



۲
تلاش دولت و مجلس
برای راه اندازی
چرخه تولید



۲
رژیم صهیونیستی منتظر
انتقام باشد؛ جهان اسلام
به خود بیاید



سبک زندگی

روزنامه خبری | شنبه ۱۱ مرداد ۱۳۹۳ | ۵ شوال ۱۴۳۵ | شماره ۲۱۴۹
فرهنگی اجتماعی صبح ایران | ۱۲ صفحه | قیمت: ۳۰۰۰ تومان | پیامک: ۳۰۰۰۴۸۳۰۸۸ |
www.isfahanziba.ir | info@isfahanziba.ir

رسیدگی به وضعیت بهداشت و درمان، مهم ترین مطالبه مردم اصفهان است

فرش قرمز استاندار برای سرمایه گذاران حوزه درمان



وزیر اقتصاد و دارایی با اشاره به حساسیت
رییس جمهور نسبت به زاینده رود:
اصفحانی هادر دولت تدبیر و امید
به استان خود نپرداخته اند

۳

۳



فرمانده انتظامی استان اصفهان خبر داد:

کشف ۱۲ تن مواد مخدر در ۴ ماهه ابتدای سال

۳

بازار خودرو روزهای پرفراز و نشیبی را سپری می کند

سرگردانی کش دار متقاضیان خرید خودرو در سراسر کشور

یکی از پرفراز و نشیب ترین بازارها طی سالهای اخیر در کشور ما بازار خودرو بوده است. خودرویی که به یکباره بدون وجود هیچ گونه دلیل منطقی چند برابر قیمت قبلی و بلا تکلیفی دارد...

۴

آیا آب رفته به جوی باز می گردد؟
مسئولین باید برای باز پس گیری ثبت
چوگان تلاش کنند

۹

در کتابخانه اختصاصی بانوان افتتاح شد
رستوران بازی های فکری ویژه کودکان
و خانواده ها

۱۲

آمار نزاع در اصفهان نسبت به سال قبل ۱/۲ درصد کاهش یافته است

۱۰

افتتاح

بزرگترین و پیشرفته ترین
پارک بازی خاور میانه

شهر رویاها

تلفن کسب اطلاع

۹۵۰۲۰۹۶۰

مرکز ارتباطات مردمی

۱۳۷

جهت رزرو بلیط صرفاً
به درگاه الکترونیکی
www.isfahan.ir
مراجعه فرمایید.



نوبت دوم

آگهی مناقصه عمومی مرحله اول

شهرداری شهرضا در نظر دارد از طریق مناقصه عمومی
پروژه های ذیل را به پیمانکاران واجد شرایط واگذار نماید:

ردیف	عملیات	موقعیت	تا سقف مبلغ	مبلغ سپرده شرکت در مناقصه
۱	عملیات اجرای بلوک فرش	سطح شهر	۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال	۱۲۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال
۲	آسفالت معابر سطح شهر با کاتر لکه گیری	(بصورت پراکنده) معابر	۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال	۱۲۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال

لذا پیمانکاران دارای صلاحیت فنی و رتبه بندی می توانند از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۳ روز پنجشنبه مورخ ۱۳۹۳/۵/۱۶ همه روزه به جز ایام تعطیل جهت دریافت اسناد و مدارک به شهرداری مراجعه و حداکثر تا روز شنبه مورخ ۱۳۹۳/۵/۱۸ جهت تسلیم مدارک به دبیرخانه محرمانه شهرداری اقدام نمایند. مبلغ سپرده شرکت در مناقصه به صورت ضمانت نامه بانکی و یا واريز وجه نقد به حساب ۳۱۰۰۰۰۰۰۵۲۰۰۲ شهرداری شهرضا می باشد.

تاریخ گشایش اسناد: یکشنبه مورخ ۱۳۹۳/۵/۱۹ در محل شهرداری شهرضا
سایت اینترنتی شهرداری شهرضا: www.shahreza.ir

شهرداری شهرضا

مزایده عمومی

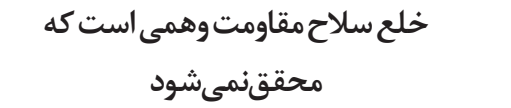
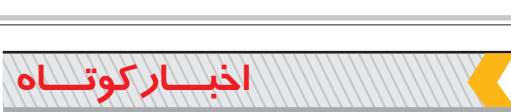
شرکت توسعه مجتمع های سیاحتی ورزشی سپاهان (وابسته به شهرداری اصفهان) در نظر دارد مراکز تحت مالکیت خود را به شرح زیر از طریق مزایده عمومی به صورت استیجاری به متقاضیان واجد شرایط واگذار نماید.
۱. یک باب ساختمان با کاربری کافی شاپ یا تریا به مساحت تقریبی یکصد متر مربع با محیط پیرامون آن جهت چیدمان میز و صندلی واقع در ایستگاه دوم تله سیژ .
۲. یک باب ساختمان با کاربری کافی شاپ یا تریا با محیط پیرامون آن جهت چیدمان میز و صندلی واقع در مرکز بولینگ اصفهان به آدرس ضلع شرقی پارک کوهستانی صفا سایت رفاهی تفریحی آسمان فراز صفا، سالن مرکز بولینگ اصفهان.

متقاضیان واجد شرایط که در پیشه خود دارای سابقه کار و حسن شهرت می باشند، می توانند همه روزه از تاریخ ۱۳۹۳/۵/۱۵ لغایت ۱۳۹۳/۵/۱۵ (ده روز کاری) به جز ایام تعطیل از ساعت ۰۷:۳۰ لغایت ۱۷:۰۰ جهت دریافت اسناد و مدارک مزایده به آدرس اصفهان، بزرگراه شهدای صفا، ضلع شرقی پارک کوهستانی صفا، سایت رفاهی تفریحی آسمان فراز صفا، ساختمان اداری شرکت - واحد امور مالی مراجعه نمایند.

آخرین تاریخ جهت تحویل پیشنهادات و اسناد و مدارک مزایده روز پنجشنبه مورخ ۱۳۹۳/۵/۱۶ می باشد. متقاضیان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۳۶۶۹۳۹۳۲ و ۳۶۷۳۱۶۶۰ تماس حاصل نمایند.

■ هزینه آگهی های مزایده به عهده برندگان مزایده می باشد.
■ شرکت در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است.

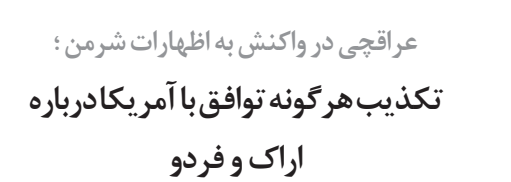
شرکت توسعه مجتمع های سیاحتی ورزشی سپاهان



فرمانده سپاه قدس سپاه پاسداران جمهوری اسلامی ایران در پیامی با هشدار به رژیم‌صهیونیستی و متحدانش، بر تداوم حمایت ایران از مقاومت در فلسطین تأکید کرد و گفت خلع سلاح مقاومت در فلسطین خواب پریشانی است که تعبیر نمی‌شود. سردار قاسم سلیمانی فرمانده سپاه قدس، در پیامی نادر برای مقاومت فلسطین، بر حمایت جمهوری اسلامی ایران از مقاومت تأکید کرد.

شبکه خبری المیادین به نقل از سردار سلیمانی اعلام کرد که «قاتلان و مزدوران بدانند که مس لحظه‌ای از دفاع از مقاومت و دفاع از مردم فلسطین کوتاه نخواهیم آمد» و در ادامه این پیام افزود: همه دنیا دنیا بدانند که خلع سلاح مقاومت عقیده‌ای باطل است و توهمی است که محقق نخواهد شد.سلیمانی با بیان اینکه «فلسطین آتشفشانی الهی است که نمی‌توان آن را خاموش کرد، جز با نابود کردن رژیم اشغالگر» تهدید کرد که «در زمان مناسب جام خشم و غضب خود را بر سر صهیونیست‌ها خالی خواهیم کرد».

سلیمانی در ادامه بر مقاومت فلسطین درود فرستاد و گفت: درود بر گردان‌های القسام (شاخه نظامی حماس) و سراپا القدس (شاخه نظامی جهاد اسلامی) و ابوعلی مطفی و الناصر صلاح الدین و شهداء الاقصی.. درود بر سرداران مقاومت که در مقابل فشارها عقب‌نمی‌نشینند.



یک عضو ارشد تیم مذاکره‌کننده هسته‌ای کشورمان هرگونه توافق بر سر آب سنگین اراک و فرود با آمریکا را رد کرد. سیدعباس عراقچی، معاون وزیر خارجه ایران در پاسخ به اظهارات وندی شرمن، معاون وزیر امور خارجه آمریکا درباره دستیابی به توافق در رابطه با اراکتور اراک و تأسیسات غنی‌سازی فردو در کنگره آمریکا اظهار کرد: حصول هر گونه توافق درباره اراک و یا فردو تکذیب می‌شود و اصولاً هنوز هیچ توافقی در هیچ یک از موضوعات مورد مذاکره از جمله درباره این دو سایت به دست نیامده و اختلافات هم‌چنان باقی است. او اضافه کرد: تنها مالک برای جمهوری اسلامی ایران نیازهای کشور بوده و در مذاکرات تنها بر اساس نیازهای کشور تصمیم گرفته خواهد شد.

نامزد جانشینی اشتون رس‌مآ معرفی شد
دولت ایتالیا فدریکا موگربنی وزیر خارجه کنونی این کشور را به طور رسمی به عنوان نامزد جانشینی کاترین اشتون نماینده‌عالی سیاست خارجی اتحادیه اروپا معرفی کرد.

متو رنتزی نخست‌وزیر ایتالیا در نامه ای خطاب به ژان کلود یونکر رئیس کمیسیون اروپا موگربنی را به طور رسمی به عنوان نامزد برای نقش نماینده عالی و نایب رئیس کمیسیون اروپا و جانشین خانم اشتون معرفی کرد.

احضار کاردار سفارت نیجریه به وزارت خارجه

کاردار نیجریه در غیاب سفیر این کشور درباره کشتار مردم مسلمان نیجریه در روز قدس به وزارت امور خارجه احضار شد.
دستیار معاون وزیر خارجه در این ملاقات ضمن اعلام مراتب اعتراض جمهوری اسلامی ایران نسبت به حمله به تظاهرکنندگان روز قدس در شهر زاریای نیجریه خواستار شناسایی و تعقیب عاملان این حمله خوئین شد. کاردار نیجریه در تهران نیز با اظهار تاسف در این خصوص گفت: دولت نیجریه نیز این حمله را محکوم کرده و قرار است به‌زودی یک کمیته مشترک حقیقت‌یاب در این زمینه تشکیل و عاملان حادثه را شناسایی و مورد تعقیب قرار دهد.لام به ذکر است در راهپیمایی روز قدس تعدادی افراد مسلح با حمله به راهپیمایان در شهر زاریای نیجریه تعدادی از مسلمانان را به خاک و خون کشیدند.

برنامه هسته‌ای ایران محور گفت‌وگوی بایدن و شینزو آبه

جو بایدن معاون رئیس‌جمهور آمریکا و شینزو آبه نخست‌وزیر ژاپن در تماسی تلفنی در مورد مذاکرات هسته‌ای ایران گفت‌وگو کردند.
به‌نقل از خبرگزاری رویترز، جو بایدن در گفت‌وگوی تلفنی باشینزو آبه نخست‌وزیر ژاپن علاوه بر موضوعات مهم بین‌المللی در مورد مذاکرات هسته‌ای ایران گفت‌وگو کردند. کاخ سفید اعلام کرد جو بایدن در صحبت‌های خود از حمایت ژاپن از مذاکرات هسته‌ای ایران و گروه ۵+۱ تقدیر کرده‌است. ژاپن که از خریداران اصلی نفت ایران در آسیا محسوب می‌شود، پس از اعمال تحریم‌های آمریکا و اروپا علیه صادرات نفت ایران، خرید نفت خام از این کشور را کاهش داد. بر اساس اعلام کاخ سفید، این دو مقام بلندپایه در این تماس تلفنی همچنین در مورد همکاری‌های نزدیک در خصوص مذاکرات هسته‌ای ایران رابزنی کردند. برنامه هسته‌ای کره شمالی، تحریم‌های جدید آمریکا و اتحادیه اروپا علیه روسیه و بحران اوکراین از دیگر موضوعات گفت‌وگوی تلفنی معاون رئیس‌جمهور آمریکا و نخست‌وزیر ژاپن بوده‌ است

رئیس مجلس شورای اسلامی گفت: دولت و مجلس برای به راه انداختن چرخه تولید تلاش زیادی داشته‌اند؛ هر چند رونق تولید در روستاها کم است. دکتر علی لاریجانی رئیس مجلس شورای اسلامی در یادواره سرداران و ۸۸ شهید منطقه دلارستاق آمل ابراز کرد: در دنیای اسلام و جامعه خودمان مشکلات کم نیست ولی کلید پیروزی مجاهدت و تجارت با خداوند است.وی افزود: اگر پیروزی را برای همه مسلمانان و خودمان می‌خواهیم باید با قلب و اراده دست به مجاهدت بزنیم.

آیت‌الله محمدعلی محمدعلی در مراسم عزاداری در مشهد

آیت‌الله‌موحدی کرمانی در نماز جمعه تهران:

آیت‌الله‌محمدعلی محمدعلی در نماز جمعه تهران گفت: «فلسطین‌ها در بیمارستان غزه و ۴۰۰ نفر در بیمارستان عکا به گلوله بسته شدند انسان‌ها را به زور از خانه بیرون می‌آوردند و یا شبانه به زور به خانه‌ها می‌ریختند و فلسطینی‌ها را به رگبار می‌بستند و یا قیل از کشتن، شکنجه می‌دادند. تجاوز به نوامیس که قابل گفتن نیست و بعد از تجاوز، به ضرب گلوله، آنها را می‌کشتند. خطیب دیروز نمازجمعه تهران ادامه داد: اینها نمونه‌ای از صدها جنایت رژیم جلا و خون‌آشام است که پایه حکومت‌شان بر اساس آدمکشی و جلادی است.

او ادامه داد: از این عناصر پلید و کثیف توقعی نیست. ماهیت آنها روشن است. برنامه آنها همین است اما تعجب از جهان اسلام است. تعجب از مدعیان اسلام است که چطور اجازه می‌دهند چنین جنایاتی اتفاق بیفتند و ساکت باشند. آیت‌الله موحدی کرمانی ادامه داد: هم جهان اسلام و هم جماع جهانی آیا وقت آن نرسیده‌است که به خود آیند؟ و این غده سراطنی را با هر وسیله‌ای که مقدر است متوقف کنند و نظام جنایتکار و متجاوز صهیونیستی را به زانو در آورند؟ عضو مجلس خیرگان تصریح کرد: کشورهای مسلمان رابطه خود را با آنها قطع و کالاهای صهیونیستی را تحریم کنند و با حامیان اسرائیل بر خورد شایسته‌ای همچون حامیان یک جنایت انجام دهند. وی با اشاره به باز شدن درهای تسلیحاتی آمریکا در سرزمین‌های اشغالی برای رژیم صهیونیستی افزود: هم لعنت خدا بر رژیم صهیونیستی و هزاران لعنت بر حامیان‌شان به خصوص آمریکا، وظیفه کشورهای اسلامی تجهیز فلسطینی‌ها است تا هر زمان که این رژیم سفاک اراده کرد نتواند فلسطینی‌ها را به خاک و خون بکشد.

خطیب موقت نمازجمعه تهران با بیان اینکه پایه و اساس رژیم صهیونیستی بر اقدامی بنا شده است، گفت: کم‌کم اخبار جنایات این رژیم جلاد به گوش مردم دنیا می‌رسد و افکار عمومی این عنصر پلید را می‌شناسند. به گزارش اصفهان زبیا به نقل از خبرگزاری فارس، آیت‌الله محمدعلی موحدی کرمانی خطیب دیروز نمازجمعه تهران با اشاره به تهاجم رژیم صهیونیستی علیه مردم مظلوم غزه گفت:حوادث دلخراش غزه را شما به طور حتم دیده‌اید و شنیده‌اید. خاصیت این رژیم سفاک، خون‌آشام، کودک‌کش و جنایتکار همین است. وی افزود: البته خوشبختانه کم‌کم این خیرها به گوش مردم دنیا می‌رسد و بیدار می‌شوند و این عنصر پلید را می‌شناسند و از آن ابراز تنفر می‌کنند البته



فرمانده نیروی دریایی سپاه گفت: اشراف اطلاعاتی ضامن موفقیت در امر دفاع و صیانت از امنیت است و لذا در هیچ شرایطی نباید خدشه‌ای به جایگاه این مؤلفه وارد شود. به گزارش اصفهان زبیا به نقل از خبرگزاری مهر، در یادار علی فدوی فرمانده نیروی دریایی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در جمع فرماندهان این نیرو با تأکید بر رصد تحرکات دشمن گفت: آن چه امروز موجب ارتقای قدرت بازدارندگی ما شده است، توانمندی دفاعی، اقدامات مستحکم و پشتوانه مندی است که معادلات فکری و ذهنی دشمن را به هم ریخته‌است. وی با اشاره به جهش های صورت گرفته در تولید ادوات و ابزارهای دفاعی و توجه به تاکتیک‌های با رویکرد دفاعی در حوزه امنیتی تصریح کرد: رشد توانمندی های دفاعی ما باید همچنان تابعی از احتمالات، متغیرها و سناریوهای گوناگون باشد. سردار فدوی گفت: توجه به مقتضیات زمانی در حوزه دفاع و امنیت و به موازات آن، متعادل سازی و متناسب سازی توانمندی یک ضرورت و نیاز بدیهی و عقلانی است. وی افزود: هر تحرک و اقدام دشمنی می تواند معنا و مفهوم خاص خود را داشته باشد که درک این معنا و مفهوم یک اصل حیاتی است. فرمانده نیروی دریایی سپاه خاطر نشان کرد: اشراف اطلاعاتی ضامن موفقیت در امر دفاع و صیانت از امنیت است و لذا در هیچ

سختگوی وزارت امور خارجه در واکنش به گزارش وزارت خارجه آمریکا در مورد وضعیت آزادی‌های دینی در جهان و به ویژه ایران گفت: انتشار چنین گزارش‌هایی صرفاً ابزاری برای اعمال فشار به سایر کشورها است و فاقد اعتبار است. بر ضیة افخم، سخنگوی وزارت امور خارجه در واکنش به گزارش وزارت خارجه آمریکا در مورد وضعیت آزادی‌های دینی در جهان و به ویژه ایران، ضمن رد‌ادعاهای مطرح شده در این گزارش گفت: روند رو به رشد اسلام‌ستیزی در آمریکا، تبعیض‌های سیستماتیک علیه مسلمانان و محدود کردن آزادی‌های اقلیت‌های دینی در جامعه آمریکا، این کشور را به یکی از بزرگ‌ترین ناقضان حقوق مذهبی تبدیل کرده‌است. مرضیه افخم با اشاره به تلاش بی وقفه مقامات واشنگتن برای توجیه اقدامات و جنایات وحشتناک صهیونیست‌ها تصریح کرد: حمایت همه‌جانبه آمریکا از اقدامات رژیم صهیونیستی

دکتر لاریجانی در یادواره سرداران و ۸۸ شهید منطقه دلارستاق آمل مطرح کرد:

تلاش دولت و مجلس برای راه‌اندازی چرخه تولید

🔴 **تلاش‌هایی در دولت و مجلس اتفاق افتاده تا چرخه تولید به راه بیفتد**

رئیس مجلس شورای اسلامی با اشاره به اینکه ما نیز هم‌اکنون در جامعه مشکلات زیادی داریم و این مشکلات در بخش اقتصاد، گرانی، ازدواج، بیکاری و مسکن بیشتر نمایان است، خاطر نشان کرد: همه نیروهای تحصیلکرده جامعه‌مان جوان هستند هر چند شغل به اندازه کافی در کشورمان به وجود نیامده دستگاه‌های اداری دچار انباشتگی نیرو شده و هر چه

آیت‌الله محمدعلی محمدعلی در نماز جمعه تهران



تمام جنایات منعکس نمی‌شود و آنها اجازه نمی‌دهند خبرنگاران تمام وقایع را ضبط و پخش کنند. خطیب دیروز نمازجمعه تهران ادامه داد: اگر روزی برسد که خبرنگاران آزاد تمام صحنه‌ها را از نزدیک مشاهده و آن را منتشر کنند، به طور قطع و یقین فریاد مرگ و نفرین بر این رژیم سفاک و خون‌آشام در تمام دنیا شنیده خواهد شد.

آیت‌الله موحدی کرمانی گفت: آنقدر جنایت وسیع، دلخراش و جانسوز است که انسان متحیر می‌شود که آنها را بگوید من شما را به جنایاتی که این رژیم جلا و خون‌آشام در سال ۶۱ و در سپتامبر ۱۹۸۲ در مدت ۴۸ ساعت مرتکب شد جلب می‌کنم.

وی افزود: در ۲ شبانه‌روز در اردو‌گاه صبرا و شتیلا چه کردند؟ ۳۲۹۷ فلسطینی و لبنانی را شهید کردند و ۱۸۰۰ پیکر

نفت می‌فروشیم را خرج دستگاه‌های اداری می‌کنیم. لاریجانی با تأکید اینکه دامداری و کشاورزی هم‌اکنون در حال رکود هستند، افزود: تلاش‌هایی در دولت و مجلس اتفاق افتاده تا چرخه تولید به راه بیفتد.

🔴 **مسیر و سیاست‌های رهبر انقلاب اسلامی به سمت تولید است**

رئیس مجلس شورای اسلامی با اشاره به اینکه در روستاهایمان

آیت‌الله محمدعلی محمدعلی در نماز جمعه تهران



فلسطینی‌ها در کوچ‌ها را ه‌ها شده بود. وی افزود: ۱۰۹۷ نفر در بیمارستان غزه و ۴۰۰ نفر در بیمارستان عکا به گلوله بسته شدند انسان‌ها را به زور از خانه بیرون می‌آوردند و یا شبانه به زور به خانه‌ها می‌ریختند و فلسطینی‌ها را به رگبار می‌بستند و یا قیل از کشتن، شکنجه می‌دادند. تجاوز به نوامیس که قابل گفتن نیست و بعد از تجاوز، به ضرب گلوله، آنها را می‌کشتند. خطیب دیروز نمازجمعه تهران ادامه داد: اینها نمونه‌ای از صدها جنایت رژیم جلا و خون‌آشام است که پایه حکومت‌شان بر اساس آدمکشی و جلادی است.

او ادامه داد: از این عناصر پلید و کثیف توقعی نیست. ماهیت آنها روشن است. برنامه آنها همین است اما تعجب از جهان اسلام است. تعجب از مدعیان اسلام است که چطور اجازه می‌دهند چنین جنایاتی اتفاق بیفتند و ساکت باشند.

آیت‌الله موحدی کرمانی ادامه داد: هم جهان اسلام و هم جماع جهانی باطل از ابتدای انکدامی خلقت بوده‌است، گفت در مقابل پیامبران،طاغوت‌ها بودند و حَق و طاووت با هم همواره درگیر بودند ممکن است خداوند مهلت دهد اما عاقبت از آن متقین

است و این درگیری‌ها نیز یک آزمایش است. وی افزود: هم مردم غزه امتحان می‌شوند هم امت اسلامی و هم سرمداران این کشورها مردم مظلوم غزه ایستاده‌اند و دو راه پیروزی در مقابل آنها است. یا اسرائیلی‌ها به دست آنها نابود می‌شوند و یا به شهادت می‌رسند و به مقامات‌عالیه می‌رسند. خطیب دیروز نمازجمعه تهران ادامه داد: این پیروزی، پیروزی مکتب فلسطین است. مکتب فلسطین غالب و با عنایت خداوند رژیم صهیونیستی نابود خواهد شد.

آیت‌الله موحدی کرمانی ادامه داد: مردم غزه پس از این خدعه نیز محکم بايستند و شرایط خود را بیان کنند. در صورت آتش‌بس محاصر غزه باید رفع و تجاوز اسرائیل نیز به این منطقه باید قطع شود.وی همچنین با آرزوی پیروزی برای ملت فلسطین گفت: ان‌شاه‌الله بینی اسرائیل به خاک‌مالیده خواهد شد.

آیت‌الله محمدعلی محمدعلی در نماز جمعه تهران



آیت‌الله مکارم‌شیرازی با صدور بیانیه‌ای در باره اوضاع عراق گفت: گروه‌های عراقی نظیر آیت‌الله‌سیستانی را فضل‌الخطاب برای حل اختلافاتشان قرار دهند. در این بیانیه آمده است: با توجه به مسائلی کشور ما با کشور عزیز عراق و پیوندهای وثیق فرهنگی و مذهبی ملت ما با مردم خوب این کشور شدیداً نگران اختلافاتی هستیم که در مسایل سیاسی گروه‌های مختلف آشکار شده‌است، آن هم در زمانی که دشمن بی‌رحم و بی‌منطق بخشی از کشور را

نهاد مقدس را به یک قدرت بی نظیر تبدیل کرده است. وی شرایط منطقه ای را حساس و مهم توصیف کرد و افزود: ما پاسدار انقلاب اسلامی هستیم و در هر جایگاهی که نیاز انقلاب

ایجاب و اقتضا کند، باید آماده اجرای مأموریت باشیم. فرمانده نیروی دریایی سپاه گفت: سپاه از بدو پایدایی با بهترین فرزندان این ملت شکل و سازمان پیدا کرده‌است و امروز نیز مزیت سپاه بهره گیری از همین عناصر زنده، متعهد و از جان گذشته ای است که منشأ خدمات و مایه افتخار و عظمت برای انقلاب اسلامی هستند. وی افزود: سپاه با تکیه بر همه مؤلفه های قدرت خود که نیروی انسانی خدماتور و تکلیف مدار سر آمد آن است، در شدیدترین مخاطرات و میدان های سخت و دشوار آماده انجام خدمت و مأموریت است.

به گزارش قلمدون نیوز-به نقل از باشگاه خبرنگاران، تروریست‌های داعش که در حال حاضر بخش‌هایی از مناطق شمال غرب عراق و جنوب شرق سوریه را تحت کنترل خود درآورده و ادعای خلافت در این مناطق را دارند، طرح ماه عسل برای تسخیرنظلمیان خود را در این منطقه بر گزار می‌کنند. بر این اساس تور ماه عسل داعش از شهر الرقه در سوریه به سمت‌اللاتر در عراق بر گزار می‌شود و طی آن زوج‌های جوان در حالی که سوار اتوبوس‌های جداگانه‌ای شده‌اند از مناطق تحت کنترل به اصطلاح خلافت اسلامی بازدید می‌کنند. به قول آمیزقلمدون ماه عسل در زیر آب‌های اقیانوس آرام، ماه عسل در کره ماه و ماه عسل در لانه ماه‌های بوا و خلاصه همه جور ماه عسل دیده‌بودیم، این یک جورش را ندیده‌بودیم. ماه عسل با طعم داعش. شما در نظر بگیرید آقا داماد به عروس خانم می‌گوید: عزیزم حاضر شو بریم بخشی از جنایاتمو نشونت بدم. بعد خانم می‌گوید: ناقلاًکنه می‌خوای سوسوپاریم کنی؟ و آقا حتماً در جواب می‌گوید: بی جورایی... عشقم... راستش به چند تا سر بریده هستش که اونارو تو دوران مجردی با چیه‌ها از تن ملت کنیدی، و خانم کلی عشق می‌ترکند و با عشوهِ غلیظ داعشی می‌گوید: آوا... شیطونوور.

🔴 **در همین رابطه‌فکر کنید مثلاً آژانس بر گزار بر گزار کننده‌ای تو‌ها برای تبلیغ چه کار می‌کند؟**

آژانس مسافرتی خون خشم‌خساب بر گزار می‌کند. توره‌های ویژه تابستانه مخصوص تازه عروس و دامادها. ماه عسل خود را با ما تجربه کنید. آژانس مسافرتی خون خشم

امکانات زیادی فراهم‌ستی ولی رونق تولید پایین است، متذکر شد: جوانان باید کار تولیدی را در پیش بگیرند زیرا مسیر و سیاست‌های رهبر انقلاب اسلامی به سمت تولید است در حالی که معظلمه اخیراً ابلاغ کرده‌اند برای ایجاد شرایط مساعد باید راه تولید را در پیش بگیریم.

🔴 **طرح‌هایی در مجلس برای سر و سامان دادن زندگی جوانان در حال بررسی است**

دکتر علی لاریجانی رئیس مجلس شورای اسلامی با اشاره به اینکه برای ازدواج جوانان نیز بودجه‌هایی جهت در اختیار گذاشتن بانک‌ها در نظر گرفته شده و طرح‌هایی در مجلس برای سر و سامان دادن زندگی جوانان در حال بررسی است، گفت: باید برای پیشرفت کشور راه تولید را در پیش بگیریم.

آیت‌الله محمدعلی محمدعلی در نماز جمعه تهران



پذیرش آتش‌بس‌س باید با رفع حصر باشد مصر خجالت بکشد و درها را باز کند تا رفح حصر شود. آیت‌الله‌موحدی‌کرمانی با تأکید دوباره بر تجهیز مردم فلسطین گفت: تمام اینها اندکی از وظیفه عظیمی است که جهان اسلام وظیفه دارد در مقابل مظلومان انجام دهد و این افتخار برای ایران بوده‌است که از همان روز اول انقلاب شعار حیات فلسطین را سر داده‌است.

وی افزود: نکته‌ای دیگر این است که خداوند بنا دارد که مهلت دهد. خداوند به جانین کر‌بان نیز مهلت داد اما بالاخره خدا زنده است و این جانیان منتظر روز انتقام باشند. خطیب دیروز نمازجمعه تهران ادامه داد: اسرائیل باید بداند که وجدان شریعت تا حدی تحمل دارد و این تحمل اگر لبریز شود وجدان‌ها علیه او حرکت می‌کنند و آن زمان باید این رژیم اشغالگر آرزوی مرگ کند.

آیت‌الله موحدی کرمانی در ادامه با اشاره به اینکه درگیری حَق و باطل از ابتدای انکدامی خلقت بوده‌است، گفت در مقابل پیامبران،طاغوت‌ها بودند و حَق و طاووت با هم همواره درگیر بودند ممکن است خداوند مهلت دهد اما عاقبت از آن متقین

است و این درگیری‌ها نیز یک آزمایش است.

وی افزود: هم مردم غزه امتحان می‌شوند هم امت اسلامی و هم سرمداران این کشورها مردم مظلوم غزه ایستاده‌اند و دو راه پیروزی در مقابل آنها است. یا اسرائیلی‌ها به دست آنها نابود می‌شوند و یا به شهادت می‌رسند و به مقامات‌عالیه می‌رسند. خطیب دیروز نمازجمعه تهران ادامه داد: این پیروزی، پیروزی مکتب فلسطین است. مکتب فلسطین غالب و با عنایت خداوند رژیم صهیونیستی نابود خواهد شد.

آیت‌الله موحدی کرمانی ادامه داد: مردم غزه پس از این خدعه نیز محکم بايستند و شرایط خود را بیان کنند. در صورت آتش‌بس محاصر غزه باید رفع و تجاوز اسرائیل نیز به این منطقه باید قطع شود.وی همچنین با آرزوی پیروزی برای ملت فلسطین گفت: ان‌شاه‌الله بینی اسرائیل به خاک‌مالیده خواهد شد.

آیت‌الله محمدعلی محمدعلی در نماز جمعه تهران



اشغال کرده و بعضی از نااهلان فریاد تجزیه کشور را سر دادند. در بخش دیگری از این بیانیه آمده: بدون شک برای پیشگیری از تجزیه و بیرون راندن دشمنان وحشی و خون‌خوار هیچ راهی جز رسیدن به وحدت ملی از طریق فداکاری و خوشش‌ن‌داری همه گروه‌های سیاسی و توجه به مسوولیت‌های الهی در برابر شرایط بسیار حساس کنونی موجود نیست. در این بیانیه آمده است: ما از همه گروه‌های سیاسی عراق تقاضا می‌کنیم به خاطر رضای خداوند و پیروی از تعالیم اسلام و عشق و علاقه‌ای که به کشورشان دارند، بنشینند و امتیازات معقولی به هم بدهند و دست در دست هم کرده، کشورشان را از خطر اشغال و تجزیه نجات دهند و عراقی سربلند، مقتدر، توانا و آباد بسازند. در این بیانیه خاطر‌نشان شده است: تصور اینجانب این است که فصل‌الخطاب را برای حل اختلافاتشان نظر مرجعیت محترم عراق حضرت آیت‌الله‌عظمی سیستانی قرار دهد تا مری نه‌شده مشکلات موجود را به کمک معظلمه حل کنند. از خداوند متعال هوشیاری و بیداری و توجه به مسوولیت‌ها برای همه عزیزان مسئلت دارم و امیدوارم هر چه زودتر پیام شادی داتر به وحدت ملی به ما برسد.

آیت‌الله مکارم‌شیرازی: آمیزقلمدون در چرگه سیاست

خساب با بیش از چند ماه سابقه مستمر در بر گزار ی توره‌های بی نظیر مسافرتی متفخر است این بار در خدمت زوج‌های جوان باشد. بازدید از خوف‌ناکترین جنایات داعش در مناطق مختلف، گردش یک روزه در ترابه‌های مقبره پیامبران به همراه شرکت در جشنواره پخت بهترین غذاهای بومی داعشی با دست و پای انسان آژانس مسافرتی خون خشم‌خساب برای داوطلبان عزیز جهاد نکاح تخفیف ویژه در نظر می‌گیرد.

🔴 **یکی از قسمت‌های خوب ماه عسل خرید سوغاتی است. حالا شما در نظر بگیرید یک زوج جوان داعشی**

برای خرید سوغات چه خواهد کرد؟ خانم به آقا عزم. من حتماً باید برای خانواده یک چیزهایی سوغاتی بخرم. می‌دونی که مامانم اینا... می‌خواین ببینن دامادشون چقدر دست و دلبازه.

آقا به خانم: می‌دونی خانم این جاشراپک یک جوریه که شاید تنوم تمام قد خودمو نشسون خانواد‌ه ات بدم ،اگرچه قصد دارم برای این کار به زودی چند تا کتونی بخرم و اسبابشو درست بفرستم براشون . اما اگه کوتاهی شد به خاطر شمشومون ببخش. حالا هم می‌برمت توی یک محله‌ای که همین دیروز خودم تک تک اهلای این ا راقتل عام کردم. به چیه‌ها گفتم به این محل نمی‌دانشی؟ خانم می‌گوید: آقا در جواب به خانم: کدوم عزیزم؟ اراده کنی برات آوردم بگذار دستم به بشر بار سه.

^[1] آیت‌الله‌محمدعلی محمدعلی در نماز جمعه تهران گفت: «فلسطین‌ها در بیمارستان غزه و ۴۰۰ نفر در بیمارستان عکا به گلوله بسته شدند انسان‌ها را به زور از خانه بیرون می‌آوردند و یا شبانه به زور به خانه‌ها می‌ریختند و فلسطینی‌ها را به رگبار می‌بستند و یا قیل از کشتن، شکنجه می‌دادند

مشاور عالی شهردار اصفهان با اشاره به عضویت کلاتشهر اصفهان

در سازمان ICCN اظهار داشت: سازمان ICCN تلاش می کند از طریق گفت و گوی فرهنگی میان مناطق و فرهنگ های مختلف و متنوع، سبب ایجاد و پی ریزی صلح، مبتنی بر تفاهم و درک مشترک شود. مهدی جمالی نژاد،با بیان این مطلب گفت:(ICCN) یا(شبکه همکاری بین شهری جهت پاسداری از میراث فرهنگی ناملموس) یگانه سازمان بین المللی محسوب می شود که در جهان با هدف

مشاور عالی شهردار اصفهان تاکید کرد:

سازمان (ICCN) به دنبال برقراری گفت وگوی فرهنگی میان مناطق مختلف است

پاسداری از میراث فرهنگی ناملموس در قلمرو حکومت های محلی شکل گرفته است. وی افزود: فعالیت های این سازمان معطوف به بررسی راهکارهای خلاق و کار آمد جهت پاسداری از میراث فرهنگی ناملموس می شود که از تباط جدایی ناپذیری با بخش های محلی و شهری کشورهای مختلف دارد و تلاش می کند از طریق گفت وگوی فرهنگی میان مناطق و فرهنگ های مختلف و متنوع، سبب ایجاد و پی ریزی صلح، مبتنی بر تفاهم و درک مشترک شود. مشاور عالی

رسیدگی به وضعیت بهداشت و درمان :مهم ترین مطالبه مردم اصفهان است

فرش قرمز استاندار برای سرمایه گذاران حوزه درمان



گروه خبر

رواق استان در همه ابعاد شود.

رسول زر زگرپور در جریان بازدید از بخش های مختلف مرکز آموزشی – درمانی تخصصی و فوق تخصصی الزهرا (س) از جمله بخش های ICU، جراحی اعصاب، جراحی منتخب، ریه، ارولوژی، اورژانس و برخی از قسمت‌های تأسیسات این مرکز درمانی ضمن عیادت از بیماران بستری در این بیمارستان، با حضور در بخش ICU از پدر شهیدان یاسینی (پدر ۳ شهید و یک جانباز) نیز عیادت کرد و در

استاندار اصفهان گفت: برای سرمایه گذاران

توریسم درمانی در اصفهان فرش قرمز پهن می کنیم و توسعه این بخش می تواند موجب رونق استان در همه ابعاد شود.

استاندار اصفهان با بیان اینکه هم اکنون با پیگیری های صورت گرفته و همچنین اجرای طرح سلامت وضعیت بهداشت و درمان استان بهبود یافته و از بحران خارج شده است، اظهار کرد: وضعیت بهداشت و درمان استان همچنان با وضعیت مطلوب و ایده‌ال فاصله زیادی دارد.

زر گورپور افزود: طبق تصورات عمومی، مرکز آموزشی – درمانی الزهرا (س)، بیمارستان منطقه‌ای و فر استانی است و باید ادعان

گروه خبر

استان حل شود."

این موضوع در حالی مطرح می شود که متأسفانه در یکسال گذشته در گفتمان رییس جمهور در محافل عمومی هیچ گونه صحبتی از وضعیت اسفبار زاینده رود نشده است حتی در سخنان خود در هفته محیط زیست هم رییس جمهور از وضعیت زاینده رود و باتالاب گاوخونی صحبتی به میان نیاورد . در این زمینه نماینده مردم مبارک که در مجلس گفت:دولت هم و غمی برای احیای تالاب بین المللی گاوخونی ندارد و امیدواریم که دولت و سازمان حفاظت محیط‌زیست به صورت جدی به وضعیت این تالاب توجه کند.

علی طیب نیا وزیر اقتصاد و دارایی که در چهارمین نشست فتا (فرصت تاریخی انقلاب) صحبت می کرد در خصوص موضوع آب اصفهان، گفت: هر چه به زمان پیش رفتیم حساسیت های رییس جمهور نسبت به زاینده رود بیشتر شده و ماموریت ویژه ای نیز به وزیر نیرو برای پیگیری بحث آب اصفهان داده است.

وی با بیان اینکه ۵ استان درگیر موضوع آب زاینده رود هستند، تصریح کرد:به تعبیر رییس جمهور «صفهان بدون آب قابل قبول نیست و حتماً باید مشکل زاینده رود جدای از مشکل آب شرب این استان حل شود».

وزیر اقتصاد تاکید کرد:وزیر نیرو مامور شده در این خصوص فعالیت کند و امیدواریم به راه حل منطقی برای رفع مشکل زاینده رود دست یابیم.

وی با تاکید بر اینکه به دلیل پیچیده بودن بحران زاینده رود راه حل ساده برای حل این مشکل وجود ندارد، بیان داشت: خوشبختانه استاندار اصفهان متخصص آب است و شاید یکی از دلایل اصلی انتخاب وی به این سمت، این بود که بتواند در بحث آب اصفهان حرکتی جدی انجام دهد.

شهردار منطقه ۱۵ اصفهان خبر داد:

بازبینی طرح بازنگری طرح تفصیلی منطقه۱۵

نیاز بود که مطابق با پارامترهای شهر اصفهان بازبینی شود.

شهردار منطقه ۱۵ با بیان اینکه بازبینی طرح بازنگری طرح تفصیلی منطقه در کمیسیون ماده ۵ در حال انجام است، تصریح کرد: پس از بازبینی، تصویب و ابلاغ، این طرح ملاک عمل شهرداری منطقه ۱۵ قرار می گیرد بنابراین امیدوارم هر چه سریع تر این طرح به نتیجه برسد تا مردم از سر درگمی نجات یابند.

شهری برای پاسداری از میراث فرهنگی ناملموس) شده، ادامه داد:

در دومین میزگرد بین المللی شهرداران در سال ۲۰۰۸ که در قاهره برگزار شده به موضوع نقش زنان در پاسداری از فرهنگ سنتی و تنوع فرهنگی اختصاص داشت، شهرداران حاضر در این رویداد، نهایتاً و به اتفاق آرا به تأسیس سازمان ICCN رای دادند.

مشاور عالی شهردار اصفهان اضافه کرد:پس از تشکیل سازمان و فعالیت های بین المللی در حوزه پاسداری از میراث فرهنگی ناملموس، کلاتشهر اصفهان در تاریخ ۲۱ سپتامبر ۲۰۱۱ به عضویت این سازمان درآمد و نقشی پررنگ و موثر در اجرای برنامه های سازمان بر عهده گرفت. جمالی نژاد بیان کرد: این شبکه بین المللی در تاریخ ۷ ژوئن ۲۰۱۲ به عنوان یک نهاد مشورتی معتبر توسط یونسکو به رسمیت شناخته شد.

خارج از کشور سرویس دهد.

وی برخی از تنگ‌نظری ها در این بخش را موجب مغفول ماندن بخش توریسم درمانی در استان عنوان کرد.

زر گورپو با اشاره به کمبود آب و آلودگی هوا در استان اظهار داشت: با توجه به شرایط موجود، محور توسعه استان باید از صنعت و کشاورزی فاصله بگیرد و به سمت خدمات پیش برود و باید برای توسعه بیشتر استان، در بخش توسعه خدمات متمرکز شویم.

وی با تاکید بر اینکه مدیریت استان آمادگی دارد برای سرمایه گذاران توسعه بخش توریسم درمانی، فرش قرمز پهن کند، گفت: توسعه این بخش می تواند موجب رونق استان در تمام ابعاد و به خصوص بخش پزشکی و درمانی استان شود. استاندار اصفهان در ادامه افزود: مسایل و مشکلات جایی در این خصوص باید احصاء گردد و با اولویت‌بندی موضوعات نسبت به رفع موانع تلاش کنیم.

مسوول ارشد استان خاطر نشان کرد: طبق مدارک موجود هزینه‌های در مان بیماران در استان اصفهان نسبت به تهران و بسیاری از مراکز استان‌های دیگر کمتر است و همین امر سبب شده تا استان اصفهان میزبان بیماران مراکز استان‌های دیگر به خصوص استان‌های هم‌جوار باشد.

زر گورپور گفت: خوشبختانه سیاست دولت تدبیر و امید رسیدگی بیشتر به وضعیت بهداشت و درمان کشور است و مدیریت استان نیز همین سیاست را با قوت دنبال خواهد کرد.

رییس مرکز آموزشی – درمانی تخصصی و فوق تخصصی الزهرا (س) نیز در این جلسه گفت: با وجود اینکه این بیمارستان یک‌ششم تخت‌های استان را به خود اختصاص داده است ولی در عمل یک‌سوم بیماران بستری شده استان را پوشش می‌دهد، به طوری که ۳۵ درصد از جراحی‌های اورژانس و ۲۲ در صد از جراحی‌های الکتیو استان در این بیمارستان انجام می‌شود.

گفتنی است در این جلسه معاونین دانشگاه علوم پزشکی و رییس بیمارستان الزهرا (س)، گزارش کلملی از تعداد مراجعین، سیستم پذیرش، امکانات و تجهیزات بخش تخصصی و فوق تخصصی و همچنین مشکلات و مسایل مربوط به این بیمارستان را به حاضرین در جلسه ارائه دادند.

وزیر اقتصاد و دارایی با اشاره به حساسیت رییس جمهور نسبت به زاینده رود:

اصفهرانی هادر دولت تدبیر و امید به استان خودنپر داخته اند

استان باید جلاستانی را در راستای ارایه راهکار های لازم به منظور برون رفت تالاب گاوخونی از خشک‌سالی بر گزار کنند، ادامه داد: راهکارهای لازم باید به منظور احیای تالاب گاوخونی و جاری شدن آب در رودخانه زاینده‌رود و این تالاب اجرایی شود.

ایرانبور با بیان اینکه مدتی پیش جلسه‌ای را با خانم ابتکار رییس سازمان حفاظت محیط‌زیست کشور و جمعی از مسوولین این سازمان برگزار کردیم، تاکید کرد: در این جلسه خانم ابتکار قول دادند که هر چه سریع تر به وضعیت محیط‌زیست اصفهان رسیدگی کنند.وی با اشاره به اینکه خشک‌سالی تالاب گاوخونی و رودخانه زاینده‌رود و آلاینده‌های جوی از مشکلات زیست محیطی استان بود که در این جلسه مطرح شد، افزود: در این جلسه مقرر شد که مسوولین متولی جلساتی را به صورت مداوم در راستای رسیدگی به وضعیت این مشکلات برگزار کنند

موضوع زاینده رود و تالاب گاوخونی در شورای عالی محیط زیست

استاندار اصفهان در نامه‌ای به معاون رییس جمهوری و رییس سازمان حفاظت محیط زیست کشور، خواستار طرح موضوع زاینده رود و تالاب گاوخونی در شورای عالی محیط زیست شد. رسول زر گورپور در این نامه از رودخانه زاینده رود بعنوان شاهرگ حیاتی تمدن فلات مرکزی ایران یاد کرد و افزود: این شاهرگ حیاتی دچار بحران‌های عدیده شده و علاوه بر پیامدهای ناشی از تخریب اکوسیستم زاینده رود و تالاب بین المللی گاوخونی، تأمین آب شرب و نیازهای اولیه حیاتی برای جمعیتی حدود پنج میلیون نفر در استان‌های اصفهان، یزد و مرکزی و معیشت صدها هزار کشاورز اصفهانی با چالش جدی مواجه شده است.

زر گورپور کاهش دبی آب در سرچشمه های این رودخانه، افزایش برداشت آب و آسیب انتقال آب و افزایش آلودگی های زیربست محیطی ناشی از تخلیه ز آب های مسموم کشاورزی و استقرار صدها واحد تولیدی و صنعتی در حاشیه زاینده رود را از عوامل ایجاد این بحران برشمرد. وی در نامه اش از توسعه بیش از حد شهر و روستا در بالادست، تخصیص های نامناسب آب بدون توجه

معاون حمل و نقل و ترافیک شهرداری اصفهان:

تقاطع غیر همسطح ۲۵ آبان از نیمه دوم سال جاری اجرایی می شود

معاون حمل و نقل و ترافیک شهرداری اصفهان اعلام کرد: عملیات اجرایی احداث تقاطع غیر همسطح شرقی غربی-۲۵ آبان نیمه دوم سال جاری آغاز می شود.

علیرضا سلوانتی با بیان این مطلب گفت: با توجه به وضعیت ترافیکی میدان ۲۵ آبان، ساماندهی ترافیک این محدوده در دستور کار قرار گرفت.وی با اشاره به اینکه گزینه های مختلفی برای ساماندهی ترافیکی این محدوده در نظر گرفته شد، افزود: پس از بررسی های



خبر

فرمانده انتظامی استان اصفهان خبر داد:

کشف ۱۲تن مواد مخدر در ۴ ماهه

ابتدای سال

لیلی زواره ای؛ فرمانده انتظامی استان اصفهان گفت: چهار ماهه ابتدایی سال جاری، نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۱۲ تن مواد مخدر در استان کشف شده که نسبت به مدت مشابه سال گذشته، رشد چهار درصدی داشته است. سردار عبدالرضا آقاخانی در جمع نمایندگان رسانه های گروهی با بیان اینکه در سال گذشته در این خصوص به اهداف خود رسیده ایم، ادامه داد: سال ۹۲، مواد مخدر اولویت نخست استان اصفهان محسوب می شد و بنابراین با تعیین اهداف از پیش تعیین شده در حوزه های پیشگیری، برخورد با شبکه ها، باند‌ها و توزیع کنندگان خرد در محله ها توانستیم به شاخص کشف ۳۶تن مواد مخدر دست یابیم. وی ادامه داد: در چهار ماهه ابتدایی سال جاری دستگیری قاچاقچیان مواد مخدر رشد ۱۱درصدی داشته است. این مقام مسوول با اشاره به شناسایی ۱۵ نطفه آلوده به مواد مخدر در سطح استان اظهار کرد: دغدغه های مردم در حوزه مواد مخدر و خرده فروشان در ۱۵ نقطه استان شناسایی شده و پاسکاری این نقاط از معتانان و خرده فروشان آغاز شده است. وی اظهار امیدواری کرد که تا پایان شهریورماه، دغدغه مردم در این خصوص رفع شود. به گفته سردار آقاخانی، با انجام عملیات میدانی در سه ماهه دوم سال جاری، ۲۰ درصد جرایم در حوزه های مواد مخدر و سرقت در دل محله ها کاهش یابد.

آماده باش برای سرقت های خرد

فرمانده انتظامی استان با بیان اینکه در برخورد با سارقان به نقطه مطلوب رسیده ایم، گفت: برای نخستین بار پس از ۱۰ سال، استان اصفهان توانست شاهد کاهش ۴ درصدی سرقت های خرد باشد. وی اظهار امیدواری کرد که تا پایان ۶ ماهه سال جاری با انجام عملیات های میدانی به شاخص ۲۰درصدی دستگیری سارقان خرد در اصفهان دست یافت. سردار آقاخانی با بیان اینکه کلیه سرقت های خرد در اصفهان رصد می شود، گفت: قرار گاه عملیاتی مبارزه با سرقت خرد در اصفهان تشکیل شده و کاهش ۴درصدی این جرم نیز به همین دلیل اتفاق افتاده است. وی افزود: در سال جاری مبارزه با سرقت های خرد، اولویت نخست استان محسوب می شود.

گردن ارادل و اوباش با حکم قانون شکسته می شود

سردار آقاخانی با اشاره به فعالیت ارادل و اوباش در سطح شهر گفت: اینگونه افراد در استانی همانند اصفهان نباید خلاف جهت قانون حرکت کنند و ارادل و اوباش اطمینان داشته باشند که گردنشان با حکم قانون شکسته می شود. برخورد با صنوف مختلف توسط امکان، توجه ویژه به آموزش چهره به چهره در محافل مردمی برای پیشگیری از جرایم و بهبود عملکرد پلیس ۱۱۰ با تفکیک واحدهای گشت فوریت این پلیس از گشت های کالانتری ها، از جمله برنامه های در دست اقدام فرماندهی انتظامی استان برای سه ماهه دوم سال جاریست. به گفته آقاخانی، جمع آوری ماهواره همچنان ادامه دارد و در ۴ ماهه ابتدایی سال جاری رشد۸درصدی داشته است. افزایش کیفیت گشت های ارشاد برای برخورد با ماکنن ها، هنجار شکنان و سنگ گردان نیز در روزهای پیش رو ادامه خواهد داشت. گفتنی است در ۴ماهه ابتدایی سال جاری نسبت به مدت مشابه سال گذشته، جرایم خشن کاهش ۶درصدی داشته که تا پایان سال کاهش ۲۰درصدی هدفگذاری شده است.

سه ماهه دوم و پلیس

ایجاد امنیت پایدار، افزایش برخورد با معاندان ولگرد و توزیع کنندگان خرد مواد مخدر، برخورد با سارقان خرد و باندهای خشن سرقت، افزایش شدت برخورد با ارادل و اوباش و مزاحمان خیابانی، نظارت بر قوانین راهنمایی و رانندگی درون و برون شهری برای دستیابی به شاخص کاهش ۲۰درصدی تلفات حوادث رانندگی، از جمله برنامه های است که فرمانده انتظامی استان برای تابستان ۹۳ تدارک دیده است که البته بر خورد با ماهواره و بدحجابان در صدر این برنامه ها قرار دارد. همچنین جذب پلیس افتخاری وارد مرحله عملیاتی شده و از ابتدای مهرماه حضور فیزیکی این نیرو در کنار پلیس رسمی کلید می خورد تا حضور مردم در عملیات های پلیس و جامعه پذیری این نیرو به مرحله عمل برسد.

موتوربرقی رسید

تجهیز پلیس راهور اصفهان با ۱۰ دستگاه موتوربرقی، وعده ای بود که محقق شد تا فرماندهی انتظامی استان نخستین گام را برای کاهش آلودگی هوا بردارد. صرفه جویی در مصرف سوخت، کاهش شدت تصادفات، کمک با آرامش روانی شهروندان و پیشگیری از جرایم و سرقت ها از جمله محاسن استفاده از موتور برقی است.

کشف کار گاه تولید انبوه و غیر بهداشتی

ساندویچ سرد در اصفهان

بازرسان بهداشت محیط مرکز بهداشت شماره یک اصفهان یک کار گاه تولید و بسته بندی غیر بهداشتی ساندویچ سرد در حجم انبوه را کشف و پلمب کردند.حمید ترک زاده مدیر مرکز بهداشت شماره یک اصفهان گفت: با هوشیاری بازرسان بهداشت محیط شماره یک اصفهان یک کار گاه تولید و بسته بندی ساندویچ سرد در حجم انبوه کشف و پلمب شد.وی ادامه داد: این کار گاه با جمل و سبوه استفاده از نام تجاری یکی از شرکت های تولید مواد غذایی اقدام به تولید، بسته بندی و عرضه ساندویچ سرد در شرایط کاملا غیر بهداشتی و بسیار آسف بار می کرد و محصولات خود را به طور گسترده در سطح استان و حتی کشور توزیع می کرد.مدیر مرکز بهداشت شماره یک اصفهان تصریح کرد: این کار گاه در بافت مسکونی از مدت ها قبل و بصورت مخفیانه اقدام به فعالیت کرده که خوشبختانه در بازدید بازرسان بهداشت محیط کشف و مواد غیر بهداشتی در آن کشف شد.

عدم افزایش قیمت بلیت قطار تا پایان شهریور ماه

مدیرکل راه آهن استان اصفهان با اشاره به عدم اعمال افزایش قیمت بلیت قطارهای مسافربری تا پایان شهریور ماه، گفت: در حال حاضر کمتر از ۱۰ درصد بر روی تعرفه بلیت قطارهای مسافری اضافه شده که به سبب از تقاء خدمات ایستگاهی بوده است. چند روزی است که خبر افزایش قیمت بلیت قطار در کشور شنیده می شود در حالی که مدیران و مسئولین راه آهن کشور این افزایش قیمت را ناشی از گرگان شدن بلیت قطار ندانسته و افزایش تعرفه ها را به اواخر فصل تابستان موکول کرده اند.

مدیرکل راه آهن استان اصفهان گفت: افزایش قیمت جزیی بلیت

قطار ناشی از افزایش ارایه خدمات ایستگاهی از قبیل زیباسازی، ارتقاء فضای پارکینگ، ساخت واحداث نمازخانه، سرویس های بهداشتی و سالن های انتظار مسافران بوده است.

حسن ماسوری افزود: بیشترین افزایش قیمتی که بر روی تعرفه بلیت ها اعمال شده، ۵ هزار تومان و مربوط به قطار اصفهان-مشهد است.

وی تاکید کرد: در حال حاضر هیچ نوع افزایش قیمتی در تعرفه بلیت ها صورت نگرفته و اواخر شهریور سال جاری در این خصوص تصمیم گیری می شود.

صادرات یک میلیارد دلاری طلا و فلزات گرانبهادر استان اصفهان

استاندار اصفهان گفت: به زودی صادرات طلا و فلزات گرانبه را به ارزش یک میلیارد دلار خواهیم داشت و این خبر خوشی برای بخش اقتصادی خواهد بود.

رسول زرگرپور در جلسه کمیسیون برنامه ریزی، هماهنگی، نظارت و مبارزه با قاچاق کالا و ارز استان اصفهان، مقوله قاچاق کالا و ارز را دارای جایگاه و اهمیت ویژه در ابعاد مختلف دانست و از امکان صادرات طلا و فلزات گرانبهادر استان خبر داد.

وی افزود: زمینه این صادرات با پیگیری های مکرر از معاون اول رئیس جمهور و همچنین جلسات متعدد بین ۶ دستگاه ذیربط

فراهم شده و تجار و نهادهای فعال در زمینه طلا و جواهرات می توانند از این بستر به نحو مطلوبی استفاده کنند.

استاندار اصفهان یاد آور شد: میزان صادرات رسمی طلا و فلزات گرانبهاتی دو سال گذشته با بخشنامه بانک مرکزی متوقف شده و به صفر رسیده، در حالی که در سال های پیشین حدود ۹۵۰ میلیون دلار بوده است.

رسول زرگرپور بیان داشت: قاچاق کالا و ارز از ابعاد مختلف اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و حتی بهداشتی دارای اهمیت و جایگاه ویژه ای است.

بازار خودرو روزهای پرفراز و نشیبی را سپری می کند

سرگردانی کش دار متقاضیان خرید خودرو در سراسر کشور



خودروهای ساخت داخل توسط شورای رقابت مردم قیمت های جدید را نپذیرفته اند و مجلس شورای اسلامی کمیته ای ویژه به منظور بازنگری قیمت ها تشکیل داده است و هنوز نتیجه قطعی قیمت ها مشخص نیست.

مدیرکل دفتر صنایع خودرو و نیروی محرکه وزارت صنعت، معدن و تجارت، افزایش قیمت خودرو در کشور را مطابق با واقعیت های اقتصادی ایران دانست.

امیر حسین قناتی در این زمینه گفت: افزایش قیمت خودرو در پی افزایش تورم و مسایل اقتصادی موجود در کشور به وجود آمده است و مردم باید بدانند این افزایش قیمت بی دلیل نیست.

مدیرکل دفتر صنایع خودرو و نیروی محرکه وزارت صنعت، معدن و تجارت افزایش کیفیت خودرو های ساخت داخل از مهم ترین وظایف شرکت های خودروساز در جهت ارتقای ایمنی و رضایت متقاضیان خرید خودروی داخلی است و خواسته های مردم در این خصوص بجا و شایسته است و این شرکت ها باید تلاش جدی برای

یکی از پرفراز و نشیب ترین بازارها طی سالیان اخیر در کشور ما بازار خودرو بوده است. خودرویی که به بیکار بودن وجود هیچ گونه دلیل منطقی چند برابر قیمت قبلی ارزش پیدا کرد و پس از بحث های مستمر و تقریباً بدون نتیجه هنوز هم بازار سرگردان و پلاکتیفی دارد.

پس از روی کار آمدن دولت یازدهم انتظار همه مردم کاهش قیمت خودرو و ثبات قیمت آن بود، اما با گذشت تقریباً یک سال از این زمان بازار خودو هنوز هم بر آشوب ترین بازار کشور ما محسوب می شود.

قیمت خودو هنوز قطعی نشده است گزارشات مختلف از وضعیت بازار خودروی کشور حاکی از این است، با وجود گذشت تقریباً دو هفته از اعلام قیمت های جدید



مهناز احمدی

احکام اقتصادی

آیا کسی که برای هر یک از درآمدهای خود سال خمس جداگانه ای قرار داده، در صورتی که بدانند این درآمدها به طور کامل تا پایان سال باقی می ماند و چیزی از آن ها صرف مؤونه نمی شود، می تواند خمس سودی را که سر سال خمس آن رسیده، از دیگر سودها که سال بر آن نگذشته بپردازد؟

حضرت آیت الله خامنه ای: هرگاه بخواهد خمس مسی منفعت یک کسب را از درآمد کسب دیگر بپردازد، باید خمس مبلغ پرداختی را نیز بپردازد و درآمدهایی که چیزی از آن به مصرف هزینه های زندگی نمی رسد، مخیر است بین این که خمس آن را به هنگام حصول آن بپردازد یا تا رسیدن سال خمس، صبر کند.

سبک زندگی

مفهوم شناسی نظم اقتصادی

سیدمهدی سلطانی: از مهم ترین مبانی تقویت رفاه و آسایش جامعه انسانی و تعالی اقتصادی سبک زندگی، برقراری نظم اقتصادی است، که در عرصه های مختلف تولید، توزیع و مصرف مطرح گردیده و فعالیت های مختلف اقتصادی را تحت الشعاع قرار می دهد. نظم اقتصادی عبارت است از:

- ۱- حاکمیت ارزش های معنوی در فعالیت های اقتصادی. ۲- توسعه اقتصادی مطلوب در جامعه اسلامی. ۳- انتظام و تدبیر صحیح در معیشت انسانی. ۴- تحقق امنیت اقتصادی مطلوب در جامعه و نظام اسلامی. ۵- توزیع صحیح و عادلانه کالا و خدمات اقتصادی. ۶- تعامل صحیح امنیت اقتصادی با غنای مادی. ۷- مقابله با تضادهای طبقاتی و تبعیض های ناروا در بهره وری های اقتصادی. ۸- حرکت جامعه به بهبود رفاه و تأمین پایدار آسایش اقتصادی. ۹- حرکت دایمی جامعه در مسیر اصلاح الگوی مصرف و عملی نمودن آن در عرصه های مختلف اقتصادی. ۱۰- درونی شدن و ترویج فرهنگ صحیح تولید، کار و تلاش مجدانه.

خبر اول

نخستین محموله در یافت شد:

تامین ۱۵ هزار تن خوراک پتروشیمی

اصفهان از بندر امام خمینی

مدیرعامل پتروشیمی اصفهان گفت: در مذاکره با مسئولین پتروشیمی بندرامام خمینی نخستین محموله خوراک از این مجتمع به میزان ۱۵ هزار تن پلت فورمیت هم اکنون دریافت شده است.

حمیدستوده بر اثر ایجاد تنوع در تأمین کنندگان خوراک این مجتمع تاکید کرد و اظهار داشت: نخستین محموله خوراک پتروشیمی اصفهان برای رسیدن به ظرفیت اسمی از مجتمع بندر امام خمینی تأمین شد.

مدیرعامل پتروشیمی اصفهان افزود: هم اکنون مذاکرات با پتروشیمی بندر امام خمینی برای دریافت طولانی مدت پلت فورمیت آغاز شده است.

مدیرعامل پتروشیمی اصفهان تصریح کرد: پتروشیمی اصفهان ۱۶ هزار سهمدار دارد و بزرگ ترین سهامدار مجتمع پتروشیمی کشور است.

حمید ستوده فر بیان داشت: شرکت سهامی پتروشیمی اصفهان، نخستین تولید کننده ۳۰۰ هزار تن محصولات آروماتیک درسال شامل، بنزن، تولوئن، ارتوزایلین، پارازایلین و مخلوط زایلین است.

مدیرعامل پتروشیمی اصفهان در پایان خاطر نشان کرد: این مجتمع از واحدهای زیربنایی کشور است.

محصولات آن به عنوان خوراک صنایع پایین دستی نظیر شوینده ها، پلاستیک ها، الباف پلی استر، نرم کننده های پلاستیکی، رنگ سازی و صنایع نظامی به کار برده می شود.

به دست آوردن جلب رضایت مشتری از خود نشان دهند.

متقاضیان خرید خودرو به کاهش قیمت ها امیدوارند

رئیس اتحادیه فروشندگان اتومبیل اصفهان نیز در این خصوص گفت: بازار خودروی اصفهان یکی از راکدترین روزهای خود را سپری می کند و در واقع هیچ خرید و فروشی در این بازار صورت نمی گیرد. مرتضی گل افشان اذعان داشت: همه متقاضیان خرید خودرو منتظر به تثبیت رسیدن قیمت خودرو هستند و از سوی دیگر هم فروشندگان رغبتی برای فروش خودروهای خود نشان نمی دهند چرا که نگران ضرر و زیان خود هستند و از تفکر اینکه مبادا قیمت خودرو گران تر شود، فعلاً برای فروش خودرو دست نگه داشته اند.

رئیس اتحادیه فروشندگان اتومبیل اصفهان ادامه داد: این روزها بیشتر متقاضیان خرید خودرو در انتظار کاهش احتمالی قیمت ها به سر می برند و مردم از افزایش قیمت راضی نیستند و در حقیقت به کاهش یافتن قیمت خودرو امیدوارند.

مرتضی گل افشان تصریح کرد: از آغاز سال ۹۳ تاکنون شاهد افزایش ۵ درصدی قیمت انواع خودروها هستیم و مردم اصفهان هم مانند مردم سراسر کشور از قیمت کنونی خودرو رضایت خاطر ندارند.

کارشناسان کاهش قیمت خودورا پیش بینی می کنند

وی اظهار داشت: در حال حاضر بیشتر کارشناسان بازار خودرو اذعان می کنند که قیمت خودرو در آینده نزدیک با کاهش قیمت مواجه خواهد شد، اما مساله این است که نمی توان واقعا به محقق شدن این فرضیه امیدوار بود.

رئیس اتحادیه فروشندگان اتومبیل اصفهان از فعالیت حدود ۶۰۰ بنگاه فروش خودرو در شهر اصفهان خبر داد و عنوان کرد: گزارشات واصله از معاملات بنگاه های موجود در سطح شهر اصفهان حاکی از آن است که بیشتر مردم متقاضی خرید خودروهای داخلی هستند و در حال حاضر هم خرید و فروش چندانی در این بنگاه ها صورت نمی گیرد.



آگهی مزایده



سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان در نظر دارد **اجازه ساخت، نصب و بهره برداری از تعداد یک عدد تابلوی ۲۴ متری دونمایه جمعا به متر از ۴۸ متر مربع** واقع در خیابان آزادگان (رفیوژ میانی تقاطع شیخ صدوق) را به مدت دو سال به شرح و شرایط زیر از طریق مزایده عمومی به اشخاص حقوقی واجد شرایط واگذار نماید.

متقاضیان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد مزایده به آدرس اصفهان، خیابان کاوه، جنب آتش نشانی، کوچه شهید جوراب دوز، مدیریت درآمد و بازرگانی سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان و جهت تحویل مدارک، **حداکثر تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه ۹۳/۵/۱۵** به آدرس اصفهان، خیابان ۲۲ بهمن، مجموعه اداری امیر کبیر، ساختمان مرکزی سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان مراجعه نمایند.

- ارایه سپرده شرکت در مزایده به صورت نقدی یا ضمانت نامه بانکی.
- ارایه ضمانت حسن انجام کار به میزان سی درصد کل مبلغ قرارداد که می بایست نقدا به حساب سازمان واریز و یا به تشخیص سازمان به صورت ضمانتنامه بانکی ارایه شود.
- پیشنهادات واصله حداکثر ظرف مدت ۱۵ روز بعد از آخرین مهلت تعیین شده، در کمیسیون معاملات سازمان مفتوح و برابر مقررات و مقتضیات سازمان تصمیم گیری و نتیجه آن در تابلوی اعلانات سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان واقع در خیابان ۲۲ بهمن، مجموعه اداری امیر کبیر، ساختمان مرکزی سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان اعلام خواهد شد.
- در صورتیکه برندگان اول، دوم و سوم مزایده حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب به نفع سازمان ضبط خواهد شد.
- سازمان در رد یا قبول هریک از پیشنهادهای مختار است.
- سایر اطلاعات و جزییات مربوطه در اسناد مزایده مندرج می باشد.
- **کلیه هزینه های درج آگهی مزایده بر عهده برندگان مزایده می باشد.**
- شرکت در مزایده و ارایه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف اعلامی از سوی سازمان می باشد.
- بهای پیشنهادی باید از جهت مبلغ مشخص، بدون ابهام بوده و در پاکت لاک و مهر شده تسلیم شود.

سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان



آگهی مزایده



سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان در نظر دارد **اجازه بهره برداری و نگهداری از چمن مصنوعی واقع در مجموعه ورزشی مشتاق** متعلق به سازمان را به مدت دو سال به شرح و شرایط زیر از طریق مزایده عمومی به اشخاص حقیقی و حقوقی واجد شرایط واگذار نماید. متقاضیان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد مزایده به آدرس اصفهان، خیابان کاوه، جنب آتش نشانی، کوچه شهید جوراب دوز، مدیریت درآمد و بازرگانی سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان و جهت تحویل مدارک، **حداکثر تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه ۹۳/۵/۱۵** به آدرس اصفهان، خیابان ۲۲ بهمن، مجموعه اداری امیر کبیر، ساختمان مرکزی سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان مراجعه نمایند.

- ارایه سپرده شرکت در مزایده به صورت نقدی یا ضمانت نامه بانکی.
- ارایه ضمانت حسن انجام کار به میزان سی درصد کل مبلغ قرارداد که می بایست نقدا به حساب سازمان واریز و یا به تشخیص سازمان به صورت ضمانتنامه بانکی ارایه شود.
- پیشنهادات واصله حداکثر ظرف مدت ۱۵ روز بعد از آخرین مهلت تعیین شده، در کمیسیون معاملات سازمان مفتوح و برابر مقررات و مقتضیات سازمان تصمیم گیری و نتیجه آن در تابلوی اعلانات سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان واقع در خیابان ۲۲ بهمن، مجموعه اداری امیر کبیر، ساختمان مرکزی سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان اعلام خواهد شد.
- در صورتیکه برندگان اول، دوم و سوم مزایده حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب به نفع سازمان ضبط خواهد شد.
- سازمان در رد یا قبول هریک از پیشنهادهای مختار است.
- سایر اطلاعات و جزییات مربوطه در اسناد مزایده مندرج می باشد.
- **کلیه هزینه های درج آگهی مزایده بر عهده برندگان مزایده می باشد.**
- شرکت در مزایده و ارایه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف اعلامی از سوی سازمان می باشد.
- بهای پیشنهادی باید از جهت مبلغ مشخص، بدون ابهام بوده و در پاکت لاک و مهر شده تسلیم شود.

سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان

سبک زندگی

سبک زندگی مردم با پایان عید فطر در اصفهان

ماه خدا... خدانگهدار



در این شماره می خوانیم:

« چند تر فند برای زندگی بهتر

« عکس العمل برخی از مردم اصفهان به فرار سیدن عید فطر

« ۱۵ قانون لباس پوشیدن برای آقایان

آگهی: محمد شاکر کورام

دیگران را به خاطر مشکلاتتان

مقصر نکنید

اینکه تا چه اندازه بتوانید به آرزوهایتان دست پیدا کنید به این بستگی دارد که تا چه اندازه مسوولیت زندگی تان را قبول می کنید. وقتی دیگران را به خاطر اتفاقاتی که برایتان می افتد مقصر بدانید یعنی از مسوولیت شانه خالی می کنید و به دیگران قدرت نفوذ به آن بخش از زندگی تان را می دهید.



کینه توزی نکنید

زندگیتان را با نفرت پیش نبرید چون آخر کار خودتان را خیلی بیشتر از کسانی که از آنها نفرت دارید، اذیت خواهید کرد. بخشش این نیست که بگویید، «کاری که در حق من کردی اشکالی ندارد.» بخشش گفتن این است: «من اجازه نمی دهم کاری که در حقم کردی خوشبختی من را برای همیشه نابود کند». بخشش بهترین راهکار است. کینه ها را دور بریزید، به دنبال آرامش باشید و خودتان را آزاد کنید. و یادتان باشد، بخشش فقط برای دیگران نیست، برای خودتان هم هست، اگر لازم بود، خودتان را هم ببخشید و سعی کنید دفعه بعد رفتار کنید.



فکر نکنید آماده نیستید

هیچکس هیچوقت وقتی فرصتی پیش می آید، ۱۰ درصد آماده نیست. چون بیشتر موقعیت های عالی زندگی ما را مجبور می کند که فراتر از محدوده امنمان قدم برداریم و این یعنی احساس راحتی نخواهیم داشت.



با آدم های نادرست نشست و برخاست نکنید

زندگی کوتاه تر از آن است که بخواهید وقتتان را با کسانی بگذرانید که خوشبختی را از شما می گیرند. اگر کسی بخواهد که در زندگی اش باشید، برای شما جا باز خواهد کرد. نباید برای پیدا کردن جایی در زندگی کسی بجنگید. هیچوقت برای بودن با کسی که ارزش شما را نادیده می گیرد اصرار نکنید. و یادتان باشد، آنهایی که در زمان خوشی کنار شما می مانند مهم نیستند، مهم کسانی هستند که در ناخوشی ها و ناملایمات زندگی کنارتان هستند. آنها دوستان واقعی شما هستند.



سعی نکنید برای خوشبختی تان به

دیگران تکیه کنید

اگر با کسی که درونتان است خوشبخت و شاد نباشید، با هیچ رابطه بادوامی هم خوشحال و راضی نخواهید بود. باید ابتدا ثبات زندگی خودتان را بسازید تا بعد بتوانید آن را با کسی قسمت کنید.



این ده کار را فراموش نکنید:

آدم ها و کارتونها

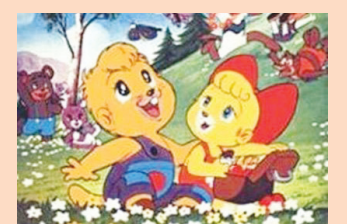
از مشکلاتتان فرار نکنید

باید با مشکلاتتان روبه رو شوید. البته این کار ساده نخواهد بود. هیچکس در دنیا نیست که بتواند همه کارها را برای نقض انجام دهد. هیچکدام از ما قادر نیستیم که مدام در حال حل کردن مشکل باشیم. در واقع، ما جوری ساخته شده ایم که ناراحت، ناامید و شکست خورده شویم. چون این معنی واقعی زندگی کردن است - روبه رو شدن با مشکلات، درس گرفتن از آنها، سازگاری و حل آنها به مرور زمان.



قدر ناشناس نباشید

زندگی تان خوب باشد یا بد، هر روز شکرگزار به خاطر آن از خواب بیدار شوید. مطمئن باشید کسی در جایی دیگر از جهان وضعیتی بسیار بدتر از شما دارد. به جای اینکه به چیزهایی که ندارید فکر کنید، سعی کنید به چیزهایی فکر کنید که دارید و دیگران افسوس آن را می خورند.



به خودتان دروغ نگویند

به هر کس دیگری در دنیا می توانید دروغ بگویید به جز خودتان. زندگی ما زمانی بهتر می شود که از فرصت ها استفاده کنیم و سخت ترین و اولین فرصتی که می توانیم از آن استفاده کنیم این است که با خودمان صادق باشیم.



نیازهای خودتان را پنهان

نکنید

دردناک ترین مساله این است که وقتی شدیداً درگیر دوست داشتن کسی هستید، خودتان را فراموش کنید و یادتان برود که شما هم فردی خاص هستید. بله، باید به دیگران کمک کنید اما به خودتان هم همینطور. اگر فرار باشد که زمانی بیاید که به خودتان برسید و چیزهایی که به آن علاقه دارید را دنبال کنید، آن زمان همین حال است.



وقت تلف نکنید

زیاد فکر نکنید چون اینکار فقط مشکل تراشی می کند. موقعیت ها را ارزیابی کنید و تصمیمات قاطع بگیرید. هیچوقت نمی توانید چیزی که ششامت رویارویی با آن را ندارید تغییر دهید. پیشرفت نیازمند خطر کردن است.



سبک زندگی مردم با پایان عید فطر در اصفهان

ماه خدا... خدا نگه

مسلمانان پس از یک ماه روزهداری و مبارزه با نفس، عیودیت و بندگی خداوند را به جا آوردند، روزها روزه گرفتند و شبها به عبادت مشغول بودند و به همین دلیل عید سعید فطر را گرامی

بشیر اسماعیلی: ماه رمضان امسال هم تمام شد و بعد از چند روز تعطیلی دوباره مثل همیشه این شعر در ذهن ما متبادر شد که: عید رمضان آمد و ماه رمضان رفت / صد شکر که این آمد و صد حیف که آن رفت.

می دارند. در این پرونده از سبک زندگی، نگاهی به عید فطر در اصفهان و دیگر شهرها داریم.



اپیزود دوم / عکس العمل برخی از مردم اصفهان به فرا رسیدن عید فطر

یک بانوی میانسال: امسال هر کی سعادت داشت روز را بیگردد قدی سه تا ماه رمضان توای کرد. من که یکشمار گرفت تا عصر چیزیم نبود. اما طرفا غروب دیدم سرم دارد پبلی میرد. بجامم هول کردند آب قند دادند خوردم... دلدم خیلی سوخت، اما قابل نبودیم انگار. ایشالا سال دیگه.

یک مرد سی ساله: ما تا دو سه بعد از ظهر می خوابیدیم بزی کولری هفت هزار یاد نمیشد خیلی هوا گرم بود. یهو آدم سنکوب می کرد اما به ساختمانم جلو خونه اقاما اینا میساختند کار گرا در به در روزه بودنا کارم می کردن... روزه اوناقبولس!

سالار، نوجوانی که به تازگی به سن تکلیف رسیده است: البته سخت بود ولی چون مکلف بودم همیشه را گرفتیم. اگر شصت روزم بود باید می گرفتیم چون امر خداست. گفتند وسطش برو سفر که چند ایشش برایت واجب نباشد مریض نشوی ولی به هیچ وجه نپذیرفتم (توضیح نویسنده: بنده از نزدیک شاهد اخلاص این نوجوان در ادای فریضه الهی بودم... راستی که ایمان نوجوانان از همه مستحکم تر است).

اوس علیمراد معروف: دین که روزم سیاسی... ورم داشتن اینا بردن برزیل طلوع آفتاب می مانند. سپس به مسجد می روند و فطر به خود (انفاق) کمک خیریه روز عید) را می دهند. پس از آن، میهمانان مسجد، صحنه ای را که توسط خادمین آنجا آماده شده است می خورند. پس از نماز عید، مردم اغلب به گورستان ها می روند و برای مردگان دعا می خوانند و قرآن تلاوت می کنند. در بافق، شهری نزدیک به شهر یزد، آخرین روز ماه رمضان، روز غم و غصه است، چرا که روز پایان «مهمانی خدا» است. در عوض، روز بعد آن که روز عید فطر است، مردم با پوشیدن لباس های نو این روز جشن می گیرند و خود را برای نماز عید و دید و بازدید آماده می کنند.

اپیزود سوم / عید فطر در دیگر شهرها

می شود. خیابان های اطراف دانشگاه تهران تبدیل به راه پیاده می شوند و اتومبیل ها اجازه گذر از این خیابان ها را ندارند. اگر چه حتی اگر هم می خواستند، نمی توانستند از میان این مقدار جمعیت که خیابان ها را بسته است، عبور کنند. مردم برای اینکه جای بهتری در صف نماز جمعه داشته باشند، از همان اولین لحظات اولیه پس از طلوع آفتاب به دانشگاه تهران می روند. مردم از هر طبقه اجتماعی و با هر نوع سبک و شیوه زندگی، از بچه ها گرفته تا زنان و مردان، پیر و جوان در نماز عید شرکت می کنند. چیزی که راجع به تهران دوست داشتنتی است، طرز تجمع و در کنار هم قرار گرفتن این تناقضات در یک مراسم مذهبی است. وقتی نماز شروع می گردد، این تفاوت ها دیگر خود را نشان نمی دهند و چیزی که از بالا دیده می شود هزاران نفری هستند که دست تضرعشان را روبه روی صورتشان گرفته، رکوع می کنند و خم می شوند و در کنار یکدیگر مرتب می ایستند! این مراسم دینی را، مردان در لباس های رنگارنگ و زنان در چادر نمازهای گلدار، با هماهنگی و هم دلی تمام به پا می دارند.

مردم ایبانه از هر گوشه روستا به نزدیکی گورستان می آیند، زنان با روسری های بلند سفید گلدار و رنگارنگشان و مردان با شلوارهای بسیار گشاد. در ایبانه، عید فطر زمانست که اهالی پس از نماز عید، دور هم جمع می شوند، کمی صحبت می کنند و آب میوه می نوشند.

خوزستانی های باشکوه ایرانی های ساکن استان خوزستان، مراسم بسیار باشکوهی همچون جشن عید نوروز برگزار می کنند؛ لباس جدید می پوشند و به یکدیگر عیدی و کادو می دهند.

می دهند. از بزرگ ترها و به خصوص از خانواده هایی که عزیزی را در سال گذشته از دست داده اند، دیدن می کنند. دید و بازدید از خویشاوندان به صورت گروهی، نیز از دیگر رسوم قدیمی در استان خوزستان است که امروزه تنها در روستاها به آن عمل می شود. وقتی که کسی به دیدن یکی از اعضای فامیل می رود، سر راهش با هر کسی که برخورد کرد، با او سلام و احوالپرسی می کند و به اتفاق هم به سمت مقصد، یعنی منزل آن فامیل می روند. به این ترتیب، بعضاً تا ۲۰۰ نفر برای دید و بازدید عید فطر به خانه یک نفر می رسند. از میهمانان با نوشیدنی های زعفرانی و دارچینی پذیرایی می شود. آخرین روز ماه رمضان، روز وفات یافتگان نیز هست و مردم به همین مناسبت به نیازمندان کمک های خیریه می کنند.

یزدی ها با سادار سنن سنت و رسم انفاق کردن برای مردگان در استان یزد به شکلی متفاوت صورت می گیرد. در این شهر باستانی، که در مرکز ایران قرار دارد، سنت ها حدود ۱۰۰ سال قدمت دارند. پس از نماز صبح، مردم یزد صحنه ای خورند و منتظر

در ایران، که کشوری چند قومیتی است، این جشن اسلامی فطر در سرتاسر کشور و به سبک و سنت های مختلف برگزار می شود. تعطیلات مربوط به این روز، معمولاً در اکثر مناطق ایران ۲ روز است و در استان خوزستان به ۳ روز نیز می رسد. در این بخش از پرونده عید فطر، سری هم به مناسک این جشن بزرگ در سایر شهرها می زنیم.

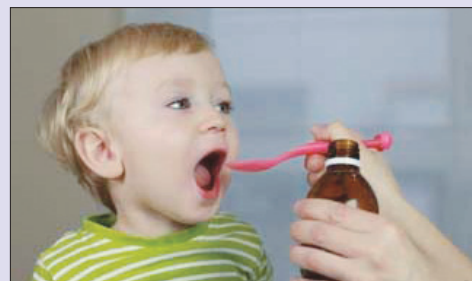
مردم ایبانه و فطر مردم ایبانه از هر گوشه روستا به نزدیکی گورستان می آیند، زنان با روسری های بلند سفید گلدار و رنگارنگشان و مردان با شلوارهای بسیار گشاد. در ایبانه، عید فطر زمانست که اهالی پس از نماز عید، دور هم جمع می شوند، کمی صحبت می کنند و آب میوه می نوشند.

خوزستانی های باشکوه ایرانی های ساکن استان خوزستان، مراسم بسیار باشکوهی همچون جشن عید نوروز برگزار می کنند؛ لباس جدید می پوشند و به یکدیگر عیدی و کادو می دهند.

چندترفند برای زندگی بهتر

به کودکان استامینوفن ندهید

تجویز استامینوفن و همچنین داروهای ضدسرفه در کودکان زیر ۲ سال، توصیه نمی شود؛ استراحت و رژیم غذایی، بهترین روش های درمان سرماخوردگی هستند. سرماخوردگی ممکن است تا ۲ هفته طول بکشد. اگر نشانه بیماری بدتر شود یا برای مدت طولانی ادامه یابد یا با علائمی مانند تنگی نفس، درد قفسه سینه، تب و استخراج سرفه مداوم و سردرد همراه شود، مراجعه دوباره به پزشک، تصمیم خوب و به جایی است. تشخیص سرماخوردگی از آنفلوآنزا به خصوص در کودکان، خانم های باردار و افراد مسن که مقاومت بدنی کمتری دارند اهمیت زیادی دارد، چرا که اگر به آنفلوآنزا مبتلا شوند، عوارض خطرناک و جدی تری خواهد داشت.



جوجه را کباب نکنید

در هنگام کباب کردن انواع گوشت که معمولاً به صورت کباب کوبیده و یا جوجه کباب است، روغن از این مواد بر روی آتش می چکد و دود می کند و می سوزد که این دود بالا می آید و روی خود گوشت قرار می گیرد، که این نوع طبخ، شرایط بهداشتی و سلامتی مناسبی ندارد. از تجزیه روغن، اکسیدان ها و رادیکال های آزاد، ایجاد می شود که خاصیت سرطان زایی داشته و بنابراین غذایی را که برای حفظ سلامتی مصرف می کنیم، تبدیل به یک ماده مضر برای بدن می شود بنابراین در شرایطی که حرارت بالا باشد به طوریکه روغن گوشت بر روی آتش تریزد، شرایط مناسبی برای طبخ انواع گوشت است.



محلولی برای ناخن های خشک

اگر می خواهید ناخن های محکم و زیبایی داشته باشید این محلول را در منزل درست کنید. خیلی از بانوان دوست دارند ناخن هایشان را بلند کنند ولی به محض اینکه کمی بلند شد، به علت های گوناگون مانند شستشوی بسیار زیاد دست ها یا انجام کارهای منزل و... ناخن می شکنند. در یک فنجان آب گرم، یک قاشق جوش شیرین بریزید. حالا ناخن ها را چند دقیقه در این محلول قرار دهید. بعد ناخن ها را خشک کنید و با کمی روغن بادام یا کرمانشاه مرطوب کنید، دست ها و ناخن ها را به آرامی ماساژ دهید. با اینکار ناخن های شما محکم شده و زمان بیشتری از بلند بودن آنها لذت خواهید برد.



از مس استفاده کنید

پزشکان به کسانی که از درد مفاصل رنج می برند، داشتن یک دستبند مسی را توصیه می کنند و دلیل این امر را هم کمبود یون های مسی در خون ذکر می کنند که با تماس دستبندهای مسی با پوست بخشی از این کمبود جبران شده و از درد مفاصل کاسته می شود. بررسی ها نشان می دهند، غذا موقع پخت در درون قابلمه مسی، از یون آزاد شده این ظرف استفاده می کند و در بدن شما فوق العاده احساس نشاط و انرژی ایجاد می کند دیگه از آن خمیازه و کسالت خبری نیست و باعث طول عمر مفید و سلامتی جسمی می شود. گفتنی است، دست بند مسی باعث ایجاد نشاط و شادی می شود و جریان خون بیشتری را در بدن شما به گردش در می آورد.



دستور پخت

لوبیا قرمز: ۲۰۰ گرم
گوشت یا قارچ خرد شده: ۲۵۰ گرم
کرفس خرد شده: ۴ تا ۵ ساقه ترد
سبزی خرد شده (نعناع، جعفری): ۳۰۰ گرم
پیاز متوسط: ۱ عدد
آب لیمو ترش یا آبغوره: به مقدار نیاز
روغن مایع: به مقدار نیاز
آرد معمولی: ۲ قاشق غذاخوری
نمک و فلفل و زردچوبه: به میزان نیاز

روش اول: لوبیای از شب قبل خیس شده را می‌پزیم، کرفس را در روغن تفت می‌دهیم بعد سبزی خرد شده را اضافه و تفت می‌دهیم، پیاز را جدا تفت داده، با گوشت خرد شده می‌پزیم زردچوبه و بعد آرد را اضافه، نمک و فلفل سپس به آن لوبیا، کرفس و سبزی را اضافه و در صورت استفاده از قارچ به جای گوشت در انتها آنها را خرد و روی حرارت اجاق می‌گذاریم تا آبش گرفته شود سپس به بقیه مواد اضافه می‌کنیم و با مقداری آب روی حرارت ملایم قرار می‌دهیم تا جا بیفتد و ۱۰ دقیقه قبل از اینکه غذا را یکشیم بسته به مزاج و سلیقه مقداری آبغوره یا آب لیمو به آن اضافه می‌کنیم.

روش دوم: کرفس را تفت داده و بعد نعناع و جعفری را اضافه کرده ۳ لیوان آب را ریخته و می‌گذاریم بپزد. ۳۰۰ گرم قارچ را تفت داده با یک قاشق چای خوری زعفران (در آب حل کرده) به کرفس‌های پخته اضافه و در آخر پیاز را تفت داده و زردچوبه می‌زنیم سپس یک قاشق پر آرد را اضافه، تفت داده و به بقیه مواد اضافه می‌کنیم و برای ترشیش در آخر آبغوره یا آبلیمو می‌زنیم.

آشپزی مثبت همراه با متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی

خورش کرفس؛ با خاصیت لاغرکنندگی

ارزش غذایی کرفس

کرفس خاصیت ضد میکروبی دارد که آب آن به صورت غرغره برای رفع گلو دردهای خشک و جوشانده آن جهت گرفتگی صدا مفید است و حاوی ویتامین C است که در بهبود سرماخوردگی موثر است. همچنین طبق تحقیقات کرفس جزوه ماده غذایی موثر در مداوای سرطان است. ضمناً این گیاه بهترین ماده غذایی است که برای عفونت ادراری و اسیداوریک بالا موثر و مانع سنگ کلیه و درد آن می‌شود. کرفس برای درمان نفرس، آرتروز و روماتیسم مفید و ضد نفخ و کاهنده وزن است و کاهش دهنده کلسترول و تخم آن کاهنده فشار خون است. عصاره کرفس نیز برای مبتلایان به پیوست نافع است. علاوه بر این در تقویت حافظه و ازدیاد هوش و افزایش شیر مادران کارآمد است و مصرف یک وعده غذایی کرفس بوی بد دهان را از بین می‌برد. برگ و ریشه آن نیز مفید است و اثرات کرفس خام نیز به مراتب بهتر از پخته آن است، بنابراین برای دریافت بیشتر خواص آن از کرفس تازه و آب آن به خوبی بهره ببرید. اما با وجود خواص بسیار برای ابتلایان به صرع مضر است و افرادی که ورم کلیه دارند باید از مصرف این گیاه خودداری کنند.



این هفته ستون آشپزی مثبت را اختصاص دادیم به یکی از خورش‌های نسبتاً جدید اصفهانی‌ها؛ خورش‌تی که بسیار خوشمزه و پسر خاصیت است. ضمن اینکه با خاصیت لاغرکنندگی می‌تواند برای افرادی که تحت رژیم هستند مناسب باشد. پس بد نیست شما خانواده‌های عزیز با استفاده از مواد لازم ذکر شده در مقابلتان و نیز طرز تهیه آن، پختن این خورش را در برنامه آشپزیتان قرار دهید و از خواص آن به خوبی بهره‌مند شوید. به مهم‌ترین خواص ترکیب کرفس با استفاده از نظر دکتر زهرا خیام‌نکویی متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی اشاره می‌شود.

غذایی می‌شود. شرایط نگهداری در مواد غذایی شامل شرایطی است که هم از فساد میکروبی و هم از فساد شیمیایی جلوگیری می‌کند. زهره باباشاهی کارشناس ایمنی غذا در این زمینه به ارا به نکاتی پرداخته که در ادامه به آن می‌پردازیم:

رعایت بهداشت مواد غذایی مسوولیت همه افراد جامعه است به خصوص کسانی که در تهیه، توزیع، نگهداری و فروش مواد غذایی دخالت دارند. پس از خرید مواد غذایی رعایت نکات ایمنی در سالم سازی، نگهداری و در طول پخت به عهده مصرف‌کننده است و عدم رعایت این نکات موجب فساد مواد

شما در یخچال مانده است، کار آسانی نیست. به همین دلیل پیشنهاد می‌شود که یک قلم و کاغذ بردارید و تاریخی را که شما درب هر نوع کنسرو یا بطری را باز می‌کنید بنویسید و از تاریخ‌ها به عنوان علامت مرجع استفاده کنید. به محض اینکه تاریخ مصرف آن از زمانی که شما یادداشت کردید گذشت، باید آن ماده خوراکی را دور بریزید.

یک یخچال استاندارد چگونه تنظیم می‌شود
برودت یخچال را باید مرتباً کنترل کرد تا بین ۴- تا ۰- درجه سانتی‌گراد باشد. برای اطمینان از کارکرد صحیح یخچال یک دماسنج در آن نصب کنید. مواد غذایی خام را از مواد پخته شده جدا قرار دهید و هر چند مدت نسبت به تمیز کردن و ضد عفونی کردن یخچال اقدام نمایید.

مواد غذایی چگونه نگهداری شوند؟
ماهی، کلم، پیاز و دیگر مواد بودار را نباید با غذاهایی مانند شیر، کره، تخم مرغ، سالاد، دسرها و نوشیدنی‌های میوه‌ای را که جاذب طعم و بو هستند نزدیک به هم در یک یخچال قرار داد. بهتر است سبزی‌های برگ سبزی مانند اسفناج را در کیسه‌های پلاستیکی و در سردترین نقطه یخچال بگذارید تا حداقل به مدت ۱۰ روز به صورت تازه باقی بمانند. برای تازه ماندن گوجه فرنگی (تازه، سالم و سفت) بهتر است آن را در دمای اتاق و دور از نور خورشید بگذارید.

قبل از قرار دادن مواد غذایی در یخچال آلودگی سطحی بسته‌ها را برطرف کنید. غذای پخته را حتماً باید در ظرف دربدار، پهن و کوچک در یخچال نگهداری کرد. غذاهای پخته ابتدا می‌بایست تا دمای ۵۴- تا ۶۰- C سرد شوند و در طی ۲۰ دقیقه داخل یخچال قرار گیرند. در یخچال، مواد غذایی می‌بایست در کمتر از ۴ ساعت دمایش به ۷- C یا کمتر برسد.

سبزیجاتی مانند کاهو را باید میان دستمال کاغذی بپیچید و در ظرفی در دار قرار دهید. هرگز نباید آنها را با چاقوی فلزی قطعه قطعه کنید و در یخچال بگذارید زیرا در این صورت کاهوها قپوه‌ای خواهند شد. میوه‌هایی مانند انواع توت و آلبالو را بهتر است در پایین‌ترین قسمت یخچال جای دهید اما میوه‌های بزرگی مانند گلابی، موز، پرتقال و هلو را می‌توان در دمای اتاق (الته دور از نور خورشید و گرما) نگهداری کرد. برای تازه ماندن قارچ بهتر است آنها را در پاکت‌های کاغذی قرار دهید.

چه ظرف‌هایی برای یخچال مناسب است؟
برای نگهداری مواد در یخچال بهتر است از ظروف شیشه‌ای، چینی، لعابی، ملامینی و پلاستیکی مخصوص یخچال و دربدار استفاده کرد و برای نگهداری مواد در فریزر بهتر است از ظروف پلاستیکی و مخصوص نگهداری غذا در فریزر و بسته‌بندی‌های مخصوص (پلیمری) استفاده شود. مواد غذایی بسته‌بندی شده در حلب یا قوطی‌های کنسرو بهتر است بعد از باز شدن به ظروف شیشه‌ای یا استیل مخصوص مواد غذایی منتقل شوند و سپس در یخچال نگهداری شوند زیرا امکان دارد این ظروف از قسمت‌های بریده شده یا ماده غذایی ترکیب شوند. همچنین پیگیری و به خاطر سپردن اینکه چه مدت غذای

خانه‌داری به سبک ساده همراه با کارشناس ایمنی غذا

رشته‌ای به نام یخچال شناسی!!



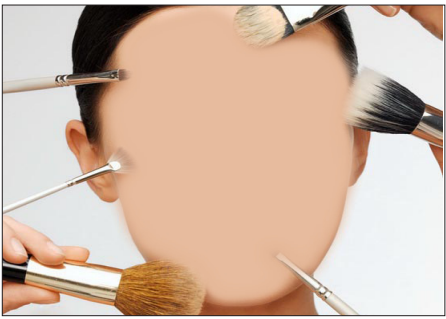
چگونه یک مرد شیک پوش باشیم نه جلف!؟

۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵ قانون لباس پوشیدن برای آقایان

- کت‌های دو دکمه بخريد. این نوع کت‌ها شما را لاغرتر نشان می‌دهد و پیراهن هم بهتر به نظر می‌رسد.
- نیاید سبک‌وزن و شلوارتان زیاد بزرگ باشد. سرشانه‌های کت‌تان باید جذب‌شانه‌ها پستان باشد. نه بزرگ‌تر از شانه‌ها پستان. از خیاط بخواهید که قد آستین کت‌تان ماچ‌تان باشد نه اینکه تا شست‌تان. و از او بخواهید که شلوارتان زیاد گشاد و بلند نباشد که زیر پاشنه پستان برود.
- به نوک تخته کفش‌تان کمی جرم بزنید. این کار باعث می‌شود عمر کفش‌تان زیاد شود.
- بارانی‌تان باید با پیراهن‌تان ست باشد.
- یک دست لباس رسمی و یک پیراهن مناسب با یقه‌ای تیز و زیبا داشته باشید.
- اگر قصد خرید یک پلیور را دارید، یک پلیور خاکستری رنگ یقه هفت بخريد. این پلیور با یک پیراهن رنگ تیره در پاییز یا زمستان و با یک شلوار جین در بهار ست می‌شود.
- به خشک‌شویی بگویید لباس‌هایتان را بدون آهار شسته و خشک کند. شاید گران‌تر باشد اما می‌ارزد.
- همیشه لباس محل کارتان را مرتب داخل کمدتان بچینید.
- پیراهن طوسی رنگ با هر لباسی قابل ست کردن است. شما می‌توانید آن را زیر لباس تان، یا زیر کت یا حتی با یک پیراهن و یک کتانی بپوشید.
- همیشه وسایل شخصی‌تان را داخل کیفی بگذارید مثل مسواک، خمیر دندان، وسایل اصلاح تان و...
- کمر بند مشکلی با لباس‌های خاکی رنگ و شلوار جین همخوانی دارد. کمر بند مشکلی تنها کمربندی است که همه آقایان باید داشته باشند.
- وقتی شما یک کت دو دکمه می‌پوشید، دیگر کمر بند را کنار بگذارید، زیرا به آن نیازی نیست. زمانی که کمر بند استفاده نمی‌کنید، پیراهن‌تان تمیزتر و بهتر به نظر می‌رسد.
- جارتختی‌های چوبی، کمد لباس‌هایتان را منظم و مرتب‌نشان می‌دهند. در صورتی که جارتختی‌های فلزی زیاد مناسب نیستند.
- اگر قصد خرید یک پلیور را دارید، یک پلیور خاکستری رنگ یقه هفت بخريد. این پلیور با یک پیراهن رنگ تیره در پاییز یا زمستان و با یک شلوار جین در بهار ست می‌شود.
- به خشک‌شویی بگویید لباس‌هایتان را بدون آهار شسته و خشک کند. شاید گران‌تر باشد اما می‌ارزد.
- بارانی‌تان باید با پیراهن‌تان ست باشد.
- یک دست لباس رسمی و یک پیراهن مناسب با یقه‌ای تیز و زیبا داشته باشید.
- اگر قصد خرید یک پلیور را دارید، یک پلیور خاکستری رنگ یقه هفت بخريد. این پلیور با یک پیراهن رنگ تیره در پاییز یا زمستان و با یک شلوار جین در بهار ست می‌شود.
- به خشک‌شویی بگویید لباس‌هایتان را بدون آهار شسته و خشک کند. شاید گران‌تر باشد اما می‌ارزد.
- همیشه لباس محل کارتان را مرتب داخل کمدتان بچینید.
- پیراهن طوسی رنگ با هر لباسی قابل ست کردن است. شما می‌توانید آن را زیر لباس تان، یا زیر کت یا حتی با یک پیراهن و یک کتانی بپوشید.
- همیشه وسایل شخصی‌تان را داخل کیفی بگذارید مثل مسواک، خمیر دندان، وسایل اصلاح تان و...
- کمر بند مشکلی با لباس‌های خاکی رنگ و شلوار جین همخوانی دارد. کمر بند مشکلی تنها کمربندی است که همه آقایان باید داشته باشند.
- وقتی شما یک کت دو دکمه می‌پوشید، دیگر کمر بند را کنار بگذارید، زیرا به آن نیازی نیست. زمانی که کمر بند استفاده نمی‌کنید، پیراهن‌تان تمیزتر و بهتر به نظر می‌رسد.



شستشوی پوست آکنه‌ای چگونه است؟!



آموزش شیوه صحیح مراقبت پوست به ویژه در مداوای ضایعات آکنه دارای اهمیت است. شستشوی پوستی آکنه فقط دو بار در روز است و به خاطر داشته باشید شستشوی بیش از حد پوست اصلاً توصیه نمی‌شود، چرا که تمیز کردن بیش از اندازه پوست، منجر به خشکی و شکنندگی بیشتر پوست شده و به بهبود سریع تر آکنه اصلاً کمک نمی‌کند شستشوی دو بار در روز (صبح و شب) برای پاک کردن پوست از کثیفی، آرایش، تعریق و چربی اضافی مناسب است. به طور کلی نکاتی که در شستشوی پوست باید مد نظر قرار بگیرد عبارتند از:

- ۱- شستشوی پوست دو بار در روز با یک شوینده ملایم و با نوک انگشتان نه با لیف و یا پدهای اسکراب.
- ۲- تونر یا قابض استفاده کنید. می‌توانید برای پاک کردن باقی مانده آرایش یا پاک کننده و یا چربی اضافه از تونر با یک پنبه نرم استفاده کنید.
- ۳- در صورت نیاز از داروها یا کرم‌های درمانی آکنه استفاده کنید: پس از این که تونر کاملاً خشک شد از داروهای درمانی آکنه که توسط پزشک تجویز شده استفاده کنید و بگذارید به خوبی جذب شود.
- ۴- در صورتی که احساس خشکی می‌کنید از ژل یا مرطوب کننده فاقد چربی استفاده کنید.

دکتر محمد علی نیلفروزش زاده / عضو هیات علمی دانشگاه تهران

تمرینات ورزشی برای تقویت عضلات شکم

شکم چاق و گنده نداشته باشید!!

تناسب اندام به تقویت عضلات به ویژه تقویت عضلات شکم و تنه، نیاز دارد و این امر نیز مستلزم انجام تمرین های مشخصی است که در این مطلب خواهید خواند. تغییر از یک نوع ورزش به دیگر نیاز به آمادگی و تمرین دارد و این تمرین ها باید با توانایی بدن شما و میزان تناسب اندامتان تطبیق داشته باشد.

از «سفت کردن شکم» شروع کنید!

اگر برای مدتی طولانی از لحاظ جسمی فعال نبوده‌اید یا دچار مشکلات کمر و پشت یا بیماری‌های پزشکی دیگر هستید، پیش از انجام این برنامه‌های ورزشی بهتر است با پزشکتان مشورت کنید. اولین قدم برای شروع ورزش‌های تقویت عضلات شکم و تنه، آموختن «سفت کردن» عضلات شکم است.

برای این کار در حال نشسته، ایستاده یا دراز کش، آرام اما با قوت عضلات شکمی تان را سفت کنید و نافتان را به سمت پشت بکشید. استخوان دنبالچه (در انتهای ستون فقرات) باید اندکی جلو بیاید؛ انگار که می‌خواهید آماده شوید تا ضربه‌ای به شکمی تان وارد شود. در حالی که به‌طور طبیعی نفس می‌کشید، این وضعیت را برای ۱۰ ثانیه حفظ کنید.

هنگامی که به اندازه کافی این حرکت را انجام دادید، می‌توانید به انجام سایر ورزش‌های تقویت کننده عضلات شکم و تنه بپردازید، چه تمرین‌هایی که روی یک سطح پایدار (کف زمین یا تشک ورزشی) انجام می‌شوند و چه آنهایی که روی یک سطح ناپایدار، مانند یک توپ ورزشی انجام می‌گیرند.

نکته مهمی که باید به یاد داشته باشید این است که «با انجام ورزش‌های شکم و تنه نمی‌توانید از شر چربی‌های شکم تان خلاص شوید» و برای این کار باید به رژیم غذایی و انجام ورزش‌های هوازی برای سوزاندن کالری‌ها روی آورید. در هر حال، داشتن عضلات شکم و تنه قوی به سلامت بدن شما و محافظت از ستون فقرات کمک می‌کند.

دراز و نشست ساده را

فراموش نکنید

به پشت دراز بکشید، طوری که زانوهایتان خم شده باشند و پاهایتان به صورت صاف روی زمین قرار داشته باشد.

نوک انگشتانتان را پشت سرتان بگذارید. عضلات شکمی تان را سفت و بعد بخش بالایی بدن را به جلو خم کنید، به طوری که تیغه‌های شانه از کف زمین جدا شود. برای ۲-۱ ثانیه در این حالت بمانید. به آهستگی تنه تان را به عقب بیاورید.

بعد حرکت را از اول تکرار کنید. ۱۲ تا ۱۶ بار دراز و نشست را تکرار کنید. این حرکت را با سرعت پیش از حد انجام ندهید. انجام این تمرین باعث تقویت عضلات راست شکمی (عضلات درازی که در بخش پایینی قفسه سینه) می‌شود.

دراز و نشست روی توپ

توپ ورزشی یک ابزار عالی برای تقویت عضلات شکم و سومین حرکت موثر برای تقویت عضلات راست شکمی است. آنچه این حرکت را اندکی

موثرتر از دراز و نشست روی زمین می‌کند این است که در دراز و نشست روی زمین، ساق‌های یا اغلب دخیل هستند اما در دراز و نشست روی توپ، عضلات شکم کار بیشتری انجام می‌دهند. برای انجام این ورزش روی توپ دراز بکشید و توپ را زیر کمر خود قرار دهید. بازوهای خود را روی سینه‌تان به صورت ضربدری بگذارید یا آنها را پشت سرتان قرار دهید. عضلات شکمی تان را منقبض کنید تا پشت تان از روی توپ بلند شود و کف قفسه سینه تان را به سمت لگن تان ببرد.



گفت و گو با دکتر ساره زرشناس

عضو هیات علمی گروه کاردرمانی

افسردگی قابل درمان است

امروز افسردگی به عنوان شایع ترین اختلال روحی روانی قرن جدید است که در پی آن پایه زندگی فرد را مختل می‌نماید. اما باید دید علایم آن چیست و چه راه‌هایی برای درمان وجود دارد. دکتر ساره زرشناس عضو هیات علمی گروه کاردرمانی دانشکده علوم توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در این زمینه پاسخگوی ما شدند که در زیر این گفت و گو را می‌خوانید.

خیلی‌ها به ظاهر می‌گویند ما افسردگی داریم، به واقع افسردگی چیست؟ اغلب متخصصین افسردگی را حالت و وضعیتی ثابت از روان می‌دانند که طی آن خلق فرد دستخوش فشرده‌گی، اندوه، دل‌مردگی شده و با علایمی نظیر بی‌انگیزگی، ناامیدی، بی‌توجهی به خود، آینده و شرمسار بودن از گذشته، افت عزت نفس و اعتماد به نفس شروع شده و با کندی تحرک بدنی، احساس پوچی و خستگی درونی، احساس فقدان لذت ادامه یافته و در شدیدترین حالات آن سبب بروز اختلال در تمایل و نیروی جنسی، خواب و خوراک و توزان اشتها و سرانجام تفکرات مستمر در خصوص مرگ و خودکشی و... می‌شود.

خیلی مواقع افسردگی با خلق و خوی موقت فرد که در اثر حادثه‌ای پیش آمده، اشتباه می‌شود راه تشخیص آن چیست؟

اتفاقاً نباید از نظر دور داشت که تمامی انسان‌های روی زمین، در اوقات از روز و ایامی از ماه تجربه برخی یا اکثر حالات روانی و روحی اشاره شده را داشته‌اند و آنچه یک فرد دارای اختلال خلقی افسردگی را از فردی صرفاً اندوهگین جدا و متمایز می‌سازد، این است که افراد با خلق افسرده، تعداد علایم بیشتری را در اکثر اوقات زندگی‌شان تجربه می‌کنند و غالباً این روحيات و علایم سبب افت فاحش ایشان در عملکردهای تحصیل، گزینش و حفظ شغل و کیفیت عملکردهای اجتماعی و روابط بین فردی‌شان می‌شود.

مورد دیگری که معمولاً با افسردگی اشتباه گرفته می‌شود، سوگ و اندوه طبیعی هر فردی است که در غم از دست دادن عزیزش تجربه می‌کند در واقع باید به این نکته توجه کنیم که گر چه علایم سوگ و اندوه شباهت تام و تمامی با حالات روحی یک فرد افسرده دارد، اما غالباً فرد سوگوار برخلاف یک فرد دچار اختلال افسردگی می‌تواند با دریافت همدردی و همدلی از اطرافیان و مرهم معجزه‌آسای گذشت زمان که حدوداً ۲ ماه است، سلامت و بهداشت روانی نسبی خود را بازیابد و به روال زندگی سابق و موقعیت اجتماعی و شغلی پیشین خود بازگشتی موفقیت‌آمیز داشته باشد. همچنین اختلالات شایع و رایجی نظیر بدکار کردی‌های تیروئید، مسمومیت مزمن با جیوه، اسکیزوفرنی، عوارض جانبی برخی از داروها و... بعضاً علایمی شبیه به اختلال افسردگی دارند که شایسته است تشخیص دقیق و موشکافانه هر کدام از دیگری را به متخصصین روانپزشکی و روانشناسی واگذار کرد.

شما به عنوان یک متخصص چه پیشنهادی برای کسانی که دچار افسردگی هستند دارید؟

معمولاً رایج ترین روش درمان اکثر اختلالات، روانپزشکی محسوب می‌شود با این وجود در بسیاری از مواقع این روش درمانی به تنهایی کافی نیست گرچه می‌تواند در کاهش علایم افسردگی موثر واقع شود اما غالباً از تغییر دادن اندیشه، فکر و دیدگاه بی‌سازمان ناتوان است. علاوه بر این مصرف برخی از انواع داروهای ضد افسردگی، سبب بروز عوارض جانبی ناخوشایند و ناخواسته‌ای می‌شود.

در نتیجه و با توجه به گرایش عده کثیری از افراد مبتلا به سمت درمان‌های غیر دارویی درمان‌های دیگری به عنوان تکمیل کننده روش دارو درمانی ابداع و مطرح شده‌اند و در واقع تکنیک‌های درمانی مبتنی بر نظریات کاردرمانی روانی اجتماعی که برای افراد با اختلال افسردگی موثر هستند، استفاده از خاصیت درمانی گروه و تکنیک‌هایی نظیر درگیر ساختن فرد در فعالیت‌های ارزشمند و همچنین پیشنهاد فعالیت‌های متنوع جهت توسعه دامنه فعالیت‌های مورد علاقه فرد برای رفع مشکلات عاطفی هیجانی افسردگی از جمله راهکارهایی است که نظریات متعدد کاردرمانی را در خود پوشش داده است.

البته افراد دارای اختلال افسردگی از مشکلاتی در شناخت و انگیزش نظیر احساسات مبهم و دوگانه، احساس پوچی و بی‌ارزشی و بی‌انگیزگی و نگرش منفی به خویشتن و دنیای پیرامون و ناتوانی در آغاز و یا ادامه یک فعالیت نیز رنج می‌برند که در این عرصه، کاردرمانگران می‌کوشند از طریق ارائه فعالیت‌های زود بازده، ساده و قابل انجام، احساس کفایت فرد را افزایش داده و او را بیش از پیش با فعالیت‌ها درگیر ساخته و در خلال انجام فعالیت او را با تشویق‌های کلامی، طراحی فضاهای رقابتی و ساختارهای حمایتی و ارائه بازخورد‌های حساب شده، هدایت کرده و شناخت او از عملکرد، توانایی‌ها و ناتوانی‌هایش را با واقعیت همسو و هماهنگ کنند. به طور کلی افسردگی قابل درمان است و درمان‌های دارویی، روانشناختی و کاردرمانی متناسب با نیاز و توانمندی‌ها و سطح مشکلات فرد تجویز می‌شود. ضمناً در طبیعت بودن فرد در کاهش افسردگی نقش بسیار موثری دارد.

دانستنی‌های تغذیه‌ای همراهِ باد کُتر منصور ریسمانچیان

الگوی خواب خوب با چند دانه آلبالوی خوشمزه

آلبالو از جمله میوه‌هایی است که به دلیل پر خورداری از خواص بسیار مفید برای سلامتی حتی به عنوان یک راه حل درمانی برای برخی بیماری‌ها در نظر گرفته می‌شود. آلبالو سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها، ویتامین‌های ضروری و مواد مغذی است که مورد نیاز برای سلامت بدن هستند. برخی از ترکیبات مفید و شفا بخش این میوه عبارتند از:

پتاسیم

آلبالو از جمله مواد خوراکی است که به دلیل پر خورداری از پتاسیم برای سلامت قلب مفید است و ضربان قلب و فشارخون را تنظیم کرده و در نتیجه احتمال ابتلا به فشارخون و سکته مغزی را پایین می‌آورد.

آنتی‌اکسیدان‌ها

این میوه حاوی انواعی از آنتی‌اکسیدان‌ها همچون «لووتین» و «بتاکاروتن» است. این ترکیب‌ها به عنوان فاکتوری حفاظتی در برابر رادیکال‌های آزاد که عامل سرطان و بیماری‌های مختلف هستند، عمل می‌کنند.

ملاتونین

آلبالو منبع غنی از هورمون ملاتونین به حساب می‌آید و مصرف آن برای افرادی که احساس خستگی دارند اما نمی‌توانند به خواب بروند توصیه می‌شود زیرا این هورمون الگوی خواب را تنظیم می‌کند.

ویتامین‌های ضروری

یک فنجان آلبالو به دلیل پر خورداری از ویتامین C، بتاکاروتن، ویتامین A، B6 و K در واقع یک قرص ویتامین تلقی می‌شود. این ویتامین‌ها برای تشکیل کلاژن در رگ‌های خونی، خون، ماهیچه‌ها و

استخوان‌ها ضروری هستند.

فیتواستروژن

«فیتواستروژن»‌ها به طور طبیعی در بافت آلبالو وجود دارند. این ترکیب با پایین آوردن میزان کلسترول بد خون به کاهش خطر ابتلا به سرطان و نیز به تقویت سیستم ایمنی کمک می‌کند.

کالری پایین

یک دانه میوه آلبالو تنها حاوی چهار کالری انرژی است و به همین دلیل لازم نیست به دلیل نگرانی از چاق شدن، مصرف آن را محدود کنید.

فیبر

بررسی‌های آزمایشگاهی نشان می‌دهد حدود ۱۰ عدد آلبالو ۱.۴ گرم از فیبر مورد نیاز بدن را تأمین می‌کند.

آنتوسیانین

آنتوسیانین، آنتی‌اکسیدان قوی به حساب می‌آید که در رنگ‌دانه‌ها مشاهده می‌شود و آلبالو نیز از جمله میوه‌هایی است که مملو از این رنگ‌دانه‌ها است.

مصرف میوه‌هایی که رنگ تیره‌تری دارند به دلیل برخورداری از ترکیب‌های ضدالتهابی، آنتی‌ویروسی و ضد سرطانی توصیه می‌شود.



سامان سالور:

مشغول ساخت آنونس «تمشک» هشتم

کرد: تمام عوامل این فیلم سعی خود را کردند که روایت تازه‌ای از موضوع داشته باشند. این کارگردان سینما در ادامه از نگارش یک سریال تلویزیونی در ژانر اجتماعی به نام «خوابگردها» خبر داد و گفت: سریال خوابگردها یک قصه جذاب و یک ایده نو هست که پتانسیل لازم برای مخاطب تلویزیون را دارد و درحال حاضر هشت قسمت از فیلمنامه این داستان را نوشتم. سالور تصریح کرد: مراحل نوشتن این مجموعه تلویزیونی به آرامی و با سلیقه و حساسیت خاص دنبال می شود که امیدوارم بتوانم آن را به سرانجام برسانم.

غلامرضا فرجی، پخش‌کننده فیلم «فرشته‌ها با هم می آیند» درباره میزان استقبال مخاطبان از این فیلم به مهر گفت: طی روزهای گذشته و هم‌زمان با تعطیلات عید فطر استقبال خوبی از این فیلم صورت گرفت و برخی از سینماها سانس‌های فوق العاده در نظر گرفتند و مردم تا نیمه‌های شب به تماشای این فیلم نشستند.

وی ادامه داد: آمار فروش کلی این فیلم بعد از گذشت ۹ روز با تعداد ۱۶ سالن سینما در تهران و ۱۰ سالن سینما در شهرستان‌ها از مرز ۱۲۰ میلیون تومان عبور کرد و اکران این

پس از گذشت ۹ روز از اکران؛

فروش «فرشته‌ها با هم می آیند» از مرز ۱۲۰ میلیون گذشت

فیلم ادامه داد.

«فرشته‌ها با هم می آیند» اولین فیلم بلند حامد محمدی در مقام کارگردان است که دربخش نگاه نو سی و دومین جشنواره فیلم فجر حضور داشت. محمدی پیش از این نگارش فیلمنامه‌های «طلا و مس» و «حوض نقاشی» را بر عهده داشته است.

این فیلم داستان یک روحانی جوان به نام احمد است که با همسرش لیلاد در حالی با تنگدستی روزگار سپری می‌کنند که صاحب ۳ فرزند هم‌زمان می‌شوند.

بین المللی چوگان گفت: چوگان فرهنگ ناملموس ایرانیان است و مرکز پیدایش آن، ایران بوده است.

وی با اشاره به تاریخ و اشتراکات فرهنگی جمهوری آذربایجان و ایران، تصریح کرد: گرچه جمهوری آذربایجان از پیشینه‌ای در ورزش چوگان برخوردار است اما محل پیدایش این ورزش و خاستگاه اصلی آن ایران بوده است و بعدها به آذربایجان منتقل شده است.

سقائیان نژاد با اشاره به سفر اخیر دبیر کل یونسکو به اصفهان تصریح کرد: وی در این سفر پس از بازدید از میدان امام (ره) اصفهان به عنوان محل برگزاری چوگان در عصر صفویه از قدمت ورزش چوگان آگاه شد.

اما این همه نشان از بی توجهی و بی مهربی به داشته‌های فرهنگی و هویت‌های بومی ماست؛ که بزرگ‌ترین افتخارات میراثی ما را به نام خود ثبت می‌کنند. تا حالا هم مسولان فدراسیون بین المللی چوگان به اشتباه یونسکو در ثبت این ورزش به نام جمهوری آذربایجان اعتراف کرده‌اند و شهردار اصفهان نیز با اشاره به اشتباه یونسکو در ثبت ورزش چوگان به نام جمهوری آذربایجان اینگونه تأکید کرد که درخواست ایران برای تصحیح این اشتباه دراجلاس بین المللی میراث فرهنگی ناملموس که به میزبانی اصفهان برگزار خواهد شد، مطرح می‌شود.

امیدواریم که مسوولین بتوانند یونسکو را به اشتباه خود مبنی بر ثبت چوگان به نام آذربایسان متقاعد کنند؛ اما می‌توان با برگزاری بازی چوگان در میدان امام(ره) و میدان چندی پیشطی مراسمی در اصفهان «ریچارد تاماس خلیل» رئیس آمریکایی فدراسیون بین المللی چوگان از آثار تاریخی و فرهنگی اصفهان بازدیدکرد با تاسف گفت: یونسکو در این اقدام، اشتباه بزرگی را مرتکب شده است.

وی اظهار کرد: در نامه‌ای به یونسکو ضمن اعتراض به این اقدام، توضیح دادم که بازی چوگان با ابتکار ایرانیان به وجود آمده است.
ثبت چوگان به نام جمهوری آذربایجان باعث تأسف است؛ زیرا ایران مهد چوگان می‌باشد و پرداختن به بازی چوگان در ایران به چند هزار سال قبل بازمی‌گردد.
شهردار اصفهان البته در این باره به رئیس آمریکایی فدراسیون

دبیرگاربازگردد و در واقع آن جنبه را خداوند متعال باید نصیب او کند. از این رو این حال جذاب سالک حالی است که لسان الغیب حافظ شیرازی در همان بیت نخستین دیوانش وصف می‌کند.

عضو هیأت علمی پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی با اشاره به بیت «الا یاایها الساقی ادر کاساً و ناولها؛ که عشق آسان نمود اولی افتادمشکل‌ها» گفت:این بیت حافظ ترجمه همان روایت نبوی هم هست، حافظ اینجا حال همان کسی را می‌گوید که از ماه مبارک رمضان بیرون آمده و به سوی ماه‌های حرام از جمله ماه ذی‌الحجه گام برمی‌دارد.

وی ادامه داد: الا یا ایها الساقی؛ ای کسی که مرا مهمان کردی، ادر کاساً و ناولها؛ یک جام دیگری بریز و نصیب ما کن، که عشق آسان نمود اول ولی افتاد مشکل‌ها؛ در حال آن جنبه، ما عشق و محبت

تورا چشیدیم اما حالا بعد از پایان یافتن ماه مبارک رمضان به خود واگذار شدیم؛ افتاد مشکل‌ها. از حالا به بعد باید با پای سلوک خودمان به سوی توبازگردیم.

عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی با تأکید بزر اینکه ماه مبارک رمضان ماه دعوت رایگان به سوی خداوند است و ماه ذی‌الحجه ماه فراخوان به بازگشت، تصریح کرد: ما در ماه ذی‌الحجه با پای سلوک، از آنجایی که هستیم، راه افتاده و به سوی حق می‌رویم، در

نقل قول

مجری برنامه شهر باران:

برنامه معارفی یعنی بودجه فقط

چندریال!

داربوش کاردان /مهر: من تالشم را کردم که برنامه خشک نباشد اما این را هم باید بدانید که من به این سمت نرمی رو که به هر قیمتی شده جواب سوالم را بگیرم. هر کس در زندگی‌اش چیزهایی دارد که دوست ندارد دیگران بدانند. مهمانان مجبور نیستند به سوالات پاسخ بدهند. شاید کسی آمده که اصلا متار که کرده و نمی‌خواهد حرف بزند، من نمی‌توانم به‌ اجبار از او پاسخ بگیرم.

نهایت برنامه این است که از زبان من یا مهمان چیزی گفته شود که به درد مردم بخورد. ما سخنان حاج آقا کافی را هم در برنامه پخش کردیم، ترانه داشتیم، وله‌های زیبایی روی آنتن می‌بردیم. همه و همه در خدمت این بود که مردم یک وعده افطار را با کسانی که دوست دارند، بگذرانند و لذت ببرند. از این رهگذر و لذت بردن از برنامه چند کلام هم از امیرالمومنین (ع) یاد بگیرند و… راستش را بخواهید دلیل بازگشتم به تلویزیون و تمام هدف از اجرای «شهر باران» این بود که با حامد عقیلی تهیه‌کننده برنامه همدل هستم. می‌دانم او به برنامه نگاه درآمده ندارد. سازمان و مدیران هم این‌ را دربارہ ما می‌دانند و شاید با خودشان می‌گویند اگر دستمزده‌شان را هم ندادیم بنادیم، می‌روند پول را به کسی می‌دهند که اگر امروز دستمزش را نگیرد فردا نمی‌آید. اما می‌دانند ما اهل نان نیستیم و کارمان را انجام می‌دهیم. اسپانسر که نداریم، بودجه ما هم اندک در حد یک برنامه معارفی است. فیلم و سریال و گروه اجتماعی نیست، بلکه معارف است؛ یعنی چند ریال! عقیلی با چند ریال این برنامه را می‌سازد.

حجت‌الاسلام دکتر حمید پارسانیا تشریح کرد:

حال ما بعد از ماه رمضان چگونه باید باشد؟

عضو شورای عالی انقلاب فرهنگ گفت: بعداز ماه مبارک رمضان ماننداین است که از مهمانی بیرون آمده‌ایم اما خلوت از آن درکام ما باقیست، باید حواسمان باشد که خاطر او را گرمی بداریم، در حسرت رفتنش باشیم و در انتظار بازگشت مجدد آن بمانیم.

حجت‌الاسلام حمید پارسانیا معاون آموزش مجمع عالی حکمت اسلامی در خصوص دستاوردهای ماه مبارک رمضان به فارس گفت: ما در ماه مبارک رمضان مهمان خدا و ضیافت الهی بودیم و مصداق وضعت مادر این ماه همانندکسی است که این حدیث نبوی درباره او سخن می‌گوید. «لَا زَانَ لِرَبِّكَمۡ فِی اَیَّامِ ذَکَرِکُمۡ نَقَاتٍ اِلَّا فَتَحَرَّضُوا لَهَا وَ لَا تَحَرَّضُوا عَنْهَا»؛ آگاه باشید در روزگاران زندگی شما نجات و نسیم‌هایی از عالم غیب وزیدن می‌گیرد. به این نسیم‌ها چنگ بزنید و از آنها روی برنگردانید.

وی اظهار داشت: پروردگار عالمیان لذت مهمانی خدا و در محضر

حق بودن را در ماه مبارک رمضان به انسان می‌چشاند از این رو او احساس انس و نزدیکی به خداوند را لمس کرده و به سهولت از گناهان عبور می‌کند و این ادعیه و معارف را بعد نظری جان انسان را سیراب می‌کند.

پارسانیا تصریح کرد: ماه مبارک رمضان ماهی است که جنبه‌ها و بارقه‌های الهی، وجودانسان را به رایگان فرامی‌گیرد، لذا ماه که تمام می‌شود مثل این است که انسان به خود واگذار شده است که از این پس باید با پای سلوک و با قدم همت خود به سوی خدا بازگردد.

وی با بیان اینکه سالکان به سوی خداوند موقعت انسان را در قیاس با اهل معرفت به چند دسته تقسیم می‌کنند، ابراز داشت: وضعت ما در پایان ماه مبارک رمضان و آغاز ماه شوال، وضعت مجذوب سالک است یعنی کسی که جنبه او را فرا گرفته، طعم مهمانی و یا محبوب بودن را چشیده و حالا او راها می‌کند که از این پس با پای سلوک،

ماه مبارک رمضان هم حق نزد ما آمده و بی‌منت و مستقیم، نعمتی عظیم نصیب ما شده است که اگر از این سرمایه استفاده کردیم و راه افتادیم دگربار می‌رسیم به این حالتی که به ما در جنبه عارض شده است.

وی افزود: بنابراین اگر ما این جنبه را چشیدیم و سپس از آن اعراض و یا آن را فراموش کردیم از آن محروم خواهیم ماند لذا سرمایه‌ای که در این ماه نصیبمان شده سرمایه این جنبه است یعنی سرمایه چشیدن است. همانند کسی که خاطره‌ای از آب نداشته و لذت سیرابی را تجربه‌نشده هرگز تشنه کلمی را احساس نخواهد کرد؛ تشنه کسی است که بهره‌ای از سیرابی دارد و حالا می‌بیند آنچه را که دوست دارد، ندارد.

پارسانیا خاطر نشان کرد: ما بعد از ماه مبارک رمضان مشاهده می‌کنیم آنچه را که چشیدیم و داشتیم دستمان از آن تهی است و دگربار باید بازگردیم.

لذا در مهمانی حق، ما بخشیده می‌شویم و در معرض معرفت قرار می‌گیریم اما بعد از ماه مبارک باید در انتظار عرفات باشیم؛ در عرفات وقتی به سوی حق بازگشتیم و دگربار معرفت حق نصیب ما شد به «مشعر» قدم می‌گذاریم و بعد در «منا» قربانی می‌کنیم.

صفحه ۹

روزنامه خبری، فرهنگی اجتماعی صبح‌ایران

شنبه ۱۱ مرداد ۱۳۹۳

شماره ۲۱۹۶ | ۱۲ صفحه

فرهنگ و هنر

سبذ خبر

رییس جامعه‌المصطفی(ص):

تندروهای تکفیری در حال تغییر میدان

مبارزه در جهان اسلام هستند

عضو شورای عالی انقلاب فرهنگ گفت: تلاش یک عده اقلیت نادان این است که مبارزه استضعاف و استکبار و اسلام و کفر را به یک مبارزه مسلمان با مسلمان بر سر چیزهای بی‌ارزش تغییر دهند.

حجت‌الاسلام علیرضا اعرافی رییس جامعه‌المصطفی(ص) العالمیه در گفت‌وگو با فارس با اشاره به افزایش روزافزون ظلم علیه مظلوم فلسطین گفت: اصل دفاع از مظلوم، اصل یک عقلابی، شرعی و اسلامی است و در اسلام نیز بر این اصل مهم و راهبرذ بزرگ بشری و الهی و انسانی تأکید شده است.

وی ابراز داشت: اگر دولت‌های به اصطلاح اسلامی که حدود ۷-۸ کشور بزرگ اسلامی را تشکیل می‌دهند روابط اقتصادی و سیاسی خویش را با اسرائیل قطع کنند، زد و بندهای پشت پرده‌ای در دفاع از اسرائیل نداشته باشند و به همین اندازه اگر اقدام قطعاً اسرائیل از پا در خواهد آمد و اگر یک گام جلوتر آمده و کمک‌های مالی و تسلیحاتی به ملت فلسطین داشته باشند با همین تدابیر آسان، بدون جنگ و خونریزی اسرائیل قدرت خویش را از دست خواهد داد. عضو شورای عالی انقلاب فرهنگ گفت: امروز ما شاهدیم که یک عده نادان و تندروهای تکفیری که در واقع مزدور قدرت‌های بیگانه هستند میدان مبارزه را در دنیای اسلام تغییر می‌دهند در حالی که دنیای اسلام باید در میدان مبارزه با دشمنان و استعمارگران چندصدساله و در مبارزه با غاصبان سرزمین‌های اشغالی و اشغالگران کشورهای مسلمان باشد.

وی گفت: یک عده اقلیت نادان این مبارزه فقر و غنا، استضعاف و استکبار، اسلام و کفر را به یک مبارزه مسلمان با مسلمان بر سر چیزهایی که هیچ ارزش جنگ و نزاع را ندارند تغییر می‌دهند و امت مسلمان باید به این مسایل توجه ویژه‌ای داشته باشد.

«شهر موش ها ۲» به مناطق

محروم می‌رود

تهیه‌کنندگان «شهر موش ها ۲» در نظر دارند با آموزش نمایندگان تبلیغاتی امکان اکران گسترده‌تر فیلم در شهرستان‌ها را فراهم آورده و همچنین اکران‌هایی در مناطق محروم داشته باشند.

به گزارش مهر، منیزه حکمت تهیه‌کننده «شهر موش ها ۲» گفت: طی یک ماه گذشته با هم فکری دیگر تهیه‌کننده فیلم، علی سرتیپی نیروهای مورد نظر مان را در شهرستان‌ها شناسایی کردیم و با دعوتی که صورت گرفت طی دو روز، کارگاهی را درنظر گرفتیم تا این افراد آشنایی بیشتری با اکران و تبلیغات شهری پیدا کنند و برای برپایی جشن های «شهر موش ها» در شهرستان‌ها آماده شوند.

وی افزود: این افراه هر کدام بر مجموعه‌های خود را در استان‌هایشان خواهند داشت و با کمک این نمایندگان حتی در شهرهایی که فاقد سینما هستند جشن «شهر موش ها» را برگزار می‌کنیم. یکی از اهداف اصلی ما نمایش فیلم برای کودکان محروم خواهد بود.

هزار و یک پیچیدگی درباره معافیت

مالیاتی هنرمندان

ایرج راد به ایسنا، گفت: همچنین قرار شد کارت عضویت خانه تئاتر ملاک عمل این صندوق در پیگیری امور هنرمندان باشد.

نایب رییس هیات مدیره خانه تئاتر یادآور شد: قرار است خانه تئاتر از طریق این کار گروه نظرات خود را درباره آیین‌نامه‌ای که در بیمه وجود دارد، اعمال کند.

او درباره موانع بیمه اعضای جدید که به دلیل بدهی دولت به صندوق حمایت از هنرمندان ایجاد شده است، توضیح داد: این مشکل هنوز سر جای خودش است، زیرا تأمین اعتبار صورت نگرفته ولی طبق قول دکتر ارجمندی، قرار است این مشکل نیز حل شود.

ایرج راد در پایان سخنانش با اشاره به پیچیده بودن مباحث معافیت مالیاتی هنرمندان به ایسنا گفت: مسایل متفاوتی در این زمینه وجود دارد و خود من هم برای برخی از پرسش‌هایم در این زمینه، پاسخ روشنی نگرفته‌ام.

رشته‌های مرتبط با زبان فارسی در ۳۰۰

دانشگاه خارج از کشور تدریس می‌شود

معاون امور بین الملل بنیاد سعدی اظهار داشت: رشته‌های مرتبط با زبان فارسی در ۳۰۰ دانشگاه خارج از کشور تدریس می‌شود.

سید محمدرضا ربندی در گفت و گو با ایرنا گفت: در ۱۶۰ دانشگاه خارج از کشور رشته زبان و ادبیات فارسی و در ۱۴۰ دانشگاه دیگر نیز رشته‌های مرتبط با زبان فارسی نظیر رشته‌های شرق‌شناسی، اسلام‌شناسی و ایران‌شناسی وجود دارد.

وی با بیان اینکه در ۱۵ دانشگاه کشور مصر ۱۵ هزار دانشجو در رشته زبان و ادبیات فارسی مشغول به تحصیل هستند افزود: اکنون چهار هزار دانشجو در ۱۱ دانشگاه پاکستان، پنج هزار دانشجو در پنج دانشگاه سوریه، ۲۵ هزار دانشجو در ۳۰ دانشگاه هند، ۲۰۰ دانشجو در شش دانشگاه ایتالیا، ۱۵۰ دانشجو در پنج دانشگاه آلمان مشغول به تحصیل هستند.

معاون امور بین الملل بنیاد سعدی تصریح کرد: درحال حاضر دانش آموزان مقطع دبیرستان کشورهای آذربایجان، ارمنستان، گرجستان و ترکمنستان می‌توانند از بین زبان‌های فارسی، عربی، آلمانی و عبری یک زبان را به عنوان زبان دوم خود انتخاب کنند.

گزارش

آمار نزاع در اصفهان نسبت به سال قبل ۱/۲ درصد کاهش یافته است



گروه جامعه: تابستان که می شود نزاع های خیابانی افزایش پیدا می کند اما آماري که پزشکی قانونی استان اصفهان گزارش می دهد چیز دیگری می گوید. در سه ماهه اول امسال ۱۱ هزار و ۶۸۷ نفر به دلیل صدمات ناشی از نزاع به مراکز پزشکی قانونی استان اصفهان مراجعه کردند و این رقم در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۱،۲ درصد کاهش یافته است.

اداره کل پزشکی قانونی استان اصفهان، گفته است از کل مراجعین نزاع در سه ماهه اول امسال ۳ هزار ۵۸۵ نفر زن و ۸ هزار و ۱۰۲ نفر مرد بودند.

این در حالی است که در مدت مشابه سال قبل ۱۱ هزار ۸۲۸ نفر به دلیل نزاع به مراکز پزشکی قانونی استان مراجعه که ۳ هزار و ۵۷۷ نفر زن و ۸ هزار و ۵۲۱ نفر مرد بوده اند.

مدیرکل پزشکی قانونی استان اصفهان در سال ۹۲ گفته است تعداد ۴۳ هزار و ۸۶۷ نفر به دلیل صدمات ناشی از نزاع به مراکز پزشکی قانونی استان اصفهان مراجعه کرده و این رقم در مقایسه با سال ۹۱ چهار و نیم درصد افزایش یافته است.

علی سلیمان پور با اشاره به اینکه در سال گذشته ۴۳ هزار و ۸۶۷ نفر به دلیل صدمات ناشی از نزاع به مراکز پزشکی قانونی استان اصفهان مراجعه کرده اند، اظهار کرده این رقم در مقایسه با سال ۹۱ چهار و نیم درصد افزایش یافته است.

او عنوان می کند از مجموع مراجعین نزاع در سال گذشته ۱۳ هزار ۵۸۲ نفر زن و ۳۰ هزار و ۲۸۴ نفر مرد بوده اند.

مدیرکل پزشکی قانونی استان اصفهان تصریح کرده در صورتی که در سال ۹۱ تعداد ۱۱ هزار و ۷۶۲ نفر از مراجعان نزاع به مراکز پزشکی قانونی استان زن و ۳۰ هزار و ۲۳۴ نفر مرد بوده اند. وی ادامه می دهد در اسفند ماه سال ۹۱ مارا مراجعان نزاع با هفت دهم درصد کاهش نسبت به سال ۹۱ به تعداد ۳ هزار ۱۰۲ مورد رسیده است.

سلیمان پور با اشاره به افزایش آمار متوفیات ناشی از سوء مصرف مواد مخدر در سال گذشته در استان اصفهان تاکید می کند طی سال گذشته آمار اجساد معاینه شده ناشی از سوء مصرف مواد مخدر در اداره کل پزشکی قانونی استان اصفهان و مراکز تابعه ۳۱۲ نفر شامل ۲۶ زن و ۲۸۶ مرد بوده و در سال ۱۴۰۱ زن و ۲۱۰ مرد در این مراکز مورد معاینه قرار گرفته اند و در سال گذشته این آمار ۳۹۳ درصد افزایش داشته است.

وی با بیان اینکه آمار پرونده های به نتیجه رسیده در کمیسیون های پزشکی قانونی استان اصفهان در سال گذشته افزایش یافته است، می افزاید تعداد پرونده های به نتیجه رسیده در سال گذشته در کمیسیون های پزشکی قانونی استان ۸۹۰ مورد بوده که نسبت به سال ۲۲،۳۹۱ دهم درصد افزایش داشته است.

مدیرکل پزشکی قانونی استان اصفهان می گوید: از مجموع پرونده های به نتیجه رسیده در این مدت، ۴۹۴ مورد مرتبط با رسیدگی به پرونده های پزشکی قانونی، ۳۲۲ مورد روانپزشکی و ۱۶۴ مورد مرتبط با رسیدگی به پرونده های قصور پزشکی بوده است.

زندگی در عصر تکنولوژی تاثیرات بسیاری را بر مقله دینداری افراد و باورها و اعتقادات دینی آنها گذاشته است. گاه به نظر می رسد که نوع تازه ای از دینداری به انسان ها معرفی می شود. مثلاً شیوه ای از مسلمانی که بیشتر در حال انتشار است، موضوعی که در سال های اخیر به طرق مختلف در فیلم ها و سریال های شبکه های ماهواره ای ترویج یافته و تاثیرات بسیاری بر مخاطبین داشته است.

این یک جریان فکری و یک ایدئولوژی برنامه ریزی شده است که با شیوه ای تدریجی و اثر گذار بر نگرش افراد تاثیر می گذارد و به این ترتیب شاهدیم که نحوه تازه ای از مسلمان بودن به مسلمانان معرفی می شود.

اسلام با تکنولوژی امروزی؛

مسلمانی به شیوه سریال های ماهواره ای!

باز استفاده می کنند و مردان در هنگام بروز مشکلات و باریای تفریح و خوشگذرانی مشروبات الکلی می خورند. روابط نامشروع و پنهانی، خیانت همسران به یکدیگر و تولد فرزندان نامشروع موضوعی ساده و تکراری محسوب می شود.

این جاست که شاهد چهره ای تازه از مسلمانی در این مجموعه های تلویزیونی هستیم. این که می توان مسلمان بود اما در عین حال بدون قید و بندهای دست و پاگیر، زندگی کرد و از لذت های حرام

مجموعه های تلویزیونی تر ک، اغلب افراد مسلمان هستند. اما این مسلمانی به گونه ای خاص و تازه تعریف می شود. چنانچه مرگ و میری رخ می دهد، مسلمان بودن این افراد آشکار می شود.

زنان لباس سیاه می پوشند، قرآن پخش می کنند و نماز میت می خوانند. نشانه دیگر مسلمان بودن این افراد در تابلوها و اسامی الهی که احیاناً بر دیوار خانه ها نصب شده نشان داده می شود. به این ترتیب شاهد نمایش افراد مسلمانی هستیم که زنان در آن از لباس

گپ و گفت اصفهان زیبا با یک زوج با مهریه یک سکه؛

کفه های ترازوی یک زندگی موفق بر اساس تعادل است



عقد و ۲۰ مهر ماه ۹۲ عروسی کردیم.

چی شد که مهریه را این مقدار گرفتید؟

چند بار راجع به مهریه صحبت شد که ما معتقد بودیم مهریه به ... فقط به صورت یک معامله تجاری تبدیل شده و نه تنها کمکی به برقراری و پایبندی زندگی نمی کند؛ بلکه از خیلی جهات باعث عدم پیوند و حتی گسستن این پیوند می شود و از طرفی هم افراد زیادی اطراف ما بودند که درگیر دادگاه های خانواده بودند و این برای ما حکم تایید بیشتری بود.

به عقیده شما ویژگی های یک زندگی موفق چیست؟

مظاهری: انسان ذاتاً همه چیز را بیشتر و بیشتر می خواهد تا به آرامش بیشتری در زندگی برسد و نظر شخصی من این است که زمانی فرامی رسد که این آرامش را چیزهای مادی دیگر تأمین نمی کند و ما نیاز به یک حریم امن روحی و معنوی داریم که اگر شناخت درست و باطلع انتخاب درستی داشته باشیم می توانیم به آن آرامش و اطمینان برسیم.

زندگی موفق زندگی است که همه چیز به تعادل در کفه های ترازوی آن قرار می گیرد؛ مثلاً ما تلاش می کنیم تا خودرود معمولی خود را به یک خودرود بهتر تبدیل کنیم و یک ماشین آخرین مدل داشته باشیم، اما وقتی آن را خریداری می کنیم تمام دغدغه ذهنی ما معطوف به نگهداری آن می شود، دیگر نمی توانیم آن را همه جا پارک کنیم یا دیگر نمی توانیم با آن همه جا برویم و این باعث می شود تا آرامش خاطر قبلی ما بهم بخورد. به عبارتی آسایش بیشتر یعنی سطح امکانات بیشتر زندگی همیشه معنای آرامش بیشتر را ندارد.

حیدری: هدف و انگیزه، باورهای مثبت، نشاط، نداشتن توقع های نابجا در زندگی کمک می کند تا به خوشبختی و به زندگی موفق برسیم.

ویژگی های یک همسر خوب چیست؟

مظاهری: عملاً چیزی به نام تفاهم صد در صد وجود ندارد و بزرگترین اشتباه ما این است که فکر می کنیم تفاهم یعنی هم فکر بودن و تصمیم یکسان در مورد تمام مسایل در صورتی که به نظر من زندگی یعنی درک متقابل یعنی پذیرفتن تفاوت ها و عملاً همین تفاوت های ذاتی است که زندگی مشترک را به کمال می رساند. به نظر من همسر خوب بهترین است که با اشراف کامل به تفاوت های اساسی ساختاری بین زن و مرد سعی کند تا با درک متقابل از برخورد چند گانه با مسایل پیش رو به جای نگر طرف

آنچه این روزها نقل مجالس عقد و عروسی شده مقدار و نوع مهریه عروس است، یک هزار شاخه گل رز، جمع آوری دو هزار پال مگس، تاریخ تولد عروس، دو چشم داماد ... بسیاری مهریه های عجیب دیگر که به تازگی به قول معروف مد شده است.

آیا تا کنون وجود مهریه سنگین زوجی، مانع فروپاشی زندگی شان شده است؟ بی شک خیر، چرا که اگر مانع بود آمار طلاق شناسنامه ای و عاطفی زوجین تا این حد بالا نمی رفت.

در عصر حاضر که دنیای ارتباطات و تکنولوژی ست مهریه از جایگاه و معنای واقعی خود منحرف شده و خانواده ها اهداف دیگری را در خصوص این مساله دنبال می کنند. تعدادی از خانواده ها گمان می کنند مهریه قیمت و بهای زن است و با توجه به خصوصیات و ویژگی های دختر خود مثل میزان تحصیلات، سطح مالی خانواده و حتی ویژگی های ظاهری، مهریه بالا و یا پایین تعیین می کنند. اما چه عواملی موجب شده در سال های اخیر علاقه به مهریه های سنگین در بین دختران جوان رشد چشمگیری داشته باشد و به همان نسبت هم پرونده های قضایی مربوط به مهریه و در خواست طلاق در دادگاه ها افزایش یابد؟!

طبق پژوهش های صورت گرفته میانگین مهریه زنان ایرانی بین ۲۶۰ تا ۵۰۰ سکه طلاست، که البته در بین مهریه ها میزان ۱۲۴ هزار سکه طلا هم به چشم می خورد.

و حالا گفت و گوی اصفهان زیبا را با زوج با مهریه یک سکه بخوانید. شکیبا مظاهری، متولد ۱۶ شهریور ماه ۱۳۶۰ کارشناسی ارشد مهندسی ژنتیک گیاهی، مدیر داخلی شرکت دشت اصفهان (تولید کننده ماشین آلات کشاورزی) و مهتاب حیدری، متولد ۲۰ فروردین ماه ۱۳۶۶ کارشناس طراحی گرافیک و طراح روزنامه زوجی هستند که با یک سکه پیوندی آسمانی با یکدیگر بستند و زندگی خود را در زیر یک سقف آغاز کردند.

طریقه آشنایی شما به چه صورتی بوده است با هم فامیل هستید؟

در تاریخ ۲۰ دی ماه ۱۳۸۹ در یک پروژه مشترک کاری با هم همکار شدیم و پس از وقفه هایی به دلیل تمدید پروژه، آشنایی ما صورت گرفت و سپس با آگاهی خانواده هارفت و آمد ما بیشتر و بیشتر می شد.

چه موقع ازدواج کردید؟

۲۰ اسفندماه ۱۳۹۰ خواستگاری انجام شد و ۲۰ مهرماه ۱۳۹۱

مقابل سعی در ارایه راهکار داشته باشد بقیه مسایل به راحتی حل می شود.

حیدری: تعاریف متفاوتی وجود دارد، ولی از نظر من باید مرد به پختگی لازم رسیده باشد تا بتواند یک زندگی را اداره کند. اخلاق چه در منزل و چه در بیرون بسیار مهم است، کنترل بر روی کلام خود داشته باشد، منطقی و واقع بین باشد، آینده نگر باشد ولی نه اندازه های که حال خود را فدای آینده کند، به اندازه خرج کردن در قانع بودن، آرامش در هنگام وقوع مشکلات و ...

صحبت شما با جوان های که مهریه های سنگین می گیرند؛ چیست؟

زندگی مشترک شخصی ترین چیزی است که ما داریم یعنی حتی اسم ما که نشان دهنده هویت ما است انتخاب همسر چیزی است که کاملاً به ما مربوط می شود به نظر ما هر چیزی که باعث بشود

این شخصی ترین مساله زندگی بودن یا نبودنش، شیرین و شاد بودن یا نبودنش برهم بخورد مردود است. ما هر کدام خانواد های تجملاتی داریم که مراسم های آنچنانی برگزار می کنند و وقتی به مراسم های فامیل می رفتیم چیزی که بعد از آن همه هزینه می دیدیم این بود که به نتها کسانی که خوش نمی گذشت برگزار کننده گان مراسم بوده و در حقیقت تمامی کارها و سختی ها صرفاً برای خوشنود کردن دیگران بوده نه خودشان یعنی تلاش و هزینه مستمر برای افرادی بیرون از دایره شخصی زندگی ما خودمان تمامی هزینه هایی که می توانستیم انجام دهیم مانند بقیه را حذف کردیم در عوض توانستیم زندگی خود را بسازیم.

مشکلات ازدواج در جامعه و به خصوص در اصفهانی های سخت گیر چگونه است؟

بزرگترین مشکل ازدواج بی سواد ی و نا آگاهی نسبت به ازدواج است دقیقاً مثل تحصیلات دانشگاهی که افراد با سختی تمام وارد آن می شوند ولی وقتی وارد شدن انگیزه ای برای ادامه و بهره گیری از آن ندارند و ما می بینیم که متأسفانه خروجی آن مناسب نیست. در اصفهان نسبت به شهرهای دیگر افراد با صمیمت و گاهی فارق از مرز بندی های خاص در کنار هم زندگی می کنند و این امر باعث می شود تا خیلی از رفتارهایی که افراد از خود نشان می دهند و یا تصمیم گیری ما تحت تاثیر محیط باشد و نه یک دلیل عقلانی. خیلی مواقع همین رفتارهای غلط تبدیل به هنجار عمومی شهر ما شده است و کسی که خلاف آن عمل کند به هنجار وصله ناجور خوانده می شود در نتیجه خیلی از افراد کارها و رفتاری را مرتکب می شوند که صرفاً به خاطر رضایت محیطی می باشد نه رضایت شخصی و عقلانی.

مخالفین مهریه به شما چه کسانی بودند و چگونه آنها را توجیه کردید؟

اول تمامی افراد فامیل و نزدیکان به غیر از خود ما دونفر مخالف میزبان مهریه ما بودند ولی چون با با اعتقاد کامل و آگاهی به این نتیجه رسیده بودیم که «مهریه یک سکه و جهاز یک تشک " سعی کردیم تا دلایل معقول خود را انقدر زیاد کنیم تا دیگران دلیلی بر مخالفت با ما نباشند.

البته کار سختی بود اینکه شما بخواهید بر خلاف یک هنجار عمومی که تبدیل به یک اصل شده رفتار بکنید و ما این سختی را حتی در خانواده های خودمان نیز احساس می کردیم و این طبیعی بود ولی کم کم با توضیح و تشریح عقایدمان و اینکه اگر ما بخواهیم وصلت کنیم نباید چیزی باشد که از بیرون ما را مجبور به انجام این کار کند و اطمینان دادن به این مساله که تصمیم ما مبتنی بر عقل و بعد از آن احساس است توانستیم تا در مرحله اول

بهره برد و موضوع اصل مسلمانی را زیر سوال برد. در ترکیه مساجد تعدد زیاده دارد، اما در قبال آن تعدد کاباره هم زیاد است. شاید این به تعبیر آنها یک جهان بینی خاص است که تناقض میان این دو را نمی بینند این شبکه ها در میان پخش سریال ها و فیلم هایی با محتواها و مضامین مذکور اذان پخش می کنند. افرادی که تفکر مذهبی و دینی دارند شاید اینگونه فکر کنند که این شبکه ها به مقدسات و باورهای دینی احترام می گذارند در حالی که این اقدام به همان مفهوم و نگرشی باز می گردد که در بطن فیلم ها و سریال ها وجود دارد. این که اسلام داشته باشید و مسلمانی کنید اما به شیوه ای نوین؛ دوست داشتنی و لذت بخش. اسلامی که افراد را به مبارزه با هوای نفس دعوت نمی کند؛ بلکه به دنبال کاستن قیود بندهاست تا بتوان از لذت های بیشتری بهره برد.

فقط مادرهایمان را راضی کنیم و انصافاً کمک آنها و استحکام آنها پشت تصمیم ما باعث شد تا دیگر جای حرف برای هیچ کس باقی نماند

پس از اینکه اطرافیان مبلغ مهریه شما را فهمیدند عکس العملشان چه بود؟ آیا با سرخورگی یا ... مواجه نشدید؟

وقتی که شما خلاف یک تصمیم عمومی عمل می کنید و نظر شما با عموم جامعه تفاوت میکند باید منتظر تقدفا و انگ های دیگران باشید و این یک امر کاملاً طبیعی است اما فراموش نکنید که تمامی واقعیت های زندگی وقتی بیان می شدند و در منظر عموم قرار می گرفتند با مخالفت، تهدید، توهین و مقاومت روبرو می شدند

زمانی که پیامبر به مخالفت از بت پرستی سخن گفت مهم ترین دلیل مشرکان این بود که این

کاری بوده است که پدران ما انجام میدادند و هیچ دلیل عقلائی نداشتند ولی با گذشت زمان و از آنجایی که حقیقت همیشه راه خود را باز می کند امروزه اگر کسی بت پرستی کند بر همگان مشخص است که در حق نیست و این مخالفت ها و انگ زدن ها تا جایی پیش می رود که حتی جان انسان به خطر بیفتد، زمانی که گالیله در دادگاه تفتیش عقاید به خاطر حفظ جانش گفت که زمین نمی چرخد، رو به زمین کرد و گفت اما من میدانم که تو می چرخ و این حقیقت روزی بر همگان آشکار می شود

ما هم معتقدیم روزی می رسد که افراد بر اساس واقعیت های زندگی تصمیم می گیرند و نه هنجارهای غلط رایج در جامعه و این حرکتی فردی است که باید از خود ما شروع شود

به عنوان سوال پائینی حضور معنوی این کار در زندگی چگونه است و تا چه میزان معنویت در زندگی به شما کمک کرده است؟

برای خود ما که به معنای امروزی آدم های مذهبی نیستیم و عقاید و باورهای خودمان را داریم فکر می کنیم از لحظه تصمیم همه چیز بر وفق مراد ما بوده البته همیشه سختی داشتم ولی پس از آن حتماً شگاشش بوده است. هر دو می کار می کنیم و حقوقمان انقدر بوده که تا لحظه تصمیم برای ازدواج حتی پنجاه هزار تومان ذخیره و پس انداز نداشتیم یعنی همیشه اندازه در آمدمان خرج می کردیم حالا شما تصور کنید که بعد از گذشت هشت ماه از ازدواج ما خانه خریدیم، ماشین داریم و از نظر وسایل و امکانات زندگی در سطح قابل قبولی هستیم که فامیل و بستگان ما که در شرایط خوب و سطح بالایی زندگی می کنند، شرایط زندگی ما را می پذیرند و همه اینها فقط و فقط توسط خودمان انجام شد و نه کمک مادی دیگران.

تصمیم ما باعث شده تا خانواده ها یمان به ما اعتماد داشته باشند و با پشتوانه محکم معنوی و انرژی خوبی که به ما می دهند سختی ها و مشکلات به صورت غیر قابل باوری مرتفع شوند. به عنوان مثال وقتی که کلیه در آمد ماهیانه برای قسط و وام هزینه شده و حتی هزینه خورد و خوراک روزانه تمام می شود قبل از اینکه بفهمیم که چگونه تصمیم بگیریم از راه های غیر قابل باور برایمان جور می شود و نه تنها در حد کم بلکه تاحدی که ما همیشه مهمان داریم و مهم فکر می کنند که ما در آمدهای چند میلیون داریم. در صورتی که ۹۰ درصد حقوق ما در ماه به صورت ثابت صرف پرداخت های اقساط بانکی می شود و از طرف دیگر تقریباً هر هفته ۲ بار در منزل خودمان مهمانی داریم. همانطور که گفتیم ما آدم های مذهبی نیستیم؛ ولی این غیر از برکت معنوی و لطف خداوند چه چیز دیگری می تواند باشد.

آگهی مناقصه

شهرداری اصفهان در نظر دارد نسبت به خرید ۲ ست کامل از تجهیزات هیدرولیکی انفرادی و مورد نیاز خودروهای نجات سازمان آتش نشانی مطابق با شرایط زیر و مشخصات مندرج در شرایط از طریق مناقصه اقدام نماید. لذا بدینوسیله از اشخاص (حقیقی یا حقوقی) واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت به عمل می آید.

۱-میزان سپرده نقدی و شماره حساب:

شرکت کنندگان در مناقصه باید مبلغ ۴۴۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال بابت سپرده شرکت در مناقصه را به حساب شماره ۰۱۰۵۸۳۳۸۴۴۰۰۹ نزد بانک ملی شعبه اصفهان (به نام شهرداری اصفهان) واریز نموده و یا معادل آن را به صورت ضمانتنامه بانکی با اعتبار حافل سه ماه و قابلیت تمدید حداقل سه ماه ارایه نمایند.

۲- مهلت و محل دریافت اسناد:

متقاضیان می توانند از تاریخ نشر آگهی تا ساعت ۱۴ مورخ ۹۳/۵/۲۵ به مراجعه به اداره امور قراردادهای و بیمان ها شهرداری مرکزی واقع در میدان امام حسین (ع) و یا سایت www.isfahan.ir نسبت به دریافت اسناد اقدام نمایند.

۳-مهلت و محل ارایه پیشنهادها:

متقاضیان می توانند تا ساعت ۱۴ مورخ ۹۳/۵/۲۷ نسبت به تحویل مدارک اقدام نمایند. بدیهی است شرکت در مناقصه و ارایه پیشنهاد په منزله قبول شرایط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشنهادهای مختار است. ضمناً مشروح شرایط در اسناد مناقصه مندرج می باشد که شرکت کنندگان باید مدارک را با درج کلمه «قبول است» مهر و امضا نموده و در پاکت «الف» و پیشنهادهای خود را در پاکت «ب» بصورت لاک و مهر شده تا پایان وقت اداری فوق الذکر به دبیرخانه شهرداری مرکزی واقع در میدان امام حسین (ع) تحویل و رسید دریافت نمایند.

۴-در صورتیکه نقرات اول و دوم شرکت کننده از انجام معامله خودداری نمایند سپرده شرکت در مناقصه آنان به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.

۵-سایر اطلاعات و جزئیات در اسناد مناقصه مندرج می باشد.

شهرداری اصفهان

آگهی مزایده

شهرداری اصفهان در نظر دارد امتیاز بهره برداری از امکانات موجود در پارک تفریحی،

آموزشی ترافیک واقع در خیابان توحید خوراسگان (منطقه ۱۵) را به صورت اجاره برای مدت یکسال و به شرح ذیل از طریق مزایده واگذار نماید. متقاضیان می توانند جهت دریافت اسناد و مشخصات عرفات از تاریخ نشر آگهی همه روزه به جز ایام تعطیل در ساعات اداری به امور قراردادهای واقع در میدان امام حسین (ع) ساختمان شهرداری مرکزی مراجعه و نسبت به کسب اطلاعات و تهیه اسناد مزایده اقدام نمایند.

آخرین مهلت ارسال پیشنهاد قیمت تا ساعت ۱۴ مورخ ۹۳/۵/۲۷ می باشد.

شرایط مزایده:

- ۱-ارایه سپرده شرکت در مزایده به صورت واریز نقدی به حساب سپرده شهرداری یا ضمانت نامه بانکی با اعتبار حداقل سه ماه.
- ۲-در صورتیکه نفرات اول و دوم شرکت کننده از انجام معامله خودداری نمایند سپرده شرکت در مزایده آنان به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.
- ۳-شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار است.
- ۴-سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مزایده موجود می باشد.

شهرداری اصفهان

صفحه‌ها زیبا

روزنامه خبری فرهنگی اجتماعی صبح ایران | ۱۳ صفحه | قیمت ۳۰۰ تومان | پیامک: ۳۰۰۰۴۸۳۰۸۸ شماره ۲۱۶۹

صاحب امتیاز: شهرداری اصفهان
مدیر مسئول: دکتر سید مرتضی سقانیان نژاد
سرمدیر: مهندس رضوان اصغری
نشانی: اصفهان، میدان امام حسین (ع)،
خیابان طالقانی، مقابل آرک جهان نما
تلفن: ۳۲۲۱۸۱۸۲
فکس: ۳۲۲۱۹۰۷۰
امور جذب آگهی: در تهران: ۰۲۱-۸۸۵۴۶۶۳۰
امور آگهی ها: ۹۵۱۲۰۴۰

سینما
قدس سالن ۲ و ۱:
آذر شهدخت پروین / ردکارپت
ساحل: کلشیتکف
سپاهان: ردکارپت
خانواده: پنجاه قدم آخر
فرهنگیان: طبقه حساس

تلویزیون
مستند نورالدین | شبکه ۱ | ۲۱:۵۰
سریال سال ۱۷۹۰ | شبکه ۱ | ۲۲:۱۵
آن روزها | شبکه ۱ | ۲۳:۳۵
فیلم سینمایی قلدرها | شبکه ۳ | ۱۶:۳۰
سریال سایه روشن | شبکه ۳ | ۲۱:۰۰

اوقات شرعی
اذان صبح: ۰۴:۴۶
طلوع آفتاب: ۰۶:۱۵
اذان ظهر: ۱۳:۱۰
اذان مغرب: ۲۰:۲۰
نیمه شب شرعی: ۰۰:۲۴
آب و هوای اصفهان
۴۹-
۲۳-

سلامت

چند اشتباه که به مغز

آسیب می‌رساند

پروفیسور مجید سمعی، به ۱۰ اشتباه که به مغز آسیب می‌رساند بدین ترتیب اشاره کرد:

نخوردن صبحانه

کسانی که صبحانه نمی‌خورند قند خونشان به سطح پایین تری افت می‌کند و این امر باعث تامین نامناسب مواد غذایی برای مغز و در نتیجه افت فعالیت مغزی می‌شود.

پر خوری

این امر باعث تصلب شرایین (سختی دیواره رگهای) مغز شده و منجر به کاهش قدرت ذهنی می‌شود.

دخانیت

این امر باعث کوچک شدن چند برابر مغز و منجر به آلزایمر می‌شود.

استفاده زیاد قند و شکر

استفاده زیاد قند و شکر جذب پروتئین و مواد غذایی را متوقف می‌کند و منجر به سوء تغذیه و احتمالاً اختلال در رشد مغزی خواهد شد.

آلودگی هوا

مغز بزرگترین مصرف کننده اکسیژن در بدن ماست. دمییدن هوای آلوده باعث کاهش اکسیژن تامینی مغز شده و منجر به کاهش کارآیی مغز می‌شود.

کمبود خواب

خواب به مغزمان اجازه استراحت می‌دهد. دوره طولانی کاهش خواب منجر به شتاب گیری مرگ سلول های مغزی خواهد شد.

پوشاندن سر به هنگام خواب

خوابیدن با سر پوشیده باعث افزایش تجمع دی‌اکسید کربن و کاهش تجمع اکسیژن شده و منجر به تأثیرات مخرب مغزی خواهد شد.

کار کشیدن از مغزتان در هنگام بیماری

کار سخت یا مطالعه در زمان بیماری ممکن است منجر به کاهش کارایی مغز و در نتیجه صدمه مغزی شود.



سیاوش گلشیری در کارگاه نقد کتاب این هفته که در طبق روال هر هفته در شعبه مرکزی شهر کتاب اصفهان برگزار می‌شود، کتاب «به انتخاب مترجم» با ترجمه احمد اخوت را مورد نقد و بررسی قرار می‌دهد.

انگیزه و سلسله جنیان ترجمه و تألیف کتاب «به انتخاب مترجم»، توجه حرفه‌ای به آثاری است درخشان که تا قبل از این به زبان فارسی ترجمه نشده‌اند. او در این کتاب، ۲۵ داستان از نویسندگان انگلیسی‌زبان مورد علاقه خود را که تا کنون به

با همیاری شهر کتاب اصفهان:

به انتخاب مترجم به کارگاه نقد گلشیری می‌آید

فارسی ترجمه نشده بودند، ترجمه و گرد آورد کرده است.

اخوت در اشاره به این کتاب می‌گوید پس از خواندن داستان کسی در گوشم می‌گفت: «طوری نیست، مگر نه این که وصف عیش نصف عیش است؟ خب، آن داستان را بردار و ترجمه کن.»

در این کتاب آثاری از سروانتس، مارسل پروست، شرلی جکسون، ریچارد باوش، ولادیمیر ناکوف، جان چوپرا، کوبو آبه، خولیو کورتاسار، نادین گوردیمر، لیدیا دیوس، تیم اوبرین، برنارد مالامود، بی‌یون لی، جیمز لاسدون، آهنری و... دیده می‌شود. البته اخوت برخی از داستان‌ها را نیز حذف کرده است.

از جمله اینکه او در پیشگفتار کتابش می‌نویسد: «از داستان آدم‌کش‌های همینگوی ۱۳ نقد به فارسی ترجمه شده و شباهتشان به نقدهایی که در زبان

در کتابخانه اختصاصی بانوان افتتاح شد

رستوران بازی های فکری ویژه کودکان و خانواده ها

به همت کتابخانه اختصاصی بانوان، وابسته به سازمان فرهنگی تفریحی شهرداری اصفهان رستوران بازی های فکری ویژه کودکان و خانواده ها در ماه مبارک رمضان در این کتابخانه افتتاح گردید.

رئیس این کتابخانه گفت: در این رستوران انواع بازی های فکری از جمله جنگا، هپی کیوب، سودوکو، روبیک و... به کودکان ۳ ساله تا بزرگسالان ۴۰ ساله آموزش داده می‌شود. چگونینان عنوان کرد: این رستوران در روزهای فردا ساعت ۹ تا ۱۳ و روزهای زوج از ساعت ۱۴ تا ۱۸ پذیرای کودکان و خانواده هایشان

داستان نوشته شده که به شناخت آن اثر کمک می‌کند. مترجم کتاب در این باره می‌نویسد: «سعی کرده‌ام اثر هر نویسنده‌ای را که ترجمه می‌کنم، به خواننده نیز تصویری گویا و روشن از خالقش به دست دهم.»

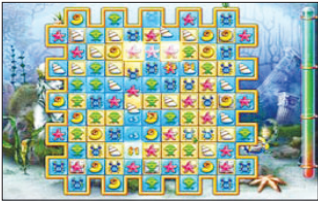
کتاب «به انتخاب مترجم» ترجمه احمد اخوت در ۳۲۶ صفحه و در شمارگان هزار و ۵۰۰ نسخه با قیمت ۱۴ هزار و ۵۰۰ تومان از سوی نشر افق منتشر شده است. این کتاب فرصت آشنایی با نویسندگان بزرگی چون مارسل پروست، کاترین مانسفیلد، ولادیمیر ناکوف، کوبو آبه، خولیو کورتاسار، برنارد مالامود، آهنری و... را به خواننده می‌دهد.

علاقه مندان جهت شرکت در کارگاه نقد داستان سیاوش گلشیری با حضور مترجم اثر می‌توانند ساعت ۱۸ روز یکشنبه ۱۳/۵/۱۲ به شعبه مرکزی شهر کتاب اصفهان واقع در چهارباغ عباسی، کوچه سینما سپاهان مراجعه فرمایند و جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن (۰۲۲۰۲۸۹۰) تماس حاصل نمایند.

خانه خلاقیت رهنان برگزار می‌کند:

کلاس های آموزشی فکری ویژه فصل تابستان

بازی خلاق، شبعده فیزیک، تقویت حافظه، بازی و ریاضی، اورینگامی، روبوتیک و... می‌باشد. باقرصاد افزود: تمامی کلاس های آموزشی خانه خلاقیت ویژه مخاطبین نوجوان است. به غیر از کلاس بازی خلاق که ثبت نام آن برای رده سنی ۷ تا ۴ سال انجام می‌شود. باقرصاد ادامه داد: هر یک از برنامه ها زمانبندی به خصوصی داشته که بسته به تعداد جلسات تعیین شده در صبح روزهای زوج و فرد برگزار می‌شود. گفتنی است: علاقه مندان می‌توانند به خانه خلاقیت رهنان واقع در رهنان، انتهای خیابان ابوذر، حمام بزرگ مراجعه کرده و یا با شماره تلفن ۳۲۳۹۴۸۰۰ تماس حاصل فرمایند.



خانه خلاقیت رهنان، وابسته به سازمان فرهنگی شهرداری اصفهان اقدام به برپایی کلاس‌های آموزشی فکری ویژه فصل تابستان نموده است. مدیر خانه خلاقیت رهنان با اعلام این خبر گفت: کلاس های آموزشی این دوره شامل

تلنگر

وصیت‌نامه گابریل گارسیامارکز

گابریل گارسیامارکز به سرطان لنفاوی مبتلاست و می‌داند عمر زیادی برایش باقی نیست.

بخوابید چگونیه در این نامه کوتاه از جهان و خوانندگان خود خداحافظی می‌کند.

اگر پروردگار لحظه‌ای از بساد می‌برد که من آدمکی مردنی بیش نیستم فرصتی کوتاه برای زنده ماندن به من می‌داد از این فرجه به بهترین وجه ممکن استفاده می‌کردم.

به احتمال زیاد هر فکرم را به زبان نمی‌راندم، اما یقیناً هر چه را می‌گفتم فکر می‌کردم. هر چیزی را نه به دلیل قیمت که به دلیل نمدی که بود بهای می‌دادم. کمتر می‌خوایدم و بیشتر رویا می‌یافتم؛ زیرا در ازای هر دقیقه که چشم می‌بندیدم، شصت ثانیه نور از دست می‌دادم. راه را از همان جایی ادامه می‌دادم که سایرین متوقف شده بودند و زمانی از بستر برمی‌خاستم که سایرین هنوز در خوابند.

اگر پروردگار فرصت کوتاه دیگری به من می‌بخشید، ساده‌تر لباس می‌پوشیدم، در آفتاب غوطه می‌خوردم و نه تنها جسم که روحم را نیز در آفتاب غریان می‌کردم.

به همه ثابت می‌کردم که به دلیل پیر شدن نیست که دیگر عاشق نمی‌شوند بلکه زمانی پیر می‌شوند که دیگر عاشق نمی‌شوند. به پیچه‌ها بال می‌دادم، اما آن‌ها را تنها می‌گذاشتم تا خود پر پرواز را فرا گیرند. به سالمندان می‌آموختم با سالمند شدن نیست که مرگ فرا می‌رسد، با غفلت از زمان حال است. چه چیزها که از شما آخوانند گانم یاد نگر فتم... یاد گرفته‌ام همه می‌خواهند بر فراز قله کوه زندگی کنند و فراموش کرده‌اند مهم صعود از کوه است. یاد گرفته‌ام وقتی نوزادی انگشت شصت پدر را در مشت می‌فشارد، او را تا ابد اسیر عشق خود می‌کند. یاد گرفته‌ام انسان فقط زمانی حق دارد از بالا به پایین بنگرد که بخواهد یاری کند تا افتاده‌ای را از جا بلند کند. چه چیزها که از شما یاد نگر فتم... احساساتتان را همواره بیان کنید و افکارتان را اجرا. اگر می‌دانستم امروز آخرین روزی است که تورا می‌بینم، چنان محکم در آغوش می‌فشردمت تا حافظ روح تو گردم. اگر می‌دانستم این آخرین دقایقی است که تورا می‌بینم، به تو می‌گفتم "دوستت دارم" و نمی‌پنداشتم تو خود این را می‌دانی. همیشه فردایی نیست تا زندگی فرصت دیگری برای جبران این غفلت‌ها به ما دهد.

کسانی را که دوست داری همیشه کنار خود داشته باش و بگو چقدر به آن‌ها علاقه و نیاز داری. مراقبتشان باش. به خودت این فرصت را بده تا بگویی: «مرا ببخش»، «متاسفم»، «خواهش می‌کنم»، «ممنونم» و از تمام عبارات زیبا و مهربانی که بلدی استفاده کن.

هیچکس تورا به خاطر نخواهد آورد اگر افکار ت را چون رازی در سینه محفوظ داری. خودت را مجبور به بیان آن‌ها کن. به دوستان و همه آنهایی که دوستشان داری بگو چقدر برایت ارزش دارند. اگر نگوئی فردایت مثل امروز خواهد بود و روزی با اهمیت نخواهد گشت.

همراه با عشق گابریل گارسیامارکز

دانستنی

پنج گام برای اتمام کاری که شروع کرده‌اید

داشتن تا بتوانید کار خود را بدون وقفه انجام دهید.

شروع کنید

شما برنامه‌ای دارید و آن را به گام‌های کوچک‌تر عملی تقسیم کرده‌اید که به شما برای انجام آنها کمک می‌کند. اما مهم‌ترین گام این است که شروع کنید. منتظر صبح شدن یا بعد از صرف ناهار نشوید، همین حالا شروع کنید. اولین گام در برنامه را شروع کنید و منتظر چیزی نمانید.

نقطه پایانی برای آن در نظر بگیرید.

برنامه شما باید دارای نقطه پایان باشد. به آن پایبند باشید. بیشتر مردم کاری را که آغاز کرده‌اند به پایان نمی‌رسانند به این دلیل که بهانه‌ای برای آن پیدا می‌کنند. بعضی روزها شما مجبور هستید که تا دیر وقت کار کنید، از خوردن ناهار بگذرید یا صبح زودتر به محل کار بروید تا بتوانید گام‌هایی که برای آن روز در نظر گرفته‌اید را کامل کنید. گام ابتدایی را با این نیت آغاز کنید که می‌خواهید آن را به پایان رسانید تا انگیزه‌های برای کامل کردن آن داشته باشید.

انجام دادن کافی نیست، کامل کنید.

شما تصمیمی گرفته‌اید و برای آن برنامه دارید و در حال انجام دادن آن هستید. اما هنوز یک مرحله دیگر مانده و آن کامل کردن پروژه یا مسوولیتی است که به عهده گرفته‌اید. زمانی کار شما به اتمام رسیده است که مطمئن شوید با اتمام آن، منتشر کردن یا ذخیره مناسب، آن را کامل کرده‌اید.

ترجمه: امیرحسین واعظ

مجموعه‌ای از کارها، پروژه‌ها و طرح‌های تکمیل نشده شما را از موفقیت دور می‌کند. یادگیری چگونگی به اتمام رساندن یک ماموریت یا پروژه می‌تواند بهترین درس برای هر فرد باشد. در هر روز ما با بسیاری از موانع برای ادامه حرکت در کار و زندگی روبرو هستیم اما گاهی مجبور هستیم که بر روی یک وظیفه یا مسوولیت تمرکز کنیم تا بتوانیم آن ریسک کارهای انجام شده را کاهش دهیم. کاری که شروع کرده‌ای می‌توانید با این پنج ترند به پایان رسانید:

تصمیم بگیرید که آن را به اتمام برسانید.

اولین گام این است که تصمیم بگیرید هر اتفاقی هم که رخ می‌دهد تاخیر در انجام این پروژه رخ ندهد. به خودتان بگویید که می‌خواهید رفتار و رویکرد خود را تغییر دهید تا کاری را که آغاز کردید به پایان رسانید. این بدان معنی است که گاهی باید به بعضی چیزها که در لیست کارهایتان نبوده‌اند نگوئید تا کارهای غیر ضروری را حذف نمایید.

برنامه داشته باشید.

شما می‌دانید که می‌خواهید بعضی از کارها را به پایان رسانید اما برنامه‌ای برای آن ندارید. کارهایتان را به جزه‌های کوچکتر روزانه تقسیم کنید و اگر در یک روز تمام می‌شود به برنامه‌های کوچک‌تر ساعت به ساعت تقسیم کنید. این که برنامه داشته باشید و به آن پایبند باشید برای انجام دادن آنها ضروری است. گاهی اوقات باید برای خود محدودهای از نظر زمان تعیین کنید که در آن همکاران یا خانواده امکان دسترسی به شما را نخواهند

سینما بخشی از بدنه آموزشی

غلامرضا رضانی، کارگردان: در اینجا گام سینما بردن دانش آموزان برای این است که آنها را به سینما می‌برند تا صرفاً ساعتی را مشغول دیدن فیلم باشند و خودشان هم در این بین استراحت کنند؛ اما در بسیاری از کشورهایی اروپایی سینما بخشی از دروس دانش آموزان شده و در آن کشورها، سینما آنقدر اهمیت دارد که دانش آموزان با مربیان خود فیلم می‌بینند و درباره آن نقاشی می‌کشند، امتحان می‌دهند و فیلم دیدن به نوعی برای آنها تبدیل به فرهنگ شده است. در کشور ما هم فیلم و سینما باید بخشی از بدنه آموزشی کشور باشد.

نرخ رشد کشور فاجعه‌است

علی طیب‌نیا، وزیر اقتصاد کشور: در سند چشم‌انداز توسعه نرخ رشد ۸ درصدی پیش‌بینی شده در حالی که این نرخ اکنون ۳ درصد بوده و این رقم فاجعه‌است. در ضمن اینکه در دهه ۴۰ نرخ رشد اقتصادی کشور ۲۰ درصد بود. مشکل ایران با افزایش درآمدهای نفتی آغاز شد و در واقع این نعمت خدادادی به یک مصیبت برای کشور مبدل شده چرا که موجب نرخ رشد پایین کشور شده است و با پایین آمدن درآمدهای نفتی کشور، رشد اقتصادی ایران نیز کاهش می‌یابد که این موجب آسیب پذیری اقتصاد شده است.

قیمت خودرو کاهش می‌یابد

کمال‌الدین پیرموند، عضو کمیسیون صنایع و معادن مجلس: با وجود اینکه دولت و شخص رئیس‌جمهور نتوانسته‌بود شورای رقابت را به عدم افزایش قیمت خودرو موظف کند ما در کمیسیون با توجه به اطلاعات بسیار دقیق و موثقی که در خصوص صنعت خودروسازی و درآمد کلان آنها داشتیم موفق شدیم تا جلوی این افزایش گرفته شود. ما شورای رقابت را قانع کردیم که از افزایش قیمت خودرو هادست بردارد و به زودی با قیمت‌گذاری جدید، شورای رقابت به تقلیل و کاهش قیمت‌ها دست خواهد زد تا نگرانی و دغدغه مردم از این محل برطرف شود.



آگهی مناقصه عمومی مرحله اول

نوبت دوم

شهرداری شهرضا در نظر دارد از طریق مناقصه عمومی پروژه های ذیل را به پیمانکاران واجد شرایط واگذار نماید:

ردیف	عملیات	موقعیت	تا سقف مبلغ	مبلغ سپرده شرکت در مناقصه
۱	عملیات اجرای بلوک فرش	سطح شهر	۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال	۱۲۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال
۲	آسفالت معابر سطح شهر با کاتر لکه گیری	(بصورت پراکنده) معابر	۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال	۱۲۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال

لذا پیمانکاران دارای صلاحیت فنی و رتبه بندی می‌توانند از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۳ روز پنجشنبه مورخ ۱۳۹۳/۵/۱۶ همه روزه به جز ایام تعطیل جهت دریافت اسناد و مدارک به شهرداری مراجعه و حداکثر تا روز شنبه مورخ ۱۳۹۳/۵/۱۸ جهت تسلیم مدارک به دبیرخانه محرمانه شهرداری اقدام نمایند. مبالغ سپرده شرکت در مناقصه به صورت ضمانت نامه بانکی و یا واریز وجه نقد به حساب ۳۱۰۰۰۰۰۰۵۲۰۰۲ شهرداری شهرضا می‌باشد.

تاریخ گشایش اسناد: یکشنبه مورخ ۱۳۹۳/۵/۱۹ در محل شهرداری شهرضا

سایت اینترنتی شهرداری شهرضا: www.shahreza.ir

شهرداری شهرضا