با قاچاق کالا و ارز نیاز به اصلاح دارد

مرکز مبادله به برخی از تولیدکنندگان ارز تخصیص داده می‌شود، معمولاً بعضی از این افراد کالاهای‌شان را در بازار با نرخ آزاد قیمت‌گذاری می‌کنند؛ بنابراین دلیلی ندارد که ارز ۴۵ هزار تومانی به آنها تعلق بگیرد.

عضو کمیسیون برنامه و بودجه مجلس با بیان اینکه «نرخ مرکز مبادله باید به بازار آزاد نزدیک شود اما اینگونه نباشد که قیمت‌ها هر روز تغییر کند»، عنوان کرد: همچنین باید برای صادرکنندگان، در زمینه بازگشت ارز، تسهیلاتی قائل شود و کارت‌های یک‌بار مصرف باید تعیین تکلیف شود چراکه با شکل کنونی، ایجاد انگیزه نمی‌شود و این موضوع مشکلاتی را برای صادرکنندگان ایجاد می‌کند. از نظر من به عنوان نمونه کالاهایی که مواد اولیه آن در از طریق ارز آزاد تأمین می‌شود، دلیلی وجود ندارد که صادرکنندگان را ملزم کنیم که ارز خود را با نرخ مرکز مبادله عرضه کنند.قادری در ادامه تصریح کرد: ظرفیت‌هایی در زمینه تولید داخلی شکل گرفته است و باید به آنها اجازه دهیم شخصاً مواد اولیه مورد نیاز خود را وارد و به محصول نهایی تبدیل کرده و سپس صادر نمایند تا حجم تولید افزایش یافته و قیمت‌ها کاهش یابد.